

# Table des matières

Préface ..... 7

## **PREMIÈRE PARTIE**

**Comprendre les émotions** ..... 11

1. Aborder les émotions ..... 13
2. Qu'est-ce qu'une émotion parfaite ? ..... 33
3. Aller au cœur des émotions ..... 53
4. Savoir avoir des émotions ..... 77
5. Mettre les émotions à leur juste place ..... 95

## **DEUXIÈME PARTIE**

**Les émotions dans la pratique** ..... 117

6. Les émotions et la Bible ..... 119
7. Les émotions et la louange adressée à Dieu ..... 139
8. Les émotions et l'Église ..... 153
9. Le moral à zéro ..... 169
10. Des perspectives pour mieux affronter l'avenir .... 191

## **APPENDICE**

Quelques mots pour ceux qui sont engagés  
dans un ministère chrétien ..... 205

Sélection bibliographique pour aller plus loin ..... 219