

Faire grandir la place du coeur

Préface de <i>Thierry Magnin</i>	7
Prologue	11
Relier la force des mots au pouvoir des images	15
Chapitre 1 : Nous vivons une époque frénétique!	17
Une époque de profonds dérèglements et d'immenses potentiels	18
Chapitre 2 : Le travail vit un choc existentiel	21
Donner le meilleur de soi-même, sans cesse	22
Dépasser l'ignorance de notre liberté	23
Accéder à une vie choisie, c'est possible.....	25
Chapitre 3 : Prendre conscience de notre dysfonctionnement	29
Nous sommes aveugles à notre nature profonde	29
Nous sommes des êtres semi-conscients	30
Sortir de l'errance de notre conscience : un pèlerinage	31
Se défaire de l'emprise de notre ego car le mental ment !	32
Chapitre 4 : Il est temps d'éveiller notre conscience	37
Choisir les pensées qui nous font du bien.....	37
S'accepter, soi, l'autre, la vie.....	38
Être connecté à ce qui se passe dans le moment présent	39
Respirer, ou prier, pour se relier intimement au monde qui nous entoure	41
Se laisser surprendre et s'ouvrir à l'émerveillement	42
Chapitre 5 : Faut-il une crise pour susciter l'éveil?	45
Au commencement était... l'éveil	45
Un choc, une crise pour nous remettre à l'équilibre	46
Choisir la confiance pour traverser la vie	48
La propension à la confiance est une affaire de coeur	49
Chapitre 6 : Oser désirer, avec audace et détermination	53
Augmenter nos 3C : curiosité, compassion et courage	53
Prendre de la hauteur pour surplomber la vie	54
Se connecter à notre désir, cette ressource inépuisable	55
Notre cerveau est configuré pour désirer toujours plus	56
Cultiver notre désir pour augmenter notre puissance vitale	57

Dire « oui » à soi-même !	59
Mettre de la conscience sur nos désirs pour mener une existence juste et bonne	60
Chapitre 7 : Le désir au cœur de la transformation de la société	63
Éduquer à désirer et exister dans ce monde	63
Savoir donner toute sa place à notre Désir de travail	65
Le Désir de travail ne se manage pas, il se ménage plutôt !	66
Permettre à notre singularité de s'exprimer pleinement	68
Découvrir nos trésors de talents	69
Se laisser guider par la joie, l'enthousiasme et oser	70
Chapitre 8 : Trouver son équilibre avec l'intelligence du cœur	73
Dépasser la « lutte des classes » des intelligences	73
Synchroniser nos dimensions biologiques, psychiques et spirituelles	74
Le « corps pensant »	75
L'âme, à la croisée du conscient et de l'inconscient	76
Le cœur : la « fine pointe » de l'âme	76
Être en cohérence avec son cœur pour discerner avec clarté	77
Devenir des êtres augmentés	79
Chapitre 9 : Prendre soin de soi et des autres pour bien vivre ensemble	83
Créer un monde qui nous relie	83
Rendre le monde habitable par le soin que l'on apporte aux autres	84
Dans le dialogue, jeter les ponts entre les humains	86
Chapitre 10 : Aimer, se laisser porter par le cœur du monde	91
Accueillir ses émotions pour se mettre en mouvement	91
Les émotions, une fenêtre ouverte sur nos sentiments	93
Soyez la paix que vous cherchez chez les autres	95
Choisir de cheminer sur la voie de l'amour	96
Préserver notre jauge d'amour	98
Postface de Bertrand Vergely	101
Faire grandir la place du cœur, une trajectoire	103
Épilogue	105
Les images qui illustrent ce livre	108
Les œuvres qui ont inspiré ce livre	109