

HAUTE ÉCOLE DE THÉÂTRE DE SUISSE ROMANDE – LA MANUFACTURE

Exigence partielle à la certification finale

L'acteur traversé.

Réflexion autour du travail pédagogique de Delphine Eliet à l'École du Jeu.



Julien ALEMBIK

Lausanne, Avril 2012

Résumé

Remerciements

J'aimerai remercier tout particulièrement les personnes qui m'ont aidé à réaliser ce mémoire. Un grand merci à

Rita Freda,

Béatrice Pcon-Valin,

Delphine Eliet,

Louis Arêne,

Julie Moulier

Pauline Schneider

Et Raphaël Heyer

Table des matières

INTRODUCTION.....	5
1. DELPHINE ELIET ET LA « TECHNIQUE DE CONFIRMATION INTUITIVE ET CORPORELLE ».....	7
2. UN ETAT DE CREATION LIBERE.....	10
3. UNE SOUSTRACTION JOYEUSE.....	14
4. UN EXERCICE FONDAMENTAL : « SE LAISSER TRAVERSER PAR ».....	18
4.1 LE POINT ZERO	19
4.2 « SE LAISSER TRAVERSER PAR » AVEC LA MUSIQUE	20
4.2 LE RETOUR AU POINT ZERO.....	22
4.3 LES VARIANTES.....	22
5. AUTRES EXEMPLES D'EXERCICES.....	26
5.1 « LA DANSE DE... ».....	26
5.2 « JE M'APPELLE... ».....	26
5.3 « LES NOTES DE TRAVAIL »	27
CONCLUSION.....	28
BIBLIOGRAPHIE.....	30
MONOGRAPHIES.....	30
RESSOURCES EN LIGNE	30
SOURCES PERSONNELLES.....	30

Introduction

Le théâtre comme la vie est un lieu rempli de multiples paradoxes et c'est à l'intérieur de ces paradoxes que l'on peut espérer trouver une vérité. Dans l'art du comédien, qui demande à une même personne d'être à la fois l'instrument et l'instrumentiste, se manifeste l'un de ces paradoxes : entre la partie qui veut exprimer et celle qui exprime. C'est ce paradoxe qui fit dire à Diderot qu'un bon comédien doit être dépourvu de sensibilité pour pouvoir en pleine conscience créer l'illusion :

« C'est qu'avant de dire « Zaire, vous pleurez ! » ou « Vous y serez, ma fille » l'acteur s'est longtemps écouté lui-même ; c'est qu'il s'écoute au moment où il vous trouble, et que tout son talent consiste non pas à sentir, comme vous le supposez, mais à rendre si scrupuleusement les signes extérieurs du sentiment, que vous vous y trompiez. Les cris de sa douleur sont notés dans son oreille. Les gestes de son désespoir sont de mémoire, et ont été préparés devant une glace. Il sait le moment précis où il tirera son mouchoir et où les larmes couleront ; attendez-les à ce mot, à cette syllabe, ni plus tôt ni plus tard. Ce tremblement de la voix, ces mots suspendus, ces sons étouffés ou traînés, ce frémissement des membres, ce vacillement des genoux, ces évanouissements, ces fureurs, pure imitation, leçon recordée d'avance, grimace pathétique, singerie sublime dont l'acteur garde le souvenir longtemps après l'avoir étudiée, dont il avait la conscience présente au moment où il l'exécutait, qui lui laisse, heureusement pour le poète, pour le spectateur et pour lui, toute la liberté de son esprit, et qui ne lui ôte, ainsi que les autres exercices, que la force du corps. Le socque ou le cothurne déposé, sa voix est éteinte, il éprouve une extrême fatigue, il va changer de linge ou se coucher ; mais il ne lui reste ni trouble, ni douleur, ni mélancolie, ni affaissement d'âme. C'est vous qui remportez toutes ces impressions. L'acteur est las, et vous tristes ; c'est qu'il s'est démené sans rien sentir, et que vous avez senti sans vous démener. [...] J'insiste donc, et je dis : « C'est l'extrême sensibilité qui fait les acteurs médiocres : c'est la sensibilité médiocre qui fait la multitude des mauvais acteurs ; et c'est le manque absolu de sensibilité qui prépare les acteurs sublimes. » Les larmes du comédien descendent de son cerveau ; celles de l'homme sensible montent de son cœur : ce sont les entrailles qui troublent sans mesure la tête de l'homme sensible ; c'est la tête du comédien qui porte quelquefois un trouble passager dans ses entrailles ; il pleure comme un prêtre incrédule qui prêche la Passion ; comme un séducteur aux genoux d'une femme qu'il n'aime pas, mais qu'il veut tromper ; comme un gueux dans la rue ou à la porte d'une église, qui vous injurie lorsqu'il désespère de vous toucher ; ou comme une courtisane qui ne sent rien, mais qui se pâme entre vos bras. »¹

Diderot, en son temps, a pertinemment noté la situation complexe dans laquelle se retrouve un comédien, mais les conclusions qu'il en tire sont empreintes de l'illusion des Lumières, qui croyaient encore la raison humaine toute puissante. Qui peut encore penser aujourd'hui qu'un comédien puisse toucher à une vérité dans son jeu par des procédés de

¹ DIDEROT Denis, *Œuvres complètes*, Paris : Garnier, 1875-77, pp. 369-370.

froides imitations et autres « singeries » qui seraient invariablement calculées dans sa matière grise ? Si les larmes de l'acteur proviennent de sa pensée, c'est que l'acteur pense et crée avec tout son corps, avec son « corps/esprit en jeu », pour reprendre une expression d'Eugenio Barba, le paradoxal étant justement cette fausse division de l'esprit et du corps, fausse division que relevait déjà William Blake en 1790 : « *L'homme n'a pas un corps distinct de son âme, car ce qu'on appelle corps est une partie de l'âme perçue par les cinq sens, principales entrées de l'âme dans cette période de vie* »².

L'acteur en jeu fait appel à une intelligence instinctive ; ce qu'il doit apprendre à connaître le mieux, c'est en quelque sorte *le souffle impalpable du présent*. Personnellement, c'est cette appréhension directe de la réalité qui m'a interpellé dans mes premiers ateliers de théâtre, quand j'éprouvais comme une expérience de l'esprit cette grâce métaphysique de l'instant qui s'opère sur la scène. Plus tard, en rencontrant le travail de Delphine Eliet à l'École du Jeu, j'ai compris que ce que je prenais au départ pour une expérience de l'esprit – *ces instants où la vie semblait se mettre à nu pour me dévoiler les mystère du temps et l'âme des choses, ce lieu magique de cristallisation des émotions où les mots pouvaient devenir une matière presque palpable* – était en réalité, avant tout, une *expérience de chair et de corps*. Je réalisais d'une part que ce qui était en jeu sur un plateau de théâtre, passait par le corps, le traversait et en émanait, et d'autre part que la perception que l'on peut avoir du monde et de l'existence se faisait à travers le corps que nous avons. Nos états, nos désirs, notre volonté, nos pensées sont état, désirs, volonté et pensée de corps.

L'acteur de théâtre doit apprendre à utiliser ce corps qui est le seul instrument dont il dispose dans son art. Mais s'il doit évidemment acquérir une habileté dans le mouvement et l'utilisation de sa voix, il n'est pas un acrobate ni un virtuose vocal. Copeau, parmi d'autres, se méfiait de la technique pure dans la formation de l'acteur, car elle risque de le déformer et de le dénaturer. L'enjeu du comédien c'est de s'exprimer sur la scène, mettre son humanité au service d'une histoire, d'un texte, d'un spectacle, d'un propos, d'une pensée... et non de faire une démonstration de virtuose, d'acrobate ou de technicien. Ainsi, quelles sont les aptitudes particulières qu'il peut développer pour se préparer à son art ?

J'aimerais ici questionner le *training* que j'ai pratiqué pendant un an à l'École du Jeu avec Delphine Eliet. Les exercices qu'elle propose et la manière dont ils sont abordés

² BLAKE William, *Le mariage du ciel et de l'enfer*, Paris : José Corti, 2009, p. 14.

entraînent par un travail physique le comédien à l'épanouissement de ses capacités d'expression, le préparant à une grande disponibilité, à une ouverture à l'acte de création du comédien, que j'appellerais ici un *état de création libéré*. Le mot « état » signifie « disposition d'une chose ou d'un être » ; il s'agit donc d'une disposition d'être, de « corps/esprit » pourrait-on dire, où l'acteur est libre à la création dans sa pratique.

Dans un premier temps j'exposerai comment Delphine Eliet en est venue à construire sa pédagogie, et à regrouper son travail sous les termes « Technique de confirmation intuitive et corporelle ». Je tenterai par la suite de définir, en m'appuyant sur le travail de différents chercheurs et pédagogues de théâtre, en quoi ce *training* accompagne le comédien sur la voie d'un état de création libéré. J'expliquerai alors comment cet accompagnement se fait par l'élimination de ce qui entrave les possibilités du corps du comédien lorsqu'il veut s'exprimer sur la scène, ainsi que par la recherche du plaisir. Enfin je tâcherai de rendre compte de la particularité de ce travail en détaillant les principaux exercices, et particulièrement celui de « se laisser traverser », qui est central dans ce *training*. Je m'appuierai pour cela sur ma propre expérience.

1. Delphine Eliet et la « technique de confirmation intuitive et corporelle »

Delphine Eliet, née en 1967, est comédienne depuis l'âge de quinze ans. Elle commence rapidement à travailler et fonde notamment en 1988 la compagnie Stanislas Nordey à l'âge de vingt-et-un ans. À la fin des années quatre-vingt-dix elle s'orientera également vers la mise en scène en créant le spectacle *Flûte !* à l'Opéra de Paris, puis *La banalité de l'ordinaire* au Théâtre Gérard-Philippe de Saint Denis.

Delphine Eliet n'a pas fait d'école ; elle se forme à son métier de manière autodidacte. Confrontée aux problèmes posés par le travail sur le plateau, elle est amenée à chercher seule des solutions. Dans son parcours de vie et d'apprentissage, sa découverte de la langue des signes se présente comme une expérience déterminante. Elle est amenée à développer une réflexion sur le langage et l'expression qui passe en premier lieu par le corps. Outre les rencontres qu'elle fait dans sa pratique de comédienne, son expérience de mère, l'observation de ses enfants, sa curiosité pour les thérapies à travers le corps et le mouvement viennent nourrir son travail. Les outils qu'elle conçoit, les exercices qu'elle construit et structure, trouvent leurs origines dans les stratégies qu'elle met en place pour dépasser ses propres

blocages, dans sa hargne à trouver des solutions. Ils sont aussi issus de sa volonté à ce que son travail se fasse dans le plaisir et la découverte.

Très vite, Delphine Eliet est amenée à animer des ateliers et se rend compte que les solutions qu'elle développe pour elle-même fonctionnent aussi pour d'autres. Elle finit par se consacrer à la pédagogie et fonde en 2004 l'École du Jeu. En 2009, une réflexion sur son travail l'amène à regrouper ses exercices et sa démarche sous le terme de « technique de confirmation intuitive et corporelle ».

« La technique de confirmation intuitive et corporelle est un ensemble de procédés et d'exercices ludiques dont la fonction est de développer la conviction (sentiment d'évidence) et la sensualité (communication des sens) propres au corps de chacun. C'est une proposition qui encourage et affermit ces modes de connaissance immédiate que sont l'intuition, le désir ou le rejet. L'acteur apprend comment considérer et comment jouer avec la situation présente et les objectifs qu'il s'est fixés. Cette technique entraîne la personne à développer entre autres, sa capacité et sa souplesse, son charisme, ses capacités d'adaptation et de prise de décision, sa joie dans le travail. Autant de capacités qui sont essentielles à qui souhaite réellement entreprendre ou inventer. »³

Pour mieux comprendre en quoi consiste cette méthode de travail, il faut s'attarder sur les termes choisis par Delphine.

Le mot technique vient du grec « technê » et signifie ce « qui est relatif aux procédés utilisés pour la réalisation d'une activité particulière, au savoir-faire requis pour la maîtrise d'une tâche, d'une activité »⁴. Delphine Eliet choisit ce terme pour préciser qu'il ne s'agit pas d'une méthode, d'un ensemble de protocoles qu'il suffirait de répéter. Ainsi qu'elle le fait remarquer, ce qui importe dans sa technique, c'est la situation du présent et la manière d'aborder le travail.

« Les exercices sont adaptables en permanence à ce qui se fait ou ce que j'observe j'ai en face de moi, il n'y a absolument rien de figé, j'essai que le travail que je propose soit aussi vivant que la vie qu'on cherche. Si je devais former quelqu'un à faire ce que je fais, l'essentiel ne serait pas le contenu des exercices mais l'attitude et la perception du moment présent ». »⁵

Le terme de confirmation, nous dit Delphine Eliet, renvoie à l'idée de donner de la consistance, de rendre tangible ce qui relève de l'impalpable mais qui existe déjà. On parle ainsi de « confirmation » au moment où l'évêque confirme au jeune chrétien qu'il est bien

³ *La Technique de Confirmation Intuitive et corporelle*, site internet de l'École du jeu. En ligne : www.ecoledujeu.com. Page consultée le 13 janvier 2012.

⁴ Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales, « Technique ». En ligne : <http://www.cnrtl.fr/definition/technique>. Page consultée le 13 janvier 2012.

⁵ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, décembre 2011.

habité par un souffle divin, qu'il appelle esprit saint. La « technique de confirmation intuitive et corporelle » a pour but de révéler les connaissances et moyens d'expressions qui sont déjà intuitivement présents chez l'acteur et qu'il peut réveiller par un travail physique. Il s'agit donc, nous dit Delphine, de réactiver cet instinct primitif, ce besoin fondamental d'expression qui constitue la base de l'art théâtral :

« Pour moi c'est dans ce besoin fondamental que se trouve la racine du théâtre, c'est ce qui a fait qu'un jour il y a très longtemps, un homme a fait un dessin dans une grotte. En renouant avec cela, on peut découvrir qu'on est généreux. Cette notion de générosité, ce besoin de donner et de raconter me paraît essentiel. Quand on se reconnecte avec cette nécessité qui, pour moi, est aussi importante que se nourrir ou se reproduire, on acquiert un courage et une liberté d'expression qui permettent de dépasser la plupart des limites que nous croyons avoir. »⁶

Plus encore, affirme Delphine Eliet, la recherche par le corps de cet instinct d'expressivité permettra de retrouver en nous toutes les connaissances du monde que nous portons intuitivement et qui vont bien au-delà de notre propre vie :

« dans et par le jeu, mon corps peut avoir accès à des mémoires ou à des expériences plus vastes et plus profondes que celles dont j'ai conscience dans ma propre vie... Je pense par exemple qu'une femme qui n'a jamais eu d'enfant peut sentir ce que c'est que de porter un enfant ; elle porte la mémoire de toutes les femmes, de sa mère, de sa grand-mère, une mémoire universelle... »⁷

À travers une recherche physique, le comédien peut ainsi développer sa connaissance de qualités, d'états, d'expériences comme la haine, le désir, la joie, le meurtre, la jalousie, etc., puisque d'une certaine manière il les porte en lui.

Pour les séances de travail, Delphine Eliet propose des exercices autour des notions suivantes : « se laisser traverser par, accepter d'être altéré, traverser la peur, donner / recevoir, travailler / ne pas travailler, l'ennui, dissocier, porter un propos. ». Delphine Eliet explique :

« Chaque notion est un objet gigantesque, un objet que l'on peut retrouver dans son corps, dans sa relation avec le ou les partenaires, dans sa relation au texte (qui est aussi un partenaire) et dans sa relation au public. Il y a toujours ce trépied entre soi, l'autre sur le plateau (partenaire, texte, décor, lumière, son...) et le public. La notion originelle, qui est au cœur de cette relation tripartite, c'est « se laisser traverser par ». Elle sous-tend en effet que l'acteur reçoit et se nourrit de quelque chose d'autre, de quelque chose d'extérieur à lui même, qu'il donne ensuite... L'essentiel de cette expression réside dans le verbe « se laisser » car y résonne l'idée très importante d'une « passivité active ». [...] Le reste des notions principales découle de cette notion originelle... »⁸

⁶ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, décembre 2011.

⁷ Entretien avec Delphine Eliet, propos recueillis par Keti Irubetagoiena, Paris, décembre 2010.

⁸ *Ibid.*

2. Un état de création libéré

« L'exposition de l'organisme vivant mené aux excès, nous ramène à une situation mythique concrète, à une expérience de la vérité humaine commune »⁹

J'utilise l'expression « état de création libéré » de l'acteur pour désigner ici à une disposition d'être où le comédien trouve un niveau de vie, une disponibilité et une ouverture maximale à l'acte de création auquel il participe dans l'instant présent. Un état à partir duquel l'acteur sera pleinement avec tout son être dans le processus à l'œuvre dans la situation de représentation. Selon Grotowski, la technique personnelle de l'acteur est le noyau de l'art théâtral. Grotowski appelle l'acte du comédien en représentation, un « acte total ». L'acte total correspond à une tentative de dépassement de soi. Cet acte demande d'être entièrement corps et esprit confondu dans l'expérience vécu, c'est un acte intense d'une générosité extrême, voilà comment Grotowski en parle :

«le centre même de l'art de l'acteur, ce que l'acteur accomplit doit être...comment dirais-je... un acte total ; ce qu'il fait, il doit le faire avec son être tout entier, et non pas seulement un geste mécanique (donc, rigide) du bras ou de la jambe, ni quelque grimace aidée par une inflexion logique et une pensée. Nulle pensée ne peut guider l'organisme entier d'un acteur de manière vivante. Elle doit le stimuler, et c'est tout ce qu'elle peut réellement faire. Entre une réaction totale et une réaction guidée par une pensée, il y a la même différence qu'entre un arbre et une plante. Finalement, nous sommes en train de parler de l'impossibilité de séparer le spirituel et le physique. L'acteur ne doit pas utiliser son organisme pour illustrer « un mouvement de l'âme », il doit accomplir ce mouvement avec son organisme [...] Nous sentons qu'un acteur atteint à l'essence de sa vocation quand il s'engage dans un acte de sincérité, quand il se dévoile, s'ouvre et se donne dans une réaction extrême, solennelle, et ne recule devant aucun obstacle posé par les us et coutumes. Plus encore, quand cet acte de sincérité est modelé dans un organisme vivant, dans des impulsions, dans une manière de respirer, dans un rythme de pensée et dans la circulation du sang, sans se dissoudre dans le chaos et l'anarchie formelle – en un mot, quand cet acte accompli par le théâtre est total, [...] c'est-à-dire qu'on commence à exister. Quotidiennement, c'est à moitié seulement que nous vivons. »¹⁰

Aussi, l'une des premières choses que Delphine Eliet tente de transmettre est ce qu'elle désigne par les termes « augmenter son niveau d'énergie » :

« Il y a un mot que j'aime qui n'existe pas, que j'ai inventé, c'est la « vivance », cela correspond au niveau de vie. Je parle de tous les niveaux qu'on peut retrouver chez

⁹ GROTOWSKI Jerzy, *Vers un théâtre pauvre*, Lausanne : L'Âge d'homme, 1971, p. 22.

¹⁰ *Ibid.*, pp. 91-93.

un être humain : les sensations, les émotions, les capacités physique comme bondir, être fort, être souple, les capacités de perception, les capacités intellectuelles d'analyse, de transmission d'une pensée, l'imagination [...] Quand je parle d'augmenter le niveau d'énergie, c'est que tout cela fonctionne mieux. Comme une ampoule, si je lui donne plus de flux électrique, elle éclaire plus, c'est la même ampoule mais à un régime plus développé. Il s'agit de dépasser la norme à laquelle nous sommes habitués. De la manière dont nous vivons aujourd'hui dans les grandes villes, nous avons perdu un rapport à l'intensité. Augmenter son niveau d'énergie signifie que le corps est plus chaud, plus dense, plus alerte, je dirais que chaque élément du corps retrouve sa meilleure nature. Les muscles sont souples et en même temps prêts à se contracter très vite, les articulations ne sont pas rouillées, les liquides circulent bien, le cœur peut battre vite et se ralentir très vite, la peau perçoit mieux, les yeux font moins d'effort donc ils voient mieux... »¹¹

Il s'agit donc de rechercher une certaine intensité dans l'expérience vécu par l'organisme. L'intensité ne veut pas dire que le comédien doit s'agiter, se surexciter et déployer un effort volontaire. Mais cela implique un travail sur l'énergie de l'acteur. Je peux dire que le *training* proposé par Delphine Eliet agit principalement au niveau de ce qu'Eugenio Barba appelle « le niveau pré-expressif du corps de l'acteur »¹². C'est-à-dire ce qui concerne l'énergie de l'acteur pour ainsi dire à l'état pur, sa présence avant même qu'il ne représente ou signifie quoi que se soit. « *Travailler à un niveau pré-expressif signifie pour un acteur modeler la qualité de son existence scénique* »¹³ nous dit Eugenio Barba. Il s'agit d'un travail sur la perception des sensations corporelles, la perception de tous les mouvements énergétiques qui traversent le corps, en termes de vibrations, de sensations intérieures en lien avec les impulsions extérieures, l'espace, le public et toutes les variations du moment présent.

Pour Slava Kokorine, éminent pédagogue russe, l'énergie naît quand l'acteur réagit précisément à une impulsion nouvelle :

« L'Énergie si je dois la définir, c'est la capacité de s'ouvrir à une nouvelle réaction à chaque seconde, de recevoir le monde que l'on connaît en tant qu'adulte comme quelque chose de nouveau. Souvent en devenant adulte nous nous sommes habitué au monde qui nous entoure et nous sommes blasé, mais l'on peut s'éduquer d'une telle façon que chaque matin par exemple on va voir que le soleil s'est levé. Cela se produit tout les jours, mais je vois le soleil, je sens la chaleur, je l'observe je le laisse rentrer en moi, je reçois cette information, et il y a une réaction qui naît en moi, c'est-à-dire qu'il y a une énergie qui rentre en moi. Les jeunes gens sont plus énergique que les personnes âgé parce qu'ils attendent quelque chose de nouveau, ils ne vont pas seulement remarquer les changements mais plus facilement ressentir un écho dans le corps. Le schéma est le suivant, il y a quelque chose de nouveau dans la situation, je remarque ce changement, je le reçois comme une impulsion, et à partir de là je peux réagir en me branchant à n'importe quelle qualité d'Énergie, me cacher, courir, crier, rire. Il y a l'impulsion et c'est par la réaction que l'énergie se manifeste. Aujourd'hui je

¹¹ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, décembre 2011.

¹² BARBA Eugenio, SAVARESE Nicolas, *L'Énergie qui danse : dictionnaire d'anthropologie théâtrale*, Montpellier : L'Entretemps, 2008, p. 16.

¹³ BARBA Eugenio, *Le Canoë de papier*, Montpellier : L'Entretemps, 2004, p. 164.

jouais avec mon petit fils, j'étais à l'intérieur et lui il jouait sur la terrasse, et entre nous il y avait la vitre, je le regarde à travers la vitre puis j'ouvre la porte et je le regarde sans, et je referme et j'ouvre à nouveau et ainsi de suite Et lui à chaque fois il réagit il éclate de rire. On assiste à la naissance de l'énergie à l'intérieur de lui qui le fait rire. Et pourquoi ?, parce qu'il y a toujours un changement qu'il reçoit comme pour la première fois. C'est comme en physique, dans une batterie c'est la différence de potentiel entre plus et moins qui permet de fournir l'énergie. Quand il n'y a plus de différences la batterie est déchargée. C'est cette capacité à recevoir des nouvelles choses qui peut s'éduquer chez l'acteur. . »¹⁴

Ainsi le comédien ne cesse de recevoir et de donner dans un cycle continu ; le travail sur son énergie consiste à éduquer le corps à recevoir les impulsions et à réagir de telle manière à ce que sa réaction soit le fruit de « toutes les puissances psycho-charnelles qui émergent de la base de son être et de son instinct »¹⁵. Les réactions obtenues sur la scène ne sont pas celles de la vie quotidienne. Comme le remarque Grotowski :

« Au moment d'un choc psychique, de terreur, de danger mortel ou de joie incommensurable, un homme ne se conduit pas « quotidiennement ». Emporté par l'enthousiasme (dans le vieux sens du mot) l'homme utilise des signes rythmiques, il commence à danser, à chanter. Le signe organique, et non le geste commun, est pour nous l'expression élémentaire ».¹⁶

En Inde, il existe deux termes pour désigner le comportement d'une personne : « lokadhermi » désigne le comportement dans la vie quotidienne ; « natyadhermi » désigne le comportement dans la situation de représentation. Ce qui amène Eugenio Barba à différencier une utilisation « quotidienne » du corps d'une utilisation « extra-quotidienne » pour la scène :

« Nous utilisons notre corps de manière substantiellement différente dans la vie quotidienne et dans les situations de représentation. Au niveau du quotidien nous avons une technique du corps conditionnée par notre culture, notre condition sociale, notre métier. Mais il existe, en situation de « représentation », une utilisation du corps, une technique du corps qui est totalement différente.»¹⁷

Il s'agit donc pour l'acteur d'entraîner son corps à un comportement « extra-quotidien », d'élaborer ce comportement en étant relié à ce besoin impérieux d'expression que souligne Delphine Eliet. Barba dit encore que « pour découvrir la technique extra-quotidienne du corps, l'acteur n'étudie pas la physiologie, mais il crée un réseau de stimuli extérieurs auxquels il réagit par des actions physiques »¹⁸.

Dans le travail à l'École du Jeu, ce comportement ne correspond pas à un corpus codifié d'actions, de mouvements et d'attitudes qui formerait un langage commun aux comédiens en

¹⁴ Interview de Slava Kokorine, propos recueillis par l'auteur, Lausanne, mars 2010.

¹⁵ GROTOWSKI Jerzy, *op. cit.*, p. 14.

¹⁶ *Ibid.*, pp. 15-16.

¹⁷ BARBA Eugenio, SAVARESE Nicolas, *op. cit.*, p. 15.

¹⁸ BARBA Eugenio, *op. cit.*, p. 63.

travail, comme c'est le cas dans des formes de théâtre oriental comme le « nô », ou encore dans la biomécanique meyerholdienne. Selon Yoshi Oida, « *en se fixant sur le travail corporel, l'acteur parviendra peu à peu à obtenir une pensée libre et une émotion libre* », et, toujours selon lui, « *le corps comprend peu à peu, intuitivement, les règles du comportement et du bien-être en scène. Les corps se laissent enseigner, ils apprennent.* » Dans les exercices proposés par Delphine Eliet, où le plaisir est une recherche permanente et essentielle, l'acteur explore son instrument et élabore par le jeu une utilisation « extra-quotidienne » de son corps qui lui est propre. Il découvre ainsi ses possibilités, à l'image de l'enfant qui, par tâtonnement, trouve seul le chemin pour apprendre à marcher. En français, le mot « jouer » signifie en premier lieu « se livrer au jeu, s'amuser, plaisanter ». Utiliser ce mot pour désigner l'acte du comédien n'est pas sans signification sur l'importance de la notion de plaisir dans cet acte.

D'après la psychologie et la neurobiologie du comportement humain, nous apprenons notre « comportement quotidien » par le mimétisme et le jeu. Il en va de même pour le comportement « extra-quotidien ». Les exercices élaborés par Delphine Eliet ont une structure conçue pour développer et explorer, à travers une recherche physique, les capacités d'expression du comédien dans la situation de représentation qu'est le théâtre. Cette situation porte en elle un paradoxe que seul le corps peut comprendre. Elle demande d'autres facultés, une autre perception de l'extérieur, une autre sensibilité, que celles de la vie quotidienne. Notre corps peut développer ces aptitudes par une recherche ludique.

Imaginons un groupe dont chacun des membres est dans la situation de représentation face à un autre groupe qui constitue le public. Chacun des membres du groupe dans la situation de représentation explore son instrument, chacun cherche à s'exprimer, chacun bouge, marche, court, s'assied, se relève, marche, s'arrête, crie, rit, saute, parle, fuit, poursuit, agresse, aime, etc. Ils ont tous le même objectif principal : s'amuser en racontant au groupe d'en face ce qu'il y a de plus essentiel pour eux à cet instant précis. Imaginons que les membres de l'autre groupe, celui qui regarde, reçoivent et réagissent comme le ferait un public ; imaginons que chacun des membres des deux groupes est entièrement, avec toute sa chair, attentif à l'instant présent : il est évident que chacun des membres des deux groupes est en train d'apprendre les « règles de la présence et du bien-être en scène »¹⁹. C'est ce que propose la pédagogie de Delphine Eliet. Aussi la plupart des exercices se font devant une partie du groupe qui regarde.

¹⁹ BARBA Eugenio, MARCADÉ Caroline, PICON-VALLIN Béatrice, OIDA Yoshi et al., *Le training de l'acteur*, Arles : Actes Sud, 2000 (Apprendre, 14).

L'important dans la technique que propose Delphine Eliet n'est pas tant le contenu des exercices que la manière de les aborder, c'est-à-dire qu'il s'agit, en premier lieu, pour rentrer dans le travail de l'École du Jeu, d'apprendre à travailler. À lui seul cet état d'esprit, qui consiste à « essayer vraiment » sans se soucier d'un résultat ou d'autre chose que l'exercice, permet au comédien de trouver une certaine *qualité de présence*. Il suffit de voir par exemple que quelqu'un qui essaie sincèrement de faire un grand écart sans y arriver paraîtra avoir une meilleure qualité de présence que celui qui l'exécute parfaitement mais mécaniquement.

Évidemment, la volonté d'être pleinement dans ce que l'on fait au moment où on le fait, si elle est nécessaire, n'est pas suffisante pour tendre à cette disposition d'être que je nomme ici un *état de création libéré*. Voyons par quel processus le *training* de Delphine Eliet y conduit.

3. Une soustraction joyeuse

À l'École du Jeu, il ne s'agit pas d'enseigner un ensemble de techniques et de moyens qui pourraient s'accumuler, mais de repérer par quels mécanismes l'acteur entrave ses capacités d'expression les plus profondes et les plus intimes, et de défaire ces blocages. C'est cette conception de la formation de l'acteur qui animait le travail de Jerzy Grotowski. Dans son ouvrage *Vers un théâtre pauvre*, Grotowski explique que « l'éducation d'un acteur ne signifie pas lui enseigner quelque chose ; nous tentons d'éliminer ses résistances organiques »²⁰. Les barrières et les blocages qu'il faut dépasser sont ceux que nous ont construits la vie, notre histoire personnelle, notre culture, nos clichés sociaux, nos traumatismes... C'est dans le sens de « non entravé » que j'appelle « libéré » l'état de création que j'ai tenté d'appréhender plus haut. Pour que l'acteur puisse mûrir, il doit être capable de repérer ses propres mécanismes d'empêchement et de les déconstruire. Pour atteindre un certain niveau d'intensité, à titre d'exemple, il est nécessaire de respirer suffisamment, mais Delphine Eliet n'enseigne aucune technique de respiration ; elle va plutôt pointer auprès de l'élève de quelle manière il entrave sa respiration.

La qualité d'un pédagogue et d'une méthode tient à sa capacité à adapter sa structure et à évoluer en fonction des obstacles qui sont à franchir. L'essentiel de la transmission se fait dans une relation intersubjective entre « maître » et « élève ». Finalement, ce processus s'apparente à une maïeutique où l'élève doit, en quelque sorte, accoucher de lui-même et où le professeur intervient comme un accoucheur. Dans une réflexion sur le travail de

²⁰ GROTOWSKI Jerzy, *op. cit.*, p. 14.

Stanislavski, Franco Ruffini note que, pour décrire son système dans *La formation de l'acteur*, Stanislavski a recours à une forme narrative qui se déroule essentiellement sous forme de dialogues entre le maître et son élève, dialogue que Ruffini assimile à la dialectique platonicienne :

« Socrate, dans les dialogues de Platon, se comporte avec ses interlocuteurs exactement comme Torstov-Stanislavski le fait avec ses élèves. Il les presse, les harcèle de questions, jusqu'à ce que l'Idée sorte de l'élève comme une chose qui était présente en lui et n'attendait que la force de la maïeutique du dialogue pour se manifester. »²¹

Au-delà des techniques enseignées par le « système », Ruffini voit dans le mouvement de cette maïeutique le fondement même de l'enseignement de Stanislavski, et selon lui, la forme du dialogue de *La formation de l'acteur* rend compte du système au moins autant que le fond. Il existe dans l'enseignement de Delphine Eliet un mouvement similaire dans l'accompagnement qu'elle fait avec les élèves dans ce processus d'élimination des obstacles qui obscurcissent leurs capacités d'expression scénique. Cet accompagnement se fait en premier lieu par un dialogue des corps en présence. Mais la pédagogie de Delphine Eliet tend à rendre l'élève autonome dans ce processus. Elle demande au comédien de définir pour lui-même, à l'intérieur des exercices faits en commun, des objectifs personnels selon ses propres besoins. Finalement, le chemin est différent et personnel à chacun : à chacun de repérer les mécanismes qu'il met en œuvre, généralement inconsciemment, pour se limiter afin de désamorcer ces schémas. Delphine Eliet l'aide à prendre conscience de ses mécanismes par le travail corporel. Les entraves à dénouer ont des manifestations physiques sur lesquelles on peut agir. Voici ce que dit Delphine Eliet à propos de cet accompagnement :

« Mon travail, c'est d'accompagner les gens à passer les barrières à la hauteur de ce qu'ils peuvent dépasser à un moment donné. C'est un vrai travail en profondeur, il n'y a pas que des tensions musculaires, les barrières sont aussi dans des zones invisibles et complexes. Je vais chercher comment la personne par exemple peut avoir une mauvaise estime d'elle-même, comment elle va utiliser le fait d'être regardée... Ces barrières plus profondes doivent aussi être défaites, mais elles ont des manifestations physiques. Si quelqu'un a par exemple les trapèzes tendus ou la gorge serrée, c'est qu'il y a une raison ; moi j'essaie de faire des ponts entre ce qui est purement matériel et ce qui l'est moins, sans que cela devienne une thérapie. Un acteur selon moi doit pouvoir jouer avec son intimité. Mais je marque une différence entre l'intimité que peut transmettre un corps et la vie privée... »²²

²¹ BARBA Eugenio, SAVARESE Nicolas, *op. cit.*, p. 16.

²² Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, décembre 2011.

Dans son parcours, Delphine Eliet a été amenée à développer des qualités qui lui permettent d'accompagner les élèves dans ce travail par un dialogue des corps et notamment par le toucher ; Delphine Eliet raconte :

« J'ai toujours touché les acteurs, c'est le contact le plus simple qui s'adresse directement au corps sans passer par l'intellect. Après je me suis intéressée à différentes méthodes de sophrologie et de thérapie qui travaillent avec le toucher et les énergies qui traversent le corps. Mais c'est surtout quelque chose que j'ai développé instinctivement : je n'applique pas une méthode particulière »²³.

Notons que le travail physique demandé dans les exercices est aussi une recherche d'intensité de l'organisme et qu'il touche à des zones intimes et profondes. Il peut arriver qu'un élève se retrouve dans une réaction très forte. J'ai demandé à Delphine Eliet comment elle procédait pour aider l'élève à traverser et à dépasser cette expérience :

« S'il y a une grosse réaction et que l'élève se retrouve submergé – mais cela est assez rare – en général, je commence par me rapprocher de lui. En fait je fais deux choses en même temps : j'occupe son mental pour qu'il ne parte pas, c'est-à-dire que je le ramène au présent, qu'il n'oublie pas qu'on est dans une salle en train de travailler, qu'il n'y a pas de danger, qu'on n'est pas dans l'histoire passée ou que sais-je.... Parce qu'il peut arriver que quelqu'un, en travaillant sur des zones de tension, se retrouve plongé dans ses peurs, ses traumatismes les plus intimes et profonds. Ensuite, en général, il s'agit d'un nœud qui ne laisse pas passer l'énergie comme avec un spasme musculaire ; s'il n'y avait pas le nœud, l'expérience serait simplement traversée, donc j'aide à débloquer en touchant, en massant ou juste par ma présence que j'essaie de rendre la plus dense possible, mais très concrètement, pour que les muscles, les organes se dénouent et que l'expérience traverse ».²⁴

L'acteur peut encore être enfermé dans des blocages d'ordres culturels qui restreignent son expression à des clichés et préjugés sur ce qui doit être joué, et sur la manière de le jouer... Le fait qu'il s'agisse d'un travail qui ne passe pas, en premier lieu, par l'intellect, mais qui anime l'intelligence instinctive du corps, permet de se défaire de ce type de limite.

Grotowski parle d'un *appauvrissement* du comédien, puisque qu'il se défait de ce qui l'entrave ; Delphine Eliet, quant à elle, parle plus volontiers de *recyclage*. Cette notion de recyclage part de l'idée qu'un acteur finalement dépense de l'énergie pour créer et maintenir les barrières qui entravent son expression. Il s'agit donc de débloquer cette énergie et de l'utiliser dans l'acte de création. Il va par exemple être demandé à l'élève de repérer une zone

²³ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, Décembre 2011.

²⁴ *Ibid.*

précise de son corps où il sent des tensions, des efforts ou sensations désagréables, et de travailler physiquement sur cette zone. Ce travail se fait dans des exercices où l'objectif principal reste d'utiliser son corps pour exprimer. Il s'agit non seulement, pour le comédien, de travailler physiquement sur les zones peu réactives de son instrument, mais aussi d'apprendre à jouer avec ces tensions. En libérant ce qui était retenu dans un nœud ou une tension, c'est aussi une *connaissance* qui se libère : connaissance sur soi, et plus largement sur le monde. Le comédien va ressentir quelque chose de nouveau, il reçoit un changement à partir duquel il peut réagir, cette énergie pourra provoquer des émotions, des mouvements intérieurs qui pourront être mis au service de ce qu'il veut raconter. Pour jouer Phèdre par exemple, une comédienne pourra jouer avec une contradiction, un conflit qui est déjà physiquement présent en elle.

Enfin il est important de relever ici l'importance permanente de la notion de plaisir à l'École du Jeu. Comme le dit Meyerhold « citation de Meyerhold à propos du plaisir à retrouver ».

Un public peut difficilement recevoir ce qu'exprime un corps qui souffre ou qui s'ennuie, l'ennui et la souffrance étant l'opposé du plaisir. Par ailleurs, comme le note Delphine Eliet, c'est à travers la reconnaissance de ce qui est agréable, à travers une recherche physique du plaisir, que les obstacles et les empêchements pourront être dépassés, et que le corps pourra libérer ses capacités :

« Le plaisir signifie que le corps est content. Dès qu'on est en force il n'y a pas de plaisir. Je pense qu'un corps est content quand il atteint un certain niveau d'intensité. Le plaisir, ce sont des sensations agréables, c'est une sorte d'humour, c'est quand le moment est important dans la joie. Quand l'exercice devient plus important que tout le reste le plaisir est possible. Un corps sait quand il est content. Il faut repérer les endroits où il sert, où il stresse, où il s'empêche, et les ouvrir. Ce qui empêche le plaisir c'est aussi la négligence du corps. Un corps est fait pour vivre, si on en néglige un aspect le corps ne peut que souffrir. Prenons un corps qui s'affaisse : il va se tasser, les organes seront compressés dans le ventre, et cela va provoquer un état pas forcément de souffrance physique mais par exemple de mauvais goût pour soi-même ».²⁵

Le chemin emprunté pour que l'expression se libère et que s'ouvre le champ des possibles, de l'inconnu, sont différents pour chacun.

Je vais maintenant tenter de rendre compte plus concrètement du travail physique réalisé dans les principaux exercices proposés, et principalement dans l'exercice, pratiqué avec le

²⁵ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, Décembre 2011.

plus de récurrence et que je considère comme central dans ce travail, qui est de « se laisser traverser par ».

J'aimerais attirer l'attention du lecteur sur la difficulté de produire une théorie qui pourrait rendre compte de ce qui ne peut être qu'éprouvé, ce qui reviendrait à saisir l'insaisissable. Cette difficulté de parler des exercices et des notions qui touchent à ce qu'il y a de plus intrinsèque à l'art de l'acteur, Peter Brook la note lorsqu'il veut écrire sur le travail de Jerzy Grotowski : *« parler, c'est compliquer et même détruire des exercices qui sont clairs et simples quand ils sont indiqués d'un geste et exécutés par un esprit et un corps qui ne font qu'un »*.

J'aimerais attirer l'attention de mon lecteur sur la difficulté de produire une théorie qui pourrait rendre compte de ce qui ne peut être qu'éprouvé, ce qui reviendrait à saisir l'insaisissable. Cette difficulté de parler des exercices et des notions qui touchent à ce qu'il y a de plus intrinsèque à l'art de l'acteur Peter Brook la note lorsqu'il veut écrire sur le travail de Jerzy Grotowski ; *« parler, c'est compliquer et même détruire des exercices qui sont clairs et simples quand ils sont indiqués d'un geste et exécutés par un esprit et un corps qui ne font qu'un »*.

Prenons par exemple un exercice très simple que tous les comédiens connaissent et que l'on propose fréquemment dans les ateliers d'initiation au théâtre. Cet exercice consiste à s'imaginer avoir dans ses mains une boule d'Énergie que l'on peut faire grossir rapetisser, déformer, etc., appelons cet exercice « La boule d'Énergie ». L'acteur en s'imaginant tenir cette boule d'Énergie, ne va pas faire que mimer qu'il porte une sphère. Par l'imagination il va rentrer dans un état particulier de concentration et il ressentira dans ses mains la sensation d'une boule d'Énergie qui se traduira par une chaleur, un fourmillement ou une certaine vibration au niveau des mains. Ici par le jeu et son désir de « faire exister une boule d'Énergie » l'acteur va mettre instinctivement tout son être, son « corps-esprit », en activité pour faire exister cette boule et il va obtenir une réaction physique qui se manifeste pour lui par une sensation dans les mains. Au niveau d'un éventuel spectateur cette réaction, si elle est trop infime pour être perçue directement, se manifestera par une modification de la perception du corps de l'acteur qui pourra paraître plus dense, plus intense, plus présent et finalement pour l'observateur aussi la « boule d'Énergie » semblera exister, il la verra grossir, s'élargir, diminuer, disparaître etc

Il serait extrêmement complexe voir impossible, de vouloir rendre compte de la chaîne des micro-réactions physiologiques et processus de communications qui sont mis en jeu entre cette volonté de « faire exister la boule d'Énergie », jusqu'à la sensation dans les mains avec

les modifications de tout le corps que cela implique, pour en arriver à la perception transmise ou suggérer à l'observateur... Et quand bien même cette tentative d'expliquer de manière scientifique et objective le processus à l'œuvre dans un exercice aussi simple ne donnerait aucun éclaircissement sur l'intérêt de cet exercice dans la pratique du théâtre. Mais pour celui qui fait l'expérience de la « boule d'Énergie », l'intérêt de l'exercice sera une chose évidente et claire qui se passe d'explication, et l'idée même d'Énergie dans l'espace du théâtre deviendra une réalité subjective ,éprouvé, ressenti et vécu que le corps pourra par la suite à nouveau rechercher et reconnaître.

4. Un exercice fondamental : « se laisser traverser par »

Cet exercice est central dans le travail de Delphine Eliet et se fait quasiment systématiquement à chaque cours qu'elle dispense. J'ai pratiqué et vu pratiquer cet exercice régulièrement pendant une année. Cela a été pour moi une expérience fondatrice. J'y ai découvert un champ de possibilités d'utilisation de mon instrument que je ne soupçonnais pas. Il m'a permis aussi bien d'effectuer un travail sur l'ouverture et la conscience corporelles, qu'un travail sur la conscience de l'espace et des lignes de tension qui le traversait, d'explorer des couleurs et des émotions dans le jeu que je n'avais pas su approcher auparavant, d'expérimenter les différents rapports possibles avec le public, les moyens d'organiser son attention, de déployer mon énergie et les chemins pour la maîtriser. Ce que je retiens le plus, c'est le plaisir et l'intensité que cet exercice m'a permis de ressentir ; l'expérience toujours nouvelle et significative que cela a été lorsque je réussissais à y être pleinement. « Se laisser traverser par » s'effectue toujours devant un public, car il s'agit d'entraîner son corps à exprimer quelque chose, à raconter. Je me propose ici d'exposer les étapes et les grandes lignes qui caractérisent cet exercice, qui, au premier abord, pourrait paraître d'une simplicité enfantine. On peut diviser cet exercice en trois étapes : le point zéro ; « se laisser traverser par » avec la musique ; enfin, le retour au point zéro.

4.1 Le point zéro

Voici comment Delphine Eliet parle de cette étape :

« Le point zéro, terme que j'emprunte à Alexandre del Perugia, n'est pas un point d'équilibre : c'est un point d'ouverture totale où on ne sait pas ce qui va se passer, on peut dire que c'est une disponibilité à ce qui peut arriver. La personne est debout, elle est droite, elle ne fait rien, intérieurement elle doit ouvrir, mais plus elle lâche à l'intérieur plus il y a quelque chose à l'extérieur où elle devient de plus en plus

dignement présente .C'est une recherche de la plus grande disponibilité : se ramener au présent avec le moins de préjugés possible, de préjugés sur le résultat, sur nos capacités, etc. »

Cette phase correspond à ce qu'Arthur Koestler, dans *The Sleepwalkers*, appelle une phase de « pré-condition » créative²⁶. Selon lui, tout acte créatif (science, art ou religion) s'effectue à travers une régression préliminaire à un niveau plus primitif, un « *reculer pour mieux sauter* », un processus de négation ou de désintégration qui prépare le bond vers le résultat. C'est une phase qui semble nier tout ce qui caractérise la recherche du résultat ; elle ne marque pas une nouvelle orientation mais plutôt une désorientation voulue, qui oblige à mettre en œuvre toutes les énergies du chercheur, à aiguïser ses sens, comme lorsque l'on marche dans l'obscurité. Cette dilatation de ses propres potentialités ne se produit que si l'on accepte de perdre le sens de sa propre action. C'est une négation qui n'a pas encore découvert quelle nouveauté contient son affirmation.

Il s'agit dans notre cas, pour le comédien, d'accepter le vide, d'accepter la peur d'être exposé à l'inconnu devant un public, de sentir physiquement à quel endroit il n'accepte pas de se fondre pleinement dans l'expérience nouvelle qu'il va vivre et d'abandonner ce refus. C'est aussi se décider à ce que le moment qui va venir sera un moment significatif et important. À partir de là, l'acte de création sera possible.

Cette première étape est aussi importante pour que le comédien prenne un temps pour observer dans quel état il est avant de commencer à jouer, afin de s'engager dans l'acte de création avec une conscience de son instrument telle qu'il est vraiment au moment présent.

4.2 « Se laisser traverser par » avec la musique

Une fois que tous les comédiens ont dit « je suis prêt », arrive la musique. Le travail consiste à laisser faire la musique, la musique étant l'un des média les plus rapidement perceptibles ; le corps réagit très facilement à la musique. Étant fait de vibrations, il rencontre les vibrations de la musique, et c'est dans cette rencontre que naît une première impulsion. La musique va créer des sensations et des émotions, il s'agit de « donner de la place » à cette expérience et de lui donner une forme. Les sensations sont déjà des mouvements, très petits certes mais bien du mouvement ; il s'agit d'aider ces mouvements en allant laisser le corps bouger, ou, pourrait-on dire, laisser le corps « être bougé » par ce qui est en train de se passer en lui. Par ce biais, le comédien va renouer avec une capacité d'expression qu'ont les corps avant de la parole. Par là, chacun, au lieu de créer un vocabulaire commun, va faire confiance

²⁶ BARBA Eugenio, SAVARESE Nicolas, *op. cit.*, p. 44.

à son intuition de communication pour bouger et se mettre à agir, mais tout en cherchant à garder la pleine conscience de la forme qui est produite. À partir de là, nous dit Delphine Eliet, il est possible de retrouver une liberté à un niveau qu'on ne soupçonne pas.

« Quand une personne commence à vraiment « se laisser traverser par », si elle désire, par exemple, faire une pirouette comme une nécessité absolue de s'exprimer, son corps va trouver le chemin pour la faire. Si on avait demandé techniquement à la personne de la faire techniquement, elle n'y serait pas arrivée. J'ai toujours constaté dans « se laisser traverser par » que les gens étaient capables de dépasser des limites et se retrouver à faire des choses exceptionnelles pour eux, dans la mesure de leur condition physique, sans aucun accident, sans aucun problème. »²⁷

Aussi n'y a-t-il aucune recherche de formes codifiées ; mais arrivés à un certain niveau d'intensité, de conscience et de qualité de chair, les corps trouvent une précision dans le mouvement. Les courbes, les lignes, se dessinent et s'inventent. L'exploration des capacités expressives du corps comprend également l'exploration de l'appareil vocal et le comédien peut laisser sortir des sons altérés par l'expérience qu'il traverse.

Notons également que la musique est utilisée ici parce que c'est une source d'impulsion que le corps accepte de manière très directe et intuitive. La musique amène de l'énergie, constituant un moyen ludique qui aide à dépasser des limites. Mais on pourrait tout autant « se laisser traverser par » dans le silence, par une idée, un texte, une image, etc.

Par contre, toutes les musiques ne sont pas appropriées pour faire l'exercice, non pour une question de goût mais d'organicité : « *tout ce qui est trop dur, le corps le refuse* »²⁸ nous dit Delphine Eliet. « *Il y a des musiques qui sont faites pour agiter, pour énerver : avec le hard rock par exemple c'est impossible [...] « Se laisser traverser par » doit être un acte libérateur qui n'a rien à voir avec un conditionnement que certaines musiques amèneraient* »²⁹. Notons encore que les musiques employées peuvent contenir du texte, et que le comédien se laisse également « traverser par » le propos de la musique. Enfin Delphine Eliet, sur une période de travail, utilise souvent les mêmes musiques, ce qui entraîne le comédien à l'expérience du « re-faire », c'est-à-dire le fait de redécouvrir comme pour la première fois un parcours déjà rencontré.

²⁷ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, Décembre 2011.

²⁸ *Ibid.*

²⁹ *Ibid.*

4.2 Le retour au point zero

Une fois que la musique se termine, tout de suite après, sans s'arrêter, sans rien figer, il s'agit de cesser de jouer et de bouger, et de revenir à la position d'immobilité du départ. Dans l'immobilité qui revient, l'idée est de laisser l'écho de ce qui vient de se passer s'infiltrer à l'intérieur, dans tout le corps depuis les extrémités jusqu'au plus profond de la chair. C'est un temps de digestion où le corps mémorise l'expérience qu'il vient de traverser. La seule chose que l'acteur doit faire à ce moment-là, c'est « ne rien faire », mais en veillant à ne pas retourner dans ses habitudes, à ne pas resserrer des zones, ou à ne pas être occupé avec le résultat ou un jugement sur lui-même. Il y a « quelque chose » qui circule et c'est dans ce processus que le corps travaille et apprend le plus. L'expérience se dépose.

Plus on respecte ces trois étapes, plus le corps enregistre ce qu'il est capable de faire, et l'acteur sera capable de retrouver les chemins pour retraverser une expérience. Mais à chaque fois cela sera *nouveau*.

Abordons encore le rapport au partenaire dans cet exercice. Si la recherche de chacun est individuelle, il ne s'agit bien sûr pas de nier l'existence des autres, qui font l'exercice en même temps. Au contraire, la relation à l'autre est primordiale ; au moment de l'exercice, le comédien imprime en lui tous les paramètres du présent : non seulement la musique mais aussi les partenaires de jeu, et ils participent à ce que reçoit le comédien. On peut dire que dans un dialogue des corps en présence, chacun invite l'autre à s'exprimer d'avantage. Comme je le disais plus haut, nous savons aujourd'hui que l'imitation est un moyen d'apprentissage fondamental pour l'être humain, et nous apprenons par mimétisme même de manière inconsciente.

4.3 Les variantes

Voyons maintenant, à travers quelques exemples principaux mais non exhaustifs, selon quelles modalités cet exercice se pratique et peut se moduler.

En général, il y a toujours le projet d'explorer quelque chose de précis en faisant « se laisser traverser par ». L'objet à explorer peut être donné par Delphine Eliet, mais en général c'est l'élève qui le définit pour lui-même. Ainsi ce dernier est amené à développer une réflexion sur son propre travail et sur son métier. Je vais m'appuyer ici, pour illustrer mon propos, sur mes propres notes de travail. Je tiens à préciser que mon cas particulier n'est pas représentatif de l'ensemble de ce travail.

Il est fréquent, par exemple, qu'au début d'une séance de travail Delphine Eliet demande à chacun des élèves de définir ce qui lui manque pour aborder cette séance de travail. Cela pourrait être un manque d'envie, un manque d'énergie, un manque de curiosité, ou encore une partie du corps qu'il faudrait particulièrement délier. Ensuite un groupe « se laisse traverser par », avec le projet de trouver l'envie, la curiosité, etc en fonction de ses besoins. Ces notions pourraient paraître abstraites, mais il s'agit d'un travail physique qui se veut concret. Un élève va, par exemple, chercher à faire naître le mouvement en partant particulièrement de la réaction qu'il sent dans son bassin, ou dans ses pieds, tout en cherchant à trouver de « l'envie » et à la propager dans tout son corps. Quel que soit l'objectif, il s'agit de laisser son corps « être bougé » en fonction de l'impulsion que provoque la musique. Cela ne va pas dire que le comédien ne pense pas. Il laisse la réaction grandir et se transmettre dans tout son corps, jusque dans sa tête et jusque dans ses pensées. Mais il reste conscient de son objectif et de ce qu'il exprime, et ne cesse de faire des choix de manière instinctive.

Une autre variante est de « se laisser traverser par » en accentuant un effort. Là, il s'agit de repérer un endroit du corps où il y a une tension, et de travailler en accentuant cette tension. Il faut accentuer la tension tout en faisant vivre la zone choisie en s'assurant qu'elle reste vivante. À partir de là, il s'agit d'identifier les sensations, l'humeur, le sentiment, la nature de l'expérience qui se produit en accentuant l'effort et de la laisser contaminer tout le corps. De faire grandir cette expérience et de la laisser se transformer.

« Neuf février 2009 :

*« Se laisser traverser par » en accentuant un effort : je choisis la zone de mon bassin qui est particulièrement figée. En rentrant dans le fond de mon bassin je ressens une certaine violence, j'essaie de rentrer dans cette violence, Je me fais peur à moi-même. Je peux sentir que j'ai envie de me faire mal et ne pas le faire. Je peux aller aussi loin que je veux dans la haine, la malfaisance, la perversité, la violence...puisqu'on joue. Il faut prendre du plaisir avec cette violence pour pouvoir l'utiliser ».*³⁰

Un comédien peut également utiliser « se laisser traverser par » pour travailler des états qu'il veut développer, comme la haine, l'amour, la froideur, l'ambiguïté, la douceur, la jalousie, etc. Le comédien travaille ainsi sur les possibilités d'expression en lien avec ces qualités, aussi en transformant la qualité de sa présence scénique ; il travaille également son

³⁰ Note de travail de l'auteur, février 2009.

rapport au public. Voyons ce que dit Delphine Eliet à propos de cette notion de qualité de présence scénique :

« Cela dépend ce qu'on met derrière le terme de présence, mais oui on peut être complètement intense et entier dans quelque chose qui serait très doux, ou très inquiétant ou très froid, mais si on parle de la présence de l'acteur je dirais plutôt qu'il y aurait la présence qu'on peut développer en termes de densité et d'intensité, et la qualité de la présence qui serait comme un philtre devant une lumière qui donnerait différentes couleurs. Et tu peux travailler à modifier l'ambiance de la pièce. C'est-à-dire que tu peux modifier les perceptions du public. Mais c'est très simple : par exemple quelqu'un qui arrive dans une pièce et qui fait la gueule, il va complètement plomber l'ambiance de la pièce. Ce sont les communications les plus basiques qu'ont aussi les animaux : quand un animal comme un lapin a peur, les autres ont peur par nécessité de survie ; ils n'ont pas besoin qu'on leur prouve pourquoi il y a un problème. Après, on peut s'amuser avec la réaction du public, on peut soit l'embarquer avec soi dans la même expérience, soit le faire réagir, on peut faire que ses perceptions deviennent celles de l'autre. Un acteur doit être puissant car il doit agir sur les perceptions de tout un public. Mais quand cela fonctionne, on agit réellement sur les perceptions des gens ; si on interroge le public, on peut observer que tout un coup ils ont eu l'impression que l'espace s'est ouvert, ou qu'il y a plus de lumière, ou qu'il s'est mis à faire froid alors qu'objectivement la lumière n'a pas changé ou le thermomètre n'a pas bougé »³¹

Pour Yoshi Oida, qui rejoint sur ce point l'enseignement de Delphine Eliet, l'acteur *« cherche à utiliser le corps pour manifester ce qui est imperceptible dans la vie quotidienne, et inexistant sur scène. »*³²

Voici encore quelques exemples de sujets et de fils rouge que j'ai explorés avec *« se laisser traverser par »* :

« Dix-huit novembre 2008 :

« Se laisser traverser par » en cherchant à avoir toujours plus d'énergie : je remarque qu'il y a un certain niveau d'intensité accompagné de certaines émotions et sensations, où je me coupe de l'extérieur. Je dois chercher comment je garde la maîtrise pour rester en contact avec l'extérieur et ne pas perdre le projet de raconter. Physiquement cela passe par ne pas perdre la conscience de mes pieds.

Seize décembre 2008 :

« Se laisser traverser par » en cherchant la douceur. Chercher la douceur de plus en plus profondément, aussi dans les muscles profonds du dos, des épaules, du bassin. Le calme et la douceur. La douceur et le plaisir. L'air est un nuage de lait. Je pleure des larmes de tendresse perdue. Le sol est une mer de soie. Les gens sont beaux. Doux et chaud. Doux et tendre. Doux et bon.

Premier février 2009 :

³¹ Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, Décembre 2011.

³² BARBA Eugenio, MARCADÉ Caroline, PICON-VALLIN Béatrice, OIDA Yoshi et al., *op. cit.*

« Se laisser traverser par » avec le projet d'être en entier. Attention à ce que je fais avec mes yeux, accepter d'être altéré également dans mes yeux, sinon c'est que je me coupe de l'extérieur.

Vingt-quatre mars 2009 :

« Se laisser traverser par » en explorant ma capacité à prendre la place et l'attention simplement. Pour prendre l'attention simplement, il faut déjà être clair et précis avec le propos que je veux exprimer. Je ne peux pas prendre l'attention simplement si je ne sais pas pourquoi je viens devant des gens. Prendre l'attention pour satisfaire mon ego n'est pas simple. Je dois avoir quelque chose à dire. En plus si je ne sais pas ce que je viens faire sur le plateau, je me mets à douter, je perds la maîtrise de mes jambes, je suis de moins en moins précis dans ce que je fais, et du coup je perds l'attention. Aussi savoir ce que je veux produire sur le public et comment je veux remplir l'espace.

Deux avril 2009 :

« Se laisser traverser par » en essayant de comprendre ce qui se passe physiquement quand je « m'agace » sur le plateau .J'essaie de rentrer dans cette expérience désagréable où je suis sous une sorte de pression négative. Je vois que je suis à côté, que tous les actes s'enchaînent trop tôt ou trop tard comme des occasions manquées hors de ma portée. Je ne contrôle plus mes jambes, et je m'agace moi-même, les choses deviennent compliquées, je me sens décalé dans le temps. Je subis et fais subir l'instant dans un effort pénible et dans l'attente d'une libération. Je peux sortir de cette expérience en prenant le temps de regarder autour de moi, avec la conscience de mes jambes. Je peux lâcher cette pression dans la poitrine et laisser la tempête du désir submerger l'effort et laisser place à la joie. »

Et aussi : « se laisser traverser par » avec comme fil rouge :

« Je suis exactement comme je voulais être, tout ce que je fais est exactement et parfaitement ce que je voulais faire – explorer l'ambiguïté – devenir dangereux – mon enthousiasme désespéré – être imprévisible – la magie d'être là, ici et maintenant et de le raconter ici et maintenant... »³³

Il existe encore une variante de cet exercice où les comédiens ont la possibilité de se manifester en disant « moi » : à ce moment-là, la musique s'arrête et le comédien peut commencer un moment de « jeu », c'est-à-dire travailler un texte, lancer une scène avec un partenaire, commencer une improvisation... À partir de là, il appartient au comédien d'être honnête avec son exigence et de dire « c'est fini » au moment où il sent que ce qu'il fait perd en qualité et en intensité théâtrales.

Finalement, « se laisser traverser par » est un outil qui peut être utilisé pour explorer toutes sortes de sujets qu'un comédien veut travailler. Mais, quel que soit le sujet, il y a toujours les trois étapes que j'ai décrites plus haut. Aussi, par cet exercice, le comédien travaille les facultés et l'intensité de sa présence scénique. À propos du comportement du

³³ Notes de travail de l'auteur, 2008- 2009.

comédien, Eugenio Barba considère l'expression « être décidé » comme un condensé de ce qu'il y a d'essentiel dans la vie de l'acteur sur scène. Dans notre exercice, l'idée « d'être décidé » correspond au fait de laisser son corps « être bougé » par la musique et non de forcer les sensations. Il ne faudrait pas qu'un comédien passe dans une action en force et se trompe dans ce que signifie la recherche d'une intensité au théâtre : il ne s'agit pas de faire une *démonstration* de puissance scénique. Eugenio Barba nous dit :

« Penser à sa présence scénique en termes d'énergie peut suggérer à l'acteur qu'il est d'autant plus efficace qu'il parvient à forcer l'espace du théâtre et les sens de celui qui regarde. Au lieu de danser avec l'attention du spectateur il la matraque et le fait fuir. Il a décidé de déployer sa puissance, de mobiliser et de mettre en œuvre son énergie, c'est pour cette raison qu'il n'est pas décidé »³⁴.

Aussi, dans le *training* qui nous intéresse, de la recherche du plaisir et du travail sur la sensation peut résulter une ivresse des sens. Delphine Eliet insiste sur le fait que dans ses exercices, l'essentiel reste de « raconter » avec son instrument. Oublier cela pourrait amener le comédien qui pratique ce *training* à se saouler de sensations, à se complaire dans une impression de puissance, en restant en définitive replié sur lui-même et son plaisir personnel. Or l'important, au final, n'est pas ce que le comédien ressent mais *ce qu'il fait ressentir*.

5. Autres exemples d'exercices

5.1 « La danse de... »

« La danse de... » est encore une autre variante de « se laisser traverser par ». Cet exercice se fait généralement seul. Il s'agit pour le comédien de choisir une assertion ou un mot correspondant à un thème, une image, une idée, etc. Puis il annonce au public : « Je vais vous faire la danse de... », suivi du mot ou de l'assertion. Il peut aussi ne pas savoir ce qu'il va dire et se laisser surprendre par ce qu'il dira.

Dès lors, le comédien doit ressentir en lui l'écho que provoque cette phrase, ou ce mot. Ensuite, en réponse à cet écho, il commence à bouger en laissant la réaction grandir puis se transformer.

5.2 « Je m'appelle... »

Là encore l'exercice commence par une phase où le comédien doit accepter de plonger dans le vide. Il part du fond de la scène en tâchant de s'ouvrir au maximum, d'être le plus

³⁴ BARBA Eugenio, *op. cit.*, p. 90.

disponible possible. Puis il avance vers le public, en veillant à ne rien refermer et il vient s'asseoir sur une chaise face à l'assistance. De là, le comédien doit choisir une tension qu'il ressent dans son corps. Il accentue cette tension. La zone de tension choisie doit rester vivante et ne pas être figée. Le comédien observe alors les sensations provoquées par l'exercice et les laisse se propager dans tout son corps. Ainsi, il cherche à être entièrement transformé par cette expérience. Puis, sans avoir prémédité ce qu'il dira, le comédien prononce : « je m'appelle ... » et commence à improviser avec le personnage qui s'est construit en direct.

5.3 « Les notes de travail »

Delphine Eliet demande à ses élèves de tenir un carnet de « notes de travail », et de développer une réflexion sur leurs parcours. Les « notes de travail » apparaissent aussi sous la forme d'exercice ou le comédien entraîne sa faculté de prise de parole. Il lui est demandé de venir partager ses notes de travail sur la scène. Il part du fond de la scène et s'avance vers le public que constituent les autres élèves, toujours en pleine conscience de son instrument, de l'espace et de la relation qu'il crée avec son auditoire. Puis il livre ses « notes de travail », en cherchant à capter l'attention, à être sincère et concerné dans son discours, à savoir un discours qui approfondit, fait retour, déconstruit et témoigne de son propre travail.

Voici un exemple à titre indicatif de notes de travail qui peuvent être demandées dans ce cadre :

« Quinze janvier 2010 :

Dire où j'en suis et quel est mon projet pour la suite. Les notes doivent comporter un titre, et deux constatations physiques. À la suite de cela, donner une liste de « ce dont je veux parler sur un plateau ». Puis se lever et faire « la danse de... » avec une des choses de cette liste. »

Tous ces exercices sont modulables, peuvent se combiner, et Delphine Eliet est elle-même dans une recherche perpétuelle. Ce qu'elle propose ne cesse d'évoluer et elle s'adapte aux besoins et envies des comédiens qu'elle fait travailler. Son *training* ne correspond à aucune forme prédéfinie de théâtre. Avec les outils qu'elle a développés, je l'ai vue faire travailler aussi bien des sketches, des scènes de vaudeville que de la tragédie classique. J'ai donné ici une analyse et une perspective concernant les exercices qui me semblaient les plus représentatifs de la singularité de son approche. Il en existe d'autres, et d'autres s'inventent au fil du travail, donnant ainsi une dimension de recherche permanente à cette méthode.

Conclusion

Outre la contrainte imposée de réaliser un mémoire, celui-ci est né de deux désirs :

Le premier était une envie de partager un travail singulier, qui me paraît toucher à des aspects essentiels du théâtre et qui mérite selon moi d'être connu.

Le second était cette envie d'ouvrir une réflexion et de tenir un discours sur ce qui est difficilement exprimable dans l'expérience que traverse le comédien. J'ai donc tenté de cerner un point difficile à appréhender, parce qu'il apparaît paradoxal à la conscience quand on tente de le définir. Ce point se situe selon Eugenio Barba sur le « *pont qui relie la rive physique et la rive mentale du processus de création.* ». Nous avons vu que le comédien travaille essentiellement à recevoir et à émettre avec son corps. J'ai voulu montrer comment le comédien par un travail physique, un travail sur son *énergie et sa présence* en situation de représentation peut tendre à un *état de création libéré*. Nous avons également dégagé l'importance dans l'acte de création d'accepter de rentrer dans le champ de l'inconnu. Cette phase de *pré-condition créative* qui participe à aiguïser les capacités perceptives de l'acteur et finalement sa capacité à recevoir pleinement l'instant présent comme une chose nouvelle et merveilleuse.

L'état de création libéré que j'ai tenté de définir ici n'est pas une finalité à atteindre mais correspond à une recherche constante. Une recherche sur soi en tant qu'artiste, sur comment faire émerger depuis les tréfonds de soi-même l'essence de ce que nous avons à exprimer. Ce qui résulte du *training* dont j'ai parlé ici, ce sont des comédiens dont la singularité émerge, se dévoile, s'épanouit sans aucun égotisme ou culte de la personnalité. Quand l'artiste travaille sur lui-même, c'est pour pouvoir finalement exprimer et transmettre quelque chose qui dépasse sa propre personne.

J'ai pu, en faisant ce mémoire, clarifier ce qui m'a été transmis à l'École du Jeu, et mieux comprendre comment cela s'était « déposé » en moi, me suivait dans mon propre parcours théâtral. L'autonomie des acteurs est une des finalités de la pédagogie de Delphine Eliet et, par la suite, il appartient à chacun de s'approprier ce travail et de lui donner une signification dans son rapport à la création et à la scène.

J'ai également voulu souligner l'importance de rechercher le plaisir et la joie dans la création. Les comédiens travaillent trop souvent dans la souffrance. Antonin Artaud a écrit : « *Les acteurs doivent être comme des martyrs brûlé vifs, qui nous feront encore signe de leurs bûchers* ». Mais pourquoi ce « martyr » qu'Artaud cherche en l'acteur, ne pourrait-il pas danser, une danse joyeuse pour célébrer le feu de la vie qui le consume ? Pourquoi son bûcher ne serait-il pas le théâtre en fête de l'existence humaine ? L'art n'a-t-il pas pour fonction de sublimer notre souffrance ? De la transcender ? Même si le théâtre n'est pas une thérapie, plus un comédien travaille son instrument, c'est-à-dire lui-même, plus il devrait s'ouvrir au monde et être épanoui dans sa personne. Cependant, il me semble – c'est une supposition – que dans la réalité du métier cela n'est pas toujours ce que l'on observe. On pourrait se demander pourquoi. Est-ce uniquement lié à la cruelle réalité socio-économique de la profession ? Ou y-a-t il quelque chose d'inhérent à l'art de l'acteur en lien avec la souffrance ? L'acteur est-il condamné à mener une lutte paradoxale entre plaisir et souffrance ? Car l'acteur, d'une certaine manière, s'il veut être vrai, doit également « jouer » avec sa souffrance. N'est-ce pas là un autre paradoxe ? Le comédien peut-il faire autre chose que, comme le dit Jean-Louis Hourdin, de « danser sur le malheur » ?

Bibliographie

Monographies

BARBA Eugenio, *Le Canoë de papier*, Montpellier : L'Entretemps, 2004.

BARBA Eugenio, MARCADÉ Caroline, PICON-VALLIN Béatrice, OIDA Yoshi et al., *Le training de l'acteur*, Arles : Actes Sud, 2000 (Apprendre, 14).

BLAKE William, *Le mariage du ciel et de l'enfer*, Paris : José Corti, 2009.

DIDEROT Denis, *Œuvres complètes*, Paris : Garnier, 1875-77.

GROTOWSKI Jerzy, *Vers un théâtre pauvre*, Lausanne : L'Âge d'homme, 1971.

Ressources en ligne

Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales. En ligne : <http://www.cnrtl.fr/>.

La Technique de confirmation intuitive et corporelle, site internet de l'École du Jeu. En ligne : www.ecoledujeu.com. Page consultée le 13 janvier 2012.

Sources personnelles

Interview de Delphine Eliet, propos recueillis par l'auteur, Paris, décembre 2011.

Notes de travail de l'auteur, Paris, 2008-2009.