

## Le travail d'une vie : Quand psychologie et spiritualité donnent un sens à notre existence

Thierry Janssen



Il nous arrive à tous de nous dire que nous vivons à la surface de nous-mêmes, comme des auto-mates, conditionnés par l'idée préconçue de qui nous sommes. Au-delà des apparences, Thierry Janssen nous invite à découvrir ce qui constitue l'essence de notre humanité. Inspiré par la pensée de la Chine et de l'Inde, influencé par les acquis de la psychologie humaniste de l'Occident, il nous propose d'appivoiser les différents " personnages " qui vivent en nous. Nous apprenons alors à laisser tomber nos masques pour transformer nos peurs et abandonner nos défenses.