

Céline NEDELEC

interview journaliste Frédéric Coudreau

« J'ai fait des études de sociologie. Je suis assistante sociale de formation, j'exerce toujours ce métier. Avant cela, j'ai un parcours dans l'animation auprès d'enfants et personnes handicapées.

J'ai deux clowns : "Berthe" au féminin, "Norbert" au masculin. Norbert est le plus ancien, c'est un clown de scène. Je l'avais un peu mis dans les cartons...c'est un clown craintif, enfermé dans une boîte. Berthe c'est l'autre facette, elle est spontanément joyeuse. Elle accueille tout ce qui lui arrive, c'est cela son ouverture. Ces deux facettes se mélangent pour donner "Norberthe", ce sont les deux faces d'une même entité. Berthe est née à Clownessence, l'été 2017. Norbert est né en 2013.

La Formation des Clownessenciels m'a apporté beaucoup de confiance en moi. Un des aspects les plus important de l'accompagnement est la valorisation des personnes. Pour moi, c'était phénoménal : cela augmentait les capacités de chacun à créer. J'ai aussi découvert "la partie du vivant", cette pulsion de vie que nous avons tous au fond de nous. Pour moi ce sont les traits de spiritualité que dessine le clown. Il en découle l'émerveillement, et être dans l'amour au sens large : l'amour de soi, l'amour des autres, l'amour du monde.

La Clown Danse de Libération est thérapeutique dans le sens où il s'agit de la transformation d'une énergie. Elle me permet de créer un sentiment d'allègement ! Elle me permet de transformer ce qui est délicat (dans le sens être en délicatesse) en une matière plus joyeuse. La Clown Danse de Libération aide concrètement à lâcher prise.

La Clown Danse de Pacification m'a sonné et cela fut formidable, au niveau de la relation à l'autre et à soi-même. Elle permet d'être au ralenti, de pouvoir se "mettre sur pause", cela procure un bien immense. Elle nous fait vivre une onde qui se propage lentement, qui apaise. Dans notre société où tout va toujours très vite, je trouve cela génial, tellement positif et beau. Lorsque je la fais pratiquer, les personnes du groupe en sont transportées.

La Clown Récit'Action est l'aboutissement de ce cycle. Une fois que l'on a posé ses émois sur le papier, nous pouvons le clownner aux autres. Cela termine une boucle. Ma clowne m'a apporté la liberté d'être dans le temps présent. Je suis quelqu'un qui anticipe sans arrêt, c'était une source de souffrance parfois. Ne jamais savoir profiter de l'instant et être dans une autre temporalité complique tout. Je me sens transformée réellement, ce qui me permet d'être dans la simplicité, de profiter de

la vie. Cela me permet de faire sortir ce petit grain de folie qui est en moi depuis toujours mais que j'avais étouffé. C'est cette graine que je cultive. Maintenant je regarde plus ce qui est beau autour de moi, je me pose et contemple. Être dans le présent, c'est cela à mes yeux, voir le merveilleux et le reconnaître : aller chercher dans ce qui est petit l'infiniment grand. Avant je cherchais à changer le monde tout en ignorant ma personne. Maintenant je cherche à être en mouvement, pour pouvoir rayonner sur le monde. C'est un élan qui part maintenant de moi pour essaimer vers les autres.

Je savais que je n'étais plus à l'aise d'exercer mon métier tant il a changé. Mais je n'étais pas, au début, dans l'idée d'une reconversion. C'est venu grâce à ce que j'ai vécu pendant la Formation des Clownessenciels. Ce qu'on m'a donné et que j'ai reçu m'a conduit à cette valorisation de moi. De me sentir accompagnée, m'a permis de passer à l'action.

J'ai découvert de moi que j'avais l'envie désormais de m'orienter dans cette voie. Que j'étais motivé en profondeur. Clownessence qui m'a encouragé, ouvert la voie : vers l'essentiel. Cela m'a donné la force de concrétiser ce que je veux faire de ma vie. Je me suis rendu compte que j'aimais accompagner la naissance d'autres clowns. Voir naître le clown éveilleur chez quelqu'un d'autre, cette pulsion de vie relève du merveilleux. J'aime vraiment voir un clown venir au monde.

J'ai découvert comment ne plus penser que nous ne sommes pas nos conditionnements, nos Figures Cachées. Je peux atténuer la force de mes souffrances en apprenant à m'en désidentifier. Mes faiblesses sont toujours présentes mais je peux agir dessus. J'en deviens l'actrice. C'est un chemin pour s'aimer soi. En revenant de cette formation, je me suis métamorphosée, mon discours avait changé : j'ai déterré et mis au jour ma part de créativité. »