



Eloge de la peur

Peur bleue, mort de trouille, pipi de la peur... la peur s'immisce dans notre pratique aérienne. Par son itinéraire professionnel et ses multiples activités souvent engagées dont les compétitions deltaplane, Gérard Guerrier est légitime à nous offrir ces 339 pages à dévorer comme un roman. Peur du vide, panique, stress, risque, danger, anxiété, angoisse, peur de l'entourage, peur post-traumatique... tout y est décortiqué. L'auteur convoque philosophes, historiens, écrivains, scientifiques, et émaille son livre de témoignages : ceux des plus grands noms des sports extrêmes ou ses propres expériences. Chacun, dans sa pratique maritime, aérienne ou montagnarde, apporte sa pierre à l'édifice. Un ouvrage qui vous aidera dans votre pratique de piou piou ou de champion du monde, mais aussi dans votre quotidien.

(Eloge de la peur, de Gérard Guerrier, éditions Paulsen 19,90€).

Dominique Lestant