

Pardonnez



Le pardon n'a rien à voir avec la religion.

Tout être humain a en lui la faculté de se libérer du passé à travers le pardon.

Il existe différentes méthodes.

- Le plus important c'est de demander pardon sincèrement, du plus profond de son cœur. Il peut être adressé directement à la personne concernée ou exprimé au fond de soi.
- Savoir également pardonner sincèrement, du plus profond de son cœur, à celui ou à celle qui nous a blessé.



- Se pardonner est souvent le plus difficile. En sachant qu'en majorité, nous vivons des expériences qui nous permettent d'avancer. Ne plus se culpabiliser mais tirer des leçons de ce que nous avons vécu, dans le but de ne plus recommencer. La paix intérieure peut ainsi remplacer le poids de la culpabilité. Nous pouvons continuer notre chemin avec plus de sérénité.

Ne plus se positionner en victime, mais prendre sa vie en mains.

Se délester de la haine, de la rancœur, du ressentiment, ces poisons qui rongent petit à petit le corps et le cœur.

Le fait de pardonner coupe les liens d'hostilité qui relient les personnes entre elles. Elles retrouvent la paix intérieure qui génère la santé et le bonheur.

Avancer au delà de nos limites et de nos peurs pour continuer notre chemin, libres, légers, plus conscients de l'être d'Amour que nous sommes.