



©Luc Melanson

MENTAL

Adjectif et nom masculin

1. Qui se fait dans l'esprit seulement, sans expression orale ou écrite. Calcul mental.
 2. Qui a rapport aux fonctions intellectuelles, au psychisme. Les processus mentaux. Maladie mentale. → psychique. Familier : Elle a cinq ans d'âge mental ! : elle est infantile.
 3. Nom masculin : Le mental ; disposition psychique. → moral.
- Source : Dico en ligne Le Robert
[mâtal]
« Le mental intuitif est un don sacré et le mental rationnel est un serviteur fidèle. » Albert Einstein - Mathématicien, Physicien, Scientifique (1879 - 1955)

BERNARD CHAMBAZ

Bernard Chambaz est un romancier, historien et poète français né en 1949 à Boulogne-Billancourt. Il se consacre à l'écriture après son agrégation d'histoire et obtient de nombreux prix : le Prix Goncourt du premier roman en 1993 pour *L'Arbre de vies*, le Prix Apollinaire en 2005 pour *Été*, le Grand prix de littérature sportive en 2014 pour *Dernières nouvelles du martin-pêcheur...* Il publie en 2022 un nouveau roman *La peau du dos*. En 2003, il se consacre au cyclisme en effectuant un Tour de France pour les cent ans de l'épreuve et s'attaque ensuite au Giro Italien en 2006 et au Tour d'Espagne en 2008.



Dis-moi dix mots sur le podium

L'UNE ET L'AUTRE

Bernard Chambaz



Ce sont mes jambes.

Elles sont le meilleur de moi-même. D'un certain point de vue, c'est triste à dire, parce que ça laisse entendre que le reste est sensiblement moins bien.

Et pourtant, quand je les regarde aujourd'hui, mes jambes, elles ne paient pas de mine. J'ai des grosses cuisses que je dois au ballon et aux tubes de lait concentré d'antan et, avec l'âge, la peau fait des plis de plus en plus fripés. Toutefois, ce sont elles qui me portent, elles sur qui je peux compter pour me porter, jusqu'à quand ? L'autre jour, j'ai couru vers l'autobus pour l'attraper, alors qu'il était sur le point de repartir. Le chauffeur m'a dit : Vous avez de beaux restes ! Malgré le jugement sans appel sur mon apparence, je l'ai pris pour un compliment. Mais la douche froide n'a pas tardé. Une jeune femme s'est levée de son siège pour me céder sa place. Je l'ai remerciée et, l'air de rien, j'ai refusé. Je ne me fais aucune illusion sur ce qu'elle a pu penser. Le seul avantage, c'est que ce coup de semonce m'a poussé à me redresser pour donner le change.

C'est vrai que je les aime bien mes jambes, malgré tout, et que je leur dois beaucoup. Elles sont légèrement arquées et, si je suis de bonne humeur, je peux toujours me comparer à un cow-boy.

Je sais, la comparaison ne fait pas rêver grand monde, mais on se contente parfois de ce qu'on a. À une époque, elles me permettaient même de courir assez vite. C'était jadis. Les jours de mansuétude, on peut croire que c'était naguère. De toute façon, elles ne sont jamais allées très vite. Mais elles m'ont soutenu pour des matchs de coupe avec prolongations, pour des matchs en cinq manches, pour cinq mille mètres de dénivelé à vélo, pour des marathons, pour des kilomètres et des kilomètres de balade à pied au cœur et dans les marges des métropoles sur tous les continents.

À l'occasion, je regarde les jambes des champions. Les jambes d'Usain Bolt, qui ont beaucoup fait parler d'elles, notamment parce qu'elles allaient si vite. Les jambes de Michaël Jordan qui sont très longues, les jambes de N'Golo Kanté qui sont beaucoup plus petites, les jambes de Julian Alaphilippe qui ne ressemblent à rien, les jambes de mes copains du vélo qui ressemblent aux jambes d'Alaphilippe, les jambes de Marie-José Perec qui auraient enchanté le cinéaste François Truffaut.

Les convenances voudraient que nous nous inscrivions au marathon « pour tous » des jeux olympiques de Paris, qui devrait accueillir autant de jambes

de femmes que de jambes d'hommes et qui fera demi-tour devant le château de Versailles, c'est ainsi. Franchement, avec ou sans feu d'artifice, je préférerais découvrir le marathon d'Honolulu. Ce n'est pas pour les vues qu'il procure sur les lagons d'un côté et sur les cratères des volcans de l'autre côté, ce n'est pas non plus pour le collier de fleurs ni le maillot de *finisseur*, ce serait pour honorer la mémoire de mon vieux camarade Jack London, assis sur la balancelle de sa veranda, les pieds en éventail, juste vêtu d'une jupe de raphia, adressant à ses filles des lettres éblouissantes de légèreté.

Parmi les synonymes, j'éprouve une tendresse particulière pour les crayons et les bégonias. Cela dit, les jambes ne seraient rien sans les pieds qui tiennent l'ensemble. On a beau dire, ils nous offrent la joie d'aller à sauts et à gambades. « Mon esprit ne va, si les jambes ne l'agitent » : Montaigne, un cow-boy aguerri, résume à la perfection le sujet. Il y a dans ce constat quelque chose de réjouissant qui sera repris par Prévert dans sa maison qui n'était pas sa maison, « avec des piments rouges accrochés aux murs blancs », alors, oui, rien que pour ces piments rouges accrochés aux murs blancs on est prêt à courir « à toutes jambes » comme les héros depuis l'Iliade et à vérifier par soi-même que « c'est très intelligent les pieds ». Tout ceci est bien joli. Mais celui qui

a couru, pour de vrai, assez longtemps, sait que les pieds et les jambes ne suffisent pas, le cœur non plus, sans ce qui nous donne le ressort d'aller toujours plus loin, une incroyable force mentale.

