

Ma plus belle victoire

Texte de Gilles Tibo
Illustrations de Geneviève Després



Québec Amérique

ALBUMS

MA PLUS BELLE VICTOIRE

Auteur: Gilles Tibo

Illustratrice: Geneviève Després

COMMENT ON FAIT POUR VAINCRE SES PEURS ?



CATÉGORIE: Album jeunesse

DATE DE PARUTION: 18 mars 2015

DATE LIMITE POUR LE PRÉNOTÉ: 6 mars 2015

PRIX: 12,95 \$

ISBN: 978-2-7644-1322-7

FORMAT: 6,5" x 9"

NOMBRE DE PAGES: 48

TIRAGE: 2000 exemplaires

ILLUSTRATIONS: 4 couleurs

THÈMES ABORDÉS: peur, anxiété

LIEU DE NAISSANCE DE L'AUTEUR:

Nicolet

LIEU DE RÉSIDENCE DE L'AUTEUR:

Montréal

OFFERT EN VERSION NUMÉRIQUE: 8,99 \$

PDF: 978-2-7644-2733-0

EPUB: 978-2-7644-2734-7

Ces informations peuvent être modifiées sans préavis.
Dernière mise à jour: 23 janvier 2015

PUBLIC CIBLE

- 6 ans et +
- Premiers lecteurs
- Enfants vivant de l'anxiété



ARGUMENTS DE VENTE

- Ressemble à l'album *Ma meilleure amie* (illustré par Janice Nadeau), livre gagnant du Prix du GG 2008 pour ses illustrations et du Prix Alvine-Bélisle 2008
- Le duo Gilles Tibo et Geneviève Després a été récompensé du Prix Québec-Wallonie-Bruxelles 2013 pour *Le petit chevalier qui n'aimait pas la pluie*
- Visuellement, la peur est représentée par un petit nuage qui habite dans le ventre des gens, image facile à comprendre par les plus jeunes confrontés à ce trouble
- Des solutions sont proposées pour faire face à ses peurs, comme la parole et l'écriture

DESCRIPTION

Mathieu découvre la peur en faisant la rencontre d'une couleuvre. Ensuite, les occasions de vivre la peur se font de plus en plus nombreuses. Les petites peurs se transforment en grosses peurs et finissent par le paralyser et l'empêcher de sourire. Son grand-papa lui suggère d'écrire ses peurs sur des papier et de les lancer par la fenêtre, il a l'impression de venir à bout de ses peurs et commence alors une liste de bonheurs.

AUTEUR

Avec plus de 150 livres derrière la cravate, Gilles Tibo est l'un des auteurs les plus prolifiques du Québec. D'abord reconnu pour ses talents d'illustrateur, Gilles Tibo s'est ensuite découvert une passion dévorante pour l'écriture. Récipiendaire, entre autres récompenses, du prix du Gouverneur général, du Prix du livre M. Christie et du prix Alvine-Bélisle, il fut aussi mis en nomination par IBBY Canada et pour le prix Hans Christian Andersen.





Du même auteur chez Québec Amérique

Jeunesse

La Fabuleuse Histoire de Jeremy Leloup, coll. Album, 2013.

Moi, Noémie et les autres, coll. Bilbo, 2009

Ma meilleure amie, coll. Album, 2007.

- **Prix du Gouverneur général du Canada 2008 – Illustrations**
- **Prix Alvine – Bêlisle 2008**

La Nuit rouge, coll. Titan, 1998.

SÉRIE NOÉMIE

Noémie 24 – Le Livre des records, coll. Bilbo, 2014.

Noémie 23 – Dans de beaux draps, coll. Bilbo, 2013.

Noémie 22 – Les 22 fins du monde!, coll. Bilbo, 2012.

Noémie 21 – Papa Dracula!, coll. Bilbo, 2011.

Noémie 20 – Les Grandes Paniques, coll. Bilbo, 2010.

Noémie 19 – Noémie fait son cinéma!, coll. Bilbo, 2009.

Noémie 18 – La Baguette maléfique, coll. Bilbo, 2008.

Noémie 17 – Bonheur à vendre, coll. Bilbo, 2007.

Noémie 16 – Grand-maman fantôme, coll. Bilbo, 2006.

Noémie 15 – Le Grand Amour, coll. Bilbo, 2005.

Noémie 14 – Le Voleur de grand-mère, coll. Bilbo, 2004.

Noémie 13 – Vendredi 13, coll. Bilbo, 2003.

Noémie 12 – La Cage perdue, coll. Bilbo, 2002.

Noémie 11 – Les Souliers magiques, coll. Bilbo, 2001.

Noémie 10 – La Boîte mystérieuse, coll. Bilbo, 2000.

Noémie 9 – Adieu, grand-maman, coll. Bilbo, 2000.

Noémie 8 – La Nuit des horreurs, coll. Bilbo, 1999.

Noémie 7 – Le Jardin zoologique, coll. Bilbo, 1999.

Noémie 6 – Le Château de glace, coll. Bilbo, 1998.

Noémie 5 – Albert aux grandes oreilles, coll. Bilbo, 1998.

Noémie 4 – Les Sept Vérités, coll. Bilbo, 1997.

Noémie 3 – La Clé de l'énigme, coll. Bilbo, 1997.

Noémie 2 – L'Incroyable Journée, coll. Bilbo, 1996.

Noémie 1 – Le Secret de Madame Lumbago, coll. Bilbo, 1996.

- **Prix du Gouverneur général du Canada 1996**

SÉRIE PETIT GÉANT

12 titres parmi lesquels:

Le Dernier Cauchemar du petit géant, coll. Mini-Bilbo, 2007.

Le Grand Ménage du petit géant, coll. Mini-Bilbo, 2005.

Le Petit Géant somnambule, coll. Mini-Bilbo, 2004.

SÉRIE PETIT BONHOMME

5 titres parmi lesquels:

Les Images du Petit Bonhomme, 2005.

Le Corps du Petit Bonhomme, 2003.

Adulte

Les Parfums d'Elisabeth, coll. Littérature d'Amérique, 2002.

Le Mangeur de pierres, coll. Littérature d'Amérique, 2001.

Ma plus belle victoire

Texte de Gilles Tibo
Illustrations de Geneviève Després



QuébecAmérique
© Éditions Québec Amérique inc., 2015

Projet dirigé par Geneviève Brière et Stéphanie Durand, éditrices

Conception graphique : Nathalie Caron
Révision linguistique : Alexie Morin et Annie Pronovost
Mise en pages : Célia Provencher-Galarneau
Illustrations : Geneviève Després

Québec Amérique
329, rue de la Commune Ouest, 3^e étage
Montréal (Québec) Canada H2Y 2E1
Téléphone : 514 499-3000, télécopieur : 514 499-3010

Nous reconnaissons l'aide financière du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du livre du Canada pour nos activités d'édition.

Nous remercions le Conseil des arts du Canada de son soutien. L'an dernier, le Conseil a investi 157 millions de dollars pour mettre de l'art dans la vie des Canadiennes et des Canadiens de tout le pays.

Nous tenons également à remercier la SODEC pour son appui financier. Gouvernement du Québec – Programme de crédit d'impôt pour l'édition de livres – Gestion SODEC.



Conseil des Arts
du Canada

Canada Council
for the Arts

SODEC
Québec 

**Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales
du Québec et Bibliothèque et Archives Canada**

Tibo, Gilles
Ma plus belle victoire
Pour les jeunes.
ISBN 978-2-7644-1322-7 (Version imprimée)
ISBN 978-2-7644-2733-0 (PDF)
ISBN 978-2-7644-2734-7 (ePub)
I. Després, Geneviève. II. Titre.

PS8589.I26M3 2014 jC843'.54 C2014-940681-9
PS9589.I26M3 2014

Dépôt légal : 1^{er} trimestre 2015
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada

Tous droits de traduction, de reproduction
et d'adaptation réservés

© Éditions Québec Amérique inc., 2015.
quebec-amerique.com

Imprimé en Chine
10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 18 17 16 15 14
PO 586



Pour tous les combattants du cancer, petits et grands.

G. D.




La couleuvre

Lorsque j'étais petit, j'étais toujours heureux. Je riais avec mes parents. Je jouais avec mes amis. Je souriais aux chats, aux chiens, aux écureuils.

Un matin, je suis allé au lac avec mon papa. J'ai couru, pieds nus, dans l'herbe. Et tout à coup, pour la première fois de ma vie, j'ai rencontré la Peur... Elle avait pris la forme d'une couleuvre. Elle était froide et elle frétillait sous mes orteils.

J'ai crié très fort. La couleuvre s'est enfuie, mais la Peur venait de s'entortiller derrière mon nombril.





Je ne me suis pas baigné. J'ai donné la main à mon père. Nous avons marché sous de grands arbres. Les cigales chantaient. Le soleil brillait. Papa sifflait parce qu'il était heureux... Moi, le cœur battant, je regardais où je posais les pieds.

La peur s'est effacée lentement, très lentement... Et tout à coup, plus rien! Mon ventre est devenu vide de Peur. Je croyais qu'elle était disparue à tout jamais...

Mais c'était bien mal la connaître...



L'accident

Après quelques jours, j'avais complètement oublié la Peur... Je revenais de l'école. Soudain, sur le coin d'une rue, j'ai entendu un gros BANG! Une automobile est entrée en collision avec une autre. Une voiture bleue a été propulsée vers moi. Elle s'est arrêtée à deux centimètres de mon nez, mais la Peur est entrée directement dans mon corps.

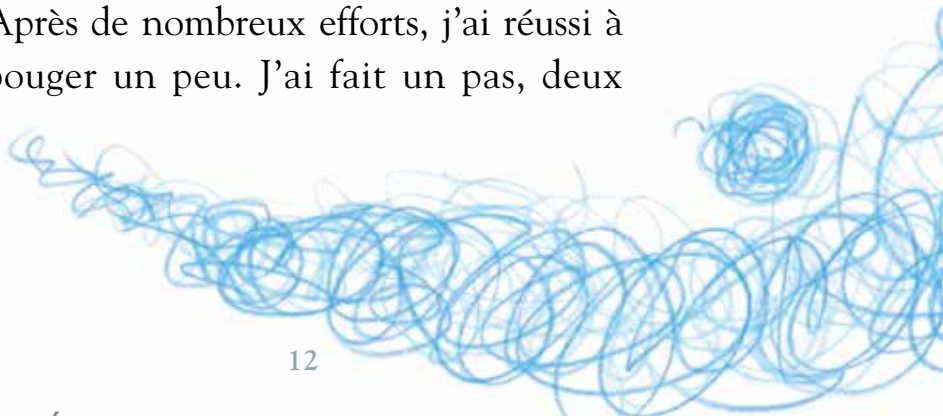
Elle a pris possession de mes os. De mes muscles. De mon cerveau. Elle m'a fait reculer. Je me suis appuyé contre un arbre pour ne pas m'évanouir.

Des voisins sont arrivés, puis des ambulances, puis des remorqueuses. Tout le monde s'occupait des passagers, des blessés, des automobiles. Pendant ce temps, la Peur s'occupait de moi.

Elle jouait du tambour sur mon cœur. Elle me secouait pour me faire trembler.

Lorsque les ambulances, les remorqueuses et les curieux sont repartis, je suis resté tout seul avec la Peur... J'ai attendu qu'elle disparaisse... Mais elle ne voulait plus me quitter.

Après de nombreux efforts, j'ai réussi à bouger un peu. J'ai fait un pas, deux



pas, trois pas. Puis, je me suis mis à courir en criant à la Peur :

— Je t’abandonne, ici, sur le coin de la rue !

Mais c’était bien mal la connaître...





Les tentatives



J'ai couru comme un fou. Mais la Peur courait à la même vitesse que moi. Je me suis arrêté. Elle aussi. Je suis reparti en courant. Elle aussi. Tout essoufflé, je me suis retrouvé devant la maison. En reprenant mon souffle, j'ai dit à la Peur :

— Je ne veux pas que tu entres chez moi !

Elle m'a accompagné dans le vestibule, dans le corridor, dans le salon. Rendu dans la cuisine, je lui ai dit :

— Va-t'en chez toi !



Elle ne m'a pas écouté.

J'ai bu un immense verre d'eau pour la noyer. Mais la Peur savait très bien nager.



J'ai ouvert la télévision. Heureusement, il y avait une émission comique. Plus je riais et plus la Peur s'estompait.

Ma mère est revenue du travail. Je lui ai raconté l'histoire de l'accident. Pendant que je parlais, maman me caressait les cheveux... La Peur a quitté mon ventre, ma tête, mes jambes... Mais il en restait un peu dans le fond de mes souliers. Je les ai jetés dans la poubelle. Ma mère m'a demandé :

— Mathieu ! Qu'est-ce que tu fais ?

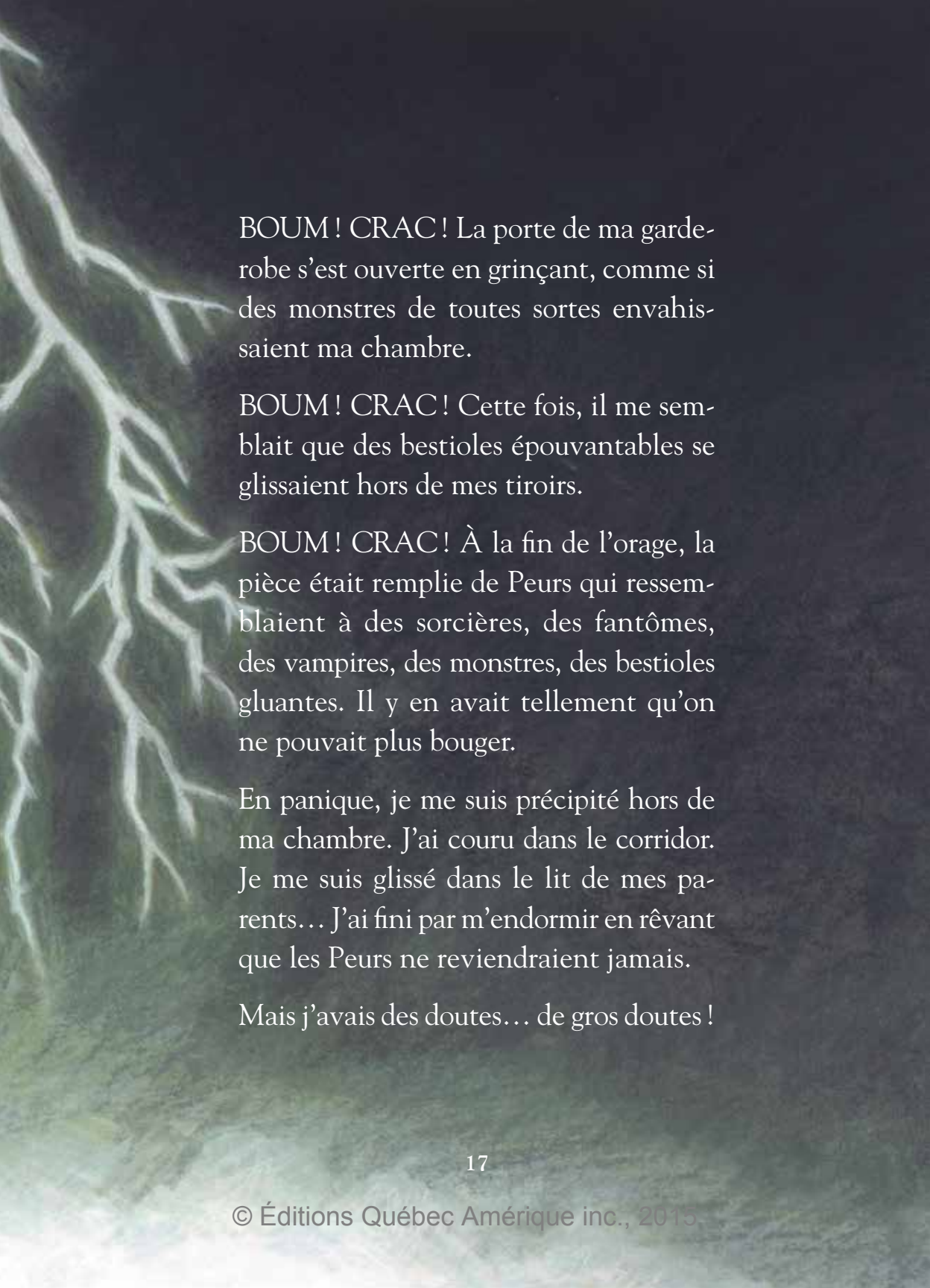
— Je me débarrasse de la Peur, pour toujours !

Mais c'était bien mal la connaître !



L'orage

La Peur est revenue quelques jours après l'accident. C'était la nuit. Je dormais... Tout à coup, BOUM! CRAC! Le fracas du tonnerre m'a réveillé. Des éclairs zébraient le ciel. Le vent soufflait très fort. Chaque fois que la nuit s'illuminait, chaque fois que la terre grondait, BOUM! CRAC! j'avais l'impression que des fantômes, des sorcières, des vampires se battaient sous mon lit.



BOUM! CRAC! La porte de ma garde-robe s'est ouverte en grinçant, comme si des monstres de toutes sortes envahissaient ma chambre.

BOUM! CRAC! Cette fois, il me semblait que des bestioles épouvantables se glissaient hors de mes tiroirs.

BOUM! CRAC! À la fin de l'orage, la pièce était remplie de Peurs qui ressemblaient à des sorcières, des fantômes, des vampires, des monstres, des bestioles gluantes. Il y en avait tellement qu'on ne pouvait plus bouger.

En panique, je me suis précipité hors de ma chambre. J'ai couru dans le corridor. Je me suis glissé dans le lit de mes parents... J'ai fini par m'endormir en rêvant que les Peurs ne reviendraient jamais.

Mais j'avais des doutes... de gros doutes!



Les jours, les semaines, les mois

Au fil des jours, toutes sortes de Peurs ont commencé à m’effrayer. Elles me dérangent pour des broutilles : J’avais peur de perdre la clé de mon cadenas de vélo. Peur d’oublier mon lunch. Peur de salir mes pantalons...

Ensuite, au fil des semaines, les petites Peurs se sont transformées en Peurs de moyenne taille : Peur de parler devant la classe. Peur de me faire gronder. Peur qu’un avion tombe sur la maison. Peur que mes parents se séparent. Peur, la nuit, de rester enfermé dans un cauchemar !

Et puis, les petites et les moyennes Peurs se sont transformées en Peurs énormes : J’avais peur que la guerre sorte de la





télévision pour envahir la maison. Peur que la planète se brise. Peur que le Soleil s'éteigne. Peur que les galaxies explosent.

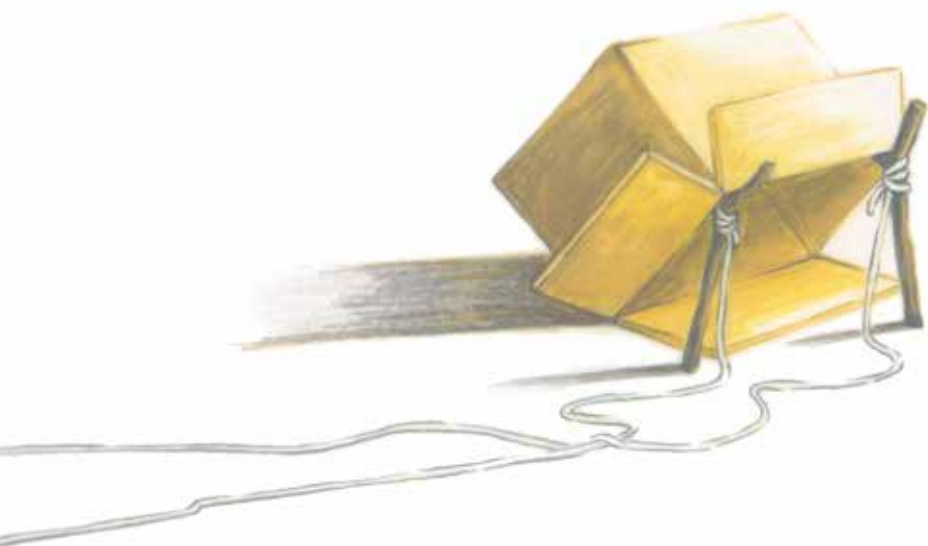
La Peur m'habitait à chaque heure, à chaque minute, à chaque seconde. Je ne pouvais plus me cacher nulle part. Les Peurs s'approchaient, à pas de loup, pour me dévorer. Elles me mordaient la tête, les poumons, le ventre... Elles circulaient comme des serpents à l'intérieur et à l'extérieur de moi. Je ressemblais à une passoire pleine de trous.



Je ne riais plus avec mes parents. Je ne
jouais plus avec mes amis. Je ne souriais
plus...

Je ne vivais plus vraiment.





Les pièges

Pour me débarrasser de mes Peurs, j'ai inventé des pièges avec des bouts de bois et des boîtes de carton. J'ai fabriqué des trappes avec des cordes et du ruban adhésif. Mais je n'ai pas réussi à en attraper une seule !

J'ai tenté de faire disparaître mes Peurs avec des formules magiques que l'on trouve dans les livres. ABRACADABRA! ABRACADABRA! JE COMPTE JUSQU'À TROIS ET TU DISPARAÎTRAS ! Mais rien ne fonctionnait.

J'ai tenté de laver mes Peurs avec toutes sortes de savons, mais on ne peut pas se laver à l'intérieur... On ne peut pas éteindre ses Peurs comme on éteint une télévision...

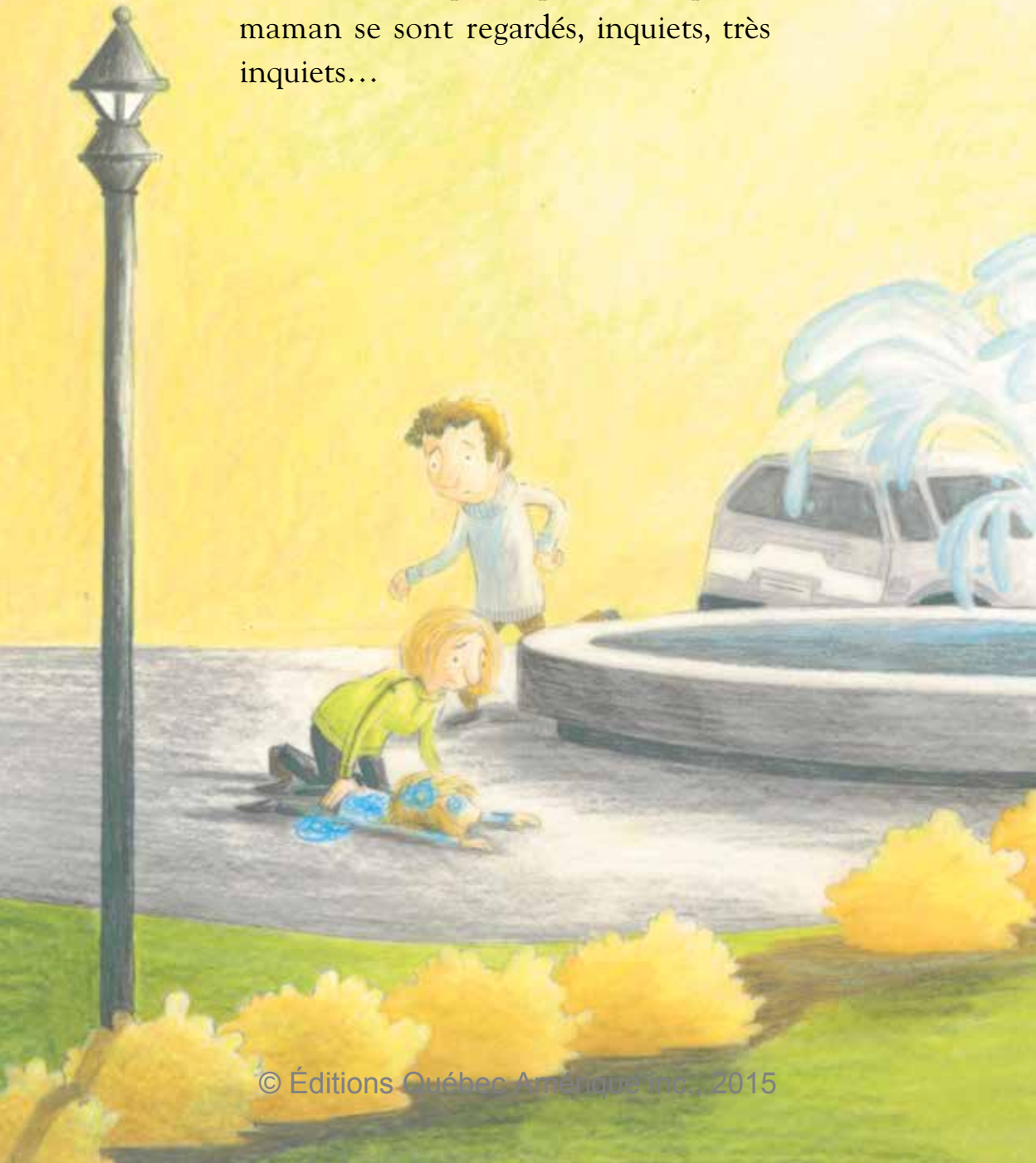


Je voulais disparaître pour que les Peurs disparaissent avec moi... Mais je ne savais pas comment faire. Chaque fois qu'une Peur se présentait, je me mettais à courir pour me sauver... Je courais à n'importe quel moment de la journée : À l'école ! Au restaurant ! Au cinéma ! Une fois, en automobile, j'ai crié à mon père :

— Arrête-toi vite ! Je dois courir !

Mon père a freiné en catastrophe. Je suis sorti de la voiture. J'ai couru dans un parc. J'ai galopé autour d'une fontaine pour essouffler mes Peurs. Mais elles ne voulaient plus me quitter. Complètement épuisés, mes Peurs et moi, nous sommes tombés par terre. Mes parents sont venus nous rejoindre. Ils nous ont posé mille questions.

Nous n'avons pas répondu. Papa et
maman se sont regardés, inquiets, très
inquiets...







Parler

Deux jours plus tard, mes Peurs et moi, nous nous sommes retrouvés devant un gentil monsieur avec une barbe et des petites lunettes. Ce monsieur nous a posé de nombreuses questions. Lors de la première discussion, nous répondions en même temps... C'était la cacophonie !

À la fin de la deuxième discussion, mes Peurs commençaient à rapetisser et à perdre la voix. À la fin de la troisième

discussion, nos voix étaient à égalité. Et à la dernière discussion, je parlais plus fort qu'elles.

À partir de ce moment, chaque fois qu'une Peur apparaissait, je commençais tout de suite à en parler. Si j'étais seul, je disais tout haut :

— Ah ! J'ai peur de tomber de la balançoire ! Ah ! J'ai peur de ce gros chien ! Ah ! J'ai peur d'avoir une crevaïson !

Sinon, je parlais de mes Peurs à la première personne que je voyais. J'ai parlé de mes Peurs à mes parents, à mes amis, à mon professeur, au concierge de l'école, à la caissière de l'épicerie, à une vieille dame qui passait devant chez moi... J'ai aussi parlé de mes Peurs aux chats, aux chiens, aux écureuils et aux oiseaux de mon quartier.

C'était ma première victoire !

La chose extraordinaire

En parlant, parlant, parlant, j'ai découvert une chose extraordinaire !

J'ai découvert que tout le monde avait peur de quelque chose.

Ma mère m'a avoué qu'elle avait peur de perdre son emploi, peur des hauteurs, peur des souris, peur que je tombe malade...

J'ai été surpris d'apprendre que mon père avait peur de se casser une jambe, peur de s'étouffer avec du brocoli, peur de ne pas réussir dans la vie...



Mon amie Fanny avait peur des araignées. Mon ami Julien avait peur des extraterrestres. Mon voisin avait peur des voleurs. Ma voisine avait peur des étrangers. La vieille dame avait peur de mourir... J'ai même appris que les chats ont peur des chiens. Les chiens ont peur des chats. Les oiseaux ont peur des écureuils. Et c'est la même chose pour tous les humains et tous les animaux.

Tandis que je pensais à tout ça, mes Peurs sont devenues moins effrayantes.

C'était ma deuxième victoire!



La grande enveloppe

J'ai parlé de mes Peurs à grand-papa. Lui, il avait peur d'oublier ses beaux souvenirs. Et puis, il m'a dit :

— Tu sais, Mathieu, il est normal d'éprouver certaines Peurs. Elles nous protègent du danger. Il est normal d'avoir peur des chiens qui grognent. Il est normal d'avoir peur de rater un examen. Il est normal d'avoir peur de tomber d'une balançoire...

Le lendemain de notre conversation, grand-papa est revenu me voir. Il tenait une grande enveloppe sous son bras. Il m'a fait un clin d'œil. Nous nous sommes enfermés dans ma chambre.





J'ai ouvert la grande enveloppe. Elle était vide. Comme je ne comprenais rien, grand-papa m'a dit :


— Chaque fois que tu auras une Peur, écris-la sur un bout de papier et enferme-la dans l'enveloppe.

Un peu surpris, j'y ai jeté ma Peur des couleuvres, des accidents, des orages... Puis, après le départ de mon grand-père, j'ai commencé à faire la liste de toutes mes Peurs...

Il y en avait beaucoup.







Vers les étoiles

J'ai continué à écrire la liste de mes Peurs pendant le souper, et aussi pendant que je regardais la télévision...

Après quelques heures, la grande enveloppe était remplie de toutes mes Peurs. J'en ai même inventé quelques-unes pour qu'elle déborde !

J'ai enfilé mon pyjama. J'ai embrassé mes parents, puis je me suis retrouvé tout seul dans mon lit. Dehors, il venait très fort. Je ne voulais pas garder toutes mes Peurs dans ma chambre. Ni dans ma maison. Ni même dans ma ville. J'ai ouvert la fenêtre.



J'ai plongé une main dans l'enveloppe.
J'ai refermé mes doigts sur quelques
bouts de papier. Je les ai lancés dehors.
Mes Peurs se sont envolées en virevol-
tant vers les étoiles.

J'ai lancé d'autres Peurs dans la nuit. J'ai
recommencé, recommencé, recommencé
jusqu'à ce que la grande enveloppe soit
complètement vide... À ce moment-là,
je me suis senti heureux... soulagé.

C'était ma troisième victoire!



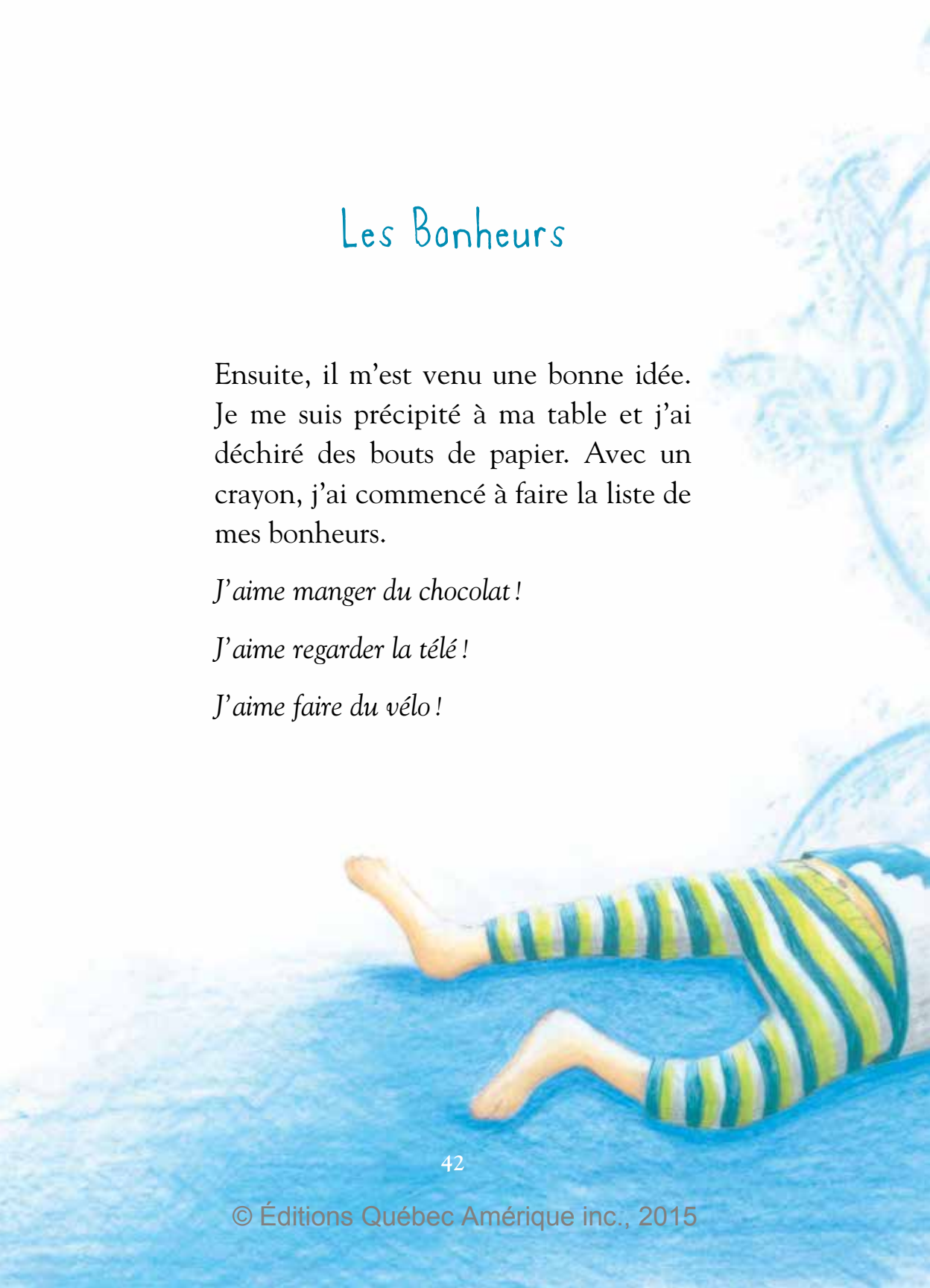
Les Bonheurs

Ensuite, il m'est venu une bonne idée. Je me suis précipité à ma table et j'ai déchiré des bouts de papier. Avec un crayon, j'ai commencé à faire la liste de mes bonheurs.

J'aime manger du chocolat !

J'aime regarder la télé !

J'aime faire du vélo !





J'aime jouer au parc avec mes amis !

J'aime compter des buts au soccer !

J'aime porter de nouvelles espadrilles !

Je n'ai pas lancé ces petits bouts de papier dans le vent du monde. Après avoir refermé la fenêtre de ma chambre, j'ai déposé la grande enveloppe pleine de Bonheurs sous mon oreiller. Je me suis couché...

Les yeux fermés, le cœur léger, je me suis endormi en souriant...

Maintenant

Bien sûr, la Peur vient me visiter de temps à autre... Chaque fois, j'ouvre la vieille enveloppe de mon grand-père pour consulter mes petits Bonheurs, et chaque fois la Peur finit par s'en aller toute seule...



C'est ma plus belle victoire!



Photo: © Martine Doyon

Gilles Tibo

Illustrateur pendant plus de vingt ans, Gilles Tibo a, un jour, délaissé les images pour les mots. Enthousiasmé par l'aventure de l'écriture, il a créé de nombreux personnages pour tous les âges et tous les publics. Ses livres, traduits en plusieurs langues, lui ont valu de nombreux prix tant au Canada qu'à l'étranger. Nous lui devons plusieurs séries à succès, dont la plus célèbre : la série des *Noémie*, déjà appréciée par des centaines de milliers de lecteurs.



Photo: © Martine Doyon

Geneviève Després

Passionnée par le dessin, Geneviève Després se consacre à l'illustration de livres jeunesse depuis 2006. D'abord diplômée en design industriel, elle a aussi réalisé des illustrations pour des publicités, des magazines et des produits commerciaux. Elle travaille avec toutes sortes de médiums, de l'acrylique à la gouache, ainsi qu'avec des supports hétéroclites, des sacs d'épicerie aux cartons d'emballage ; mais toujours, les personnages qu'elle crée sont tendres, touchants et rigolos.



Ma plus belle victoire

Texte de Gilles Tibo

Illustrations de Geneviève Després

J'ai dit à la Peur :

— Je ne veux pas que tu entres chez moi !

Elle m'a accompagné dans le vestibule, dans le corridor, dans le salon. Rendu dans la cuisine, je lui ai dit :

— Va-t'en chez toi !

Elle ne m'a pas écouté.

J'ai bu un immense verre d'eau pour la noyer. Mais la Peur savait très bien nager.