

## Alexandre Despatie

### Le plus grand plongeur québécois de l'histoire

40 ans de Plongeon Québec

40e portrait de 40

Archives des autres portraits via : <http://www.plongeon.qc.ca/?q=node/761>

*Par Samuel Larochelle*



**Montréal, mardi 22 novembre 2011 – La formidable aventure des portraits des 40 personnalités les plus influentes de l'histoire de Plongeon Québec se termine avec le survol de la carrière d'un incontournable : Alexandre Despatie. Révélé au monde entier depuis plus d'une décennie, l'athlète de 26 ans récolte son lot de titres mondiaux, de médailles olympiques et de performances qui font de lui l'enfant chéri des Québécois. Avec une vie qui intéresse déjà plusieurs biographes, comment le principal intéressé veut-il qu'on se souvienne de lui et jusqu'où est-il prêt à aller pour conclure sa carrière avec une médaille d'or olympique ?**

Plus jeune plongeur de l'histoire à remporter une médaille d'or à la tour aux Jeux du Commonwealth de Kuala Lumpur en 1998, Alexandre Despatie est immédiatement projeté dans la cour des grands. Deux ans après s'être taillé une place de choix dans le cœur du public, celui qu'on surnomme Alex participe à ses premiers Jeux olympiques à Sydney, en Australie, où il termine 4e à la tour. Trois ans plus tard, le plongeur de Laval est sacré champion du monde au 10 m, la même année où sa collègue Émilie Heymans réussit le même exploit, à Barcelone. En 2004, aux Jeux olympiques d'Athènes, Despatie gagne sa première médaille olympique en s'emparant de l'argent au 3 m, en plus d'obtenir une 4e position à la tour et une 5e place au 10 m synchro, en compagnie de Philippe Comtois. Au mois de juillet 2005,

alors que les Championnats du monde aquatiques se tiennent chez lui, à Montréal, Alexandre offre 2 titres mondiaux à ses partisans, en mettant la main sur l'or au 1 m et au 3 m, en plus d'établir un record du monde au 3 m, qui ne sera jamais égalé puisque le format des listes de plongeurs a changé depuis. Trois ans plus tard, aux Jeux olympiques de Pékin, alors qu'il se remet tout juste d'une grave blessure au pied, Despatie ajoute un écu argenté à sa cagnotte olympique en terminant 2e au 3 m, en plus de terminer 5e au 3 m synchro avec Arturo Miranda. À l'automne 2010, exactement 12 ans après avoir impressionné le monde du sport pour la première fois, Alexandre Despatie quitte les Jeux du Commonwealth de New Delhi avec 3 médailles d'or, ce qui fait d' lui l'athlète canadien – tous sports confondus – le plus récompensé de l'histoire des Commonwealth avec 11 médailles, dont 9 en or.

#### 13 ans sous les projecteurs

Au sujet des millions de Québécois et de Canadiens qui le soutiennent sans relâche, Alexandre est d'avis que la plupart des gens sont témoins du produit final, mais qu'ils ne sont pas nécessairement conscients de tous les efforts à fournir pour se rendre au sommet. « Le public s'intéresse aux 6 plongeurs en finale, mais ce n'est que la pointe de l'iceberg. C'est important de réaliser à quel point un plongeur doit travailler et se défoncer pour obtenir des résultats. » Au niveau où Alexandre Despatie est rendu, impossible de s'entraîner sans apprendre à vivre avec une multitude de bobos quotidiens. « Quand nos entraînements vont bien, c'est plus facile de faire abstraction de nos douleurs, mais c'est autre chose quand l'entraînement va mal. La fatigue mentale accumulée fait qu'on se laisse plus déranger par les

petites choses. Mais en même temps, chaque fois, je recommence le lendemain avec les mêmes bobos, parce que j'aime mon sport. La passion est encore bien plus forte que tout le reste. »

Lorsqu'il discute avec d'anciens athlètes comme Sylvie Bernier et Bruni Surin, Alexandre avoue espérer le jour où il pourra lui aussi voir ses douleurs se calmer. « Quand je les croise dans un événement où je dois rester debout pendant 25 ou 30 minutes et que je commence à avoir mal au dos et aux genoux, je leur dis que j'ai hâte que ça se calme un jour. En m'entendant dire ça, Sylvie et Bruni me regardent avec un sourire en coin et me disent que ces douleurs-là ne s'en vont nulle part.»

Bien des sacrifices sont envisageables aux yeux d'Alexandre Despatie afin de gagner la médaille d'or olympique tant espérée. « Michel Larouche m'a déjà dit que lorsque mon moment viendrait, le plus grand des défis allait se présenter à moi et que je n'avais aucune idée des sacrifices que j'allais devoir faire pour m'y rendre. » Désirant retrouver la forme qui lui permettra de réaliser le rêve qu'il chérit depuis le début de son aventure olympique, Despatie affirme avoir changé quelques éléments à son style de vie depuis quelques mois. Il mange mieux, il se repose davantage, il se couche plus tôt et il s'entraîne différemment. « Après 21 ans à m'entraîner, je ne peux plus en faire autant qu'un plongeur de 16 ans. Je dois m'entraîner plus intelligemment en priorisant la qualité à la quantité. Mon corps est rendu là. »

### **Une biographie, à 26 ans ?**

Même s'il vient tout juste de dépasser le quart de siècle, Alexandre Despatie suscite tant d'intérêt que les offres pour écrire sa biographie s'accumulent déjà. « On me l'a proposé plusieurs fois depuis un an et je dois dire que je trouve ça bizarre. Pour moi, une biographie, ça doit être fait sur une carrière en entier. Je suis conscient qu'avec tout ce qui m'est arrivé, ça pourrait faire une histoire intéressante, mais si j'accepte de le faire un jour, ce sera après ma carrière en plongeon. Tout va dépendre de qui me le propose et de comment on me le propose. »

À voir comment les 26 premières années de la vie d'Alexandre Despatie se déroulent jusqu'à présent, plusieurs livres risquent de s'écrire à son sujet s'il continue de vivre avec la même intensité et la même soif de dépassement que celle qu'on lui connaît depuis ses débuts.