



Va, cours, vole!

*Les joggeurs dans la rue, quoi de plus banal? On en oublierait presque que le **running fut**, à ses débuts, un acte marginal et militant, synonyme de rébellion et de contre-culture.*

Je cours, tu cours, nous courons. Peut-être faites-vous partie de la bande – plus de neuf millions de coureurs, «runners» ou joggeurs en France. Ou bien, à l'inverse, enragez-vous de voir leurs baskets fluo fouler rues et parcs dès l'aube. Ils courent pour le plaisir de courir. Pour la gagne. Pour la métaphysique, écrit Haruki Murakami. Ou par orgueil de leur corps, disait Paul Morand. Ils courent seuls, écouteurs »»

Bien des fantasmes ont circulé : courir transformerait les femmes en hommes, ou en lesbiennes...

» aux oreilles, ou bien en groupe et en conversant. Voire en masse et en dos-sard, comme lors du Marathon de Paris, qui a drainé cinquante-quatre mille participants le 3 avril.

A-t-on seulement le droit de ne pas courir ? « Il y a cinquante ans, c'est quand on courait qu'on était montré du doigt ! Difficile à croire, mais le jogging fut d'abord un acte marginal et militant, et même un combat », rappelle le cinéaste suisse Pierre Morath dans un formidable documentaire, en salles depuis mercredi dernier. *Free to run* retrace une histoire récente et pourtant oubliée. Il y a cinquante ans, la course était réservée à l'enceinte des stades et à des concurrents précis : mâles exclusivement, blancs, âgés de 18 à 30 ans, licenciés dans des clubs et venus réaliser une performance. L'archétype du coureur ? Un compétiteur, endurant, discipliné, tel le Tchèque Emil Zátopek, champion mythique, qui « ne cache pas la violence de son effort qui se lit sur son visage crispé, tétanisé, grimaçant, continuellement tordu par un rictus pénible à voir » (Jean Echenoz, *Courir*).

Pour courir librement, sur le bitume des villes ou les sentiers de campagne, il aura donc fallu attendre les années 60 et quelques rebelles américains, déterminés à briser les carcans des fédérations sportives et de la société. Une poignée de sportifs new-yorkais, qui se retrouvent dans des cross officiels, organisés dans le quartier du Bronx, et qui décident, un beau jour, de fouler le macadam. Compétiteurs donc, mais pas seulement... Ce sont des jeunes gens de leur époque, partageant les valeurs de la génération hippie et épris de liberté. « S'élancer dans les rues du Bronx, et quitter le stade, cet espace clos où on obéit aux règles, où on tourne en rond, c'est échapper aux contrôles et aux champs de vision des fédérations », explique Pierre Morath. C'est défricher le monde, au-delà des huit couloirs de l'anneau de piste, et dire : nous voulons suivre

une autre voie, explorer nos désirs, reconquérir la ville contre les voitures, la subvertir et la ré-humaniser. » Comme le feront, un peu plus tard et dans leur sillage, les rolleurs, les skateurs...

Personne ne comprend les motivations de ces coureurs d'un nouveau genre – qui n'ont pas encore conquis Central Park, alors un coupe-gorge. Ils passent pour des excentriques, ou des fous, tant sortir de la piste est une révolution, et une impudeur. « C'est le corps qui se libère », résume Pierre Morath. On abandonne le maillot du club ; on court torse nu – certains se font même arrêter pour ça. Le sport décuple les sensations. La bière et la douche ne sont jamais aussi bonnes qu'après avoir couru, déclare dans le film Noël Tamini, fondateur de *Spiridon*, revue suisse légendaire pour tous les coureurs sur route (née en 1972, elle disparut en 1989) et qui joua un rôle considérable en Europe dans la transmission des sensations, de la libération corporelle, proposant une philosophie sportive, démocratique et proche de la nature. « J'ai fait mon footing au milieu des algues et des coraux [Gaby, oh ! Gaby] », chantera Bashung en 1979... Courir, c'est ressentir cette explosion du corps qui respire, transpire, vit. « J'aime beaucoup ce vers du poète Walt Whitman, qui a inspiré la Beat generation, dit Pierre Morath : "La senteur de mes aisselles m'est arôme plus exquis que la prière." Il a beau avoir été écrit hors de tout contexte sportif, on y retrouve bien le lien entre la contre-culture et ce que peut être la course. »

La course à pied, miroir de son époque, fascine le cinéaste (lui-même ex-athlète, entraîneur et historien du sport), convaincu que le sport porte en lui toutes les articulations de la société. Les bouleversements de la société industrielle de la fin des Trente Glorieuses, par exemple, où on prend la voiture, on cesse de bouger, on grossit, et où courir semble une évidence pour contrer les effets pervers du métro-

boulot-dodo. C'est aussi l'époque où l'on passe d'une vision du sport comme étendard nationaliste, destiné à fabriquer des vainqueurs représentant leur pays, à la figure du « non champion », « ces hommes et femmes "moyens" qui se lancent dans d'interminables distances kilométriques », analyse la sociologue Martine Segalen, une des premières à décortiquer ce engouement contemporain. « Inter-âge, interclasse, la course autorise les lourds, les lents, les plus-si-jeunes, les délégués à dire ce qu'ils sont. »

Rappeler la naissance du « jogging » autrement dit la course « démocratisée », c'est une autre façon de se pencher sur la saga de Mai 68 et du Flower Power, de suivre les élans et oscillations de la société et de la contre-culture. « Comme avec Woodstock, le LSD et l'amour libre », explique Pierre Morath, le jogging a été une découverte de nouveaux territoires : physiques – c'est l'époque où on court aussi en pleine nature, alors que naît l'écologie politique – mais aussi intimes et spirituels. La course à pied, avec sa production d'endorphines [ces fameux neurotransmetteurs qui font « planer » ont un effet antidépresseur et entretiennent le besoin de courir, NDLR], était pour ces pionniers qui l'avaient découverte pour eux-mêmes, avant la confirmation des scientifiques, une forme d'exploration mystique. »

Si le droit de courir fut une conquête pour les hommes « ordinaires », que dire alors des femmes, interdites de marathon jusqu'en... 1984 ! L'histoire du jogging se lit aussi comme celle d'un combat politique et d'un outil d'émancipation. « Jusqu'à la fin des années 60, les femmes n'ont pas le droit de courir plus de 800 mètres ; jusqu'en 1972, pas plus de 1500 mètres », rappelle Pierre Morath. Mais les hommes, eux, couraient 5 000, 10 000 et le marathon depuis le début des jeux Olympiques, en 1896. » Le cinéaste a déniché des archives édifiantes, telle cette interview d'un

À VOIR

Free to run,

de Pierre Morath, en salles.

À LIRE

Les Enfants d'Achille

et de Nike, de Martine Segalen, éd. Métailié.

Born to run

(Né pour courir),

de Christopher McDougall, éd. Guérin.

Autoportrait

de l'auteur en

coureur de fond,

de Haruki Murakami, éd. 10/18.

médecin expliquant qu'une femme qui fait du sport, « *ce n'est pas beau* ». Toutes témoignent d'une époque où, entre société conservatrice et médecine des sports encore balbutiante, circulent bien des fantasmes : courir présenterait un risque de décrochage de l'utérus, ferait pousser les poils et transformerait les femmes en hommes ou, pis encore, en lesbiennes...

Pour que les choses changent, il faudra notamment une autre rebelle, Kathrine Switzer. En 1967, cette jeune Américaine s'inscrit au marathon de Boston, en signant de ses initiales : « K.V. Switzer, Syracuse. » Quelques kilomètres après le départ, l'organisateur de la course s'aperçoit de sa présence (horreur ! une femme !) et tente de l'éjecter par la force. Défendue par son compagnon, Kathy Switzer poursuit sa route, et décide de consacrer sa vie à ce combat. « *Sans son lobbying, on aurait peut-être attendu vingt ans encore pour avoir un marathon féminin aux JO*, dit Pierre Morath. *Depuis, les médecins ont découvert que les femmes ont un métabolisme d'oxydation des graisses plus performant que celui des hommes, qu'elles sont plus endurantes. Et on voit se multiplier les courses majoritairement féminines, comme le dernier semi-marathon de New York, avec 55% de concurrentes.* »

Depuis, les baskets ont colonisé les pieds des filles, sportives ou non, aux côtés de « *ces talons aiguilles inventés par des machos pour tuer le corps des femmes* », sourit Martine Segalen, qui fit partie des premières coureuses « ordinaires », en France. « *Nous ne nous savions pas pionnières, nous appartenions à la génération des femmes libérées, c'était juste une évidence.* » Quarante ans après, le geste, simple et peu coûteux, reste libérateur. « *La course garde même son pouvoir subversif, à voir le marathon de Beyrouth et ces femmes en short qui traversent tous les quartiers de la ville.* » Et peut-être aussi une trace d'enfance, cette essence du « *petit enfant désobéissant qui aura plaisir à courir dans la boue, parce que c'est interdit, et à cracher, se moucher dans ses doigts...* ». Voire un esprit « original », puisque, selon le paléanthropologue Daniel Lieberman et le biologiste Dennis Bramble, l'homme ne se serait pas levé pour marcher, mais pour courir après ses proies ! Maîtrisant mieux que tout autre l'art de la course d'endurance (d'où l'invention

de la « *chasse par épuisement* »), ce mauvais sprinter devient redoutable sur de longues distances...

Reste que courir pendant les seventies, années héroïques de l'épopée, n'a pas tout à fait le même sens qu'en 1980, en pleine folie du jogging et du footing, ou qu'aujourd'hui, à l'heure du running, du toujours plus vite et des performances chronométrées, insiste Martine Segalen, « *tant se sont banalisés la vision du coureur dans les rues et les bois et le spectacle des marathons urbains géants* ». On pourrait résumer cette transformation si parlante par la saga américaine d'une petite entreprise de Portland, créée par un certain Bill Bowerman. Cet entraîneur d'athlétisme (on lui doit le « jogging », entraînement sur longue distance découvert lors d'un voyage en Nouvelle-Zélande, et tire de son best-seller, paru en 1966) est un expérimentateur passionné. Pour améliorer les performances des chaussures de ses athlètes, il emprunte le gaufrier de sa femme, y fait

fondre du plastique, crée une semelle (la Waffle) et une entreprise. Son nom ? Nike – Niké, déesse grecque de la Victoire –, incarnation de l'esprit pur et militant des origines, immortalisé par Steve Prefontaine, coureur charismatique aux cheveux longs, mort à 24 ans dans un accident de voiture. On connaît la suite : la marque à la virgule muée en multinationale et « *monstre-miroir* », dit Pierre Morath, avec ses quarante-cinq mille employés, des stratégies impitoyables de marketing et de communication, et des conditions de travail chez ses sous-traitants maintes fois dénoncées. Reste la statue qui trône dans le hall d'entrée de Nike, à Portland : ni Michael Jordan, ni Tiger Woods, ni Lance Armstrong, mais... Steve Prefontaine, le pur et dur, le James Dean de la course à pied. L'esprit des origines n'est – peut-être – pas tout à fait mort. La course continue...

– **Weronika Zarachowicz**

Illustrations **Kim Roselier**
pour Télérama

Steve Prefontaine, incarnation de l'esprit pur et dur des origines, mort à 24 ans, en 1975.



**Dans les années 1960,
sortir de la piste
est une révolution,
et une impudeur.**