

Avignon Off : « Sens la foudre sous ma peau », « 5 secondes »... Nos coups de cœur du jour

Chaque jour, Gérald Rossi, notre envoyé spécial, livre ses recommandations et ses coups de cœur du Off d'Avignon.

humanite.fr

Publié le 18 juillet 2026

[Gérald Rossi](#)



« Sens la foudre sous ma peau » met en scène les comédiennes Léone Louis et Manon Allouch dans une pièce qui explore l'adolescence, le désir et le consentement.

© Cedric Demaison

« Sens la foudre sous ma peau » pour des vies à construire

Dans la très belle scénographie verticale et végétale imaginée par Estelle Gauthier, une petite foule de personnages va et vient. Interprétée par deux comédiennes talentueuses, Léone Louis et Manon

Allouch, membres de la compagnie Baba Sifon, créée en 2005 et basée à la Réunion. [La mise en scène est de Philippe Baronnet](#) et le texte, sensible et souvent drôle, signé par Catherine Verlaguet.

Sens la foudre sous ma peau ne raconte pas une histoire mais plusieurs. Qui s'entrecroisent et forment un récit qui mêle l'intime et le général. Tant et si bien que chacun s'y retrouve, public adulte solitaire comme ados et familles. Originnaire de la Réunion et professeure de français, Joséphine est en poste dans un lycée de Marseille. Et tout part de là, mais aussi de beaucoup plus loin, de l'île où est restée la vieille maman, parmi de rudes souvenirs de jeunesse.

Dans le lycée, les garçons et les filles vivent leurs passions leurs rêves et leurs questionnements, avoués ou non. Avec une prof bienveillante qui sait placer l'oreille au bon endroit des fragments de récits. Dans *Sens la foudre sous ma peau*, tout va très vite. Les personnages surgissent, et l'intime pointe son nez, pour le (presque) futile comme pour le grave.

Faut-il garder le viol comme un secret honteux, ou faut-il porter plainte et dénoncer haut et fort ? [Le désir, le consentement](#), le choix d'un.e partenaire pour la première fois sont autant de questions ici posées, avec réalisme et bienveillance. (Sens la foudre sous ma peau, mise en scène de Philippe Baronnet, Théâtre Chapelle du verbe incarné, 17h35).

« 5 secondes » et l'enfant est donné

Catherine Benhamou s'est inspirée d'un fait divers survenu en région parisienne, pour écrire *5 secondes* un texte sensible adapté et mis en scène par Hélène Soulié.

L'aventure débute banalement et en musique. Un jeune homme qui vit toujours chez sa mère, et dont le boulot est de « faire du son » avec un équipement électronique, décide aujourd'hui d'ouvrir les volets de sa chambre, et mieux, de sortir, d'aller [jusqu'à la station de RER](#), pour un peu voir la nature. Il est interprété avec sensibilité et naïveté volontaire par Maxime Taffanel.

Sur le quai du RER, l'improbable se produit. Une femme, dans la rame bondée, tient un petit enfant. Brusquement, elle descend du train, donne l'enfant au jeune homme sur le quai, et la rame part avec elle, après les cinq secondes de signal sonore.

Jusqu'à la nuit, le jeune homme reste dans la station avec le bébé. Ils mangent des biscuits. Le lendemain matin, direction le commissariat, et trois jours après la mère est retrouvée saine et sauve. Telle est l'aventure contée, sans discours moralisateur, sans drame, juste avec les vagues de la vie, quand plus rien ne va, avec une maman déboussolée, un jeune homme merveilleux, et une société chaotique. (5 secondes, mise en scène d'Hélène Soulié, Théâtre La Manufacture/Intra, 12h40).