

# Dossier de présentation



# Le Réveil

Théâtre engagé-Poésie dansée

[www.piecelereveil.fr](http://www.piecelereveil.fr)

Seul en scène - Durée : 1H05

De et avec : Karinne Grenier  
Cie Trésors de Sophie

Contact : [contactlereveil@gmail.com](mailto:contactlereveil@gmail.com) - Tel : 06 27 65 07 86



# Note de l'auteur

## Le Réveil ?

- un espace pour montrer l'utilité et l'opportunité des épreuves, telles que la dépression,
- un moyen pour partager la conviction de la nécessité d'une transformation intérieure individuelle afin de parvenir à une transformation collective,
- une façon de sensibiliser sur notre capacité à attirer la manifestation de ce que l'on souhaite,
- **une parenthèse poétique et drôle,**
- un rêve qui se réalise lorsqu'il est joué,
- un souhait : celui de donner l'envie à d'autres d'oser lâcher ce qui emprisonne afin de partir à leur rencontre.

## Théâtre engagé ?

Comme tous ceux qui se sentent prisonnier d'un système laissant peu de place à la liberté d'être, j'ai d'abord voulu dénoncer, réagir, m'insurger. Puis, j'ai réalisé que toutes ces guerres, ces contradictions, ces jugements, ces mensonges n'étaient que le reflet de ce qui se passe à l'intérieur de moi.

Par conséquent, pour changer le système, je n'avais d'autre choix que de me changer moi d'abord. Il me fallait vouloir guérir toutes mes violences. Arrêter de me fuir, apprendre à m'aimer.

Je suis aujourd'hui persuadée que la seule révolution utile sera intérieure, pacifique et individuelle. Nous devons apprendre à transformer nos ombres en Lumière. Nous devons également réaliser et expérimenter que tout ce que nous pouvons concevoir et arriver à croire, nous pouvons le réussir.

## Poésie dansée?

L'auteur des poèmes, Za.nu, s'engage elle aussi à dire ce qu'elle pense. Admiratrice de son travail, j'ai choisi deux de ses textes :

- «Face à l'autre» qui traduit parfaitement la colère et la tristesse que l'on éprouve lorsqu'on regarde l'état du monde,
- «Passage» qui résume à lui seul toute la pièce. La naïveté, les fausses croyances, la réalisation, la chute, la transformation, la re-naissance.

Les mouvements dansés sur les poèmes sont nés d'un travail d'improvisation entre Za.nu et moi, toutes les deux passionnées de danse depuis l'enfance. Macha Bastide m'aidera par la suite à trouver ma véritable gestuelle et à l'affiner.



# Note d'intention

## L'histoire

Le Réveil raconte l'histoire d'une femme en re-naissance.

Sophie, femme d'affaires en dépression, est placée en chambre de repos. Elle tente de comprendre pourquoi elle court, après quoi et comment elle a pu s'éloigner d'elle à ce point là. Pour cela, elle se remémore son parcours, de façon touchante et drôle, et nous livre ses désillusions, ses questionnements, ses rêves.

Écriture directe et sincère pour un récit qui offre un regard grinçant sur ce que le système qualifie de « modèle de réussite », légitimise les crises et sensibilise sur nos pouvoirs de guérison et de création.

## Thèmes abordés

- Les peurs, les conditionnements qui emprisonnent et conduisent à faire plaisir à l'autre aux dépens de soi.
- la course aux diplômes, au travail, à l'argent, au pouvoir, au développement personnel, spirituel...
- **La légitimité, la nécessité et les bienfaits d'une crise.**
- **Les pouvoirs de guérison et de création.**

## L'esprit et le ton

Récit intimiste dans lequel se mêlent poésie, danse, mîmes, humour et conférence.

Étiquetée «dépressive» ou «déprimée», selon le médecin ; cette femme retrouve fraîcheur et spontanéité en racontant ses souvenirs . Sophie est à elle seule un mélange de fragilité, de douceur, de maladresse et de naïveté. Sincère, parfois caustique, Sophie passe du rire aux larmes et, grâce à l'autodérision, donne légèreté à ses propos en les traitant avec humour. Elle raconte, interroge, interpelle, danse avec profondeur et grâce.

## Mise en scène, scénographie

Le décor, volontairement dépouillé afin de focaliser l'attention uniquement sur le personnage, permet à Sophie d'évoluer entre deux espaces correspondant à deux temps :

- Une chambre : de petite fille, de femme d'affaires, d'hôpital, dans laquelle se jouent des scènes de son passé
- Une scène de théâtre où Sophie apparaît dans le présent dans un style plus conférencier.



## Les auteurs et la Cie

### **Karinne Grenier : Ecriture, mise en scène et interprétation**

Je suis une fille, une femme, une mère. J'ai 37 ans. Enfant je puise ma joie dans la danse et en faisant rire les gens. Je suis des cours de théâtre et de danse pendant toute ma scolarité. A 18 ans j'arrête de danser car je rentre en prépa HEC. Heureusement je fais du théâtre pendant trois ans pendant l'école de commerce. Mais la comédie s'arrête elle aussi lorsqu'il me faut commencer à gagner ma vie ! Près de 10 années dans les métiers du marketing et puis j'arrête, ca suffit ! Je reviens à mes premiers amours grâce à des ateliers de théâtre et de danse. à partir de 2009 pour petit à petit m'y consacrer entièrement. A partir de janvier 2011, j'investis tout mon temps et mon énergie dans la création du Réveil. La création se fera principalement en résidence au sein de l'école de cirque Turbul' à Nîmes avec plus de 3 mois passés là-bas.

### **Za.nu : Ecriture des poèmes**

Stéphanie Bourgeois, Alias Za.nu, travaille en tant que poète et graphiste depuis 2003.

A l'âge de 28 ans, après avoir passé 6 ans à travailler dans le domaine des affaires à Montréal, elle décide de tout quitter pour se recentrer sur des choses essentielles : l'expérimentation et la création. A travers différents projets poétiques et graphiques, Za.nu affinera une plume et une identité visuelle tout à fait singulières.

Za.nu n'a qu'un seul credo : « Nul travail ne vaut que s'il est fait avec tout l'amour de ce que l'on est et des valeurs que l'on porte en soi ».

### **La Cie Trésors de Sophie**

Composée de femmes animées par la volonté d'un retour au Soi, à soi, via la création ; la Cie souhaite favoriser le développement artistique en soutenant les projets de celles et ceux qui ont la volonté de re-nouer avec leur dimension artistique trop longtemps oubliée, bafouée ou négligée.

En soutenant et en proposant cette première création, la Cie affirme avec «Le Réveil» ses valeurs et sa raison d'être : L'amour et l'honnêteté de se révéler sans faux-semblant et dans l'essence de ce que l'on est.



## Regards extérieurs

### Laura Herts

Née le 20 février 1966 à Georgetown Washington D.C. A 18 ans. Elle entame un tour du monde et redécouvre un an plus tard une passion d'enfance, le mime. Elle se met à jouer aussi tôt partout où c'était possible et c'est en traversant l'Europe où elle se produit dans la rue qu'elle fait une halte en Belgique pour étudier à l'École de Mime Théâtre Lassaad en 1986. En 1987, elle s'installe à Paris pour y suivre successivement les enseignements de Jacques Lecoq, Daniel Stein et Philippe Gaullier. Forte de ces expériences dans le Théâtre de Geste, le Clown, le Masque Neutre et le « Mime Objet », elle les combine avec « l'École de la Rue » et crée un monde qui lui est propre, où comédie et satire jouent un rôle prépondérant. Elle fut invitée à présenter ses créations dans de nombreux festivals et théâtres en France et à l'étranger.

### Damien Valero

Né à Pézenas en 1984, diplômé d'un master d'études théâtrales et d'une licence d'occitan, il se forme au théâtre, surtout comme comédien, aux ateliers « Travaux pratiques » du Théâtre la Vignette de Montpellier. D'autre part il écrit, met en scène et joue dans des pièces qui présentent un lien avec la langue occitane, soit en interrogeant l'implication politique de ceux qui la promeuvent, soit à travers des créations en langue d'oc : les spectacles « politico-écologic-oc » au sein de « La Compania cocha-vestit » Aigueta, Ont n'es ta planeta?, et les ateliers de théâtre en langue d'Oc. Il s'initie parallèlement à la musique en expérimentant le rap, la joute verbale et l'improvisation (le Renard C), puis les micros ouverts, notamment aux concerts des « Mauresca Fracas Dub », et de l'association « Med'oc ».

### Carole Pontus : regard extérieur

Après avoir navigué en territoire artistique via des études de médiation culturelle, Carole Pontus découvre le monde du spectacle via l'école de cirque Turbul' basée à Nîmes. Elle y découvre notamment le jeu d'acteur qu'elle perfectionnera par la suite en passant un an à suivre les cours de l'école de « théâtre et mouvement » de Lassaad Saïdi à Bruxelles. Par la suite elle choisira une autre voix artistique, celle de la création de bijoux, avec l'ouverture d'un atelier boutique « Les Fées Mouvementées » toujours en place depuis 2007.

### Macha Bastide

Macha est une artiste pluridisciplinaire (outils : corps, chorégraphie, scène, bidouillage d'images, photographie, graphisme, vidéo, comédie, stylo bille, demi-pointe, énergie, espace, temps, rêves, et beaucoup de lait de soja).

Elle enseigne la danse depuis 2004 (professeur diplômée d'Etat). Elle pratique de plus en plus souvent la danse expériences, elle réalise des vidéo-danses. Elle participe à de nombreux projets improbables avec fantaisie, grâce et enjouement...



# Articles de presse

La Nouvelle République - Le 12/03/13- Indre et Loire-Cheillé

cheillé

## Un message pour la Journée des femmes



Karine Grenier, à la recherche du temps perdu.

L'association CEDR du théâtre de Vaugarni, la communauté de communes et la commune de Cheillé ont proposé samedi un spectacle particulièrement bien choisi pour célébrer la Journée de la femme. « Deviens ce que tu es », tel est le message qu'il semblait faire passer.

Mêlant théâtre et danse, Karine Grenier a évoqué son « réveil », se servant de son propre parcours pour créer le personnage de Sophie.

Son histoire est celle de ces femmes qui, occupant un poste de responsabilité de plus en plus stressant, finissent par craquer devant le vide de leur

existence, entièrement tournée vers le chiffre d'affaires à atteindre. Sophie-Karine n'y échappe pas et, en dépression, revient sur son passé, sur ce métier qu'elle exerce pour faire plaisir à ses parents, car « il faut faire des études pour être libre et indépendante », sur son rêve de petite fille dans lequel elle voulait être danseuse... Elle évoque sa quête d'elle-même pour se reconstruire, les risques que représentent alors les sectes, prêtes à accueillir les êtres en perdition pour un faux paradis.

Ce spectacle particulièrement poignant, alternant moments d'émotion et d'humour, est en

fait une double victoire : celle du metteur en scène et de l'actrice d'abord. Celle-ci nous offre un spectacle merveilleusement joué, avec une musique et des poèmes qui épousent l'évolution du personnage et son message d'espoir, et celle de Karine Grenier elle-même, dont les ressources intérieures lui ont permis de retrouver le sens profond de sa vie et de renouer avec son énergie créatrice.

Après le spectacle la jeune femme a répondu avec beaucoup de gentillesse aux questions des spectateurs et partagé avec eux le pot de l'amitié offert par la mairie de Cheillé.



# Articles de presse

LaTeleLibre.fr

Média Citoyen, Indépendant et Participatif !

## Que la dépression vous soit légère !

Sophie (Karine) se réveille dans une chambre blanche comme un rêve dont on ne sait pas s'il sera doux ou cauchemardesque.

Cette jeune femme papillon y a été enfermée, épinglée pour soigner sa dépression. Mais elle bouge encore, elle danse entre deux visites du médecin, elle refuse de prendre ses médicaments, veut regarder le mal en face, finit par accepter cette maladie comme une renaissance après quelques années de femme d'affaire stressée, droguée au travail, plus folle que celle, fine et volatile qui doit être soignée.

**Sophie nous raconte une dépression légère comme une plume qui nous chatouille à en rire.**

On se reconnaît à 18 ans avec ces passions inaudibles. On se reconnaît à 30 ans avec cette volonté d'exister conformément. On se reconnaît un peu plus tard avec ces sursauts pour enfin devenir adulte et dire non.

**On reconnaît toutes ces égratignures qui finissent par blesser profondément à force d'être si nombreuses au même endroit, tous ces frottements qui nous poncent pour nous faire entrer dans des tiroirs trop petits pour nos rêves.**

**Bref, c'est notre histoire à chacun que Sophie arpente, comme une urgence, à petits pas de danse.**

Mais notre regard se détourne de l'individuel pour interroger notre vie collectivement organisée, à notre insu, par le libéralisme qui engloutit les petits hommes dans une spirale infernale comme un lavabo qui se vide ; un lavabo de chambre d'hôpital psychiatrique.

**Courez voir ce cadeau offert par une comédienne qui se réveille et se révèle. En sortant vous aurez vécu un beau rêve.**

Agnès Petit Gille

Correspondante de La Télé Libre à Montpellier



# Photographies

