Zeitschrift: Générations plus : bien vivre son âge
Herausgeber: Générations
Band: - (2012)
Heft: 34

Buchbesprechung: Découvrir livres
Autor: J.-M.R. / Cardoni Gommeret, Emeline

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Livres de poche

Les sorties du mois

La vie très privée de Mr Sim
Jonathan Coe
Folio

Léa
Pascal Mercier
10-18

Vagabond des mers du Sud
Bernard Moitessier
J'ai Lu

Aurora, Minnesota
William K. Kruger
Pocket

La septième vague
Daniel Glattauer
Livre de Poche

Savoir maigrir
Jean-Michel Cohen
Pocket

Spooner
Pete Dexter
Points

L'ombre de ma voix
Patricia Kaas
J'ai Lu

Nouveaux contes de Bustos Domecq
Jorge Luis Borges
Robert Laffont

Le présent du passé au carré
Yves Coppens
Odile Jacob

Christiane Savio
«Revenir à notre propre parcours de vie»

DR

Mère de quatre grands garçons, la Fribourgeoise Christiane Savio s'est construite toute seule. Son enfance a été marquée par une vie à la maison difficile, avec un père alcoolique et violent. Les moqueries et le manque de compassion de ses camarades de classe ont débouché à l'adolescence sur une «immense insécurité et en même temps un instinct de guerrière». La naissance d'un premier enfant n'a rien arrangé, ravivant ses propres blessures. Au final, c'est dans les livres consacrés au développement personnel et à sa rencontre avec un Québécois, père de la psychokinésiologie, qu'elle doit son salut et sa résurrection. Agée de 51 ans, elle se définit aujourd'hui comme une émotiologue, auteure de nombreux ouvrages sur le sujet.

Christiane Savio, précisément, c'est quoi l'émotiologie?

Contrairement à une séance chez un psy où on fait travailler la tête, je m'intéresse aux émotions ressenties chez mes patients, à leurs sentiments, par exemple la colère et à la manière de l'exprimer. Je cherche à les comprendre, à voir d'où elles viennent et ce qu'elles traduisent vraiment.

Concrètement, quel bénéfice en retirera un patient?

Par exemple, si vous êtes en colère contre votre patron, ce qui est intéressant c'est de voir que celle-ci n'est peut-être que le révélateur d'une frustration chez vous, que vous n'avez cessé de répéter tout au long de votre vie professionnelle. A partir de là, on peut commencer à admettre qu'il faut cesser d'accabler les autres et revenir à notre propre parcours de vie.

Votre prochain ouvrage s'intitule *Le maître de cœur*...

C'est la suite d'*Un art de cœur* où il était question d'une initiation. Il faut apprendre à être bienveillant envers soi-même, prendre soin de soi. A partir de là seulement, on devient un maître du cœur.

J.-M.R.

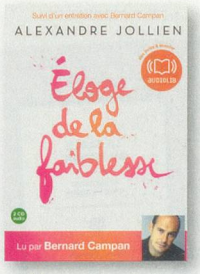
Le maître de cœur, Editions Eclectica, prix conseillé: 29 fr., parution le 27 avril.

POUR EN SAVOIR PLUS
Christiane Savio sera au Salon du mieux-vivre à Saignelégier (JU) du 20 au 22 avril.

Le Club

Christiane Savio sera au Salon du mieux-vivre à Saignelégier du 20 au 22 avril. Des entrées à gagner en page 86.

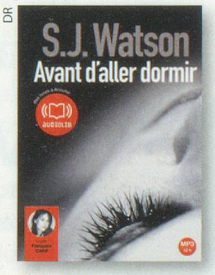
Audio livre La sélection des livres qui s'écoutent

DR


Alexandre Jollien, *Eloge de la faiblesse,* CD audio, Audiolib, 25 fr.

Alexandre Jollien et Bernard Campan, c'est avant tout une histoire d'amitié entre deux hommes. Le texte de Jollien est sublimé par Campan, qui en exploite parfaitement toutes les nuances. L'introspection de l'auteur à travers la philosophie, résultant de sa rencontre imaginaire avec Socrate, nous apporte des questions mais aussi des réponses sur nous-mêmes, et c'est bien en cela que ce livre mérite d'être écouté!

Christine souffre d'une forme rare d'amnésie: à chaque réveil elle pense avoir 20 ans, mais elle en a en réalité 47, et se retrouve mariée à un homme qu'elle ne connaît pas. Son journal intime l'aide à se souvenir de son quotidien, mais très vite les mystères sur son passé font surface... De sa voix suave, la narratrice nous entraîne dans une intrigue palpitante aux multiples rebondissements!

DR


S. J. Watson, *Avant d'aller dormir,* MP3, Audiolib, 39 fr. 40

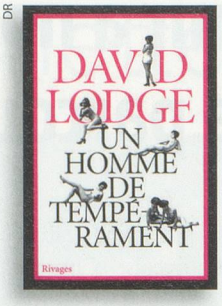
COUPS DE CŒUR
D'EMELINE CARDONI GOMMERET*

*Emeline Cardoni Gommeret, libraire, Payot Yverdon-les-Bains

DAVID LODGE Un homme de tempérament

C'est avec le portrait de Herbert George «H.G.» Wells que David Lodge nous embarque dans sa machine à explorer le temps. Nous sommes en 1944, dans une vieille maison londonienne. Malade et mélancolique, Wells y vit les dernières années de sa vie et, sous forme de dialogues, nous dresse sa biographie comme s'il parlait à un journaliste. C'est alors que l'aventure commence, couvrant de 1866 à 1946: de quoi en savoir plus sur cet homme d'exception, et sur l'évolution de la société anglaise puritaine de l'époque! Professeur de littérature, David Lodge est l'auteur de fabuleux romans comme *La vie en sourdine* et après *L'auteur*! L'écrivain, qui tournait autour d'Henry James, nous entraîne là dans une nouvelle biographie romancée. Très bien documenté, Lodge rend hommage au père de la science-fiction et ses chefs-d'œuvre intemporels comme *La guerre des mondes* ou *L'homme invisible*. Intellectuel progressiste, H.G. Wells fut également un grand amoureux des femmes, et resta incompris de son époque. Avec ce texte remarquablement ficelé, du moins l'honneur lui est-il rendu!

DR



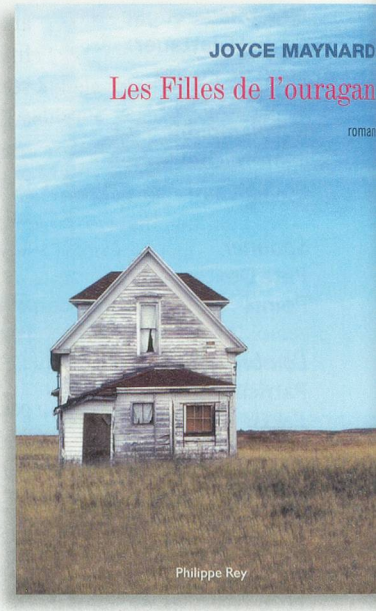
ELSA GODART
Etre mieux avec soi-même

Après avoir exploré dans son premier ouvrage la sagesse des stoïciens, l'auteure nous invite maintenant à partir à la découverte de soi à travers différents tests d'évaluation et plusieurs cas concrets. Partant du constat que nos difficultés quotidiennes proviennent souvent d'un manque de confiance en nous et d'une appréciation erronée de nos capacités, elle nous propose d'y remédier pour accéder enfin à la sérénité en nous appuyant sur notre plus fidèle partenaire: nous-même!

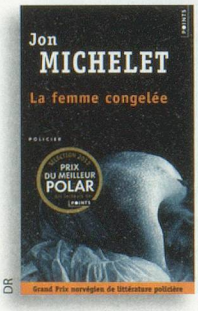
DR

JOYCE MAYNARD Les filles de l'ouragan

Octobre 1949, la saison des ouragans, New Hampshire... C'est aussi le mois où sont conçues Ruth et Dana. Les deux fillettes vont naître à la même date, le 4 juillet, jour de la fête nationale, dans le même hôpital, créant ainsi sans le vouloir des liens inexorables entre leurs deux familles. Mais elles vont pourtant grandir dans des contextes très différents. Ruth, qui a quatre sœurs, vient d'une famille de paysans et passe beaucoup de temps en compagnie de son père, qu'elle adore; elle a un rapport particulier avec sa mère, à qui elle reproche d'être un peu froide. Ruth aime par ailleurs beaucoup le travail dans les champs, mais elle réalise assez vite qu'elle est artiste dans l'âme, chose que sa mère n'accepte pas. Dana, quant à elle, a un père absent et une mère distante, grande et belle femme qui ne s'intéresse qu'à l'art. Dana est attirée par le travail de la terre, et se verrait bien un jour posséder une ferme. Ecrit à deux voix, ce texte bouleversant retrace plus de cinquante ans du contexte historique et social aux Etats-Unis. C'est un roman brillant, avec peu de fausses notes, dans lequel le lecteur comprend vite que les secrets de famille bien enfouis finissent toujours par faire mal...

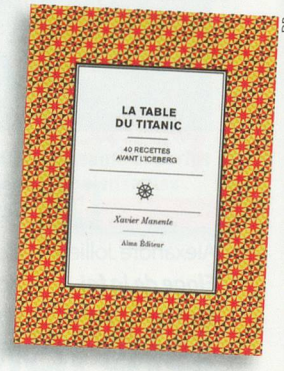


JON MICHELET La femme congelée



DR

Vous rêvez d'un pays idéal comme la Norvège? Un pays où tout est beau, propre, bien organisé et sans conflit? Détrompez-vous... L'auteur Jon Michelet nous offre une histoire dans laquelle toute la société norvégienne est passée au peigne fin: l'ancien flic Thygesen, les politiciens, la jeunesse locale, les émigrés... Un excellent polar sociologique!

XAVIER MANENTE La table du Titanic

Entre recettes et anecdotes, vous retrouverez dans ce recueil toute l'émotion gourmande qui fut celle des passagers du *Titanic*. En effet, Xavier Manente nous propose de découvrir les menus très Belle Epoque servis aux différentes classes sur le bateau, jusqu'au soir du fatidique 14 avril 1912...