

Table des matières

Préface (Louis Schweitzer)	3
Remerciements	5
Introduction.....	7
Semaine 1. Le problème de la spiritualité en mauvaise santé émotionnelle	15
Jour 1	17
Jour 2	21
Jour 3	25
Jour 4	29
Jour 5	33
Semaine 2. Connais-toi toi-même afin de connaître Dieu	37
Jour 1	39
Jour 2	43
Jour 3	47
Jour 4	51
Jour 5	55
Semaine 3. Revenir en arrière pour mieux aller de l'avant	59
Jour 1	61
Jour 2	65
Jour 3	69
Jour 4	73
Jour 5	77
Semaine 4. Le voyage à travers le mur	81
Jour 1	83
Jour 2	87
Jour 3	91
Jour 4	95
Jour 5	99

Semaine 5. Élargir son âme au travers des deuils et des pertes ...	103
Jour 1	105
Jour 2	109
Jour 3	113
Jour 4	117
Jour 5	121
 Semaine 6. Découvrir le rythme du rendez-vous quotidien et du Sabbat.....	 125
Jour 1	127
Jour 2	131
Jour 3	135
Jour 4	139
Jour 5	143
 Semaine 7. Grandir pour devenir un adulte mûr sur le plan émotionnel	 147
Jour 1	149
Jour 2	153
Jour 3	157
Jour 4	161
Jour 5	165
 Semaine 8. Prochaine étape : Développer une règle de vie	 169
Jour 1	171
Jour 2	175
Jour 3	179
Jour 4	183
Jour 5	188
 Appendice. Un guide pour prier la prière du Seigneur, le « Notre Père »	 193