

## A Addis-Abeba, dans la foulée de Tadesse Abraham 3/5

## L'esprit de corps au cœur d'Entoto

De nos envoyés spéciaux

Pascal Bornand  
Georges Cabrera Photo

C'est un entraînement libre dont le lieu est laissé à l'inspiration des coureurs et sûrement pas au hasard. Ils se rendent à Entoto comme on monte au paradis. Autant par habitude que par atavisme. Sur cette prairie ondoyante, posée au-dessus d'Addis-Abeba, règne un esprit que même le néophyte perçoit au premier pas. C'est l'esprit de la course. Il est encore plus saisissable quand on se glisse dans les sous-bois et leur lumière tamisée. Le sol moussu, veiné de racines, semble vous transmettre sa force végétale.

Depuis quand Entoto est-il le berceau des coureurs éthiopiens? «Depuis la nuit des temps», répond Tolsa Kotu en souriant. Le vieux coach, 4e du 10 000 mètres aux Jeux olympiques de Moscou en 1980, en est un peu l'un des gardiens. Il a entraîné ici Haile Gebrselassie et Kenenisa Bekele. Le double recordman du monde du 5000 et du 10 000 mètres a construit non loin de là un complexe sportif et une piste d'athlétisme qu'il loue. Ici aussi, le commerce s'installe sur les marches du temple!

«J'ai trouvé ici un cadre sportif et humain idéal. Le groupe de Gemdu est fort, il me pousse vers le haut»

Tadesse Abraham

Pour monter à Entoto, à plus de 3000 mètres d'altitude, il faut se lever tôt et avoir le cœur bien accroché. On passe devant l'immeuble où Gebre gère ses affaires, puis on longe l'université et le blockhaus de l'ambassade américaine. De là, la route torturée se hisse comme un chemin de croix. C'est l'effervescence, la vie qui grouille, la misère qui sourd, une litanie de bicoques faites de brique et de broc. Plus loin, on croise des femmes pliées sous leur fardeau, d'immenses gerbes de branches pour nourrir le feu. Plus haut encore, sur un terre-plein que domine l'église Raguel et son architecture octogonale, d'autres font la queue en attendant l'ouverture du réservoir d'eau. «Ici, la vie est dure», résume «Tade». La route s'est transformée en piste. Soudain, un mendiant surgit de nulle part.



Bienvenue à Entoto, son éden de verdure parfumé à l'eucalyptus, là où les champions éthiopiens préparent leurs conquêtes sur le bitume des marathons.

Bienvenue à Entoto, son éden de verdure parfumé à l'eucalyptus, son usine à globules rouges et son mythe prolifique! Pour tirer profit des bienfaits de l'altitude, de son air sevré d'oxygène, Tadesse Abraham aurait pu établir son camp de base à... St-Moritz. Moins loin certes des Pâquis, mais plus cher! Mais s'il est là, à dialoguer en amharique et coudes au corps avec Asefa, Lemi, Shumi et les autres - des champions qui valent moins de 2 h 05 au marathon - c'est pour une raison plus essentielle encore à ses yeux. Pour les vertus de l'entraînement en groupe.

## Energie et solidarité

«Il n'y a pas meilleure émulation. Seul, je ne pourrais pas supporter de telles cadenc-

ces de course, une telle charge de travail. Ensemble, on s'entraide, on se stimule, on se défie, on se prépare à la bagarre», explique-t-il. Reflet de la culture tribale, ce travail en commun, en commando même, trouve sa plus belle expression à l'heure du dégrassement, quand les coureurs fourbus ressortent du bois après 21 km d'efforts et composent une étonnante chorégraphie martiale. Ils sont comme des guerriers modernes habillés en Adidas.

On entend leurs pieds qui frappent le sol, leurs souffles à l'unisson. Cette gymnastique synchronisée rend aux corps leur souplesse et leur équilibre. De l'énergie et de la solidarité émane de ce cercle vertueux que traversent trois ânes lourdement chargés. Tirfi Tsegaye Beyene glousse

en étirant ses jambes. Elle a gagné en janvier le marathon de Dubai en 2 h 19'41.

Tadesse Abraham a intégré le groupe de Gemdu Dedafa en janvier dernier; deux mois plus tard, il battait le record de Suisse de Viktor Röthlin en 2 h 06'40. «Il m'a accueilli les bras ouverts, sans autre condition que de me plier à ses règles, à la rigueur de son programme», dit-il avec une infinie reconnaissance.

## «Une bonne personne»

Ancien maître d'école, le coach éthiopien loue les qualités de sa nouvelle recrue, son «invité»: «C'est une bonne personne, qui ne rechigne pas à travailler dur, qui ne tire pas la couverture à soi. Il peut viser désormais 2 h 05.» Sur son bureau, une feuille

A4 détaille sobrement le pedigree de ses coureurs. On y dénombre dix-sept marathoniens sous les 2 h 10 et quatorze marathoniens sous les 2 h 25! Cinq d'entre eux iront à Rio.

Sur le pâturage d'Entoto, de franches accolades et quelques carrés de chocolat suisse distribués par «Tade», l'ami de tous, ont scellé la fin de la séance.

Retour à Addis-Abeba. Le réservoir d'eau est toujours fermé. Au pied de la colline, c'est toujours la même désolation. Une cour des miracles cernée de tôle ondulée et de pauvres étals. Un Mickey difforme se gondole sur une palissade. Un jeune garçon en guenilles tend la main. Pour échapper à cette misère, il faut courir vite. Très vite...

## Les suggestions de l'été par Marc Moulin \*

## La terrasse

**Livresse** C'est à deux pas de la plaine de Plainpalais et c'est une adresse aussi désaltérante qu'alphabetisée. Livresse est en effet à la fois un café et une librairie - d'où le jeu de mots évocateur d'un éthyliisme littéraire. Le lieu cultive paisiblement ses couleurs LGBT. En clair, si chacun est bienvenu, les homophobes feraient mieux d'aller boire un verre ailleurs. La terrasse s'étale sur dix tables réparties inégalement de part et d'autre de la rue Vignier, semi-piétonne. L'orientation (géographique, pas sexuelle) de cette artère fait qu'on peut encore y prendre le soleil à l'heure de l'apéro en été. C'est fermé le dimanche.



**Plaine de Plainpalais** Par sa taille, son attractivité et sa pluralité de fonctions, c'est le véritable cœur de Genève. Ce fut une île dans le delta de l'Arve, qui, une fois la rivière repoussée lors d'assainissements successifs, laissa place à un terrain commun. Et c'en est toujours un, à notre façon moderne. GEORGES CABRERA

## L'activité

Si on faisait un tour aux puces?

Etes-vous déjà allé au marché aux puces en quête d'un objet précis? Moi non. Et c'est sans doute ainsi que la dépression nerveuse m'a jusqu'ici épargné. Mais j'aime y tourner en rond, cherchant tout et rien. On y croise toujours du monde, qui se livre en général à la même déambulation erratique, si bien qu'on peut se décider pour un café. Et aussi parce que le truc improbable est souvent à portée de main sur les étals. Un jeu? Trouver le bidule le plus moche du marché. En bonne compagnie, c'est très marrant et ça peut aboutir à une vraie trouvaille. A faire le mercredi et le samedi.

\*Journaliste au sein de la rubrique locale, 46 ans, habitant de la Jonction.