

## Pourquoi continuer à me comporter de façon insane ?

### Question :

J'ai commencé à étudier *Un Cours en Miracles* il y a deux ans, et même si j'avais vraiment peur au début, j'ai continué en dépit de toutes mes craintes. Certains jours je me sens coupable, et alors tout semble aller mal et je voudrais mourir. Je réalise que je suis égoïste, vraiment la reine des drames. Je reste dans une profonde dépression pendant des heures à m'apitoyer sur mon sort, jouant la martyre, pensant à quel point la personne que je veux culpabiliser se sentira coupable après ma mort. Je finis toujours par trouver mon chemin vers la paix, parce que c'est ce que je veux vraiment, mais pourquoi agir comme une petite fille gâtée ? Que puis-je faire pour arrêter ce comportement insane ?

### Réponse :

Ah, oui ! « *La mort semble un prix minime s'ils peuvent dire : « Regarde-moi frère, par ta main je meurs !* » (T.27.I.4 :6) L'ego est vraiment le roi (ou la reine) du drame, et nous méritons tous des trophées pour nos performances très convaincantes dans le rôle de victimes du monde, jour après jour. Nous avons réussi à nous convaincre des rôles que nous jouons, bien que nous nous doutions bien que les choses ne sont pas telles que nous les avons imaginées. Vous avez fait un grand pas en étant honnête avec vous-même, en identifiant ce qu'est capable votre ego sans chercher à le justifier.

Le but toutefois n'est pas d'en finir avec le drame, car cela donnerait aux événements de notre vie un rôle nous dictant comment nous sentir, un rôle qu'ils n'ont pas à tenir. Ce ne sont jamais que des repères extérieurs qui pointent vers un choix intérieur de continuer à nous identifier à des conflits et à la culpabilité du système de pensée de l'ego plutôt que l'alternative de paix du Saint-Esprit, puis d'assumer la responsabilité de projeter au dehors sur les autres les effets de ce choix. C'est dans notre propre esprit qu'il y a un besoin que le changement se produise. Il commence par la recherche sans jugement de notre choix en faveur de l'ego, et les effets qui l'accompagnent, le désir de nous garder séparés de tout le monde, en commençant par Dieu, que nous croyons avoir rejeté lorsque nous avons décidé que nous voulions agir à notre façon à tout prix. Nous nous comportons comme des enfants gâtés. Car nous sommes toujours identifiés avec le gâcheur ultime, l'ego, qui nous a convaincus que nous pourrions gâcher la perfection du ciel de Dieu et faire un monde fugace dans lequel tout finira par se gâter à la fin.

Jésus nous assure que tout cela est pure folie, mais que nous nous accrochons obstinément à nos fausses identités, convaincus qu'une fausse identité misérable est mieux que sans identité individuelle séparée. Alors continuez à regarder ce dont votre ego est capable, reconnaissant l'effet qu'il a sur vous lorsque vous choisissez d'aligner vos pensées sur lui, et vous trouverez que son attraction s'estompera simplement avec le temps. L'ego continue d'exercer son contrôle dans l'ombre, lorsque nous convenons volontiers de continuer à nous duper sur ce dont il est capable. Mais à mesure que son ordre du jour de culpabilité, douleur et blâme devient plus clair grâce à notre regard sans jugement avec Jésus ou le Saint-Esprit, choisir contre les conflits et la culpabilité, et donc pour la paix et la non-culpabilité, deviendra de plus en plus simple.

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 358