PHILOSOPHIE PSYCHOLOGIE SPIRITUALITÉS

Une sélection faite pour vous parmi les nouveautés de septembre 2026 à découvrir à la bibliothèque des Champs libres

Bibliothèques de Rennes

Cliquez sur la vignette de couverture pour vérifier la disponibilité dans notre catalogue !

Bonjour anxiété : parler de l'hypersensibilité : conseils, témoignages, solutions

Coiffard, Marco

Mango

Un guide pour donner la parole aux personnes hypersensibles, mieux comprendre les symptômes de cette situation et apprendre à les apprivoiser.

Permission de ressentir : les secrets de la science pour comprendre et réguler ses émotions

Brackett, Marc

Point Nemo

Des outils concrets pour comprendre, exprimer et réguler ses émotions afin de les traiter comme des moteurs de connaissance, d'énergie et de transformation.

Pour une théorie psychique de l'opinion : pourquoi pense-t-on ce que l'on pense ?

Breton, Philippe (1951-....)

Erès

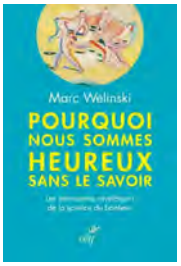
S'appuyant sur la psychanalyse ainsi que sur l'anthropologie de la parole et du débat, l'auteur examine l'origine des opinions ou encore la façon dont se forment les convictions.

Le chuchotement des pierres

Poggi, Colette (1955-....)

Editions des équateurs

Des rencontres et des expériences de marche, de méditation, d'observation pour concilier pensée et présence, contemplation et action.



Pourquoi nous sommes heureux sans le savoir : les étonnantes révélations de la science du bonheur

Welinski, Marc (1958-....)

Cerf

Se fondant sur la psychologie, les neurosciences et la philosophie, l'auteur identifie seize formes de bonheur souvent invisibles, du plaisir à la transcendance, en passant

© Données Electre

par la créativité ou les liens. Il invite à reconnaître ces bonheurs ordinaires, transformant la quête en une attention apaisée au quotidien.

Fawning : se libérer du besoin de plaire

Clayton, Ingrid

Leduc.s éditions

Dépassant les trois réactions au traumatisme les plus connues (le combat, la fuite ou la paralysie), l'auteure met en lumière une quatrième stratégie de survie appelée le fawning. Celle-ci se manifeste quand la personne en danger se rapproche d'une relation ou d'un être aimé qui la fait souffrir. Psychologue clinicienne, elle propose des pistes pour entretenir des rapports affectifs sains.

Le complexe de Pénélope : et si vous arrêtiez d'attendre l'homme de votre vie ?

Ziégler, Anne-Clotilde

Solar

Une analyse du complexe de Pénélope, qui désigne les femmes qui patientent indéfiniment pour un homme marié dont le couple bat de l'aile, qui promet de quitter sa femme mais qui n'en fait rien. L'auteure décrypte les mécanismes psychologiques et émotionnels de ces personnes qui vivent dans l'attente permanente de l'amour, afin de les aider à reprendre confiance et à sortir de leur situation.

Contrats d'âmes : karma, âmes jumelles, missions d'âmes... : découvrez votre chemin de vie

Pauze, Marie

Secret d'étoiles

Présentation des contrats d'âme, ces liens invisibles qui marquent profondément certaines relations. L'autrice décrypte les dynamiques karmiques ou les engagements anciens derrière les rencontres intenses ou difficiles. Elle propose aussi des étapes pratiques pour comprendre et libérer ces empreintes, afin de devenir acteur de son propre parcours relationnel.

© Données Electre

Cliquez sur la vignette de couverture pour vérifier la disponibilité dans notre catalogue !

L'intégrité philosophique : pourquoi et comment faire de la philosophie ?

Pouivet, Roger (1958-....)

Vrin

Réflexion sur les fondements de la discipline philosophique : sa nature, sa diversité et la possibilité d'une tradition unique ou d'une pratique médiatique. L'auteur défend une thèse classique, la philosophie comme vie contemplative au service de la vérité, s'appuyant sur Aristote, saint Thomas ou Frege, et souligne que son exercice exige avant tout de l'intégrité.

Les stoïciens à la plage : être serein dans un transat

Soumet, Hélène (1951-....)

Dunod

Une découverte de la philosophie stoïcienne, une école fondée par Zénon au IIIe siècle av. J.-C. en Grèce. L'autrice présente ses origines, ses résurgences, ses penseurs principaux ainsi que ses concepts essentiels.

Philosophie de la ménopause

Origgi, Gloria (1967-....)

Flammarion

La philosophe propose une réflexion sur la ménopause comme sujet féminin. Plus qu'un bouleversement hormonal, elle la considère comme une métamorphose biologique et existentielle.

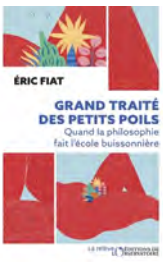
Nos vies écorchées

Marin, Claire (1974-....)

Flammarion

Une exploration de la peau comme miroir de l'existence, du contact avec un nouveau-né aux marques du temps, en passant par les blessures et les plaisirs érotiques. Organe révélateur de l'intériorité, elle exprime et dissimule les émotions. Face à l'ère du sans contact, l'autrice célèbre dans ce journal philosophique la douceur, la rencontre et la sensibilité, exaltant le sentiment d'être vivant.

© Données Electre



Grand traité des petits poils : quand la philosophie fait l'école buissonnière

Fiat, Eric

Editions de l'Observatoire

Réflexion sur la pilosité humaine, son acceptation ou son refus, ses multiples formes ainsi que les émotions qu'elle peut susciter, comme la honte ou la fierté. Par ce prisme, l'auteur interroge les rapports entretenus par l'homme avec son corps et son incarnation.

L'esprit du surf : apprendre à philosopher avec les vagues

Durand, Guillaume (1976-....)

Ed. Arkhê

Une réflexion sur le lien entre l'humanité et son environnement, notamment à l'élément liquide, à travers le prisme du surf. L'auteur explore les concepts de nature, de liberté, de bonheur, d'identité personnelle et de réalité face à la dématérialisation des existences contemporaines. Il propose ainsi une relecture de la philosophie, de Socrate à Platon, en passant par Descartes et Deleuze.

Le courage de renoncer : comment faire le bon choix ?

Vervisch, Gilles (1974-....)

Flammarion

Une réflexion sur la persévérance et le discernement, que l'auteur associe aux renoncements. Il aborde les notions d'acharnement et de courage sous les prismes de l'échec et de la réussite, et propose un autre regard sur le préjugé du "quand on veut, on peut".

Savoir jouer : mettre du jeu dans une société grippée

Pierron, Jean-Philippe (1964-....)

Editions de l'Atelier

Une réflexion sur le jeu, considéré comme une dimension essentielle de l'existence plutôt que comme une activité mineure ou une diversion. En opposition aux logiques utilitaristes, normalisantes et productivistes, l'auteur affirme la puissance d'imagination, d'initiative et de résistance du jeu, qu'il pense à la fois comme un droit, une écologie du vivant et une politique de la liberté.

© Données Electre

Cliquez sur la vignette de couverture pour vérifier la disponibilité dans notre catalogue !

Chrétiens et musulmans, avons-nous le même dieu ?

Loiseau, Fabrice (1966-....)

Artège

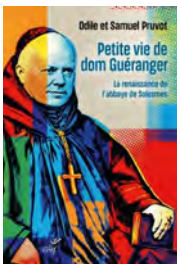
A travers différents thèmes, comme l'unicité de Dieu ou la Trinité, le Coran et la Bible, Jésus et Mahomet, l'Oumma et l'Eglise, le père Loiseau éclaire les éléments de convergence et les divergences fondamentales entre les deux traditions. Il en expose les conséquences, tant sur la compréhension de Dieu que sur la manière de vivre la foi en société.

Parmi les moines des rizières

Barbe, Alexandre

Les Arènes

Alexandre Barbe s'installe dans le monastère Antaiji au Japon pendant un an, partageant son temps entre les travaux agricoles dans les rizières et la spiritualité zen. Un récit initiatique sur la transformation du rapport au monde grâce à la spiritualité.



Petite vie de dom Guéranger : la renaissance de l'abbaye de Solesmes

Pruvot, Odile

Cerf

Une biographie de dom Guéranger, moine visionnaire qui a refondé l'abbaye de Solesmes et a restauré la tradition bénédictine en France. Derrière la grande figure spirituelle se révèle aussi un homme drôle et passionné dont l'influence continue d'irriguer le catholicisme.

Les ruines et la lumière : le témoignage bouleversant du curé de Gaza

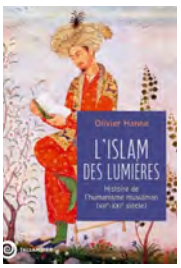
Romanelli, Gabriel

Rocher

Au coeur de Gaza, le père Gabriel Romanelli a décidé de rester près des siens malgré la guerre et les destructions pour venir en aide aux réfugiés, sans distinction d'origine et de religion. A travers son témoignage, il livre un message de paix et d’espoir au milieu du chaos. Prix Jacques de Fouchier 2026.

© Données Electre

Cliquez sur la vignette de couverture pour vérifier la disponibilité dans notre catalogue !



L'islam des Lumières : histoire de l'humanisme musulman (VIIe-XXIe siècle)

Hanne, Olivier (1975-....)

Tallandier

Dès l'origine, l'islam a connu une tension entre l'interprétation rigoriste de la parole divine et une conception plus ouverte. L'auteur met en valeur les périodes d'interaction avec les autres civilisations, les phases de découvertes scientifiques, d'essor de la mystique et de la pensée, ainsi que les moments de repli dus à des contextes spécifiques.

Le guide des fêtes juives : un calendrier pour l'âme

Kerber, Etienne

Hachette Pratique

Présentation des grandes fêtes juives telles que Rosh Hashana, Yom Kippour, Hanouka, Pourim et Pessah. L'auteur rappelle leurs origines, décrit les traditions associées à chacune et propose des sujets de réflexion ancrés dans les enseignements de la Torah pour enrichir son chemin spirituel.

© Données Electre