

Le bonheur des uns

Texte et mise en scène : Côme de Bellescize

Dossier pédagogique

Version du 16/06/2020



LE BONHEUR DES UNS

Le Bonheur des uns est un spectacle qui peut être aisément utilisé comme support pédagogique pour des lycéens.

Voici quelques axes de réflexion qui pourront être utilisés en complément du dossier artistique ainsi que des propositions d'ateliers et de rencontres pour préparer la représentation avec les artistes.

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

Distribution

Texte et mise en scène – **Côme de Bellescize**

LUI - **David Hour**
ELLE – **Coralie Russier**
LA VOISINE - **Eléonore Joncquez**
LE VOISIN - **Vincent Joncquez**

Scénographie – **Camille Duchemin**
Lumière – **Thomas Costerg**
Son – **Lucas Lelièvre**
Costumes – **Colombe Lauriot-Prévost**
Régie générale – **Manu Vidal**

Durée estimée à 1h20

A partir de 14 ans

Tournée prévisionnelle

09/03/21 **CREATION : Le Carroi - La Flèche (72)** -
Création initialement prévue en public, ayant finalement donné lieu à une représentation professionnelle.

17/06/21 **Scènes de Pays, Mauges communauté (49)**

7 au 31 juillet 21 **Théâtre des Béliers – Festival Avignon Off**

09/11/21 **la 3^e saison culturelle de l'Ernée (53)**

10/12/21 **Théâtre de Maisons-Laffitte (78)**

Automne 22 **Le Carroi - La Flèche (72)**

Automne 22 **Les Passerelles – Pontault-Combault (77)**

Automne 22 **La Coupole – St Louis (68)**

Automne 22 **Théâtre Jacques Carat - Cachan (94)**

Automne 22 **L'Entracte - Sablé sur Sarthe (72)**

Automne 22 **Le Reflet - St Berthevin (53)**

Automne 22 **Théâtre de Chatillon (92)**

Automne 22 **Théâtre Roger Barat – Herblay (95)**

Résidences de création

22 au 26 juin 2020 Théâtre 13 – Paris (75)

18 au 25 octobre 2020 Scènes de Pays - Mauges communauté (49)

13 au 19 février 2021 la 3^e saison culturelle de l'Ernée (53)

22 au 27 février 2021 Théâtre du Voyageur - Asnières sur Seine (92)

01 au 9 mars 2021 Le Carroi – La flèche (72)

Mentions de production

Production Théâtre du Fracas

Coproductions Le Carroi - La Flèche, La Coupole - Saint-Louis, L'Entracte - Scène conventionnée Art en Territoire - Sablé sur Sarthe, La 3^e saison culturelle de l'Ernée, Scènes de Pays - Mauges communauté.

Avec le soutien dans le cadre de résidences de création du Carroi – La Flèche, de la 3^e saison culturelle de l'Ernée, du Théâtre 13 et de Scènes de Pays - Mauges communauté.

Le Texte a été accompagné par le collectif A Mots Découverts, il est publié aux éditions des Cygnes.

La Compagnie Théâtre du Fracas est soutenue par la Région des Pays de la Loire, le Département de la Sarthe et la Ville du Mans.

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

Table des matières

P4 _	Axes thématiques / Pratiques artistiques
P6 _	Résumé de la pièce
P7 _	Intentions générales
P9 _	Intentions de mise en scène
P11 _	Extraits de texte
P13 _	A propos du travail de Côme de Bellescize – Extraits de Presse
P14 _	Le Théâtre du Fracas
P15 _	Historique de la compagnie
P16 _	Biographies
P20 _	Contacts
P21 _	Annexes

Axes Thématiques : (cf extraits en annexe)

Axe littérature et philosophie

- Le huis clos, enjeux dramaturgiques.
- Le bonheur, un concept central dans l'histoire de la philosophie.

Le théâtre miroir de la société contemporaine

- Qu'est-ce que le développement personnel et la psychologie positive ?
- Le concept de résilience.
- Réflexion sur les paradoxes du bonheur à partir d'extraits de « Happycratie » de Eva Illouz

Pratiques artistiques

Rencontres et ateliers en direction des 15-18 ans

1. **Atelier sensibilisation, préparation au spectacle.** (Durée 1h avec classe ou ½ classe.)

Lecture d'extraits, dialogue avec Côme de Bellescize sur les enjeux du spectacle : genèse de l'écriture, spécificité du texte, enjeu du travail de mise en scène avec les acteurs. Evocation des enjeux philosophiques du bonheur.

2. **Atelier découverte de l'écriture de dialogue.** (Durée 2h avec classe ou ½ classe)

Outils : exercices ludiques d'écriture, avec contraintes.

- En binôme : penser chacun à un personnage, décrire ses caractéristiques objectives, sans dire à son partenaire ce que l'on a écrit / choisir un lieu (bar, chambre...) écrire la rencontre/confrontation des deux personnages dans un dialogue de 14 répliques où chacun écrit alternativement.
- Percer un abcès : en binôme aussi, imaginer un couple constitué, qui se déchire et doit tout se dire sans filtre. Réécrire la même situation en en disant cette fois-ci le moins possible. (mêmes règles : 14 répliques où chacun écrit alternativement)

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

Chaque saynète est présentée en lecture jouée devant le reste de la classe, suivie d'un dialogue avec les autres participants. Au fur et à mesure des échanges, Côme de Bellescize oriente leur regard sur la théâtralité du dialogue.

3. **Atelier pratique de mise en scène** (uniquement lycée. Durée 2h minimum, idéal ½ classe)

A partir d'un extrait de la pièce, les élèves se répartissent par groupe de 4. Ils doivent penser une scénographie et se mettre en scène dans l'extrait choisi (texte en main.) Côme de Bellescize propose différentes contraintes de mise en scène qu'ils doivent explorer en petits groupes. Ensuite, ils choisissent les options de mise en scène qui leur paraissent les plus appropriées et présentent leur extrait à la classe. Il s'ensuit un dialogue avec la classe animé par Côme de Bellescize.

Exemple de contraintes de mise en scène

Choisir une scénographie (en utilisant tables et chaises à disposition ou en ayant recours au mime) : espace confiné / Espace immense / Espace naturaliste / Espace abstrait

Choisir un mode de jeu : jeu naturaliste (façon cinéma) ou jeu codé (initiation aux codes de jeu masqué)

Contraintes de rythme : Jeu très lent pour laisser apparaître le temps entre les répliques ou Jeu très rapide nerveux.

Résumé de la pièce

Pourquoi ce couple ne parvient-il pas à se sentir heureux ? Ils ont tout pour, mais ça ne veut pas !

En pleine tempête existentielle, ils partent en quête de ce bonheur tant convoité, et rendent visite à des voisins aussi heureux qu'énervants. La comédie légère fait alors place à une farce corrosive, où lorsque le bonheur des uns fait le malheur des autres, la relaxation, la bienveillance et la résilience ne suffisent plus à masquer les traumatismes anciens ni à dompter les monstres intérieurs...



Intentions d'écriture

Intentions générales d'écriture

Le bonheur des uns est le deuxième volet d'un diptyque sur les nouvelles injonctions sociales. Après *Soyez vous-même*, farce sur l'authenticité dans la vie professionnelle, j'observe dans cette comédie comment l'exigence de bonheur, cette nouvelle norme de réussite sociale, vient nous faire dérailler intimement et collectivement.

Le diptyque est à la fois thématique et esthétique. Dans *le bonheur des uns*, j'ai poursuivi et développé les mécanismes d'écriture qui faisaient la singularité de *Soyez vous-même* : écrit pour quatre acteurs, *Le bonheur des uns* est une comédie dévastatrice. Elle est écrite sur un rythme nerveux, sans répit, et fait la part belle aux acteurs qui auront la charge de le porter. C'est un travail sur une langue qui devient folle et qui va emporter ces deux couples dans des extrémités loufoques et dangereuses.

Genèse du projet

J'ai commencé ce travail d'écriture au printemps 2018 et quelques mois plus tard, un certain nombre d'essais sur ce sujet sont sortis et ont fait grand bruit. Parmi ces livres, *Happycratie* de Eva Illouz, sociologue Franco Israélienne m'a le plus marqué. Elle y décrit comment la psychologie positive s'est imposée dans les années 90 avec un nouveau présumé : la psychologie, qui jusqu'alors ne s'intéressait qu'aux névroses et aux maladies psychiques, devra désormais s'intéresser aux personnes bien portantes pour maximiser leur potentiel.

La psychologie positive est très vite devenue la discipline universitaire la plus financée aux Etats-Unis. En effet, explique Eva Illouz, le monde de l'entreprise s'en est emparé avec un objectif parfaitement utilitariste : se donner des outils concrets pour augmenter, maîtriser, évaluer le bonheur des individus : développer leurs potentiels et leur rentabilité, rationaliser les ressources humaines grâce à cette grille d'analyse, et trier les individus selon leur conformité.

Selon la psychologie positive et son créateur Martin Seligman, le bonheur est déconnecté des circonstances de la vie : il est 50% d'origine génétique, 40% l'expression d'une volonté personnelle, et seulement 10% sont dus aux circonstances (richesse, stabilité familiale, professionnelle etc.). Ce n'est pas le succès qui apporte le bonheur, ni l'échec qui nous en éloigne, mais le bonheur qui est à la source des succès et son absence qui cause les échecs. Nous serions donc les uniques responsables de nos bonheurs et de nos malheurs. Pour les victimes de traumatismes (accidents, agressions, deuils etc.) le concept de résilience vient accentuer cette idée d'une responsabilité individuelle : si vous n'êtes pas heureux à la suite

d'un traumatisme, ce n'est pas que vous en avez été victime mais que vous n'êtes pas résilient, et c'est donc de votre faute.

Dans *Happycratie*, Eva Illouz concentre son propos sur les dangers de cette idéologie lorsqu'elle sert à évaluer les politiques publiques. En effet, elle montre qu'on arrive à des paradoxes tels qu'un pays comme Israël, qui vit en guerre depuis des décennies, avec un taux d'inégalité très élevé, jouit de l'indice de bonheur parmi les plus forts au monde. Le bonheur ressenti par une population est donc déconnecté de la capacité de ses responsables politiques à résoudre les problèmes sociaux. En utilisant cette échelle pour évaluer les politiques publiques, on arrive à la conclusion paradoxale qu'il est contreproductif de travailler à la prospérité et à la sécurité de ses administrés.

Si les questions de politiques publiques et de management qui font l'objet du travail d'Eva Illouz m'ont passionnées, je ne m'y suis pas penché spécifiquement dans ce texte. Il m'a paru plus pertinent et plus théâtral d'interroger comment cette exigence de bonheur venait nous faire dérailler intimement, modifiait notre rapport au réel en imposant un cadre mental et des normes sociales problématiques, voire dangereuses.

Dans *le bonheur des uns*, j'ai essayé de rendre sensible cette vision matérialiste et utilitariste de l'humanité qui nous rend imperméables à la souffrance, indifférents, qui nous isole et participe d'un cynisme et d'un égocentrisme collectif.

Alors que ce bonheur s'est imposé comme un impératif catégorique à une société avec comme seul repère la performance et la rentabilité, qui il m'a paru que la seule voie à proposer était d'une part l'humour, un humour corrosif et jubilatoire et d'autre part, une échappée vers une poésie perméable au monde et à sa complexité, qui épouse sa violence et sa fragilité, sa laideur comme sa beauté, une poésie qui, célébrant des vertus naïves, des fragilités assumées, crée une poche de résistance face au règne de la performance.

Intentions de mise en scène

Direction d'acteur

Je voudrais qu'on puisse entrer en empathie avec mes personnages tout en ressentant l'absurdité et la dangerosité de leur démarche. Qui pourrait trouver illégitime de vouloir être heureux ? Et pourtant, cette quête les rend effrayants. Dans *le bonheur des uns*, je veux jouer avec la gêne qui naît de ces sentiments ambivalents ; m'appuyer sur l'humour et la comédie pour que le rire nous aide à garder les yeux ouverts. *Le bonheur des uns* est une comédie féroce : il faudra la placer sur une ligne de crête avec d'un côté la vérité, l'humanité, la fragilité de ces personnages qui doit créer de l'empathie, et de l'autre leur bouffonnerie dont l'absurdité suscite un rire libérateur.

L'essentiel de mon travail de mise en scène se base sur la direction d'acteur : la rythmique de la parole, la précision gestuelle et la capacité des comédiens à incarner leurs personnages dans toutes leurs dimensions. L'enjeu de cette direction d'acteur consistera à tenir l'équilibre entre légèreté comique et monstruosité des personnages. La tension dramatique, la capacité à rendre crédibles les enjeux de ces quatre figures peut permettre des basculements vers l'outrance, des ruptures de rythme ou des décalages.

Mise en scène et espace

Comme le répètent les personnages, « *le bonheur est à trouver en soi-même* » et pour cela, il faut « *se rendre imperméable aux malheurs du monde* ». Pour rendre perceptible cet emprisonnement mental, l'espace de la scène sera structuré par des frontières invisibles avec l'appartement au centre, encadré par la terrasse. Je veux placer mes personnages dans un dispositif qui crée du vide autour d'eux afin de donner la sensation qu'ils vivent hors sol et qu'ils sont prisonniers d'eux même. S'il n'y a pas limite visible, ce sera pourtant un espace clos, sans entrée ni sortie, sans porte, sans passage, où les personnages sont soit présents soit absents, et où ils apparaissent et disparaissent... Par-là, je veux suggérer que le monde de ces personnages se résume à cet appartement : pour eux, le réel n'existe pas en dehors de ce lieu à l'apparence de bonheur et de sérénité parfaite.

S'enfermer dans cet appartement, c'est se rendre insensible à la violence du monde comme à sa beauté, à son absurdité. La pièce se termine, les voisins décident de quitter l'appartement pour se confronter à leur fragilité et à leur chaos intérieur, lorsque les personnages LUI et ELLE sont condamnés à déplacer infiniment leur meubles pour chercher un équilibre qu'ils ne trouveront jamais. Ce sont des Sisyphe modernes, et nous quittons la représentation en nous demandant si, comme Albert Camus, on peut « les imaginer heureux. »

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

Un moment clé de la pièce a lieu lors de la seule incursion des personnages en dehors de cette pièce close : sur la terrasse, lorsqu'ils jettent des raisins imbibés de rhum aux oiseaux pour les enivrer et que ceux-ci percutent la baie vitrée. Si l'intérieur de l'appartement est un espace mental où l'on cherche à se maîtriser et à construire son bonheur, à l'extérieur leurs monstres intimes se révèlent et l'affirmation de leur droit au bonheur s'exprime dans la jouissance de la destruction (Ils y jouent à enivrer des oiseaux qui, désorientés, vont se cogner aux vitres). Par opposition à l'atmosphère à la sérénité rationalisée de l'appartement, je voudrais que cette terrasse soit un lieu où surgissent les pulsions déraisonnables de l'enfance, qu'il y règne une atmosphère de fin du monde où les oiseaux ivres s'assomment et pleuvent comme l'une des sept plaies d'Égypte.

Cette scène se jouera dans les vides laissés autour de l'espace intérieur. Sur cette terrasse abstraite, il faudra trouver les solutions théâtrales pour suggérer des oiseaux volants et tombants morts, intégrer de la machinerie pour un effet de tempête, s'accompagner de sons tonitruants et de lumières tranchées, aveuglantes pour donner corps au fracas qui emporte les masques de ces personnages et révèle leur humanité complexe, à la fois féroce et fragile.

Extraits du texte

- LUI.** (...) Une fois que tu te poses la question en vérité...C'est comme regarder dans le placard de Barbe bleue, sauf que ce placard est vide : tu cherches le bonheur et tu découvres...
- ELLE.** Des femmes mutilées ?
- LUI.** Rien du tout. (*Pause. Il regarde le frigidaire.*) Ma vie est un frigidaire vide.
- ELLE.** Un frigidaire ?
- LUI.** Pas vide, (*Il va au frigidaire et l'ouvre.*) mais rempli seulement de yaourts périmés et de beurre ranci. Tu meurs de faim, tu ouvres ton frigidaire : et il n'y a que ça. Rien qui donne envie ou qui donne de l'appétit.

- LUI.** Qu'est-ce que ça veut dire prendre le temps de vivre ?
- LA VOISINE.** Prendre le temps de ne rien faire.
- LE VOISIN.** Prendre le temps d'exister. (...)
- ELLE.** J'adorerais ne rien faire.
- LUI.** Qu'est-ce que ça peut bien t'apporter de ne rien faire ?
- LE VOISIN.** Il n'y a rien de plus utile que de ne rien faire.
- LUI.** Utile à quoi ?
- LE VOISIN.** Ecouter, regarder, flâner s'émerveiller... imposer le calme à l'extérieur pour trouver le calme à l'intérieur. (...)
- ELLE.** Ce n'est pas ne rien faire.
- LE VOISIN.** Peut-être, peut-être... Vous avez raison, prendre le temps de se mettre à l'écoute, c'est plus juste.
- LUI.** A l'écoute de quoi ?
- LA VOISINE.** De soi-même.
- LUI.** Et qu'est-ce que vous avez à dire qui mérite d'être écouté ?
- LA VOISINE.** (*Souriant.*) Rien. Absolument rien.

- LUI.** (*Calme, froid.*) Ça n'a rien changé. Les murs ne se sont pas effondrés, le ciel ne s'est pas déchiré. (*Pause.*) Le désespoir, ça ne modifie rien. (*Pause.*) Votre grain de raisin, est-ce qu'il a changé de texture, est-ce qu'il roule différemment sous vos doigts ? Regardez par la fenêtre. Le soleil brille sans s'arrêter. Il est presque plus beau. On finirait par croire à un signe. Comme s'il se moquait de nous : « Vous êtes désespérés ? Tenez, je vais percer les nuages d'un immense rayon de soleil qui vous aveuglera de sa beauté. »
- ELLE.** Tu parles de Dieu ?

LUI. De l'idée de Dieu.
ELLE. Tu penses que l'idée de Dieu a de l'humour ?
LUI. (*Regardant au loin.*) Elle est fondamentalement drôle et méchante. Elle nous impose le supplice de la baignoire : un coup la tête dans l'eau, un coup le réconfort de l'air qui vient remplir nos poumons...

LE VOISIN. (*Il se bouche les oreilles. Fort.*) Si on se bouche les oreilles, on entend le battement de son cœur, on n'entend plus l'extérieur. Vous verrez on se sent mieux. Ecouter son propre cœur battre à l'intérieur de soi. La recette du bonheur, c'est de se rendre étanche aux malheurs du monde pour explorer son intériorité.

Elle et Lui se bouchent les oreilles aussi. Pause.

LUI. (*Fort.*) C'est incroyable d'entendre à quel point nous sommes bruyants à l'intérieur. Ça vibronne. On se croirait dans un essaim d'abeille !

ELLE. (*Fort.*) C'est vrai que c'est efficace, mais on continue de percevoir les coups qui viennent du dehors !

LE VOISIN. (*Fort.*) Il faut parler plus fort ! Répétez que vous êtes heureux ! Répétez-le !

ELLE. (*Fort.*) Je suis heureuse !

LUI. (*Fort.*) Je suis heureux !

LE VOISIN. (*Fort.*) Nous sommes heureux ! Nous sommes résilients !

Tous, sauf la voisine, répètent en criant : « Nous sommes heureux ! Nous sommes résilients ! ». A force de répéter, ils se mettent à rire. C'est comme une ivresse, ils dansent.

LUI. (*Fort.*) Ça marche aussi ! Ça marche aussi ! Je suis heureux et il me revient l'envie de danser sans raison ! Je suis heureux ! Je suis résilient !

LA VOISINE. (...) J'ai vu des hommes et des femmes s'aimer, leurs corps se consumer, leurs âmes chanter, et j'ai vu le plaisir épouser la douleur. Au loin, une voile prenait la fuite, mais le vent courait plus vite. J'ai ri lorsqu'un clown a cassé son violon. J'ai pleuré avec une pierre qui me racontait sa solitude. J'ai perdu le sens et ramassé une pièce. Je l'ai jeté dans une fontaine lorsqu'un ange m'a serrée dans ses bras. (...) Je me suis perdue, j'ai erré, et partout, où que j'aille, j'espérais te trouver. Je me suis perdue et tu n'étais pas avec moi. Je serrais le poing pour y sentir ta main, et dans mon esprit, ta main jamais ne me quittait. Je te savais avec moi, et je ne pouvais pas me résoudre à ce que ce poing soit vide. Ton souffle me manquait. Des hommes m'ont aimée mais aucun ne parvenait à m'émouvoir : leur regard était vide, leur âme était creuse, et la mienne s'y abîmait.

A propos du travail de Côme de Bellescize

- Extraits de presse -

Côme de Bellescize est un classique. Un moraliste Grand Siècle -qui ne donne aucune leçon- mais dont la lucidité, teintée d'un pessimisme certain, agit au théâtre d'une manière fascinante. Il est à part. Il n'appartient à aucune école. Il est aussi original que libre...

Armelle Héliot - blog Le Journal d'Armelle Héliot

Côme de Bellescize poursuit sa veine théâtrale (...) il confirme le rôle du théâtre qui « n'est pas de rassurer en simplifiant les situations » mais bien, selon lui, de « créer les conditions d'une "bonne distance" où la réflexion le dispute au jeu, l'âpreté du drame à la poésie, le sérieux au grotesque et à l'invraisemblable. »

Philosophie magazine, Cédric Enjalbert

Côme de Bellescize a l'art de poser les bonnes questions, et de nous laisser choisir nos réponses...

Les 5 pièces, Anaïs Viand

Côme de Bellescize a l'art de mêler le sérieux du propos et le burlesque déjanté.

Marianne, Jack Dion

LE THEATRE DU FRACAS

Le Théâtre du Fracas est une compagnie fondée en 2004 par Côme de Bellescize (Auteur et Metteur en scène) et Vincent Joncquez (Comédien, Collaborateur artistique, Administrateur).

Depuis 2004, au gré des rencontres et des opportunités, en alternant créations et résidences, la compagnie Théâtre du Fracas s'est structurée autour des projets artistiques portés par Côme de Bellescize.

Avec sa double casquette d'auteur et de metteur en scène, sa manière d'aborder les sujets de société les plus complexes, Côme de Bellescize donne une ligne artistique singulière à la compagnie : à partir d'une articulation de questions intimes, d'enracinement littéraire et de questions contemporaines, il construit une œuvre de théâtre qui se veut généreuse, où l'intime et le singulier rejoignent l'universel, riche de sens et de questions, avec toujours l'exigence de s'adresser à un spectateur émancipé. Dans les spectacles du Théâtre du Fracas, Côme mêle l'humour grinçant, et la farce, à la tragédie et à l'émotion brute. Tout en s'attaquant à des grandes questions, il cherche à éviter l'esprit de sérieux : le questionnement paraît d'autant plus fin, plus dynamique et plus profond qu'il est ludique, joyeux, généreux.

Depuis 2017, la compagnie est installée au Mans, dans la Sarthe, où elle poursuit son travail de création.

Cet engagement auprès du territoire consolide et développe le travail engagé depuis plusieurs années, et se traduit d'un côté par de nombreuses actions artistiques : stages au CNR, atelier d'écriture en collaboration avec le TRAC 72, accompagnement des classes de Première et de Terminale option théâtre du Lycée Bellevue, et de l'autre par une présence artistique accrue : résidence d'écriture et de création des spectacles de la compagnie, création des spectacles de la compagnie au Mans, mais aussi collaboration avec d'autres compagnies Sarthoises (Création de FAT en 2018, texte et mise en scène de Côme de Bellescize pour la compagnie du Théâtre de l'Ephémère.)

Les spectacles de la compagnie tournent en France et parfois à l'étranger (Belgique, Suisse, Espagne, et aussi Chine en 2016, Turquie en 2007...)

A Paris, la compagnie a collaboré avec des théâtres tels que le Théâtre du Rond-Point, le Théâtre de la Tempête, le Théâtre 13 ou bien le Théâtre de Belleville.

La compagnie s'est produite à 5 reprises au Festival Avignon Off (2006, 2007, 2015, 2018 et 2019)

Distinctions :

Prix Théâtre ADAMI 2018

Prix de la critique Avignon OFF 2015 pour Amédée

Nomination au meilleur spectacle Beaumarchais 2012

Prix Paris Jeunes Talents 2005

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

HISTORIQUE

2019 - TOUT BRÛLE, SO WHAT ? de Côme de Bellescize

Production *Compagnie Théâtre du Fracas*

Coproductions *Les Quinconces-L'Espal / Scène nationale du Mans, Le Théâtre de Rungis, Théâtre Montansier - Versailles. Avec le soutien de l'État - DRAC des Pays de la Loire, de la Région des Pays de la Loire, du Département du Val-de-Marne, de l'Adami et dans le cadre de résidences de création, du Théâtres Les Quinconces - Le Mans, du Théâtre de Rungis, du Théâtre 13 et du Théâtre de l'Éphémère - Le Mans. Texte accompagné par le collectif A Mots Découverts. Le texte est publié aux éditions des Cygnes.*

2017 - SOYEZ VOUS-MÊME de Côme de Bellescize

Production *Compagnie Théâtre du Fracas*

Coproductions *Le Théâtre de Rungis, Théâtre de Belleville ; Avec le soutien du Théâtre de l'Éphémère / Le Mans et de de la Spedidam. La compagnie a été accueillie en résidence au Théâtre de l'Éphémère / Le Mans. Le texte est publié aux éditions des Cygnes.*

2015/2016 - EUGÉNIE de Côme de Bellescize

Production *Compagnie Théâtre du Fracas*

Coproductions *Le Théâtre de Rungis, Théâtre du Rond-Point, Théâtre Gérard-Philipe / Champigny-sur-Marne, ECAM – Théâtre du Kremlin-Bicêtre. Avec le soutien du Théâtre de l'Éphémère / Le Mans, du Théâtre de Suresnes Jean Vilar, du ministère de la Culture et de la Communication / DRAC Île-de-France, du Fonds SACD Musique de Scène, du Fonds SACD Théâtre, de l'Adami – société des artistes-interprètes, d'Arcadi Île-de-France, de la Spedidam, du Conseil départemental du Val-de-Marne. La compagnie a été accueillie en résidence au Théâtre Paul Éluard / Choisy-le-Roi et au Théâtre de Rungis. Le spectacle a reçu le soutien de Malakoff Médéric Mutuelle, partenaire de la compagnie du Théâtre du Fracas. Le texte est publié aux Éditions L'avant-scène théâtre, collection des quatre vents.*

2012/2017 - AMÉDÉE de Côme de Bellescize

Production *Compagnie Théâtre du Fracas*

Le spectacle a reçu le soutien financier de Malakoff Médéric Mutuelle, partenaire de la compagnie du Théâtre du Fracas. Spectacle créé au Théâtre de la Tempête le 4 mai 2012 avec le soutien de la Drac Île-de-France - Ministère de la Culture et de la Communication, la participation artistique du Jeune Théâtre National, le soutien de l'Adami et du Théâtre 13, l'aide à la diffusion d'Arcadi Ile-de-France. Le texte est publié aux éditions des Cygnes.

2008/2010 - LES ENFANTS DU SOLEIL de Maxime Gorki

Production *Compagnie Théâtre du Fracas*

Coproductions *Théâtre de l'Ouest Parisien de Boulogne-Billancourt Avec le soutien de l'Adami et de la Mairie de Paris, l'aide à la diffusion d'ARCADI, et la participation artistique du Jeune Théâtre National.*

2005/2007 - LES ERRANTS de Côme de Bellescize

Prix Paris jeune Talent 2005, spectacle joué au Théâtre du Nord Ouest, Théâtre Silvia Monfort, Théâtre Jean Vilar à Suresnes, Théâtre Golovine (Festival Avignon Off 2006), Théâtre du Petit Louvre (Festival Avignon Off 2007), Festival international d'Istanbul.

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

BIOGRAPHIES

Côme de Bellescize / Écriture et mise en scène

Après des études universitaires et une formation de comédien à l'École Claude Mathieu, Côme de Bellescize se consacre à l'écriture et à la mise en scène. Il crée la compagnie du Théâtre du Fracas avec Vincent Joncquez.

Entre 2004 et 2007, il écrit et met en scène *Les Errants* qui reçoit le Prix Paris jeunes talents 2005 puis, en 2008, il crée *Les Enfants du soleil* de Maxime Gorki au Théâtre de l'Ouest Parisien à Boulogne Billancourt. En 2012, il écrit et met en scène *Amédée* au Théâtre de la Tempête à Paris, nommé dans la catégorie « meilleur auteur » pour le Prix Beaumarchais du Figaro.

A l'Opéra, il met en scène *Jeanne d'Arc au bûcher* (Honegger/Claudiel) au Festival Saito Kinen Matsumoto (Japon), en 2015, cette production est reprise avec Marion Cotillard dans le rôle-titre, en France, à la Philharmonie de Paris, puis à New-York, au Lincoln Center. La même année, il met aussi en scène *Béatrice et Bénédicte* de Berlioz, dirigé par Seiji Ozawa au Festival Saito-Kinen Matsumoto (Japon).

Ses dernières créations au théâtre sont *Eugénie* en 2015, *Soyez vous-même* en 2017, *Fat* avec la compagnie de l'Ephémère en 2018, *Tout Brûle, so what ?* et *les Beaux de Léonore* Confino en 2019. Il a reçu en 2020 le Prix Jeune Théâtre Béatrix Dussane-André Roussin de l'Académie Française pour l'ensemble de ses ouvrages dramatiques



David Houry – Rôle de LUI

Ancien élève du CNSAD, David Houry travaille avec Jean-Damien Barbin, Yann-Joël Collin, Gérard Desarthe... Sorti en juin 2010, il joue sous la direction de Julie Duclos dans *Fragments d'un discours amoureux* de Roland Barthes au Théâtre de la Loge, *Masculin/Féminin* au Théâtre de Vanves, Cergy 95 et au Théâtre de l'Opprimé. Il travaille avec Krystian Lupa dans *La Salle d'attente* à Vidy-Lausanne et au Théâtre national de la Colline. Il joue au Théâtre de la Loge *Le jour va se lever et balayer les galaxies* de Yohan Lopez, *L'Opéra du dragon* de Heiner Muller au Théâtre du Soleil, mis en scène par Joséphine

Serre, *La vie normale* de Christian Lollike mis en lecture par Stéphane Braunschweig au Théâtre de la Colline, *Bérénice* dans une mise en scène de Yannick Landrein au Théâtre Cergy 95 et *Casimir et Caroline* mis en scène par André Willms dans le cadre du Festival d'Automne, à la Cartoucherie.

En 2014, Il travaille avec Laurent Fréchuret dans *Richard III*, il participe en 2015 à la création de Julie Duclos au Théâtre de la Colline, *Nos serments....* Au cinéma, il travaille avec Christian Vincent dans *Les Saveurs du Palais*, Pierre Akine, Julie Lopes Curval...



Éléonore Joncquez – Rôle de LA VOISINE.

Éléonore Joncquez se forme à l'école Claude Mathieu puis au Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique.

En 2012, elle obtient le prix du jury et du public des Beaumarchais en tant que révélation pour son rôle dans "Amédée" de et par Côme de Bellescize.

Elle a joué avec C. de Bellescize ("Les Enfants du soleil" de Gorki, "Amédée", "Eugénie" et "Soyez vous-même" de Côme de Bellescize), J.-C. Blondel ("Le Partage de midi" de Claudel et "Solness le constructeur" de Ibsen), D. Géry ("Le Legs et Les Acteurs de bonne foi" de Marivaux), Ph. Adrien ("Protée" de

Claudel), I. Mendjisky - compagnie des Sans Cou ("J'ai couru comme dans un rêve", "Notre crâne comme accessoire", "Masques et Nez")...

Au festival d'Avignon, elle est Nathalie dans " Le Prince de Hombourg" de H. von Kleist mis en scène par Giorgio Barberio Corsetti, dans la cour d'Honneur du Palais des Papes.

Depuis 2019, elle interprète la Duchesse d'Amalfi dans la pièce éponyme de John Webster, montée par Guillaume Séverac Schmitz.

Au cinéma et à la télévision, elle travaille avec E. Deleuze, D. Guenoun, G. Jourd'hui, E. Woreth, D. Baumard, V. Zagreba, B. Euvrard

Depuis 2012, elle est Brigitte Tornade dans la microfiction France Culture de Camille Kohler. En 2019, elle signe sa première mise en scène en montant au Théâtre Tristan Bernard "La Vie trépidante de Brigitte Tornade", pièce écrite par C. Kohler, inspirée de la série radiophonique.



Vincent Joncquez - Rôle du VOISIN.

Comédien (formé à l'école Claude Mathieu), il a été pendant deux ans administrateur-programmateur le Théâtre de l'Opprimé. Il codirige la compagnie depuis sa création en 2004 et porte une double casquette d'administrateur et de collaborateur artistique.

Sur scène, il joue *Roberto Zucco*, *Les Errants*, *Les Enfants du soleil*, *Amédée* et *Tout brûle, so what ?* sous la direction de Côme de Bellescize.

Il joue également sous la direction d'Éléonore Joncquez (*La vie trépidante de Brigitte Tornade*), d'Alexis Michalick (*Le Cercle des illusionnistes*), David Géry (*Le Legs / Les Acteurs de bonnes foi*), Jean-Claude Sachot (*Comme il vous plaira*), Iris Aguetant (*Thomas more, l'Alouette*), Delphine Lalizout (*L'Hôtel du libre-échange*), Jean-Denis Monory (*Le Baron de la crasse*), le Bobine Théâtre (*Kids*)...

À la télévision et au cinéma, il a joué dans plusieurs films ou séries sous la direction d'Hélène Angel, Simon Astier, Miguel Courtois, David Delrieux, Nina Companeez, Nicolas Herdt, Stéphane KURC, Denis Malleval... Il reçoit en 2014 le prix d'interprétation masculine du 40ème Filmets Film Festival pour son rôle dans *Sans voix* (réal. Alexandre Mermaz).



Coralie Russier – Rôle de ELLE

Coralie débute au théâtre en 2005 avec un seul en scène, la pièce « Sarah », écrite et mise en scène par Roger Lombardot, qu'elle jouera durant une dizaine d'années. Entre temps, elle se forme au Cours Cochet puis à l'ESCA, école supérieure des comédiens par l'alternance du Studio d'Asnières dont elle sort en 2014. Elle y joue sous la direction de Hervé Van Der Meulen les textes de Carlo Goldoni et Ionesco. Plus tard, elle jouera Solveig dans une adaptation de Peer Gynt par Nicolas Candoni, la pièce Mi Munequita de Gabriel Caldéron mise en scène par

Sarah Calcine, grand prix du jury du festival Nanterre en Scène, « En Miettes » mise en scène par Laura Mariani (Cie La pièce montée), puis travaille de nouveau avec Roger Lombardot avec la création en 2018 du seul en scène « Ce soir je ne jouerai pas Antigone » à Casablanca. Elle fait partie du collectif « Pris dans les phares » dirigé par Laurette Tessier, dont l'ambition est de créer dans l'espace public des spectacles uniques et intransportables.

Ces dernières années, Coralie travaille pour le cinéma et la télévision. Sous la direction de Robin Campillo pour « 120 battements par minute », Catherine Corsini avec « Un amour impossible », « Jusqu'à la garde » de Xavier Legrand... En 2020, elle tient l'un des rôles principaux d'une nouvelle série format 90min pour France 2 « César Wagner » aux côtés d'Olivia Côte, Gil Alma, Soufiane Guerrab et est actuellement à l'affiche du film de Quentin Dupieux, « Mandibules » entourée par Adèle Exarchopoulos, India Hair, Roméo Elvis, Grégoire Ludig et David Marsais.

Lucas Lelièvre / Création Son

Lucas Lelièvre est artiste sonore et compositeur électroacoustique. Formé à l'Ecole supérieure d'art dramatique du Théâtre National de Strasbourg et au post diplôme d'art et création sonore des Beaux-arts de Bourges, sa pratique s'articule essentiellement autour de la composition pour le théâtre et la danse. Il travaille notamment avec Madame Miniature et Catherine Marnas, Côme de Bellescize, le Birgit Ensemble, Ivo van Hove et Eric Sleichim. Il collabore depuis 2013 avec les doctorants SACRe au CNSAD. Il met en place avec Linda Duskova dans le cadre d'un programme nouveaux médias de l'université Paris 8 un workshop de recherche au Musée du Louvre pour la création d'un dispositif sonore immersif. En 2017, il intègre le collectif d'art numérique Factoid, et entame une collaboration avec Chloé Dabert.

Colombe Lauriot Prévost / Costumes

Après s'être formée au stylisme à l'école Duperré, à l'histoire du costume et aux différentes techniques de couture artisanales, Colombe Lauriot Prévost crée des costumes dans des domaines variés tels que le cirque, le cabaret, la comédie musicale, le cinéma, l'opéra et le théâtre. Elle a collaboré avec Jérémie Lippmann, Stéphane Ricordel, Pierre Notte, Jean-Michel Ribes, Anne-Laure Liégeois, Laurent Fréchuret, Alexandre Sokurov entre autres et accompagne les créations de Côme de Bellescize depuis plusieurs années. Passionnée de théâtre, elle a à cœur d'apporter par son travail une sensibilité esthétique et sémantique et d'aider l'acteur à incarner son rôle pour envoûter les spectateurs !

Site : <http://colombelauriotprevost.com>

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

Thomas Costerg / Lumière

Diplômé de l'école du Théâtre National de Strasbourg section Régie en 1999 il suit différentes compagnies comme L'Ensemble Reflex et Georges Aperghis, ainsi que les activités d'un lieu de recherche pluridisciplinaire, L'Atelier du plateau. Après une collaboration avec Romain Bonnin sur de multiples projets théâtraux dont « Le barbier de Séville » au Jeu de Paume à Aix en Provence, « Don Quichotte » au théâtre de Nîmes et « Amphitryon » au Théâtre National de Nice, il signe les éclairages des opéras « Trouble in Tahiti » de Bernstein et « L'Enfant et les Sortilèges » de Ravel, mis en scène par B. Benichou pour l'Opéra National de Nancy Lorraine puis « L'Etoile » de Chabrier, « Geneviève de Brabant » et « La Chauve-Souris » pour l'Opéra de Montpellier/Opéra Junior et « Brundibar » au Grand Théâtre de Caen.

En 2014 il éclaire « Viardot, la liberté » et « La scala di seta » au Théâtre du Jeu de Paume d'Aix en Provence, travaux menés par Côme de Bellescize pour l'Académie internationale du Festival d'art lyrique. A la Philharmonie de Paris, il signe les lumières de « Jeanne au bûcher » avec Marion Cotillard, et l'Orchestre de Paris dans une mise en scène de Côme de Bellescize, oeuvre présentée en juin 2015 au Lincoln Center avec le New-York Philharmonic sous la baguette d'Alan Gilbert, et pour le Seiji Ozawa Matsumoto Festival (Japon), « Béatrice et Bénédict » de Berlioz, M.e.s. Côme de Bellescize.

M Costerg collabore au théâtre avec Marine Mane, Côme De Bellescize, Violaine Schwartz, Pierre Baux et Vincent Courtois, Dieudonné Niangouna, Jean de Pange, Julie Bertin et Léa Girardet.

Récemment aux côtés d'Eléonore Joncquez pour « La vie trépidante de Brigitte Tornado », de Côme de Bellescize pour « Les Beaux », d'Hovnatan Vedikian pour « Mandela Live » et avec V. Courtois et P. Baux, pour « Oakland » un projet musical autour de Martin Eden de Jack London.

Site : <https://sites.google.com/site/costergthomas/>

Camille Duchemin / Scénographe

<http://camilleduchemin.com/>
<http://camilleduchemin.com/>

CONTACTS

Compagnie :

Vincent Joncquez / 06 62 83 81 45 / theatredufracas@gmail.com
Côme de Bellescize / 06 79 48 62 17 / comedbz@gmail.com
Virna Cirignano / 06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com
(Chargée de développement / Action territoriale / Mécénat)

Diffusion / Presse

Isabelle Muraour - 01 43 73 08 88 / 06 18 46 67 37 / contact@zef-bureau.fr

Adresse postale :

Compagnie Théâtre du Fracas
35 rue de degré (Hall A)
72000 Le Mans

Adresse siège :

Compagnie Théâtre du Fracas
35 rue de Degré
72000 Le Mans

Site internet :

www.theatredufracas@gmail.com

ANNEXES

Quelques citations sur le Bonheur

Aristote : “S’il est vrai que le bonheur est l’activité conforme à la vertu, il est de toute évidence que c’est celle qui est conforme à la vertu la plus parfaite, c’est-à-dire celle de la partie de l’homme la plus haute. C’est l’activité de cette partie de nous-mêmes, activité conforme à sa vertu propre qui constitue le bonheur parfait” (Ethique à Nicomaque)

Leibniz : “Notre bonheur ne consistera jamais dans une pleine jouissance, où il n’y aurait plus rien à désirer; mais dans un progrès perpétuel à de nouveaux plaisirs et de nouvelles perfections” (De la Monadologie)

Kant : “Le bonheur est la satisfaction de toutes nos inclinations” (Critique de la Raison Pratique)

Kant : “Le pouvoir, la richesse, la considération, même la santé ainsi que le bien-être complet et le contentement de son état, est ce qu’on nomme le bonheur” (Métaphysique des Mœurs)

Hegel : “Le bonheur n’est pas un plaisir singulier, mais un état durable, d’une part un plaisir affectif, d’autre part aussi des circonstances et des moyens qui permettent, à volonté, de provoquer du plaisir” (La phénoménologie de l’esprit)

Schopenhauer : “Le bonheur positif et parfait est impossible ; il faut seulement s’attendre à un état comparativement moins douloureux” (Le Monde comme représentation et comme volonté)

Nietzsche : “Qu’est-ce que le bonheur ? Le sentiment que la puissance croît, qu’une résistance est en voie d’être surmontée” (L’Antéchrist)

Albert Camus : « Il faut imaginer Sisyphe heureux. » (Le Mythe de Sisyphe)

Extraits de *Happycratie* de Edgar Cabanas et Eva Illouz. (Edition premier parallèle.)

Introduction

Cette idée a, dans sa récurrence, considérablement évolué au cours des dernières décennies, c’est également le cas de la compréhension que nous en avons. Nous avons cessé de croire que le bonheur est lié au destin, aux circonstances ou à l’absence de chagrin ; qu’il couronne une vie vertueuse ou qu’il est la maigre consolation accordée aux simples d’esprit. Bien au contraire, il est désormais envisagé

comme un ensemble d'états psychologiques susceptibles d'être instaurés et commandés par la volonté ; le résultat de la maîtrise de notre force intérieure et de notre « vrai moi » ; le seul but qui vaille la peine d'être poursuivi ; le critère à l'aune duquel il nous faudrait désormais mesurer la valeur de notre vie, nos réussites et nos échecs, et le degré de notre épanouissement psychique et émotionnel. (*Introduction*)

La formule du bonheur

C'est dans *Authentic Happiness* que Seligman proposa pour la première fois sa « formule du bonheur ». Le bonheur, affirme-t-il, est le résultat d'une prédisposition génétiquement déterminée, d'une activité intentionnelle, volontaire, visant à l'augmenter, et de circonstances l'affectant plus ou moins. Cette simple équation résumerait selon lui les découvertes spectaculaires sur la nature du bonheur humain dont sa discipline serait à l'origine. La génétique compterait ainsi pour moitié ; les facteurs volitifs, cognitifs et émotionnels pour 40 % ; quant aux circonstances de vie et autres facteurs extérieurs (revenu, éducation, statut social), ils ne compteraient que pour 10 %. Ces diverses « circonstances » pourraient d'ailleurs, précise Seligman, être considérées dans leur globalité « car, de façon surprenante, aucune d'entre elles ne joue un rôle notable lorsqu'il s'agit d'être heureux.(...) S'il reconnaît que des circonstances objectives peuvent jouer d'une manière ou d'une autre sur le bonheur, il en conclut toutefois que leur influence est trop limitée pour qu'on s'efforce de les changer : « Certaines circonstances influent sur le bonheur pour le meilleur. Par contre, essayer de changer ces circonstances s'avère, en règle générale, vain et coûteux. (*Chapitre 2 raviver l'individualisme*)

La solution des 40 %

Les disciples de la psychologie positive n'ont pas tardé à faire de la « formule du bonheur » leur boussole théorique. Dans son best-seller, *The How of Happiness*, Sonja Lyubomirsky n'hésite pas à affirmer que cette formule vient expliquer avec simplicité, preuves à l'appui, les véritables déterminants du bonheur : « Lorsque nous accepterons enfin de reconnaître que les circonstances de vie ne sont pas les clés du bonheur, nous serons bien plus en mesure de connaître personnellement ce bonheur. » (...) Lyubomirsky consacre le gros de son livre à enseigner à ses lecteurs comment tirer le meilleur parti de la marge dont ils disposent, autrement dit de ces fameux 40 %. Elle leur apprend ainsi à exprimer de la gratitude, à cultiver l'optimisme, à éviter de réfléchir à l'excès, à « gérer » le stress, à vivre l'instant présent ou encore à « savourer les petits plaisirs de la vie.

Une des critiques les plus rudes de la « formule du bonheur » vient de Barbara Ehrenreich. Dans *Smile or Die*, Ehrenreich a souligné le défaut de sérieux scientifique de l'équation douteuse » de Seligman et, tout autant, les conséquences sociales et morales de cette manière de systématiquement minorer le rôle des circonstances dans le bonheur humain. Ehrenreich pose dans ce livre des questions simples : si la psychologie positive dit vrai, alors à quoi bon plaider en faveur de meilleurs métiers, de meilleures écoles, de quartiers sûrs ou d'une couverture santé universelle ? Faut-il vraiment accepter l'idée selon laquelle le revenu ne contribuerait en rien au bonheur ? Des revenus plus hauts, plus justes et plus stables ne contribueraient-ils pas à contrecarrer les logiques d'exclusion sociale et à soulager les très nombreuses familles qui peinent ou ne parviennent pas à joindre les deux bouts ?

Si la psychologie positive dit vrai, alors à quoi bon pointer du doigt les structures sociales, les institutions ou les médiocres conditions de vie ? Pourquoi même reconnaître le rôle de conditions de vie privilégiées dans le bien-être subjectif ? Cette vision du monde ne véhiculerait-elle pas, en les justifiant, les postulats méritocratiques voulant que chacun obtienne au bout du compte ce qu'il mérite d'obtenir ? En effet, tout ne repose-t-il pas, dans cette vision du monde, sur le mérite, l'effort et la

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

persévérance des individus ? Un tel positionnement a été sévèrement et constamment critiqué pour sa courte vue comme pour ses implications sociales et morales. Dana Becker et Jane Marecek ont résumé justement le malaise que suscitent bien souvent ces affirmations :

La bonne vie n'est pas aisément et également accessible à tous. L'appartenance de classe, le genre, la couleur de peau, la race, la nationalité, la caste génèrent des disparités, des inégalités de statut et de pouvoir qui influent de façon très significative sur le bien-être individuel. Ces différences structurelles affectent spectaculairement l'accès aux soins, la trajectoire éducative et professionnelle, le traitement des cas individuels par le système judiciaire, les conditions de vie au quotidien, l'avenir des enfants et même les taux de mortalité. Quel accomplissement personnel espérer sans les conditions minimales susceptibles de l'encourager ? Faire accroire que des exercices de self-help suffiraient à remédier à l'absence de transformation sociale témoigne non seulement de vues à très court terme mais est aussi répugnant sur le plan moral. (Chapitre 2 raviver l'individualisme)

Le retrait dans la citadelle intérieure

Au lendemain de la crise financière de 2008, il devint tout à fait banal de solliciter les services de coachs et d'autres professionnels du développement personnel. Médias, sites internet et blogs se mirent à proposer d'aider leurs lecteurs à « gérer » leurs affects en ces temps difficiles, tout en les mettant en garde : se négliger pouvait avoir des conséquences. Le Huffington Post (et ce n'est qu'un exemple) publia en 2009 – et de nouveau en 2011 – un article intitulé « Se soucier de soi en temps de crise », dont l'auteur est un spécialiste du coaching professionnel et le patron d'un cabinet de recrutement de cadres supérieurs) :

Ce serait rendre un bien mauvais service que d'éluder le fait que nombreux sont ceux qui traversent actuellement une période de profond chaos, d'incertitude et de peur. L'état de notre environnement économique, le chômage en résultant sont l'objet de commentaires quotidiens qui ne sont guère encourageants. [...] Bien souvent, le stress nous conduit à nous négliger, car nous le laissons s'emparer de nous. Cela rejaillit négativement sur notre santé, ce qui nous interdit d'autant plus de surmonter l'adversité. [...] En gardant cela à l'esprit, je souhaiterais proposer quelques conseils, qui me semblent essentiels, et qui vous aideront à prendre soin de vous. Conservez votre estime de soi ; riez et souriez ; prenez soin des petites choses de la vie, et soyez présents à vous-même et aux autres. Le chômage, les grandes difficultés financières qui l'accompagnent peuvent facilement venir ruiner l'idée que l'on se fait de sa propre valeur, et peuvent même nous plonger dans une forme ou une autre d'autodénigrement. Il est donc plus crucial que jamais de se soucier de soi avec une certaine discipline, en pratiquant des exercices quotidiens tout à fait simples qui vous permettront de traverser avec élégance le chaos ambiant, un chaos qui peut vous mettre au défi. Demandez-vous ceci : que fais-tu pour prendre soin de toi ?

On le sait, la crise de 2008 a entraîné une détérioration spectaculaire de la situation économique mondiale, ouvrant une période caractérisée par un fort rétrécissement des perspectives, par l'aggravation de la pauvreté et des inégalités, la dégradation du marché de l'emploi, l'instabilité institutionnelle et la méfiance envers les politiques. Dix ans se sont écoulés depuis, les conséquences de cette crise persistent, et il semble que nombre d'entre elles ne disparaîtront pas. Cette conjoncture inédite incite à se demander sérieusement si nous ne vivons pas aujourd'hui un âge de la régression – une période de grande régression sociale, politique et économique. Qui plus est, alors même que les

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

populations n'ignorent en rien cette instabilité et cette précarité générales, les forces structurelles qui façonnent les existences individuelles restent à leurs yeux pour l'essentiel illisibles, incompréhensibles. Les sentiments d'incertitude, d'insécurité, d'absence de perspective, d'impuissance et d'anxiété se sont en conséquence enracinés dans les esprits, les discours appelant à se retirer dans la sphère de l'intimité et à se replier sur son moi trouvant ainsi le terreau idéal pour proliférer, tout particulièrement chez ceux qui souffrent le plus de cette crise.

Il y a plusieurs décennies, Christopher Lasch suggérait que la vie, dans les périodes troublées, avait tendance à devenir un exercice de « survie psychique ». Les hommes, lorsqu'ils étaient confrontés à un environnement instable, dangereux et imprévisible, optaient selon lui pour une sorte de retrait émotionnel, loin de tout engagement dans la cité, et ne se souciaient dès lors tout au plus que de leur santé psychique et de leur bien-être personnel. Isaiah Berlin avait lui aussi souligné en son temps que le retrait dans la « citadelle intérieure », dicté par une doctrine individualiste, « semble » se produire lorsque le monde extérieur se révèle exceptionnellement aride, cruel ou inique ». Un constat similaire a pu être fait par Jack Barbalet, qui a notamment remarqué que « les personnes font surtout l'expérience d'elles-mêmes en tant qu'êtres émotionnels dans les périodes de basses eaux économiques et politiques ». Alors même qu'il n'a rien d'inédit, qu'il n'est pas propre à notre époque, cet appel à se retirer dans sa citadelle intérieure a donc été ranimé ces dernières années, tout particulièrement au lendemain de l'effondrement économique et social de 2008*. Comme l'a récemment montré la sociologue Michèle Lamont, les individus des sociétés néolibérales post-2008 ont fini par croire « qu'il leur fallait regarder en eux pour se ressaisir, retrouver volonté et puissance afin de mieux résister au déclin économique général ». Une telle croyance a des implications sociologiques importantes. En effet, ce n'est pas seulement que l'individu se détourne ainsi de toute préoccupation liée à la vie de la cité et au politique au profit de considérations purement narcissiques : dans la mesure où les individus se convainquent que leur destin est simple affaire d'effort personnel et de résilience, c'est la possibilité d'imaginer un changement sociopolitique qui se trouve hypothéquée ou du moins sérieusement limitée. La science du bonheur mène au quiétisme.

Pleine Conscience, Inc.

Depuis, l'offre et la demande de thérapies du bonheur, et des services et produits qui vont avec, ne font que croître. Nous avons là, nous semble-t-il, à la fois les symptômes et les causes d'une tendance culturelle de grande ampleur. Il s'agit ici d'explorer son intériorité, de partir en quête des clés psychologiques et de la volonté qui sont censées aider à composer avec l'incertitude et l'impuissance, aider à résoudre des situations fondamentalement insécurisantes. La pleine conscience (mindfulness) illustre tout cela à merveille. Son message affirme qu'orienter volontairement son attention sur son intériorité n'implique ni défaite ni désespérance mais constitue au contraire le meilleur moyen de s'épanouir et de consolider sa capacité d'action dans un monde effrayant et chaotique. Qu'elle soit nimbée d'une aura spirituelle ou habillée d'un langage plus scientifique et séculier, la pleine conscience encourage les personnes à penser que tout se passera bien dans leur vie si elles se mettent à croire en elles, si elles se montrent patientes, si elles renoncent à tout regard critique et apprennent une forme de déprise. Les exercices préconisés enseignent ainsi à ses clients à focaliser leur attention sur leur « paysage intérieur authentique », à vivre pleinement l'instant présent et les « sentiments authentiques », à « savourer les petites choses de la vie », à hiérarchiser les priorités et à adopter une attitude positive, sereine et résiliente, quelles que soient les circonstances.

De fait, ces dernières années, la pleine conscience est devenue une thématique centrale dans les débats relatifs aux enjeux de santé publique. Elle a été intégrée à grande vitesse par les politiques

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

publiques, les établissements scolaires, les institutions de santé, les établissements pénitentiaires et l'institution militaire – et même par les programmes de santé à bas coût visant à traiter la dépression parmi les couches les plus défavorisées (des femmes afro-américaines et marginalisées de Chicago aux sans-abris des faubourgs de Madrid).

Dans le monde du travail, les multinationales sont toujours plus nombreuses à recourir à ces techniques. General Mills, Intel, Ford, American Express ou Google (qui a récemment lancé le programme Search Inside Yourself) ne sont que quelques-unes des entreprises qui s'y sont converties. On s'y emploie à « gérer » le stress, à faire face à un sentiment d'insécurité persistant, à rendre en somme le salarié plus flexible et productif grâce au « management émotionnel ». La pleine conscience a de cette façon intégré l'industrie déjà bien établie du coaching, de sorte que le « coaching pleine conscience » est désormais la nouvelle tendance. Aujourd'hui, la pleine conscience est littéralement chérie par les « experts du bonheur », apôtres de la psychologie positive en tête. C'est qu'elle convient à merveille, en effet, à une science et à une pratique professionnelle qui réifient l'intériorité, poussent à intérioriser la responsabilité et font de l'obsession de l'amélioration de soi un impératif moral, un besoin personnel et un atout économique. C'est aussi qu'elle s'articule parfaitement à la conception néolibérale du monde, aux postulats individualistes et à la conception pour le moins étroite du social qui distinguent ces chercheurs et ces professionnels du bonheur. Comme nombre d'autres concepts et techniques adoptés et vendus par les scientifiques et les spécialistes du bonheur, la pleine conscience doit son succès au fait qu'elle promet de répondre avec une parfaite efficacité aux problèmes endémiques qui affligent nos sociétés néolibérales. Mais si elle est censée fournir à ses adeptes un sentiment de paix intérieure et de normalité, il se pourrait bien, comme le suggèrent Miguel Farias et Catherine Wikholm dans *The Buddha Pill*, qu'elle aggrave en fait la dépression et l'angoisse, puisque à force d'être poussé à l'exploration de soi, on se dissocie et détache de la réalité.

Cette obsession de soi et de l'exploration de soi, qui se ramène à une fuite dans la « citadelle intérieure », est bien évidemment encouragée par tous les produits de l'industrie du bonheur, quels qu'ils soient. Ne contribuerait-elle pas à générer et à entretenir l'insatisfaction à laquelle elle promet de remédier ?

Si il y a corrélation entre renforcement de l'individualisme et accroissement du bonheur – et réciproquement –, alors augmenter son bien-être en suivant les conseils et les méthodes de la psychologie positive a toutes les chances d'entraîner les mêmes conséquences sociologiques et psychologiques, pour le moins problématiques, que l'individualisme. Il paraît que nous n'avons « jamais vécu dans l'histoire humaine plus longtemps et plus heureux que de nos jours ». Les sociétés modernes individualistes permettraient en effet à leurs citoyens de mieux envisager leur propre vie, elles leur octroieraient une plus grande liberté, leur offriraient des choix plus nombreux, un environnement bien plus propice à l'accomplissement personnel et un éventail de possibilités bien plus large, à condition de montrer la volonté nécessaire, d'atteindre leurs objectifs tout en s'améliorant eux-mêmes⁶⁵. Or, de telles affirmations semblent contredites par les motivations de ces millions de personnes qui décident de recourir chaque année aux thérapies, aux services et aux produits proposés par les spécialistes du bonheur. En effet, si elles décident d'y recourir, c'est précisément parce qu'elles ne se sentent pas heureuses – ou du moins pas assez. Contredites, ces affirmations le sont également par des travaux et des études au long cours qui établissent un lien de causalité direct entre, d'un côté, dépression, angoisse, maladies mentales, cyclothymie et isolement social – autant de phénomènes de masse toujours plus tangibles – et, de l'autre, « culture du narcissisme », « culture du je » et « génération Je m'aime », pour ne citer que quelques formules bien connues désignant l'individualisme égocentrique et possessif qui prédomine dans nos sociétés capitalistes modernes. Il est permis d'affirmer que cet

www.theatredufracas.com

Contact action artistique : Virna Cirignano

06 66 91 90 54 / developpement.theatredufracas@gmail.com

individualisme égocentrique a affaibli le tissu social, et, par conséquent, tout ce qui pouvait garantir qu'on prenait soin les uns des autres. Par exemple, au début de l'année 2018 le Premier ministre britannique, Theresa May, a décrété la solitude enjeu de santé publique majeur après qu'une commission – la Commission Jo Cox sur l'isolement social – a souligné « l'effet dévastateur » de la solitude et la « crise choquante » qui résulte désormais de ce phénomène toujours plus spectaculaire. Emboîtant le pas à Schiller et à Weber, le philosophe Charles Taylor a souligné le lien qui existe selon lui entre l'individualisme et le « désenchantement du monde », la vie fade et étriquée de l'individu moderne. Aux yeux de Taylor, l'individualisme a progressivement fragilisé l'ensemble des cadres traditionnels qui permettaient aux citoyens d'entretenir une conception élevée de l'intérêt commun – seul horizon légitime susceptible selon lui de donner du sens et une orientation à notre vie. En conséquence, les sources de sens et de valeurs extérieures à la sphère du moi (la morale, la société, la culture, la tradition, etc.) se sont gravement appauvries et ont perdu leur pouvoir sur les existences individuelles, et avec, leur charme, leur mystère et leur « magie ». Les propos des prosélytes de la psychologie positive sont par ailleurs mis à mal par nombre d'études sociologiques qui établissent un lien de causalité direct entre l'individualisme et le nombre, particulièrement élevé dans les sociétés développées comme dans celles en voie de développement, de dépressions et de suicides.

(...)

Les individus étant rendus entièrement responsables de leurs choix, des objectifs qu'ils se fixent et de leur bien-être, ne pas être heureux, ne pas être en mesure de se sentir heureux, est donc de plus en plus vécu comme une tare, une source de honte : le signe d'une volonté amoindrie, d'une psyché dysfonctionnelle et même d'un itinéraire de vie marqué par l'échec. Comme le souligne Gilles Lipovetsky, ne pas être heureux ou être insuffisamment heureux est aujourd'hui vécu comme une raison de culpabiliser, un indice d'une vie ratée. Et de fait, la plupart des gens préfèrent de nos jours se considérer et se dire heureux, ou modérément heureux, plutôt que malheureux – y compris dans l'adversité. Lorsqu'ils sont interrogés sur le sujet, la majorité de nos contemporains répondent être heureux ou très heureux, sans doute parce que les gens qui échouent à mener une vie heureuse sont excessivement blâmés pour cela. Éviter de jeter un regard trop négatif sur la vie que l'on mène et que l'on a menée permettrait selon certaines études de ménager une estime de soi par trop amoindrie par l'idéologie dominante du bonheur. » (*Chapitre 2 raviver l'individualisme*)

Choisir le contraire, opter pour l'individualité en stigmatisant toute espèce de négativité, c'est se condamner à poursuivre sans fin un objectif inatteignable – c'est se condamner à être cette flèche qui, dans le paradoxe de Zénon, ne touchera jamais sa cible. Et c'est hypothéquer toute construction d'un agir collectif. Il nous faut souligner ici, une dernière fois, le caractère crucial des sentiments négatifs. On l'a dit, la volonté de changement social, le refus de l'ordre existant doivent beaucoup à des sentiments comme la colère ou le ressentiment. Dissimuler de tels sentiments négatifs, c'est de facto stigmatiser la structure émotionnelle du malaise social, en faire quelque chose de honteux. Certains rétorqueront sans doute que nous ne faisons ici que plaider en faveur d'une idée très vague de la conscience collective, privant ainsi des bienfaits de la science des citoyens qui travaillent dur. D'autres, tenants d'un empirisme bon teint, affirmeront en outre que le bonheur est le seul bien tangible susceptible d'être recherché et atteint aujourd'hui. Nous répondons à ces arguments en renvoyant à la célèbre réfutation de l'utilitarisme proposée en 1974 par le philosophe Robert Nozick³, qui enseignait à Harvard et dont la sensibilité était anarchiste. Nozick proposait à son lecteur une expérience de pensée fort singulière : s'imaginer dans une machine lui fournissant à sa demande telle ou telle sensation de plaisir. La

personne s'installant dans une telle machine, laissait entendre Nozick, serait poussée à croire vivre en permanence la vie qu'elle désire vivre. La question soulevée était la suivante: une telle machine est-elle préférable à la vraie vie, censément moins plaisante ? Répondre à cette question semble aujourd'hui d'une actualité plus brûlante encore qu'à l'époque – tout particulièrement au regard de l'hégémonie grandissante de la science du bonheur (et des technologies virtuelles). Notre réponse, proche de celle de Nozick, est que le plaisir et la poursuite du bonheur ne peuvent l'emporter sur la réalité et la recherche du savoir – sur la pensée critique, la réflexion menée sur nous-mêmes et le monde qui nous entoure. L'industrie du bonheur qui cherche aujourd'hui à prendre le contrôle de nos subjectivités est l'équivalent contemporain de la « machine à expériences » de Nozick, qu'un Huxley put en son temps mettre en scène à sa façon, à travers le roman. Cette industrie du bonheur ne fait pas que perturber et brouiller notre capacité à connaître les conditions qui façonnent nos existences ; elle rend aussi nulle et non avenue une telle capacité. Ce sont la justice et le savoir, non le bonheur, qui demeurent l'objectif moral révolutionnaire de nos vies. (*Conclusion.*)

-