

Redécouvrir son clown intérieur avec Philippe Rousseau



VANOSC

Philippe Rousseau a animé à la Maison Saint-Joseph un stage qui a quelque chose de remarquable en cela qu'il a pour but de répandre au quotidien toujours plus d'humanité. Et pour cela, l'animateur souhaite préciser: « Ces sessions s'adressent aux adultes, car selon moi ce sont les malades qui ont besoin d'un médecin. Nous nous plantons complètement sur tout. Nous sommes des meurtriers en puissance de bonne foi. Devenir clown, devenir humain, le titre de la session rappelle l'importance de libérer en nous, en vous, ce qui a pour but de libérer notre humanité. Par exemple, jamais un chat n'a voulu plus de 'félinité' qu'il en a, un bœuf plus de 'bovinité' et une montagne plus de minéralité alors que l'être humain a ce choix. Il peut choisir l'humanité ou l'inhumain. Il faut travailler sa liberté pour devenir humain. Idem pour d'autres dimensions fondamentales de l'existence comme la confiance et la relation à l'autre ». En session, les participants jouent à construire

Nelly, Catherine et Régine ont participé au stage de clown organisé à la Maison Saint-Joseph. Photo: Noémie Pain

des personnages hermétiques aux autres, méfiants et fermés sur eux-mêmes. Ces jeux font beaucoup rire car ils montrent « l'absurdité de ces comportements que nous avons au quotidien », poursuit Philippe Rousseau. Finalement nous prenons conscience de tous ces problèmes en rigolant beaucoup. Aujourd'hui, le mot qui se dégage est libération. « C'est quelque chose qui me libère au quotidien de mes peurs, d'enfermement. Faire du clown, c'est dire oui. On se libère d'avoir à être mieux que ce qu'on est. Le clown nous dit: ne change pas je t'aime comme tu es ». D'ailleurs, la phrase qui accompagne Philippe Rousseau au quotidien est: « Tu as du prix à mes yeux et je t'aime. »

Contacts et infos: www.lacroixvosgienne.jimdofree.com.