

Ça c'était avant, il y a trente ans

Témoignage d'un cycliste des années 1990 évoluant en 1^{re} catégorie, le haut niveau amateurs

qui a compris que pour figurer à l'échelon supérieur, il fallait obligatoirement se soigner avec des *médocs de la performance*. Il raconte son chemin de vie avec l'image obsédante de Bernard Hinault, chevalier conquérant sur son vélo et la bascule avec au final, après sa décision d'abandonner son rêve de passer pro, une tendance dépressive pendant de longs mois. L'histoire est vraie, seuls les prénoms ont été changés. Aujourd'hui, sans dopage, cet ex-cycliste de haut niveau a réussi sa vie professionnelle dans l'éducation

– Dr JPDM



« Le vélo...

Je suis tombé dedans à 13 ans, personne ne roulait dans ma famille mais mon père regardait le Tour de France. Un spectacle incroyable, des paysages somptueux dans lesquels dansaient des silhouettes d'une élégance rare...Ils étaient beaux, fluides dans leur gestuelle, couchés sur des machines fabuleuses, des bijoux aux couleurs éclatantes...Le chef de la bande était français, charismatique, beau et ressemblait à une sculpture sur un vélo. Je voulais leur ressembler. Je voulais accomplir ce qu'ils font, je voulais faire le Tour de France, c'est devenu mon rêve absolu.

Un souvenir incroyable : mon premier vélo le jour de mes 13 ans

J'avais déjà bricolé mon demi course de supermarché en enlevant les garde-boues et accroché un porte bidon mais on était loin du compte de la machine idéale, pour mes 13 ans, je mettais toutes mes économies dans l'achat d'un vélo de course (la série datait de trois ans et je l'ai eu à moitié prix). Le jour de mon anniversaire je m'éveillais en le découvrant dans ma chambre, déposé pendant la nuit par mon père, tous chromes étincelants, dans les rayons du soleil, un souvenir incroyable...

L'évasion commença là : j'augmentai mon périmètre de liberté, je découvrais des lieux de plus en plus sauvages, les collines, les forêts. Un jour au bahut, un gaillard de 16 ans me dit « *tu fais du vélo toi ? Moi je pédale, les cyclistes ils ont une boule qu'on sent au-dessus du genou.* » il me palpa le genou et éclata d'un grand rire : « *viens monter un col avec moi samedi, tu verras si t'es cycliste* »

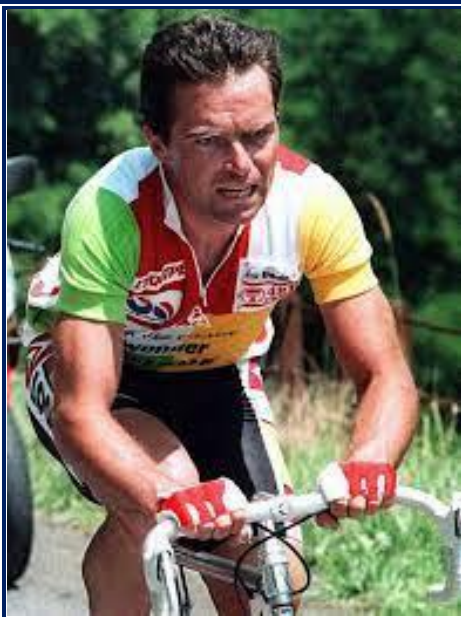
Le col de km à 7% fut escaladé avec grande souffrance sur mon 42x21 mais me donna tout de même le plaisir de damer le pion de 2 mn au grand, en haut. Il n'en fallut pas plus pour qu'on m'aiguille vers un club...

Pensant qu'il fallait manger beaucoup pour avoir beaucoup d'énergie en course, je faillis vomir à maintes reprises lors de ma première course, mais je me classai tout de même 4^e devant les regards étonnés de l'entraîneur, des parents et des trois premiers : « *qui c'est celui-là...* ».

Ma chance, avoir été tout de suite dans le coup pour la gagne

Par la suite la spirale de la compétition m'a très vite happé. J'avais eu la chance d'entrer dans le milieu et d'être tout de suite dans le coup pour la gagne. A 14 ans, lors de la visite médicale le médecin relève la tête et me dit « *votre pouls est à 42, c'est extrêmement lent* », test de Ruffier-Dickson, l'indice descend très nettement sous 0, VO₂ max on est à 79. « *Vous avez des capacités qui vous permettent d'espérer un jour le haut niveau* ».

« Pro », devenir « pro », mais oui, le rêve...Quand tout le monde doit s'orienter vers un travail pénible, vivre du vélo... quel rêve, quel idéal de vie... A partir de ce moment je savais quoi écrire sur le petit papier que certains profs nous demandaient de remplir en début d'année, pour nous connaître...Cette question angoissante à laquelle il faut répondre quand on ne sait pas et que rien ne nous tente : « profession envisagée » ? Désormais c'était : « *cycliste professionnel* » !



Bernard Hinault, l'idole "absolue"

Le Blaireau, avec son allure conquérante, a été le facteur déclenchant pour que l'auteur de ce témoignage rentre à 100% et dès les petites catégories dans la carrière cycliste

L'école quant à elle fut une expérience étrange, elle ne me convenait pas, je m'y sentais enfermé, immobilisé, l'énorme énergie que je sentais en moi s'y trouvait étriquée, j'y étais turbulent, perturbateur, il me fallait plus de vie. En 5^e je reçus deux avertissements de conduites et un blâme dans mon dossier scolaire. Tous les profs se plaignaient de moi et décoraient joyeusement mon carnet de correspondance. Il fallut lui coller des pages supplémentaires pour les remarques aux parents...

Aujourd'hui quand je regarde celui que j'étais à l'époque, j'ai souvent le sentiment d'être une toute autre personne.

En 4^e je me mis à pédaler et là tout bascula dans l'autre sens, le vélo fut ma source de préoccupation première mais me canalisa dans mon travail scolaire, il fut une sorte d'exutoire qui me purgeait chaque semaine d'énergie et de tensions superflues. La volonté que cette pratique développait chez moi me confortait dans l'idée que les choses sont réalisables à conditions d'aller au bout. Dans une sortie, même « en hypo », on arrive toujours à rouler les 40 bornes qui restent pour rentrer chez soi. A l'école on ne va pas se coucher tant que le cours à réviser impérativement n'est pas intégré, même si c'est 4 h du mat !..

Le vélo m'a aidé à passer de statut de dernier de la classe à celui de bon élève

Le vélo m'a aidé à passer du statut de dernier de la classe à celui de bon élève, c'est une inversion de tendance rare à l'école je crois, et c'est aussi une des raisons pour lesquelles je ne regretterai jamais ce que m'a apporté mes années cyclistes.

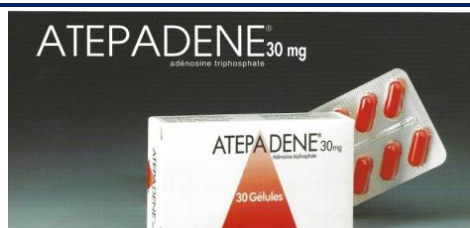
Les catégories jeunes minime, cadet, junior me mirent en orbite pour le haut niveau. Les résultats étaient là, en progression jusqu'à me permettre de porter la tunique bleu blanc rouge à liseré Adidas de l'équipe de France junior. Durant toutes ces années jeunes ma passion fut totale, dévorante, d'une énergie intarissable : le dimanche était le jour de la grande messe, le moment pour lequel on se préparait toute la semaine, celui auquel je pensai avant de m'endormir en imaginant les potentialités d'attaque du parcours, celui auquel je pensai à mon réveil en prenant mon pouls avant de le marquer sur une courbe affichée au mur, je n'avais pas d'entraîneur, les bons n'avaient pas d'entraîneur, pas

besoin, il suffit de lire un peu les bouquins, les revues, les plans d'entraînement, s'acheter un cardio faire ses courbes de progression, se passionner pour la chose quoi....

Je ne regardais plus les paysages mais seulement mon compteur

C'est pendant ces années qu'un premier glissement s'est opéré en moi de façon insidieuse : je ne regardais plus les paysages, je regardais mon compteur, je ne voyais plus mon corps de la même façon, il était un prolongement de la machine, je voulais être un expert, c'était un projet sérieux, on était plus là pour faire du tourisme... J'analysais mon corps, mes mensurations taille, poids, rapport tibia/fémur étaient proches de celle de mon modèle absolu, le saint patron des champions cyclistes français : le dieu Hinault. Je voulais que ce corps fonctionne à la perfection, qu'il aille chercher l'état de grâce et pour cela il ne fallait tolérer aucune fragilité.

Au début des repas, je prenais des cachets de vitamine D, puis de l'*Atépadène*[®] (adénosine triphosphorique ou ATP), puis du *Féro-Grad*[®] (association de fer et de vitamine C) puis des granions de sélénium, puis de l'arginine, etc, toujours prescrits par notre médecin du sport : le cyclisme demande des efforts hors normes, c'est normal qu'il faille rééquilibrer les carences... C'est vrai qu'il m'arrivait d'être carencé, c'est vrai que les sorties interminables que je m'infligeais seul ou en groupe violentaient mon organisme depuis toujours, mais dans la tête d'un adolescent en pleine construction de soi, la médication quotidienne n'est certainement pas une habitude saine...



Atépadène[®] et *Féro-Grad*[®], *Arginine Veyron*[®] faisaient partie de la pharmacie habituelle du cycliste de compétition

La médication quotidienne n'est certainement pas une habitude saine

En sortant des catégories jeunes, les victoires me firent passer en première catégorie en quelques mois et j'intégrais une équipe engagée sur le circuit des courses nationales et internationales amateurs.

Nous étions trois nouveaux, trois jeunes « *première caté* », projetés dans ce nouvel univers. Nous savions qu'on allait jouer dans la cour des grands et que le challenge pour la vie rêvée se jouait à ce niveau. Un nouveau départ pour envisager une progression de 1 à 5 ans vers la « bascule » ... *Les Pros*.

Tout l'hiver la préparation fut intense : pas de coupure, on pédale par tous les temps, préparation physique, natation, ski de fond, course à pied et surtout... régime. On fait le métier : le matin à jeun, à midi un bol de pâtes à 16 h de la viande, le soir une soupe et une salade. J'éliminai progressivement tous les glucides rapides de mon alimentation et baissait de façon drastique la valeur énergétique de mes repas. En février, j'avais 6 kilos. Je voyais les veines sur mon ventre, tous les os et les muscles de mon thorax se dessinaient, la peau de mes cuisses était aussi fine que celle d'un poulet. Un jour je craque, je passe devant une boulangerie : « *bonjour, 6 petits pains s'il vous plait* ». Pas grave, ils repartiront dans l'autre sens avec deux doigts dans la gorge ! Ce ne sera pas la première ni la dernière fois...

L'apprentissage de la hiérarchie de l'équipe

Les premières courses arrivèrent et notre boulot était clair : nous avons un leader, il visait le passage chez les pros cette année-là et il fallait tout faire pour l'aider à gagner. On ramenait le peloton sur les attaques dangereuses, on participait aux chasses longues et on cadennassait le peloton quand il entra en scène. On était rincés, on se faisait engueuler quand il n'y avait pas de résultat, et lorsqu'il gagnait on nous disait « *t'as été embauché pour ça* ». Il était fort, très fort, capable de cadennasser un peloton à 53 km/h pendant 20 bornes, il ne descendait jamais la plaque et faisait des sorties de 170 bornes à 37 de moyenne. En réunion d'équipe c'est lui qu'on écoutait, c'est lui que le directeur sportif soutenait pour nous traiter de trous du cul parce qu'on ne gagnait pas. A table, c'est lui qui se servait avant tout le monde. Nous avons de l'admiration pour lui ainsi que du respect.

Les courses à étapes arrivèrent très vite et devinrent notre priorité, on se déplaçait dans toute la France et dans les pays voisins, pour enchaîner régulièrement trois à huit jours de course. C'est là que je plongeais dans cet univers caché du vélo. Les courses à étapes c'est les hôtels, les repas en commun, les douches. On y voit beaucoup de choses et les trois jeunes bleus que nous étions étaient bien évidemment très intrigués par les secrets du vélo : est-ce vrai ? Est-ce que c'est vraiment la règle ? Nous n'allions pas tarder à nous faire notre opinion.

C'est la règle, sans ça c'est impossible

Au matin de mon premier jour de course à étape, Greg notre « soigneur » entra dans la chambre qu'on m'avait fait partagée pour la nuit avec le leader. Thierry se coucha sur son lit et je vis Greg lui planter une flèche dans le quart externe de la fesse. Le piston entièrement enfoncé il la retira pour lui en planter une deuxième à côté ! A la troisième, Thierry grimaça « *shhhhhhhh* ». Greg réagit immédiatement : « *Eh Thierry, ça fait partie du métier, chez toi à la maison tu prends une aiguille et tu te piques le cul pour plus rien sentir !* ». Sur le coup je restais détendu, je pense que j'ai même rigolé, mais le choc était réel, ineffaçable, c'était donc vrai ? C'est la règle ? Sans ça c'est impossible ?

Les courses à étapes étaient des épreuves dures, ça roulait fort mais surtout ça passait par des cols... J'aimais la montagne, je me croyais grimpeur, mais là j'étais à l'agonie ! On passait tout sur la plaque, sinon on passait par la fenêtre, nous notions sur notre bras les kilomètres du pied et du sommet de chaque col et nous remontions le peloton avant le pied, pour l'attaquer dans les premières positions. Lors de l'ascension (généralement 4 à 20 km), le peloton s'étirait et l'objectif pour nous était de réussir à atteindre le panneau « *sommet à 1 km* » toujours accroché à l'arrière du peloton. Là, on pouvait respirer, laisser les bagnoles suiveuses nous doubler et revenir par sauts de puces derrière les voitures, de sillage en sillage.

Les rares étapes sans col étaient pour nous des transitions permettant de nous ménager. L'étape la moins fatigante que j'ai courue ne faisait que 120 km et fut expédiée à 49 de moyenne. Courue à allure régulière dans un peloton compact ce fut une vraie promenade de santé, et puis à cette allure on est vite à l'hôtel... Nous développions des réflexes de survie : notre mécano nous aidait avec les bidons à prendre à la portière, comme un relais à l'américaine mais dans l'autre sens, nous utilisions une technique de relais à la poussette entre deux coureurs qui ne tournent pas et prennent donc moins le vent, nous prenions le sillage des motos, sillage des voitures, tout était bon pour rester dans le peloton quand un col nous faisait exploser...

L'école de la triche : bidons "motorisés", abri dans les voitures...

Sur la deuxième étape d'un tour qui en comportait six, un incident mécanique au pied d'un col m'empêche de rester au contact et je me retrouve irrémédiablement lâché. Toute la file des voitures a disparu à l'horizon, tout le monde est parti, même la camionnette d'assistance médicale, même la voiture balais ! Je suis hors course, à 160 bornes de l'arrivée, dans une ville dont je n'ai pas retenu le nom, dans un pays dont je ne parle pas la langue... Je me mets à me morfondre en pédalant « *qu'est-ce que je vais faire...* »

Soudain, au loin, je distingue un coureur sur le bord de la route, sa voiture suiveuse, la camionnette médicale, il change de roue, il repart, sauvé ! On va rentrer à deux, c'est reparti ! Au bout de 5 kilomètres à se relayer, il s'arrête, me faisant un geste de la main « *c'est inutile, on ne rentrera jamais* » ...



Illustration : <https://www.alorsquidefun.fr>

Il se gare, son mécano installe son vélo sur le toit, sa voiture me double, je suis dépité... Je fais un signe de la main à la camionnette blanche qui est derrière moi : « *doublez-moi, abandonnez-moi...* ». Elle me double et dans un sursaut de rage je plonge discrètement derrière son pare choc arrière. Ils ne me voient pas car les vitres sont peintes en blanc. Ma roue collée à 2 cm de la bordure, je descends les dents rapidement. Le véhicule stabilise entre 80 et 90 km/h, j'ai les jambes autour du coup sur mon douze dents, mais je fais vingt bornes comme ça, jusqu'à ce que le véhicule ralentisse et que je surgisse de nulle part pour aller dire au peloton « *salut les gars, c'est moi que revlà !* ».

Bien sûr j'avais triché, mais j'avais plutôt le sentiment d'avoir sauvé ma peau : mon directeur sportif m'aurait massacré si j'avais fait cinq jours d'hôtel en touriste.

Il était difficile pour des néophytes d'exister dans ce milieu, nous avons parfois la possibilité d'aller faire un top ten grâce à des circonstances de course ; je me souviens d'avoir rentré la tête et les épaules pour pouvoir passer sous une barrière de voie ferrée qui se fermait et intégrer ainsi la bonne échappée.

“Se faire piquer le cul, ça se mérite”

Cependant, au fil des courses, je voyais bien que je n'étais pas armé pour m'exprimer à ce niveau. On voyait régulièrement des boîtes de médicaments, des petits flacons, des seringues, dans notre équipe et dans les poubelles des hôtels, notre soigneur nous faisait comprendre tout doucement que « *quand il faudra faire les choses, nous les ferions* » et notre leader nous avait dit en réunion d'équipe « *vous les jeunes, vous voulez qu'on vous pique le cul, mais ça les gars, ça s'mérite, faut s'entraîner fort avant* ». Le dopage était bien là, il expliquait en grande partie le niveau du peloton élite amateur, nous étions en plein milieu des années 90, juste avant que l'affaire Festina éclate. A cette époque, le dopage organisé existait à l'intérieur des équipes pro et les amateurs qui couraient les courses nationales voulaient les imiter. C'était du dopage dans sa cuisine, des apprentis sorciers-gourous sans aucune qualification faisaient des essais sur des coureurs de leurs équipes, parfois allaient faire un tour dans les chambres d'autres équipes, testaient sur eux, testaient sur le mécano pour qu'il roule de nuit. Il y avait des coupe-faim qui comportent des dérivés d'amphétamines, des corticoïdes, des produits à injecter de toutes sortes, qu'ils servent pour la circulation sanguine des personnes âgées ou tout simplement des vitamines.

Trimballer sa mallette à médocs, c'est le must

Dans mon équipe, les costauds avaient leur mallette, c'était ça être pro, trimballer avec soi tout le nécessaire pharmaceutique qui nous correspond pour marcher. J'avais été à bonne école avec mon médecin qui m'avait mis sous vitamines et sels minéraux depuis l'adolescence, **je décidais moi aussi d'avoir ma mallette, c'était tendance...**

J'y trimballais du magnésium, du potassium, du fer, de la vitamine D, du *Doliprane*[®] (antalgique niveau 1), du *Guronsan*[®] (vitamine C + caféine). Une baisse de mon taux de fer incita mon médecin à me prescrire des piqûres de fer, voyant certains de mes camarades se faire eux-mêmes leurs « flèches », je décidai de me les faire moi-même aussi. La mallette allait à présent contenir aussi des seringues, et puis dans les seringues on allait mettre de la vitamine C, puis de la D. Rien d'interdit dans tout ça mais un gamin de 20 ans qui se fait une piqûre, caché dans les toilettes, demeure une image étrange...

J'étais en train de glisser, j'avais vu des grands sprinteurs de 90 kg tirer le peloton à 28 à l'heure dans des cols, des mecs à la ramasse dans les voitures dès que la pente s'élevait surgir en fin de course dans des « talus » à 20%, j'avais tiré la langue dans des bordures qui roulaient à 72 à l'heure en me disant « *quel mec nous emmène comme ça devant ?* »

Quelques années auparavant, Francesco Moser avait réussi à réaliser le pari mythique d'atteindre puis dépasser les 50 bornes dans l'heure. J'avais l'impression que cette allure était la norme pour ce peloton : des mecs capables de rouler une heure en échappé devant un peloton qui chasse au-dessus de 50 il y en avait plein. J'étais entouré de plusieurs Francesco Moser.



Le peloton était capable de rouler au-dessus de 50 pendant une heure, j'avais l'impression d'être entouré de plusieurs Francesco Moser"

Un jour où, blessé, j'étais dans une voiture suiveuse, j'ai entendu les numéros qui allaient passer au contrôle antidopage via la radio, à 20 bornes de l'arrivée. Au même moment, très curieusement des coureurs se sont mis à descendre du peloton pour défiler aux portières et repartir...Le mécano rigola en me voyant comprendre une pratique : *« celui qu'est pas dans le tirage au sort, il peut prendre la pastille et aller faire 2 ou 3. Par contre, faut pas gagner car le vainqueur lui, passe obligatoirement au contrôle »*.

Pourtant, l'inversion des valeurs était en train de faire effet sur moi : je ne considérai plus le dopage comme quelque-chose de maudit. **Se doper ça devait finalement faire partie du métier**, et puis au bout du compte c'est toujours tes jambes qui pédalent non? Enchaîner 10 jours de courses d'affilée ça rince tellement le corps que ça le déséquilibre, il faut bien compenser non? Se doper leur permet de s'entraîner plus, donc de souffrir plus, il y a aussi un certain mérite à ça non? Au bout du compte, le dopage ne leur permettrait-il pas d'exploiter pleinement leur potentiel? Et ailleurs dans la société, les gens ne consomment-ils pas un tas de saloperies qui sont bien pires pour la santé? Des coureurs dopés ok, mais avant tout des gens avec une santé et une forme extraordinaire...Ok pour l'argument santé, mais l'argument valeurs alors? Très jeune, j'avais pu constater dans ce milieu qu'il y avait de l'hypocrisie dans les valeurs affichées par la société : les gens mariés se font un serment sacré, pourtant les dirigeants de club qui nous emmenaient aux courses de sélections régionales disparaissaient systématiquement le samedi soir des hôtels pour aller tromper leur femme...Se doper c'est un peu comme tromper sa femme ou rouler au-dessus de la vitesse autorisée sur l'autoroute : tout le monde le fait non?

Enfin, j'ai eu le sentiment qu'un mur se dressait devant moi, devant mes rêves de gosse

Il y avait de la mafia dans le peloton. Etaient-ils tous dopés? Je ne crois pas, il y avait des coureurs super doués et clean. On savait que les pros brillants étaient restés clean en amateur. L'un d'entre-deux avait refusé une carrière prometteuse chez les pros pour ces raisons. Nous courions souvent avec lui et il avait toute notre admiration. Je crois que je suis tombé « chez des bandits », mais je crois aussi que la pratique était majoritairement répandue. **Même si, dans les catégories jeunes et dans les courses régionales, je ne crois pas du tout au dopage dans le vélo**; à ce niveau-là par contre, j'ai eu le sentiment qu'un mur se dressait devant moi, devant mes rêves de gosse. Ces rêves de gosse nous ont fait vibrer mais ils nous ont aussi abimé : études arrêtées pour certains, pour moi ce fut l'arrêt total de la compétition l'hiver suivant. Ma famille m'avait tout de même transmis des valeurs qui m'empêchaient de pouvoir passer le cap et je tentai de passer à autre chose. Un de mes coéquipiers novices à l'eau minérale continuera, il ira jusqu'à la cure d'EPO

mais ne passera pas professionnel. Lorsqu'il me racontera les effets que cela a eu sur ses sensations, je l'ai envié « *ouahh le pied, tu peux rouler dix bornes à 60 !* » Quelques années plus tard, dans un tout autre contexte, antimilitariste dans l'âme, je décidai d'expérimenter des trucs de grand-mère sur un cross inter régiments. Je faisais mon service militaire et j'avais du mal avec l'état d'esprit qu'on tentait de nous imposer. On m'avait inscrit à un cross inter régimentaire et je comptai bien la faire « à l'envers » à mes supérieurs en battant leur champion, un adjudant qui avait été champion de France militaire.

Un "cocktail cycliste" pour courir un cross militaire sans préparation

Avant la course, je m'inspirais du savoir-faire que j'avais vu à l'œuvre avec Greg pour faire ma potion et mon test... Le médecin militaire m'avait prescrit un anti-inflammatoire pour une contracture du dos qui contenait un corticoïde, je le pris pour avoir de la force d'appui dans les côtes ; mon voisin de chambre avait chopé la creve et me fila deux *Rhinadvil*[®] avec de l'éphédrine pour respirer ; l'infirmerie lui avait également fourni du sirop *Néo-Codion*[®] à la codéine (toux non productive), j'en pris deux cuillères pour améliorer ma tolérance à la douleur ; je m'enfilais deux *Guronsan*[®] pour que la caféine incite mon cœur lent à monter; et je finis par une application de pommade *Percutalgine*[®] à la cortisone sur les jambes juste pour le mental. Le vélo m'avait donné des bonnes aptitudes à la course à pied mais je ne m'entraînais plus et surtout j'avais enchainé les bières en « discutant » avec des filles jusqu'à 3 h du matin la veille. Il y avait un bar à deux pas de la caserne, que je fréquentais en m'éclipsant discrètement après le couvre-feu de 23 h. Quand le réveil est à 5 h 30, cela fait une nuit courte...



***Guronsan*[®] , *Percutalgine*[®] et *RhinAdvil*[®] pour courir un cross militaire et finir 2^e sans entraînement**

Arrivé sur place en retard, je pris le départ en dernière position sans échauffement. Le départ était en descente et mes jambes se sont mises à dérouler sans panique pour prendre la tête de la course au bout d'un km. J'ai mené jusqu'au sixième kilomètre (sur huit) pour finir deuxième à 6 secondes du vainqueur qui était champion national de duathlon. Ma fréquence cardiaque à franchi la barre des 190, ce qu'elle n'avait fait qu'une fois par le passé et s'est stabilisée entre 190 et 192 toute la course, me permettant ainsi de courir débridé comme un athlète entraîné et performant. Ce que je n'étais pas...

Les remèdes de grand-mère pour se doper fonctionnent

Aujourd'hui je ne regrette pas cette expérience de triche, je ne l'aurais jamais faite dans le cadre de vraies compétitions, l'armée de terre était pour moi une mascarade, un univers de bêtise : ici c'est pour du faux, je peux ! Au contraire, je considère ce passage à l'acte comme une expérience nécessaire, une expérience dont j'avais besoin pour savoir : Comment c'est ? Comment ça aurait été si j'avais continué dans le vélo ? Est-ce que ça marche ?.. Oui ça marche et c'est impressionnant. Les remèdes de grand-mère pour se doper fonctionnent, alors qu'est-ce que ça doit-être avec l'artillerie lourde sous forme de cures...

Je ne regrette pas non plus l'ambiance au sein des pelotons, on a partagé des moments intenses, il y avait aussi de la convivialité, des rires, des plaisanteries et de la solidarité notamment au sein du *gruppetto*, il y avait des conversations enjouées et des plaisanteries autour du dopage. Le regard sur le dopage était bienveillant, une scène qui m'en a fait prendre totalement conscience eu lieu sur la ligne de départ d'une étape. Les porteurs des maillots distinctifs étaient en première ligne et s'avançaient un à un pour serrer la main du maire de la ville. Lorsque ce fut le tour du maillot par points, ce dernier en se baissant fit tomber une plaquette de pilules de son maillot. Un silence total s'imposa pendant une seconde, puis un immense éclat de rire général jaillit du peloton. L'intéressé se tourna vers nous bras écarté et paumes vers le ciel, souriant et l'air de dire « *eh oui que voulez-vous...* ». Même le maire riait tandis que mon coéquipier hurlait comme une bonne blague « *controll dopping !* »

La perception de combattre à armes inégales pousse à franchir le pas

Aller vers le dopage « à l'insu de son plein gré », c'est possible, les cyclistes dopés ne sont pas (tous) des salauds, beaucoup sont des jeunes pris dans un système qui détend progressivement les attaches vers une vision rationnelle des choses : on s'éloigne de la réalité, on intègre subrepticement tous les prérequis pour se médicaliser. Les limites deviennent floues : certains produits sont détectés à partir d'un certain taux, **ça veut dire qu'on a le droit d'en prendre si on l dépasse pas m'sieur ?**..La difficulté de combattre à armes inégales pousse les néophytes à chercher tous les moyens pour continuer à exister à ce niveau. Ces coureurs bizuts à l'eau minérale sont des victimes, des apprentis qui doivent faire leurs preuves pour intégrer la caste de ceux qui font réellement « le métier ». On se battait avec des lance-pierre face à des coureurs qui avaient des armes à feu...Comment résister à une telle pression, comment dire non quand on est en plein rêve, comment réussir à penser à sa santé sur du long terme quand on est jeune, et qu'on pense qu'à quarante ans c'est pratiquement fini ? « *Je m'en fous d'crever à cinquante ans si j'ai une belle vie avant* », me dit un jour un néopro.

L'arrêt définitif de la compétition me transposa dans un état dépressif latent de longue durée

Je me suis extirpé de la compétition, ça a été difficile, elle m'avait forgé, elle avait structuré mon amour propre. L'arrêt me mis alors dans un état dépressif latent. Comment se retrouver ? Comment retrouver l'intensité de ces moments ? Où retrouver la joie intense ressentie lorsqu'on lève les bras sur la ligne ? Ma névrose non réglée s'orienta alors, pendant une décennie, vers la source première de cette énergie qui était en moi, énergie que j'avais détournée vers le sport. J'entamais une nouvelle orientation de l'existence dont la grand-messe n'aurait plus lieu le dimanche, mais où l'émotion du dossard et de la ligne d'arrivée se donnerait rendez-vous le *samedi soir*... »

Et aujourd'hui, c'est toujours la même chose

Ludvig Wacker (Danemark) arrête le cyclisme à 21 ans : *“J'en ai marre de voir des pilules dans le sport”*

Le jeune Danois Ludvig Wacker a accordé une longue interview dans le journal *“The field”*. Il explique ses raisons qui l'ont poussé à ne plus rouler dans le monde pro. Le coureur de 21 ans du Team Development Sunweb a connu deux saisons difficiles après avoir été victime d'une chute lors de la Randers Bike Week en 2020.



Le Danois Ludvig Wacker décide d'arrêter sa carrière à 21 ans

L'abus de médicaments et les fameuses “AUT” distribués pour diverses raisons

Le jeune coureur danois a témoigné de ce qu'il a observé dans le peloton, insistant notamment sur la surconsommation de médicaments par certains coureurs avant mais aussi pendant les courses et ceci délivrées par certains docteurs (peu nombreux) peu scrupuleux. Ce ne sont pas les équipes qui sont concernées mais les jeunes coureurs qui se font délivrer ses fameuses “AUT”.

« J'en ai assez des pilules dans le sport. Ce sont peut-être des pilules légales, mais j'en ai marre des pilules dans le cyclisme (...) Sur les grandes épreuves, les coureurs se promènent avec, dans leurs poches, des petits bidons contenant des pilules, etc... Il y a des analgésiques et de la caféine, entre autres. Je pense que c'est grotesque car tout devrait être si clair. Je n'ai jamais voulu prendre quelque chose moi-même, et puis vous savez que dans toutes les grandes courses, les autres prennent quelque chose que vous ne prenez pas vous-même. Il s'agit notamment des analgésiques et de la caféine, entre autres. C'est complètement ridicule parce que vous ne savez pas ce que cela peut faire sur le corps d'un coureur de 20 ans.

Je pense souvent que ce sont les jeunes coureurs qui le font eux-mêmes. Ce n'est pas forcément l'équipe qui en est responsable. Les coureurs peuvent s'en procurer eux-mêmes. C'est très facile d'accès. »
[Source : be-celt.com, 10.11.2021]