**CULTURE**

**Á écouter**

**« Refuge »** de Jean-Louis Aubert

En 22 titres, ce dernier album de Jean-Louis Aubert offre du doux, du rock, du folk, du reggae. Il nous raconte que le bonheur « ne se construit pas en dur ». Les influences spirituelles (Bouddhisme, philosophie antique, soufie). « Du bonheur, bien sûr » parmi les titres de cet album, ce refuge qui évoque une phrase prêtée à Bouddha « ne cherche pas refuge ailleurs, sois une île pour toi-même ». Jean-Louis Aubert reste une de ces personnes qui nous aident à traverser le temps sans trop de rides au cœur avec ses mélodies envoutantes et ses paroles qu’il fait bon entendre.

**Á lire Philosophie**

**« Vivre ! »** de Frédéric Lenoir

Durant la période de confinement, Frédéric Lenoir a écrit dans l’urgence ce petit livre en s’appuyant sur les besoins humains tels que décrits par Abraham Maslow et en faisant appel à de grands auteurs : Pascal, Spinoza, Boris Cyrulnik… L’auteur propose des leviers pour traverser l’épreuve de la pandémie et en sortir changé, voire enrichi. Comment et où trouver les moyens de la résilience ? Comment s’adapter ? Frédéric Lenoir nous suggère d’abord de reconnaitre et prendre conscience des chocs subis, de sortir de nos habitudes, de prendre soin de cultiver plaisirs et liens. C’est le moment ! Editions Fayard 14€

**Á lire Philosophie et sciences**

**« Le plus grand défi de l’histoire de l’humanité face à la catastrophe écologique et sociale »** de Aurélien Barrau Astrophysicien et docteur en philosophie, l’auteur nous dit que la vie sur terre est en train de mourir, l’ampleur du désastre est à la démesure de notre responsabilité, on ne peut l’ignorer. Plus qu’une transition, il faudrait une révolution. L’auteur nous suggère de nouvelles voies individuelles et collectives de résistance pour dépasser l’immobilisme suicidaire. Rien de désespéré dans cet ouvrage. Des solutions. Editions Michel Lafon 9€

**Á lire Société**

**« Le goût des animaux »** de Brigitte Bontour Du chat posé sur nos genoux au loup de notre enfance ou à ceux que l’on retrouve dans nos assiettes, les animaux ont toujours été nos compagnons de vie, un moyen de se déplacer, de travailler… Ils nous rassurent, nous apaisent mais aussi souffrent. De Montaigne à Boris Cyrulnik, d’Homère à Elisabeth de Fontenay, l’auteure donne la parole à ces écrivains qui évoquent leur relation aux animaux. Une analyse fine des liens avec ceux qui partagent notre planète. Editions Mercure de France 8€