

JULIEN PEROCHEAU · LIFE · 13 DÉCEMBRE 2019

On a parlé boxe et rap avec le médaillé olympique Souleymane Cissokho

"La boxe c'est une thérapie."



Le noble art vit un véritable renouveau en France. Bien aidé par les triomphes de la "Team Solide" aux J.O de Rio en 2016, la boxe séduit de plus en plus d'adeptes chaque année. Porte-drapeau de ce sport dans l'Hexagone, Souleymane Cissokho a récemment invité des dizaines de jeunes de son quartier, le 19ème arrondissement de la capitale, à venir découvrir ce sport et ses valeurs.

Organisé par son équipementier Under Armour, cet événement a également permis à la marque américaine de nous présenter ses nouvelles innovations techniques destinées aux sportifs de haut-niveau. Après un entraînement de boxe dirigée par Souleymane lui-même, nous avons pu poser quelques questions au premier athlète français à avoir signé chez Under Armour.



Peux-tu nous présenter ton parcours ?

Je m'appelle Souleymane Cissokho, je suis boxeur professionnel. Médaillé olympique au J.O de Rio en 2016, ancien capitaine de l'Équipe de France de boxe. Je viens du 19ème arrondissement. En dehors de ça, j'ai aussi un Master en Droit du Sport.



views

SNEAKERS
CINÉMA
SÉRIES
ARCHITECTURE
DESIGN
GAMING
TECH

Donald Glover rejoint Amazon Prime Vidéo pour développer ses propres contenus



PLAYLIST H&M X VIEWS

pendant des semaines, des mois, j'ai juste hate d'être sur le ring. Je n'ai que ça en tête. Après, pendant toute la phase de préparation, tu as besoin de musique, sinon tu t'ennuies ! Dans la salle, tu as besoin d'un petit fond sonore qui te permet de faire passer les entraînements un peu plus vite.

On trouve quoi dans ta playlist d'entraînement du coup ?

Je suis un gros consommateur de rap. J'habite et je m'entraîne aux États-Unis, et là-bas mon coach interdit formellement qu'on passe de la musique avec des grossièretés et des insultes, donc le rap US il faut faire très attention ! (*rires*) Pour contourner un peu le truc, on met du rap français et là il nous laisse tranquille. J'écoute vraiment de tout, beaucoup de Ninho, beaucoup de Niska... Dans la nouvelle génération, j'apprécie énormément Koba LaD aussi.

Il y a des rappeurs dont tu es proche ?

Oui, j'en connais pas mal, les rappeurs aiment généralement bien la boxe. Médine et Youssoupha par exemple, ce sont des artistes avec qui j'échange beaucoup.



Tu nous disais que tu habitais aux États-Unis, est-ce que tu as vu des grosses différences entre “l’école française et “l’école américaine” dans la façon de s’entraîner de percevoir le sport ?



Bien sûr. Selon moi, il y a une grosse qui nous sépare. On est en retard sur tout, ne serait ce que sur la mentalité. C’est bateau, mais les américains ont vraiment la mentalité de la gagne. Pour eux, c’est gagner ou rien. Ils s’entraînent avec un seul mot en tête : gagner. En France, on a plus tendance à se dire : “J’ai participé, c’est bien. J’ai fait au mieux.” Ce n’est pas un cliché, c’est quelque chose que l’on ressent, que l’on constate en allant s’entraîner là-bas.

Selon toi, comment est-ce qu’on pourrait réduire ce fossé culturel ?

Donner plus de moyens aux clubs, aux éducateurs. Ça passe obligatoirement par là. En France, un coach de boxe il assure aussi le rôle d’un préparateur physique, d’un préparateur mental, tout en ayant un boulot à côté pour payer les factures à la fin du mois. Aux États-Unis, les personnes qui t’encadrent sont avec toi du matin au soir. Par exemple, il y a un mec qui est là uniquement pour m’essuyer le visage ou pour me donner à boire ! C’est pour dire que les moyens sont décuplés là-bas, c’est beaucoup plus professionnel.

Justement, est-ce que tu sens que la boxe est sur la pente ascendante en France ? On avait senti une impulsion suite à vos exploits à Rio avec Tony Yoka, c’est toujours le cas ?

Depuis les Jeux Olympiques, la boxe en France a passé un vrai cap. Ça fait trois ans maintenant, mais on le ressent toujours. Les chaînes TV s’intéressent de nouveau à la discipline, le nombre de licenciés a aussi explosé au niveau fédéral. Ce qui a surtout changé, c’est que la boxe est enfin sortie des quartiers populaires. Elle se démocratise et touche de plus en plus de monde. J’ai un contrat avec le groupe Eiffage et je vois que chez eux, tout le monde se met à la boxe ! On voit de plus en plus de chefs d’entreprise, de cadres, de médecins, d’avocats monter sur le ring.

Qu’est-ce qui leur plaît dans cette discipline ?

La boxe c’est toucher sans se faire toucher. Il y a beaucoup d’idées reçues, les gens pensent qu’ils vont se faire péter le nez, qu’ils vont finir en sang... En fait, c’est tout le contraire. C’est un sport qui aide beaucoup sur le dépassement de soi, sur la confiance. C’est des choses dont tu as besoin quand tu bosses dans une boîte où tu es stressé du matin au soir. Des fois, tu as juste envie de taper dans quelque chose et de sortir tout ce que tu as en toi. Aujourd’hui, la boxe c’est une thérapie.

Photo : Albin Durand (@_albin_)