



PHILIPPE

PRÉFACE DE
BORIS CYRULNIK

CROIZON

EN COLLABORATION AVEC EMMANUELLE DAL'SECCO

Plus fort la vie

ARTHAUD POCHE

Relier les cinq continents à la nage ! Un pari fou, relevé par deux amis, Philippe Croizon et Arnaud Chassery. Leur projet, « Nager au-delà des frontières », les a entraînés autour du monde.

Cette expérience fraternelle est d'autant plus extraordinaire que Philippe Croizon vit depuis vingt ans avec une particularité : il est amputé des quatre membres, à la suite d'une électrocution.

Au fil de cette aventure, Philippe ouvre des fenêtres sur les grands moments de sa vie, raconte son accident, ses tentatives pour en finir, son nouvel amour... Une belle affinité le lie désormais à ceux qui ont connu des destins tragiques : Théo, un jeune garçon lui aussi amputé, ou Paul, rescapé des camps de concentration. Brisé après ses amputations, Philippe a retrouvé la force, l'envie de vivre et de se dépasser grâce au sport. Un parcours de résilience bouleversant qui nous entraîne du rire aux larmes et révèle une soif de vivre hors du commun.

*Nageur de l'extrême, **Philippe Croizon**, est devenu le « Monsieur handicap » que tous les médias s'arrachent et met à profit cette notoriété pour alerter l'opinion publique sur la situation des personnes handicapées, en France et dans le monde.*

Plus fort la vie

Philippe Croizon
en collaboration
avec Emmanuelle Dal'Secco

Plus fort la vie

Préface de Boris Cyrulnik
Postface d'Arnaud Chassery

ARTHAUD POCHE

© Flammarion, Paris, 2017
87, quai Panhard-et-Levassor
75647 Paris cedex 13
Tous droits réservés
ISBN : 978-2-0813-9671-5

Sommaire

<i>Préface</i>	13
----------------------	----

I

Avant l'exploit

Dois-je mourir ici ?	21
Cinq continents, la naissance... ..	23
Arnaud Chassery, un coup de foudre.....	29
Préparation, le secret de la réussite.....	31
Des prothèses qui valent de l'or.....	32
Ma Suza-nana, elle m'apaise	35
Résilience, une affaire de famille... ..	41
Font-Romeu, face-à-face au sommet.....	44
L'argent, le nerf de la mer	48

II

Océanie-Asie, patience et longueur de temps

Un « paradis » en eaux troubles.....	57
Vanimo, que l'aventure commence !.....	68
Un couple à la vie, à la mer	79

Le marché au trésor	81
L'accident, un choc inconcevable.....	84
Enfants de Papouasie, notre rayon de soleil	92
Écoles, graine de tolérance	95
L'expédition menacée.....	100
Jamais deux sans trois.....	107
L'eau, ma fascination.....	109
Lorsque le duo devient trio	114
Notre première victoire.....	123
L'homme d'avant n'existe plus	126

III

Afrique-Asie, tensions explosives

La belle orientale	131
Au cœur du conflit	137
Changement de programme.....	143
Rencontre entre rescapés	155
La « mer promise »	159
Des adieux en apothéose.....	169
Le moral en berne	172
Parler pour continuer de vivre	174

IV

Europe-Afrique, Gibraltar avec Moïse

« Subir or not subir ? »	185
Un docteur en urgence	194
Théo, mon « Mini-Moi »	196
L'étreinte de l'ogresse ?.....	204
Mes fils : la force de survivre	209
Machine à laver en mode fragile	213
Le handicap, c'est du luxe... ..	222
La tempête se lève... ..	226

V

Amérique-Asie, une apothéose magistrale

L'hiver en été.....	231
La ruée vers l'or.....	239
Boycott à la soviétique ?	246
Le rocher du bout du monde.....	256
Être handicapé, c'est ne pas l'accepter.....	268
Nager à en perdre la raison	271
L'illusion d'être éternel	284
Le veto russe m'a sauvé la vie.....	286

VI

Vers d'autres horizons

Jeux paralympiques de Londres :	
« Je suis normal ! »	297
Bilan d'un succès.....	302
Carton plein pour notre film	307
Notoriété : le handicap plein écran ?	309
Croizon, trop c'est trop !.....	313
Des entreprises sensibilisées :	
mon nouveau métier	316
À l'avenir, d'autres folies ?	321
Résilience : le sport, ma survie.....	327
<i>Postface</i>	335

« Impose ta chance, serre ton bonheur
et va vers ton risque. À te regarder ils
s'habitueront. »

Extrait du poème *Rougeur
des matinaux*, de René Char.

Préface

C'est très intéressant de participer à la naissance d'une nouvelle attitude face aux souffrances que nous inflige parfois l'aventure humaine. J'ai connu l'époque où l'on se soumettait aux malheurs de l'existence et où parfois même on les glorifiait sans penser à les combattre. « Tu accoucheras dans la douleur », disait-on aux femmes. « Il ne faut pas donner de médicaments contre la douleur aux enfants, ça modifierait leurs symptômes, ce serait une faute médicale », nous apprenait-on dans les écoles de médecine. Alors, on glorifiait les femmes qui se résignaient à souffrir, on applaudissait le courage des enfants dont on suturait les plaies sans anesthésie, on enseignait aux pauvres à abdiquer devant la cruauté de leur sort, on admirait même ceux qui souffraient en silence, en attendant des jours meilleurs, dans une autre vie.

Quelques rebelles nous suggéraient qu'un coup du sort n'est pas un destin inexorable. On est blessé bien sûr, mais si l'on se débat, on peut reprendre une autre forme d'existence, difficile ou même douloureuse, mais passionnante et parfois gaie.

Philippe Croizon est de ceux qui démontrent, comme une aventure stupéfiante, que l'on n'est jamais totalement soumis.

Je ne connaissais pas son invraisemblable victoire contre la tragédie quand j'ai commencé à faire des

enquêtes sur « ceux qui s'en sortent ». J'étais indigné par le misérabilisme de notre culture qui répétait comme un slogan : « Les pauvres, avec ce qui leur est arrivé, on va soigner leur corps le mieux qu'on pourra et les placer dans un service pour malades chroniques, dans un hôpital isolé, à la campagne de préférence, de façon à ne pas les voir. »

C'est de cette indignation, justifiée par quelques exemples de cabossés de l'existence qui parvenaient à se remettre à vivre, qu'est né le concept de résilience. Cette idée est simple aujourd'hui, mais, dans les années 1970, il a fallu affronter les stéréotypes culturels démissionnaires et découvrir les conditions qui permettraient de reprendre vie.

Je me souviens d'avoir été invité à une émission de télévision à l'époque de la guerre civile en Sierra Leone, en 1991. Un journaliste avait cherché à ridiculiser le concept de résilience en montrant la photo d'un petit garçon qui avait eu les quatre membres coupés à coups de machette. Goguenard, il s'était exclamé : « Alors, vous allez dire à cet enfant que ce n'est rien tout ça, que la vie continue comme si de rien n'était ! »

À cette date, Philippe Croizon pensait à ses marches en montagne, à ses fêtes avec les copains et à son futur mariage. Il était amoureux de tout, des voyages en Martinique, de sa femme, de sa famille, de ses amis et des enfants. Il fallait donc trouver une maison et l'aménager pour y être heureux, tous ensemble.

C'est alors que le malheur a frappé, immense, un des pires qu'on puisse imaginer ; une électrocution lui a brûlé les quatre membres. Comment vivre avec ça ? D'abord il a fallu survivre, et, dès la sortie de son coma, Philippe a manifesté quelques facteurs de résilience ; il a su se faire aimer par les infirmières qui venaient blaguer avec lui. « Je suis cuit », leur disait-il en montrant ses membres brûlés. Cet humour macabre n'était qu'un masque de clown, la politesse de son désespoir. Il pensait à la mort, ce qui est logique, mais ne voulait pas gêner ses proches et ceux qui le soignaient. Alors il souriait, blaguait et pro-

voquait même des fous rires pour ne pas imposer son malheur.

Quand je l'ai rencontré à Antibes au cours d'une journée « Sport et Handicap » organisée par les Alliances du sport, j'ai été charmé par son sourire et la franchise de son regard. « Rien à cacher », semblait-il me dire. Aucun mot, aucune image à éviter, nous pouvons nous rencontrer. « Je ne suis pas handicapé, il me manque simplement quatre membres, mais, pour le reste, ça va. »

Il faut se demander pourquoi Philippe a réagi ainsi, alors que d'autres ont préféré se laisser couler, ce qui est plus facile à comprendre. Quand j'ai vu sa stratégie affective, quand je l'ai vu parler, sourire, appeler ses copains et se déplacer dans son fauteuil entouré par ses proches, j'ai pensé que cette vitalité était un don de sa mère. Dans son groupe familial, on se sécurisait beaucoup, on se dynamisait, on se disputait certainement, puis on se pardonnait en riant. La grand-mère, elle aussi, a participé au cadeau en lui communiquant le plaisir d'aimer : un avantage pour la vie que, dans nos théories de la résilience, on appelle « attachement sécure », une manière d'aimer qui socialise, qui rend les relations faciles et agréables.

Le deuxième facteur de résilience acquis avant le trauma, c'est une aptitude à la mentalisation. Le fait d'aimer et d'être gai n'empêche pas de chercher à comprendre. Avant le malheur, Philippe rêvait, il anticipait tous les bonheurs possibles qu'il pourrait partager avec ceux qu'il aimait : la mer, la montagne, les voyages, la réflexion. Après le malheur, il a continué puisque c'est ainsi qu'il avait appris à penser. « Pourquoi moi ? », se disait-il comme tous les traumatisés. Mais il pensait aussi : « J'ai le choix entre la mort ou le défi » puisque vivre est une bravade qu'il ne craint pas. Je pense même qu'avec le temps, Philippe a érotisé cette manière d'affronter la mort et la vie. Quand je l'ai revu lors d'un magnifique colloque sur le thème « Sport et résilience » organisé à Eurosport par Laurent Éric Le Lay, il avait gardé son gentil sens du contact, mais il cherchait à

théoriser ce qui lui permettait de relever son défi après sa mort partielle. La résilience n'est pas un bonheur facile, mais Philippe avait le choix entre se laisser aller à l'agonie psychique ou évoluer vers la merveilleuse et douloureuse aventure sportive. Tous les sportifs de haut niveau raisonnent ainsi : il faut être plus fort que la souffrance pour parvenir à l'exploit qui donne sens à la vie.

C'est alors que Philippe s'est lancé le plus fou des défis, celui qui allait lui donner la victoire après d'immenses souffrances : traverser la Manche à la nage ! Il faut s'entraîner neuf heures par jour, tirer des longueurs dans une piscine, serrer les dents pour supporter l'effort physique et lutter contre l'ennui, car les fonds de piscine ne sont pas très exotiques. Mais, après, quelle victoire !

Je pense que ce goût du dépassement de soi n'est pas étranger à la victoire contre la mort qu'a remportée Philippe. Il a vu la mort, il l'a côtoyée, elle n'a pas pu l'emporter, il a été le plus fort. C'est ainsi que raisonnent les initiés ; ils se mettent à l'épreuve pour se fournir la preuve qu'ils sont plus forts que la mort. Après la victoire, ils se sentent autorisés à vivre. Mais avant le succès, quelle souffrance ! Il faut vraiment avoir l'espoir chevillé à l'âme pour supporter tout ça. Mais on a le choix entre la mort ou la victoire, on ne peut plus hésiter, il faut y aller.

Alors Philippe y va : la mer de Bismarck, la mer Rouge, les détroits de Gibraltar et même de Béring deviennent des terrains de sport, des lieux d'initiation.

Philippe Croizon met en scène son handicap afin de démontrer qu'on peut le dominer. Sa victoire est utile à toutes les personnes handicapées du monde. Lui qui a reçu de sa mère et de sa grand-mère le cadeau d'aimer la vie en dépit de son état, fait le même cadeau à ceux qui ont subi un malheur analogue : un petit garçon aux quatre membres coupés est sauvé du désespoir quand il apprend les prouesses sportives de Philippe, une étudiante en médecine qui a subi la même tragédie poursuit ses études et devient spécialiste en prothèses de membres, et tous les blessés de l'existence apprennent, en découvrant ses

exploits, que le malheur est dans l'histoire mais pas dans le destin. « Je sers à quelque chose, dit Philippe, quand je provoque l'admiration des ministres et des enfants. »

Le psychisme n'est pas intact, pas plus que le corps, mais quand une crypte douloureuse s'installe dans son âme, elle est provoquée par le regard des autres, des « normaux » qui possèdent quatre membres et ne cherchent pas à découvrir l'âme des personnes handicapées. Ils disent « on ne devrait pas laisser sortir des gens comme ça », ils regardent le blessé comme un animal de zoo ou laissent échapper une mimique de dégoût. Pour se protéger de l'angoisse ou de la responsabilité, ils empêchent Philippe de sauter en parachute, de nager et de prendre des risques en faisant des courses en fauteuil. Prétendant protéger les personnes handicapées, c'est à eux-mêmes qu'ils offrent le confort de ne pas se soucier des blessés.

Par bonheur, autour des éclopés, beaucoup de personnes parviennent à faire vivre les deux mots clés de la résilience : « soutien » et « sens ». Le soutien est fourni par des associations et des personnes qui désirent devenir des tuteurs de résilience. Les professionnels de la santé sont nécessaires, mais pas suffisants. Ils réparent les corps et invitent les personnes handicapées à poursuivre un nouveau développement résilient. On fait la fête, on loue des autocars, on parle jusqu'à minuit, on s'entraîne à marcher avec des prothèses, à jouer au basket en fauteuil ou à nager des heures et des heures.

Suzana, Marion Hans, Arnaud Chassery et toute une bande de copains anonymes ont servi de tuteurs de résilience. C'est à leur contact que Philippe a trouvé la force de se reconstruire. J'aurais dû écrire « se construire autrement », car sans son accident Philippe aurait évidemment connu une vie différente. Elle aussi aurait apporté une série de bonheurs et de douleurs, comme dans toute histoire de vie.

Un jour, Philippe rencontre Paul, un rescapé de la Shoah, et dit : « Moi aussi, je suis un survivant », ce qui est indéniable. Cette comparaison est pleine de sens, car

on ne peut comprendre ce qui nous arrive, reprendre possession de notre monde intime déchiré par le trauma qu'en fouillant dans notre histoire et en rêvant d'un projet de vie. Tout prend un sens différent quand on a été fracassé.

Une autre fois, un coiffeur a demandé à Philippe : « Je vous coupe les pattes ? » Celui-ci a répondu : « C'est déjà fait. » Et l'énormité de la réponse, en donnant un sens différent aux mots, provoque un éclat de rire, un plaisir de l'instant.

J'ai connu la même expérience dans une association de survivants de la Shoah. Ce petit groupe se développait très bien avec ses réunions, ses sorties culturelles, ses invitations et ses enquêtes, quand la présidente a dit : « On a beaucoup d'activités, beaucoup de travail, il va falloir prendre un... prendre un... » Après un court silence, tout le monde a soudain éclaté de rire, et la présidente a ajouté : « On ne peut tout de même pas prendre un collaborateur. »

Les mots avaient changé de sens. Les efforts physiques, la réflexion, le changement culturel avaient métamorphosé la souffrance passée en plaisir présent.

C'est ce que propose Philippe Croizon dans ce livre.

Docteur Boris CYRULNIK
Neuropsychiatre

Directeur d'enseignement de l'université de Toulon

I

Avant l'exploit

Dois-je mourir ici ?

Dois-je mourir ici, à cet instant ? Me voilà prisonnier de cette eau glaciale. Depuis vingt minutes, j'endure la morsure du froid. Ma peau se fissure sous les engelures. Je ne sens plus mon corps et ma tête s'apprête à exploser. Ne pas faiblir, persévérer, rester éveillé... Il me faut respirer lentement pour ne pas perdre connaissance, pour résister à l'hypothermie qui peu à peu s'invite dans mes membres. C'est certain, mon cœur va bientôt cesser de battre. Périr ici, seul, dans cet univers hostile, pétrifié par le gel, quel gâchis !

Quand soudain... une porte s'ouvre, celle de ma salle de bains.

Non, je ne suis pas abandonné en pleine mer Arctique. Mais pas sauvé pour autant.

Mes yeux embrumés distinguent une silhouette qui s'avance vers moi. Celle d'un homme massif, grand, athlétique, le crâne rasé, l'air déterminé. Il porte une bassine qu'il manipule avec précaution. Il s'approche et verse son contenu... dans ma baignoire. Encore une tournée de glaçons !

« Bon, ça va là Arnaud. Je crois que j'ai ma dose. Ça fait vingt minutes que je me pèle. À ton tour. T'es gentil de me sortir de là *fissa*... »

Arnaud, c'est Chassery, mon binôme, expert en défi. Et celui que nous allons partager est de taille. Pour le moment, nous n'en sommes qu'aux préliminaires qui nous imposent d'endurer des bains prolongés dans une eau à 2 ou 3 °C. Alors, à tour de rôle, nous nous allongeons dans une baignoire pour souffrir ce supplice.

Arnaud est un solide gaillard d'une trentaine d'années. Trente-six exactement. Un gaillard tout entier. Et moi, Philippe Croizon, je suis amputé. Et pas qu'à moitié. Non, une grosse amputation de compétition : les quatre membres, perdus dans un terrible accident qu'il me faudra conter plus tard. Les deux tibias coupés à hauteur du genou, le bras gauche au-dessus du coude et le droit en dessous bloqué après chirurgie dans un angle à quatre-vingt-dix degrés qui me permet, contre toute attente, de manipuler mon fauteuil roulant, de tenir une cuillère, de composer des numéros sur un clavier et même de conduire une voiture aménagée. Je suis un homme raccourci, mais pas pour autant diminué.

Si peu diminué que je m'apprête, avec le solide gaillard susnommé, à tenter un défi insensé : relier les cinq continents à la nage.

Si aujourd'hui je trouve la force pour de telles inepties, si aujourd'hui je peux parler de moi avec une telle ironie, c'est que j'ai traversé les cinq phases qui mènent à la renaissance : déni, colère, marchandage, dépression, acceptation. Un long chemin, des épreuves terrifiantes qui vous ouvrent les portes d'un paradis qu'on appelle résilience.

Cette résilience est désormais ma force, ma chance.

Voici mon histoire, voici notre histoire...

Cinq continents, la naissance...

18 septembre 2010. Je suis le premier sportif amputé des quatre membres à traverser à la nage la Manche, considérée à juste titre comme « l'Everest de la natation ». Lorsque j'atteins enfin les côtes françaises, deux sentiments troublants s'emparent de moi. Le premier, c'est le bonheur intense d'avoir réussi une telle audace après deux ans d'entraînement où j'ai tout sacrifié à la nage. Le second, c'est une immense tristesse. Voilà, tout s'arrête, c'est fini ! Je vais me séparer de mon équipe, cette formidable aventure prend fin. Je fais mes adieux à la Manche et par la même occasion à toutes les mers du globe car j'ai promis à Suzana, ma compagne, d'arrêter là. Elle m'a donné deux ans de sa vie, m'a suivi avec un dévouement sans limites... Impossible de lui en demander davantage.

Au cours de cette aventure, j'ai rencontré Arnaud Chassery, qui a tout quitté pour ce qui l'obsède, la nage longue distance. Il est à mes côtés, sur les derniers mètres, pour m'encourager, me relancer, me bousculer et me permettre d'aller au bout de mes limites. Jacques Tuset m'honore lui aussi de sa présence. M'honore car c'est un nageur en eau libre hors pair, également spécialiste du sauvetage côtier. Il passe sa vie, sans palmes ni combinaison, à courir les marathons et raids les plus réputés d'Europe. Deux colosses pour un demi-homme ! Dans leur palmarès insolent, tous deux ont un point commun : ils ont osé Gibraltar, une étape obligatoire pour tout nageur digne de ce nom. Tous deux l'ont réussi...

J'ai eu beau promettre à la femme que j'aime, Gibraltar ne cesse de me hanter. Et, à peine deux mois après la Manche, l'envie d'y retourner se révèle définitivement plus forte que la loyauté. Tout à mes

fantasmes, j'apprends que Marco Diaz, originaire de Saint-Domingue, vient de relier les cinq continents à la nage, dans le cadre des Objectifs du millénaire promus par l'ONU.

Je me dis : « Pourquoi pas moi, pourquoi pas nous, un nageur handicapé, un nageur valide. Tous capables d'une même folie. » Je rappelle Arnaud aussitôt : « Et si on reliait les cinq continents à la nage ? » À l'autre bout du fil, je l'entends rigoler mais je sais que c'est gagné. Il a, lui aussi, eu vent de cette tentative. Lorsqu'il est question de braver la mer, Arnaud n'est pas du genre à laisser passer une occasion. Dans nos deux cerveaux de déjantés, l'idée prend corps. Mais pas question pour autant d'en parler. Il faut préserver Suzana, surtout ne pas trahir Suzana.

Cette connivence interdite ne fait que croître au fil des semaines. Avec Arnaud, il nous faut communiquer à demi-mot, par codes interposés pour préserver notre secret. Notre nom de code, emprunté à un livre pour enfants : « Le Club des cinq ». De vrais filous, de vilains garnements en train d'ourdir un impensable voyage, de désobéir tout simplement. Nos recherches sur le Net vont bon train, nous épiluchons les tentatives similaires, les yeux rivés sur cette mappemonde que nous faisons tourner de concert. Les cinq continents, quelle idée sublime ! Partons le nez au vent avec, pour seul bagage, notre enthousiasme. L'aventure, des billets d'avion *open*, quelques nuits d'hôtels, pas d'autorisation particulière et qui nagera verra...

Nous ne savons pas encore que ce projet va prendre une dimension colossale. On ne se baigne pas au bout du monde comme dans sa piscine. Au-delà de certaines frontières, nager devient une affaire géopolitique. Des problèmes d'autorisations vont donc nous contraindre à rester sur place plus longtemps que prévu... Et puis, comment réduire cette épopée aux antipodes à un

simple barbotage ? Dès notre première traversée, en Papouasie, l'impact affectif est si fort que notre expédition prend une tout autre tournure. Il n'est plus seulement question de viser l'exploit sportif mais de s'engager dans une incroyable aventure humaine, d'aller à la rencontre des peuples et notamment des personnes confrontées au handicap à travers le monde.

Mais, avant toute chose, il y a un « détail » qui mérite qu'on s'y attarde : comment annoncer cette nouvelle à Suzana. Je dois commencer les entraînements ; elle va se douter...

Je suis invité à témoigner dans l'émission *Toute une histoire* sur France 2, animée par Sophie Davant, sur le thème « Que sont-ils devenus ? ». À l'occasion d'une discussion avec son assistante, je lui révèle notre intention de relier les cinq continents à la nage en précisant que, n'étant pas très courageux, je n'ai encore rien dit à Suzana.

Sur le plateau, tout se passe pour le mieux, mais, à la fin de mon intervention, Sophie Davant tend le micro à Suzana, présente dans le public. Je flairer l'entourloupe...

« Vous l'aimez très fort, Philippe ?

— Oui, évidemment.

— Au point de le suivre n'importe où, tout le temps ?

— Bien sûr, c'est cela aimer vraiment. »

Un bref regard échangé avec Sophie m'informe que mon compte est réglé.

« Alors lorsqu'il reliera les cinq continents à la nage, vous serez à ses côtés ? »

Un silence envahit le studio. Je me sens défaillir. Je vois deux yeux en position mitrailleuse me mettre en joue. J'ai l'image, mais pas encore le son... Alors, même si j'échappe pour quelques minutes à un règlement de compte en *live*, je sais que le répit sera de

courte durée et que notre prochain tête-à-tête promet d'être explosif ! Suzana n'avait visiblement rien soupçonné. La stratégie du Club des cinq avait fonctionné à merveille.

Le grondement du tonnerre ne me parvient que plus tard. Comme toujours en cas d'orage ! Le verdict est sans appel : « Hors de question ! » Et Suzana de vociférer : « Tu ne peux pas me faire ça. Tu m'as déjà trop demandé. »

Mais la natation a ses raisons que l'amour ne peut ignorer. Peu à peu, Suzana se fait à cette idée. « Tu vas en Papouasie. Mais c'est loin, c'est dangereux. Je serai avec toi. » Quelques semaines plus tard : « Tu vas à Béring. C'est loin, c'est dangereux. Je serai avec toi, mais, entre les deux, tu ne me demandes rien. » Et puis, un jour, à l'occasion d'une soirée entre amis, le miracle se produit. Je l'entends prononcer : « On va relier les cinq continents à la nage. » « On », pronom impersonnel qui dit tout le dévouement de cette femme. C'est reparti. Nous pouvons reprendre les entraînements. Suzana est à mes côtés, une fois encore.

Séverine, la compagne d'Arnaud, ne semble pas faire preuve de la même réticence. Il est vrai qu'Arnaud est un grand garçon autonome qui n'a pas besoin qu'on l'habille, qu'on le douche et qu'on lui donne la becquée. C'est surtout ma dépendance physique qui pèse sur Suzana. Ma situation de handicap impacte chaque moment de notre vie ; je ne suis pas capable de me débrouiller sans une tierce personne. Chez moi, j'ai la chance d'être accompagné par une perle rare, ma fidèle Suzie, qui, depuis dix-sept ans, vient tous les matins pour s'occuper de moi. Mais je doute qu'elle ait envie d'aller me dorloter aux antipodes. Ce nouveau « sacrifice » de Suzana est donc mon seul passeport pour l'extase.

Encore faut-il trouver un nom à cette expédition. Il nous vient comme une évidence, un jour, au cours d'une conversation. Je dis : « Nous allons nager au-delà des frontières. » Voilà, tout simplement. Une analogie avec « Médecins sans frontières » peut-être.

Quatre traversées en quatre mois. En cent jours exactement. Comme certains l'ont supposé, à tort, ce n'est pas un tour du monde, inspiré par l'épopée de Jules Verne qui, par la magie des mots, l'avait tenté en ballon. Non, notre expédition se contente de « relier » les continents, par les détroits les plus courts. Il s'agit de tendre un pont fictif entre les frontières administratives de l'Europe, l'Asie, l'Amérique, l'Afrique et l'Océanie.

Pour le parcours, avons-nous vraiment le choix ? Quelles mers, quels détroits, quels pays ? En observant la carte, nous nous rendons compte que, à la nage, les options sont limitées. Marco Diaz a ouvert la voie sur des itinéraires qui nous semblent cohérents. Nous décidons donc d'opter pour les mêmes tracés, à quelques détails près. Pour relier l'Océanie et l'Asie, nous commencerons notre défi en Papouasie, une île immense écartelée entre deux continents : d'un côté la Nouvelle-Guinée, de l'autre l'Indonésie. Entre l'Europe et l'Afrique, le passage sera royal : Gibraltar ! Entre l'Amérique et l'Asie, pas d'autre solution que le détroit de Béring qui, entre les îles de la Petite et de la Grande Diomède, offre une distance suffisamment courte. La seule alternative, c'est entre l'Afrique et l'Asie. Deux routes possibles, chacune à une extrémité de la mer Rouge : Égypte-Jordanie au nord ou Djibouti-Yémen au sud. Mais cette deuxième option semble plus hasardeuse ; on évoque les pirates, l'instabilité politique. Par prudence, nous choisissons la première, même si, à cette époque, les émois du Printemps arabe continuent de secouer tous les pays de la zone. Pour bien faire, il aurait également fallu relier l'Asie à l'Europe, *via* le Bosphore. Mais franchir une

rivière n'avait guère d'intérêt ! Quatre traversées suffisent pour que nous mettions un pied sur chaque continent...

Première traversée, le 17 mai 2012 : Océanie-Asie, entre la Papouasie-Nouvelle-Guinée et la Papouasie indonésienne.

Deuxième traversée, le 21 juin 2012 : Afrique-Asie, entre l'Égypte et la Jordanie.

Troisième traversée, le 12 juillet 2012 : Europe-Afrique, entre l'Espagne et le Maroc par le détroit de Gibraltar.

Quatrième traversée, le 17 août 2012 : Asie-Amérique, entre l'île de la Petite Diomède (USA) et celle de la Grande Diomède (Russie) par le détroit de Béring.

Des valeurs universelles

« Nager au-delà des frontières », ce n'est pas seulement nager et ce n'est pas seulement franchir des frontières. Quitte à parcourir le monde, autant le faire avec de grands desseins. Il est dit dans le premier article de la Déclaration universelle des droits de l'homme : « Tous les êtres humains naissent libres et égaux en dignité et en droits. Ils sont doués de raison et de conscience et doivent agir les uns envers les autres dans un esprit de fraternité. » Est-ce là une pure utopie ou une réalité ?

En relevant un tel défi, l'un valide, l'autre handicapé, serons-nous en mesure de faire tomber d'immenses barrières et de solides préjugés ? Dans nos valises, nous emmenons des valeurs qui, nous l'espérons, ont encore un sens : estime, acceptation, solidarité, respect des différences, de toutes les différences. Nous partons à la rencontre des singularités qui peuplent notre planète...

Un message de paix et d'égalité

Nous souhaitons véhiculer un véritable message de paix et de solidarité entre les hommes des cinq

continents. Au-delà des singularités sociales, culturelles, religieuses et politiques, les habitants de la planète ne sont pas si distants les uns des autres.

Le respect de la différence

Le respect de la différence est indispensable. Ces traversées, nous voulons les accomplir ensemble, côte à côte, du début à la fin. Arnaud, le « valide », devra donc en permanence adapter sa vitesse pour nager à mes côtés. Je devrai me dépasser pour ne pas ralentir mon compagnon et lui permettre d'arriver au but.

L'égalité des chances

Les personnes avec un handicap corporel, mental ou psychique sont très souvent confrontées aux inégalités, à la discrimination, parfois même au mépris. En relevant ensemble ce défi, nous voulons démontrer que le handicap n'est pas une fatalité. Avec du courage et de la volonté, chacun, qu'il soit valide ou non, peut repousser ses limites et accomplir de grandes choses. Moi, handicapé, à travers cette tentative universelle, je veux porter haut les valeurs comme le courage, l'abnégation et la force de vivre. Je veux montrer à tous qu'une personne handicapée est avant tout une personne.

Arnaud Chassery, un coup de foudre...

Pourquoi lui ? Pourquoi nous ? Pourquoi ce duo ? Parce que Arnaud Chassery, c'est mon coup de foudre. Je le rencontre alors que je prépare ma traversée de la Manche. Nageur en eau libre, il est l'un des rares

Français à l'avoir réussie. Un maestro qui a certainement bien des choses à m'apprendre.

Je décide de l'appeler :

« Je veux traverser la Manche.

— Oui, c'est une bonne idée.

— Mais je n'ai pas de bras, pas de jambes. »

À peine un silence au bout du fil. Il me répond :

« Viens t'entraîner avec moi en Bretagne. Ensuite, on ira nager dans la Manche. Et après, on verra... »

Voilà, c'est ça Arnaud Chassery. Un mec simple, généreux, doublé d'un super sportif. Arnaud est alpiniste et accompagnateur en montagne, spécialisé en orientation. Pendant de nombreuses années, il a encadré des groupes lors de randonnées en raquettes, en VTT, en kayak de mer ou en canoë. Il a ensuite exercé le métier d'enseignant pour les futurs candidats au brevet d'État d'alpinisme. Mais son sport de prédilection a toujours été la natation. Ce n'est pourtant pas un enfant de la mer ; il est né à Joigny, au cœur de la Bourgogne.

Mais tout petit déjà, il a une idée fixe : un jour, il traversera la Manche à la nage !

Chaque été il assiste, songeur, à l'arrivée des nageurs sur la plage de Wissant, dans le Pas-de-Calais. C'est finalement le 29 août 2008, après plusieurs années d'entraînement intensif, qu'il accomplit son rêve d'enfant : il relie la plage de Folkestone (Angleterre) au cap Blanc-Nez (Pas-de-Calais) en seize heures et trente-huit minutes. Selon lui, le « jour le plus long de [sa] vie » !

Puis très vite, il se fixe un nouvel objectif : la redoutable traversée du détroit de Gibraltar. Il l'accomplit deux ans plus tard, frôlant de peu le record de France de la durée de nage. À travers films et conférences, il partage sa passion avec un large public. Il est également l'auteur d'un livre, *À contre-courant*. Son

leitmotiv : « Chacun doit se sublimer à sa façon, avec ses moyens. Il faut savoir écouter son cœur ; l'énergie que l'on y puise est commune à chaque être humain. » Il n'en fallait pas davantage pour qu'avec lui l'osmose soit totale.

Préparation, le secret de la réussite

Décembre 2010. L'idée est lancée, le parcours tracé, nos compagnes amadouées... Sur le papier, nous sommes parés à toutes les audaces, mais qu'en est-il de notre condition physique ? « Nager au-delà des frontières » pourrait débiter au printemps 2012. Nous sommes donc à dix-huit mois de l'échéance. Arnaud est au top puisqu'il « habite » dans l'eau non-stop et vient d'achever la traversée du détroit de Gibraltar. Quant à moi, même si j'ai remis un peu de « mou » dans ma vie, j'ai conservé le bénéfice de deux ans d'entraînement intensif pour la Manche.

Plusieurs mois de natation à raison de cinq heures par jour, sept jours sur sept, soit entre 10 et 15 kilomètres de longueurs quotidiennes, devraient suffire. Un entraînement complété par trois séances de musculation par semaine avec mon préparateur physique, Thomas Lequeux, un gaillard d'un mètre quatre-vingt-cinq, ancien militaire, qui ressasse inlassablement sa devise : « Ce n'est que dans la douleur qu'on progresse. » C'est durant ces quelques mois que sont tournées les séquences du documentaire de cinquante-deux minutes que la société de production Gédéon Programmes souhaite consacrer aux préparatifs de notre expédition. Il sortira sous le titre *La Vie à bras-le-corps*.

Au printemps 2011, pour nous habituer à nager en eau froide, nous prenons la direction de la Trinité-sur-Mer, dans le Morbihan, où l'eau peine, à cette époque de l'année, à dépasser une dizaine de degrés. Nous avons loué une jolie maison bretonne. Mes parents, Gérard et Monique, nous rejoignent pour s'occuper de leur « petit », ce cadet ingérable qui prépare son nouveau caprice. La pression est grande. Ils ont beau être papa et maman, c'est la première fois que je les sens si proches, si impliqués. Comment allons-nous vivre cette intimité deux mois durant ? Les choses se mettent finalement en place naturellement, chacun assumant un rôle bien défini. Mon père soigne mon matériel tandis que ma mère m'accompagne pour tous les gestes du quotidien. Suzana, ma compagne, et Séverine, celle d'Arnaud, nous rejoignent de temps en temps, lorsque leur emploi du temps de maman leur accorde un maigre répit. Nos femmes nous manquent, mais priorité à la nage et pas de place pour les états d'âme.

Dans cet Atlantique parfois houleux, nous défions les courants qui s'engouffrent entre les îles. Le « jus » local nous laisse fantasmer sur ces remous qui agitent parfois les mers aux antipodes. Notre objectif : nager le plus longtemps possible en eau froide. L'Atlantique se plaît à nous offrir ce bain réfrigéré. À Béring, ce sera 7 °C de moins.

Des prothèses qui valent de l'or

Pour cette première mise à l'eau, j'ai l'occasion de tester mon matériel. Comment rendre à l'homme en kit la mobilité de ses jambes amputées puisque,

sans tibia, impossible de me propulser ? Il existe, depuis quelques années déjà, des prothèses de nage, mais uniquement adaptées au loisir. En eau libre, aucun hurluberlu de mon espèce n'a jamais tenté le coup. Alors des modèles de compétition pour un quadri-amputé, c'est quoi ce délire ? On part vraiment de zéro.

Dès 2008, je demande à mon prothésiste – habitué à des commandes plus conventionnelles – de plancher sur un prototype de palmes, mais le résultat se révèle catastrophique. Trois kilos par jambe maintenus par de la mousse expansée ; ces enclumes flottantes me blessent à chaque battement. L'objectif Manche se rapproche, il faut trouver une solution. Je m'en remets alors au savoir-faire des ingénieurs du CREPS¹ de Poitiers et du CAIPS² pour relever cette gageure. Experts en haute technologie, leurs prothésistes et orthopédistes travaillent durant un an et demi pour concevoir un modèle à mon « pied ». Au bout de six mois, on me soumet une première paire. Pas optimale, elle nécessite des retouches. Un an plus tard, un modèle nettement plus sophistiqué voit le jour, en carbone et titane. Sur mesure, du jamais fait, une véritable pièce de formule 1. Mais cette créativité a un coût, que d'aucuns jugeront exorbitant : 12 000 euros. La contrepartie appréciable c'est que, désormais, le « patron » existe ; quelques nageurs amputés m'ont déjà contacté pour se procurer les plans de la pièce en titane qui gère l'inclinaison et la rotation. L'emboîture dans laquelle vient se glisser le moignon doit ensuite être moulée à leurs mesures, et c'est lors de cette opération que se révèle tout le talent du prothésiste. Il faut alors compter 6 000 euros la paire ! Un tel budget ne me permet pas

1. Centre de ressources, d'expertise et de performance sportives.

2. Centre d'analyse d'images et de performance sportive.

de réaliser des prothèses de rechange. Pour assurer mes arrières sur les cinq continents, j'ai une autre paire en plastique, vestige de la Manche, qui traîne dans un placard. Je prends la précaution de la glisser dans mes valises en cas de casse.

Les manchons sont ensuite fixés sur des palmes, qu'on appelle « voilure » dans le jargon des initiés. Elles ont été conçues par Breier, spécialiste dans la fabrication de bipalmes et monopalmes en composite pour l'apnée, la nage, la chasse sous-marine... Ces pièces équipent les apnéistes et chasseurs de poissons en apnée ou encore un quadruple champion d'Europe en sauvetage. Pour le « cas Croizon », il a fallu des mois pour mettre au point la bonne option, d'abord en fibre de verre sur la Manche puis en carbone sur les cinq continents. Cette dernière, nettement plus sophistiquée, permet un plus grand retour d'énergie et donc un meilleur rendement.

Côté combinaison, nous sommes « habillés », une nouvelle fois après la Manche, par Aqua Sphere, le département natation d'Aqua Lung, leader mondial dans la fabrication d'équipements de plongée sous-marine. Toutes les autres marques ont « décliné » notre proposition. Aqua Lung a été le seul à me dire : « Oui, ça peut nous intéresser. Faut voir ! » Trois types de vêtements ont été conçus pour faire face à des conditions de nage très distinctes : une combinaison d'un millimètre d'épaisseur pour les eaux chaudes, une autre de trois millimètres pour les eaux tempérées et une dernière de huit millimètres pour les eaux glaciales du détroit de Béring, à la fois hydrodynamique et thermorésistante. Pour compléter la panoplie, je nage avec un tuba qui me permet, parce que mon impulsion est limitée et m'empêche de relever le buste, de nager le visage le plus souvent dans l'eau.

Lors de ces entraînements en Bretagne, Arnaud l'insubmersible opte, le plus souvent, pour un slip de bain minimaliste. En guise de peau, cet homme s'est couvert depuis longtemps d'écailles.

Ma Suza-nana, elle m'apaise

À peine remis de ce traitement de choc breton, nous décidons, Suzana et moi, durant l'été 2011, de gagner le Grand Sud. Direction le Portugal. Nous posons nos valises pour quatre semaines à São Martinho do Porto. C'est dans cette large anse où les vagues sont réputées être particulièrement virulentes que je vais me frotter aux colères de la mer. L'océan exprime ici tout son tempérament, quitte à vous glacer le sang. À proximité de Lisbonne, en plein mois d'août, l'eau dépasse rarement 15 °C. Le Gulf Stream s'en va lécher les côtes espagnoles, plus au nord, abandonnant le Portugal à la fraîcheur.

Le Portugal, c'est le pays de Suzana.

Celle que j'appelle ma Suza-nana me rassure, m'apaise ! Elle est à la fois mon sextant et ma bouée ; elle me guide et me porte.

J'ai rencontré l'amour sur Internet. Après trois ans de célibat, guéri du départ de ma première femme, je pianote sur un site de rencontres. Amputé des quatre membres, autant dire que mon profil « atypique » ne rencontre guère le succès escompté. J'ai le doux espoir qu'une femme pourrait ainsi m'aimer mais, en mon for intérieur, les perspectives semblent tout de même limitées. Mais un jour, je tombe sur le message d'une pré-nommée Suzana qui n'a pas pris ses jambes à son cou en lisant mon profil. Humour et gentillesse ont suffi à

Marche et invente ta vie

BERNARD OLLIVIER

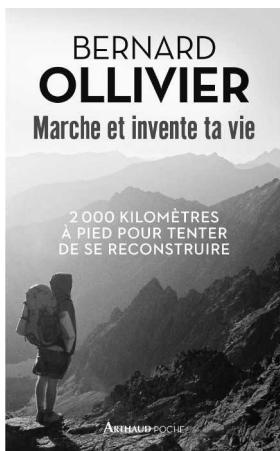
Rebattre, entre 14 et 18 ans, les cartes de leurs vies un peu biseautées par des enfances brisées, c'est le contrat que Seuil, association atypique en France, propose à des adolescents égarés, embourbés dans des conflits familiaux, des bandes ou des séries de délits qui les ont conduits dans une impasse ou en prison.

Le contrat proposé est simple et brutal : marcher un peu moins de 2 000 kilomètres, sac au dos, pendant trois mois, par tous les temps et en toutes saisons, dans un pays étranger. Et avec une contrainte terrible pour eux : ni musique, ni téléphone, ni Internet pendant 110 jours !

À ce pari fou, une seule règle : c'est le jeune qui est maître de dire « j'arrête » ou « je continue ». Dans tous les cas, c'est son juge qui arbitrera.

Ce qu'ils gagnent ? Une place dans la société qu'ils avaient rejetée.

Douze ans après le premier départ, que sont devenus ces gamins perdus, ces possibles gibiers de potence ? Attention aux jugements hâtifs. Ceux qui « ratent » une marche ne ratent pas obligatoirement leur réinsertion et ceux qui font une rechute ne ratent pas nécessairement leur vie. Pour savoir, il fallait aller les revoir, ceux qui ont « réussi » et ceux qui ont « échoué ».



ISBN : 978-2-0813-9674-6 - Prix : 5,90 € - 240 pages

Composition et mise en page



N° d'édition : L.01EBNN000474.N001
Dépôt légal : janvier 2017