



Le Coussin

D'après un texte de **Violaine Dutrop**

Adapté et mis en scène par
Cécile Martin et Caroline Sahuquet

Synopsis

Un patriarche est au centre du récit : issu de colon, héros blessé de la guerre, tyran à la maison, prédateur dans la vie.

Sa famille est sous emprise. Elle subit, résiste, s'adapte, s'isole, occulte, souffre, adopte des stratégies pour protéger celles qui s'approchent.

Et puis, il y a sa petite fille. Elle a 11 ans lorsqu'il avance en quelques jours vers elle, qu'il en fait sa proie, puis commet l'agression.

Une seule fois.

L'acte, exercé *en douceur* et couvert par un coussin du salon, laissera en elle une empreinte indélébile.

Quarante ans plus tard, l'adulte qu'est devenue la petite fille décide de mettre ses propres mots sur ce tabou familial.

En donnant la parole aux femmes – sa mère, sa tante, sa soeur, ses filles – elle détricote l'histoire pour enrayer le schéma dysfonctionnel de cette famille, en somme si banale.

- Spectacle à destination des adolescent·es à partir de 13 ans
- Suivi d'une action de sensibilisation menée par l'autrice et les metteuses en scène
- Création 21 mai 2026 – Le Local des Autrices – Paris

Note de l'autrice du texte original

Par Violaine Dutrop

Ce récit prend forme grâce à de courtes séquences, faites d'aller-retours entre passé et présent, entre narration et réflexion. Ce faisant, il cherche à traduire la place du vécu de l'enfance dans la vie adulte mais aussi comment la relecture par l'adulte fait évoluer le souvenir, voire le vécu.

Il s'attarde sur le contexte familial, mais aussi la construction de l'identité masculine permettant le déclenchement de violences sexistes et sexuelles. Ces dernières, qui forment en réalité un continuum, sont uniques et variables en gravité, mais elles sont toutes légitimes à raconter. En montrant qu'elles ont du commun avec les autres, nous révélons leur caractère universel et pouvons les politiser.

En outre, le déni régulier des auteurs de violences sur les effets produits sur leurs victimes montre la nécessité de dire et redire que chaque agression, fût-elle moins grave qu'un viol, est assez significative pour produire des effets durables sur la personne qui en est victime.

Les diverses parutions sur ce sujet renvoient à la banalité des faits, à leurs formes multiples, mais aussi à la difficulté de rendre son vécu audible. Comprendre la position complexe des proches, entre silence, déni, complicité et douleur, devient une quête, afin de saisir comment se construire, comment transmettre, pour enfin vivre avec un vécu justement reconnu.

“L’inceste, c’est l’outil premier d’exercice de la domination qui prépare et permet toutes les autres dominations.”

Charlotte Pudlowski

Note d'intention

Par Cécile Martin et Caroline Sahuquet

Après plusieurs années à tourner dans les collèges et lycées avec le spectacle *Tout sur le rouge* sur le tabou des règles, MFMR continue son travail de sensibilisation auprès des jeunes via la création théâtrale. Nous nous attaquons cette fois-ci à un sujet encore plus tabou : l'inceste.

L'inceste bénéficie d'un incroyable allié : le déni. Nous fermons collectivement les yeux sur un des phénomènes les plus violents de notre organisation patriarcale qui sévit tranquillement au sein des familles. Il est plus facile de ne pas voir que de se confronter à une réalité odieuse et à la culpabilité de notre inaction séculaire.

Depuis quelques années, une prise de conscience est en cours notamment grâce au travail remarquable de plusieurs penseuses, autrices et victimes : Camille Kouchner, Andréa Bescond, Vanessa Springora, Neige Sinno, Dorothée Dussy, Charlotte Pudlowski, Christine Angot, Cécile Cée... Autant de femmes puissantes qui ont porté leurs récits haut et fort et ont permis un début de conscientisation collective.

Libérer la parole est une première étape. Cela a été celle du #metooinceste lancé en 2021. Les victimes parlent. Mais en réalité, pour nombres d'entre elles, elles parlent depuis longtemps. Seulement dans 1 cas sur 2, elles ne sont pas écoutées, crues ou aidées.*

En 2023, la CIIVISE (Commission Indépendante sur l'Inceste et les Violences Sexuelles Faites aux Enfants) sort un rapport accablant, et les chiffres nous glacent. **160 000 enfants chaque année***.

Le rapport de la CIIVISE s'axe sur cette question : comment accompagner toutes les victimes et ne plus passer aucun témoignage sous silence ?

Aujourd'hui, fort-es de ces travaux, nous devons passer à l'étape supérieure urgemment. **Comment faire pour que les agresseurs cessent d'agresser ?**

Pour cela, il nous faut décortiquer le fonctionnement de nos sociétés, de nos familles, de nos rapports humains et accepter de regarder collectivement le plus sombre de nous-mêmes. Qu'est-ce qui autorise l'inceste, puisque nous savons que ce n'est pas le méfait de quelques "monstres" ? Il nous faut analyser et comprendre les mécanismes de domination qui rendent possible l'inceste, et enfin changer de paradigme.

L'objectif du projet Le Coussin est de tenter de décrypter les origines de la violence patriarcale et son inscription dans les moindres recoins de la sphère familiale. Conscientiser le continuum de violences c'est pouvoir identifier lesdites violences et les contrer.

En moyenne, 3 enfants par classe sont victimes d'inceste*. C'est donc un enjeu de santé publique et une urgence d'enrayer cette domination faite aux enfants. Dans une proportion non négligeable l'agresseur est mineur au moment des faits. Les adolescent-es d'aujourd'hui sont aussi les adultes de demain, les parents, les pères, les oncles, les frères... Ce sont elles-eux qui ont le pouvoir de faire cesser ce système. Ce n'est pas une fatalité.

Le texte de Violaine Dutrop permet d'aborder la question de l'inceste **par le détail, par le commun, par ce qui pourrait être "presque rien" mais qui pourtant peut expliquer toute la négation qui est faite aux corps des enfants et à leur consentement**. Il dépeint aussi comment l'incestuel s'immisce dans les liens familiaux et offre un terreau à l'inceste. L'agresseur (qui dans 97% des cas d'inceste est un homme*) exerce un pouvoir de possession sur le corps de l'enfant, il prend, il se sert, il objectivise.

Elle écrit un essai-témoignage que nous décidons d'adapter **pour le théâtre et pour les adolescent·es**. Nous construisons l'adaptation comme une succession de scènes dialoguées à deux personnages mettant en jeu les différentes femmes de la famille (la mère, la tante, la soeur, la fille aînée, la fille cadette...), à différentes époques (1963, 1988, 2010, 2025...). Chaque personnage est nommé par le lien généalogique qu'il a avec le personnage central qui porte la mise au jour de ce récit – Violaine. Chacun est identifié par un accessoire et une musique permettant de dessiner un portrait rapide, une époque et d'inscrire le spectacle dans une culture pop. C'est **une enquête familiale** pour remonter le fil de la construction patriarcale et des dysfonctionnements systémiques de cette famille somme-toute assez banale.

L'espace scénique est **un espace tri-frontal** – au centre un carré symbolisant la chambre, la salon, la maison. Toutes les scènes se passent en intérieur, dans l'intimité du foyer. La famille est enfermée dans un système et le public est au plus proche de ce système et l'observe sous tous les angles.

En fond de scène, se construit au fur et à mesure un arbre généalogique comme **une constellation** – repères pour les spectateur·ices des liens de filiation entre les différents personnages, référence à la constellation familiale et symbole d'une ouverture lumineuse pour les générations futures.

Au plateau, des **"mots croisés"** apparaissent au fil de l'histoire pour constituer un ensemble de notions liées au système de domination patriarcale et adultiste, les mots croisés étant la passion commune entre l'enfant agressée et le Grand-Père agresseur et le médium pour opérer un "rapprochement" qui conduira à l'agression. Ces mots serviront ensuite de support pour l'action culturelle qui suivra.

Dans notre travail d'adaptation et de mise en scène de *Le Cousin*, nous proposons un spectacle qui ne fait pas l'économie de la gravité du propos tout en insufflant de la légèreté, des personnages comiques, des figures identificatoires pour les jeunes d'aujourd'hui. Le spectacle est **rythmé, drôle, punchy et glaçant**. La langue est **simple et incisive**.

Montrer une œuvre théâtrale, ouvrir un espace de parole, informer, discuter **c'est un premier pas pour contrer ces violences systémiques**. C'est ce que nous voulons faire avec *Le Cousin*, en toute bienveillance, écoute, douceur.

**Chiffres du rapport 2023 de la CIIVISE*

"L'histoire de l'inceste, l'histoire de toutes les violences sexuelles faites aux enfants, c'est l'histoire d'un déni."

Edouard Durand

Le Coussin en 4 points clés :

- **Un spectacle-outil** : comme pour tous les spectacles de MFMR, la création part d'une observation de terrain, d'une documentation très poussée sur le sujet que nous abordons. A partir d'une réalité concrètes, de chiffres, de théorisation, nous créons une oeuvre artistique qui touche au sensible, qui émeut, qui sensibilise, qui crée des images...
- **Un spectacle participatif** : le·a spectateur·ice ne sera pas inactif·ve. Il·elle participera à la réflexion et à faire avancer l'action. Nous cherchons à concerner, à bousculer, à conscientiser, à créer une sortie collective du déni sur ce sujet.
- **Un dispositif scénique autonome** : nous créons un dispositif scénique léger et adaptable qui pourra s'installer partout, du théâtre à la salle de classe ou à la MJC.
- **Un spectacle accessible à toutes et tous** : la Cie MFMR travaille depuis longtemps à l'accessibilité aux événements culturels des personnes en situation de handicap avec une politique d'inclusion mise en place sur tous ses événements (notamment lors du WeToo Festival)
 - Les représentations sont toujours **accessibles aux PMR**.
 - Nous mettons en place des représentations en **audio-description avec visite tactile du plateau**.
 - Des **séances "culture relax"** : dispositif d'accueil inclusif et bienveillant qui facilite l'accès au théâtre de personnes en situation de handicap complexe (autisme, polyhandicap, handicap intellectuel, psychique ou cognitif). Le cadre de la représentation est assoupli afin que chacun·e puisse profiter du spectacle et vivre ses émotions librement.
 - Mise en place de surtitrage ou de traduction en LSF sur certaines représentations

Action culturelle

Le spectacle sera toujours accompagné d'une action culturelle qui pourra prendre une forme plus ou moins longue en fonction des structures.

Voici un exemple de ce que nous pouvons mettre en place :

- Un temps de présentation des intervenantes, du sujet, et jeux d'introduction pour créer une cohésion de groupe
- Des extraits de la pièce de théâtre Le Coussin sont rejoués et il est proposé aux enfants d'intervenir à des moments clefs du récit.
- Un temps de « débrief » où on identifie les comportements problématiques, conscientise les violences, les solutions possibles, les personnes ressources en cas de violences, le rôle de chacun.e (victime, témoin, agresseur.euse), comment enrayer le continuum de violence...

Exemple : Le carré des actions : se positionner dans les espaces en réponse à des situations posées selon 4 pôles.

1ère situation : “Une personne de mon entourage touche mes parties intimes pendant que je fais la sieste”, comment je réagis ? – j'en parle à une personne de confiance / J'aimerais en parler mais je ne sais pas à qui m'adresser / Je ne parviens pas en parler / Je ne vois pas la nécessité d'en parler

2ème situation – “Mon ami.e me raconte un fait de VSS”, comment je réagis ? C'est un secret, je ne veux pas trahir le secret de mon ami.e / Je l'incite à en parler à un.e adulte de confiance / Je l'accompagne pour en parler / J'en parle moi-même à un.e adulte de confiance

Le jeu des post-its : 1 colonne “Pourquoi je parlerais ?” / 1 colonne “Pourquoi je ne parlerais pas ?” = identifier les raisons de la difficulté à parler et déconstruire les empêchements à la libération de la parole.

- Une boîte à paroles est laissée en libre accès dans la structure, afin que si un.e jeune souhaite déposer un témoignage il.elle puisse le faire. Nous proposons plusieurs ressources et relais (structures associatives spécialisées, cellule d'écoute...) pour que les adultes du foyer récipiendaires de cette boîte à parole puissent agir. Notre action de sensibilisation peut avoir pour effet de libérer la parole et nous nous devons d'en assurer l'écoute et le suivi, en lien avec les structures spécialisées.

Les objectifs

1. Définir la notion d'inceste et de culture de l'inceste
2. Identifier les violences
3. Libérer la parole et garantir l'écoute des enfants
4. Connaître la loi
5. Identifier les volets d'actions pour le.a victime, le.a témoin, le.a écoutant.e
6. Identifier et comprendre la notion de l'enfant-agresseur

Les Chiffres

Selon le rapport 2023 de la CIIVISE

- 160 000 enfants victimes d'inceste chaque année
- 5,4 millions de femmes et d'hommes adultes en ont été victimes dans leur enfance
- 14,5% des femmes et 6,4% des hommes ont été victimes de violences sexuelles avant leurs 18 ans
- Dans 81% des cas l'agresseur est un membre de la famille
- Dans 97% des cas, l'agresseur est un homme.
- Près d'un·e enfant sur deux (45%) qui révèle les violences au moment des faits n'est pas mis·e en sécurité et ne bénéficie pas de soins
- La moitié des agressions sexuelles dont la CIIVISE a recueilli le récit est commise par un·e mineur·e sur un·e autre mineur·e dans un cercle proche.

“L'information et l'instruction étant de notoriété publique les deux mamelles de la révolte, priver les enfants d'informations réelles et précises sur l'inceste est un moyen de les empêcher de nommer, par identification, les violences qui leur sont faites.”

Dorothée Dussy

Bibliographie

Essais

- *Le Berceau des Dominations – Anthropologie de l'inceste*, Dorothee Dussy, Pocket, 2013
- *160 000 enfants – Violences sexuelles et déni social*, Edouard Durand, Gallimard, 2024
- *La Culture de l'inceste*, ouvrage collectif sous la direction d'Iris Brey et Juliet Drouar, Seuil, 2022
- *Triste tigre*, Neige Sinno, P.O.L, 2023
- *Le Consentement*, Vanessa Spingora, Grasset, 2020
- *La Familia grande*, Camille Kouchner, Points, 2020
- *Un Amour Impossible*, Christine Angot, Flammarion, 2015
- *Le voyage dans l'est*, Christine Angot, Flammarion 2021
- *Il était un piano noir... Mémoires interrompues*, Barbara, Fayard, 1998
- *Nos Pères, Nos Frères, Nos amis*, Mathieu Palain, Les Arènes, 2023
- *Nos Enfants, nous-mêmes*, Lucie Beguin, Perrine Benoist, Violaine Dutrop, Anaïs Le Brun-Berry, Laetitia Latapy, Héloïse Simon et Goundo Diawara, Hors d'Atteinte, 2024
- *Ce que Cécile sait – Journal de sortie d'inceste*, Cécile Cée, Marabout, 2024

Livres jeunesse

- *Et si on se parlait*, Andréa Bescond et Mathieu Tucker, HarperCollins, 2020
- *Le Loup*, Mai Lan Chapiron, La Martinière Jeunesse, 2021

Podcasts

- *La Fille sur le Canapé*, Axelle Jah N'Jiké, Nouvelles Ecoutes, 2020
- *Ou peut-être une nuit*, Charlotte Pudlowski, Louie Media, 2021
- *20 000 lieues sous ma chair*, Caroline Pothier, Binge Audio, 2024

Films

- *Les Chatouilles*, Andréa Bescond, 2018
- *Une Famille*, Christine Angot, 2024

Mi-Fugue Mi-Raison



MFMR est œuvre par l'art et la culture pour l'égalité, la lutte contre les violences faites aux femmes et enfants et plus largement contre toutes les discriminations.

MFMR crée, réalise, produit et diffuse des projets culturels, des événements et des ateliers engagés et militants. Créée en 2002 par Alice Luce, scénariste aujourd'hui présidente de l'association et Caroline Sahuquet, comédienne, autrice, metteuse en scène et directrice artistique de MFMR depuis sa création. Ses actions sont ancrées sur le territoire parisien et en Seine-Saint-Denis. MFMR a également un rayonnement national et international.

Mi-Fugue Mi-Raison développe ses actions engagées au travers de trois axes :

- **le Wetoo Festival** – festival féministe et familial à Pantin et Aubervilliers
- **la création de spectacles** (actuellement en tournée *Riveraines*, *Speculum*, *Tout sur le rouge*), accompagnée d'actions de sensibilisation en direction des collèges et lycées
- **la transmission artistique** avec des ateliers de restauration de l'estime de soi par le théâtre en direction de public vulnérable

MFMR oeuvre pour une société plus juste et plus équitable, en faveur des droits des femmes grâce une équipe artistique qui se renouvelle et s'enrichit au fil des créations.

Les partenaires principaux

- 2 CPO avec le département 93 et la CAF 93
- Villes de Paris et Pantin (solidarités, égalité et culture)
- Politique de la ville Pantin et Aubervilliers
- Drac Ile-de-France
- Ministère de la Culture

L'équipe

Caroline Sahuquet

Adaptation, mise en scène et jeu (en alternance avec Cécile Martin)



Après une Licence d'études théâtrales, une école privée (Studio 34) et de nombreux stages (Gérard Gallego, Catherine Anne, Philippe Calvario, Arnaud Cathrine...), Caroline Sahuquet obtient un Diplôme d'état d'enseignement du théâtre en 2010. Elle crée avec Alice Luce la Cie Mi-fugue Mi-raison en 2002.

Depuis elle se partage entre la direction de la compagnie, le jeu, l'écriture, la mise en scène, l'enseignement et le doublage.

Elle transmet le théâtre avec Stéphanie Colonna aux publics en situation de vulnérabilité en partenariat avec la Mairie de Paris et la ville de Pantin.

Entre 2008 et 2012, elle co-écrit et joue *Les Chagrins Blancs* mis scène par Justine Heynemann.

Elle écrit et met en scène *MATTHIEU(X)* (meilleur spectacle – p'tits Molières 2016).

En 2018, avec la création de *Speculum*, elle comprend que seul, à présent, un théâtre féministe, politique au service des droits humains fait sens pour la suite de son parcours. *Speculum* devient un outil de conscientisation collective avec plus de 180 représentations.

En 2019, elle signe la mise en scène et l'adaptation avec Aline Stinus de *Tout sur le Rouge* d'Elise Thiebaut.

En 2020, elle co-fonde avec Sephora Haymann, Cecile Martin et Del Kilhoffer le Wetoo Festival, festival féministe, familial et inclusif.

En 2022, elle crée le spectacle *Riveraines*, actuellement en tournée.

Cécile Martin

Adaptation, mise en scène et jeu (en alternance avec Caroline Sahuquet)



Cécile Martin est comédienne et metteuse en scène formée à l'Ecole Charles Dullin.

Elle dirige la Cie Drôle de Rêve depuis 2014 où elle crée des spectacles sonores autour de la littérature érotique. Dans ses spectacles, elle cherche à mettre en avant une parole libre, non sexiste et inclusive, sur les sexualités. En 2021, elle crée également Le Vestibule, média de podcasts autour des questions de sexualités, de genres et de féminismes.

Par ailleurs, elle met en scène depuis 2015 les spectacles du Quartet Buccal, groupe vocal féminin.

Depuis lors, elle travaille essentiellement sur des spectacles qui mettent en jeu des sujets autour de l'égalité femmes-hommes : avec la cie Petits Formats (Ce Secret sous la direction Hélène Poitevin) sur l'avortement, Les Tournesols, ("Liza et moi" sous la direction de Sophie Thébault) sur les relations mères-filles, MEMR sur les violences gynécologiques (*Speculum*) ou l'accueil des femmes migrantes enceintes ou mères (*Riveraines*). Avec ces différents spectacles, elle réalise de nombreuses interventions de sensibilisation en collèges et lycées.

Depuis 2020, elle co-dirige le WeToo Festival, festival féministe et familial, avec Sephora Haymann et Caroline Sahuquet.

Violaine Dutrop

Texte original



Après un parcours dans l'industrie où elle sera confrontée aux inégalités femmes / hommes, Violaine Dutrop obtient un master recherche en droits humains et fonde L'institut EgaliGone, une association qui encourage l'éducation égalitaire entre les genres. Elle acquiert une expertise dans le domaine du genre et de l'éducation puis promeut des pratiques et des changements pour que chacun-e puisse se déterminer librement, détaché-e des injonctions et rôles de genre.

Elle est autrice d'articles et de chroniques engagées, ainsi que de Maternité, Paternité, Parité (Faubourg, 2021) ; Le Pouvoir insidieux du genre. Histoires courtes qui en disent long (Libre & Solidaire, 2021) ; et co-autrice de Nos enfants, nous-mêmes. Manuel de parentalité féministe (Hors d'atteinte, 2024). Convaincue que la révélation et la formulation de nos récits intimes peuvent provoquer les changements sociétaux dont nous avons besoin, elle utilise l'écriture comme un vecteur d'émancipation.

Flore Grimaud

Jeu (en alternance avec Stéphanie Colonna)



Formée à l'ERACM, à sa sortie et avec son premier prix, Flore Grimaud joue au théâtre avec Hans-Peter Cloos, Philippe Chemin, René Chéneaux... Elle fait partie de la grande aventure des Tréteaux de France avec Marcel Maréchal où elle interprète les grands rôles du répertoire. Elle crée sous la direction d' Alexandra Tobelaim : *Le Système Ribadier*, *Le Boucher*, *Villa Olga*, *La part du colibri* puis avec Sarah Capony *Femme de chambre*, *Tant d'espaces entre nos baisers* et avec Manuel Durand *À quand la mer*. Elle devient autrice, elle écrit sa pièce *Je descends souvent dans ton coeur* sélectionnée aux Mises en capsules, mise en scène par Benjamin Guedj éditée aux éditions Les Cygnes. Elle écrit *La fille à l'écorce argentée* et *Victorine Coquille sans âge*, *Mama Lupa*. Elle est lauréate de la Bourse Théâtre du Centre National du Livre pour son prochain texte *Nous sommes Septembre* en création actuellement. Elle travaille avec MFMR depuis 2018 et la création de *Spéculum* et *Riveraines*, actuellement en tournée.

Stéphanie Colonna

Jeu (en alternance avec Flore Grimaud)



Formée au Théâtre du Lierre avec Farid Paya et à l'Atelier international Blanche Salant & Paul Weaver, Stéphanie Colonna est comédienne et art thérapeute (Diplômée INECAT). Au théâtre, elle joue, entre autres, sous la direction de Farid Paya (*Médée de Sénèque*, *Richard III* de Shakespeare) et de Didier Brengarth avec qui elle crée *Les muses orphelines* de M.M. Bouchard (Théâtre Tristan Bernard, 2 nominations aux Molières), *La nuit à l'envers* de X. Durringer et *Aux frais de la princesse* de Jean Franco. Elle est également co-autrice et comédienne de *Les chagrins blancs* mis en scène par Justine Heynemann avec qui elle crée aussi *Les nuages retournent à la maison* de Laura Forti. Au cinéma, elle travaille avec Frédéric Dubreuil, Joaquim Bach, Luc Sonzogni *Un jour ou l'autre* court-métrage pour lequel elle est nommée meilleur espoir féminin au festival Jean Carmet 2007. Elle est aussi co-fondatrice avec Caroline Sahuquet, des Ateliers Mi-Fugue Mi-Raison (restauration de l'estime de soi par les techniques théâtrales pour bénéficiaires du RSA). Elle est actuellement en tournée dans la pièce de Marilyne Bal *Vive les vacances... ou pas*, mise en scène par Anne Bouvier.



CONTACTS

Caroline Sahuquet

06 14 32 54 96 – caroline.sahuquet.mfmr@gmail.com

Cécile Martin

06 63 19 53 83 – cecile.martin@wetoofestival.fr

<https://www.mfmr.fr/>