

Activités artistiques : quand les adolescents s'expriment...

Extraits de « Jouer mais pas sans dire »

Danser, jouer c'est faire le vide de l'esprit. Une ouverture totale qui fait oublier tout ce qui constitue notre routine journalière. Tous les complexes disparaissent (ou presque). On peut danser tous les jours, dans son salon, sa chambre ou dans la rue. Mais danser sur scène, c'est montrer ce que l'on fait et procurer des émotions. Ça donne une satisfaction personnelle immense (quand ça plaît, bien sûr, dans le cas contraire c'est décevant mais exploitable). Ce que j'aime dans la danse (ou le jeu), c'est l'échange. Quand deux regards se croisent, sans parler et qu'on est dans un état de danse (ou de jeu), on communique et des liens se créent.

Lorsque je monte sur les planches, je suis envahie par mon rôle, par l'ambiance de la pièce, mon esprit et mon âme en sont prisonniers pendant quelques instants car ma naturelle imprudence me pousse en avant.

Avant de rentrer dans un autre monde, le trac... Mais une force nous à franchir le seuil ; toutes craintes s'évaporent. C'est alors que le monde change, miroite. Tout change y compris moi.

On ne sait jamais à quoi s'attendre, une éternelle expérience nouvelle. Chaque instant est unique. On est pris dans un tourbillon de sentiments indescriptibles.

Quand je danse, j'essaie de rester concentrée sur le poids, la matière corporelle... C'est à ce moment-là que tous mes soucis disparaissent pour laisser place à un sentiment de liberté, de légèreté et d'exaltation. Mon esprit se promène à l'intérieur et à l'extérieur de mon corps, pour ne faire plus qu'un avec le visible et l'invisible.

Quand je danse, je sens que j'ai de l'importance quelque part... Peut-être même une certaine responsabilité : ne pas me trahir, faire passer exactement ce que je veux.

Les spectateurs ne me voient pas moi mais mon personnage, ce qui me permet de m'exprimer sans que l'on me juge moi physiquement. Le spectateur peut apprécier ou non les défauts et les qualités de mon personnage.

Si c'est le cas ma personnalité s'efface pour faire plus à un autre être. Et là, je sais que je produis un bon théâtre

Peur et angoisse. Tremblements et envie de se dépasser. Angoisse de la fin, car une fois fini j'aimerais que ça recommence encore, encore et refaire tout mieux. Sur scène je suis libre, heureuse, mais quand même pas totalement car je doute de moi, et je n'ai pas confiance en moi. En dehors ça c'est le bonheur, et je déteste arriver à la fin ! Mais je me rends compte que tout le travail a servi, et me procure beaucoup de plaisir !

La danse est pour moi une façon d'exprimer notre moi. Les idées parcourent notre corps sans trop savoir quel en sera le résultat. La danse laisse exprimer le corps, elle traverse les muscles, les articulations : c'est une accumulation de choses qu'il faut apprendre à maîtriser.

Danser, c'est connaître et avant tout se connaître soi-même. Parce que si on ne laisse pas exalter nos sentiments en dansant, c'est un corps exposé sur une scène, mourant de solitude. Il n'est pas alimenté par l'esprit. Danser, c'est donner naissance à un être. Lorsqu'on est sur scène, tout est magique, ce n'est jamais la même chose que lors des répétitions. Le corps agit sans s'en apercevoir, exécute les gestes mille fois répétés, mais il les embellit, les transforme. Être sur scène, c'est le pied !!! Ca permet de se libérer des angoisses.

Or : on stresse un peu, mais la réaction du public est la plus belle des récompenses... Faire du théâtre sur scène, c'est génial.

Pour moi, la scène peut se résumer en trois sensations : échange, euphorie, communion. Et regarder les autres, c'est apprendre et s'enrichir des différentes créations.

Je ressens le sens des responsabilités quand je suis sur scène, il faut savoir quoi faire.