

Tomber, se relever et se dépasser

Artiste de cirque et trapéziste, Silke Pan a travaillé des années dans les airs jusqu'au jour où une terrible chute l'a privée de l'usage de ses jambes. Devenue paraplégique, elle enchaine les dépassements de soi, d'abord via le handbike où elle se fait vite une place de Championne d'Europe, mais également comme pilote d'essai d'un prototype d'exosquelette. Aujourd'hui, elle revient à ses premiers amours, le spectacle vivant.

Vous êtes une artiste et une sportive aux multiples casquettes. Comment vous définir avec tous ces exploits accomplis?

Silke Pan: (rire). Si on m'avait posé la question il y a une année, ma réponse aurait été un mélange de sportive, artiste, pilote d'essai d'exosquelette, mais désormais c'est l'activité d'artiste qui reprend le dessus

Vous revenez depuis quelques mois à votre discipline de base, le spectacle vivant. Qu'est-ce qui vous a fait revenir?

C'est un concours de circonstances qui m'a fait revenir. Pendant la pandémie, toutes mes compétitions sportives avaient été suspendues et j'avais soudainement du temps. J'ai eu l'idée de tester la force de mes bras si je me dressais sur les mains. J'ai demandé à mon mari de me tenir le corps à la verticale pour sentir la sensation, sachant que je suis paralysée depuis la hauteur du nombril. Il m'a attachée à un snowboard afin de rigidifier mon corps à la verticale et après quelques essais mes mains ont commencé à avoir des réflexes de recherche d'équilibre. J'ai laissé faire mon corps et j'ai tenu seule, attachée au snowboard. Ça a été une révélation, on a pleuré de joie car ce mouvement réalisé était une porte qui se rouvrait sur ma passion, sur ce que j'avais été avant. C'est comme si l'univers m'avait redonné mon corps.

J'ai donc continué à entraîner l'acrobatie en parallèle avec le cyclisme, c'était trop important pour ne pas le faire. Gentiment, j'ai réussi à trouver

d'autres techniques pour fixer mes jambes. J'ai conclu ma saison sportive la tête haute avec le titre de championne d'Europe et une médaille de bronze aux Championnats du monde de handbike pour aller au bout de mes engagements vis-à-vis de l'équipe nationale et de mes sponsors, mais je n'avais plus la même motivation, j'avais juste envie de repartir dans le spectacle vivant. Désormais, je me sens mieux, je suis plus en accord avec moi-même.

Vous êtes un exemple de résilience et de motivation, qu'est-ce qui vous fait avancer dans la vie ?

J'ai une manière de voir la vie dans son ensemble, je ne m'identifie pas forcément à mon physique, s'il diminue, je ne me dis pas que je diminue en tant que personne. J'ai toujours eu conscience de ma responsabilité individuelle envers mon bonheur. Il ne faut pas aller le chercher chez les autres. On a alors tendance à se comparer et à se sentir comme une victime. Je me suis toujours dite que les difficultés qui nous arrivent sont comme des outils pour nous pousser là où il faut. Il ne faut pas résister. On ne se rend pas compte que les difficultés sont là pour nous pousser sur un autre chemin. C'est ce que j'ai appris dans la vie: ne pas me reposer sur mes difficultés mais me demander comment celles-ci peuvent me pousser à être plus forte. En surmontant les difficultés que je suis en train de vivre, je vais développer une force intérieure qui me permettra de surmonter toujours plus. C'est ma philosophie.



Vous travaillez sur un projet d'exosquelette avec l'EPFL, pouvez-vous nous en dire plus ?

J'ai été contactée par l'EPFL en 2016. Ils cherchaient un.e pilote d'essai paraplégique qui soit athlétique car à ce stade, l'exosquelette n'était pas développé comme il l'est aujourd'hui. Désormais, il est utilisable pour toutes les personnes à mobilité réduite, avec un peu d'entraînement, évidemment. Ce qui est génial, c'est qu'il permet un meilleur bien-être: le fait d'être debout est un excellent exercice de physiothérapie car on fait travailler les muscles qui normalement sont à l'arrêt en position assise.

De plus, le simple fait d'être debout à nouveau redonne confiance en soi. Le regard est au même niveau que les autres, on peut parler et voir le monde de la même manière, cela produit un sentiment de bien-être et d'égalité. Il ne va pas remplacer le fauteuil roulant mais il est complémentaire. Le fait qu'il puisse être loué est aussi un super atout car non seulement l'achat reviendrait à une grosse dépense, mais la location permet d'avoir le

modèle toujours mis à jour. Dernièrement, dans le cadre des Swiss Robotics Days, nous avons monté un projet de performance artistique où j'étais sur scène à danser avec l'exosquelette avec des danseurs du Béjart Ballet Lausanne. L'idée était de partir du corps blessé, de la déchirure, et d'évoluer avec la force de la communion. C'est à ce jour une première mondiale de faire une performance de danse avec un exosquelette.

Et quels sont vos prochains projets ?

Avec de la patience et de la persévérance, les éléments artistiques reviennent dans mon quotidien. J'étais notamment artiste d'honneur à différents événements de cirque, j'ai reçu plusieurs prix artistiques, j'ai aussi été engagée récemment par l'un des trois plus grands cirques au monde à Grenoble. Ma carrière artistique commence à avoir de plus en plus de résonance au niveau international et cela me remplit de joie.

///Texte: Valérie Zonca