

Sur les épaules d'un géant : entretien avec Hugo Girard autour de Louis Cyr et de la tradition de la force au Québec

Pascal Scallon-Chouinard, doctorant en histoire à l'Université de Sherbrooke, et
Mathieu St-Hilaire, historien et journaliste¹

Hugo Girard est sans contredit une figure marquante de l'espace sportif et culturel du Québec. Reconnu comme l'un des hommes les plus forts de la planète, il a une force et un caractère qui lui ont permis de s'illustrer dans des compétitions nationales et internationales. Son parcours est d'ailleurs impressionnant : finaliste, de 1998 à 2003, à la compétition du World Strongest Man ; homme le plus fort du Canada de 1999 à 2004 ; homme le plus fort de l'Amérique du Nord de 2000 à 2001 ; champion du World Muscle Power de 1999 à 2000 (Écosse) et de 2001 à 2004 (Canada) ; champion du monde IFSA lors des Supers-Séries de 2002 ; détenteur de plusieurs records canadiens de dynamophilie, etc². Dans la foulée de la sortie du film Louis Cyr (2013), il nous semblait intéressant et pertinent de nous entretenir avec celui qui a souvent été surnommé le « Louis Cyr des temps modernes ». Cette rencontre avait pour objectifs, d'une part, d'en apprendre un peu plus sur Hugo Girard lui-même, sur ses réalisations et sur son parcours sportif ; d'autre part de voir les traces qui peuvent subsister, aujourd'hui, de Louis Cyr et de sa « légende ». L'histoire et la tradition ont-elles une place dans la pratique contemporaine des sports de la force ?

M. Girard, tout d'abord bonjour, et merci d'avoir accepté notre proposition d'entrevue. Vous avez commencé à vous entraîner très tôt dans votre jeunesse. Qu'est-ce qui a déclenché cette passion pour l'entraînement et pour la force ? Aviez-vous des motivations précises dès votre jeune âge, et quel support avez-vous reçu de votre entourage familial et sportif ?

Moi, ce n'est pas compliqué, mon père s'entraînait. À l'âge de 5 ans, j'ai eu mes premiers haltères et je faisais les mouvements que lui faisait. Mon père, à mes yeux, c'était le plus fort. Il était costaud, c'était mon idole. Un peu plus tard, je lisais des bandes dessinées, et les personnages étaient musclés et très forts. Dans ma tête d'enfant, je m'imaginai être un superhéros ; je m'imaginai être doté d'une force surhumaine et d'un physique impressionnant. Puis, à l'âge de douze ans, j'ai vu une compétition d'hommes forts à la

¹ Le titre réfère à une métaphore qu'aurait utilisée Isaac Newton, entre autres, pour illustrer le fait qu'il était redevable à ses prédécesseurs : « *If I have seen further it is by standing on the shoulders of giants* ».

² Informations tirées de la [page officielle](#) d'Hugo Girard.

télévision, c'était aux *Héros du samedi*, et à partir de ce moment-là, c'était ça... Je suis allé voir ma mère et je lui ai dit qu'un jour j'allais être l'homme le plus fort du monde.

Dans les années 1970 et 1980, la lutte était une grande passion pour les Québécois. À vos yeux, représentait-elle aussi une source d'inspiration ?

Oui... La lutte, j'aimais ça. Je regardais ça, ma grand-mère regardait ça, on écoutait ça, c'était le dimanche matin. Mais c'est vraiment les hommes forts qui ont frappé mon imaginaire, car ils avaient ce que les personnages de bandes dessinées que je lisais avaient : ils étaient forts. Alors qu'au niveau de la lutte, c'était un spectacle : tu avais le bon et le méchant. Oui, tu embarquais là-dedans parce que tu jouais à te colletailler quand tu étais jeune, mais moi, ce n'était pas la lutte, c'était vraiment les hommes forts.

Les motivations de votre jeunesse se sont-elles transformées au fil des ans, ou sont-elles demeurées les mêmes ? Quels étaient vos objectifs de carrière sportive, et les avez-vous atteints ?

Ça a toujours été la même passion. À ce moment-là, à 12 ans, je n'ai pas de *gym* et mon père est à l'extérieur. Hé puis là, tu veux devenir l'homme le plus fort du monde... Donc, tu fais quoi ? Il a fallu que je fasse preuve d'esprit d'initiative. J'ai commencé par ramasser les bouteilles vides pour accumuler une partie des fonds nécessaires pour m'acheter des haltères et, en échange de bons résultats scolaires, mes parents, eux, fournissaient une autre partie des fonds pour acheter mon premier banc d'entraînement. C'est comme ça que j'ai commencé à m'entraîner dans ma chambre. Par la suite, j'ai planté des quilles à la salle de quilles parce qu'il n'y avait pas de planteur automatique. Ça me donnait, je pense, 6,50 \$ par soir. J'ai ramassé de l'argent, et je faisais des plans sur papier. J'achetais du fer, je le coupais, j'allais le faire souder, j'assemblais... Je me suis bâti des machines comme ça : machine à poulies, *rack à squats*... Je me suis bâti un *gym*. Ensuite, encore une fois en ramassant de l'argent, on a rénové une partie du sous-sol chez mon ami, qui était mon partenaire d'entraînement. C'est comme ça que ça a débuté, puis je n'ai jamais dévié. Souvent, on va me dire : « t'es bon ». Mais, je ne considère pas que je suis si bon que ça, c'est juste que j'ai toujours tiré dans la même direction et que je n'ai jamais arrêté d'avancer.

Pour ce qui est des compétitions d'hommes forts, il n'y en avait pas nécessairement beaucoup. Dans mon coin, sur la Côte-Nord, il n'y en avait pas. Quand je suis arrivé à Québec, j'ai commencé à faire de la dynamophilie. C'était le plus proche de ce que je pouvais retrouver des hommes forts. J'ai eu quand même du succès, mais... Comment je vous dirais ça... ? J'ai eu un entraîneur, à l'époque, et il m'entraînait au meilleur de ses capacités. Mais, avec les années, tu te rends compte qu'il y avait beaucoup de failles, et qu'il n'y avait pas nécessairement beaucoup de connaissances. Souvent, ce sont des gens qui vont faire ça sur une base de bonne volonté et de passion. J'avais de bons résultats, mais je pense que j'aurais pu en avoir des meilleurs si j'avais été mieux encadré. Tu travailles avec les outils que tu as. J'ai été autodidacte, j'ai fait beaucoup d'essais et erreurs, mais je ne regrette pas. La seule chose que je regarde, c'est que maintenant les jeunes bénéficient d'un meilleur encadrement, ils bénéficient d'une structure, alors que moi, je n'en avais pas du tout. J'ai commencé à faire des compétitions d'hommes forts à l'âge de 26 ans, parce qu'avant ça, il n'y avait rien... Je faisais de la dynamophilie, mais ce n'était pas ce que je voulais faire. Donc, tu t'entraînes pour pratiquer un sport qui n'existe pas. De la motivation, ça t'en prend. Quand tu me demandes : « As-tu toujours tiré, ou n'as-tu jamais dévié ? », hé bien les occasions de dévier, j'en ai eu. Ce

n'est pas comme un jeune qui voudrait jouer au hockey, qui s'inscrit au hockey mineur et qui gravit les échelons. Dans mon cas à moi, le sport que je voulais faire à partir de 1991 n'existe plus. Donc, tu te fais regarder un peu comme une bête de cirque, et quand tu dis aux gens que tu veux devenir l'homme le plus fort du monde, ils te regardent d'un air bizarre... Alors, tu ne le dis pas trop fort, parce que les différences dérangent. En quelque sorte, tu dois continuer de nourrir ton rêve... Je mentionne souvent que c'est un peu comme si j'étais encore le même petit garçon de 12 ans. J'avais ce rêve et, peu importe l'âge auquel j'étais rendu, à l'intérieur, c'était encore le même petit gars qui avait le même rêve. Je pense que c'est ce qui m'a sauvé, c'est ce qui m'a empêché de dévier et de décrocher. Ce rêve est toujours resté présent. Je pense que ce qui est important c'est d'avoir la foi, et j'avais la foi qu'il allait se passer quelque chose si je n'abandonnais pas. Et, effectivement, c'est ce qui s'est produit.

Vous disiez qu'en 1991, votre sport n'existait plus vraiment. Comment celui-ci s'est-il réorganisé, et quel a été le processus qui vous a permis de vous établir au sein du monde de la force au Québec et à l'international ?

L'effort a repris à partir du moment où j'ai commencé à faire des concours d'hommes forts sur la scène internationale, ce qui est arrivé un peu par accident. Il y avait quand même quelques concours d'hommes forts à l'époque, et j'ai participé à deux compétitions : une dans le Bas-du-Fleuve et une à Saint-Hyacinthe. J'ai gagné dans le Bas-du-Fleuve, et à Saint-Hyacinthe j'ai terminé troisième. J'étais jeune à l'époque, et ça m'a confirmé que c'était vraiment ce qu'il fallait que je fasse. Quand j'ai gagné dans le Bas-du-Fleuve, j'ai battu le champion, sur les épreuves du champion. Puis, je me souviens, ça m'a fait bizarre... Parce que tu t'es entraîné tout ce temps-là et, tout à coup, tu réalises : « crime, je peux faire de quoi avec ça ». Mais là, à ce moment, il n'y a toujours pratiquement rien d'organisé. En 1997, ils ont créé un concours d'homme fort, et c'est là que ça a commencé à avoir un semblant d'organisation. C'était au Saguenay-Lac-Saint-Jean, et le concours était réservé aux athlètes de cette région... Je n'ai donc pas pu y participer. En 1998, ça a pris la forme d'un championnat provincial, et là j'y suis allé. J'ai remporté 5 des 8 épreuves ; j'ai dominé la compétition. En 1998 toujours, contre toute attente, j'ai reçu un coup de téléphone pour aller au Championnat du monde, et c'est là que ça a pu débiter.

En 1999, j'ai terminé quatrième au monde, et donc les médias ont vraiment embarqué. Je dirais que le regard des gens qui, au début, était... Oui, il y avait de la curiosité, mais il y avait, je ne dirais pas un mépris, mais peut-être des préjugés. Les gens n'arrivaient pas à comprendre pourquoi tu étais gros de même et ce que tu voulais faire... Et là, tout d'un coup, ils regardaient ça et disaient : « Wow ! » Ça a surpris le monde, et je pense que ce qui a fait la grosse différence c'est que j'ai été capable d'expliquer ce qu'était ma discipline et pourquoi je le faisais, et non de façon à ce que je sois vu comme une « bête de foire ». Je le faisais de façon sérieuse parce que je me disais que c'était à peu près comme n'importe quoi... Pour moi, il n'y en a pas de sous-métier. Par contre, c'est la façon dont tu fais ce que tu fais qui va déterminer comment les gens vont te recevoir, et c'est cette perception qui va définir si tu es un bouffon ou si tu n'en es pas un. Si tu agis comme un champion tous les soirs de ta vie, les gens peuvent peut-être ne pas comprendre ce que tu fais, mais, une chose est sûre, ils vont reconnaître au moins l'effort et le sérieux que tu y mets. Ça, c'était important pour moi, et quelque part je pense que le message s'est mis à circuler : c'est passé de l'incompréhension à une certaine forme d'admiration. Les gens m'arrêtaient quand je conduisais mon auto-patrouille – ce sont eux qui m'interceptaient ! – pour venir me voir et pour m'encourager. C'était vraiment un virage à 180 degrés au niveau de la perception des gens, et ça m'a vraiment convaincu, à ce

moment-là, que non seulement je faisais la bonne chose, mais aussi que dans ma manière de faire, ça passait.

Si nous revenons sur l'historique de la force, qu'a représentée, pour vous, la longue tradition des hommes forts au Québec ? Que vous évoquent l'histoire et la mémoire des Jean-Baptiste Grenon, Jos Montferrand, Claude Grenache, Louis Cyr, Horace Barré, Hector Décarie, Victor Delamarre, les frères Baillargeon et Antonio Barichievitch, entre autres ? Ce passé et les exploits de ces hommes forts ont-ils représenté une source d'influence et de motivation dans votre propre parcours ?

Quelque part, pour comprendre ce que tu fais et être en mesure de l'expliquer, il faut que tu comprennes d'où tu viens et ce que d'autres ont fait avant toi. C'est ce qui te permet aussi de faire une certaine réflexion sur comment tu veux être perçu. Oui, tu parles de Jos Montferrand, on va parler aussi de Victor Delamarre, de Louis Cyr, des frères Baillargeon... On a une tradition, mais l'histoire de la force au Québec n'est pas toujours belle, et il faut aussi être en mesure de l'expliquer. Jos Montferrand, son application de la force n'est pas la même que moi. Il était plus un gars qui prenait un coup et qui se bagarrait. Par contre, là où on se rejoint, c'est au niveau de la force de caractère. Jos Montferrand était le héros des Canadiens français de l'époque face aux Anglais, il ne se mettait pas à genoux devant personne. Ça, c'est une façon d'exprimer la force parce que, pour moi, la vraie force d'un individu, ce n'est pas une force physique, mais bien une force de caractère qui s'exprime dans sa fierté et dans sa façon de faire les choses. C'est un peu comme je disais plus tôt... Moi, j'avais un rêve, c'était de pratiquer une discipline qui n'existait pas. Ça demande une bonne force de caractère pour rester *focusé* sur ce que tu as à faire, car il faut que tu le veuilles pour pratiquer quelque chose qui n'existe pas et dont tu ne peux pas parler aux autres parce qu'ils vont te dire : « tu es fou ! » Pour eux, l'image qu'ils avaient des hommes forts, c'était une image qu'on retrouvait au niveau des années 1950, qui est beaucoup plus près du cirque que du côté plus noble de l'application de la force en tant qu'athlète. C'était des tours de force, des trucs, et non pas des exploits de force... Donc, pour beaucoup de gens, tu devenais pratiquement une bête de foire. Tu avais une image à changer et, où je veux en venir, c'est qu'en comprenant d'où tu viens et en comprenant l'histoire autour de Louis Cyr ou des autres personnages qui ont évolué dans le domaine de la force au Québec, tu es en mesure de pouvoir évaluer les choses ; tu es en mesure de pouvoir analyser et tu es en mesure de pouvoir mieux expliquer. Ce qui fait en sorte que, si on parle du « Grand Antonio », je vais avoir une opinion qui va être personnelle, mais que je vais être en mesure de pouvoir valider avec des faits historiques, au lieu d'arriver et juste sortir une opinion qui ne serait basée sur rien. C'est la même chose autour de Louis Cyr ; c'est la même chose autour de la force au Québec. C'est ce qui fait en sorte qu'à un moment donné, quand tu as une discussion, tu es en mesure d'en parler, mais d'en parler en connaissance de cause, et tu vas être capable de mieux expliquer et de mieux comprendre.

Louis Cyr devient, à ce moment-là, notre meilleur exemple, parce qu'il a été notre première vedette internationale, et il a été, à son époque, l'homme le plus fort du monde. En quelque sorte, c'est lui qui a pratiqué de la façon la plus similaire à ce qu'on fait aujourd'hui... Alors que les autres athlètes, oui il y en avait qui étaient extrêmement forts, mais c'était plutôt du domaine du spectacle que du domaine de la compétition. À l'époque, on s'autoproclamait des titres... Chacun avait des spectacles, chacun avait des tours, mais il n'y avait pas vraiment d'affrontements. Tout le monde en faisait un gagne-pain. Louis Cyr, son but c'était d'être le plus fort. Ce n'était pas nécessairement de se mettre riche avec ça ; ce n'était pas nécessairement de faire de la poudre aux yeux... C'était de prouver qu'il était le plus fort : il

voulait se le prouver à lui-même, puis le prouver aux autres. Ce ne sont pas tous les autres hommes forts qui sont passés au Québec qui avaient le même objectif.

Selon vous, quelle place cette tradition des hommes forts occupe-t-elle dans l'histoire et dans la culture du Québec? Les exploits de Louis Cyr et son influence peuvent-ils être comparables à ceux d'autres grandes « légendes » et figures importantes du sport au Québec, telles Maurice Richard ou, dans une autre mesure, Alexis le Trotteur ?

J'en suis convaincu ! Surement plus qu'Alexis le Trotteur... Je ne veux pas être méchant, mais Alexis le Trotteur n'a sûrement pas le même impact au niveau historique que Louis Cyr. Et Maurice Richard a eu un impact historique, mais il bénéficiait de médias qui étaient beaucoup plus présents qu'à l'époque de Louis Cyr. En quelque sorte, si on avait à mesurer l'impact sur une population entre ces deux athlètes- là, je suis convaincu que si on pouvait tout ramener au même niveau – ce qui n'est pas le cas –, de loin Louis Cyr serait en avant... Pour Louis Cyr, c'était beaucoup du bouche-à-oreille, mais il a pourtant eu des retombées aux États-Unis, en Europe, un peu partout, alors qu'à peu près le seul média qu'on avait à l'époque c'était le journal. Maurice Richard a bénéficié de la télévision et de la radio ; il a bénéficié d'une ligue et d'un sport reconnu avec une organisation autour de ça. Louis Cyr n'avait rien de ça ! C'est extrêmement impressionnant.

Et quelle reconnaissance Louis Cyr a-t-il sur la scène internationale et auprès des nouvelles générations d'hommes forts? La tradition demeure-t-elle importante et respectée ?

Louis Cyr a une renommée. Par contre, il faut faire attention, et ça, c'est typique non seulement de notre sport à nous, mais aussi de tous les sports... J'ai l'impression que les jeunes, maintenant, pratiquent une discipline sportive, mais – et je ne dis pas qu'on ne l'était pas non plus – qu'ils sont très égoïstes, qu'ils n'ont pas nécessairement le même besoin de comprendre d'où ils viennent et de connaître qui a ouvert les chemins pour eux. C'est déjà tout en place, c'est déjà établi, alors ils *font* vraiment à faire leur propre place. C'est quasiment comme si de reconnaître que du monde est passé avant eux leur enlèverait leur place dans l'histoire. Moi, je suis plus de la vieille école, je pense que de donner de l'importance et de rendre à César ce qui revient à César ne t'enlève absolument rien. Au contraire, ça va te permettre, comme je l'expliquais, de 1), mieux l'expliquer, et de 2), mieux te positionner face à l'histoire aussi, et de faire en sorte que ta discipline va avoir une certaine forme de reconnaissance. Parce que si l'an zéro est toujours avec le premier qu'on voit ou avec qui on parle, il n'y en a pas d'histoire... Quand tu es capable de raconter une histoire, tu es capable de te positionner dans celle-ci ; tu es capable de prendre ta place, et tu n'as pas à effacer ce qui a été fait auparavant pour être capable de faire ta propre histoire.

Le « Louis Cyr des temps modernes » est un surnom qui vous est souvent attribué. Que représente ce « titre » à vos yeux, tant sur le plan personnel que professionnel ?

Ça, ça s'est produit très tôt dans ma carrière, quand j'ai commencé à avoir du succès. Le défi, c'était qu'éventuellement, quand on parle d'hommes forts, qu'on parle d'Hugo Girard. Ce n'était pas d'enlever la place à Louis Cyr, c'était de se positionner, encore une fois, dans l'histoire. On sait ce que Louis Cyr a fait. Maintenant, moi je veux montrer ce que je peux faire. Je n'enlève rien à Louis Cyr. Au contraire, je me suis positionné de façon à ce qu'à un certain moment, le Louis Cyr, c'était moi. Si tu le fais en respectant qui était là avant toi, il n'y a pas

de problème, et j'ai toujours été capable de positionner Louis Cyr dans l'histoire, d'en parler et de ne surtout pas faire comme s'il n'avait pas existé. Où je veux en venir, c'est que c'est important de connaître ta place dans l'histoire. Le joueur de hockey qui n'est pas capable de te parler de Maurice Richard, dans mon livre à moi, il y a un problème, parce que s'il n'y avait pas eu Maurice Richard, il ne serait peut-être pas là. S'il n'y avait pas eu Louis Cyr, on ne serait peut-être pas là en train de se parler... Il y a beaucoup de choses qui font en sorte que tu devrais respecter ce qui a été fait, car ce sont ceux avant toi qui ont ouvert la route ; ce sont eux autres qui ont pavé la voie. Les athlètes d'aujourd'hui qui sont millionnaires, ils le sont parce qu'il y a des athlètes avant eux qui ont mangé leur pain noir et qui ont été abusés.

Quelles peuvent être les principales différences entre le style de vie d'un Louis Cyr et celui d'un athlète de la force du 21^e siècle ? Nous connaissons aussi l'impact important qu'a eu Louis Cyr dans le développement de l'entreprise du cirque au Québec. Aujourd'hui, quelle part occupe le « spectacle » dans les compétitions de force ?

Il n'y a aucune comparaison qui peut se faire à ce niveau. La science du sport évolue de façon exponentielle. Je pense que la vraie différence majeure, là où on peut faire une comparaison, c'est qu'à l'époque de Louis Cyr les épreuves étaient beaucoup plus statiques et moins dynamiques que ce qu'on retrouve maintenant. Ça, c'est alimenté par le sens du spectacle. À l'époque de Louis Cyr, il n'y avait pas de camion ; il y avait des trains, mais on n'a peut-être pas pensé les tirer ; les automobiles n'existaient pas encore. On devait travailler avec des objets de ce temps, et ce sont ceux de cette époque qui ont mis au monde les haltères. Ils les ont utilisés à profusion parce que, pour eux, ça représentait la nouveauté, ce qui n'est plus le cas aujourd'hui. Ça explique un peu pourquoi on utilisait des poids : de 1) c'était statique et, de 2), c'était une façon pour eux de montrer qu'un homme fort, c'était ça que ça faisait. Alors qu'à notre époque, l'haltère est utilisé pour l'entraînement dans plusieurs disciplines, ils ne sont plus de l'aspect spectacle qu'on retrouvait. C'est pour ça que c'est difficile de comparer les époques. Si aujourd'hui tu utilises, comme à l'époque, juste des poids et des haltères, tu ne te distingues pas des autres, c'est juste le chiffre qui est sur l'objet qui est différent. Mais l'aspect spectacle a fait en sorte qu'on a dynamisé le sport, c'est-à-dire qu'on va utiliser des objets de la vie courante qu'on va introduire et qui vont augmenter le côté spectacle, sans toutefois entièrement tomber dans le spectacle. Tu ne tombes pas dans le cirque. Parce que tomber dans le cirque, c'est différent, c'est que, pendant que tu performs, tu joues un rôle. Tu vas faire la performance, mais tu vas en acter un bout... Alors que quand tu tires un *char* ou un train, le côté spectacle est déjà là, mais tu ne joues pas de rôle parce que tu es obligé de te commettre à 100 %.

Mais, dans votre tête à vous, lors d'une épreuve, le côté spectacle n'est donc pas là ? Pour vous, c'est la compétition, c'est là-dessus que vous vous concentrez ?

C'est de la compétition, mais le côté spectacle est là. Ce que je veux dire, c'est que quand le côté spectacle s'installe dans la tête de l'athlète qui performe, il n'est plus conscient, il n'est plus *focusé* à 100 % sur ce qu'il est en train de faire, sur sa compétition. Pour être capable de faire ça, c'est parce que tu n'es pas en train de forcer... Parce que si tu es en train de forcer, excuse-moi, mais tu ne peux pas penser au spectacle, tu as déjà les mains pas mal pleines à faire ce que tu as à faire ! Donc, l'aspect « spectaculaire », au lieu de dire l'aspect spectacle, vient du fait que tu vas utiliser des objets pour lequel le commun des mortels va se dire : « Comment ils font ? » Par contre, si je fais du cirque, je vais *downsizer* tout ça, en utilisant des objets qui, pour moi, ne sont pas un challenge, et là je vais me mettre à acter ; et là, je vais

pouvoir faire du spectacle. C'est ce qui s'est produit à l'époque de Louis Cyr et post-Louis Cyr, où là chaque cirque avait son homme fort, et chaque homme fort faisait un spectacle. Bien souvent, les épreuves étaient truquées, les poids étaient truqués, pour faire en sorte que l'aspect spectaculaire n'était pas nécessairement dû à l'exploit qui était fait, mais plutôt à la façon dont il semblait être fait.

Quel a été votre rôle dans la réalisation du film sur Louis Cyr qui est sorti le 12 juillet 2013? Selon vous, l'histoire et les aspects techniques entourant l'homme et ses exploits ont-ils été respectés? Quel a été votre apport, par exemple, dans les scènes qui présentaient des épreuves de force?

Mon rôle a été très minime. En fait, j'ai été consultant sur les scènes de force. J'ai travaillé beaucoup plus avant, en gymnase, puis ensuite sur le plateau. C'était pour s'assurer de réviser les techniques qu'on avait pratiquées, pour faire en sorte que les épreuves de force aient l'air véridiques. J'aurais pu avoir un rôle plus important, parce qu'on m'a demandé d'entraîner Antoine [Bertrand], mais moi, je n'avais pas le temps de faire ça. Donc ce que j'ai fait, c'est de les référer à un entraîneur qui avait déjà travaillé avec des acteurs et en qui j'avais confiance. Je savais qu'il était capable de faire le travail et, effectivement, il a fait un excellent travail avec Antoine. Puis, quand j'ai vu le film, je dois dire que j'ai été agréablement surpris du travail lors des épreuves et des exploits. C'était drôle parce que, pour ceux qui me connaissent, tu étais en mesure de reconnaître les techniques... C'était quand même plaisant à voir, c'était une certaine forme d'influence, même si le commun des mortels ne le saura pas... Mais c'était la *fun* de voir que ça a quand même été mis en application et que ça avait l'air réel.

Et l'entraînement d'Antoine Bertrand, peut-on dire que ça se rapprochait vraiment de vos entraînements ou encore de celui des hommes forts d'aujourd'hui?

Ça se rapprochait un peu. Le travail n'était pas de faire d'Antoine un homme fort, le travail était de faire en sorte qu'Antoine soit capable de s'imprégner de ce que c'est d'être un homme fort; de ce qu'est l'essence d'un homme fort. Parce que si, émotivement, il est capable de se mettre dans la peau d'un homme fort, il va être capable de le montrer à l'écran, et c'est ça qu'un acteur fait... Le travail se situait beaucoup autour de ça, et je pense que la vision et la perception des hommes forts, pour Antoine, ont changé de par son entraînement. Car si je te dis : « lève la barre », et qu'elle pèse 20 livres, dans le film on va dire qu'elle pèse 400 livres. Alors, comment vas-tu être capable de me montrer que ça a l'air de 400 livres, et comment vas-tu l'approcher? Quelque part, c'est ce que j'ai aimé... Il y a une scène dans le film où, ce n'est pas compliqué, j'ai l'impression que je suis en train d'aller à une compétition... Il était vraiment dedans, parce qu'il est tombé dans cette zone-là : tu n'approches pas une épreuve de force comme si tu allais ramasser ton sac d'épicerie! Quand tu approches une épreuve de force, c'est une préparation mentale et il y a une zone dans laquelle tu rentres. Ça a été la *fun*, non seulement au niveau de son faciès qui te faisait ressentir l'émotion, mais aussi au niveau de la musique et de toute la façon dont ils ont filmé les scènes... Ça se passe quasiment de même! Un moment donné, quand tu es vraiment dedans... Moi ce que je me souviens c'est que le son n'est plus là, on ne parle plus. Tout coupe! Et ce qui est à l'extérieur de ce que j'ai à faire, c'est flou. J'en suis conscient, je le vois, mais c'est comme s'il n'y avait plus de son; c'est comme si c'était au ralenti, alors que tu es loin d'être au ralenti... Mais tout se passe au ralenti et, au moment où tu finis, tout arrive. C'est vraiment quelque chose de spécial, c'est là que tu le sais que tu es dedans, parce que tu n'es plus *pantoute* conscient de ce qui se passe autour... Et c'est pour ça que je dis que, quand tu fais un spectacle, tu ne peux pas y penser...

Est-ce qu'il y a une technique derrière tout ça, pour éviter de se blesser ? Est-ce que cette technique était aussi présente à l'époque de Louis Cyr ?

Je pense qu'à l'époque de Louis Cyr, il n'y en avait pas de technique, ou à peu près pas. Ils n'étaient pas tous comme Louis Cyr, mais lui il était de même. Louis Cyr c'était : « OK, c'est beau, on y va ». Je ne pense pas que le mot « entraînement » faisait partie de son vocabulaire, le mot « réchauffement » non plus. Je pense que c'est ce qu'on peut retrouver du plus brute de la force à cette époque-là, malgré que d'autres athlètes, eux, s'entraînaient. Parce qu'à cette époque-là, les premiers Olympiques de 1896 ont eu lieu, et il y avait de l'haltérophilie. Donc s'il y a eu de l'haltérophilie, c'est qu'il y en avait qui s'entraînaient. Et tu avais aussi des centres de conditionnement physique en Europe. Donc, oui l'entraînement avait déjà commencé, mais Louis Cyr venait d'une famille modeste, dans un petit village. Son type d'entraînement venait du travail que la plupart des fermiers faisaient. La roche qui est là, s'il faut que tu la tasses, tu forces après... Tu ne commenceras pas à t'échauffer 15 minutes avant de le faire ! Donc, le concept de l'entraînement, du réchauffement et de la préparation mentale, ça n'existait à peu près pas, à part pour ceux qui avaient plus de moyens ou qui étaient dans un endroit où on retrouvait des infrastructures qui le permettaient. Mais, si on compare avec ce qu'on a maintenant, c'était extrêmement rudimentaire, même dans les centres les mieux équipés de l'époque. Si l'équipement était rudimentaire, on peut prendre pour considération que l'aspect mental et psychologique devait être assez rudimentaire aussi. Ce qui fait en sorte que Louis Cyr, par la force des choses, était quelqu'un de très spécial, mais il n'était pas le seul. La plupart des hommes forts de l'époque étaient très spéciaux. Sauf que c'est là qu'on parle d'évolution... Ça a évolué, justement pour qu'on évite de se blesser, parce qu'il n'y a aucun doute qu'il y en a plusieurs qui ont dû se blesser à cette époque.

Selon vous, Louis Cyr a-t-il bel et bien été l'homme le plus fort de tous les temps ? Certains de ses records tiennent toujours, dû à la grandeur de l'exploit ou encore au fait que les épreuves auxquelles il s'est adonné ne se font plus. Quelle place, selon vous, pourrait-il avoir dans le palmarès des hommes forts d'aujourd'hui ? Est-ce qu'il est possible de faire une telle comparaison avec toutes les différences entre les époques et dans la pratique même du sport ?

Moi, je pense qu'on ne peut pas faire de comparaison d'époques, parce que ce serait injuste face à Louis Cyr et face aux autres athlètes aussi. Louis Cyr est, selon moi, l'homme le plus fort de son époque, et à chaque époque on retrouve d'autres champions. Mais comment fais-tu pour comparer Maurice Richard à Sydney Crosby, par exemple ? Maurice Richard n'a pas bénéficié du dixième du support que Crosby a et a eu dans son développement. Le hockeyeur, maintenant, commence à patiner à 3 ans, on a des ligues organisées, et tout est fait en fonction que ça se développe plus vite. Ce n'était pas comme ça à l'époque de Maurice Richard... Donc, de faire un jeu de comparaison avec Louis Cyr, ça ne serait pas correct non plus. Je pense qu'au niveau de la force brute, Louis Cyr était de loin le plus fort, mais s'il avait eu accès à un entraînement et à toutes les choses qu'on a maintenant, qu'aurait-il pu faire ? Aurait-il fait plus ? On peut présumer que oui, mais on ne peut pas le prouver, au même titre que si on prend un champion d'aujourd'hui et qu'on l'amène à l'époque, qu'on lui enlève toutes les techniques d'entraînement dont il a bénéficié, va-t-il être capable de refaire ce qu'il a fait ? Où je veux en venir, c'est que je pense que ce n'est pas la bonne manière de faire un jeu de comparaisons. Je pense que Louis Cyr, son pedigree parle par lui-même, et qu'on n'a pas à commencer comparer pour essayer d'établir s'il y a « un » athlète... Je suis convaincu que

chaque pays a son propre héros, et là aussi on pourrait commencer à faire un jeu de comparaisons, alors que la compétition, au fond, n'a même pas eu lieu ! Par exemple, Eugen Sandow ne l'a pas rencontré Louis Cyr, et je suis convaincu qu'Eugen Sandow, dans la tête de beaucoup de gens, c'était lui le plus fort...

De nos jours, y a-t-il justement plus de compétitions et de confrontations ?

La compétition est plus féroce, mais encore une fois ça dépend du bassin : il y a sûrement plus d'athlètes qui s'entraînent qu'il y en avait à l'époque de Louis Cyr. Même si ce n'est pas encore *mainstream*, l'évolution du sport fait en sorte que tu en as plus qui pratiquent, donc tu as plus de compétition.

Et c'est plus difficile, donc, de devenir « le meilleur » ?

Pas nécessairement ! Parce que maintenant, tu as une compétition, justement ; tu es capable de l'obtenir. À l'époque de Louis Cyr, tu n'en avais pas, donc comment faire pour déterminer qui est le meilleur ? La plupart s'autoproclamaient champions. Louis Cyr a *challengé* les autres, mais ils n'ont pas tous voulu venir. Dans les faits, si moi je te challenge, mais que la rencontre n'a jamais lieu, je pourrais bien dire que je suis le plus fort, mais on ne pourra jamais le savoir. Maintenant, il y a plus de compétition, mais c'est parce qu'il y a plus de structure, plus d'organisation... Il y a le titre de l'homme le plus fort du Canada, et il faut que tu te qualifies pour y aller pour le remporter. Quant à Louis Cyr, il a remporté le titre de champion canadien en *challengeant* David Michaud... Mais David Michaud, il l'a eu où son titre ? Il s'était autoproclamé l'homme le plus fort du Canada.

Le film sur Louis Cyr était attendu depuis plusieurs années. Selon vous, peut-on considérer la réalisation de ce film comme un «devoir de mémoire»? Quels «enseignements» ou quel «exemple» l'histoire de Louis Cyr peut-elle donner au public général et, de façon plus précise, à la jeunesse qui pourrait s'intéresser à cette figure légendaire du Québec? Quel est, pour vous, le legs de Louis Cyr? Et sur un plan personnel, quel pourrait être le legs d'Hugo Girard?

Moi, je pense que ça a été notre première supervedette canadienne-française à l'international. C'est celui qui a sorti, selon moi, le Canadien français de l'ombre et qui a été capable de le positionner sur la scène mondiale de façon à faire savoir qu'il était bon à faire autre chose que juste du *labor* dans les usines. Autrement dit, il a donné de l'espoir à d'autres gens ordinaires, l'espoir de pouvoir faire des choses extraordinaires. Quant à moi, je vous dirais que mon but ce n'est pas nécessairement d'être ambassadeur pour mon sport, mais par la force des choses je le suis et je l'ai été. Mon but, c'est beaucoup plus d'essayer de faire prendre conscience aux gens que, même si tu viens d'un milieu de vie modeste, même si de prime abord tu n'as pas nécessairement tous les avantages et les outils nécessaires pour accomplir tes rêves, eh bien tu es quand même capable de le faire. Si je peux influencer une personne à se dépasser, ce que j'aurai fait en aura valu la peine, parce que c'est ça que j'aurais voulu que quelqu'un fasse... Qu'il me donne une claque dans le dos et qu'il me dise «crime, t'es capable!»

Et au niveau de votre parcours général, voyez-vous des similitudes avec l'histoire de Louis Cyr? Vous identifiez-vous à son cheminement et à ses accomplissements?

Je pense que c'est incroyable, quand tu regardes ça, le cheminement... Louis Cyr a été policier – j'ai été policier –, l'homme fort, le plus fort, la passion... L'idée aussi que je ne voulais pas être l'homme le plus fort juste en gagnant un concours, mais que je voulais, comme Louis Cyr, me mesurer aux plus forts et les battre... D'ailleurs, quand j'ai remporté le titre de champion du monde, je n'étais pas nécessairement content, car j'aurais pu faire mieux ! Le vrai défi, ce n'est pas de gagner un titre, c'est de donner le meilleur de soi-même, c'est de se dépasser et d'aller au bout de ses capacités en exploitant son plein potentiel. Parce que d'exploiter son plein potentiel, ça veut dire donner son 100 %, et donner son 100 %, ça, c'est dur en *tabarouette* ! Et tu en as combien qui le font... ? Il y en a combien qui font en dessous de leur capacité, peu importe le domaine, juste pour dire « c'est beau, c'est fait et c'est passé » ? La différence c'est que, si tu passes un examen, il y en a qui visent 60 % et il y en a qui visent 100 %. Et bien c'est ça, moi je vise le 100 %. Si j'ai 98 %, je ne suis pas content, c'est le 100 % que je veux, même si je ne l'aurai peut-être jamais. D'un autre côté, et c'est ce qui est plus sombre dans toute cette *patente*-là, c'est que tu n'es jamais satisfait. Mais, ça permet de te dépasser et de repousser tes limites, de sorte que peu importe comment je vais échouer, je vais toujours bien échouer plus haut que la note de passage, et ça, pour moi, c'est important.

Et si j'ai un legs à donner, hé bien c'est à mon fils puis au monde qui me côtoie et me voit aller. Je leur dis : « Regarde, dépasse-toi ! Si tu es pour faire de quoi, fais-le à 100 %. Moi je me suis assez donné que, crime, je me suis déchiré des membres ! ». Et si tu me le demandes, je ne le referais pas autrement, parce que la seule manière que tu peux arriver à tes fins c'est de te donner à 100 %. Si tu y vas à 50 %, tu ne seras pas capable... Tu ne peux pas commencer par soulever le *bumper* du char, quand tu lèves le char, il faut que tu le lèves avec ! C'est tout ou *pantoute* !

En terminant, quand vous avez vu le film, vous y êtes-vous vu ?

... C'est frappant de voir comment, à des époques différentes, dans l'essence même... Tu regardes ça, et tu te dis : « *Calique...* » Tu te mets là, et c'est la même affaire... Je te dirais que c'est à deux époques différentes, mais c'est quasiment comme si j'avais calqué... Je veux dire, tu prends ça, tu ramènes ça à mon époque à moi, tu pars, et c'est la même maudite affaire ! Les émotions sont semblables, et ce sont, selon moi, les mêmes motivations. Ça peut différer selon avec qui tu en discutes, mais quelque part, je ne pense pas que tu puisses vraiment savoir ce qui motive quelqu'un à faire ce qu'on a fait si tu n'en as jamais toi-même levé dans ta vie des roches... Tu peux juste présumer, mais tu ne peux pas savoir. Tu as beau faire les recherches que tu veux, mais les émotions que tu vis quand tu es en train de le faire, il faut vraiment que tu l'aies fait pour savoir c'est quoi. Tu ne t'improvises pas homme fort, tu ne peux pas te mettre dans la tête d'un homme fort, tu l'es ou tu ne l'es pas. Cette force-là, tu viens au monde avec. Tu vas l'entraîner, tu vas l'exploiter, mais, encore une fois, la vraie force ce n'est pas les objets que tu soulèves. La vraie force, c'est la volonté, la détermination quand tu fais face à une situation où tu ne contrôles rien.

Quand le vent se met à souffler de face, je vais te dire de quoi, il y en a un méchant paquet qui vire de bord pour aller dans le sens du vent ! Aller à contre-courant, ce n'est pas évident, et c'est ce qu'on voit un peu dans le film. Si tu regardes la vie de Louis Cyr, c'est un peu ça. Parce que, pour un Canadien français, à l'époque, d'être différent et de ressortir des autres, ce n'était pas nécessairement bien vu. Il a fait fi de tout ça, il a fait son bout de chemin et, éventuellement, il a été reconnu. C'est la même chose que j'ai vécue. Le monde me regardait bizarre quand j'ai commencé. Mais un moment donné, ça a changé. J'ai eu assez de force de

SCALLON-CHOUINARD, Pascal et Mathieu ST-HILAIRE. « Sur les épaules d'un géant : entretien avec Hugo Girard autour de Louis Cyr et de la tradition de la force au Québec ». *HistoireEngagee.ca* (21 juillet 2013), [en ligne]. <http://histoireengagee.ca/?p=3463>.

caractère pour me dire que, peu importe ce que les gens pensent, ce qui est important c'est ce que moi je pense. Ce que je retiens de tout ça, c'est que quand tu sais que tu fais la bonne affaire, fais-la, car personne ne va la faire à ta place. Souvent, les gens qui innovent, qui font avancer les choses, qui font des choses différentes, ce sont ces gens-là qui font quelque chose qui a de l'impact. Alors que bien souvent, ils sont vus par leurs pairs comme des spéciaux, comme des bizarres, et ils sont mis de côté. Pourquoi ? Parce que les différences dérangent...

M. Girard, merci infiniment pour votre temps et pour votre passion.