

Enseigner le théâtre, tout un art!

C'est un projet d'envergure que Gérard Diggelmann a élaboré pendant des années : offrir une méthode complète pour former les jeunes actrices et acteurs. Véritable prolongement de son activité d'enseignant auprès de centaines d'enfants et de jeunes adultes, ce livre clé-en-main plonge au cœur du travail théâtral, guidant lectrices et lecteurs à travers un programme exhaustif d'exercices, de conseils et d'objectifs.

En se fondant sur les notions de mouvement, de regard et d'écoute, le comédien et metteur en scène a imaginé des centaines de modules pour explorer toutes les formes et nuances du jeu. Conçue pour placer les élèves au centre de la création artistique, la méthode propose 14 séquences pour les amener à progresser dans l'apprentissage de l'art théâtral.

Plus de 450
exercices
issus de la
pratique

Une méthode déclinée en 14 thèmes

- Marcher – Regarder – Écouter – Donner – Recevoir
- L'excès sous toutes ses formes
- L'essentiel
- Les émotions
- La parole
- Les caractères, les tempéraments
- Les personnages forts, les personnages faibles
- La rupture
- Le coup de théâtre
- Les atmosphères
- Les rythmes
- Les silences
- La construction du personnage
- Le texte et le comédien : entraînement



« Un grand artiste,
c'est un grand
homme dans un
grand enfant. »

Victor Hugo



Marcher-Regarder- Écouter-Donner-Recevoir

Ces cinq mots portent à eux seuls l'éveil des sens. Ils mettent en évidence la relation humaine sous toutes ses formes et permettent un développement sans fin du jeu du comédien.

- **Marcher** : prendre conscience de l'espace et de sa présence dans cet espace.
- **Regarder** : ouvrir ses yeux de façon consciente sur le monde en acceptant de faire entrer les émotions et les sentiments.
- **Écouter** : se pencher vers l'autre, entendre et ressentir les vibrations du monde sans s'oublier.
- **Donner** : rendre nécessaire et généreux l'acte de jouer.
- **Recevoir** : s'éveiller aux autres pour créer ensemble.

MARCHER - REGARDER - ÉCOUTER - DONNER - RECEVOIR

15

L'excès sous toutes ses formes

Jouer l'excès conduit chacun à se dépasser, à livrer un jeu extraverti et audacieux. Il permet aussi aux comédiens d'avoir un regard amusé sur ce qu'ils font. Lorsque la confiance, l'esprit de la troupe, la prise de conscience de l'importance de « marcher, regarder, écouter, donner, recevoir » sont suffisamment exercés et assimilés, le chemin vers l'excès ouvre une porte vers la créativité, vers le courage et une forme de folie.

OBJECTIF

Permettre aux comédiens de donner une dimension particulière aux émotions, aux actes, aux rires, aux larmes, aux gestes, à la voix. L'excès permet tout, il favorise l'exagération, donne aux mots, au corps, au regard et aux émotions des expressions démesurées. Il développe le plaisir et conduit vers la liberté.

EXERCICES

— 37 —

Vous marchez dans l'espace de jeu. Chacun de vous imagine une situation forte vécue récemment. Au signal, vous vous arrêtez. À tour de rôle et pendant quelques secondes, tous les personnages expriment avec excès l'histoire dans laquelle ils viennent d'être impliqués avec peu de mots, peu de phrases, mais une puissance d'expression dans les gestes et la voix. Au signal, le groupe reprend la marche en imaginant une autre situation vécue.

— 38 —

Vous marchez rapidement dans l'espace de jeu. Vous êtes pressés, car vous avez un train à prendre. La démarche est expressive et concentrée. Au signal, chacun des personnages s'arrête, s'aperçoit qu'il ou elle a loupé son train, et exprime sa déception, sa colère, son désarroi, sans paroles et avec excès. Au signal, le groupe reprend la marche avec un objectif différent, par exemple « le premier rendez-vous amoureux ». Au signal, vous vous arrêtez et chacun prend conscience qu'il s'est trompé de jour. Cette fois, l'excès sera joué avec un mot, répété par chaque acteur plusieurs fois, quitte à ce que cela ressemble à un brouhaha. Vous pouvez choisir d'autres formes de rendez-vous manqués et, petit à petit, utiliser des phrases.

52

MÉTHODE COMPLÈTE DE THÉÂTRE

— 39 —

Vous marchez au rythme qui vous convient en regardant autour de vous et en vous exaltant avec excès à l'aide d'onomatopées, comme si une multitude de choses et d'éléments vous émerveillaient. N'avez pas peur du bruit occasionné par ces exclamations ! Au signal, vous vous arrêtez et l'un d'entre vous prend la parole en s'adressant à tout le monde et en décrivant avec excès de paroles, de mots, de gestes ou de tonalités ce qu'il est en train de découvrir. Au signal, vous repartez dans l'espace de jeu en vous exclamant, et ainsi de suite.

— 40 —

Vous marchez dans la salle. À tour de rôle, vous entamez une conversation avec une personne que vous n'avez pas vue depuis des années. Vous êtes dans l'excès d'enthousiasme tandis que l'autre personne est dans la retenue. Petit à petit, cette personne va ouvrir son jeu et le rendre aussi excessif.

— 41 —

Vous vous déplacez dans la salle lentement. Vous imaginez que vous vivez un chagrin ou une déception. Vous semblez porter le poids d'une existence sur vos épaules. Au signal et à tour de rôle, chacun exprime ce qu'il ressent avec tous les excès possibles, comme si vous vouliez vous débarrasser de votre peine.

— 42 —

Vous apprenez cette phrase : « Comme c'est bon d'être là et de s'étourdir de tout ce que je vois. » Vous marchez dans l'espace de jeu. Au signal, vous vous arrêtez et, à tour de rôle, chacun occupe l'espace avec son corps et sa voix, afin de donner à cette phrase toute l'ampleur de l'excès et du plaisir.

— 43 —

Vous marchez dans l'espace de jeu. Au signal, vous vous arrêtez, sauf l'un d'entre vous qui continue de marcher avec un sentiment (de tristesse, de joie, de colère...) Au signal, vous repartez tous en prenant l'attention proposée par votre camarade et en jouant avec une exagération démesurée. Amusez-vous de cette imitation, rendez-la excessive !

L'EXCÈS SOUS TOUTES SES FORMES

55