



Pourquoi je m'entraîne

par Pierre Amardeilh

Cet article, rédigé par un sportif de haute compétition, analyse les mobiles poussant le sportif à l'effort. Par sa sincérité et la maîtrise de sa pensée, l'auteur nous découvre son univers d'athlète, parfois imprévu et surprenant. Certaines de ses idées devraient entraîner la contradiction. Nous le souhaitons.

Qui est l'auteur? Pierre Amardeilh se classe parmi les meilleurs nageurs de son pays. Titulaire de l'équipe de France, il devint recordman de France du 4 x 200 m. lors des championnats du monde de Belgrade. Sa renommée internationale n'est pas retentissante, il a cependant franchi le mur des 2' sur 200 m. nage libre. Cet article est paru dans le dernier numéro de la revue de son club, le Club des nageurs de Marseille. Ajoutons que Georges Garret, souvent mentionné dans les pages qui suivent, n'est autre que son entraîneur.

Van Gogh affirme: «Je puis bien dans ma vie et dans ma peinture me passer de Dieu, mais je ne puis, moi souffrant, me passer de quelque chose qui est plus grand que moi, qui est ma vie: la puissance de créer.»

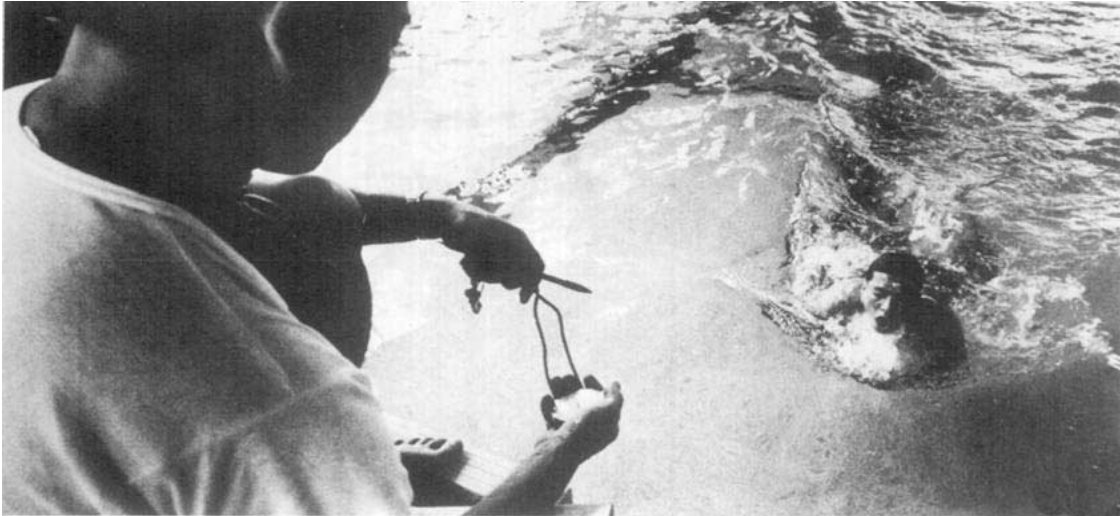
Deux mots importants, deux idées prisonnières l'une de l'autre: souffrir et créer. Toute souffrance est créatrice, et créer a comme corollaire la souffrance. Rien ne s'obtient, rien ne se fait sans effort, sans douleur; de même, tout effort est créateur. Nager 7 kilomètres en moyenne par jour nécessite un effort; s'entraîner, c'est souffrir.

Souffrir, pourquoi? Pour qui? Et de quoi ma souffrance est-elle créatrice?

J'appartiens au Cercle des Nageurs depuis maintenant plus de dix ans et

depuis plus de dix ans je défends les couleurs du Cercle en compétition. Je sais ce que je dois à cette association. Lorsque d'aventure je monte sur le podium ou lorsque je suis sélectionné, je sais que mon succès ne m'appartient pas en propre et que j'en dois une grande partie à mon Club. Ma réussite sportive, à mon niveau, est une chose que je veux bien partager et même céder. En revanche, il est une chose que je me refuse à partager, c'est ma souffrance; d'ailleurs, personne ne viendra me la disputer.

En effet, tout au long de l'année, je souffre tout seul à l'entraînement, tout seul tous les jours. Tous les jours cela signifie que le lendemain il me faudra recommencer et qu'ensuite, jour après jour, il en sera de même. Je serai seul



avec ma souffrance. Si à l'occasion d'une compétition (mais alors c'est tellement facile ce jour-là!) je concours pour le Cercle, le reste du temps je ne m'entraîne pas, je ne souffre pas, pour le Cercle.

Je ne m'entraîne pas pour M. Georges Garret ou pour l'équipe de copains à laquelle j'appartiens depuis de nombreuses années. En dépit de mon respect et de mon admiration pour le premier et de mon amitié pour les autres, je ne nagerais pas 7 kilomètres par jour uniquement pour leur être agréable.

A fortiori, je ne m'entraîne pas pour 3000 membres du Cercle que je ne connais pas, qui m'ignorent et qui se moquent du sport en général et de la natation et du water-polo en particulier. A cet égard, il serait d'ailleurs intéressant de connaître le nombre moyen des spectateurs qui assistent, dans les piscines du Cercle, aux compétitions de natation et aux matches de water-polo, cela dit sans animosité, chacun ayant fort heureusement le droit de pratiquer l'activité de son choix, y compris le jeu de belote.

Je ne m'entraîne pas davantage pour aller à Rio de Janeiro, à Tahiti, aux Jeux Olympiques de Munich ou aux Championnats du Monde de Belgrade.

Il serait non seulement présomptueux mais encore fallacieux de s'entraîner autant dans le but unique de participer

éventuellement à des voyages dont les protagonistes sont choisis à quelques centièmes de seconde près, centièmes si difficiles à gagner.

M'entraînerais-je alors pour être le plus fort, pour vaincre? Sincèrement, je ne le crois pas.

Je ne serai jamais le plus fort n'ayant pas, et il s'en faut de beaucoup, la classe d'un Alain Mosconi ou d'un Michel Rousseau.

Cela ne veut pas dire que, le jour de la compétition, je ne serai pas stimulé par l'idée que je lutte pour mon équipe, par l'attrait d'un voyage ou par le désir de vaincre celui qui nage à mes côtés.

Mais l'hiver, longtemps avant la saison des compétitions, lorsque je nage dix fois trois cents mètres, cinquante fois cinquante mètres ou trente fois cent mètres, je ne me dis pas entre chaque parcours: «Va! nage pour M. Garret et pour le Cercle! Pour les Copains! Pour aller en Australie!». Non, je nage pour moi et pour moi seulement. Et pour en revenir à Van Gogh, que crée donc ma souffrance à l'entraînement? Elle me crée, moi.

Il faut constater que l'entraînement de natation s'adresse nécessairement à de jeunes hommes en bonne santé. Or, tant que je serai capable de nager au moins 7 kilomètres par jour, je saurai

que je suis jeune et en bonne Santé. La natation, pour moi, c'est la preuve éclatante de ma jeunesse. A travers elle, je recherche la permanence de mon état d'homme jeune. Si j'accepte la souffrance de l'entraînement, si je l'accueille même comme une amie, ce n'est assurément pas par masochisme. Mais je la désire, car, bien qu'elle soit une épreuve, elle est en même temps la preuve de ma jeunesse qui dure. Tant que je peux m'entraîner, j'ai l'impression d'être. Ce qui m'effraie, lorsque j'arrive au bord d'un bassin, ce n'est pas la souffrance que je vais endurer, c'est la peur de ne plus pouvoir un jour l'assumer. A chaque attaque des bras, je me crée contre le temps. Chaque mètre dans l'eau me voit naître. Nager, pour moi, c'est être hors du temps, presque immortel; c'est me fabriquer un destin, c'est une façon de concurrencer la création dans la mesure où je triomphe provisoirement du temps, du devenir, de la mort. C'est ma manière d'être libre ou, plutôt, d'essayer d'être libre. Car à mes yeux la seule liberté qui pourrait avoir du prix serait celle qui me permettrait d'échapper au temps.

Qu'on ne me dise pas qu'il s'agit là d'une conservation, d'une préservation, plutôt que d'une création. En réalité, créer c'est changer, c'est transformer le réel. Or, la réalité veut que je passe, que je ne dure pas. Préserver mon être, faire durer ma jeunesse, c'est donc créer, c'est donc me créer.

Qu'on ne dise pas non plus que je fuis la réalité. Si je conteste le réel, je ne m'y dérobe pas pour autant. Aucun homme d'ailleurs ne peut vivre dans le refus total du réel. De même que toute pensée, et d'abord celle de la non-signification, signifie, de même il n'existe pas d'activité humaine entièrement fondée sur le non-sens et l'absurdité totale de la vie. On peut dénoncer l'injustice totale du monde et cependant revendiquer une justice que l'on sera seul à créer, mais on ne peut affirmer la laideur totale du monde.

Pour créer il faut donc en même temps refuser le réel et exalter certains de ses aspects. Ce que j'exalte c'est ma jeunesse, mon adolescence qui s'achève déjà, et ce que je refuse c'est le manque d'unité, de forme, de durée qu'elle recouvre.

Et pour cela je ne veux d'aucune philosophie historique, marxiste ou existentialiste; les philosophies historiques enseignent en effet « qu'être, c'est se faire », que « nous ne sommes pas mais que nous devons être ». Ainsi nous condamnent-elles à ne vivre que pour l'Histoire. Je ne nie certes pas l'Histoire dès lors que c'est en elle que j'essaie de m'affirmer, d'affirmer ma jeunesse.

Mais je la repousse sans m'y dérober, et pas une seconde je ne fais de l'Histoire un absolu. Si l'Histoire est une des limites de l'Homme et si elle me voit cesser un jour de nager et mourir, je tente, précisément en nageant, de poser à mon tour une limite à l'Histoire.

En effet, nager consiste à essayer désespérément de ne pas pénétrer dans le devenir historique car l'injustice de ma condition d'homme, le caractère fugitif de ma jeunesse, la mort, ma mort, se manifestent dans l'Histoire. Je ne veux pas être qu'« un projet », comme dirait Sartre; je veux croire qu'il existe aussi des valeurs dans le présent et que ces valeurs ne sont pas toutes au bout de l'Histoire. S'il n'existait aucune valeur en dehors de l'Histoire, nous serions condamnés à un présent triste, sans joie. En ce qui me concerne je suis heureux de vivre, de nager, et ce que je regrette c'est que même si, par miracle, je pouvais être jeune et nager toute ma vie, cela ne serait que toute une vie.

« Je crois qu'il faut vivre non pour commencer d'être un jour mais en fonction de cet être que nous sommes déjà. »

Je nage « non pour produire l'être que je ne suis pas, mais pour créer celui que je suis ».

P.A.