

## TABLE DES MATIERES

	<i>Introduction</i>	17
1	<i>Comment cerner votre chagrin</i>	23
2	<i>La légion</i>	33
3	<i>Comment surmonter la culpabilité</i>	35
4	<i>Venir à bout de la solitude</i>	43
5	<i>L'inquiétude est une perte de temps</i>	51
6	<i>Faire face à la peur</i>	61
7	<i>La foi dans la tempête</i>	69
8	<i>Encore un autre bateau</i>	75
9	<i>Cauchemar</i>	85
10	<i>La vision</i>	95
11	<i>Un nouveau début</i>	107
12	<i>Moment de découverte</i>	113
13	<i>Dieu croit en vous</i>	117
14	<i>Comment s'y prendre avec le doute</i>	123
15	<i>Le don inestimable</i>	133
16	<i>La promesse</i>	143