

# Christophe Bourguignon

## Un portrait du portraitiste

Si vous lisez ces mots, il est probable que les portraits de membres du club vous soient familiers. Vous avez déjà découvert des athlètes d'âges et d'horizons variés, avec des histoires et personnalités parfois – souvent même - atypiques. Ceci-dit, peut-être aurez-vous remarqué qu'ils ont tous un point en commun. La signature, en bas, à gauche : Christophe Bourguignon. Mais qui est Christophe ? Est-il un athlète, un entraîneur, un philosophe, un écrivain, un artiste ? La meilleure réponse qu'il soit possible d'apporter est : oui. Du haut de ses 59 ans, Christophe a pris de multiples virages et a été tantôt l'un ou l'autre, parfois simultanément. Mais s'il est une chose présente tout au long de sa vie, en toile de fond ou au premier plan, c'est bien le sport.

Christophe est originaire d'Amiens ; il a grandi dans une famille où la pratique sportive était bien ancrée. Côté maternel, ses grands-parents étaient tous deux sportifs de haut niveau, fondateurs de sections locales dans leurs disciplines respectives ; deux de ses tantes avaient un niveau international au lancer. Son père, lui, était professeur d'EPS et entraîneur d'athlétisme. C'est donc assez naturellement qu'un de ses premiers rêves d'enfant fut de courir vite et à haut niveau. Mais vers l'âge de dix ans, la vie lui fit prendre un premier virage. Après le divorce de ses parents, le tartan perdit son attrait, au point de le convaincre d'arrêter l'athlétisme. Au désir du tartan succéda celui de l'asphalte : Christophe se rêvait maintenant compétiteur automobile. Et quand un désir intense motive Christophe, il se donne les moyens d'y aller. Il se lance donc dans la compétition en karting !



Le matériel y étant plus onéreux qu'en sprint - c'est peu dire – il travaille pour payer ses saisons dans ce sport coûteux, relativement à ses moyens. Et il se trouve que Christophe a un certain talent pour prendre des virages, au sens propre comme au sens figuré. Il ira accrocher une 20<sup>e</sup> place aux championnats de France de sa discipline, dans un kart vieux



de deux ans, quand tous les concurrents tournent sur du matériel de pointe. Cette passion pour les sports mécaniques le conduit à s'orienter vers la mécanique auto en sortie de collège, contre l'avis de ses professeurs qui voulaient le voir suivre un cursus scientifique. Son bac en poche, il s'aperçoit vite qu'être mécanicien n'est pas forcément un plaisir pour lui, surtout dans une région où les hivers sont bien plus rudes qu'ici. Nouveau virage, il rattrape un DUT de génie mécanique mais il se rend à l'évidence : être employé dans ce domaine n'est pas fait pour lui.

Mais Christophe a plus d'une corde à son arc. Bon musicien, il tourne de nouveau et explore cette voie, notamment en donnant des cours de guitare et en enregistrant des morceaux pour le cinéma. C'est alors qu'au hasard de ses lectures, il tombe sur un texte du physicien



Max Planck, l'un des fondateurs de la mécanique quantique, extrait de son ouvrage *"L'image du monde dans la physique moderne"*. La remise en perspective de la notion de réalité qu'il découvre avec Plank éveille sa curiosité. Il lit donc davantage, s'oriente vers des ouvrages de philosophie et de psychologie, mais Christophe ne fait pas les choses à moitié. A 22 ans, il n'a jamais écrit une dissertation de sa vie et n'a pas spécialement d'argent de côté. Ceci ne le dissuade pas de s'inscrire à l'université pour reprendre des études de philosophie : il sera professeur de guitare le soir, et surveillant pour financer ses études. La première année est difficile mais il raccroche les wagons et continue son cursus.

Et le sport dans tout ça ? A 24 ans, Christophe ne pratique plus le karting. Il garde une certaine amertume pour une discipline dans laquelle talent et travail ne suffisent pas sans un bon matériel. Mais il est un sport qui lui est familier, qui réclame de la rigueur ainsi qu'une préparation minutieuse et optimisée : l'athlétisme, et plus précisément, le sprint. Karting et sprint présentent cependant une différence fondamentale ; dans le second, il ne s'agit pas d'assembler et de régler minutieusement du matériel qu'il faut acheter, mais bien de préparer son propre corps. C'est donc avec cette idée en tête qu'il commence à s'intéresser à la physiologie et la préparation physique. Lorsqu'il embarque, à 25 ans, dans un avion en vue d'aller étudier une année au Sénégal, il emporte dans ses bagages quelques ouvrages sur ce thème. C'est là-bas qu'il renouera avec l'athlé. Sur le stade, il y a certes des racines qui traversent la piste, mais il y a quand même du niveau et des athlètes qui s'entraînent. Il veut toutefois comprendre son entraînement et se débrouille donc sans entraîneur en essayant sur lui « des trucs [...] pour le meilleur et pour le pire ». Sur place, arrivé « la fleur au fusil, persuadé malgré lui que sa culture européenne est universelle », il surmonte les embûches et arrive à assister aux cours en auditeur libre pour apprendre la philosophie et la tradition orale locale. Mais en février, la situation politique se dégrade et le contraint à rentrer en France.

De retour, Christophe termine sa licence, devient maître auxiliaire, passe le CAPES en immersion et enseigne la philosophie durant 15 ans. En parallèle, sa vie – retrouvée - d'athlète continue. Il s'entraîne seul, sa discipline reine est le 400m. A 30 ans, tous les voyants sont au vert pour faire une très belle saison et passer sous les 50 secondes. Mais la vie d'athlète n'est pas un long fleuve tranquille. Christophe tombe gravement malade en avril, perd six kilogrammes et doit être hospitalisé. En juillet, il trouvera une course pour aller arracher, une dernière fois, un chrono de 50 secondes. Mais l'envie n'est plus là.



Cependant, tout comme avec le karting, la frustration crée une dynamique. « Quand j'étais athlète, j'étais en fait plus entraîneur qu'athlète, mais je ne m'en étais pas aperçu » nous

livre-t-il. Il réalise que programmer un entraînement en vue d'un objectif est ce qui l'intéresse le plus – fût-il ou non celui qui réaliserait les séances en question. Bientôt, sa demi-sœur Julie vient le trouver : elle souhaite qu'il l'entraîne sur 200m et 400m à la suite d'un différend avec son entraîneur d'alors. Il se laisse convaincre et a le plaisir de partager avec elle sa qualification aux championnats de France juniors. C'est ensuite au tour de son demi-frère Rudy, déjà neuvième aux championnats du monde juniors sur décathlon de venir le trouver (avais-je mentionné que le sport est une histoire de famille?). Il suivra sa préparation physique et aura le plaisir de l'accompagner pour sa sélection aux championnats d'Europe lors de sa première année sénior. Petit à petit, Christophe se prend au jeu et se constitue un groupe d'entraînement. Toujours professeur de philosophie, il enchaîne les soirées sur le stade et se lève à l'aube pour ses corrections et préparations de cours, qu'il tient à renouveler chaque année. Le weekend, il accompagne ses athlètes en compétition mais part avec une pile de copies sous le bras. Toutefois, la correction n'est clairement pas l'activité qui le passionne le plus : beaucoup des copies sont du plagiat et trop rares sont celles d'élèves ayant réellement essayé de produire une vraie réflexion sur le sujet donné. A l'inverse, dans son activité d'entraîneur, les athlètes sont là de leur plein gré et investis. Majoritairement, ils viennent avec leurs ambitions, leurs projets, et Christophe apprécie par-dessus tout de les y accompagner et de partager avec eux le chemin qui, sauf accident, mène au bonheur de la réussite. Le voilà donc prêt pour un nouveau virage.

En 2003, il traverse une période difficile après une séparation. Il quitte sa région natale et s'installe à Fréjus où il entraîne au club local. Dépassant la dépression, il braque de nouveau et abandonne l'Education Nationale pour se consacrer complètement à l'entraînement. Après quelques mois, il vend son logement et décide de s'installer à Nice en 2015 : il veut entraîner dans une plus grande structure, davantage tournée vers la performance, où il pourra garder ses athlètes, sans tous les voir disparaître après le lycée. Voici donc le moment de son arrivée au Nice Côte d'Azur athlétisme.



« En plus de ses activités de loisir, le club garde une orientation vers la performance » remarque-t-il. Et à cette époque, la compétition à haut niveau a encore une importance primordiale pour lui. Or, ici « Tout est fait pour mettre les athlètes et les coachs dans de bonnes conditions. » confie-t-il, et il se souvient avoir été « accueilli à bras ouverts par Benoît et Nicolas » qui l'aident alors à constituer un groupe sur place. Depuis, sa vision de la compétition a évolué. Athlète, elle était pour lui l'objectif ultime. Or, dans le haut niveau,

Christophe trouve qu'il y a trop de triche. Maintenant, il nous livre que « le plus important, c'est le travail que l'on fait pour atteindre cet objectif ». Car, ajoute-t-il « Au fond, faire 50s, 52s ou 48s, dans la vie, ça change quoi ? Ça ne change rien du tout. La seule chose importante pour [l'athlète], est qu'il ou elle a réussi à se dépasser et à produire quelque chose perçu auparavant comme impossible. ». A présent, il s'intéresse moins aux grandes compétitions de haut niveau. Ce qui compte le plus pour lui est le partage avec ses athlètes, et le travail commun autour de leur projet, pour leur permettre d'exprimer leur potentiel. Ainsi, ses meilleurs souvenirs d'athlète sont la qualification de Rudy aux championnats d'Europe deux ans après avoir commencé à l'entraîner, ou encore le passage sous les 2'10 au 800m d'Elodie, la mère de son fils Sacha. Il remarque aussi qu'au-delà de l'intérêt fédérateur de l'athlétisme, qui fait se rencontrer des personnes d'origines et milieux sociaux différents, le sport a un effet positif dans le corps mais aussi dans l'esprit de ceux qui le pratiquent.

Souvent, lorsqu'il a suivi sportivement des personnes qui traversaient des moments difficiles, Christophe a remarqué que l'entraînement avait aussi un effet bénéfique sur leur mental et leur moral. Comme cela a pu être le cas pour lui, de nombreuses personnes traversent des situations de changement dans le corps ou dans la vie aux alentours de la quarantaine ou la cinquantaine. Il a pu constater que l'entraînement sportif, son cadre et les interactions qu'il a eu avec ces athlètes ont pu aider ces personnes à traverser ces situations. Aujourd'hui, il a donc pour projet de creuser davantage ce sujet et de profiter des multiples cordes qui sont à son arc pour créer une activité de développement personnel. Est-ce le début d'un nouveau virage ?



Vous l'aurez compris, Christophe est une personne riche et qui a des choses à raconter et à transmettre, bien davantage que ce qui peut tenir en quelques lignes. Cette transmission lui tient d'ailleurs à cœur, et il l'a donc déjà commencée : il est l'auteur d'un roman, et travaille actuellement sur un essai philosophique, une manière pour lui de transmettre, plus tard, des pistes de réflexion à son fils Sacha. Il admet lui-même un caractère plutôt réservé, et comme le fait remarquer Elodie "Il peut paraître froid ou distant de prime abord, mais il n'en est rien! C'est quelqu'un de très ouvert qui s'intéresse aux autres et aime beaucoup échanger". Ses portraits sont d'ailleurs une manière parmi d'autres de découvrir de nouvelles personnes et de nourrir ces échanges. Inutile, donc, d'attendre qu'il vienne faire le vôtre pour aller le rencontrer sur le stade!

*Pierre Costini*