



TRAIL DOSSIER

Jean-Philippe Lelief refait l'histoire du trail



La Folle histoire du trail,
J-P. Lelief, éditions Guérin, 25 €



© Alexis Berg / © Cynille Quintard / © Pascal Tournaire



Jean-Philippe Lelief est un personnage discret. Travailleur de l'ombre, ce journaliste de 50 ans a commencé à écrire sur le trail à travers les récits des autres. Traducteur des deux best-sellers que sont *Born to Run* (Christopher McDougall) et *Eat and Run* (Scott Jurek), il vient de publier son premier ouvrage personnel. *La folle histoire du trail* est bien plus qu'un récit. C'est une investigation singulière à travers les origines de notre sport, une entreprise rare que nous attendions depuis un moment. Nous sommes allés à la rencontre de son auteur.

Texte Mickaël Mussard

Comment vous est venue l'idée d'un tel livre ?

C'est une histoire assez rigolote. Je me suis rendu à Chamonix pour faire du ski. Mais comme il n'y avait pas de neige, j'ai décidé d'aller rendre visite à mon ami Christophe Raylat des éditions Guérin. Je connais bien les éditions de par mon travail de traduction sur les deux ouvrages *Born to Run* et *Eat and Run*. Il m'a proposé d'aller courir. Et pendant cette sortie, nous avons bavardé. Il m'a demandé si je n'avais pas envie d'écrire mon propre bouquin. J'ai été surpris, jamais ne je pensais avoir les épaules pour un tel projet. Mais l'idée a vite germé et nous avons commencé à réfléchir au sujet. Ce qui est drôle, c'est que le livre est né autour d'une séance de course à pied !

Quel été l'objectif de ce livre, le message que vous souhaitiez faire passer ?

La plupart des traileurs pensent que notre discipline est nouvelle, certains pensent même

que c'est un effet de mode, alors que non ! J'ai donc voulu parler des origines du trail. Expliquer que la discipline en tant que telle est surtout apparue en Suisse et en France, un peu aux États-Unis. Mais la course à pied, elle, est étroitement liée à notre histoire, c'est d'ailleurs pour cela que je démarre à la Préhistoire. Ça a été un moyen de transport mais aussi un moyen de communication, de transcendance religieuse, et plein d'autres choses. Le trail c'est avant tout une découverte, de notre identité en tant qu'espèce, mais également en tant qu'individu. On ne peut pas se mentir quand on pratique le trail, on se retrouve face à ce que l'on est réellement. C'est également un moyen de se réapproprier notre environnement. Quand on fait un effort en trail, on évolue dans un milieu naturel, un peu à l'image de n'importe quel autre animal. Et j'ai décidé d'y mêler de nombreuses histoires personnelles pour introduire chaque chapitre du livre.



Avant d'écrire son propre livre, Jean-Philippe Lelief a notamment traduit celui de Scott Jurek.

Combien de temps cela vous a-t-il pris ?

Neuf mois au total. J'ai pris trois mois de disponibilité pour m'y consacrer à temps plein, puis j'ai continué durant six mois en parallèle de mon activité de journaliste.

Comment avez-vous procédé ?

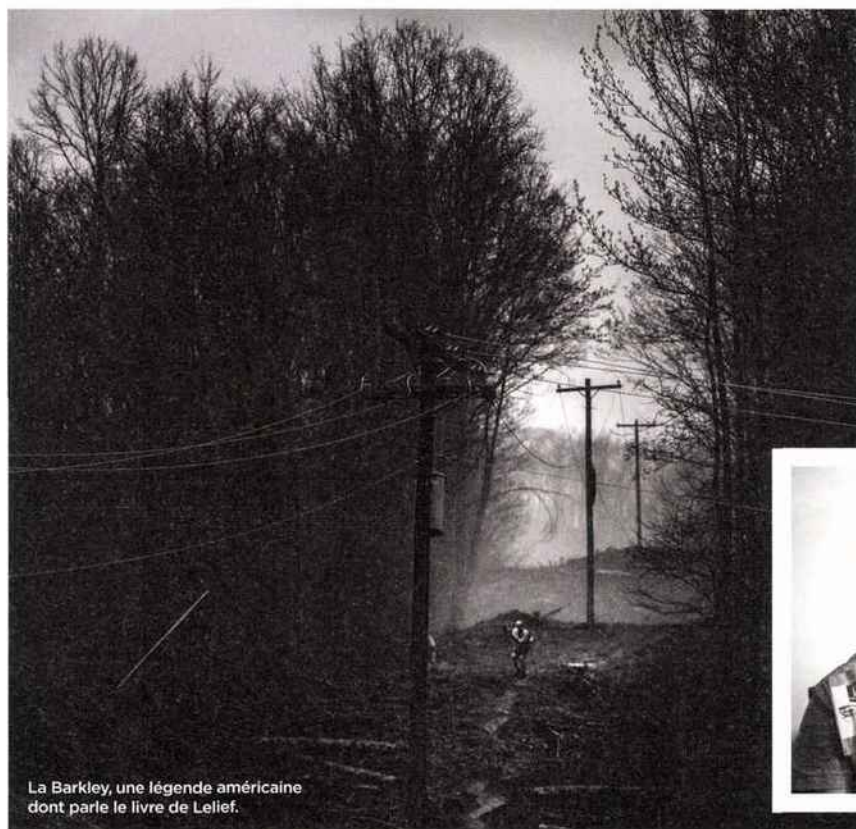
J'ai d'abord réalisé un plan détaillé avec tous les événements qui me paraissaient intéressants. J'ai également voulu parler des plus fous, puisque ce sont souvent des coups de folie qui ont amené au développement de notre discipline. Il a aussi fallu que je compose avec la documentation que j'ai pu trouver. L'objectif n'était pas de réaliser une encyclopédie mais de parler des grands événements qui ont marqué notre sport, comme le Marathon des Sables, le Grand Raid de La Réunion, les Templiers ou l'UTMB, du moins pour la France.

Qu'est-ce qui a été le plus dur pour vous ?

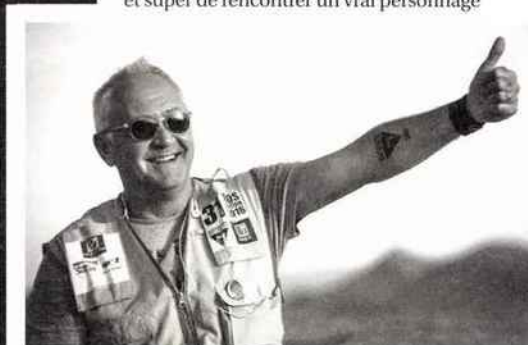
De me limiter. J'avais tellement de choses à dire que j'ai dû renoncer à plein de sujets. J'ai parlé de la Western bien sûr, la course la plus mythique, de la Leadville ou de la Barkley aussi, mais j'aurais aimé parler d'autres courses légendaires, comme la Hardrock ou la Pikes Peak par exemple.

Qu'avez-vous appris durant votre investigation ?

J'ai été marqué par la genèse du Marathon des Sables que je connaissais finalement très mal... L'histoire de Patrick Bauer est chouette et un peu folle aussi. Ça a été très agréable à raconter et super de rencontrer un vrai personnage



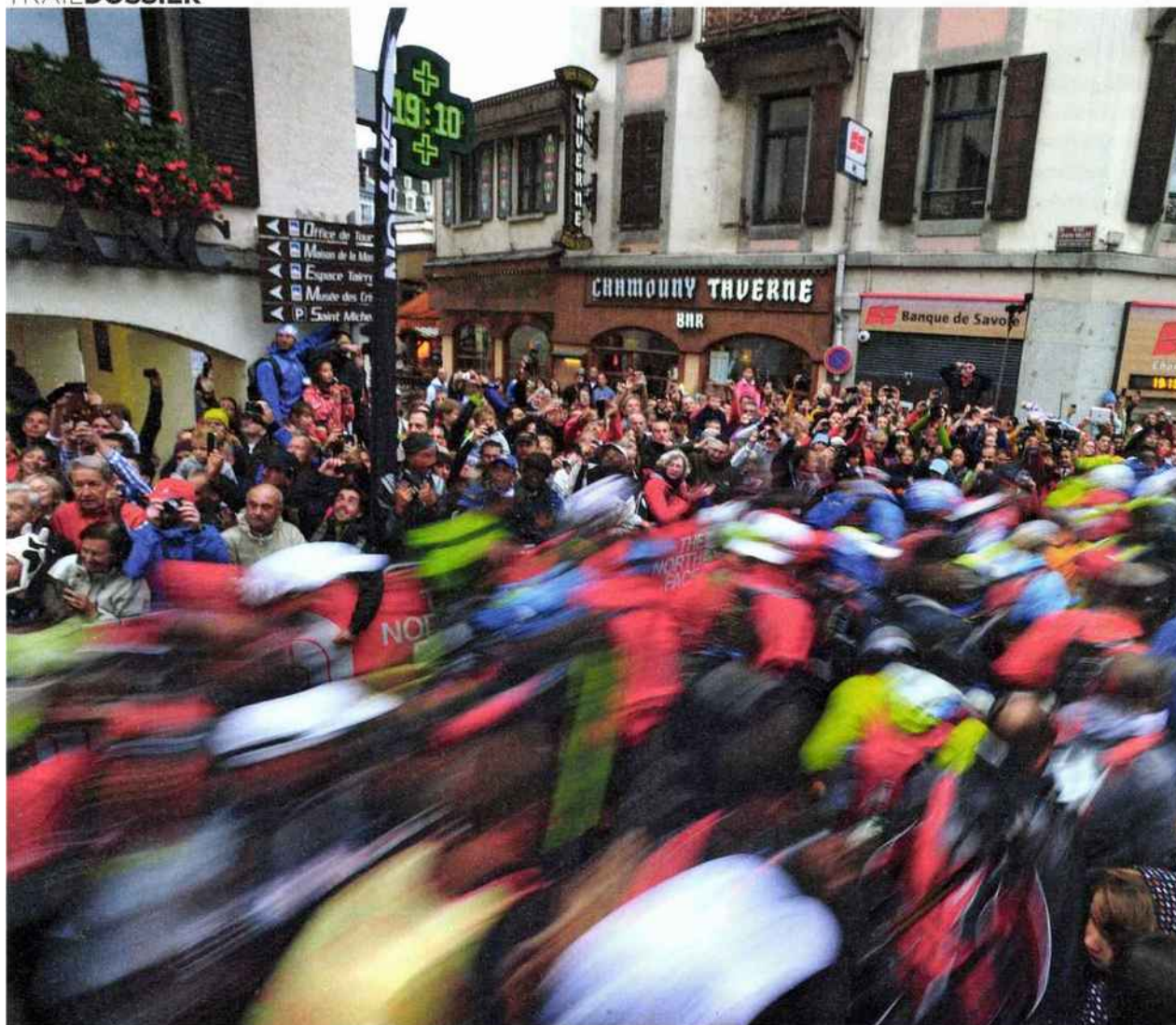
La Barkley, une légende américaine dont parle le livre de Lelief.



Patrick Bauer et son Marathon Des Sables ont marqué Jean-Philippe Lelief.



TRAIL DOSSIER



Comment aborder l'histoire du trail sans parler de l'UTMB ?



L'entraide et le partage, des valeurs du trail que partagent le champion Dawa Sherpa et Jean-Philippe Lelief.

comme lui, avec de vraies convictions. Il est finalement pour moi la base de ce qu'est l'esprit trail. Il prône le partage et l'entraide. J'ai toujours cru que le Marathon des Sables était une grosse industrie et Patrick a démolé toutes mes idées reçues, ça a été une belle découverte.

Vous êtes vous-même traileur, pouvez-vous nous parler de votre découverte du trail, de votre folle histoire à vous ?

J'étais sportif très jeune. Je faisais du saut en hauteur à haut niveau. Mais les études et le boulot ont fait que je me suis mis à fumer. À un moment, j'ai voulu arrêter et je me suis mis à courir pour combler mon manque. La première séance a été dure mais je me suis accroché jusqu'à y prendre goût et ça devient intense. Comme beaucoup de gens, je me suis cantonné à la route au début. Je faisais beaucoup de semi-marathons. Puis au bout de deux ou trois ans, j'ai eu envie de sortir des villes, pour retrouver un environnement

naturel. J'ai réalisé mon premier trail en 2005 en région parisienne. Cela a été une révélation, en partie pour le cadre, mais surtout pour les gens incroyables que j'ai rencontrés. Ils ne faisaient pas la course que pour le chrono, mais également pour échanger, partager. Il ne s'agissait plus de performance mais d'une envie d'être ensemble, de s'amuser et de rencontrer des gens. J'ai alors découvert que le trail était en réalité une sorte de sport collectif, ce qui n'empêche pas d'avoir des ambitions personnelles. Depuis, je ne fais plus de route. J'ai réalisé mon premier UTMB en 2007. Ça a été rapide comme évolution, un peu trop ! J'ai abandonné à Courmayeur. Je suis revenu l'année suivante, et cette fois j'ai abandonné à Champex. Je crois que je dois être le seul abruti à avoir fait Bovine deux fois ! Je l'ai monté, puis redescendu à Champex et je me suis dit, quand même c'est bête, et je suis remonté avant de redescendre définitivement... C'est en 2009 que j'ai finalement réussi à terminer la course. Je l'ai courue dix fois en tout.



Est-ce que cela a changé votre vision du trail ?

Un peu... Cela m'a fait réfléchir sur ce qu'est ce fameux esprit trail. Tout le monde en parle, mais personne n'arrive vraiment à le définir. Le trail, je pense que c'est plus un jeu qu'une compétition, et un jeu auquel on joue tous ensemble, c'est ça qui est intéressant. Il y a de l'entraide et du partage – les valeurs que véhiculent certains grands athlètes, comme Dawa Sherpa. La victoire pour lui est presque accessoire, il joue avec les autres et essaye de les aider à faire le mieux possible. Avant, je me sentais en contradiction entre ma volonté de faire les meilleures performances possibles et celle de profiter des moments passés avec les autres. Je sais maintenant que les deux peuvent se conjuguer. Le trail, ce n'est pas dominer les autres mais les aider à aller plus vite, de la même façon qu'ils t'aident également.

Et finalement, le trail, il vient d'où ?

Essentiellement de France et de Suisse, et un peu des États-Unis. En fait, aux États-Unis, il s'est développé de manière plus anonyme. Il y avait beaucoup de courses mais peu de coureurs. En France, au début, c'était le contraire. Pour moi, le premier trail est le Sierre-Zinal, en 1972. Il y avait bien des trails aux États-Unis, mais là soudain des milliers de coureurs ont répondu présents. On retrouvait à cette époque l'influence de *Spiridon* qui



souhaitaient casser les codes des fédérations et ouvrir les courses au plus grand nombre, les femmes, les enfants. C'est ce qui a fait l'essence du trail, cette ouverture, cette diversité. Cette base faite de partage et de fête est magnifique à raconter ! ■

Sierre-Zinal, là où, pour Jean-Philippe Lelief, tout a commencé.