



## «C'est un jeu très mental»: dans la tête des dix derniers champions olympiques de saut d'obstacles

**Gestion des chevaux, préparation mentale, mais aussi superstition: dans «Champion, le jour JO!», Alban Poudret dissèque les recettes du succès aux Jeux en compagnie des dix derniers cavaliers couronnés. Parmi eux, le Jurassien Steve Guerdat tentera ce mardi de doubler la mise**

**2024-08-06,  
Lorène Mesot**

Grâce à votre abonnement, vous pouvez offrir des articles. Le lien est valable une semaine.

Soulagement dans le clan des cavaliers suisses. Après un départ raté la semaine dernière lors de l'épreuve par équipe, Steve Guerdat et Martin Fuchs se sont qualifiés lundi pour la finale de l'épreuve individuelle de saut d'obstacles au terme de deux jolis parcours sans faute. Ce mardi, ils pourront compter sur leurs complices Dynamix de Belhème et Leone Jei.

Les sports équestres ont cela de particulier que même individuels, ils sont une affaire de couple. La victoire tient-elle davantage au cheval, à celui qui tient les rênes ou à leur alchimie? Cette question, Alban Poudret, directeur sportif du CHI de Genève, se l'est posée des centaines de fois sans jamais réussir à y répondre tout à fait. «On recherche tellement l'osmose qu'il est difficile ensuite de diviser le tout. Finalement, je pense que le cheval peut être plus décisif sur quelques grosses échéances, par contre, sur le long terme, c'est le cavalier qui fait la différence», note celui qui est aussi fondateur et rédacteur en chef du magazine Le Cavalier romand.

Le Vaudois sait de quoi il parle, voilà plus de quarante ans qu'il arpente les terrains de concours. Un rythme de vie au grand galop que la pandémie de Covid-19 a contraint à ralentir. Le féru d'hippisme s'est alors replongé dans l'évolution du sport, s'amusant à comparer les époques et les palmarès des plus grands champions. De ce voyage dans le temps et de longues discussions avec Pierre Durand et Steve Guerdat, champions olympiques en 1988 et 2012, est née l'idée d'un ouvrage, inédit et ambitieux, centré sur le témoignage des dix derniers médaillés d'or de saut d'obstacles en individuel, de Joe Fargis (1984, Los Angeles) à Ben Maher (2021, Tokyo). Qui de mieux pour tenir la plume? L'homme de 67 ans a lui-même assisté à neuf des dix derniers Jeux – seuls lui manquent les JO de Tokyo qui se sont joués en pleine pandémie et auxquels il a renoncé juste quelques semaines avant.

### Quarante ans d'un sport raconté par ceux qui le font

Heureuse coïncidence: les Jeux de 1984 ne correspondent pas seulement aux années d'ancienneté de l'auteur, mais également à la naissance du saut d'obstacles tel que nous le connaissons aujourd'hui. «Les parcours avaient culminé dans les hauteurs et les largeurs entre les Jeux de Mexico (1968) et de Montréal (1976), surtout à Munich (1972), avant de devenir beaucoup plus techniques, fins et subtils à Los Angeles», précise Alban Poudret, qui note que, bien qu'un peu raccourcis, les parcours n'ont que peu évolué depuis (contrairement au format des épreuves, très contesté, qui a changé depuis les Jeux de Tokyo, avec une manche et un cavalier en moins par équipe).

Les questions du journaliste sont articulées autour d'un constat: les Jeux ont cela de passionnant que contrairement aux Championnats du monde, aux européens, aux Jeux panaméricains et aux Grand Prix, une victoire n'a (quasiment) jamais été un coup d'éclat isolé. N'ont gagné que «des monuments ces 70 dernières années, pour ne pas remonter aux calendes grecques», constate Alban Poudret en préambule. Comme si le hasard n'avait pas sa place sur le chemin de l'Olympe. Existerait-il une recette?

### Des JO pour de faux



Le couperet tombe dès les premières pages: il existe autant de manières d'aborder les Jeux et de décrocher l'or que de champions olympiques. Concernant la préparation des chevaux d'abord. Steve Guerdat parle d'une planification pensée sur le temps long: «Il faut tout programmer en fonction de cela pendant quatre ans, pour être là le jour donné.» A l'inverse, le Néerlandais Jeroen Dubbeldam explique avoir préparé les Jeux qui l'ont vu triompher en 2000 à Sydney en ne changeant «absolument rien».

Là où beaucoup parlent d'économie de l'effort et de savant dosage pour arriver frais mais affûté le jour J, Eric Lamaze, vainqueur à Hongkong en 2008 avec Hickstead, détaille comment il organisait à domicile des pré-Jeux, en construisant lui-même des parcours du même acabit que ceux des Jeux. Il les sautait, avec ses coéquipiers, dans le même ordre et avec les mêmes intervalles de temps que ce que sa monture allait vivre sur place. Une sorte de répétition générale grandeur nature à un mois de l'échéance qu'il pouvait même réaliser deux fois s'il n'obtenait pas satisfaction du premier coup.

Le Canadien avoue cependant n'avoir jamais soumis son légendaire Hickstead à pareil exercice: «Pas besoin de quatre ou cinq manches pour me prouver que nous étions au niveau, parce que ce phénomène de cheval avait déjà tout sauté et même réussi 26 sans-faute d'affilée, un record sans doute!», se souvient-il, avant de préciser: «Hickstead était un extraterrestre. Il y en a peu avec qui tu peux faire ça. Par contre, avec les bons chevaux normaux, c'est conseillé.»

S'agissant de la préparation des cavaliers, il est beaucoup question de gestion de la pression (et de superstition selon). «C'est un jeu très mental», note le Brésilien Rodrigo Pessoa, racontant comment son ami Pierre Durand lui a conseillé la sophrologie, qui lui a apporté «du calme, de la sérénité». A l'inverse, Steve Guerdat est peu porté sur la chose et préfère, dit-il, évacuer au besoin avec ses proches. «Une fois, la Fédération suisse nous avait encouragés à travailler avec un psychologue et quelqu'un avait débarqué un jour chez moi. J'avais répondu: «Désolé, je n'ai pas envie!» Comme lui, le Britannique Nick Skelton, en or à Rio en 2016, souligne qu'il n'aurait «jamais pu avoir un psychologue». Aux Jeux de Londres en 2012, dit-il, «l'endroit tranquille que j'ai trouvé pour réfléchir au parcours, c'était de m'asseoir aux toilettes!»

## Le «cruel, mais crucial» échec

Au fil des entretiens, Alban Poudret ne questionne pas seulement la réussite. Il s'intéresse au nécessaire échec, celui qui ne laisse d'autres choix qu'abandonner ou se remettre en question et progresser. Les dix as ont en commun la chute, la barre ou le refus qui hante les nuits. «C'est dans la dureté de la déception» que l'on devient meilleur, glisse Steve Guerdat. Jeroem Dubbeldam illustre ce même propos lorsqu'il confie avoir davantage regardé le parcours où une pénalité de temps lui a coûté le barrage aux Jeux de Rio en 2016 que le parcours qui lui a valu la médaille d'or à Sydney en 2000.

Son échec fondateur – «dur et cruel, mais crucial» –, le Français Pierre Durand le situe quatre ans avant son sacre, aux Jeux de Los Angeles, lorsqu'il se fait désarçonner par son explosif Jappeloup en pleine épreuve par équipe après lui en avoir trop demandé et mis «dans le rouge». «Je me haïssais de tant de faiblesses et de ne pas avoir apporté à l'équipe une médaille de bronze qu'un sans-faute aurait attachée à nos cous», raconte-t-il. De retour en Europe, il s'intéresse à la préparation mentale et à la gestion de la pression. Quatre ans plus tard, il trouve le chemin de la victoire avec son Jappeloup, après avoir planifié ses Jeux de A à Z. L'homme, aujourd'hui âgé de 69 ans, explique s'être rendu une année en avance dans le stade pour pouvoir se projeter mentalement et se prêter à des exercices de visualisation. Le Français a même demandé à un ami pilote de conduire l'avion qui a transporté son cheval en Corée.



↳ Lire en ligne



Éditions Slatkine  
GENÈVE

Ordre: 844003  
N° de thème: 844.003

Référence: 92977525  
Couverture Page: 3/4

Parfois et c'est là le plus beau, la déception n'est pas le fruit d'ambitions personnelles déçues ou d'ego maltraités, mais naît du sentiment de ne pas avoir été à la hauteur du talent de sa monture. Ainsi Steve Guerdat se maudit encore d'avoir raté ses Jeux de Rio avec Nino en 2016 où il termine au pied du podium après avoir fait une faute pendant le barrage. «J'ai été complètement figé, j'ai eu un black-out total en entendant la barre tomber. C'est dommage car pendant une ou deux secondes, je ne pensais plus au barrage, j'avais perdu l'or, je ne pensais plus à sauver le bronze. Pendant tout mon barrage, je me disais: «J'ai loupé! J'ai loupé!» C'est la plus grosse erreur de ma carrière, car j'aurais au moins pu sauver le bronze pour Nino. Une véritable erreur de sportif.» [Aucun cheval n'a réussi l'exploit de faire deux podiums olympiques en individuel, ndlr]

## Des chevaux intelligents

Chacun des cracks interrogés dit la reconnaissance qu'il voue à son partenaire saboté et souligne l'importance de former une paire solide – «Aucun cheval vainqueur aux JO n'a été acheté en janvier pour gagner en août, ça n'existe pas!», dit Steve Guerdat. Ils décrivent d'excellents sportifs, capables de sentir l'enjeu le jour venu. «Il sait se surpasser, lutter quand c'est très important, il le sait», tranche le Britannique Ben Maher parlant d'Explosion. «Les concours le rendaient fier, plus grand, il voulait être le meilleur», glisse Eric Lamaze à propos de son étalon de légende, Hickstead, décédé tragiquement en piste, à la suite d'une rupture de l'aorte à Vérone en 2011.

Tous parlent d'une forme d'intelligence, – «Ce n'est pas que le savoir, mais la faculté de comprendre, de sentir les choses, d'être adéquat», estime encore Steve Guerdat. «Les chevaux peuvent être très intelligents, c'est clair. C'est comme les humains, certains sont intelligents, d'autres pas du tout», se marre pour sa part Nick Skelton, qui voit en Big Star «le cheval de sa vie».

## «On n'avait pas trop d'atomes crochus»

De façon assez surprenante, parfois, le cheval en or n'est pas le cheval de cœur. «C'était vraiment très délicat avec lui, on n'avait pas trop d'atomes crochus, ce n'était pas une grande passion», note Rodrigo Pessoa à propos de Baloubet de Rouet, expliquant lui avoir préféré, sentimentalement parlant, Special Envoy, le cheval qui l'a lancé dans le tout haut niveau et avec lequel il a participé à ses premiers Jeux. A l'inverse, il y a les couples où les deux partenaires se ressemblent et se subliment. Ceux qui se sont co-construits, comme Eric Lamaze et Hickstead ou l'Allemand Ulrich Kirchhoff et son Jus de Pomme.

Après Vérone en 2011, Eric Lamaze raconte: «Pendant deux ou trois ans, je buvais beaucoup trop pour essayer d'oublier, je dormais mal, j'étais très triste. Je n'en parlais à quasiment personne, mais j'étais mal dans ma peau, bouleversé. Un ami m'a encouragé à devenir sobre et je suis allé chercher de l'aide.» De son côté, lorsque Ulrich Kirchhoff perd Jus de Pomme à cause de coliques foudroyantes quinze jours seulement après les Jeux en 1996, il pense à tout arrêter et traverse une période sombre pendant «les six ou sept années suivantes». «Je ne pourrais jamais dire assez merci à mon cheval, à la chance, à la vie. Ça a été si dur de perdre Jus de pomme quinze jours après les Jeux, j'aurais volontiers rendu ma médaille d'or individuelle pour retrouver mon cheval. Je perdais un ami.» En 2016, aux Jeux de Rio, il prend la bride de son ancien crack qu'il met à sa monture à l'entraînement. «Je voulais l'avoir un petit peu avec moi», vingt ans plus tard, dit-il.

A Paris, ce mardi, trois des dix derniers champions olympiques s'élanceront lors de la finale avec la ferme intention d'écrire l'histoire: Ben Maher, Steve Guerdat et Rodrigo Pessoa. A ce jour, seul Pierre Jonquères d'Oriola a réussi l'exploit de remporter deux titres individuels aux JO, en 1952 et 1964. «Sonnez trompettes, on piaffe!», écrit Alban Poudret.



Joe Fargis avec Touch Of Class, lors des jeux de Los Angeles en 1984. — © Imago sportfotodienst/WEREK  
Eric Lamaze avec Hickstead aux JO de Pékin en 2008. — © SUSAN WALSH / KEYSTONE



Le Suisse Steve Guerdat en selle sur Dynamix de Belhème, lors de l'épreuve de saut d'obstacles par équipe aux Jeux de Paris, le jeudi 1er août 2024, à Versailles. — © Mosa'ab Elshamy / keystone-sda.ch