

## Faut-il observer exclusivement la culpabilité ontologique ?

### Question :

À une question, vous avez répondu ceci : « Si je choisis le Saint-Esprit, ma leçon sera désormais que j'ai toujours la possibilité de faire un autre choix concernant la culpabilité enfouie dans mon esprit, la relâchant dans la lumière de guérison du pardon, plutôt que de continuer à m'accrocher à elle et la projeter sous une forme déguisée » (question 385). Devrions-nous être conscients de la culpabilité particulière ou de la raison pour la culpabilité qui se trouve derrière la situation ? Ou est-ce mieux d'observer simplement la culpabilité et le châtement dont il est question dans le *cours* parce que nous avons nié notre Soi et rejeté notre Père - toujours la même raison - et demander alors au Saint-Esprit de regarder cela avec nous ? Est-ce que c'est suffisant, ou devons-nous attendre une réponse précise sur une situation précise, guidés par le Saint-Esprit, pour ensuite lui demander de Se joindre à nous ? Lorsque je demande comment regarder d'une autre façon certaines situations, peu importe à quel point elles sont différentes, je me rappelle simplement les mots que j'ai lus dans *Un Cours en Miracles*. Je n'obtiens jamais de réponse précise, comme « tu te punis toi-même pour avoir été minable, égoïste (ou autre chose) » lorsque je me trouve dans telle ou telle situation. Autrement dit, je n'identifie jamais les raisons liées au monde de la forme. Alors, lorsque la situation se représente, je sens que j'ai encore mal agi et je ne me sens pas du tout confiant d'obtenir des résultats ou d'avoir progressé dans ce que je fais, ni au niveau de l'esprit ni au niveau de la forme. Pouvez-vous m'aider avec cela ?

### Réponse :

La culpabilité ontologique sous-jacente dans notre esprit due à la croyance d'être séparé Dieu, de L'avoir attaqué et de L'avoir détruit dans le processus, est le seul problème que nous devons affronter et traiter à jamais. Toutefois, la manière d'entrer en contact avec cette culpabilité dépendra de comment notre esprit l'a déguisée à travers la projection en dehors de l'esprit sur notre corps, ou sur le monde. Nous commençons d'abord par observer nos réactions dans des situations ou lors d'événements, ou bien nous observons notre mémoire à leur sujet, tout ce que l'ego a habilement mais trompeusement mis en place pour que tout soit perçu comme étant la *cause* de nos sentiments, pour que nous ne regardions jamais en direction de l'esprit pour trouver la cause. C'est là où le Saint-Esprit vient changer la donne de l'ego.

Tout ce qui est fait dans le monde comme subterfuge et écran de fumée pour garder cachée la culpabilité dans l'esprit, devient le symbole de cette culpabilité cachée et donc un moyen pour revenir porter l'attention sur notre esprit, où nous pouvons reprendre contact avec lui. Pour que puisse opérer ce renversement (**T.28.II ; Leçon PII.1**), nous devons avoir le désir sincère d'accepter l'interprétation du Saint-Esprit des événements plutôt que la nôtre, ce qui signifie de vouloir reconnaître que nous avons tort sur nos conclusions de ce qui est arrivé. La culpabilité ontologique dans notre esprit peut être projetée sous différentes formes : par exemple, sous forme de maladie dans notre propre corps (comme il est traité à la question 385), de colère envers autrui pour nous avoir blessé ou nui de quelque façon, ou sous forme de culpabilité lorsque nous croyons avoir fait ou omis de faire quelque chose (avec le corps). Cela sert le but d'irresponsabilité de l'ego qui garde nos efforts axés sur le monde extérieur, plutôt qu'en notre propre esprit. Une fois accepté le fait que ces situations ne sont que les symboles de la culpabilité sous-jacente dans notre esprit projetée hors de nous, alors nous pouvons revenir à la source du problème dans l'esprit, et en nous joignant à Jésus ou au Saint-Esprit dans notre esprit juste, et libérer la culpabilité illusoire qui couvre l'amour qui est juste en-dessous.

Ainsi, pour répondre à votre question, il n'est pas nécessaire d'entrer en contact avec la pensée spécifique ou le jugement derrière la culpabilité avec laquelle vous êtes confronté dans une situation particulière. Le fait que vous vous sentiez coupable (ou en colère, frustré, déprimé, malade, etc.) est tout ce dont vous avez besoin de savoir. Mais il faut être très honnête avec soi-même, être certains que nous ne sommes pas en train de nier de façon inconsciente les raisons précises de la culpabilité, parce qu'on croit que ce serait trop douloureux ou difficile (voir la question 335 pour une discussion connexe). Jésus aborde cette question dans le contexte de la peur (mais elle s'applique aussi à la culpabilité) dans le passage suivant : « *Il n'est pas nécessaire de suivre la peur sur tous les chemins tortueux par lesquels elle creuse sous la terre et se cache dans les ténèbres, pour en émerger sous des formes très différentes de ce qu'elle est. Or il est nécessaire d'examiner chacune d'elles aussi longtemps que tu voudras garder le principe qui les gouverne toutes. Quand tu es désireux de les considérer, non pas comme séparées, mais comme des manifestations différentes de la même idée, idée que tu ne veux pas, elles disparaissent ensemble.* » (**T.15.X.5 :1,2,3**). Autrement dit, il ne serait pas bon d'utiliser ce qui pourrait être seulement une compréhension intellectuelle d'un principe du *cours* comme moyen d'éviter d'entrer en contact avec ce que vous croyez être la laideur de votre ego.

Mais si vous vous permettez de ressentir l'excès de haine, le sentiment d'insuffisance, de non-valeur, d'indignité et autre variante de la culpabilité, et si vous ne reculez pas devant ces sentiments douloureux, que vous êtes capable de les regarder en face et honnêtement, alors la raison précise que l'ego peut vouloir vous donner pour vous sentir ainsi n'est pas vraiment importante. Le fait de ressentir que vous répétez sans cesse les mêmes erreurs et que vous ne faites pas vraiment de progrès à tous les niveaux pourrait refléter un certain nombre de choses. Comme il a déjà été noté, si vous utilisez l'idée d'une culpabilité moins précise et plus abstraite dans votre esprit comme une manière d'éviter de regarder ce que vous croyez vraiment sur vous, il vous faudra être aussi honnête que vous pouvez l'être quant à votre désir de soulever les ténèbres - un processus très apeurant pour tout esprit identifié à l'ego.

Vous pouvez également être déraisonnablement impatient avec vous-même -- Jésus, après tout, nous dit que nous ne sommes pas en mesure de juger nos progrès. **(T.18.V.1 :4,5,6)**. Simplement parce que je me vois perdre ma paix quand je me trouve plongé dans une vieille situation familière ne veut pas dire que j'ai échoué un peu plus tôt lorsque j'ai été capable de renoncer à ma culpabilité dans un instant saint. Mais mon ego voudrait me le faire croire, et ainsi j'ai peu de raisons d'espérer, et beaucoup de raisons de désespérer, un résultat dont l'ego se réjouit.

Rappelez-vous que votre part est simplement de lever le voile sur l'obscurité, d'identifier les occasions de péché/culpabilité dans votre propre esprit à mesure qu'elles sont projetées sous diverses formes sur votre corps et dans le monde. Et c'est le doux amour du Saint-Esprit qui vous sortira de ces situations si vous les Lui offrez. Si vous ne faites que cela, vous pouvez avoir confiance que vous escaladez la bonne échelle, celle qui vous mènera à la Maison. Vous n'avez pas nécessairement besoin de savoir combien il y a de barreaux ou combien il y a de marches à monter pour y arriver.

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

Question 603