

# Découvrir livres

Autor(en): **J.-M.R. / Cardoni Gommeret, Emeline**

Objektyp: **BookReview**

Zeitschrift: **Génération plus : bien vivre son âge**

Band (Jahr): - **(2012)**

Heft 34

PDF erstellt am: **17.08.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



### 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»

**M**ère 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 psychokinésologie, 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



DR

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 Eclctica, 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.

DR



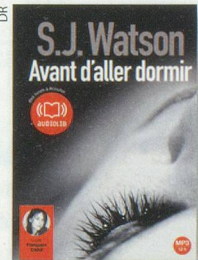
Alexandre Jollien,  
*Eloge de la faiblesse*, CD audio, Audiolib, 25 fr.

## Audio livre La sélection des livres qui s'écoutent

**A**lexandre 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!

**C**hristine 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

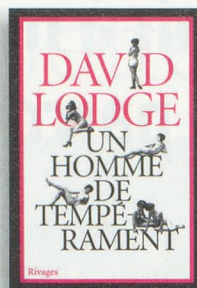
## D'EMELINE CARDONI GOMMERET\*



\*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!

### 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!



### 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

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...

