

## Mes débuts dans la Capoeira à aujourd'hui :

J'enseignais le Français Langue Etrangère à deux élèves brésiliens, des séances d'initiation à la Capoeira leur ont été proposées et j'en ai profité pour en bénéficier aussi. C'était aussi un bon moyen pour moi d'apprendre une langue et de découvrir une culture.

Au deuxième ou troisième cours, j'ai participé à une Roda de Capoeira.

Le côté artistique (les chants et les instruments) m'a tout de suite attiré et la pratique d'une activité sportive pour moi était hyper importante pour mon bien-être physique et mental.

Ca fait déjà 11 ans que je pratique la Capoeira et elle m'apporte tellement de choses. Tout n'est pas toujours facile, comme dans la vie, il y a des hauts et des bas, des changements de rythme, c'est pour moi une éternelle quête et c'est ce qui me motive à continuer parce qu'on n'en a jamais fini d'apprendre! Je suis tellement heureuse d'avoir eu l'honneur de rencontrer les « grands » dans la Capoeira que je continue mon chemin pour apprendre toujours plus et m'amuser.

J'ai vraiment le sentiment que la Capoeira est toujours là, proche de moi, sans que je puisse la pratiquer physiquement, mais beaucoup de choses me rapprochent d'elle et me permettent de rester connectée : la musique, les chants, les vidéos, les livres, les jeux que je regarde ou les entraînements, les temps de parole échangés.

J'essaie de me laisser porter par tous ces sens mis en éveil, l'aspect physique n'est donc pas le seul intérêt ! et tout le reste est essentiel.

Prendre du recul ou bien faire une pause, pour des raisons x ou y, dans la pratique physique de la Capoeira permet sûrement de mieux se retrouver et de repartir sur de bonnes bases. C'est revenir aux origines et comprendre un peu mieux par où on est passé et de se dire que « tout seul, on n'est rien ! ». On aura toujours besoin les uns des autres pour progresser !..

« Il ne faut pas regarder le chemin à parcourir » (dixit Mestre Marcelo) : c'est vrai ! et c'est vital de savoir d'où l'on vient, d'observer et d'écouter le présent pour mieux appréhender le futur.

La capoeira représente pour moi tant de choses indicibles.

Elle m'accompagne simplement dans la vie.

C'est à la fois une recherche artistique et culturelle, un élan vital et une énergie partagée.

Tout reste à faire ! Rien n'est définitif !

Eaah ! Viva Capoeira !

Monitora Floriane Blandeau