

Spis treści

NA POCZĄTEK ■ 9

1. Przechadzka ■ 10

2. Marsz wysiłkowy: wydalenie i przetwarzanie ■ 10

3. Wycieczka ■ 14

SEKS I MARSZ ■ 20

MARSZ I SZCZYT SZCZĘŚCIA ■ 28

PIERWSZE KROKI ■ 43

W POSZUKIWANIU STRACONEGO CZASU ■ 53

TU I TAM ■ 68

ONI I JA ■ 75

POWRÓT WOJOWNIKA ■ 82

GŁOWA I NOGI ■ 87

MASZERUJ ALBO GIŃ! ■ 105

PARTYZANCI I DEKOWNICY ■ 109

ZASADY UTRZYMANIA KONDYCJI ■ 115

PRZEWODNIK, WSPÓŁCZESNY MOJŻESZ ■ 123

PLECAK I BAGAŻ INTELEKTUALNY ■ 147

PIORUN I SKAŁA ■ 160

U KRESU SAMEGO SIEBIE I INNYCH ■ 168

NIESPODZIANKA ■ 172

DZIENNIKI Z WSZYSTKICH TRAS ■ 178

DWADZIEŚCIA CZTERY GODZINY NON STOP

RAZEM Z „WĘDROWCAMI SIÓDMEGO NIEBA” NA SZLAKACH W MORVAN:

KOPIA TAŚMY NAGRAŃ PODCZAS MARSZU ■ 199

Jacques Lanzmann (1927–2006) – francuski pisarz, producent filmowy, scenarzysta i autor tekstów piosenek. Urodził się w rodzinie żydowskich emigrantów z Europy Wschodniej. W roku 1943 razem z bratem Claude'em wstąpił do ruchu oporu. Aresztowany w Aix, skazany na rozstrzelanie, zdołał uciec. Udzielał się w partii komunistycznej, z której został usunięty w roku 1957. Próbował wielu zawodów, pracował jako robotnik rolny, artysta malarz czy górnik w Chile. W roku 1954 wydał swoją pierwszą książkę *La glace est rompue*. Simone de Beauvoir pierwsza zauważyła talent Lanzmanna. Od tego momentu jego kariera łączyła się przede wszystkim z działalnością krytyka w „Les Lettres Françaises”. Stworzył i prowadził stowarzyszenie Jacques Lanzmann et Seghers Éditeurs. Jako dziennikarz pracował dla „L'Express” (1960–1962), brał udział w tworzeniu magazynu „Lui”. Jest autorem ponad 150 piosenek, z których wiele napisał do muzyki Jacques'a Dutronca. Zaadaptował na język francuski musical *Hair*.

Znają go wszyscy: Jacques Lanzmann to piechur wszech czasów. Od Andów po Himalaje, od lasów Saint-Germain do Tibesti, od Cévennes do Kilimandżaro, od Borneo do Reunion – przemierzył tysiące kilometrów, bacznie przyglądając się światu i sobie samemu.

Ta opowieść stanowi owoc jego doświadczeń. Mówiąc o marszu – tej podstawowej aktywności, którą ludzie dziś odkrywają na nowo – porusza wszelkie aspekty, praktyczne i psychologiczne, a także duchowe.

Udziela rad w kwestii ekwipunku, poucza, jak należy oddychać i odpoczywać w zależności od tego, czy idziemy przez pustynię, góry, przez lasy Francji czy tropikalną dżunglę. A wszystko to ubarwia anegdotami, wspomnieniami i fotografiami.