

# 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

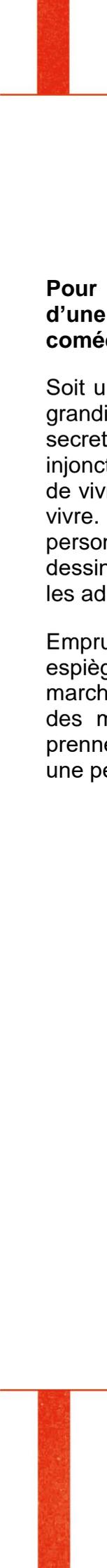
*Durée estimée : 1h10*

Création au Printemps des Comédiens – Montpellier le 3 juin 2025

**Production** CENTQUATRE-PARIS

**Coproduction** Printemps des Comédiens – Montpellier ; Théâtre d'Angoulême  
– Scène Nationale ;

*En cours...*



**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 Gratitude*s - 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

## 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 crottes. 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**

## Extrait

Très petite aussi loin que ça puisse remonter, elle avait trouvé un refuge. Elle s'était trouvé un endroit. Une sorte de pièce. Sous ses paupières. Ça n'avait rien à voir avec le sommeil parce que qu'elle n'avait jamais accès aux rêves, elle freinait doucement juste avant, pour s'arrêter pile poil tout pile juste avant que le rêve ne commence. C'est pas rien de s'empêcher (*un temps, réalise*) de Elle ne fermait pas les yeux pour dormir. Elle fermait les yeux pour vivre.

Sa cabane en peau. Sous la peau.

J'y pense comme ça, mais ce sont finalement les seuls moments où tu peux aller voir dessous, non ?

Bien sûr il lui arrivait de rêver aussi et elle était capable de se souvenir de ses rêves quand elle dormait mais là c'est autre chose vraiment il faut que je sois précise. La précision c'est pas quelque chose (*ne termine pas sa phrase*)

Dans cette pièce (*montre sous ses paupières*) de dessous là, il y a une sorte d'écran ou de scène sur lequel elle projette ou elle joue oui, ça n'est pas vraiment un écran puisqu'elle est dedans. Il y a toutes les dimensions. Elle est dans la pièce. Dans le monde. Et à l'intérieur, de ce monde, il y a elle. Et dans ce creux de sous les paupières elle vit ces vies. Elle vit des vies.

Ça a commencé pour la première (*ne termine pas sa phrase*).

Sa première histoire elle l'a eu avec l'empereur d'Autriche (...)

## Equipe

### 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 Gracititudes* avec Catherine Hiegel), ou encore avec *Les Chiens de Navarre* pendant plusieurs saisons.

## **Joséphine De Meaux – Soutien 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.

## Calendrier prévisionnel

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

Tournée et représentations au Centquatre prévues sur la saison 25/26

## Captation d'une première étape de travail :

[https://youtu.be/Mkh\\_HJ8qsJM](https://youtu.be/Mkh_HJ8qsJM)

Filmé au CENTQUATRE-PARIS à l'issue de la première résidence le 15 novembre 2023.

## Contacts / Diffusion-Production

**Véronique Atlan Fabre**, Responsable des productions déléguées et des tournées  
[v.atlan-fabre@104.fr](mailto:v.atlan-fabre@104.fr) / + 33 (0)6 13 33 91 72 / +33 (0)1 53 35 50 50

**Valentine Réau**, Assistante de production et de diffusion  
[v.reay@104.fr](mailto:v.reay@104.fr) / + 33 (0)6 29 72 72 62

**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>