

Christophe Lachnitt

**Entre la vie
et le vide**

Les alpinistes professionnels
et la peur

*Chaque instant de la vie
est un pas vers la mort.*

Pierre Corneille

- Avant-propos - Un vent de phobie

Longtemps, j'ai chuté de bonne heure.

Il faut dire que je ne suis pas un bon alpiniste, loin s'en faut. Mais j'adore la montagne et cette ferveur constitue sans doute ma plus grande qualité dans la pratique de l'escalade. Ce sport, en effet, est une passion rigoureuse et mieux vaut être animé d'une foi sans partage pour le pratiquer malgré le risque, l'effort et la peur, tous désagréments apparents qui le magnifient. L'alpiniste² n'est pas masochiste mais il est vrai qu'il aime vaincre ou au moins dépasser, s'il ne peut la dominer, sa douleur. Ainsi, sa victoire sur lui-même lui vaut-elle une plus grande exaltation que tous les succès qu'il aurait pu remporter, dans d'autres sports, contre des adversaires.

² Les termes « alpinisme » et « alpiniste » recouvrent dans ce livre plusieurs pratiques de la montagne allant de l'himalayisme à la falaise en passant par l'alpinisme proprement dit.

« *A vaincre sans péril, on triomphe sans gloire* ». L'adage de Pierre Corneille revêt un caractère particulier pour le montagnard qui a besoin de périls pour se réaliser et dont la plus grande gloire n'est jamais qu'intérieure. L'alpiniste est donc fondamentalement égoïste, au sens où il n'y a que la bataille contre lui-même qui, *in fine*, le motive. Et qu'il grimpe en cordée ou en solo ne change rien à l'affaire. Même encordé, il est toujours un moment où le grimpeur, quel que soit son niveau, se retrouve confronté à lui-même, à ses doutes, à ses insuffisances, à ses peurs. Les moments de vérité, en montagne, sont des moments de solitude : personne ne peut faire le pas effrayant à votre place ou vous sortir d'un moment de vacillation. La victoire et la souffrance ont en commun d'être solitaires. Et les batailles les plus farouches, comme dans les guerres civiles, sont celles où l'ennemi est intérieur. Dans ces moments-là, le mensonge n'a pas sa place. On peut se mentir au pied d'une voie, on ne se mentira pas lorsqu'on sera parvenu au passage-clé ou lorsque la peur vous aura rattrapé. En montagne, on ne triche pas ou du moins pas longtemps. C'est pourquoi, si l'alpinisme ne se conçoit pas sans engagement, cet engagement n'est ni aveugle ni gratuit.

C'est pour ces confrontations intimes que j'aime ce sport. Je ne m'accorde aucune satisfaction si je n'ai pas vaincu quelques difficultés³, fussent-elles liées à la montagne ou à moi-même. Au fond, l'alpiniste est un être tout de contradiction : il monte à

³ Toutes relatives à mon modeste niveau.

l'assaut du ciel mais ne souhaite pas l'atteindre trop vite. Ainsi ne suis-je jamais aussi heureux qu'à la descente d'un sommet au cours de l'ascension duquel j'ai dû me dépasser, ne pas abandonner malgré l'envie et, parfois, la possibilité d'accepter ma faiblesse. En montagne comme en mer, on ne peut en effet pas toujours faire demi-tour et dire : « j'arrête ». Parfois, le salut ne réside que dans la poursuite de la course malgré la fatigue, les blessures ou la peur. C'est le prix de l'engagement que de ne pas toujours donner le choix.

L'alpinisme combine donc le physique (qui doit allier force et souplesse), la technique, la réflexion et le mental, ce dernier aspect étant, plus encore que dans tout autre sport, décisif. Et, lorsqu'il s'agit de mental, la conquête, une nouvelle fois, est intérieure : où mettrai-je les limites ? Que suis-je prêt à accepter pour escalader un « merveilleux tas de cailloux », comme disait Gaston Rébuffat⁴ à propos du Cervin ? L'alpiniste, comme le marin, se confronte à des éléments naturels qu'il lui est impossible de contrôler mais, à la différence du marin, il est nu⁵ pour les affronter, sans la coque protectrice du bateau.

⁴ Alpiniste et guide de haute montagne français (1921-1985) qui a réalisé de nombreuses premières dans les Alpes et a participé à l'expédition française ayant effectué la première ascension de l'Annapurna en 1950. Il s'est aussi illustré comme un merveilleux conteur de son activité alpine dans une quinzaine d'ouvrages et plusieurs films qui ont donné la vocation à nombre d'alpinistes.

⁵ Référence au titre du livre de Pierre Mazeaud paru en 1971 : *Montagne pour un homme nu*.

Un autre attrait de l'alpinisme, à mes yeux, est que l'on ne cesse jamais d'apprendre, de progresser. Le grimpeur peut toujours perfectionner sa technique d'escalade sur rocher, neige et glace car les difficultés auxquelles il peut se mesurer sont sans limite. De même peut-il améliorer sa connaissance des espaces naturels⁶ dans lesquels il évolue pour mieux comprendre et ainsi anticiper les évolutions d'un milieu dont on n'acquiert jamais complètement la maîtrise. Enfin, il en apprend davantage encore sur lui-même : c'est en se poussant à ses limites qu'on découvre ses ressorts les plus intimes. Ainsi, la montagne, qui confronte à l'inconnu, l'infini et l'indomptable, est-elle une grande école de modestie. Les rodomonts n'y ont pas leur place.

L'alpinisme constitue également le vecteur d'une permanente remise en question. Qu'est-il de plus beau, pour pimenter une vie, que de toujours se remettre en cause, se lancer de nouveaux défis ? La vie est trop courte pour ne pas en tirer le maximum : se remettre en question, c'est essayer de vivre plusieurs vies en une seule.

⁶ Je repense notamment avec émotion à ce chamois rencontré au cours d'une escalade rocheuse dans les Aiguilles Rouges au-dessus de Chamonix. Le chamois nous surplombait de quelques mètres et nous avait observés gravir avec quelque difficulté une paroi très raide qu'il parcourut ensuite avec autant d'élégance que d'agilité pour se positionner en contrebas de notre cordée où il resta de longues minutes immobile, sur un promontoire de quelques centimètres carrés, observant la vallée. Minutes magiques qui valent tous les efforts d'une journée d'escalade... et même de plusieurs !

A cet égard, je retrouve dans l'alpinisme, de manière surprenante, une caractéristique essentielle de mon activité professionnelle. Directeur de la Communication d'une grande entreprise de haute technologie, j'exerce une profession dont l'un des principaux intérêts est de fournir chaque jour des occasions d'apprendre.

L'homo communicatus est en effet, par nature, un ignorant immergé dans un monde d'experts. Il n'a pas fait d'école de management mais il doit présenter la stratégie de son entreprise aux analystes. Il n'a pas de formation économique mais il doit rendre compte de performances financières aux journalistes. Il n'est pas un spécialiste de l'activité de son employeur mais il doit la promouvoir à l'égard des clients. Il n'est pas un praticien du droit social mais il doit relayer la politique de ressources humaines auprès des collaborateurs. Il est un passeur dont l'agilité d'esprit et l'empathie doivent être les premières qualités. Le communicant doit en effet digérer le contenu qui lui est fourni par des spécialistes, puis l'adapter pour convaincre des publics internes et externes aux compétences, intérêts et tournures d'esprit divergents d'adhérer aux messages de son entreprise. A ce titre, il doit en permanence gérer son ignorance tout en étant crédible vis-à-vis à la fois de ses sources et de ses publics, lesquels sont généralement plus compétents que lui sur le fond des sujets communiqués. Les communicants sont donc en quelque sorte des « idiots utiles » – comme aurait dit Lénine.

Le communicant, comme l'alpiniste, est ainsi perpétuellement confronté à ses insuffisances et doit accepter de toujours

apprendre. La différence entre la communication et l'alpinisme réside dans le fait que la confrontation avec la montagne, entendue au sens de face-à-face et non de compétition (on ne vainc pas la montagne, malgré l'expression usuelle qui pourrait le laisser accroire), se vit parfois dans la peur. A la différence des alpinistes interrogés pour ce livre, j'ai découvert la peur dès ma première course. Je n'ai pas le vertige – au sens médical du terme – mais j'ai peur du vide. J'ai appris, au fil des années de pratique alpine, à me familiariser avec le « gaz »⁷ sans jamais complètement m'y habituer. Le vide m'attire et me révolte en un appel insondable auquel il m'est difficile de rester indifférent. Et cette pratique du vide interroge.

Héros ou crétins des Alpes ? Les « professionnels du vide »⁸ se voient affublés de qualificatifs souvent contradictoires par un grand public partagé entre l'admiration et l'incompréhension devant leur audace potentiellement mortelle. La justification de l'alpinisme est, depuis la nuit des temps alpins, un débat insoluble que nombre de pratiquants ont eu un jour à affronter avec leurs proches. J'ai pour ma part fait face à cette discussion le jour de

⁷ Le vide dans le langage des alpinistes.

⁸ Titre d'un livre, paru en 1979, de René Desmaison, l'un des plus grands alpinistes français qui a accompli une centaine de premières dans les Alpes, les Andes, la Cordillère blanche et au Pérou. Sa vie fut également marquée en 1971 par le drame des Grandes Jorasses où, réalisant une tentative de première à l'éperon Walker, Serge Gousseault et lui passèrent « 342 heures dans les Grandes Jorasses » (titre du livre qu'il tira de ce drame). Serge Gousseault y mourut d'épuisement alors que René Desmaison fut sauvé d'extrême justesse.

mes 34 ans. J'avais déjà connu deux alertes : une chute verticale sur la tête de trois mètres en escalade de bloc à Fontainebleau, qui s'était traduite par une entorse cervicale et la déchirure des ligaments attachant le bras gauche à l'épaule, puis une cabriole d'une soixantaine de mètres en ski de pente raide, dans un couloir au-dessus de Chamonix, qui s'était arrêtée *in extremis* juste au-dessus d'une très grosse barre rocheuse.

Ce livre est né de la troisième alerte⁹, plus sérieuse celle-ci : un accident au cours duquel je faillis perdre la vie. Ne pouvant partir en haute montagne en raison de la météo, « mon » guide, Daniel Simond¹⁰, et moi nous entraîinions sur une falaise près de Chamonix, enchaînant longueurs d'escalade (la falaise en question mesure environ quatre-vingt-dix mètres de hauteur) et descentes en rappel (deux descentes de quarante-cinq mètres chacune pour revenir au pied de la face). Au départ de ce qui devait être ma dernière descente en rappel de la journée, et alors que Daniel m'attendait au pied de la falaise après avoir effectué son rappel, une seconde de déconcentration pour ranger les mousquetons et dégaines récupérés durant l'ascension me fit desserrer l'étreinte sur la corde, en aval du « huit », le petit outil métallique également appelé descendeur qui permet de réguler la vitesse en rappel¹¹.

⁹ Jamais deux sans trois – j'espère être tranquille désormais même si les incidents vont crescendo.

¹⁰ Voir portrait et interview au chapitre XV.

¹¹ Il convient d'ailleurs de noter que le rappel est l'un des exercices les plus dangereux de l'alpinisme, comme en témoigne tragiquement la mort de plusieurs grands alpinistes dans cette pratique, au premier rang desquels Pierre Béghin, Giusto Gervasutti et Emil Solleder.

Le résultat immédiat fut que, le « huit » ne jouant plus son rôle de frein, la corde y défila sans aucune retenue, me projetant en arrière dans le vide, tête la première. Or le nœud d'assurance, situé au bout de la corde de rappel pour éviter qu'un tel incident ne s'achève par un vol plané sans fin, était situé sur le sol, au pied de la falaise, notre seconde longueur de rappel étant moins longue que la corde. Et, comme nous n'étions pas en haute montagne, je n'avais pas installé d'autre système d'auto-assurance. En clair, j'allais achever ma course sur le sol, une quarantaine de mètres plus bas, si je ne parvenais pas à enrayer ma chute.

Je déployais donc tous les efforts possibles pour me freiner, commençant, dans un stupide réflexe pavlovien de survie, par saisir la corde à pleines mains pour essayer de ralentir sa course dans le « huit ». Le seul résultat tangible fut de gravement me brûler les mains, dont la peau et une partie de la chair furent rongées par la corde défilant à toute vitesse. Mes mains étant devenues inutilisables, je me débattis, alors que je rebondissais contre la paroi, pour tenter de me freiner avec mes bras et mes jambes, de nouveau sans succès. A cet instant, les grimpeurs britanniques qui escaladaient la falaise à l'aplomb de ma descente

Autre illustration des dangers du rappel, l'effroyable épopée de Doug Scott, en 1977, sur l'Ogre (7 300 mètres) dans la région du Karakoram au Pakistan. Scott, l'un des plus grands himalayistes britanniques de l'histoire, se brisa les deux chevilles lors du premier rappel. Il redescendit la paroi sur les genoux dans des souffrances qui durèrent pas moins de huit jours. Au cours de la descente, Chris Bonington, l'un de ses compagnons de cordée et autre très grand himalayiste britannique, se fractura plusieurs côtes, également dans un rappel. Enfin arrivé au pied de la paroi, Scott dut encore se traîner sur les sept kilomètres de glacier et de moraine qui menaient au camp de base.

me virent débouler sur eux avec effroi, anticipant notre fin certaine.

Contre toute attente, ma chute libre fut arrêtée comme par miracle après une grosse vingtaine de mètres. Je décline toute responsabilité dans ce sauvetage inopiné. La seule explication que Daniel et moi ayons pu trouver est que le « huit » avait dû se prendre dans les plis de mon tee-shirt et ainsi providentiellement freiner la course de la corde. Ma manie de porter des vêtements trop grands m'avait sauvé la mise. La vie, et le destin, tiennent à peu de choses.

Après avoir achevé la descente de la falaise cahin-caha, sans pouvoir utiliser mes mains, je me retrouvais au pied de la paroi, tremblant de tout mon corps. Aiguillonné par l'instinct de survie, je n'avais pas eu peur pendant la chute proprement dite, m'étant totalement concentré sur mon « sauvetage ». Mais, une fois en bas, la peur rétrospective fit son œuvre. Le bilan était miraculeux par rapport à ce qu'il aurait dû être¹² : outre les brûlures et dermabrasions aux mains, j'étais poly-contusionné (genoux, cuisses, coudes, thorax, dos), les plus graves de ces chocs se révélant par la suite avoir entraîné la fracture de deux vertèbres¹³

¹² Ma chute s'est déroulée sur une paroi qui n'était pas déversante. Dans une face déversante, je n'aurais pas rebondi contre la paroi, ce qui m'aurait évité la plupart des blessures que j'ai subies. *A contrario*, mon tee-shirt aurait eu beaucoup moins de chances de se coincer dans mon descendeur et je n'aurais pas survécu à une chute de plus de 40 mètres sur le sol (l'équivalent d'un immeuble de 13 étages).

¹³ Cet accident est à l'origine de la greffe osseuse que j'ai subie treize ans plus tard à la colonne vertébrale.

et la compression d'une troisième. Cependant, j'aurais dû y rester et ce n'était pas cher payé !

Je ne pus pas regrimer en cette semaine que je passais à Chamonix avec Marie, la jeune femme que je devais épouser deux semaines plus tard, laquelle faillit bien être veuve avant même d'avoir été mariée. Le reste de la semaine fut consacré à mes soins à l'hôpital de Chamonix. Mais, dès mon séjour suivant, au mois d'août comme chaque année, je repartis en montagne avec Daniel. Et, de manière surprenante, je n'eus pas peur lorsqu'il s'agit d'effectuer de nouveau des rappels. Mon cerveau mit en fait un an à digérer ma chute et à la rappeler à mon bon souvenir.

Ce n'est ainsi qu'en mai 2002 que je fus confronté à la peur, avec un grand « P ». J'avais déjà eu maintes fois peur en montagne mais, toujours, le refus de l'échec ou l'impossibilité de reculer avait eu raison de ma peur du vide. Cette fois, je fus, au départ du premier rappel de la saison, tout simplement incapable, pendant de longues minutes, de me basculer dans le vide. Pour démarrer un rappel, l'alpiniste doit appuyer ses pieds à plat contre la paroi et se pencher en arrière dans le vide à quatre-vingt-dix degrés ; il n'y a donc pas de demi-mesure possible. Or j'étais en mode panique, les jambes tremblantes, le cœur battant la chamade¹⁴, incapable de me pencher en arrière, revivant l'accident qui avait failli m'être fatal un an plus tôt. Je ne fus pas davantage libéré lorsque nous convînmes que, du coup, Daniel descendrait cette

¹⁴ Etant affecté d'une légère et bénigne malformation cardiaque (sans rapport avec mes trois arrêts cardiaques) qui provoque de la tachycardie, cette chamade peut atteindre 250 pulsations par minute.

fois-ci après moi et qu'il m'assurerait sur une seconde corde en cas de chute. Mon cerveau refusait de donner l'ordre à mon corps de basculer en arrière. Je pris donc mon temps, respirant lentement par le ventre pour d'abord évacuer la panique et les tremblements qui l'accompagnaient. Même si j'avais pu me lancer, ce qui était loin d'être le cas, le tremblement n'est en effet pas la meilleure disposition à la descente en rappel. Une fois cette première victoire obtenue, je me raisonnais, ce qui, là aussi, ne fut pas une simple affaire. Enfin, je me lançais et réalisais une descente d'un niveau technique déplorable. Mais, au moins, avais-je vaincu le facteur paralysant de la peur, même si je savais que Daniel ne m'assurerait pas dans mes futurs rappels. Heureusement, je pourrai descendre avec un « machard », nœud d'auto-assurance très efficace. Il me faudrait juste apprendre à faire autant confiance à ce bout de corde qu'à Daniel.

Cette confiance, je ne pus jamais l'acquérir complètement. Il est évident que je ne suis pas aussi fort mentalement que les alpinistes professionnels que j'ai interviewés pour ce livre. J'ai aussi pâti de ne pas grimper tous les jours : je n'ai jamais pu me réhabituer au rappel très régulièrement sur une longue période et faire ainsi disparaître mon appréhension¹⁵. En effet, dès que je commençais à redevenir plus familier avec cette pratique, mes congés s'achevaient. Lors de ma sortie suivante en haute

¹⁵ Plusieurs des alpinistes avec lesquels je me suis entretenu pour ce livre soulignent combien la régularité de leur pratique du vide constitue un facteur important pour gérer leur peur après un incident ou un accident.

montagne, je devais réapprivoiser le vide et le basculement en arrière. Ce manque de pratique m'empêcha également de reprendre complètement et durablement confiance en moi. Entre le rappel et moi, depuis 2001, ce furent donc toujours les preuves de force. J'ai remporté un premier succès en reprenant rapidement l'escalade – et le rappel – après mon accident. J'attends toujours ma deuxième victoire... en espérant qu'elle ne soit pas la seconde.

Aujourd'hui, plusieurs années après mon accident, une descente en rappel ne constitue toujours pas un exercice de routine pour moi et, si je ne revis plus ma chute à chaque départ de rappel – ce qui ne signifie pas que je ne la revive plus jamais –, je ne suis pas serein au cours de cet exercice. La peur n'est pas non plus absente des passages (dévers, surplombs, toits, pendules¹⁶) où je suis davantage exposé au vide que sur une escalade classique en dalle, ce qui m'a amené à réaliser que, davantage que du vide ou même de la mort, c'est de la chute en arrière que j'ai conservé une peur instinctive, animale.

J'ai même été, durant quelques mois, jusqu'à consacrer une partie de mes séances d'escalade en salle à m'entraîner à chuter en arrière dans le vide au-dessus d'un surplomb pour tenter de m'accoutumer à cette sensation qui m'était devenue si insupportable. En vain. Paradoxalement, j'ai désormais moins

¹⁶ Un pendule est un balancement latéral effectué, volontairement ou involontairement, sur la corde par le grimpeur.

peur lorsque je regarde le vide en face que lorsque je l'ai dans le dos, situation qui me renvoie à mon traumatisme de chute en arrière. L'escalade dos à la paroi n'est cependant pas très pratique. Ainsi, c'est le souvenir de la seconde phobogène où je tombe en arrière tête la première qui est resté gravé dans mon inconscient – au sein duquel un vent de phobie souffle parfois en altitude – et que je revis dans les moments de stress important. En revanche, je n'ai jamais connu de troubles du sommeil, ni après mon accident ni dans les mois ou même les années suivantes. J'ai toujours eu la chance de dormir sans le moindre problème et ma chute n'y a rien changé.

Cependant, mon accident m'a révélé à moi-même en me faisant prendre conscience de mes motivations et ressorts profonds, de mes freins aussi. Athée, je n'ai jamais cru à une vie après la vie. Je n'ai même jamais été tenté par le pari de Pascal, probablement rebuté par ce que le philosophe considère pourtant comme le cœur de l'engagement religieux : le caractère incomplet de la révélation. A cet égard, mon accident n'a en rien changé mon approche spirituelle. Il a en revanche avivé ma conscience de la mort, me conduisant à vouloir profiter de chaque seconde de vie et à rendre chaque minute utile, exacerbant mon impatience naturelle. Le traumatisme a également pimenté mon bonheur ultérieur en provoquant une relativisation radicale de mon échelle de contrariétés et en me dotant d'une faculté à évacuer tous les

soucis susceptibles d'éteindre une seule étincelle de vie. « *Ce qui ne tue pas rend plus fort* », comme l'a observé Friedrich Nietzsche.

Voir la mort en face m'a aussi conduit à revoir ma vie, en laissant de côté les ambitions et conventions superficielles pour m'attacher davantage aux bonheurs simples que peut procurer une existence très favorisée et la conscience soudainement aiguïlée de la limite du temps. Cette conscience a d'ailleurs été davantage attisée encore par les trois arrêts cardiaques¹⁷ dont j'ai réchappé, de nouveau miraculeusement, en l'espace de deux semaines en 2008 – mon ange gardien ne rechigne décidément pas à la tâche. Au final, mon béguin avec la mort m'a déterminé à accorder davantage d'importance au sens de la vie qu'à mon envie de puissance.

Faut-il presque perdre la vie pour vraiment la conquérir ? Comme l'a écrit l'écrivain irlandais C. S. Lewis, « *la tragédie de la vie n'est pas qu'elle s'achève si rapidement mais que nous attendions si longtemps pour la commencer* »¹⁸. Je profite aujourd'hui de chaque minute avec une liberté insatiable et chaque journée correspond pour moi à une petite existence dont j'essaie de tirer le maximum de bonheur possible. Une attitude qui rappelle les individus – décrits par Ernest Hemingway¹⁹ – « *qui savent donner à chaque journée un air de fête, mais qui, après leur passage, lorsqu'ils ont prélevé l'aliment dont ils avaient besoin, laissent toute chose plus morte que la racine de n'importe*

¹⁷ Je suis désormais l'heureux porteur d'un pacemaker.

¹⁸ « *The tragedy of life is not that it ends so soon, but that we wait so long to begin it* ».

¹⁹ Dans *A Moveable Feast* (*Paris est une fête*, 1964).

quelle herbe qu'aient jamais foulée les sabots des chevaux d'Attila»²⁰. Cependant, comme pour la réaction de mon inconscient à la peur, cette maturation ne s'est pas faite instantanément. Je dois décidément être un peu lent à la détente.

Avant d'en arriver là, j'avais été, comme tout amoureux de la montagne, nourri des récits d'alpinistes. Je ne réalisais pas les risques par eux encourus, tant il est difficile d'imaginer des situations aussi éloignées de notre quotidien. Je ne suis pas certain de pouvoir davantage les apprécier aujourd'hui mais j'ai certainement une meilleure compréhension de la peur que l'on éprouve dans des situations extrêmes. Avec cette chute, j'avais touché du doigt – et m'y étais brûlé ! – ce qu'est « l'engagement », l'exposition aux dangers subjectifs (déconcentration, faute technique...) ou objectifs (chutes de pierres, avalanches...). Je pris davantage encore conscience des efforts et des risques que les alpinistes professionnels doivent accepter pour atteindre leurs objectifs.

Puis je lus le livre de Jean-Christophe Lafaille²¹, dans lequel il relate notamment l'accident mortel de Pierre Béghin à l'Annapurna en 1992. Au moment où il s'élançait dans le vide pour amorcer son rappel, engageant une retraite dictée, à 7 500 mètres, par le mauvais temps, l'ancrage du rappel céda et Pierre

²⁰ « *Who give each day the quality of a festival and who when they have passed and taken the nourishment they need, leave everything deeper than the roots of any grass Attila's horses' hooves have ever scoured* ». Traduction française de Marc Saporta (Folio, 1964).

²¹ *Prisonnier de l'Annapurna*, paru aux éditions Guérin en 2003.

Béghin fit une chute mortelle de plusieurs centaines de mètres. Les yeux du mort qu'il était déjà à cet instant restèrent alors plantés dans le regard de Jean-Christophe auquel il était en train de parler. Jean-Christophe, qui ne put jamais effacer cette image de sa mémoire, en garda une appréhension du rappel pour le reste de sa vie. J'en fus conduit à m'interroger, étant donnée la différence radicale de nos niveaux et des circonstances de nos accidents respectifs, sur la gestion de la peur par les alpinistes professionnels et les guides de haute montagne. J'eus envie de comprendre comment les alpinistes ayant accompli les ascensions les plus audacieuses gèrent le facteur peur. Même si ce thème est généralement trop peu traité dans leurs récits, à quelques exceptions près, et de ce fait ignoré du grand public, il constitue une réalité.

Entre la vie et le vide, l'alpiniste est en équilibre sur un fil d'Ariane invisible mais parfois si présent dans le labyrinthe de ses émotions : la peur²². Face cachée de l'alpinisme, la peur est la compagne de cordée exigeante et enrichissante de l'alpiniste. Exigeante car elle peut être très difficile à apprivoiser ; enrichissante car elle permet d'apprendre énormément sur soi-même. Certes, les alpinistes professionnels ne parcourent pas les arêtes et les sommets la peur au ventre. Mais, et leurs témoignages recueillis pour ce livre le confirment, la peur ne leur est pas

²² Peur du vide (acrophobie), peur de la mort, peur de l'échec, voire peur du retour en plaine, pour ne citer que les plus prégnantes. Voir le chapitre I.

étrangère. Je dois l'avouer, comme beaucoup, je ne le soupçonnais pas lorsque, adolescent, je lisais les classiques de la littérature alpine. Elevé au lait exalté du récit de Maurice Herzog²³, je croyais que les alpinistes étaient insensibles à la peur, sinon à la souffrance. Et, bien des années plus tard, je fus surpris la première fois que je constatais une certaine appréhension chez mon guide. Certes pas une peur panique, mais une attention et une prise de précautions qui révélaient une appréhension bien plus rassurante pour moi qu'une totale indifférence au risque. La conscience du danger ne représente-t-elle pas le premier gage de sécurité ?

Comme le démontra alors le comportement de Daniel, le contrôle des émotions, au premier rang desquelles la peur, est une vertu cardinale dans l'alpinisme. C'est d'ailleurs le cas dans tous les sports : ce qui différencie souvent un talent prometteur d'un champion confirmé est l'aptitude du sportif à gérer ses émotions et notamment à dominer sa peur... de gagner ou de perdre. L'un des exemples les plus frappants de cette équation réside dans la finale du tournoi de tennis de Roland Garros 2004, qui opposa Guillermo Coria et Gaston Gaudio, respectivement troisième et quarante-quatrième joueurs mondiaux à l'époque. Durant les deux premiers sets, Gaudio fut incapable de jouer, paralysé par la peur ; comme il l'avoua après le match, il se tourna même vers son

²³ *Annapurna, premier 8 000*, récit de la conquête de l'Annapurna en 1950 par une expédition française menée par Maurice Herzog, qui atteignit le sommet avec Louis Lachenal.

coach pour lui dire qu'il souhaitait quitter le court plutôt que de continuer de subir une telle humiliation (0/6, 3/6). Puis, il parvint à se libérer quelque peu pour remporter le troisième set en riant après une ola du public, c'est-à-dire en faisant abstraction, consciemment ou inconsciemment, de l'enjeu et de la peur qui en résultait. Son adversaire, lui, était alors saisi de crampes (après seulement deux heures et quart de match !) dues au stress : la peur venait de changer de camp. Gaudio avait été tétanisé, au début du match, par l'importance de l'événement et la peur de perdre, alors que Coria fut ensuite frappé par la peur de gagner quand le dénouement du match en sa faveur approcha. Il laissa donc filer le quatrième set, le temps que les analgésiques qui lui avaient été administrés par l'équipe médicale du tournoi fissent leur effet. Et l'on assista alors à un cinquième set au cours duquel Coria fut encore affaibli par ses crampes (il ne put en particulier pas servir normalement), tandis que Gaudio, de nouveau déstabilisé, cette fois par le boulevard vers la victoire que lui offrait l'état de son adversaire, perdit toute lucidité pour saisir ou se créer les occasions de remporter le tournoi. Nouvelle version de la fable de l'aveugle et du paralytique, qui fit tout le sel d'un match finalement mémorable malgré une qualité de jeu médiocre entre deux joueurs qui avaient dominé tous leurs adversaires jusqu'au moment de vérité que représente la première finale d'un tournoi du Grand Chelem. La peur avait transformé les deux indiscutables meilleurs joueurs de cette édition de Roland Garros en juniors confrontés à leurs premières escarmouches.

Le contrôle des émotions constitue donc, dans tout sport, une qualité indispensable au succès à haut niveau. La seule différence est qu'une ligne risquait de faire défaut au palmarès de Coria et Gaudio, alors qu'un alpiniste ne contrôlant pas ses émotions risque, lui, d'ajouter une ligne au mémorial des morts en montagne. Qu'advierait-il en effet d'un grimpeur saisi de crampes dans un passage particulièrement stressant ?

Pour comprendre la manière dont les « professionnels du vide » gèrent le facteur peur, j'ai rencontré des alpinistes de différentes générations et nationalités, dont la plupart ont vécu des expériences limite et qui m'ont fait la confiance de m'ouvrir une part de leur intimité. Bien que juchés sur des piédestaux au Panthéon de l'alpinisme, ils m'ont tous reçu sur un pied d'égalité. Que Marc Batard, Mauro « Bubu » Bole, Lionel Daudet, Catherine Destivelle, Patrick Gabarrou, Lynn Hill, Alexander Huber, Jean-Christophe Lafaille, Laurence de La Ferrière, Pierre Mazeaud, Alain Robert et Jean Troillet²⁴, ainsi que mes amis – et guides de haute montagne – Fabien Ibarra, Paolo Mantovani et Daniel Simond, en soient ici remerciés du fond du cœur.

Je n'ai rien de commun avec ces êtres d'exception. La seule raison pour laquelle j'ai écrit ce livre est une faute technique²⁵ qui a failli

²⁴ Les entretiens avec Mauro « Bubu » Bole, Lynn Hill et Alexander Huber ont été réalisés en anglais.

²⁵ J'aurais dû relire Edward Whymper avant cette journée d'entraînement en falaise : « *Grimpez si vous le voulez, mais n'oubliez jamais que le courage et la force ne sont rien sans prudence, et qu'un seul moment de négligence peut détruire une vie entière de*

me coûter la vie²⁶, une expérience qui illustre bien la nature de ce sport où l'erreur est rarement permise. Ce livre se résume donc à un peu de dérisoire – mon expérience personnelle – et beaucoup d'Histoire – le vécu des grands alpinistes que j'ai rencontrés.

Il ne s'agit pas pour moi d'analyser ici pourquoi les alpinistes s'engagent en montagne, ce qui a été traité dans plusieurs excellents ouvrages²⁷ mais plutôt comment ils appréhendent, sans jeu de mots, la peur. Les « professionnels du vide » ont-ils des prédispositions particulières pour mieux gérer la peur ? L'absence de peur est-elle inconscience ou maîtrise absolue de soi ? La peur se domestique-t-elle par l'entraînement physique et la préparation psychologique ? Comment les alpinistes gèrent-ils leur peur, une fois confrontés à leurs limites ? La peur ressentie par leurs proches affecte-t-elle leur activité alpine ? L'accident n'est-il qu'une péripétie ou provoque-t-il une remise en cause profonde de l'engagement ? Ce sont certaines des questions que j'ai abordées avec mes différents interlocuteurs pour tenter de comprendre leur relation à la peur, ainsi que l'influence de celle-ci sur leur relation au moi et au monde. *Tenter* de comprendre car la peur constitue l'un des ressorts les plus intimes et insondables de chaque être. Ce qui suit n'est donc pas un traité scientifique mais

bonheur. N'agissez jamais à la hâte, prenez garde au moindre pas. Et dès le début, pensez que ce pourrait être la fin ».

²⁶ Mon seul éventuel mérite est d'avoir réussi à faire parler ces alpinistes du sujet sur lequel ils souhaitent le moins s'exprimer.

²⁷ Au premier rang desquels l'ouvrage de Christine Le Scanff, *Les aventuriers de l'extrême* paru aux éditions Calmann-Lévy en 2000.

la modeste narration argumentée d'entretiens passionnés et passionnants.

Enfin, au terme de ces propos liminaires, il serait vain de nier que la rédaction de ce livre a également constitué l'occasion d'une introspection, sinon d'une psychothérapie, sur mon propre parcours alpin. Depuis François Mauriac, nous savons d'ailleurs que « *l'écriture est un pont entre l'enfance et la mort* ». A cet égard, la vraie question à laquelle je tente de répondre reflète la problématique de l'alpinisme : comment peut-on se surpasser jusqu'à gérer le risque de trépasser ?