



Documentaire - France - 2026 - 16 min. - 4k - Couleurs

Synopsis

Depuis des années, mon anxiété et moi, on voyage partout et on va même jusque dans l'espace.

Avec : Pauline Moussours, Lionel Moussours et Juliette Hubert

Chef opérateur : Victor Bonin Grais

Monteuse image : Pauline Moussours

Production : Les Filmeuses

Mots clés : Enfance, Anxiété, Espace, Voyage, Aggression



Quelques mots sur la réalisatrice

Née à Brive-la-Gaillarde en 1989, Pauline Moussours vit et travaille à Paris dans la production cinématographique depuis plus de 10 ans. Elle est également autrice et réalisatrice. En 2023, elle écrit, réalise et autoproduit un court-métrage expérimental de fiction, *Cette histoire existe*, qui a été sélectionné dans plusieurs festivals internationaux et a obtenu deux prix. Pour son prochain film, *Et si je n'allais jamais dans l'espace ?*, un court-métrage docu-fiction d'une vingtaine de minutes, elle est accompagnée à la production par Les Filmeuses.

Note d'intention de l'auteure

L'idée de réaliser un film sur mon anxiété m'est venue de façon naturelle, sans doute parce qu'elle m'accompagne au quotidien depuis longtemps. Nous vivons une relation durable, qui fait partie de moi et que j'ai voulu raconter. Mon film s'inscrit dans une forme de récit intime traversé par la mémoire : il ne s'agit pas seulement de raconter un trouble quotidien, mais de remonter le fil de mes souvenirs et donc celui de ma famille. Comment l'anxiété s'inscrit-elle dans mon histoire familiale, dans mon esprit et dans mon corps ? Comment s'est-elle construite ? Comment se transforme-t-elle aujourd'hui ?

Le film a été tourné principalement dans mon appartement, qui est à la fois mon refuge, mon endroit de création et celui où mes peurs peuvent circuler en liberté. J'avais envie de faire un film "en direct", en intégrant dans le film lui-même son processus de création : montrer la caméra, les traces d'un projet précédent, la timeline du montage... Ce choix de lieu répond également à l'un des thèmes centraux du film : le déplacement, à la fois remède et source d'angoisse. Comment continuer à me déplacer quand le trajet lui-même semble impossible ? Comment accéder au monde depuis un lieu fixe ? J'ai donc choisi d'utiliser les espaces de circulation qui s'offraient à moi, à savoir les fenêtres de mon appartement et la fenêtre de mon écran.

Le récit mêle ainsi des images filmées et des écrans numériques, utilisés comme des espaces où se projettent mes pensées, mes souvenirs et des fragments du passé. Google Maps me permet de refaire un voyage récurrent de mon enfance, en faisant défiler la longue autoroute vers le pays de ma mère. Dans cette ville du Portugal où elle est née, je parcours la rue de l'immeuble de mes grands-parents, là où mes souvenirs se confrontent à la violence des générations précédentes. Un voyage immobile pour revenir au cœur de ce qui a façonné qui je suis. Ce retour au Portugal devient un point de bascule du film, qui me conduit à interroger la transmission familiale : ce dont on hérite sans le choisir, ce qui traverse les corps et les foyers, ce que les traumatismes déposent dans la mémoire. L'anxiété n'est pas seulement un symptôme personnel, mais toute une histoire qui me précède. Elle porte la trace de ce passé familial. En est-elle une conséquence ? Une tentative de réparation ?

Ce film est une façon d'interroger l'héritage, de comprendre comment il s'installe et se transmet, consciemment ou non, et comment il est possible de lui donner une autre direction.