

Ma course à moi

— Plus vite! Plus vite!

Monsieur Timothé, mon prof de course, est très exigeant. Il m'en demande toujours plus. Sur le coup, je trouve ça énervant, mais avec mes années d'entraînement avec lui, je sais que c'est pour m'encourager et m'aider à performer. Il me félicite rarement. Selon lui, je peux toujours faire mieux. Je trouve ça difficile.

La sueur perle sur mon front. Mes jambes vont bientôt lâcher. Il me reste un tour! GO! GO! GO! Sous le regard sévère de mon professeur, je cours les vingt mètres qu'il me reste. Et... première place!

J'attrape ma bouteille d'eau et je marche très lentement pour rejoindre ma meilleure amie sur le banc.

— Wouah! Tu es la meilleure!

— Ben... je cours... c'est tout...

— Heille! Delphine Simard, arrête de le nier, tu es née pour courir!

— Merci...

Le rouge me monte aux joues. Je sais que Marie-Anny me complimente parce que dans deux semaines, j'ai une compétition de course, qui bien entendu me stresse énormément. Il faudra courir douze kilomètres. Pour la remercier de ses compliments, je lui fais le plus charmant des sourires. Je me lève, prends ma serviette et essuie mon front tout en réfléchissant à la suite.

— Pourquoi je me suis inscrite?

— Parce que tu l'as fait.

La voix bourrue et rauque de mon enseignant me prouve que j'ai réfléchi à voix haute... Oups! J'évite d'entrer dans le sujet, de toute façon mon entraînement avec monsieur Timothé est terminé et je n'ai plus la tête à ça. Je me tourne vers Marie-Anny :

— À ce soir, Marie! Et oublie pas les *chips*!

Ce soir, on fait un *party pyjama*. Ça va me permettre de décompresser un peu et de penser à autre chose qu'à la course. On va s'amuser!

— Pis là, ma mère m'a dit, et je cite : « Tu vas le regretter! Si tu ne t'inscris pas, tu vas le regretter... » Mais moi...

Un craquement provenant de l'intérieur de ma propre bouche m'interrompt. Je touche ma canine en haut à droite, elle fait très mal.

— ARGHHH! Elle branle! Je n'avais pas besoin de ça, pourquoi moi, pourquoi maintenant! Quand je vais le dire à ma mère, elle ne va plus jamais vouloir que je mange de M&M's de ma vie! Pire encore, quand je vais le dire à Simone! Elle va dire qu'au moins, la fée des dents...

— OK, on se calme, c'est juste une dent qui branle, me dit Marie-Anny.

J'ai tendance à laisser l'anxiété prendre le dessus sur mes pensées. Je n'ai pas de contrôle, c'est plus fort que moi. Une chance que ma meilleure amie me comprend et arrive à me calmer.

— Tu as raison... Excuse-moi. C'est que depuis deux jours, je suis à fleur de peau. Je ne veux pas avoir l'air *drama queen*, mais c'est à cause de la course. Ça me stresse tellement.

Je me prends la tête à deux mains. J'ai tellement peur! En plus, il n'y a pas juste des filles, c'est une course mixte, je vais donc compétitionner contre des gars! Il va y avoir 40 concurrents en tout!

— OK, on passe à autre chose, que je propose. Comme d'hab?

— Comme d'hab!

Je pars la chanson *I'm Just a Kid*, de Simple Plan. C'est notre chanson préférée. On met le son au max et on l'écoute en boucle! On saute sur mon lit, sachets de M&M's à la main. POUF! On lance nos bonbons en l'air, une pluie de bonbons envahit mon lit! C'est le moment que ma mère choisit pour rentrer dans ma chambre. Évidemment mécontente!

— DELPHINE SIMARD! Les bonbons, c'est pour manger, pas pour décorer ton lit! Voyons!

— Désolée, maman...

Je regarde mon amie avec de gros yeux, qui, au son de la musique, fait la Macarena! Elle a tendance à le faire en surdose de bonbons. Trop de M&M's.

Je dépose mon sac sur le banc destiné aux coureurs. Aujourd'hui, mon prof m'amène sur la piste de course pratiquer avec les autres concurrents. Nous sommes à quelques jours de la grande course. Je commence à m'échauffer, tout en réfléchissant. Il y a un garçon qui attire

mon attention. Il est tellement grand, et musclé, jamais je ne pourrai être de taille contre lui. Une petite fille rousse me regarde.

— Pis toi, ton nom? me demande-t-elle.

— Ah! Euh... Simard. Delphine Simard.

— Cool! C'est juste pour dire que ça va commencer, James Bond! me dit-elle en me faisant un clin d'œil.

Sa petite blague me fait sourire, j'aime les gens qui ont le même sens de l'humour que moi. Mais n'empêche qu'à ces mots, mon niveau de stress augmente en flèche. Nous sommes tous en place sur notre ligne de départ, la tension monte, mon cœur bat à toute vitesse.

3, 2, 1, GO! Mes jambes décollent machinalement à toute vitesse. Tous les commentaires de monsieur Timothé se bousculent dans ma tête. Je dois rester en tête, gérer mes respirations et me garder de l'énergie pour le sprint final. Je suis dans ma zone, je cours, je me sens à ma place. Soudain, je le vois. Le grand garçon musclé de tantôt. Il me dépasse en me faisant un de ces regards... Puis il m'accroche au passage. Je tombe.

— Tu es poche. Tu n'as pas ta place ici, me lance-t-il en poursuivant la course.

Je suis au sol, j'ai mal au genou, mais surtout à l'orgueil. Les larmes me montent aux yeux. Mais je vois mon coach. Il me fait signe de me relever, ce que je fais. L'arbitre a tout vu et retire le garçon de la course. Ça me donne une petite poussée d'énergie pour terminer ma course.

Évidemment, j'ai terminé parmi les dernières, mais mon coach m'assure qu'avant l'incident, j'avais un rythme de course impeccable.

— Bravo Delphine, tu vas toujours m'impressionner. Sur une piste de course, rien ne peut t'arrêter.

Les paroles de mon coach me touchent beaucoup, il n'est pas du genre à faire des compliments pour rien. En le remerciant, j'aperçois du coin de l'œil le garçon en question. Il a l'air de passer un mauvais moment.

— On ne pousse pas les filles! On ne pousse personne! Qu'est-ce qui t'a pris, Jean-Nicolas! Ark... Ce nom lui va tellement mal!

Encore essoufflée, je prends mes choses et je regagne ma place dans la voiture, où ma famille m'attend.

— Avec ce qui vient de se passer, je ne veux pas faire la course la semaine prochaine, maman...

— Bavo! Bavo! dit ma sœur Simone, de trois ans, quatre mois et deux semaines, en m'applaudissant.

— Ça va bien aller ma grande, tu es ma championne! dit papa.

— On sera là, ma cocotte, pour t'encourager, dit maman.

Le moment que j'aime le plus après mes courses, c'est quand je retrouve ma famille. Leurs encouragements ont toujours été une source d'inspiration et de motivation pour moi. C'est fou ce que de simples mots peuvent faire!

Je m'avance vers la ligne de départ pour affronter la compétition qui m'a tellement stressée dans les dernières semaines. Mes mains sont moites. Mes deux pieds sont bien ancrés sur la ligne de départ. Je suis prête à donner tout ce que j'ai, malgré le trac.

L'arbitre siffle et GO! Je pars en trombe comme toujours, en gardant tout de même de l'énergie de côté pour plus tard. La petite fille rousse me dépasse. Et un autre. Et un autre. Et un... JEAN-NICOLAS! Je ralentis. Je perds ma concentration. Je suis tellement nulle! Je ne vais jamais y arriver! Je n'aurais jamais dû m'inscrire! J'aperçois au loin dans les gradins ma petite sœur dans les bras de ma mère. Elles me font un gros sourire. Soudain, j'entends leur voix dans ma tête :

— Bavo! Bavo!

— Tu es ma championne!

— Tu vas toujours m'impressionner!

Plus les phrases se bousculent, plus j'accélère.

— On sera là, ma cocotte.

— Heille! Delphine Simard! Arrête de le nier, tu es née pour courir!

Ouais, j'arrête de le nier et je fonce! Mes jambes partent en flèche. Je dépasse une petite fille aux cheveux bruns. Et un garçon au corps assez développé. Un bon deux mètres me séparent de la petite fille rousse du départ. Mais oups! Elle trébuche! J'ai donc une avance sur elle. Mais il me reste Jean-Nicolas. Trois mètres me séparent de lui. Je donne tout ce que j'ai. Il me reste trois mètres, deux mètres, un mètre... Et deuxième place! Je n'en reviens pas! Je regarde Jean-Nicolas avec un air défiant, mais surtout fier! Il me regarde, honteux. Le coach s'approche de nous, puis nous distribue nos médailles tout en nous annonçant :

— Maintenant que vous êtes sur le podium, vous pouvez vous inscrire à la course mondiale d'adolescents.

YES! Un nouveau défi!

Peut-être que les mots ne font pas disparaître nos peurs ou nos angoisses, mais ils peuvent nous donner la force de foncer.