

Une création de **KISSANKAR**

LA  
BONNE  
HAUTEUR

une pièce de **FRÉDÉRIC FISCHER**  
mise en scène par **CLAIRE GÉLINARD**

avec **FRÉDÉRIC FISCHER**



**DOSSIER DE PRÉSENTATION**

“*Le souvenir, c’est la présence invisible.*”  
- Victor Hugo

# LA BONNE HAUTEUR

Peut-on vraiment s'affranchir de sa propre histoire ?

---

**Un seul en scène sur la résilience**

Durée envisagée 1H20

Texte: **Frédéric Fischer**

## INDEX

A LA RENCONTRE DE THOMAS - Pitch .....	4
L'HISTOIRE DE THOMAS - Résumé de la pièce .....	5
DERRIÈRE LES MOTS - Note d'intention .....	8
DEVANT LES YEUX - Imaginer la scène .....	11
DERNIERS MOTS - Raconter votre histoire .....	12
FISCHER FRÉDÉRIC - Auteur et comédien .....	13
CLAIRE GÉLINARD - Metteure en scène .....	14

## CONTACT

Mail: [ciekissankar@gmail.com](mailto:ciekissankar@gmail.com)

Admin: Aurélie This / 06 28 02 43 68

Auteur: Frédéric Fischer / 06 31 69 06 33

---

# A LA RENCONTRE DE THOMAS

## Pitch

---

### Un monologue moderne et tragique

Tout va bien dans la vie de Thomas. C'est un auteur prometteur. Il aime beaucoup sa femme. Un peu son père. Mais il ignore que son équilibre est précaire. La violence de la vie va se charger de le rompre définitivement. Dans le chaos, comment trouver la force de continuer ?

“ *Le Takotsubo est une cardiomyopathie de stress qui ressemble à un infarctus. [...] C'est scientifique ! On peut mourir d'avoir le coeur brisé.*

- Thomas ”



# L'HISTOIRE DE THOMAS

## Résumé de la pièce

### Raconter son histoire

Thomas est déjà là. Chemise à carreaux, pantalon large. Il pourrait être vous et moi. L'espace est brut, on y voit une table d'écolier, une chaise et un portemanteau.

Thomas vient de vivre un évènement tragique qu'il nous révélera au milieu de son récit.

Un suicide.

Celui de sa femme. Par pendaison.

C'est dans l'onde de choc de ce moment qu'il se confie au public.

Avec naturel et pudeur, il parle d'elle. La femme qu'il aime. Il s'interroge sur le sens de leur rencontre statistiquement improbable. Sur la nature de son

amour. Il nous raconte le sexe. Le quotidien. Le désir d'enfant. L'infidélité.

Alternativement, il évoque aussi son père. Le seul homme qu'il ait jamais aimé. Il se questionne sur la notion de masculinité et le mythe de la virilité. Sur sa famille. Sur ses origines.

### Un seul en scène... ou presque

*La bonne hauteur* est un seul en scène. Thomas n'est pas, pour autant, le seul personnage.

Il rejoue les moments clés de ces deux relations et continue d'entretenir le dialogue avec les absents. Parfois en leur parlant directement, parfois en les incarnant.

Le récit de Thomas est fragmenté.

Pendant presque une heure, il passe d'un souvenir à l'autre, et d'une réflexion à l'autre. Jusqu'à l'aveu du drame.

Comme si dans le chaos de la mémoire, il cherchait, au mieux une réponse, au pire une raison de continuer.

Son histoire est une tragédie mais son récit n'est pas tragique.

Il y a de la légèreté dans sa façon de conter, de se confier. Proche de la vie, le joyeux se mêle au mélancolique et les sourires aux pleurs.

### Une quête initiatique

*La bonne hauteur* est un monologue moderne et tragique.

Thomas cherche dans son histoire, comme dans celle de son père et de sa femme, à expliquer ce geste définitif.

Son enjeu est de trouver, pour cette tragédie et son inéluctabilité, une justification.

Condition nécessaire pour qu'il s'autorise à amorcer son deuil.

C'est pour Thomas un voyage intime et initiatique. Une quête de résilience dans laquelle il n'est pas interdit de se reconnaître.

Nous avons tous en commun un moment où s'est imposé à nous le choix de se relever... ou pas.

En se confiant à nous, Thomas tend un miroir vers nos propres questionnements et notre propre recherche de sens.

“

*On finit tous par croire  
aux malheurs qu'on s'invente,  
non ?*

- Thomas

”



“

*Il est difficile de sentir le mouvement si on a les yeux fermés. Il n'y a rien dans notre cerveau, dans nos synapses, dans nos sens, qui permet d'affirmer que c'est nous qui bougeons et pas le monde autour.*

- Thomas ”

“



*Quand le sentiment naît, les circuits neuronaux associés à l'éthique sociale se mettent en pause.*

*L'amour rend aveugle !*

*Notre faculté au jugement s'éteint à cause du taux de dopamine qui monte dans les tours.*

*On sublime l'autre à cause des fluctuations des taux de sérotonine.*

*La physiologie moléculaire fait baisser notre garde.*

*Et bim ! On est amoureux.*

*Biologiquement, c'est très semblable à la prise d'un rail de coke. C'est les mêmes régions du cerveau qui sont stimulées.*

*Et tout ça d'après elle dans le seul but de la survie de l'espèce !*

*Pour elle, l'amour conjugal est fondé sur un mensonge.*

*L'âme sœur n'existe pas !*

- Thomas

”



# DERRIÈRE LES MOTS

## Note d'intention (1/2)

“

*Si je pouvais revenir à ce moment-là en sachant tout ce que je sais aujourd'hui. La douleur. La colère. La peine. Si l'homme que je suis aujourd'hui, grâce à toi, te rencontrait à nouveau dans ce train. Ce jour-là, à cette minute-là, à cette seconde-là. Irai-je encore m'asseoir à côté de toi ?*

- Thomas

”

A ce moment, le profond désir de (re)vivre s'est mêlé aux plus grosses incertitudes de mon existence. Instinctivement, ce chaos m'a donné envie d'écrire. D'abord sans objectif autre que celui de répondre au besoin de noircir des pages; davantage dans un souci de garder une trace de la colère, des remords, des rencontres, des erreurs et des interrogations.

Peu à peu, je me suis rendu compte, que dans ces feuillets il y avait une pièce à sculpter. Les questions que posait alors mes écrits devaient trouver leur résolution sur scène.

Thomas est devenu l'occasion pour moi d'aborder des questions comme – la peur de l'irréversible, la fatalité ou encore le destin.

**Finalement, c'est Thomas qui m'a fait comprendre le vrai sujet de la pièce. Les morts se sont rappelés à moi. J'avais aussi un deuil à faire.**

Quand le cœur est atteint, il faut se relever avec art! Se reconstruire par le théâtre, non seulement pour témoigner, mais pour partager avec autrui.

C'est aussi cela que j'essaie de raconter.

### Une confession

La pièce se dessine comme une confession qui

interroge l'impact de nos actions sur la vie d'autrui, et notre responsabilité quant aux choix de l'autre, aussi radicaux soient-ils.

Cet enjeu du personnage principal est aussi le mien.

Interroger notre place dans ce monde et le sens de nos actes est au centre de mes préoccupations d'auteur.

Mon travail consiste simplement à en faire des fictions.

J'ai voulu que Thomas soit auteur. Comme lui, longtemps, j'ai écrit car le réel ne m'apportait rien.

**La pièce parle aussi du refuge qu'offre la fiction devant un réel inconfortable.**

Que dit-on de soi à l'autre ? Quelle version de nous-même inventons-nous pour mieux avancer ? Sous quels mensonges nous cachons-nous ?

### Pourquoi le seul en scène ?

J'ambitionne d'écrire un spectacle qui raconte un moment de déséquilibre dans la vie d'un homme. Un homme qui cherche à comprendre son erreur.

## De l'or avec de la boue

En 2017, ma vie a basculé. J'ai quitté mon job, ma maison, ma femme. Je l'ai vécu comme la manifestation d'un instinct de survie.

Mais quand vous vous retrouvez dans un appartement vide en dormant sur un matelas gonflable, vous vous mettez très sérieusement à reconsidérer vos choix de vie.

# DERRIÈRE LES MOTS

## Note d'intention (2/2)

“

*La réalité interdit le dialogue avec la disparue. Le théâtre me l'autorise.*

- Frédéric Fischer

”

de l'intime que de la lecture du livre de Christophe Fauré *Après le suicide d'un proche*.

Le suicide est une mort particulière. Il prive d'une présence et laisse un vide qui se remplit de culpabilité et de questions sans réponse. **Car si la mort nous accable, le suicide nous accuse.**

Le suicidé ne laisse pas un monde en paix.

La réalité interdit le dialogue avec la disparue. Le théâtre me l'autorise.

### ... ou être

Pourquoi les choses se sont-elles passées ainsi ? Pourquoi les choses devaient-elles se passer ainsi ? Chez Walt Whitman, l'espoir se lit dans la résolution de son poème *O Me ! O Life !*:

« *Que le puissant spectacle se poursuit et que tu peux y apporter tes vers* ».

A la fin, je souhaite laisser Thomas au début de son processus de résilience, dans une grande incertitude.

Personnellement, je sais que dans le deuil se cache une pulsion de vie.

Je fais le pari que dans son voyage, Thomas, la trouvera aussi.

### Derniers mots...

La pièce parle aussi de la difficulté à trouver les bons mots. Ceux qui sauvent.

Depuis longtemps déjà, je sais la place que le théâtre allait prendre dans cette nouvelle partie de ma vie. Je ne renie pas pour autant l'ancienne, il m'a fallu la vivre pour écrire ces mots-là.

Et, sous l'ombre de cette structure, je me suis lancé dans ce projet avec beaucoup de peurs, de doutes, de sacrifices mais aussi avec une flamboyante certitude.

Probablement car, de tous, ce projet est le plus personnel, le plus intime, et, osons le dire, le plus vitale.

Frédéric Fischer

L'envie du seul en scène n'a pas été immédiate.

Le travail dramaturgique et mon admiration pour l'œuvre de Nick Payne, Dennis Kelly, Charlotte Monnier ou encore Gaël Leibrang ont achevé de me convaincre de la nécessité du monologue.

**Quel meilleur moyen pour montrer la solitude dans les combats de l'introspection que cette hérésie consistant à porter seul sur ses épaules le regard du public ?**

C'est un texte aussi écrit par le désir de jeu. Je suis aussi comédien. Retrouver le plaisir de la scène avec ses propres mots est le principal moteur.

### Ne pas être...

Je ne suis pas Thomas mais un auteur n'aborde pas ces thèmes par hasard. Ce spectacle tient autant

“

*Je ne sais pas ce qui m'a poussé à monter dans ce train. C'était pas ce qui était prévu. Ou peut-être que si.*

*Je n'avais pas de destination... Pas vraiment. En fait j'étais là parce que...*

*J'étais moins sûr d'aller quelque part que de fuir quelque chose.*

*À cette époque mon père disait que j'étais en train de foutre ma vie en l'air. J'essayais d'écrire un roman. Mon premier. Mais, j'avançais pas.*

*Il y avait 37 trains qui faisaient ce trajet, ce jour-là. 37 possibilités.*

*Avec une capacité de 1200 voyageurs par train, les statistiques donnent à notre rencontre... 1 chance sur 44 400. 44 400 ! Peu de temps après le départ, le train s'arrête en pleine voie. Incident technique. Les 3 heures 32 minutes de trajet se sont transformées en 7 heures 12.*

*37 trains... 1200 voyageurs et dans le wagon-bar ma chance sur 44400... Elle.*

*Ce jour-là. À cette minute là. À cette seconde là.*

*Ça ne pouvait pas être une coïncidence.*

*C'est ma conviction. Et pourtant je ne suis pas un homme de convictions, tout le contraire de mon père.*

- Thomas ”



# DEVANT LES YEUX

## Imaginer la scène (1/1)

### L'absence...

À la lecture du texte sans complaisance de Frédéric, il est devenu évident pour moi que ce propos avait une raison scénique.

Nous nous sommes très vite mis d'accord sur la nécessité que ce monologue soit joué, autant que possible, sur un plateau nu, en lumière naturelle et quasiment sans effets sonores.

C'est dans cette projection que je pense le texte. Son rythme. Ses mouvements.

Je pense qu'il est nécessaire de priver le comédien de son écrin, qu'il accepte un inconfort et une fragilité, nécessaires à la mise à nu du personnage.

Je partage avec Claude Régy une certaine idée de l'épure.

J'adhère à cette idée de vouloir *«quasiment supprimer la scène, transformer l'architecture théâtrale, rayer la notion de costumation, la notion de décoration et la notion de mise en scène elle-même. [...] La représentation est imaginée par le spectateur.»*

**Dépouiller l'espace pour offrir la possibilité au spectateur d'apprécier chaque mot, chaque**

**intention avec son propre imaginaire.**

### Une chaise

Comment mettre en scène le dialogue avec l'absente ?

Faire le choix de se débarrasser des artifices habituellement utilisés comme les accessoires qui aident parfois à se donner une contenance.

Selon moi, l'idée s'impose de réduire la scénographie à une chaise.

Symbole de l'absence.

Le piano et le portemanteau seront, quant à eux, en retrait dans un espace de discrétion.

Je suis aussi influencé par l'héritage du théâtre d'objets. La chaise ne doit rester pas chaise.

Elle est tour à tour tabouret, chaise de restaurant, manège, siège de bar, prison, voiture, train, lit... et terminera échafaud.

Ainsi le plateau devrait se diviser en deux parties.

**À jardin, la persistance du souvenir, les flashbacks, les discussions avec les absents.**

**Côté cour, le présent, le face à face au réel, le piano, la confrontation avec le 4e mur.**

**Au milieu, la chaise à la frontière du tout.**

### ... le corps

Pour reprendre Claude Régy: *«Le corps des acteurs devient essentiel: la voix est du corps. À partir de là, c'est le spectateur qui fait le spectacle visuel [...] C'est pour cela qu'il n'y a plus de représentation, seulement celle que les mots peuvent déclencher dans l'imagination.»*

Le rythme du corps occupera tout l'espace possible. Comme dans la prosodie de la voix, que je rêve bégayante, éraillée, fragile, incertaine, hésitante. Tout est conçu autour du jeu, que je désire empreint d'une vraie sincérité.

**Claire Gélinaud**



# DERNIERS MOTS

## Raconter votre histoire

### Deux routes divergeaient dans un bois

Ce spectacle est une déclaration d'amour à la prise de parole et au témoignage.

J'ai toujours été persuadé que nous avons tous, dans notre réel, une histoire qui mérite d'être racontée et entendue.

**En périphérie des représentations, je souhaite créer l'opportunité de travailler avec le public sur leur histoire.**

Dans cette période où toute ma vie a été remise en question, j'ai croisé au hasard de mes errements plusieurs personnes dont l'histoire illustre parfaitement les derniers vers du poème de Robert Frost *The road not taken*: «*Deux routes divergeaient dans un bois, et moi, j'ai pris celle par laquelle on voyage le moins souvent, et c'est cela qui a tout changé.*»

Ces rencontres ont donné naissance à un premier projet - *racontersonhistoire.com*. - qui se résume à une somme de récits tournant autour de la question du choix, soulignant l'importance de prendre sa vie en main et de suivre un chemin qui

n'appartient qu'à soi.

Ce projet m'a convaincu de suivre une route qui m'est propre.

C'est cette route qui m'a amené à ce spectacle.

Hors scène, je veux continuer à compiler ces moments de pures inspirations qui pour moi appartiennent tous au même livre.

**J'envisage une collaboration avec les écoles, les médiathèques, les institutions...** plusieurs formes seront alors envisagées: vidéo, audio, écrit...

En défendant la sauvegarde des patrimoines culturels oraux africains Ahmadou Hampaté Bâ déclarait: «*En effet, notre sociologie, notre histoire, notre pharmacopée, notre science de la chasse, et de la pêche, notre agriculture, notre science météorologique, tout cela est conservé dans des mémoires d'hommes, d'hommes sujets à la mort et mourant chaque jour. Pour moi, je considère la mort de chacun de ces traditionalistes comme l'incendie d'un fond culturel non exploité.*»

Très modestement, je souhaite donner, à qui en manifestera le désir, l'opportunité de se confier, de prendre du recul sur son vécu, d'en tirer les leçons, d'en faire un récit et de le partager.

**Frédéric Fischer**

“ J'ai toujours été persuadé que nous avons tous, dans notre réel, une histoire qui mérite d'être racontée et entendue. ”

- Frédéric Fischer

# FRÉDÉRIC FISCHER

## Auteur et comédien

Né à Metz en 1977, Frédéric a travaillé pendant 15 ans dans l'industrie cinématographique. Mais l'évidence de la pratique théâtrale s'était déjà imposée à lui après avoir assisté, pendant les années lycée, à une représentation de *Dans la solitude des champs de coton* de Bernard Marie Koltès.

Sa passion pour le spectacle vivant le conduit pendant de nombreuses années à expérimenter différents aspects de l'art théâtral, du statut de comédien à celui de metteur en scène.

Il complète sa formation initiale en suivant plusieurs stages de jeu, de mime, d'improvisation

et d'écriture. Notamment au sein du théâtre du peuple de Bussang, auprès de Simon Delétang et Jerzy Klesyk.

En 2017, il décide de se consacrer entièrement à l'art théâtral. Il participe à la création de la compagnie KISSANKAR qui acceptera de produire ses futures créations.

Après avoir mis en scène *Ex-voto* de Xavier Durringer, il choisit, en 2019, de mettre en scène *Constellations* de Nick Payne. Il propose le rôle de Marianne à Claire Gélinaud. Ce sera leur première collaboration.

Il s'attribue le rôle de Roland, une occasion trop rare de mettre sa sensibilité au service d'un personnage multi-facettes : un réel plaisir de comédien. Cette expérience étalonnera son goût pour les textes forts et poignants, ainsi que son penchant pour les espaces dépouillés.

Parallèlement à ce spectacle, il entame l'écriture de *La bonne hauteur* qui retrace la tragédie, non sans légèreté, d'un homme face au deuil.

*La bonne hauteur* est sa première pièce.



# CLAIRE GÉLINARD

## Metteure en scène

Née à Clermont-Ferrand en 1991, Claire fait une première rencontre avec la scène et les arts du spectacle avec une mise en scène des *Histoires de Monsieur Keuner* de Bertolt Brecht par Cédric Veschambre.

En s'inscrivant au conservatoire de Clermont-Ferrand, elle approfondit ses compétences techniques et aborde le théâtre dans un cadre plus professionnel.

C'est en 2015 qu'elle affirme un intérêt encore plus fort et inévitable pour la scène, via un stage à Londres, puis, en 2016 en s'impliquant au sein de

l'école *La Fabrique* de Metz.

Améliorant là ses compétences techniques de jeu d'acteur, elle y accepte de nouveaux défis artistiques en se mettant au service de plusieurs créations théâtrales sous la direction de Josselin Dailly.

Elle découvre notamment l'art du théâtre d'improvisation pour lequel son talent naturel se fait très vite remarquer.

En 2019 elle accepte le rôle de Marianne de *Constellations* de Nick Payne mis en scène par

Frédéric Fischer, qui partage la scène avec elle.

La structure achronologique de la pièce et la multiplicité des situations abordées, lui ont permis d'appréhender le personnage de Marianne dans toute sa profondeur et sa complexité, laissant à un public conquis une émouvante performance.

Fort de la réussite de cette complicité artistique, et après la lecture du texte, elle accepte de contribuer à la création du spectacle de Frédéric.

*La bonne hauteur* est sa première mise en scène.



“

*J'étais épuisé, vidé, j'avais mal. Une douleur au ventre m'a plié en deux et je me suis retrouvé à genoux devant elle. Je n'ai pas compris tout de suite pourquoi mais... j'ai prié...*

*J'ai prié pour que l'orage reste loin. Je lui ai dit que je l'aimais, comme on attrape une bouée quand on a l'impression de se noyer. Et pour la première fois ça ne sonnait pas comme quelque chose d'heureux. « Je t'aime ». C'était presque une fatalité. Comme si je comprenais là, à cette seconde que j'allais aimer cette femme, toute ma vie, comme une croix à porter.*

*J'ai compris que mon monde était trop étroit pour elle.*

*Tu m'as regardé avec un sourire. Tu m'as pris dans tes bras. Ce n'était pas un geste d'affection. C'était une consolation.*

*Tu savais.*

- Thomas

”

# LA BONNE HAUTEUR

Peut-on vraiment s'affranchir de sa propre histoire ?

---

# M E R C I !

Durée envisagée 1H20

Texte et jeu: **Frédéric Fischer**

CONTACT

.....  
Auteur: **Frédéric Fischer / 06 31 69 06 33**  
.....