



## PRÉFACE DE L'ÉDITEUR

---

En 1999, les Éditions Loisirs et Pédagogie ont publié le premier ouvrage de Gérard Diggelmann, *Le Corporal*, destiné à l'enseignement de l'expression orale en classe. Ce livre a rencontré un vif succès et fut rapidement épuisé. Il n'y a jamais eu de réédition, au grand dam de nombreux professeurs de théâtre, enseignants, comédiens, metteurs en scène, animateurs et étudiants qui s'adressaient à notre maison d'édition dans l'espoir de s'en procurer une copie.

Vingt ans ont passé et, un jour, Gérard Diggelmann nous a proposé ce nouveau projet. Réunir 450 exercices qui constituent le corpus de son travail, rigoureusement structurés selon sa propre méthode, développée au fil des années. Un livre clés en main, prêt à être utilisé par toute personne désireuse de se former, ou de former d'autres personnes, à l'art du théâtre. Comment refuser un tel legs à la postérité?

Cette *Méthode complète de théâtre* propose un programme exhaustif, qui guide ses lecteurs à travers des thèmes, des exercices, des conseils et des objectifs, tout en plaçant l'élève au centre de la création artistique. Étape par étape et au contact de leurs partenaires, les jeunes acteurs prennent progressivement conscience de leurs possibilités, jouent avec leurs forces et leurs faiblesses, pour atteindre la maîtrise du jeu sous toutes ses formes.

Les exercices présentés ici ont été pratiqués pendant près de quatre décennies avec des milliers d'enfants, d'adolescents, de jeunes adultes et d'adultes. Réunis pour la première fois sous cette forme, ils sont désormais à disposition de toutes les personnes qui souhaitent transmettre la passion du théâtre aux générations futures.

À vous de jouer maintenant!



# COMMENT UTILISER CETTE MÉTHODE ?

---

Ce livre s'adresse en premier lieu à toute personne souhaitant donner des cours de théâtre, organiser des stages ou des séminaires, ouvrir une école ou simplement découvrir une méthode de formation d'acteur.

L'ouvrage est divisé en 14 thèmes, qui forment une progression logique. Chaque thème est un palier nécessaire à franchir pour progresser dans l'apprentissage du jeu. Il est recommandé de prendre les thèmes de la méthode dans l'ordre, en suivant la chronologie proposée :

- 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

## **Fixer des objectifs**

Si vous avez la possibilité de donner des cours de théâtre **sur une longue période**, comme une année scolaire, il est conseillé de travailler chaque thème pendant plusieurs semaines : 4 à 8 semaines en fonction de l'âge des élèves, de leur niveau de jeu, de leurs ambitions et du thème abordé. Par exemple, le thème « Les silences » n'a pas lieu d'être travaillé trop longtemps avec des jeunes enfants. Toutefois, il peut être pertinent avec des élèves expérimentés. Le thème « Les émotions », qui se compose

de quatre étapes, peut être travaillé sur de nombreuses semaines avec des élèves très différents et de tous âges. Chaque enseignant doit, lors de la préparation des cours, mesurer le travail exigé par le thème et adapter son déroulement dans le temps.

Le travail d'un thème sur plusieurs semaines vous permet, ainsi qu'à l'élève, de concentrer toute l'attention et l'énergie sur un point précis du jeu. Ne précipitez jamais les étapes du travail : elles sont nécessaires à la progression. Elles doivent être assimilées et vécues de façon à être complètement intégrées par l'élève. Si, à un moment ou à un autre, il vous semble utile de revenir sur un thème, n'hésitez pas à le faire.

Si vos cours s'étendent seulement sur **quelques semaines** et que les élèves ont peu d'expérience ensemble, vous pouvez choisir le premier thème, « Marcher – Regarder – Écouter – Donner – Recevoir », et le travailler sous toutes les formes. Vous privilégiez ainsi la confiance, la complicité, l'éveil des sens, la prise de conscience de soi à travers l'autre et le plaisir de jouer ensemble.

Si vous avez un **temps limité** et que les élèves en face de vous ont déjà une connaissance du jeu et du travail de groupe, choisissez un seul thème, celui qui correspond au besoin du groupe ou qui reflète le travail que vous désirez mener. Il s'agira alors d'expérimenter une facette du jeu avec un objectif précis.

### **Personnaliser l'enseignement**

Ce programme est comme une succession d'anneaux qu'il faut lier et relier pour en obtenir les meilleurs résultats. Soyez attentifs à l'ensemble des personnalités que vous avez en face de vous et placez toujours ces êtres au cœur de votre enseignement. Chacun des élèves doit profiter pleinement de ce travail créatif, quelles que soient sa sensibilité et sa nature.

Même si certains thèmes paraissent plus difficiles en fonction des caractères des personnes, il est important que vous sachiez communiquer le plaisir de découvrir et de s'exercer pour aller vers le dépassement de soi et atteindre la liberté dans le jeu. Un travail acharné et un regard humain s'harmonisent ainsi parfaitement.



# 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.



## OBJECTIF

*Prendre conscience de l'importance de son corps dans l'espace, de la présence et de la force du regard, de l'écoute attentive qui capte tout, de la générosité de l'acte théâtral et de la disponibilité pour être et créer. Permettre aux jeunes comédiens de prendre confiance, de développer le sens de la complicité, de la répartie, d'un regard sur soi et les autres, en toute humilité. Comprendre les mécanismes du jeu, les exercer de façon à se sentir libre pour créer.*

## EXERCICES

### — 1 —

Vous marchez en groupe dans la salle avec un rythme rapide. Vous occupez tout l'espace, vous vous croisez, changez de direction avec pour objectif de ne pas perdre de temps. Au signal, tout le monde s'arrête bien positionné sur ses pieds. Silence. Calmement, chacun observe et hume l'espace avec tout ce qui le compose. Au signal, les personnages repartent dans un rythme effréné, et ainsi de suite.

### — 2 —

Vous marchez lentement dans la salle. Vous donnez l'impression de flâner. Vous vous observez, vous captez tout ce que le lieu raconte, votre regard est ouvert sur le monde. Au signal, tout le monde s'arrête. Un personnage se met à parler de lui pendant quelques secondes en commençant son texte par : « *Aujourd'hui je me trouve différent des autres jours...* » Son discours peut être positif ou négatif, ce qui importe, c'est qu'il le fasse avec sincérité et en regardant le groupe. Il s'adresse aux autres et le groupe est attentif à son propos. Au signal, tout le monde repart, et ainsi de suite.