

CHRISTOPHE GRZYWOCZ

DÉPASSER NOS ÉMOTIONS DÉSAGRÉABLES

*Quelques réflexions sur la colère,
la honte, la jalousie, la timidité, etc.*



Éditions des Béatitudes

TABLE DES MATIÈRES

AVANT-PROPOS	7
VIE SPIRITUELLE ET SENTIMENTS	11
LA JALOUSIE	31
L'AMOUR INSATISFAIT	51
L'AGRESSIVITÉ	79
LA PUDEUR	95
LE VIDE ET LA FRAGILITÉ	117