

2013

avril

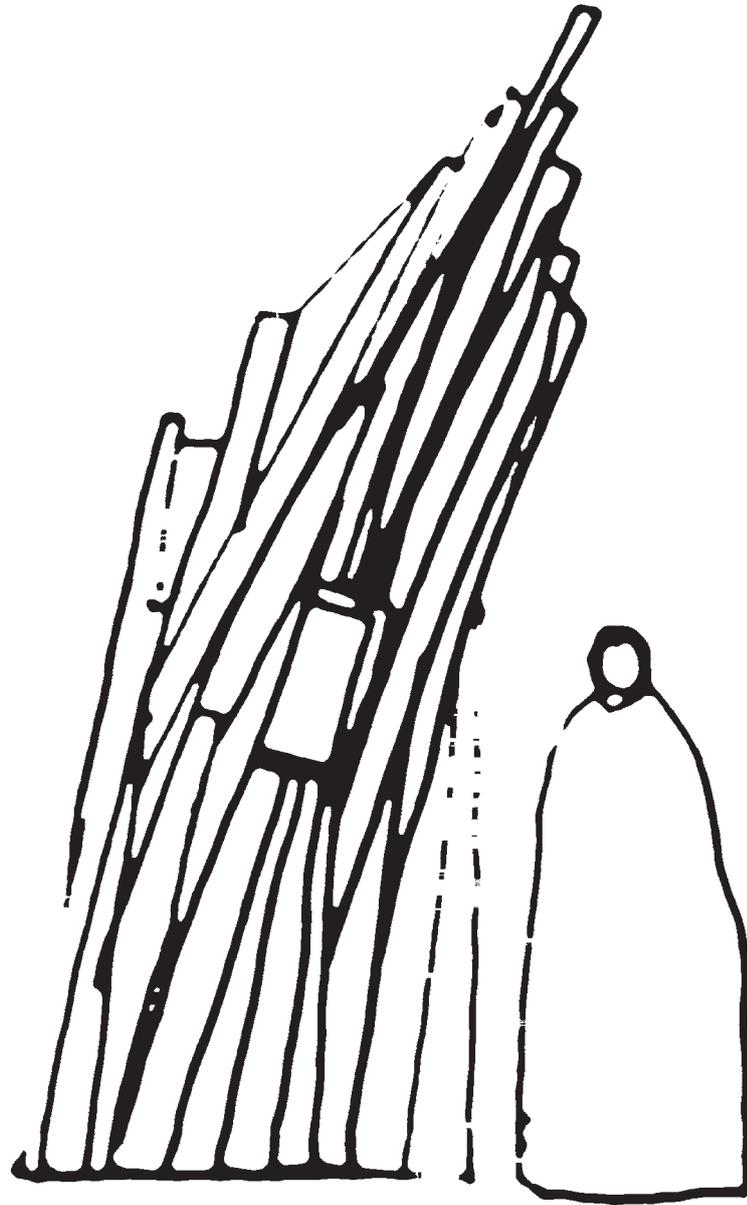
# le Souffleur

no.30

2 francs

LE JOURNAL QUI NE MANQUE PAS D'AIR

périodique édité par l'Association des Amis d'Arc en Scènes · rue de Beau-Site 30, CH-2300 La Chaux-de-Fonds



# d', de mémoire d'estomac

la scénographie de  
*De mémoires d'estomac*  
est signée **Nicole Grédy**

## Sommaire

Entretien avec **Antoinette Rychner**  
auteure de la pièce

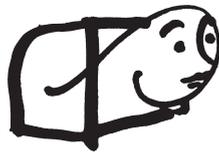
4

Entretien avec **Robert Sandoz**  
metteur en scène

8

L'estime du corps  
par le Docteur Olaf Makaci

14



## la pièce

---

### *de mémoire d'estomac*

Dès la naissance de leur fille, les parents de cette dernière s'aperçoivent qu'elle est différente: son bras ne correspond pas à la normalité; ils l'abandonnent alors à son sort. Plongée d'emblée dans la dureté du monde, elle va trouver un allié inattendu en son estomac!

Lui et elle vont vivre ensemble des moments de complicité et d'opposition. Ils vont évoluer dans un monde où parlent aussi les écureuils, où poussent les pommes et les M&M's dans les arbres du verger, où la sorcière qui l'hébergera se révélera plus accueillante que les gens du village.

Ils vont faire des rencontres marquantes – un petit garçon différent lui aussi, une sorcière généreuse et son amoureux caché dans le placard – qui vont les aider à grandir dans un monde parfois cruel, mais si nourrissant au final. •

---

## le billet du comité

**L** Chers amis,  
Le numéro que nous vous proposons est entièrement consacré au spectacle *De mémoire d'estomac* (ou *L'invention du violon*) écrit par Antoinette Rychner, une jeune auteure dramatique de notre région au talent très prometteur. Sa pièce, publiée en 2011, est montée pour la première fois par Robert Sandoz, metteur en scène bien connu. La pièce coproduite par Arc en Scènes, le CDN (Centre dramatique national) de Besançon et Am Stram Gram à Genève a pris forme tout d'abord en France voisine sous le regard admiratif de jeunes et moins jeunes spectateurs. Nous avons eu l'occasion à l'issue du spectacle de mesurer l'enthousiasme d'enfants charmés par l'univers magique et néanmoins très réaliste de l'héroïne («La petite fille») et de son estomac; ce dernier, dans ses réincarnations successives l'accompagnera pour l'aider à grandir dans son parcours initiatique. Il va lui permettre d'apprendre à gérer ses émotions et à survivre au malheur.

Un des thèmes intéressants de la pièce est la question de la différence et de son acceptation et soulève par conséquent la problématique de l'estime de soi.

Le Dr Olaf Makaci nous livre à ce sujet des réflexions en lien avec notre rapport à l'Autre, à Soi et à ce que nous ingérons.

Nous profitons ici de remercier vivement les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce numéro: Antoinette Rychner pour la riche interview que vous lirez avec plaisir, Robert Sandoz pour l'entretien que nous avons eu avec lui; Fabrice Melquiot, directeur de théâtre (Am Stram Gram), Yves Strub, médecin et un prestigieux chef cuisinier de Suisse romande qui ont accepté de parler avec humour du lien qu'ils entretiennent avec leur estomac. Nous remercions aussi tout particulièrement Nicole Grédy, scénographe, de son apport iconographique.

Nous vous rappelons par ailleurs que les Ecolades 2013 auront lieu les 3, 4 et 5 mai. Notre AG aura lieu le 15 mai; une convocation vous parviendra ultérieurement, mais retenez déjà cette date.

Par ailleurs, nous sommes à la recherche de volontaires pour renforcer notre équipe. Si vous vous sentez l'envie de participer au travail de rédaction de notre journal ou si vous pouvez nous proposer quelqu'un, merci de nous écrire à l'une des adresses suivantes:  
fabio.morici@bluewin.ch  
anne.bolay.bauer@bluewin.ch

Nous vous souhaitons un bon spectacle et à très bientôt.

*Le Comité*

pour

en savoir

plus

*à l'affiche* **de mémoire  
d'estomac**

---



Nicole Grédy

**être abandonnée  
à la naissance puis  
se dépêcher d'intégrer  
les usages du monde**

---

*l'entretien* avec

# Antoinette Rychner

---

auteure de la pièce *De mémoire d'estomac*

---

«Le dilemme existentiel qui consiste à se reconnaître comme un tout, corps, âme, caractéristiques, défauts, voix, pouvoir individuel de parole, bref, comme un sujet libre de s'exprimer, d'aller où bon lui semble, mais chargé aussi du devoir de se construire une identité, une mémoire, des références»

---

## **Parlez-nous du personnage central de votre pièce, cette petite fille au bras en forme de violon?**

Comme mon héroïne a été abandonnée à la naissance, elle est en situation de survie et doit se dépêcher d'intégrer les normes et usages du monde. Elle doit tout apprendre très vite: ce qu'on attend qu'elle soit, comment utiliser ses organes, la parole, comment se maintenir en vie.

## **Quelles sont les difficultés qu'elle affronte?**

La plus grande, sans doute, est de trouver sa place. Elle a un bras singulier, qui ne ressemble à aucun autre bras. Cela lui pose évidemment des problèmes, car cette bizarrerie attire le regard des villageois. Du coup, elle est terrorisée par l'idée de leur regard sur elle. Pour permettre le jeu, le symbole, j'ai attribué à mon personnage une distinction physique très forte, ce bras en forme de violon, mais je pense que n'importe quel individu, et particulièrement à l'adolescence, est susceptible de traverser le même genre d'épreuve; on est persuadé d'avoir un défaut que tout le monde voit, on en fait une énormité,

une obsession, on a peur d'être rejeté. Et en même temps, quel cauchemar ce serait si on était tous des clones et que rien ne nous permettait de nous différencier les uns des autres!

## **En écrivant cette pièce, la destiniez-vous à un public d'un âge particulier?**

Non. Au moment de l'écriture, je suis entrée dans un monde intime, relié à l'état d'enfance, où traînaient des figures de contes de fées, des perceptions fantaisistes, la question du grandir. Il y avait la nécessité de dire la vie de façon crue, accidentée, colorée, mais sans ironie. L'ironie fonde la plupart de mes autres textes, mais peut-être est-ce là un délice d'adultes. Il me semble que les enfants sont très sérieux et premier degré dans le regard qu'ils portent sur les choses, et qu'ils attendent de nous une implication sérieuse dans ce que nous leur racontons. Ce qui n'empêche pas, bien entendu, de s'amuser avec le réel.

## **Parmi les divers thèmes de la pièce, quel est celui que vous avez eu le plus à coeur de développer?**

Le dilemme existentiel qui consiste à se

reconnaître comme un tout, corps, âme, caractéristiques, défauts, voix, pouvoir individuel de parole, bref, comme un sujet libre de s'exprimer, d'aller où bon lui semble, mais chargé aussi du devoir de se construire une identité, une mémoire, des références. Je suis toujours fascinée quand je vois les bébés qui s'agitent, expérimentent l'air, la lumière, le toucher... ils doivent apprendre à distinguer ce qui est eux de ce qui ne l'est pas.

## **Puis ils grandissent...**

Tout au long de la vie, nous fonctionnons comme un système en soi, et en même temps nous faisons partie d'un corps plus grand, d'un mouvement qui nous dépasse. Nous sommes éléments de la communauté humaine, mais aussi de la nature, du cosmos... Parfois les délimitations qu'on attribue à l'individu me semblent réductrices. Limites du corps justement, mais aussi de la nationalité, du sexe, du prénom, de l'âge, de la filiation... Peut-être que cela explique un certain nombre d'exactions, car si nous avons la sensation que l'arbre, ou l'animal, ou le voisin faisait partie de nous, nous ne lui ferions pas subir ce que nous n'aimerions pas subir nous-mêmes. >

**Antoinette Rychner**  
auteure  
*repères biographiques*



Guillaume Perret

Née en 1979, Antoinette Rychner se forme à l'Ecole des Arts appliqués de Vevey.

En 1999 elle reçoit le Prix International Jeunes Auteurs (PIJA), pour sa nouvelle *Jour de visite*.

En 2000 elle commence à travailler comme technicienne de spectacle (Opéra de Lausanne, Théâtre de L'heure bleue – TPR et CCN) et réalisera en outre plusieurs scénographies pour diverses compagnies indépendantes en Suisse romande.

En 2006 elle écrit pour le théâtre *La vie pour rire*.

En 2009 elle obtient un Bachelor of Arts en écriture littéraire après trois ans d'études à l'Institut Littéraire Suisse, nouvelle filière bilingue proposée par la Haute Ecole des Arts de Berne.

En parallèle à ses études, elle aura l'occasion d'exercer le métier de pigiste culturelle (critiques de spectacles) pour le quotidien *Le Courrier* à Genève.

En 2009 paraissent ses écrits: *A la recherche de l'utopie* (nouvelle) in Plumes bigarrées, Campiche et, pour le théâtre, *Cooking Mama*, in La Scène aux ados, Lansman.

Durant la Saison 2009-2010 sa pièce (encore inédite) *L'Enfant, mode d'emploi* est créée au CCN.

En 2011 elle est auteure en résidence au GRÜ/Théâtre du Grütli, Genève, où elle écrit *Carna* créé en février 2011. Son recueil de nouvelles *Petite collection d'instantes – Fossiles* est nommé pour le Prix Bibliomédia 2011, ainsi que pour le Prix Le roman des Romands 2011.

En 2011 elle est lauréate de L'Inédit Théâtre, avec sa pièce *De mémoire d'estomac*, prix décerné par les élèves de plusieurs lycées parisiens, organisé par le Théâtre de l'Est parisien, Lansman éditeur et Postures.

En 2013 La Compagnie des Ombres, de Genève, crée la pièce *Intimité Data Storage* écrite par Antoinette Rychner dans le cadre de TEXTES en SCÈNES, une action de La Société Suisse des Auteurs (SSA), de Pro Helvetia, du Pour-cent culturel Migros et Autrices et Auteurs de Suisse (AdS).

«Notre âme est ce qui importe le plus.

Cependant, c'est net, on s'aperçoit qu'on a un estomac bien avant de se douter qu'on a une âme»

Pierre Reverdy



**De mémoire d'estomac, pourquoi ce titre? Devenons-nous ce que nous ingérons?**

C'était pour donner le point de vue de l'estomac, pour rendre grâce à lui du recul sur l'histoire qui nous est racontée. En définitive, tout ce que nous voyons provient de sa mémoire, à lui qui a survécu. L'estomac ne meurt pas avec la jeune fille. Il a un pouvoir de réincarnation, très fantaisiste et ne se basant sur aucune théologie particulière, je dois dire! Il renaît tour à tour dans le ventre de différents personnages ; il a

été l'estomac d'un Monsieur Ozaki, qui «lui a tout appris». Puis il est l'estomac de notre héroïne, puis, comme nous le laisse deviner la dernière scène, il sera l'estomac d'un enfant... de langue allemande! Il peut donc comparer différents destins humains. Il peut s'adresser à nous pour nous faire comprendre que «de mémoire d'estomac, on n'avait encore rien vécu de tel!»

**Mais pourquoi l'estomac, et pas le coeur, ou l'oeil par exemple?**

Cela permet de loger une forme d'expé-

rience, de savoir, à l'intérieur du corps de la petite fille abandonnée alors qu'elle n'est qu'un bébé. L'estomac sera la voix de la survie, il lui ordonnera de manger pour s'en sortir. On pourrait y voir l'instinct, ou encore des règles de conduite propre à l'espèce et transmises par les gènes. Comme une somme d'expériences collectées avant la naissance de l'individu et que ce dernier transporte avec lui pour affronter les différentes épreuves de la vie. A ceci près que cet estomac bien spécial véhicule non seulement de l'inné, mais aussi de l'acquis, du culturel, de la civilisation.

### **Pourquoi avoir choisi de représenter l'estomac comme personnage distinct de la personne à qui il appartient?**

Théâtralement parlant, c'est aussi la possibilité de montrer une force antagoniste à la personne à laquelle il appartient. Par exemple, il peut ordonner à la petite fille de manger l'écureuil, quand la petite fille, elle, est attendrie, et ne désire pas manger la mignonne petite bête... L'estomac représente les pulsions fortes que nous affrontons, que nous devons parfois combattre car notre raison, ou nos intérêts, ou notre éducation civilisée ou encore notre cœur nous demandent d'agir autrement.

### **En cours de création du personnage de l'estomac, comment vous vous le représentiez-vous?**

Je ne me le représentais pas. Parfois, je m'interrogeais sur le défi que cela représenterait pour une mise en scène ; comment «résoudre» physiquement une telle figure? Mais mentalement, quand j'écris, cela se passe davantage dans l'oreille que par la vue. J'«entends» parler des personnages, je «sens» des forces en conflit ou en attirance. Mais je ne les vois pas vraiment. Quand je vois quelque chose, ce ne sont ni des silhouettes de personnages, ni une scène avec des comédiens dessus ou une scénographie, mais des lieux extérieurs, des lieux que je connais et auxquels je rattache des scènes, ou dans lesquels je me place moi-même, un peu comme on situe une action dans un lieu connu lorsqu'on rêve.

### **Quelle a été votre réaction en découvrant le personnage de L'estomac sur scène?**

Il m'a semblé que le comédien parvenait fort bien à exister en tant que pure pulsion. Il est animé du désir de manger, d'aimer, d'éprouver les choses physiquement et jusqu'au bout. Il n'est pas du tout inhibé, mais il détient quand même sa petite science, ses petits laïus, «l'expérience» dont je parle plus haut,

qui lui permettent de tenir un discours référencé, civilisé. C'est ce qui le rend attachant, car humain. Je l'ai trouvé drôle et j'étais très heureuse et émue car, lorsqu'il intervenait, j'entendais des rires d'enfants dans le public.

### **La mise en scène de Robert Sandoz s'éloigne-t-elle de votre propre représentation?**

Je suis arrivée très en confiance, car nous avons déjà collaboré ensemble, et c'est un ami. Je n'avais pas vu la moindre répétition, c'était vraiment la surprise. Je tenais à cela, car dans d'autres cadres je collabore avec des compagnies pour lesquelles j'écris de manière évolutive, en lien étroit avec l'avancée des répétitions. Pour une fois, j'avais envie de disparaître du plateau et de laisser faire l'équipe, de jouer à l'auteur mort, celui dont le texte fait foi, est immuable et à qui on ne peut plus demander d'expliquer, de justifier ou de modifier telle ou telle réplique. Dès la première scène, j'ai été ravie car, contrairement à ce qui arrive parfois, la représentation ne détruisait pas du tout mes formes et intuitions intérieures. En fait, ce que j'avais vécu mentalement et ce qui existait sur scène coïncidait librement, se superposant, s'enrichissant sans conflit.

### **Comment comprendre la disparition des deux jeunes héros à la fin de la pièce?**

C'est quelque chose de très brutal. Tout à coup, ils meurent et leur mort est parfaitement injuste et inexplicable. De tels événements ont de quoi nous plonger dans une perplexité abyssale. Qui pourrait prétendre qu'une telle disparition, aussi choquante, bouleversante, fasse sens? Le grand mensonge de la fiction, c'est d'organiser les événements de façon à donner l'illusion d'un sens. Nous aimons écouter des histoires, car elles nous donnent l'impression que nos vies sont organisées d'après une force logique; c'est très rassurant. Je ne veux pas condamner la fiction pour autant, car elle est un art suprême, difficile, admirable, aux effets bénéfiques sur

l'être humain, qu'elle console et qu'elle aide. Mais je pense qu'il ne faut pas craindre de montrer la violence de la vie, ses énigmes, particulièrement dans le cas d'une oeuvre se destinant à des enfants et adolescents. Pourquoi prétendre qu'on peut tout maîtriser? Ou que tout se passe selon notre conception de justice? Ce serait mentir.

### **Votre fin est néanmoins abrupte?**

Je me suis beaucoup interrogée sur cette fin, cette intoxication par un mauvais champignon, qui vient de nulle part, qui est imprévisible. Aristote, le grand fondateur des règles de l'art dramatique, précise que la catastrophe doit entrer dans une relation de causalité, qu'elle doit survenir à partir d'un élément préalablement présent dans l'intrigue. Une solution «surgie de nulle part» est incompréhensible, absurde, l'esprit la rejette comme un corps étranger. Même si, en tant qu'acte de sustentation, cet empoisonnement est en lien avec l'estomac présent tout au long de la pièce, l'absorption d'un champignon vénéneux ne serait sûrement pas admise comme un bon pivot dramatique par Aristote. En relisant ma fin, j'aurais dû m'auto-administrer un carton rouge. Pourtant je l'ai retenue, justement pour son absurdité, sa brusquerie qu'en définitive, je voulais assumer.

### **Que serait-il advenu de vos héros, dans le cas contraire?**

J'ai le sentiment que si j'avais laissé vivre ces deux jeunes gens jusqu'à la vieillesse, ils auraient vécu heureux. Mais si on avait récupéré leurs bras pour en faire un violon après cette longue vie, je crois que l'instrument n'aurait pas sonné aussi bien que celui formé par le bras de deux jeunes gens. Pour faire une belle musique, il y avait besoin de la passion de la jeunesse, et sans doute d'un sacrifice. Je ne crois pas que l'humanité aurait la musique qu'elle a s'il n'y avait pas la souffrance. La beauté me semble liée à l'épreuve, à la lutte contre le désarroi, l'injustice, au désir de s'élever, de se consoler et de se défendre. •

*l'entretien* avec

# Robert Sandoz

---

metteur en scène de *De mémoire d'estomac*

co-fondateur de la compagnie *L'Outil de la ressemblance*

---

## Comment s'est fait le choix de cette pièce?

Connaissant Antoinette Rychner et ayant déjà travaillé avec elle, je suis au courant de ce qu'elle fait. Pour *De mémoire d'estomac*, c'est ma compagne, Laure Fallet, qui lui a proposé le début d'une trame. D'abord, elle pensait elle-même mettre ce texte en scène, mais après un certain temps, elle a renoncé. Je savais que ce texte existait et qu'Antoinette Rychner souhaitait aller au bout de l'aventure. J'ai alors décidé de le mettre en scène. A aucun moment je n'ai choisi ce texte parce qu'il était pour un jeune public. C'est d'abord pour sa qualité. L'écriture d'Antoinette Rychner est contemporaine avec un réel sens théâtral. On sent qu'elle a été technicienne et qu'elle sait ce qui va marcher sur un plateau. Je n'arrive pas à cerner précisément ce qui fait que, sur scène, cela fonctionne ou non; mais cela tient de l'écriture, du style. De plus, ce texte ne présente

pas de solutions simplistes. Il montre une vie complexe, aborde beaucoup de thèmes, même la mort, et fait confiance aux jeunes pour pénétrer cette complexité. C'est un texte courageux et bien fait. J'ai eu la chance d'en suivre la genèse, de savoir ce que Laure Fallet en attendait et ce qu'Antoinette Rychner voulait en faire.

***De mémoire d'estomac* est une œuvre «annoncée pour jeune public». Dans quelle mesure cela a-t-il influencé votre travail de mise en scène?**

Le cheminement de ce rapport au jeune public s'est fait en plusieurs étapes. Dans un premier temps, comme c'est mon premier spectacle pour jeunes, j'étais assez angoissé. Je compensais cela en allant voir beaucoup de spectacles pour jeune public et en lisant des ouvrages sur la question.

Dans un second temps, j'ai constaté que les spectacles pour jeunes que j'appréciais n'étaient pas simplistes: ils abordaient les jeunes comme un public normal. Il en est ressorti que je pouvais travailler comme d'habitude et me mettre au service du texte. Et comme



**Robert Sandoz**

metteur en scène

*repères biographiques*

1975 ~ 2001

Naissance à La Chaux-de-Fonds, où il suit sa scolarité obligatoire et obtient une maturité scientifique au Lycée Blaise-Cendrars. C'est là qu'il fait ses premières expériences sur scène, au sein du groupe théâtral animé par Pier-Angelo Vay. Étudie ensuite l'histoire et la philosophie à l'Université de Neuchâtel et rédige un mémoire sur la notion de sacré dans le théâtre de Jean Genet et d'Olivier Py. Participe au TPR à des ateliers mis sur pied par Charles Joris.

2002

Assistant de Gino Zampieri au TPR (*Killer Joe*). Monte l'intégralité du cycle de pièces *La Servante* d'Olivier Py au Théâtre du Passage à Neuchâtel.

Fonde la compagnie *L'Outil de la ressemblance* avec Nicole Grédy (scénographe), Stéphane Gattoni (éclairagiste) et Olivier Gabus (compositeur).

2003

Met en scène *Nous, les héros* de Jean-Luc Lagarce.

2004 ~ 2005

Travaille avec Olivier Py à Orléans, Paris et au festival d'Avignon. Crée *L'Espace d'une nuit* de l'auteure neuchâteloise Odile Cornuz.

2006

Adapte pour la scène *Océan mer* d'après Alessandro Baricco, avec des compositions musicales d'Olivier Gabus. Met en scène *Hamione et Fred*, textes coécrits avec Théo Huguenin-Élie, ainsi que *Théâtres* et *La Nuit au Cirque* d'Olivier Py. Présente *La vie pour rire*, pièce d'Antoinette Rychner.

2007 ~ 2008

Codirige le centre culturel ABC. Met en scène au TPR les opéras en un acte de Ermanno Wolf-Ferrari *Il Segreto di Susanna* et de Jean-Baptiste Pergolèse *La Serva padrona*.

2008 ~ 2011

Résidence au Théâtre du Passage à Neuchâtel. Robert Sandoz y crée *La Pluie d'été* d'après Marguerite Duras, *Kafka sur le rivage* d'après le best-seller d'Haruki Murakami et *Monsieur Chasse!* de Feydeau. Assiste Jean Liermier pour la mise en scène de *L'Ecole des femmes* de Molière au Théâtre de Carouge.

2011

Crée le spectacle *Antigone*, d'Henry Bauchau, à l'occasion des festivités du Millénaire de la Ville de Neuchâtel. Est artiste associé d'Arc en Scènes.

2012

Met en scène l'opéra *Les Aventures du Roi Pausole* d'Arthur Honegger au Grand Théâtre de Genève. Adapte pour les planches *Le Combat ordinaire*, d'après la bande dessinée de Manu Larcenet.



« Une petite fille au bras en forme de violon. » *Violoniste Bleu*, Marc Chagall



« Si j'étais mon estomac, je me représenterais en Pietà... » *Fabrice Melquiot*

ce texte est pour jeune public, il leur parlera. De toute façon, nous ne savons pas plus ce qu'est un public jeune qu'un public adulte. Parmi eux, certains vont souvent au théâtre, d'autres commencent à peine et d'autres encore détestent qu'on leur raconte des histoires. Donc je n'ai pas cherché à parler à tous les enfants.

Puis, dans un troisième et dernier temps, je suis parvenu à un avis plus nuancé, car il faut tout de même tenir compte de l'orientation jeune public de ce spectacle. Cela m'a poussé à opter

pour une mise en scène plus radicale. J'ai choisi de faire confiance à l'imaginaire des jeunes. Nous gardons certaines choses cachées, sachant qu'ils sauront combler les ellipses. Leur imaginaire étant ouvert, ils peuvent entendre des voix et imaginer les corps. C'est donc clairement du théâtre, et un théâtre caractéristique.

**Cette pièce présente la particularité d'avoir un estomac comme personnage sur scène. Saviez-vous dès le départ quelle forme vous vouliez lui donner ?**

Au début du projet, je n'en avais aucune idée. Mais j'aime choisir un texte qui me pose des problèmes que je résous avec mon équipe. Pour l'estomac, nous avons pensé à de la vidéo, à des voix seules, à plusieurs comédiens se partageant le rôle... Finalement, nous nous sommes arrêtés sur un seul comédien qui jouerait ce rôle masqué, mais sans tête. Cela permettait du jeu, de l'interaction, de l'énergie scénique. Et cela nous semblait une piste intéressante, puisque peu commune. C'est un personnage étrange, qui fait appel à l'imagination, bien plus qu'un personnage vidéo

«Celui qui mange l'estomac plein creuse sa tombe avec ses dents»

Proverbe turc

qui est habituel, par exemple à la télévision. Et une fois que nous avons décidé que l'estomac serait joué par un seul comédien, nous avons encore fait un long chemin en nous demandant si ce personnage était vivant; avec quels sens il pouvait se repérer dans le monde, etc.

**De mémoire d'estomac nous semble être une pièce travaillant sur les morceaux. Les scènes sont nombreuses et brèves et le corps est traité comme un agrégat de morceaux plutôt qu'un tout harmonieux. Dans votre mise en scène, avez-vous suivi ces fragmentations ou avez-vous cherché plus de fluidité?**

Nous les avons respectées. Le texte donne cet outil de mise en scène dès le départ. Ainsi, le spectateur peut ne voir qu'une partie du corps d'un personnage, par exemple. Et c'est aussi par morceaux que nous avons travaillé la lumière et le décor. Par contre, le tout, c'est l'ensemble du spectacle. Ce n'est pas antithétique: on peut faire un tout avec des parties. Dans notre culture occidentale, nous avons une vision chrétienne de l'âme enfermée dans un corps, mais l'une séparée de l'autre. Avec le texte d'Antoinette Rychner, nous sommes faits de morceaux, mais de morceaux qui communiquent. Lorsque l'on tombe amoureux, c'est le ventre qui réagit. Et cela correspond à notre manière d'écrire en Europe. Nous aimons décrire par métonymie et cherchons le génie du symbole. Nous choisissons le bon morceau pour dire l'entier. C'est là une des autres forces de ce texte. Il réfléchit sur le rapport au corps, mais avec notre manière de le vivre, c'est-à-dire morceau par morceau, même si nous aimerions qu'il soit un. Et le texte va même plus loin, car ce sont

des morceaux de famille qui se mettent ensemble. Tout comme un nez est très différent d'un pied et peut tout de même former un corps, un père peut être différent d'un enfant, mais recomposer une famille.

Enfin, une des difficultés du travail de mise en scène a été la qualité du texte. Il est efficace, dit tout. J'avais souvent l'impression d'être redondant, de montrer ce que le texte disait, ou au contraire de m'en éloigner. Il y a donc des scènes où je laisse le texte seul, dans le noir ou caché derrière des planches, dans l'idée de ne pas tout montrer et de réfléchir sur l'imaginaire au théâtre.

**Pourrions-nous, d'après vous, qualifier ce texte de conte réaliste?**

Oui, mais la plupart des contes pour enfants sont durs, comme *La petite fille aux allumettes*. De même, cela reste assez violent pour un enfant de se faire

les contes traditionnels. L'histoire peut être drôle, divertissante, mais elle est aussi tragique et laisse les jeunes voir autrement les questions qu'ils ont sur la vie. Nous voulions surtout éviter de faire un spectacle nostalgique avec un conte tel que les adultes auraient voulu le voir à huit ans. Le monde a changé et les jeunes n'attendent pas d'un conte ce que je pouvais en attendre à leur âge. L'idée était de faire un spectacle que les adultes et les jeunes aimeront pour eux-mêmes, mais pas un spectacle que les adultes, par projection, aimeront pour leurs enfants. •

**Le monde a changé et les jeunes n'attendent pas d'un conte ce que je pouvais en attendre à leur âge.**

manger par un loup. Les contes ont souvent cette part de dureté. Peut-être qu'aujourd'hui les créateurs de livres et dessins animés pour enfants l'oublent trop. Le conte doit permettre à l'enfant d'affronter ses peurs. Dans *De mémoire d'estomac*, Antoinette Rychner utilise des éléments du conte, non vraiment pour y réfléchir, mais pour écrire un conte moderne. C'est un conte de 2013, mais qui a le même rôle que

pour

détendre

l'atmosphère



*Marcel Souvst*

# le questionnaire de Prouts

---

Emboîtant le pas à la thématique de l'estomac dans la pièce,  
le Souffleur vous a préparé un «questionnaire de prouts»  
qui a été soumis à un chef cuisinier, un médecin et un homme de théâtre

---

## Le plus beau souvenir de mon estomac?

### Que représente mon estomac?

#### *Le Chef*

Il est la prolongation de ma bouche, de mes papilles, il est le creuset de toutes les alchimies de ma digestion. C'est lorsque j'ai de l'estomac que je compose de nouvelles recettes? il est donc aussi une source de mon inspiration.

#### *Le médecin*

Avec moi il forme un duo d'enfer, sans peur et sans reproche, sans défaillance et sans trahison.

#### *L'homme de théâtre*

Le plus sûr chemin pour Rome.

#### *Le Chef*

Incontestablement le repas d'exception que je pris au restaurant chinois de l'Hôtel *Four Seasons* de Hong Kong le soir de Noël 2012 sous l'expertise direction du chef *Chan Yan Tak* qui, en virtuose des saveurs, transforme un moment de gastronomie et de convivialité en une féerie magique toute de finesse et de découverte.

#### *Le médecin*

L'envoûtement du premier café torréfié, qui introduit un message heureux au destinataire stomacal afin d'autoriser la pénétration du breuvage dans les humeurs.

#### *L'homme de théâtre*

Un baba au rhum.

## Le plus mauvais souvenir de mon estomac?

#### *Le Chef*

L'opération en République de Guinée d'une hernie inguinale dans un hôpital de Conakry. C'était un soir d'orage et je fus pris en salle lors d'une interruption générale de courant électrique.

#### *Le médecin*

La douloureuse expérience d'un billet doux, avalé précautionneusement face à l'échec, associé à une indigestion tant somatique que sentimentale.

#### *L'homme de théâtre*

Un livre indigeste.

## Quelle relation ai-je avec l'estomac d'autrui?

---

*Le Chef*

Une relation d'amour profond, sinon j'aurais choisi d'être mécanicien. L'estomac d'autrui je le soigne, je le comble mais jamais je ne le gave. Il fait partie de ma passion pour la gastronomie.

*Le médecin*

Membre du riche royaume des pathologies humaines, l'estomac joue toutes les pièces de théâtre, de la comédie à la tragédie. Et mon défi quotidien consiste à comprendre, à définir et à soigner celui d'autrui!

*L'homme de théâtre*

Courtoise, comme tous les boxeurs; je frappe toujours avant d'entrer.

## Que voudrais-je dire à mon estomac?

---

*Le Chef*

Reste ce que tu es! Tu es un de mes fidèles alliés et complices.

*Le médecin*

Quand je ne m'aimerai plus, tu m'abandonneras et tu auras raison.

*L'homme de théâtre*

Parle à mon cul, ma tête est malade.

## Quel surnom donnerais-je à mon estomac?

---

*Le Chef*

Je lui dirais volontiers Lucullus mais comme nous sommes intimes à vie je lui dirais Lulu.

*Le médecin*

Mon antre.

*L'homme de théâtre*

Terminator.

## Quelles émotions influencent mon estomac?

---

*Le Chef*

Toutes les émotions influencent mon estomac car elles sont le pouls de la vie et mon estomac est au centre de ma vie d'individu et de chef de cuisine.

*Le médecin*

L'émotion du bien vivre ensemble, que ce soit dans la chaleur du foyer ou dans les niches de la haute montagne.

*L'homme de théâtre*

La brûlure amoureuse.

## Quelles relations ai-je avec mon estomac?

---

*Le Chef*

C'est une relation d'amour-haine: lorsque tout va bien, que je suis content de moi et de ma brigade, je le gratifie d'un «petit quelque chose de bon», il devient mon ami. Lors de mes contrariétés, échecs ou ratages, les aigreurs qu'il me renvoie m'en font mon pire ennemi.

*Le médecin*

Notamment, la relation amour-haine; je l'aime pour le bonheur papillaire offert; je le hais pour sa vitalité indéfectible assurant un embonpoint fort humiliant.

*L'homme de théâtre*

Avec ses organes, c'est comme avec ses enfants, il faut s'efforcer de ne pas avoir de préférence. Je traite mon estomac aussi bien que mon cœur ou mon foie, c'est-à-dire mal.

## Quelle est la mémoire de mon estomac?

---

*Le Chef*

Pas de mémoire, que du présent!

*Le médecin*

Le rappel mnésique se niche dans les premières années de vie. Les envies surgissent au gré d'un regard, d'un parfum, d'une musique, d'une pensée, d'une angoisse ou d'un drame.

*L'homme de théâtre*

Je n'ai pas fini mon dessert que j'ai déjà oublié ce que j'ai mangé. Je me demande si j'ai mangé un jour autre chose que des babas au rhum.

## Si j'étais mon estomac, comment me représenterais-je?

---

*Le Chef*

En grenouille chinoise la bouche largement ouverte tenant entre ce qui me sert de dents une rose confite.

*Le médecin*

Comme un chapelet, réceptacle et témoin d'une succession d'expériences multiformes assurant ma vie terrestre et formant une prière à la vie.

*L'homme de théâtre*

Je me représenterais en Pietà tenant son enfant sur ses genoux (l'enfant ce serait moi ou ce que j'avale sans savoir ce que c'est).

pour

voir

plus

loin

# Estime du corps ou estime de soi?

par le Docteur *Olaf Makaci*  
hypno-thérapeute

---

Depuis l'aube de l'humanité, le lien entre le corps et l'esprit a été un thème de réflexion et de quête dans de multiples civilisations. Chez les Egyptiens, on retrouve le concept du KA (corps physique) et du BA (corps spirituel, esprit) et chez les bouddhistes, les trois corps (kāyas) de Bouddha. On retrouve ces éléments dans les trois grandes religions monothéistes juive, musulmane et chrétienne

---

Les sciences médicales, la psychiatrie, la psychologie, l'étude du développement de l'enfant (Jean Piaget) ont toutes fait du lien entre corps et esprit un thème de réflexion. Cela a abouti à de multiples théories du développement dans lesquelles cette question, du corps et de son développement, mais aussi de l'esprit et de son développement, ont été une thématique centrale (Freud et les stades œdipiens).

Pour aborder ce thème, je vous propose de prendre un moment pour vous poser à vous-même ces questions:

Ne suis-je que mon corps? Ou suis-je plus que mon corps? Quel est le lien entre mon corps et mon esprit? Que se passe-t-il si ce lien est rompu temporairement ou définitivement (mort)? Je n'ai pas exactement le même corps que lors de ma naissance et de mon enfance, mais alors suis-je donc toujours moi-même? Que se passe-t-il quand mon corps m'informe de son état (ex: douleur, plaisir)? Quand j'ai peur, mon estomac se noue, ma respiration change, mon coeur bat la chamade ...et tout ceci sans ma volonté, voire souvent contre elle. Pourquoi? Ai-je réellement le contrôle de mon corps ou a-t-il le contrôle sur moi?

Dans ce texte, je ne peux donner à ces questions qu'une ébauche de réponse, car si nous devons admettre que le corps informe l'esprit de son état (sensations corporelles), l'esprit influence réciproquement le corps. De ces constatations sont issues les bases de la médecine psychosomatique (qui fait le lien entre esprit et corps), l'idéal étant que les deux aillent de concert, unis dans une intrication subtile.

A l'inverse, certaines pathologies psychiatriques révèlent une dichotomie corps/esprit? anorexie, troubles boulimiques, troubles de panique avec perte de l'estime de soi induisant des mécanismes d'évitement (de fuite), d'isolement, de perte de contact avec les autres (phobie sociale), de dysmorphophobie (crainte obsédante d'être laid).

Pour comprendre ces troubles, un petit retour en arrière sur le développement de l'enfant est nécessaire. La croissance débute avec le corps physique mais progressivement la prise de conscience de ce corps (miroir physique), sa découverte (sensations, plaisir, souffrance) et celle du lien et des réactions des autres vont induire une image psychique de soi (miroir psychique) et donc de l'identité. Comment se constitue cette estime de soi (miroir de soi)?

L'estime de soi est une étape consécutive à la construction de la personnalité. Dès le plus jeune âge, l'enfant va avoir une idée de lui, de son identité, souvent intériorisée à partir du regard de ses parents ou des personnes signifiantes dans son développement. En effet, l'estime de soi n'est ni un sentiment inné ni un sentiment nouveau qui viendrait subitement à un âge donné nous révéler ce que nous pensons de nous-mêmes. Dans la construction de l'enfant, l'évolution positive ou négative de l'image de soi est toujours présente en fonction des expériences vécues. C'est grâce à cela que se constitue petit à petit la base de l'estime de soi de l'enfant.

C'est donc selon que ses expériences ont été intégrées comme positives ou négatives, que l'enfant aura une image de lui-même positive ou négative. Le lien avec son entourage aussi va l'amener à s'évaluer en fonction de ce que les autres attendent de lui.

De ce fait, l'estime de soi fait partie de la construction identitaire de l'enfant; elle prend place au moment où il se reconnaît comme étant unique et une personne distincte des autres (notamment de la mère). Il va pouvoir s'évaluer en fonction de son environnement, du regard que les autres porteront sur

lui et de la manière dont il va évoluer. Il va se former peu à peu une opinion de ce qu'il représente aux yeux des autres mais aussi à ses propres yeux. Cette opinion va constituer la base d'un ensemble de sentiments vis à vis de lui-même. L'estime de soi qui se construit chez le jeune enfant est capitale pour son évolution. Sa confiance ou sa défiance vont s'ancrer solidement en lui. Une bonne estime de soi lui permettra d'affronter plus facilement les défis ou les difficultés. A l'inverse, une faible estime de soi rendra l'enfant plus fragile.

Notre image est donc le reflet de notre état physique et psychologique. Elle est notre carte de visite. Elle est la première impression que l'on donne à l'autre. Un trouble ou un changement opéré à l'intérieur de nous-mêmes aura donc indéniablement une répercussion sur notre apparence et donc sur nos équilibres psychique et physique.

## **L'estime de soi fait partie de la construction identitaire de l'enfant, elle prend place au moment où il se reconnaît comme étant unique et une personne distincte des autres**

### **Relations entre troubles du comportement alimentaire, sexualité et estime de soi**

Il y a plusieurs années, on appelait l'anorexie «la peur de grandir». L'enfant qui devient anorexique n'a pas son âge affectif et sexuel, mais souvent une intelligence supérieure lorsque son corps commence à changer, la honte peut alors l'envahir, ce qui peut entraîner une peur de grandir, de changer (angoisse de l'inconnu). A ce stade, s'il a la possibilité de s'ouvrir à quelqu'un à propos de cette crainte, et de trouver un moyen de s'adapter progressivement à ce changement, il est probable qu'il ne développera pas une anorexie. Dans la pensée de la personne boulimique existe un lien entre alimenta-

tion et sexualité. Elle a peur de perdre le contrôle de ce qu'elle mange de la même façon qu'elle craint de perdre le contrôle des relations sexuelles et a donc une piètre estime d'elle-même. A l'inverse, les personnes souffrant de compulsions alimentaires ont tendance à utiliser la nourriture pour satisfaire des besoins d'ordre sexuel. Un des principaux bénéfices inconscients retirés de l'obésité ou de la maigreur extrême est une certaine forme de protection d'ordre sexuel, donc de protection dans la relation à l'autre et envers l'intime.

Les abus sexuels sont souvent en relation avec les troubles du comportement alimentaire. Ces abus peuvent être d'ordre affectif, physique ou plus spécifiquement sexuel. Dans un grand nombre de cas, les victimes développeront un trouble du comportement alimentaire, mais le plus souvent aucune d'elles, ou presque, ne fera le lien entre cet abus, principalement psychique,

affectif, et sa pathologie. Une personne qui a été abusée doit faire face à des sentiments terribles, dont elle doit absolument «faire quelque chose», et les troubles du comportement alimentaire sont un moyen d'y parvenir.

Les raisons de développer un trouble du comportement alimentaire dans ces cas sont entre autres :

#### *Une forme de protection*

La personne abusée fuit les risques de blessures, craint l'intimité, ne veut plus faire confiance. Elle a le sentiment de ne plus appartenir à personne ni même à elle-même. Si elle est obsédée par l'idée de manger, elle sera plus en relation avec la nourriture qu'avec les gens et croira avoir davantage de possibilités

de se protéger (retour régressif à un état de toute puissance infantile). L'anorexique et le mangeur compulsif modifient leur aspect corporel, pour être moins attirants sexuellement ; c'est une manière de se protéger.

*Une façon de résoudre l'horreur des sentiments engendrés par une telle situation: la souffrance, la colère, l'impuissance, la honte.*

L'anorexique affronte ces sentiments en s'anesthésiant. Sa phrase préférée est «non! je ne veux pas manger». La personne boulimique, quant à elle, se coupe de ces sentiments, elle les recouvre. Pour sa part, la personne «mangeuse compulsive» les refoule.

#### *La neutralisation du sentiment de salissure.*

La victime d'abus sexuel se sent souillée, dévalorisée, mauvaise. Les troubles du comportement alimentaire sont souvent accompagnés de rituels de propreté. L'anorexique punit son propre corps, se débarrasse de toute la graisse pour être mieux à l'intérieur, pour se défaire de tous ses mauvais sentiments.

Que faire dans ces cas?

Garder l'espoir et savoir que les objectifs psychothérapeutiques visent à : développer notre confiance et l'estime de soi; découvrir les schémas créés dans l'enfance (images parentales) et les dépasser; libérer les émotions bloquées; prendre conscience de la transformation de certains troubles psychiques (angoisse, anxiété, stress, honte, etc.) en symptômes corporels (par exemple, boulimie, anorexie, maux d'estomac), ce qu'on nomme somatisation. Mettre des **mots** sur nos **maux** permet d'enrayer le processus de somatisation. Restaurer l'harmonie, la symbiose entre le corps et l'esprit, entre l'image extérieure et intérieure, c'est **être soi**, sans carapace ni masque, et donc être vrai, sans paraître. •

saison 2012 ~ 2013

à l'affiche



## DE MÉMOIRE D'ESTOMAC

au TPR

Arc en Scènes  
LaChaux-de-Fonds  
20 avril 2013

en tournée

CDN de Besançon

Besançon  
du 22 janvier au 2 février 2013

Arc en Scènes . TPR

La Chaux-de-Fonds  
le 20 avril 2013

Am Stram Gram

Genève  
du 30 avril au 5 mai 2013

Théâtre de Bourg-en-Bresse

Bourg-en-Bresse  
le 14 mai 2013



ASSOCIATION  
DES AMIS D'ARC EN SCÈNES  
CENTRE NEUCHATELOIS  
DES ARTS VIVANTS - TPR

## Association des Amis d'Arc en Scènes engagez-vous

La carte d'adhérent donne droit notamment au journal **le Souffleur** ainsi qu'à une réduction de 5 francs par billet à toutes les représentations de la saison du théâtre Arc en Scènes.

Cette réduction est également valable pour l'entrée aux représentations données par Arc en Scènes dans toutes les villes partenaires.

Pour plus d'informations, vous pouvez consulter la page 158 du programme de saison d'Arc en Scènes ou vous adresser directement à l'association:

Association des Amis d'Arc en Scènes  
rue de Beau-Site 30  
CH-2300 La Chaux-de-Fonds  
tél. 032 912 57 70  
fax 032 912 57 72  
amis@arcenscenes.ch  
www.arcenscenes.ch/presentation/les-amis

30 francs étudiants, apprentis, AVS, AI, chômeurs  
60 francs simple  
90 francs double  
120 francs triple  
150 francs soutien

CCP 17-612585-3



ARC EN SCÈNES  
CENTRE NEUCHATELOIS DES ARTS VIVANTS-TPR  
TPR . THEATRE . SALLE DE MUSIQUE  
LA CHAUX-DE-FONDS