

# La montagne avec cœur

Avoir conquis les quatorze plus hauts sommets du monde n'a pas changé Sophie Lavaud. La Vaudoise aux trois passeports (suisse, français et canadien) garde les pieds solidement ancrés au sol, en plaine comme en montagne. Simple et humble, elle espère inspirer à tout un chacun de vivre sa propre histoire.

Il paraît que ceux qui parlent trop ne font rien. Sophie Lavaud, elle, a gardé le silence pendant plusieurs années. «Je ne me sentais pas capable de ces exploits», avoue-t-elle modestement. Ce printemps, devant le public ébahi de la Société de lecture de Genève, l'alpiniste de 55 ans est restée fidèle à elle-même: elle garde les pieds sur terre. Aucune déclaration clinquante ni pose de star. Pas même pour le marketing de son ouvrage *Les quatorze 8000 de Sophie Lavaud* (Glénat, 2024) présenté sur place. Vêtue de noir et blanc, la dame aux cinquante bracelets – gris offerts par des proches – a partagé sa vie en couleurs avec une simplicité déconcertante. «Cette fille est une énigme», avait dé-



créé François Damilano, le réalisateur du film *Sophie Lavaud, le dernier sommet*. Il l'avait à nouveau suivie et filmée en 2023 au Pakistan durant l'escalade du Nanga Parbat, surnommé «la montagne tueuse». Guide des hautes cimes, et donc alpiniste aguerri lui-même, il avait échoué lors de l'ascension de ses 8126 mètres. En dressant la liste de ses livres qui

Ci-dessous

Sophie Lavaud est née à Lausanne en 1968.

détaillent chaque ascension, il est difficile de croire que Sophie Lavaud ne vient pas du sérail de l'alpinisme. En revanche, grands voyageurs, ses parents l'étaient vraiment. Français tous les deux, ils se sont rencontrés à Montréal. Lui, homme d'affaires qui avait immigré au Canada; elle, hôtesse de l'air qui travaillait sur la ligne Paris-Montréal. Une fois marié, le couple s'installe en Suisse et donne naissance à deux enfants. Une histoire familiale qui vaudra à Sophie ses trois passeports: suisse, français et canadien. En 2023, elle les fera entrer dans le cercle mondial très fermé – 41 alpinistes – des nationalités ayant conquis les quatorze plus hauts sommets de la planète.

## D'abord en tutu

Mais avant d'en arriver là, il y aura les années «tutu et hauts talons»: son entraînement à l'endurance, Sophie Lavaud le débute à l'âge de 4 ans. Pendant douze ans, la danse classique façonne le corps souple et le tempérament obstiné de cette grande travailleuse. Enseignement qu'elle emploiera, perchée sur des talons aiguilles, d'abord dans l'hôtellerie de luxe, puis dans la filière cosmétique et finalement dans l'entrepreneuriat. «Avec mon grand frère, nous avons ouvert notre entreprise d'événementiel dans le secteur financier. La crise de 2008 l'a mise en grande difficulté et nous avons dû finalement la fermer en 2011. C'était le début de ma deuxième vie professionnelle.»

«Dans notre famille on marchait beaucoup, mais on ne faisait pas de grimpe», se remémore Sophie Lavaud. Elle découvre l'alpinisme en 2004 grâce à un ami: «Il rêvait de gravir le mont Blanc. Je l'ai accompagné. L'altitude a été une véritable révélation pour moi. Depuis,



© Francois Damilano

je ne peux plus m'en passer». Cette passion la poussera sur les plus hautes cimes des sept continents, y compris l'Antarctique. Pourtant, ce n'est pas le fait d'arriver tout en haut qui grise le plus la championne. Sa motivation est de réussir à braver ses peurs et ses doutes et de maîtriser l'inconnu tout le long du parcours semé d'embûches. Une quête initiative à laquelle Sophie Lavaud se consacre corps et âme à partir de 2012. En douze ans, elle réalise 22 expéditions dont quatorze sont des succès éclatants.

Parmi ses «échecs», l'ascension du Makalu au Népal en 2015, restée inache-

chevet de sa mère mourante. «Elle vous attendait», lui dira le médecin. Plus récemment, en avril, elle a dû renoncer à atteindre le sommet de l'Annapurna IV en raison de conditions trop dangereuses.

### Un calme de patronne

Ce qui frappe dans l'attitude de cette himalayiste, terme qu'elle préfère à celui d'alpiniste, c'est son calme naturel. Aucune agitation ni hésitation dans ses paroles et dans ses gestes. Difficile d'imaginer une meilleure incarnation de l'expression «une main de fer dans un gant de velours». Pourtant, la dame

Sophie Lavaud donne aussi des conférences et anime des ateliers.

reste éminemment sympathique et absolument pas menaçante. Pourquoi? Parce qu'elle demeure humble. «Seule, dans l'Himalaya, je ne vais nulle part», souligne-t-elle. En véritable cheffe d'entreprise, elle sait choisir les meilleurs, les motiver et les emmener à sa suite. D'ailleurs, chaque expédition est un réel travail d'entrepreneur: trouver des sponsors, organiser l'itinéraire, penser à chaque détail.

Lorsque Sophie Lavaud n'est pas en montagne, elle donne des conférences et anime des ateliers. Somme toute, une vie de patronne-sprinteuse. Est-ce que ses efforts titanesques lui permettent de vivre de sa passion? «Je ne roule pas sur l'or. Mais la liberté n'a pas de prix», affirme l'intéressée.

A la fin de notre entretien entre quatre yeux, nous demandons à cette championne ce qu'elle souhaite que l'on retienne d'elle. «Que vos lecteurs s'inspirent de mon histoire pour se lancer dans la leur», répond avec douceur la reine suisse des quatorze plus hauts sommets du monde. |

## «L'altitude a été une véritable révélation pour moi.»

vée à cause d'un terrible séisme. Descendue de la montagne, elle se met immédiatement au service d'une association locale dont elle était l'ambassadrice pour secourir les sinistrés. Puis en 2018, à la frontière indo-népalaise, à seulement 130 mètres du sommet du Kangchenjunga, troisième plus haut du monde, elle doit abandonner et redescendre. En cause, l'absence de piolet, donné en route à son sherpa pour faire un ancrage. Ou encore en 2019, sur la très périlleuse montagne Dhaulagiri, au Népal: près du but, l'alpiniste jette l'éponge pour se rendre en France au

Un environnement comme celui du Lhotse ne s'affronte pas sans préparation.



© Dawa Sangney Sherpa