



Livre

Auteur(s) : Chaygneaud-Dupuy, Marion (Auteur) ;Boissière, Aurélie
Titre(s) : Respire, tu es vivante : une aventure écologique et spirituelle / Marion Chaygneaud-Dupuy ; Aurélie Boissière.

Editeur(s) : Paris : Massot, 2020.

Résumé : " L'alpiniste altruiste qui nettoie les sommets de l'Himalaya ", Bouddha News Personne n'y croyait et pourtant, Marion Chaygneaud-Dupuy a accompli l'impossible. Initiée par des maîtres bouddhistes tibétains, elle médite dans des grottes pendant des semaines, elle explore la conscience à l'âge où d'autres entrent à l'université. A 22 ans, elle s'installe au Tibet, où elle devient guide de trekking et de montagne. Elle parcourt et raconte au fil de ses expériences le fonctionnement de l'esprit, les mille liens qui nous relient à tous les êtres et à la nature. D'abord sauvage comme une panthère des neiges, son cœur s'ouvre progressivement au contact des guides de montagne et des nomades des hauts plateaux. Elle témoigne avec émotion dans ce récit de leurs efforts pour perpétuer leurs traditions, tout en embrassant la modernité. Persuadée de l'urgence de passer à l'action, elle soutient " l'Institut des nomades " et organise les expéditions " Clean Everest ", afin de débarrasser la face nord de l'Everest de tous les débris accumulés depuis des décennies. Marion Chaygneaud-Dupuy raconte comment elle a réussi à gravir trois fois l'Everest. Exploit sportif ? L'autrice est avant tout une alpiniste écoresponsable, qui a grimpé jour et nuit pour mettre au point un modèle de gestion des déchets en haute montagne. Elle raconte avec passion comment elle a mis en place l'opération " Clean Everest " pour préserver la qualité des glaciers himalayens, aujourd'hui menacés par le réchauffement climatique. En trois ans, elle a permis de redescendre dix tonnes de déchets. La jeune femme de 40 ans s'apprête à rejoindre l'Europe. Dans ce récit, elle offre les clés de son aventure spirituelle et écologique, et nous invite à mettre la compassion au cœur de toute action.

Sujet(s) : Méditation Alpinisme : Everest, Mont Pollution : Everest, Mont Pollution : Lutte contre : Everest, Mont Récits de voyages Everest, Mont : Descriptions et voyages

Indice(s) : 910.4

Collation : 1 vol. (218 p.). couv. ill. en coul.. 22 cm



Exemplaires

Support	Bib. actuelle	Section	Localisation	Situation	Cote	Date retour	Code barre
Livre	Landaville	Adultes	documentaire	En rayon	910.4 CHA		088120003903 69