

Création 2023

# IL ÉTAIT UNE FOIS OU COMMENT UN COACH DE VIE A SURGI DE MON THERMOS À CAFÉ

Il était une fois ou comment un coach de vie a surgi de mon thermos à café

Achille Grimaud & Cédric Guyomard

récit   musique   contes   chanson PoP   développement personnel



# IL ÉTAIT UNE FOIS OU

ÉQUIPE

## RÉSIDENCES 2022-23

L'ARTHÉMUSE // Briec (29)  
LE STRAPONTIN // Pont-Scorff (56)  
L'ARCHE - Sillon // Tréguier (22)

## PRÉ-ACHATS

LE STRAPONTIN // Pont-Scorff (56)  
L'ARTHÉMUSE // Briec (29)  
L'ARCHE - Sillon // Tréguier (22)  
Espace BENOÎTE GROULTE //  
Quimperle (29)

## ÉCRITURE

Achille GRIMAUD, Cédric GUYOMARD &  
Anne MARCEL

## MISE EN SCÈNE

Anne MARCEL

## INTERPRÉTATION

Achille GRIMAUD & Cédric GUYOMARD

## CRÉATION LUMIÈRE

## RÉGIE

## PRODUCTION

Alexandra KOENIGUER

# THÈRE A CCA

# IL ÉTAIT UNE FOIS OU

## COMMENT UN COACH DE VIE A SURGI DE MON THERMOS À CAFÉ

Récit & Musique // tout public (à partir de 12 ans)  
// 55 minutes

C'est l'histoire d'un homme qui veut faire rire. Entre chansonniers, comiques, humoristes et autres stand-upers, il se cherche une place en raconteur d'histoires drôles.

Alors il débite des blagues, multiplie les jeux de mots, enchaîne les calembours. Inlassablement. Tant et tant qu'il ne sent pas les choses lui échapper.

Il n'entend pas le silence prendre la place des rires, ne voit pas les salles se vider.

Dans les contes traditionnels, c'est à ce moment que se fait la rencontre merveilleuse avec un génie bienveillant qui ré-enchantera la vie du petit bonhomme...

En guise de génie, voici venir un coach baratineur à l'énergie positive quelque peu exaspérante. Sa mission : remettre notre blagueur sur le chemin de la rencontre avec les autres.

Conscience de soi, épanouissement, méthode Coué...  
Mais comment faire le bilan quand on a rien vu venir?  
Et puis, si méthode de vie et chemin vers la félicité il y a, est-on vraiment toujours sûr de ce qu'il y a au bout?  
Poésie surréaliste versus développement personnel...  
c'est parti!



... Les jauges ne désemploient pas. J'ai tellement de public que l'espace de jeu se réduit. Juste une place pour une chaise sur laquelle je peux m'asseoir et poser mes histoires.

Le public me submerge: les spectateurs sont des projecteurs qui s'animent au fil de ma parole. Certains projecteurs sont fatigués, c'est sûr; il y en a même qui dorment... C'est pas grave parce que pour celui qui raconte c'est apaisant.

Les spectateurs s'envolent dans mes histoires avant même que je les fasse décoller.

Ce soir-là, il est 20 heures, j'ai déjà raconté 2 fois, et le directeur du lieu culturel, l'Ephad de la Source, me propose une chambre qui vient tout juste de se libérer.

« C'est gentil mais non merci : j'ai encore une date ce soir et presque 3 heures de route à faire! »





# LES COMPÈRES

Le mélange des ingrédients et des cuisines des deux artistes , génère un univers décalé et un peu dingue: tantôt doux et sucré, tantôt acide et piquant. C'est une question de proportion et de complémentarité. C'est Anne Marcel qui rectifiera les assaisonnements et veillera à ce que la sauce prenne.

Une chose est sûre: il faut des bases solides pour réussir une échappée en Absurdie.

## CÉDRIC GUYOMARD & ACHILLE GRIMAUD

« Achille Grimaud revient avec des histoires surréalistes, magiques et intemporelles. Sa plume allie poésie et folie, profondeur et légèreté, humour et tendresse. Avec notamment l'histoire de la chaise qui part enfin vivre sa vie et retrouver ses origines dans la forêt. La fille qui avait un peuplier qui poussait sur la tête. Le colonel de l'armée qui se battait contre un lapin à la moutarde.

Pourquoi ? Comment ? Où ? Achille Grimaud va nous emmener loin, très très loin. Trop loin, même, probablement. Mais tout cela est nourri, joyeux, lumineux et tout ceci a du sens. Rien n'est écrit par hasard du tout ».

« Mosai s'occupe de broser le paysage musical: il comprend mon univers, et sait toujours poser les bonnes notes au bon endroit.

Il le fait avec sa guitare, son ukulélé, des samples électro savamment choisis, et avec un travail de boucles sonores qui donne de la profondeur aux choses. Il apporte aussi ses chansons pop étranges qui ne sont pas tant des illustrations des contes que des prolongements de ces derniers.

Ça paraît léger: c'est technique et précis. Ça paraît drôle, ça l'est! Mais jamais sans grincer. C'est ainsi que nos écritures s'entremêlent, au service des histoires ».



## MODE OPÉRA TOIRE

Une écriture à deux voix

*Bloc Opératoire 42* était notre rencontre. Une sorte de duel. Deux univers et une petite guerre d'égos. Il s'agissait de savoir qui mène la danse? Le conteur? Le musicien? Le récit? Qui gagne à la fin? Les codes du musicien qui est dans l'ombre du conteur étaient bien mis à mal. Ce qui va rester c'est cette fausse rivalité. Mais 20 ans après, ce sont autant les échecs que les réussites qui se comparent. *Il était une fois...* c'est aussi l'heure d'un bilan à mi-parcours.

### SUR LE PAPIER

Tout part toujours de l'écriture d'Achille Grimaud.

Des débuts de texte, des amorces d'histoire, parfois juste une intuition, une sensation sans mot. Commence alors l'improvisation. Cédric Guyomard fait tourner des accords de guitare, des ambiances sonores qui font écho. Les deux artistes opèrent en toute confiance, assurés que ce que l'un ne formule pas encore, l'autre saura lui donner corps.

Le conteur se laisse alors porter par les sons pour faire jaillir d'autres images, fixer le décor.

L'histoire se développe, les personnages se précisent, le récit se dessine. Les mots s'inspirent de la musique qui s'inspire des mots. Le paysage sonore et le récit grandissent ensemble. Jusqu'à l'évidence, celle qu'une histoire est là.

Dès lors, Achille Grimaud ne la lâche plus. Il taille et retaille les phrases, polit les mots: le propos doit être fluide.

Cédric Guyomard: c'est la musique, le son, le paysage sonore. Mais il apporte lui aussi ses mots.

En réponse aux chemins mouvants dans lequel le conteur l'entraîne, il construit des chansons pop étranges.

### SUR SCÈNE

Il ne s'agit pas ici d'un conteur et de «son» musicien. L'aventure artistique qui unit A. Grimaud et C. Guyomard sur scène se fonde sur un rapport d'équité. Le conteur sur le devant de la scène et le musicien au fond: très peu pour eux.

La musique n'est pas un artifice. La parole circule librement entre les deux acolytes, non sans une certaine rivalité qu'ils se plaisent à surjouer. L'ironie du ton et le mordant de leurs échanges sont à la hauteur de l'amitié qui les unit.

Un conteur . Un musicien.  
Et le constat que le  
nombre de leurs cheveux  
est inversement  
proportionnel au nombre  
des années. De fait, 20  
années se sont écoulées  
depuis leur première  
aventure. 20 ans et,  
comme un anniversaire,  
l'envie de tout relancer.





# ACHILLE GRIMAUD

L'œil qui frise, le sourire en coin, la malice en bandoulière, il peut tout se permettre ; réactiver les souvenirs d'une enfance minérale et océanique et les heurter aux univers les plus sombres. Au gré des images qu'il raconte, des films qu'il construit, il crée un univers empreint de nostalgie et dont la naïveté renvoie à la dureté du monde. Et tout ça l'amuse beaucoup.

Le ton est libre, l'écriture délivrée du texte, et la parole n'a de cesse de s'actualiser : à chaque représentation se recrée l'histoire. Un seul objectif : faire mouche

Il entame l'écriture de son premier seul en scène en 1999. Le spectacle voit le jour au festival Mythos (Rennes) en mars 2001 : Passage souterrain, un récital de contes du quotidien où le destin banal des personnages bascule soudainement. Dès lors, Achille Grimaud arpente les planches de nombreux théâtres. Il est invité à participer aux événements autour des arts de la Parole en France et à l'étranger, et rejoint rapidement le premier rang d'une nouvelle génération de conteurs d'histoires.

Sa démarche artistique se veut transversale. Elle est atypique. Son goût de l'expérimentation le conduit à une collaboration fructueuse avec le metteur en scène Serge Boullier (Bouffou Théâtre) autour d'un projet à destination dujeunepublic Derrière le préau, ou encore avec le chanteur Mosai. à l'occasion d'une folle rencontre entre récits déjantés et chansons décalées, Bloc opératoire 42.

Au printemps 2005, il livre Exit : un conte fantastique et un récit initiatique sur les angoisses d'un homme seul face à son destin.

En 2006, il renoue avec ses premières amours, et crée avec la complicité de Gaële Flao (Plasticienne), Le Rire du roi : une partition à quatre mains qui mêle récit et film d'animation. C'est à la suite de ce projet qu'il se lance dans l'aventure de Numéro 1 Oblige, en collaboration avec Gaële Flao et Benjamin Flao (pour la création graphique), et avec Fanch Jouannic, musicien sur scène.

En 2010, Achille Grimaud manifeste son envie de produire de nouveaux projets, de les ancrer sur le territoire, de multiplier les collaborations dans des petites formes. Il prend ainsi la direction artistique

d'exposition Elles courent, elles courent les histoires, au Manoir de Kernault. L'année suivante, il propose de revisiter à sa façon, l'origine et l'histoire des châteaux avec Châteaux imaginaires, une exposition au Château de Suscinio.

2011 est également l'année de la rencontre avec Sergio Grondin et François Lavallée, et le début de l'aventure du Cabaret de l'impossible, l'histoire singulière de trois conteurs d'une même génération et acteurs de leur propre fiction.

Par la suite, il retrouve Mosai avec Le Début des haricots, puis il crée Le Braz et autres Breagnes, librement inspiré des Légendes de la mort d'Anatole Le Braz, et Sinon tapez dièse, une forme révisée du récital de contes qui passe au crible les professionnels de l'oralité.

Depuis Tête dans la toile (2014), un spectacle qui revisite, en musique et par le récit, des chefs d'œuvre du cinéma d'animation, et la création de Ligne de mire (2015), il affiche toujours plus clairement son goût du cinéma et l'influence de ce dernier dans son travail de conteur.

Cette orientation se confirme avec la création, en 2017, de Western, une chevauchée imaginée avec le conteur François Lavallée, et, en 2018, de Règlement de comptes, la quête familiale d'un apprenti cow-boy.

Toujours à la recherche de nouvelles formes de récits, le conteur travaille également depuis 2016 à la création d'objets sonores et autres fictions radiophoniques. Les aventures des Compagnons de la peur courent depuis six épisodes en attendant une suite en 2023.

Il était une fois ou comment un coach de vie a surgi de mon thermos à café





# CÉDRIC GUYOMARD

Auteur, compositeur et interprète, Cédric Guyomard a multiplié les expériences et les collaborations artistiques. Ce n' est pas tant qu' il est versatile, mais l' artiste aime le collectif, la création partagée.

Et c' est un fait, loin de Mosai, son personnage de scène un peu teigneux et carrément mégalo, Cédric aime le partage, la co-construction artistique. Ces amitiés artistiques l' assurent et lui offrent un territoire de jeu qu' il prend plaisir à partager. Guitare, ukulélé, boucles sonores, et glissant, sur les notes, une voix qui ne s' interdit rien : aussi irrévérencieux et mordant qu' il est sensible et généreux. Un enfant terrible.

Originaire de Besançon, et après une enfance en banlieue parisienne, Cédric Guyomard s'installe en Bretagne où il commence son expérience de la scène, bénéficiant d' une solide formation à la guitare classique et électrique. Chanteur guitariste, co- compositeur et co-auteur avec son frère Antoine, chanteur bassiste, et avec Vincent Perrigault, batteur, ils créent le groupe Lé Maôdi.

Après six années de collaboration, il quitte Lé Maôdi et devient Mosai . Ce personnage de fausse rock star, mégalo et vantard, lui permet d'aborder la scène de manière à la fois poétique et décalée.

En novembre 2001, il enregistre une première mouture de ses chansons avec la complicité artistique de Louis Soler.

Dès 2002, il débute les concerts solo dans les cafés-concerts et sur les scènes de Bretagne.

C' est aussi l'année qui voit la création du groupe Lugo avec Gérard Crinon Rogez, chanteur bassiste, et Vincent Perrigault, batteur choriste. Trois albums naissent du trio : « Lugo » en 2003, « Rayon Laser » en 2005, « La Grève du Sol » en 2008.

En 2002, Cédric Guyomard rencontre le conteur Achille Grimaud ; ils créent ensemble le spectacle Bloc Opératoire 42, entre récit et chansons. Le spectacle joue aux quatre coins de la France, mais aussi en Suisse, en Belgique et s'exporte même à Haïti.

En 2005, avec Vincent Perrigault, son compère depuis le tout début, naît Wild Billy Boy Mosai au Festival Marmaille à Rennes. Le « concert très spectacle pour jeune et tout public » joue partout en France. Un album est produit par L'Armada Productions,

inséparable partenaire de toutes les créations depuis 2003.

Le Festival Mythos 2007 fait apparaître le Professeur Mosai lors des soirées « Cabaret des paroles improbables ». Ce Professeur sérieusement décalé emmène le public dans des concepts psychopathologiques totalement absurdes.

Après toutes ces années à camper le personnage de Mosai, Cédric Guyomard décide alors de tomber le masque et le costume en 2009 et de faire un concert solo sous son véritable nom. Il collabore pour cela avec le comédien Jérôme Rouger, pour la mise en scène, et le chorégraphe David Rolland. « Mosai, ce héros, ou pourquoi je coupe systématiquement la tarte à la fin de chaque repas de famille » voit le jour au Festival Paroles d'Hiver à Saint-Brieuc en 2009. Toute l'année 2010 est consacrée à la création de Super Mosai et Pas mal-Vincent, avec Vincent Perrigault ; un concert pop sur le thème de l'auto-école des Super-Héros.

En 2014, il se lance avec son acolyte Vincent Perrigault, dans l' aventure d' « Electro-monde », un spectacle peuplé de personnages surréalistes contraints de vivre en permanence branchés.

En 2017, les deux artistes récidive et créent « Je me réveille », un spectacle pour les enfants de 0 à 3 ans, puis, en 2020, « Le disco des oiseaux ».

2022 signe l' envie de l' artiste de repartir sur une création tout public avec Achille Grimaud.

Il était une fois ou comment un coach de vie a surgi de mon thermos à café





# ANNE MARCEL

Regard extérieur, metteure en scène, directrice d'acteurs, auteure, Anne Marcel sait toujours trouver sa place dans un projet de création : son expérience, son écoute attentive, sa capacité à comprendre les enjeux, à dénouer les problèmes lui permettent de donner corps et sens aux choses.

Derrière l'apparente facilité du geste, se pose la délicatesse, les égards et une intelligence sensible. Tout est mis au service de la création.

Sans doute parce qu'elle-même est auteur et interprète, elle sait accompagner, sans jamais le fragiliser, le travail d'artistes du récit et du conte, et donner forme sur le plateau à un texte en perpétuel mouvement.

Anne Marcel a reçu une formation classique au conservatoire de Tours. A sa sortie, en 1993, elle multiplie les collaborations : auprès de Jean-Laurent Cochet, Carlo Boso, Frédéric Faye, Gilles Defacques, Bernadette Bidaude, Pépito Mateo, Ulrik Barfod, Etienne Champion, afin d'acquérir des connaissances pluridisciplinaires.

Elle accompagne des créations théâtrales, musicales et marionnettiques. Cependant sa pratique s'oriente le plus souvent vers les formes de création théâtrale narratives: le conte, le récit, les formes « seul-en-scène » constituent son terrain de jeu. Ce sont surtout les formes contemporaines. Elle croise alors la route d'artistes qui s'inscrivent également dans une volonté de renouveler les codes du genre : Nicolas Bonneau, Achille Grimaud, Titus, ou encore Yannick Jaulin, et qu'elle accompagne dans leur démarche

«

Regard extérieur, metteure en scène, directrice d'acteurs, auteure, je suis où l'on m'attend mais surtout où je me sais utile. C'est ainsi que j'accompagne chaque processus de création suivant. Je suis à l'écoute et conduit les projets sans jamais les forcer.

D'aucuns me qualifient de sage-femme pour artistes, mais je suis plus simplement au service du projet artistique

».

Il était une fois ou comment un coach de vie a surgi de mon thermos à café





# EXTRAITS

Conte & chansons



# CONTES

## #1 C'est une chaise

(...)

A son aise était la chaise  
Face aux étoiles  
Elle s'évade,  
Pas dans l'imaginaire! Elle s'évade pour de  
vrai !  
Prendre la poudre d'escampette.

Les pieds dans l'herbe humide,  
Elle avance tant bien que mal,  
Accompagnée d'une idée derrière la tête.

Le portail est fermé !  
Embêtée est la chaise;  
Car une chaise n'a pas de bras .

Je pourrais vous dire  
Qu' en regardant les étoiles ,elle s'est  
envolée;  
Ou qu'un escadron de chouettes sensibles,  
l'a élevé dans les airs ;  
Mais comme je ne suis pas menteur,  
Je vais vous dire que la chaise est restée  
devant le portail.  
Patiente, les pieds dans la rosée, à  
attendre.

Puis le portail s'est ouvert.  
Un homme tout vêtu de bleu  
l'a prise dans ses bras  
Un chevalier ?  
Non un homme en bleu.  
C'est ce qu'on porte le jour des  
encombrants.  
La chaise vole dans le fourgon et « bon  
débaras ! »  
Qu'il dit comme ça car faut bien remplir  
sa journée.

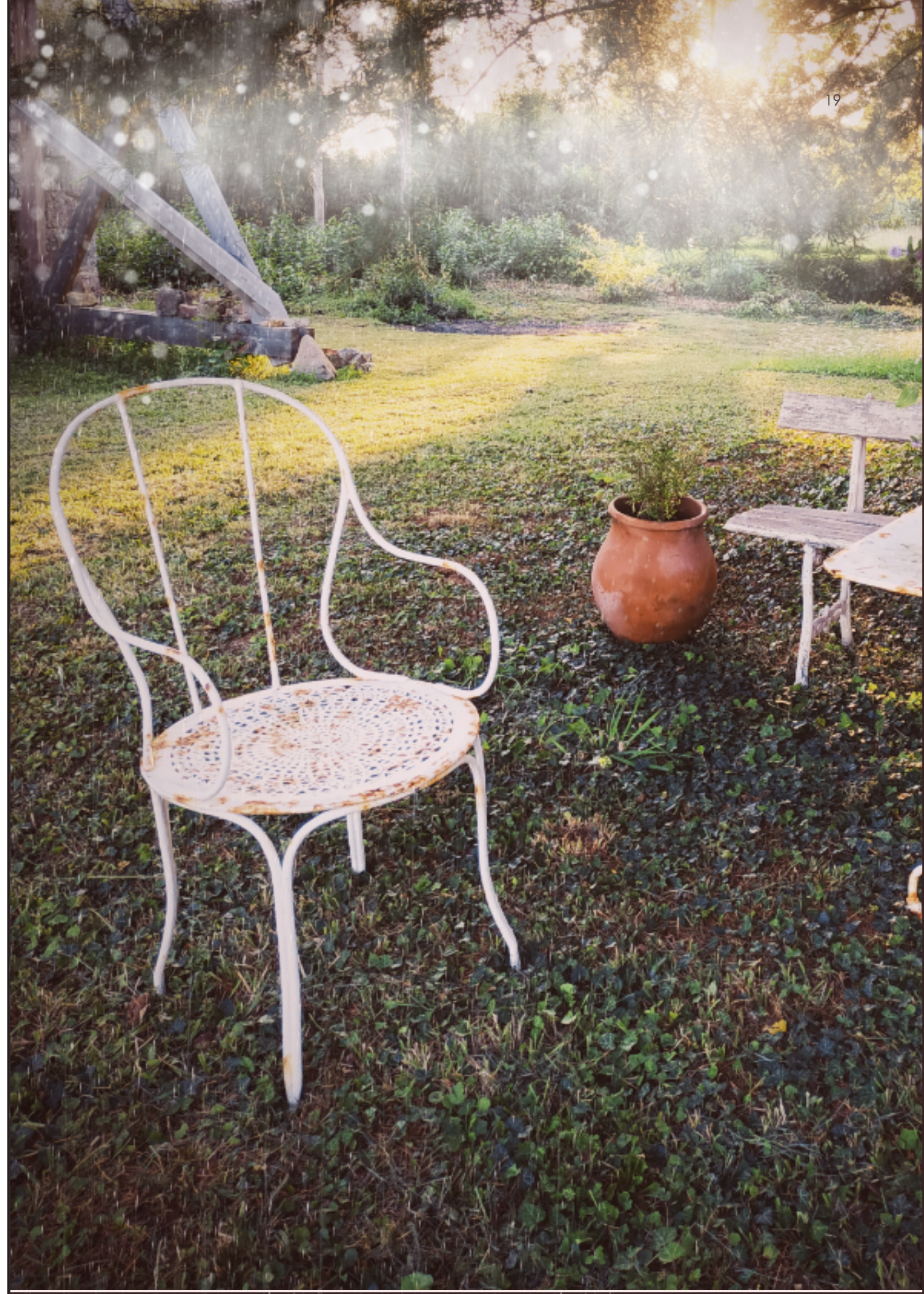
Dans la fourgonnette:  
Un vieux sommier  
Une pelle au manche brisée

Et un poste télé à l'écran fêlé.  
Je vous dirais bien qu'ils se sont mis à parler  
Mais, en fait, c'était chacun pour sa  
gueule.

La chaise toute seule  
« Personne veut causer:  
Pas grave » a dit la chaise  
Toujours accompagnée d'une idée  
derrière la tête.

Patiente  
Elle observe.  
Elle connaît cette route.  
Elle était déjà passée par là , toute petite.  
Dans un virage,  
Je pourrais vous dire que le vent complice  
l'a aidée à quitter le fourgon mais c'est un  
dos d'âne,  
Un sacré,  
Qui l'a propulsée sur le bord de la route.  
Elle aurait bien fait du stop  
Mais comme tu le sais déjà  
Une chaise n'a pas de bras.  
Elle n'a rien de tout ça si ce n'est qu'une  
idée derrière la tête.

(...)





# CHANSONS

## #1 Il pleut des clous

I faisait beau, on est sorti  
Sans les manteaux et sans abri  
Et puis la pluie, vraiment beaucoup  
Des cordes, des lits, des gens, des clous  
Nos corps ont bu tout c'qui est tombé N'en  
pouvant plus, on est rentré  
Une fois chez nous c'était pas mieux  
Il neigeait des fauteuils, des pneus

**Il pleut des clous  
Sur nous sur nous  
Il pleut des clous  
Sur nous sur nous**

On a pris le premier avion  
Pour l'Amérique et le Japon Dans celui-ci  
pas de sursis  
Il poussait des épines, des caries  
Quel pays peut nous accueillir  
Et quelle région sans voir surgir  
Du ciel des objets sans raison  
Du sol des trucs comme du poison

**Il pleut des clous  
Sur nous sur nous  
Il pleut des clous  
Sur nous sur nous**

## #2 Le lit défait

C'est vrai que j'suis bizarre, c'est pas mon  
envie  
Si mes mots sont en retard c'est à cause du  
bruit  
Du concert qui joue dans mes oreilles  
Des marteaux, des larsens, des abeilles

**Et la chambre dans ma tête a un lit défait  
L'oreiller et la couette sont toujours en  
paquet**

D'ailleurs rien n'est au sol, tout est  
suspendu  
Et les meubles s'affolent, rien ne tient  
dessus  
Y'a des ouvertures dans ma toitures  
Et plein de fissures sur mes murs

**Et la chambre dans ma tête a un lit défait Il  
y a toujours une fête qui n's'arrêt jamais**

C'est vrai que j'suis étrange mais c'n'est  
pas voulu  
Des pensées me démangent, je suis mal  
fichu  
Un fleuve de boue ravage mon sort  
Me donne des coups, brise mes ressorts

**Et la chambre dans ma tête a un lit défait  
Il y a 1000 trompettes qui soufflent sans  
arrêt**

Les pensées que je jette sont toutes  
décoiffées  
Tout y part en sucettes, tout est explosé  
Mais j'ai aussi de beaux cadeaux  
Vois-tu les ailes dans mon dos ?

**Et la chambre dans ma tête a un lit défait  
Il y a comme une sonnette qui n's'arrête  
Et la chambre dans ma tête a un lit défait  
Il y a 1000 trompettes qui soufflent sans  
arrêt**



# CONTACT

BàG // LA BANDE à GRIMAUD  
Cité Allende - boîte#2  
12 rue Colbert  
56100 LORIENT

labandeagrimald@gmail.com

07 68 34 72 46

SIRET # 4 54 063 728 000 33  
APE # 9001 Z  
LICENCE PLATESV-R-2021-002885