

Résumé du livre (344 pages très denses) de Constantin STANISLAVSKI

« La formation de l'acteur »

NOTE PERSONNELLE

La forme littéraire est celle du journal intime d'un apprenti comédien.
Il s'agit d'une « semi-fiction » où l'auteur nous livre sa propre expérience.
L'auteur s'exprime à la fois par l'intermédiaire de l'élève et de son professeur.
Il fait le récit de l'évolution de sa propre réflexion et expose sa méthode de formation.
Stanislavski fonda le « Théâtre d'Art de Moscou » en 1897.
Il créa une école d'art dramatique où il mit au point une « méthode » qui allait renouveler la formation, et la pratique, du comédien.
C'est cette méthode qui sera à la base de la création de l'Actor's Studio.

PREFACE de JEAN VILAR

Praticien inquiet, moraliste sévère, Stanislavski dépouille le comédien de ses vanités.
Il analyse sans pitié ses faux prestiges et détruit absolument le cabotinage.
Ce faisant, il offre au comédien une méthode quotidienne de travail.
L'odyssée de l'acteur est un cheminement incessant en soi-même.

CHAPITRE 1 : Premier contact avec la scène

Premier jour :

Le Directeur désire nous voir jouer une scène de notre choix.
La première répétition aura lieu dès le lendemain.
J'ai alors travaillé « Othello » pendant 5 heures chez moi.

Jour suivant :

Je suis arrivé très en retard. Tout le monde m'attendait.
L'assistant me dit : vous n'avez pas le droit de retarder le travail des autres. L'acteur doit se soumettre à une discipline de fer. Vous avez tout gâché par votre négligence. La répétition est donc annulée et reportée à demain.

Jour suivant :

Paul savait son texte par cœur. Quant à moi, je devais encore le lire.
Mon texte, au lieu de m'aider, me gênait.
Pas plus que les mots, je ne parvenais à pénétrer la pensée de l'auteur.
Je ne reconnaissais même plus ma propre voix.
Ni la mise en scène ni le plan que j'avais étudiés chez moi ne correspondaient au jeu de Paul.
Je lisais mon rôle et jouais mon personnage comme deux choses séparées.
Paroles et gestes ne pouvaient s'accorder et se gênaient mutuellement.
Pourquoi ne pouvais-je faire autre chose que répéter toujours le même jeu ?
J'avais découvert qu'il ne faut pas répéter sans cesse, ni trop longtemps, à la même place.

Jour suivant :

A la répétition je me suis embrouillé.
J'ai fini par reprendre mes vieilles habitudes.
Je ne savais absolument pas contrôler mes moyens.

Jour suivant :

Je commence à m'habituer à l'espace de travail.
Il me semble que je parviens à faire concorder mon jeu avec celui de Paul.

Jour suivant :

1^{ère} répétition sur la grande scène.
L'énorme ouverture de l'avant-scène m'est apparu comme un gouffre.
Je n'arrivais pas à reconnaître mon plan.
Je ne pouvais me concentrer sur ce qui se passait autour de moi.
Je ne voyais même pas Paul qui pourtant était à côté.
J'ai joué de manière mécanique.
Les longues répétitions, chez moi, avaient créé un certain automatisme.

Jour suivant :

2^{ème} répétition sur la grande scène.

La disposition était bien différente de celle de la veille.
Il fallait alors s'adapter à ce nouveau changement.
J'essayais de m'habituer et me libérer du vertige provoqué par le gouffre de l'avant-scène.
Pendant que je me baissais pour ramasser des clous, je l'avais oublié.
Je me sentais comme cerné par le décor.
Ce demi-isolement force l'acteur à rejeter toute son attention sur le public.
Je me sentais obligé d'intéresser les spectateurs.
Cette impression m'empêcha de me donner complètement à ce que je faisais.
Je me mis à précipiter mes paroles et mes gestes.

Jour suivant :

Jour de « couturière » : je devais me maquiller et m'habiller.
On avait changé la disposition des meubles. Cela m'ennuya.
Je me heurtais partout, mais continuais à débiter mon rôle automatiquement.
A un point culminant, une véritable panique s'empara de moi.
Je n'avais plus qu'une pensée : en finir au plus vite et quitter le théâtre.
Dans ma chambre, Léo vint me voir.
Il me parla de sa vision de la pièce et je compris alors toute la douleur d'« Othello ».

Jour suivant :

Jour du spectacle.
Au moment où j'entrais dans ma loge, mon cœur se mit à battre.
En scène, les feux de la rampe m'éblouissaient et la lumière faisait écran avec le public.
J'étais prêt à me livrer à lui et pourtant, jamais je ne m'étais senti aussi vide.
Mon impuissance à extérioriser des sentiments m'emplissait d'un tel trac que je sentais mon visage et mes mains se durcir comme du marbre.
Ma gorge se serrait, ma voix montait, je forçais mes gestes.
Puis je me souvins de ce que m'avait dit Léo et mon émotion devint réelle.
J'eus alors l'impression qu'un murmure courait dans la salle. Le public semblait captivé.
Paul fut pris par ma transformation et joua plus librement.
A la scène suivante, Maria entra précipitamment, en tombant d'un escalier et en criant « Au secours ». Sa voix me glaça le sang dans les veines.
Il suffit d'une bonne entrée, d'un mot, et le public est pris.

CHAPITRE 2 : Où jouer devient un art

Premier jour :

Au vu de notre spectacle, le Directeur nous donne ses indications :

Vous devez par-dessus tout rechercher l'art de vivre votre rôle.

L'important est que votre jeu soit vrai.

Vous devez penser, sentir et agir en communion avec votre personnage.

Vous devez vivre votre rôle en éprouvant réellement les sentiments qui s'y rapportent.

L'acteur est dans l'obligation de vivre son personnage intérieurement, puis de donner de son expérience une manifestation extérieure.

Vous devez être capables de reproduire instantanément et exactement les sentiments les plus délicats et les plus subtils.

Aucune technique artificielle ne peut rivaliser avec les merveilles qu'opère la nature.

Jour suivant :

Le Directeur fait la critique de **tout ce qu'il ne faut pas faire** :

« *Le jeu de représentation* » :

L'acteur ne cherche son rôle que pour en découvrir la forme extérieure.

Il se contente ensuite de la « reproduire ». L'acteur ne vit pas : il joue.

La scène est considérée trop pauvre en ressources pour réussir à créer l'illusion de la vie.

Alors le théâtre devient la représentation de conventions.

Il agit sur nos sens visuels et auditifs plus que sur notre âme.

Il a par conséquent plus de chances de nous séduire que de nous émouvoir.

« *Le jeu mécanique* » :

C'est une façon de présenter votre rôle par des moyens conventionnels, des « clichés ».

L'acteur se réfugie dans des effets théâtraux, sortes d'imitations artificielles de la forme extérieure et physique des sentiments.

« *Le jeu forcé* » :

L'acteur à recours à « l'exhibitionnisme ».

Il aborde son rôle avec l'intention d'impressionner le public.

Le jeu outré prend les premières conventions venues et les emploie sans même les affiner.

« *L'exploitation de l'art théâtral* » :

L'acteur cherche à flirter avec le public.

Il exploite son art à des fins personnelles : montrer sa beauté, rechercher la popularité, le succès, faire une carrière.

Leçon : sur scène, c'est à chaque instant que vous devez vivre votre personnage.

Il faut faire très attention lorsque vous travaillez devant le miroir. Par ce moyen, l'acteur apprend à s'observer de l'extérieur, plutôt que de l'intérieur.

Le premier spectacle d'essai a montré ce que l'on ne doit jamais faire sur la scène.

CHAPITRE 3 : L'activité

Exercice : vous êtes assis sur scène. Vous êtes seul et vous vous contentez de rester assis.

Leçon : Tout ce qui se passe sur scène doit avoir « un but ».
Même si vous restez simplement assis, il doit y avoir une raison.
Lorsque vous êtes sur scène, vous devez toujours être en train de faire quelque chose.
« L'activité », le mouvement sont à la base de l'art de l'acteur.
L'immobilité apparente d'une personne n'implique pas la passivité.
L'immobilité physique est souvent la conséquence directe d'une grande intensité de pensée.
Sur scène, soyez toujours en action, que ce soit physiquement ou spirituellement.

Exercice : une broche de grande valeur est cachée dans les plis du rideau. Vous ne pourrez continuer à suivre les cours que si vous la retrouvez.

Leçon : lorsque vous êtes sur scène, ne courez pas pour le seul plaisir de courir, ne souffrez pas pour le seul plaisir de souffrir. Il faut que tout acte ait un but.

Exercice : asseyez-vous sur des chaises. Exprimez pour eux-mêmes ces sentiments : jalousie, souffrance, chagrin ...

Leçon : en aucune circonstance, on ne peut présenter sur la scène une action qui soit uniquement destinée à présenter un sentiment pour lui-même.
Ne cherchez jamais à être jaloux, amoureux ou de souffrir simplement pour le plaisir.
Ces sentiments résultent d'événements antérieurs, et c'est à eux que vous devez penser de toutes vos forces. Le résultat viendra de lui-même.
Ne copiez pas des passions ni des types, mais vivez les.
Votre façon de les interpréter doit venir de votre façon de les vivre.

Exercice : dans un décor d'appartement. Actions physiques simples : fermer une porte, allumer du feu dans une cheminée.

Leçon : si une action n'a pas une raison profonde, elle ne peut retenir votre attention.
C'est dans les circonstances même de l'action qu'il faut trouver un motif.
Si derrière la porte se trouvait un fou furieux échappé de l'asile, Que feriez-vous ?
S'il faisait très froid, que le feu ne voulait pas prendre et que les invités allaient arriver ?
Toute action doit avoir une justification intérieure, être logique, cohérente et vraie.
Le mot « si » agit tel un levier pour nous faire accéder au domaine de l'imaginaire.
Le « si » provoque une activité intérieure et réelle.

Exercice : un fermier, un peu innocent, en allant à la pêche dévissa un boulon de rail pour lester sa ligne.

Leçon : recherchez la parenté entre l'acteur et le personnage, ajoutez des détails précis.
Établissez le contact entre votre vie et votre rôle.
On réclame de l'acteur la sincérité des émotions et des sentiments, qui semblent vrais.
Commencez par imaginer à votre façon les circonstances « proposées » par la pièce.
Il est nécessaire que vous croyiez réellement à l'éventualité d'une telle vie.
Ne vous occupez pas des sentiments, car ils sont en grande partie d'origine subconsciente.
Dirigez toute votre attention vers les « circonstances proposées ».

Exercice : actions physiques, écrire une lettre, ranger une pièce, chercher un objet perdu ...
A exécuter dans des situations imaginées, et pour toutes sortes de raisons passionnantes.

Leçon : vous vouliez, dès le départ, éveiller en vous-même et en votre public une intense émotion, présenter des images frappantes et exhiber en même temps toute votre sensibilité et tout votre talent. Ce mauvais départ conduit tout naturellement à l'exagération.
Vous devez d'abord rassembler tous les matériaux qui se rapportent à votre rôle et les compléter ensuite par votre imagination, jusqu'à ce que vous ayez réalisé une telle ressemblance avec la vie qu'il vous soit facile de croire en ce que vous faites.
Lorsque vous commencez, ne vous préoccupez pas des sentiments.
Si les conditions intérieures sont bien préparées, ils apparaîtront d'eux-mêmes.

CHAPITRE 4 : L'imagination

L'auteur est souvent avare d'indications. Même les détails sont succincts.
Ce sont des bases bien insuffisantes pour créer le personnage.
Il faut donc développer votre imagination.
L'activité dans l'imagination est d'une importance capitale.
D'abord vient l'action intérieure, puis l'action extérieure.

Que feriez-vous si vous deviez concevoir une vie qui vous serait totalement étrangère ?
En tant que participant actif, vous ne vous verrez plus vous-même, mais seulement ce qui vous entoure et vivant réellement dans ce milieu imaginaire vous réagirez intérieurement.
Restez toujours en contact étroit avec la logique et la cohérence.

A chaque instant que nous passons sur scène, nous devons être conscients soit des circonstances extérieures (décor, accessoires ...) soit de l'enchaînement intérieur des circonstances que nous avons imaginées.

Pour faire travailler l'imagination, il faut poser des questions très simples : « qui estes vous », « où », « que voyez-vous », « qu'entendez-vous », « à quelle époque », « pourquoi ».
La question « pour quelles raisons » est extrêmement importante. Elle oblige à préciser l'objet des méditations, aide à imaginer la suite des événements et pousse à agir.

Quelle est la chose qui risque, le plus, de vous émouvoir ? Lorsque vous connaissez votre propre nature, il n'est pas difficile de l'adapter à des circonstances imaginaires.
Adaptez-vous aux nouvelles conditions, écoutez ce qu'elles vous proposent, et agissez !

L'acteur doit sentir le besoin de répondre par l'action, tant physiquement qu'intellectuellement. Chacun de vos mouvements sur la scène, chacune de vos paroles, dépend de l'expression juste de votre imagination.

CHAPITRE 5 : La concentration

Pour détourner votre attention de la salle, il faut vous intéresser à quelque chose sur scène.
L'acteur doit avoir un centre d'intérêt.

Il faut apprendre à regarder et « à voir » sur la scène.
Si vous observez un objet, vous finissez par avoir envie d'en faire quelque chose.
En retour, si vous en faites quelque chose, vous l'observez plus attentivement.

Il faut apprendre à vivre devant un public.
Il faut réapprendre à marcher, à s'asseoir, etc. ... et surtout à « voir » les objets que vous regardez sur la scène et à « entendre » ce que vous écoutez.

Ayez plus d'aisance ! Détendez-vous !
L'acteur doit toujours fixer son attention sur la scène, la pièce, le rôle et le décor.

Exercice : regardez bien un objet, en faisant attention à sa forme, à sa couleur à tous ses détails, pendant trente secondes. Puis dans l'obscurité décrivez tout ce que la mémoire visuelle aura retenu. Comparez ensuite une fois la lumière rétablie.

Lorsque vous jouez, vous avez besoin d'une forme d'attention qui provoque en vous une réaction émotive. Il faut trouver quelque chose qui vous « intéresse » véritablement, et puisse donner la première impulsion à tout votre appareil d'expression.

L'acteur doit avoir de l'esprit d'observation, non seulement sur la scène, mais également dans la vie réelle. Il doit se concentrer le plus possible sur ce qui attire son attention.

Il faut savoir choisir parmi les observations ce qui est le plus significatif, le plus typique.
Il est nécessaire d'observer les jeux de physionomie, le regard, la voix de son interlocuteur pour comprendre son état d'esprit.

Recherchez la beauté et aussi son contraire.
Tournez-vous vers les arts, la littérature, la musique ...

L'acteur n'est pas un reporter, dont le rôle est de recueillir des faits exacts, mais un artiste qui doit rassembler des matériaux capables de faire naître en lui des sentiments.

Il y a ces impressions que nous recevons directement dans nos rapports personnels avec les autres. Notre visage, nos yeux, notre voix, nos paroles, nos gestes reflètent souvent les sentiments invisibles que nous éprouvons intérieurement ; mais il est cependant très difficile de percevoir l'être le plus profond d'une personne, car bien peu savent ouvrir la porte de leur âme et s'exposer tels qu'ils sont.

Nous ne pouvons l'atteindre que par l'intuition.

CHAPITRE 6 : La relaxation

Tant que vos muscles seront tendus, vous ne pourrez pas imaginer de nuances subtiles à vos sentiments, ni pénétrer la vie spirituelle de votre personnage.
L'acteur est inévitablement soumis à une tension musculaire.
Elle se manifesterà chaque fois qu'il apparaîtra en public.
Il est impossible pour un corps raide, aux muscles douloureusement crispés, de se sentir à

l'aise sur la scène ou d'y vivre réellement.

Il faut créer une sorte de contrôle, à devenir son propre observateur, qui devra en toutes circonstances veiller à ce qu'il n'y ait aucun point, aucun surcroît inutile, de contraction. Plus particulièrement dans les passages de forte exaltation nerveuse et physique. Le « self-control » de nos muscles doit devenir comme une seconde nature.

L'acteur, exactement comme un enfant, doit tout apprendre : voir, marcher, parler etc. Les défauts apparaissent beaucoup plus manifestement à la lumière de la rampe. La scène a également une mauvaise influence sur le comportement général de l'acteur.

Exercice : prendre différentes attitudes (couché, debout, assis, à genoux, accroupi, seul ou en groupe, avec des chaises, table...). Noter les muscles qui sont contractés et les nommer. Seuls les muscles qui sont absolument indispensables doivent rester contractés.

Chaque pose doit être non seulement soumise au « self-control », mais doit aussi être motivée par une idée imaginaire et soutenue par des « circonstances proposées ». Sur scène, on ne doit jamais prendre aucune pose sans motif. Si vous devez prendre une position conventionnelle, donnez-lui une raison intérieure.

Plus un sentiment est délicat, plus il exige de précision, de netteté, dans son expression. Le public regarde avec des jumelles, comme on examine une miniature à la loupe.

CHAPITRE 7 : Séquences et Objectifs

Quel est le nœud de la pièce, ce sans quoi elle ne peut exister ?
Passez en revue les points principaux sans entrer dans les détails.
Divisez la pièce en « séquences », et définissez « l'objectif » de chacune d'elle.
Les objectifs doivent composer une suite logique et cohérente.
L'erreur c'est de ne penser qu'au résultat au lieu de penser à l'action qui doit l'amener.
3 objectifs : extérieur ou physique, intérieur ou psychologique, psychologique élémentaire.

Il faut donner aux séquences un nom susceptible de caractériser leur essence profonde.
Le nom juste, en cristallisant l'esprit de la séquence, révèle son objectif fondamental.
L'objectif exige toujours un verbe. Chaque objectif doit porter en soi une source d'action.

CHAPITRE 8 : La foi et le sens du vrai

Ce qui compte c'est l'existence réelle de la vie intérieure et la foi en cette réalité.
Introduisez dans toutes les circonstances et les faits imaginaires, des éléments vivants, capable de satisfaire votre sens du vrai et de vous faire croire à la vérité de vos sentiments.
C'est ce qui s'appelle « justifier son rôle ».
L'acteur doit faire croire en la possibilité des sentiments qu'il éprouve sur scène.

Ne vous occupez de la vérité que dans la mesure où vous pouvez y croire.
Le faux peut vous fournir un point de comparaison pour vous indiquer ce qui est à rejeter.

Il est important de s'observer soi-même.

Dans le travail des autres, dites sincèrement si vous croyez à ce que vous avez entendu et vu, et relevez tout particulièrement les passages qui vous ont semblé les plus convaincants. Ce que le public désire avant tout c'est croire tout ce qui se passe sur la scène.

N'essayez pas tout à la fois. Procédez par petites étapes, en vous aidant de petites vérités.

Appuyez vos actes sur des raisons physiques, les plus simples possible.

Vous devez soigner les détails concrets pour convaincre de la vérité de ce que vous montrez.

En vous proposant d'œuvrer au-delà de vos forces je veux seulement vous faire prendre conscience de vos défauts et vous montrer dans quel sens il faudra travailler.

Si vous ne pouvez pas croire à une action dans son ensemble, réduisez la en parcelles de plus en plus petites, jusqu'à ce qu'elle vous devienne accessible.

Construisez une série d'actions physiques simples, et répétez les jusqu'à ce qu'elles aient fixé d'une manière permanente la ligne exacte de votre rôle.

Vous devez fixer de manière durable chaque geste séparé en une suite continue que nous appelons au théâtre « la ligne de comportement du personnage ».

Elle se compose d'actions physiques motivées par un sens profond de la vérité et la sincérité.

Tout acte physique doit avoir pour origine un sentiment.

Il suffit d'exécuter la moindre action en y croyant pour qu'apparaisse un sentiment.

Ne pensez pas à éprouver des sentiments, pensez à ce que vous allez « faire ».

Sur la scène, tout, dans la vie imaginaire de l'acteur, doit être réel.

Vous devez découvrir quel est votre emploi au théâtre.

Il est extrêmement important de trouver à quoi correspond son type particulier.

Ce qu'il nous faut, c'est la vérité transformée par l'imagination en un équivalent poétique.

Il faut retenir l'essentiel et rejeter le superflu.

Chacun de vos gestes devra tendre à développer et à fortifier en vous ce sens du vrai.

Il faut y faire très attention et s'y concentrer.

Évitez tout ce qui est au-dessus de vos forces, et surtout évitez tout ce qui va à l'encontre de la nature, de la logique et du sens commun.

Déracinez impitoyablement en vous toute tendance à l'exagération, au jeu mécanique.

CHAPITRE 9 : La mémoire affective

La mémoire affective peut ressusciter des sentiments qu'on croyait oubliés jusqu'au jour où une pensée ou un objet les fait soudain ressurgir avec plus ou moins d'intensité ou d'acuité.

Des « sentiments répétés », par la mémoire affective, peuvent déclencher l'inspiration.

L'acteur choisit soigneusement parmi ses souvenirs, et trie parmi ses propres expériences.

Il tisse l'âme de son personnage de sentiments, plus chers que ceux de sa vie ordinaire.

L'artiste choisit le meilleur de lui-même pour le porter sur la scène.

On peut comprendre un rôle, sympathiser avec le personnage et se placer dans les mêmes conditions que lui afin de réagir comme il le ferait. C'est ainsi que naissent des sentiments qui seront « analogues » à ceux du personnage, mais qui n'appartiendront qu'à l'acteur.

Dès que vous perdrez le contact avec vous-même, vous cesserez de vivre réellement votre rôle, et à votre place apparaîtra un personnage faux et ridiculement exagéré.
En scène, jouez toujours votre propre personnage, vos propres sentiments.

Vous ne serez jamais capable de bien jouer si vous ne possédez pas les sentiments requis.
On ne classe pas, en général, les acteurs d'après leur type, mais d'après leur caractère.
L'homme possède en puissance toutes les facultés humaines, du bien comme du mal.
L'acteur doit découvrir les traits qu'il devra développer dans son personnage. L'âme de son personnage sera ainsi une synthèse d'éléments vivants et réels de sa propre nature.

L'ambiance extérieure a une grande influence sur la vie affective.
Lorsque le décor est conforme aux nécessités de la pièce et crée l'ambiance requise, il agit sur la vie psychique et la sensibilité de l'acteur et l'aide à mieux pénétrer son rôle.
Un acteur éprouve de la difficulté à se concentrer lorsqu'il doit jouer sur une scène vide.

Le metteur en scène utilise tous les moyens matériels à sa disposition, décor, éclairage, bruitage et autres accessoires, dans le but de faciliter à l'acteur son travail de concentration et d'exciter sa mémoire affective.
Apprenez à voir les objets qui sont autour de vous, à faire attention uniquement à ce qui se passe sur le plateau. Profitez de tout ce qui peut exciter vos sentiments.

Ne pas penser au sentiment en lui-même, mais vous appliquer à découvrir ce qui l'a provoqué et quelles sont les conditions qui avaient favorisées son apparition.
Ne partez jamais du résultat. Il apparaîtra de lui-même en temps voulu, comme l'aboutissement logique de ce qui a eu lieu auparavant.

Il se peut que l'acteur ressente si profondément la situation du personnage et y réagisse si activement qu'il finisse par se mettre vraiment à sa place et à se substituer à lui.

Il nous faut étudier la vie des autres, s'en approcher aussi près que possible, jusqu'à ce que, par sympathie, nous ressentions leurs propres sentiments.

CHAPITRE 10 : Le contact

Les yeux sont le miroir de l'âme. Un regard vide ne reflète qu'une âme vide.
La base du théâtre repose sur un contact direct des personnages entre eux.
Ce que cherche le public c'est participer à une émotion collective.
L'acteur cherche à faire partager ses sentiments à son partenaire, à le convaincre d'une vérité, tandis que l'autre fait tous ses efforts pour recevoir ces sentiments et ces pensées.
Le spectateur participe silencieusement et indirectement à l'action tant que la communication reste ininterrompue entre les acteurs.
Si les acteurs veulent capter et retenir l'attention du public, ils devront faire tous leurs efforts pour maintenir entre eux un échange continu de sentiments, de pensées et d'actions.

Nous pouvons être « en contact », « en conversation » avec nous-mêmes.
Il faut déterminer un sujet et un objet.
C'est l'esprit, la vie intérieure du partenaire qu'il faut chercher à atteindre.
Il suffit que deux personnes entrent en contact assez intime pour qu'un échange mutuel se

produise tout naturellement entre elles.

Il est particulièrement important de maintenir la continuité de cet échange sur la scène. La plupart des acteurs ne font un effort de communication que lorsqu'ils disent leur texte. Dès que leur partenaire commence sa réplique, ils n'écoutent plus, n'essaient pas de participer, et s'arrêtent de jouer jusqu'à ce que ce soit à leur tour de parler. Même pendant les silences, il est important de « rester en contact ».

On peut aussi entrer en contact avec un objet imaginaire, comme une apparition.

La difficulté réside dans le fait que nous sommes en contact simultanément avec notre partenaire et avec les spectateurs. Avec tous les deux l'échange est réciproque. Le public nous renvoie sous forme d'émotions vivantes ce qu'il a reçu de nous.

Nous ne pouvons échanger que des pensées ou des sentiments que nous connaissons. Or au théâtre un problème se pose, car il ne s'agit plus d'exprimer ses propres pensées ou ses sentiments, mais ceux imposés par l'auteur.

Il existe des ondes invisibles grâce auxquelles s'établit la communication intérieure. Nous parlerons de « phénomène d'irradiation ». En état d'intense émotion, il s'établit un courant encore plus net et sensible. Tout peut se passer sans un mot, sans une exclamation, sans aucun jeu de physionomie, ni aucun geste. C'est une communication directe, immédiate, sous la forme la plus pure.

Si vous désirez faire comprendre vos sentiments il faut que vous les éprouviez vous-mêmes. L'acteur doit toujours être prêt à « accrocher », au moyen des yeux, des oreilles et de tous ses sens. S'il écoute, que ce soit intensément. S'il regarde quelque chose, que ce soit réellement. Mais que cela se fasse sans tension musculaire inutile. « Accrochage » ne veut pas dire tension physique, mais activité intérieure intense. Pour « accrocher », l'acteur doit consacrer toute son attention à ce qui se passe sur scène.

CHAPITRE 11 : L'adaptation

Le terme « adaptation » désigne les moyens tant physiques que spirituels mis en œuvre pour s'adapter les uns aux autres dans un jeu très varié de circonstances. Le procédé d'adaptation changera avec les circonstances, l'ambiance, le lieu, le temps ... Nous émettons et nous captions des « ondes », nous faisons intervenir nos yeux, notre voix, notre visage, nos mains, tout notre corps, en faisant dans chaque cas les modifications appropriées aux conditions d'adaptation. La qualité des moyens d'adaptation joue un grand rôle : précision, force, audace, nuance ... Il faut apprendre à s'adapter aux circonstances, au moment, et à chacun individuellement. Dans la vie, l'adaptation peut s'effectuer consciemment et inconsciemment. Sur scène, les adaptations se font sans cesse consciemment. Si nous parvenons à nous placer dans un état entièrement naturel et détendu, alors jaillit du plus profond de nous-mêmes un flot d'intuition créatrice.

CHAPITRE 12 : Les moteurs de la vie psychique

Il existe trois « moteurs » de notre vie psychique : le sentiment, l'intellect et la volonté, qui jouent un rôle important en donnant l'impulsion au travail créateur.

La puissance de ces forces motrices est renforcée par leurs réactions mutuelles.

Elles agissent toujours en même temps et en relation étroite.

L'acteur dont les sentiments l'emportent sur l'intellect accentuera naturellement le côté émotif de son rôle. Celui chez qui la volonté domine soulignera l'ambition ou le fanatisme d'un personnage. Le troisième type mettra l'accent inconsciemment, plus que nécessaire, sur les subtilités intellectuelles d'un rôle.

CHAPITRE 13 : La ligne de comportement du personnage

Le plus souvent, c'est l'esprit qui saisit d'abord certains passages du texte ; puis les sentiments commencent à naître et à soulever de vagues aspirations. Au début, l'acteur n'a qu'une idée très générale du sens profond de la pièce. Il n'en touchera pas véritablement l'essentiel tant qu'il n'aura pas repris pour son compte la démarche même de l'auteur. Ce n'est que lorsqu'il sera parvenu à une compréhension plus vaste et plus profonde de son rôle et de l'objectif essentiel du personnage que la ligne se dessinera en un tout continu. Toute création doit former une « ligne continue ». Le travail de création ne commence que lorsque cette ligne se dégage dans sa totalité.

CHAPITRE 14 : L'état créateur

L'acteur s'adresse à son instrument spirituel et à son instrument corporel. Son esprit, sa volonté, ses sentiments s'allient pour mobiliser tous les « facteurs » de sa vie intérieure. Le sentiment de « solitude en public » : une salle pleine est pour l'acteur une magnifique caisse de résonance. A chaque moment de véritable sentiment vécu sur la scène correspondent des milliers d'invisibles courants de sympathie et d'intérêt qui nous parviennent de la salle.

Notre travail doit se faire en public, où l'artificialité est constamment en lutte avec la vérité. L'acteur doit constamment s'exercer à faire naître en lui un état créateur vrai, qu'il soit sur scène, pendant les répétitions, ou chez lui.

L'acteur vit, pleure et rit sur la scène, cependant qu'il observe ses propres larmes et ses sourires. C'est cette double fonction, cet équilibre entre la vie et le jeu, qui fait son art.

Lorsque vous aurez étudié la nature spirituelle de votre rôle, vous pourrez déterminer, puis sentir, où se trouve son but profond.

Si l'objectif est net et bien défini, vous obtiendrez un état intérieur solide et juste.

Il arrive parfois qu'un objectif existe inconsciemment dans l'esprit de l'acteur, et soit même exécuté inconsciemment, sans qu'il s'en rende compte et sans même qu'il l'ait voulu.

CHAPITRE 15 : Le super-objectif

Le thème principal doit rester gravé profondément dans l'esprit de l'acteur tout au long du spectacle. C'est lui qui a inspiré l'auteur de la pièce. C'est lui aussi qui doit être la source de la création artistique de l'acteur.

Le courant des objectifs mineurs indépendants, toutes les inventions, les pensées, les sentiments et les actions de l'acteur doivent converger vers le « super-objectif » de la pièce. Cet élan vers le super-objectif doit également être continu d'un bout à l'autre de la pièce.

Cette ligne de force qui guide l'acteur d'un bout à l'autre de la pièce s'appelle « la continuité » ou « la ligne d'action principale ». Elle attire à elle toutes les séquences et tous les objectifs de la pièce et les dirige vers le « super-objectif ».

Chaque « action » se heurte à une « réaction ». Dans chaque pièce nous trouvons ce courant contraire à l'action principale, qui est précieux car il intensifie obligatoirement l'action.

CHAPITRE 16 : Au seuil du subconscient

Pendant le premier stade du travail, l'acteur essaie d'entrer consciemment dans la vie de son personnage, sans comprendre encore très bien ce qui se passe dans celui-ci.

Du côté de la conscience, la liberté est limitée par la raison et les conventions ; du côté du subconscient, elle est indépendante, volontaire, active, et va toujours de l'avant.

Nous vivons sur scène grâce à nos souvenirs affectifs. Ces souvenirs atteignent parfois un tel degré d'illusion qu'ils ont l'apparence de la réalité.

A de tels moments, l'acteur sent sa propre vie à l'intérieur de celle de son personnage.

Il suffit parfois qu'un simple « incident extérieur » projette soudain une parcelle de vie réelle pour que l'inconscient se déclenche. Un incident vivant, dans l'atmosphère confinée de la scène, arrive comme une bouffée d'air frais. Ce sera à l'acteur de savoir intégrer ces moments accidentels de réalité. S'il parvient réellement à croire en l'incident, et à l'inclure spontanément dans son jeu, cela l'amènera sur la voie du subconscient.

Si vous sentez inconsciemment la vérité d'une pièce, vous aurez foi en elle tout naturellement et arriverez à l'état d'« être ».

Il suffit de pousser tous les facteurs de l'état créateur, les forces motrices intérieures, la ligne d'action, jusqu'aux limites de l'activité humaine (et non théâtrale), pour percevoir inévitablement la réalité de votre vie intérieure.

Si vous saviez combien le doute et l'indécision peuvent gêner le travail ! La seule façon de vous en tirer, c'est d'éliminer tout ce qui manque de précision.

Certains acteurs entreprennent des tâches au-dessus de leurs forces. Cela ne peut donner que de mauvais résultats : un jeu forcé, mécanique, une incompetence totale. Le seul moyen d'éviter ces dangers, c'est d'étudier soigneusement quels sont vos emplois.

Une autre difficulté fréquente provient d'un travail trop consciencieux, d'un effort trop grand. L'acteur s'essouffle ; il se force à exprimer des choses qu'il ne ressent absolument pas. Il ne reste qu'à lui conseiller de ne pas en faire tant.

Le super-objectif doit séduire l'imagination, capter l'attention et satisfaire votre sens du vrai, votre conviction et tous les facteurs de votre état intérieur.

Il faut donc un super-objectif qui soit en rapport avec les intentions de l'auteur, et provoque en même temps une réaction chez l'acteur. Ce qui signifie que c'est non seulement dans la pièce, mais en nous-mêmes qu'il faut le rechercher.

L'acteur doit trouver le thème central pour lui-même.

Il faut toujours vous placer dans une situation analogue à celle de votre personnage. Essayez de vous rappeler un cas personnel semblable à celui-ci, et comment vous avez réagi.

Il est important de pouvoir parler de votre personnage en votre propre nom.

Il faut donc aborder un rôle de manière concrète, comme s'il s'agissait de votre propre vie.

C'est lorsqu'il est totalement absorbé par un objectif qui le passionne, et qu'il s'y donne entièrement, que l'acteur parvient à cet état que nous appelons l' « inspiration ».