



CHRISTOPHE ANDRÉ GAUTHIER CHAPELLE
ALEXANDRE JOLLIEU ILIOS KOTSOU
STEVEN LAUREYS CAROLINE LESIRE
MATTHIEU RICARD LUC SCHUITEN
REBECCA SHANKLAND SUZANNE TARTIÈRE

PRENDRE SOIN DE LA VIE

DE SOI, DES AUTRES
ET DE LA NATURE



AVEC CE LIVRE, LES
AUTEURS PHARES
DE CE GRAND
« COLLECTIF » NOUS
AIDENT À VIVRE
MIEUX.



Christophe André
Psychiatre

Les auteurs reversent leurs droits à l'Association Emergences qui agit pour l'accès aux soins et à l'éducation des enfants. Par ailleurs, les éditions de L'Iconoclaste ont créé un prix avec Emergences qui soutient financièrement tous les deux ans une initiative de solidarité.



Alexandre Jollieu
Philosophe



Gauthier Chapelle
Docteur en biologie



Ilios Kotsou
Docteur en
psychologie et
cofondateur
d'Emergences



Steven Laureys
Neurologue



Caroline Lesire
instructrice de pleine
conscience et cofondatrice
d'Emergences



Matthieu Ricard
Moine bouddhiste



Suzanne Tartièrre
Médecin anesthésiste



Rebecca Shankland
Psychologue



Luc Schuiten
Architecte

FICHE TECHNIQUE

FORMAT 150 mm x 220 mm
PRIX 19,90 euros
NOMBRE DE PAGES 304
ISBN 9782378801038

CONTACT

Responsable presse
NELLY MLADENOV
06 76 42 29 67
nelly.mladenov@gmail.com

RÉSUMÉ

D'un point de vue biologique, psychologique, philosophique et spirituel, la vie est un phénomène fascinant, mais vulnérable et éphémère. Santé, planète, solidarité, comment résister à ce qui menace la vie aujourd'hui, sous toutes ces formes ? Comment préserver nos écosystèmes naturels et émotionnels ? Quels sont les nouveaux usages du monde à inventer ? C'est là qu'entre en scène un nouveau concept: le care. Ce livre pose les bonnes questions et apporte les réponses justes, enrichies de conseils pratiques.

EXTRAIT

« Dans ce livre transdisciplinaire, les plus grands noms des neurosciences, de la méditation, de l'écologie, de la philosophie et de l'architecture proposent d'explorer le monde du vivant, pour s'émerveiller de ses multiples visages mais aussi pour percevoir sa fragilité et la nécessité d'en prendre soin.

Vous y trouverez des invitations à d'autres regards, à d'autres façons de penser, de se relier et évidemment de prendre soin de la vie, en nous et autour de nous. Nous espérons qu'elles pourront inspirer ou nourrir vos propres questionnements. Vous serez guidé par les inspirations, les témoignages, les recherches et les exercices pratiques qui jalonnent ces pages. Deux approches contemporaines nous semblent particulièrement innovantes et inspirantes :

- d'abord celle du *care* que l'on peut définir, selon son sens littéral en anglais, comme soin, mais aussi comme sollicitude ou souci d'autrui, et qui met en avant les valeurs de responsabilité et de solidarité ;
- ensuite, *écopsychologie*, ce champ d'investigation et d'action au carrefour de l'écologie et de la psychologie, qui questionne les relations entre les humains et leur environnement et vise à les rendre plus harmonieuses.

Les différents chapitres vous donneront une vue d'ensemble de différentes manières de "prendre soin", en cohérence avec le vivant en nous et autour de nous. »

LES PLUS

Un cahier pratique : méditation du matin, exercices de gratitude, exercices pour cultiver l'interdépendance, exercices du travail qui relie.

En annexe : Les projets et les idées qui permettent d'œuvrer en faveur du *care*.