Por que sofremos? 4 verdades surpreendentes (e libertadoras) sobre a natureza do Ego

Você já sentiu que, por mais que se esforce para organizar sua vida, existe uma exaustão emocional que nunca desaparece? Seja em um conflito áspero no trabalho ou naquela mágoa recorrente em família, parece que a paz é sempre um horizonte que recua quando tentamos alcançá-lo. O que raramente percebemos é que esse cansaço não vem das circunstâncias externas, mas de um sistema de pensamento invisível e implacável. Para *Um Curso em Milagres* , esse sistema é o ego. Entendê-lo não é apenas um exercício intelectual; é o primeiro passo para cessar a guerra interna e despertar para uma realidade de serenidade profunda.

1. O Ego não é quem você é, mas uma "identidade de separação"

A primeira verdade que precisamos enfrentar é contraintuitiva: o ego é uma forma de **idolatria** . Ele é o sinal de um ser que se acredita separado da Fonte, limitado por um corpo e irremediavelmente destinado ao sofrimento e à morte. Protegemos o ego como se ele fosse nossa essência, mas, na verdade, ele é o próprio obstáculo à nossa felicidade.Essa **identidade de separação** manifesta-se de forma gritante na **polarização política** contemporânea. O ego *precisa* do inimigo; ele se alimenta da ideia de que o "outro" é o obstáculo à nossa vontade. Sem um oponente para atacar ou de quem se defender, a ilusão de que somos seres isolados e especiais começaria a desmoronar. O ego prefere estar em conflito do que admitir que a separação é uma mentira."O ego é idolatria; o sinal de um ser separado e limitado, nascido em um corpo, destinado a sofrer e a terminar sua vida na morte."

2. A insanidade do medo disfarçada de segurança

O ego é fundamentalmente **insano** . Ele opera em uma lógica paranoica, acreditando que obteve uma vitória terrível sobre o Próprio Deus ao se tornar "autônomo". Por sentir-se apartado do Infinito, ele vive em um estado de alerta perpétuo, vendo a Vontade divina — que é puro Amor — como uma ameaça à sua existência.Nas **redes sociais** , essa insanidade se traduz na cultura do cancelamento e na agressividade digital. O ego "trema com as figuras dos seus sonhos" e tenta assassinar a reputação alheia antes que possa ser atacado. É uma postura defensiva agressiva: atacamos para garantir uma segurança que nunca chega, pois o sistema de crenças do ego vê o amor como algo amedrontador e o ataque como uma salvaguarda.

3. O verdadeiro preço da autonomia do ego

Frequentemente subestimamos o custo de mantermos nossa "razão" e nossa independência ilusória. A fé no ego cobra um **preço imenso em sofrimento** . A fonte é visceral ao descrever essa dinâmica: vivemos como "seguidores doentios" que preparam o próprio sacrifício.Quantas vezes, em **conflitos familiares** ou no estresse do **ambiente de trabalho** , não estamos, literalmente, derramando nosso sangue emocional diante do altar do ego? Sacrificamos noites de sono, saúde e alegria apenas para sustentar uma autoimagem de vítima ou de herói incompreendido. Essa é a "crucificação diária" que oferecemos em nosso santuário escuro: trocamos a paz pela manutenção de uma identidade que, no fundo, só sabe sofrer."O preço da fé no ego é tão imenso em sofrimento

que a crucificação do Filho de Deus é diariamente oferecida no seu santuário escuro e o sangue tem que ser derramado diante do altar onde os seus seguidores doentios preparam-se para morrer."

4. O "Lírio do Perdão" como tecnologia de cura

Se o diagnóstico parece sombrio, a solução é de uma simplicidade radiante. O perdão não é uma virtude moral enfadonha, mas uma **tecnologia de cura** mental. Um único "lírio do perdão" tem o poder de transformar instantaneamente a escuridão em luz, convertendo o altar das ilusões no santuário da Vida.Perdoar, na visão do Curso, é alcançar a **visão de Cristo** . Isso significa enxergar além das falhas, dos erros e da "loucura" do outro para reconhecer a luz que permanece intacta sob as ilusões do ego. A **redenção** não é algo para o futuro; a Lição 340 nos assegura que a liberdade do sofrimento é possível *hoje* . Ao escolhermos o perdão, a paz é restituída às nossas mentes e lembramos que somos a morada de Deus.

Conclusão: O despertar para o Amor infinito

A verdade libertadora é que o **Filho de Deus** não tem ego. Em sua realidade eterna, você habita em uma alegria que não conhece o pesar e em uma paz que ignora o conflito. O sofrimento é apenas o custo de acreditar em uma ficção. Ao abandonarmos as leis insanas do ego, somos reunidos ao **Coração do Amor** , onde o silêncio é profundo e a segurança é absoluta.Se a dor é apenas o preço de sustentar uma ilusão, o que aconteceria se você decidisse, apenas por hoje, que não precisa mais ter razão, mas apenas ter paz?_