



Éd. Guérin Paulsen.  
309p. • 12x17cm. • 15€

À noter que chaque lundi,  
l'Espresso de la semaine est  
disponible sur [alpinemag.fr](http://alpinemag.fr)

## ESPRESSO

### 52 SEMAINES EN MONTAGNE

Cédric Sapin-Defour

*Plaisir des coins de pages cornés  
Qui guident l'esprit vers une pensée  
Sans qu'il n'en formalise l'idée  
Mais qui se laissera porter  
Vers un peu plus de légèreté.*

Il y en a quelques-uns des coins de pages cornés sur mon exemplaire d'Espresso ! Voilà des mois que je l'ai dévoré et que je le rouvre régulièrement pour picorer, une chronique dans son intégralité ou un passage que j'ai particulièrement apprécié.

Ceux qui ont déjà leur rendez-vous hebdomadaire avec l'Espresso du lundi – petit café à la main ! – connaissent sans doute déjà cet ouvrage (sinon, il n'est pas trop tard pour se le procurer !), les autres, je vous invite à le découvrir !

L'auteur, écrivain et alpiniste sincèrement épris de montagne, livre chaque semaine un billet d'humeur qui se lit aussi aisément que se déguste un bon café ! Corsé, léger, doux, goûteux, parfois amer, mais toujours profond et savoureux.

Ces Espresso ont la montagne pour cadre, mais on remarquera combien elle est souvent une belle métaphore de la vie. Et c'est ce qu'on aime dans les Espresso de Cédric, ces réflexions soulevées sur nous-même(s) - individuellement et en tant qu'humain, notre rapport à l'autre, à l'ego, à la montagne et aux « montagnes » de l'existence, à la nature, notre environnement et notre planète, à nos loisirs, à la vie en général... Amusé, approuvateur, ébranlé, attristé, enchanté, mais rarement indifférent, le lecteur termine souvent un Espresso avec l'envie d'un autre, mais en prenant le temps... Celui de l'introspection, l'observation, la réflexion, en montagne ou ailleurs !

Merci Cédric pour ces pensées, à déguster tout au long de l'année !

**Johanna**