Ludovic, diabétique de type 1, sur les sentiers du trail des Hospitaliers (75km)

Après quelques heures passées avec les copains, nous allons retirer notre dossard : le mien sera le numéro 446. En sortant de la salle, je vois un chevalier de la croisade et je me prends à rêver : *"Demain, tu rentreras dans l'histoire des hospitaliers..."*; si je finis ce périple !

Nous allons ensuite à l'hôtel pour préparer notre matériel de trail, pour dîner et nous reposer. J'ai du mal à trouver le sommeil, je pense à la course : est-ce que je vais être à la hauteur ? **Comment mon corps va-t-il réagir face à mon diabète ?** Je finis par m'endormir...

Le moment du départ

5H00 : Nous sommes sur le départ...avec 500 autres coureurs. Les lumières s'éteignent, les frontales s'allument et la musique s'élève. Une pluie fine commence à tomber. **L'animateur donne le départ.**

Je pars doucement pour garder des forces sur la longueur, **le terrain est gras et glissant**. On nous a dit que le temps allait changer et que le ciel serait dégagé à partir de 9h00. Premier objectif : le premier "ravito" de Sauclières pour me changer, car **je suis trempé et le vent se lève** !

Apres quelques belles montées et de beaux passages, j'arrive en direction du village de Sauclières. Beaucoup de personnes nous applaudissent et nous encouragent pour cette permière partie de course.

Après avoir changé de vêtements, je me sens mieux et je pars vers le prochain "ravitaillement". Il fait froid. Puis, je repars sur les sentiers, fier et déterminé, tel un chevalier en croisade ! Je traverse des **endroits sublimes**, des champs plats et vallonnés. Les arbres ont des couleurs changeantes et je respire l'odeur agréable de feuilles et de terre mouillées.
Le froid redouble et j'arrive bientôt à Saint-Jean-du-Bruel. J'entame ensuite une belle descente, je commence à avoir vraiment froid. Je **sens venir "l'hypo**" et je prévois le gel sucré. A Saint-Jean-du-Bruel, je fais le plein d'eau et mange une barre salée.

Un des bénévoles me dit de bien me couvrir car la difficulté n'est pas très loin : la montée du **Saint-Guiral à 1366 m.**

Du 26e au 43e km

La montée est longue. Nous sommes plusieurs à marcher quand d'autres trottinent et nous doublent. J'avoue qu'à cet instant, je ne pense qu'à manger quelque chose de chaud ! Fabrice me propose alors une barre salée sur laquelle je mets du gel sucré pour éviter "l'hypo" que je sens venir.

Dans la montée, je m'engrouffre dans un passage sur un **chemin bordé de pierres alignées**. Certaines sont recouvertes d'une mousse épaisse, d'autres paraissent usées par le temps. Il y a quelque chose de mystérieux dans la forêt qui entoure ce passage. Je suis pour l'instant à l'abri du vent et j'aimerais vraiment que le temps change et que le soleil fasse son apparition une bonne fois pour toute. J'arrive après quelques heures près du fameux **Rocher de Saint-Guiral** au sommet duquel se trouve une croix. Je fais une petite prière pour que mon trail se passe bien et que je surmonte toutes les épreuves qui m'attendent. Par temps clair, on distingue un **panorama exceptionnel sur l'Aigoual et les Cévennes**, mais aujourd'hui ce n'est pas possible.

C’est reparti pour une belle descente **direction Dourbie** : l’objectif sera de se changer, de bien se ravitailler en solide. Je l’attends avec impatience ! Fabrice est toujours à mes côtés, il voit que je ne vais pas très bien et me réconforte en me disant qu'il ne reste plus que 15 km avant le ravitaillement. Je passe par des endroits magnifiques, notamment le **passage de la Rouvière** où l'on en prend plein la vue !

Dourbie, 45e km

Applaudis dans le village par les spectateurs qui nous crient des bravos et des encouragements, cela nous réchauffe le cœur. Je défais mon sac, je me change rapidement et bien au chaud, je savoure ma soupe donnée par un bénévole… **Je m’assois et prends bien le temps de remonter ma glycémie**. J'appelle mon amie Agnès et je reçois un coup de fil de ma femme qui me donne l'énergie dont j'avais besoin pour repartir.

Après, ça se complique : les jambes commencent à me faire mal, je serre les dents et souffre en silence car mon objectif est d'arriver à Trèves quoi qu’il arrive. Je suis un monotrace sur les crêtes en hauteur où je peux distinguer en contre bas le village de Trèves. Je suis attendu par les habitants, je déguste un bol de soupe et repars.

Du 55e au 67e km

Les douleurs s'intensifient, je me demande si je vais pouvoir continuer...Les larmes me montent... Puis je repense aux quelques mots de ma femme : " Mon cœur voyage avec toi à chaque pas que tu fais. Je sais que tout se passera très bien. Je te fais confiance. Et sache que je t’encourage qu’importe où tu seras, je serais toujours prêt de toi." Comment dire ? Les **mots sont parfois plus forts que la douleur**. J’empoigne alors mes bâtons et repars avec détermination.

J’enchaîne la **rive droite de Trevezel** où le parcours, très technique, m’oblige à beaucoup marcher. Les bénévoles m’annoncent que je dois faire une grande descente, puis après le passage à Cantobre pour le dernier "ravito". Un sourire se lit sur mon visage : bientôt la libération !

Bientôt l'arrivée

Accueilli par les spectateurs et les bénévoles, j’ai la chair de poule... Je remplis ma gourde, mange un peu, **je suis très fatigué et n'ai plus envie de repartir**. Les parents de mon ami Fabrice m'encouragent : "Allez Ludo, il te reste 8 kms et tu as fini..." Des enfants m'applaudissent, ils me montrent le chemin du retour. Direction le **roc natais**. Je rejoins les falaises du roc pour finir sur la grande descente qui me mène sur la ligne d’arrivée.

Mon pèlerinage se finit en **14h53 et 11s**. Gros moments d'émotion sur cette course... Je remercie alors Agnès pour tous ses messages, merci à Fabrice et Didier pour leur générosité... Merci à mes amis facebook. Merci à ma femme qui a su trouver les mots justes qui m'ont donné la force de continuer, et à mon fils qui voyage toujours avec moi.

On se revoit en 2014...plus déterminé que jamais ! A bientôt sur les sentiers.