



Ornithologie

Description

Philippe J. DUBOIS

Elise ROUSSEAU

Mars 2025

18 €

Éditions : Albin Michel ISBN : 2226489746

default watermark



« Un ouvrage enthousiasmant et à quel point précieux. » Libération

Aujourd'hui plus que jamais, le retour à la nature est une précieuse ressource. Pour y puiser des forces, il importe d'apprendre à reconnaître les éléments qui la composent. Parmi ceux-ci, les oiseaux occupent une place particulière : souvent très colorés et dotés d'une vive intelligence, brillants musiciens, ils incarnent la liberté. Mais au-delà de l'admiration qu'ils suscitent, ils peuvent nous aider à vivre autrement.

En les observant et en les protégeant, on découvre des remèdes insoupçonnés à nos maux contemporains. La patience, l'écoute et la contemplation des oiseaux se révèlent ainsi des leviers efficaces pour vaincre ses peurs, éloigner le stress, se libérer de ses jugements de valeur, se redéfinir soi-même, tout en pratiquant activement la pleine conscience.

En vingt-cinq chapitres passionnants et concrets, Philippe J. Dubois et Élise Rousseau nous ouvrent au monde des oiseaux et à ses secrets. Autant de clés pour changer nos vies et les rendre plus sereines et plus joyeuses.

Écologue et ornithologue à la LPO, **Philippe J. Dubois** est l'auteur de nombreux ouvrages dont *Une histoire contemporaine des oiseaux de France* (Delachaux et Niestlé, 2023) et *Petite Philosophie des oiseaux* (coécrit avec Élise Rousseau, La Martinière, 2018), traduit en une vingtaine de langues.

Élise Rousseau est naturaliste, ornithologue et cavalière. Après des études de littérature et de philosophie, elle s'est tournée vers la protection de la nature. Elle a récemment publié *Sur le chemin des oiseaux* (Grasset, 2023) et *Mazaalai* (Albin Michel, 2024).

Pour les reconnaître

Application : BIRDNET

Categorie

- documents
- livre
- SRHGx

Tags

- écologie
- maux humains
- oiseaux
- ornithologie
- remèdes

date créée

28 mars 2025

Auteur

cblancke