

VICTORIEUX PAR LE PARDON

Cette feuille vous aidera à cheminer au travers du processus de pardon afin d'être totalement libéré de toute blessure et de toute culpabilité ou honte. (En étant honnête avec vous-même)

Si vous proposez ce document à une personne, demandez leur de visionner auparavant les capsules qui traitent le sujet du pardon

1. Les faits et circonstances

Pensez à la personne qui vous a blessé

..... m'a dit telle ou telle parole
à l'occasion de,
ou dans telle situation.....

Ces paroles m'ont affectées et ont mis une distance et un désaccord entre et moi.

2. La blessure

Ses paroles et son attitude m'ont blessé, parce ce que

Et cette blessure a généré en moi de mauvaises pensées et de moments sentiments à l'égard de....., tels que

Ecrivez une phrase sur tous les sentiments qui pourraient vous freiner à vouloir pardonner à cette personne, comme la colère, la douleur, le désir de punir, la peur, ...

Je prends conscience que cette blessure s'est transformée

en amertume et colère, (ou autre), et que depuis je me suis laissé piéger par mon cœur et mes pensées.

3. Décision de pardonner

Je décide de ce jour pardonner à
pour telle chose.....

Déclaration : « Je fais le choix de pardonner parce que le Seigneur lui même m'a pardonné, parce que je souhaite me libérer de tout piège tendu par l'ennemi de mon âme qui cherche à me tenir captif. »

« Je choisis de relâcher tout sentiment de colère,

Je choisis de relâcher tout sentiment de haine,

Je choisis de relâcher tout sentiment de vengeance,

Je choisis de relâcher tout sentiment d'amertume,

Je choisis de relâcher tout sentiment d'envie,

Je choisis de relâcher tout sentiment de tristesse,

Je choisis de relâcher tout sentiment de douleur,

Je choisis de relâcher tout ressentiment, »

4. Mes bienfaits

- Joie
- Bonheur
- Liberté
- Santé
-

Faites une phrase avec la liste de tous les bienfaits libérateurs, et qui mette en avant tous les sentiments restaurés par le pardon accordé.

Je m'engage à pardonner à
Et à me libérer de tous les sentiments négatifs et toutes les conséquences que cette situation a pu généré dans ma vie, ma famille, mon entourage et sur ma santé.

J'accepte qu'en pardonnant à....., cela me rende plus heureux, plus aimant, plus....., plus....., plus....., et que ma vie sera une vie épanouie et heureuse, dans laquelle tout mon potentiel sera libéré, et ma relation avec Dieu restaurée.

Au cas où vous choisissiez de pardonner, mais que ce dernier n'est **pas encore effectif**, à cause de la situation particulièrement difficile, alors dite-le à Dieu :

« Père, je choisis de pardonner à
pour

Même si aujourd'hui cela m'est encore difficile, je te demande ton aide et la force de rentrer totalement dans ce pardon pour qu'il devienne effectif.

Je sais que tu veux le meilleur pour moi, et pour lui, et souhaite prendre comme modèle Jésus, qui lui aussi a pardonné à ses persécuteurs.

Je choisis l'amour et la compassion, plutôt que la colère, la haine ou l'amertume.

DANS LE CAS, où **vous même, avez besoin de demander pardon** à une personne,

Etablissez la même liste selon le même ordre :

1. Les faits et circonstances (en vous mettant à la place de la personne que vous avez offensé)

2. Les blessures engendrées par votre comportement à l'égard de la personne, tels que ...
3. La décision d'aller lui demander pardon
4. Les bienfaits que la personne va ressentir, et vous aussi.
5. **La manière dont vous pouvez réparer**

Inscrivez ici toute autre prière ou engagement que vous désirez prendre :

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Soyez bénis

Matthieu 18.21-22 Alors Pierre s'approcha et lui dit : Seigneur, combien de fois pardonnerai-je à mon frère, lorsqu'il péchera contre moi ? Jusqu'à sept fois ? Jésus lui dit : Je ne te dis pas jusqu'à sept fois, mais jusqu'à soixante-dix fois sept fois.