

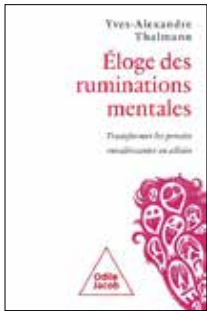
Coin de lecture

Éloge des ruminations mentales

Transformer les pensées envahissantes en alliées

Yves-Alexandre Thalmann

– Odile Jacob, 2025.



Éloge des ruminations mentales est un ouvrage récent de notre collègue Yves-Alexandre Thalmann dans lequel il explore la nature des ruminations, ces pensées souvent invasives qui peuvent affecter notre

humeur et notre bien-être. L'originalité de son approche est de considérer les ruminations comme un mécanisme d'adaptation, et non pas comme une sorte de défaut psychique. Ce livre s'inscrit dans la lignée des ouvrages de psychologie appliquée, offrant des perspectives neuroscientifiques intéressantes pour favoriser une meilleure santé mentale.

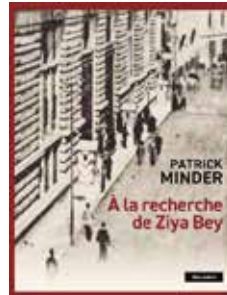
Dans un texte rigoureux, tout en restant accessible, l'auteur explique que notre esprit a une tendance naturelle à vagabonder, ce qui peut favoriser la créativité. Ce processus peut aussi mener à des ruminations qui deviennent répétitives et pesantes. L'auteur propose de nombreuses pistes pour apprivoiser ces pensées envahissantes afin de les transformer en alliées. Cela implique d'apprendre à interagir avec ces pensées sans se laisser submerger. Un voyage fascinant dans les méandres de notre psychisme, à la lumière des découvertes récentes des neurosciences. Le tout dans un langage clair, égayé d'anecdotes dans lesquelles chacune et chacun pourra se retrouver. Cet ouvrage est disponible sous format numérique ou imprimé.

À côté de l'enseignement de la psychologie dans notre Collège, Yves-Alexandre Thalmann publie régulièrement des ouvrages destinés à un large public. Son but est le même que durant ses cours : diffuser les connaissances étayées par la recherche en psychologie. Une tâche d'autant plus délicate que de nombreuses informations infondées circulent sur les réseaux sociaux !

À la recherche de Ziya Bey

Patrick Minder

– Éditions Bleu autour, 2025



À la croisée du roman policier et de l'enquête historique, cet ouvrage retrace vingt années des recherches qu'aura consacrées notre collègue à une figure énigmatique : Ziya Bey Koubanine, décédé en 1924 et présenté comme ancien contrôleur général des finances de l'Empire ottoman.

À partir de photographies d'archives retrouvées à la Bibliothèque cantonale et universitaire, Patrick Minder engage une investigation rigoureuse, nourrie par l'exploration de fonds d'archives en Turquie, en Suisse, en France et en Grande-Bretagne. Le récit, rythmé et riche en rebondissements, dévoile progressivement les zones d'ombre entourant ce personnage méconnu. Loin d'un simple roman policier, le livre propose une démonstration exemplaire des méthodes de la recherche historique, tout en offrant au lecteur le plaisir d'un véritable polar.

Au fait, qui était réellement Ziya Bey Koubanine, dont la tombe se trouve

toujours au cimetière St-Léonard de Fribourg ? La réponse, vous la connaîtrez au terme de cet ouvrage captivant. Bonne lecture.

A System of Moral Philosophy de Francis Hutcheson (1755), édition critique établie par Knud Haakonssen et Christian Maurer

– LIBERTY FUND (Indianapolis), 2025

Francis Hutcheson (1694-1746) était professeur de philosophie morale à l'Université de Glasgow – institution récemment visitée par un groupe d'élèves du Collège Saint-Michel (voir l'article en p. 32 dans ce numéro). Hutcheson est souvent présenté comme le « père fondateur » des Lumières écossaises : Son anthropologie optimiste a profondément marqué la philosophie au XVIII^e siècle en Écosse. Selon Hutcheson, nous possédons tous un sens moral qui définit le bien et le mal, et une bienveillance naturelle qui nous motive à mener des actions altruistes spontanées.

Knud Haakonssen, professeur émérite en histoire intellectuelle (Copenhague / Erfurt / St. Andrews) et Christian Maurer, professeur de philosophie au Collège Saint-Michel, viennent de publier leur édition critique du fameux « System of Moral Philosophy » de Hutcheson, paru après sa mort en 1755. Leur édition décortique, entre autres, l'histoire complexe du manuscrit qui se trouve à la bibliothèque de l'Université de Glasgow. Elle conclut la série *The Collected Works and Correspondence of Francis Hutcheson*.

