

*C'est le brol dans sa tête !*

# LA VIE VÉRITABLE D'ADRIEN DEVYVER

Jean BAUWIN

« **J'**ai beaucoup souffert durant ma scolarité. On m'a toujours fait passer pour un élève indiscipliné, mal éduqué, un sale gosse, un "fouteur de merde". C'est vrai que, globalement, je pouvais donner cette impression, mais ça ne venait pas d'une intention négative, c'est juste mon cerveau qui bugait. » Adrien Devyver, un des animateurs préférés des Belges francophones, ne tourne pas autour du pot : vivre avec un TDA/H n'est pas une sinécure. Dans son livre paru en 2020, *On m'appelle la Tornado*, il raconte son quotidien, les anecdotes drôles ou les situations embarrassantes qui jalonnent chaque jour de sa vie, car ce trouble ne le lâche jamais. Dans son cerveau, c'est le chaos. Mais il écrit ce livre pour redonner de l'espoir à tous ceux qui sont atteints du même trouble que lui : « *J'ai aussi envie de démontrer à quel point ce qui me pourrait constamment la vie peut aussi devenir une force. Mon trouble m'a fermé pas mal de portes, mais il en a défoncé tellement plus !* »

Il y a dans l'écriture de ce livre une vraie dynamique. Des anecdotes, des moments gênants qu'il a vécus, des témoignages de proches, des interviews de spécialistes s'entremêlent et donnent un aspect speedé à la lecture. Adrien s'imaginait bien que

quelqu'un pourrait jouer ce texte sur scène. Aussi il n'a pas été trop surpris lorsque Nathalie Uffner, la directrice du Théâtre de la Toison d'Or, lui a proposé d'en faire l'adaptation pour le théâtre. Mais ce qu'il n'avait jamais imaginé, c'est que ce serait lui qui la jouerait. C'est un gros défi, d'autant que la mémorisation n'est pas le fort des TDA/H, mais comme il aime bien se mettre en danger, il a accepté. La pièce réserve quelques surprises par rapport au livre et est une sorte d'hybridation entre le one-man-show et le théâtre. « *En tout cas, ça va aller vite, dans tous les sens et on va passer par beaucoup d'émotions* », prévient-il.

## UN ARC-EN-CIEL D'ÉMOTIONS

Lorsqu'il décrit le trouble dont il est atteint, Adrien rappelle qu'il résulte entre autres d'une dérégulation de la dopamine et que le cerveau n'a pas toujours la possibilité d'analyser les différentes possibilités d'expression ou d'action. Autrement dit, le TDA/H est impulsif et ne mesure pas toujours ce qu'il convient de dire ou de faire. Avec ce spectacle, il ne veut pas raconter sa vie, mais sensibiliser les parents, les proches et les enseignants à ce que vivent les TDA/H et donner des pistes pour mieux les accompa-

gner. Il faut évidemment, comme pour tous les autres enfants, leur mettre des limites, mais le renforcement positif est encore plus important que pour les autres. Comme ils sont hypersensibles et se remettent constamment en question, ils vivent des chocs émotionnels souvent intenses. Le fait d'encourager et de récompenser les comportements souhaités est un outil très important. De plus en plus de jeux ou de livres aident aussi à identifier et comprendre les émotions qu'ils traversent.

La pièce puise parmi toutes ces émotions pour révéler ce qui se passe dans le cerveau d'un TDA/H. Les moments de rire alternent donc avec d'autres qui sont beaucoup plus émouvants. « *J'ai toujours besoin d'analyser les choses sous quinze ou vingt prismes différents. Je ressens toujours les émotions plus puissamment que les autres. Par exemple, je vais partir pour le boulot et je ne verrai plus mes enfants pendant trois jours. C'est très difficile à vivre pour moi. Je pleure beaucoup. J'ai du mal à gérer des choses qui, à 45 ans, devraient pouvoir être gérables et mesurées rationnellement. Je vis les émotions de manière hyperexcitée, qu'elles soient joyeuses ou tristes. De même, j'ai tendance à me mettre des gens à dos, parce que je n'ai aucune régulation de ma parole et de mes gestes.* »

Portées  
&  
Accroches

### L'AMOUR RETROUVÉ

Issue d'un milieu modeste, Hélène (Mélanie Thierry) a quitté les siens depuis longtemps pour s'installer à Paris. À quarante ans, un burn-out la pousse à rejoindre sa région natale pour y retrouver une certaine qualité de vie au cœur des Vosges. Elle recroise un amour de jeunesse, un bel hockeyeur (Bastien Bouillon), et une idylle pleine de maladresse et d'innocence va se nouer entre eux. Adapté du roman éponyme de Nicolas Mathieu, ce film plonge avec sensibilité dans les tourments de l'adolescence et le désir féminin.

Connemara, film d'Alex Lutz, en salles dès le 17/09.

### MASQUE INFERNAL

Avec fougue et talent, Thierry Debroux continue de revisiter l'œuvre d'Alexandre Dumas. Il s'attaque à présent au *Masque de fer*, comédie de cape et d'épée qui remet en selle les quatre mousquetaires. Avec ses comparses d'antan, d'Artagnan (Bernard Yvelès) se lance dans de nouvelles aventures autour d'un étrange prisonnier affublé d'un terrible masque de fer et dont l'identité risque bien de surprendre le spectateur. Action et émotion sont au rendez-vous.

Le Masque de fer 04/09 → 18/10 Théâtre royal du Parc, rue de la Loi 3, Bruxelles. ☎02.505.30.30 [theatreduparc.be](http://theatreduparc.be)



© TTO Théâtre

TDA/H.  
Faire de sa faiblesse une force.

**Le présentateur du Grand Cactus monte sur les planches du TTO avec *La Tornade*, un spectacle qui raconte avec humour et émotion sa vie trépidante, celle d'une personne atteinte d'un trouble de l'attention avec hyperactivité.**

## PARRAIN DES TDA/H

Il n'y a qu'une dizaine d'années qu'Adrien Devyver a été diagnostiqué TDA/H. Il avait depuis longtemps identifié sa problématique, mais il avait mis en place des mécanismes de compensation qui lui permettaient de gérer son quotidien. Il avait fait de son authenticité et de sa spontanéité une force et une marque de fabrique. Son énergie et sa créativité sont aussi des atouts précieux dans son métier.

Mais lorsqu'il a voulu prendre plus de responsabilités dans la communication et la sensibilisation à ce trouble en parrainant l'association TDA/H Belgique, il a trouvé qu'il serait plus légitime et crédible s'il en avait le diagnostic, ce que les tests ont confirmé.

Cette ASBL est encore mal connue du public et ce trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité a encore une image très négative. Elle effectue un travail d'information et de sensibilisation via des brochures à destination des parents et des instituteurs et, comme le précise son site internet ([www.tdah.be](http://www.tdah.be)), elle tente de les aider à réagir de manière adéquate afin que les conséquences puissent être gérées

de manière optimale. Les enjeux sont importants puisqu'il s'agit de rétablir l'égalité des chances entre tous les enfants et rompre l'isolement social dont ils peuvent être victimes.

En devenant le parrain, Adrien veut lui donner plus de visibilité et il organise aussi toute une série d'événements sportifs dont les bénéfices sont reversés à l'association.

## REPRENDRE CONFIANCE EN SOI

S'il a pu faire de sa différence une force, il espère que ce spectacle pourra aider d'autres personnes à reprendre confiance en elles. « *Il faut d'abord oser en parler. Moi, au début, je n'en parlais pas et je n'osais pas aller vers les gens que je ne connaissais pas, parce que je savais qu'après dix minutes, j'allais dire n'importe quoi. Désormais, je les préviens que je ne serai pas toujours très attentif, que je vais avoir tendance à beaucoup bouger pendant la réunion. Je le fais souvent avec de l'autodérision pour dédramatiser la situation. J'aime bien me moquer de mes comportements et de moi-même, parce que ça fait rire*

*tout le monde. La méditation de pleine conscience m'aide aussi beaucoup. Je sais qu'en la faisant, je vais revenir dans une situation plus vertueuse pendant les heures qui suivent. Une autre technique qui m'aide est le travail sur la cohérence cardiaque. C'est une technique de respiration assez facile à apprendre qui permet de réguler le rythme du cœur et envoyer des signaux positifs au cerveau pour que celui-ci dédramatise une situation de stress ou d'agression émotionnelle. Ce sont des solutions non médicamenteuses qui peuvent être hypervertueuses. »*

Durant les répétitions de la pièce, Adrien est passé par toutes les couleurs de l'arc-en-ciel. Il pouvait se réveiller très confiant en se disant que la pièce allait être un succès et dix minutes plus tard penser que ce serait un terrible échec. En revanche, chaque représentation lui apporte sa dose d'adrénaline, et ça lui fait beaucoup de bien, comme au spectateur d'ailleurs, qui en ressort ravi, grandi et plus sensible, qu'il soit ou non atteint de ce trouble. ■

*La Tornade*, de et avec Adrien Devyver, du 16/9 au 4/10 6 au TTO, 396-398 Galeries de la Toison d'Or à Ixelles. ☎ 02.510.05.10 🌐 [www.ttotheatre.com](http://www.ttotheatre.com)



## CHASSE À L'HOMME

Les tourmentés du titre, ce sont trois personnages cabossés par la vie qui vont se reconstruire autour d'une chasse à l'homme. Madame (Linh-Dan Pham), veuve d'une quarantaine d'années, demande à son homme à tout faire (Ramzy Bedia) de lui trouver un gibier : un volontaire pour être sa proie durant une traque d'un mois. Skender (Niels Schneider), un ancien

légionnaire, accepte le défi car il n'a plus rien à perdre et beaucoup d'argent à gagner. S'il survit, il pourra profiter de cette somme colossale et s'il meurt, cette fortune ira à sa femme et à ses enfants. La chasse ne commence que dans six mois et, entre temps, il peut se passer bien des choses. Lucas Belvaux adapte avec brio son premier roman paru début 2024.

*Les Tourmentés*, en salle dès le 24/09.

## EXPÉRIENCE À VIVRE

Ce spectacle époustoufflant porté par une chanteuse, deux violoncellistes et cinq artistes acrobates propose de retrouver un rapport au monde plus juste. Une expérience à vivre qui laisse le spectateur bouche bée.

*Reclaim* de Patrick Masset 09 → 20/09 Théâtre de Poche (Bruxelles), 23 → 26/09 Ferme de Martinrou (Fleurus), 30/09 et 01/10 CC de Dinant, 08 et 09/10, CC de Mouscron.