

Comment corriger mon habitude de juger les autres ?

Question :

Dernièrement, j'ai pris conscience que j'ai encore beaucoup de ressentiment envers les blancs. Je crois que cela vient de mes vies antérieures ! Chaque fois que je pense qu'il me serait possible d'être en paix, de cesser de juger ce que je vois comme une grossière insensibilité ou de l'hostilité pure et simple, des choses se produisent pour me ramener tout droit à la case départ.

Lorsque j'interroge Jésus à ce sujet, tout ce qui semble me venir à l'esprit est l'idée que je ne devrais pas juger, mais que je ne devrais pas non plus nier ces comportements. Puis, je sens monter en moi la colère et je deviens « méchante », parce que c'est comme me voir en récidiviste qui persiste, sans avoir de recours judiciaires ! Croyez-le ou non, j'aimerais enfin guérir de tout cela. Avez-vous quelques idées ?

Réponse :

Une dernière pièce à ajouter aux excellentes idées que vous avez déjà – c'est-à-dire ne pas juger et ne pas nier - est de prendre conscience du prix à payer pour juger, un thème important dans *Un Cours en Miracles*. Lorsque vous jugez, vous avez peut-être temporairement un bon feeling, celui d'avoir raison et d'être innocente, mais vous ne serez pas vraiment en paix. La paix de l'ego ne dure jamais, c'est d'ailleurs cela qui vous indique que ce n'est pas la paix de Dieu. Vous pourriez donc vous souvenir que lorsque vous êtes tentée de juger, ou même après vous être engagée dans un tollé de jugements, en fait vous êtes en train de renoncer à la paix éternelle de Dieu en voyant les autres comme des pécheurs. Il ne fait aucun doute que les gens font et disent des choses haineuses, mais pourquoi cela devrait-il évoquer nécessairement une réponse de condamnation et de colère ?

Cela ne peut se produire que si vous avez déjà décidé de rejeter la paix de Dieu qui est votre héritage naturel, et vous ne feriez cela que si vous aviez trouvé quelque chose de plus précieux. Si vous l'aviez vu clairement, vous vous seriez interrogée : « Qu'y a-t-il de mieux et de plus signifiant pour moi que d'être telle que Dieu m'a créée ? » Les réponses à cette question pourraient vous éclairer, et elles auraient toujours quelque chose à voir avec le fait de vouloir préserver votre individualité et, par la projection, vous débarrasser du péché et de la culpabilité qui y sont associés. Cette approche serait plus avantageuse que d'être simplement en colère contre vous parce que vous récidivez.

Vous mettre en colère contre vous est un jugement en soi, et comme vous savez, vous ne pouvez pas aller au-delà du jugement... en jugeant. Vous avez donc simplement besoin de vous observer en train de succomber encore une fois à la même tentation, puis au lieu de vous fâcher contre vous, reconnaissez simplement que cela vous coûte la paix de Dieu, et que c'est le prix que vous êtes prête à payer pour avoir raison et dénoncer tous ces « méchants ». Vous séparer des autres de cette façon ne conduit qu'à la culpabilité et à la misère, jamais à la paix. Toutefois cela fait de vous un Fils de Dieu dans l'erreur, pas un misérable pécheur. La haine est un appel à l'amour, et cet appel est en *chacun de nous*.

Source : <http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm>

Question 1057