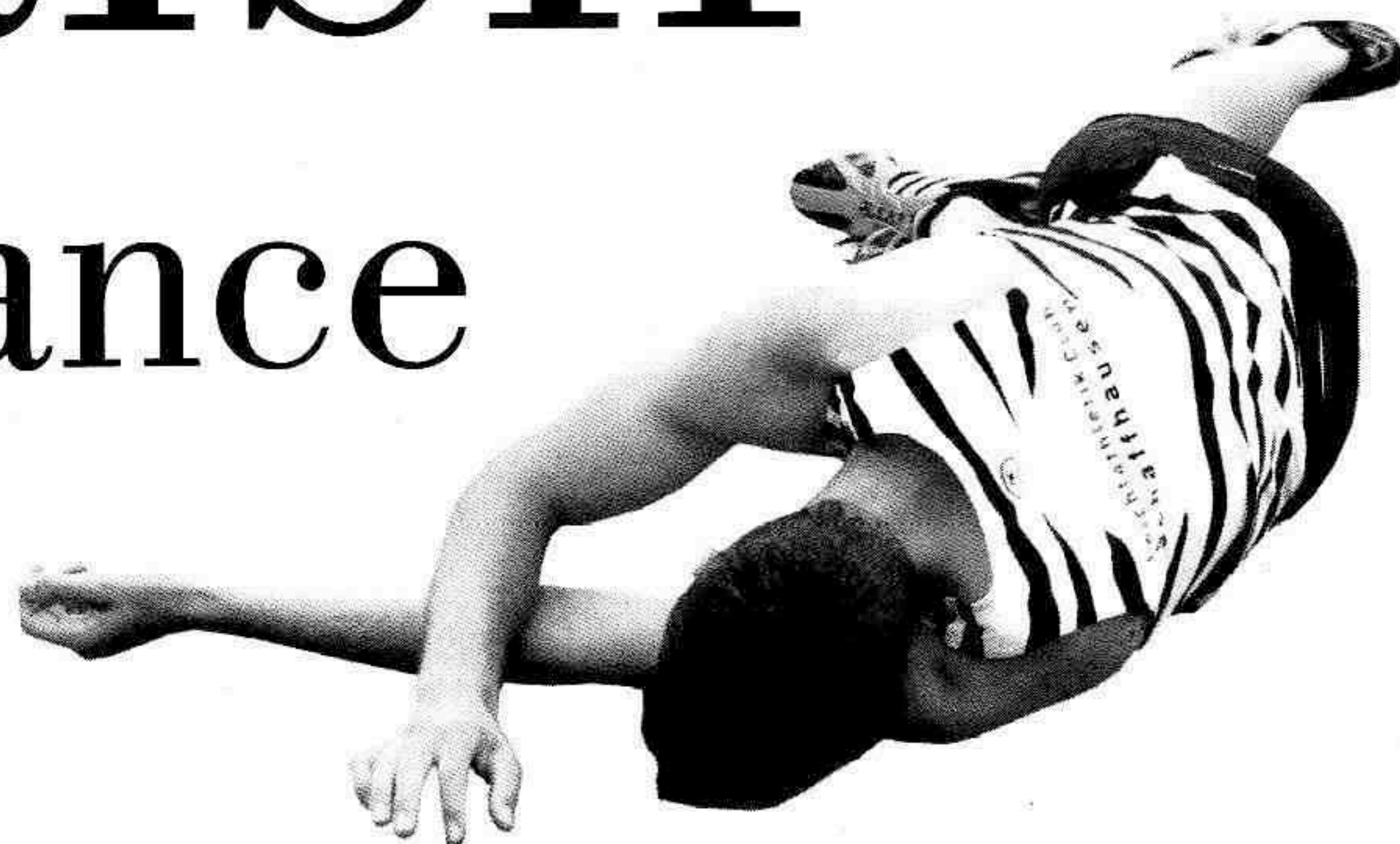


# Plaisir et souffrance



**P**ourquoi je fais de l'athlétisme? Pour le plaisir, pardi!

– Ah bon : tu as du plaisir à t'entraîner jour après jour, faire des footings, de la condition physique, de la coordination, de la vitesse, de la musculation, de la résistance, etc. etc., jour après jour? Je ne comprends pas vraiment.

Tu ne préférerais pas faire comme moi, rentrer tranquillement du boulot, boire une bonne bière, regarder un peu la télévision, manger quelques chips, éventuellement aller souper dehors ou se faire un film avec des amis? Ne faut-il pas être dingue pour avoir du plaisir à se martyriser le corps, entraînement après entraînement? En plus, tu as toujours mal quelque part, non? Tu n'arrêtes pas d'aller chez le médecin pour tes bobos; et tu dois toujours faire attention à ce que tu manges; à tes heures de sommeil, etc.

Tu ne penses qu'à ça, tout le temps, ou presque. Et le jour des compétitions, tu stresses comme un malade. Pour quoi? Le plus souvent tu rentres déçu de ta performance. Ce n'est pas vrai, ça? Combien de fois par année tu rentres vraiment content à la maison après un meeting? Deux fois, trois fois par an? Peut-être même pas! C'est ça le plaisir?

– Tiens, un rouleau compresseur hédoniste, qui écrase machinalement toutes les différences, les distinctions fines. Tu sais, le plaisir n'est pas pour tout le monde de se vautrer dans un canapé et de bouffer des cochonneries, selon le principe du « minimum d'effort pour un maximum de bêtise ».

– Pas mal, le répondant.

– Le « répondant »? Non le lutteur, le joueur, le compétiteur, bref l'athlète. Et mon plaisir est notamment de ne pas me faire rouler (dessus). Et ce n'est pas tout.

– Ah, ce n'est pas tout? Mais alors s'il te plaît, continue!

– Bien sûr qu'il me plaît! Le plaisir, en athlétisme, est multiple, tant d'ailleurs vis-à-vis des autres que de soi-même. Comme dans tous les sports, l'athlétisme permet de rencontrer des gens, des amis – athlètes, entraîneurs ou dirigeants : des amis qui forment une véritable famille. Pas la vraie, dans laquelle on est tombé, mais une famille qu'on a choisie. Des amis sur lesquels on peut compter, avec lesquels on partage des grands moments, à l'entraînement, en compétition ou simplement comme ça, en dehors. Bien sûr qu'il y a aussi des imbéciles, des égoïstes, qui ne pensent qu'à eux, mais à vrai dire pas tant que ça.

Aussi, une des particularités de l'athlétisme, c'est qu'on se pousse, ensemble, à atteindre et même à dépasser ses limites, à se surpasser soi-même, qu'importe le niveau. Or c'est grâce aux autres (camarades et adversaires – les deux sont au fond le même) qu'on est en mesure de le faire. Pour notre plus grand plaisir. Même si la souffrance n'est jamais loin. Ou peut-être justement parce que la souffrance est de la partie.

– Quoi? Du plaisir à souffrir? Il y a là une contradiction.

– Une contradiction logique, mais pas dans l'expérience. Aussi bizarre que cela puisse paraître pour celui qui n'a jamais fait de sport de compétition, à partir d'un certain niveau, on finit par aimer la souffrance, à avoir du plaisir à souffrir. Au point que l'entraîneur doit, dans certains entraînements, nous freiner : il n'y a en fait que peu d'entraînements où il s'agit de se faire exploser le caisson. Et là, tout à coup, les sensations sont inouïes, incomparables! Et si, en plus, les mouvements se font en toute facilité, si ça va tout seul – comme quand on est en forme –, on se sent pousser des ailes. Et voilà la souffrance submergée par un indescriptible plaisir. Union des contraires : jubilation du corps et de l'esprit. La vie, plus fort que jamais.