



Dossier de presse

Solo Arts Martiaux

Théâtre de Belleville

01 48 06 72 34

16, Passage Piver, Paris XI^e

M^o Goncourt / Belleville

(L2 ou 11) • Bus 46 ou 75

theatredebelleville.com

Tarifs

Abonné.es : 12€ / Plein 28€

Réduit 19€ / -26 ans 12€

(-1€ sur la billetterie en ligne)



**Service
de presse Zef**

01 43 73 08 88

Isabelle Muraour
06 18 46 67 37

contact@zef-bureau.fr
www.zef-bureau.fr



Solo Arts Martiaux

Du jeudi 8 au samedi 31 janvier 2026

Jeu. & Ven. 19h, Sam. 16h

Durée 1h10 • À partir de 12 ans

Conception Stéphane Facco & Yan Allegret

Interprétation Yan Allegret

Direction d'acteur Stéphane Facco

Guest Yoshi Oïda

Collaboration artistique Ziza Pillot

Création lumière et régie générale Philippe Davesne

Assistanat lumière Ysé Allegret

Conseillers Arts Martiaux Manon Soavi & Romaric Rifleu

Production (&) So Weiter • **Coproduction** CRESCO (Saint Mandé), Théâtre Jean François Voguet (Fontenay-sous-Bois), Centre culturel des Bords de. Marne (Le Perreux sur Marne), Théâtre Jean Vilar (Vitry-sur-Seine), Nouveau Gare au Théâtre • **Diffusion** - Production Bureau Rustine • **Soutiens** DRAC Île-de-France, Département du Val de Marne, la fondation franco-japonaise Sasakawa.

(&) So Weiter est une compagnie conventionnée par la Région Île-de-France, elle bénéficie du soutien de l'aide à la production mutualisée du département du Val-de-Marne.

Résumé

***Solo Arts Martiaux* est un voyage entre deux mondes, le théâtre et l'aïkido. Sur une scène vide, un homme se raconte, un sabre de bois à la main. Quand l'humanité emprunte la voie de la représentation de la violence par l'art du jeu et du combat, plutôt que de laisser libre cours à la guerre et à la sauvagerie.**

Pratiquant d'aïkido et écrivain, comédien, metteur en scène, Yan Allegret a entamé il y a 30 ans un cycle de travail portant sur les liens unissant les arts de combat et les arts de la scène. *Solo Arts Martiaux* est l'aboutissement de cette recherche, sous le regard bienveillant de Stéphane Facco et Yoshi Oïda.

Tournée

Mercredi 26 novembre et jeudi 27 novembre 2025 Théâtre Jean Vilar – Vitry (94)

Samedi 13 décembre 2025 Musée Guimet Auditorium – Paris (75)

Samedi 14 mars 2026 Sud Est Théâtre – Villeneuve Saint Georges (94)

Genèse du projet

À l'origine de ce projet, il y a une conversation autour d'un café, un dimanche, entre mon ami acteur Stéphane Facco et moi-même. Nous travaillons dans le théâtre tous les deux, nous nous connaissons bien et portons attention au trajet de l'autre depuis plus de 20 ans.

Stéphane Facco connaît mon attrait pour les arts de combat et plus particulièrement les arts martiaux. Il a suivi de loin, tout en pratiquant son propre métier d'acteur en France, mes voyages successifs au Japon, mes créations avec des boxeurs, des combattants de MMA, des maîtres de sabre. Je lui ai déjà parlé de cette part de mon travail. Pour autant, ce sont des univers qu'il ne connaît que peu.

Aussi, ce jour-là, je décide de lui raconter l'ensemble de cette aventure. Comment, finalement, mon amour des arts martiaux et du théâtre se rejoignent et trouvent leur source jusque dans mon enfance. Je lui décris les intuitions qui me traversèrent et m'amènèrent à partir au Japon en 2006. Et comment, à partir de ce premier voyage, dix autres s'étalèrent pendant les 8 années suivantes.

Sous son regard amical, je lui décris les jalons de ma recherche. La découverte de l'aïkido, celle du plateau. Je lui évoque les rings, les cages et les scènes que j'ai côtoyé en France, en Europe mais surtout au Japon. Je lui parle des rencontres extraordinaires que j'y ai faites : mes découvertes des entraînements matinaux de sumo dans le quartier de Ryogoku, mon entraînement improbable avec un maître de Jiu-Jitsu traditionnel sur le parking d'une université de Kyoto, les galas de MMA de la Saitama Super Arena et ses 87 000 spectateurs... ainsi que les nombreux combats pour lesquels j'ai aidé mes amis combattants professionnels français en tenant la serviette, le chronomètre et la bouteille d'eau au bas du ring.

Alors que mon récit avance, mon ami ne me quitte plus des yeux. Je sens alors que je l'emmène avec moi. Je deviens comme un conteur d'une histoire. La mienne. J'insère de l'humour, du suspense. Je tiens mon ami en haleine, le fais rire. Je lui fais découvrir des aspects de la culture japonaise qui lui sont inconnus : le Jo-ha-kyu. La disparition du Jitsu au profit du Do. L'imbrication entre arts du combat et religion bouddhiste ou shinto. Le rapport à la pratique de l'art dans le Bushido...

Mais surtout, je relis tout cela à ma propre histoire. Je lui parle de mon amour du théâtre, de mon amour des arts de combat et de comment ma vie s'est ancrée dans cet appel que j'ai senti il y a longtemps et auquel j'ai répondu.

Je convoque des figures importantes qui ont jalonné mon chemin : Morihei Ueshiba, Bruce Lee, Jigoro Kano, Miyamoto Musashi, Asashoryu, Wanderlei Silva, Mike Tyson, mais aussi Euripide, Antoine Vitez, Claude Regy, Zeami, Akira Kurosawa et Ryokan.

J'évoque enfin la dimension spirituelle de ces deux mondes. Sans doute le fil le plus profond qui m'unit à ces deux pratiques. Je reviens aux sources. À cette phrase de Morihei Ueshiba "l'aïkido est la manifestation de l'amour", et comment, peu à peu, le dojo comme le théâtre se sont affirmés en moi comme des espaces sacrés, porteurs d'un mystère qui me porte depuis plus de vingt-cinq ans.

Après une heure, le silence revient. Mon ami me regarde avec un immense sourire. Le récit l'a transporté. Il a entraperçu des mondes qu'il ne connaissait pas et il m'a découvert autrement, dans un endroit de parole différent, à la fois direct, simple, sans aucun paravent de fiction. Il me regarde. Il dit : "Il faut faire un spectacle". Nous nous regardons et sourions en silence. Une brèche vient tout juste de s'ouvrir.

Le travail commence.

Notes de travail

Lorsque le public entre, un homme est déjà sur scène, un fauteuil non loin de lui. La lumière est déjà installée, elle ne bougera plus. L'homme regarde chaque personne qui entre, salue, sourit. Sans quitter des yeux le public, il tient en équilibre sur un de ses doigts un sabre de bois. Un boken. Le solo commence ainsi.

- Dans *Solo Arts Martiaux*, il n'y a pas, contrairement à la grande majorité de mes spectacles, de texte écrit. Un canevas tout au plus. La parole sera laissée libre, s'adaptera en fonction de chaque soir, laissant une grande part à l'improvisation.
- Il s'agit de raconter, de narrer une histoire, dans laquelle le théâtre et les arts de combat se mêlent, se découvrent, entrent en résonance et éclairent la vie d'un homme. Une histoire qui ressemble beaucoup à la mienne. C'est à la fois une forme de témoignage, mais aussi une forme théâtrale dans laquelle l'homme peut être plusieurs. Il suffit pour cela de se souvenir de la position du conteur qui peut tout faire exister, en prenant appui sur la scène vide.
- J'ai plutôt eu tendance à écrire très précisément mes spectacles. Aujourd'hui, face à ce récit qui s'appuie en partie sur ma propre histoire, nous avons estimé que nous devons réduire la théâtralité à son expression la plus fine. Nous jouons de l'effet de réel pour emmener la représentation très proche, presque transparente.
- Le rapport au public est fondateur, car il s'agit de témoigner, de transmettre, de dialoguer. C'est pourquoi nous privilégions un rapport direct, simple, un tutoiement initial, de manière à permettre une proximité entre l'homme et le public. Des dialogues peuvent naître. Des incursions brèves dans le public. Des apartés. Voire des participations. Jouer avec les distances. L'homme sur scène s'émancipe à certains moments du lien direct avec le public, et deviendra alors le paysage qu'il raconte. Le plateau vide sera le support de jeu. On représente alors. Le bokken peut alors devenir un enfant, le vide peut se peupler de présences et l'homme endosser n'importe quel rôle de son récit. À partir de rien, donner naissance à tout.
- Ce projet se joue à la lisière du théâtre. Dans sa construction, dans son propos, dans l'action de raconter une aventure artistique et martiale, c'est une sorte de pas de côté. C'est pourquoi nous n'utiliserons que très peu d'effets lumière ou son. Le bokken et le fauteuil sont les seuls éléments de la scénographie que nous avons voulu épurés, tout en offrant des supports de jeu concrets.
- Il est bien sûr beaucoup question du Japon dans ce travail, et de mon rapport avec ce pays depuis 20 ans. Je vois, à travers ce projet, une occasion de transmettre un peu de toute la richesse que cette culture m'a offerte, et qui, tant dans le théâtre que les arts de combat, ouvre des perspectives passionnantes pour la pensée et le corps occidentaux.
- Aujourd'hui, alors que la création approche, j'envisage ce travail comme une déclaration d'amour à l'art, qu'il soit martial ou théâtral. L'immense exigence intérieure qu'ils demandent. Leur infini. Et l'énigme qu'ils contiennent tous deux.

Yan Allegret / Automne 2024

Entretien avec Yan Allegret

La part d'improvisation que vous évoquez naît-elle principalement de vos échanges avec le public ou de vos intuitions sur le moment ?

Il y a cette notion de présent que j'affectionne. La scène met cela en exergue. Un présent "pur", possiblement. Sur les tatamis c'est la même chose. Mais ça reste très difficile à faire advenir. J'avais ressenti, il y a quelques années, alors que je jouais beaucoup un spectacle dont la partition était écrite précisément, un fort désir de réouvrir la forme. Se soumettre en quelque sorte à ce que le présent propose, et épouser ses contours qui deviennent les contours du spectacle. C'est ce qu'on tente dans le *Solo Arts Martiaux*. Donc, tout ce que le présent propose, mes intuitions, le public ou autre chose, tout entre dans la danse.

Vous pratiquez l'aïkido depuis plus de 20 ans. En quoi consiste exactement cet art martial ?

L'aïkido tel qu'il m'a été enseigné - il y a beaucoup de formes d'aïkido différentes et même contradictoires, pas forcément dans la forme mais dans l'esprit - c'est difficile à définir avec des mots... Si on était en face à face et que vous me saisissiez ou m'attaquiez, ce serait plus simple. Je pourrai vous faire sentir, je l'espère, au moins un petit peu. Peut-être que le terme de "pacifier" est intéressant. Dans ma perception, l'aïkido, ce n'est pas vaincre, ce n'est pas dominer, ce n'est pas subir non plus, c'est tracer un autre chemin. Une paix possible. Sans sentimentalisme. En soi. Avec l'autre. Au delà.

De quelle manière la pratique martiale éclaire-t-elle la pratique théâtrale dans votre vie ? Et inversement ?

Déjà dans le terme de voie. C'est un chemin. Pas de fin. La scène comme les tatamis, il n'y a pas de fin. J'ai cette phrase en tête en ce moment : "je vis dans ce monde, mais je ne suis pas de ce monde". La pratique martiale comme la pratique théâtrale ont pu, à certains moments, dessiner les contours de cet autre monde. On peut appeler cela le poème. Une perception de la vie de l'humain, au-delà des contingences sociales, des rôles que la société nous assigne. On revient à l'énigme d'être au monde, du vivant. Et cela crée une joie. Une vraie joie, une vraie liberté. Et c'est cette joie qui irrigue le *Solo Arts Martiaux*.

Références

Le zen dans l'art chevaleresque du tir à l'arc - Eugen Herrigel

Le maître anarchiste, Itsuo Tsuda - Manon Soavi

Hagakure - Yamamoto Tsunetomo

L'Art du débutant - Valérie Dreville

La bibliographie de Itsuo Tsuda, Yoshi Oida et Yan Allegret

Auteur et comédien Yan Allegret



Auteur, metteur en scène et acteur. Il dirige la compagnie (&) So Weiter. Il a écrit plus de trente pièces, toutes portées à la scène. Depuis 2005, tous ses textes sont édités (Quartett, Espaces 34, Quidam Editeur, Koïné, Gallimard Jeunesse, Les Impressions nouvelles...) et créés sur France Culture pour certains. Il met en scène ses textes depuis 1998 avec notamment Yoshi Oïda, Yann Collette, Redjep Mitrovitsa... Ses spectacles sont présentés en France et au Japon. En 2006, il est lauréat de la Villa Kujoyama et amorce une relation féconde avec le Japon. Il y retournera dix fois entre 2006 et 2014. Pratiquant d'aïkido depuis vingt-cinq ans, il a enseigné au Dojo Tenshin (Paris 20). Il écrit des reportages ou interviews pour les revues *Karaté Bushido* et *Le monde du Sumo*.

Auteur et metteur en scène Stéphane Facco



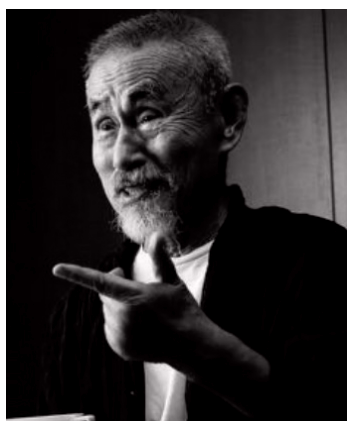
Licencié d'études théâtrales à l'université d'Aix-en-Provence où il rencontre Yan Allegret, Stéphane Facco poursuit sa formation à l'Atelier Volant du CDN de Toulouse dirigé par Jacques Nichet. Membre cofondateur du Collectif Drao, il joue et met en scène *Derniers remords avant l'oubli* de J-L. Lagarce, *Push-up* de R. Schimmelpfennig, *Nature morte dans un fossé* de F. Paravidino, *Quatre images de l'amour* de L. Bärfuss. On a pu le voir sous la direction de Clément Hervieu-Léger, Laurent Pelly, Daniel San Pedro, Alexandra Badéa...

Conseillère Arts Martiaux Manon Soavi



Née en 1982, elle est aikidoka, enseignante d'arts martiaux, et autrice de l'essai *Le maître anarchiste, Itsuo Tsuda. Savoir vivre l'utopie* (édition L'originel, 2022). Elle pratique l'aïkido et le kenjutsu depuis l'âge de 6 ans. Depuis 2005, elle étudie également des Koryu (écoles d'armes anciennes japonaises) avec Tatsuzawa senseï (la Kiraku-ryu, la Choku Yushin-ryu et la Musashi ryu). Depuis plus de dix ans, elle se consacre entièrement à la transmission de l'aïkido et du Katsugen undo. Elle enseigne au Dojo Tenshin à Paris et lors de stages en France et en Italie. Elle est la première enseignante française à ouvrir une séance Aïkido femmes, en non-mixité choisie.

Guest Yoshi Oïda



Né à Kobé en 1933, formé en philosophie et au théâtre Nô et Kabuki, Yoshi Oïda vit en France depuis 1968. Comédien légendaire de Peter Brook, il joue aussi au cinéma pour Peter Greenaway ou Martin Scorsese. Il est l'auteur de trois livres qui dévoilent un parcours riche et singulier. Depuis 1975, il met en scène du théâtre et des opéras. Les spectateurs se souviennent de lui dans *La conférence des oiseaux* (1979), *Le Mahabarata* (1985), *La Tempête* (1991) et *L'homme qui* (1993) mis en scène par Peter Brook.

Collaboratrice artistique Ziza Pillot



Elle commence son parcours au CDN de Bourgogne à Dijon, et rejoint Marseille en 1989. Jusqu'en 2021, elle partage son temps et sa vie entre la France hexagonale et La Réunion, travaillant avec Les Bambous, scène conventionnée. Elle a collaboré comme regard extérieur avec les cie Tamam, Aléaaaa, Argile, Ker Béton, Sakidi... À partir de 2018, elle devient la collaboratrice artistique de Yan Allegret, qu'elle accompagne sur ses 3 dernières créations : *On prend le ciel et on le coud à la terre* (2018) autour des oeuvres de Christian Bobin, *Les enfants éblouis* (2020) et *Jeanne* (2023), écrits et mis en scène par Yan Allegret.



Janvier

Tarifs : Abonnés.es : 12€ / Plein 28€ / Réduit 19€
-26 ans 12€ (-1€ sur la billetterie en ligne)

theatredebelleville.com • 01 48 06 72 34
16, Passage Piver, Paris XI^E

Au non du père

Ahmed Madani

Balle de match

Léa Girardet

La décalcomanie

Magali Mougel / Julien Kosellek