

Table des matières



Aimer les autres, c'est d'abord aimer Dieu	9
Semaine 1. Prenez la température de votre communauté	19
Jour 1	21
Jour 2	26
Jour 3	31
Jour 4	35
Jour 5	40
Semaine 2. Arrêtez de penser à la place des autres et clarifiez vos attentes	45
Jour 1	47
Jour 2	51
Jour 3	55
Jour 4	59
Jour 5	63
Semaine 3. Faites le génogramme de votre famille	69
Jour 1	71
Jour 2	76
Jour 3	80
Jour 4	85
Jour 5	89
Semaine 4. Explorez l'iceberg	95
Jour 1	97
Jour 2	102
Jour 3	106
Jour 4	110
Jour 5	114

Semaine 5. Écoutez avec empathie	119
Jour 1	121
Jour 2	125
Jour 3	130
Jour 4	134
Jour 5	138
Semaine 6. Montez à l'échelle de l'intégrité	143
Jour 1	145
Jour 2	150
Jour 3	155
Jour 4	159
Jour 5	163
Semaine 7. Combattez à la loyale	169
Jour 1	171
Jour 2	175
Jour 3	179
Jour 4	184
Jour 5	189
Semaine 8. Développez une règle de vie pour mettre vos aptitudes en pratique	195
Jour 1	197
Jour 2	201
Jour 3	206
Jour 4	211
Jour 5	215
Annexes	221
Annexe A. Le Notre Père.....	223
Annexe B. Prier avec sa respiration.....	225
Annexe C. 10 questions sur la pratique du silence.....	227
Annexe D. Les complies – prier avant le coucher.....	233
Remerciements	235
Table des matières	237