



sauvage par nature - de Sibérie en Australie, 3 ans de marche extrême en solitaire

By Marquis, Sarah

MICHEL LAFON, 2014. Paperback. Book Condition: NEUF. La marche : une pratique ancestrale reconnue chez les moines comme une forme de méditation que Sarah Marquis a fait sienne. Dans ce témoignage extraordinaire, elle nous raconte son voyage à pied de 2010 à 2013 (mai), avec pour seul bagage un sac à dos de 30 kilos. Des paysages somptueux du lac Baïkal à la jungle luxuriante du Laos ; une faune splendide avec les loups de Sibérie, les léopards des neiges du désert de Gobi ; des échanges étonnants avec les hommes, comme la fois où elle fut menacée par des narcotrafiquants après avoir foulé un champ d'opium. Mais aussi les rigueurs du climat, le défi quotidien de se nourrir et autres aventures sur le vif : " Ne jamais planter sa tente la nuit au risque d'être réveillé sous la pression de serpents qui tentent de sortir de leur nid ! " Sur 20 000 kilomètres, elle a connu ce qu'elle a cherché de plein gré : le froid, la faim, la douleur, la solitude extrême. La splendeur des paysages l'a récompensée, comme le cheminement intérieur qui lui a permis de développer sa philosophie du mouvement, qu'elle partage aujourd'hui dans...

DOWNLOAD



READ ONLINE

[3.25 MB]

Reviews

It is one of my personal favorite books. Sure, it is engaging, continue to an amazing and interesting literature. I am quickly could possibly get a enjoyment of looking at a published book.

-- **Wellington Rosenbaum**

I just started out looking at this ebook. This can be for those who state there had not been a worthy of reading through. You can expect to like the way the blogger publish this ebook.

-- **Dr. Freddie Greenholt Jr.**