

## **Conférence de Thomas d'Ansembourg**

### **« De la Culpabilité tétanisante à la responsabilité dynamisante »**

*Contrairement à notre croyance habituelle, la Culpabilité n'est pas un sentiment mais un jugement sur nous-même : nous nous jugeons coupable. Or, tout jugement enferme, limite, arrête, et empêche donc de contacter la réalité qui elle est toujours en mouvement, en changement. Ainsi la Culpabilité nous enferme et nous ronge.*

*Nous nous jugeons souvent coupable lorsque nous sommes partagés entre des sentiments et des besoins pas faciles à vivre ensemble : ce n'est pas facile, par exemple de laisser cohabiter en soi la joie d'être en bonne santé, en sécurité affective et matérielle et la tristesse et la compassion pour ceux qui sont malades, seuls et dépourvus.*

*Nous nous jugeons également souvent coupable lorsque nous sommes dans la confusion par rapport aux responsabilités : de quoi suis-je moi responsable et est-ce que je l'assume ? De quoi l'autre est-il responsable et est-ce qu'il/elle l'assume ? Nous avons tendance à nous culpabiliser en prenant toute la responsabilité sur nous, ou à culpabiliser l'autre en lui faisant porter toute la responsabilité.*

*Cette conférence nous invite à clarifier et démêler ces enjeux afin d'être chacune et chacun plus joyeusement responsable de la dynamique de nos vies.*

---