

# Table des matières

Introduction .....	5
Comment utiliser ce guide pratique .....	6
Pistes pratiques pour le groupe.....	7
Séance 1. Le problème d'une spiritualité émotionnellement malsaine .....	9
Étude personnelle inter-séances.....	19
Séance 2. Se connaître soi-même afin de mieux connaître Dieu ....	23
Étude personnelle inter-séances.....	32
Séance 3. Revenir en arrière pour mieux aller de l'avant.....	37
Étude personnelle inter-séances.....	46
Séance 4. La traversée du Mur .....	51
Étude personnelle inter-séances.....	59
Séance 5. Élargir son âme au travers des deuils et des pertes .....	63
Étude personnelle inter-séances.....	70
Séance 6. Découvrir les rythmes des rendez-vous quotidiens et du sabbat.....	75
Foire aux questions sur le sabbat.....	83
Étude personnelle inter-séances.....	88
Séance 7. Grandir pour devenir un adulte mûr sur le plan émotionnel.....	93
Étude personnelle inter-séances.....	103
Séance 8. Passer à l'étape suivante pour développer une « règle de vie » .....	107
Étude personnelle pour les jours à venir .....	115
Guide de l'animateur .....	119
Au sujet des auteurs .....	137