

TDB

THÉÂTRE DIJON BOURGOGNE
CENTRE DRAMATIQUE NATIONAL

STAGE D'INITIATION AU MASQUE CONTEM- PORAIN SOPHIE BOTTE COMPTÉ- RENDU

DIRIGÉ
PAR

COMÉDIENNE
DU MUNSTRUM
THÉÂTRE

19 JAN
2023

Stage proposé
dans le cadre du PREAC

SALLE
J. FORNIER

CDN

SAISON 2022 2023
REINVENTER LES FRONTIÈRES

Photo © Maëliiss Le Bricon



Réalisation Marie-Sabine Baard, Professeure missionnée au TDB par le rectorat (marie.baard@ac-dijon.fr)

Contacts TDB Sophie Bogillot, Responsable des relations avec le public (s.bogillot@tdb-cdn.com / 03 80 68 47 39 / 06 29 66 51 11)
Alexandra Chopard, Responsable du développement des projets et de la formation (a.chopard@tdb-cdn.com / 03 80 68 57 34 / 06 29 66 50 85)
Magali Poisson, Chargée des relations avec le public et de la billetterie (m.poisson@tdb-cdn.com / 03 80 68 47 42 / 07 50 14 69 65)

À propos

Mené par **Sophie BOTTE**, comédienne du Munstrum Théâtre, ce stage explore les techniques du masque neutre et du masque contemporain. Le masque permet une mise à distance, une extériorisation et paradoxalement une révélation, une intensification du jeu de l'acteur-riche permettant d'accéder à une humanité profonde.

Le travail de cette journée s'articule autour de trois axes : Le training, travail autour de la précision du geste, la décomposition du mouvement, la posture corporelle et le rythme. Le masque neutre, travail en groupe pour établir les bases techniques du jeu masque inhérentes à l'espace, aux partenaires et au public. Le masque expressif contemporain, « Laisser émerger de soi ». Plonger dans une situation simple pour chercher la présence, la voix, le corps poétique à travers des improvisations.

Sophie Botte est une comédienne formée chez **Omar Porras**, qui travaille depuis 10 ans dans la compagnie du Munstrum Théâtre. Son approche très physique du théâtre avec les masques est inspirée des traditions et règles du masque.

Accueil

Présentation des participants et découverte de leurs attentes concernant ce stage. Celles-ci sont majoritairement centrées autour de l'expérimentation et des apprentissages nouveaux.

Définition du training : engagement physique, une sorte de corps extraordinaire à trouver, un travail sur le rythme, la présence. Le travail du masque neutre est vraiment la base du masque. Le masque neutre trouve l'écoute et la disponibilité.

Une fois cela compris et les règles intégrées, le masque neutre donnera un corps poétique. Comme le stage ne dure qu'une seule journée, le masque neutre n'aura pas le temps d'être pleinement exploré et développé.

Il faut trouver un état de disponibilité, le masque est un état de projection, il laisse émerger les choses. Le travail sur l'imaginaire est aussi très important. Il faut trouver sa place de l'acteur-créateur.

Un entraînement à l'improvisation, dans le plaisir et tout de même une certaine rigueur.

Au plateau

Exercice 1 : Training physique, échauffement yoga

L'exercice nous permet de trouver la précision corporelle, l'endroit juste de la proposition corporelle. Les participants prennent l'espace et s'assoient sur le sol en cercle. En tailleur, ils doivent aller chercher loin devant avec les mains, en respirant par le nez. Ensuite les mains sont placées derrière, on étire la colonne et la nuque, avec une respiration profonde et puis on revient au centre.

On vient étirer les côtés en s'appuyant sur l'un de ses bras et en se penchant sur le côté. Puis, on change de bras. On étire le dos, puis les jambes et bras tendus au sol pour étirer tout le dos, toujours avec une respiration profonde. On remonte en déroulant toute la colonne vertébrale.

Pieds rassemblés et joints, détendu, on respire en montant les bras et on expire en essayant de toucher le sol.



© DR

Ensuite, pieds en arrière pour faire la planche, puis tout le corps est allongé sur le sol. On remonte pieds et mains au sol, une jambe pliée vers l'avant, l'autre derrière, bras tendu vers le ciel épaules baissées.

Puis on reproduit ces mêmes figures en changeant de jambe. On étire bien le dos au sol, puis on remonte avec l'aide de ses bras, le haut du corps.

L'exercice suivant consiste à croiser les bras devant soi, debout, pour étirer le dos et les épaules.

On décale son poids sur la jambe gauche afin de pouvoir replier sa jambe droite contre la jambe gauche, on lève ensuite les bras vers le ciel en essayant de trouver un calme intérieur puis on peut relâcher. On répète le même exercice en changeant le poids que l'on met cette fois-ci dans la jambe droite.

On réalise ensuite quelque mouvement de tête pour explorer, on essaye de trouver cette sensation d'exploration, de faire des mouvements que l'on n'a pas l'habitude de faire. Il est très important de ne pas bloquer la respiration. On peut alterner entre des mouvements fluides ou saccadés. On apprend à ouvrir le regard, on déplace la tête puis le regard ou le regard puis ensuite la tête.

Le travail avec les bras permet d'expérimenter la dissymétrie. Il est nécessaire d'être au plus proche de ses sensations. On essaie avec les poignets et les doigts, toujours dans une alternance entre des mouvements saccadés et fluides. C'est une exploration devant et derrière, en n'oubliant pas de respirer. On continue avec le buste, en se demandant quel mouvement il peut faire.

Puis, on passe au bassin. On imagine des yeux sur ses fesses. Cela permet de dépasser le côté technique.

Pour les jambes, on bouge les articulations, sans se mettre en danger. On change de jambe, on entre dans un état de curiosité en se demandant ce que cela nous fait. Des sensations qui peuvent mener à des états et permettre de faire évoluer le jeu. On peut tenir certaines positions si cela nous intrigue.

Toujours en gardant une posture ancrée, jambes écartées, on va venir faire claquer les talons au sol. En choisissant un niveau d'ancrage du corps (debout, accroupi, genoux pliés...) on tente de conserver toujours le même niveau et de faire claquer ses talons sur différents rythmes. On peut tester différents niveaux.





© DR

Exercice 2

Tadashi Suzuki à créer un training d'acteur, du *théâtre No*, **Sophie Botte** a pu en faire l'expérience avec **Omar Porras** quand ils étaient au Japon. Ce training est un exercice de tous les jours qui a pour but de trouver un corps dense et précis.

Pour cet exercice, les participant-e-s vont, deux par deux, effectuer des traversées de la scène, dans la posture de la flamme. Cette posture se définit comme suit :

- pieds ouverts, un peu plus que la largeur du bassin
- genoux légèrement pliés
- taille haute
- épaules dégagées et un peu d'air sous les bras
- yeux grands ouverts et regard droit devant soi, on fixe un objectif face à nous

Penser à tenir la posture jusque dans le bout des doigts.

Chargé-e d'énergie, on est guidé-e en avant vers notre objectif, tout en étant comme retenu-e par un fil invisible vers l'arrière. Dès qu'on va commencer la traversée, on se met en posture. Les traversées se font par groupe de deux et sur de la musique japonaise.

→ 1^{re} marche

Les pieds sont déroulés au sol. On prend le temps de marcher ensemble. Le duo doit commencer et finir ensemble. Sur 8 temps, le corps doit rester au même niveau tout le long de la traversée.

→ **2^e marche**

Les pas sont glissés, avec un niveau du corps légèrement plus bas. On effectue de petites impulsions au niveau du genou et de la hanche avec des micro arrêts. Toujours le regard droit vers l'objectif. Il faut plier pour regrouper les pieds, le niveau ne doit pas bouger.

→ **3^e marche**

Cette marche est composée d'une montée de genou, d'une tape sur le sol et d'un pas glissé vers l'avant. Le niveau du corps encore plus bas que pour les 2 marches précédentes. Bien penser toujours à respirer.



Exercice 3

L'exercice est de se déplacer avec une certaine densité. Le corps va être soumis à cette densité, comme face à une résistance. Toujours en pensant bien à respirer.

→ 1^{re} partie : on pousse dans la densité.

Densité eau

→ D'abord en cercle, puis en se déplaçant dans l'espace, le corps bouge dans l'eau. C'est une exploration du corps, on pousse l'eau autour de nous. C'est un travail en dissymétrie.

Densité magma

→ Plus dense que la densité eau. Comment on se déplace maintenant ? Cela nous pousse, on relâche puis on repart. On garde les yeux bien ouverts sans mettre d'efforts sur le visage. Les mouvements restent sur place.

→ 2^e partie : on tire dans la densité.

Densité eau

→ On attrape une corde ou une algue. Comment on vient tirer cette corde, on doit pousser dans notre corps. Avec les déplacements dans l'espace, on cherche la diagonale, la verticale et toute autre direction. Ce n'est pas une extension complète. Les jambes doivent aussi pousser ou se dérouler. Il faut bien garder un centre fort avec un rythme pas trop rapide.

Densité magma

→ On continue à tirer mais il y a beaucoup plus de résistance que l'eau. Toutes les parties du corps sont engagées, on ne cherche pas le réalisme mais l'expérimentation. On cherche d'autres états de corps, une découverte des articulations.

→ 3^e partie : Choix libre

On teste le mélange entre le fait de pousser et de tirer, une main fait l'un et l'autre main fait l'autre. Tout cela dans les deux différentes densités traversées dans les deux parties précédentes.

L'exercice suivant reprend les densités de l'exercice précédent. On débute allongé-e-s sur le sol. L'objectif est, en premier lieu, de se relever dans une compression de l'espace, dans la densité eau.

Après s'être relevé, on se remet en posture flamme (voir exercice 2), puis on choisit si on veut pousser ou tirer dans la densité. Ensuite, on marche à la face du plateau, on tire pour ramener le corps, toujours avec le regard droit devant. Une fois arrivé.e, on attend les autres pour relâcher.

Avec la musique et allongé-e au sol, on prend conscience de notre corps, les participant.es essaient de se relever dans cette matière, comme de l'eau ou du bois, tout le corps est soumis à la densité. Debout, on se met à la face avec la posture flamme, centre de gravité un peu bas. Ce que l'on pousse et tire a une densité, il y a quelque chose qui nous retient vers l'arrière.



© DR

Le regard nous permet de nous transposer. Il faut être à l'écoute des autres, tout ce travail est important pour le masque parce que le masque met aussi en avant le corps, chaque petit mouvement se voit. Avec le masque, il faut cette notion de disponibilité et de densité.

Exercice 4

Pour cet exercice, il faut trouver une action qui se fait entre 3 et 5 temps ou mouvements, donc une action décomposée. Quelque chose de pas trop compliqué, les chaises sont autorisées comme accessoires.

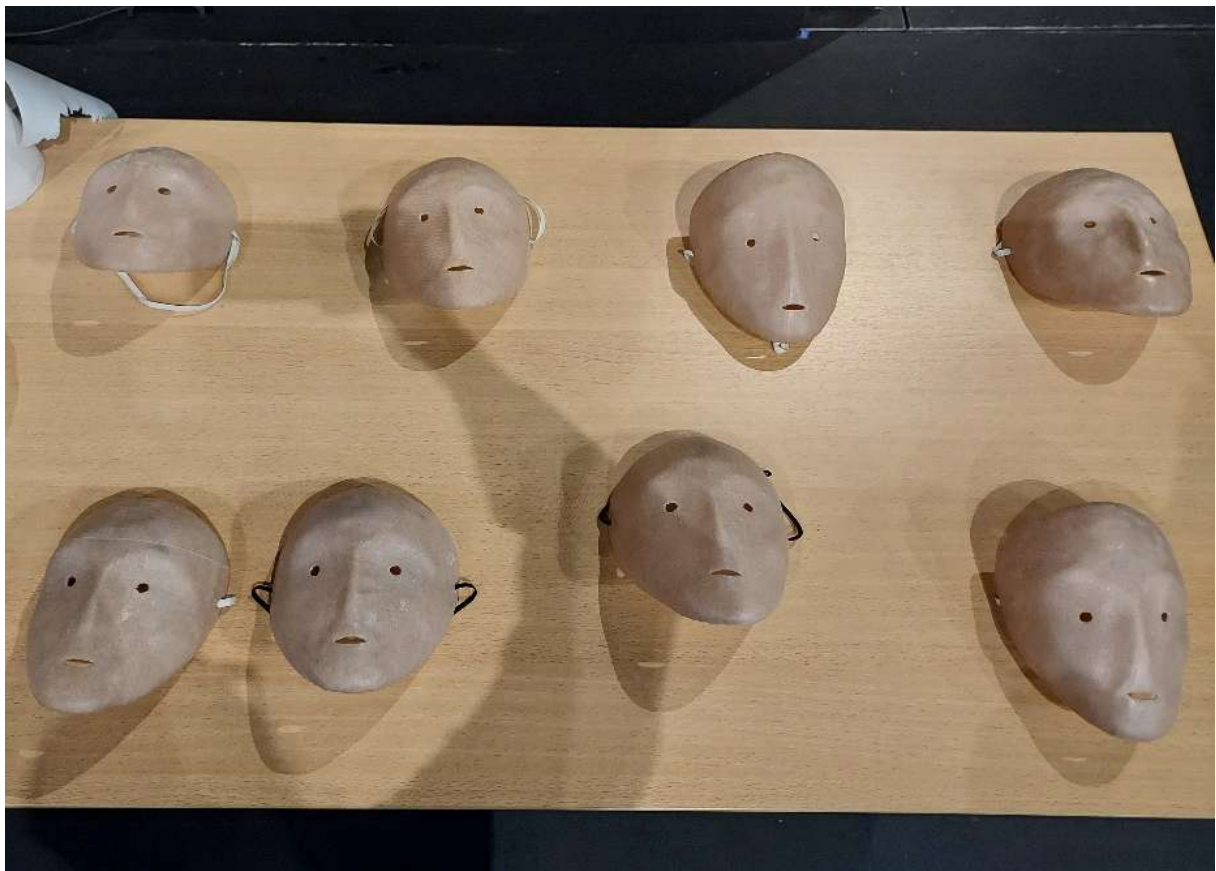
On décompose l'action, il faut pouvoir la répéter de manière très sûre. Cinq minutes pour chercher et trouver ce temps-là, il ne fait pas que ce soit du mime mais une action extrêmement simple et concrète.

Après avoir trouvé et essayer les actions, seuls en scène, on refait les mêmes actions avec une indication donné par **Sophie Botte**. Cela devient une *phrase corporelle*.

Avec le masque, notre attention est portée sur le corps, on voit tout. Le masque va éclairer une action sur nous ou éclairer l'un de nos partenaires. On donne notre regard aux spectateurs. Ce genre d'action structuré dans les *règles du masque neutre*.

Avec le masque, il faut trouver et redécomposer l'action avec le masque. Au Mustrum Théâtre, il ne respecte pas forcément toutes les règles du masque mais là, dans le cadre du masque neutre, s'il est au sol, le masque est mort donc l'action se fera face publique.

Sophie Botte nous a proposé une petite lecture de texte et citation autour du masque.



Ensuite par deux, on passe sur les questions d'action avec le masque. Une règle à respecter, on ne pose jamais un masque sur le sol. On reprend tranquillement ses actions. On essaye de retrouver un état de disponibilité et de concentration. Il faut retrouver la décomposition des actions, puis on met le masque.

Une autre règle est de mettre le masque de dos ou avec la tête baissée. Pour donner le focus à son partenaire, il faut que la personne regarde l'autre pour l'éclairer par son corps. On n'oublie pas de bien respirer et de bien sentir ses appuis.

On ne parle pas avec le masque neutre, il est muet. Si on fait une erreur avec le masque, les spectateurs applaudissent pour notifier l'erreur. Applaudir c'est noté avec enthousiasme, les erreurs font avancer le jeu. Il y a du jeu qui peut émerger de partout même dans les erreurs.

On se questionne sur d'où par le mouvement et où il s'arrête. Il faut décomposer, ne pas trop être coloré pour, ensuite, revenir coloré avec le masque. Il faut avoir une énergie très dense et très forte. Dès que le partenaire donne le focus, il faut le prendre directement, il faut être déjà prêt, c'est une sorte de ping-pong.

Toujours bien penser à sa respiration, le masque nous fait passer par l'énergie corporelle et il nous évite de commenter avec le visage. On utilise la posture de la flamme pour garder cette posture, prêt à jouer.

Quand on met le masque, on prend le temps de s'arranger, de respirer et de se mettre en position et ensuite on peut regarder le public. On voit des personnages apparaître et la force est très belle, on n'est plus dans un corps ordinaire. L'émotion est différente avec et sans le masque, on fait les choses pour le spectateur parce que le masque est là pour ce regard.

C'est tout le training de corps du matin qui permet d'atteindre ce résultat l'après-midi. Ce qui se dégage de la personne c'est son corps et son énergie. Les sensations seront visibles et le regard peut changer tout le sens, il est très important. Il faut toujours regarder là où l'on va.

Les silences, les entrées ouvrent les champs de jeu. On décompose les actions entre deux personnes. On explore d'abord avant de pouvoir ouvrir la bouche.

Exercice 5

Cet exercice réalisé en demi-groupe, nous permet d'occuper l'espace dans différents rythmes avec les masques. Les consignes sont de prendre en compte les bruits, les sons... En regardant précisément d'où ils proviennent. On explore les rythmes, avec différents types de mouvement, ils peuvent être saccadés, coulants, vifs, lents... On teste aussi différentes marches et énergies.

Dans l'espace, on teste tout cela, si on se trompe, on recommence trois fois. On marche d'abord avec la tête puis corps y va. On regarde les autres et le public, on donne au public.

Exercice 6 : Improvisations

→ La scène est un adieu à un mort. On rentre, on regarde les spectateurs, on avance, on propose un geste pour dire adieu au mort. Puis, on se tourne vers la sortie et on sort.

Avec le masque, la vision est réduite donc si on a peur de rentrer dans quelque chose, on s'arrête, on regarde et on repart. On doit maîtriser les gestes que l'on fait, ne pas trop jouer. On doit vraiment prendre le temps de regarder le mort.



© DR

Une fois chaque participant·e passé·e, on reproduit le même exercice en musique. On peut s'appuyer dessus, s'en imprégner ou, au contraire, jouer dans le sens inverse de celle-ci. Il s'agit de reproduire exactement le même passage que dans la scène d'avant et voir ce que cela change avec la musique.

À chaque sortie, il y a une entrée, il faut être avec la musique. S'il y a un bruit, il doit être marqué par une pause pour noter ce bruit, pour regarder ce qu'il se passe. Il faut être précis dans les gestes et dans le regard. Bien respecter les règles du masque.

On peut pousser cet exercice pour aller chercher des choses plus pleines, respirer, tester et prendre le temps de donner de l'ampleur aux mouvements. L'air est matière, on ne peut pas se déplacer si facilement.

Les Annexes

Citations autour du masque

« LA SURMARIONNETTE C'EST LE COMÉDIEN
AVEC LE FEU EN PLUS ET L'ÉGOÏSME EN MOINS »

Edouard Gordon Craig

« IL FAUT QUE LE MASQUE REVIENNE SUR LA SCÈNE
POUR Y RAMENER L'EXPRESSION SENSIBLE DE L'ESPRIT »

Edouard Gordon Craig

« LE PORT DU MASQUE AIDAIT INTÉRIEUREMENT À NOUS DÉGAGER DE NOUS-MÊMES
EN CRÉANT EN NOUS UN VIDE D'OÙ LA CHOSE À EXPRIMER JAILLISSAIT (QUAND NOUS
ÉTIONS INSPIRÉS) D'UNE TOUTE AUTRE FAÇON QUE LORSQUE NOUS AVIONS LE VISAGE
DÉCOUVERT »

Jean Dasté

« LE TRAVAIL SUR LE MASQUE NEUTRE : ARRIVER À ÉLARGIR LA CONFIANCE EN SOI.
IL AIDE À ÉLIMINER LES PEURS ET ACCROITRE LA DISPONIBILITÉ »

Mario Gonzalez

« LAISSER AGIR LE VIDE »
« LE MASQUE RÉVÈLE L'ACTEUR CRÉATEUR »

Mario Gonzalez

« LA TRADITION DU JEU MASQUÉ ASSURE UNE TRANSGRESSION
ENTRE LE MYTHE ET LE PRÉSENT, ENTRE L'ORIGINE ET L'AVENIR »

Omar Porras

« LA RÉACTION CRÉE L'ACTION. »

Jacques Lecoq

Entretien entre Ariane Mnouchkine, Beatrice Picon-Valin et Erhard Stiefel

Beatrice Picon-Valin : Ariane, tu dis souvent que le masque est un guide.

Ariane Mnouchkine : C'est un guide, oui. Pour moi, un vrai masque est un objet magique, « sorcier », un objet d'incarnation. Si tu l'écoutes, il te guide vers lui. C'est un professeur. C'est un personnage qui, si tu l'écoutes bien, peut être ton maître. Dans l'entretien avec Hélène, nous évoquions le narcissisme de l'acteur. Je crois qu'un comédien qui veut que son « moi » continue à exister sous le masque est fiché. Il va se faire mal, souffrir énormément car le masque ne le lui permettra pas. Il peut, par contre, lui accorder le plaisir suprême du comédien, qui est celui de devenir un autre.

Beatrice Picon-Valin : Nous parlions tout à l'heure de l'importance des mots. En français, le mot « masque » donne l'idée de quelque chose qui cache, alors d'un masque, quand on vous écoute en parler, est plutôt ce qui révèle. Quel mot utilise-t-on en japonais ?

Erhard Stiefel : Le masque de Nô est « visage que l'on accroche ». L'acteur au Japon est presque considéré comme un « socle ». Il est vrai qu'un acteur qui croit se cacher derrière un masque se retrouve en réalité nu et impuissant, car un vrai masque ne cache pas, il rend visible.

Les musiques entendues

1^{er} : Syakuhachi

2^e : Yumeji's Theme, shigeru umebayashi

3^e : Apocalypse Now (la chevauchée des walkyries) Hollywood symphonie orchestra

THÉÂTRE
TDB
CDN
DION
BOURGOGNE