



## Dans le sable ou la pierre ?

Deux amis marchaient dans le désert sous un soleil de plomb, ils s'étaient perdus. Accablés par la chaleur et par la soif, ils en vinrent à se disputer leurs dernières gouttes d'eau. L'un deux, exaspéré, frappa son compagnon. Ce dernier ravala sa colère et sa douleur puis, sans rien dire, écrivit ces mots dans le sable : *Aujourd'hui, mon ami m'a frappé.*

L'autre, étonné, marmonna quelque excuse, et tous deux poursuivirent leur chemin en titubant.

Le lendemain, ils parvinrent à une oasis. Ils y assouvirent leur soif, et se précipitèrent dans les eaux rafraîchissantes d'un bassin. Mais soudain, celui qui avait écrit dans le sable perdit connaissance. L'autre, comprenant que son ami allait se noyer, se hâta de lui porter secours et le ramena sain et sauf sur la berge.

Lorsque le rescapé eut repris ses esprits, il s'empara d'un silex et grava ces mots sur une pierre : *Aujourd'hui, mon ami m'a sauvé la vie.*

Son compagnon, celui qui l'avait frappé puis secouru, lui demanda, intrigué :

- Hier, tu as écrit sur le sable, et aujourd'hui tu écris sur la pierre. Veux-tu bien me dire pourquoi ?
- Lorsque quelqu'un nous blesse, répondit l'autre, il vaut mieux l'écrire dans le *sable*, où les vents du pardon peuvent l'effacer. Mais si quelqu'un se porte à notre aide ou nous rend service, il faut le graver dans la *pierre*, où les vents de l'oubli ne pourront jamais l'effacer.

Apprenons à écrire nos blessures dans le *sable*, et à graver dans la *pierre* notre gratitude et les services qu'on nous a rendus.

— *Auteur inconnu*

Depuis la fin de la guerre, j'ai monté un foyer en Hollande pour les victimes de la brutalité Nazie. Ceux qui ont pu pardonner à leurs anciens ennemis ont été capables de reconstruire leurs vies. Mais ceux qui nourrissaient du ressentiment sont restés des invalides. C'est aussi simple et aussi terrible que cela !

— *Corrie Ten Boom*

Seul le pardon peut arrêter la progression du chagrin, du péché et des ondes négatives dans votre vie...  
Le pardon ne change pas le passé, mais il prépare et consolide le futur.

Le secret d'une vie longue et fructueuse, c'est de pardonner, tout pardonner, à tout le monde et chaque soir avant de s'endormir. — *Bernard M. Baruch*

Après avoir exercé 15 ans comme médecin, plus 27 ans comme psychiatre, j'en suis arrivé à voir le ressentiment comme un cancer de la personnalité, aussi destructeur qu'une tumeur physique.

— *James A. Stringhan*

S'accrocher à ce qui nous fait mal, c'est comme saisir un serpent à sonnettes par la queue : on finit par se faire mordre...

Il n'y aura pas de paix dans nos cœurs jusqu'à ce que nous nous pardonniions nous-mêmes pour le mal que nous avons commis.

— *Charles Stanley*