



côté stage

# Francis danse contre la douleur

**Ce Lillois de 41 ans, atteint d'une maladie génétique rare, prend une revanche sur la vie en participant au stage, lui qui rêvait d'être danseur professionnel.**

**L**es yeux s'embuent, les mots sont fauchés dans leur élan. Quand on lui fait remarquer que sa participation à Darc est un sacré pied de nez à la vie, Francis lâche prise. Un petit moment d'abandon dans un entretien où le Lillois de 41 ans a toujours été en contrôle. « *Me maintenir en position assise ou debout est très dur pour moi. Je dois me concentrer pour y parvenir.* » Adolescent, Francis rêvait de devenir danseur professionnel mais il a vite su que ce n'était qu'utopie. « *Je sentais que je ne pouvais pas compter sur mon corps à 100 %.* » A 33 ans, le diagnostic est tombé : Francis souffre d'une maladie génétique, le syndrome Ehlers-Danlos, qui affecte la production de collagène et affaiblit les tissus. « *Je souffre de douleurs chroniques, de pertes d'équilibre.* »



Francis réalise un rêve en prenant place au milieu des autres stagiaires.

(Photo NR, Thierry Roulliaud)



## “ Parfois, je me demande ce que je fais là ”

Pendant sept ans, Francis a vécu l'enfer. « *J'ai pensé au fauteuil roulant mais me tenir assis m'était insupportable. Même prendre ma canne était compliqué. Je n'arrivais pas à dormir. J'étais sous thérapie médicamenteuse assez lourde. Elle me soulageait mais m'immobilisait.* » Il y a deux ans, il a dit stop. « *J'ai arrêté les médicaments et je me suis*

*mis au yoga et à la méditation de pleine conscience. Ça m'a sauvé la vie.* » Francis a repris possession de son corps et de son esprit, s'est mis au fitness. « *J'ai remplacé la morphine par l'endorphine (1).* »

Et il a croisé la route de Vinciane, s'est lié d'amitié avec cette danseuse professionnelle, habituée de Darc. « *Elle m'en a parlé et je me suis mis en tête d'y participer. L'an passé, c'était trop tôt.* » Francis s'est entraîné sans relâche. « *Quatre heures*

*par jour, pour prendre le rythme.* » Le maximum qu'il pouvait. « *Mon corps était en état de stress constant et, à la douleur, s'ajoute une charge émotionnelle que la danse me permet de libérer.* »

A Darc, Francis s'est inscrit aux cours de barre au sol, danse indienne, contemporaine et modern jazz. « *Parfois, je me demande ce que je fais là, j'ai mal partout. J'ai même hésité à abandonner une des disciplines.* » Mais il s'accroche, se repose

pour tenir. « *Être parmi ces danseurs, c'est un rêve.* » Hier, comme chaque jour depuis dimanche, Francis s'est mêlé aux autres stagiaires qui n'ont pas conscience de ce handicap invisible. « *Avant, la douleur était un mur. Aujourd'hui, elle n'est plus qu'un voile, parfois un caillou ou même un parpaing, mais je la gère.* » Et Francis peut danser.

**Bertrand Slézak**

1. Hormone dont la production est dopée par l'activité sportive.



**UNE AUTRE GESTUELLE.** Le stage Darc, c'est bien évidemment de la danse, mais aussi des disciplines qui sortent de l'ordinaire, comme ici l'apprentissage de la langue des signes.

(Photo NR, T.R.)



**REPOS.** Après une première semaine intense où chaque temps mort est mis à profit pour goûter un peu de repos, les stagiaires font aujourd'hui relâche, avec une journée à Bellebouche.

(Photo NR, T.R.)