

## Introduction

Mon père est décédé soudainement le 20 janvier 2013. Du printemps de cette même année jusqu'à juin 2016, j'ai travaillé à la réalisation de deux documentaires, un pour la télé et un pour la radio, sur celui qui aura été journaliste sportif au Canada pendant presque soixante ans. Au cours de sa carrière, Richard Garneau aura couvert vingt-trois Jeux olympiques et un nombre incalculable de matchs de hockey et de compétitions sportives diverses. Il a ainsi pu observer de très près des athlètes de tous les horizons – amateurs, professionnels et jeunes débutants remplis d'espoir et d'ambition. Détecter chez un adolescent de quinze ans des aptitudes pour une discipline lui procurait autant de plaisir que de voir un marathonien monter sur un podium olympique.

Les heures de préparation et tout le temps passé à faire le pied de grue dans les aéroports, les arénas et les stades sportifs de la planète n'ont jamais refroidi son enthousiasme et jamais il ne donnait l'impression de travailler. Il trouvait son bonheur à côtoyer et à observer l'élite sportive, pour qui il avait tant d'admiration.

Tout ce qui comptait, c'était le spectacle du sport, l'athlète, l'être humain qui se transcende.

Au cours des recherches pour le documentaire télé, l'accent a été mis sur ce dépassement de soi qui le fascinait tant, ce qui m'a amené à mieux comprendre la passion de mon père pour ces athlètes qui l'ont tant ému. Avec cet ouvrage, j'ai voulu comprendre ce qui pousse les athlètes eux-mêmes à se dépasser.

On en conviendra, il en faut, du tempérament et de la détermination, pour s'astreindre à une discipline de fer et renoncer aux activités normales de ses pairs. D'où vient cet élan vital vers le dépassement qui est aussi fort que la nécessité de boire et manger ? Qu'est-ce qui a fait la différence ? Où trouve-t-on la motivation et l'énergie pour être le plus rapide, le plus fort, ou encore pour atteindre le sommet des plus hautes montagnes de la planète ? Comment vit-on avec la pression des grands événements ? Comment s'y prépare-t-on ? Il y a l'entourage, aussi. Combien d'athlètes en proie au doute, à l'incertitude et à la fatigue ont pu compter sur un entraîneur, un professeur ou un parent pour les stimuler, leur remonter le moral et les remettre sur les rails de leurs propres ambitions ?

Pour répondre à ces questions et découvrir ce qui déclenche cette envie irrésistible de se dépasser, je suis allé à la rencontre de douze athlètes et de six observateurs (entraîneurs et commentateurs) privilégiés. J'ai choisi des athlètes que j'admire pour leur

détermination, leur expérience et leurs exploits. Des hommes et des femmes qui avaient suffisamment de recul pour se raconter avec objectivité. J'ai voulu qu'ils reviennent sur le moment qui a tout lancé. En général, le déclic se produit assez tôt dans l'enfance ou au début de l'adolescence. Un événement ou une personne, souvent sans que ce soit calculé, éveille une passion dévorante et ouvre la voie vers une carrière sportive d'exception. Pour Sylvie Bernier, par exemple, ça s'est passé à l'âge de douze ans alors qu'elle assistait aux compétitions de plongeon aux Jeux olympiques de 1976, à Montréal. Jean-Luc Brassard, lui, a découvert sa passion pour le ski acrobatique en regardant une compétition à la télévision. C'est à la suite d'un accident lourd de conséquences et de l'intervention d'un professeur d'éducation physique que Chantal Peticlerc prendra conscience de ses aptitudes sportives. Sébastien Sasseville répond à l'appel de défis extrêmes à la suite d'un diagnostic de diabète de type 1. Mylène Paquette décide de traverser l'Atlantique en solo à la rame parce que l'exploit n'avait jamais été réalisé. Tout simplement. L'envie d'être la première Nord-Américaine à le faire est devenue plus forte que tout.

Tous ces athlètes ont choisi de se consacrer à leur passion jusqu'à ce qu'ils soient satisfaits d'être allés au bout de leur rêve. Que ce soit bien clair : il s'agit d'un choix. Aucun d'entre eux ne m'a parlé de sacrifices.

Ç'aurait été les priver de leur passion et de la pratique de leur sport qui aurait été synonyme de renoncement.

Je me suis intéressé également aux résultats de toutes ces années d'efforts et d'entraînement. Ce sont des fragments de vie que je vous propose dans cet ouvrage. J'ai tenu à ce que les athlètes isolent dans le temps un ou deux moments où ils ont eu le sentiment de toucher à une certaine forme de grâce par le dépassement de soi. Ce n'est pas toujours la médaille ou le trophée qui compte le plus. Guillaume Leblanc m'a parlé d'une expérience précise vécue à quelques kilomètres du fil d'arrivée aux Jeux olympiques de 1992, à Barcelone, pour décrire le plus grand moment de sa carrière sportive. Serge Savard, qui a gagné dix fois la Coupe Stanley, est revenu sur la Série du siècle 1972 contre les Soviétiques quand je lui ai demandé de me parler du haut fait de sa carrière de joueur. Sylvie Fréchette réalise la performance d'une vie aux Olympiques de Barcelone en dépit d'un drame personnel épouvantable. Le D<sup>r</sup> Stanley Vollant considère que l'activité physique lui a sauvé la vie.

Au terme de ces entretiens, je comprends mieux l'éclair dans les yeux de mon père: ces athlètes d'exception, volubiles et passionnés ne peuvent que nous inspirer.

## Annie Pelletier

### Ti-Cul sur le podium

Annie Pelletier rate de très peu les Jeux olympiques d'été de 1992, à Barcelone. Elle termine troisième aux qualifications pour le tremplin de trois mètres. On ne retient malheureusement que les deux premières positions au classement. À dix-huit ans, son rêve de gloire olympique est loin d'être terminé, mais cette élimination est dure à encaisser. Elle doit se contenter de regarder les jeux à la télé, le cœur serré, mais déterminée à ne pas rater le rendez-vous d'Atlanta quatre ans plus tard.

Je ne voulais pas être spectatrice, je voulais être dans l'action.

À l'instar de son idole, Nadia Comaneci, c'est d'abord comme gymnaste qu'Annie commence à rêver de monter sur un podium. Malgré son jeune âge – deux ans et demi – au moment où ils sont tenus, en 1976, les jeux de Montréal auront une incidence déterminante sur sa

**carrière sportive, qui culminera vingt ans plus tard avec une médaille de bronze au tremplin de trois mètres aux Jeux olympiques d'Atlanta.**

Oui, bien sûr, j'étais trop jeune pour avoir gardé un souvenir précis des jeux de Montréal au moment où ils ont eu lieu. Mais deux ou trois ans plus tard, quand débutaient les émissions à la chaîne de Radio-Canada, avec le *Ô Canada*, un peu avant sept heures le matin, on montrait des images dont, entre autres, la victoire de Greg Joy au saut en hauteur aux jeux de 1976. Tout de suite après – et ça n'avait probablement aucun rapport –, on montrait deux jeunes enfants heureux collés l'un contre l'autre. Dans ma tête de petite fille, j'ai associé la victoire avec la joie et l'amour entre les gens. C'est une image qui m'a marquée. J'avais très hâte, le matin, de regarder mes « p'tits bonshommes » à la télé, mais encore plus de voir Greg Joy pendant l'hymne national. S'il est ma première source d'inspiration, Nadia Comaneci est ma première idole. J'étais gymnaste et je voulais être comme elle. Je voulais gagner des médailles et saluer la foule de la même manière. À partir de ce moment, je suis devenue obsédée par les Olympiques. Quand j'avais neuf ou dix ans, je faisais des cartes à mes parents pour Pâques, la Saint-Valentin ou Noël et je dessinais un podium dessus. Pas des cœurs, des cocos de Pâques ou le père Noël, un podium avec moi dessus [rires]. Une chance que j'ai réalisé mon rêve, parce que, sinon, je ne sais pas ce qui me serait arrivé.

**Son rêve, toutefois, ne se réalisera pas en gymnastique. Sa carrière dans cette discipline ne démarre pas très bien. Elle a subi quelques blessures et ses parents jugent qu'elle est mal encadrée par son entraîneur. Ils décident de la retirer du gymnase.**

J'avais treize ans. J'entrais dans l'adolescence. J'ai fait une mini-dépression. Je ne comprenais plus rien. Mes parents étaient en train de m'enlever mon rêve olympique. Avec le recul, évidemment, je sais que c'était une bonne chose. Je n'avais pas vraiment de talent. Je le sentais à l'époque. Je regardais les Russes venues ici en 1985, au Championnat du monde de gymnastique ; elles étaient à peine plus vieilles que moi et déjà championnes du monde. Moi, je ne participais même pas au championnat canadien. J'en étais encore au niveau provincial.

**Alors comment s'est faite la transition vers le plongeon ?**

Ça faisait deux mois que je ne parlais plus à mon père. J'étais très fâchée contre lui. J'avais un foutu caractère [rires] ! Il avait vu un petit reportage à la télévision sur une compétition internationale de plongeon qui s'en venait au centre Claude-Robillard. C'était Donald Dion, l'entraîneur de Sylvie Bernier, qui invitait la population à venir voir les meilleurs plongeurs et plongeuses québécois se mesurer aux Russes, Chinois et autres. Mon père a eu un flash. Il s'est dit que le plongeon était aussi

un sport acrobatique, mais qui serait peut-être moins dur sur mon corps. Puis, Sylvie avait ouvert la voie avec sa médaille d'or à Los Angeles. Elle était devenue la première Québécoise à gagner une médaille en plongeon aux Jeux olympiques, tandis qu'en gymnastique ça ne s'était jamais fait. Alors, mon père a cogné à la porte de ma chambre et m'a dit : « Ti-Cul, j'peux-tu te parler ? » Ti-Cul, c'était mon surnom. Je lui ai répondu, avec mon attitude d'adolescente exaspérée : « Rapport là, c'est quoi que tu veux ? » [Rires.] Il m'a annoncé qu'il voulait m'emmener voir des compétitions de plongeon en précisant qu'on n'était pas obligés de s'asseoir ensemble. Je ne lui parlais toujours pas. Une petite graine a été plantée ce jour-là. Sur place, il est allé voir Donald Dion près de la piscine. Puis, il m'a expliqué que si je voulais faire du plongeon, il fallait que je lui parle. Je suis allée le rencontrer. Il m'a demandé si je savais nager. Je lui ai dit « ben oui » sur un ton frondeur et aussi que j'étais une ancienne gymnaste. Ça l'a intrigué et j'ai commencé à faire du plongeon le 8 juin 1987.

**Après sa première journée d'entraînement, Annie écrit dans son journal personnel que si le bon Dieu lui a donné le talent, elle va tout faire pour monter sur le podium olympique un jour.**

C'était un peu prétentieux de ma part. Il y avait beaucoup d'autres filles qui avaient du talent et il me restait

tout à prouver. Mais j'y croyais tellement. Quand je voyais Nadia Comaneci à la télé, ça me faisait mal tellement j'aurais voulu être à sa place. J'aimais voir les autres athlètes et j'étais inspirée par leur victoire, mais je voulais être dans l'action.

**Neuf ans plus tard, Annie se retrouve au centre de l'action. Qualifiée pour les jeux d'Atlanta, elle s'approche de plus en plus de son rêve le plus précieux : monter sur un podium olympique. La plongeuse amorce les jeux avec beaucoup de confiance.**

Je savais que j'étais une des meilleures au monde, mais je ne l'avais pas encore prouvé. Oui, j'avais gagné la médaille d'or aux Jeux panaméricains de 1995, en Argentine, et aux Jeux du Commonwealth de 1994, à Victoria, mais les Russes et les Chinoises n'étaient pas là. Il y a une grande différence de calibre entre ces compétitions et les Jeux olympiques. J'étais fébrile, c'est sûr, mais je suis assez croyante dans la vie. Je parlais au bon Dieu et je lui disais : « Je ne sais pas ce que tu me réserves pour demain, mais il me semble que j'ai donné tout ce que je pouvais. » Je ne pouvais pas faire plus. Je m'étais totalement investie dans mon sport. Je ne ressentais pas trop de pression. J'avais la tête claire. J'étais saine d'esprit. On avait adapté mon entraînement pour que mon corps s'habitue à être au sommet de sa forme le soir, parce que la finale avait lieu en soirée. On avait

décalé mon énergie plus tard dans la journée. J'étais prête.

**La route vers le podium ne sera pas simple. La veille des préliminaires, son sommeil est perturbé par des plongeuses qui font du bruit en rentrant tard dans le dortoir de l'Université d'Atlanta.**

J'ai très mal dormi. Je me réveille le lendemain, jour des préliminaires, avec le cerveau comme dans le cirage. Je devais faire des plongeurs super compliqués. Ce sont des fractions de seconde qui déterminent si tu entres dans l'eau bien droite ou si ta position fait des éclaboussures. Un plongeur dure une seconde et demie. Si tu montes trop haut ou si tu tournes trop vite, tu vas mal entrer dans l'eau. Ça n'en prend pas beaucoup pour perdre des points. J'ai terminé dix-septième aux préliminaires. J'ai raté trois plongeurs sur cinq. J'étais vraiment fâchée. J'ai piqué une crise dans la douche [rires]. Les Chinoises me regardaient la bouche ouverte. Il ne fallait surtout pas que, pour compenser, je déploie plus d'énergie qu'à l'entraînement. J'ai dû travailler très fort pour gérer ma frustration. Pour la demi-finale, je me suis dit : « Il n'y a personne qui va m'arrêter. » Contrairement aux préliminaires, on faisait toutes le même plongeur. Il fallait se démarquer dans la perfection des figures et effectuer de petits plongeurs qui demandaient de la grâce et du contrôle. Une de mes forces. Et j'avais

libéré toute ma hargne après la première étape. Bref, j'étais très stable et j'ai gagné cinq places pour terminer douzième en demi-finale. Mais je n'avais pas travaillé toute ma vie pour terminer douzième.

**Et en finale, tu te classes troisième et remportes la médaille de bronze, mais à deux points de la médaille d'argent...**

... et à deux points de la quatrième place aussi ! C'est une Américaine qui a fini quatrième. C'était bon pour moi. Je me disais, elle, je l'ai vraiment battue. On était aux États-Unis, chez elle. Dans un autre pays, c'est peut-être par vingt points que je l'aurais battue.

**Après la demi-finale, tu y croyais, au podium ?**

J'y croyais depuis l'âge de cinq ans ! Je n'ai jamais abandonné. Ce n'est pas aux Olympiques, entre deux épreuves, que j'allais arrêter d'y croire. C'est ma plus grande remontée à vie. De la dix-septième à la troisième place. C'est mon plus grand exploit à vie.

**Il y a des athlètes qui se seraient dit : « Ce n'est pas la médaille d'or. Je vais continuer. »**

C'est sûr que j'y ai pensé. Mais continuer pendant les quatre prochaines années sans aucune certitude ? J'ai

commencé à m'entraîner à l'âge de cinq ans. Là, j'en avais vingt-deux. J'avais hâte de voir autre chose, d'avoir une vie plus équilibrée. Je n'ai jamais eu de couleur de médaille en tête. Je voulais monter sur le podium, peu importe la marche. Si, après avoir mené tout le long de la compétition, j'avais raté mon dernier plongeon et terminé deuxième, ç'aurait été autre chose. Sauf que j'ai gravi tous les échelons, je suis restée concentrée et je me suis battue jusqu'à la dernière seconde. Peu importe la couleur de la médaille, elle a eu la même saveur. J'ai réalisé mon rêve de petite fille.

---

Annie Pelletier est aujourd'hui maman du petit Arthur, né en décembre 2015, et directrice des communications de la Fondation de l'athlète d'excellence du Québec. Elle est aussi marraine des Olympiques spéciaux Québec depuis 1998.