



L'écoute de ton âme

---

# Le Pardon

---





## Le Pardon

---

Etape essentielle dans son avancer vers soi,  
Il me semble important d'accéder à un pardon  
envers soi-même, envers l'autre pour se libérer  
de regrets / remords / émotions désagréables  
(celles que l'ont dit négatives), car ce sont elles  
qui perturbent la paix en soi.

## Qu'est-ce que le pardon?

Il est certain que tu as été blessé dans ta vie présente, et cela, plusieurs fois. Mais tu as aussi blessé, en réponse à une attaque ou intentionnellement, c'est humain, cela fait partie de l'incarnation.

Ces blessures créent des nœuds énergétiques qui t'empêchent de te relier pleinement à toi-même. Le pardon est une décision de soi à soi qui permet de se détacher d'émotions lourdes, de ressasser des situations passées et peut être même des idées de vengeance lorsque tu t'es senti(e) blessé.

De plus, il me semble important de lier le pardon avec la responsabilité.

Car la responsabilité est liée à l'adulte en toi, la sagesse. La partie de toi capable de se détacher de situations, de personnes, d'émotions qu'il ne veut plus.

C'est aussi et surtout cela l'incarnation : tu sors de la victime (et quelques fois se victimiser).

Prendre la responsabilité d'actes passés subis ou provoqués.

Donc à la fois la responsabilité de « lâcher » la situation, les émotions qui ne font que créer du chaos intérieur. La seule « solution » est de pardonner pour avancer.

Mais pour pouvoir pardonner, il est aussi important d'accepter ! Accepter ce qui s'est passé, que tu aies été blessé ou que tu as blessé.

Accepter, car parfois, tu n'y peux plus rien hormis d'apaiser en toi les émotions et les ressentiments.

L'acceptation est le 1er pas vers le pardon.

## Quel est le rapport avec la clairaudience ?

Tu le sais maintenant, je dis souvent que l'ouverture du canal est la résultante d'émotions en toi, d'un apaisement et donc d'un alignement qui te permet d'ouvrir ta clairaudience.

Rester avec des situations non résolues dont tu ne peux plus rien « faire » te maintiens énergétiquement dans un nœud.

Tu as peut-être, dans d'anciens temps, utilisé ta capacité pour « faire du mal » ou tu as été torturé pour ta capacité.

De tout ceci, tu n'y peux plus rien. Par contre reste en toi ces stigmates, contre ton bourreau et contre toi la victime ou que tu aies été toi-même le bourreau.

Prendre ses responsabilités d'avoir « fait mal » et prendre la responsabilité de lâcher le fait que tu as été sur le bûcher est tout aussi important.

Car tu grandis, tu transformes.

Ce passé n'a plus d'influence sur toi.

Et il en va de même avec des situations que tu as vécu dans cette vie.

Concrètement, l'acte, la situation dans ta vie ici ou vie antérieure va demeurer, mais pas son empreinte énergétique, ce qui va créer une ouverture, une paix.

Tu vas pouvoir tourner la page qu'elle soit consciente ou pas.

N'oublie pas que pardonner ne veut pas dire tolérer ou excuser lorsque tu as été victime.



## Comment aborder le pardon ?

Lié à la clairaudience il intervient surtout car cette capacité à causer des torts, des blessures. Que tu aies été victime ou bourreau de quelqu'un qui avait des capacités.

Mais tu peux ne pas en avoir conscience. Et ce n'est pas grave.

Je te propose une prière de guérison. Tu le sais l'important est, l'intention et l'ouverture de cœur dans lequel tu te places :

Places toi dans un endroit calme et dans lequel tu te sens en sécurité.

Tu peux allumer une bougie si tu le souhaites.

Reviens à ton corps, à ta respiration. Apaise-toi et pose ton attention sur ton cœur et prends quelques minutes dans cet espace.

Puis lorsque tu te sens prêt, énonce à haute voix :

" Si quelqu'un ou quelque chose m'a blessé dans le passé, consciemment ou inconsciemment, je pardonne et je libère. Si j'ai blessé quelqu'un ou quelque chose dans le passé, consciemment ou inconsciemment, je pardonne et je libère, pour le plus grand bien des autres et de moi-même ".

Tu peux avoir l'envie de le dire plusieurs fois. Laisse-toi aller à ce qui te semble juste.

Si tu le souhaites, tu peux écrire ces mots sur un papier et le brûler en conscience en disant "merci, c'est fait ».

Ref: les mémoires akashiques de Don Ernesto Ortiz





## Ho'oponopono

Je te présente une prière hawaïenne, très simple, mais très puissante dans les mots. Elle est composée de 4 phrases :

Je suis désolé, je te demande pardon, merci, je t'aime.

Tu peux simplement les énoncer à voix haute, que tu aies conscience ou pas de ce que tu souhaites te libérer. Je te détaille la symbolique de chacune des phrases.

Je suis désolée : c'est reconnaître la situation telle qu'elle est, l'accepter. Reconnaître sa vérité intérieure, sa responsabilité à leur juste mesure.

Je te demande pardon » : se pardonner à soi, aux autres pour amener la libération à celui qui l'énonce, mais également à celui qui la reçoit. Pardonner ce n'est pas excuser. Pardonner, c'est défaire un blocage émotionnel sur une situation qui ne peut être changé.

Merci : reconnaître la situation, en reconnaître la leçon afin qu'elle ne se reproduise plus. Merci de me montrer cela. La gratitude contribue à amorcer un changement positif.

Je t'aime : je m'ouvre ainsi à l'amour plutôt que de rester dans cette situation par la « négativité » . C'est ainsi avancer.

