

INTRODUCTION

« Désormais, tu as un nouveau livre à écrire ! », enchaîne à mon attention le chamane toltèque Don Miguel Ruiz, après avoir gentiment balayé d'un « Ça, c'est déjà du passé », l'annonce enthousiaste que je viens de lui faire de la parution en France, en ce moment même, de mon dernier livre : *Médecine, religion et peur* (Jouvence, 1999). Il se trouve en effet que mon titre sort pile ce jour de septembre 1999 où Miguel et moi nous sommes en train de prendre un verre ensemble dans l'un des salons du complexe Villas Arqueológicas où nous sommes logés, situé juste à côté des fameuses ruines de Teotihuacan, au Mexique. L'atmosphère unique de

LE DON DU PARDON

ce lieu sacré ne fait qu'amplifier la dimension quasi surréaliste de cet échange.

Tout à la joie de publier un nouvel ouvrage, plus de 12 ans après le dernier que j'ai écrit, je suis cet après-midi-là à des lieues de penser à ce que je pourrais bien écrire d'autre par la suite. Pourtant, à peine Don Miguel a-t-il prononcé ces mots, en me fixant de son regard pénétrant, accompagné d'un large sourire, que je sais exactement ce à quoi il fait allusion et que j'imagine aussitôt le livre en question. Au cours des cinq jours que nous venons de passer ensemble, avec un petit groupe venu de France et de Suisse, il m'a en effet fait vivre une expérience bouleversante – dont je ne mesurerai pleinement l'impact que des années plus tard – et m'a du même coup fait don d'un puissant outil de transformation personnelle et d'ouverture du cœur, dont je trouve le nom sitôt que Miguel m'évoque l'idée de ce livre : le *Don du Pardon*.

Avant ce voyage au Mexique, j'adhérais intellectuellement – comme beaucoup de gens sans doute – aux grandes injonctions « *Il faut savoir pardonner* », « *Aime tes ennemis* », tout en les trouvant bien difficiles à mettre concrètement en œuvre, car les sentiments ne se plient pas facilement à notre volonté ni à nos pensées. Le pardon m'apparaissait comme

INTRODUCTION

un fruit, c'est-à-dire comme l'aboutissement d'un long processus qu'il est impossible d'accélérer et qui comporte tout d'abord le développement de feuilles et l'éclosion d'une fleur, symboles d'un patient travail intérieur sur ses pensées et ses sentiments.

Mais l'approche du pardon que venait de me faire vivre Don Miguel Ruiz était aux antipodes de tout ce que j'avais imaginé jusque-là, passant par un renversement complet de la manière dont nous abordons généralement cette question : la clé de ce processus, en effet – comme nous le verrons – n'est pas de *pardoner*, mais de *demander pardon*. C'est effectivement une inversion totale de posture (au propre et au figuré), avec pour conséquence des résultats pratiquement immédiats et franchement impressionnants. En l'espace de quelques heures, le deuxième soir après l'arrivée de Miguel, le *Don du Pardon* qu'il m'a fait découvrir – nous a fait découvrir, car tout notre groupe en a bénéficié – m'a libéré d'un immense fardeau de rancunes, de griefs, d'amertume, de ressentiment et de colère refoulée, que j'avais accumulé durant des années. Faute de parvenir à pardonner comme j'imaginai devoir le faire, cette véritable armure de sentiments négatifs avait considérablement réduit ma capacité à

LE DON DU PARDON

aimer, étouffant mon cœur de toutes parts. Ce soir-là, j'ai connu une expérience paroxystique doublée d'une renaissance mais, surtout – au-delà de ce que j'ai vécu en la présence de Miguel – j'ai reçu un outil d'une simplicité qui n'a d'égale que sa puissance, que j'ai ensuite pu réutiliser de nombreuses fois tout seul, mais que j'ai aussi partagé avec de nombreuses personnes, avec toujours autant d'efficacité.

Il m'aura pourtant fallu dix ans de maturation avant d'écrire ce livre. De multiples raisons – bonnes et mauvaises – m'ont longtemps fait remettre à plus tard sa rédaction. J'hésitais à me dévoiler plus personnellement à mes lecteurs que je ne le fais habituellement dans mes essais, je ne voulais pas surfer opportunément sur le succès de Miguel Ruiz... Surtout, j'avais conscience qu'autant une expérience peut être profondément transformatrice pour celui qui la vit, autant elle peut être difficile à restituer d'une manière qui permette à ceux qui ne l'ont pas vécue de la partager, d'en saisir l'essence, sans s'arrêter à sa forme qui, dans mon propre cas, a effectivement de quoi en surprendre et en interpeller plus d'un, de prime abord.

Le pardon est en effet pour beaucoup d'entre nous un sujet très délicat. Sa seule évocation suffit à heurter certaines

INTRODUCTION

sensibilités exacerbées par des siècles d'influence judéo-chrétienne. Cela tient premièrement au fait qu'il est étroitement lié dans nos esprits à la notion de *culpabilité* : si le pardon est nécessaire, c'est qu'il y a eu faute, non ? Donc, si je demande pardon, par exemple, c'est que je m'estime coupable ?... Comment, dès lors, puis-je demander pardon quand c'est moi qui ai été victime d'autrui ??? Le renversement auquel nous convie Don Miguel avec le *Don du Pardon* peut a priori paraître inconcevable, impossible, choquant même.

Pour sortir de ce dilemme et comprendre comment opère cet outil « renversant » qu'est le *Don du Pardon*, il faut d'emblée l'inscrire dans cette nouvelle dynamique de développement personnel et de cheminement spirituel qui vise à restituer à l'individu la pleine liberté de ses sentiments et de ses pensées. De toute évidence, je ne suis pas libre tant que je fais dépendre mon état intérieur de ce que quelqu'un d'autre pense, ressent, dit et fait... ou non. La véritable liberté intérieure ne consiste pas à réussir à contrôler les actes ou les propos des autres, ce qui est impossible, mais à être capable de choisir délibérément et consciemment *comment* je réagis à ce qui m'arrive. Comment je réagis à une vexation, une insulte, un conflit, une agression ? De manière automatique et inconsciente, ou choisie et consciente ?

LE DON DU PARDON

Dans cette perspective, l'approche du pardon proposée par Miguel Ruiz est exempte de toute attente sur autrui et ne vise plus qu'à libérer celui qui la pratique de tout ce qui – en *lui-même* – fait entrave à l'expression pleine et entière de l'amour (l'amour étant au cœur de tout l'enseignement tolèque transmis par Don Miguel). La demande de pardon qu'elle met en œuvre est avant tout un acte de lâcher-prise par lequel on se libère de l'illusion que l'autre – en particulier celui qui nous fait du mal – a tout pouvoir sur notre état intérieur, sur l'amour ou la haine, la joie ou le ressentiment qui nous habitent. Entre l'acte d'autrui et notre propre réaction existe en effet un espace de liberté, de choix conscient – que beaucoup d'entre nous ne connaissent pas, faute d'y avoir été sensibilisés – qui fait toute la différence entre une machine et un être humain : la première réagit automatiquement sitôt qu'on appuie sur l'un de ses boutons ; le second peut apprendre à choisir et à maîtriser ses réactions, c'est-à-dire à agir consciemment et non plus seulement réagir mécaniquement. *Le Don du Pardon* est une merveilleuse porte d'accès à cet espace de liberté. La demande de pardon n'est donc pas ici une reconnaissance de culpabilité, mais bien la prise de

INTRODUCTION

conscience d'une illusion qui fait obstacle à cette liberté intérieure.

L'idée du pardon suscite un second malaise dans nos esprits occidentaux qu'il me faut également tenter de dissiper ici. Il y a pour beaucoup de gens quelque chose d'*humiliant* à demander pardon. Est-il pourtant obligatoire que pardon rime avec humiliation ? Pas dans l'optique du Don du Pardon. L'humiliation cède ici simplement la place à une authentique posture d'*humilité*, ce qui est très différent. Être humilié, c'est subir quelque chose de la part d'autrui, se faire rabaisser... ce que personne ne souhaite, évidemment. Mais lorsqu'on fait soi-même le choix d'adopter une posture humble, de se défaire de ses prétentions, de son bon droit, du pouvoir qu'on s'imagine détenir sur autrui (celui de pardonner ou non, en particulier), on pose encore une fois un acte libérateur qui tranche toute relation de pouvoir avec autrui et permet à l'amour de nous traverser à nouveau librement. L'humilité dont il est question ici est une humilité devant l'amour, l'amour qui nous dépasse, cet amour dont nos cristallisations mentales nous coupent et laissent notre cœur desséché.

LE DON DU PARDON

Le *Don du Pardon* nous donne donc accès à un pardon sans culpabilité, un pardon sans humiliation, un pardon qui nous restitue notre liberté – à commencer par celle d’aimer – en nous libérant du pouvoir que nous avons inconsciemment donné à d’autres de dicter notre état intérieur.

Dix ans se sont donc écoulés depuis que j’ai reçu ce Don du Pardon, dix ans qui m’ont à la fois permis d’approfondir cette expérience et de mieux comprendre comment utiliser cet outil et – j’espère – comment le présenter pour que le plus grand nombre puisse en bénéficier.

Je me sens désormais prêt à franchir ce nouveau pas dans l’écriture et surtout, il me semble opportun de partager plus largement par l’écrit que je ne l’ai fait oralement ces années durant ce don merveilleux que m’a fait Miguel Ruiz, d’autant qu’il ne figure dans aucun des livres qu’il a lui-même publiés depuis, ni dans ceux qu’ont également rédigés nombre de ses apprentis¹.

Par une jolie coïncidence, sans que je ne m’en sois douté le moins du monde, la rédaction de ce livre s’est faite parallèlement à celle du *Cinquième Accord Toltèque* que Don Miguel Ruiz a lui-même écrit en 2009 avec son fils don José,

¹ Dans le *nagualisme* toltèque, on nomme « apprenti » celui qui se forme auprès d’un *nagual* ou chamane toltèque.

INTRODUCTION

et dont, comme ses autres ouvrages, je me suis vu confier la traduction française, à peine mon propre titre terminé. Ainsi, en même temps que paraît ce nouvel accord qui complète *Les Quatre Accords Toltèques* ayant fait connaître Miguel Ruiz dans le monde entier, *Le Don du Pardon* offre au public – à vous – un autre puissant outil toltèque, inconnu à ce jour de ses lecteurs.

La première partie de ce livre relate ma rencontre avec Don Miguel à Teotihuacan et détaille l’expérience bouleversante qu’il m’a fait vivre devant tout notre groupe, qui constitue le fondement du Don du Pardon.

La seconde partie explique en détail comment chacun d’entre nous peut utiliser ce puissant outil chez soi, tout(e) seul(e), pour parvenir au même résultat, c’est-à-dire pour se libérer des ressentiments, des rancunes, de l’amertume, la haine et autres noirs sentiments qui étouffent notre cœur et l’empêchent d’aimer librement. Elle s’appuie à la fois sur la pratique que j’ai accumulée de cet outil en 10 ans et sur l’expérience de toutes les personnes avec lesquelles j’ai déjà eu l’occasion de le partager. Elle s’achève par une section « Questions et réponses » qui passe en revue les questions les

LE DON DU PARDON

plus fréquentes que soulève la pratique du Don du Pardon : si certaines d'entre elles surgissent en vous en cours de lecture et qu'elles en gênent la poursuite, n'hésitez pas à vous y référer sans attendre d'arriver à cette section.

Enfin, à titre de "bonus", j'ai également inclus dans l'appendice de ce livre les deux *Renversements d'Accord Toltèques* que j'ai élaborés au cours de ma propre pratique de la voie toltèque et des quatre accords originaux. Je les utilise fréquemment depuis 10 ans et j'ai souvent eu l'occasion de les recommander à d'autres : ce sont des inversions des 2ème et 3ème accords toltèques (*Quoi qu'il arrive, n'en fais pas une affaire personnelle, et, Ne fais pas de supposition*), qui me donnaient souvent du fil à retordre. Ces *Renversements d'Accord Toltèques* ouvrent des perspectives très intéressantes et, selon la sensibilité de chacun, peuvent s'utiliser conjointement ou alternativement avec les versions originales de ces deux accords. Ils ont déjà rendu service à de nombreuses personnes.

Mais pour commencer, en route pour le Mexique !

Olivier Clerc, janvier 2010

PREMIÈRE PARTIE

RENAÎTRE À TEOTIHUACAN