

-le corps dans tous ses états-

-Stage de Mime-



Le corps est l'**instrument** de l'acteur par excellence : l'acteur entre en scène et avant de parler, avant de faire une action, avant d'exprimer une idée, **il est**, tout simplement.

Notre travail tend avant tout à trouver la **pré-expressivité** du corps; aller chercher les énergies, les images, les couleurs et tout un matériel sensitif qui rend le corps **extra-quotidien** et prêt à toute expérience avant même que l'acte théâtral ne se mette en mouvement.

Nous voulons aider l'artiste à être interprète, metteur en scène et auteur de son propre corps.

Sensibiliser et offrir des clés aux différentes voix de créativité corporelle.

Laisser les champs des possibles ouverts pour que le sensuel du monde nous mette en mouvement.

Le corps dans tous ses états, parce que nous essayons de mettre en résonance le corps avec le monde extérieur, à travers une analyse sensorielle et sensuelle des choses, pour dire avec Baudelaire « **comme de longs échos qui de loin se confondent**

Dans une ténébreuse et profonde unité, vaste comme la nuit et comme la clarté, les parfums, les couleurs et les sons se répondent »

Inspirée des travaux de **M. Marceau, Etienne Decroux, Jacques Lecoq**, notre pédagogie cherche à faire découvrir à l'acteur toute la gamme expressive de son propre corps, les nuances du mouvement, la dramaturgie du geste. Pour un art du mime vivant et contemporain dans une connaissance de ses racines.

S'appuyant ainsi sur les trois grandes écoles de mime du XX^e siècle, explorer les nouvelles possibilités qui s'ouvrent grâce à la compréhension des différentes voies dramatiques présentes dans chacun de ses courants : La rigueur de Decroux, la poésie de Marceau, l'analyse dramatique de Lecoq

Notre recherche personnelle nous a amenés à mettre un accent particulier sur le travail de **contact**, devenu une partie essentielle de notre pédagogie.

Etienne Decroux, déjà au début des années 30, souligne l'importance de l'expression corporelle, pour un art (de la scène) dans lequel ***l'acteur est avant tout personne physique, avant de devenir verbe.***

Pendant toute sa vie, Decroux travaillera au développement d'une technique comparable à celle de la danse par sa rigueur, et au théâtre de verbe pour sa force dramatique.

“La pensée, l’amour, l’âme du personnage doivent donc s’exprimer à travers le corps et son mouvement ; la beauté se cache, il faut la voir comme derrière une vitre, l’amour même se cache, parce qu’il a la pudeur de quelque chose de grand », dit Etienne Decroux. Son travail a influencé les personnages les plus importants du théâtre moderne ; de Grotowski à Barba, de Pina Bausch à Joseph Nadj.

On ne peut pas oublier l’un de ses premiers et plus célèbres disciples : Marcel Marceau. M.M. a, grâce à son talent scénique, porté l’art du mime dans le monde et élaboré un univers poétique composé de métamorphoses et symboles d’une rare beauté.

“Ce n’est pas suffisant un geste, il faut que la pensée s’habille, et que le dessin que cette pensée décrite soit rigoureux, pour que naisse le style »

Marcel Marceau.

Parallèlement, Jacques Lecoq construit une pédagogie qui permet à l’acteur d’explorer les liens profonds entre le monde alentour et notre sensibilité, afin que le théâtre soit toujours le mouvement intime d’une personnalité créative.

“Mimer est un acte fondamental, l’acte premier de la création dramatique, pour l’acteur, pour l’écriture et pour le jeu. Je mets l’acte de mimer au centre, comme si c’était le corps même du théâtre : pouvoir jouer à être un autre, pouvoir donner l’illusion de toute chose. Mimer c’est faire corps avec donc c’est comprendre mieux. »



Le stage

Le stage que nous proposons a l’objectif de fournir à l’élève une plus ample connaissance de son propre corps et des ses possibilités expressives spécifiques utilisables théâtralement.

À travers une série d’exercices et improvisations qui cherchent à explorer la présence scénique et la créativité individuelle, l’élève sera donc amené à découvrir un mode de communication gestuel beaucoup plus étendu que celui qu’il utilise d’habitude.

Cette ouverture sur de nouveaux modules expressifs, amène une plus grande élasticité mentale dans la compréhension visuelle du monde.

Cette première partie du stage se propose donc de mettre en contact l’élève avec son propre corps. Une fois établie cette nouvelle condition, l’élève sera capable d’assimiler les informations de base sur la technique du mime.

Le stage propose ensuite l’introduction à l’art théâtral du mime à travers des exercices d’identification au monde qui nous entoure : les éléments, les couleurs, les phénomènes naturels, le monde humain et ses produits.

Une section du stage développera aussi le rapport entre corps et voix, mouvement et son, sur la base d’exercices de Jacques Lecoq.



Les six grandes familles d'exercices :

Prise de conscience du corps

- analyse du mouvement
- confiance
- gestion de l'espace
- contact
- mimodynamique



Les échauffements

La première partie de l'échauffement sera basée sur des exercices de **Pilates** et de **Yoga** pour préparer le corps en profondeur et aussi offrir au stagiaire une meilleure compréhension anatomique et biomécanique.

Le corps étant l'instrument de base de l'acteur-mime, il convient de l'assouplir et de le renforcer pour qu'il reste performant et heureux.

Sara est diplômée des 3 niveaux du cursus Peak-Pilates.

Pierre-Yves pratique le Yoga ashtanga depuis plus de dix ans.

La deuxième partie sera une approche ludique du thème du jour.



Programme du stage

Durée **12 jours - 7 heures** par jour

Le stage s'articule en **trois actes** de 4 jours :

I- La Matière
II- le Corps
III- la Pensée



ACTE I **JOUR 1**

Le premier jour nous allons travailler sur des exercices d'analyse du mouvement. Après un échauffement au sol, qui permet au stagiaire de se libérer des contraintes de la gravité pour retrouver les mouvements primaires, appréhender la surface du sol et rentrer dans une concentration intime, nous allons travailler sur la création d'un mouvement continu, sans à-coups, libre de se déplacer dans l'espace, à la recherche du **neutre**. Un concentré d'énergie qui est à la base de la présence scénique de l'acteur sur scène. Nous allons ensuite décliner ce concept dans une série d'exercices pour que le stagiaire puisse se l'approprier.

La deuxième partie de la journée sera dédiée au travail sur les quatre éléments. Nous allons aborder en premier la **terre** et **l'air**. D'abord avec des improvisations dirigées sur la **mimodynamique** et ensuite par des approches techniques et des mises en situation dramatiques.

JOUR 2

Après l'échauffement, le début de la séance sera consacré à la notion de **qualité de mouvement** : plusieurs exercices permettant au stagiaire d'explorer les mouvements **légers, lourds, explosés, lancés** et **épais**.

Nous travaillerons ensuite sur l'apprentissage à la **composition chorégraphique**.

Le stagiaire choisit une série de mouvements issus de la vie quotidienne qu'il doit ensuite organiser dans un enchaînement cohérent tout en travaillant sur la qualité de mouvement et sa précision.

Cette même chorégraphie sera enfin déclinée selon différents sentiments, personnages et situations.

La deuxième partie de la journée sera ensuite dédiée à la suite du travail sur les quatre éléments : **le feu** et **l'eau**.

JOUR 3

Après un échauffement ciblé sur la notion d'**éclosion** et d'**ondulation** cette journée sera entièrement consacrée à l'étude des inspirations dramatiques qu'offrent les **matières**.

Chaque matière sera d'abord observée empiriquement. Ensuite à travers des exercices et des improvisations, nous allons explorer son utilisation dans la création de personnages et de situations théâtrales.

Les matières étudiées : **le papier, le bois, le plastique, le carton, l'huile, l'élastique, le tissu, la pâte, le verre.**

JOUR 4

La matinée sera dédiée à la suite du travail sur les matières.

L'après-midi, nous nous consacrerons au travail de composition à partir d'une impulsion de **mouvement-émotion** : créer un poème gestuel en intégrant les notions de qualité de mouvement, de composition chorégraphique et de sensibilité à la poétique de la matière. On clôt ainsi le premier chapitre du stage.

ACTE II

JOUR 5

Cette matinée sera dédiée au travail de **contact**. En couple les stagiaires appréhenderont le **toucher, le corps et le poids** de l'autre. Nous travaillerons ensuite sur des exercices de **contact continu** pour explorer la mobilité d'un duo dans l'espace. Ce même contact sera décliné dans différentes formes pour ouvrir l'imaginaire à des opportunités dramatiques.

L'après midi sera dédié à des exercices de **segmentation** et de **décomposition** du corps.

Nous allons isoler chaque élément et en explorer les possibilités expressives propres en s'arrêtant tout particulièrement sur le **bassin** et son implication dans l'univers du travail et de l'effort. Utilisation à cet effet de figures du **répertoire**.

JOUR 6

Continuation du travail sur le contact en duo.

Nous allons étudier la notion de différents poids dans la **manipulation : léger fuyant, léger ainsi dessiné, en impulsion, mort**.

Mise en situation dramatique à travers différentes improvisations.

L'après-midi, nous continuerons le travail de segmentation avec un accent particulier sur le mouvement du **buste** et son implication dans le monde expressif des **émotions** et du **rêve**.

JOUR 7

Après un échauffement sur le travail technique des **contreponds**, la matinée est dédiée à la suite du travail de contact : **le corps décor**. C'est l'utilisation du corps du partenaire comme appuis, support, mobilier, décor, etc.

Mise en situation théâtrale de ce concept.

L'après-midi, nous allons travailler les **émotions**. Tout d'abord nous allons explorer les émotions qui naissent du rapport qu'entretient l'individu avec le groupe. Ensuite seul à seul. Le stagiaire va travailler sur la **mimodynamique des sentiments**. Enfin l'exercice **le miroir**

des émotions permet à chacun d'être face à la représentation de son émotion. La journée se termine sur des mises en situation théâtrale des thèmes abordés dans la journée.

JOUR 8

La matinée sera dédiée au travail de la **marche** dans la continuation du travail technique de décomposition. On étudiera ainsi différents types de marches du répertoire : **marche neutre ; marche de sport, marche des nuages, polonaise et marche dans le trou.**

L'après-midi une improvisation préparée en duo sur des thèmes imposés reprenant les notions expérimentées dans le travail de contact pour conclure la deuxième session du stage.

ACTE III

JOUR 9

Cette journée est dédiée au **Mime M. Marceau.**

Nous allons explorer son univers poétique à travers son travail sur **les mains, les Métamorphoses et l'Invisible.** Cette journée est également un temps de respiration, une initiation au **poids ailé**, pour insuffler une âme à ce corps agissant que nous avons élaboré au cours des huit jours passés.

JOUR 10

Pendant cette journée nous allons aborder le travail de **la tête**, son articulation et son engagement dramatique, notamment dans l'expression de **la pensée.**

A travers l'étude des figures de répertoire nous allons analyser le mouvement et la géométrie de **la Pensée, des Rêves et des Idées.**

Nous allons ensuite proposer des improvisations afin d'ouvrir l'imaginaire du stagiaire au travail de représentation de la **pensée abstraite.**

JOUR 11

Cette journée sera dédiée à l'ouverture sur l'univers des **mots et de la parole.**

Nous commençons avec un travail de **mimodynamique des mots.** Nous allons ensuite choisir des **textes** tirés d'œuvres théâtrales, poétiques et littéraires pour les mettre en mouvement.

Mais nous allons aussi, à l'inverse, partir du mouvement pour interpréter ces mêmes textes.

Différents exercices et improvisations nous permettrons d'explorer le rapport étroit entre le texte et le mouvement, la voix et le corps.

JOUR 12

Cette dernière journée donnera la possibilité à chaque stagiaire de présenter un travail de **création personnelle.** Les thèmes auront été décidés la veille, la matinée sera consacrée à la préparation et l'après-midi aux présentations.

