

Journal de Bord # 13 : Apprentis clowns

Un stage clown : du rire aux larmes

Les stagiaires clowns et moi, nous nous sommes donnés rendez-vous les 28 et 29 janvier, au foyer Carnegie. C'est le deuxième stage que la compagnie des Vagabondes organise à Tergnier.

Dès le premier exercice, « écrire ses peurs » les larmes ont coulé.

Ce groupe de 11 personnes -dont 10 femmes- a lâché très vite, la confiance fut immédiate et nous avons pu aller loin dans les émotions et sensations. Chacun.e a tenté de sortir de sa zone de confort.

Le deuxième jour, on a eu mal au ventre tellement les rires se sont libérés. L'objectif du stage était de découvrir des gens en chair, en os et en émotions.

Les rencontres se sont faites très vite et les masques sont tombés rapidement.

On a exploré les sensations, les émotions, le décalage que demande cette pratique et l'autodérision qu'elle nécessite!

Et tout ça pour tenter de rire de notre fragilité, de notre ridicule, sans jamais se prendre au sérieux !

Ces deux jours étaient intenses, très vivants, vrais, tendres et parfois légers !

Un grand merci pour ce désir vif de plonger en vous et avec les autres aux pays du jeu, de l'enfance et des sensations.



C'est vous qui le dites !

« MAGNIFIQUE ! »

Sandrine

« Deux jours hors du temps, pour aller au plus profond de soi même si j pouvais j'vivrais avec un nez rouge toute l 'année pas seulement un week-end ».

Marlène

« Ce stage a été riche en émotions, de belles rencontres, passer du rire aux larmes, sortir de ma zone de confort. Je ne savais pas que je pouvais «faire rire « et y prendre du plaisir.

Comme hors du temps, j'ai vécu une super méga expérience et j'ai grandi hi hi. »

Phanie

« Ressenti-is du stage de 2 jours de fin janvier 23 à Tergnier... comment dire ?! Se redécouvrir, se découvrir au premier sens du terme. Redevenir soi pour jouer et être. Être soi. Toi et moi. Moi et toi. Face à face. Être vérité. Juste envie de continuer la quête... »

Fred