

Sommaire

Prologue	
La natation de compétition dans les années cinquante.....	9
Introduction	13
Chapitre 1 : Premier jour à l'hôpital :	
Le rêve olympique brisé	15
Chapitre 2 : Deuxième jour à l'hôpital	
Une lueur d'espoir	25
Chapitre 3 : Grandir en nageant.....	33
Chapitre 4 : Troisième jour à l'hôpital :	
« Pas de blagues, s'il vous plaît ! »	41
Chapitre 5 : Les entraîneurs Matt Mann	
et Bob Timmons.....	45
Chapitre 6 : Quatrième jour à l'hôpital	
Participer aux éliminatoires ? Est-ce que je rêve ?.....	55
Chapitre 7 : Mes années d'étudiant	
à l'université d'Oklahoma.....	59
Chapitre 8 : Cinquième jour à l'hôpital	
Retour dans la piscine et retour de confiance	71
Chapitre 9 : Début de mon service dans la Navy	
Et l'entraîneur Sakamoto.....	75
Chapitre 10 : Sixième jour à l'hôpital	
« Je veux nager le 100 mètres ! ».....	79
Chapitre 11 : Bob Kipthuth : Les moments décisifs	83
Chapitre 12 : Adieu la minceur !.....	87

Chapitre 13 : Records battus en 1960	93
Chapitre 14 : Les sélections approchent, et les choses deviennent sérieuses	101
Chapitre 15 : De la piscine de l'hôpital à celle des sélections olympiques	105
Chapitre 16 : Deuxième jour des sélections, Une bévue dans la finale	115
Chapitre 17 : Troisième jour des sélections... Une trop généreuse proposition	121
Chapitre 18 : Quatrième jour des sélections L'équipe au complet.....	123
Chapitre 19 : Les Jeux olympiques de Rome : Des médailles d'or et les leçons d'une vie	127
Épilogue Il y a une vie après les Jeux.....	135

Prologue

La natation de compétition dans les années cinquante

Cet ouvrage traite d'un épisode de ma vie qui s'est déroulé sur une période de dix jours en 1960, à la fin de mon parcours de nageur de haut niveau. Il évoque également ce qu'était la natation de compétition aux États-Unis dans les années cinquante, la décennie qui a précédé cette expérience. Il comprend des flash-back de mes premières années de natation, concernant, entre autres, les entraîneurs que j'ai eus, à commencer par le premier d'entre eux, mon père, et sur d'autres contacts et personnes influentes qui ont croisé ma route. Trois de mes entraîneurs figuraient parmi les plus renommés du pays et les plus performants au monde, et l'un d'eux est devenu un entraîneur d'athlétisme de réputation mondiale.

Les années cinquante ont été une décennie fascinante dans l'univers de la natation. La natation de compétition aux États-Unis était en plein essor et s'organisait, notamment grâce au programme moderne dit des « groupes d'âge », créé en 1951 en Californie et qui s'est déployé ensuite dans tout le pays. Les entraîneurs plus « anciens » comme Bob Kiphuth, Matt Mann et Soichi Sakamoto formaient encore des nageurs rapides, mais vers la fin de la décennie, leurs successeurs, plus jeunes et plus pointus comme Peter Daland, Jim “Doc” Counsilman et George Haines, profitant de nouvelles techniques et de la recherche scientifique, de la multitude de jeunes nageurs des groupes d'âge, ont participé au développement des structures qui ont assuré et pérennisé la suprématie mondiale de la natation de compétition américaine.

Les dernières années de ma carrière de nageur furent également celles des dernières années d'entraînement de Kiphuth, Mann et Sakamoto. En 1960, presque tous mes camarades de compétition étaient plus jeunes que moi et la plupart avaient commencé leur parcours dans le programme des groupes d'âge. Remerciements.

Mon récit doit beaucoup au livre de Jean Henning, *Six Days To Swim*, paru en 1970. Jean m'a encouragé à sortir ma propre version de mon histoire, et je lui suis reconnaissant de son soutien. *Six Days To Swim* a été publié par Swimming World qui en détient les droits d'auteur. Brent Rutemiller de Swimming World et Jean m'ont aimablement autorisé à utiliser autant que je le souhaitais l'ouvrage original, y compris les photographies. Je les en remercie.

Je tiens également à remercier certaines des autres personnes qui, de diverses manières, ont contribué à rendre ce livre possible : Bruce Wigo, Peter Kennedy, John McGill, John Janovy, Dick Weinberg, Bill Darnton, Ernie Drowatzky, Dr Allan Cunningham, Ken Frost et John Weiser. Travailler avec mes bons amis, feu Tim Jecko et le Dr John Hanley, sur leur projet de biographie de Kiphuth bien entamé, mais inachevé, m'a aidé à m'atteler à ce travail. Sans oublier mon vieil ami et coéquipier de la Navy, le regretté Barr Clayson, qui, après m'avoir initié à la natation en 1980, m'encourageait, 30 ans plus tard, à écrire.

Je suis très reconnaissant envers mon chirurgien et les autres médecins, infirmières et membres du personnel de l'hôpital Henry Ford qui, il y a plus d'un demi-siècle, m'ont permis de me rétablir en un temps record après mon opération.

Cork Millner m'a aidé à commencer à écrire des textes publiables et Shelly Lowenkopf m'a également apporté beaucoup en la matière. Annette Burden et Leslie Westbrook m'ont fourni des conseils d'édition et autres, tout comme Fay Vincent, Lou Cannon, le Dr Anthony Goodman, Patrick Flood, Jim Thornton et Bob Rich. Bob Shoneberger m'a aimablement autorisé à utiliser la photographie qui se trouve en quatrième de couverture de l'édition américaine. Cyndi Wells a participé à la conception du livre et Michael Bowker porte le mérite du produit final. Sans lui, je serais encore en train de me demander comment réaliser ce livre.

Je suis également très reconnaissant du soutien constant de mon épouse, Gabrielle, et de nos enfants, Marco et Caroline, qui ont supporté mes nombreuses années consacrées à la natation dans le cadre des « U.S. Masters ». Marco m’a également fourni de précieux conseils lorsque le manuscrit est devenu livre.

Introduction

À l'été 1960, j'étais le nageur le plus rapide du monde. L'année précédente, j'avais remporté sept titres nationaux et internationaux dans les épreuves du 100 mètres, du 110 yards et du 200 mètres/220 yards nage libre et, au cours des six mois précédents, j'avais établi onze records nationaux individuels. Aucun nageur n'était considéré comme ayant plus de chances de se qualifier dans l'équipe américaine qui allait concourir aux Jeux olympiques de Rome en août 1960, et il était de notoriété publique que j'étais presque sûr d'être médaillé d'or au 100 mètres nage libre. Mais le destin me réservait une très déplaisante surprise...

Chapitre 1

Premier jour à l'hôpital

Le rêve olympique brisé

L'appendice humain est un organe bien étrange. Il n'est pas inutile, puisqu'il joue un rôle dans la formation et la défense du système immunitaire. Nous ne le sentons pas lorsqu'il se développe dans notre corps, mais il peut nous causer beaucoup de problèmes. Il est surtout connu pour la douleur intense qu'il cause lorsqu'il s'enflamme. Comme beaucoup d'autres phénomènes inattendus dans la vie, il peut porter un coup fatal à nos projets immédiats et à nos rêves.

Lorsque cela se produit, il est bon de se remémorer le vieil adage selon lequel l'important n'est pas ce qui nous arrive, mais comment nous gérons notre propre destinée. Ce n'est pas toujours facile de se rappeler ou de suivre cette règle de vie, mais ces pages expliquent pourquoi et comment j'ai essayé de me surpasser lorsque mes rêves olympiques ont été bouleversés. Rien ne s'est déroulé comme je l'avais prévu, c'est pourquoi je pense que cette histoire vaut la peine d'être racontée.

Le soir du 26 juillet 1960, je me sentais fort et confiant. Cet après-midi-là, j'avais fait un très bon chrono durant mon entraînement final pour les sélections olympiques de natation des États-Unis, à Detroit, dans le Michigan. Ma première épreuve devait avoir lieu une semaine plus tard. J'étais impatient, certain de faire partie de l'équipe qui irait à Rome. Les entraîneurs, les nageurs et les journalistes sportifs avaient dit et écrit à quel point ils étaient sûrs que je ferais partie de l'équipe et que je remporterais probablement le 100 mètres nage libre. Mes victoires nationales, interna-

tionales et d'autres records de natation obtenus depuis l'été précédent, avaient fait de moi le grand favori. Cela ne m'était pourtant pas monté à la tête mais j'étais confiant. Je savais que j'étais rapide et que je m'étais suffisamment entraîné pour me mesurer aux meilleurs nageurs du monde. J'étais prêt.

Douze heures plus tard, je me retrouvais allongé dans un lit de l'hôpital Henry Ford, émergeant péniblement d'une anesthésie générale. En face de moi se tenait mon entraîneur, Bob Kiphuth, il n'avait pas l'air heureux. Je compris aussitôt que quelque chose n'allait pas du tout. Kiphuth, de l'université de Yale, l'un des meilleurs entraîneurs de l'histoire de la natation, avait l'air très inquiet. Mon cœur a chaviré. Instinctivement, je savais que quelque chose de grave m'était arrivé et que cela allait compromettre mes chances de faire partie de l'équipe olympique.

Kiphuth s'est approché de mon lit, lentement, et à ce moment-là, des détails flous de la nuit précédente ont commencé à prendre forme. Aussi groggy que je sois, ce qui s'était passé me revenait en mémoire. Kiphuth a alors confirmé : je me suis réveillé dans la chambre du motel où je demeurais vers quatre heures du matin, souffrant de violentes douleurs abdominales et je me suis effondré sur le carrelage de la salle de bains. Le bruit de ma chute a réveillé les deux nageurs qui partageaient ma chambre, Dick Blick et Lyman Morris, qui s'entraînaient avec moi à l'université de Yale. Paniqués, ils ont appelé Kiphuth qui logeait dans la chambre située au-dessous de la nôtre et qui avait également été réveillé par ma chute. Il s'est précipité, en pyjama, dans notre chambre au moment où je reprenais connaissance sur le sol de la salle de bains, ressentant une douleur intense dans le bas du ventre.

Il a fait une évaluation rapide de la situation et m'a demandé où se situait la douleur. Je lui ai montré le côté droit de mon abdomen et, comprenant qu'il s'agissait probablement d'un problème à l'appendice, mais sans me dire ce qu'il en pensait, il est allé s'habiller et a appelé l'accueil du motel pour savoir comment se rendre à l'hôpital le plus proche. Il a également appelé la police pour qu'une de leurs voitures nous rejoigne et nous escorte à l'hôpital.

En quelques minutes, Dick et Lyman m'ont aidé à descendre et m'ont installé sur le siège arrière de la voiture de Kiphuth, aussi délicatement que possible. Lyman s'est glissé sur le siège arrière à côté de moi, Kiphuth à l'avant et Dick a pris le volant. Nous avons traversé Detroit à vive allure, Dick klaxonnant et brûlant les feux rouges et les panneaux stop. Je me demandais si mon problème était grave, mais, malgré la douleur, j'ai esquissé un sourire en pensant que Kiphuth aurait adoré conduire cette nuit-là, car il aimait rouler vite. À cette heure-là, la ville était sombre, silencieuse et sans circulation. À mi-parcours, une voiture de police nous a rattrapés et nous a accompagnés jusqu'à l'hôpital Henry Ford. On m'a aidé à me hisser sur un brancard et nous sommes entrés dans la salle des urgences. J'ai alors compris l'importance de la situation et que mes ambitions immédiates et tellement importantes étaient, selon toute vraisemblance, menacées.

Après un bref examen, le diagnostic du médecin des urgences tombait : comme Kiphuth l'avait pressenti, je souffrais d'une appendicite aiguë et il fallait m'opérer sans tarder. La veille, j'avais eu des douleurs « d'estomac » et j'avais consulté un médecin, dans une clinique de quartier, qui m'avait dit que c'était probablement dû à un aliment avarié et qu'il ne fallait pas s'inquiéter. Je découvrais à présent qu'il avait eu tort ! J'ai entendu le médecin urgentiste dire à une infirmière :

— Appelez le chirurgien-chef ! C'est une urgence et on a besoin de lui ici immédiatement !

La gravité de la situation était maintenant évidente, sûrement trop accablante pour que je la comprenne parfaitement. Avant d'être transporté dans la salle d'opération, allongé sur le brancard et sans vraiment vouloir connaître la réponse, j'ai demandé au chirurgien combien de temps il me faudrait avant de pouvoir nager, et il m'a répondu :

— Environ six semaines.

Je savais qu'il parlait d'une pratique occasionnelle de la natation, de celle à laquelle je pensais, et j'étais catastrophé. Les larmes me

montaient aux yeux, non pas à cause de la douleur dans mon abdomen, mais parce que je comprenais que le rêve olympique qui m'avait amené à Detroit ne se réaliserait pas.

Depuis un an et demi, je m'entraînais sous la direction de Kiphuth et de Phil Moriarty, son successeur à Yale, en vue des sélections olympiques américaines de natation qui allaient commencer moins d'une semaine plus tard. Sextuple champion national, j'étais considéré, comme Kiphuth l'avait dit à un journaliste, comme «une valeur sûre», non seulement pour faire partie de l'équipe, mais aussi pour remporter l'épreuve-reine du 100 mètres nage libre aux Jeux olympiques de Rome.

Jusqu'à ce matin-là, toutes les chances étaient de mon côté. Moins d'une semaine auparavant, j'avais remporté les 100 et 200 mètres nage libre à Toledo, lors des championnats nationaux en bassin extérieur de l'Association des universités américaines (AAU), établissant le record des États-Unis dans les deux cas et manquant de peu le record du monde dans le 100 mètres. Mon chrono sur 100 mètres, de 54"8, approchait de deux dixièmes de secondes seulement le record du monde que l'Australien John Devitt avait battu, en 54"6, trois ans auparavant. L'année précédente, j'avais été le premier Américain à passer sous les 55 secondes, et j'avais, officiellement, nagé le 50 yards le plus rapide de tous les temps en tentant de battre le record national du 100 yards. Les journalistes sportifs me qualifiaient de «nageur le plus rapide du monde».

Mon programme d'entraînement m'avait rapproché de mon objectif, à savoir la médaille d'or olympique dans le 100 mètres nage libre. Au cours de l'année écoulée, j'avais battu plus de deux douzaines de records américains individuels et de relais, je faisais partie de l'équipe de relais détentrice du record du monde et j'avais remporté six championnats nationaux individuels. Je me sentais très confiant dans ma technique de nage ; le record du monde du 100 mètres et la médaille d'or olympique individuelle étaient à ma portée. Désormais, allongé dans mon lit d'hôpital, tout cela semblait dépourvu de sens.

Kiphuth a interrompu ma réflexion sur le rêve brisé et m'a demandé :

— Dois-je appeler tes parents pour les informer de ce qui se passe ?

J'ai acquiescé de la tête :

— Oui, je pense que ce serait une bonne idée, ai-je dit en lui donnant leur numéro de téléphone.

Outre le fait d'être un coach de premier plan, Kiphuth était un grand spécialiste du corps humain, en particulier de ses muscles, en raison de l'intérêt qu'il avait porté toute sa vie à l'exercice physique, au culturisme et à la kinésiologie. Son expertise était si respectée que la faculté de médecine de Yale lui envoyait parfois des étudiants pour qu'ils l'interrogent sur les questions d'anatomie. Il connaissait les tenants et aboutissants de l'intervention que le chirurgien prévoyait de faire pour localiser et extraire mon appendice. Avant de me laisser entrer dans la salle d'opération, il a lui confié :

— Je veux que vous sachiez que vous allez opérer le nageur le plus rapide d'Amérique..., du monde, en fait.

Il lui a dit qui j'étais, pourquoi nous étions à Detroit et combien il était essentiel pour le chirurgien d'éviter de sectionner les muscles abdominaux. Il a été très précis sur la manière dont il pensait que l'extraction et l'ablation de l'appendice allaient se dérouler. Je découvrais plus tard que son conseil, sa recommandation au chirurgien, avait rendu possible tout ce qui a suivi.

À cette époque, avant que soit universellement adoptée la cœliochirurgie, les appendicectomies d'urgence impliquaient parfois, bien que rarement, de grandes incisions à travers ou entre les muscles. D'une manière plus générale, en fonction de la structure abdominale du patient, les muscles pouvaient être écartés manuellement pour permettre l'accès à l'appendice.

Comprenant ce que voulait Kiphuth, le chirurgien a dit qu'il ferait le moins de dégâts possible pour atteindre et extraire l'appendice. Il s'est rapidement aperçu que celui-ci était tellement enflammé, sur le point d'éclater qu'il devait éviter de fouiller pour y accéder. C'est pourquoi il lui fallait pratiquer une ouverture suffisamment grande pour faciliter la localisation de l'organe, et son ablation. Bien sûr, j'étais sous anesthésie générale et je n'avais au-

cune idée de ce qui se passait entre et autour de mes muscles abdominaux. Mais il a réussi ! Presque miraculeusement, il a réalisé ce que Kiphuth l'avait pratiquement supplié de faire : il n'a endommagé aucun muscle important.

La succession d'événements avait été rapide et alarmante. Kiphuth et moi étions reconnaissants et soulagés que l'opération ait été un succès et que mon appendice ne se soit pas délité. Pourtant, nous savions tous les deux que le bandage qui recouvrait l'incision de plus de douze centimètres de long était la preuve que le chirurgien avait fait disparaître non seulement mon appendice, mais aussi mon rêve de remporter une médaille d'or aux Jeux olympiques de Rome. Les Jeux ne commençaient que dans un mois, mais les sélections olympiques américaines de natation à Detroit étaient programmées dans six jours, le 2 août.

Tandis que la gravité de ma situation s'imposait à mon esprit, debout à côté de mon lit, Kiphuth a déclaré :

— L'opération s'est bien passée. Le médecin dit que tu seras bientôt sur pied.

J'ai essayé de parler, mais j'avais la langue comme paralysée dans ma bouche, incapable de dire quoi que ce soit. J'étais encore sous le choc et je me sentais profondément malheureux. Kiphuth l'a remarqué et a dit :

— Tu es encore un peu sonné par l'anesthésie. N'essaie pas de parler. Tu te sentiras mieux demain. Il se peut qu'ils te lèvent pour te faire marcher un peu, et tu pourras commencer à remettre tes muscles d'aplomb.

Je ne savais pas exactement de quoi il parlait ; j'étais trop assommé pour raisonner clairement.

— Je vais à la piscine, voir comment ça se passe, a-t-il poursuivi. J'appellerai ou passerai te voir ce soir. Tes parents arrivent demain. Tu dois te reposer le plus possible.

J'ai répondu

— Merci, coach.

C'est tout ce que j'ai pu dire.

Il a hoché la tête.

— Essaie de dormir un peu. Je viendrai te voir tout à l'heure.

Mon corps avait encore besoin de repos, je me suis rendormi.

Lorsque je me suis réveillé une heure plus tard, l'effet de l'anesthésie avait presque disparu, mon côté droit me faisait mal, mais la plus grande douleur, lancinante, se situait au plus profond de mon cœur. Perdre une compétition contre un nageur plus rapide était parfaitement concevable, mais je n'acceptais pas l'idée de souffrir comme cela à un des moments les plus importants de ma vie. Perdre à cause d'une inflammation de l'appendice me paraissait tout à fait inconcevable !

Cela me conduisait à l'inévitable question : « Pourquoi moi ? » qui, bien sûr, restait sans réponse. Je n'arrivais tout simplement pas à comprendre pourquoi une telle tragédie – pour moi, c'était en effet une tragédie personnelle et très réelle – pouvait se produire. J'avais mal au fond de moi. Mes espoirs, si près de se réaliser, n'avaient maintenant plus aucun sens. Les Jeux olympiques sont l'apogée, le point culminant de la compétition sportive ! Participer aux Jeux, sans parler de gagner une médaille d'or, est le rêve de millions de jeunes garçons et filles et un objectif majeur pour les sportifs plus âgés qui ont atteint, ou sont près d'atteindre, le plus haut niveau de leur discipline, et ce dans une multitude de sports. Ma détresse me faisait souffrir, mais j'avais surtout du mal à admettre que mon objectif n'était plus concevable. Comme tout un chacun, j'avais connu des revers, des déceptions et des échecs de toutes sortes, mais je n'avais jamais eu à faire face à une catastrophe d'une telle ampleur.

Mon travail acharné et mon assiduité avaient fait de moi un champion olympique potentiel, voire vraisemblable. Mais il devenait évident que ces années d'efforts et, surtout, la dernière année et demie d'implication à plein temps étaient vaines ; pour moi, il n'y aurait pas de Jeux olympiques. Prendre conscience de ce qui venait de se passer était accablant. Le désespoir et l'apitoiement sur moi-même me rongeaient à tel point que j'en venais à pleurer. Pleurer dans ma douleur semblait confirmer tout ce qui était terrible et presque incroyable dans ma situation. Au lieu de vivre mon rêve, je vivais un cauchemar. Comment une chose aussi terrible avait-elle pu m'arriver ?

Mais cela avait bel et bien eu lieu, et à mesure que je m'en rendais compte, je me forçais à accepter la réalité. Ce n'était pas seulement un mauvais rêve. C'était réel, et cette confirmation, cette acceptation, m'a aidé à me sortir de mon cauchemar, d'atténuer la douleur mentale et physique, et la frustration ; j'ai compris que je ne pouvais rien faire contre l'adversité. Pleurer n'était pas un exutoire positif. Une fatigue physique et mentale m'a frappé ; mon corps me disait de me calmer. Je devais m'habituer à ma nouvelle situation et j'ai passé la longue journée à essayer de me reposer et à dormir un peu.

Pendant que j'étais dans mon lit à m'apitoyer sur mon sort, la nouvelle de mon hospitalisation se répandait. Elle faisait la première page des journaux de Detroit et d'ailleurs. Le Detroit News résumait la situation comme suit : « La star olympique de la natation perdue pour les États-Unis ».

À la piscine, les nageurs, les entraîneurs et les officiels parlaient de moi. Sur le bord, sur les bancs et dans les vestiaires, on se demandait si l'on pourrait me donner une place dans l'équipe sans que je n'aie à nager lors des sélections, puisque j'étais le plus rapide des États-Unis sur 100 et 200 mètres nage libre, et le plus rapide du monde sur 100 mètres.

Interrogé sur ce qui pourrait se passer, Kiphuth n'était pas en mesure de répondre aux questions, même et surtout en tant que membre important du Comité olympique masculin de natation des États-Unis. La plupart des autres membres du comité n'étaient pas encore à Detroit et n'avaient donc pas officiellement discuté de ce sujet, bien qu'il en ait probablement été question entre certains d'entre eux. L'idée la plus communément admise était qu'il était peu probable que je sois placé dans l'équipe sans avoir effectué les épreuves de sélection. Le règlement du comité stipulait clairement que seuls les nageurs qui participaient aux sélections officielles pouvaient se qualifier dans l'équipe. Même s'il était prêt à enfreindre cette règle, il était difficile d'imaginer que le comité puisse intégrer dans l'équipe une personne qui venait de subir une appendicectomie d'urgence. D'autres nageurs valides étaient en meilleure

position pour faire partie de l'équipe et représenter les États-Unis aux Jeux olympiques.

Plus tard dans la semaine, lorsque j'ai entendu dire que l'on parlait de me permettre d'être intégré à l'équipe sans avoir participé aux épreuves, j'ai pensé que c'était illogique et improbable. Après tout, la semaine précédente, j'avais battu les autres nageurs de quelques dixièmes de seconde seulement, je ne trouvais donc pas raisonnable que l'on m'intègre à l'équipe quelques jours seulement après mon opération d'urgence, sans que je sois en mesure de concourir à un niveau comparable à celui des championnats nationaux.

Chapitre 2

Deuxième jour à l'hôpital

Une lueur d'espoir

Le lendemain de l'opération, Kiphuth m'a rendu visite le matin, nous avons parlé de ce que je ressentais et de ce qui se passait à la piscine. À un moment, j'ai remarqué qu'il tenait une conversation assez longue, à voix basse, à l'écart de mon lit, avec mon chirurgien. Lorsque je lui ai demandé de quoi ils parlaient, il m'a répondu :

— J'ai dit au médecin que tu étais en excellente condition physique et je lui ai demandé s'il pensait que tu pouvais essayer une thérapie physique postopératoire. Il a accepté que tu fasses un peu d'exercice, si tu en as envie. Il y a une petite salle de physiothérapie au bout du couloir, et tu pourrais commencer par là. Tu pourrais même y faire un peu d'exercice cet après-midi. Et j'ai découvert qu'il y a une petite piscine pour les infirmières dans le sous-sol de l'hôpital. Tu pourras y aller demain si tu veux, pour voir comment tu te sens quand tu nages.

Je l'ai regardé d'un air perplexe et il a poursuivi :

— Tu es dans la meilleure condition de ta vie. Tu peux donc essayer de rester en forme, et tu n'as rien d'autre à faire ici !

À mi-voix et en haussant les épaules (mentalement, sinon physiquement), j'ai répondu :

— Pourquoi pas, c'est vrai que je n'ai rien de mieux à faire.

Il était toujours mon entraîneur, même s'il semblait évident que je n'avais plus aucun avenir en compétition.

Il m'a suggéré de commencer par effectuer quelques exercices légers au lit, pour aider mon corps à s'habituer aux tensions – et aux douleurs – qui viendraient lorsque je travaillerais plus sérieuse-

ment dans la salle de thérapie et la piscine. Il m'a dit que ces exercices contribueraient à renforcer mes muscles et à accélérer mon rétablissement. Il m'a fait lever les bras et les jambes, en les laissant redescendre lentement, et contracter mes muscles abdominaux d'une manière légère, mais qui se révéla extrêmement pénible le lendemain de l'opération.

Ces petits mouvements douloureux, si peu de temps après l'opération, aussi insignifiants qu'ils puissent paraître, étaient les premiers pas importants de la rééducation. Mon coach m'a également recommandé de marcher autant que possible, ce que j'ai commencé à faire, bien qu'au début, même les premiers pas fussent malaisés.

Ce qu'il ne m'a pas dit, c'est qu'il avait demandé au chirurgien s'il était possible que je récupère assez vite pour nager aux Jeux olympiques, qui avaient lieu un mois plus tard. Il ne m'a pas dit non plus que celui-ci avait auguré, au cours de cette longue conversation entre eux, que je pourrais peut-être récupérer en un mois, mais pas assez vite pour participer aux sélections, lorsque celles-ci commenceraient dans moins d'une semaine.

Une lettre de mon médecin relatait leur conversation de la manière suivante : « ... Le lendemain de l'opération, je me souviens avoir parlé à M. Kipbuth et sa question était : « Jeff pourra-t-il participer aux Jeux olympiques de Rome ? ». À ce moment-là, il ne semblait pas du tout possible qu'il puisse participer aux épreuves de sélection et, d'après ce que j'avais compris, sans participation à ces épreuves, il n'avait pratiquement aucune chance d'obtenir une place dans l'équipe pour le voyage à Rome. Nous avions le sentiment que Jeff ne pourrait sans doute pas du tout participer aux Jeux olympiques.

Cependant, Jeff vivait les choses différemment. Le lendemain de son opération, c'est-à-dire le 28 juillet 1960, il se déplaçait et, allongé dans son lit, faisait travailler ses jambes et ses bras et essayait également d'exercer ses muscles abdominaux. Il est vrai que la plupart des gens ne sont pas totalement handicapés à la suite d'une appendicectomie, mais ils sont rarement pressés de faire quoi que ce soit qui implique un effort physique, en particulier des muscles de la paroi abdominale. Je pense que Jeff Farrell était très atypique dans la mesure où il a manifestement été capable de surmonter une douleur considérable grâce à son mental et à sa motivation. »

Kiphuth m'a incité à aller dans la salle de thérapie et, le lendemain, à la piscine située au sous-sol du bâtiment de formation des infirmières, qui se trouvait à côté de l'hôpital. J'ai accepté, même si je n'avais pas l'illusion ou le fantasme de faire partie de l'équipe qui irait à Rome.

Le Comité olympique de natation des États-Unis avait des règles rigides, dont celle qui permettait uniquement à ceux qui se qualifiaient lors des épreuves de sélection de faire partie de l'équipe. Alors pourquoi mon entraîneur avait-il eu une discussion à voix basse avec le chirurgien ? Pensait-il réellement que je pourrais me rétablir à temps pour nager lors des sélections, programmées dans cinq jours seulement ?

Je n'étais pas au courant qu'il commençait à y avoir des discussions entre certains, voire la plupart des membres du Comité olympique de natation masculine des États-Unis sur la possibilité d'enfreindre, ou du moins, d'assouplir la règle selon laquelle les membres de l'équipe doivent se qualifier lors des sélections. Kiphuth a admis plus tard que dans un coin de son esprit, il pensait qu'il y avait une possibilité de s'arranger avec le comité pour que j'aie une chance de faire partie de l'équipe, peut-être en me qualifiant à une date ultérieure, mais seulement si je faisais suffisamment de progrès postopératoires.

Il est probable qu'il ait été à l'origine d'une telle discussion, en tout cas, il l'aurait soutenue, d'autant plus qu'il faisait partie du comité et qu'il était vice-président du comité de natation de l'AAU (Association of American Universities). Il était indiscutablement l'entraîneur le plus célèbre et le plus respecté d'Amérique, même à ce stade avancé de sa carrière. Et c'est Kiphuth qui avait conseillé le chirurgien sur la manière d'éviter de sectionner des muscles, imaginant en quelque sorte que mon rétablissement pourrait être suffisamment rapide pour que je puisse me rendre à Rome.

Son secrétaire, Bobby Dawson, avait aussi la charge du bon déroulement des sélections, et en tant qu'officiel national de natation de longue date, lui aussi a pu avoir une certaine influence. Mais, en ce qui me concerne, Bob Kiphuth était mon coach et mon conseil-

ler très respecté, et Bobby Dawson n'était qu'un ami et un supporter. À ce stade très précoce de ma guérison, le sujet d'un traitement spécial n'avait pas été abordé, du moins pas à ma connaissance. Et nous n'avions pas parlé de la possibilité que je me rétablisse assez vite pour participer aux épreuves de sélection.

Outre ma curiosité à propos de la discussion de mon entraîneur avec le médecin et de sa suggestion de me faire faire de l'exercice, j'ai d'abord été intrigué, puis encouragé, par le ton positif de certains des nombreux télégrammes que j'ai reçus. Plusieurs d'entre eux contenaient des souhaits inattendus de rétablissement assez rapide pour pouvoir participer aux sélections ou, d'une manière ou d'une autre, faire partie de l'équipe.

Ainsi, dès le lendemain de l'opération, j'ai reçu ces messages positifs, des mots d'espoir presque inimaginables :

Jeff : nous pensons tous à toi et nous espérons un record du monde – le record de récupération si quelqu'un peut le faire, c'est toi. Coles Phinizy t'envoie ses meilleurs vœux, comme nous tous. ... Arlie Schardt et l'équipe de sports illustrated.

Cher Jeff, nous savons que tu peux le faire. Psaume quatre six versets un... Matt et Lea Mann.

Je sais que c'est une épreuve difficile, mais j'ai croisé mes doigts pour toi pendant longtemps et je ne vais pas les décroiser à ce stade. Bonne chance et prompt rétablissement... Don Reed (un ami de la famille).

Félicitations pour ton record du monde. Ce problème secondaire ne peut pas te faire échouer. Va à Rome... les Rutledge (amis de la famille).

Deux d'entre eux disaient simplement :
Meilleurs vœux de prompt rétablissement.

Je me demandais comment ces amis, fans et supporters pouvaient concevoir que je me rétablisse aussi rapidement. Mais leurs messages encourageants ont commencé à s'insinuer dans mon subconscient. Je me suis surpris à penser : « Qui sait ce qui peut arriver ? »

Cet après-midi-là, le lendemain de mon appendicectomie, j'ai effectué des exercices légers au lit, ceux que mon entraîneur m'avait conseillé de faire, et un peu de marche jusqu'à ce que cela devienne trop douloureux. Plus tard, il m'a accompagné dans la salle de kinésithérapie et m'a fait pratiquer des exercices de musculation, notamment pour tester mes abdominaux. Ces exercices se sont révélés assez pénibles. Les points de suture maintenaient l'incision, mais les muscles, extrêmement sensibilisés, n'étaient pas prêts à subir de tels efforts. Pourtant, malgré la douleur, j'attendais avec impatience le lendemain et mon passage à la piscine de l'hôpital.

Plus tard dans l'après-midi, John McGill, mon coéquipier de la Navy avec qui j'avais partagé un appartement à New Haven pendant un an et demi lors de notre formation à Yale, est venu me rendre visite. Il m'a dit :

— Tu te sens comment ?

Je lui ai répondu :

— Bien, je fais même un peu de rééducation dans la salle de thérapie. Mais comment ça va, vous ? Vous serez prêts pour le 100 mètres ?

— Je me sens plutôt bien dans l'eau, a-t-il répondu. Ça ira pour moi. Tu nous manques à la piscine. Je ne peux pas te dire combien de personnes m'ont demandé de tes nouvelles !

Naturellement, nous avons parlé de ma situation. Je lui ai dit :

— Bob a découvert qu'il y a une petite piscine pour les infirmières au sous-sol, nous allons voir ce qu'il en est demain.

Après un moment, ponctué d'autant de silences que de paroles, il a dit :

— Jeff, qu'est-ce qui se passe ici ? C'est toi qui es à l'hôpital et pourtant j'ai l'air d'être plus affecté que toi !

À ce stade de notre conversation, un petit sourire inconscient est apparu sur mon visage. McGill m'a alors demandé :

— Tu as l'intention de les faire, les sélections, pas vrai ?

J'ai répondu sincèrement que j'avais hâte d'aller dans la piscine de l'hôpital, mais qu'à ce moment présent, il n'était plus dans mes intentions de participer aux sélections olympiques.

Mes parents avaient téléphoné le jour de l'opération pour savoir comment je me sentais. Ils sont arrivés de Wichita le lendemain et se sont rendus directement à l'hôpital depuis l'aéroport. Lorsqu'ils sont entrés dans ma chambre, une jeune nageuse et son père étaient là, essayant de me remonter le moral. Cela n'a pas surpris mes parents. Ils savaient que j'avais de nombreux amis et supporters dans le milieu de la natation. Nous nous sommes embrassés tendrement et ils m'ont demandé comment je me sentais, si l'on s'occupait bien de moi, et tout ce qu'on dit dans ces circonstances. La situation, cette déception que nous avons tous ressentie était prégnante et au cœur de nos pensées, mais il était difficile d'en parler. Je suis très vite apparu fatigué, physiquement et émotionnellement, et je suppose que cela s'est vu, car mes parents ne sont pas restés longtemps ; ils ont toutefois promis de revenir après le dîner.

Sur leur trajet vers l'ascenseur, dans une petite salle d'attente, ils ont rencontré un groupe de médecins qui discutaient de mon cas. Ils se sont présentés et mon père a commencé à poser des questions, notamment sur ma période de récupération. Les médecins ont estimé qu'il faudrait six semaines avant que je puisse vraiment retrouver ma condition antérieure. Ma mère, toujours positive et optimiste, probablement en raison de son éducation chrétienne, a affirmé :

— Si Jeff peut nager, je sais qu'il nagera.

Mes parents étaient adeptes de la « Science chrétienne », mais pas de manière « orthodoxe ». Ils ne se sont jamais intégrés à l'église, notamment parce qu'ils auraient dû renoncer à boire de l'alcool et à fumer des cigarettes. Ils n'avaient par ailleurs aucune réticence à consulter un médecin. Ma mère disait : « Nous sommes entre les mains de Dieu et les médecins aussi ». Nous n'avions pas de médecin de famille parce que nous étions rarement malades, à part la rougeole ou la varicelle. Bien que j'aie été élevé dans la Science chrétienne, je m'étais éloigné de cette religion. Mais son principe fondamental de « l'esprit l'emportant sur la matière » était ancré dans mon système de valeurs. Je savais que la guérison commence dans l'esprit, dans les pensées.

Ce soir-là, après le dîner, Kiphuth est passé et nous avons discuté tranquillement ; il m'a parlé des résultats de ses autres nageurs et de ce qui se passait à la piscine. Mes parents sont revenus et ont échangé des salutations chaleureuses avec Kiphuth qu'ils avaient rencontré à de nombreuses reprises. Mon père lui a dit :

— Merci d'avoir si bien pris soin de Jeff. Vous lui avez peut-être sauvé la vie en l'amenant si rapidement à l'hôpital !

Kiphuth a répondu :

— De rien. Je suis heureux d'avoir pu l'aider. Nous avons vécu une expérience assez intense.

Mon coach et moi avons ensuite relaté le détail des événements qui nous avaient conduits à nous retrouver tous dans ma chambre d'hôpital. Puis il a expliqué l'opération, en répétant ce qu'il m'avait dit auparavant :

— Parfois, dans une intervention comme celle-ci, ils incisent directement à travers le muscle pour avoir accès à l'appendice. J'ai expliqué au chirurgien qui était Jeff, qu'il devait donc faire très attention à ne pas sectionner les fibres musculaires. Durant l'intervention, il a écarté les fibres musculaires sans les entailler, puis il a coupé et extrait l'appendice enflammé.

Mes parents ont posé des questions sur l'opération et sur des sujets connexes. Pour ma part, j'ai commencé à penser à ce que Kiphuth m'avait déjà expliqué, mais le fait de l'entendre une deuxième fois m'a fait entrevoir plus distinctement ce que pourraient être les séquelles à la suite de l'intervention et donc ce que l'avenir pourrait réserver. Les muscles étaient douloureux là où ils avaient été écartés, séparés par les doigts ou les outils du chirurgien. Mais s'ils n'avaient pas été endommagés par le bistouri, pourquoi ne pourraient-ils pas récupérer plus rapidement ? C'est peut-être pour cela que Kiphuth m'avait suggéré de commencer à faire de l'exercice tout de suite.

Il a souhaité bonne nuit à mes parents et m'a dit en partant qu'il serait de retour le lendemain matin. Juste avant qu'il ne quitte la pièce, j'ai confié à mon père :

— J'espère qu'on trouvera un moyen de me faire participer...