



Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même

Thomas d' Ansembourg

 **Télécharger**

 **Lire En Ligne**

Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même

Thomas d' Ansembourg

1

 [Telecharger Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les ...pdf](#)

 [Lire en Ligne Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec le ...pdf](#)

Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même

Thomas d'Ansembourg

Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même Thomas d'Ansembourg

Téléchargez et lisez en ligne Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même Thomas d' Ansembourg

249 pages

Présentation de l'éditeur

Nous avons pris l'habitude de dissimuler ce qui se passe en nous afin d'acheter la reconnaissance, l'intégration ou un confort apparent plutôt que de nous exprimer tels que nous sommes. Nous avons appris à nous couper de nous-même pour être avec les autres. La violence au quotidien s'enclenche par cette coupure : la non-écoute de soi-même tôt ou tard au non-respect de l'autre. *Cessez d'être gentil, soyez vrai !* est un seau d'eau lancé pour nous réveiller de notre inconscience. Il y a urgence à être d'avantage conscients de notre manière de penser et d'agir.

L'auteur explique, en illustrant ses propos d'exemples percutants, comment notre tendance à ignorer ou à méconnaître nos propres besoins nous incite à nous faire violence et à reporter sur d'autres cette violence. Pour éviter de glisser dans une spirale d'incompréhension, il s'agit de reconnaître nos besoins et d'en prendre soin nous-même plutôt que de nous plaindre du fait que personne ne s'en occupe.

Ce livre est une invitation à désamorcer la mécanique de la violence, là où elle s'enclenche toujours: dans la conscience et le cœur de chacun de nous.

Quatrième de couverture

Nous sommes souvent plus habiles à dire leurs quatre vérités aux autres qu'à leur exprimer simplement la vérité de ce qui se passe en nous. Nous n'avons d'ailleurs pas appris à tenter de comprendre ce qui se passe en eux. Nous avons davantage appris à être complaisants, à porter un masque, à jouer un rôle. Nous avons pris l'habitude de dissimuler ce qui se passe en nous afin d'acheter la reconnaissance, l'intégration ou un confort apparent plutôt que de nous exprimer tels que nous sommes. Nous avons appris à nous couper de nous-même pour être avec les autres. La violence au quotidien s'enclenche par cette coupure : la non-écoute de soi-même tôt ou tard à la non-écoute de l'autre, le non-respect de soi-même tôt ou tard au non-respect de l'autre. *Cessez d'être gentil, soyez vrai !* est un seau d'eau lancé pour nous réveiller de notre inconscience. Il y a urgence à être davantage conscients de notre manière de penser et d'agir. En illustrant ses propos d'exemples percutants, l'auteur explique comment notre tendance à ignorer ou à méconnaître nos propres besoins nous incite à nous faire violence et à reporter sur d'autres cette violence. Pour éviter de glisser dans une spirale d'incompréhension, il s'agit de reconnaître nos besoins et d'en prendre soin nous-même plutôt que de nous plaindre du fait que personne ne s'en occupe. Ce livre est une invitation à désamorcer la mécanique de la violence, là où elle s'enclenche toujours : dans la conscience et le cœur de chacun de nous. Biographie de l'auteur

Thomas d'Ansembourg est l'auteur du best-seller *Cessez d'être gentil, soyez vrai !* paru en 2001. Après sa formation en droit, il a été conseiller juridique pendant plusieurs années, puis animateur au sein d'une association pour jeunes en difficulté. Sa passion pour la relation humaine et la recherche de sens l'ont amené à pratiquer la psychothérapie et à enseigner la communication non violente selon la méthode de Marshall Rosenberg. Il donne aujourd'hui des conférences et des formations très appréciées, tant en Europe qu'au Québec et au Maroc. Il est aussi l'auteur d' *Etre heureux ce n'est pas nécessairement confortable* et *Qui fuis-je ? Où cours-tu ? A quoi servons-nous ?* parus aux éditions de l'Homme.

Download and Read Online Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même Thomas d' Ansembourg #GB87XSAHOMI

Lire Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg pour ebook en ligne Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg Téléchargement gratuit de PDF, livres audio, livres à lire, bons livres à lire, livres bon marché, bons livres, livres en ligne, livres en ligne, revues de livres epub, lecture de livres en ligne, livres à lire en ligne, bibliothèque en ligne, bons livres à lire, PDF Les meilleurs livres à lire, les meilleurs livres pour lire les livres Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg à lire en ligne. Online Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg ebook Téléchargement PDF Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg Doc Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg Mobipocket Cessez d'être gentil soyez vrai : Être avec les autres en restant soi-même par Thomas d' Ansembourg EPub

GB87XSAHOMIGB87XSAHOMIGB87XSAHOMI