

Présence de l'objet et du corps sur scène Stage proposé par Ezec Le Floc'h.



Public concerné

Toute personne désirant améliorer sa conscience des autres et du monde qui l'entoure. J'ai déjà donné ce stage à des professeurs, instituteurs, commerciaux, artistes, adolescents, handicapés, équipes de sport, etc...

Le stage

Le stage a pour ambition de faire prendre conscience au stagiaire, physiquement, que son corps fait passer des informations souvent mal maîtrisées. Celles-ci ont souvent une incidence sur la qualité de réception du message qu'il veut faire passer.

J'utilise l'expression physique et la manipulation d'objets pour surprendre et permettre ainsi d'appréhender le cours avec un esprit ouvert.

A la fin de cette initiation, chacun aura construit une petite séquence autour d'un objet et aura ouvert une porte entre la tête et le corps. Chacun aura développé une plus grande conscience de ses actes.

Dans le cas d'un stage dépassant une dizaine d'heures, les stagiaires auront aussi appris à se positionner, physiquement dans un groupe.

Exercices pour démarrer la séance

Ils sont plus ludiques et permettent de trouver du vocabulaire pour l'élaboration du numéro.

-1- Découverte de l'objet

- Chacun dans son coin explore l'objet qu'il a choisi. D'abord, les yeux fermés pour ouvrir les autres sens. Puis avec la vue. La consigne est la suivante : " explorez l'objet le plus précisément possible".

- Ensuite on se réunit, chacun pose son objet, on en choisit un, le propriétaire sort du groupe, enfin on l'interroge sur son objet pour que chacun se rende compte que l'on est rarement aussi précis qu'on le voudrait.

Ce premier exercice sert aussi à orienter les stagiaires dans le sens du stage: la précision.



-2- L'objet est le maître de l'action

- Chacun improvise une danse dans laquelle on doit voir l'artiste être mené par son objet ; il subit les déplacements de ce dernier.

La consigne est la suivante : " vous êtes guidé par votre objet, il se déplace sans que vous puissiez en avoir le contrôle".

Le problème rencontré le plus fréquemment sur cet exercice est le changement de direction de la trajectoire de l'objet, imposé par le stagiaire.

La méthode, pour y remédier, consiste à donner aux stagiaires une nouvelle consigne: " l'objet est si lourd et dispose d'une telle énergie qu'il est impossible de lutter. Imaginez tenir un taureau par une corne à qui vous voudriez changer la trajectoire".

Le stagiaire doit être parfaitement à l'écoute de l'objet car celui-ci, une fois qu'on lui a donné une direction de départ (aussi léger soit-il), impose, grâce à son inertie propre, un rythme particulier. Il est plus facile de pratiquer cet exercice avec un objet lourd.

Ce deuxième exercice doit faire comprendre aux stagiaires que l'objet est prioritaire.

-3- Le corps porteur de l'objet

- Même exercice que le précédent mais cette fois-ci l'objet se déplace très lentement. Cette nouvelle version a pour but de mettre le corps au service de l'objet.

Car pour faire en sorte que celui-ci soit parfaitement stable dans l'espace, il faut que le corps de l'acteur soit parfaitement ancré au sol. Comme lorsqu'on promène un bol rempli à ras bord.

-4- balle contact

- On forme un cercle, on se passe une balle lisse. Chacun doit trouver un nouveau point du corps sur lequel on peut faire tenir la balle en équilibre. Le jeu consiste à faire faire à la balle le maximum de tours.

Cet exercice montre que pour trouver des idées originales il faut passer par toutes celles déjà connues, qu'il faut creuser profondément dans son imagination.

Souvent, en manipulation d'objet, une idée qui nous paraît limitée, devient un gouffre sans fond en y travaillant.

Exercices pour l'élaboration d'un numéro

-1- Embryon de numéro

- Chacun invente un déplacement de l'objet entre deux positions.

La consigne est la suivante: "premièrement: trouvez une position de départ puis une position d'arrivée. Deuxièmement: trouvez le chemin qui mène de l'une à l'autre. Votre création doit être parfaite. Vous devez pouvoir la rejouer plusieurs fois sans que l'on puisse déceler de différences entre chacune des versions".

Cet exercice permet de prendre conscience de chaque partie de son corps. Les déplacements et les positions doivent parfaitement être débarrassées de tous gestes parasites. Aucune des parties du corps ne doit être laissée sans conscience par l'acteur. Car si le corps est parfait alors l'œil du spectateur pourra porter toute son attention sur ce que lui montre l'acteur: l'Objet.



- Ensuite, chacun montre sa création plusieurs fois au groupe qui donne, à la fin, ses appréciations. Ce dernier exercice permet à celui qui montre de prendre conscience de ses erreurs et aux autres d'aiguiser leur œil critique.

-2- Mémoire et pratique

- Même exercice que le précédent mais cette fois l'acteur doit montrer 4 positions qui se suivent, donc 3 chemins qui mènent de l'une à l'autre. Cet exercice permet de tester son endurance de concentration et sa mémoire corporelle.

-3- Sans l'objet

- Le stagiaire reproduit les mêmes mouvements enchaînés mais sans l'objet.

Cet exercice permet de montrer que le corps peut montrer un objet, sans que celui-ci soit réellement présent. Il permet aussi de vérifier si l'acteur connaît vraiment son objet ou non.

-4- Deux acteurs, deux objets

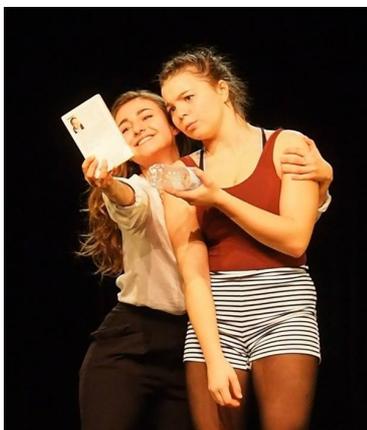
- Les stagiaires se groupent par deux, et construisent une séquence commune.

Cette fois-ci la consigne est: "mettez-vous par deux, inventez une position de départ et une d'arrivée, puis un chemin qui mène de l'une à l'autre et qui soit aussi long que le résultat de l'exercice 2, avec la même précision mais cette fois en faisant voler les objets entre deux et quatre fois".

Cet exercice permet, de commencer à lâcher les objets sans pour autant perdre sa concentration, de se retrouver ponctuellement avec deux objets et de se confronter à un partenaire.

-5- chacun fait ce qu'il veut

- Même exercice que les précédents mais cette fois chacun prend autant d'objets qu'il le veut, travaille seul ou à plusieurs et décide du temps de sa prestation. Les stagiaires prennent un temps, que je détermine, pour construire leurs séquences. Pendant ce temps je passe dans les groupes pour guider le travail. Je regarde si les exercices précédents ont été intégrés, si les consignes sont respectées et leur rappelle, si c'est nécessaire, que le numéro est destiné au public.



-6- Bouquet final

- Chacun montre son numéro. Puis le public donne ses critiques, bonnes et mauvaises. Les acteurs doivent écouter, prendre des notes, poser des questions. Ils ne doivent pas expliquer ou justifier leurs erreurs ou leurs réussites.

Cette dernière expérience est la concentration de tous les précédents et doit servir à leur apprendre à assumer les retours du public car ils peuvent apporter beaucoup si on sait les écouter et bien les écouter consiste surtout à ne pas les couper dans leur élan.

