

# KILIAN JORNET

## Summits of my life



ARTHAUD POCHE



# Summits of My Life



Kilian Jornet

# Summits of My Life

Rêves et défis en montagne

*Traduction (castillan)  
de Bruno Hurtado*

**ARTHAUD** POCHE

© Kilian Jornet, 2017  
© Ara LLibres SCCL pour l'édition originale  
Publié grâce au concours de  
The Ella Sher Literary Agency, [www.ellasher.com](http://www.ellasher.com)  
© Flammarion, Paris, 2018 pour l'édition illustrée  
© Flammarion, Paris, 2021 pour la présente édition  
87, quai Panhard-et-Levassor  
75647 Paris Cedex 13  
Tous droits réservés  
ISBN : 978-2-0802-4300-3

# LE PROJET DE MA VIE





## Introduction

Tout a commencé par une photo sous verre du Cervin. Elle régnait en maître sur un mur de ma chambre d'enfant. Ce poster d'un mètre carré était la première chose que je voyais lorsque je me réveillais et la dernière que je contemplais avant de m'endormir. Petit à petit, je suis tombé amoureux de ces lignes majestueuses, qui tout à la fois éveillaient mon désir et m'inspiraient de la crainte. Dans mes rêves, je m'imaginai les parcourir un jour jusqu'au sommet.

Depuis notre plus jeune âge, nos parents nous emmenaient, ma sœur et moi (il serait plus juste de dire qu'ils nous accompagnaient), gravir les montagnes. D'abord les plus proches, la Tossa Plana de Lles, la Muga, la Carabassa,

puis d'autres plus éloignées, comme le pic d'Aneto ou le Breithorn. Comme nous avons commencé très tôt, la montagne est devenue partie intégrante de notre quotidien. À l'âge de 5 ans, nous avons déjà atteint à pied des sommets de 4 000 mètres. Ensuite, il y a eu les traversées des Pyrénées, des Alpes, le mont Blanc, et des voyages en Argentine, en Turquie et au Maroc, toujours dans le but de gravir des montagnes. À la maison, la bibliothèque remplie des livres de Reinhold Messner, Kurt Diemberger, Roger Frison-Roche et Walter Bonatti projetait mon imagination vers des sommets qui me paraissaient encore inaccessibles, et autour desquels gravitaient des aventures épiques. Je me fis alors la promesse, dans mes rêves les plus secrets, qu'un jour j'y poserais les pieds.

À 13 ans, j'ai commencé les compétitions de ski de montagne. C'était une bonne façon de canaliser toute l'énergie qui m'habitait. Et cela me réussit dès le début. J'étais motivé et j'adorais aller m'entraîner. À tel point que je dus souvent mentir à mes entraîneurs, leur disant que je consacrais à ma préparation moins d'heures que je n'en passais réellement. Si je m'y adonnais quinze ou vingt heures par semaine, je certifiais n'en avoir effectué que la moitié.

Mes entraîneurs étaient Jordi Canals et Maite Hernández. Jordi avait été membre de la première expédition catalane à avoir réussi l'ascension de l'Everest en 1985. Lorsque j'ai gagné mon premier mondial de ski alpinisme, Maite m'a offert une pierre ramassée pendant une expédition féminine de 2004 au niveau du second ressaut de l'Everest, à 8 600 mètres.

J'aimais souffrir pendant les entraînements, et c'est sûrement pour cette raison que les bons résultats n'ont pas tardé à faire leur apparition. À 17 ans, je me suis aussi lancé dans les compétitions de course à pied en montagne, et grâce au ski et à la technique acquise après tant d'heures d'entraînement, les performances ont rapidement été au rendez-vous.

On se sent envahi par un sentiment de douceur lorsque nos rêves deviennent réalité, mais il s'agit en même temps d'un moment empreint de tristesse : la motivation qui me faisait doubler d'efforts pendant mes séries ou qui me poussait à passer quelques heures de plus à m'entraîner, l'adrénaline avant le coup de feu de départ d'une course que je rêvais de gagner depuis tant d'années... tout cela avait disparu. Je n'avais pas encore 25 ans et la liste des courses auxquelles j'avais rêvé de participer et

que j'avais espéré remporter un jour était déjà complète. Je ne suis pas le genre de personne qui se complaît à recommencer éternellement la même chose : je ne trouverais aucune motivation à m'entraîner chaque année pour tenter de gagner toujours les mêmes courses, juste pour collectionner les médailles. Pour moi, la qualité d'un athlète se mesure à sa capacité d'affronter des défis toujours différents et nouveaux.

Ça m'a pris en 2011. Après une saison de trail running très complète durant laquelle j'ai remporté les championnats d'Europe de skyrunning sur courte et longue distance, et le kilomètre vertical ; durant laquelle je suis également arrivé pour la première fois premier au TNF 100 en Australie, à la Table Mountain (course de trail-running en Afrique du Sud), à la Western States en Californie, à la Mezzalama (course de ski alpinisme en Val d'Aoste) et à la Coupe du championnat du monde de ski de montagne, en catégorie individuelle et en course verticale ; pour la troisième fois au Kinabalu en Malaisie (réputée pour être la course de montagne la plus difficile du monde), à l'Ultratrail du Mont-Blanc (UTMB) et à la Pierra Menta (course de ski alpinisme dans le Beaufortain) ; pour la quatrième fois au Giir di Mont (traditionnelle

course de montagne en Italie) et à la Zegama (marathon de montagne en Espagne)... je me suis senti déprimé. Ça peut paraître paradoxal : j'étais un bon compétiteur depuis plusieurs années, mais le contrôle si poussé de mon corps mis seulement au service de ces épreuves sportives faisait naître en moi le sentiment de passer à côté d'autres opportunités de mieux me connaître. Il me semblait que je pourrais m'épanouir autrement.

Puis, un jour, alors que je revenais d'une course seul en montagne, j'ai fouillé dans le coffre de mes rêves et la photographie encadrée du Cervin m'est apparue, suivie des histoires des autres montagnes, lues et écoutées quand j'étais plus jeune. Peut-être que le moment d'y aller était enfin venu, avec le bagage de tant d'années de compétitions. Durant toutes ces années, j'avais eu la chance de rencontrer des personnes comme l'Italien Marino Giacometti, père du skyrunning, qui, dans les années 1980 et 1990, fit l'ascension de quelques-uns des sommets les plus mythiques de la planète avec un équipement très léger. Il avait guidé certains coureurs comme Fabio Meraldi, Jean Pellissier, Pep Ollé et Bruno Brunod afin qu'ils battent des

records de vitesse sur l'ascension et la descente du mont Blanc, du mont Rose, de l'Aconcagua, du mont Kenya, du Cervin... Je me réjouissais – et j'avais peur, en même temps – à l'idée de me mesurer particulièrement à l'un de ces records : celui du Cervin, établi par l'Italien Bruno Brunod. J'avais les mains moites rien que d'y penser, et mon cœur battait à toute vitesse lorsque je m'imaginai m'y lancer. L'heure était venue de mettre en route le projet *Summits of My Life*.

J'ai choisi huit sommets qui m'attiraient spécialement, pour le défi sportif qu'ils représentaient, pour leur histoire ou leur beauté, pour les difficultés que j'allais y rencontrer ou l'enseignement que je pensais pouvoir en retirer. Je sais bien qu'en montagne ce sont les records qui sont le plus vendeurs, et qu'ils dépendent beaucoup des conditions et moyens utilisés pour parvenir à les établir, mais je sais également que la mémoire et le souvenir de « comment nous y sommes parvenus » sont tout ce qu'il en reste. J'ai donc rédigé une charte de valeurs dans laquelle figuraient les principes qui devaient piloter le projet en revendiquant les moyens plutôt que la fin.

Voici les valeurs qui ont guidé le projet *Summits of My Life* :

**1. Personne ne nous a dit d'où nous venions. Personne ne nous a dit où nous allions arriver. Personne ne nous a dit que ce serait facile. On nous a seulement dit que nous sommes ce que nous rêvons. Que sans nos rêves, nous sommes morts.**

Nous nous battons pour nos rêves et nous suivrons nos passions, parce que nous sommes convaincus que le sens de la vie ne se trouve dans les pas de nul autre que nous-mêmes. Le sens, c'est de tracer notre propre route vers ce que nous désirons. Et malgré les difficultés, nous apprendrons de chaque chute pour pouvoir continuer.

**2. Nos pas suivent l'instinct qui nous guide vers l'inconnu.**

Prendre des risques n'est pas synonyme de parier, c'est évoluer et transformer la personne que nous sommes. Être libre, c'est être soi-même,

ne suivre personne et prendre nos propres décisions. C'est choisir. Choisir de fonder une famille, choisir d'arriver au sommet, choisir un travail. En montagne, nous sommes ceux qui marquent le sol de leurs empreintes, ceux qui décident si l'on descend ou non par une rigole, si l'on gravit une cime ou une autre. Parfois nous visons juste, parfois nous avons tort, mais nous ouvrons toujours la voie sur des lieux sans chemins préétablis.

### **3. Nous ne regardons pas les obstacles franchis, mais ceux qui se présentent devant nous.**

Il faut apprendre du passé sans pour autant y vivre, pour pouvoir construire un futur solide. Assimiler l'expérience, le respect et la peur de ce que nous avons vécu est un gage pour assurer l'avenir. Nous vivons chaque instant présent en regardant droit devant nous.



#### **4. Il ne s'agit pas d'être les plus rapides, les plus forts ou les plus grands. Il s'agit d'être soi-même.**

« Jusqu'à quel point les difficultés extrêmes peuvent-elles justifier des moyens extrêmes ? » se demandait Walter Bonatti. L'homme a démontré que grâce à la technologie, il est capable de construire ce qu'il veut. Mais cela a-t-il un sens ? Nous devons apprendre à vivre avec moins, avec juste ce dont nous avons besoin pour pouvoir être le plus humains possible, adaptés à l'environnement et à la nature. Nos pieds, nos jambes, notre corps et notre esprit sont notre force.

#### **5. Nous ne sommes pas coureurs, alpinistes ou skieurs, ni même sportifs : nous sommes humains.**

Les émotions partagées ne s'additionnent pas, elles se multiplient. Un sommet n'est pas un point géographique, une date ou un chrono. Un sommet est fait de souvenirs, d'émotions rassemblés en nous, de personnes qui nous ont accompagnés ou qui nous ont attendus en bas.

Nous sommes nous-mêmes un ensemble de personnes que nous aimons et admirons, et qui nous accompagnent même lorsqu'elles ne sont pas physiquement présentes.

## **6. Nous ne sommes pas sûrs d'y arriver, mais nous sommes convaincus d'être à la recherche du bonheur.**

Échouer, c'est ne pas essayer. Échouer, c'est ne pas profiter de chaque étape du chemin. Échouer, c'est ne rien ressentir. Nous recevrons des coups, nous souffrirons et la distance nous séparant de nos objectifs nous semblera toujours trop importante. Mais en aucun cas nous ne pouvons échouer tant que le parcours est riche, même si nous n'atteignons pas le sommet.

## **7. Avec simplicité.**

Nous irons au contact de la montagne sans intermédiaire, sans assistance, sans aide extérieure, avec humilité, sans prétendre la dominer, car nous savons qu'elle est beaucoup plus forte que nous ; et nous irons jusqu'où elle

# Table

## LE PROJET DE MA VIE

Introduction .....	9
--------------------	---

## MES DÉFIS

Traversée du Mont-Blanc .....	27
Mont Blanc .....	55
Cervin .....	67
Elbrouz .....	79
Denali .....	93
Aconcagua .....	107
Everest .....	121

Forgés par nos rêves, nos émotions et nos sentiments .....	155
---	-----

« Les meilleurs rêves, lorsqu'ils se réalisent, engendrent de nouveaux que notre imagination n'osait pas approcher auparavant. »

Kilian Jornet, légende de l'ultra-trail, « sky runner » à l'assaut des sommets et du ciel, a toujours considéré ses incroyables records comme autant d'étapes dans une quête personnelle d'accomplissement sportif et spirituel.

Mont Blanc, Cervin, Elbrouz, Denali, Aconcagua, Everest..., ces sommets parmi les plus hauts du monde ont inspiré Kilian depuis son enfance. Avec l'épopée *Summits of my life*, celui qu'on surnomme l'ultra terrestre a transformé ses rêves en autant d'ascensions et d'exploits inédits.

Ce tour de force sportif est pour lui l'occasion de défendre deux valeurs essentielles : l'amitié et l'écologie, en s'engageant au plus près de la nature sans assistance et sans laisser la moindre trace derrière soi.

Une philosophie puriste et minimaliste à l'origine de l'immense popularité de ce champion hors normes.

*Kilian Jornet, né en 1987, est un sportif professionnel espagnol, spécialiste de ski alpinisme, d'ultra-trail et de course en montagne. Il est l'auteur de Courir ou mourir (Arthaud, 2015) et La Frontière invisible (Arthaud, 2017).*