

CENT QUATRE #104PARIS

lieu infini d'art
de culture
et d'innovation
direction
José-Manuel Gonçalves

entrée du public
5 rue Curial
administration
104 rue d'Aubervilliers
75019 Paris
01 53 35 50 00
www.104.fr

Sous les paupières de Lou Chauvain



©Antoine Vincens de Tapol

siret
508 372 927 00014
ape
9002z
tva intracommunautaire
fr15 508 372 927



Générique

Lou Chauvain Texte, mise en scène et interprétation

Pascal Sangla Musique

Joséphine de Meaux Collaboration artistique

Mérim Korichi Dramaturgie

Laurent Bénard Lumières

Pierre Routin Son

Camille Ait Allouache Costumes

François Gauthier-Lafaye Espace

Durée : 1h10

Créé au Printemps des Comédiens – Montpellier le 3 juin 2025

Production CENTQUATRE-PARIS

Coproduction Cité européenne du théâtre - Domaine d'O - Montpellier /
PCM2025 ; Théâtre d'Angoulême – Scène Nationale

Pour son premier seule-en-scène, Lou Chauvain tire et démêle les fils d'une vie passée au bord de la vie. Entre théâtre, stand-up et chanson, la comédienne gratte là où ça fait mal avec sensibilité, humour et énergie.

Soit une petite fille qui s'est inventé un monde sous ses paupières, où elle a grandi pour devenir une adulte empêchée, durablement marquée par les secrets des générations précédentes, par l'école, l'humiliation et les injonctions. Au fil d'une vie épargnée par les drames, elle est toujours au bord de vivre, au bord de mourir, au bord de jouir. Jusqu'au jour du réveil, où il faut vivre. *Sous les paupières* campe le parcours et la mue laborieuse de ce personnage attachant : comme aux prises avec un puzzle aux pièces très dessinées qu'il faut assembler à tâtons, Lou Chauvain multiplie les formes et les adresses pour dérouler ses souvenirs.

Empruntant au stand-up, au théâtre et au concert, la comédienne joue avec espièglerie entre le "je" et le "elle", au fil d'un texte où pudeur et impudeur marchent main dans la main. Composées par Pascal Sangla – compositeur des musiques des spectacles *Stallone* et *Les Gracititudes* - les chansons prennent le relais d'un récit éclaté comme peut l'être la mémoire, prolongeant une pensée vers l'indicible, vers l'intérieur de la peau.

Vincent Théval



© Antoine Vincens de Tapol



© Antoine Vincens de Tapol





Note d'intention


« *Je ne fermais pas les yeux pour dormir, je fermais les yeux pour vivre.* »

Sous les paupières expose la vie d'une petite fille devenue femme qui se sent souvent au bord de la vie et qui, par peur de vivre vraiment, s'invente un monde sous ses paupières. Une écriture de soi qui fait remonter des capsules de souvenirs comme des bulles d'air comprimé qui remontent à la surface et éclatent sur le plateau. Une écriture qui exploite la liberté qu'offre le plateau du théâtre pour exposer le soi en jouant de tous les registres d'expression.

Le JE prends la parole. Le JE déparle avec vigueur, la vigueur de cette vie qui échappe d'abord en raison de toutes les contraintes extérieures intériorisées par la petite fille et la jeune fille, et puis conquise par la puissance d'expression que permet la scène.

Le JE devient un personnage à travers des textes en geyser. La forme irruptive se soulève d'un désir de révolte, de renverser la table. J'assume une part d'insubordination. J'assume le désir d'une réaction forte contre la soumission des filles qui se taisent et rêvent loin de la vie. Une révolte contre le formatage de la fille sans organe. J'assume l'effronterie de ce que je propose sur scène, le côté obscène en scène (Rabelais ou Jarry ce n'est pas que pour les garçons). J'assume de montrer le JE-personnage en convulsion, animé par la rage de rompre le silence, de prendre la parole sur les traumatismes et la jouissance des filles. J'assume de libérer le souvenir qui sème le chaos, qui agit par en-dessous et qui gratte au sang.

L'originalité du spectacle, c'est sa liberté de ton et de forme. « Qu'est-ce qu'elle raconte ? C'est un spectacle sur sa grand-mère ? Sur sa mère ? Sur elle ? Ce n'est pas un peu trop moi moi moi ? ». Ces questions, je les balaie par la force conscientisée de la proposition. Je veux chanter et « DÉPARLER » et JE devient un personnage sur le théâtre. Mais il ne s'agit plus d'exister (en tant que comédienne) dans la séduction et le regard d'un metteur.e en scène, il ne s'agit pas de s'en remettre à un maître de théâtre, ni même à un regard extérieur qui réglerait les choses. Il s'agit d'être émancipée, d'être la sujette active de mes envies de performances et de libération de la parole.



Ce que permet la forme du seul-en-scène, c'est faire confiance à cette frontalité. Et ce spectacle, je le voudrais comme un pacte avec le public. Ce public qui devient complice et vient me rejoindre sous les paupières. Le travail de dramaturgie s'est attaché à cet objectif, et m'a permis d'allier le stand up, avec sa manière directe de s'adresser au public, de le prendre à témoin, de lui faire des confessions, et le théâtre qui crée des espaces et des personnages avec les mots, le corps, le son et la lumière. Le son et la lumière sont les deux éléments principaux de la mise en scène, mes deux binômes. Ils font exister l'espace mental de dessous les paupières, ils font surgir la salle de concert, ils transfigurent la scène en plateau de théâtre.

Dans la mise en scène, une place centrale est faite à la musique et aux chansons. Avec Pascal Sangla, nous avons travaillé afin que la chanson prenne le relais, déroule encore plus loin la pensée et l'expose encore plus puissamment, flirtant parfois avec ce que l'on ne peut pas dire.

Le plateau est le lieu de tous les possibles. On peut y naître et y mourir, et y parler à nos fantômes.

Comme durant le travail d'écriture, entre rêve et réalité, le personnage fait l'expérience de se perdre et de se retrouver. Avec le public.

Lou Chauvain

Propos recueillis et mis en forme par Mériam Korichi

Entretien

« *Sous les paupières est un projet d'écriture de soi* »

Comment êtes-vous venue à l'écriture ?

Lou Chauvain : Ces trois dernières années, j'ai beaucoup été sur scène, avec plusieurs projets, dans un contexte général et des conditions de travail qui m'ont semblé se dégrader considérablement. Je n'arrivais plus à m'y retrouver et – il y a un an et demi – j'ai décidé de partir m'isoler dans une cabane durant une semaine, pour écrire. J'y ai été encouragée par Lio, avec qui j'ai joué et pour qui j'ai écrit des textes de chansons, et par Pascal Sangla, qui les a mis en musique. Tous les deux considéraient qu'il y avait là un travail d'écriture à creuser. Sur le chemin vers cette cabane, je suis passée chez ma mère où j'ai retrouvé un vieux journal intime. Je l'ai ouvert au hasard et j'en ai lu deux passages, que j'ai découpés et emportés. Je ne savais pas ce que j'allais écrire mais, depuis quelques temps, les quelques textes que je jetais sur des cahiers tournaient beaucoup autour de la peau. Depuis toute petite, je suis très angoissée et cela se manifeste au niveau de la peau : ça gratte. J'ai commencé à me poser des questions sur cet organe, le seul qui est à la fois dedans et dehors. Par ailleurs, je viens de Sète et toute ma famille est enterrée dans le cimetière marin où repose Paul Valéry, que j'ai commencé à lire pour découvrir qu'il parlait beaucoup de la peau. Au fur et à mesure, une porte en ouvrait une autre. Dans la cabane, à partir de mes textes de chansons et des pages arrachées à mon journal intime, j'ai travaillé dans un état étrange entre éveil et sommeil. À l'issue des quatre jours, j'avais énormément de matière.

Avez-vous tout de suite mis en forme cette matière ?

Je l'avais mise de côté mais on m'a encouragée à la relire et la reprendre. Pour cela, j'ai demandé une courte résidence au CENTQUATRE en juin 2024, où l'équipe a aimé ce sur quoi je travaillais, qui était pourtant à un stade très précoce. Tout ceci est arrivé à un moment de mon parcours où être sur scène pour interpréter des rôles me rappelait l'école ; je ne m'y retrouvais plus. D'ailleurs j'ai beaucoup écrit sur l'école et le moment où j'ai commencé à me gratter. Sans que je l'aie vraiment décidé, *Sous mes paupières* est un projet d'écriture de soi. Le théâtre est une façon de me délester de choses très personnelles et d'exprimer une rage intérieure mais avec beaucoup de joie et de vitalité.



Quel chemin emprunte le récit de la pièce ?

C'est l'histoire d'un personnage qui ne dort jamais vraiment, une petite fille qui s'est inventée un monde sous ses paupières. C'est quelqu'un qui va bien, qui a beaucoup de joie, mais pour qui vivre est difficile. Alors elle vit tout sous ses paupières, notamment l'amour puis le théâtre. Elle ne vit rien dans la "vraie vie" et a hâte d'aller se coucher ; elle a tellement musclé cet endroit sous ses yeux qu'elle n'arrive jamais à dormir. Une thématique traverse la pièce : pourquoi est-on embourbé, empêché par les secrets des générations précédentes ? Le personnage est toujours au bord de vivre, mourir, jouir... Son truc à elle c'est de chercher à comprendre alors elle gratte et elle s'arrache les croutes .À un moment, elle connaît ce qu'elle appelle "le réveil au milieu de sa vie", où il va falloir élever ses enfants, où il va falloir vivre et vraiment jouir. La pièce est à la fois un puzzle et une traversée de cette vie où il n'y a pas de gros drame mais quelque chose qui empêche.

Propos recueillis par Vincent Théval, novembre 2024



Revue de presse – extraits

« Un récit à la première personne du singulier épidermique, qui scrute le corps pour mieux observer comment il interagit avec la tête, et inversement. »

Gilles Renault, Libération

« Quasi thérapeutique, l'œuvre comble un vide d'amour et de sens pour celle qui a toujours préféré dire "oui" lorsqu'elle pensait "non". »

Kilian Orain, Télérama

« Les digressions sont cousues de bouts de chanson, les réminiscences stoppées au bord des lèvres. La petite fille en justaucorps flashy de natation synchronisée a dû beaucoup pédaler pour garder la tête hors de l'eau. »

Isabelle Barbéris, Marianne

« Elle gratte où ça fait mal. Elle est pleine de vie. Elle a des rêves sous les paupières. Elle ouvre grand les yeux. C'est léger comme légère la liberté. »

Jean-Luc Porquet, Le Canard enchaîné

« Chemin faisant de l'âge tendre vers l'âge de raison, la comédienne livre un récit mêlant souvenirs en pagaille, projections imaginaires et chansons de Pascal Sangla, avec beaucoup d'humour, de douceur et de pudeur »

Callysta Croizer, Les Echos

« Un portrait éparpillé, culotté, déluré »

Jérémy Bernede, Midi Libre

Lou Chauvain – texte et interprétation

Lou Chauvain se forme à l'ESAD et au Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique, dans les classes de Dominique Valadié et Nada Strancar. Lauréate du prix Sylvia Monfort en 2012, elle collabore avec de nombreux metteurs et metteuses en scène tels que Georges Lavaudant, Adel Hakim, Yves Beaunesne, Joséphine De Meaux, Jade Herbulot, Julie Bertin et Alessandro Baricco. Avec le Birgit Ensemble, créée lors de sa promotion au Conservatoire, elle joue la tétralogie consacrée à l'Europe, présentée au Festival d'Avignon en 2017.

Sur grand et petit écran, Lou Chauvain a tourné dans des séries telles que *Fais pas ci, fais pas ça*, *Péplum*, *Dix pour cent* et *HPI*, ainsi que dans des films réalisés par Diastème, Benjamin Guedj, Nicolas Pariser et Emmanuel Mouret. Elle a également participé aux films *La Cigogne* et *le Dragon* de Françoise Etchegaray et *Les Chemins noirs* de Denis Imbert.

Au théâtre, elle interprète Hermione dans *Andromaque*, mis en scène par Yves Beaunesne, et prépare prochainement une collaboration avec François Marthouret dans une pièce dirigée par Catherine Schaub.


Lou Chauvain est artiste associée au CENTQUATRE-PARIS.

Pascal Sangla – musique

Pascal Sangla est formé à la musique et au piano au Conservatoire de Bayonne, et au jeu notamment par Pascale Daniel-Lacombe. Il intègre en 1999 le Conservatoire National Supérieur d'Art Dramatique de Paris. Depuis, il partage sa carrière entre musique et théâtre.

Côté musique, il compose de nombreuses musiques pour la scène ou l'image (notamment pour Jeanne Herry, Clément Hervieu-Léger, Wajdi Mouawad, Jean-Pierre Vincent, Maël Piriou, Caroline Marcadé, Delphine de Vigan, Catherine Hiegel,...).

Il a enregistré deux albums (*Une petite pause* et *À la fenêtre*) et a été pendant plusieurs années le directeur musical des cabarets et émissions spéciales *La prochaine fois je vous le chanterai* de Philippe Meyer sur France Inter avec la troupe de la Comédie-Française. Il travaille également régulièrement pour France Culture et Arte Radio tant comme compositeur que comme comédien.



Il reçoit le prix de la critique pour son travail autour de la poésie de Lorca pour *Andando*, mis en scène par Daniel San Pedro.

En 2019, il est nommé pour le César de la musique originale pour la BO de *Pupille*, de Jeanne Herry.

Au cinéma, on peut le retrouver sous la direction de Jeanne Herry (*Mouche, Je verrai toujours vos visages*), Blanche Gardin (*La meilleure version de moi-même*), Jean-Christophe Meurisse (*Oranges Sanguines, Apnée*), Alice Zeniter et Benoît Volnais (*Avant l'effondrement*), Dominik Moll (*Dossier 137*), ou encore dans la série *Parlement*.

Au théâtre, on l'a vu notamment ces dernières années sous la direction de Michel Deutsch, de Vincent Macaigne, Victor Gauthier-Martin, Pascale Daniel-Lacombe, Joséphine de Meaux, Benoît Lambert, Elisabeth Hölzle, Sébastien Bournac, Baptiste Amman, Fabien Gorgeart (*Stallone* puis *Les Gratitude*s avec Catherine Hiegel), ou encore avec *Les Chiens de Navarre* pendant plusieurs saisons.

Joséphine De Meaux – Collaboration artistique

Formée au CNSAD, Joséphine de Meaux joue au cinéma notamment dans *Nos Jours Heureux* et *Tellement Proches* du duo Nakache et Toledano, *Les Gazelles de Mona Achache*, *L'élève Ducobu*, *Case Départ*, *La Délicatesse*, *Vilaine*, *Pour le Réconfort* de Vincent Macaigne, ou plus dernièrement *Un Ours dans le Jura* de Franck Dubosc.

Au théâtre, après une aventure de compagnie créée à sa sortie du Conservatoire au sein de laquelle elle s'essaye à la mise en scène, elle évolue comme comédienne dans des univers très éclectiques. Elle travaille en particulier avec Chloé Dabert, Jean-Michel Ribes, Muriel Mayette ou Frédéric Bélier-Garcia. À l'automne 2024, elle joue dans *Projection Privée* de Rémi De Vos au Petit Théâtre Saint Martin.

En parallèle, elle se tourne vers l'écriture et la réalisation. Après avoir réalisé un court-métrage *Crazy Pink Limo*, un documentaire, *La Mélancolie des Télésièges* et un premier long-métrage, *Les Petits Flocons*, elle prépare actuellement son second long-métrage, *Le Grand Écart*, produit par Candice Zaccagnino et Olivier Aknin.



Mérim Korichi – dramaturgie

Après une agrégation et un doctorat de philosophie sur Spinoza, Mérim Korichi fait de la dramaturgie et de la mise en scène avec le Théâtre des petits pieds créé par Joséphine de Meaux (*Médée ou je ne t'aime plus le mercredi* d'après Euripide, tournée en France, *L'Échange* de Paul Claudel, Théâtre d'Auxerre, Théâtre de Rungis).

Elle a régulièrement travaillé avec Dan Jemmett : *Les Précieuses ridicules* au Vieux Colombier, *La Grande Magie* à la Comédie-Française, *La Comédie des erreurs* de Shakespeare au Théâtre de Vidy-Lausanne, Bouffes du Nord (traduction publiée chez l'Arche), *Ubu enchaîné* d'Alfred Jarry au Théâtre du Phénix à Valenciennes, à l'Athénée, *Les 3 Richard* d'après *Richard III* de Shakespeare créé au Printemps des Comédiens, *Hamlet* à la Comédie-Française, *Rêve d'une nuit d'été* de Shakespeare créé au Théâtre de Carouge.

Elle monte *Les Acteurs de bonne foi* de Marivaux avec des acteurs et des chanteurs lyriques à la Frick Collection à New York, *Qui a vu l'ourse ?* (à partir des *Métamorphoses* d'Ovide et de *La Peau de l'ours* de Joy Sorman) au Musée de la chasse et de la nature, *Le Banquet in Ghent* au Festival de musique de Gand, *Rave* au Musée des Beaux-Arts de Gand. Elle crée en 2010 la série des *Nuits de la philosophie* rassemblant philosophes et artistes, qu'elle a montées depuis dans de nombreuses villes du monde.

Les prochaines productions comprennent notamment de nouvelles éditions d'Une nuit de la philosophie (Goethe-Institut Paris, Académie des Sciences de Copenhague), *La Femme crocodile* (texte de Joy Sorman, en partenariat avec des Muséums d'histoire naturelle, des musées des beaux-arts et des théâtres) à Blois, Nîmes, Marseille, Toulouse.

Calendrier

Du 4 au 18 novembre 2024 : Première résidence au CENTQUATRE-PARIS

Du 30 janvier au 5 février 2025 : Deuxième résidence au CENTQUATRE-PARIS

Les 6 et 7 février 2025 : Présentation d'une étape de travail dans le cadre de C'LE CHANTIER au CENTQUATRE-PARIS

Du 03 au 16 mars 2025 puis du 24 au 30 mars : Troisième résidence au CENTQUATRE-PARIS

3 juin 2025 : Création au Printemps des Comédiens

Du 5 au 24 juillet : Représentations au Théâtre du Train Bleu dans le cadre du Festival d'Avignon OFF

Du 12 au 21 février 2026 : Représentations au CENTQUATRE-PARIS dans le cadre du Festival Les Singulier.es.

18 et 19 mars 2026 : Représentations au Théâtre d'Angoulême – Scène Nationale.

Tournée prévue sur la saison 26/27

Captation :

[Captation](#)

[Teaser](#)

Filmé au Printemps des Comédiens à Montpellier le 04 juin 2025.

Contacts / Production – Diffusion

Véronique Atlan Fabre, Responsable des productions déléguées et des tournées
v.atlan-fabre@104.fr / + 33 (0)6 81 91 44 97 / +33 (0)1 53 35 50 50

Léa Vernhères, Chargée de production et de diffusion
l.vernheres@104.fr / +33 (0)6 35 47 58 19

Le CENTQUATRE-PARIS, établissement artistique de la Ville de Paris
104, rue d'Aubervilliers, 75019 Paris / + 33 (0)1 53 35 50 00

Retrouvez tous les projets en tournée du 104ontheroad ici :

<https://www.104.fr/professionnels-de-la-culture/productions-et-tournees.html>