

Zoom sur...



Dépasser nos émotions désagréables

Quelques réflexions sur
la colère, la honte, la jalousie, la timidité

Christophe Grzywocz

Les sentiments font partie intégrante de notre existence. Ils expriment nos émotions, nos impressions, nos sensations, stimulent notre réflexion et notre volonté et provoquent nos réactions. Parfois, ils accentuent nos désirs et motivent nos actions, à d'autres moments, ils provoquent une résistance et nous font renoncer à agir. Il y a en nous des sentiments que nous ne parvenons ni à aimer ni à accepter. Il en est d'autres que nous cachons, ou même que nous essayons de refouler et qui peuvent devenir nos ennemis. Nous sommes prêts d'emblée à les juger « mauvais ».

Pourtant, aucun sentiment qui naît en nous n'est en lui-même bon ou mauvais. Même les plus nobles ne décident pas de notre sainteté et les plus désagréables ne remettent pas notre morale en question. Tous peuvent devenir précieux dans notre développement psychique, moral et spirituel. C'est ce que montre ce petit livre qui veut aider chacun à prêter une attention positive aux sentiments qui l'habitent, à en devenir responsable et à s'en servir comme levier pour progresser tant au niveau humain que spirituel de sa vie.

Points forts :

- Une exploration pertinente du thème « vie spirituelle, émotions et sentiments » ;
- Fait découvrir le potentiel positif que renferment des sentiments que nous n'aimons pas ;
- Un langage accessible, concret, positif, rassurant et responsabilisant.

Tout public

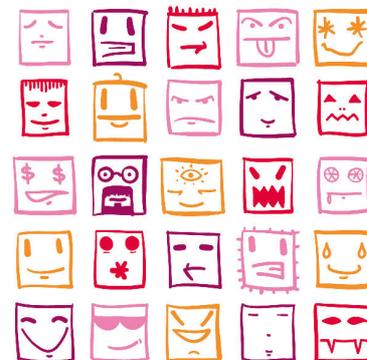
Christophe Grzywocz

Le père Christophe Grzywocz enseigne la théologie de la spiritualité en Pologne. Il collabore avec un centre de retraites et de formations à Cracovie où il donne des sessions de formation.

CHRISTOPHE GRZYWOCZ

Dépasser nos émotions désagréables

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



Éditions des Béatitudes

- Titre :	Dépasser nos émotions désagréables
- Auteur :	Christophe Grzywocz
- Prix :	12,50 €
- Nombre de pages :	136
- Format :	135x210
- Couverture :	quadrichromie
- ISBN :	978-2-84024-404-2
- Parution :	mai 2011
- Traduit du polonais par	Maria Zurowska
- Révision de la traduction	Cathy Brenti

Plan Média

Feu et lumière
juillet/août 2011

Famille Chrétienne
28/05/2011

Éditions des Béatitudes



Burtin - F-41600 NOUAN LE FUZELIER - France - Fax : 02 54 88 97 73 - Email : ed.beatitudes@wanadoo.fr

Site internet : www.editions-beatitudes.fr

Contact libraires : Isabelle Arrondeau - edb.serviceclients@wanadoo.fr - 02 54 88 21 18

Contact Presse : Laetitia Lorusso - communication@editions-beatitudes.fr - 02 54 88 78 18