



« Vous me coucherez nu sur la terre nue »

Gabriel Ringlet

Le titre de l'ouvrage est le souhait de François d'Assise pour l'heure de sa mort. Cet appel au plus grand « dévêtement », à l'acceptation de l'ultime fragilité est aussi le signe qu'à l'instant du dernier souffle, il faut un viatique symbolique. Comment concilier alors cette demande universelle de rituel avec la question de l'euthanasie ? Quelle symbolique offrir à ce moment qu'aucune liturgie ne prend en charge ? Pour faire le récit de son accompagnement dans un service de médecine palliative de ces personnes qui, en Belgique, demandent l'euthanasie, l'auteur a choisi l'infinie douceur d'un texte au plus près des questions essentielles qui animent l'humain.

(Albin Michel, 242 pages)

Vieillir en bonne santé et prévenir Alzheimer

Jean Péliissier

La maladie d'Alzheimer ne « s'attrape pas », elle se construit pas à pas, souvent par méconnaissance du fonctionnement de notre organisme. D'après l'auteur, cette forme de sérénité - que les anciens Chinois appe-

laient « une demi-mort » - peut être évitée si l'on suit les principes de la médecine traditionnelle chinoise. Très éloignés de la vision mécaniste et matérialiste de la médecine académique actuelle, ceux-ci ont pourtant prouvé leur efficacité depuis des millénaires.

(Editions Albin Michel, 236 pages)

L'art d'être un parent présent

Susan Stiffelman

Maintenir un sentiment de paix et d'équilibre est un élément clé pour vivre dans l'instant présent. Mais notre sérénité peut être mise à rude épreuve lorsque nous devenons parents. Élever des enfants est tout sauf paisible. Ainsi, les principes les plus élevés peuvent se heurter aux réalités quotidiennes de l'éducation parentale. Dans cet ouvrage, l'auteure invite les lecteurs à évaluer en toute sincérité comment ils ont intégré leur pratique spirituelle à leur vie de parents ou pourquoi ils ont dû se résoudre à compartimenter ces deux activités. À ceux et celles qui ne se considèrent pas impliqués dans une quelconque quête spirituelle, elle offre des conseils précieux et universellement applicables sur l'art d'être un parent présent. Préface d' Eckhart Tolle.

(Editions Ariane, 310 pages)

Bon sexe, bon genre !

Marie Andersen

L'auteure donne dans ce livre des pistes pour mieux connaître et comprendre la construction de l'identité de genre. Il ne s'agit pas de renverser l'ordre établi ! Mais simplement d'explorer nos possibilités de liberté, afin de choisir ce que nous souhaitons garder et d'envoyer balader ce qui ne nous convient vraiment pas. Après cette lecture, à chacun de bâtir et d'assumer l'identité qui lui conviendra.

(Ixelles éditions, 320 pages)

Au cœur du chant

Fleur-Lise Monastesse

Le chant est un formidable outil de connexion, d'expression, de transformation, de partage et d'épanouissement. Mais nous avons parfois perdu cette capacité naturelle de chanter, nous l'avons oubliée ou en avons été dépossédés. Dans cet ouvrage original, l'auteure nous offre un éventail de pistes de compréhension et d'explorations pratiques pour nous ré-enchanter et restaurer cette capacité qui est en chacun de nous de chanter dans la joie, la liberté et le lien.

(Le Souffle d'Or, 216 pages)