

"De l'intime au politique ", premiers ressentis après la formation théorique et pratique 2021 pour porteur.s.es de projets artistiques et culturels.

Les 21 et 22 janvier, nous étions douze participant·es, dont huit apaches, derrière notre écran pour deux demi-journées, avec [Anne van Hyfte Morel](#), comédienne, metteuse en scène, autrice, directrice artistique d'une compagnie et accompagnatrice de projets et d'artistes.

La proposition de départ était de suivre un atelier sur 2 jours de visu, bien sûr, afin **d'expérimenter des outils pour pouvoir vivre avec encore plus d'harmonie et de détente, sa vie d'artiste (ou autre)**. Mais au vu de la situation sanitaire, Anne nous a proposé une première rencontre par zoom. Plusieurs d'entre nous, connaissaient le travail d'Anne, pour avoir participé aux autres sessions en 2018 et/ ou 2019 et ont donc accepté ce compromis. Pour les nouvelles et les nouveaux, certain·es hésitaient, comme premier contact, de se retrouver, juste derrière un écran.

Il est important de signaler que, pour la première fois, quatre hommes étaient présents à cette session. Ce qui confirme que ces moments de réflexion collective, proposés par la commission égalité, nous concerne toutes et tous.

Et comme d'habitude, ces deux matinées furent, intenses, riches en partages et émotions d'où l'on repart avec des outils pour nous aider à "l'empuissancement de nos projets", en essayant de faire la part des choses entre nous-mêmes (notre valeur, notre raison d'être au monde et dans le monde) et nos réalisations artistiques (reflet de nos désirs, nos imaginaires...).

Anne nous invite à dire, écrire, échanger, avec des outils à l'appui, autour de :

- ce que je veux être ou recevoir en 2021 ?
- la relation de soi à soi, soi et les autres, soi et le monde(les trois cercles)
- comment je porte et je vis mon projet (la pyramide)
- comment, par la métaphore, l'emphase ou tout autre forme, je fais une "louange" à mon projet (faire un kasala)
- en quoi la période que l'on traverse peut-être providentielle pour nous ?

Un exercice surprenant : Anne nous suggère qu'à travers l'écran, durant quelques minutes, "nous offrons notre présence à quelqu'un·e de volontaire". Nos regards se portent donc, en même temps, sur la volontaire qui nous fait part, ensuite, de son ressenti : "c'est très agréable, de savoir que l'on est là pour moi, ça fait chaud au coeur et du soutien."

Du côté d'Anne, "dont les apports sont pertinents" comme dit l'une de nous, moult phrases permettent de réfléchir, de nous ressourcer, d'avancer. En voici, quelques-unes, parmi tant d'autres :

"Ouvrons nos capteurs sur la joie."

"En tant qu'artiste, c'est bien aussi de faire un pas de côté et de retourner vers soi"

"Soyez l'artiste que l'on vient chercher, penser déjà que ce que vous avez à l'intérieur est précieux."

Quant aux ressentis des participant·es, les mots choisis reflètent bien le contenu de la formation : "bienveillance, écoute, sincérité des échanges, renforcer la confiance, ouvrir la liste des possibles, incarner ce que l'on veut être, faire éclore son potentiel ..."

Nous avons hâte de nous retrouver "en vrai", au printemps, pour faire éclore nos envies, nos projets, lors de la deuxième journée prévue.

Association Professionnelle des Artistes Conteurs et Conteuses, commission Egalité