**Manon Genest : « Je rends grâce dans la victoire, et je ne tourne pas le dos à Dieu dans la défaite »**

[Athlètes de Dieu 6/6] Dernier volet de notre série sur les sportifs qui n’ont pas que la gagne mais aussi la foi : l’athlète handisport Manon Genest. La championne du monde de paratriathlon en 2016 participe au saut en longueur aux Paralympiques 2024.

Interview Alexia Vidot - 09/08/2024 – La Vie

Un jour de printemps, en 2015, en rentrant à Bourges où j’étudiais pour devenir ingénieure, j’ai eu un grave accident de voiture. Le choc fut tel qu’il a provoqué une hémiparésie (déficit partiel de la force musculaire) du côté gauche et un traumatisme crânien sévère. Les premières semaines, au centre de rééducation, j’étais complètement perdue.

Que s’était-il passé ? Je n’en avais aucune idée. Pire, j’étais incapable de me souvenir des trois ou quatre dernières années de mon existence. Je ne savais plus qui j’étais. À 22 ans, j’avais l’impression d’être un nouveau-né ! Tout était à réapprendre, y compris les gestes de la vie courante. Je me suis engagée sur ce chemin de reconstruction en ayant pour objectif de ressortir valide du centre, comme avant. Guérie totalement. Il ne pouvait pas y avoir d’autre issue.

Pourquoi moi ?

Après cinq mois et demi de rééducation, j’ai été convoquée dans le bureau de la médecin en chef. Mes rééducateurs étaient là. *« Tu sors dans deux semaines »,* ont-ils déclaré. Je les ai regardés, abasourdie. Je ne comprenais pas. En montrant ma main et mon pied gauche que j’arrivais à peine à bouger, je leur ai fait remarquer que ça ne fonctionnait pas bien…

*« Tu vas être handicapée à vie »,* ont-ils répondu, en m’expliquant que j’avais un problème de mobilité irréversible. Ce mot « handicap », je n’en avais jamais entendu parler. Ou alors j’avais refusé de l’entendre. Je me suis effondrée. Je ne voulais même plus voir ma famille, pour ne pas devoir affronter leur regard.

J’ai vécu 48 heures de descente aux enfers. Pourquoi moi ? Pourquoi Dieu ne m’a-t-il pas épargné cette épreuve ? Pourquoi ne m’a-t-il pas sauvée ? Existe-t-il seulement ? Oui, j’en suis venue à douter de son existence ou, en tout cas, de son amour. J’avais pourtant reçu le cadeau de la foi au lycée militaire de Saint-Cyr.

J’avais intégré cet établissement en classe de première pour accomplir un rêve d’enfance : servir mon pays en revêtant l’uniforme. Je me voyais déjà secouriste en sauvetage-déblaiement pour sauver les personnes ensevelies après des catastrophes, la mission phare des Formations militaires de la sécurité civile. Seulement le sexisme était fort à Saint-Cyr, et il l’est toujours…

Parce que j’étais une femme, qui plus est de parents non militaires, je subissais quelques bizutages. Un homme en treillis a perçu que j’allais mal moralement. Je ne connaissais pas son grade : aumônier militaire. Nous avons discuté, il m’a expliqué ce qu’il faisait et m’a invité à entrer dans la chapelle. Il ne m’imposait rien, étant très respectueux de ma liberté.

L’envie m’a alors prise d’en apprendre plus sur Dieu car, si j’étais baptisée, je n’avais aucune culture catholique, ma famille n’étant pas pratiquante. La foi est venue peu à peu, naturellement et, à 17 ans, j’ai reçu la première communion et la confirmation. Mais cette confiance en l’amour de Dieu a vacillé quand ma vie a basculé.

Une rééducatrice, qui pratiquait le triathlon, m’a tendu la main quand j’étais au fond du trou : *« Viens dans mon club. Je pense que tu peux te rééduquer par le sport et retrouver l’envie de te lever le matin. »* Il fallait que je me batte au lieu de me laisser abattre. J’ai accepté. Le sport était déjà dans mon ADN. Il faut dire que ma mère, elle-même sportive, avait très vite compris que j’avais de l’énergie à revendre et à canaliser. Dès l’âge de deux ans et demi, je faisais de la danse. À 5 ans, de la natation. Plus tard, des arts martiaux. En revanche, je n’aimais pas la course, et encore moins la compétition !

La possibilité d’un avenir

Quand j’ai débarqué au club de triathlon, j’ai montré mon bras à l’entraîneur, en lui disant que je ne pouvais pas l’utiliser. Sa réponse m’émeut encore aux larmes : *« Et alors ? On va faire autrement. »* Comme moi, il n’y connaissait rien au handisport mais, pour lui, ce n’était pas un frein. Je lui dois d’avoir réappris à marcher, à courir, à nager (avec un bras), à faire du vélo…

Au printemps 2016, soit un an après l’accident, je décrochais devant lui les titres de championne de France de duathlon, d’Europe d’aquathlon et même du monde de paratriathlon ! En septembre, j’obtenais mon diplôme d’ingénieur et, en octobre, j’intégrais le ministère des Armées en tant que chargée de prévention des risques professionnels, poste que j’occupe toujours.

Ces victoires, tellement inattendues, m’ont sauvée. Elles m’ont redonné confiance en moi et en la possibilité d’un avenir. Elles m’ont aidé à accepter mon handicap. Depuis, je n’ai plus honte de marcher dans la rue, de porter une orthèse pour maintenir mon pied ou d’avoir une main qui fait des siennes à cause de contractions involontaires des muscles.

Si je devais revenir en arrière, je ne changerais rien. Dieu m’a sauvé la vie doublement : le jour de l’accident, j’ai frôlé la mort, j’aurais dû y rester ; et le handicap m’a rendue meilleure. Il a révélé des pans de ma personnalité (l’empathie, l’altruisme) que j’essaie de mettre au service des autres.

Une force venue d’en haut

Il n’y a pas de hasard dans la vie ! Sans cet accident, je ne serais pas devenue sportive de haut niveau, je n’aurais pas affermi mes liens avec ma mère, rencontré mon mari ni donné naissance à ma fille. Je suis plus heureuse aujourd’hui qu’avant, c’est une certitude. L’histoire était écrite ainsi pour moi, pour que j’aie envie un jour de sauter dans un bac à sable alors que j’avais terriblement peur de la chute… Combien de gamelles me suis-je prises pendant ma rééducation *(rires) !*

Quand j’ai su que ma catégorie de handicap n’était pas sélectionnée aux Jeux paralympiques de Rio puis de Tokyo, je me suis reconvertie : du paratriathlon, je suis passée au para-athlétisme. J’ai commencé par du 400 m et, comme je tournais en rond, j’ai commencé le saut en longueur.

Aux Mondiaux de Paris, en 2023, j’ai pulvérisé mon record personnel en effectuant un saut à 4,76 m. J’ai particulièrement ressenti la présence de Dieu ce jour-là, comme lors d’autres championnats. Parce que j’étais en symbiose avec moi-même, avec ma famille, avec le public, avec ma foi, une force supérieure est venue décupler mes capacités physiques et mentales.

Cette force venait d’en haut, de Dieu, qui m’a donné de me dépasser un peu plus que d’habitude et de décrocher la médaille de bronze, alors que j’avais accouché 15 mois plus tôt. Voilà pourquoi en chambre d’appel, cet endroit où les athlètes sont convoqués quelques minutes avant l’épreuve, je prie toujours quand d’autres crient ! Je chante intérieurement un chant à Marie pour m’apaiser, me recentrer.

Je rends grâce dans la victoire, et je ne tourne pas le dos à Dieu dans la défaite, au contraire. En mai 2024, aux Mondiaux de Kobe, au Japon, j’ai fait un saut à 4,35 m. Coup dur. J’ai pleuré pendant plusieurs jours… Puis j’ai prié, beaucoup plus que d’habitude, et j’ai fini par remercier Dieu pour cet échec. Celui-ci nous a en effet permis d’identifier des choses qui m’avaient empêchée de m’exprimer, notamment la gestion des émotions liée à mon handicap cognitif. *« Merci Seigneur de me rendre encore plus forte pour les Jeux de Paris ! »*

J’ai rendu grâce aussi pour la présence de ma fille, à mes côtés au Japon : grande victoire dans mon combat pour que les sportives de haut niveau puissent concilier carrière et maternité *(voir encadré ci-dessous).*

Ma fille est ma raison d’être. Si un jour elle me fait comprendre qu’elle ne me voit pas assez, sans doute arrêterais-je la compétition. En réalité, mon rythme est fou : le matin, cinq jours sur sept, je m’entraîne et, l’après-midi, je travaille à la caserne. Sans compter les déplacements à travers le monde. C’est beaucoup de rigueur au quotidien, d’exigence, de sacrifices.

Heureusement, notre vie de famille a un ferment d’unité : Dieu. Il est notre socle. Mon mari vient de rentrer de quatre mois et demi d’absence après une mission à l’étranger. Notre premier réflexe ? Aller à la messe avec notre petite princesse. Il n’y a pas de meilleur endroit pour nous retrouver, pour nous recentrer sur l’essentiel.

Demandez à ma fille qui, à 2 ans, entonne des alléluias sur le chemin de l’église, trépigne de joie en entendant les cloches et veut chanter à la liturgie même en semaine ! Quand je vois combien elle est heureuse à la messe, je me dis que notre famille est vraiment sur le bon chemin. Pour moi, le sport, c’est du bonus.

Les étapes de sa vie  
1992 Naît à Châteauroux, dans l’Indre.  
2016 Devient championne de France, d’Europe et du monde de paratriathlon, et intègre le ministère des Armées, où elle est ingénieure militaire.  
2018 Est sacrée vice-championne d’Europe sur 200 m et 400 m en athlétisme, catégorie T37 (sportifs paralysés cérébraux ou assimilés).  
2019 Est désignée « étoile du sport ».  
2021 Décroche l’argent aux Championnats d’Europe et termine quatrième aux Jeux paralympiques de Tokyo au saut en longueur.  
2023 Sa fille naît et elle obtient le bronze aux Championnats du monde en saut en longueur.

Un combat de l’ombre  
« Sport de haut niveau et maternité, c’est possible ! Comme la judokate Clarisse Agbégnénou, j’ai dû batailler, notamment pour obtenir le droit d’être avec ma fille sur les lieux de stage et de compétition, et de l’allaiter. Quoi qu’il se passe le 1er septembre, au Stade de France, j’ai déjà ma victoire : avoir mon enfant à mes côtés, et avoir contribué à faire évoluer les mentalités. Ce que j’ai obtenu est en effet applicable à toutes les sportives de la Fédération française handisport. Je crois qu’il y aura un avant et un après Jeux de Paris sur un autre sujet aussi : le handisport. Les gens vont découvrir que les athlètes paralympiques font de la performance, pas du social ! »

Le saint patron de l'athlétisme : Benedict Daswa, premier martyr sud-africain  
À  Nweli, un village d’Afrique du Sud, Benedict Daswa est un homme respecté. Directeur de l’école primaire où il a enseigné, ce père de famille est aussi catéchiste et membre du conseil pastoral. Son investissement paroissial est total, et c’est grâce à lui que le village dispose d’une église catholique, la première de la région. L’amour de Jésus le presse depuis qu’il s’est converti au Christ à 17 ans. Il fait preuve d’une grande générosité envers les membres de sa communauté, avec une attention particulière pour les plus démunis, les malades ou les prisonniers, et les jeunes. Pour les éloigner de la délinquance et de l’alcool, il mise sur le sport, notamment le football, l’athlétisme, le volley-ball et le hockey.   
Sportif lui-même, il entraîne l’équipe de football qu’il a créée. Lorsqu’elle essuie plusieurs défaites successives, les villageois décident de consulter un *sangoma,* un guérisseur traditionnel. Au nom de sa foi catholique, Benedict s’y oppose. Il tient ferme au point de quitter l’équipe et d’en réunir une autre. Son rejet de la sorcellerie, qui est profondément ancrée dans la culture locale, passe mal. Des rumeurs le visant circulent, alimentées par de fortes jalousies à son égard.   
Le 25 janvier 1990, un orage s’abat sur le village, qui veut recourir à un *sangoma* pour identifier et punir celui à l’origine des éclairs dévastateurs. Benedict s’y refuse une nouvelle fois, tentant, en vain, d’expliquer qu’il s’agit là de phénomènes naturels. Le 2 février, il est assassiné. Le 13 septembre 2015, le pape François a salué la béatification de ce père de famille tué à cause de sa fidélité à l’Évangile : *« Il a toujours démontré dans sa vie une grande cohérence, assumant courageusement des comportements chrétiens et refusant des habitudes mondaines et païennes. »*

C'est ce qui s'appelle avoir la grâce de Dieu. Le 1er septembre dernier, Manon Genest a remporté la médaille de bronze lors de la finale du saut en longueur T37. Mais avant de s'élancer, cette mère de famille catholique a récité une prière : "Je sais que tu es là, Seigneur, et c’est ensemble qu’on va aller chercher ce podium." Le trentenaire s'est confié après son épreuve sportive et a déclaré : "C’est fou, mais j’ai vraiment senti que j’avais une présence avec moi, que je n’étais pas seule…" Manon Genest a grandi dans une famille catholique non pratiquante. Elle s'est réellement convertie au moment de l'adolescence quand était scolarisée au lycée militaire de Saint-Cyr. "J'ai rencontré un jour là-bas un homme en uniforme, avec un grade dont je ne connaissais pas la signification. Il était en fait aumônier militaire, et cela m’a fait du bien de parler avec lui. Pendant cette époque compliquée, il m’a proposé de venir à la messe, pour aider à m’apaiser", explique-t-elle.