

APRÈS 9 MOIS D'ENTRAÎNEMENT

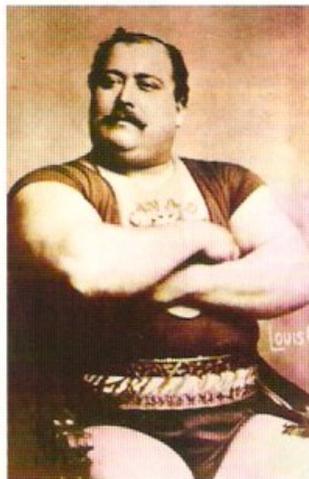
ANTOINE BERTRAND

“Louis Cyr m’a sauvé la vie”

Le Antoine Bertrand qu'on a connu jadis dans *Les Bougon* n'est plus le même aujourd'hui. C'est un homme complètement métamorphosé que *La Semaine* a rencontré. En plus d'avoir trouvé l'amour de sa vie, le comédien a changé ses habitudes et sculpté son corps en vue de son interprétation de Louis Cyr. Rencontre avec un homme amoureux et bien dans sa peau.

PAR JEAN BEAUNOYER / PHOTOS: DANIEL AUCLAIR

J'ai eu l'impression de rencontrer Antoine Bertrand au pays des géants. Ils étaient des centaines dans ce vaste gymnase de l'est de la ville de Montréal et j'ai vu des futurs et anciens monsieur Canada lever des haltères, manger des plats santé dans un des restaurants ou s'acheter des pots de vitamines dans cet étrange temple du muscle. Parmi eux, des policiers, des motards, des athlètes d'élite et un certain Antoine Bertrand qui semblait faire partie de la grande famille des hommes forts. Il y a de quoi: il interprétera Louis Cyr au grand écran en juin prochain.



Le comédien a attendu huit ans avant que se concrétise le projet d'un film sur ce Québécois que l'on considérait comme l'homme le plus fort du monde en 1900. Il a eu le temps de lire toutes les biographies consacrées à Louis Cyr, de se documenter sur le célèbre personnage et de devenir une vedette du petit écran à titre de comédien dans *Les Bougon* et *C.A.*, notamment, deux séries qui ont dérangé et provoqué beaucoup de discussions. Il a également réussi à se révéler dans *Les enfants de la télé*, où il a marqué l'émission par sa présence d'esprit et sa bonhomie.

L'homme que j'ai rencontré pour la première fois il y a sept →

CONFIDENCES

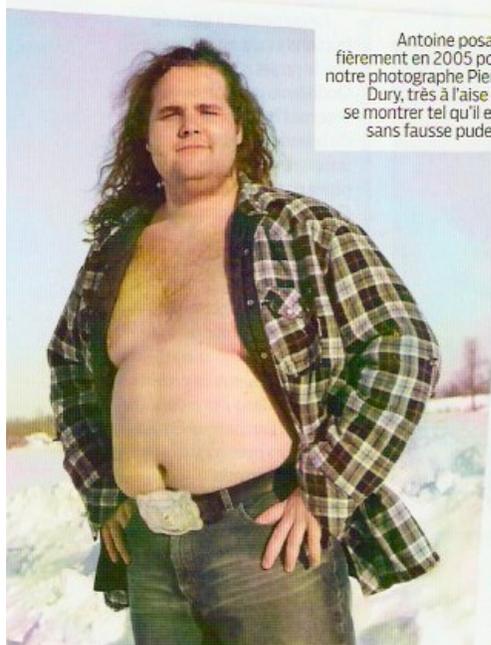
ans en entrevue pour *La Semaine* et qui me parlait de son surplus de poids avec une certaine désinvolture, voire avec bonne humeur, a bien changé depuis ce temps... Tout lui souriait dans sa vie, autant professionnelle que personnelle. Il enfilait les rôles à la télé, au théâtre et même au cinéma, et rencontrait Catherine-Anne Toupin, la femme de sa vie. Mais tout a changé lorsqu'il a entrepris son entraînement dans le but de se donner une corpulence qui ressemble un peu plus à celle de Louis Cyr, avant le début du tournage en septembre dernier.

DES HABITUDES DE VIE PLUS SAINES

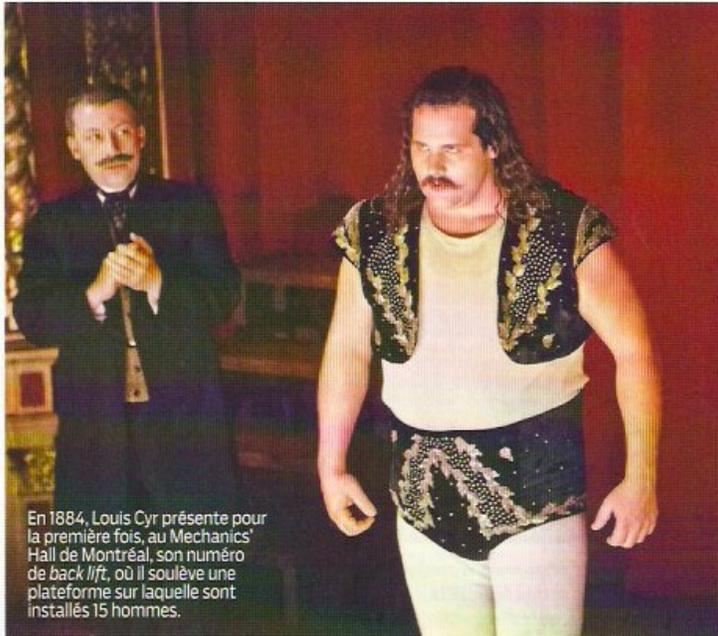
«Moi, je n'avais aucune hygiène de vie, aucune discipline, et je mangeais tout ce que je voulais», raconte Antoine Bertrand avec la ferveur du nouveau converti.

«Avant de commencer à m'entraîner, je pesais 330 livres. Le monde autour de moi me disait que je portais bien mon poids. Mais, quand j'étais tout seul le soir, essoufflé et en sueur après avoir monté un escalier, je me disais que je ne pourrais pas continuer à ce rythme-là toute ma vie.»

Il a rapidement vu les bienfaits d'une hygiène de vie plus saine. «Depuis que je m'entraîne, mon corps, ma tête et mon



Antoine posant fièrement en 2005 pour notre photographe Pierre Dury, très à l'aise de se montrer tel qu'il est, sans fausse pudeur.



En 1884, Louis Cyr présente pour la première fois, au Mechanics' Hall de Montréal, son numéro de *back lift*, où il soulève une plateforme sur laquelle sont installés 15 hommes.

cerveau vont mieux que jamais. J'ai plus d'énergie et de facilité à me concentrer qu'avant. Par exemple, dans *Les enfants de la télé*, les gags viennent dans ma tête deux fois plus vite. On enregistre deux émissions de suite en studio. Auparavant, j'étais fatigué au deuxième enregistrement. Maintenant, j'aurais l'énergie pour en faire un troisième d'affilée.

«Je ne peux pas perdre dans cette aventure-là. Même s'il n'y avait que deux personnes dans la salle pour voir le film sur Louis Cyr, je gagnerais. Parce que ça m'aura sauvé la vie. J'ai 34 ans et en gagnant 4 ou 5 livres par année, j'aurais pesé 360 livres à 40 ans et 400 livres à 50. Je n'aurais pas pu supporter tout ce poids. En neuf mois d'entraînement, j'ai complètement changé mes habitudes de vie et d'alimentation. Quand le tournage sera fini, je continuerai à m'entraîner. Si j'arrête, dans six mois, j'aurai tout perdu.»

Depuis qu'il a changé ses habitudes de vie en vue du tournage, Antoine Bertrand ne mange que des légumes et de la viande. Il s'entraîne quatre fois par semaine au gymnase (six fois au cours des semaines précédant le tournage). Pas de dessert, ni de bière, ni de pommes de terre, ni de fruits, ni de pain non plus, mais quatre livres de viande par jour. Et il a droit à un repas libre de toute contrainte par semaine. C'est sa récompense.

«Je n'ai jamais autant mangé et je perds du poids. Je pèse maintenant 285 livres

“ Avant de commencer à m'entraîner, je pesais 330 livres ”

et si on tient compte que j'ai pris 25 livres de muscle, j'estime avoir perdu plus de 60 livres de graisse en 9 mois.»

L'HOMME FORT

Et physiquement, il n'est plus le même homme. Le visage est plus pointu, les yeux plus vifs et le corps manifestement plus souple. Mais est-il plus fort physiquement ou ne s'agit-il que d'une apparence, d'un look? «Au début, je ne m'occupais pas des chiffres et je m'entraînais avec de petites charges, mais il a fallu augmenter les poids pour que j'aie l'air de forcer dans le film. J'ai fait l'expérience du *back lift*, qui consiste à me placer sous la planche entre deux chevalets et à soulever avec mes jambes et mon dos un poids équivalent à plusieurs hommes debout sur les planches. J'ai réussi à soulever 900 livres. On n'a pas voulu que je recommence parce que je risquais de me blesser avant le tournage. Mais dès que

ce sera terminé, j'essaierai 1000 livres.» Comme si Antoine Bertrand s'était laissé prendre au jeu et se prenait pour Louis Cyr subitement.

Au fait, est-ce qu'il le connaît assez bien pour s'identifier à lui? La question me brûle depuis que j'ai remarqué une certaine admiration qu'il manifeste pour le personnage. «Cet homme-là n'a jamais triché. Les poids qu'il soulevait étaient réels. Quand il s'est mesuré avec le champion du monde en Angleterre, il était l'ennemi et les sceptiques ont vérifié les charges. En fait, il était devenu un homme de cirque. Il avait même son propre cirque et effectuait des tournées aux États-Unis. Il était riche et est mort en laissant une fortune à sa fille unique. Ça s'est mal fini, puisque sa fille a marié un docteur qui n'était pas quelqu'un de bon... Il l'a fait interner à l'asile et s'est emparé de sa fortune. Mais on ne verra pas ça dans le film, qui s'arrête à la mort de Louis Cyr. J'ai lu cette histoire de descendance dans la biographie de Paul Ohl, la meilleure qui a été écrite, à mon avis, sur Louis Cyr.»

Mon interlocuteur est intarissable lorsqu'il s'agit de Louis Cyr. Il connaît ses records, sa vie aux États-Unis, le nom de ses adversaires, son caractère et plusieurs de ses secrets. À vrai dire, je pensais que Cyr avait bien peu d'affinités avec l'artiste Antoine Bertrand. Après tout, Cyr était fils d'habitant, taciturne, obsédé par l'argent; d'autre part, Antoine est l'homme à l'aise dans tous les milieux, sensible, amusant et pas particulièrement sportif. «En fait, il y a beaucoup plus de ressemblances que de différences entre Louis Cyr et moi.

«En toute humilité, je dirais que c'était un véritable *showman* et qu'il avait assez de charisme pour attirer 4000 personnes lors des compétitions d'hommes forts. Alors que Horace Barré, qui était presque aussi fort que lui, n'en attirait pas plus que 500 au parc Sohmer. Ce n'était pas un taciturne. Sur scène, Louis Cyr s'animait et reprenait vie.

«Il avait l'esprit de famille, il était liant. Il a inventé son métier. Moi aussi, je suis l'artiste de la famille, celui qui est différent, alors que les autres sont ancrés



CONFIDENCES

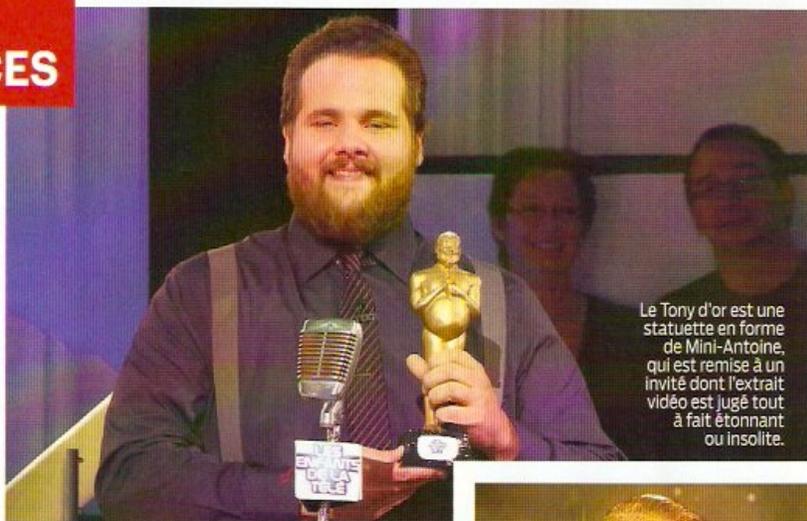
dans des métiers concrets. Non! Je n'ai pas de difficulté à trouver des points communs. La pratique des sports? Comme moi, il ne s'entraînait jamais.»

SES DÉBUTS À L'ÉCRAN

Mais il n'y a pas eu que Louis Cyr dans la vie d'Antoine Bertrand durant ces dernières années. Il y a eu beaucoup de rôles, beaucoup d'amitiés et beaucoup d'amour aussi. Beaucoup d'événements en bien peu de temps. J'imagine qu'il doit être très bien organisé. «Absolument pas. Je suis si peu organisé que ma copine m'a dit qu'on ne pouvait pas se marier, car je n'arriverais pas à la cérémonie à l'heure parce que je me serais trompé de place. Heureusement, j'ai mon agent (*Micheline Saint-Laurent*) qui planifie tout. En réalité, j'ai encore l'esprit débonnaire. Je suis un grand enfant qui a autant de fun qu'à ses débuts. C'est peut-être pour ça que j'ai pu travailler 60 heures en ligne sans dormir à mes débuts, alors que je jouais dans *Caméra café* et dans *C.A.* au cours de la même semaine. J'ai été chanceux, je n'ai jamais manqué de travail depuis que j'ai commencé dans ce métier.»

Et comment! Après *Les Bougon*, on l'a vu dans *C.A.* Ensuite, il a eu des rôles intéressants au cinéma: dans *Starbuck*, en compagnie de Patrick Huard; dans *Babine* et *Borderline*; et puis, un autre rôle dans un film de Robert Morin, *Quatre soldats*, qui raconte l'amitié entre quatre militaires pendant une période de trêve.

Il faut également mentionner la place importante qu'occupe l'émission *Les enfants de la télé* dans sa vie. Il est si alerte, si animé et pertinent dans son rôle de coanimateur de cette émission que je lui ai demandé s'il n'aurait pas aimé jouer le fou du roi dans *Tout le monde en parle*. «*Les Bougon* m'ont fait connaître, précise-t-il, mais c'était comme comédien. Moi, j'aimais déconner dans les entrevues avec les gens des médias et m'amuser. Avec *Les enfants de la télé*, j'ai eu l'occasion d'exprimer ma personnalité. Je suis plus heureux



Le Tony d'or est une statuette en forme de Mini-Antoine, qui est remise à un invité dont l'extrait vidéo est jugé tout à fait étonnant ou insolite.

de faire cette émission avec Véronique Cloutier que je le serais de faire la job de Dany Turcotte, qui est excellent dans son rôle. Je ne suis pas très curieux de la politique. Moi, je suis là pour la niaiserie, pas pour me pencher sur les grands problèmes de ce monde.»

Pas humilié de fendre ses culottes devant près d'un million de spectateurs à cette émission? «Non! C'est mon tailleur qui a sûrement été humilié. Quand c'est arrivé, je me suis dit qu'il fallait que je m'assoie. C'était en direct en studio! Les gens qui étaient là criaient comme dans le temps des Beatles et ça faisait mal aux oreilles. Tout est arrivé ce soir-là! J'ai même échappé Alex Perron en parodiant une émission sur la danse.»

L'ENFANT DE LA TÉLÉ...

Antoine Bertrand parle toujours des *Enfants de la télé* avec beaucoup d'enthousiasme. Il est manifestement heureux de participer à cette émission qui lui ressemble. De l'humour, de l'audace, des taquineries, mais jamais de méchanceté. «Mon humour est "sur le bord de la ligne" et c'est dans les situations les plus tragiques que je trouve les meilleures blagues. Par exemple, les hôpitaux sont les meilleurs endroits pour rire. On ne peut pas s'en empêcher. L'interdit m'attire. Il n'y a pas de censure aux *Enfants de la télé*, mais des gens qui ont plus de jugement que moi coupent certains passages quand je vais trop loin. Vous savez, on n'est jamais autant vivant que dans le malaise. Il est important de provoquer un malaise à notre



époque assez politiquement correcte.

«Je ne suis pas méchant par contre. Si j'ai blessé quelqu'un, je me sens mal. Je suis un grand sensible. C'est pour ça que je parle aussi fort et que je fais autant de blagues, parce qu'au fond de moi, j'ai un petit cœur de caramel.»

Si la complicité est évidente avec Véronique Cloutier dans *Les enfants de la télé*, elle l'est autant avec Louis Morissette, qui est scripteur de l'émission. «En fait, nous formons un trio, révèle Antoine Bertrand. On travaille ensemble dans *Les enfants de la télé*, mais on a aussi travaillé ensemble dans *C.A.*, qui racontait des histoires de couche... Louis, qui a écrit la série, n'est pas quelqu'un qui joue *safe*. Il a du cran et gagne à être connu. Au début, je me suis dit que ce gars-là était trop *cute*, trop allumé et trop gentil pour être vrai. En le regardant travailler à la deuxième saison, je me suis rendu compte qu'il était vrai et qu'en plus, il était travaillant et généreux. On a envie d'être son ami.

«Louis n'était pas certain de faire une quatrième année de la série *C.A.* Il a alors organisé une rencontre avec les



Avec sa conjointe, Catherine-Anne Toupin, lors du récent gala des prix Gémeaux



C'est Catherine-Anne la drôle du couple

comédiens où nous avons donné des idées sur nos personnages respectifs. C'est alors qu'il a décidé de continuer.»

L'AMOUR DE SA VIE

Mais il n'y a pas que l'amitié. Il y a aussi l'amour, le grand amour, qu'Antoine Bertrand a découvert, il y a quelques années, en jouant le rôle principal dans *Appelez-moi Stéphane* au théâtre d'été de L'Assomption. Catherine-Anne Toupin faisait partie de la distribution. Ils se sont vus, ils se sont reconnus et se sont unis pour la vie depuis (c'est Antoine qui le dit). «Quand tu rencontres la bonne personne, tu deviens une meilleure personne. Elle t'aide à t'améliorer tout en acceptant tes défauts et tes côtés tout croches, pas organisés. Je pense que je suis meilleur depuis que je la connais.»

Catherine-Anne Toupin est une rare comédienne au Québec à avoir été remarquée autant pour ses talents d'interprète que d'auteure. On l'a vue à la télé, notamment dans *Caméra café*, *Les hauts et les bas de Sophie Paquin* et *Les Invincibles*. Elle a écrit *À présent*, une pièce jouée chez Duceppe qui a été saluée par la critique et traduite en plusieurs langues.

«Je ne pouvais pas sortir avec une deux de pique! s'exclame son amoureux. Elle est brillante, belle et elle a un *timing* comique extraordinaire, comme on a pu le voir dans *Sophie Paquin* et *Caméra café*. C'est elle qui est la drôle du couple! Je nous souhaite d'être ensemble dans nos chaises berçantes à 85 ans.»

À le voir rayonner quand il parle de l'amour de sa vie, on ne peut douter un seul instant des sentiments qui l'animent. «J'étais plus inquiet d'être seul et d'errer à une autre époque de ma vie. Quand tu es avec la bonne personne, à la bonne place, tu n'as peur de rien.» Finalement, comme dans les belles histoires, c'est l'amour et le bon gars qui l'emportent... ■

En attendant de découvrir Antoine Bertrand dans son rôle de Louis Cyr sur grand écran, ne manquez pas *Les enfants de la télé*, le mercredi, à 20 h, à Radio-Canada.