

Ecrit par LEBEAU Alain

LE POUVOIR DU PARDON

RETROUVER LA PAIX SELON LA
PAROLE DE DIEU



ÉDITION SPÉCIALE



PAGE COPYRIGHT

Copyright

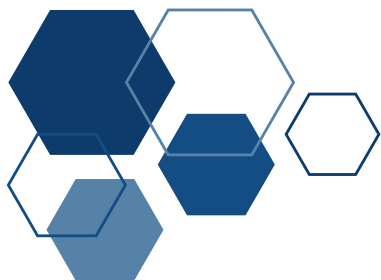
© 2025 Alain Lebeau — Tous droits réservés.

Aucune partie de cet ouvrage ne peut être reproduite, copiée, stockée, modifiée ou transmise, sous quelque forme que ce soit (imprimée, numérique, audio, vidéo ou autre), sans l'autorisation écrite et préalable de l'auteur.

Toute reproduction ou diffusion non autorisée constitue une violation des articles L111-1, L112-2 et L122-4 du Code de la propriété intellectuelle, et pourra entraîner des poursuites judiciaires.

Pour toute demande d'autorisation ou de contact :

 contact@christ-en-moi.com





SOMMAIRE

Introduction

- Chapitre 1 — Qu'est-ce que le pardon selon Dieu ?
- Chapitre 2 — Le pardon dans la Bible: Le cœur de Dieu
- Chapitre 3 — Pourquoi pardonner est vital
- Chapitre 4 — Les blessures les plus difficiles à pardonner
- Chapitre 5 — Comment pardonner: La méthode biblique en 5 étapes
- Chapitre 6 — Se pardonner soi-même
- Chapitre 7 — L'égo: Le plus grand ennemi du pardon
- Chapitre 8 — Le pardon n'est pas se remettre en danger
- Chapitre 9 — Le pardon et la restauration des relations
- Chapitre 10 — Conclusion: Marcher chaque jour dans la grâce
- Chapitre 11 — Ce que le pardon m'a appris



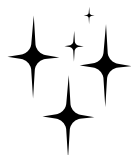
Introduction

Pardonner fait partie des choses les plus difficiles que Dieu demande à l'homme. Non seulement parce que la blessure fait mal et laisse des traces profondes, mais aussi parce que notre ego vient s'y mêler et freine le pardon. Avec le temps, j'ai compris que ce n'est pas uniquement la douleur ou la blessure qui bloque le pardon, mais ce "moi intérieur" qui refuse de lâcher prise, qui veut avoir raison, qui veut garder la dette de l'autre. L'ego est un ennemi silencieux. Il dit : « C'est à lui de venir », « Je ne veux pas passer pour le faible », « Je ne veux pas perdre la face ». Mais l'ego n'est pas notre véritable identité. C'est une construction basée sur la peur, la fierté et les blessures. Et tant qu'il reste debout, le cœur reste prisonnier.

Jésus nous appelle à un autre chemin :

« Si quelqu'un veut venir après moi, qu'il renonce à lui-même... » (Matthieu 16:24)

Renoncer à l'ego, ce n'est pas s'effacer : c'est se libérer. C'est retrouver la paix et la guérison du cœur. Ce livre t'aidera à comprendre le pardon selon Dieu et à avancer vers une liberté réelle, profonde, durable.





CHAPITRE 1 — Qu'est-ce que le pardon selon Dieu ?

Quand on parle de pardon, beaucoup pensent que cela signifie oublier, minimiser la blessure ou faire comme si rien ne s'était passé. Pourtant, la Bible présente le pardon d'une manière bien différente. Le pardon n'est pas une émotion, ni un sentiment qui arrive tout seul avec le temps. Le pardon est une décision spirituelle, un acte volontaire qui libère ton cœur.

◆ **Le pardon ce n'est pas d'oublier**

Dieu ne te demande pas d'effacer ta mémoire. Certaines blessures marquent profondément. Le pardon, ce n'est pas nier le mal, c'est refuser de laisser ce mal continuer à te contrôler.

◆ **Pardonne, ce n'est pas excuser**

Pardonne ne veut pas dire : « ce qu'il m'a fait est normal ». Le mal reste le mal. Mais tu choisis de ne plus laisser la blessure te dominer.



◆ **Le pardon n'est pas un sentiment**

Beaucoup attendent que leurs émotions changent pour pardonner. Mais la Bible dit l'inverse :

👉 Tu choisis de pardonner, et les émotions suivent plus tard.

◆ **Le pardon, c'est libérer une dette**

Dans la Bible, pardonner signifie "relâcher", "laisser partir". Tu reconnais que la personne t'a blessé, mais tu décides de ne plus garder la dette contre elle.

Tu remets la justice dans les mains de Dieu.

« Pardonnez-vous réciproquement... comme Christ vous a pardonné. » (Éphésiens 4:32)

◆ **Le pardon te libère toi**

Ce que beaucoup oublient, c'est que pardonner ne libère pas d'abord l'autre...

👉 Le pardon te libère toi. Tant que la rancœur reste, ton âme est enfermée. Tu perds la paix, tu t'éloignes de la présence de Dieu, tu perds la joie. Mais quand tu pardonnes, quelque chose se brise à l'intérieur :

- les chaînes tombent,
- l'amertume disparaît,
- et ton esprit respire à nouveau et se reconnecte avec le Seigneur.

◆ **Le pardon, c'est marcher comme Dieu**

Dieu ne nous pardonne pas parce qu'on le mérite.
Il nous pardonne par amour. Et, Il nous appelle à
faire de même.

« Supportez-vous les uns les autres, et pardonnez-
vous... comme Christ vous a pardonnés. »

(Colossiens 3:13)

Pardonner n'est pas une faiblesse.

C'est une obéissance.

C'est une puissance spirituelle.

Et c'est le début de la guérison.



★ CHAPITRE 2 — Le pardon dans la Bible : Le cœur de Dieu

Le pardon n'est pas une simple recommandation dans la Bible : c'est le cœur même de Dieu. Sans le pardon, il n'y a pas de salut, pas de grâce, pas de vie nouvelle. Toute l'histoire biblique repose sur un Dieu qui veut restaurer l'homme et non le détruire.

◆ Dieu pardonne parce que c'est sa nature

Dans l'Ancien comme dans le Nouveau Testament, Dieu se révèle comme un Dieu qui pardonne.

« L'Éternel est miséricordieux et compatissant, lent à la colère et riche en bonté. » (Psaume 103:8) Le pardon n'est pas un simple acte : il découle du caractère même de Dieu.



◆ **Le prix du pardon : la croix**

Le plus grand acte de pardon n'est pas une parole... C'est un sacrifice. Pour nous pardonner, Dieu n'a pas utilisé des excuses ni des négociations. Il a donné Son Fils unique. « Sans effusion de sang, il n'y a pas de pardon. » (Hébreux 9:22)

La croix représente :

- le prix du péché
- la profondeur de l'amour de Dieu,
- et la vraie définition du pardon.

Tu veux comprendre le pardon ?

👉 Regarde Jésus crucifié, disant :

« Père, pardonne-leur... » (Luc 23:34)

◆ **Jésus enseigne un pardon illimité**

Pierre demande à Jésus : « Jusqu'à sept fois ? »

Jésus répond : « Jusqu'à 70 fois 7 fois. »

(Matthieu 18:21-22)

Pourquoi ?

1 - Parce que Jésus nous appelle à pardonner sans compter. 2 - Parce que le pardon est un chemin que l'on choisit chaque jour.

◆ **La parabole du serviteur impitoyable**

Jésus raconte l'histoire d'un homme qui reçoit un énorme pardon de son maître, mais refuse de pardonner une petite dette à un autre serviteur.

Conclusion de Jésus :

☞ Celui qui ne pardonne pas bloque la grâce de Dieu dans sa propre vie. "C'est ainsi que mon Père vous traitera, si vous ne pardonnez pas de tout votre cœur."

(Matthieu 18:23-35)

Cette parabole montre deux vérités importantes :

1. La grâce que Dieu nous a donnée dépasse tout ce que nous avons à donner.
2. Refuser de pardonner ferme la porte à la paix, à la guérison et à la grâce.

◆ **Le pardon révèle la maturité spirituelle**

Plus une personne connaît Dieu,

☞ plus elle pardonne vite.

Moins elle connaît Dieu,

☞ plus elle garde les blessures et la fierté.

Le pardon n'est pas un signe de faiblesse.

C'est un signe de profondeur spirituelle.

★ CHAPITRE 3 — Pourquoi pardonner est vital

On pense souvent que pardonner, c'est "faire plaisir à l'autre", ou "perdre la face". En réalité, pardonner n'est pas un cadeau que tu fais à la personne qui t'a blessé. C'est d'abord un acte d'obéissance envers Dieu, qui ouvre la porte à la liberté intérieure du cœur et de l'âme. Le pardon est vital pour ton cœur, ton âme, et ta relation avec Dieu.

◆ 1. Le pardon te libère intérieurement

Tant que tu ne pardonnes pas, tu restes attaché, lié à ce qui t'a blessé. La personne qui t'a blessé continue sa route, mais toi tu restes prisonnier dans ton cœur et spirituellement. La rancœur te détruit lentement de l'intérieur et t'enchaîne en silence.

Elle crée :

- de l'amertume,
- de la colère,
- de la fatigue mentale,
- un sentiment de lourdeur spirituelle.

Le pardon brise ces chaînes.

☞ Il enlève le poids intérieur que la rancœur entretenait.

☞ Il te rend la paix.

☞ Il restaure ton cœur.



◆ 2. Ne pas pardonner ouvre des portes dangereuses

La Bible dit clairement : « Si vous ne pardonnez pas, votre Père ne vous pardonnera pas non plus. »

(Marc 11:25)

Ce n'est pas une menace.

C'est un principe spirituel : 🖐️ L'amertume ferme la porte à la grâce.

Quand tu refuses de pardonner, tu laisses l'ennemi :

- influencer tes pensées,
- amplifier tes blessures,
- t'éloigner de Dieu,
- te maintenir lié à la blessure et te garder captif dans l'amertume,

Le pardon te libère et ferme la porte à l'ennemi.



◆ 3. Le pardon guérit le cœur

Beaucoup pensent qu'ils doivent attendre d'être guéris pour pardonner. Mais en vérité : 🖐️ c'est le pardon qui ouvre la porte à la guérison. Le pardon ne nie pas la blessure, mais il crée l'espace nécessaire pour que Dieu agisse.

Quand tu pardonnes, tu confies la situation à Dieu et tu lui laisses la place pour :

- lui laisser le soin de faire justice,
- restaurer ton cœur,
- apaiser la douleur,
- réparer ce qui a été abîmé,
- te donner une paix qui dépasse l'entendement.

La guérison commence le jour où tu dis sincèrement : « Seigneur, je relâche et je décide de pardonner. »

◆ 4. Le pardon te reconnecte à Dieu

Rien n'abîme plus la vie spirituelle qu'un cœur plein d'amertume. L'amertume t'éloigne et t'empêche d'entendre Dieu, de sentir sa paix, de prier avec foi.

Mais quand tu pardonnes :

- la présence de Dieu revient,
- la paix revient,
- Dieu te purifie et guérit toutes tes blessures.

Le pardon ouvre un canal direct avec le Seigneur.

◆ 5. Pardonner, c'est vivre léger

Les personnes qui pardonnent avancent plus librement. Celles qui refusent de pardonner vivent avec un poids permanent en elles. Et tant qu'elles ne pardonnent pas, elles se ferment elles-mêmes au pardon de Dieu. C'est très grave. Pardonner ne change pas le passé, 👉 mais ça libère ton avenir.

Pardonne, c'est choisir :

- la liberté,
- la paix,
- la maturité spirituelle,
- de suivre la volonté du Seigneur et de le laisser faire justice.



★ CHAPITRE 4 — Les blessures les plus difficiles à pardonner

Pardonner une petite faute est toujours possible. Mais lorsque la blessure touche profondément le cœur, le pardon devient un véritable combat. Dans ce chapitre, nous allons voir les blessures qui marquent le plus et pourquoi elles sont si difficiles à libérer.

◆ 1. La trahison

La trahison est la blessure la plus douloureuse, parce qu'elle vient presque toujours de quelqu'un qu'on aimait ou en qui on avait confiance. Quand quelqu'un te trahit, ce n'est pas seulement un acte...

☞ C'est un effondrement intérieur. Tu te sens trompé, abandonné, humilié.

Même Jésus a été trahi : par Judas... l'un de ses disciples. Pourtant il n'a pas laissé la haine gouverner son cœur. Avec Dieu, toi aussi tu peux cheminer vers le pardon.

◆ 2. L'abandon

Être abandonné crée une peur profonde :

- peur d'aimer,
- peur de s'ouvrir,
- peur d'être à nouveau rejeté.

☞ L'abandon laisse une cicatrice qui peut influencer toute une vie. Pardonner l'abandon, c'est tourner la page et recommencer à vivre sans cette blessure ouverte.

◆ 3. Les paroles qui détruisent

Les mots blessent parfois plus que les actes. Une parole dure peut rester gravée pendant des années.

Des phrases comme :

- « Tu n'es rien »,
- « Tu ne réussiras jamais »,
- « Tu ne vaux pas mieux »,
- sont des flèches qui touchent l'identité.

Le pardon dans ce cas restaure l'image de soi et fait taire les mensonges.

◆ 4. Les injustices

Quand tu subis une injustice, tout en toi réclame réparation. Ton cœur dit : « Ce n'est pas juste ! »

L'injustice crée une colère profonde.

Mais pardonner ne signifie pas nier l'injustice...

👉 Cela signifie remettre la justice à Dieu.

« À moi la vengeance, à moi la rétribution »

(Romains 12:19)

Dieu juge mieux que nous.



◆ 5. Les blessures familiales

Les blessures venant de la famille sont les plus difficiles à pardonner parce qu'elles touchent les fondations mêmes de la vie :

- un parent dur,
- un frère jaloux,
- un conjoint irrespectueux,
- un enfant ingrat...

Ces blessures sont profondes car elles viennent de proches. Mais pardonner permet de briser les chaînes familiales qui se transmettent de génération en génération.

◆ 6. Quand la personne ne s'excuse jamais

C'est souvent le pire cas. Tu attends une excuse...

Mais elle ne viendra peut-être jamais. Il faut comprendre une chose :

☞ Tu n'as pas besoin de l'excuse de quelqu'un pour être libre.

☞ C'est ta décision qui te libère, pas son regret.

Le pardon ne dépend pas de l'autre. Il dépend de toi. Ces blessures sont réelles, profondes, et parfois anciennes. Mais aucune blessure n'est trop grande pour Dieu. Si tu décides de pardonner, même dans la douleur, Lorsque tu choisis de pardonner, le Seigneur commence en toi une œuvre de guérison.

★ CHAPITRE 5 — Comment pardonner: La méthode biblique en 5 étapes

Pardonner est souvent difficile parce qu'on ne sait pas comment faire. La Bible donne pourtant un chemin clair, simple et puissant. Voici la méthode en 5 étapes qui permet de pardonner même les blessures les plus profondes.

◆ 1. Reconnaître la blessure

Tu ne peux pas pardonner ce que tu refuses de voir. Dieu ne te demande pas de minimiser ce que tu as vécu. Il te demande d'être vrai.

Dis-toi simplement :

☞ "Oui, j'ai été blessé. Oui, ça m'a fait mal."

La guérison commence par la vérité.

◆ 2. Décider de pardonner (la volonté avant les émotions)

Pardonner n'est pas un sentiment. C'est une décision spirituelle. Tu peux être brisé, trembler, avoir encore mal...

Mais si tu dis :

☞ "Seigneur, je choisis de pardonner", le processus commence.

Dieu regarde ta décision, pas ton émotion.

◆ 3. Lâcher la dette devant Dieu

Le pardon signifie :

☞ "Je ne lui réclame plus ce qu'il me doit."

☞ "Je ne veux plus être juge dans cette situation."

Tu remets la justice entre les mains de Dieu. Tu déposes cette injustice devant Lui (Romains 12:19).

Lâcher la dette devant Dieu, c'est entrer dans le vrai pardon

◆ 4. Prier pour la personne (l'arme la plus puissante)---

C'est la partie que l'ego déteste. Mais, c'est aussi l'acte qui brise la rancœur.

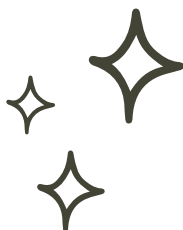
Jésus dit :

« Priez pour ceux qui vous maltraitent. » (Luc 6:28)

Quand tu pries pour quelqu'un :

- la blessure perd sa force.
- le cœur s'adoucit.
- Dieu te libère intérieurement.

☞ Quand tu pries pour celui qui t'a blessé, Dieu ne change pas seulement la situation... Il transforme aussi ton cœur.



◆ 5. Marcher dans la liberté (ne pas revenir en arrière)

Après avoir pardonné, il se peut que :

- la douleur revienne,
- un souvenir te frappe,
- les émotions remontent.

Ce n'est pas un échec. C'est normal.

À ce moment-là, tu declares :

☞ "J'ai déjà pardonné. Je refuse de reprendre la dette."

Le pardon est une position, pas un sentiment.
Jour après jour, tu marches dans la liberté. Et la guérison devient de plus en plus profonde.

★ Résumé simple du chapitre 5

☞ Reconnais

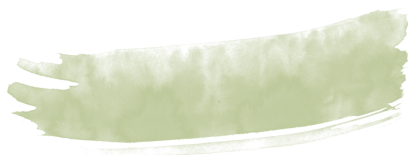
☞ Décide

☞ Lâche

☞ Prie

☞ Avance

C'est la méthode la plus simple et la plus efficace pour guérir.



★ CHAPITRE 6 — Se pardonner soi-même

Beaucoup arrivent à pardonner aux autres, mais peinent à se pardonner eux-mêmes. La culpabilité peut conduire le chrétien à Christ et à la repentance. Mais une fois le pardon reçu, si la culpabilité devient lourde et écrasante, elle ne vient plus de Dieu et devient une prison spirituelle. Se pardonner est alors essentiel pour avancer et retrouver la paix de Dieu.

◆ 1. La culpabilité est un poids qui détruit

La culpabilité peut te rappeler une faute et conduire à la repentance. Mais lorsqu'une erreur est confessée, et que la culpabilité revient sans cesse, elle ne vient plus de Dieu.

Elle te fait penser :

- « J'ai gâché ma vie »,
- « Dieu ne me pardonnera pas »,
- « Dieu ne t'a pas vraiment pardonné »
- « Je ne mérite pas d'avancer »,
- « Je suis un échec. »

👉 La condamnation n'est pas la voix de Dieu, mais celle de l'accusateur. Car la Bible dit : « Il n'y a maintenant aucune condamnation pour ceux qui sont en Jésus-Christ. » (Romains 8:1). Si Dieu ne te condamne plus, pourquoi toi tu te condamnerais encore ?

◆ 2. Dieu t'a déjà pardonné

Le problème n'est pas que Dieu refuse de pardonner...

☞ Le problème, c'est que l'homme refuse souvent d'accepter le pardon de Dieu. Quand tu confesses ton péché, Dieu te pardonne immédiatement.

Mais attention ! Si tu as péché, ne te présente pas devant Dieu dans la prière en disant simplement : « Pardonne-moi, car j'ai péché », puis en t'arrêtant là. Ce n'est pas suffisant. Tu dois décrire précisément ce que tu as fait : l'action, les paroles prononcées, l'acte commis. Il faut confesser clairement le péché tel qu'il a eu lieu et là, attends-toi à ressentir une paix ou un poids qui s'est retiré de toi.

J'expliquerai cela plus en détail dans le prochain livre intitulé : « Comment demander pardon à Dieu ».

« *Si nous confessons nos péchés, Il est fidèle et juste pour nous les pardonner...* » (1 Jean 1:9)

Dieu ne garde pas ton passé dans un tiroir. Il ne te le rappellera jamais. Il dit : ☞ "Tu es pardonné. C'est effacé." Toi aussi, tu dois apprendre à dire : ☞ "C'est effacé." 📖 **Ésaïe 43:25 : "C'est moi, moi qui efface tes transgressions pour l'amour de moi, et je ne me souviendrai plus de tes péchés".**

◆ 3. Se pardonner, ce n'est pas excuser son erreur

Se pardonner ne veut pas dire que tu n'as rien fait.

Ce n'est pas minimiser.

Ce n'est pas oublier.

Ce n'est pas dire "ce n'est pas grave".

Se pardonner, c'est reconnaître :

☞ "J'ai fait une erreur, mais Dieu m'a restauré."

☞ "Je ne reste pas prisonnier de mon passé."

☞ "Je choisis de vivre libre."

◆ 4. Les mensonges de l'ennemi

Le diable veut que tu restes dans la honte. Il sait que quelqu'un qui se sent coupable n'avance plus.

Des pensées comme :

- "Tu n'es pas digne"
- "Tu n'es pas un bon chrétien"
- "Tu as trop mal agi"

ne viennent jamais de Dieu.

Le rôle de Dieu est de relever, ☞ pas d'écraser.

◆ 5. Accepter la grâce : la clé pour se pardonner

La grâce, c'est recevoir ce que tu ne mérites pas.

La grâce dit :

- ☞ "Tu as fauté, mais tu es pardonné."
- ☞ "Tu as chuté, mais tu peux te relever."
- ☞ "Tu es imparfait, mais Dieu t'aime."

Se pardonner, c'est accueillir cette grâce.

C'est dire :

- ☞ "Je ne suis plus défini par mes erreurs.
Je suis défini par l'amour de Dieu."

◆ 6. Se pardonner te rend plus fort

Quand tu te pardonnes, tu développes :

- une force intérieure,
- une maturité spirituelle,
- une compassion plus grande,
- une liberté nouvelle.

Tu deviens la personne que Dieu veut que tu sois,

- ☞ pas la personne que ton passé voulait faire de toi.

★ Résumé simple du chapitre 6

- La culpabilité écrasante vient de l'ennemi.
- Dieu t'a déjà pardonné.
- Se pardonner, c'est accepter sa grâce.
- Tu n'es pas ton passé : tu es un enfant de Dieu.

★ CHAPITRE 7 — L'ego : le plus grand ennemi du pardon

La plupart des gens pensent que la difficulté à pardonner vient de la blessure. Mais dans la réalité spirituelle, ce n'est pas la douleur qui bloque le pardon... 🖐️ " c'est l'ego " (mon moi, mon orgueil, ma fierté).

L'ego est cette voix intérieure qui dit :

- « Je ne veux pas passer pour le faible. »
- « C'est à lui de venir s'excuser. »
- « On ne me parle pas comme ça. »
- « Je ne laisserai pas passer ça. »
- « Je n'oublierai jamais. »

L'ego nourrit la colère, entretient la blessure et retient la rancœur comme si c'était un trésor. Mais en réalité, c'est une prison. C'est une prison qui, à force de colère, peut t'entraîner sur le chemin de la dépression ou nourrir un esprit constamment colérique.



◆ 1. L'ego n'est pas ton identité

☞ Ton ressenti est réel, mais l'ego n'est pas ton identité, c'est une fausse identité.

C'est un "moi" fabriqué par :

- les blessures,
- la peur,
- la fierté,
- le besoin d'avoir raison.

Mais Dieu ne t'a pas créé pour vivre dans cette version de toi-même. La Bible appelle cela l'homme charnel, dominé par son orgueil. Ce n'est pas ton vrai toi. Ton vrai toi, c'est l'homme spirituel, celui qui place sa confiance en Dieu.

◆ 2. L'ego empêche de pardonner

L'ego refuse de lâcher :

- la douleur,
- la dette,
- le contrôle,
- la supériorité.

L'ego veut gagner, ☞ mais le pardon ne se gagne pas, il se donne.

Tant que l'ego domine, le cœur reste dur. Et tant que le cœur reste dur, le pardon devient impossible.

◆ 3. Le pardon exige un acte d'humilité

Jésus a montré le chemin : « Qu'il renonce à lui-même... » (Matthieu 16:24)

Renoncer à soi-même, ce n'est pas dire "je ne suis rien".

C'est dire :

👉 "Je ne laisserai pas mon ego me contrôler."

👉 "Je laisse tomber ma fierté blessée."

👉 "Je laisse Dieu être Dieu."

L'humilité ouvre la porte au pardon.

L'ego la ferme.

◆ 4. Détruire l'ego pour être libre

Détruire l'ego ne veut pas dire détruire ton identité.

Au contraire : 👉 c'est retrouver qui tu es réellement.

L'ego te pousse à réagir selon la chair, mais ton identité en Christ t'appelle à réagir selon l'Esprit.

Quand tu laisses tomber l'ego :

- tu deviens plus sensible au Saint-Esprit,
- tu pardonnes plus facilement,
- tu entretiens la paix que Dieu met dans ton cœur,
- tu ne donnes plus accès au diable dans ton cœur l'ennemi ne peut plus t'utiliser.

◆ 5. L'ego te rend esclave, le pardon te rend libre

L'ego te dit : "Ne pardonne pas, tu perdras."

☞ Mais la vérité est tout autre : tant que l'ego domine, tu restes prisonnier.

☞ Et lorsque tu le fais taire, tu entres dans la liberté. L'ego te retient dans le passé ; Le pardon t'ouvre un nouveau chemin vers l'avenir.

★ Résumé du chapitre 7

- L'ego est une fausse identité.
- L'ego bloque le pardon.
- Jésus nous demande de renoncer à nous-mêmes.
- Briser l'ego, c'est retrouver la liberté.
- Le pardon n'appartient pas à l'ego, mais à l'Esprit.



★ CHAPITRE 8 — Le pardon n'est pas se remettre en danger

Beaucoup de gens confondent le pardon avec la réconciliation.

Ils pensent que pardonner signifie :

- 👉 revenir vers la personne,
- 👉 redonner la même confiance,
- 👉 accepter les mêmes comportements,
- 👉 ou se remettre dans une situation toxique.

C'est faux.

La Bible ne demande jamais de rester dans un lieu de souffrance. Pardonner, c'est spirituel.

Se remettre en danger, c'est irresponsable.

◆ 1. Tu peux pardonner... sans rester proche

Tu peux décider dans ton cœur de libérer quelqu'un,

👉 tout en gardant une distance saine.

Pardoner ne veut pas dire :

- redevenir ami,
- reprendre la relation comme avant,
- ouvrir toutes les portes.

Le pardon libère l'amertume, 👉 mais la sagesse protège ton cœur.

◆ 2. Le pardon ne supprime pas les limites

Jésus dit : « Soyez prudents comme les serpents... »
(Matthieu 10:16)

Tu peux pardonner, 🖐️ mais mettre des limites claires.

Par exemple :

- Tu pardonnes un menteur, mais tu surveilles ses paroles.
- Tu pardonnes un manipulateur, mais tu gardes tes distances.
- Tu pardonnes une personne toxique, mais tu ne lui redonnes plus accès à ton intimité.

Le pardon ne te rend pas naïf. Il te rend libre.

◆ 3. Certaines relations doivent être coupées

La sagesse biblique n'exige pas de garder des relations destructrices.

Si une personne :

- te manque de respect,
- te manipule,
- te détruit mentalement,
- t'humilie,
- refuse de changer,
- tu as le droit — et parfois même le devoir — de t'en éloigner.

Tu pardonnes pour ton cœur, 🖐️ mais tu t'éloignes pour ta santé.

◆ 4. La réconciliation n'est possible que si les deux changent

Le pardon dépend de toi seul. La réconciliation dépend de deux personnes. Si l'autre ne reconnaît rien, ne change pas, ou reproduit la même blessure...

👉 la réconciliation n'est pas obligatoire.

La Bible elle-même dit :

« S'il est possible, autant que cela dépend de vous, soyez en paix avec tous. » (Romains 12:18)

Donc :

- le pardon = toujours possible
- la réconciliation = pas toujours possible

◆ 5. Pardonner ne veut pas dire redevenir vulnérable

Dieu ne te demande jamais de retourner dans une relation qui te détruit. Dieu te demande simplement de ne plus garder la haine dans ton cœur. Tu peux pardonner quelqu'un 👉 sans jamais lui redonner la même place dans ta vie. Le pardon guérit ton cœur, 👉 la relation, elle, dépend de l'autre.



★ Résumé du chapitre 8

- Pardonner ≠ se remettre en danger.
- Tu peux pardonner tout en mettant des limites.
- Certaines relations doivent être coupées.
- Le pardon est personnel ; la réconciliation est mutuelle.
- Dieu veut ta paix, pas ta destruction.



★ CHAPITRE 9 — Le pardon et la restauration des relations

Pardonnez ne signifie pas automatiquement restaurer une relation. Mais lorsque deux personnes sont ouvertes et sincères, Dieu peut parfois guérir une relation brisée et la rendre plus forte qu'avant. Ce chapitre t'explique comment discerner, comment avancer, et comment reconstruire sainement.

◆ 1. Le pardon précède toujours la restauration

Tu ne peux pas restaurer une relation tant que ton cœur est encore blessé. Le pardon doit venir en premier, avant toute discussion, avant toute tentative de reconstruction. Le pardon calme le cœur, 🙏 et permet de parler sans haine. Sans pardon, même un simple dialogue devient une bombe.



◆ 2. La restauration n'est possible que si il y a vérité

Une relation ne peut pas être restaurée sur un mensonge.

Il faut :

- admettre la faute,
- reconnaître la blessure,
- parler avec honnêteté.

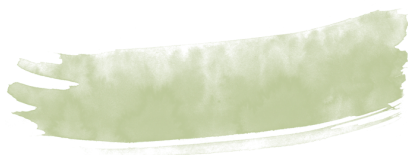
La restauration n'est possible que si la vérité est acceptée des deux côtés. « La vérité vous affranchira. » (Jean 8:32)

◆ 3. La restauration demande du temps

Même si tu pardonnes immédiatement, 🖐️ la confiance, elle, ne revient pas du jour au lendemain. La confiance se reconstruit :

- par des actes,
- par la stabilité,
- par la constance,
- par un changement réel de comportement.

Ce n'est pas un sprint, c'est un processus.



◆ 4. La relation restaurée n'est pas toujours identique

Beaucoup pensent qu'une relation restaurée doit redevenir exactement comme avant. Pas toujours.

Parfois :

- la proximité change,
- les limites changent,
- la fréquence change,
- le rôle de la personne change.

Restaurer signifie retrouver la paix, ➡ pas forcément retrouver la même structure de relation.

◆ 5. Dieu peut reconstruire ce que l'homme a détruit

La Bible montre que Dieu peut restaurer des relations brisées, comme Joseph et ses frères.

La restauration est possible quand :

- l'orgueil tombe,
- la vérité est dite,
- l'humilité est là,
- et les deux veulent avancer.

Quand Dieu reconstruit une relation, ➡ elle devient souvent plus solide qu'avant la blessure.

◆ 6. Quand la restauration n'est pas possible

Parfois, même si tu pardonnes,

- 👉 l'autre refuse de changer,
- 👉 refuse de reconnaître,
- 👉 ou continue de blesser.

Dans ce cas :

- tu restes en paix,
- tu gardes ton cœur propre,
- mais tu n'essaies pas de restaurer ce qui n'est pas prêt.

Tu n'imposes pas la restauration, et tu n'implores pas la relation. Tu laisses Dieu faire selon sa volonté.

★ Résumé du chapitre 9

- Le pardon vient avant la restauration.
- La vérité est indispensable.
- La confiance se reconstruit sur la durée.
- La relation restaurée peut être différente.
- Dieu peut reconstruire... mais ce n'est pas obligatoire.
- La paix est parfois plus importante que la relation.





CHAPITRE 10 — Conclusion : Marcher chaque jour dans la grâce

Le pardon n'est pas un événement unique.
C'est un chemin, un choix que tu décides de faire
aujourd'hui... et que tu choisis de vivre chaque jour.
Dans ce livre, tu as découvert que :

- Dieu t'appelle à pardonner,
- l'ego bloque le pardon,
- certaines blessures sont profondes mais guérissables,
- Le pardon ne change pas ton passé, mais il transforme ton avenir,
- se pardonner soi-même est essentiel,
- le pardon ne signifie pas se remettre en danger,
- et que la restauration dépend de deux personnes, jamais d'une seule.

Maintenant, tu as toutes les clés pour avancer. Le pardon n'efface pas le passé, mais il ouvre ton futur. Le pardon n'annule pas ce que tu as vécu, mais il t'en libère. Le pardon n'est pas une faiblesse : 🖐️ C'est la force de ceux qui ont décidé de vivre libres et de faire la volonté de Dieu.



★ CHAPITRE 11 — Ce que le pardon m'a appris

Chers frères et sœurs, moi, Alain, j'ai traversé des moments de douleur et j'ai appris une chose : Dieu est Dieu, et il est fidèle à sa Parole. Lorsque le mal s'approche pour te blesser, deux choix s'offrent à toi : prendre les armes de Dieu ou prendre celles du diable et faire justice toi-même, comme beaucoup le font aujourd'hui.

En choisissant de prendre les armes de Dieu, tu pardonnes sans te poser de questions. En faisant cela, tu remets la personne entre les mains du Seigneur et tu laisses Dieu entrer en justice avec celle qui t'a blessé. Tu lui permets ainsi de désarmer l'ennemi. En clair, donne tout au Seigneur : il se chargera de te faire justice.

Si tu fais justice toi-même en prenant ton ego comme arme, tu acceptes, par ce choix, de ne pas obéir à la volonté de Dieu. Cela permet alors à l'ennemi de prendre totalement le contrôle de ton ego et de faire ce qu'il veut de toi. L'esprit de vengeance se manifeste lorsque le pardon n'a pas lieu. La Bible dit que celui qui lève l'épée périra par l'épée. Chaque fois que tu agis avec colère et que tu n'as pas pardonné, cela signifie que l'épée de ton ego est encore dans ta main. Je ne te juge pas ; je veux simplement que tu prennes conscience.

Tant que tu ne déposeras pas ton épée pour prendre celle de la justice de Dieu, tu t'assiéras chaque jour sur le siège de la rancune, de la colère et de la haine. L'ennemi t'invitera ensuite à prendre place sur le siège de la vengeance, et ce chemin peut mener à la dépression, au suicide, à la maladie et bien plus encore.

Dieu t'aime et il veut te défendre. Mais pour cela, il t'invite à faire un choix : "PAR-DONNER" l'injustice ou le mal que l'on t'a fait au Seigneur.

Fais le lien entre "PAR-DONNER" et "PARDONNER" : c'est un beau jeu de mots 😊

En clair, "PAR-DONNER" signifie : va donner à Dieu l'injustice ou le mal que l'on t'a fait.

Suis le Seigneur Jésus. Lorsqu'une personne te blesse ou te fait du mal, sache que le Seigneur est au courant. Dis-lui la vérité : que tu es fâché, que tu es triste ; dis-lui tout ce que tu as dans ton cœur. Sois totalement sincère, ne lui cache rien.

Une fois que tu as tout dit, accepte volontairement de remettre la situation entre les mains du Seigneur et dis, à voix haute :

« Seigneur, je te donne mon souci et je fais le choix de pardonner, afin que toi aussi tu me pardonnes lorsque je commets des erreurs. »

Comme Jésus l'a dit : si tu ne pardonnes pas, Dieu ne te pardonnera pas.



Prière finale : Libération et paix

Seigneur Jésus,
je viens devant toi avec tout ce que j'ai vécu,
les blessures visibles et celles que personne ne
connaît. Je te demande de m'aider à pardonner
comme tu m'as pardonné. Brise mon ego,
guéris mon cœur, libère-moi de toute amertume,
et remplis-moi de ta paix.
Je relâche chaque personne qui m'a fait du mal.
Je remets la justice entre tes mains.
Je choisis la liberté.
Je choisis la paix.
Je choisis la guérison.
Merci Seigneur Jésus,
parce qu'en Toi, je suis libre.
Amen.



Un chemin simple pour garder un cœur libre

(À lire chaque jour si possible.)

1. Je laisse tomber ce qui m'alourdit.

Chaque matin, je dis : 🐟 "Seigneur, je Te remets mes pensées et mes émotions."

2. Je refuse de nourrir l'amertume.

Quand un souvenir revient, je déclare : 🐟 "J'ai pardonné, je suis libre."

3. Je protège mon cœur.

Je mets des limites saines, je n'accepte plus le toxique.

4. Je choisis la paix plutôt que la victoire.

Je refuse de laisser mon ego dicter mes réactions.

5. Je marche dans la grâce.

J'accepte que je suis pardonné, aimé, restauré.



☀️ Derniers mots pour toi

Ce livre n'est pas juste un texte.
C'est un outil pour t'aider à te libérer.
C'est un message pour ton cœur.
C'est un pas concret vers une vie nouvelle.
Souviens-toi : 🖐️ Le pardon n'est jamais facile...
🖐️ mais il est toujours possible.

Et quand tu pardonnes, tu deviens spirituellement invincible. Que Dieu te fortifie et te donne un cœur léger, un cœur guéri, un cœur libre, dans le nom de Jésus.



★ PAGE 1 — Remerciements

Je tiens à remercier chaque personne qui a pris le temps de lire ce livre.

Si tu es arrivé jusqu'ici, c'est que Dieu touche ton cœur et qu'il veut t'amener vers une guérison profonde.

Merci pour ta confiance, ton temps et ton courage d'affronter tes blessures afin d'avancer vers un cœur plus libre.

Je remercie aussi toutes les personnes qui, volontairement ou involontairement, ont marqué ma vie.

Toutes ces expériences, bonnes ou mauvaises, ont fait de moi l'homme que je suis aujourd'hui.

Enfin, je remercie Dieu pour sa grâce, Sa patience et son amour.

Sans Lui, ce livre n'existerait pas... et moi non plus.

Merci du fond du cœur.

Alain Lebeau

PARDONNE



LEBEAU ALAIN