



Depuis la naissance de ce site (et dans mes livres jusqu'à ce jour), l'ego est un sujet qui a été maintes fois abordé, et ce, avec la vision à sens unique qu'on lui confère généralement, c'est-à-dire comme le « grand méchant loup » du comportement humain. En effet, la conception habituelle que nous en avons est celle d'un comportement inné négatif, narcissique et destructeur qui ne laisse peu, voire aucune place à la [considération externe](#) : c'est le je-me-moi caractéristique d'un profond manque d'empathie.

Combien d'auteurs et d'ouvrages ont piétiné sans vergogne l'ego, l'ont roulé dans la boue et pendu publiquement afin que tous soient convaincus qu'il est la cause de tous les maux de l'humanité? Beaucoup. *Mea culpa*, je l'ai fait aussi. Mais nous sommes en droit de nous demander si c'est là une attitude juste. Ne serait-ce pas, encore une fois, jeter le bébé avec l'eau du bain?

Du latin classique *ego*, signifiant « moi », les dictionnaires nous le définissent pourtant comme étant « sujet conscient, pensant; unité transcendante du moi », en psychanalyse, c'est « le moi ». Mais nous employons d'ordinaire ce terme comme étant l'équivalent d'*égocentrique*, d'*amour-propre*, d'*orgueil* ou d'*égoïsme*. Pourtant, en tant que simplement « moi », l'ego n'a ni direction ni fonction autre qu'« être ». L'association coutumière péjorative n'est donc qu'un raccourci de la pensée.

Et que l'expérience et la compréhension me guident car c'est à l'usure de l'introspection - et de ses conséquences - que je dois ma vision actuelle et bien différente de l'ego.

Je comprends et conçois désormais l'ego en tant que mécanique, processus, voire algorithme

de la psyché que je décrirais comme une *mécanique d'appropriation*. Pour utiliser la terminologie des [Enseignements Traditionnels](#), c'est un *centre magnétique*.

L'ego est un « entrepreneur général ». Sans lui, point de chantier. Mais sera-t-il utilisé pour construire ou pour démolir? Voilà, à mon sens, où tout se joue.

Imageons cette conception à l'aide d'une version modifiée d'une anecdote de sagesse amérindienne :



*Un vieil amérindien explique à son petit-fils que chacun de nous a en lui deux loups qui se livrent bataille.*

*Le premier loup est mécanique et représente l'égoïsme, l'importance de soi et l'indifférence face aux autres.*

*Le second loup est conscient et représente l'empathie, le désir de croissance personnelle et de partage.*

*« Lequel des deux loups gagne? », demande l'enfant.*

*« Celui que l'on nourrit. », répond le grand-père.*

C'est exactement ainsi que je comprends à présent l'ego. « Dis-moi ce que tu manges et je te dirai qui tu es », dit-on. Notre ego sera à l'image de la nourriture que nous lui apporterons.

Nourri **consciemment**, il devient un *puissant moteur de mise en action*.

Son centre magnétique nous permet de cristalliser nos énergies dans un but précis et sa *mécanique d'appropriation* nous fournit le courage et les outils nécessaires pour atteindre ce but. *Un désir sincère passe inévitablement par la fonction créatrice de l'ego.*

En revanche, nourri **mécaniquement** de la malbouffe de la suffisance, de l'importance de soi et de l'égoïsme, l'ego devient ce qu'on lui reproche toujours.

Encore une fois, un désir sincère passe inévitablement par la fonction de l'ego et si le désir inconscient est de plaire, d'être reconnu, d'être valorisé par autrui, alors le premier loup s'en chargera avec plaisir.

Une autre façon de l'exprimer pourrait être : *si nous n'utilisons pas consciemment l'ego pour nous-mêmes, il s'utilisera automatiquement pour lui-même.*



*Ce n'est pas ce que tu fais qui importe, mais la raison pour laquelle tu le fais.*

- [Le Manuel de l'utilisateur](#)

Je n'ai pas l'habitude d'écrire au « je », mais j'irai ici de mon expérience personnelle. Toutes mes réalisations (mes sites, [mes livres](#), [mes « chansons »](#)), etc., les fais-je par ego? Oui et non. Je sais très bien que je ne suis pas le meilleur des écrivains ni que mes conceptions Web (lien) ou mes créations graphiques (lien) sont des plus enlevantes. Pour être franc, je vois très clairement que je n'ai aucun talent musical et suis un très piètre chanteur, mais m'exprimer, créer et partager me sont essentiels. C'est un *besoin* que je ressens au plus profond de mon être et auquel j'obéis. La majorité de mes entreprises sont réalisées dans le but de faire réfléchir, d'apporter ma pierre à l'édifice de la remise en question constante et d'en faire bénéficier ceux qui y trouveront leur compte. Mais en suis-je « fier »? Est-ce que ça gonfle mon estime de soi? Non. Est-ce que le fait d'être conscient que mes réalisations paraîtront souvent ridicules aux yeux des autres me freine? Non plus. En revanche, le sentiment de progresser en partageant, de combler ce besoin intérieur tout en en faisant bénéficier les autres, lui, est tangible. Et c'est là la seule « récompense » dont j'ai besoin. Le sentiment d'émancipation est palpable et c'est donc la direction que je choisis. Je ne fais pas en fonction de ce que les autres vont en penser, mais plutôt de ce qu'ils pourront en retirer. Je fais en répondant à l'impératif qui réside en moi et j'en tire aussi profit. L'idée n'en est pas une d'estime de soi, mais plutôt de réalisation de soi : j'utilise la dynamique de l'ego pour l'action elle-même et non en vue d'un quelconque jugement de valeur.

Cela dit, je ne suis ni un sage ni exempt de nourrir mon ego de suffisance et d'importance de moi-même. Mais après plusieurs années d'introspection, je me rends bien compte que c'est la même mécanique de base qui est à l'œuvre, le même moteur intérieur qui roule et s'échauffe lorsque j'entreprends de réaliser quelque chose, et ce, que ce soit par besoin d'épanouissement ou par suffisance. Il m'aura fallu du temps pour le comprendre, le reconnaître et arriver à en faire la différence.

Oui, les « deux loups » livrent bel et bien une bataille constante et il est difficile d'y demeurer vigilant. Arrêter le processus de l'ego au stade de la réalisation « par nécessité d'émancipation » et ne pas la laisser « remonter » jusqu'à l'importance de soi n'est pas chose aisée. C'est une dynamique qui est toujours active, toujours vivante et qui en demande toujours plus : c'est le « moi » qui cherche constamment à grandir et que nous devons constamment nourrir.

L'important à retenir ici est que l'impulsion initiale de tout acte, aussi petit et subtil soit-il, trouve sa source dans l'ego. De la simple réplique verbale aux projets de grandeur, il n'y a aucune entreprise de notre part qui ne repose sur la mécanique interne de ce « moi » pour se réaliser.

Et il me semble important de le mentionner car il est fort déconcertant, *a priori*, de se rendre compte que nous nous « appuyons » constamment sur l'ego pour nous mettre en mouvement. Nous travaillons sur nous-mêmes afin de nous améliorer et avons, pour la plupart, développé un réflexe de retrait lorsque l'ego entre en jeu car il nous semble soudainement que nous voulions nous prouver à nous-mêmes et aux autres. Certes, la ligne est mince entre cette attitude et celle de répondre à un sincère besoin intérieur d'expression ou d'émancipation. Pourtant, il n'y a rien de plus naturel que l'utilisation de la dynamique d'appropriation, de la fonction créatrice et du centre magnétique qu'est l'ego pour servir de levier à toute action – que sa portée soit interne ou externe.

Ne nous reste donc qu'à être constamment vigilants afin de pleinement réaliser lequel des deux loups nous nourrissons à chaque instant.

- Webmestre Zone-7