



# Savoir Pardonner



**Samedi 2 juin 2018  
de 10h30 à 12h**

*Animés par Victor Hugo Espinosa*

**Librairie Maupetit,  
142 La Canebière  
13001 Marseille  
Métro Réformés**

**Trahisons, humiliations, violences, abandons, injustices, perte d'un être cher, suicide, infidélités, mensonges... Savoir pardonner... pour vivre mieux! Comment apprendre à pardonner ? Faut-il tout pardonner ? Pourquoi pardonner ? Comment pardonner ? À quoi cela sert-il de pardonner ? Comment savoir si nous avons vraiment pardonné ?**

Savoir pardonner, c'est avant tout se pardonner à soi-même. C'est décider de ne plus souffrir et sortir de la violence subie. C'est reconnaître que la faute existe, exprimer sa colère et surtout cesser de se sentir coupable. C'est aussi chercher à comprendre celui qui nous a blessé, sans oublier de prendre son temps pour pardonner, et enfin, soulager son cœur afin de revenir à un état de liberté et à une autonomie vis-à-vis du passé.