

PEOPLE CONNECTION / DIVERS / ERIC SANSEN

Des mains de fer, un moral d'acier et un grand cœur. Eric Sansen, 1 m 86 et 119 kilos au compteur, n'est ni plus ni moins que l'homme le plus fort du monde ! Cocorico, il est français. Vice champion du monde de karaté, cette force de la nature s'est reconvertie, suite à un accident du travail, dans l'art de casser des blocs de glace. 90 monceaux de 20 centimètres d'épaisseur pour être précis, pulvérisés en moins d'une minute et cinq secondes ! Avec une puissance de frappe de 350 kilos, 300 plateaux télé écumés et 11 records du monde à son actif, Eric fourmille aujourd'hui de projets notamment dans le jeu vidéo qu'il apprécie beaucoup et où il a déjà fait une participation. Lumière sur un personnage hors norme qui a flirté avec la gloire et dont le destin n'a pas toujours été évident...



Fred.B : *Bonjour Eric, merci de nous accorder cet entretien. Tout d'abord, comment es-tu tombé dans l'art de la casse ?*

Eric Sansen : Bonjour. J'ai eu un destin assez mouvementé. Pour résumer, j'ai d'abord été vice champion du monde de karaté. Un jour, suite à un accident du travail, j'ai dû tout arrêter. Je ne pouvais plus faire de combat à cause de problèmes de respiration. Pour rester dans mon milieu sportif, j'ai cherché une alternative, une nouvelle voie pour m'exprimer. Cette idée, je l'ai trouvée par hasard, en feuilletant un livre des records exposé dans un supermarché. Une page m'intéressait, il s'agissait de... l'art de la casse ! C'était parfait pour moi car cette activité ne sollicite pas l'endurance mais la force pure. Dès lors, je me suis mis à me documenter, à faire des recherches sur les anciens records. J'ai acheté un livre qui s'appelait "Karaté contact" qui décrivait les exploits d'un homme qui avait brisé 40 blocs de glace en deux minutes. Je n'avais alors qu'une idée en tête, faire le double pour entrer dans la postérité. Parallèlement, une association d'enfants en difficulté m'avait sollicité pour faire un show afin de récolter des sous. Mon projet de tenter un record du monde tombait pile poil et pouvait devenir une aubaine pour attirer les médias et gagner des sous...

Fred.B : *Si j'ai bien compris, la glace t'a enflammé l'esprit. Mais il t'a fallu tout de même un certain entraînement avant de jouer les super héros, n'est-ce pas ?*

Eric Sansen : C'est le moins que l'on puisse dire ! Pour battre le record du monde, il me fallait au moins un an de préparation intensive ! Le premier essai, je n'arrivais même pas à casser une seule barre ! La glace est au moins trois fois plus dense que le bois (!). Les molécules sont figées, l'onde de choc est renvoyée et ne se propage presque pas. Il fallait que je travaille ma puissance d'une façon scientifique et que je trouve une solution...

Fred.B : *Et justement comment as-tu travaillé ta puissance ? Comme dans des entraînements de personnages de jeux vidéo ou DBZ ?*

Eric Sansen : Hum, pas loin ! Plus sérieusement, il fallait que je fasse une recherche d'énergie ciblée mais à son maximum. En clair, il faut frapper à un point précis le plus fort possible. Pour un même mouvement, la répartition d'énergie peut être différente. On peut faire soi-même l'expérience : si tu frappes contre toi énergiquement avec ta main puis avec ton doigt, tu verras que tu vas ressentir plus de douleur avec le doigt ! Pour la glace, c'est pareil. Le mental est aussi très important.

ERIC SANSEN

OU L'HOMME LE PLUS FORT DU MONDE !

Fred.B : Ça devient de la physique scolaire ton exercice !

Eric Sansen : Oui, mais avec une maîtrise d'énergie !

Fred. B : Les progrès sont-ils vite venus au fil des entraînements ?

Eric Sansen : Au bout de deux mois et demi, j'ai enfin cassé mon premier bloc de glace ! Cela m'a beaucoup motivé pour la suite, mais il me restait un sacré chemin à parcourir. J'avais sorti de mon esprit le mot échec. J'ai ensuite fait des tentatives réussies de deux, trois, puis quatre blocs de glace en même temps. Une fois les quatre blocs détruits, je savais alors que je pouvais tenter le record du monde ! Au bout de 8 mois, j'en étais à 35 barres à la suite.

Fred.B : La glace est bien plus dure que le bois, tu as dû souffrir...

Eric Sansen : Oui, mais il fallait travailler les efforts sur la longueur. Tout le monde peut casser une porte avec de la force (et de l'énergie), mais l'exploit consiste à en casser une dizaine d'affilée sans avoir mal ni défaillir. Pour mon travail de casse, c'est le même principe. C'est le passage de l'ensemble des blocs de glace qui relève du record. Il faut une force mentale très importante, c'est évident. Gérer le stress, etc. Pour faire céder la glace, il faut une force supérieure à sa densité... soit porter un coup de 350 kilos pour briser 20 centimètres (!).

Fred.B : Comment s'est déroulé le fameux jour où tu as tenté le record du monde ?

Eric Sansen : J'étais sur une autre planète. Quand je me suis senti prêt, j'ai averti moi-même tous les médias de l'événement, etc. J'ai fait mon propre agent. Le jour J, tout le monde, les journalistes du monde entier, avaient les yeux rivés sur moi. J'étais concentré à mon maximum. Les 80 blocs de glace fumaient. J'étais parti d'une histoire de kermesse pour enfants nécessiteux à un challenge international ! L'acte en lui-même n'a duré que très peu de temps : j'ai tout cassé en 1 minute et 15 secondes, sous les yeux ébahis de l'huissier et du technicien du son qui n'avait même pas eu le temps de glisser une musique pour m'accompagner. Le record était pulvérisé. Ma nouvelle carrière pouvait démarrer. La maison pour les enfants a pu être réaménagée.

Fred.B : Que s'est-il passé ensuite ?

Eric Sansen : J'ai vite été contacté par des télévisions. Je suis passé chez TF1 qui voulait que je surpasse mon record et en direct. J'ai accepté de briser 85 barres, soit cinq de plus. Pas de chance, les blocs qu'on avait disposé ce jour-là étaient bancals et pas de la bonne taille, un détail qui n'en était pas un pour moi car, non seulement j'ai échoué et en plus je me suis brisé le coude... On m'avait laissé de côté toute l'émission et moi je souffrais en silence. Etienne Mougéotte, le patron de la chaîne à l'époque, vint me voir, s'excusa au nom de la production et me demanda d'accepter de réitérer dans douze mois. J'acceptai avec joie. Suite à un petit séjour à l'hôpital et à un nouvel entraînement, je revins sur le plateau en prenant soin de bien vérifier que cette fois-ci tous les blocs étaient de la bonne taille ! Je faisais désormais face à ma propre peur, à mon destin et à 90 blocs de glace, soit encore cinq de plus histoire de bien enterrer le mauvais souvenir. Vu que j'arrivais à casser les blocs cinq par cinq, je savais que je pouvais réussir. J'y croyais à fond... et j'ai bien fait puisque j'ai tout brisé en 1 minute et 5 secondes ! Ma carrière télévisuelle en tant que spécialiste de la casse allait enfin décoller.

Fred.B : Tu as écumé de nombreux plateaux télé, organisé des festivals d'arts martiaux... Mais tu ne t'es jamais lancé dans le cinéma ?

Eric Sansen : J'y ai pensé au cinéma bien sûr. Mais on me voyait plutôt comme figurant. Et dans ce milieu, quand tu as une étiquette c'est difficile de s'en détacher. Alors pour

me démarquer j'ai voulu me tourner vers le jeu vidéo... que j'aime beaucoup d'ailleurs pour me détendre, en particulier les jeux de combat et de rôle. J'ai atterri chez Sagem qui a construit autour de mon personnage un petit jeu Internet appelé "Le temple de la casse". Il permet de ressentir un peu le frisson de mon art, de la gestion du temps au dosage de la force, à travers une série d'épreuves de casse dont je suis le guide et commentateur. Ce jeu a bien plu et continue d'ailleurs à amuser. Je pense que les jeux vidéo gagneraient à utiliser de vraies personnalités dans leur scénario plutôt que des protagonistes virtuels. Aujourd'hui encore, je reste à l'écoute d'un éventuel projet où je serai le personnage central (messieurs les éditeurs, si vous nous lisez...).

Fred. B : Le jeu vidéo, tu as commencé quand et tu joues à quoi ?

Eric Sansen : J'ai commencé à jouer sur console Atari. Puis, j'ai essayé les autres consoles. J'apprécie beaucoup les jeux vidéo, c'est très divertissant. Pour moi, les jeux d'aujourd'hui me font penser au cinéma mais en plus interactif. Je pense que dans les jeux il y a encore beaucoup d'idées qui n'ont pas été exploitées, de pistes à explorer. Mon jeu préféré est bien sûr un jeu de combat, Tekken 3 pour être précis. Mais j'aime aussi beaucoup les jeux de rôles (dont en particulier certains RTS ou jeux de cartes stratégie à la Magic).

Fred. B : Ça fait quel effet d'être un peu un héros des temps modernes, un X-man ?

Eric Sansen : Si j'ai un message à faire passer, c'est de ne jamais se décourager dans rien. Même si on arrive d'en

bas, on possède tous au moins quelque chose de spécial qui, si on le travaille, nous permettra de nous distinguer et de réussir. On a chacun une passion ou un truc de spécial qui nous fait sortir du lot, il ne faut jamais abandonner quoi que ce soit dans la vie. Un échec cuisant n'est qu'une étape avant une victoire. Je ne suis pas un super héros mais un sportif de haut niveau qui, s'il peut donner du rêve aux gens, s'en voit ravi.

Fred. B : Dernière question, tu vis comment ta notoriété ?

Eric Sansen : Je gagne ma vie correctement mais je travaille beaucoup et surtout je ne suis pas Johnny Hallyday ! Loin s'en faut. J'ai une vie vraiment comme tout le monde. Je garde les pieds sur terre. Mes valeurs sont ma famille et mes amis. C'est ça mes racines, avec les arts martiaux et leur philosophie. Je suis aujourd'hui un homme du spectacle et je reste à ma place. Après, si je peux enseigner les valeurs du sport et le respect d'autrui à travers le karaté, c'est bien. J'ai beaucoup de choses à faire encore aujourd'hui.

Fred. B : Merci pour ta gentillesse et ta sincérité et bonne continuation.

Eric Sansen : Merci à votre magazine et à bientôt, peut-être dans un jeu vidéo !

PLUS D'INFOS SUR LE SITE : www.eric sansen.com

