

Sommaire

Avant-propos 9

Préface de l'auteur 13

Partie I

1. Par où commencer pour réfléchir à la signification du pardon? 19
2. Les complexités du pardon 27

Partie II

3. Les histoires de Richard et de Marion : un mécanisme difficile et troublant 39
4. L'histoire de Joël : étrange conception chrétienne et désir de justice 45
5. L'histoire de Diana : le pardon n'est pas un « remède miracle » 51
6. L'histoire de Jean : pardonne tout de suite, sinon tu seras damné 57
7. L'histoire de ma mère : la haine transmise de génération en génération 61
8. Agression : ma gestion de l'offense et la recherche de la justice 65
9. L'abandon de Louise et de ses enfants : la relation entre le pardon accordé et les excuses présentées 71
10. Rachel et le délinquant sexuel : encore une étrange conception chrétienne 77
11. Le pardon quotidien : problèmes dans les relations courantes 83

Partie III

12. Le problème ne se pose pas de la même façon pour tout le monde 95
13. La Bible et le pardon 103
14. Le pardon de Dieu et le nôtre 119
15. Tout est une question d'attitude 129
16. Le lâcher-prise 137
17. Justice pour tous 147
18. Banaliser le pardon 157
19. Le lien entre dire la vérité et réclamer justice 163
20. Regrets, excuses et fardeaux 177
21. Pourquoi ne pas simplement faire fi? 183
22. Pourquoi est-il parfois si difficile de pardonner? 193
23. Il faut du temps pour pardonner : le délai limbique 203
24. Nous pardonner et pardonner à Dieu 213
25. Peut-on définir le pardon? Le parapluie schématisant le pardon 223
26. Le processus du pardon : démêler certains fils 229

Partie IV

27. Des stratégies pour alléger le fardeau 245
28. Pour les conseillers des personnes qui ont de la peine à pardonner 265

Bibliographie 285