

# Mourir debout!

Autor(en): **Jeannotat, Yves**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Macolin : revue mensuelle de l'École fédérale de sport de Macolin et Jeunesse + Sport**

Band (Jahr): **48 (1991)**

Heft 10

PDF erstellt am: **13.09.2024**

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.



# Mourir debout !

Yves Jeannotat

Il s'appelait Raphaël. Les gens savaient son nom parce qu'ils le lisaient, en passant, sur la porte de son appartement. Il devait avoir la soixantaine bien sonnée, mais allez savoir, avec ces vieux... Personne ne savait trop ce qu'il faisait dans la vie, sinon une chose: tous les jours, à midi moins vingt très exactement, il rentrait de son pas souple et mesuré, dos très légèrement voûté et tête pensive, entraînait chez lui pour ressortir cinq minutes plus tard en tenue de jogging, ses chaussures de course à la main. C'était un rite: il s'asseyait sur l'escalier, appréciait l'état des semelles, achevait ses préparatifs avec une minutie exemplaire, tirant juste ce qu'il fallait sur les lacets.

Ce jour-là, son voisin d'en face, appuyé à la fenêtre, lui lança: «Alors, Raphaël – il était le seul, dans le quartier, à l'appeler par son prénom –, quand le pied va, tout va!... Mais prenez garde! Il fait terriblement chaud et y a de l'ozone dans l'air, comme dit le dépliant!», et il jeta la feuille qui voltigea comme un cerf-volant en détresse avant de venir se poser, grande ouverte, devant lui. «Qu'est-ce que c'est que ce blabla?» répondit Raphaël, qui n'avait pas de temps à perdre. Pourtant, quand il vit la représentation dantesque du «smog d'été» et la flèche incitant à lire les recommandations, il les parcourut en diagonale, retenant avant tout que, même par forte concentration, il était possible de continuer à courir, mais à allure modérée et que, en cas d'irritation répétée des yeux et de la gorge, de douleurs

respiratoires, de maux de tête accompagnés de signes de fatigue, il valait mieux consulter un médecin; enfin que, par grande chaleur, il était préférable de courir le matin ou le soir!...

«Bah!», fit-il en glissant le papier sous le paillason... Puis il partit comme d'habitude, de sa foulée élastique et rythmée, en direction de la forêt. L'air de rien, ce jour-là, il ne parvint pas à méditer comme il aimait le faire. Des scènes d'horreur, dans lesquelles se mélangeaient masques à gaz et images de fumées toxiques, chahutaient son esprit. «Bon Dieu! Bon Dieu!», murmura-t-il en cadence, «Ces gens ont-ils jamais couru de leur vie? Courir plus lentement que je ne le fais? Tu ne cours plus! Et ça ne m'empêche pas d'avoir la gorge sèche, le feu aux tripes et les yeux brûlants, irrités qu'ils sont par le sel de la transpiration. Qu'est-ce que ça veut dire, avoir mal à la tête quand tu es dans l'effort? Crevé, tu l'es quand tu cours, et ni plus, ni moins à midi qu'à un autre moment de la journée. Tout le monde l'a appris: c'est là que se situe le prix de la libération de l'esprit et de l'extrême bien-être dans lequel l'organisme baigne dès la séance finie, juste compensation des souffrances consenties!»

Parvenu au seuil du troisième souffle, Raphaël retrouva peu à peu son calme, et les images qui défilaient sur l'écran visionnaire de sa mémoire s'adoucirent. Parmi elles, celles de son modèle, James Fixx, cardiaque notoire, «guéri par le jogging, son seul médecin

de confiance». «Tu vois», se dit Raphaël, «on parle trop. Le vrai contentement ne se trouve que dans le silence. Tous ceux qui le connaissaient savaient que, grâce à la course à pied, James Fixx avait vécu dix bonnes années de plus que ne lui aurait permis son cœur malade s'il était resté gros, fumeur, alcoolique et désordonné... Or, voilà que, en courant justement, il est mort d'une... crise cardiaque! Et tout le monde, oubliant le passé, a dit: le jogging a tué James Fixx!»

\*

D'une croisée de chemins à l'autre, d'un carrefour à l'autre, revenant progressivement aux réalités matérielles de la vie quotidienne, Raphaël arriva comme de coutume, après une heure pile de course, sur son pas de porte. Le voisin n'avait pas quitté sa fenêtre. Il lui lança à l'emporte-pièce: «Alors, Raphaël! Qu'en dites-vous? Y a de l'ozone dans l'air? Comme je vois, vous n'en êtes pas mort?!...»

Raphaël, sachant que, de par ses obligations, ce n'était qu'à midi qu'il pouvait prendre son plaisir de courir, partie intégrante de son plaisir de vivre, répondit en souriant et en plein bain de jouvence déjà: «Dieu seul sait le jour et l'heure, c'est vrai... Mais moi, si je le pouvais, je choiserais de mourir debout, comme James Fixx...»

L'autre ne saura jamais qui est James Fixx et ces paroles resteront donc une énigme pour lui... Pour la première fois, il entendit Raphaël chanter sous sa douche!... ■