

« Je suis en challenge permanent avec mes limites »

Passionné par le goût du risque, Antoine Taillefer se donne des défis où les limites sont quasi inexistantes. Un dépassement de soi infini qu'il prône comme pilier dans sa philosophie de vie.



Au Costa Rica, Antoine Taillefer a survolé en paramoteur le volcan d'Arenal (©Antoine Taillefer)

Début avril, quelque part au-dessus du Mont-Blanc, Antoine Taillefer survolait le toit de l'Europe à l'aide de son paramoteur. Durant plus d'une heure, il s'est senti libre dans une parenthèse enchantée : « *la différence entre ce que je m'attendais à ressentir et ce que j'ai éprouvé en réalité a donné un sentiment magique à ce moment-là* ». Le calme et le sang-froid sont les maîtres mots pour parvenir à ce genre de performance. Des atouts que le Français a mis du temps à appréhender. « *J'ai toujours été une véritable pile électrique. Je me suis longtemps demandé si je n'étais pas hyperactif (rires)* ». Son énergie débordante, cet athlète de l'extrême la déploie notamment dans le VTT. Discipline dans laquelle il se lance des défis plus improbables les uns que les autres. Le dernier en date ? Battre le record du monde de vitesse sur neige en kilomètre lancé VTT (le record s'établit à 227 km/h).

Une vie sans limite

Ce goût pour les performances dites impossibles, Antoine Taillefer le détient depuis le plus jeune âge : « *gamin, j'étais obnubilé par les performances sportives complètement folles. En plus de ça j'avais un côté très naïf. Je croyais tout ce que l'on me disait, même les choses les plus improbables* ». Cette naïveté, le paramotoriste l'a gardée en lui jusqu'à aujourd'hui. Ce facteur lui permet de toujours repousser ses limites physiques et mentales. Pour ce sportif, les lignes rouges sont faites pour être franchies. Toutes les limites peuvent être dépassées,

sauf celles qui sont contraires à nos valeurs fondamentales et celles qui compromettent notre intégrité physique et mentale. « *Je suis en challenge permanent avec mes limites. C'est un train de vie que j'adore car il m'amène à des privilèges accessibles seulement si on s'en donne les moyens. Je mérite ce qu'il m'arrive aujourd'hui* ».

Avant de profiter pleinement de sa vie, Antoine Taillefer confie avoir eu de grandes difficultés à trouver la paix intérieure. « *Mentalement je me suis fait beaucoup de mal. Je possédais un système de pensée négatif. J'étais bienveillant vis-à-vis de tout le monde sauf envers moi-même* ». Une rupture amoureuse et sa rencontre avec une coach mentale vont tout faire basculer, en lui donnant l'occasion de se recentrer sur l'essentiel : la bienveillance envers lui-même. « *Pour moi, ça a tout changé. Désormais, j'appréhende la vie différemment. Je profite de chaque moment à fond et ce qui doit arriver finira toujours par arriver, que ce soit demain ou dans cinq ans* ».

Une philosophie de vie au service de tous

Aujourd'hui, le Français est devenu lui-même coach mental. En venant en aide à des individus qui ont connu des difficultés similaires, l'athlète se nourrit de leur vécu pour sa vie de tous les jours. Au travers de cette activité, son souhait profond est de partager sa philosophie de vie et montrer au monde que la raison de notre existence est de profiter de chaque instant. « *On se fixe des limites imaginaires et on se prive de privilèges qui sont à portée de main* ». Ce principe, Antoine Taillefer a mis beaucoup de temps à le comprendre. Dorénavant, il se considère comme un homme comblé qui vit un rêve éveillé. Il sait pertinemment que tout le monde n'est pas prêt à se jeter dans le grand bain, comme lui a pu le faire, car il y a une certaine peur du vide. « *Enfin ma seule limite, c'est l'autre. Je ne peux pas changer un individu si celui-ci n'a pas la détermination de franchir le pas* ». Un concept on ne peut plus vrai. Actuellement au Costa Rica, le paramotoriste poursuit son odyssée en faisant ce qu'il fait de mieux : vivre ses rêves.

Erwan Gendry