

Ego

Ego est un substantif tiré du pronom personnel grec *ἐγώ* (« je/moi »). Il désigne généralement la représentation et la conscience que l'on a de soi-même. Il est tantôt considéré comme le fondement de la personnalité (notamment en psychologie) ou comme une entrave à notre développement personnel (notamment en spiritualité).

Les différentes définitions de l'ego

L'ego en tant que concept philosophique

L'ego serait, selon certains auteurs, l'équivalent psychologique de la conscience, au sens philosophique. Mais à la réflexion, un *ego* est un *je*, au sens cartésien : un *je* qui perçoit des informations, les traite ou en exprime. Ce qui peut nous amener à dire, dans une conception platonicienne de la conscience de soi, que l'*ego* est un *je* sans la conscience.

On parle d'alter ego pour faire référence à cette entité qui compose l'autre, mais qui est semblable au moi.

L'ego en tant que concept psychanalytique

Cette notion est au cœur de ce qu'on appelle l'ego-psychology, doctrine psychanalytique développée aux États-Unis par Ernst Kris, Heinz Hartmann et Rudolph Loewenstein. Sur le même axe de réflexion, Anna Freud a fait de l'ego le centre de la réalité du sujet.

Cette théorie vise une adaptation à la réalité et s'appuie sur les travaux de Freud après 1920, où il donne une importance croissante au moi et aux mécanismes de défense.

L'ego dans la spiritualité

Pour un certain nombre de courants spirituels, l'ego est la représentation fautive qu'un individu se fait de lui-même. Cette représentation fait écran à la vraie nature de l'homme. Certains auteurs parlent de l'ego comme d'une *fausse personnalité* constituée de souvenirs et d'expériences. La confusion entre l'ego/"fausse personnalité" et sa vraie nature produit une illusion qui prive ceux qui en sont prisonniers d'une vraie liberté et les enchaîne à des schémas de souffrance (égocentrisme, orgueil, vanité, amour-propre, "perception erronée du monde").

Dans cette conception, une personne libérée de son ego connaît l'éveil spirituel. Les méthodes pour se libérer de l'emprise de l'ego sont diverses et chaque école spirituelle a plus ou moins la sienne¹.

Dans le champ de la spiritualité moderne et du transpersonnel, l'ego est souvent utilisé en distinction du Soi (le moi supérieur). En anglais : *Self* ou *Higher-Self*.

Pour certains enseignements spirituels, les relations humaines, et ce qu'elles entraînent à l'échelle planétaire, s'effectuent par "ego" interposés. Pourtant, l'ego n'a pas réellement de réalité, il ne serait qu'un « complexe » produit par des constructions mentales ou des dysfonctionnements psychiques².

L'ego selon le bouddhisme

Le bouddhisme perçoit l'ego comme une construction mentale ne correspondant à aucune réalité tangible. Il s'interroge ainsi : Où l'ego peut-il être situé ? Dans les bras, dans les jambes ? L'objectif serait de réaliser qu'il n'est ni dans le corps ni dans l'esprit. Cette voie consiste, entre autres, à libérer l'être humain de cette perception qui le place au centre de tout, et surtout, de le libérer de la souffrance, qui a pour cause notamment la croyance à l'existence du moi. Voir le concept de non-soi.

L'ego selon l'islam

L'ego porte le nom arabe de nafs dans l'islam. Il en est l'un des concepts centraux quel qu'en soit le courant de pensée.

Notes et références

- ↑ Arnaud Desjardins et Lama Denis Teundroup parlent de l'ego [archive]
- ↑ voir Michel Cazenave, Revue 3^e millénaire [archive] n° 79.