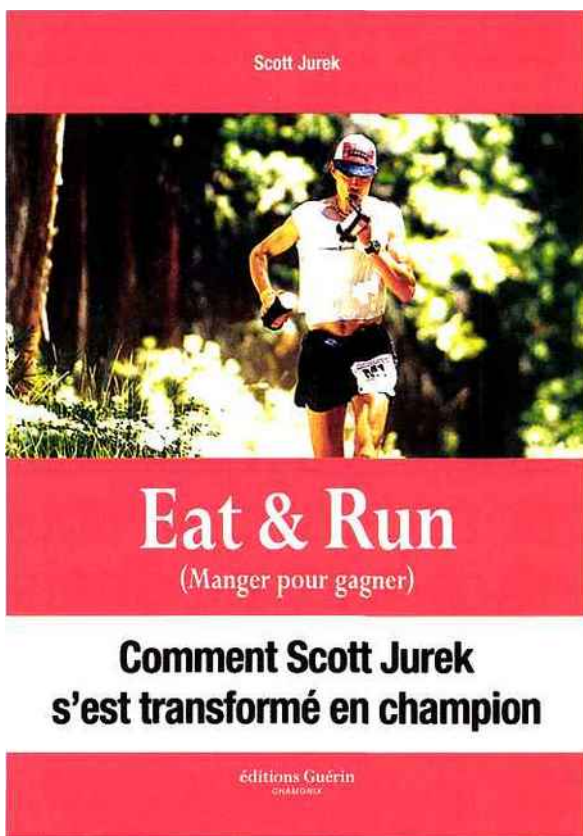




LA POUDRE D'ESCAMPETTE

> Par Sylvain Bazin et Jocelyn Chavy

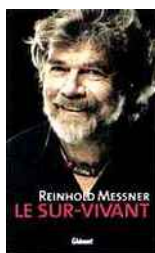
> Trio de choix pour lecteur passionné de trail, de montagne et...
d'open space sur île déserte. Vous voilà prévenus, restez curieux



EAT AND RUN (MANGER POUR GAGNER)

Scott Jurek, Editions *Guérin*, 320 pages, 25 €

Si Scott Jurek, coureur américain d'ultra et de trail, n'a jamais connu une immense notoriété en France, il reste aux États-Unis une véritable référence en la matière. Son palmarès, sept victoires aux fameux *Western States 100* mais aussi de nombreux lauriers sur les trails les plus prestigieux du pays ainsi qu'une victoire sur la terrible *Badwater*, plaident pour lui. Ce livre est un récit autobiographique racontant sa trajectoire d'homme et d'athlète, les deux restant intimement liés. Une trajectoire qui a conduit un gamin timide du Minnesota vers les sommets de l'ultra-trail, version US. On y rencontre un gamin bon élève et bien élevé, qui sera cependant très influencé par son copain rebelle et doué pour les sports d'endurance, Dusty, qui deviendra plus tard son *pacér* (coureur accompagnateur autorisé sur les courses d'ultra aux États-Unis) attiré. Une attirance pour l'extrême, pour les personnalités hors norme que Scott, assoiffé de connaissance et jusqu'au-boutiste, nourrira aussi de lectures philosophiques. Une quête d'absolu qui le conduira à courir de plus en plus. Un désir de plénitude dans la course et dans son mode de vie que Jurek, élevé au pays des fast-foods, complètera très vite par une recherche quasi obsessionnelle de l'alimentation saine, dont il fait un pilier de sa pratique au même titre que l'entraînement, et là encore un véritable mode de vie. En effet, son récit nous conte presque autant ses réflexions nutritionnelles – et ses recettes « *vegan* » – que sa pratique de la course. Si nous avons été moins sensible au côté « *Eat* » de l'ouvrage, le versant « *Run* » nous a plutôt convaincus. Pour l'autoportrait sensible et sympathique qu'il dresse de l'auteur, un coureur avec son profil psychologique particulier, ses interrogations et ses coups de cœur, pour l'aspect documentaire et témoignage sur les acteurs atypiques du petit monde de l'ultra-running américain de ces années-là qu'il fournit également.



LE SUR-VIVANT

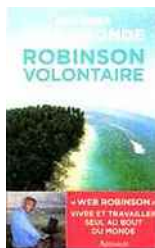
Reinhold Messner Editions Glénat

> Reinhold Messner, l'homme des quatorze huit mille, revient avec un énième livre sur sa vie... et son œuvre. De son enfance heureuse dans son Tyrol natal, il tire des pages brillantes sur la fraternité, la famille, la liberté dans la nature mais, hélas,

Messner le surhomme se penche une fois de plus sur son nombril, en ressassant parfois les mêmes histoires que le public a déjà lu dans ses précédents livres : la mort de son frère Gunther au Nanga Parbat qui n'est pas de sa faute,

sa rancœur envers ceux qui l'ont accablé (le Club alpin allemand entre autres)... Dommage car l'incassable (ou presque) Messner a tout réussi : les solos en montagne, les huit mille conquis à la hussarde, la traque du Yéti, les déserts arctiques

ou de Gobi traversés à pied, une vie politique de député européen, rien ne manque au palmarès, si ce n'est un peu plus de recul par rapport à lui-même, âgé de soixante-dix ans.



ROBINSON VOLONTAIRE

De l'open space à l'île déserte Gauthier Toulemonde, Editions Arthaud, 210 pages, 19,90 €

> Comme Tom Neale, l'auteur s'est transformé en naufragé volontaire – mais pour prouver qu'on peut travailler à distance. Patron de presse après avoir été banquier, Gauthier Toulemonde se retrouve volontairement largué sur une île déserte au

large de Sumatra. Grand habitué des destinations lointaines (expéditions Clipperton, au pôle Nord ou à bord de Planetsolar), il a passé quarante jours seul pour prouver qu'il est possible de continuer à diriger une entreprise à distance, grâce

à un ordinateur portable et des batteries solaires. Ce « *web Robinson* » a découvert qu'il est non seulement possible de survivre avec presque rien, mais que, seul sur une île, le bonheur pour lui est peut-être possible.

À plus de 55 ans, Gautier repartira d'ailleurs sur une île en octobre prochain, dans l'archipel de Chesterfield près de la Nouvelle-Calédonie pour une expérience du même type.