

## **Que faire au sujet de la culpabilité *de ne pas avoir fait de mon mieux* ?**

### **Question :**

Ma question porte sur des événements présents et passés dans ma vie, ainsi que sur d'autres questions posées ici, soit les questions 215, 195 et 3. Toutes les réponses disent qu'il est important de simplement « faire de son mieux. » Quand je regarde derrière moi des événements passés spécifiques, il y a une voix qui juge et qui dit je n'ai pas fait de mon mieux et que par conséquent, je ne mérite pas la prospérité dont je jouis à présent. Je réussis à regarder au-delà de ces jugements, et à les voir comme des appels à l'amour, mais il y a toujours quelque chose qui ne me laisse pas me libérer totalement de la culpabilité intense que ces jugements produisent. Quand je vois « faites de votre mieux » écrit ici, l'endroit même où je cherche à trouver refuge, je me demande si cet énoncé « faites de votre mieux » n'est pas une sorte de loi qui se reflète dans mon esprit, m'accusant de ne pas faire de mon mieux. Est-ce que cela fait partie du pardon de revoir ces événements passés et de les vivre selon ce que je pense amèrement comme étant « le mieux que j'aie pu faire ? » Et que se passerait-il si c'était le pire que j'aie pu faire ? Est-ce que cela m'aurait exclu de la prospérité que je cherchais dans ma vie ?

### **Réponse :**

La culpabilité au sujet de la prospérité, ou de quoi que ce soit symbolisant le succès dans le monde, découle, plus souvent qu'autrement, de la croyance enfouie dans nos esprits que ce que nous avons obtenu, nous l'avons dérobé aux autres. Par conséquent, nous n'y avons pas droit et ce n'est pas légitime. Nous croyons que notre existence même, en tant qu'individus dans le monde, n'est pas légitime car elle vient de l'avoir volée au pouvoir de Dieu, pour la faire nôtre et Le tuer dans le processus. Le succès et la prospérité dans le monde seront donc associés à ce « crime » (illusoire bien sûr) que nous nous reprochons amèrement. Un terrible sentiment de culpabilité, d'être indigne et sans valeur suivra automatiquement, et c'est pourquoi on nous apprend de nombreuses façons dans *Un Cours en Miracles* que nous avons une seule responsabilité : celle d'accepter l'Expiation, le principe que la séparation de Dieu ne s'est jamais produite. Lorsque ces auto-accusations seront vues comme injustifiées, toute la culpabilité disparaîtra tout simplement. Quand il n'y a plus de culpabilité dans nos esprits, nous devenons simplement des instruments pour l'extension de l'amour, et cela se produit indépendamment de notre situation financière.

Donc, la voix qui vous rappelle constamment que vous ne valez rien et que vous êtes indigne est la voix de l'ego, puisque la culpabilité est le sang qui le garde en vie et dont il se nourrit.

Pas de culpabilité, pas d'ego. C'est ainsi que le premier obstacle à la paix est l'attraction à la culpabilité (**T.19. IV. A. i**). Et l'autre nom pour culpabilité étant haine de soi, les cris qui vous accusent de ne pas faire de votre mieux pourraient bien être des auto-jugements. Ils vous hantent au sujet de votre (notre) stupidité et votre méchanceté de penser avoir pu vous enfuir après avoir tué Dieu, vous être donné par vous-même la particularité qu'Il n'a pas voulu vous accorder. C'est toujours cela qui est au fond de notre culpabilité. Nous critiquer à cause des moins-que-louables efforts dans le monde n'est qu'un écran de fumée destiné à garder notre attention loin de la vraie cause de notre souffrance : notre décision courante de préférer une existence distincte, séparée et particulière en dehors de Dieu et de l'Unité de la Filialité.

Corriger cette folie commence par observer ce qui se passe dans le monde, (y compris notre existence corporelle), comme quelque chose de neutre, puis de se concentrer uniquement sur le *but* pour lequel nous allons les utiliser : soit pour renforcer la séparation (en suivant les conseils de l'ego) soit pour annuler la séparation (en suivant les conseils de Jésus ou du Saint-Esprit).

En ce sens-là, la richesse n'est ni sainte, ni impie, c'est le *but* pour lequel nous l'utilisons qui lui donne sa signification. Faire en esprit ce type de changement est généralement un processus long et progressif à cause de nos défenses et de notre résistance, toutes bien camouflées de notre vue dans nos esprits terrifiés. En ce sens-là, nous faisons réellement de notre mieux. Notre déni est si considérable, et la crainte derrière le déni si intense, qu'il est même étonnant que nous fassions le moindre progrès pour parvenir à nous extirper de la pernicieuse toile de l'ego.

Pour utiliser en exemple une expérience que nous faisons tous : si vous vous réveillez un matin encore un peu somnolant, il se peut que vous soyez instable sur vos pieds, et que votre vision soit floue. Vous faites de votre mieux jusqu'à ce que vous soyez pleinement réveillé et que vous vous sentiez normal à nouveau. Vous ne pouvez pas faire plus que cela, et une personne aimante, douce et gentille ne s'attendrait à ce que vous fassiez plus que cela non plus.

Compte tenu de notre état endormi, de la peur intense dans l'esprit et de notre vision floue, Jésus, en tant qu'enseignant doux et affectueux sait que nous faisons seulement de notre mieux, et jamais il ne voudrait nous réprimander pour ne pas faire de notre mieux, parce que cela ne servirait qu'à rendre l'erreur réelle. Par-dessus tout, il nous aide à nous rappeler qu'avec lui, nous sommes éternellement le Fils sans péché de Dieu.

Source : [www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm](http://www.facimoutreach.org/qa/indextoquestions.htm)

Question 402