

La prière pour initier le pardon

Par Jackie B. Hamilton, auteure et blogueuse en éveil de conscience

Aujourd'hui, je décide qu'il est temps pour moi de pardonner.

Je choisis de regarder, en toute honnêteté, la situation dans laquelle je vis et qui me maintient dans la colère et dans un désir de vengeance. Je la regarde dans le but de mieux comprendre ce qu'éveille en moi l'offense ou la faute qui a été perpétrée à mon égard, et ce, afin de m'en libérer.

Je sais que la vérité amène une ouverture d'esprit, permet à l'amour de prendre sa place et de dissiper les émotions ténébreuses. C'est pourquoi mon engagement d'aujourd'hui se veut un acte d'amour, tout simplement. Tout d'abord envers moi-même parce que je mérite de vivre l'esprit en paix et en harmonie avec les autres et mon environnement.

C'est ainsi que je demande à ce que tout s'éclaire par rapport à la situation qui me préoccupe afin que je puisse mieux respirer et mieux avancer.

Je demande aussi à ce que l'injustice ressentie et l'incompréhension à laquelle je fais face actuellement se dissipent totalement.

Je réalise, également, que c'est aussi à moi-même que je dois pardonner. Pour ma façon de recevoir et de vivre toutes les circonstances qui m'amènent à entretenir de la rancœur.

Je sais, en toute conscience, que mon interprétation joue pour beaucoup dans ces situations et qu'il m'arrive trop souvent de donner à celles-ci plein pouvoir sur ma vie.

Je trouve important de me souvenir des faits pour qu'il en ressorte un certain enseignement, mais je choisis toutefois de ne plus retenir captif tout ce qui, présentement, nuit à mon épanouissement et à mon équilibre car mon bonheur importe plus que mon envie que justice soit faite.

En terminant, je reconnais que nous sommes tous des êtres imparfaits et qu'il se cache derrière la méchanceté beaucoup de souffrances que nous ne sommes pas toujours à même de percevoir et de comprendre.

Chacun de nous a un parcours unique et ce que nous choisissons de faire de nos épreuves reste un choix personnel. Certains s'en inspireront pour grandir alors que d'autres s'en serviront pour créer davantage de chaos.

Prions pour ces personnes afin de faire entrer la lumière dans leur vie et n'oublions jamais qu'un être humain qui n'agit pas correctement agit toujours en fonction de ses blessures et meurtrissures et, de ce fait, faisons appel à la compassion pour lui pardonner et ainsi ramener la paix, la joie et l'équilibre dans notre vie.

Visitez jackiebhamilton.com et aimez ma page [Facebook](#)