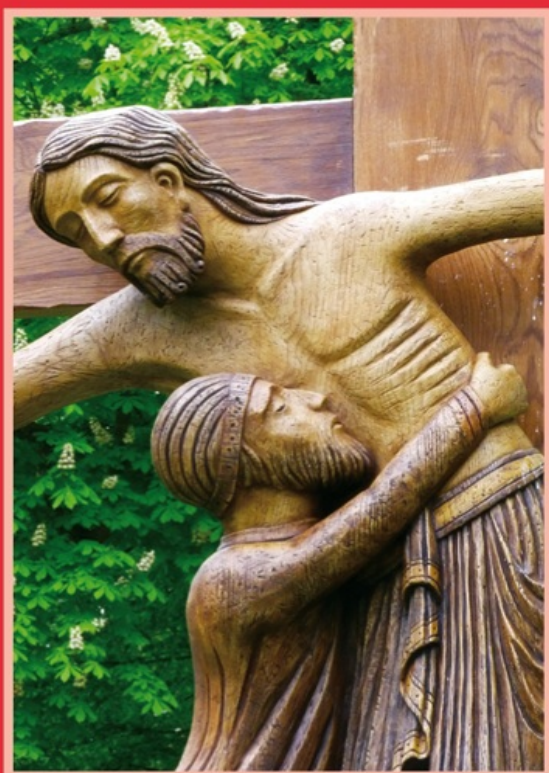


les petits traités spirituels

Bonheur chrétien

Le pardon, source de guérison

Bernadette Lemoine



pts

Ouvrir son cœur au pardon n'est pas une chose facile lorsque nous avons été blessés, meurtris, voire anéantis.

N'est-ce pas plutôt la vengeance qui rétablirait la justice ? Mais alors, Dieu nous donnerait-il un commandement impossible à vivre ?

Pourquoi et comment pourrions-nous répondre à son invitation de pardonner soixante-dix fois sept fois ? Quant à demander soi-même pardon, ne serait-ce pas s'abaisser ou perdre la face ?

Le pardon peut paraître parfois inhumain, injuste et absolument surnaturel. Et pourtant il est bel et bien source de guérison profonde pour tout cœur assoiffé de paix et d'amour.

Ce livre, qui tentera de répondre à ces interrogations, est un baume bienfaisant pour celui qui contemple le Christ, expression de la miséricorde du Père.

*Mère de six enfants,
Bernadette Lemoine est
psychologue et membre d'une
Fraternité Saint Camille de
Lellis. Son ouvrage
Maman, ne me quitte pas !
(Éd. Saint-Paul)
a connu un grand succès.*

PTS

les petits traités spirituels

Bonheur chrétien

Le pardon, source de guérison

Bernadette Lemoine

EdB

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

voulons retrouver la communion rompue, le bonheur perdu.

Jésus, Pardon du Père, nous a montré le chemin du retour et c'est sur la Croix qu'Il a retourné « l'abandon-rupture » en « abandon-confiance » dans le don total de lui-même.

« *Mon Dieu, mon Dieu, pourquoi m'as-tu abandonné ?* » s'est écrié Jésus, juste avant de mourir (Mt 27, 46). Puis : « *Père, entre tes mains, je remets mon esprit.* » (Lc 23, 44)

Cette mort d'amour, cet abandon total de soi dans la confiance, ce retour dans les bras du Père, voilà le Chemin de vie que nous sommes invités à suivre, nous aussi, sachant que la mort n'aura pas le dernier mot ! La Résurrection et la Vie nous sont promises à la suite de Jésus et avec Lui ! À nous de suivre ce chemin... Il n'en est pas d'autre.

Mais comme ce chemin passe nécessairement par la souffrance et la mort, nous avons bien du mal à l'accepter et à le suivre.

¹ Cf. *Maman, ne me quitte pas !* de Bernadette Lemoine et Anne-Marie d'Argentre, éd. Religieuses Saint-Paul, 2000.

NOTRE PÉCHÉ ET LE PARDON DE DIEU

1. Péché et Miséricorde divine

Le mot « péché » provient de la racine du mot hébreu (*Het*) qui veut dire « manquer la cible », « faire dévier ».

On peut figurer le péché par une ligne qui, partant de nous, au lieu de filer droit dans la direction de l'Amour, s'incurve, dévie et rate la cible, ne réalise pas notre **but-amour**. Nous manquons alors à notre vocation.

Nous avons parlé brièvement du péché originel qui est transmis à tous les hommes. Il est effacé par le baptême, nous sommes alors restaurés dans notre filiation divine, mais les conséquences du péché des origines continuent à peser sur nous : outre le fait que nous subissons maintes peurs, souffrances et malheurs, que nous sommes devenus mortels, nous sommes soumis à la tentation et y succombons bien souvent du fait de notre fragilité, de notre faiblesse ; blessés et enclins au mal, nous péchons.

« Si nous disons : “Nous n'avons pas de péché”, nous nous abusons, la vérité n'est pas en nous. Si nous confessons nos péchés, Il est assez fidèle et juste pour remettre nos péchés et nous purifier de toute injustice » (1 Jn 1, 8-9 cité dans CEC § 1847)

Tout péché est une offense personnelle ou collective à l'égard de Dieu. Le péché bafoue la Loi d'amour inscrite en nous et blesse le Cœur de Dieu, nous éloigne de Lui, qui est l'Amour.

Notre péché est toujours à voir à la lumière de la Miséricorde infinie de Dieu qui, par sa Croix et sa Résurrection, a sauvé son

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

combat (CEC § 1422 à 1498).

La difficulté est que « l'accueil de sa miséricorde réclame de nous l'aveu de nos fautes » et il n'est pas toujours facile de se reconnaître pécheur... Pourtant, « c'est sain d'avoir un peu honte... parce qu'elle nous rend plus humbles », nous dit encore le pape François ; et « l'aveu du péché fait entrer dans un chemin de rémission et désarticule le mal » (Nathalie Nabert).

Alors, osons dépasser nos résistances ! Puisque nous sommes aimés inconditionnellement, nous pouvons voir notre péché, en demander pardon et pardonner à notre tour aux autres. Jésus nous aime infiniment et ne nous confond pas avec notre péché. Il est venu partager nos souffrances et nous a montré qu'elles ne doivent pas nous séparer de l'amour.

La guérison que nous cherchons est un processus qui s'accomplit par un mouvement permanent de conversion pour aider l'homme à devenir saint, alors qu'au niveau psychique, c'est l'homme sain qui est le but. Ces deux aspects sont bien différents, mais se complètent admirablement.

3. Guérison dans notre vie psychique

Nous avons déjà dit que tout manque d'amour, réel ou supposé, éprouvé par une personne, blesse celui (ou celle) qui l'éprouve, puisque nous sommes faits pour l'amour : ce manque douloureux fait souffrir et réagir. Ce qui peut être représenté schématiquement ainsi :

Événement blessant → *sensations* → *réaction*
et
émotions

Nous ne sommes pas forcément responsables des événements qui se présentent à nous et nous ne pouvons pas toujours les

éviter ou les faire changer.

Lorsqu'un événement blessant se produit, notre ressenti est douloureux parce que nous sommes sensibles (ni de marbre, ni en bois) ; nous ne pouvons pas ne pas souffrir, ne pas éprouver des émotions, des sensations, des sentiments, à moins de nous mentir à nous-mêmes.

Les sensations s'imposent à nous, désagréables s'il y a une blessure. Une sensation physique de chaleur extrême provoquera une sensation de brûlure ; une insulte humiliante touchera généralement notre amour-propre en nous humiliant, etc.

Ce qu'il est important de souligner, c'est que, si nous ne sommes pas libres de changer nos ressentis, nous restons toujours libres de nos réactions. Nous en sommes responsables.

Parce que nous sommes vivants, nous réagissons instinctivement à la souffrance (chacun selon son tempérament, ses expériences antérieures, etc.), mais peu souvent dans le sens de l'amour. Résultat : nous blessons autrui à notre tour ou nous nous faisons du mal à nous-mêmes.

Très tôt, dans l'enfance, nous avons fait l'expérience douloureuse de manques d'amour, nos parents n'étant pas parfaits, et nous avons cherché à nous protéger de ces douloureux manques d'amour, réels ou supposés tels. Nous avons mis ainsi en place, peu à peu, un système de défense. Il nous a protégés, nous a permis de ne pas être détruits par la souffrance et de construire notre être psychique. Mais ces réactions spontanées, si nous ne les changeons pas, ne nous permettent généralement pas de vivre dans l'amour. Nous aurons donc à mettre en place d'autres réactions plus conformes à notre vocation.

Par exemple : si l'on m'adresse des paroles injustes et agressives, je suis blessée et j'éprouve probablement des

sensations d'injustice, de colère, d'humiliation, etc.

En fonction de mon tempérament, j'ai l'habitude de réagir à ce genre d'agression en agressant à mon tour mon interlocuteur ou en faisant une colère, ou en allant bouder, ou en me refermant sur moi-même, etc.

Événement blessant → sensations → réaction

Au lieu d'agresser mon interlocuteur, ou de bouder, je peux prendre peu à peu l'habitude de rester dans le sens de l'amour, en répondant calmement et fermement, en rétablissant éventuellement la vérité, la justice. Je peux même faire mon profit de la part de vérité que contenaient peut-être ces paroles désagréables. Rappelons-nous, d'ailleurs, que, bien souvent, ceux qui agissent en ennemis nous révèlent nos blessures non encore guéries... et peuvent ainsi nous être utiles !

Enfin, je peux choisir de m'unir à Jésus qui a subi des insultes ô combien injustes et agressives. Cette blessure de mon affectivité peut me faire progresser dans ma vie spirituelle.

4. Articulation entre vie spirituelle et vie psychique

Nous venons de voir à l'œuvre, dans ce dernier exemple, les liens étroits qui existent entre notre psychisme et notre vie spirituelle. Quand nous guérissons de nos réactions humaines contraires à l'amour, nous aimons de mieux en mieux.

L'image de Dieu qui a été déformée et qui est inscrite en nous se rectifie peu à peu, devient plus ressemblante à son modèle.

Ce changement progressif de nos réactions sera grandement facilité par les moyens humains que sont un certain nombre de thérapies, au rang desquelles je citerai particulièrement la méthode Vittoz. Les aides psychologiques dont nous disposons sont les bienvenues car elles préparent le terrain, parfois bien

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

réconciliation.

De même, un pardon qui est donné avec amour peut être refusé. Mais du point de vue de celui qui a pardonné, le pardon reste le pardon.

– Pardonner, c'est renoncer à la dette que l'autre a contractée envers moi. Je la lui remets, je la paie moi-même en quelque sorte, à sa place, et je la paie en monnaie d'amour, puisqu'en me blessant, en manquant d'amour envers moi, il a fait un « trou d'amour ».

Jésus l'a comblé pour nous : toutes nos dettes d'amour, nos manques d'amour innombrables envers notre Père, Il les a payés Lui-même en donnant sa vie, en aimant jusqu'à mourir d'amour sur la Croix. C'est ainsi qu'il nous a rétablis dans notre filiation divine. Il a mis sa Croix en travers de la faille immense causée par nos nombreux péchés. En passant par la Croix, à sa suite, nous sommes de nouveau reliés au Père.

Alors, si pardonner, c'est payer nous-mêmes les dettes d'amour de ceux qui nous blessent, nous est-il vraiment possible de pardonner ? C'est tellement exigeant... et cela paraît franchement injuste !

Mieux vaut répondre tout de suite que, tout seuls, nous ne le pouvons pas : c'est humainement impossible dans de très nombreux cas.

D'ailleurs, beaucoup de non-chrétiens ont du mal à comprendre le pardon et y voient un déni de justice, une impardonnable faiblesse. Le monde païen ne connaissait pas le pardon. Au mieux, il y avait la clémence d'Auguste, l'indulgence, mais ce n'est pas le pardon. Pas davantage de pardon dans l'Islam. Pour les tenants du New Age, même manque, donc, il faut payer, d'où la notion de Karma. Et on n'a jamais fini de payer...

Il n'est pas rare d'entendre dire : « Je voudrais bien lui pardonner, mais je n'y arrive pas. » Et pourtant, ne nous est-il pas demandé de pardonner 77 fois 7 fois ? C'est-à-dire indéfiniment, sans limites, toujours...

Comment accepter de payer à la place de celui qui s'est comporté en ennemi et qui nous a blessés parfois gravement ? Nous en subissons les conséquences, peut-être toute notre vie, et il faudrait lui remettre sa dette ? ! Si le pardon est humainement impossible, il est heureusement divinement possible.

7. Faire alliance avec Jésus

Avec le Christ, parfait Don d'Amour que le Père nous a donné, en suivant Jésus et en marchant à sa suite, nous pourrions pardonner, car nous n'y arriverons jamais tout seuls. Mais attention ! Le Seigneur n'est pas un magicien qui ôtera la rancune de nos cœurs et désarmera nos désirs de vengeance ! Et bon débarras pour nous ! Une petite prière et nous n'avons rien d'autre à faire...

Nous sommes invités à faire alliance avec Lui pour nous engager sur un chemin de pardon.

Une alliance consiste toujours à mettre en commun ce que chacun peut apporter pour réaliser une œuvre commune. Et Jésus a l'habitude de faire avec ce que l'homme lui apporte, même si c'est peu, comme à Cana et lors de la multiplication des pains.

Notre rancune est bien la nôtre et nos désirs de vengeance sont bien les nôtres. Notre liberté et notre responsabilité sont engagées : ou bien réaliser notre désir de vengeance ; ou bien prendre conscience de notre désir de nous venger et réorienter dans la direction de l'Amour nos forces tentées par la vengeance.

Cette réorientation, ce mouvement de conversion, est au-dessus de nos forces ! C'est pourquoi il n'est possible qu'en faisant alliance avec Jésus. Cette alliance sera comme une « direction assistée », qui démultipliera nos pauvres forces et nous aidera à changer de direction.

Alors, voyons plus concrètement encore, et dans le détail, comment avancer sur un chemin de pardon.

8. Le Pardon : De la Croix à la Résurrection

Qu'avons-nous à faire pour participer à cette démarche ? Il s'agit bien, en effet, d'une démarche et, comme toute démarche, cela suppose une succession de petits pas longuement répétés. Cela se réalise dans le temps et implique une durée parfois très longue.

Un bon allié du pardon est l'humilité ainsi que la capacité à ouvrir son cœur.

Ces petits pas s'effectuent en trois temps ; nous allons détailler ces trois étapes qui permettront au Christ de pardonner en nous.

Pour préparer cette longue marche, nous commencerons par prier et supplier le Seigneur de nous donner la grâce de pardonner, ce que nous continuerons à Lui demander tout au long de la démarche. Naturellement, nous rendrons grâces lorsque notre cœur aura été libéré, avec l'aide du Seigneur, de la haine et de la rancune et que la paix sera là.

La prière nous accompagnera donc du début jusqu'à la fin et nous maintiendra dans l'Alliance sans laquelle nous ne pourrions pas avancer sur le bon chemin.

Voilà par quelles étapes détaillées s'effectuera notre participation active à la démarche de pardon :

a. Premier pas : je prends conscience de l'ensemble de la

Ces pages ne sont pas disponibles à la pré-visualisation.

2. Philippe Madre, *Discernement des esprits*.
3. Doudou, *Évangéliser – canon 211, 1^{re} partie (épuisé)*.
4. Évelyne Madre, *L'abandon à la Providence*.
5. Georgette Blaquièrre, *À la louange de sa gloire (épuisé)*.
6. P. Emiliano Tardif, *Le charisme de guérison*.
7. Philippe Madre, *Le charisme de connaissance (épuisé)*.
8. P. Claude-Jean-Marie Fould, *Prier en langues (épuisé)*.
9. Philippe Madre, *Prières pour assemblée (épuisé)*.
10. Philippe Madre, *Abba, Père ! Prières pour la Vie (épuisé)*.
11. P. Pierre-Marie Soubeyrand, *L'accueil de l'Esprit*.
12. Jacques Myon, *La Dîme et l'Église (épuisé)*.
13. P. José Rodier, *Le charisme du pasteur*.
14. P. François-Régis Wilhélem, *Dociles à l'Esprit*.
15. Philippe Madre, *Adoration et Consolation, simples prières*.
16. P. François-Régis Wilhélem, *Renouveau dans l'Esprit, le temps des discernements*.

* Disponible en livre numérique à télécharger sur notre site internet : www.editions-beatitudes.fr

17. P. Jean Pliya, *Après la guérison et la délivrance : la marche vers la conversion*.
18. Cal Vanhoye, *L'amour en actes*.
19. Guiseppa Bentivegna, *Jésus-Christ médecin des âmes et des corps*.
20. Márcio Mendes, *La prière en langues*.
21. Cyril John, *La force de la prière d'intercession*.
22. Gilles Féran, *L'intimité avec Dieu*.
23. Gilles Féran, *La ferveur de l'Esprit*.
24. Denise Bergeron, *Grandir dans l'exercice des charismes*.

Série III « Bonheur chrétien »

1. Sr Marie-Laetitia, *Le secret de la joie*.
2. Sr Thérèse, *Amour et sacrifice (épuisé)*.

3. Sr Marie-Laetitia, *Le pari de la douceur*.
4. P. Pierre Dumoulin, *Sois mon témoin (épuisé)*.
5. Philippe Madre, *La simplicité de cœur (épuisé)*.
6. P. Pierre Dumoulin, *Job – une souffrance féconde (épuisé)*.
7. P. Étienne Richer, *L'audace de la charité (épuisé)*.
8. Philippe Madre, *Prières pour la guérison*.
9. Jackie Desbois, *Lettre à un dépressif*.
10. Louis Sahuc, *La grâce d'écouter (épuisé)*.
11. Sr Anne de Jésus, *L'accompagnement spirituel (épuisé*)*.
12. P. Didier-Marie, *La relation d'accompagnement*.
13. P. Jean Philibert, *Bienheureuse conversion (épuisé)*.
14. Philippe Madre, *Être guide spirituel (épuisé)*.
15. Philippe Madre, *Culture de Vie, blessure de vie*.
16. P. Bernard Ducruet, *Le combat spirituel*.
17. P. Bernard Ducruet, *La paix du cœur*.
18. P. Bernard Ducruet, *L'autorité en communauté*.
19. P. Olivier Ruffray, *Célébrer la réconciliation*.
20. Charles Prince, *36 manières d'aimer*.
22. P. Bernard Ducruet, *L'humilité – selon St Benoît*.
23. P. Bernard Ducruet, *L'obéissance retrouvée (épuisé*)*.
24. Sr Anne de Jésus, *L'enfant du Père*.
25. J. Laflûte-Marietti, *Se réconcilier avec soi-même*.
26. Lucienne Sallé, *Femmes de Foi, Femmes d'Église*.
27. Christian Reynaud Monteil, *Quand une souffrance en cache une autre, propos sur « une dépression »*.
28. Michel Martin-Prével, *Lettre aux divorcés (épuisé*)*.
29. P. Dominique Bertrand, *Mystère et sagesse du corps*.
30. Bénédicte Rivoire, *Celui que tu aimes va mourir, fais-le vivre !*
31. P. Jean-Marie Petitclerc, *Accompagner un jeune blessé, sur les chemins d'Emmaüs (épuisé*)*.

32. M. Martin-Prével, *La communion de désir, pour ceux qui ne peuvent pas communier à une messe.*
33. Sr Élisabeth de Jésus, *Le secret de la pureté du cœur.*
34. Dr Monique Killmayer, *L'accueil de la vie, un défi pour aujourd'hui.*
35. P. Raniero Cantalamessa, *Mariage et famille selon la Bible.*
36. Bernadette Lemoine, *Le secret de la vraie réussite.*
37. Stephen Wang, *Comment découvrir sa vocation.*
38. Élisabeth et Dominique Lemaître, *Le mariage, chemin eucharistique.*
39. Bernadette Lemoine, *Le pardon, source de guérison.*

Ce livre vous a plu,
vous pouvez, sur notre site internet :
donner votre avis
vous inscrire pour recevoir
notre lettre mensuelle d'information
consulter notre catalogue complet,
la présentation des auteurs,
la revue de presse, le programme des conférences
et événements à venir ou encore feuilleter
des extraits de livres :
www.editions-beatitudes.fr

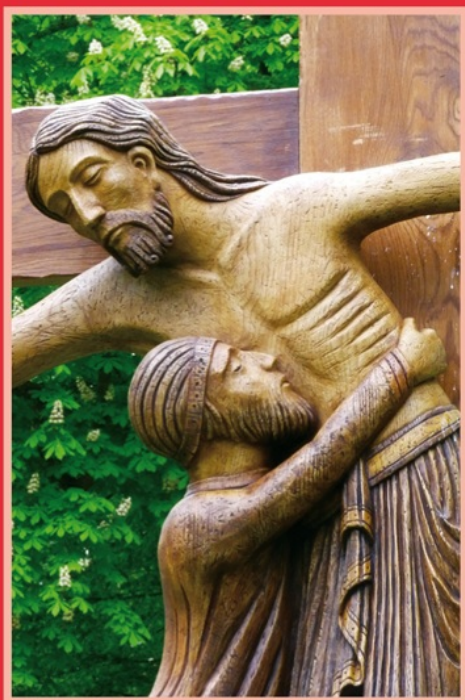
PTS

les petits traités spirituels

Bonheur chrétien

Le pardon, source de guérison

Bernadette Lemoine



EdB