

Rose

# ROSE MOVIE

UNE ODYSSÉE INTÉRIEURE

*À la rencontre de soi en 8 étapes*



*« On ne fait pas chemin,  
c'est le chemin qui nous fait. »*

● Éditions  
**EYROLLES**

Éditions Eyrolles  
61, bd Saint-Germain  
75005 Paris  
info@eyrolles.com  
www.editions-eyrolles.com

Mise en pages : © Studio Smarthe  
Correction/relecture : Caroline Puleo et Virginie Gaillard  
Illustrations : © Noellie Renucci

Crédits iconographiques des positions de yoga : Shutterstock © Babkina Svetlana

Depuis 1925, les éditions Eyrolles s'engagent en proposant des livres pour comprendre le monde, transmettre les savoirs et cultiver ses passions ! Pour continuer à accompagner toutes les générations à venir, nous travaillons de manière responsable, dans le respect de l'environnement. Nos imprimeurs sont ainsi choisis avec la plus grande attention, afin que nos ouvrages soient imprimés sur du papier issu de forêts gérées durablement. Nous veillons également à limiter le transport en privilégiant des imprimeurs locaux. Ainsi, 89 % de nos impressions se font en Europe, dont plus de la moitié en France.

En application de la loi du 11 mars 1957, il est interdit de reproduire intégralement ou partiellement le présent ouvrage, sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation de l'éditeur ou du Centre français d'exploitation du droit de copie, 18, rue du 4-Septembre, 75002 Paris.

© Éditions Eyrolles, 2025

ISBN : 978-2-416-02224-1

Rose

# ROSE MOVIE

**UNE ODYSSÉE INTÉRIEURE**

*À la rencontre de soi en 8 étapes*

● Éditions  
**EYROLLES**



ON NE FAIT  
PAS CHEMIN,  
*c'est le chemin  
qui nous fait.*



« Il est difficile au milieu du brouhaha  
de notre “civilisation” qui a le vide et le silence en horreur  
d’entendre la petite phrase qui, à elle seule,  
peut faire basculer une vie :

“Où cours-tu ?”

[...]

Il y a des fuites qui sauvent la vie : devant un serpent,  
un tigre, un meurtrier. Il en est qui la coûtent :  
la fuite devant soi-même. Et la fuite de ce siècle  
devant lui-même est celle de chacun de nous.

[...]

“Où cours-tu ?”

Si au contraire nous faisons halte – ou volte-face –,  
alors se révélerait l’inattendu : ce que depuis toujours  
nous recherchons dehors veut naître en nous. »

Christiane Singer,  
*Où cours-tu ? Ne sais-tu pas que le ciel est en toi ?*, Albin Michel, 2001.



# Avant-propos

Pourquoi sommes-nous ici ? Pourquoi suis-je ici ?

J'ai failli ne jamais me retrouver entre vos mains. Ce livre, je ne l'ai pas vraiment écrit. Enfin, pas comme on écrit un livre. Je l'ai d'abord vécu, sans savoir que j'en faisais une histoire. Puis je l'ai raconté, sans savoir que j'écrivais un spectacle. Et c'est seulement après, en prenant du recul, que j'ai compris ce que c'était vraiment : un film.

Un road movie. Rose Movie.

Ces dernières années, j'ai fait beaucoup de choses, tout ce qui me chantait, d'ailleurs... sauf chanter. J'ai bifurqué, fui, tenté d'autres vies. J'ai pris des raccourcis qui m'ont ralentie, des détours qui étaient en fait le chemin. J'ai cherché à comprendre, à donner du sens, à maîtriser ce qui ne se maîtrise pas. Et puis un jour, j'ai arrêté. J'ai regardé ce que j'avais construit sans le savoir. J'ai vu le film.

Le mien, le vôtre. Parce qu'au fond, on est tous en voyage. On part quelque part, on ne sait pas trop où, mais on a une idée, une direction. Et puis il y a les accidents, les tempêtes, les demi-tours forcés. Il y a ce qu'on avait prévu et ce qui arrive à la place. Il y a ce qu'on perd, ce qu'on trouve, et ce qu'on croyait avoir perdu mais qui nous attendait plus loin.

Ce film, nous allons en suivre les étapes.

Nous allons traverser ces moments où tout s'effondre, où le scénario dérape, où la route qu'on suit disparaît sous nos pieds, avalée par l'inconnu. Ces instants où l'on scrute l'horizon en quête d'un panneau, d'une direction, d'un signe...

Puis d'autres chapitres s'ouvriront, ceux où la lumière perce enfin, et soudain, ce qui semblait errance prendra la forme d'un itinéraire nécessaire.

Nous allons voir comment les raccourcis nous égarent plus qu'ils ne nous avancent, et comment les détours, eux, nous ramènent toujours à l'essentiel. Parce qu'un road movie sans aléas, sans accidents, sans routes barrées, sans tempêtes, sans pannes sèches, sans demi-tours, ce n'est plus un voyage, c'est un itinéraire.

Parce que si tout était prévu, maîtrisé, balisé, il n'y aurait plus rien à raconter.



I

LE DÉPART

*La quête de soi*

LA VIE  
EST UN IMMENSE SPOILER.

*Tout est déjà là,  
en nous,*

DEPUIS LE DÉBUT.

**Le départ, c'est l'élan d'une quête qui nous emporte,** non vers un lieu défini, mais vers la meilleure destination que l'on puisse s'offrir : celle où l'on se rencontre enfin.

Et c'est toujours sensiblement la même histoire.

Un jour, le héros se réveille avec cette sensation étrange, un malaise diffus. Rien de tangible, rien de spectaculaire. Juste un vide sans contour, une fissure discrète. Il se lève, suit le fil de ses habitudes. Tout semble à sa place, en théorie. Mais il ne se reconnaît plus tout à fait. Comme un acteur qui aurait oublié son rôle en plein milieu du film.

Alors il se met en quête. Parce que c'est ça que l'on fait, quand on a l'impression d'être paumé : on cherche la sortie. La solution. Le remède miracle qui va tout changer, recoller les morceaux, remettre du sens là où il n'y en a plus. Et comme toujours, on croit que la vérité se trouve ailleurs. Au bout du monde, dans un autre décor, une autre peau.

Alors, le héros part. On part tous, à notre façon. Chacun son voyage, chacun sa quête. On se raconte que l'on sait où l'on va, que l'on suit une direction bien tracée.

Nos rêves, nos désirs nous guident dans cette direction, mais le voyage, lui, n'en fait qu'à sa tête. Il nous emmène toujours là où il l'a décidé, là où l'on n'avait pas prévu d'aller. Il bouscule les plans, rature la carte, ouvre des routes que l'on n'aurait jamais osé emprunter.

Et rassurez-vous, rien ne va se passer comme prévu.



*Nos désirs, nos rêves, nos espoirs peuvent  
nous orienter dans une direction, mais le voyage,  
lui, nous conduit toujours là où il veut.*

