



Ide Pascal (Auteur)

ISBN : 9782384335350

Prix : 19.90€

Format

15 cm x 21.8 cm- 192 pages

Age : Adulte

Contact Presse

Alicia Batreau

06 25 35 48 34

abatreau@editions-emmanuel.fr

« Reposez-vous un peu »

Le triangle bénéfique : travail,détente, loisir

- * Un thème universel et porteur : le repos, la fatigue, le burn-out, au coeur des préoccupations contemporaines.
- * Un concept signature, mémorable et vendeur : le triangle bénéfique, pendant lumineux du "triangle maléfique" décrit précédemment par l'auteur.
- * Une promesse forte et pratique : apprendre enfin à se reposer vraiment.
- * Un auteur reconnu, à la double, voire triple compétence (anthropologie/philosophie, médecine et spiritualité).
- * Un format « cadeau » : idéal pour le marché de Noël, à offrir largement.

Public visé : tout public en quête d'équilibre et de mieux-vivre ; monde du travail, lecteurs de spiritualité, marché du cadeau.

« Venez à l'écart dans un endroit désert, et reposez-vous un peu. » (Mc 6, 31) À l'heure du burn-out généralisé, le vrai remède n'est pas de travailler moins mais d'apprendre à se reposer. Pascal Ide propose de rééquilibrer nos vies autour d'un triangle bénéfique : travail, détente, loisir.

« Venez à l'écart dans un endroit désert, et reposez-vous un peu. » (Mc 6, 31)

Nous courons, nous produisons, nous nous « divertissons » jusqu'à l'épuisement - et nous nous reposons de moins en moins. À l'heure où le burn-out est devenu le mal du siècle, le vrai remède ne consiste peut-être pas à travailler moins, mais à apprendre à vraiment se reposer.

Pascal Ide propose de reconstruire l'équilibre de nos vies autour d'un triangle bénéfique : travail, détente, loisir. Trois réalités distinctes qu'il s'agit de remettre à leur juste place pour retrouver un rythme pleinement humain. Car se reposer n'est pas ne rien faire : c'est un art - l'art de faire les bonnes choses en leur temps.

Profond et très concret, nourri de sagesse chrétienne et d'une fine connaissance de la psychologie, ce livre est à la fois une invitation et un guide pour prendre du temps pour l'essentiel. Le cadeau idéal à s'offrir, ou à offrir, pour goûter enfin un peu de repos.

Pascal Ide est prêtre du diocèse de Paris et membre de la Communauté de l'Emmanuel. Né en 1957, il est à la fois médecin et docteur en philosophie et en théologie. Pendant treize ans, il a servi à la Congrégation pour l'éducation catholique, à Rome, comme chef de service de la section Universités. Enseignant au Collège des Bernardins et vicaire à Paris, il a publié une trentaine d'ouvrages d'anthropologie, d'éthique, de psychologie, de philosophie et de spiritualité, parmi lesquels Mieux se connaître pour mieux s'aimer, Le triangle maléfique. Sortir de nos relations toxiques ou encore Puissance de la gratitude. .

AVM/Éditions de l'Emmanuel, 89 Bd Auguste Blanqui
Boite 76 - 75013 Paris