

COÛTE QUE COÛTE

- A partir du moment où je t'ai aperçue... je n'ai rien lâché... jusqu'au bout je n'ai fait qu'avancer... Pas un mètre en marchant... tout juste dans la dernière montée... les dix derniers mètres... ils étaient beaucoup trop durs... beaucoup trop raides...

A Vieux, comme partout où je me suis rendu, encore une fois je n'ai rien lâché.

Avant le départ de chaque course j'ai pris l'habitude de flâner parmi la marmaille agitée... Non en fait plutôt une fourmilière trépidante, car si tout semble en mouvement désorganisé chacun a son importance, chacun est occupé, chacun vaque à son immédiat. J'en profite pour traîner et mater si Géraldine, ma sœur, est arrivée. Je salue des amis en leur lâchant quelques blagues, je récupère mon dossard et la cellule. Je continue de traîner, des anciens de l'U.A.G me saluent gaillardement et c'est avec mes copains Bilout' et Patrick que je pars m'échauffer. Je regarde encore si Géraldine est enfin arrivée. Nous avons encore le temps de regarder les enfants, certains sont accompagnés de leurs parents, se lancer sur un kilomètre. Je tourne vers le parking toujours pas de Géraldine. Au micro la jeune animatrice nous invite à nous rendre sur la ligne de départ. J'allais synchroniser ma montre G.P.S... Merde, je l'ai oubliée. Ça me préoccupe pas tant que ça. Aujourd'hui il va falloir être à l'écoute de mon corps et bien faire gaffe aux indications qu'il me filera, ce sera une bonne expérience, une nouvelle façon de courir. Je regarde sur les côtés, rien pas de Géraldine, devant moi trois des cloche-pieds nous nous tapons dans les mains en s'encourageant. Encore une minute, j'en profite pour me concentrer, m'enfoncer dans ma bulle pour m'écouter respirer et capter les battements de mon cœur.

Les premiers cent mètres me semblent rapides, nous abordons une épingle...

... " Allez Raymond ! "

C'est sa voix, je n'ai pas besoin de regarder c'est elle, Géraldine. Je lève la main " Ouais je suis là". Comme un premier communiant je tombe dans l'émotion et je file comme un dératé. Je dévale une longue descente, puis sur le plat j'entends un type souffler comme un bœuf, petits regards furtifs sur les côtés rien, personne, j'insiste " queut's" personne... Et après quelques foulées c'est ma respiration que j'entends. Vite je coupe tout je ralentis, l'endroit est idéal une portion plate à l'ombre et fraîche il y a un lavoir sur un côté, je me décontracte et je reprends contact avec la course.

C'est un trail, le parcours est très sélectif, très vallonné avec pas mal de sentiers. Les appuis ne sont pas francs, il faut en permanence se concentrer sur les prochaines foulées. Nous passons souvent en bord de champs, même si l'herbe est fauchée, il faut malgré tout forcer son passage, petit à petit ça fini par piquer, ça brûle les cuisses. Mais tant pis je ne lâcherai rien. Je suis debout sur mes deux jambes, par plaisir et parce que je le veux, je peux courir sur des kilomètres. Elle, elle doit s'aider d'une canne pour se déplacer. Alors je ne chiale pas et je me la file.

A cet instant au sixième kilomètre, je me sens plus à l'aise, comme sur un nuage fini la fatigue, au contraire les foulées s'enchaînent facilement, je me sens heureux et apaisé.

L'endorphine, cette chipie, l'hormone du plaisir du coureur à pied fait son effet. J'y fais gaffe, je ne m'enflamme pas, je profite au maximum de l'instant pour me refaire mentalement. Il me reste encore un peu plus de trois kilomètres à avaler.

La chaleur a durci la course les signaleurs, les suiveurs en ont conscience tous nous encouragent et nous félicitent. Ça semble tellement banal, mais c'est d'une efficacité sur le mental, c'est une bouffée d'oxygène. C'est le dernier ravitaillement, un bénévole gentiment me remplit ma petite bouteille d'eau et je repars après l'avoir remercier.

- Allez un dernier gros effort, c'est votre dernière montée, courage, bravo !
Et quelle montée, la vache ! C'est là au final de ce monstre cannibale que j'ai failli. Petit faux plat, je bifurque sur la gauche et devant moi les barrières de l'arrivée. Je suis obligé, malgré la fatigue, d'emballer. Il y a David qui fait les derniers mètres avec moi. Il a surtout la voix de Géraldine qui me pousse encore plus fort.

Elle est fière et quand je la regarde je crois qu'elle voit un champion. Ouais c'est ça, grâce à son regard, j'ai réalisé que nous pouvions parler de père à pair avec n'importe quels champions... On en chie tellement.