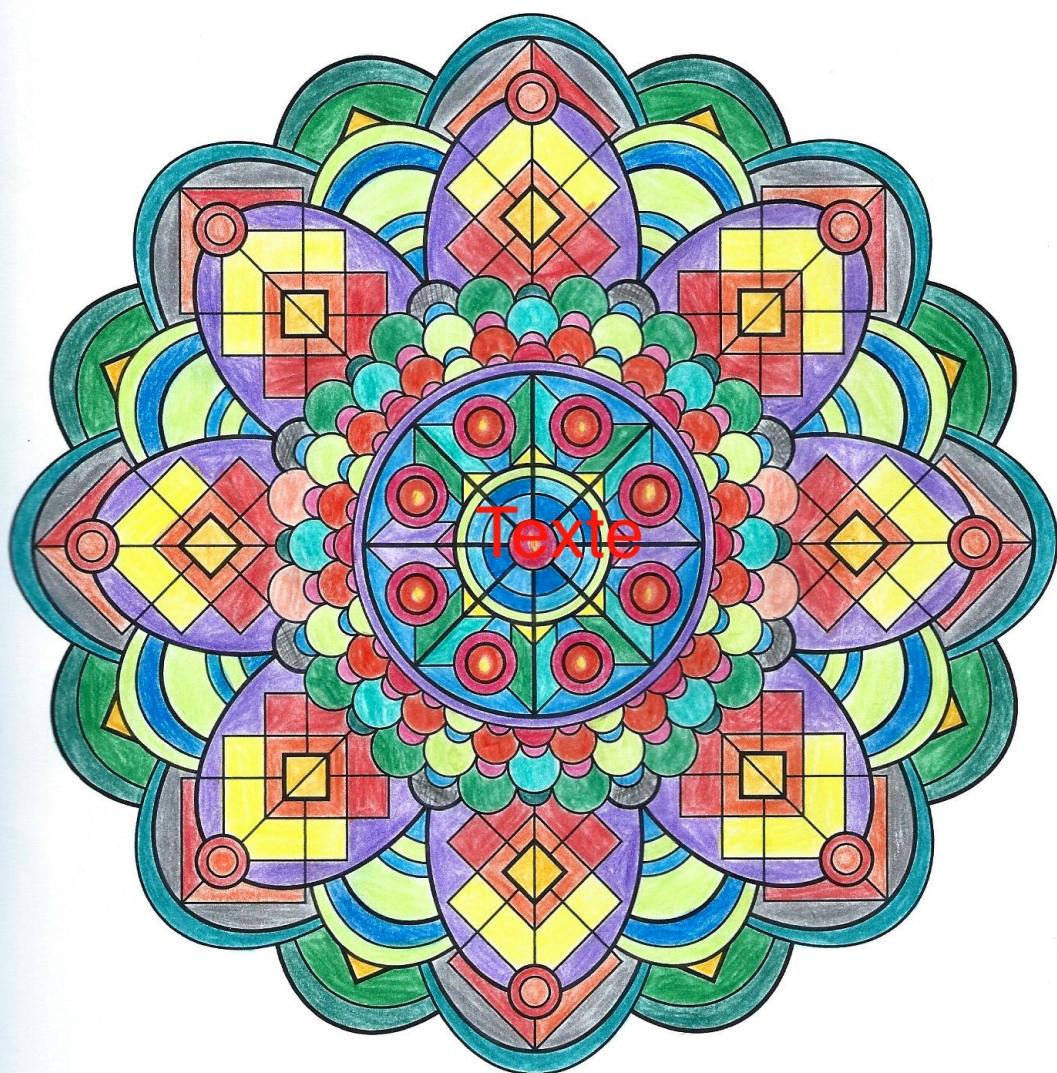


# LE MANDALA

mandala  
"môle d'action"  
permaculture

le centre est multiple  
la matrice est plusieurs  
et insinie à la fois  
répétitions  
variations  
système



"réconciliation  
"réécriture"  
JNVA

rayonnement de notre esprit  
conscience sensorielle  
mentale  
CARTOGRAPHIE

Le nombre  
le soi  
la naissance

# TABLE DES MATIÈRES<sup>1</sup>

## **PRÉMICES**

## **INTRODUCTION**

## ***IMAGES MOUVEMENTS***

- 1. Antoine : point chaud et central / début et fin / « la fin est dans le commencement et pourtant on continue » Beckett / racine / tronc / le Soi multiple et infini**
- 2. Processus de construction / Environnement / cité / repères / progression initiatique / cartographie / système (répétitions, variations)**
- 3. Rayonnement par explosion puis dispersion / extension / devenir**

## **CONCLUSION**

## **BIBLIOGRAPHIE**

---

<sup>1</sup> J'ai créer cette table des matières en fonction de la construction du mandala qui possède trois aspects principaux : son centre, les structures géométriques qui le compose et le fait de le disperser à la fin, dans le cas d'un mandala en sable.

## PRÉMICES

*Le mandala est un symbole universel complexe de la vie, de l'humain, de Dieu, du monde. Sa forme est le cercle. Dans l'espace indo-bouddhique et dans le Tibet lamaïste, le mandala est une structure créée à partir de cercles, puis peinte ou transposée en édifice, et servant de support à la concentration et à la méditation. D'après C.G. Jung, le mandala est un symbole naturel de totalité qui, empreinte archétypale, est inhérent à l'humain et peut apparaître au cours d'un processus de maturation psychique sous forme de rêves, d'images mentales ou lorsqu'on le peint. Dans les périodes de conflit intérieur ou de crise, ces mandalas créés intuitivement aident l'homme à trouver ou à rétablir son ordre intérieur. (...) En fait le mot mandala vient du sanskrit et signifie « cercle sacré » ou « centre ». (...) Mais comment peut-on interpréter le cercle comme un « archétype humain » ? Pourquoi cette structure est-elle ancrée dans le subconscient de personnes d'origines si diverses ? Une explication possible réside sûrement dans l'ordre interne de la nature qui nous entoure. Les humains ont pu sans cesse restituer cet ordre sous forme des mouvements circulaires (...) Mais la signification du mandala devient particulièrement fascinante quand on le considère comme le miroir du monde intérieur. Jung a découvert que des analogies circulaires apparaissent à tous les niveaux de la psyché humaine : des lois cycliques règlent l'équilibre entre intérieur et extérieur, entre macrocosme et microcosme<sup>2</sup>.*

J'ai trouvé cette définition du mandala dans un livre de la bibliothèque de mes parents... Je ne m'en souvenais pas, mais ce livre date de l'année du décès de mon frère, et ma mère a commencé à colorier elle-même des mandalas à cette époque. Dans ce livre, j'ai aussi colorié des mandalas. Je me rend compte que cela est plus ancien que le film auquel j'ai participé et que le mandala est aux prémisses du deuil. Par la suite, il était bien là quand j'avais dix ans à travers le film *Le Mandala*<sup>3</sup>, mais tout ça, toutes ces étapes, je les avais oublié. Quand, en décembre 2018, j'ai ouvert, à nouveau, un livre de mandala anti-stress et que j'ai fini de colorier mon premier mandala, le souvenir du film s'est rappelé à moi. Une connexion s'est produite et encore aujourd'hui elle est fulgurante. Aujourd'hui c'est ce livre qui apparaît, me permettant de dresser une définition du mandala : cela vient entériner mon travail qui pourtant correspond au début de votre lecture de ce mémoire.

---

<sup>2</sup> Kamala Murty, *Le Mandala, symbole de vie, L'importance du Mandala dans notre quotidien*, Le Courrier du Livre, Paris, 1998.

<sup>3</sup> Michel et Bernard Dal Molin, *Le Mandala*, Advita Productions, 2002.

## INTRODUCTION

En effet, j'ai participé à la création d'un mandala à l'âge de dix ans. On nous avait conviés, en tant que frères et soeurs endeuillés, à participer à un film documentaire pour témoigner de cette perte. Le mandala était là pour nous aider à parler et à exprimer nos sensations vis à vis de notre frère ou soeur disparu. On a fait un grand mandala en sable, à la manière des moines, on a pris notre temps pour créer cette structure circulaire colorée et répétitive. Aujourd'hui, je comprends mieux le choix du mandala. J'étais enfant alors, et c'était plus un amusement pour moi qu'une véritable porte d'entrée vers la compréhension de ce que je vivais.

Le mandala est la métaphore créative de la vie telle que j'ai envie de la vivre aujourd'hui à travers le théâtre. Une succession de motifs qui se répètent mais varient à l'infini. Une chose sérieuse, qui trouble la vue, la rend floue, comme une illusion d'optique mais qui pourtant aide à voir plus clair en soi-même. Le mandala me paraît aujourd'hui être un très bon moyen de préparation à la création. Se mettre en état de disponibilité, mettre des couleurs, se concentrer pour remplir les cadres, cet objectif précis, concentré, concentrique, ce cercle qui revient sur lui-même, pour me permettre d'être ouverte sur le monde, sur les autres, et rayonner.

La mort de mon frère ressemble à un mandala. C'est un cercle, « Vie/Mort/Vie » comme dirait Clarissa Pinkola Estés dans *Femmes qui courent avec les loups*<sup>4</sup> en parlant de la Femme Sauvage qu'il s'agit de découvrir en nous : « Elle est la force de Vie/Mort/Vie. Elle est l'incubatrice. Elle est l'intuition, celle qui voit loin, celle qui entend tout, elle est le coeur royal. Elle encourage les humains à continuer à parler les multiples langages des rêves, des passions, de la poésie. Elle chuchote dans les rêves nocturnes, elle laisse derrière elle ses empreintes sur le terrain de l'âme des femmes, qui, alors, éprouvent l'infini désir de la trouver, de la libérer, de l'aimer. Elle est les idées, les émotions, les pulsions, la mémoire. Perdue et presque oubliée depuis longtemps, bien longtemps, elle est la source, la lumière, la nuit, l'obscurité, l'aube. Elle est la bonne odeur de la

---

<sup>4</sup> Clarissa Pinkola Estés, *Femmes qui courent avec les loups, Histoires et mythes de l'archétype de la femme sauvage*, Le livre de poche, Ed. Grasset et Fasquelle, 1996 pour la trad. française.

boue, la patte de renard. Les oiseaux qui nous disent des secrets lui appartiennent. Elle est la voix qui dit " Par ici, par ici " . Elle est celle qui fulmine après l'injustice, qui tourne comme une immense roue, crée les cycles. C'est pour aller à sa recherche que nous quittons la maison. C'est pour la retrouver que nous rentrons chez nous. Elle est la boueuse racine de toutes les femmes. Elle est ce qui nous aide à continuer quand nous baissions les bras, ce qui incube et fait éclore les idées à naître. Elle est l'esprit qui nous pense. Nous sommes les pensées qu'elle émet.<sup>5</sup> » Grâce à mon frère, j'ai l'impression qu'une piste s'ouvre pour que je puisse trouver en moi cette Femme Sauvage. Dans cet extrait il y a tous les éléments qui constituent pour moi une personnage vivante et créative. Ces cycles dont l'auteure parle sont pour moi déterminant dans mon travail et mes choix. Cette Femme Sauvage semble être déjà présente en moi. Je l'a découvre au fur et à mesure que j'avance. Cela est une sorte de soulagement de pouvoir mettre des mots sur des sensations très fortes qui parfois m'envahissent et qui semble avoir un lien avec ces pulsions que décrit l'auteure, ces émotions, cette mémoire. Car il est clair que je travaille sur la mémoire en prenant mon frère comme objet d'étude. Et moins qu'un objet d'étude, je cherche à décrire la relation que j'entretien avec lui, comment elle prend forme, et qu'est-ce que j'aimerais en faire. Et je pourrais aussi me poser ces trois questions évoquées dans le livre de Vinciane Despret *Au bonheur des morts* à travers l'histoire de Shizuto qui « s'arrête aux lieux où la mort est advenue, interroge les personnes qui vivent aux alentours, la famille parfois, toujours avec les mêmes questions : *qui a aimé cette personne défunte ? Qui a-t-elle aimé ? De quoi quelqu'un peut-il lui être reconnaissant ?*<sup>6</sup>».

De plus, c'est une mémoire spécifique que je convoque, une mémoire du futur antérieur comme l'explique de nouveau Vinciane Despret : « C'est un "devenir avec" au futur antérieur : dorénavant, il aura été. Et donc un devenir réel pour le futur. On recompose le disparu pour pouvoir, dans l'avenir et pour longtemps, du moins on l'espère, composer avec lui. C'est une manière bien intéressante de penser ce que signifie, dans

---

<sup>5</sup> *Op. cit.*, p. 28 et 29.

<sup>6</sup> Vinciane Despret, *Au bonheur des morts, Récits de ceux qui restent*, La Découverte/Poche, Ed. La Découverte, Paris, 2015, 2017, p. 78.

un même geste, à la fois honorer et hériter, donné au passé une place et des effets dans le si bien nommé futur antérieur: "Sa présence dans ce monde aura fait une différence" <sup>7</sup>». L'honorer et hériter de lui je le fais tous les jours et je souhaite aujourd'hui construire à partir de ça un objet théâtral. Cela sera peut-être une cérémonie, un rituel, autour ce frère qui m'habite, que je sens en moi, qui se transpose en espoir, en force, en désir. Je n'ai pas assisté à l'enterrement de mon frère, et je n'ai pas vu son corps mort. Alors peut-être que le théâtre, cet endroit de création illimité, peut me permettre de réaliser un revivre à ma manière. De la pure interprétation des choses, de l'imagination, de l'affabulation, du récit, une histoire. « Se souvenir n'est pas un simple acte de la mémoire, on le sait. C'est un acte de création. C'est fabuler, légender, surtout fabriquer. C'est-à-dire instaurer. Les trois questions de Shizuto sont des questions qui recomposent une vie – l'anglais, à cet égard, permet un joli métamorphose avec le *remember*, qui veut dire souvenir, mais qui, lorsqu'on le scande, *re-member*, signifie recomposer, remembrer. Recomposer, reconnecter, des morts, certes mais aussi des récits, des histoires qui les portent, qui se situent à partir d'eux, pour se laisser envoyer ailleurs, vers d'autres narrations qui "re-suscitent" et qui elle-mêmes demandent à être "re-suscitée" <sup>8</sup> ». Puis, « Il ne s'agit pas temps de l'identifier et de comprendre les raisons de sa mort (quoique cela importe), mais de le *recomposer* : lui redonner, matériellement, une existence incorporée, lui reconstruire, charnellement, une histoire passée, parce que c'est l'incontournable condition pour une histoire à continuer : *re-member* <sup>9</sup> ».

En effet, mon frère est mort mais il continu pourtant de vivre en moi, qui ai peur de ma propre mort. Avant, étant enfant, j'étais centrée sur la mort des autres, celle de mes parents entre autre que j'ai vu subir le foudroyement de la perte d'un enfant. J'étais à l'écoute de cette dévastation physique et psychique, j'avais peur pour eux, je voulais qu'ils restent, qu'ils soient là et je faisais tout pour que le bateau reste à flots. Maintenant que je suis adulte, on pourrait dire cela, que j'ai choisi ma voie, une voie forte que mes parents acceptent et soutiennent, je peux voler. Et pendant ce vol, je prends conscience

---

<sup>7</sup> *Op. cit.*, p. 88.

<sup>8</sup> *Op. cit.*, p. 80 et 81.

<sup>9</sup> *Op. cit.*, p. 86.

du vide au dessous de moi, auquel je n'avais jamais prêté attention auparavant. Je voyais le vide au-dessous des autres, je le voyais très clairement, sans jumelles, et j'essayai de les aider autant que je le pouvais, sans me préoccuper de celui qui m'attendais. Maintenant, il est là, je le vois, juste là. C'est très effrayant parfois. Vertigineux souvent, et excitant. Le théâtre c'est se jeter dans le vide, mais un vide qui serait tellement construit, agencé, pensé, que quand on tombe dedans on se love. On est bien dans le théâtre, il est chaud, c'est comme une matrice. La mort c'est pareil. Elle nous prend dans ses bras, elle est tellement attirante parfois qu'on se demande pourquoi on continue de vivre. Dans le cas de la perte de mon frère, j'ai ressenti que cette mort ne m'était pas hostile, au contraire. L'avoir vécu enfant m'a peut-être protégé d'un savoir-faire d'adulte vis à vis du deuil et comme dans cette phrase de Jean Allouch : « accomplir le deuil, c'est réaliser la vie du mort en tant qu'accomplie<sup>10</sup> ». La vie de mon frère s'accomplie dans mon imagination et surtout dans mon corps. En voulant l'interpréter sur scène j'assume cette fusion du « il est moi, je suis lui ». Je porte deux corps en un seul, ma fratrie je l'ai intériorisé, incarné au sens de - donner corps -. Je donne un corps à mon frère à travers le mien car mon frère n'était qu'un bébé quand il a disparu. Il avait deux mois. A peine né qu'il partait déjà rejoindre les morts. Son statut d'enfant vivant est passé en un rien de temps au statut de tragédie : un bébé mort. On le voit dans les tragédies antiques, à quel point la mort d'un enfant est un sujet exutoire. Thyeste sert à son frère ses propres enfants à manger. Il tue l'espoir, la descendance, il tue l'avenir de l'humanité. Il suicide son frère en lui faisant manger sa propre engeance. Pourtant, je n'ai jamais vu mon frère comme un bébé, je ne l'ai jamais imaginé comme ça. Il n'est pas resté un bébé pour moi, il m'a suivi, il a grandi avec moi. Aujourd'hui il aurait 20ans, et c'est à peu près à cet âge que je l'imagine. J'imagine un jeune homme sortant de l'adolescence, blond, très beau, rebelle et doué. Bien sûr j'ai une vision très positive de mon frère. Il est un centre de vie pour moi. Dans le cercle du mandala, il est au centre. Il vit en étant mort. C'est le point de départ de ma vie intérieure. Car il est vrai qu'avant sa mort, je ne me rappelle daucun souvenir de mon enfance. Comme un vide avant ça. J'écoute ce qu'on me raconte sur moi petite fille. Mais je ne ressens pas, je n'ai

---

<sup>10</sup> Op. cit., p. 89.

pas d'images. Je me rappelle bien, par contre, de moi, à sept ans ayant un frère. Ce frère qui a presque directement intégré mon corps. Il n'a pas eu le temps d'en avoir un. Il est resté à l'état de nouveau né. Tous les nouveaux nés se ressemblent. Il aurait pu être n'importe qui si je l'avais laissé dans cet état. Mais ce que je savais de manière certaine c'est que c'était un garçon et qui s'appelait Antoine.

## IMAGES MOUVEMENTS



Comme cette image de fin du film *Les Quatre Cents coups* de François Truffaut, ou cette illustration d'Edward Hopper, mon frère est un état de fulgurance, il est un être pris sur le fait de sa mort, toujours en mouvement. Sa mort est : fulgurante, violente, toujours mouvante en moi. Elle me donne envie de bouger, de créer, de me lever et de m'exprimer. Comme cet enfant au sot du lit qui regarde le soleil se lever et le visage d'Antoine

Doinel qui nous regarde à la fin du film : c'est beau, c'est chaud, ça brûle. Je brûle de créer et de dire. Il est ma flamme, la petite flamme que je ressens en moi. Ces deux images représentent deux



perspectives que je voudrais creuser dans le solo : celle du retournement sur mon passé, sur ce frère, quelque chose qui éblouit et rend la vue en même temps; et celle de l'incarnation, donner corps à ce frère, donner un visage, une voix, EN MOUVEMENT. Donner vie. C'est une reconnaissance de la vie, à travers l'art. C'est une seconde naissance, de lui et de moi, à travers des images qui m'inspirent et que je voudrais créer sur scène: des IMAGES-MOUVEMENTS. Ces images contiennent non seulement du mouvement mais elles font aussi bouger les choses à l'intérieur de moi, elles me mettent en mouvement vers ce frère. Elles contiennent ce frère et le libèrent en même temps. Elles ont une puissance évocatrice, elles sont une surface de projections, de visions. Ces images sont comme des flashes, elles évoquent un souvenir fugace, un

présent absent, mais un état d'être infini, éternel, qui s'est imprimé dans ma rétine, en filigrane, qui vivra en moi à jamais. Comme le visage de Mattis dans le spectacle *Brume de Dieu*<sup>11</sup> de Claude Régy, à partir d'un extrait du texte *Les Oiseaux*<sup>12</sup> de Tarjei Vesaas, que j'ai pu voir filmé par Alexandre Barry dans son film éponyme<sup>13</sup> et qui m'a donné envie de faire mon mémoire de Master<sup>14</sup>. Je crois que déjà, à ce moment là, j'avais VU mon frère : une force, une puissance dans la combinaison du travail de visagéité de l'acteur Laurent Cazanave avec le metteur en scène dans la création théâtrale et sa mise en image au cinéma (le film que j'ai pu voir). Tout ce travail sur le visage, le portrait, que j'ai développé dans ce mémoire, je comprends maintenant que ce qui l'a déclenché est en rapport avec ces deux images : un corps de jeune homme, un être sur lequel on projette des mondes, une enfance, un avenir, une force de vie, un matin plein de promesse. Et aussi la mort prématurée, quelque chose de mélancolique, qui ne m'endort pas, qui au contraire m'éveille ! Les sens, les émotions, ça ouvre des canaux illimités, un concert multicolore, comme le mandala peut l'être, et notamment celui que j'ai présenté en page de couverture de ce mémoire-ci. Les travaux se rejoignent, le cercle du mandala prend sens dans tous les points de contact qui surgissent jusqu'ici dans ma vie.

« (...) toute l'oeuvre de Vesaas, où se succèdent les réussites (...) n'est plus qu'une continue symphonie concertante où les forces de vie affrontent les puissances de mort. L'issue, apparente, de ce combat ne fait pas de doute et il peut se faire qu'un pessimisme mélancolique à peine tempéré par un humour discret triomphe en surface, comme dans *Les Oiseaux*. Mais cet art de visionnaire, ce grand talent lyrique, essentiellement lyrique, vont bien au-delà du désespoir (...). Il en reste une invite insistante à mieux aimer la vie, à apprendre à dépasser, à transfigurer les contingences :

---

<sup>11</sup> Claude Régy, *Brume de Dieu*, La Ménagerie de Verre, Paris, 2012.

<sup>12</sup> Tarjei Vesaas, *Les Oiseaux*, L'Atelier Furtif, Plein Chant, 1986.

<sup>13</sup> Alexandre Barry, *Brume de Dieu*, Fiction 96', LGM – Sabrina Iwanski – Myriam Mazuzi – M\_MEDIA – Les ateliers contemporains – Claude Régy, Paris, 2012.

<sup>14</sup> Agathe Lecomte, « Filmer le théâtre de Claude Régy : Étude à partir de *Brume de Dieu*, film d'Alexandre Barry et, *La Barque le soir*, création de Claude Régy », sous la direction de Sabine Quiriconi, Université Paris X Nanterre La Défense, UFR PHILLIA, 2013-2014.

la nature, la simplicité, l'évidente et immédiate beauté d'un lac, d'une forêt, d'un nuage, d'une aile d'oiseau, d'un regard de jeune fille en sont l'irréfutable preuve. Ils sont au-delà du malheur et de la mort et leur miracle ne périt jamais, il est à la portée du plus déshérité. Ce n'est pas exactement « a thing of beauty is a joy for ever », ce serait plutôt, mais la distinction pourra paraître spacieuse, un objet d'amour est une joie infinie. Bel amour. Comme si, de savoir aimer de la façon dont le peut le plus dépourvu d'entre nous ne suffisait pas à réintroniser la beauté et, partant, à donner, à rendre le goût de vivre ! On songe aux paroles de Knut Hamsun<sup>15</sup> mourant : "Je me réjouis de revivre " »<sup>16</sup>.

*Lors d'une journée au ski, ma mère et moi étions autour de la voiture, garée sur le parking de la station La Féclaz. La voiture, encombrée des affaires de ski, ne laissait pas une vraie place pour le couffin dans lequel mon frère était installé. Ma mère me la confié et je l'avais à mes pieds, je faisais dos au coffre. Soudain, une voiture recula sur le parking et les roues se posèrent sur le couffin. À ce moment là j'étais retournée vers ma mère qui débarrassait la voiture. C'est ma mère qui vit en premier mon frère sous les roues. Elle cria, je me retournais et sans pouvoir rien faire, l'homme et sa voiture se dégagèrent de l'endroit, roulant une deuxième fois sur le couffin et le corps de mon frère. Après cela, un trou noir. Je me retrouve sur les genoux de ma mère dans l'office du tourisme de la station essayant de la consoler, le bruit d'un hélico en fond, et la dernière image sera celle de la voiture de police qui devait nous reconduire en bas.*

C'est une histoire qui ressemble à une tragédie, à un massacre ; c'est très dur d'expliquer ce qui s'est passé car c'est très violent. Mon frère n'a pas souffert je crois, mais sa mort a été une déflagration dans ma vie et celle de mes parents, elle raisonne encore. Comme lors d'une explosion nucléaire, elle est radicale, surprenante et dommageable. Les dommages se voient sur le corps mais aussi dans le corps, à l'intérieur. Ça crie, ça crisse, comme les pneus de la voiture qui ont tués mon frère à même le sol. Il a été écrasé. Ce verbe est terrible. Et je n'arrive même pas à imaginer son

---

<sup>15</sup> J'ai la chance de travailler sur un de ses textes, *Mystère*, avec Julien Meyer depuis juillet 2018.

<sup>16</sup> Régis Boyer, Préface, *Les Oiseaux*, L'Atelier Furtif, Plein Chant, 1986, p. 8-9.

petit corps dans cette situation. Ma mère m'a toujours dit qu'il n'avait pas été « abîmé », car les bébés, à cet âge, ne sont pas encore totalement formés, donc un peu mous et le choc n'a peut-être pas trop fait de marques sur lui. Ce choc en a, par contre, provoqué sur nos corps, des marques. Assez rapidement après, je me souviens avoir fait une poussée de boutons, qui ressemblaient plus à des petites parcelles de peaux gonflées. J'en ai encore les cicatrices. Il est difficile de décrire ce que j'ai ressenti lors de cette mort. Mais je peux me souvenir d'une image : moi, dans la salle de classe de CP, les yeux dans le vide, triste, et ma maîtresse qui s'approche de moi en essayant de me réconforter. J'ai toujours cru qu'en tant qu'enfant le plus dur avait été de voir mes parents souffrir. Faire l'intermédiaire, vouloir sauver les choses, être très attentive à eux. Mais finalement, j'ai aussi souffert directement de cette mort. Dans mon corps. La voiture qui a reculé sur mon frère n'était pas loin de m'écraser également. Je ne l'ai pas conscientisé car j'étais alors retournée. Je crois que cette image de cet enfant qui se retourne dans son lit exprime bien le choc du *retournement* : je me retourne et mon frère n'est plus là, il est recouvert pas une voiture et je ne le verrais plus JAMAIS. Cette voiture l'a englouti, l'a anéanti. A partir de ce retournement précis, provoqué par le cri de ma mère qui est la première à constater la tragédie, je tombe dans un trou, je m'enfonce dans un rêve. Mais ce rêve n'en ai pas un, c'est la dure réalité. Ici, le réel est tellement poussé à l'extrême qu'il devient songe, histoire à raconter, tragédie antique, scène de cinéma. C'est un accident. Et si pour moi, créer des fictions sur scène n'était pas un moyen de retrouver le réel ? De retrouver cette puissance du réel que j'ai vécu, impensable dans un quotidien, fulgurante, intransigeante mais puissante et illimitée. Le théâtre serait également le moyen pour moi de pouvoir exprimer mes propres émotions, sans le filtre des émotions des autres, ceux qui ont aussi vécu ce drame, mes parents. Retrouver ma propre réalité sur le plateau de théâtre. Construire une fiction qui prend sa force dans le fait de m'approprier les évènements du réels, à travers mon prisme, multiple et singulier. Rêver à partir du plateau, faire des aller-retours entre réel et fiction mais toujours dans le cadre de ma recherche personnelle et plus à travers l'autre, dans le sens de - s'oublier au profit de -, - se figer en alerte vers -. Se permettre de rester en mouvement, de quitter les situations de stress, d'angoisse. Se retourner

mais ne pas rester sur place, marcher vers la peur, vers la mort, et la dépasser, traverser le miroir, *traverser les murs* comme dirait Marina Abramovic<sup>17</sup>. Etre une matière vivante, souple. Au cours de ma formation de Bachelor, j'ai beaucoup appris sur cette souplesse du corps à travers les cours de Gaga donnés par Géraldine Chollet. Se délester. Jouer. Mimer. « Etre à 10% ». Se permettre d'être là tel que l'on est et en faire quelque chose, toujours trouver quelque chose intéressant par rapport à soi. Se construire à travers soi et ses propres sensations. Pour autant, cette pratique ne demande en aucun cas de se couper du reste du monde. Quand on bouge en gaga, on a les yeux bien ouverts, on voit les choses, on les regardent. Les sens sont développés, ils dialoguent avec les micro-sensations à l'intérieur de nous. Toujours dans des aller-retours. Au début, quand j'ai commencé les cours de gaga, j'étais très souvent en colère ou alors en larmes. C'était pour moi nouveau de ressentir toutes ces émotions juste en bougeant. Mais j'ai très vite compris que c'était une clé pour moi et mon corps. Accepter de ne pas avoir envie, être fatiguée, désengagée, dispersée, déséquilibrée, moins attentionnée, toutes ses perceptions négatives, ses défaites, les considérer, leurs donner une place et jouer avec elles, en faire matière à jeu, puisqu'elles nous sont propres et qu'elles nous habitent. Et ce n'est pas se dire « on est obligés de faire avec ». C'est plus - faire pour -, faire pour soi, faire pour avancer, faire pour ne plus se juger, faire pour faire parfois oui, et ce n'est pas du tout vain. Le mouvement amenant le mouvement. Comme une mécanique. Et de l'observer tendrement, joyeusement. Cette souplesse du corps et de l'esprit m'a beaucoup aidé à comprendre mes émotions. Cela m'a aidé à passer des caps, tout comme la pratique du Tai-chi avec Dominique Falquet. Passer des seuils, les voir passer, étudier ses propres réactions, apprendre de soi-même, trouver de la connaissance dans des expériences personnelles. C'est moins se dire « j'ai tendance à » que « je ressens ça aujourd'hui, qu'est ce que ça provoque ? » Le constat, sans jugement. Le constat simple et pourtant puissant quand il permet de rester en mouvement. Ce n'est pas faire un constat défaitiste « je suis nulle », mais plus un constat de l'action « je bouge comme ça » « alors je vais tenter l'inverse, moins, plus, etc... » Jouer avec la matière qu'on produit. Il ne s'agit pas non plus de se regarder, mais plutôt de sentir. Mon regard est

---

<sup>17</sup> Marina Abramovic, *Traverser les murs*, Mémoires, Fayard, 2017,

ouvert sur l'extérieur et mon corps est bien présent, il n'est pas ailleurs, mais il est concentré à sentir. Je n'avais pas autant pratiqué l'écoute de mes sensations. Au début cela bloquait par endroit car je me posais des questions sur ce qu'est une sensation : « Ce n'est que du corps ? Mon esprit participe-t-il de cette sensation ? »

Puis, petit à petit, ce n'étaient plus ces questions qui m'intéressais mais l'expérience qu'on me proposait au-delà de la dissociation corps-esprit, qui, finalement, n'est pas si concrète. Elle n'existe peut-être même pas. On l'a fait, la différence : je peux penser sans bouger, mais ce que m'a appris le gaga c'est qu'il y a toujours du mouvement en nous même si l'on travaille sur l'immobilité ; la pensée est un mouvement du corps. Apprendre à penser l'action, c'est ce que l'on a fait pendant notre formation dans le cours d'Oscar Gomez Mata. Nous n'avons pas passé des heures à analyser ce que c'est qu'agir mais nous l'avons fait. Nous avons marché, posé notre présence, travaillé la matière, celle qu'on met au contact de celle d'un public. Puisqu'il s'agit de cela : montrer quelque chose à quelqu'un qui est lui aussi vivant. Et peut-être que ce travail me plaît autant car je sens enfin l'écho, la réverbération, je sens les murs bougés, les vibrations se propager. Je ne suis plus face à ce mur de souffrance impossible à franchir, impossible à faire bouger. Le mur de la souffrance de mes parents mais aussi mon propre mur intérieur qui s'est construit brique par brique et que de plus en plus je décèle, je casse, pour laisser passer la lumière, aveuglante parfois, mais souvent joyeuse et attrayante. Elle dessine les contours d'un nouveau moi, plus visible, plus clair quand je le regarde, et qui contient toujours cette part de rayons qui ont dû batailler pour passer, en raies, à travers une surface épaisse qui est moins solide que je le croyais. Le mur casse, la lumière passe.

## 1. Antoine, le point chaud et central



C'est une figure antique, un demi-dieu, un dieu tout court peut-être. Antoine, Oreste, Apollon (c'est l'oracle d'Apollon que reçoit Oreste afin de venger son père), le frère, l'être aimé, beau comme un dieu, blond, grand, fort, athlétique, jeune et rebelle. Une figure d'avenir, de bonheur, une puissance vitale. Voilà l'image que j'ai de mon frère et que j'ai incorporé. Il m'habite depuis l'âge de sept ans, mais il n'a pas toujours pris cette forme, aussi claire, puissante et rayonnante.

En somme, une forme théâtrale. Je le retrouve dans des jeunes hommes que je croise dans la rue, au cinéma, en photographie. Le



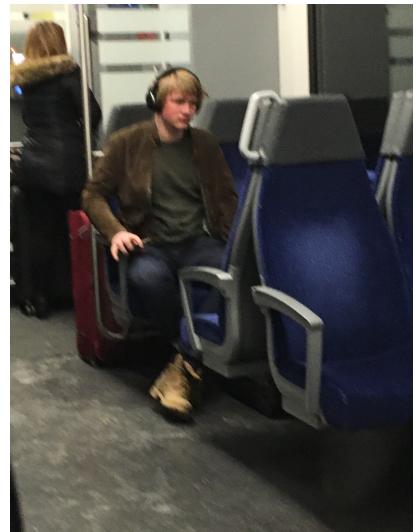
jeune acteur  
Antoine-Olivier  
Pilon dans  
*Mommy* de Xavier  
Dolan, le  
personnage



d'Antoine Doinel chez



Truffaut. Je cherche mon frère.  
Et je le reconnaiss très précisément dans certains visages, certaines attitudes comme chez ces deux jeunes hommes dont j'ai volé l'image.



Il ne peut pas être autre chose qu'une figure pour moi. Il n'a pas eu le temps d'avoir un caractère propre, des traits exacts, un dessin de lui, il n'a pas eu le temps de vieillir, de changer, bref il n'a pas eu le temps de vivre. Alors je l'imagine. Et l'imagination, regorgeant de visions, semble chez moi visée une sorte de perfection qui n'appartient qu'aux dieux grecs, ou aux demi-dieux de la mythologie. Ces lignées de jeunes hommes forts et fougueux. Pourtant, dans ma vie je n'ai de cesse de chercher à déjouer ces codes normatifs de virilité. Mais ils me rattrapent malgré moi... Mon frère c'est ma partie virile, c'est mon homme parfait, c'est ma fougue, mon audace. Il est le masculin en moi. Et ce masculin, je l'identifie comme fort et dur et parfait mais je pense au contraire qu'il peut se loger dans bien d'autres endroits. N'est-ce pas plutôt la femme en moi qui est dure avec elle-même, exigeante, qui veut être parfaite aux yeux des autres ? Ce frère justement n'est-il pas la porte qui m'ouvre au monde de la tranquillité, de l'assise ou pour ainsi dire de la confiance en soi ? Des valeurs qui me semblent être totalement asexuées. Tout le travail de l'identité se rejoue à cet endroit pour moi : à l'endroit du frère, de ce lien inébranlable envers un autre que soi, qui n'est pas soi, qui est d'un autre sexe, et pourtant qui semble si familier. Dans mon cas, je n'ai même pas eu le temps de vivre cette fratrie. J'aurais temps aimé être une soeur. Et j'ai été une soeur, je suis une soeur, mais je l'avais oublié, je n'y avais même pas pensé auparavant. Soeur, la soeur d'un frère, plus petit, qu'on protège, sur qui on veille et qu'on voit grandir. Les grandes familles dans les tragédies antiques regorgent de ces fratries soudées et dont les liens sont échaudés. Ils ont des enjeux forts, ils parlent bien, ils vivent des épopeées, des vengeances, des retrouvailles etc... Comment s'emparer de ces récits pour parler de mon histoire ? Pour représenter ce que je ressens dans mon corps, cette double identité que je ressens en moi, cette colère, cette force vive.

Je pourrais parler de mon frère sous la forme d'une auto-fiction, d'un témoignage.

Je pourrais en parler comme s'il était un bébé, un nouveau-né, comme lors de son décès.

Je pourrais parler du mort, de sa mort.

Mais non.

Je veux parler de lui, vivant. Il est vivant. C'est un être qui vit en moi. Je sais la musique qu'il écoute, par quoi il est touché. Il a un corps précis, un regard précis, une manière d'être précise. Et je veux l'incarner. Je veux être lui. Comme il fait partie de moi depuis le début. C'est encore une fois le même travail que celui du mandala. C'est un cycle. Je lui donne vie, forme, voix, gestes, actions, paroles, puisque la vie ne l'a pas fait. C'est loin d'être une thérapie. C'est un projet de théâtre. C'est du travail. Je tiens absolument à ce que ce soit un travail.

Le point de départ, c'est lui et ma relation avec lui. Mais le reste ne fera que rayonner de ça. Le théâtre est plus important. S'il faut sacrifier des choses pour que le théâtre soit là alors je le ferais.

Antoine c'est mon humus. C'est un terreau, c'est cette odeur de terre que décrit Clarissa Pinkola Esté. C'est la racine de mon moi profond. Il se mêle en moi et me rend multiple, encore plus que si j'étais sans lui. Mon frère c'est une terre inexplorée qui serait à l'intérieur de moi mais aussi à l'extérieur. Ça fait des allers-retours. C'est une terre où je peux trouver une nouvelle identité tout en faisant persévérer la mienne, en la creusant. Mon frère me permet de me découvrir et me redécouvrir car il y a tout à inventer. Il était aux prémices de la vie. Je peux tout construire, tout créer. C'est comme une note en bas d'un cahier, un chose qu'on se dit à soi-même, un début d'idée, un germe d'oeuvre. C'est gigantesque. C'est une bombe à retardement. C'est un tremplin fabuleux pour créer. Mon frère, je le vois à l'extérieur, je le cherche aux alentours de ma vie, mais aussi en moi. Depuis enfant je cherche à savoir ce que c'est qu'être un garçon. Je cherche à en être un ou en tout cas à pouvoir y ressembler.

Dans mes jeux d'enfants, de costumes, de maquillages et de photos, je m'amuse à cette double identité, et pas qu'avec le fait de ressembler à un garçon d'ailleurs. Ce que je vois dans les films, les personnages, je veux être eux, dans le sens de l'image. Je copie. Je sais un détail et je le refais sur moi. Je prend la pose et je suis la personne. C'est un mimétisme génial que j'ai un peu oublié par la suite. Il est génial car il est joueur. Il n'a aucune visée analytique, théorique ou de représentation. Je le faisais pour moi, pour me plaire, pour m'amuser, pour être en adéquation avec mon désir déclenché par le personnage de la fiction. Et aujourd'hui j'essaie de me rappeler ce rapport à l'image que

j'avais très fort quand j'étais enfant et que j'ai encore mais qui s'est transformé et parfois rigidifié. Le fait de faire une formation en jeu m'a fait renouer avec ce plaisir de copier, de jouer à être, et finalement d'être quelqu'un d'autre. Et être quelqu'un d'autre, ce qui est le plus intéressant là-dedans, ce n'est pas être totalement ce quelqu'un d'autre mais plutôt retrouver de soi dans le fait de jouer à être quelqu'un d'autre et se dire « moi, je suis lui ou elle ». « Je le fais comme ça, je l'imiter comme ça, c'est ma manière, c'est mon interprétation ». Et ça ne va pas plus loin, c'est un plaisir personnel. Ça ne demande pas d'applaudissements, juste un miroir pour regarder comme l'illusion est réussie.

## 2. Processus de construction

Comme un film documentaire, j'écris ce mémoire sur le deuil. Le deuil est pour moi, à ce stade, une cellule vivante. La mort ne correspond pas à un état d'être figé, morbide, glauque ou squelettique. A la fin du film *Carré 35* d'Eric Caravaca<sup>18</sup>, on voit en plan séquence une sorte de crypte ouverte, avec plusieurs squelettes et cadavres embaumés. J'ai toujours eu du mal à regarder ce genre d'images qui offrent une vision mortifère des êtres partis. Pourtant, je comprends pourquoi Eric Caravaca a choisi de filmer ces personnes. En effet, elles sont en présence. Elles nous offrent leur essence, celle de la vie qui n'est plus mais dont il reste une preuve; ils sont là, si expressifs dans le corps figés. Et c'est cela qui est difficile à accepter : que la mort soit si puissamment expressive, si réelle, violente, pas agressive, juste violente par sa présence, son état d'être au monde, sans vie, sans fiction, mais non dénuée d'histoire, de vérité, de beauté. Comme les morts qu'on met à table dans certaines cultures, ces restes de corps conservés nous rappellent à des racines profondes, ancestrales. J'ai pu visiter à Vallon-pont-d'Arc la reproduction de la grotte Chauvet. Les peintures rupestres m'ont émues aux larmes car elles sont le vecteur de notre humanité. Ces « restes » de civilisations, comme les cadavres du film, sont les témoins d'une puissance qui nous dépasse mais que nous avons en nous. Cette force de vie dont je parle dans ce mémoire, cette chose indéfinissable qui m'a fait avancer malgré la perte de mon frère, ce désir profond de laisser une trace, faire partie de ce monde, poser sa présence comme dirait Oscar

---

<sup>18</sup> Eric Caravaca, *Carré 35*, Les films du poisson, Pyramide, 2017.

Gomez Mata<sup>19</sup>. Ce rendre disponible au monde qui est là, qui nous regarde, et s'offre à nous en même temps. C'est un échange gratuit. Cette échange ne se monnaie pas. Ces ancêtres ont posés leurs mains peintes sur les parois de la grotte et aujourd'hui nous les observons comme des signes du passé. Mais, en les regardant, nous les actualisons, nous leur rendons toute leur puissance présente. Elles sont fulgurantes, elles nous apparaissent, elles se révèlent à travers chaque oeil qui les regarde. Cela se réactive sans fin. Ces peintures ne sont plus des signes du passé, elles deviennent familières, quotidiennes, on se reconnaît en elles, on les comprend, et elles nous aident à nous comprendre nous-mêmes, aujourd'hui, dans ce monde qui nous est commun même s'il a changé.

Ainsi, même si je sais que mon frère a été enterré et que son corps s'est décomposé, et qu'aujourd'hui son corps est inexistant, réduit en poussière, il n'en est pas réduit au RIEN. Il a laissé une trace en moi, indélébile, comme les peintures de la grotte. Ma relation avec lui est une grotte remplie de signes et je les découvre tous les jours, j'essaie de les décoder ou au contraire de suivre leurs contours sans avoir peur de suivre leur trace, comme un jeu de piste, sans être effrayée par ce que je trouverai. A ce chemin il n'y a pas de fin, comme à la grotte il n'y a pas de parois. Elles sont immédiatement détruites par les marques faites sur elles. Les marques ouvrent sur un autre monde, un autre lieu, infini. On voit au-delà des murs de la grotte, on voyage dans le temps, on est mis à la place de ces êtres millénaires. On est dans leurs pas, dans leurs traces. Et tout cela compte pour moi, ces peintures, cet arc sous lequel je me suis baignée, cela fait partie de ma vie. Tout comme mon frère n'est pas rien pour moi. Il a construit ma vie et il aurait aussi construit ma vie en étant vivant, mais d'une autre manière. Cependant, il est mort. Alors que faire ? Comprendre où il se situe en moi. A quel endroit du corps, de l'âme, de l'esprit et des sens ? Il est partout. C'est une matière dispersive. Il s'est déversé en moi à partir du moment où l'on m'a annoncé son existence

---

<sup>19</sup> Lors de nos cours techniques du matin dits de « présence », Oscar nous a souvent fait faire cet exercice de poser sa présence à rien faire : il s'agit d'entrer sur scène, prendre une place, se regarder soi-même pour se recentrer, et ensuite lever la tête pour regarder devant, au loin, regarder le monde et se laisser observer. C'est un exercice très formateur quant au travail d'être au présent sur une scène, c'est-à-dire faire en fonction de ses besoins du moment, prendre le temps qu'on souhaite pour poser cette présence, et se rendre disponible aux regards tout en étant attentif à ce que ça provoque en toi.

(déjà bien avant sa naissance) et cela va bien au-delà de sa mort. C'est un être qui se diffuse, il rayonne dans toutes mes actions, mes visions, mes apprentissages. Un ange-gardien ? Peut-être. Ce qui est étrange, c'est qu'il n'est pas qu'un, mais plusieurs, il se métamorphose de manière illimitée. Sa mort lui aura rendu sa vie de manière décuplée. « Ces récits qui le composent en une nouvelle personne, plus complète, plus importante, plus dense, mieux liée, unifiée dans l'hétérogénéité des versions de lui-même, plus surprenante : une personne à la personnalité plus riche que ce qu'elle était de son vivant pour chacun des participants. Le disparu devient plus important, et plus important pour et avec chacun dans le sens où il importe plus, et de nouvelles manières », c'est un « être multiple aux effets multiples, et donc plus présent dans son nouveau mode d'existence », c'est un « vecteur de vitalité <sup>20</sup> ». Comme si la mort rendait à ceux qui partent toute leur puissance de vie, elle s'insinue partout, en nous, autour de nous, par nous, et on la déploie avec toutes les ingéniosités possibles, on en fait un véritable territoire, un monde, un univers. Ce serait comme de l'air, on ne le voit pas mais pourtant il fait le lien entre tout ce qui est vivant sur cette terre. Il est là, bien réel, bien présent, on ne peut pas le toucher mais pourtant il nous fait vivre, il est indispensable à notre survie. Comme les morts. Ils sont indispensables. Ils nous aident à vivre. Et nous vivants, quand nous serons morts nous aiderons à vivre d'autres gens, par cet acte de mourir.

Mon frère n'a pas provoqué cet acte de mourrir. On lui a donné la mort de manière involontaire. Dans la religion on dit : « c'est Dieu qui l'a voulu, il l'a rappelé auprès de lui ». Je ne crois pas en un Dieu mais ma forte spiritualité ne peut m'empêcher de penser qu'il n'est pas parti pour rien, et qu'il n'était pas rien. Alors qui était-il ? Pourquoi est-il venu ? Et pourquoi est-il parti ?

Aux deux dernières questions je n'ai pas de réponse je crois. Je n'en cherche pas non plus il me semble. Par contre, la première est fondamentale pour moi, car elle me permet de répondre aux deux autres de manière détournée et beaucoup plus concrète, peut-être en s'éloignant d'une option mystique, déiste qui me paraît parfois vaseuse et

---

<sup>20</sup> Les deux citations se retrouvent dans le livre de Vinciane Despret, *Au bonheur des morts, Récits de ceux qui restent*, La Découverte/Poche, Ed. La Découverte, Paris, 2015, 2017, p. 88.

facile. Le spirituel pour moi se situe dans la transformation que je fais des choses. Cette mort je la transcende aujourd’hui dans ce mémoire et ce solo, c'est une des formes que j'aimerais donner à ce frère et à mon rapport à lui. Mais ce n'est pas la seule réponse, la seule expression, il y en a beaucoup d'autres inexploré. Aujourd’hui c'est celle qui est évidente pour moi, qui va de soi parce que je le sens, cela est inexpliqué. C'est joyeux que ce soit inexplicable. Et c'est ce que je n'aime pas dans les religions, dans les dogmes, c'est de vouloir expliquer, résoudre quelque chose qui arrive et dont on sort transformé, qu'on cherche à rejoindre, avec lequel on essaie de s'accorder. Et c'est en cela que c'est à l'encontre d'une résolution, au contraire, cela nourrit l'inexpliqué, cela le fait perdurer et tant mieux ! Car cet évènement est source de créativité, de mouvement. Résoudre c'est figer, c'est inscrire, c'est cloisonner, c'est pétrifier, tétaniser, c'est la mort dans son acceptation fataliste. Le théâtre au sens de la catharsis pourrait se rapprocher de ce point de la transcendence quand bien même toutes ces tragédies regorgent de destinées aux dénouements tragiques inéluctables. Le théâtre c'est une transcendence au sens noble du terme : il a la noblesse de nous proposer à voir quelque chose qu'on connaît mais de manière suffisamment précise et singulière pour que l'on puisse s'en distancier, se retourner et regarder en nous-même. C'est une fulgurance. Une tape sur l'épaule. Un questionnement : « Eh toi ! Comment fais-tu avec ça ? Comment tu vis ça ? Comment tu le gères ? ». Ce que j'aime dans le théâtre antique ce sont les enjeux énormes. Ce sont des émotions gigantesques, des tragédies qui se répètent et dont on ne retient pas une morale ou un savoir-faire. Par contre, on retient l'expression, l'expressivité des choses qui arrivent. L'expression illimitée de sensations et d'émotions. Elles sortent purulentes, comme un abcès qu'on perce. C'est dégoutant et pourtant jouissif. C'est laid et pourtant libérateur. C'est ce que je cherche à atteindre dans le jeu. Quelque chose qui va au-delà de la morale en la plaçant au niveau des émotions, de ses grandes vagues souvent scélérates, mais qui après avoir tout détruit sur leur passage permettent de reconstruire. Elles font table-rase. Elles éliminent arbitrairement, et pourtant on peut trouver du sens. Une émotion telle que ce que vit Électre ou Oreste c'est comme un tsunami. C'est graduel, complexe et ça avance coûte que coûte.

De plus, j'ai l'instinct de croire qu'il faut être deux pour arriver à déplacer des montagnes. C'est parqu'Électre espère que son frère revienne qu'elle a la force d'être en colère, c'est parqu'Électre a une colère de Titans qu'Oreste à la force de revenir et d'aller tuer sa mère. Le meurtre, ici, dans ce travail, n'est pas au centre pour moi. C'est le processus de la colère que j'interroge à travers celui de l'injustice. *Il faut de l'injustice pour vouloir la justice*<sup>21</sup>. Alors comment fait-on avec cette phrase ? Peut-être que si mon frère n'était pas mort je n'aurais pas autant été sensible au désir de Justice. Ainsi, dans cette histoire d'Oreste et Électre, j'interroge plus la justice que la vengeance, pour moi il est facile de parler de vengeance : oui c'est une vengeance, un mort pour un mort. Mais, si enfin on parle plutôt de désir de Justice que de vengeance et qu'on s'arrête à cette source intarissable. Si Électre désir la justice ce n'est pas forcément dans la vengeance qu'elle l'appliquera. C'est comme cela que l'écrivent les poètes antiques mais, j'aimerais me pencher sur ce qui vient avant. Sur le processus et pas le résultat. Le résultat, qu'il soit vengeance, meurtre ou autre ne m'intéresse pas. Je préfère me concentrer sur la colère, la force trouver dans la colère, l'énergie de vie de la colère et celle de la colère quand elle est partagée. C'est pour cela que je choisis cette scène au tombeau du père, face à la mort, que fait-on ? On pleure, on cri, on est en colère, on est seul. Que fait-on quand on est seul face à la mort et face à sa colère ? C'est cela que j'aimerais expérimenter dans ce travail de solo et de mémoire que l'on nous demande de faire. Car c'est un exercice solitaire. Cela doit venir de nous, de notre solitude, de notre être seul face à nous-même. Et d'ailleurs pour moi il est impossible de rester seule. Je suis seule quand j'écris ce texte sur mon ordinateur mais je sais qu'il sera lu et c'est avec espoir que je suis dans cette solitude. Je ne suis pas seule, je suis en interaction avec le futur. Avec ce futur projet. Et je m'entoure. Électre et Oreste s'entourent aussi. Ils s'entourent comme le mandala fait le tour de lui-même, ils s'entourent l'un dans l'autre, ils s'entourent et l'espoir naît. Mais l'espoir est déjà là puisque la colère y est. La colère et l'espoir sont étroitement liés. Électre a l'espoir que son frère revienne et je souhaite travailler sur cette espoir du retour du frère, plein de colère. Cet un fantasme du retour,

---

<sup>21</sup> Une phrase que j'ai dite lors de notre stage de cinéma avec Frederic Fonteyne dans un exercice de casting en tête à tête avec lui ayant pour sujet nos travaux de solos et également nos vies respectives.

un désir qui fait voir l'autre comme un sauveur, un dieu tout puissant, un être libérateur, qui va agir, changer les choses. C'est cela la force de vie que je ressens en moi et que je compte traduire en rejoignant ces deux personnages antiques, en particulier dans cette situation.

C'est un seul en scène. Je vais donc m'entourer de moi-même. Je m'entoure de mes propres bras, et je joue les deux rôles. Les deux faces d'une même pièce. Mes bras seront ceux d'Électre et ceux d'Oreste. Il s'entoureront eux-mêmes dans l'espoir de créer du mouvement, que la colère agisse. A travers le dessin du corps apparaîtra l'homme de dos et la femme de face. L'homme qu'on regarde de derrière, qu'on voit de loin, on espère qu'il se retourne et vienne; la femme qui se retourne sur cet espoir, sur son histoire et qui apparaît de face, éblouie par l'espoir d'où va naître cette colère. C'est d'elle que la vision du frère, de l'homme libérateur démarre, mais on montre d'abord l'Idéal pour entrer ensuite dans le prisme de celle qui émet ce rayonnement, cette vision.

Enfin, mon frère, pour vous qui lisez, c'est comme si c'était moi. Je suis mon frère. Ce qu'il est pour vous c'est ce que je dis de lui et donc ce que je dis de moi, ici dans ce mémoire. Et c'est ce que je ferais sur scène. Il sera sur scène, pas avec moi mais en moi, à l'intérieur des images créées par mes gestes, mes choix, mes actions, mes paroles. Il vit en moi. C'est un autre sexe, une autre personne, bien distincte de moi, mais je décide de l'incorporer, à fond. Mon corps, pourquoi pas être le sien, pourquoi pas mimer son corps avec le mien, pourquoi pas vouloir être lui en moi.

Finalement, je fais un zoom sur une situation précise et comme le documentaire auquel j'ai participé, *Le Mandala*, sur les frères et soeurs endeuillés, je recréer les conditions pour parler de ce deuil, de cette mort. Un plateau de théâtre et des éléments de théâtre. Un texte, un auteur, une dramaturgie pour mettre en lien mon histoire et celle d'Électre et Oreste.

Le mandala est pour moi synonyme de retour à soi mais également de pensée de soi. Il permet de se concentrer sur ses propres pensées afin d'en dégager l'essentiel. Qu'est-ce qui m'importe dans ce mémoire ? Vous proposer une réflexion, un essai sur le deuil ? Peut-être pas. L'enjeu ici n'est pas de nommer ou de définir, il est pour moi, plus

qu'un mémoire, un objet qui me permettra de me souvenir, il est un acte. Un acte fort. Je fais déjà le solo en rédigeant ce mémoire. Je parle donc déjà du solo en écrivant ces lignes. Pour moi, cela se mélange, se nourrit. J'essaie ici de définir la racine, de la décrire, de l'aimer. J'essaie d'aimer cette mort, ce deuil. Et je l'aime déjà en fait. Je l'aime déjà depuis longtemps mais maintenant j'arrive à l'exprimer. A exprimer cette joie, cette amour, cette passion qui a émané de cette perte, sans honte. Les peurs subsistent mais elles commencent à se transformer en forces motrices et moins en points tétanisants. Dans mes angoisses, la mort est toujours là, sous toutes ses formes, à l'excès même. Exprimer cette mort, celle de mon frère, me permet d'apprioyer encore d'une autre manière la Mort. Mort. Quel mot ! Il fait peur. Tellement peur, qu'on fait de l'art. Et l'art c'est vital, on fait de la mort la vie.

### **3. Rayonnement par explosion puis dispersion**



" Comme l'aube paraissait, les envoyés pressèrent Loth, en disant : "(...) Songe à sauver ta vie ; ne regarde pas en arrière, et ne t'arrête pas dans toute cette région; fuis vers la montagne, de crainte de périr. La femme de Loth, ayant regardé en arrière, devint une statue de sel." Genèse, 19;26.

La tétanie. La mort ça tétanise, comme je le dis plus haut. Comment remettre de l'action dans cette tétanie ? De l'action dans la mort ? Une action qui permettrait de trouver la vie dans cette mort. Qu'elle nous habite de manière vive et qu'elle nous face agir. Comme quand on se gratte. On pleure, on agit, on fait du théâtre, on agit, on fait un pas vers la mort. On l'accueil : « Bonjour, que puis-je faire pour vous ? » Et la mort est là, avec la faux, elle nous scrute, elle est sombre, elle est lugubre, mais comme elle est présente on peut lui parler et lui demander ce qu'on veut. Alors parle avec elle, parle avec la mort, danse avec elle, fait-la agir en la faisant exister, ne la cache pas, car elle rode près de toi, montre là, fait-la agir, tire sur ses ficelles, c'est un pantin qu'on agite pour faire peur aux gens. Joue avec elle, éprouve-la. Bascule dans la mort, et éprouve la peur de ne jamais revenir de la mort, comme Orphée ou la femme de Loth qui prennent le risque de se retourner. Fais des erreurs, trompes-toi sur la mort, trompes la mort, elle s'accommode de tous les corps. Mais ne fais pas semblant de l'accepter ! Elle n'est pas acceptable, elle n'est pas vivable. La mort de l'esprit est terrifiante, elle me noie.

Bizarrement, même si je me retourne sur cette mort, sur la mort de mon frère, cela me sort de la tétanie. Je devient une statue de sel mais immédiatement après la statue explose ! PAF ! Je m'échappe d'un destin, je déjoue le chemin, je me retourne, je vois, je me fige puis me disperse par explosion dans toutes les directions. Comme on disperse le mandala en sable. Une fois que j'ai recomposé le corps de mon frère, son corps en poussière, je l'amasse, je créer avec et ensuite je déciderai ou pas de le disperser, de souffler sur cette poussière, ce sable et il appartiendra au monde. Grâce à ce retour sur la mort de mon frère, grâce à tout ce que j'écris ici et ce que je projette de créer dans le solo je m'approprie cette histoire. Enfant, j'essayais par tous les moyens de participer à une histoire qui n'était pas la mienne : celle de mes parents et de la perte de leur enfant. Je n'ai pas vu son corps mort, je n'ai pas assisté à son enterrement et le cimetière n'a jamais vraiment été un endroit de recueillement pour moi ( je n'entretien pas sa tombe, je n'y vais plus depuis des années, je ne dépose pas de fleur, etc...). Mon histoire n'est

pas celle qu'on croit. On peut penser que j'ai souffert de la perte de mon frère, et je pense que oui, mais pas immédiatement. Ce qui a été le plus vif pendant des années, toutes ces années de mon enfance, à l'adolescence et même passé dix huit ans, ce sont les disputes et les déchirements du couple que forme mes parents. J'ai été le témoin de leur combat, de leurs mots, de la violence qui s'échappait de leur gestes, de leurs intentions envers l'autre, à la maison, dans la voiture, dans la rue, partout, tout le temps. J'ai été le témoin de leur douleur, de leurs maux. Ils ont été multiples. Plus que le témoin, j'ai aussi et surtout voulu agir, faire partie de cette histoire, pendant longtemps. Je n'arrivais pas à m'extraire, à m'en foutre, à être indifférente. Tout ça ne me dépassait pas du tout, au contraire je voulais m'investir, comprendre, être active, et que cela est des conséquences. Je voulais être un pilier, un des trois piliers puisque les deux autres s'effondraient, l'un après l'autre, parfois les deux en même temps. Cette triade est un chiffre particulier à vivre dans le fait de ne pas avoir d'autre frère et soeur et l'absence d'une famille élargie à proximité (oncle, tante, cousins...). J'étais relativement seule face à ces adultes qui s'entredéchiraient, ou face à des corps qui s'effondraient. Et j'avais beau crier, faire le médiateur, écouter leurs paroles, être attentive à toutes leurs émotions, rien ne changeait. Je n'avais presque aucun impact sur la souffrance. Je ne jouais pas dans la balance. Alors je crois qu'un voile c'est posé. Je vivais à travers leur prisme. Bien sûr, il est plutôt naturel de vivre à travers ses parents étant enfant, mais je crois que pour ma part cela a duré plus longtemps que prévu. Ce n'est que petit à petit que j'ai commencé à me désengager. De manière concrète : quand une dispute commençait à éclater, j'allais automatiquement voir ce qu'il se passait, en essayant de m'insérer dans le dialogue et de calmer le jeu. Mais de plus en plus, j'ai commencé à ne plus intervenir, et même à ne plus me déplacer vers l'endroit de la dispute. Et encore mieux, j'ai parfois décidé de m'isoler volontairement, pour ne pas entendre, ou pour éviter qu'on me prenne à partie. Je crois qu'à partir de ce moment là, j'installais le terreau de mes émotions propres. Cette impossibilité à pouvoir faire quelque chose me poursuit encore aujourd'hui dans mes angoisses d'adulte. Je retrouve régulièrement cette tétanie, cette angoisse de l'inaction, de l'inaudible. Quand vous essayez de discuter avec des gens qui se crient à la figure, cela vous renvoie à votre propre

impossibilité d'agir. Ils parlent, alors je vais essayer de parler aussi, ils crient alors je vais crier plus fort qu'eux, ils se rapprochent alors je vais me mettre entre eux pour qu'ils gardent la bonne distance. Ils n'arrivent pas à se mettre d'accord alors je vais leur montrer la piste de la réconciliation. Et quand rien ne fonctionne, quand les deux parties n'entendent pas car elles sont trop concentrées dans leur conflit, alors c'est un échec. On le ressent comme ça. Et surtout on ressent que cela va arriver à nouveau. On est toujours sur le qui-vive, on s'attend à tout, tout le temps. On est prêt, j'étais prête. J'ai toujours été prête à me battre pour eux, déjà armée, sur le pied de guerre, aux aguets. Un bruit, j'accours, je me détourne de mes émotions de l'instant, qui pouvaient être positives, pour m'adonner totalement aux émotions des autres que je considérais alors comme plus importantes, cruciales, vitales. Ce retournement, positif aujourd'hui, était alors un détournement. Je me détournais de moi-même et tout cela sans le comprendre. C'était « naturel », « instinctif », même si je vois maintenant clair car j'ai essuyé ma visière, ce n'était pas aussi évident à l'époque. Le seul à avoir pu faire quelque chose lors d'une dispute de mes parents c'était un jour un Rabin qui, sereinement, est tout simplement passé entre eux deux. Action physique non spectaculaire qui les a fait taire immédiatement. Un fantôme qui passait, avec sa robe noir et sa barbe claire. L'énergie de l'apaisement. Après l'explosion, la douceur du souffle, de la respiration. On prend sa respiration, profonde, et on souffle sur sa douleur, le sable du mandala. On la disperse, on ne l'oublie pas mais on lui donne d'autres formes, on la disperse aux quatre vents, elle ira ailleurs, toujours présente dans l'air, mais elle ne nous colle plus à la peau, elle n'est plus une couche solide, une carapace, qui nous empêche de bouger, une matière visqueuse que l'on arrive pas à enlever. On respire, et on souffle, on donne sa respiration, sa vie à disperser cette souffrance qui s'est construite, qu'on a construite et qui a pris une forme parce qu'on l'a subit mais aussi analysé et comprise. Maintenant, on la laisse partir, on a pas peur qu'elle s'en aille loin de nous, et que d'autres se l'approprie. En écrivant ce mémoire, je souffle sur mon histoire, je ne sais pas où elle va aller, mais je la disperse, je n'ai plus besoin de la garder comme un soldat à l'entrée d'un prison, je la laisse s'échapper, ça fait peur, qui va lire ce mémoire ? qu'est-ce-que vous allez penser de moi ? Mais je laisse cela aux autres, je ne

veux plus m'en préoccuper. Je n'oublie pas mon histoire, je me suis même apprivoier cette histoire de manière inédite en écrivant ce mémoire, mais je la laisser libre d'exister en dehors de moi, elle n'est plus un secret, elle n'est plus figée dans mon visage, dans mon corps, elle s'échappe ailleurs, elle rayonne, elle raisonne, elle se diffuse, elle va dans l'air, comme les grains de sable du mandala qui s'étaient amassés lors de sa construction et qu'on accepte de voir se disperser quand on décide de souffler dessus. C'est un choix, on souffle dessus, on le métamorphose.

## CONCLUSION

L'apaisement, c'est quelque chose que j'ai peu connu jusqu'à aujourd'hui mais je commence à l'entrevoir, à le ressentir par instants. Un apaisement joyeux. Je l'ai ressenti il y a peu de temps. Nous sommes en ce moment dans une période clé pour la chronologie de mon histoire personnelle.

En effet, j'ai rendu un pré-mémoire à Claire de Ribaupierre le vendredi 15 février 2019. Mon frère est décédé le 18 février 1998. Après ce rendu du vendredi, s'est déroulée une suite d'évènement durant la journée et le week-end. Ce soir-là, mon voisin est décédé d'un arrêt cardiaque. J'ai assisté à la danse sereine et efficace des pompiers, du Samu et des pompes funèbres. Je n'avais jamais assisté à cela d'aussi près, et je me suis interrogée sur ma propre histoire. La mort est accueillie avec dignité par tous ces professionnels. J'ai suivis cet évènement avec attention, non pas par curiosité malsaine, mais par désir de « prendre part », même si ce n'était qu'en tant que témoin, que voisine. Cette première étape de mon weekend était très intense et j'ai rêvé la nuit du corps mort de ce voisin, de son visage. À travers ce rêve, qui n'était pas un cauchemar, j'ai perçu la beauté possible de la mort, et son aspect évènementiel dans le sens d'un **avènement**. Comme si l'arrivée d'un mort dans nos vies nous permettait d'accéder à nous-même. C'est ce que je ressens très fort à travers la perte de mon frère, qui, finalement, est moins une perte qu'un commencement, une naissance, un début. Comme le dit Beckett « la fin est dans le commencement et pourtant on continue ». Le début de ma vie a été affecté d'une fin précoce, pour autant j'ai continué et je continue « encore, et encore ». J'aime cette chanson de Francis Cabrel, « c'est que le début, d'accord, d'accord ».

Pour finir, j'aimerais raconter la suite de mon weekend, et je m'arrêterais là pour la rédaction de ce mémoire. Le samedi 16 février 2019, au lendemain de la mort de mon voisin, nous partons en voiture au Lac du Bourget avec ma mère, juste toutes les deux, mon père étant malade. Au retour de notre balade au bord du lac, nous revenons au parking où la voiture était garée. On entre dans la voiture, ma mère commence à sortir de sa place en reculant, et soudain on rentre en collision (minime) avec une voiture

située derrière nous. Nous sortons toute de suite de la voiture (celle-ci étant en location, c'était une source d'angoisse pour mes parents qu'elle soit abimée) pour constater les dégâts. Et voilà que sort de l'autre voiture en cause un jeune homme d'à peu près 18ans. Je ne réalise pas toute de suite la symbolique de la situation... Nous sortons les papiers du constat, et au fur et à mesure de le remplir, le jeune homme vient apposer son prénom : Antoine. Alors le sourire me vient aux lèvres, je n'arrive pas à détacher mon regard de lui. Je le regarde avec apaisement. Je fais des blagues pour détendre l'atmosphère, tout s'arrange, nous repartons. A la maison, le soir, mes parents et moi notons avec humour les similitudes avec l'accident qui a causé le décès de mon frère : la voiture qui recule, le prénom Antoine, l'absence de mon père... Je crois que, pour ma part, je le vois comme un signe. Comme dans le livre de Vinciane Despret, je partage le sentiment de l'actrice Annie Duperey lorsqu'elle évoque une coïncidence de même type avec ses parents défunts :

« Est-ce que j'y crois... J'aimerais bien, écrit l'auteure, être une personne de foi. Ça doit être rassurant la foi. Mais je crois malheureusement avoir un tempérament porté vers le doute. Il vient toujours tempérer mes élans, freiner mes croyances. Mais, après tout, le doute peut très bien accompagner le sourire intérieur qui fleurit dans une circonstance comme celle-là. Je le découvre. On voudrait tant croire que nos morts aimés sont là avec nous qu'on n'ose pas y croire. On doute et pourtant on y croit déjà. L'idée n'est plus angoissante ni non plus rassurante – *elle est...* »<sup>22</sup>.

Je suis.

---

<sup>22</sup> Vinciane Despret, *Au bonheur des morts, Récits de ceux qui restent*, La Découverte/Poche, Ed. La Découverte, Paris, 2015, 2017, p.146.

# Bibliographie

## Ouvrages théoriques

- Vinciane Despret, *Au bonheur des morts, Récits de ceux qui restent*, La Découverte/Poche, La Découverte, Paris, 2015, 2017
- Clarissa Pinkola Estés, *Femmes qui courrent avec les loups, Histoires et mythes de l'archéotype de la femme sauvage*, Le livre de poche, Grasset et Fasquelle, 1996 pour la trad. française.
- Françoise Héritier, *Masculin/Féminin, la pensée de la différence*, Odile Jacob, 1996.
- Marina Abramovic, *Traverser les murs*, Fayart, 2017.
- Association LOCOMOTIVE, *Vivre et grandir sans toi, témoignages de frères et soeurs endeuillés*, Glénat, Grenoble, 2003.
- Dictionnaire des symboles

## Articles théoriques

- Daniel Fabre, « L'androgynie fécond ou les quatre conversions de l'écrivain », *Clio. Femmes, Genres, Histoire*, 11 | 2000. URL : <http://clio.revues.org/214>
- Didier Lett, « L'histoire des frères et soeurs », *Clio. Femmes, Genre, Histoire*, 34 | 2011. URL : <http://clio.revues.org/10308>
- Michel Hanus, « Les frères et soeurs avant et après la mort », *InfoKara* 2003/2 (Vol. 18), p. 108-108. DOI 10.3917/inka.032.0108
- Pierre Zaoui, « colère et indignation », *Vacarme* 2006/4 (n° 37), p. 66-68. DOI 10.3917/vaca.037.0066
- Salomon Nasielski, « Le bon usage de la colère », *Actualités en analyse transactionnelle* 2009/4 (N° 132), p. 1-14. DOI 10.3917/aatc.132.0001

## Pièces de théâtre

- Sophocle, *Tragédies*, Préface de Pierre Vidal-Naquet, Collection Folio, Gallimard, « Les Belles Lettres », 1962.
- Sophocle, *Théâtre complet*, Garnier Flammarion, Paris, 1964.
- Sophocle, *Antigone*, « Le chant du monde », Edition de L'Aire, 1981, Vevey.
- Euripide, *Théâtre complet 1*, Garnier Flammarion, Paris, 1965.
- Euripide, *Tragédies complètes II*, Edition de Marie Delcourt-Curvers, Collection Folio, Gallimard, 1962.
- Eschyle, *L'Orestie*, Flammarion, Paris, 2001.
- Hugo von Hofmannsthal, *Électre*, mise en scène de Stanislas Nordey, Avant-scène théâtre, 15mars 2007, n°1220.
- Eugène O'Neill, *Théâtre complet 7*, Paris, 1965.
- Marguerite Yourcenar, *Théâtre II*, Gallimard, 1971.
- Yannis Ritsos, *Quatrième dimension*, Seghers, Paris, 1958.

## Romans

- Knut Hamsun, *Pan*, Le livre de poche, Calmann-Lévy, 1985, 1994.
- Robert Musil, *L'Homme sans qualités*, Tome 1, Points, Seuil, 1995.

## Films

- Michel et Bernard Dal Molin, *Le Mandala*, Advita Productions, 2002.
- Eric Caravaca, *Carré 35*, Les films du poisson, Pyramide, 2017.
- Olivier Assayas, *Personal shopper*, Dvd Zone 2, avril 2017.