

Est-il normal de découvrir de la méchanceté en soi ?

Question :

Je suis un étudiant d'*Un Cours en miracles* depuis environ douze ans. Je connais des étudiants du *cours* qui ont souvent constaté que lorsqu'ils demandent de l'aide au Saint-Esprit pour regarder les rouages de l'ego, les choses semblent s'aggraver dans leur vie. Moi-même, je trouve assez troublant dans mon propre processus de voir apparaître énormément de colère. Parfois, dans certaines situations, mes pensées deviennent carrément méchantes et meurtrières. Je dirais que je possède une personnalité agréable et que globalement je suis une personne sympathique et amicale. J'ai pensé que c'est peut-être beaucoup de colère réprimée qui refait surface quand je regarde au-dedans de moi avec l'aide du Saint-Esprit. Je sais que je devrais demander au Saint-Esprit de regarder aussi cette question-là avec moi. Mais j'ai presque peur de fouiller et de trouver quelque chose d'autre qui pourrait se trouver enfouie sous la surface de ma personnalité, qui autrement est douce et tranquille. Est-ce que c'est une sorte de développement « normal » pour un étudiant régulier du *cours* ?

Réponse :

Oui. Ce que vous décrivez est une expérience normale pour les étudiants du *cours*. Comme vous le savez, le processus qui se déroule dans le *cours* consiste à demander au Saint-Esprit de regarder avec nous les rouages de l'ego. En faisant cela nous apportons à la lumière les choses que nous avons toujours combattues (avec force, quoique inconsciemment) afin de garder dans les ténèbres. Souvent, à mesure que nous sommes devenus de plus en plus disposés à prendre la main du Saint-Esprit pour faire remonter à la conscience ce que nous avons enterré, nous voyons à quel point l'ego est haineux et méchant.

Lorsque l'ego sent que son jeu est terminé (réalisant que nous avons trouvé une autre voix à écouter à côté de la sienne), il devient généralement plus bruyant et plus dramatique. Comme dit le *cours* : « *L'ego s'attaquera à tes motifs dès qu'ils ne s'accorderont nettement plus avec la perception qu'il a de toi. C'est alors qu'il passera brusquement de la suspicion à la méchanceté, puisque son incertitude est augmentée.* » (T.9.VII.4 :6,7)

À mesure que nous devenons de plus en plus habitués à choisir notre enseignant intérieur, souvent la peur nous oblige à revenir carrément vers la voix familière de l'ego. Or le *cours* nous assure que cette tendance n'affecte pas notre capacité ultime de terminer le voyage que nous avons entrepris.

« *Quand la lumière se rapproche, tu te précipites vers les ténèbres, reculant devant la vérité, retraitant parfois vers des formes de peur moins importantes, et parfois vers la pure terreur. Mais tu avances, parce que ton but est d'avancer de la peur vers la vérité.* » (T.18.III.2 :1,2). Quel que soit le jeu de l'ego, il est important de simplement continuer à tout regarder en tenant la main du Saint-Esprit. Bien sûr en ce monde, il est généralement préférable (et plus utile pour vous et pour ceux qui vous entourent) de ne pas passer à l'action en suivant les pensées d'attaques insanes de l'ego, mais il ne s'agit pas non plus de prétendre qu'elles ne sont pas là. Le faire ne les ferait pas disparaître, mais les enverrait simplement dans la noirceur de l'inconscient. Un principe psychologique fondamental est que ce qui est réprimé sera projeté, Pour devenir réellement moins haineux et méchant, il suffit d'admettre que nous avons ces sentiments en nous, puis apprendre progressivement à ne pas prendre au sérieux la voix de l'ego. Encore une fois, cela signifie de regarder l'ego sans juger, peu importe à quel point sa méchanceté interne devient intense ou gênante.

N'oubliez pas que l'ego de chacun d'entre nous est 100 % haine. Une personnalité plus socialement acceptable n'équivaut pas à avoir un ego meilleur ou plus acceptable qu'un autre ego. Jésus nous dit ceci : « *Le degré de l'émotion que tu éprouves n'a pas d'importance (Leçon PI.21.2 :4,5) ...un pointe minime d'irritation n'est rien d'autre qu'un voile tiré sur une intense fureur.* » Dans un premier temps, cette déclaration peut sembler grotesque et profondément troublante, mais en fin de compte, elle est très rassurante, car du point de vue de Jésus, nous sommes tous logés à la même enseigne. Chacun de nous peut choisir d'écouter à 100 % la voix haineuse de l'ego, ou à 100% la Voix de l'Amour du Saint-Esprit. Chacun de nous, peu importe les traits de sa personnalité qu'il affiche dans cette vie, est à la fois Hitler et Jésus. Dans ces moments où nos pensées ou notre comportement ressemble davantage à Hitler, nous sommes simplement dans la peur. Nous avons échappé la main du Saint-Esprit et une fois de plus nous avons fait l'erreur d'écouter la mauvaise voix. C'est une erreur qui réclame une correction et non une punition. Et heureusement, notre ego cruel et fou qui adore tempêter, n'a aucun effet sur la réalité. Pour des discussions connexes sur la colère et l'attaque, voir les questions 63 et 587.

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

Question 913