

L'ego semble attaquer quand je veux m'en défaire

Question :

Mes questions sont soulevées par l'expérience apparente des « attaques » d'ego qui surviennent inévitablement chaque fois que j'essaie de regarder sincèrement ses facéties et de demander la correction. Les formes d'attaques peuvent parfois être assez graves pour m'affecter aussi bien au niveau physique que mental. Devrions-nous nous attendre à ce que cela se produise ? Je sais que le *cours* parle de l'ego qui vacille « entre la suspicion et la méchanceté » allant vers la méchanceté si j'essaie de m'en libérer, et qu'il m'offre alors « l'illusion de l'attaque comme solution » (T.9.VIII.2:7,9,10). Si mon ego m'offre l'« attaque » comme solution, alors je suis sauvé, je n'ai pas vraiment choisi l'attaque et je ne suis pas responsable, c'est mon ego qui l'a fait. Mais je n'y crois pas, je crois plutôt que ma décision est de choisir l'attaque pour protéger mon identification à l'ego, mon identité extraordinaire et particulière, et que les choses vont énormément s'aggraver si je continue à aller à l'encontre de mon ego. Dans ces moments-là, il n'y a aucune façon pour moi de regarder l'ego et d'en rire simplement. Je dois reculer. Je serais reconnaissant pour vos réponses et vos commentaires.

Réponse :

Oui, vous avez raison, l'ego n'a aucun pouvoir de vous attaquer, sauf le pouvoir que vous lui donnez. Jésus clarifie cela dès le début dans le texte : « *Seule ton allégeance donne à l'ego quelque pouvoir sur toi. J'ai parlé de l'ego comme s'il s'agissait d'une chose séparée, agissant d'elle-même. Cela était nécessaire pour te persuader que tu ne peux pas l'écarter légèrement et que tu dois te rendre compte à quel point ta pensée est dirigée par l'ego. Toutefois, nous ne pouvons pas sans risque en rester là, sinon tu pourrais te considérer comme étant nécessairement en conflit aussi longtemps que tu es ici, ou aussi longtemps que tu crois être ici. L'ego n'est rien de plus qu'une partie de ce que tu crois à propos de toi.* » (T.4.VI.1 :2,3,4,5,6) Comme l'indique le passage que vous citez, l'attaque contre *soi* n'est pas rare lorsque nous cherchons à nous défaire de l'ego. Cela reflète notre peur d'accepter l'amour sans limite dans lequel le *soi* que nous pensons être n'a aucun sens, comme vous le suggérez.

Donc votre question est vraiment qu'est-ce que je fais maintenant, sachant que ma peur est encore tellement grande ? La partie de nous qui s'identifie avec l'ego ne veut pas faire un seul pas en direction du pardon et de la guérison, si elle peut nous en empêcher.

Et tout ce qui va augmenter plutôt que réduire notre peur, sert vraiment le but de l'ego. Donc voici ce que Jésus nous conseille : Si notre résistance est forte, nous ne devons pas lutter contre nous-mêmes, parce que simplement, nous ne sommes pas prêts (**T.30.I.1 :6,7**). La meilleure chose à faire et la plus aimante est d'être patient et doux avec soi, il n'y a pas d'urgence dans le processus du pardon. Il est possible que nous ne soyons pas encore être prêts à remettre les ténèbres de notre ego à Jésus, mais nous pouvons au moins lui apporter notre peur, tout en reconnaissant que nous avons besoin de son aide. Et si Jésus fait partie du problème, nous pouvons utiliser le symbole moins menaçant du Saint-Esprit, ou tout autre symbole de l'amour avec qui nous nous relions et qui nous apporte du réconfort.

L'important, c'est de développer une prise de conscience de la Présence aimante et attentionnée dans votre esprit, avec qui vous pouvez regarder la noirceur de votre ego. Si vous regardez seul par vous-même, vous serez presque à coup sûr effrayé. Mais si vous regardez avec l'amour à vos côtés, la gravité apparente de ce que vous découvrez se dissipera progressivement, puis vous pourrez en rire.

Source : <http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm>

Question 118