



## La détente selon... Philippe Croizon

L'athlète aventurier, amputé des quatre membres, est au cœur du film *Pour le meilleur*, qui retrace sa rencontre avec Suzana. Une histoire d'amour qu'il raconte aussi dans un livre. Pour décompresser, l'énergique quinquagénaire profite de sa tribu, se fait une toile ou rêve face à la mer.

PROPOS RECUEILLIS PAR CLÉMENCE LEVASSEUR.

**Cinéma** « Je suis un mordu de grand écran. Travaillant énormément, montant sur scène pour des conférences tous les trois jours environ, partout en France, j'apprécie les films où mon esprit se libère, où les histoires m'emportent. Tous les genres me plaisent, sauf les blockbusters américains, j'en ai fait une overdose. Il m'arrive aussi d'y aller dans le but de voir un acteur que j'adore comme Grégory Gadebois, un gros nounours avec du caractère, qui était formidable dernièrement dans le rôle de Jean Valjean. »

**Karaoke** « Pousser la chansonnette est un truc qui me fait du bien, me détend, m'apporte de la joie. À la maison, nous avons l'habitude d'organiser des soirées karaoké avec nos amis ou les enfants. Comme le film *Pour le meilleur* le montre, nous chantons souvent en duo, avec Suzana. Nous sommes fans des classiques des années 1980 comme *J'ai encore rêvé d'elle* ou *Elle a les yeux revolver*. Toute notre jeunesse ! »

**Renaissance** « Depuis que je suis mort, le 5 mars 1994, en prenant une première décharge de 20 000 volts qui m'a provoqué un arrêt cardiaque, puis une deuxième, qui m'a ramené à la vie, tout ce que je fais, c'est du bonus. Donc, je vis à fond ! Avec mes enfants et petits-enfants, nous aimons nous déguiser, chanter, danser, même sans occasion particulière. C'est un truc que Suzana a apporté dans notre famille et qui est resté. »

**Tribu** « Aujourd'hui, mes deux garçons et les trois filles de Suzana sont adultes, et nous avons l'immense bonheur d'avoir quatre petits-enfants. Une fois en été et une fois en hiver, nous réunissons tout ce petit monde dans notre maison, à La Rochelle. Des moments que j'attends avec impatience et qui me rendent profondément heureux ! C'est alors un joyeux bazar, avec des matelas un peu partout et beaucoup d'éclats de rire. Nous avons une très belle relation, pleine d'humour : sur notre groupe Facebook familial, tout le monde se chambre. »

**Terrasse** « Lors de mes nombreux déplacements, je m'attable souvent à l'extérieur pour observer les gens qui passent. Mon cerveau s'emballe alors et j'imagine leurs vies, leurs pensées... J'en profite parfois pour aller parler à des inconnus, leur faire des blagues, m'immiscer dans une conversation. Il m'arrive aussi de rire seul de mes propres bêtises. »

**Sport** « Pour réaliser ma traversée de la Manche à la nage, en 2010, je me suis mis à fond au sport. Cela m'a aidé à accepter mon nouveau corps, à l'appivoiser. J'ai passé des heures dans des piscines, des lacs, la mer afin de m'entraîner. Résultat, j'en ai eu ras-le-bol de la nage ! Maintenant, je fais des exercices au quotidien pour me maintenir en forme. Lors de mes déplacements, je suis souvent debout sur mes prothèses et mon dos peut en souffrir. »

**Horizon** « Regarder la mer en écoutant le bruit des vagues m'apaise. Le soir, je pars souvent seul sur mon fauteuil pour en profiter. Ce sont des moments rien qu'à moi, dans l'instant présent. Avec mon travail, je rencontre beaucoup de gens, je prends des shoots d'adrénaline, un peu comme un artiste. Lors de ces pauses plus tranquilles, je me recentre. »

**Message** « J'aime ma vie car j'en ai fait quelque chose de bien. Je suis heureux de montrer au plus grand nombre qu'il est possible de se dépasser, de lever nos barrières, nos freins, nos doutes, pour oser et prendre notre destin en main. C'est le message que je suis fier de faire passer dans mes livres et lors de mes conférences au sein des entreprises, des associations, des collectivités... »

**Humour** « Depuis mon enfance, je suis un vrai boute-en-train. Je pense être né optimiste : ma mère a toujours déconné à mes côtés. Depuis mon accident, l'humour et l'autodérision dédramatisent de nombreuses situations. Le rire, la joie, la vie l'emportent. Je le vois comme une arme de reconstruction massive. »

« **Pour le meilleur** », de Marie-Castille Mention-Schaar, France (1h58).  
Avec Pierre Rabine, Lilly-Fleur Pointeaux, Sandrine Bonnaire...

« **À toute épreuve** », de Philippe Croizon, éditions Arthaud, 272 p., 18,50 €.

Pratiquez  
l'échangisme

Billets échangeables  
sans frais jusqu'à  
1 h avant le départ.



Les conditions d'échange varient selon la classe de voyage. Seules la date et l'heure peuvent être échangées. Échanges sous réserve de disponibilité et du paiement de la différence de prix. Si votre nouveau billet est moins cher, la différence de prix ne vous sera pas remboursée. Plus d'informations sur [eurostar.com](http://eurostar.com). EIL, SA immatriculée en Angleterre et au Pays de Galles n° 2462001, Kings Place, 90 York Way, Londres N1 9AG, Royaume-Uni. THI FACTORY SA, BE0541.696.005, Place Marcel Broodthaers 4 - 1060 Bruxelles, Belgique.