

LA COURSE DE LEUR VIE

LAURENT CÉBULSKI



Laurent Cébulski

La Course de leur vie

2e édition

© Laurent Cébulski, 2022

ISBN numérique : 979-10-405-2144-0

Librinova”

www.librinova.com

Le Code de la propriété intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective. Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants cause, est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la propriété intellectuelle.

À propos du présent manuscrit

Que feriez-vous si vous étiez tiré au sort pour courir un marathon olympique ? Steve Holister, ancien champion qui avait voué toute sa vie à la reine des courses, ne se posait pas la question. Il n'avait qu'un seul objectif : susciter à nouveau l'engouement du grand public pour la distance mythique, tombée en désuétude et minée par les scandales. Le cadre ? Les Jeux olympiques 2024 à Paris. Le principe ? Tirer au sort quatre citoyens dans chaque pays, six mois pour les préparer, quarante-deux kilomètres pour changer de vie. En France, deux hommes et deux femmes allaient bientôt recevoir un appel. Leur destin était scellé.

*« Si tu veux courir, cours un kilomètre.
Si tu veux changer ta vie, cours un marathon. »*

Emil Zatopek

Il était une fois...

Le marathon. Course mythique, il était à l'image de la vie : un long chemin fait de périodes d'euphorie, de doutes, de souffrance durant lequel il fallait savoir se préserver, accélérer, ou au contraire ralentir pour récupérer afin de mieux repartir. Ses origines remontaient à 490 ans avant Jésus-Christ, quand un messenger, nommé Phidippidès, avait été dépêché des côtes de la Ville de Marathon vers Athènes pour annoncer une victoire grecque face à l'armée perse. Phidippidès parcourut une distance de 24,8 miles (39,91 kilomètres) pour faire part de sa bonne nouvelle. Le souffle coupé, à son arrivée devant les leaders d'Athènes, il aurait proclamé les mots suivants : « Réjouissez-vous. Nous avons gagné la guerre » avant de s'effondrer, mort. Le marathon était né de cette histoire, sans devenir tout de suite une épreuve courue durant les olympiades.

Il fallut attendre 1896 et la création des Jeux olympiques modernes pour que le marathon en devienne l'une des épreuves phares, passant de 39,91 kilomètres à 42,195 kilomètres lors des Jeux de Londres en 1908, afin de caler la ligne d'arrivée devant la loge royale du stade olympique dans laquelle se trouvaient le roi Édouard VII et la reine Alexandra.

Spyrïdon Louïs fut le premier vainqueur des jeux modernes, en courant les 39 kilomètres en 2 h 58 min 50 s. Durant les 120 années qui suivirent, le marathon produisit son lot de héros, de duels mythiques, de drames, et de courses aux innovations en termes d'entraînement ou de matériel utilisé.

Dans les années 70, le marathon avait largement contribué à démocratiser la course à pied, avec l'avènement des épreuves organisées dans les mégapoles telles que New York, Londres, Berlin ou Paris. Il y avait eu, durant les quarante années qui suivirent, une énorme inflation de coureurs inscrits à ces épreuves popularisées par des champions comme Franck Shorter, Bill Rodgers ou Alberto Salazar, obligeant parfois à instaurer des quotas ou à procéder à des tirages au sort pour obtenir un dossard. Plus le nombre de coureurs augmentait, plus le niveau moyen baissait. Dans les années 2000, on ne courait plus pour la performance, mais pour le fun, la fête, voire la frime de pouvoir dire à ses collègues et amis qu'on « avait fait New York le week-end dernier », peu importait le temps final.

Petit à petit, le centre de gravité se déplaça vers la nature. À partir de 2010, hormis pour les grandes épreuves populaires, le bitume ne faisait plus recette, irrémédiablement remplacé par les courses nature, appelées « trails » ou « ultra-trails », courses dans lesquelles le temps et la vitesse moyenne sont des paramètres accessoires, la performance étant d'aller au bout de parcours longs, très longs et vallonnés sur des chemins de traverse loin de la pollution des villes.

Ce n'était plus le plus rapide qui faisait rêver, mais celui qui courait toujours plus longtemps, des pentes toujours plus fortes, des parcours toujours plus majestueux, voire dangereux. La vitesse était secondaire. Et il y avait une différence de taille dans le trail : la discipline avait ses héros, une poignée de surhommes que l'on retrouvait de manière récurrente aux premières places des épreuves populaires. Ils s'appelaient Scott Jurek, Kilian Jornet, Anton Krupicka, François D'Haene. Ces athlètes étaient stylés, avec en général une barbe de bûcheron, des chemises à carreaux, vivant dans des vans comme les surfeurs old-school pour trouver le parcours nature ultime, sorte de vague parfaite du néo-coureur écolo. Les magazines de course à pied ciblaient les bobos-hipsters à barbe, amateurs de bières artisanales et technophiles écolos. Les articles présentaient des photos travaillées de coureurs franchissant un ravin au péril de leur vie, les dernières nouveautés en matière de chaussures, toujours plus chères pour disposer du meilleur compromis amorti – confort – étanchéité – dynamisme ; sans oublier les recettes véganes indispensables pour gagner quelques minutes ou finir votre prochaine compétition de quatre-vingt-dix kilomètres avec cinq mille mètres de dénivelé positif.

À côté, les marathoniens en short « moule-burnes » et débardeur, gaulés comme des crevettes et lisses comme des boules de billard ne faisaient pas rêver. Et courir quarante-deux bornes faites de longues lignes droites bitumées avec trois mètres de dénivelé non plus. Il n'y avait plus de héros, un Kenyan lambda remplaçant un Éthiopien bêta à l'arrivée, avant de disparaître avec la prime qui lui permettrait de sortir sa famille de la pauvreté une fois de retour au pays. Qui se souvenait du dernier vainqueur du marathon de New York ? Comment donner envie dans ces conditions ?

Il y a encore vingt ans, les coureurs se retrouvaient au stade, pour effectuer des séances de fractionné sur la piste d'athlétisme, répétant dix, vingt ou trente fois la même distance donnée à grande vitesse, parfois jusqu'à la nausée, seul moyen de franchir des paliers dans sa progression chronométrique.

En 2020, on court en tribus, souvent appelées « Urban Runner », groupes de

jeunes hommes et de jeunes femmes qui couraient un footing tranquille dans les rues de la ville après le boulot, avant d'aller boire quelques bières et plus si affinité. Le culte du corps pour de meilleurs plans cul, plutôt que l'obsession de la performance par des séances des souffrances et de dépassement. On courait high tech, son smartphone suspendu au bout d'une perche tout au long des parcours de footing où on s'arrêtait tous les deux cents mètres pour faire un selfie et mettre en scène sa propre vie.

Et puis il y avait les scandales.

Décembre 2022, Siège de la fédération internationale d'athlétisme – IAAF (International Association of Athletics Federations), Monaco

« Ça ne peut plus continuer comme ça ! »

Le président et ancien marathonien Steve Holister tapa violemment du poing sur la table de la salle de réunion, toutes les têtes se tournant devant lui. Les responsables de différentes commissions au comité olympique constituaient la majeure partie de l'auditoire : celle des athlètes, de l'éducation olympique, de la durabilité et de l'héritage (sic), sans oublier la commission médicale et scientifique.

Il y avait également un représentant de l'agence antidopage internationale, et plusieurs présidents de fédérations continentales d'athlétisme.

L'heure était grave. La crise sanitaire débutée en 2020 avait retardé d'une année les Jeux olympiques de Tokyo, bouleversant la préparation millimétrée des athlètes qui s'étaient vu imposer une année d'entraînement supplémentaire, sans compétition, et parfois sans ressources. C'était d'autant plus dramatique pour les marathonien, dont les programmes alternent les périodes de « pics de forme » et de récupération afin d'arriver dans une forme optimale le jour de la course. Beaucoup avaient perdu leurs sponsors et leurs soutiens financiers, la crise économique ayant succédé au désastre sanitaire. D'autres, arrivés en fin de carrière en 2020, avaient eu bien des difficultés pour jouer les prolongations. Le marathon olympique ne rapportait rien, mais pouvait attirer suffisamment de sponsors et de recettes publicitaires pour faire de votre personne un produit marketing en guise de reconversion.

Les effets pervers avaient été dramatiques : de nombreux coureurs avaient basculé du côté obscur, en s'aidant de produits illicites pour tenir un peu plus longtemps, ou tout simplement parce qu'ils n'avaient plus rien à perdre. Les scandales s'étaient enchaînés, salissant le marathon, synonyme désormais de « sport de chargés ». Steve Holister, farouche combattant du dopage, ancien second couteau de la distance dans les années 80 avec son record personnel en deux heures treize, avait choisi de dédier sa vie à la valorisation de son sport favori.

Maintenant qu'il avait l'attention de chacun, il poursuivit :

« Marathon des Jeux olympiques 2020 : trois dopés aux trois premières places, le quatrième finalement médaille d'or nous assignant tous en justice pour incurie organisationnelle !

Championnat du monde 2021 : Bikilé, le champion éthiopien qui a également gagné Boston et New York prit la seringue dans le bras ! Et je ne parle pas de l'allemand Hans Peter, seul Européen à mettre un peu de suspense dans un peloton de tête exclusivement composé de coureurs africains. Forcément qu'il arrivait à les suivre, avec ses pompes à triple lame de carbone qui le faisait bondir comme un putain de kangourou !

Vous voulez que je continue ? FUCK ! »

Holister, le visage aussi sec que lorsqu'il était à l'apogée de sa carrière au début des années 80, poursuivit sa diatribe.

« Le marathon, épreuve mystique de l'olympisme, ne fait plus rêver. Le marathon est mort ! Et cela me donne envie de pleurer ! ».

Tout le monde baissa la tête. John Grey, de l'agence antidopage et lui-même marathonien, n'en pensait pas moins. L'épreuve reine de la course à pied avait enchaîné les scandales depuis cinq années, au point où les aficionados ne pariaient plus sur le potentiel vainqueur d'une épreuve, mais sur celui qui ne serait pas dopé. La chute du nombre de participants était vertigineuse : trop difficile pour les jeunes générations, plus enclines à jouer au football sur leur console en restant sur leur canapé ; trop lisse pour les cadres dynamiques qui préféraient largement s'évader dans les courses nature et autres trails, trop décrié pour les derniers passionnés qui avaient fini par avoir honte de leurs champions.

L'enjeu était de taille. Certains groupes militaient sur les réseaux sociaux pour que le dopage soit autorisé pour cette épreuve, qui deviendrait une sorte de double compétition : le vainqueur serait à la fois le meilleur coureur et le meilleur chimiste. Inconcevable pour les puristes (« plutôt crever », s'exclama Holister en réponse à une journaliste qui lui posa la question en direct quelques semaines plus tôt). D'autres jouaient à fond la carte du lobbying pour purement et simplement supprimer la course des grands événements, pour la remplacer par d'autres sports plus ludiques, voire du esport, de plus en plus en vogue.

Le marathon n'avait jamais fait beaucoup d'audience à la télévision : rien de plus pénible, si vous n'étiez pas un grand passionné, de regarder des individus