

## Comment contrer les attaques d'ego lorsqu'on s'approche du but

### Question :

Quand je lis le passage suivant du texte d'*Un Cours en Miracles*, une question ne cesse de grandir : « *Ne crains pas d'être brusquement soulevé et précipité dans la réalité. Le temps est bon, et si tu l'utilises au profit de la réalité, il suivra doucement ton rythme tout au long de ta transition. Il n'y a qu'une urgence, celle de déloger ton esprit de sa position fixe ici. Cela ne te laissera pas sans abri et sans cadre de référence. La période de désorientation, qui précède la transition proprement dite, est beaucoup plus courte que le temps requis pour fixer ton esprit si fermement sur des illusions.* » (T.16.VI.8 :1,2,3,4,5)

Il y a environ trois ans, je choisissais mes leçons dans le livre d'exercices et j'avais atteint un état d'esprit passablement différent de mon état de fonctionnement « normal » dans le monde. Je faisais l'expérience de moi-même comme faisant un avec tout et tout le monde, j'avais conscience que l'esprit est un. Cela a duré un certain temps, mais ce fut suivi d'une période d'attaques d'ego plus intenses et vicieuses que jamais, et je me sentais complètement hors de contrôle - apparemment incapable d'empêcher l'ego de me blesser de mille façons - maladie, finances, agitation interne, attaques sur les autres, attraction à la mort, etc. J'ai décidé depuis peu de recommencer les leçons. Comment puis-je savoir si je suis devenue plus douce à mon égard ? Et comment puis-je tenter de faire sincèrement ce que Jésus demande dans le livre d'exercices sans retenue ? Mon expérience antérieure était que je pouvais faire n'importe quelle leçon et que je pourrais entrer chez moi en Dieu si je la faisais sans réserve, et de tout mon coeur. Comment sait-on si la tête de quelqu'un est suffisamment sortie de l'eau pour pouvoir supporter l'inévitable retour de la peur tant que son esprit est divisé ?

### Réponses :

Les « *représailles de l'ego* » représentent en réalité l'éruption de la partie de votre propre esprit qui ne veut pas renoncer à son indépendance, ce qui se serait produit si vous aviez continué à vous identifier à l'unicité. Si tout à coup, en un éclair, vous aviez pu accepter l'unicité sans réserve, il y a de fortes chances que vous ne seriez pas ici dans le monde pour commencer. Votre réponse devrait donc en être une de respect pour la profondeur de votre peur de l'unicité, mais aussi de gratitude pour votre désir de revenir à la pure unité de l'Amour. Maintenant, c'est une question de patience envers vous-même et de faire confiance au processus qui a débuté.

C'est un processus graduel de croissance dans ce qui semble être une nouvelle identité, mais en réalité, il s'agit juste d'accepter le retour de votre état naturel d'être, ce que vous aviez juré que vous ne feriez jamais. **(T.19. IV. D.6)** La force de notre résistance et de notre peur nous prend habituellement par surprise. Une des questions les plus fréquemment posées est justement celle de savoir si la tête est suffisamment sortie de l'eau pour supporter le retour inévitable de la peur. Il n'y a vraiment aucun moyen de le savoir, mais trop s'en préoccuper peut nuire à notre travail de pardon dès maintenant.

Il existe un moyen de reconnaître et de respecter votre peur sans lui donner du pouvoir et sans la nier. Le long du chemin, un sens de l'équilibre devrait se développer entre ces deux extrêmes. Il est bon de ne jamais vous forcer pour travailler avec les leçons ou étudier le texte. N'importe quel besoin que vous pourriez avoir de faire les leçons aussi parfaitement et rapidement que possible vient toujours de l'ego, puisque le temps n'est rien pour Jésus. Il insiste sur la patience et la douceur, non sur la perfection : « *Préparation ne signifie pas maîtrise* » dit-il **(T.2.VII.7 :8,9)** et devenir trop sérieux concernant les leçons ne fait que rendre l'erreur réelle. Après tout, nous sommes à défaire quelque chose qui n'a jamais eu lieu, et « *le résultat est aussi certain que Dieu.* » **(T.2.III.3 :10)**

La pratique du pardon réduira progressivement votre peur et votre sentiment de désorientation. Plus précisément, plus vous pratiquez de voir vos intérêts comme n'étant pas différents de ceux des autres, vous sentant à l'aise avec cette perception, plus vous défaites la croyance sous-jacente en la séparation, qui est la source de toutes les peurs. Jésus sait clairement ce qui est impliqué dans ce processus, et il nous instruit et nous rassure plusieurs fois, comme dans le passage que vous avez cité.

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

Question 392