Se libérer par le pardon



Animé par Marie Prousel à **Courset (62) proche de Boulogne.**

Atelier du 19 juillet (18h) au 22 juillet 2027. (17h)

Un chemin de pardon sur 3 jours:

NUL N'EST À L'ABRI D'ÊTRE BLESSÉ, C'EST MÊME PLUTÔT COMMUN...
MAIS SAVONS-NOUS CE QUI SE PASSE ALORS EN NOUS ?



Quand je suis blessé, il est souvent plus facile d'oublier ou de faire comme si cela ne me faisait pas mal que d'aller voir l'impact que la blessure a sur moi... Il est même parfois plus simple d'excuser mon offenseur comme s'il n'était pas vraiment responsable de ses actes, pas réellement adulte !

Mais...si je pratique l'oubli, le déni ou l'excuse, ou encore d'autres fausses conceptions du pardon, **je demeure enfermé dans ma blessure** et elle se rappelle à moi de façon plus ou moins consciente en entravant ma liberté intérieure.

👉🏼 Et je reste emprisonné dans mon **désir de vengeance** (active ou passive),
👉🏼 Ou bien dans le **ressentiment**,
👉🏼 Ou encore enfermé **dans le passé**.

On vous en dit un peu plus?

Cet atelier consiste à **expérimenter** le processus qui aide à s'ouvrir au pardon véritable, et qui tient compte de notre psychologie et de nos résistances intérieures. Il permet d'avancer tel un plongeon dans son intériorité pour guérir de ses blessures. Pas à pas.
Enfin, si pour se réconcilier il faut être deux, cheminer vers le pardon se fait seul. Je n'ai pas besoin de l'autre pour cela. Ni même de sa demabde de pardon.
Et alors -en vérité- tout blessé que je suis, j'ai la capacité de **retrouver la paix intérieure.**
C'est notre grande liberté.

Le programme :

Des temps de **courtes théories**, de **méditation**, de **partages** par 2, en grand groupe avec l'animatrice, en alternance avec des moments plus personnels jalonneront les 3 journées.
Après avoir défini quelles sont les fausses conceptions du pardon, les participants en expérimenteront le processus, étape par étape, chacun à travers sa propre expérience. (Étapes élaborées par J. Monbourquette dans Comment pardonner ?)

En résumé:
Tout d'abord, décider de **ne pas se venger** et faire **cesser les gestes offensants :**
Deux fondamentaux de départ qui permettront l'avancée sur le chemin.
Les participants feront la vérité sur l'offense. Pour accueillir ce que cela a produit chez eux émotionnellement, en passant par la colère, voir l'envie de se venger.

L'objectif est de **"nettoyer" les conséquences émotionnelles** de l'offense.
Sera abordée la question de **la perte** subie à la suite de l'offense.
Et ce moment majeur qu'est le **pardon à soi-même**.
Cela permettra ensuite de **s'ouvrir à la grâce de pardonner** ...
Et à l'issue, il sera temps d'évaluer s'il est juste pour soi de se réconcilier avec son offenseur, ou non.
Cet atelier sera vécu au sein d'un groupe bienveillant, dans la confidentialité et le non jugement.

Informations pratiques

Au cœur d'un magnifique parc arboré, en région parisienne, l'atelier aura lieu dans un foyer de charité qui offre un havre de paix propice à la démarche, avec repas et hébergement.
Tarif pour l'animation : 240 euros.
=> La validation de votre inscription nécessite un entretien téléphonique avec Marie Prousel et le versement d'un acompte.

Pour les Infos pratiques (hébergement, repas) le foyer au 03 21 91 62 52
Pour les Infos spécifiques à propos de l'"atelier pardon", appeler l'animatrice au 06 26 59 02 31

Enfin, pour en savoir plus à propos de l'animatrice : qui suis-je?