

L'EGO SPIRITUEL - LES SIGNES D'UN NARCISSISTE SPIRITUEL

L'EGO SPIRITUEL EST LE PLUS DANGEREUX AU MONDE.

Si vous n'en êtes pas conscient, il peut causer une destruction totale dans votre vie – mais pas de manière violente ou agressive. Au contraire, l'ego spirituel est déguisé sous le masque des « bonnes intentions », des « vibrations supérieures », de la « perspective éveillée » et de la modestie.

MÉFIEZ-VOUS DE L'EGO SPIRITUEL.

C'est un piège dans lequel beaucoup d'entre nous, chercheurs spirituels, peuvent et vont, à un moment donné, tomber. Plus nous resterons dans ce fossé spirituel, cette impasse stagnante, plus nous risquons de devenir un narcissique spirituel.

En effet, le narcissisme spirituel est sans doute la maladie la plus tragique que connaisse l'humanité. Nous verrons pourquoi un peu plus tard. Mais d'abord :

QU'EST-CE QUE L'EGO SPIRITUEL ?

Tout d'abord, abordons les bases. L'ego est notre sens du moi ; c'est l'histoire illusoire du « je » que nous transportons dans le monde comme mécanisme de survie évolutif. Pourtant, l'ego est la source de toutes nos souffrances et de notre sentiment d'être séparés de ce que nous sommes vraiment, à savoir un être sans limites, entier et infini. Nous pourrions appeler cela l'Esprit, Dieu/déesse, Vie, Unité, Conscience, ...

Alors, qu'est-ce que l'ego spirituel ? L'ego spirituel se construit en plus de cet ego fondamental que nous portons en nous. C'est l'ego sous crack, l'ego sous stéroïdes, l'ego gonflé au-delà de sa taille habituelle de variété de jardin. Pourtant, nous ne nous rendons pas compte que nous avons développé un ego spirituel avant que la vie ne devienne vraiment désordonnée.

COMMENT L'EGO SPIRITUEL SE DÉVELOPPE-T-IL ?

L'ego spirituel est un produit du matérialisme spirituel, c'est-à-dire qu'il utilise la spiritualité pour servir l'ego, au lieu d'aborder le chemin spirituel avec l'intention d'essayer de dépasser l'ego.

Lorsque les chemins, pratiques et concepts spirituels deviennent l'esclave de l'ego, c'est la naissance de l'ego spirituel. En d'autres termes, lorsque l'idée centrale qu'une personne se fait d'elle-même est régie par la croyance qu'elle est une « personne spirituelle », c'est l'ego spirituel.

Lorsque le fait d'être une « personne spirituelle » éclipse tout ce qu'une personne est, c'est l'ego spirituel en action. Oui, il y a des avantages à construire son identité autour de la spiritualité. Mais il y a aussi des conséquences assez effrayantes que nous ne devons pas ignorer.

LE DÉVELOPPEMENT DU NARCISSISME SPIRITUEL

Suivre correctement le chemin spirituel est un processus très subtil ; inutile de se lancer naïvement dans cette aventure. Il existe de nombreux chemins secondaires conduisant à une version déformée et égocentrique de la spiritualité ; nous pouvons nous tromper en pensant que nous nous développons spirituellement alors qu'au contraire nous renforçons notre égocentrisme par des techniques spirituelles. Cette distorsion fondamentale peut être qualifiée de matérialisme spirituel.

Le narcissisme spirituel est l'aboutissement même de l'égoïsme spirituel : c'est l'ego devenu si solide, si figé, si inflexible dans l'idée de sa propre grandeur spirituelle qu'il est pathologique. Il est narcissique. — CHOGYAM TRUNGPA RINPOCHE

Comme nous le savons déjà, le narcissisme est un trouble mental dans lequel une personne a un sens exagéré de sa propre importance (parmi d'autres questions délicates). Le même problème s'applique exactement aux narcissiques spirituels : ils ont une telle croyance inébranlable en leur propre perspective éveillée, en leurs propres réalisations et connaissances spirituelles « spéciales », qu'ils ne peuvent se connecter à leur humanité (ou la tolérer). Les narcissiques spirituels ne peuvent pas non plus tolérer les autres personnes – même s'ils peuvent affiner l'image extérieure de compassion ou de sagesse – les autres constituent en fin de compte une menace pour leur grandiosité délirante.

Le narcissisme spirituel commence par le matérialisme spirituel. Au sein du matérialisme spirituel (le piège qui consiste à utiliser la spiritualité pour servir l'ego), il y a toujours une graine de narcissisme spirituel. Et si cette graine continue à être nourrie sans être déracinée ou contestée, elle grandit et grandit.

Au bout du compte, nous pouvons être tellement distraits, tellement trompés par l'ego ayant utilisé la spiritualité pour se rendre indestructible, que nous sommes encore plus mal partis sur le chemin spirituel que lorsque nous avons commencé.

EXEMPLES DE L'EGO SPIRITUEL

Certains de ces exemples frôlent le narcissisme spirituel (ou sont carrément narcissiques), d'autres sont plus typiques de la communauté spirituelle.

Examinons quelques exemples de l'ego spirituel :

- Prétendre avoir un « accès spécial » à un guide spirituel/ange/esprit/maître ascensionnel dans le but de s'épanouir
- Se croire la réincarnation d'un être supérieur, d'un personnage historique spirituel célèbre, etc. (quelle importance si on l'est vraiment ?)
- Prendre fréquemment des photos de sa pratique spirituelle et les mettre en ligne afin de renforcer l'image de soi, le statut, et d'attirer l'attention/la validation
- Déclarer que les autres ne peuvent pas vous comprendre parce que vous avez atteint un certain état de « conscience vibratoire élevée », d'éveil, de libération, etc. – et montrer du mépris pour ceux qui ne sont pas au même « niveau » (au lieu de la compassion)
- Utiliser le Dharma-talk pour éviter d'être psychologiquement vulnérable, de montrer de l'empathie et de faire face aux émotions humaines (par exemple, « Laissez-vous aller et laissez-vous aller », « Vous avez attiré cette expérience », « Qui est là pour vivre cela ? »)
- Regarder de haut les personnes « à faible vibration », « non évoluées », « non réveillées », « endormies ».
- Se vanter et faire étalage de ses réalisations ou dons spirituels
- Imiter ce à quoi ressemble une « personne spirituelle »

15 SIGNES DE L'EGO SPIRITUEL

L'ego spirituel est si dangereux parce qu'il est presque impénétrable.

Certains individus peuvent passer leur vie entière (ou toute leur vie) coincés dans le piège de l'utilisation abusive et inconsciente de mots, d'idées, de pratiques et de chemins spirituels pour gonfler leur ego.

Malheureusement, l'ego spirituel peut donner lieu aux abus et même aux meurtres comme Jonestown, les abus commis par Bikram Choudhury (fondateur du Bikram yoga), Swami Rama (yogi indien), Bhagwan Shree Rajneesh (professeur spirituel), Sogyal Rinpoché, Andrew Cohen, et même Chogyam Trungpa (qui a inventé le matérialisme spirituel), etc. Les cas d'ego spirituel sont si vastes et variés qu'il est impossible de les inclure ici.

La réalité réside dans le fait qu'en tant qu'êtres spirituels ayant une expérience humaine, nous sommes imparfaits. Je suis tombé dans l'ego spirituel à de nombreuses reprises – et ce n'est pas beau à voir. Mais l'essentiel est de pratiquer l'humilité, l'ouverture et la volonté d'être honnête avec soi-même – ces qualités sont la meilleure défense contre l'égoïsme spirituel et le narcissisme.

Voici donc, sans plus attendre, les signes de l'égoïsme spirituel et du narcissisme spirituel auxquels vous devez faire attention (en vous-même et chez les autres) :

- Faire trop de publicité (lire : se vanter) de vos accomplissements spirituels particuliers
- Revendiquer une position de supériorité (directe ou indirecte) en raison de ses dons ou talents spirituels
- Tenter de transcender le physique et la terre et d'acquérir des qualités divines
- Croyant que votre lien avec le Divin est en quelque sorte plus profond ou plus spécial que celui des autres
- En se concentrant sur le fait que vous êtes « plus évolué spirituellement » que les autres et ...
- Juger les autres parce qu'ils sont « moins éveillés », « endormis », « inconscients »
- Tenter de ressembler, de s'habiller, de parler comme une personne « spirituelle »
- Utiliser des mots et des concepts spirituels pour éviter de se tromper, ou d'être confronté aux émotions vulnérables
- Afficher votre spiritualité sur les médias sociaux (avec des photos qui montrent des postures, des installations, des lieux, des outils, etc.)
- S'identifier de façon excessive à la connaissance spirituelle (et à ce que « vous » savez)
- Essayer de convertir les gens à votre perception (en leur prêchant ou en débattant)
- Résistance à être « appelé » et ressentiment à l'égard de ceux qui tentent de le faire
- Revendiquer l'accès aux connaissances spirituelles spéciales et exclusives auxquelles les autres n'ont pas accès
- Manque de curiosité et de réceptivité à la vie
- Porter un masque de gentillesse, de positivité ou de sagesse

Essentiellement, ceux qui se retrouvent dans les affres de l'égoïsme spirituel essaient souvent de réaffirmer leur spécificité spirituelle au monde par des méthodes cachées et ouvertes. Cependant, le plus souvent, l'égoïsme spirituel est un petit diable glissant qu'il est difficile d'appeler ou de définir clairement, simplement parce que nous en sommes si proches et que nous trouvons des moyens de le justifier.

POURQUOI L'EGO SPIRITUEL EST-IL DANGEREUX ?

En termes simples, l'ego spirituel est si dangereux parce qu'il est vêtu de robes de lumière. Il semble être éveillé, illuminé, sage et aimant tout le monde – raison pour laquelle il est si difficile à attraper.

De plus, l'ego spirituel nous fait nous sentir puissants, voire intouchables, exactement ce que l'ego cherche à atteindre. Le remettre en question constitue un défi pour les fondements mêmes de notre propre valeur et de notre image de soi – un défi pouvant être positivement terrifiant. En fait, nous pouvons même avoir l'impression de commettre un acte profane et sacrilège en appelant l'ego spirituel à la porte parce qu'il est tellement gonflé et a une si bonne opinion de lui-même (une illusion à laquelle nous avons totalement adhéré).

En outre, l'ego spirituel est également dangereux car il limite toute croissance : il est la mort de toute transformation puisqu'évoluer signifie passer par les cycles de la mort et de la renaissance. Et si l'ego spirituel est « déjà arrivé », il y a stase, il ne peut tout simplement plus y avoir de croissance.

En fait, le virus le plus mortel sur nos chemins est de croire que « nous sommes arrivés », que nous sommes devenus « éclairés », ou d'une manière ou d'une autre spirituellement supérieurs aux autres. L'ego est non seulement devenu narcissique, mais il a développé un complexe de Dieu à part entière, l'état de croire qu'il est en fait Dieu. Mais ce n'est pas d'une manière sans égocentrisme, sans dualité : c'est du pur égocentrisme, la définition même de l'obscurité (ou l'absence de lumière).

Plus nous sommes centrés sur l'ego, plus nous nous éloignons de la Lumière de la Conscience qui va au-delà du moi. Et si résider dans l'ego équivaut à une déconnexion du Divin, vivre à partir d'un lieu de complexe de Dieu égocentrique va un peu plus loin : c'est comme vivre dans l'obscurité totale – la définition même de l'enfer.

Lorsqu'une personne vit en enfer, elle fait du mal aux autres. C'est une connaissance de base que même un enfant pourrait comprendre. Lorsqu'il y a une absence totale de lumière, il n'y a que des ténèbres – et comment une personne peut-elle voir, sentir, penser ou se comporter clairement dans un tel état ? Le résultat est la souffrance, tant pour celui qui fait l'expérience du complexe de Dieu que pour les âmes malheureuses qui l'entourent.

COMMENT ARRÊTER L'EGO SPIRITUEL

Comme je l'ai déjà mentionné, nous devons aborder le chemin spirituel avec humilité, ouverture et volonté d'être honnête avec nous-mêmes.

Un point de départ crucial est la pratique d'une combinaison d'amour de soi et de travail dans l'ombre – deux pratiques de travail intérieur.

Nous avons tous un côté obscur (c'est-à-dire le visage de l'ego qui n'est pas présenté au public), et nous devons en prendre conscience afin d'éviter l'apparition de problèmes tels que l'égoïsme spirituel et le narcissisme.

Vous pouvez commencer par vous poser des questions telles que

« Si je voyais quelqu'un d'autre se comporter comme je le fais, que penserais-je de lui ? »

« Suis-je prêt à faire face à mes contradictions intérieures – et s'il y a une résistance, pourquoi l'ego spirituel refuse-t-il de me voir ? »

« Dans quels domaines est-ce que je me sens spirituellement supérieur aux autres ? »

« Dans quelle mesure suis-je cohérent dans ce que je ressens, pense et fais ? »

Vous pouvez également demander aux amis de confiance, aux proches ou aux mentors spirituels de vous aider à identifier les domaines dans lesquels vous pourriez tomber dans une illusion spirituelle. La tenue d'un journal intime (voir notre journal de travail de l'ombre) est également une autre façon de faire appel à l'ego spirituel.