

Introduction

Pour ceux d'entre vous qui ont suivi ma carrière à l'époque, et se sont demandé où j'avais bien pu partir et ce que j'étais devenu après avoir arrêté de piloter, cette introduction répond brièvement et explique pourquoi j'ai attendu aujourd'hui pour écrire un livre.

Rempporter un titre de champion du monde de formule 1 n'est pas rien. Personne ne l'oublie, et cette victoire vous définit. On vous présente toujours vingt ans plus tard comme le « Champion du monde de formule 1 1996 ». Très bien, mais cela ne dit pas tout de la personne que vous êtes. Nous avons tous notre vie professionnelle et notre vie privée, mais cette première constitue un front nécessaire. Derrière cette façade apparemment « bien ordonnée » se cachent les préoccupations plus profondes de la vie, les relations, les peurs, les questions morales, les doutes et les besoins. Nous ne sommes pas ces héros parfaits et inaccessibles dont on aime à projeter l'image, et c'est d'autant plus vrai dans les domaines publics du sport, de la politique ou des médias. Être sur le « devant de la scène » nécessite un certain degré de culot ou de maîtrise du bluff. Bien sûr, il existe des individus qui ne connaissent jamais le doute ou l'insécurité, mais ces êtres imperturbables sont rares.

Une personne qui fait preuve d'assurance a un fort pouvoir d'attraction. On a étudié ma personnalité sous toutes les coutures pendant ma carrière, mais je ne me souviens de personne ayant dit que j'avais trop d'assurance. J'aimerais posséder cette même arrogance que certains sportifs, mais il est juste de dire que, poussé sous les projecteurs pratiquement

depuis ma naissance, j'en étais venu à me méfier de plus en plus des situations qui échappaient à mon contrôle. Quand Ayrton Senna se tua en 1994, je me retrouvai propulsé de manière inattendue leader de l'équipe contre un homme appelé Michael Schumacher, lequel n'avait pas encore remporté le moindre titre de champion du monde de formule 1. Je donnai tout ce que j'avais, et plus encore. Je ne doutai pas de mes capacités à piloter, mais à quel point étais-je bon ? Je le découvrirais bien assez tôt, à l'instar de tous les autres.

Quand on est en première ligne, on ne s'intéresse pas uniquement à votre capacité à piloter. Il y a beaucoup de curiosité désagréable, y compris sur un plan très personnel. Qu'il y ait une fissure, et on y enfonce un burin pour l'agrandir. C'était une expérience totalement nouvelle et surréaliste. Je voulais juste piloter, gagner et rentrer chez moi, mais on en attend plus des sportifs-vedettes. Le public réclame une chose supplémentaire, et, quelle que soit cette chose, je n'étais pas sûr de l'avoir. Il me manquait un truc, oui. Mais quoi ? Le charisme ? Je n'avais pas le sens du spectacle comme, disons, Graham Hill, et, de toute façon, la place était déjà occupée. Ou tout bêtement une confiance absolue, se sentir en droit d'être là ? Je pense que c'était plutôt cela, mais il y avait aussi la question de l'héritage de Graham Hill et de la crainte de violer un territoire sacré.

Mon père fut une vraie célébrité pendant la majeure partie de ma jeunesse. Puis, il mourut d'une manière terrible et inattendue. Cela fit peser un nuage immense sur mon adolescence, et laissa aussi ce qu'on appelle des « problèmes en suspens ». Je croyais pouvoir résoudre tout cela en me hissant au sommet. Je croyais, comme tant d'autres, que les célébrités avaient tout compris, mais ce n'est pas aussi simple. Quand je mis fin à ma carrière de pilote, ces problèmes me rattrapèrent.

La plupart des gens connaissent des hauts et des bas. Dans le sport, il faut juste espérer être dans un bon jour quand on en a vraiment besoin, mais parfois, on traverse de très mauvaises passes sans raison apparente et on est déprimé. La dépression, c'est comme être enterré vivant ou avoir quelqu'un assis sur

soi en permanence. On se sent d'une lourdeur insupportable. Comme si on portait un poids mort ; c'est épuisant. On n'a qu'une envie, se rouler en boule et pleurer, mais on ne peut pas. On est comme une pile irrémédiablement à plat, et il est impossible, croit-on, qu'elle se recharge. On a tous été déçus, éjectés de la Coupe du monde un peu trop souvent, et on se sent mal, mais on s'en remet. L'espoir est éternel ; peut-être gagnera-t-on dans quatre ans ? La dépression, en revanche, c'est un désespoir total : la pensée – la conviction inébranlable, certaine – qu'on ne gagnera jamais, *jamais*, la Coupe du monde.

Quelques années après avoir cessé de piloter, j'admis enfin ma dépression et j'avais vraiment besoin d'une personne à qui parler ; une personne qui ne soit pas un ami, ma femme ou impliquée en aucune manière dans ma vie. Qui soit indépendante et fiable, et capable de m'aider à débrouiller l'écheveau de pensées qui m'empêchaient d'être à même de supporter la vie. J'étais – pensai-je – juste un peu malheureux, mais en fait, je souffrais d'une profonde dépression. Pour certains – et c'est très tragique –, la dépression devient tout bonnement insoutenable. Par bonheur, je ne franchis jamais ce pas, mais je connus de mauvais jours, oui, et je m'imagine très bien comment on peut en arriver là. Ce qui me sauva probablement d'on ne sait quoi, ce fut d'avoir pu parler à un thérapeute.

Quel soulagement de voir qu'il y avait des personnes comprenant vraiment les causes profondes de la dépression. En fin de compte, je croulais sous ces choses qu'on appelle des « problèmes », que je devais affronter avant de pouvoir réussir quoi que ce soit, encore moins écrire un livre sur ma vie. Parce que, en deux mots, je ne me faisais à rien de ce que je croyais ou pensais. J'aurais écrit un très mauvais livre, de toute façon, plein de colère, de violence, voire un peu tordu. Je m'efforcerais de ne pas franchir la ligne blanche avec celui-ci ; sans jeu de mots.

Pour l'essentiel, les problèmes sont des réactions acquises et nées de l'habitude à des situations qui nous font peur ou nous perturbent. Ces problèmes peuvent avoir pour origine un fait anodin survenu longtemps auparavant, quand on ne disposait

pas de la capacité à affronter cette situation. Par exemple, la peur des chiens ou des araignées dans l'enfance. Avec l'âge, on est à même de comprendre que les chiens ou les araignées ne sont pas tous mortels (même si certains le sont ; donc, il vaut mieux vérifier !) et on peut alors les approcher sans peur irrationnelle. Mais dans le cas d'un événement traumatisant et inattendu, les choses peuvent être un peu plus compliquées. Les problèmes présents au moment de l'événement se « pétrifient » (dans les deux sens du terme) à l'intérieur, et tout s'agglutine en un fatras d'émotions emmêlées. Se défaire de ces schémas est difficile. Des situations similaires peuvent faire resurgir ces événements traumatiques depuis longtemps oubliés (croit-on), et il est facile de s'écrouler encore et encore. Peu pratique quand on cherche à garder sa carrière de F1 sur la bonne voie...

Il peut s'agir d'une peur relativement mineure, comme des araignées, ou d'un truc beaucoup plus grave ou perturbant qu'on aurait du mal à balayer comme une peur irrationnelle ou une réaction émotionnelle abusive. Un truc dans le genre de ce qui survint le 29 novembre 1975 au soir, quand notre univers familial fut radicalement et tragiquement bouleversé au moment où l'avion de mon père s'écrasa sur le terrain de golf d'Arkley, le tuant lui, ainsi que tous les membres de son écurie de F1. Ce genre d'événement fait l'affaire.

Cette nuit-là, les aiguillages sur les rails de nos vies basculèrent instantanément d'une destination vers une autre, que nous n'avions pas du tout anticipée. Une telle tragédie soudaine est une bombe nucléaire émotionnelle. Les ondes de choc se propagent pendant des années et des années. Avec un cratère à l'épicentre ; une cicatrice profonde, si profonde que vous pensez qu'elle ne se refermera jamais.

Plus loin dans ce livre, je raconte en détail les événements de cette nuit-là, et j'essaie de faire comprendre le sentiment de terreur que j'éprouvais. Cet accident changea totalement ma vie, bien sûr parce que j'avais perdu mon père, notre chef de famille et notre protecteur, mais aussi parce qu'il suscita des effets à plus long terme qui refirent surface pendant ma carrière, et qu'il

laissa une multitude de questions auxquelles il fallut répondre quand je pris ma retraite. Quand je repense à ce qui me poussa à essayer encore et encore de percer en F1 et à ce qui se passa quand je le fis enfin, j'ai du mal à séparer un « cent pour cent moi », qui se dessine sa propre carrière, du garçon blessé, déterminé à revivre la vie de son père afin de réparer cette perte traumatisante. J'ai passé toute ma carrière à me demander si j'étais un vrai pilote ou si j'avais une mission à remplir avant de pouvoir enfin être moi-même.

La thérapie soulève constamment ces questions : qui suis-je et qui ne suis-je pas ? Si certaines idées fausses sur soi sont juste agaçantes, d'autres ont des conséquences terribles. L'idée d'être un enfant « injustement chanceux », né avec une cuiller en argent dans la bouche, était un de mes problèmes mineurs. Devais-je ce que j'obtenais au fait d'avoir été privilégié d'une manière ou d'une autre ? La société perpétue parfois ces notions ; on félicite rarement les privilégiés. Je pouvais presque interpréter mes combats comme une tentative de me faire accepter, de montrer que je méritais ce que j'avais, de me « déstigmatiser » de l'idée que je n'étais pas digne.

Très soucieux de ne pas trop gâter ses enfants, mon père nous réprimandait au moindre signe de vanité. On nous apprit à être gentils et polis, une éducation affreuse pour la F1, croyez-moi. Frank Williams me rabroua un jour parce que j'avais demandé la permission d'utiliser le téléphone du camion. Je suppose qu'il était plus habitué à Alan Jones ou Nigel Mansell.

Mon père nous extirpa de la tête l'idée qu'on était en droit d'attendre des choses, mais du coup, on avait presque trop peur de demander quoi que ce soit. On devint excessivement effacés et réservés. Nonobstant sa crainte d'élever des garnements gâtés, il me semble que sa méthode nous prépara mal à ce monde impitoyable, dans lequel une bonne dose de confiance et une saine conscience de ses droits à exister semblent porter leurs fruits.

Autre problème, la relation avec les enfants de mon âge. Bien sûr, ce n'était pas ma faute si mon père était célèbre ; je le comprends aujourd'hui. Mais quand on est jeune, on n'aspire

qu'à s'intégrer, et j'avais toujours l'impression d'être à part. Difficile de se fondre dans la masse quand son père est l'un des hommes les plus célèbres de l'époque. En grandissant, je cherchais en permanence à éviter au maximum le sujet, de peur d'attiser la jalousie ou de susciter trop de curiosité. On pourrait juger ces problèmes comme mineurs, mais ils s'inséraient dans un ensemble de problèmes plus large qui concourut à saper ma confiance, à la fois pendant ma carrière et après. Quand je n'eus plus la présence constante de la compétition pour m'empêcher de les affronter, ils revinrent tous en masse au moment de ma retraite.

La dépression est le mécanisme naturel qui nous dit que cela ne va pas ou qu'on est sur la mauvaise voie. Quand il y a un décalage entre la vie et ce que nous trouvons instinctivement bien, on peut être déprimé. La dépression est un avertisseur mental de la nécessité de changer les choses ; un signe que d'autres se sont approprié votre vie ou que celle-ci est bloquée par de mauvais choix. Elle peut aussi souligner la nécessité de traiter les angoisses qui trouvent leurs origines dans la très petite enfance, voire plus loin encore, in utero.

Quand une mère ressent une angoisse ou une peur extrême pendant sa grossesse, ces émotions affectent l'embryon, des taux élevés de cortisol étant très nuisibles au développement du cerveau du fœtus. Les enfants qui naissent alors présentent un développement cognitif inférieur et une fréquence supérieure à la normale de schizophrénie et de dépression sévère à l'âge adulte. Ainsi, si un enfant est conçu et naît en temps de guerre, ou une situation pareillement stressante pour la mère, comme être mariée à un pilote de formule 1 à une des époques les plus dangereuses de ce sport, ce stress peut avoir des conséquences indésirables pour le nourrisson. En d'autres termes, stress et grossesse ne font pas bon ménage pour mettre un bébé au monde.

Hormis le stress qu'ils se sont imposé avec le sport automobile, chacun de mes parents connut une très forte angoisse pendant son enfance. Ma mère grandit à Catford, au sud de

Londres. Pendant la guerre, elle aidait son père à enlever les bombes incendiaires. Elle se rappelle s'être cachée derrière un bus pendant qu'un combat aérien se déroulait au-dessus de sa tête. Quand les tirs cessèrent, elle ouvrit les yeux et vit que le bus avait disparu. La rue voisine de la sienne avait été directement touchée par une bombe. Plus de voisins. Elle aurait été tuée à l'école s'ils n'avaient pas partagé sa classe en deux par manque de personnel, de sorte que les deux groupes d'enfants y allaient un jour sur deux. Tous ceux qui composaient cette moitié malchanceuse étaient morts. À l'entendre en parler, on avait l'impression que c'était tout à fait normal et prévisible.

Mon père grandit à Hendon, de l'autre côté de Londres. Dans son autobiographie *Life at the Limit*¹, il évoque la terreur en entendant les missiles sol-sol fuser et l'attente horrible qu'ils explosent. Il parle d'une immense explosion en 1940 qui éjecta les portes et les fenêtres de sa maison. Ce fut la plus grosse bombe jamais lâchée sur l'Angleterre pendant la guerre, et elle anéantit rangée après rangée de maisons à près de deux kilomètres à la ronde. Pour un garçon d'à peine onze ans, cela dut être une expérience tout à fait effrayante, mais puisqu'elle était la même pour tous, il n'y avait pas lieu d'en faire toute une histoire : tel était l'esprit du Blitz.

Pour la génération de mes parents, le danger était une chose insignifiante : on oublie et on n'en fait pas une montagne. Après tout, quand on est payé pour faire une activité qu'on aime, comme piloter une voiture de course, comment se plaindre du danger alors que des garçons et des filles guère plus âgés que vous se sont battus pour rester en vie et pour les libertés dont vous jouissez aujourd'hui ? Nous avons une capacité extraordinaire à rendre normales les situations extrêmes et les plus folles. Mais à un moment, ce qu'on a appris doit bien provoquer une réaction, un remboursement de la dette à notre âme. Nous avons aujourd'hui des termes pour décrire un comportement « anormal » provoqué par ces expériences extrêmes, des termes comme

1. La vie à la limite, non traduit. (NDT)

trouble de stress post-traumatique. Le fait d'admettre que, pour paraphraser la spécialiste en neuropathologie, Jill Bolte Taylor, les êtres humains « sentent les choses qu'ils pensent », plutôt que « pensent les choses qu'ils sentent », nous permet de progresser.

Il est inconcevable que mon père et ma mère n'aient pas été profondément affectés par la guerre et par la « guerre en temps de paix » qu'est la course automobile, qui réclame son propre lot de victimes parmi ces gars courageux dont maints étaient des amis proches. Il serait juste de dire qu'un niveau de stress et d'excitation élevé était la norme pour eux – d'où ces soirées déjantées, peut-être. Je trouvais normale leur manière de vivre. Pourquoi ne me sentirais-je pas aussi chez moi dans un environnement hautement stressant ?

L'autre facteur qui aurait pu précipiter ma dépression fut l'absence d'adrénaline à forte dose. L'adrénaline est une drogue très puissante. Quand j'étais sur le circuit, les journalistes nous traitaient toujours, nous les pilotes, d'« accros à l'adrénaline ». Je pensais qu'ils racontaient n'importe quoi. En fait, on s'habitue à de fortes doses d'adrénaline et on apprend à les gérer. Quand on s'arrête, on ressent un effet de manque. Pas d'adrénaline, pas de vie. Où était passée ma dose d'excitation ? La vie peut paraître drôlement terne quand on quitte le paddock de la F1. Le monde semble avancer au ralenti ; des choses simples, comme réparer le téléphone, prennent des plombes. Quand on est habitué à voir une équipe d'ingénieurs hautement qualifiés réparer des machines complexes en moins de cinq minutes, la vie civile est parfois très contrariante...

Je ne quittai pas progressivement la F1 en pratiquant une forme de course mineure jusqu'à ce que je sois trop vieux ou qu'elle m'ennuie. J'arrêtai, tout simplement. Je décrochai d'un coup. Parce que j'avais une peur bleue de mourir comme mon père, après sa retraite, et d'avoir traversé en vain toutes ces épreuves destinées à garantir la sécurité de ma famille et la mienne. Je dus donc affronter une double dose de problèmes. C'est aussi une vraie difficulté pour les anciens militaires. Retourner à une vie normale après le combat tue presque

autant que le combat. Je ne compare pas leurs expériences au fait d'être payé une belle somme pour parader en combinaison de pilote, mais le principe est le même.

L'injonction « Ne jamais expliquer, ne jamais se plaindre », attribuée à tous de Benjamin Disraeli à Jack Nicholson, est un bon conseil, je n'en doute pas. Je n'aimerais pas que ce livre soit lu comme une excuse ou une plainte. Je ne cherche pas à embellir mes exploits ou à quémander de la compassion. Si j'ai une ambition dans ce livre, c'est d'insérer une pincée de réalité et de vérité dans mon image publique, et peut-être encourager la discussion sur ces sujets. Comme je ne le sais que trop bien, on ne peut échapper au fait que les gens me connaissent, car j'occupais souvent le devant de la scène sportive à une époque. J'ai là une possibilité de m'expliquer (et non de me plaindre) et de montrer l'être humain qui se cache derrière l'image du héros de F1.

George Michael dit un jour que les gens célèbres ne le sont pas tant parce qu'ils *possèdent* quelque chose que les autres n'ont pas, mais plutôt parce qu'ils *manquent* de ce que les autres ont, ou de ce qu'ils *croient voir* chez les autres. Pour eux, la célébrité est la solution. Puisque la société fait grand cas des vedettes, ils franchissent le pas logique et plutôt légitime de supposer que la valeur peut se mesurer à la longueur des articles, à une belle photo, à de la fortune, des admirateurs ou, comme c'est le cas aujourd'hui, à des *followers* sur Twitter.

Cela ne signifie pas que les célébrités ne possèdent pas de talent, mais souvent, leur détermination à atteindre un objectif est liée à un sentiment intime d'incomplétude, comme si leur vie n'avait pas de valeur réelle tant qu'elles n'avaient pas atteint cet objectif. C'est un moteur fabuleux, mais cela revient à vivre en permanence sous une épée de Damoclès. Associez cette peur à un talent inné, et vous obtenez un prodigieux compétiteur qui se bat littéralement pour sa vie, parce que ne pas atteindre l'objectif équivaut au néant. Être ou n'être rien. « Être ou ne pas être ? » La vie se résume à une simple équation binaire. Mais cette philosophie a un défaut, parce que, « être », nous le

sommes tous, qu'on le veuille ou non. Et il n'y a rien de mal à juste « être »... à moins d'être en F1, bien sûr.

Le problème avec la « philosophie de la célébrité » est qu'elle suppose un état d'insignifiance normal : je ne suis rien à moins de pouvoir atteindre mon objectif – une attitude que je ne connus que trop bien dans ma carrière. Comparez cette vision à une supposition de valeur intrinsèque inconditionnelle : être satisfait de soi et avoir confiance en soi, ne pas ressentir le besoin de justifier sa valeur, être capable de donner, parce qu'on a quelque chose à donner. C'est quand même l'idéal, non ? Rien ne vous perturbe. On a tous connu des êtres de cette trempe ; ils n'ont pas de manques, ils ne sont pas ambitieux ou compétitifs (sauf dans le sport) ; ils apportent des solutions, pas des problèmes. Ce sont ces gens merveilleux, parfaits. Ne les détestez-vous pas ?

C'est un autre symptôme de la dépression : la jalousie. Et pourquoi ne seriez-vous pas jaloux du bonheur des autres si vous n'en ressentez aucun ? Du coup, vous vous détestez encore plus, parce que vous ne pouvez pas faire partie de ces gens merveilleux. C'est une horrible spirale négative qui vous pousse dans l'abîme, et je la déconseille. J'ai appris que pour aimer autrui, il fallait d'abord s'aimer. C'est un cliché, je le sais, mais il n'y a pas plus grande vérité.

Autre piège de la célébrité, la société aime revivre les gloires passées, compliquant la tâche d'une personne qui veut passer à autre chose et être reconnue comme différente de ce qu'elle était avant. J'ai cinquante-cinq ans, et je ne suis plus, ni ne veux plus être, celui qui remporta le Championnat du monde de F1 il y a vingt ans. Ainsi, ce livre représente pour moi un passage nécessaire, une sorte de salut au Damon du passé et une présentation de la personne plus équilibrée et moins ambitieuse que je suis aujourd'hui.

Dans ce livre, je décris mes parents, qui ont eu une relation difficile, je crois. Une difficulté exacerbée dans une certaine mesure parce qu'ils étaient célèbres, et parce que mon père était extraordinairement pris par un métier extrêmement dangereux. Leurs problèmes relationnels, et ce que nous voyions et ressen-

tions dans notre enfance, ne correspondaient pas à l'image qu'ils projetaient. Il n'y a rien de mal ou d'étrange à cela. Si la situation avait évolué normalement, on les aurait très certainement acceptés et on serait passés à autre chose. Mais, dans notre cas, il y eut cet accident tragique soudain, qui laissa une foule de questions sans réponse et augmenta la difficulté de distinguer précisément le mythe de la réalité, raison pour laquelle je consacre toute une partie de ce livre à mes parents. Je suis un produit de leurs vies et je dus les comprendre pour découvrir qui j'étais vraiment. Par ailleurs, si nous voulons éviter de répéter certaines erreurs dans une relation, nous devons tenter de trouver exactement les points à exorciser et les points à chérir.

J'ai mis longtemps à démêler la vérité sur leur relation, en partie parce que, quand on souffre, on se protège de toute tentative d'analyse. Personne n'aime dire du mal des morts, mais je devais connaître la vérité sur les adultes si je voulais en être un moi-même. Quand on se refuse à parler de quelque chose, cette chose est noyée et trouve une autre forme d'expression. J'ai appris à parler des peurs. C'est la meilleure façon de les dissiper.

Je me suis donc examiné au fil des ans et j'ai découvert que j'avais quelques failles. Mais par ailleurs, je suis parfait. Une réflexion digne de mon père ! On ne peut devenir quelqu'un de meilleur, ou au moins de tolérable et digne de pardon qu'en se connaissant soi-même. Cette connaissance permet également de comprendre le monde et les gens qui nous entourent. On devient plus à même de reconnaître des stratégies retorses et la duplicité. Peut-être fait-on moins confiance, devient-on plus prudent, mais aussi moins dupes du monde, et c'est une bonne chose. J'espère que cette perspicacité supplémentaire ajoutera un petit plus à l'histoire de ma vie. Je vous en laisse seuls juges.

Pour en arriver au point d'être capable d'écrire un livre sur ma carrière et ma vie, je devais me débarrasser de nombreuses « scories » de mon éducation. Cela a pris du temps, car il m'a fallu un certain courage, le croque-mitaine occupant une grande place dans l'esprit d'un enfant – l'enfant qui vit toujours en nous. Mais il a coulé assez d'eau sous les ponts maintenant

pour que je m'attelle aux choses que j'avais ajournées, et je me sens prêt à prendre le contrôle de cette histoire. Je n'ai plus ce sentiment qu'une force inconsciente me pousse à vivre d'une certaine manière ou à poursuivre une mission ou une quête pour parvenir enfin au bout de mon voyage, cette partie que le destin a choisi de refuser à mon père.

Je cherchai pendant la majeure partie de ma vie à trouver une réponse à la grande question : ne suis-je qu'un double de Graham Hill ; Graham Hill, deuxième partie ? Ou suis-je Damon Hill, première partie ? Si mon père n'était pas mort quand et comme il le fit, ma vie aurait certainement été radicalement différente. Dès l'instant où son avion heurta le sol, un processus inconscient se mit en branle et me mena au Championnat du monde. Cela ne fait aucun doute dans mon esprit. Personne ne peut savoir quelle aurait été sa vie sans un simple coup du sort. Mais personne n'aime à s'imaginer vivre une sorte d'existence préprogrammée, motivée par des problèmes en suspens qui ne sont même pas les siens.

Ainsi, quand je sortis d'un habitacle de F1 pour la toute dernière fois de ma vie, à Suzuka en 1999, après avoir pourchassé des voitures sur les circuits pendant des années comme si c'était la chose la plus importante au monde (ce que c'était pour moi, à l'époque), j'eus enfin un moment de répit pour réfléchir à mes réussites et faire le point. J'avais dans l'idée de mettre ce temps à profit pour démêler certaines des grandes interrogations sur ma vie et la vie en général, mais je ne m'imaginai pas ouvrir une telle boîte de Pandore. J'obtins bien plus de questions que je n'en voulais, ce qui est, à de nombreux égards, inhérent à la dépression.

Quand vous n'êtes plus sous les feux de la rampe, les gens s'imaginent tout un tas de trucs. Pourtant, cela avait toujours fait partie du plan. Je m'étais battu pour en arriver là où je pouvais me détacher de la folie et trouver mon moi véritable. John Lennon écrivit une chanson appelée *Watching the Wheels* (Je regarde tourner les roues). Elle fut écrite quand il quitta le cirque de la célébrité pour vivre à New York avec Yoko, faire

son pain et s'occuper de Sean, leur petit garçon. Il écrit, *They give me all kinds of warnings to save me from ruin* (Ils me donnent plein de conseils pour me préserver de la ruine) et *They give me all kinds of advice designed to enlighten me* (Ils me donnent plein de conseils censés m'éclairer). Et c'est exactement ce qui m'est arrivé.

Les gens ne semblent pas aimer l'idée que vous avez arrêté ; ils ont tendance à le prendre personnellement quand vous ne voulez plus jouer le jeu. Je passai des années à refuser même d'écouter les nouvelles ou de me rendre dans un aéroport. J'emmenais les enfants à l'école, me promenais et lisais. C'était super. Mais ils écrivent des trucs, imaginent des trucs et inventent des trucs pour remplir le vide que vous avez laissé – un vide qu'ils trouvent dérangeant, peut-être. Mais pendant tout ce temps-là, j'essayais de défaire tous ces nœuds compliqués pour pouvoir revenir en y voyant plus clair que jamais sur la personne que j'étais.

Je tins donc ma langue, attendant mon heure, appréciant le spectacle et regardant littéralement les roues tourner. Mais aujourd'hui, c'est mon tour de le raconter tel que cela s'est réellement passé, de mon point de vue. On dit qu'il faut dix ans pour débiter un arbre en tronçons, dont neuf pour aiguiser la hache. Eh bien, les neuf ans sont passés !

J'espère que vous apprécierez cette histoire. Moi, je la trouve pas mal ! Elle pourrait même nouer la gorge de Murray Walker¹ et lui couper le sifflet.

1. Journaliste britannique, commentateur des Grands Prix de F1, réputé pour sa verve, et qui fera une déclaration sur laquelle Damon Hill reviendra plus tard. (NDT)