

Zoom sur...



Être bien dans ses baskets

Joël Pralong

L'homme aurait-il perdu son âme comme le randonneur ses baskets renforcées, s'en allant pieds nus en haute montagne, livré à tous les dangers, sans réelle protection. Une société sans âme est une société sans force, qui ne sait pas où elle va, qui ne sait pas pourquoi et pour qui elle vit...

Une société qui fabrique alors ses propres symptômes névrotiques : burnout, dépression, perte de sens, angoisse existentielle, suicide, jeunes mal dans leur peau, refus de vivre jusqu'au refus de se nourrir parfois.

Ce livre s'adresse à tous, mais particulièrement aux jeunes en recherche de sens et de but. Il dénonce la mécanique du profit et du marketing qui se sert surtout des jeunes pour huiler sa machine diabolique.

Il propose des chemins pour retrouver un sens, un but à la vie, pour déceler l'âme enfouie au fond de chacun, afin de retrouver la source de l'humain et de l'humanité. Il lance le débat...

Table des matières :

Ouverture : Trouver les bonnes baskets : Mal dans tes baskets? - Veux-tu guérir? etc.

I. Des baskets qui boostent l'équipe adverse

Un but à atteindre pour aller mieux – etc.

II. Mets tes baskets et va de l'avant !

Ecoute l'appel de ton âme...

III. Un vide dans tes baskets ? Le moral au fond des baskets ?

L'anorexie mentale ou l'âme en détresse ? - Rester jeune à tout prix – etc.

IV. Les baskets du bon Dieu

Lorsque la Bible « déprime » - L'âme, un puissant élan d'amour vers l'autre – etc.

V. Des baskets qui atteignent des sommets

Trouver sa mission dans la vie - Rebondir du vide - Etre présent à ce qui nous entoure – etc.

VI. Des baskets GPS intégré...

Bien discerner et faire les bons choix - Comment éviter le burnout, l'épuisement, etc.

VII. Les baskets du dernier grand chelem

Comment ça marche ? - Cap sur l'espérance – etc.

Tout public

Du même auteur :

[*-Le vertige du suicide*](#) – *Lettres aux proches désemparés* (2012)

- [*Combattre ses pensées négatives*](#) (2011)

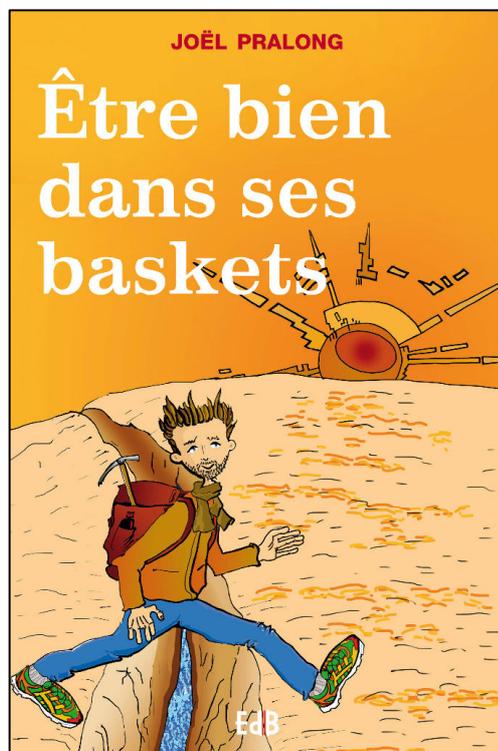
- [*Angoisse, dépression et culpabilité*](#) – *Un chemin d'espérance avec Thérèse de L'Enfant-Jésus* (2010)

- [*Apprivoiser son caractère*](#) – *Tu n'es pas responsable de la tête que tu as mais de la tête que tu fais.* (2009)

- [*De la faiblesse à la force*](#) – *Paul de Tarse et Thérèse de Lisieux, un chant d'amour à deux voix.* (2008)

Joël Pralong

Joël Pralong, curé dans le diocèse de Sion, en Suisse, a été ordonné prêtre en 1984. Ancien infirmier en psychiatrie, il propose des pistes spirituelles qui peuvent aider des personnes psychologiquement fragiles ou confrontées au non sens de la vie.



- Titre :	Être bien dans ses baskets
- Auteur :	Joël Pralong
- Prix :	10.70 €
- Nombre de pages :	168
- Format :	115x175
- Couverture :	quadrichromie
- ISBN :	978-2-84024-433-2
- Parution :	06/2012
Illustrations	Sophie Nigg

Plan Média
Feu et lumière - juillet 2012
Famille Chrétienne - 30/06/2012

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