

Ça y est, je l'ai fait, comme le dit Dora l'exploratrice, « I did it », mon premier marathon, mes 42km 195m gagné à la force des pieds pour l'association [autour des williams](#).

Samedi soir, la pression est montée doucement, j'ai commencé à avoir des douleurs un peu partout, de purs produits de mon imagination. En termes médicaux je somatisais. Heureusement j'ai reçu un appel de mon papa qui depuis la Guadeloupe a trouvé les mots pour m'encourager. Plus tard je me suis rendu avec Laurent Krief à la pasta party organisé par Laurent Chouraqui fondateur de [Human Inside](#). Au menu des pâtes en entré, des pâtes au plat principal et des pâtes en dessert. Toujours des pâtes rien que des pâtes, je n'en peux plus des pâtes.

Tout en mangeant nos kilogrammes de pâtes, nous avons revu l'émission [100% mag de M6](#) qui parlait de l'association autour des williams. De retour à la maison, j'ai fait ma check liste pour voir si je n'avais rien oublié.

- • t-shirt autour des williams => ok
- • chaussures spira => ok
- • puce sur les chaussures => ok
- • petit short léger => ok
- • me couper les ongles => nok je le ferai plus tard
- • grosses chaussettes rouges => ok
- • 2 tickets de métro => ok

Vers 22h je me suis couché pour un sommeil un peu agité et un réveil aux aurores à 6h30.

6h30 le réveil sonne, c'est le grand jour, 7h je sors du lit, je m'habille en vitesse, mange une banane (déconseillé) et oublie de me couper les ongles, pas bien. Je file à notre point de rendez-vous au 27 avenue de Friedland, j'ai les doigts gelés par la fraîcheur matinale et j'arrive pile à l'heure pour échanger avec les autres coureurs de l'association autour des williams.

Les journalistes de BFMTV qui sont venus nous interviewer sont aussi présents pile à l'heure, [Christophe Thibierge](#) expose avec art et manière, sous l'œil de la caméra et de la France qui regarde [BFMTV](#), la raison qui nous pousse à courir le marathon de Paris. Au tour de France 3, on donne les raisons qui nous poussent à courir, pour ceux qui ont raté le journal de France 3 ce dimanche, la vidéo est sur le site du journal de [France 3 édition du 11 avril](#) à la douzième minute. Pas le temps de dire au revoir aux journalistes, c'est déjà l'heure de se mettre dans les sas de départ.

« Pang », j'entends le coup d'envoi de la 34ème édition du marathon de Paris. Laurent K. à mes coté je m'élanche dans une foulée légère. Je descends les Champs Élysées, j'arrive à niveau de Saint-Antoine, j'ai toujours les doigts frigorifiés et bleus et je suis content de voir notre nounou et ses filles qui sont venues m'encourager. Boosté par la chaleur humaine de cette rencontre je repars de plus belle. En chemin je croise Marion qui court aussi pour l'association Autour des Williams, on discute, on papote, tout va bien, Laurent K. a une pêche incroyable.

Sur les hauteurs de Vincennes, mes pieds me font comprendre doucement que j'aurai mieux fait de me couper les ongles et mes gros orteils m'envoient les signaux des ampoules qui arrivent. Je balaie d'un revers de l'esprit ces signaux faibles et continue ma foulée. On arrive avec Laurent K. au km 25, la foulée est bonne et toujours régulière malgré les petits picotements dans mes chaussures. Je viens de perdre Laurent au ravitaillement, je le cherche du regard sans succès. Je continue, j'arrive au km 30, mes pieds me font de plus en plus mal et le fameux mur dont tous les marathoniens connaissent est en train de matérialiser. Pas grave, on fait avec, de toute façon d'autres l'ont avant moi et puis je dois faire bonne figure ma famille m'attend, au km 37,2 ils sont nombreux, sœur et concubin, enfants, femme, beaux parents venus spécialement de la province, amis, copains d'école, etc. Je bombe le torse et j'allonge la foulée, ça fait mal, mais la douleur c'est dans la tête.

Enfin j'arrive au km 37,2 et comme promis ils sont tous là avec des banderoles je suis trop content et énorme surprise ma sœur et son conjoint m'annoncent qu'ils vont faire les 5km restant avec moi, je suis über heureux. On court ensemble et ma sœur commence à me parler de tout sauf de la course (l'organisation des prochaines vacances, ses travaux de constructions, etc) et surtout ne cherche pas à m'encourager parce que m'encourager c'est penser à la course c'est redevenir rationnel et que je devrai m'arrêter car j'ai trop mal au pieds, aux cuisses, aux genoux, que j'aurai du couper mes ongles car ils rentrent dans la chair des orteils. Lorsque je vois l'arche qui symbolise l'arrivée ma sœur me dit simplement qu'on ne s'arrête pas à l'arrivée, on va pousser la course sur cinq kilomètres. Encore une fois ça m'évite de penser à la course et je franchis la ligne des 42km195 pour m'effondrer dans les bras de ma sœur. Ca y est j'ai terminé je peux retirer mes chaussures et soulager mes pieds garnis de deux énormes

ampoules remplies de sang. Je suis content, mon cousin et sa conjointe sont là, je n'ai qu'une envie c'est de rentrer chez moi, sur le trajet retour je rencontre Nicolas qui est venu soutenir le marathon de sa campagne, ils sont avec un autre couple de marathoniens, on est dix au total à prendre le RER et à se moquer de nous parce que nous sommes incapables de monter ou descendre les marches dans le métro.

Au final, grâce à vos dons j'ai collecté près de 700€ c'est énorme et je tiens à vous remercier pour votre générosité. Si vous n'avez pas encore trouvé le temps de faire votre don, la collecte est toujours ouverte sur ma page (<http://marathon-de-paris.aiderdonner.com/medhi>). Grâce à votre participation et à nos sponsors (Commerzbank, Spira) nous avons collecté 50 000€ pour la recherche génétique contre les maladies orphelines, l'effort n'a pas été vain.

What next ? Un autre marathon bien sûr, mais promis juré au prochain je vais me couper les ongles et courir plus vite pour avoir mal moins longtemps ;-)

Médhi