





FOIRE AUX QUESTIONS :


«*Comment me sortir d'un sentiment de culpabilité ?* » 3^{ème} partie de la réponse


Pour bannir ce sentiment de culpabilité lorsqu'il n'est pas le fruit d'une réflexion libre et lucide, quelques principes de base sont nécessaires :


 **Ne jamais confondre erreur et faute.** L'erreur est une défaillance qui tient à l'imperfection humaine. Elle n'est pas voulue mais subie : j'ai mal fermé le gaz et j'ai provoqué une explosion qui a blessé un voisin ; je suis peut-être responsable devant la loi, mais nullement coupable devant ma conscience. La faute au contraire procède de la volonté : j'ai ouvert le gaz pour détruire ma maison et la faire reconstruire en mieux par les assurances. Je suis coupable de malhonnêteté, coupable d'avoir mis en danger tout mon entourage.


Il y a une nécessaire acceptation de notre imperfection congénitale et d'une image de soi insatisfaisante. Nous ne sommes pas tout-puissants. Dans un sens, il nous est impossible de vivre sans « faire du tort » à quelqu'un. N'ayons pas peur de dire : « excusez-moi... pardon...je suis désolé... »

 **Ne jamais confondre compromis et faute.** Etant donné l'imperfection humaine, il n'est pas toujours possible, dans une action concrète, de sauver toutes les valeurs qu'on aimerait pourtant respecter. Exemple : une épouse voudrait prendre chez elle son père malade, mais le placera finalement dans une maison spécialisée pour « sauver » l'équilibre de son couple ou de sa famille. Le compromis n'est pas compromission. Le compromis tient compte des valeurs prioritaires, c'est-à-dire en général des valeurs qui font passer en premier l'amour du prochain le plus proche.

 **Ne jamais confondre sentiment et faute.** Un sentiment jaillit souvent du plus viscéral de nous-mêmes, il n'est ni bon, ni mauvais : il est ! La vraie question est ce que nous faisons de ce sentiment qui sourd en nous : la faute commence quand ce sentiment est entretenu délibérément dans notre esprit, ou quand on le transforme en gestes hostiles. Exemple : tomber amoureux d'une personne qui n'est pas libre n'est pas une faute, mais entretenir cette rumination intérieure, faire des démarches pour réaliser une rencontre... ce n'est pas cela qui nous aidera à prendre de la distance !

 **Ne jamais relier résultat ou faute.** On ne saurait être coupable de conséquences malheureuses que nous n'avions pas prévues devoir se produire. Ce qui compte pour juger de la valeur morale d'un acte, c'est en premier l'intention qui a présidé à l'acte et non le résultat qui en est advenu.

 **Ne jamais relier épreuve et faute.** Il est vrai qu'il existe une certaine justice immanente qui fait que la faute entraîne souvent de la souffrance. Mais on n'a pas le droit d'affirmer que toute souffrance a son origine dans la faute.

 **Faire surtout l'inventaire du positif et du merveilleux.** Refusant de nous identifier à une erreur ou une faute ponctuelle, nous nous savons capables d'écrire des pages toujours nouvelles de notre vie. Si bien que lorsqu'au terme d'une réflexion, nous pouvons dire loyalement que ce sentiment de culpabilité qui monte en nous n'a aucun fondement raisonnable, nous sommes donc en face d'une fausse culpabilité. Disons alors : « Basta, dehors ! ». Mais pour nous aider à le faire, nous avons encore besoin d'aide...(à suivre)

Père Denis Sonet – in La culpabilité, comment s'en sortir ? – Ed. du Chalet 2001