



**CONTRE  
-LE  
TEMPO**



# CONTRE LE TEMPS

Un spectacle qui arrive  
juste à temps

**Spectacle musical familial  
à partir de 10 ans**

**Durée : 1h**

**Equipe en tournée :  
3 artistes et 2 technicien.nes**

Sur scène, trois femmes, emportées dans le tourbillon de leur vie à mille à l'heure, nous invitent à contempler notre propre horloge intérieure, notre rapport au temps, à écouter nos souffles et nos silences. Ce spectacle part de l'histoire de ces 3 femmes et touche chacun.e de nous à travers le temps qui passe, le temps que l'on prend, le temps que l'on perd, le temps que l'on tue, le temps suspendu.

Au centre, une batterie jouée à 6 mains, des rythmiques chorégraphiées, un looper beatboxé, des costumes arrachés, des lumières déchaînées, des artistes à toute berzingue, pied au plancher, au quart de tour, plein pot, stop !

Ce spectacle familial percussif et percutant, interroge notre rapport au temps à travers des textes et des chansons originales.



Peut-on se réappropriier le temps ?

Est ce que ralentir c'est pas déjà changer un peu ?

Est-ce qu'on peut tout stopper, tout changer, comme ça, rapidement, sans transition ?

Peut-on ne rien faire ?

## L'équipe artistique

### Écriture :

Karine ZARKA

### Jeu :

Alix ARBET,  
Florie PERROUD  
et Karine ZARKA

### Régie générale :

Céline BERTIN

### Création lumière :

Julie BERTHON

### Graphisme / Photographie :

Agathe JACQUILLAT

### Regard percussif :

Julien DELOOZ,  
Guillaume BERTRAND,  
Guillaume ITIER.

### Direction d'acteur et voix off :

Sébastien MORTAMET

### Production :

Anaïs BUY

**NOTE D'INTENTION**  
**En temps et en heure...**

Le point de départ est un constat sur nos vies quotidiennes.

Une impression de courir, de vouloir être partout, tout le temps.  
Nous entendons souvent autour de nous, nos familles, nos amis nous dire :  
« On a des vies de dingues », et pour cause ; il nous faudrait plusieurs vies pour faire rentrer dans nos agendas tout ce que nous devons faire.  
Le monde dans lequel nous vivons va vite et nous emporte dans un tourbillon.

Le spectacle Contre Tempô interroge nos rythmes de vie.

Courir après le temps, courir après l'argent, courir après l'amour.  
Et si on laissait tout simplement chaque chose arriver en son temps, sans précipitation, sans forcer, en douceur, lentement ?

Les meilleures recettes sont celles préparées par nos grands-mères et quand on leur demande pourquoi, elles répondent qu'elles goûtent, qu'elles rajoutent des épices, qu'elles cuisinent avec amour, qu'elles prennent leur temps.

Prendre le temps de s'écouter, de se parler, de se dire qu'il n'y a rien de plus important que d'être présent.

« Mon passe temps favori, c'est laisser passer le temps, avoir du temps, prendre son temps, perdre son temps, vivre à contretemps »

Françoise Sagan





## NOTE DE MUSIQUE Par les temps qui courent



Les trois artistes créent une forme rythmique, théâtrale et musicale, proche de nos sens.

Chaque instrument a été choisi pour son apport rythmique et/ou mélodique.

Sur scène, un piano, 3 toms basses, une batterie, deux cajons et un looper.

Les trois comédiennes chanteuses se complètent au piano, aux toms basses avec des compositions musicales et rythmiques à 6 mains.

Grâce à ces instruments percussifs, les artistes veulent créer une musique organique qui rappelle le tic tac de l'horloge, les mécanismes du corps et du cœur.

Les trois artistes aux tessitures complémentaires chantent des chansons originales harmonisées à trois voix.

Le looper (appareil électronique) permet de créer en direct des musiques répétitives, entêtantes et enivrantes, proches des sons des machines qui font notre quotidien.

Les musiciennes utilisent le beat box comme base de leurs morceaux et complètent avec leur voix.

Celles-ci sont directement modifiées grâce au looper capable d'imiter des instruments de musique.

Une bande son pré-enregistrée accompagne le mouvement scénique des trois artistes, les chorégraphies et certains dialogues et/ou monologues.



# SCHÉMA DU SPECTACLE

Se succèdent plusieurs tableaux où sont évoquées des thématiques autour du temps :

## La course contre le temps

L'accélération de nos vies à travers les sollicitations des écrans, des notifications, des sonneries, des informations à outrance, Peu de temps libre, peu de répit, peu de repos pour se laisser le temps de ne rien faire, de rêver, de se connecter à la nature et aux autres. Toutes ces sollicitations nous empêchent de ressentir, d'écouter, de regarder, de revenir à soi et au monde.

## La mémoire des anciens

Un autre tableau évoque la lenteur des anciens, l'histoire des rides et leur importance. Des rides comme le sillon creusé dans le vinyle, la mémoire d'un temps passé, d'une expérience de vie, d'un corps marqué par son histoire. Peut on être fière de nos rides à travers ce qu'elles racontent ? Que nous apportent les anciens ?

## Le reflet de soi

Un tableau sur le silence, l'observation, l'ennuie, questions existentielles, introspection. Faire les choses avec conscience, réflexion...

## L'élasticité du temps

Un tableau sur le fait de remonter le temps, l'élasticité du temps, ralenti, à l'envers...

« Tout le malheur des hommes vient d'une seule chose, qui est de ne savoir pas demeurer en repos dans une chambre »

Blaise Pascal



## Course contre le temps

Marche rapide, course dans des chemins de lumière.

« Course Contre le Temps », un tableau où les écrans et les sonneries deviennent des instruments de musique. Où la quête de souffle se mêle au tic-tac du temps qui s'écoule et au battement du cœur. Une danse effrénée entre l'urgence et la quête de souffle.

### La Musique:

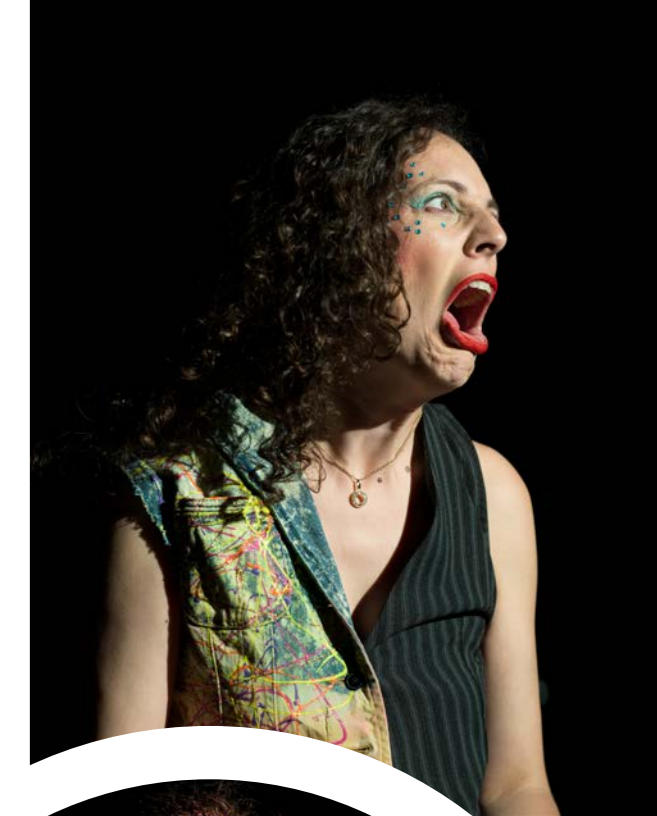
Création d'un tapis sonore préenregistré (en fond : le battement du cœur qu'on ne perçoit presque plus à l'oreille, tellement les autres notifications sont présentes. Les sonneries de téléphone se mêlent au tempo, les notifications deviennent des contretemps. La musique est un écho de la course contre le temps) sur lequel une batterie accompagne la scène. Les baguettes frappent les cymbales avec une urgence fiévreuse. Les notes s'entremêlent, créant un rythme effréné. Les lumières venant des tom de la batterie accentuent les sollicitations visuelles du public.

La scène est éclairée d'une lumière blanche, comme celle d'un écran de téléphone. Au centre, 3 silhouettes féminines en mouvement. Elles courent, téléphone portable à la main, les doigts agiles tapant frénétiquement. Leurs agendas débordent de rendez-vous, de tâches à accomplir. Les écrans les sollicitent sans répit : les sonneries stridentes, les notifications qui clignotent comme des néons dans la nuit, les informations à outrance qui défilent comme des spots publicitaires en continue. Elles portent des tailleurs stricts, des talons hauts qui martèlent le sol (jeu rythmique). Leurs visages sont tendus, les sourcils froncés. Les secondes s'étirent, mais elle court toujours. Leurs gestes sont saccadés : elles répondent à un message, consultent leur agenda, vérifient leur mails. Les écrans sont des aimants. Elles rêvent de ralentir, de respirer. Mais le temps les poursuit, inexorablement. Le battement de leur cœur résonne comme une horloge en folie.

### La fin:

Les 3 femmes s'arrêtent brusquement. La musique continue ainsi que les sollicitations visuelles mais en decrescendo pour ne laisser que le rythme du cœur et les respirations des comédiennes. Elles lèvent les yeux vers le plafond, cherchant un répit. Les écrans s'éteignent, les sonneries se taisent. Elles respirent profondément, comme si elles avaient enfin rattrapé leur souffle. Le temps, lui, continue sa course. Mais elles ont peut-être trouvé un instant de pause dans cette danse effrénée.

EXEMPLES DE SCÈNES



# EXEMPLES DE SCÈNES



## Refllet de soi

Les projecteurs s'abaissent, enveloppant la scène d'une lueur douce.

Les trois comédiennes se tiennent devant le public, leur regard est tout d'abord en l'air, s'abaisse petit à petit pour regarder le public dans les yeux, le balaye lentement de droite à gauche, puis de gauche à droite pour s'arrêter en face.

Ce public devient pour chacune d'elle un miroir dans lequel elles se regardent, elles s'observent, se mettent à nues, se dévoilent.  
« Reflet de soi » est un tableau où les écrans tombent, les masques aussi. Un tableau où les vêtements se défont, où les 3 comédiennes se retrouvent elles même et retrouvent une simplicité, une honnêteté, une sincérité.

Les vêtements les serrent, les écrans les étouffent. D'un geste décidé, elles enlèvent leurs vestes, détachent leurs cheveux, laissent tomber leurs téléphones. Elles respirent profondément, comme si elles venaient de remonter à la surface après une longue plongée.

Elles veulent se sentir libre, se sentir vivre, vibrer au rythme de leur cœur. Lentement, elle défait un élément de leur tenue, laissant apparaître leur peau nue.

Elles veulent respirer, sentir le vent sur leur chair, se reconnecter à l'essentiel..

## La Musique :

Une mélodie douce accompagne leur métamorphose. Les notes s'étirent, se fondent dans l'air. La batterie déchaînée devient un battement de cœur apaisé.



## La Fin :

Les trois comédiennes se tiennent légèrement dévêtues devant le miroir. Elles sourient.

Lumière en contre pour laisser apparaître seulement les silhouettes puis noir scène pendant quelques secondes

EXTRAITS DE  
SPECTACLE  
L'art de ne rien faire

COMÉDIENNE 1

« Au début, il n'y a rien, il n'y a personne, chut, tu entends ?  
Tu entends le silence ?

C'est magique, c'est exactement dans le silence que je suis bien, dans le silence  
que j'entends mon cœur battre. Tu as déjà essayé d'écouter ton cœur battre ? Faut  
un peu de concentration et de silence.

C'est pas si facile de trouver du silence

C'est pas si facile de trouver du silence quand autour de nous tout s'agite.

C'est pas si facile de trouver du silence. Paraît qu'il y en a qui ont peur du silence.

Paraît qu'il y en a qu'on tellement peur du silence qu'ils comblent chaque interstice, par un geste,  
par une parole, par un rire. Tu as peur du silence toi ? »

*Silence*

COMÉDIENNE 2

« Au début il n'y a rien, il n'y a personne et puis petit à petit, tout se construit, tout se superpose,  
tout s'additionne.

Un plus un donne trois.

Et puis ça finit par ressembler à une fourmilière.

Tu as déjà regardé de près une fourmilière ? Ça grouille, ça court dans tous les sens, ça s'organise, ça bouge,  
ça change de direction, ça fourmille quoi !

Au début, il n'y a rien, il n'y a personne, les journées semblent une éternité et les secondes des heures. »

COMÉDIENNE 3

« Au début il n'y a rien, il n'y a presque rien,

Et puis.....le premier mot, celui qui commence une histoire, celui qui entame le début d'un chemin

Le commencement de tout et de rien, la première fois qu'on le fait, la première fois qu'on le dit

Au début il n'y a rien. Il n'y a presque rien, et puis tout bascule »

LES 3 COMÉDIENNES « Au début il n'y a rien. »





EXTRAITS DE  
SPECTACLE  
Dans l'air du temps

« Tu dis que tout fonctionne bien à la maison.

La télévision fonctionne bien, internet fonctionne bien, ton téléphone fonctionne très bien mais moi je ne suis pas une machine. Je ne fonctionne pas.

**Prends le temps de me regarder et de me questionner.**

J'ai des désirs, des envies, des émotions.

J'essaie, je fais des erreurs souvent mais je suis vivante et me tromper fait partie de ma vie.

Je ne fonctionne pas, je vis.

Rien ne doit jamais déborder, rien ne doit jamais être en dehors du moule, faut se dépêcher, se presser, tout doit toujours être rangé, stocké, programmé, planifié, classé, ordonné, agencé, aligné, organisé, parfait... Stop ! »

**Prendre le temps de dire je t'aime, sans mot, sans parole. Juste prendre le temps d'un geste, d'un regard, d'un sourire, d'une caresse.**

Et quand il est temps, dire le premier mot.

Le premier mot, celui qui commence une histoire, celui qui entame le début d'un chemin

Le commencement de tout et de rien, la première fois qu'on le fait, la première fois qu'on le dit

Les premières fois, les débuts, les surprises, les étonnements

Et puis le temps passe et passe le temps

Le temps est comme un élastique, tout s'étend, tout se détend, tout se distend.

Ne pas le dire tout de suite, attendre un peu, attendre le bon moment, l'instant où il pourra l'entendre, où elle sera prête à l'écouter. Pas maintenant, tout à l'heure, pas maintenant, demain ou la semaine prochaine, pas maintenant, attendre encore et encore en espérant qu'il ne sera pas trop tard, attendre encore un peu, attendre quelques secondes, attendre quelques respirations, attendre avant de le dire, attendre avant de le faire, gagner du temps, gagner du temps, gagner du temps.

Gagner du temps et aussi le perdre.

**Perdre son temps à ne rien faire, perdre son temps à observer, à écouter, perdre son temps à ressentir ses émotions, à s'allonger le regard dans le vide, à imaginer, à penser, à rêver.**



# BIOGRAPHIES



**Karine ZARKA**  
Chanteuse et comédienne

Après des études au conservatoire de chant et à la faculté de musicologie de Grenoble, elle entre au CFMI (centre de formation des musiciens intervenants) de Lyon et à l'ENM (école nationale de musique) de Villeurbanne. Elle écrit et compose deux albums de chansons françaises « 5 jours sur 7 » et « Folles sagesses ».

Elle est cofondatrice de la toute petite compagnie et du collectif 36.

Depuis 15 ans, elle s'adresse au jeune public à travers différents spectacles :

« Fleurs de peau », « Cajon the road », « Georges », « Autoreverse » et « A quoi tu joues ? »



**Alix ARBET**  
Comédienne, chanteuse et danseuse

Après une licence en communication, elle décide de changer de cap et de se former au métier de comédienne. Elle intègre deux écoles privées : Arts en Scène à Lyon et Premier acte à Villeurbanne. En plus du théâtre, elle intègre la classe de chant lyrique à l'ENM de Villeurbanne.

Depuis 10 ans, elle mène une carrière théâtrale dans plusieurs compagnies, dont La Grenade (compagnie tout public) et la compagnie du Bazar au Terminus (compagnie spécialisée dans le jeune public).

Elle rejoint ensuite le Collectif 36 avec le spectacle "A quoi tu joues ?".

**Florie PERROUD, Percussionniste**

Pendant et après ses études de jazz à l'ENM de Villeurbanne, puis au CFMI de Lyon, Florie Perroud rencontre de nombreux musiciens aux univers très variés. Elle intègre en 2011 la compagnie La Cordonnerie, dirigée par Samuel Hercule et Methilde Weyergans, et accompagne 5 ciné-spectacles dont 3 créations, aux côtés de Timothée Jolly, dans toute la France et à l'étranger.

En parallèle, elle s'adonne au jazz (Nouche, Nouk's) à la chanson (Tour de Bal, La Meute, Lily Lucas...), mais aussi à la musique Brésilienne (Roda d'la Guill', Joaninha, Les Mauvaises Graines...).



# PRESENTATION DE LA COMPAGNIE

Fondé en 2009 par trois artistes musiciens intervenants : Mathilde CHAVENT, Karine ZARKA et Emmanuel LE POULICHET, le Collectif 36 est une association née du désir commun de développer des projets autour de la voix et du théâtre.

Ligne artistique suivie :  
Après des années d'ateliers, le collectif a eu envie de faire de la création et sort son premier spectacle jeune public en 2020.  
La forme « Théâtre musical » devient la marque de fabrique du collectif qui conjugue chant et théâtre aussi bien dans la proposition de spectacles que dans ses divers stages et ateliers.

En 2018, Marie DAVIET et Hélène MANTEAUX, également musiciennes intervenantes, intègrent la compagnie et créent avec Karine ZARKA le spectacle jeune public « A quoi tu joues ? », explorant à travers la chanson et l'humour le thème de l'identité.  
Depuis sa sortie en 2020, ce spectacle coproduit avec les JMF, aura été joué plus de 90 fois dans toute la France.

En 2019, le groupe « Autoreverse » voit le jour. Composé d'une chanteuse et de 3 musiciens de la compagnie, le groupe reprend le répertoire des années 1980, à destination des 3ème cycle et collège.

En 2023, Karine ZARKA, Alix ARBET et Florie PERROUD se lancent dans une nouvelle création musicale et théâtrale, « Contre-Tempô » qui sortira en 2025.

