



Dictionnaire des théâtres du monde

Jeu (Techniques de)

Pour incarner ou représenter son personnage devant un public et se rendre convaincant, le comédien fait appel à son instinct et à des techniques. Celles-ci lui permettent de cultiver certaines dispositions et de compenser les dons de la nature. On entend par « techniques » soit un ensemble de trucs ou de procédés acquis au cours d'une carrière, soit des éléments méthodologiques sous forme d'exercices respiratoires, vocaux, corporels, d'improvisation.

La culture du comédien (histoire de son art et de ses techniques) paraît être devenue une nécessité au XXe siècle face à la prolifération des écoles et des « systèmes », quoique son utilité n'en soit pas universellement reconnue. Les techniques de l'acteur sont à l'origine de deux débats importants : la conception de la [commedia dell'arte](#) (masques, canevas et priorité à l'art du « joueur » sur l'art du diseur) ; la théorie brechtienne de l'« effet d'éloignement » – appelé couramment [distanciation](#) – qui a suscité à partir des années cinquante une querelle entre aristotéliens et brechtiens (cette théorie avait été élaborée à partir de l'observation des techniques du comédien chinois).

De Delsarte à Jaques-Dalcroze

Avant l'éclosion du théâtre naturaliste (1890) et de son antidote le théâtre théâtral, l'acteur ne disposait pour orienter son jeu que de la voie traditionnelle, le conservatoire de déclamation. L'expression des émotions avait fait l'objet de quelques travaux se limitant à constater des mimiques du visage et des attitudes (Le Brun), surtout à l'usage des peintres et sculpteurs. Ces attitudes se transmettaient, infléchies seulement par les modes. L'œuvre de François Delsarte, au milieu du XIXe siècle, fait figure d'exception. Il propose une étude complète du corps décrivant, selon les positions des segments, l'expression qui correspond. Il ne se contente pas de constater, il établit des relations entre les mouvements de l'esprit et ceux du corps et en déduit des lois. C'est entre autres la « loi de correspondance ». Delsarte enseigne à Paris de 1839 à 1859.

À la fin du XIXe siècle et dans le premier quart du XXe, [Jaques-Dalcroze](#) exerce une influence plus décisive par l'intermédiaire de metteurs en scène novateurs tels que [Appia](#) et Copeau. Son enseignement débute en 1892 à Genève. Ses exercices visent à établir des communications rapides entre le cerveau qui conçoit et le corps qui exécute. La respiration, l'improvisation, l'étude des marches sont les techniques nouvelles. La faculté de se concentrer est déjà recherchée : il faut « habituer le corps à se tenir, pour ainsi dire, sous pression en attendant les ordres du cerveau ». Plus tard, [Dullin](#) en France propose des exercices fondés sur l'[improvisation](#) et le jeu, dans lesquels sensation et sentiment sont présents.

Décontraction et concentration

Pour achever d'éclairer le comédien sur les possibilités et les difficultés de son propre instrument, il manquait encore l'étude d'une dimension : ce fut la « décontraction », médicalement nommée relaxation, qui l'apporta. Un paramètre difficile à cerner, vu le nombre de cordes à tendre ou détendre chez un être humain ; mais plus facile tout de même que la notion de concentration, dont on ne peut mesurer que l'effet. Il existe une douzaine de méthodes de décontraction reconnues. Sous les titres les plus variés (training autogène, rééducation psychotonique, eutonnie, méthode de conscience du corps, sophronisation ou sophrologie, relaxation analytique, relaxation progressive différentielle, relaxation dynamique, méthode des mouvements passifs), elles s'intéressent toutes aux conséquences des contractions inutiles. [Barrault](#) a estimé que celles-ci représentaient 40 % des mouvements. Les hommes de théâtre se sont assez vite préoccupés de leurs « blocages ». Dullin les signalait : « L'ennemi numéro un, c'est la contraction. » [Stanislavski](#) dès 1910 se posait la question : comment dénouer ce corps qui peut, par sa pesanteur, barrer la route à la quête de la vérité dans le jeu ? Mais le théâtre comme jeu n'a pas besoin de la vérité. Le développement des registres de la

communication théâtrale va rendre néanmoins nécessaire au cours du siècle une plus large exploitation du corps, de la « biomécanique » de **Meyerhold** au « gestus » de **Brecht**, en passant par la « tempête physique » d'**Artaud** et sa contagion de signes.

C'est Vittoz qui, en 1907, aborde le premier l'étude des décontractions en les appliquant aux névroses psychasthéniques. Sa méthode passe par une concentration sur les parties du corps et vise une déconcentration cérébrale. Après lui, les méthodes les plus connues, celles de Schultz et de Jacobson, proposeront deux approches différentes : le premier la décontraction par induction verbale (« Vous avez la main chaude... votre main est lourde... »), le second par réduction progressive du tonus musculaire effectué sur soi-même. En outre, l'apport de la pensée orientale n'a pas été négligeable. Dans un cadre ascétique, le yoga propose (traité de Patanjali, IIe au Ve siècle apr. J.-C.) des postures qui favorisent la décontraction aussi bien que la fixation de la pensée en un seul point. Certaines méthodes de travail d'acteur utilisent ces « techniques du corps », débarrassées de leur contexte mystique, en les combinant avec d'autres exercices. **Grotowski** et **Brook** ont apporté beaucoup à l'évolution de l'acteur. Le premier par une synthèse très personnelle des méthodes réputées antagonistes (« lois objectives ») ; le second par un retour au non-verbal et le concept de « l'école permanente » à l'encontre des conventions usées.

La nouvelle culture de l'acteur offre l'intérêt de répertorier des modes de jeu qui n'ont pas toujours (et partout) reposé sur le seul talent. Tout comme le danseur ou le musicien, l'acteur commence à revendiquer un patrimoine et cherche à se discipliner au moyen de ses propres gammes.

BIBLIOGRAPHIE SÉLECTIVE

- François Del Sarte, ses découvertes en esthétique, sa science, sa méthode, Angélique Arnaud, Paris : C. Delagrave, 1882
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb30028827z>
- Techniques du yoga, Mircea Eliade, [Paris] : Gallimard, 1994
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb357084082>
- Patañjali et le yoga, Mircea Eliade, Paris : Éd. du Seuil, 2004
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb39254594h>
- Le travail à l'Actors Studio, Lee Strasberg ; cours recueillis et présentés par Robert H. Hethmonrad. de l'américain par Dominique Minot, Paris : Gallimard, 2004
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb400518019>
- Le jeu de l'acteur chez Meyerhold et Vakhtangov, Rennes : Université de Haute Bretagne, 1981
<http://catalogue.bnf.fr/ark:/12148/cb37658681t>

Rédacteur(s)

Y. LORELLE

Éditions Bordas 2008

Classement

Cet article relève de la spécialité **Lexique théorique et théoriciens**

Voir aussi

Citations pertinentes de cet article dans le dictionnaire : Delsarte (F.) corps Jaques-Dalcroze (E.) Appia (A.) Copeau (J.) Dullin (Ch.) Barrault (J.-L.) Stanislavski (C.) Meyerhold (V.) Artaud (A.) Brecht (B.) Grotowski (J.) Brook (P.) Vittoz (M.) Schulz (B.) Jacobson

Article à retrouver sur : <https://dictionnaire.artcena.fr/articles/lexique-jeu-0>