Dépasse-toi!

Impossible de viser plus haut en terme de dépassement de soi que de partir à la conquête du mont Everest.

Jusqu'à tout récemment, je croyais que seulement deux Québécois avaient réussi cette ascension titanesque.

Le premier, **Yves Laforest**, est revenu dans l'actualité à la suite de sa disparition à la fin de juillet dans les eaux déchaînées de la rivière Incommapleux, en Colombie-Britannique. Il avait conquis l'Everest 12 ans plus tôt. Le 15 mai 1991, pour être plus précis.

Une messe à la mémoire de Laforest sera célébrée le dimanche 16 novembre à 11 heures à la crypte de l'Oratoire Saint-Joseph.

Le second, **Bernard Voyer**, s'est hissé au sommet de l'Everest le 5 mai 1999. Ses expéditions aux pôles Sud et Nord ainsi que son tour du monde par le plus haut sommet de chacun des sept continents sont abondamment commentés sur le site Web *bernard-voyer.com*

En comparaison, le troisième conquérant québécois de l'Everest pèche par excès d'humilité.

Bien peu d'entre nous avons entendu parler de **François Langlois** et de sa conquête réalisée le 24 mai 2001. Pourtant, sa modestie rend son histoire d'autant plus inspirante.

Langlois conclut une série de conférences sur ses ascensions des monts Logan et Denali (en compagnie de son frère Yves) ainsi que de l'Everest à la salle Marie-Gérin-Lajoie de l'UQÀM, mercredi prochain à 19 heures. Les billets au prix de 8 $ sont disponibles dans les boutiques Atmosphère.

Un rendez-vous à ne pas rater…

Martin Smith

À la conquête de l'Everest !

Photo LE JOURNAL

JOURNÉE BÉNIE DES DIEUX ! Le 24 mai 2001, François Langlois a pu admirer la courbure de la Terre tout en ayant les deux pieds dans la neige. À près de 9 000 mètres d'altitude, la vue en ligne droite porte à plus de 300 kilomètres et l'horizon s'étend sur près de 2 000 kilomètres.

Troisième Québécois à fouler le plus haut sommet de la Terre…

Revenir l'esprit en paix

François Langlois a décidé de conquérir l'Everest dans l'espoir d'en revenir avec l'esprit en paix.

MARTIN SMITH

Parfois plus à l'aise en anglais malgré son nom parfaitement «pure laine», cet homme de 37 ans, courtier en valeurs mobilières de profession, utilise l'expression *peace of mind* pour décrire le but ultime de sa quête.

«Ce n'est pas facile à définir, a-t-il reconnu. J'étais à la recherche d'une paix intérieure venant du fait que je me sois prouvé que rien n'est impossible. J'avais besoin de savoir ce que je pouvais accomplir de plus grand aux plans physique, spirituel et mental.»

Langlois semble être une personne équilibrée. On ne sent pas de grand tourment existentiel en lui. Cadet d'une famille comptant cinq garçons, il a grandi dans la région de Sutton dans un environnement marqué par les sports et les loisirs.

«Ski alpin, hockey, camping, expéditions de pêche, activités de plein air… Nous étions très actifs. Bouger a toujours fait partie intégrante de ma vie», a-t-il indiqué.

L'engouement pour l'escalade est venu sur le tard.

«Mon frère Yves m'en a appris les rudiments au début de la vingtaine», a-t-il dit. Une histoire d'amour, mille fois plus forte plus qu'une simple piqûre et qui l'a mené au rêve ultime, celui de l'ascension de l'Everest.

«On se découvre des forces et des ressources insoupçonnées en réalisant un tel rêve», a-t-il affirmé.

«Le premier pas est le plus important, mais tous ceux qui suivent aident à forger le caractère, à acquérir la conviction que rien n'est impossible quand on s'attelle à la tâche et qu'on y met le travail nécessaire. Le plus extraordinaire, c'est que j'aurais retenu la même leçon même si je n'avais pas atteint le sommet.»

Nombreux obstacles

Évidemment, les obstacles ont été nombreux. Trouver la motivation pour suivre une routine quotidienne de conditionnement physique, axée sur le cardio-vasculaire, pendant deux années de préparation. Chercher sans succès du financement extérieur pour une expédition dont les coûts personnels sont estimés à 50 000$. Convaincre employeur et clients de le laisser partir pendant trois mois… Sans oublier les inquiétudes à faire vivre à la famille.

«Après que j'eus annoncé mon projet, mon père est venu déjeuner avec moi et m'a dit : *Je vais te demander ça juste une fois. N'y va pas !* J'ai répondu : *Non, p'pa. Il faut que le fasse.* Il y avait beaucoup d'émotion dans l'air. Mon père m'a alors tendu la main et m'a dit : *Fais du mieux que tu es capable !*»

Sa mère a fait preuve d'une solidarité identique. Elle lui a dit : «*You have to do your thing.* Je vais t'attendre.»

Photo MARTIN BOUFFARD

DE LA FENÊTRE de son bureau, François Langlois voit les avions atterrir et décoller des postes de l'aéroport Dorval. De quoi nourrir des rêves de dépassement d'un bout à l'autre de la planète !

Personne ne pourra jamais reprocher à Langlois un manque de détermination. «Je n'ai jamais lâché parce que je savais que c'était une question d'équilibre, de conviction personnelle, de passion», a-t-il expliqué.

La plupart des gens ne ressentent pas le besoin de relever des défis aussi énormes. Ceux qui partent à la conquête d'un Saint-Graal paraissent toujours un peu bizarres. Dans les années 1920, un journaliste a demandé au premier homme à tenter l'ascension de l'Everest pourquoi il se lançait dans une telle aventure.

La réponse de George Mallory — «*Because it's there!*» — est passée à l'histoire. Pour sa part, Langlois y a vu une cause éminemment personnelle. Une quête vécue en toute humilité, sans aucun besoin d'étaler ses états d'âme dans les médias. Et que fait-on une fois l'esprit en paix?

«On se tourne vers un nouveau rêve, a-t-il lancé en riant. Un rêve basé sur une forme physique exceptionnelle, celui de me qualifier pour l'*Ironman* d'Hawaii, d'ici à trois ans. Ce serait une belle façon de fêter mes 40 ans!»

François Langlois a relevé le plus élevé des défis !

Discipline, calcul de risque, patience… François Langlois utilise avec succès cette démarche dans la gestion des portefeuilles de ses clients. Il n'était donc pas question de changer de formule pour dompter la montagne baptisée Sagarmatha par les Népalais.

Martin Smith
msmith@journalmtl.com

Après deux années de préparation méthodique, ces trois règles ont permis au Montréalais de vivre une «expérience extrême, incroyable» de trois mois qui a culminé par vingt minutes au sommet de l'Everest, le 24 mai 2001.

Membre d'une expédition formée de trois Américains, quatre Canadiens et un Péruvien, Langlois est conscient d'avoir vécu une escalade bien encadrée par 12 sherpas.

«La règle de base à laquelle tout notre groupe a adhéré était de préserver la vie, explique-t-il. Même si on met tout en œuvre pour minimiser les risques, l'Everest demeure une montagne extrêmement imprévisible, aux pièges parfois mortels et sur laquelle il faut toujours faire preuve de bon sens et d'une extrême prudence.»

Un cirque…

L'ascension de l'Everest n'est plus un exploit aussi exclusif depuis trois décennies.

Edmund Hillary et Tenzing Norgay ont été les deux premiers hommes à en fouler le sommet, le 29 mai 1953.

Lors du 20e anniversaire, dix hommes ont réussi l'ascension au cours de cette année 1973.

Lors du 40e anniversaire, tous les records précédents sont fracassés avec 129 réussites. Un sommet a été atteint en 2001 avec 182 ascensions réussies, dont celle de Langlois.

La veille de son exploit, 88 personnes ont atteint le sommet au cours de la seule journée du 23 mai 2001.

«On dispose de meilleurs outils pour prévoir les tempêtes de neige, les avalanches, les conditions météo extrêmes, explique Langlois. Mais il y a encore des gens qui meurent. Il y a encore des gens qui commettent des fautes d'impatience et d'imprudence à cause de pressions médiatiques ou de commanditaires.»

Il ne faut pas s'en étonner puisque le gouvernement népalais a émis 25 permis d'ascension (à 70 000 $ US pièce!) à autant d'expéditions regroupant près de 1 000 membres au cours de la seule année écoulée qui marquait le 50e anniversaire de l'exploit initial.

«Le camp de base ressemble à un cirque», a lancé avec mépris Sir Edmund Hillary.

Règles de l'art

Langlois, lui, est convaincu d'avoir respecté les règles de l'art et se sent habité plus que jamais par les émotions vécues sur l'Everest.

«C'est étrange parce que je n'ai ressenti aucune émotion une fois rendu au sommet, a-t-il raconté. J'étais exténué, épuisé par les quatre jours d'efforts depuis le camp de base et je pensais surtout à ne pas gaspiller d'énergie, car il faut être capable de redescendre.

«J'ai pleuré un peu au sommet, mais les émotions se sont mises à m'envahir plus à mesure que j'ai retrouvé les divers camps, passé les très dangereuses chutes de glace Khumbu et que je suis finalement arrivé au camp de base.»

SUR LES PENTES DE L'EVEREST

Nom au Népal	Sagarmatha
Nom au Tibet	Chomolungma
Altitude	8 830 mètres (des poussières sous 29 000 pieds)
Première tentative d'ascension	mai 1922
Première ascension réussie	29 mai 1953
Nombre de personnes différentes ayant réussi l'ascension depuis	environ 1 350
Nombre de réussites en 2003	154
Pourcentage des réussites inscrites au cours des huit dernières années	près de 60 %
Record d'ascensions en une année	182 en 2001
Mois le plus propice à une ascension	mai
Journée record	88 réussites, le 23 mai 2001
Plus grand nombre d'ascensions par une seule personne	13 par Apa Sherpa
Nombre de décès recensés depuis la première tentative	179 (dont plus de 50 Sherpas)
Nombre estimé de dépouilles sur la montagne	120
Coût du permis d'ascension pour une équipe	70 000 $ US

(avec l'aide du magazine National Geographic *et du site* Everestnews.com*)*