

UCEM est-il approprié pour un ego sous-développé

Question :

J'ai une maladie mentale, ce qui signifie que je suis très instable. Je comprends qu'une partie de mon problème est effectivement dû à un ego sous-développé. Durant la première moitié de ma vie, j'ai été intensément à la recherche de la foi, probablement en grande partie à cause de mon intense insécurité, et je n'étais pas intéressé par les choses du monde. Maintenant il me semble avoir besoin de devenir plus enraciné, et je me demande si le fait de renoncer à mon ego est la chose sensée à faire, compte tenu de mes difficultés. D'autre part, je me sens très attiré par *Un Cours en Miracles*, et en général le *cours* fait beaucoup de sens pour moi. Mon développement a été stoppé dans mon jeune âge. En lisant votre réponse relative aux enfants, à savoir que la didactique de l'enseignement du *cours* n'est pas appropriée pour eux, je me demandais si cela pouvait s'appliquer également à moi.

Réponse :

Puisque renoncer à l'ego est la *finalité* même du processus du *cours*, et qu'en cours de route, surtout au début, le focus est mis sur reconnaître simplement notre ego et ne pas nous condamner nous-mêmes pour en avoir un, le *cours* pourrait en fait devenir une partie particulièrement utile dans votre processus de guérison. Votre description de votre fuite de l'ego suggère que, lors de votre tentative pour vous élever au-dessus des choses du monde, vous avez donné à ces choses une réalité, les rendant effectivement réelles dans votre perception et donc renforçant votre ego, leur source. Mais maintenant, avec le *cours*, vous pouvez commencer à apprendre comment regarder votre ego et toutes les expressions différentes qu'il prend, sans crainte, ni auto-condamnation.

Il est important de se rappeler que le processus du *cours* n'est jamais de renoncer à quoi que ce soit, y compris l'ego, mais plutôt d'apprendre à utiliser tout ce que nous avons déjà rendu réel dans nos vies pour une autre *finalité*, pour le pardon plutôt que pour la séparation, l'attaque, la culpabilité et la peur. Car peu importe les différentes formes que peuvent avoir prises nos vies, l'ego en assume la charge, et le fera jusqu'à ce que nous apprenions qu'il y a un autre choix quand vient le temps d'utiliser nos expériences de vie. Et alors même que nous sommes identifiés à l'ego, nous sommes tous en train de souffrir de la même maladie.

Comme Jésus nous le précise : « *La maladie est de l'insanité car toute maladie est une maladie mentale et en elle, il n'existe aucun degré. Une des illusions par laquelle la maladie est perçue comme réelle, est la croyance que la maladie varie en intensité, et que le degré de menace varie selon sa forme. C'est là la base de toutes les erreurs, parce que toutes ne sont finalement que des tentatives de compromis pour ne voir qu'un tout petit peu de l'enfer.* » (P.2.IV.8:1, 2, 3)

Certes, compte tenu de votre expérience jusqu'à aujourd'hui, vous voudrez être prudent, et ne pas simplement vous centrer sur les parties du *cours* qui décrivent la finalité du processus de pardon, puis tenter de sauter par-dessus les étapes que vous amènent le *cours* et qui vous concernent, incluant de voir directement la laideur de l'ego, sans trop le prendre au sérieux. Ce regard est un élément central du processus d'apprentissage de vous accepter vous-même, et d'accepter les autres simplement où chacun se trouve sur son propre chemin de l'Expiation (T.9.III.6:4). Et c'est vraiment tout ce qu'est le pardon.

Bien que des parallèles ont été suggérés entre l'arrêt de votre développement et celui d'un enfant, vous avez l'avantage comme adulte de pouvoir réfléchir sur où vous étiez et où vous allez. Bien sûr, un peu comme un enfant, vous pourriez avoir à dépenser plus d'efforts pour apprendre à faire face au monde et à ses exigences, mais vous avez une capacité pour l'auto-observation qui vous permettra de reconnaître quand vous aurez choisi l'ego comme moyen d'éviter de traiter avec le monde, et quel en est le coût, afin de pouvoir faire un choix différent, si vous le souhaitez.

Source : www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm

Question 895