



FOIRE AUX QUESTIONS :

« *Non, je ne peux pas pardonner !* »

FICHE PRATIQUE POUR ESSAYER DE PARDONNER COMME DIEU LE VEUT :

1) **Impossible de conjuguer ouverture à Dieu et fermeture au frère.**

- On ne s'extrait d'une spirale de violence que par le pardon.
- Le refus de pardon n'est jamais neutre, il contamine toute la personne et a des répercussions sur le corps et le psychisme.
- Le refus de pardon paralyse notre vie dans l'Esprit.

2) **Clés pour entrer dans le pardon.**

- Décider d'arrêter la spirale de la haine.
- Considérer la maladie de mon agresseur (on ne comporte pas de la même manière « à chaud » (=juste après l'offense, et « à froid »).
- Le pardon est un don de l'amour, pour être authentique, il doit être sans réserve, sans retard, sans retour.
- Le pardon est humilité, douceur, patience.
- Le pardon est un don à recevoir pour mieux le redonner.
- Il faut consentir à mon impuissance à pardonner et me laisser remplir par le pardon divin.

Père Joël Guibert

L'art d'être libre – Ed de l'Emmanuel 2013