**Lucie Jean-Charles : « Redonner à Dieu la place qu’il doit avoir »**

**Diplômée d’un master en marketing et communication, Lucie Jean-Charles (SMUC Marseille) est une sprinteuse (60m, 100m, 200m) qui assume et partage sa foi sur ses réseaux sociaux. Le 9 février, elle a remporté le titre de championne de France Nationale du 60m en salle à Nantes. Malgré un chrono de 7’’42 qui ne la satisfaisait pas, elle a exprimé sa joie sur les réseaux sociaux en citant un verset de la Bible de 1 Timothée‬**

**Lucie, comment t’es venu ce verset et quelle signification a-t-il pour toi ?**  
C’est au moment où je me suis rendu compte que j’avais gagné, même si le chrono ne me satisfaisait pas trop. Le fait de s’arrêter et de se rendre compte des bénédictions que Dieu donne, ça a rempli mon cœur de joie et m’a rappelé que Dieu est toujours fidèle.

**Être championne de France en terminant 4e de la course, un sentiment particulier ?**  
J’avoue que sur le moment je ne me suis pas sentie légitime de gagner. Avec du recul, quand mes émotions sont redescendues, je me suis rendu compte qu’il y avait des étrangères sur la course. Au final, ce qu’on retient, c’est que c’était une course pour les championnats de France donc même si je suis arrivée 4e, j’étais la première française !

**As-tu réussi à savourer ce moment ?**  
Sur le coup, je n’ai pas sauté de joie, ni célébré. Quelques minutes plus tard, j’ai commencé à savourer, à prendre conscience du chemin parcouru. Le fait d’appeler mes proches, ça m’a fait prendre conscience de la valeur de ce que j’ai fait.

**Le 22 février, tu as terminé 5e de la finale des championnats de France Elite en salle à Miramas. Sur Instagram, tu as partagé « une petite frustration » de ne pas décrocher une médaille, mais aussi ta fierté. Comment expliquer ce double sentiment ?**  
Dans l’athlétisme, on est exigeant avec nous-même. On veut toujours plus, même quand on fait quelque chose de très bien. Je n’ai pas rempli l’objectif d’aller chercher une médaille, alors avant d’écrire ce post, j’ai dit : « Seigneur, qu’est-ce que je peux retirer de ce championnat ? Qu’est-ce que je peux dire pour impacter ? » Et il m’a dit de me rappeler de mon parcours lors des championnats de France élite. Donc j’ai fait une rétrospective de mon parcours depuis 2020 et c’est en regardant toutes les étapes que je me suis rendu compte que je peux être fière d’être arrivée 5e de la finale.

**« Je ne cours pas juste pour moi, mais pour Dieu »**

**Pourquoi est-ce important pour toi de partager ta foi sur les réseaux sociaux ?**  
Si je cours vite, c’est grâce à Dieu, c’est lui qui m’a donné ce talent. C’est une reconnaissance pour moi de montrer que ça vient de lui. Je ne cours pas juste pour moi, mais pour Dieu. Jésus fait partie de ma vie, c’est tout naturellement que je parle de lui et que je le remercie.

**Comment as-tu embrassé la foi chrétienne ?**  
Je suis né dans une famille catholique. Je connaissais Dieu et les principes bibliques, mais je n’avais pas de relation personnelle avec Jésus. A mes 18 ans, en priant et en voulant chercher le pourquoi du comment (Pourquoi Jésus est venu sur Terre ? Pourquoi il est mort pour moi ?), j’ai lu la Bible, j’ai compris et j’ai vraiment commencé une relation Père-fille. J’ai accepté Jésus en 2016-2017 et j’ai reçu le baptême en 2020. Depuis je poursuis ma marche avec Jésus et ça a aussi changé ma manière de voir la pratique sportive.

**Ta famille t’a soutenue dans ce chemin de foi ?**  
Ma famille est chrétienne donc forcément pour eux c’est quelque chose de bien le fait de pouvoir compter sur Dieu, allier sa foi et son sport. Ils me soutiennent et prient pour moi. Ma famille, c’est un énorme soutien.

**« Parler de Jésus, une évidence »**

**Dans ta bio Instagram, tu affiches directement le nom de Jésus. Est-ce que cela a été une évidence pour toi d’en parler sur les réseaux sociaux ?**  
C’était une évidence pour moi, malgré qu’on m’ait dissuadé de le faire. Pour moi dans tout ce qu’on fait, on devrait refléter Jésus. Il nous a demandés d’être des lumières, de faire des nations des disciples. A mon échelle, si je peux mettre une touche de Jésus de partout, je le fais. Et si ça peut passer par ma biographie Instagram, tant mieux.

**On t’a dissuadé, c’est à dire ?**  
Certaines personnes dans mon entourage me disaient de ne pas trop parler de Jésus. Vu que je fais de l’athlétisme, et que ça peut devenir professionnel, il ne faut pas trop mélanger car ça peut dissuader certains sponsors de venir, etc. Moi, j’ai toujours eu la conviction dans mon cœur que je ne devais pas séparer les deux.

**Comment as-tu vécu ces pressions autour de toi ?**  
C’est vrai qu’il y avait des moments où je me posais des questions : « Est-ce que ces personnes ont raison ? Dois-je faire un compte pour ma foi personnelle et un autre pour l’athlétisme ? » Et ce n’est pas agréable à vivre, du coup parfois je peux me sentir comme à contre-courant, peut-être avoir peur d’être acceptée, de ne pas réussir à signer des contrats, etc. Malgré tous ces questionnements, au final, c’est mon identité. Je me conforte avec le fait que Jésus n’était pas aimé de tout le monde, mais il a quand même impacté le monde. Moi, en étant sa fille, en étant en Christ, même si je ne serai pas aimée de tout le monde, je veux pouvoir impacter.

**As-tu reçu des remarques, des critiques, sur le fait que tu parles de Jésus ?**  
Pas vraiment, j’ai pu recevoir parfois des petites blagues. Je reçois beaucoup plus de positif que le contraire.

**« Je ne comprenais pas comment on pouvait mettre Dieu dans sa pratique sportive »**

**Justement, est-ce facile de gérer à la fois sa vie de sportive et sa relation avec Dieu ?**  
Avant, c’était quelque chose que je ne comprenais pas. Je dissociais carrément les deux. Je ne comprenais pas comment on pouvait mettre Dieu dans sa pratique sportive. Et c’est comme ça que j’ai contacté Joël Thibault sur les réseaux sociaux en lui demandant des conseils. Petit à petit, en faisant des recherches et en priant, j’apprends à me dire que ce que je fais ne se dissocie de ma relation avec Dieu. Pour moi le plus important, c’est de vivre sa foi au quotidien en passant du temps avec Dieu. Par exemple, lors des compétitions, il y a des périodes où je peux moins aller à l’Église et connecter avec mes frères et sœurs. Ca m’attriste et ça me manque, mais j’ai ma relation avec Dieu et il est avec moi quoiqu’il arrive. J’ai la conviction que ce que je fais, c’est Dieu qui me l’a mis à cœur.

**Y a-t-il des moments spécifiques de la journée que tu passes avec Dieu ?**  
J’aime beaucoup faire ça le matin, à mon réveil. Avant de commencer ma journée, je passe un moment avec Dieu, je le prie, je lui parle, je lis ma Bible, je la médite. Et le soir aussi. J’apprends tout au long de la journée à lui parler, à ne pas spécialement attendre d’avoir un moment spécifique. Que je conduise, que je marche, que je cours, que je fasse la vaisselle…  Ça m’aide à entretenir ma relation avec lui, à grandir et à écouter sa voix.

**Tu fréquentes une Eglise protestante. En quoi l’Église est-elle importante dans ta vie de tous les jours ?**  
L’Église, ça m’apporte beaucoup. Ça m’a apporté des amis sur qui je peux compter, des mentors spirituels qui me conseillent, qui m’aident à avancer dans ma relation avec Dieu. Pouvoir aller à l’Église, louer Dieu, écouter un enseignement, c’est indispensable dans la vie d’un chrétien. Grandir et être entourée.

**Comment en es-tu venue à contacter un aumônier du sport ?**  
C’était au moment où je cherchais à concilier ma foi et ma pratique sportive. J’étais tombé sur des articles avec Joël Thibault et son rôle auprès d’Olivier Giroud. Je lui ai envoyé un message déjà pour le remercier de tout ce qu’il faisait d’aider tous les athlètes à avoir cet équilibre entre leur carrière et leur relation avec Dieu. Il m’a proposé d’intégrer un groupe d’étude biblique le lundi soir.

**Qu’est-ce que t’apportent ces moments avec d’autres sportifs chrétiens ?**  
Déjà c’est un soulagement, car dans les Eglises on ne parle pas trop du sport. Avoir des aumôniers qui peuvent nous apporter cette dimension, c’est très rassurant. Pouvoir rencontrer d’autres sportifs qui vivent les mêmes choses, on peut s’encourager et recevoir des conseils d’autres. Ça comble ce manque de l’Église, notamment quand on ne peut pas y aller lors des compétitions. Ce soutien là, ça fait du bien.

**« Au collège, je n’ai pas du tout aimé l’athlétisme »**

**Comment as-tu commencé l’athlé ?**  
J’ai commencé grâce à mon professeur d’EPS en 5e. On faisait une séance à l’école, et je battais des garçons à l’école. Il m’a encouragé à faire de l’athlétisme, mais je ne voulais pas trop car je faisais déjà de la danse. Je n’avais pas envie d’arrêter ce sport. Finalement, je n’ai pas du tout aimé l’athlétisme, car en benjamine on faisait un peu de tout (cross, lancers…). Ce n’est pas du tout ce que j’imaginais, je voulais juste courir vite. J’ai arrêté, et j’ai repris quand j’étais en 1ere quand j’avais 15 ans. J’ai repris après les Jeux Olympiques (Londres en 2012, ndlr) qui m’ont redonné envie en laissant « une chance » à l’athlétisme. En cadette, j’ai choisi le sprint et je ne l’ai plus quitté depuis 2014.

**Comment ta foi chrétienne a changé ta vision du sport ?**  
Je suis plus qu’une sportive, car on est des enfants de Dieu. Ca m’a aidé à lâcher prise et de laisser Dieu faire. J’avais tendance à mettre ma sécurité et mon bonheur dans ma confiance sportive. Je ne réussissais que quand je battais des records, etc. Je n’étais pas bien, car je mettais ma foi dans la performance. Ma foi chrétienne m’a donc permis de redonner à Dieu la place qu’il doit avoir.

Que je gagne ou que je perde, ça l’importe peu. Le plus important c’est ma foi et mon appel. C’est lui qui permet des victoires, des défaites. Dès fois j’ai eu des moments où j’étais blessée ou ça ne se passait pas bien du tout, c’est dans ces moments que je me suis rapprochée de Dieu et il m’a beaucoup parlé. Je prends les moments d’échecs comme une bénédiction. Avant, j’aurais vu cela comme une malédiction.

Plus que Sportifs – 10 Mars 2025