

À L'ÉCOLE DU CIRQUE

À Auch, dans le Gers, le festival CIRCa réunit les amoureux du cirque. Les terminales de l'option Arts du cirque du lycée Le Garros sont au rendez-vous, pour vivre leur passion. Ambre, Valentin, Perline et leurs camarades sont acrobates, trapézistes ou encore porteurs... Ils nous racontent les sensations que leur procure cette passion.

📷 *Ian Grandjean*
👉 *Assia Hamdi*





“C’EST DU JEU, DE L’AMUSEMENT”

Il y a cinq ans, ma mère m’a inscrit à un stage de cirque et je me suis vite senti épanoui. Quand je fais du cirque, je ne pense à rien. C’est du jeu, de l’amusement, et c’est vaste... Chaque séance est différente et c’est cette liberté qui me plaît. Aujourd’hui, je pratique les acrobaties au sol et les acro’ portées. C’est incroyable tout ce qu’on peut faire avec le corps. Le mouvement que je maîtrise le mieux, c’est le salto arrière. C’est celui que j’ai le plus travaillé et qui me donne de l’adrénaline. Je suis plus à l’aise

au sol que dans les airs. Être en l’air, c’est plus physique, mais plus limité artistiquement et moins technique que les acrobaties au sol. Si je fais la figure pour la première fois, je vais avoir peur de me faire mal. Si je maîtrise la figure, je suis moins stressé, mais toujours concentré. Et une fois que j’ai réussi la figure, je suis soulagé. Bref, c’est un stress positif. Cela dit, en spectacle, même quand je fais un geste que je maîtrise, j’ai une peur : décevoir les gens.

Valentin, 16 ans



“JE ME SENS LIBRE EN L’AIR”

Je fais du cirque depuis que j’ai six ans. Mes parents m’emmenaient voir des spectacles et du jour au lendemain, j’ai voulu faire du trapeze. C’est assez physique de soutenir son poids pendant deux heures d’affilée. À chaque fois que je fais du trapeze, j’ai des brûlures ou des bleus. La peau râpe contre la corde, la corne se forme sur les mains, mais à force, le corps s’habitue. Ce que j’aime, c’est que je me sens libre en l’air. C’est comme si je volais, je ne suis pas sur la terre, je m’évade. Cette année, j’essaie d’apprendre davantage de figures, des mouvements plus compliqués. La difficulté ne me fait pas peur. Je regarde des vidéos de trapeze pour comparer avec ce que je fais, savoir ce que je maîtrise et ce que je peux améliorer. J’aimerais vraiment intégrer une école de cirque après le lycée.

Ivana, 16 ans



“J’AIME FAIRE PASSER DES MESSAGES PAR LE CIRQUE”

Mon père est musicien, et il m’emmenait voir beaucoup d’expositions quand j’étais petite. Et ma mère est assez sportive. J’ai fait de la danse classique, du flamenco, de la Zumba, de la gymnastique. Le cirque, c’est un peu ce mix ! On fait une vraie préparation physique pour encaisser le coup des acrobaties, on ne peut pas progresser sans se muscler. Ça fait trois ans que j’essaie de maîtriser la roue sans les mains. Cette figure demande une impulsion de malade, de la vitesse et de la force dans les cuisses. Quand on ne réussit pas un geste, il faut le travailler. J’essaie aussi de me laisser aller et de me faire plaisir. Donc, si une figure me fait peur, je ne vais pas la réaliser juste pour qu’elle rende mon numéro joli. J’aime faire passer des messages par le cirque. J’ai fait un numéro contre le harcèlement, un autre contre le plastique, un troisième sur l’angoisse et la solitude qu’on peut ressentir dans le monde. Je me sers de ce qui me tient à cœur, de ce que j’ai vécu.

Albertine, 16 ans



“J’AI APPRIS À DOMPTER LE STRESS”

Quand j’étais petite, je rêvais de voler, c’est comme ça que je me suis tournée vers le cirque et le trapèze. Ce qui me plaît aujourd’hui, c’est le contraste entre la douceur et la rapidité des mouvements. J’ai appris à gérer l’appréhension d’être dans les airs, et même à l’aimer. Lorsque je suis en l’air, je ressens beaucoup d’adrénaline. Et pendant les chutes, j’ai la sensation de l’air qui passe à travers mon corps. Je sens aussi tout mon corps trembler quand je dois tenir une figure pendant longtemps. Il faut alors apprendre à stabiliser son trapèze pendant son numéro. J’ai aussi appris à gérer le stress. Dès qu’on voit les visages du public, l’appréhension s’en va. Il y a une bulle qui se forme et qui nous élève.

Charlotte, 16 ans

“AVEC MES CAMARADES, ON EST UNE FAMILLE”

Mes parents formaient un duo porteur-voltigeur dans une compagnie de cirque. J’ai passé mon enfance sous les chapiteaux, dans les caravanes à travers la France et l’Espagne. C’était naturel de rester dans le cirque. Je réalise des acrobaties mais je me suis spécialisée dans les portés. Je suis la porteuse de notre duo, ça s’est fait comme ça. J’adore cette impression de devoir aider l’autre, je me sens utile. Si le voltigeur tombe, on doit le rattraper. Mais le voltigeur doit aussi faire attention à son porteur car, même si à force on se muscle, on n’est pas de la pierre. Capu et moi, on s’entend très bien, on est très soudées et sur la bascule, ça se ressent. On demande toujours à l’autre si elle va bien, ça crée de la confiance et c’est important pour réussir un porté. Ce duo correspond à mon caractère: dans des situations risquées, je préfère être avec les gens que seule. Avec mes camarades, on est une famille. Quand le physique a du mal, que je n’y arrive pas, il y a toujours quelqu’un pour me redonner de la force.

Jeanne, 16 ans

“AU SOL JE TRANSMETS DES CHOSES”

J’ai découvert le cirque à sept ans à Perpignan, dans une association qui proposait de l’initiation. J’ai essayé le trapèze, la corde, mais j’ai réalisé que c’était au sol que je transmettais plus de choses. Je trouve ça vrai, de toucher terre sur scène: je sais ce que je veux, ce que je dis et où je veux aller. Le but de l’acro dance, c’est de faire les acrobaties les plus fluides possible, et ça passe par la danse. La figure doit sembler naturelle, on cherche à donner au spectateur l’impression qu’on fait ça comme on sourit. En option Arts du cirque, on s’entraîne cinq heures par semaine. En plus des cours, je fais de la bascule, de l’acrobatie, des portés et de la danse. Ça fait des bonnes semaines! Mais après avoir transpiré pendant deux heures, je me sens bien. Et qu’importe que le spectateur ait souri, pleuré, qu’il soit en colère... Car même s’il n’a pas aimé, l’important, c’est qu’il reparte du spectacle avec un ressenti.

Capucine, 17 ans



“DANS LA ROUE, ON N'A PLUS LES MÊMES REPÈRES”

On a toujours la pression du regard des autres dans la société. Mais dans le cirque, on ne va pas me dire que c'est nul. Je me sens libre d'exprimer plus de choses. La roue mêle le sol et les airs, je me mets à l'intérieur et je réalise des figures. Au moment de faire un mouvement, je me concentre sur mon geste et sur la position des mains. J'essaye de me souvenir des différentes étapes, je fais le vide en fermant les yeux... et je lance la roue. À un moment, on ne peut plus stopper sa course. Quand mes pieds ne touchent plus le sol, je sens le poids de mon corps qui passe de mes jambes jusqu'au haut de mon corps. À l'intérieur de la roue, on n'a plus les mêmes repères spatiaux que sur terre. Je dois donc avoir assez de force et de gainage pour ne pas être emportée ou écrasée. Surtout que la roue est lourde et que ça peut être intimidant quand on débute. Alors pour ne plus avoir peur, je pratique encore et encore.

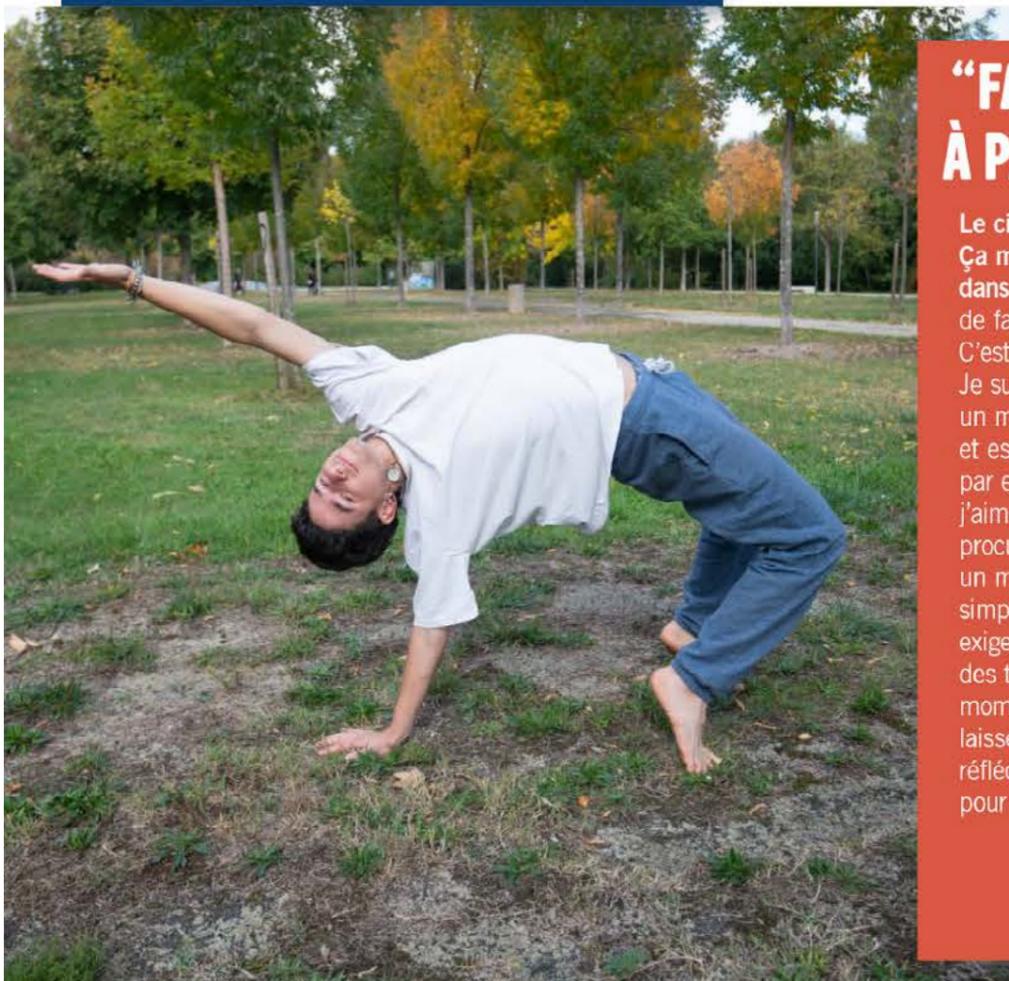
Ambre 16 ans



“FAIRE DE L'ART À PARTIR DU SPORT”

Le cirque, c'est toute ma vie. Ça me permet d'exprimer ce que j'ai dans la tête. Il y a aussi le plaisir de faire de l'art à partir d'un sport. C'est un croisement entre les deux. Je suis heureux quand j'arrive à faire un mouvement à la fois artistique et esthétique. Le macaque (photo), par exemple, c'est une figure que j'aime bien. Elle est belle à voir et ça procure du plaisir d'arriver à faire un mouvement plus poussé qu'une simple roulade. Mais bien le maîtriser exige de faire souvent des pompes, des tractions, du gainage... Au moment de créer un numéro, je laisse mon corps agir. Et ensuite, je réfléchis et j'organise les mouvements pour qu'ils racontent une histoire.

Adrien, 17 ans



“C'EST AGRÉABLE DE MAÎTRISER SON CORPS”

C'est agréable de maîtriser son corps, de découvrir ce qu'on est capable de faire. La corde, ça a l'air super dur comme ça. Au début, quand on commence, on a tendance à beaucoup regarder ses mains et ses pieds. Et à force de monter à la corde, on a mal aux mains. J'ai aussi des douleurs dans les avant-bras, puisque je dois soutenir le poids de mon corps. Mais on s'habitue et on a des techniques. Quand le poids de mon corps pèse et que j'ai du mal à tenir, je le transfère en prenant appui sur mes pieds. Avant de m'entraîner, je mets aussi plusieurs couches de vêtements pour que la corde ne râpe pas mes mollets. La clé, c'est d'avoir un bon mouvement et une position stable. À force de pratiquer, mon corps se muscle tout seul et j'ai moins de mal. Ce qui me plaît aussi, c'est qu'en cours, on travaille notre jeu d'acteur pour notre numéro. On peaufine le regard, le côté artistique. Doit-on fixer le public? Est-ce qu'on ajoute de la voix sur un enchaînement? Ça permet de mettre une intention derrière notre prestation.

Perline, 17 ans



SUR LE WEB

7 lycées en France (dont Le Garros à Auch et Pierre-Bayen à Châlons-en-Champagne) proposent du cirque, à choisir en option dès la 2^{de} et/ou à commencer en spécialité en 1^{re}. Avoir fait du cirque avant est valorisé, mais pas obligatoire. Retrouve des infos sur le site de La Fédération française des écoles de cirque: [ffec.asso.fr](http://fec.asso.fr)

Pour un diplôme post-bac d'artiste de cirque reconnu par l'État, tu as le choix entre l'Académie Fratellini à Saint-Denis (sur Instagram : @lacademie.fratellini), le Centre national des arts du cirque à Châlons-en-Champagne (@cnac_chalons) et le Lido (@#lidotoulouse), l'École nationale des arts du cirque (@enacr_ecoleducirquederosny).