



Ludovic Duchesne

Théâtre d'Improvisation

Baptiste va à une soirée. C'est son pote Nordine qui lui a proposé d'aller voir Macédoine, ils font de l'impro. Il s'est demandé ce que c'était que l'impro. Il a hésité, mais comme Baptiste il est curieux, il y est allé. Il a bien aimé. Il a trouvé ça cool, Cool et COOL

Baptiste a utilisé trois fois le mot « cool » parce que :

- il a trouvé ça cool ce qu'il a vu sur scène
- il a trouvé ça cool l'ambiance après le spectacle

Baptiste n'a jamais fait de théâtre, il y a souvent pensé mais apprendre un texte et se confronter au regard du public, ça l'a toujours impressionné. Ce soir, en discutant avec les improvisateurs, il a compris que c'était une pratique accessible à tous et sans pré-requis.

Baptiste son truc à lui, c'est l'imagination. Du coup, il se dit qu'avec l'Impro, il va pouvoir proposer et créer des mondes dans l'instant, comme ça en claquant des doigts : **SNAP !**

Mais avant d'en arriver là, il y a du travail. Baptiste va commencer par aller à des entraînements où il va apprendre, entre autres choses, une notion fondamentale en improvisation : le lâcher-prise. C'est-à-dire qu'il devra pleinement vivre le moment présent du jeu en acceptant de ne pas en avoir le contrôle total. Ça peut se résumer en une expression simple : le dépassement de soi.

Baptiste est décidé à relever le défi. En plus, ça fait longtemps qu'il n'a plus fait de sport, il a besoin de se défouler et puis il se dit qu'imiter l'otarie anorexique sur scène ça pourrait peut-être plaire à Morgane, la voisine du 3^{ème}.

En arrivant chez Macédoine, Baptiste va rencontrer un groupe où il s'intégrera facilement ; il y règne une ambiance détendue et une volonté d'absence de jugement entre les membres. En gros, Baptiste va avoir l'occasion de trouver sa place au sein d'un groupe en tant qu'individu.

Ce que Baptiste ne sait pas encore, c'est que ce groupe va lui permettre aussi de gagner de l'assurance personnelle, à travers la vie de troupe et à travers l'esprit d'équipe ; puisque l'impro, si tu y vas en mode « chacun pour soi »... tu te plantes !

Il y fera de nouvelles rencontres et pourra échanger en toute liberté. Enfin, cette ambiance au sein du groupe pourra donner envie à Baptiste d'agir, d'être acteur. Acteur sur scène évidemment mais aussi acteur par son implication dans les actions, les projets et la vie de l'association.

Baptiste finira à coup sûr par s'engager au sein du collectif, pour faire découvrir à d'autres les vertus de l'improvisation.

En tant qu'individu :

- Baptiste va prendre du plaisir à faire de l'improvisation théâtrale.
- Baptiste découvre un vrai espace d'évasion, de création et de liberté.
- Baptiste s'aperçoit que dans sa vie de tous les jours, il s'affirme d'avantage.
- Baptiste a moins peur de prendre des risques et d'oser prendre la parole.
- Baptiste est conscient de son droit à exprimer ses émotions et sa sensibilité.
- Baptiste trouve un moyen de canaliser son énergie et de se dépasser.

Du coup Baptiste se sent plus armé en tant que citoyen pour prendre sa place.

Et ça c'est pas rien !