

## En kurs i Mirakler

### 3. Om egots råd...

---

Eftersom Skaparen inom egosystemet har blivit omvandlad till fiende, är det självklart inte Honom vi kan vända oss till, när vi upplever oro, rädsla, självhat. Den enda utvägen måste vara egot själv.

Egot kan jämföras med tro på separation och gör allt för att få oss att tro på att separationen är verklig. Egot vill få oss att tro på en verklighet av synd och ett berättigande av skuld.

En nyckelfaktor i egots tankesystem är att så länge vi känner SKULD, sköter egot "affärerna". "Attraktion till skuld", är vad Kursen ofta refererar till. Så länge vi identifierar oss med egots tankesystem, egots råd – så länge kommer vi också att identifiera oss med egots behov av att få oss att känna skuld.

#### 1:a rådet – förträng skulden.

Egots försvar: "förträng din oro, dina känslor av skuld, synd och skam. Tryck ner dem i ditt omedvetna och låtsas som om de inte existerar." Kursen använder uttrycket **förnekande**.

#### 2:a rådet – lägg skulden på andra.

Egots försvar: "Lägg skulden utanför dig själv. Kasta den på någon annan. Se skulden i din "fiende". Han är ansvarig för allt ditt lidande, all din smärta. Du är inte ansvarig. Det är han som är skyldig. Han bör straffas." **Projektion**, är att lägga ansvaret för våra problem, på andra.

*Syndabockstänkande kommer från bibeln. I 3:je Mosebok, Gamla Testamentet, Tom Kippurs dag. Den heligaste dagen i den judiska kalendern. Synderna från folket överförs till geten. Därefter jagas geten bort från folket. Nu kan de inte längre smittas av sin egen syndfullhet.*

Projektion upprätthålls med vrede. Ilska är att rättfärdiga projektionen – av skulden vi kastat på någon annan. Kursen säger att vrede aldrig är berättigad. Vreden handlar i djupet om att övertyga oss själva om att den andre är skyldig. Inte jag. Vi flyttar ansvaret från oss själva till den andre.

*Ur egots synvinkel* är det av mindre värde vem vi kastar skulden på, vem vi projicerar på. Det kan vara en person, en grupp, ett land, en idé, världsordningen, djävulen eller Gud själv. Det viktigaste för egot är att "någon annan" står som ansvarig för det lidande vi känner. Detta hänger också samman med våra FÖRDOMAR – ett försök att finna "någon" som kan bedömas inte vara lika god som jag själv.

**Vrede konserverar skulden.** Egot berättar inte att det här är bästa sättet att hålla kvar skulden. Vare sig vreden uttrycks eller finns kvar i tankarna, är det verkliga skälet till min ilska, att jag INTE TAR ANSVAR för min egen frustration, mitt eget lidande. Därmed blir det en ond cirkel av skuld, angrepp, attack. Ju starkare skuld-känslor, desto fler attacker. Det som får detta "hjul" att snurra - är SKULDEN. Inga förändringar sker i världen. Vi producerar samma mönster om och om och om igen.

Om det känns bra, gå vidare och läs; "4. om speciella relationer..."

---