

## Je fais du sport et je vais (vous) le faire savoir - 1/2

Article sacastique sur ces pratiquants de sport qui se sentent obligés de propager leur bonne parole à la terre entière.

**Le refrain est bien connu : "Je le fais pour moi, rien à f\*\*\*\*\* de ce que les autres en pensent", sauf qu'en pratique l'exercice d'un sport régulier rehausse votre image auprès de votre entourage, vous ouvre la voie à une certaine respectabilité. Alors, pourquoi se priver de le faire savoir ?**

Cela a débuté malgré moi, au coin d'une rue où je croisais une fille qui ne me laissait pas insensible :

- Hé tu vas bien Steve, quoi de neuf ?
- Tranquille, je reviens de la salle de sport là.
- C'est pas vrai ? Tu t'y es mis ?
- Ouais ouais, séance de deux heures un jour sur deux, je lâche rien.
- Eh ben, t'as du courage, je te félicite. J'aimerais pouvoir en dire autant.

Constater que cette seule information pouvait générer pareil enthousiasme et adoubement m'incita très vite à répandre sa diffusion à plus grande échelle.

La fonte, argument massue

Inutile de forcer le trait, il n'y a rien de plus facile. Les opportunités se présentent d'elles-mêmes. Prenons l'exemple d'une conversation téléphonique, quelque soit le moment de la journée, elle vous offre le luxe de décliner votre acte héroïque sous toutes ses formes : soit vous allez devoir abréger, car vous devez vous rendre à la salle de sport, soit vous venez d'en revenir et pouvez débriefer en toute quiétude, soit vous avez une anecdote sur la séance de la veille qui vous a laissé HS. Aussi grosses que soient les ficelles, les réactions restent unanimes.

Quel naïf j'étais jusqu'alors ! Du genre à répondre un simple "ça va" à quelqu'un me demandant comment j'allais...

Fini ce temps-là, je suis désormais équipé de mon argument/massue et je vais l'asséner à grande fréquence. Bon, je ne maîtrise pas encore toutes les subtilités de la chose, il m'arrive ainsi de commettre des erreurs d'amateur telle celle de laisser mon portable au vestiaire pendant la séance. Que de regrets ensuite pour peu que l'on constate des appels en absence, autant d'occasions perdues de se vanter devant des témoins tout disposés à entendre le récit de vos accélérations à l'elliptique ou vos contorsions sur la planche d'abdos.

Pour réparer ce type d'impairs, je compense aussitôt en informant ma conseillère Pôle Emploi de la raison m'ayant conduit à manquer notre correspondance. Elle devient alors très compréhensive et en quelques secondes je passe à ses yeux du statut de glandeur à celui d'homme sur occupé.

Des imbrications insoupçonnables

## Je fais du sport et je vais (vous) le faire savoir - 2/2

Ce genre de petites victoires s'additionnent au fil de ma prise de masse, devenue prise de confiance. J'ai choisi de le faire savoir et je ne m'en (s) porte que mieux.

Les contextes changent, mais ma réponse reste la même. On s'étonne de la longévité et l'entrain avec lesquels j'occupe la piste de danse ? Ne cherchez pas, si j'ai amélioré mon endurance, c'est grâce au sport.

Ma descente de bière toujours intacte présente le risque que je prenne du ventre ? Allons bon, double ration de cardio demain et on élimine tout ça.

On me reproche de hâter le pas pendant une ballade citadine ? Excusez-moi, je ne m'en rends pas compte, c'est le sport qui m'a donné ce rythme. C'est la réponse à tout, sans dec'.

Afin de convaincre les derniers sceptiques, je rappellerai les coups d'éclat en la matière de nos deux derniers présidents de la République : l'un était capable de convertir le moindre de ses joggings en brève AFP quand l'autre a dû en partie son regain de crédibilité à une reprise en main de sa bedaine. Un régime alimentaire a-t-on dit alors. Vraiment rien d'autre ?

Cela ne m'étonnerait pas qu'il y ait quelques séances de chaise romaine là-dessous...