

LA CULPABILITÉ FONDAMENTALE – OPÉRATION À CŒUR OUVERT

Les textes précédents ont amené l'idée de la culpabilité intrinsèque à l'incarnation sur terre.

Le Cours en Miracles en parle de façon très élaborée car ceci semble concerner tous les êtres humains.

A l'aube d'un passage collectif vers une conscience d'êtres purement créateurs, il m'apparaît pertinent pour les êtres en cheminement que nous sommes de faire un nettoyage en profondeur de toute culpabilité subtile, voire cachée, pouvant encore nous habiter.

Pour ma part, j'ai découvert sur le tard et avec étonnement que je portais une culpabilité profonde ; c'est par le biais de mes pensées et émotions ainsi que l'observation des résultats provoqués par l'auto-sabotage que j'en suis arrivée à ce constat.

Je vous propose ici une synthèse personnelle pour alimenter votre propre réflexion.

Je terminais mon dernier message en parlant d'une loi en psychologie qui dit que :

Tout ce qui est refoulé dans l'inconscient doit être projeté vers l'extérieur.

Ainsi, la culpabilité inconsciente se projette sous forme d'attaque. Le Cours en Miracles dit ceci : quand l'attaque est dirigée vers l'extérieur (les autres), nous l'appelons la colère. Et quand elle est dirigée vers soi, elle devient la maladie. Il va sans dire que la culpabilité étant devenue une réalité pour l'ego, la colère et la maladie sont les 2 seules options qui s'offrent à l'inconscient : Attaquer ou laisser quelque chose m'attaquer ! N'est-ce pas là une révélation de taille !

Cette culpabilité de base pourrait aussi porter le nom de : haine de soi, ou si vous trouvez le mot trop fort : manque d'amour de soi. Les nombreuses approches des dernières décennies sur les causes réelles de la maladie mentionnent fréquemment le manque d'amour de soi.

Du point de vue de l'esprit, la maladie est simplement une défense inconsciente contre la vérité. (Cette affirmation, à elle seule, mérite plusieurs heures de méditation...) Dans la conscience unifiée, rien n'est spécifique ou différent ; tandis que pour l'ego, les haines, les jugements, les classifications de bien et mal sont très spécifiques, en ce sens qu'il doit y avoir un objet extérieur à soi à attaquer ou contre lequel se défendre.

Cette notion subtile d'ennemi peut expliquer les guerres, et aussi les petites guerres relationnelles qui existent entre nous chaque fois qu'il y a situation de gagnant ou perdant... On extrapole à peine en affirmant que l'ego perçoit tout ce qui lui est extérieur comme un symbole de peur. Cette peur qui habite en nous et que nous projetons sur nos frères, est inconsciemment ce qui nous portera à attaquer.

Au quotidien, on peut attaquer de manière très directe, comme par exemple intimider et dominer l'autre, ou le faire sentir coupable ; mais les façons indirectes et plus subtiles comme de devenir dépendant ou victime ainsi que les comportements de retrait et d'indifférence n'en sont pas moins perçues par l'autre comme une attaque. Ici, on peut reconnaître les 4 mécanismes de défense inconscients, appelés aussi mécanismes de domination par James Redfield dans ses ouvrages sur le thème de La Prophétie des Andes. Selon lui, personne n'est exempt de porter l'une de ces défenses. Alors trouvons chacun la nôtre et faisons-nous le cadeau de nous en libérer...

Poursuivons la réflexion :

L'être humain a développé des mécanismes de déni et de projection pour couvrir la culpabilité ainsi que la peur. En projetant l'ennemi à l'extérieur, il s'est sans le savoir inventé un monde menaçant et hostile. Pas étonnant que nous ayons vécu dans la peur ! Nous avons oublié que la source de nos souffrances résidait dans la croyance que nous étions coupables. Inconsciemment, nous avons toujours eu peur que

nos projections se retournent contre nous, et cherchent à nous habiter et à nous blesser à nouveau. Mais comme elles ne nous ont jamais quittés, nous avons été pour ainsi dire forcés de percevoir la réalité extérieure comme hostile, pour ne pas avoir à reconnaître notre vérité intérieure. En clair, la culpabilité lointaine et inconsciente qui nous habite serait à la base de notre système de croyances dualistes.

En ces temps troublés, j'aime me rappeler que le retour à la source est assuré pour chaque être incarné sur cette terre. Cependant, le libre arbitre impose le respect du moment que chacun choisit, même si cela implique que la souffrance continue à se perpétuer sur la planète. L'accélération vibratoire actuelle favorise un réveil des mémoires enfouies dans l'inconscient et même les êtres qui paraissent endormis se souviendront un jour qu'ils ont déjà fait le choix du retour. Au plan personnel, le réveil se présente souvent comme une intensification des choses qui tournent mal dans nos vies. Ces catastrophes personnelles conduisent à l'effondrement d'un système d'illusions que nous avons toujours pris pour la réalité (ce sujet est détaillé dans mon ouvrage : *Dire Adieu aux Illusions*, ed Québecor, dont vous pouvez lire des extraits sur mon site).

Chacun doit un jour se rendre à l'évidence que son bonheur ne peut lui être apporté de l'extérieur, pas plus que son malheur d'ailleurs ! La souffrance est toujours en proportion de la résistance. En effet, plus l'ego est fort et tient à ses scénarios, plus il risque de tomber de haut ! C'est ce qui peut expliquer le burnout, la dépression, les accidents et maladies graves, les ruptures amoureuses, les pertes d'emploi ou d'argent etc... Ces incidents dans nos vies n'ont qu'un seul but : nous sortir de nos dualités et nous rapprocher de La Source, qui est Amour et Unité. Aucune solution ne viendra de l'extérieur pour nous sauver et le fait de résister à cette réalité ne fera qu'augmenter la souffrance.

Ramener tout à l'intérieur est assurément une clé déterminante et cela se nomme RESPONSABILITÉ.

Dans le monde illusoire de l'ego, cette notion a été confondue avec celle de la culpabilité. Ne traduit-on pas souvent : « C'est ta responsabilité » par « C'est de ta faute ». La culpabilité subtile renforce l'ego et justifie ses croyances.

Et si notre véritable responsabilité résidait dans le fait d'assumer que le sentiment de culpabilité est une invention de l'ego séparé de la Source !

Quand on prend conscience que la culpabilité et la libération viennent de la même source, c'est-à-dire de soi-même, on active de ce fait sa propre libération.

Comprenons ce que cela signifie : si rien d'extérieur ne peut nous sauver, rien d'extérieur ne peut nous apporter la paix. Mais en retour, cela signifie également que rien d'extérieur n'a le pouvoir de nous faire du mal, de nous perturber ou de nous enlever notre paix !

J'ai remarqué que plus les moments de paix s'installent en moi et plus mon ancien système de pensée, qui semblait pourtant à toute épreuve...s'effondre. Et plus le désir d'être près de mon être grandit, plus les moments où je ne suis pas centrée deviennent insupportables ! Les anciennes croyances qui refont surface me laissent avec un sentiment de vide, d'ennui et de non-sens à ma vie.

Plus on avance et plus on ressemble à quelqu'un qui a un grand désir de sortir de la prison de l'illusion et de retourner enfin chez soi ...