

Juin-juillet 2011

Nathalie Lamoureux

**Courir de plaisir**



**Course à pied, ultrafond, trail...**  
Les coulisses d'un véritable phénomène de société

## Courir de plaisir

**C**ourir de plaisir est un grand livre. Il deviendra aux coureurs de longue distance, ou "ultra-trailers", ce que fut *Sur la route* de Jack Kerouac à la Beat generation: un ouvrage culte qui, à travers un récit autobiographique, permet d'expliquer un phénomène de société. J'exagère? Dès la page 37, l'auteure explique que «pour [elle], l'ultrafond est un beau pied de nez à l'apathie ambiante des peuples sédentaires, une forme de résistance à être "cul de plomb, le vrai péché contre l'esprit" en citant Nietzsche.» Journaliste au magazine *le Point*, Nathalie Lamoureux est passée par le moule de la fac de philo, ce qui explique sa capacité à trouver des relations entre ses motivations profondes à s'adonner à la course à pied et Gilles Deleuze, tout en décryptant et en rendant sympathique le milieu des coureurs de longue distance. Avec une certaine franchise, elle écrit qu'un «lien naturel unit le fêtard de l'extrême à l'ultramarathonien. L'ultrafond n'est pas qu'un sport, c'est aussi une fête et donc un excès». Son récit sert de toile de fond pour raconter la conquête de son Graal: boucler enfin l'ultra-trail du Mont-Blanc, 166 km et 9 500 mètres de dénivelé positif à réaliser en moins de 46 heures. Une forme... de défonce.

Ph. B.

**Nathalie Lamoureux.** Éd. Guérin, 278 p., 14 €.