

Chaque premier dimanche de novembre, le pont Verrazano-Narrows, à New York, se couvre de dizaines de milliers de coureurs pour le célèbre marathon.

Lucas Jackson / Reuters



La course, un rituel homérique

Grand écran Dans un documentaire qui sort le 24 février, le Genevois Pierre Morath raconte comment une activité qui, il y a cinquante ans, ne faisait suer qu'une poignée d'originaux est devenue ultrapopulaire.

Geneviève Comby
genevieve.comby@lematin dimanche.ch

Presque 15 000. C'est le nombre de participants au dernier marathon de Lausanne. En 1993, lors de la première édition, ils étaient à peine 1472 sur la ligne de départ... L'engouement pour la course à pied a quelque chose de dingue et de mystérieux à la fois. Ce culte des masses a inspiré au Genevois Pierre Morath un documentaire passionnant qui retrace les circonstances dans lesquelles cette frénésie s'enracine et la manière dont les motivations des adeptes ont changé au gré de l'évolution de la société. Instructif, nuancé, «Free to Run» embrasse un demi-siècle d'histoire de shorts et de baskets, des pionniers libertaires des années 60 à l'emballage teinté de consumérisme d'aujourd'hui.

Pierre Morath, on a l'impression, aujourd'hui, que tout le monde fait de la course à pied. Mais dans les années 60, la situation était très différente, non?

Oui. Jusqu'au début des années 70, les choses étaient d'une certaine manière inversées. Pour le dire en plaisantant, il y a quarante ans, on était montré du doigt dans la rue quand on courait, alors qu'aujourd'hui on est montré du doigt si on ne court pas.

Ces gens qui couraient dans les parcs et au bord des routes étaient perçus comme des extraterrestres?

A l'époque, le sport était synonyme de compétition, de champions. Le sportif était forcément un mâle, talentueux, âgé de 18 à 30 ans. Du coup, ceux qui ont découvert que courir pour soi pouvait être une chose magnifique vont être, en effet, considérés comme des extraterrestres. Pour le film, nous avons interviewé des Américains, des Européens, et tous ces pionniers racontent un peu la même histoire: ils se cachaient parce qu'ils avaient honte, mais aussi, et surtout, parce qu'ils étaient pris pour cibles par les voitures et les camions!

Qui étaient ces pionniers?

La plupart étaient des ex-champions qui ne voyaient pas pourquoi ils arrêteraient de pratiquer cette discipline qui leur procurait tant de plaisir. Les autres étaient des origi-

naux qui avaient découvert la course à pied et aimaient ça.

A New York, ils ont contribué à la décriminalisation de Central Park!

C'est une réalité, en effet. Dans les années 60, et surtout 70, Central Park était un poumon vert au milieu de la ville, certes, mais c'était aussi un coupe-gorge. Les organisateurs du marathon de New York ont investi l'endroit et, même si durant les premières années il n'y avait qu'une poignée de participants, cela a contribué à amener d'autres coureurs dans le parc. Au milieu des années 70, le mouvement est lancé. En 1976, un film va donner une dimension supplémentaire à la course dans Central Park, c'est «Marathon Man», avec Dustin Hoffman, qui fut un immense succès. Tout cela a fini par faire bouger les politiques.

Quelles valeurs véhicule alors ce sport?



Dustin Hoffman dans «Marathon Man», en 1976. Photo12.com - Collection Cinema

Le début des années 70, c'était la période où on faisait «son truc», comme le dit un des protagonistes du film. Son «truc», ça pouvait être aller à Woodstock pour écouter de la musique et prendre de la drogue, entrer dans une communauté ou découvrir de nouvelles choses sur le plan sexuel. Ça pouvait être courir et explorer les capacités de son corps, expérimenter ces zones de production d'endorphines, qui nous font aussi un peu aller dans des états de transe. La course incarnait un peu cela, un corps qui sue, donc qui vit, qui exulte, qui s'exprime, qui se dégage d'une forme de carcan. On a ensuite basculé, au carrefour des années 70 et 80, vers une prise de conscience des bienfaits de la course pour la santé.

A quel moment se produit vraiment le boom qui transforme la course à pied en phénomène de masse?

Il y a eu plusieurs booms. Un premier dans la deuxième partie des années 70. A ce moment-là, beaucoup ont pensé qu'il s'agissait d'un phénomène de mode et, effectivement, l'engouement a été suivi de petits ralentissements. Le deuxième «*running boom*» a eu lieu entre la deuxième partie des années 80 et le début des années 90. Le troisième est en cours. Le succès de la course à pied monte en flèche depuis six ou sept ans.

Comment l'expliquez-vous?

Personnellement, je pense que c'est le sport idéal pour notre société de malades. Je vois plusieurs éléments d'explication. Le premier vient du fait que la course à pied est accessible, simple, souple. Elle nécessite très peu d'équipement, vous pouvez courir n'importe quand et n'importe où. C'est aussi un sport qui, de par sa nature et ses bienfaits, répond