

Stages avec Eugene Lion Sur la voie de l'authenticité

Hélène Mercier

Number 33 (4), 1984

Au tour de l'acteur, au tour de l'actrice

URI: <https://id.erudit.org/iderudit/26795ac>

[See table of contents](#)

Publisher(s)

Cahiers de théâtre Jeu inc.

ISSN

0382-0335 (print)

1923-2578 (digital)

[Explore this journal](#)

Cite this article

Mercier, H. (1984). Stages avec Eugene Lion : sur la voie de l'authenticité. *Jeu*, (33), 241–246.

stages avec eugene lion

sur la voie de l'authenticité

Eugene Lion a un curriculum vitae assez bien rempli. Il a, entre autres, travaillé au Théâtre national d'Irlande comme metteur en scène, il a été directeur adjoint du Guthrie Theater aux États-Unis. Il a également été directeur artistique du Hawai Theatre Festival et, plus tard, du Hawai Public Theatre. En plus de jouer, diriger, scénographier et écrire au Mexique, en Allemagne et aux États-Unis, il a été metteur en scène à la télévision et fit ses débuts comme chorégraphe et concepteur visuel à New York en 1965. Il est actuellement directeur adjoint et conseiller en théâtre à la Compagnie de danse Jo Lechay. L'enseignement de Jo Lechay est basé sur les principes du aikido et sur le travail d'Allan Wayne, Merle Marsicano et Eugene Lion. Le travail avec Jo Lechay est surtout axé sur la respiration et sur la canalisation de l'énergie. Le stage d'Eugene Lion suit une approche semblable, mais encore plus directement liée au métier de comédienne, puisqu'il intègre le texte et le personnage. Le dépliant annonçant ce stage portait la mention :

TECHNIQUE D'AUTHENTICITÉ. Techniques pratiques pour danseurs(euses), chanteurs (euses), comédiens(nes) ACTIFS, mettant l'accent sur des états de conscience altérés, auto-stimulés, qui génèrent, par une focalisation accrue, des actes interprétatifs authentiques. Limité à 16 personnes. Tarif 160 \$. Dépôt 40 \$.

Mis à part le nombre limité de participants, le tarif et le dépôt, je ne saisisais pas très bien ce que tout cela voulait dire. Mais j'étais très attirée par les mots : « actes interprétatifs authentiques ».

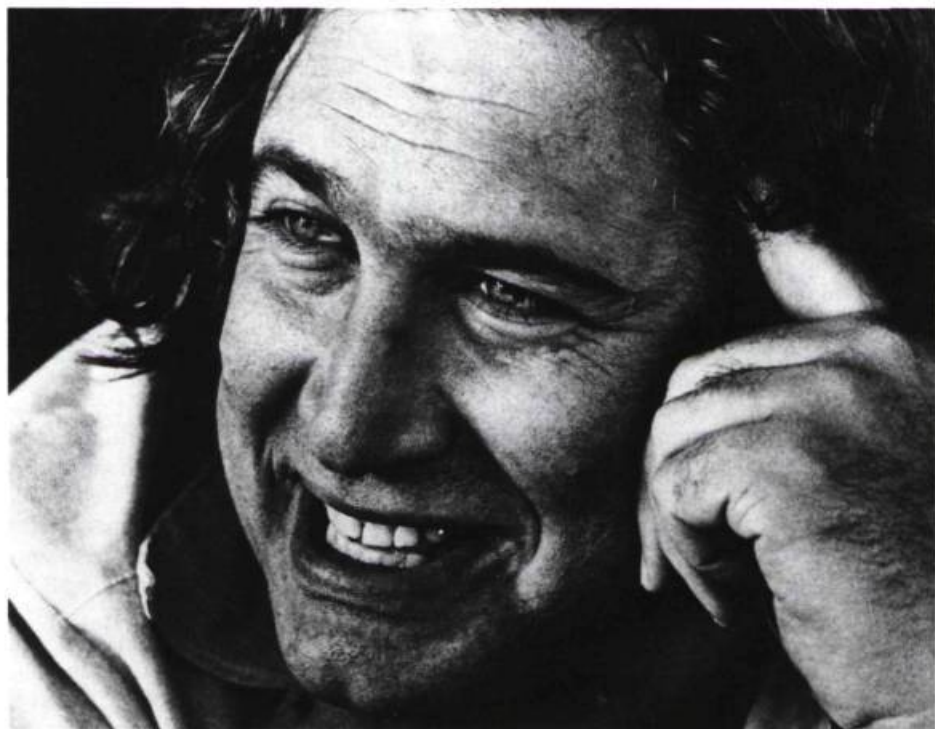
la découverte de centres énergétiques

Le stage commence par un bon réchauffement physique. Ensuite, Eugene Lion nous parle des différents états de concentration : bêta, alpha, thêta et delta. L'intellect, le sens de l'analyse, la logique, le mouvement, ainsi que nos cinq sens appartiennent à l'état bêta. La méditation, l'intuition, la créativité, l'émotion, le rêve, la transe et l'hypnose appartiennent, eux, à l'état alpha (ou à l'état thêta). L'état delta, lui, conduit à l'inconscience. L'état idéal pour interpréter étant, sans aucun doute, l'état alpha, notre travail consiste, dans un premier temps, à le localiser et à l'expérimenter sur nous-mêmes et, ensuite, à l'intégrer au jeu.

Le premier exercice était un exercice de concentration basé sur la méditation, qui consistait à inspirer et à expirer dix fois, en focalisant, au moment de chaque expiration, sur un seul chiffre. Cela peut paraître d'une simplicité enfantine, mais en pratique c'est autre chose ! À tout moment, notre cerveau nous renvoie toutes sortes d'images : on est déconcentré par des bruits ambiants, par la présence des autres,

on se regarde faire, on pense à un rendez-vous après l'atelier, etc. Tout cela nous empêche de se focaliser sur quelque chose, ce qui n'est pourtant pas si difficile à faire. Cet exercice, très simple, nous aide à comprendre PHYSIQUEMENT la difficulté d'atteindre ce fameux état alpha et surtout de s'y maintenir. La difficulté de s'abandonner en quelque sorte. Ce genre d'exercice peut nous servir comme *warm up* pour la focalisation puisqu'il peut nous aider à devenir plus disponible et plus réceptive (if). Ensuite, viennent d'autres exercices qui se font à deux et qui mettent l'accent sur l'écoute active; on utilise la vue, la respiration, le souffle et la voix. Ce sont encore des exercices très simples mais qui exigent une écoute totale, l'abandon, la non-censure, donc, qui aiguïsent la disponibilité. Ce sont, à mon avis, des qualités de base pour arriver à jouer décemment, qu'il faut entretenir et garder au chaud parce que, bien souvent, elles finissent par s'altérer à cause de toutes les contraintes du métier.

Ce sont ces mêmes qualités qui font que certaines comédiennes ou comédiens arrivent à nous « accrocher » plus que d'autres. Au-delà de la technique et de l'habileté. Eugene Lion nous a d'ailleurs dit qu'une personne qui joue sur scène et qui est dans un état alpha amène les spectateurs à le devenir. C'est une des grandes forces et des grandes magies du théâtre. Cet état alpha dont je vous parle n'est pas quelque chose d'inconnu pour personne, et il n'y a pas que les acteurs qui le connaissent. Prenons, par exemple, une salle de cinéma: tout est sombre, il n'y a que l'écran qui est lumineux et qui devient un point important de focalisation. Si le film arrive à capter l'attention de toute la salle, eh bien! tous les spectateurs sont



Eugene Lion.

dans un état alpha, parce qu'ils sont psychologiquement et émotivement absorbés. Ils sont dans un état de grande réceptivité. Ce même état, on s'y retrouve, chaque fois qu'on est totalement investi dans ce qu'on fait; peu importe l'émotion et le degré d'émotion impliqué.

Un autre exercice nous faisait prendre conscience des différents centres d'énergie dans le corps. Le seul que je connaissais vraiment, c'était celui qui se trouve en dessous du plexus solaire, l'équivalent du « KI » pour moi dans les arts martiaux, et qu'Eugene Lion appelle le « centre serein ». Une fois ce centre bien repéré et bien senti, il s'agissait d'aller rejoindre un deuxième centre qui se situe à la poitrine, mais qu'on ne peut pas stimuler de façon directe. Il faut d'abord stimuler le centre serein et, par un phénomène de « percolation », aller rejoindre le deuxième centre. Une fois celui-ci atteint, le corps réagit très inconsciemment, les tensions du visage tombent, les bras, les jambes, tout le corps se met à trembler, la respiration devient de plus en plus profonde et, si on poursuit, on commence à hyperventiler. C'était pour moi une manière très inhabituelle de stimuler un centre qui, pourtant, après coup, me rappela certaines émotions très fortes qui m'avaient déjà mise dans un état semblable, sans que je sache que c'était ce centre-là qui était touché. C'était donc dire que je pouvais me mettre dans un état bien précis de vulnérabilité sans que cela soit déclenché psychologiquement. C'est comme si le corps arrivait à parler par lui-même. Je vous donne comme exemple ces deux centres bien précis, mais il en existe une multitude. En atelier, on s'est rendu compte que les centres à utiliser pouvaient varier selon le personnage à interpréter, et pour un même personnage, selon les intentions et les actions diverses. Ce ne sont pas des choses que l'on peut fixer d'avance; c'est plutôt une exploration à faire chaque fois qui peut nous aider à découvrir l'énergie des personnages, à doser ou à libérer les émotions. Cette technique, très précieuse lors des répétitions, peut aussi servir à recanaliser l'énergie et à retrouver l'état alpha en pleine représentation. Par exemple, juste avant d'entrer en scène ou encore en pleine action, alors que l'on se rend compte qu'on n'arrive pas à faire le focus. Il est bien évident qu'instinctivement, on fait appel à plusieurs de ses centres, mais de savoir qu'ils existent et qu'on peut s'en servir de façon consciente, c'est une flèche de plus à son arc.

Nous avons, chacune et chacun d'entre nous, appris un texte, une chorégraphie ou une partition chantée, afin de pouvoir travailler sur quelque chose de concret. Dans un premier temps, nous avons joué, chanté ou dansé en n'utilisant aucun centre, puis en stimulant différents centres. Les résultats furent extrêmement intéressants. Les corps, la voix, l'énergie changeaient, s'intensifiaient d'un centre stimulé à un autre. J'ai été fascinée de voir que pour une certaine danseuse, il était impossible d'exécuter sa chorégraphie sans s'appuyer sur un centre. Plus tard, au cours du travail, on s'est aperçu que l'utilisation d'un centre, ou encore la façon d'utiliser ce centre pour une action bien précise, pouvait aussi la saboter plutôt que la canaliser et l'approfondir. Il faut arriver à ne détecter et à n'utiliser que ce dont on a besoin.

la construction du personnage: quoi et comment chercher?

Mais ce qui a été le plus révélateur pour moi, après le stage, c'est de me rendre compte que l'on travaillait la plupart du temps de façon trop imprécise, ce qui, par le fait même, entraîne des résultats imprécis. Prenons, par exemple, un personnage que l'on doit jouer, dans une situation X: on regarde le texte, les actions, les états du personnage; on se demande parfois pourquoi il agit comme il le fait. Ensuite, on

quitte le travail d'analyse et on commence à interpréter. On dit le texte en essayant de vivre les états du personnage, sauf que ces états ne sont, en fait, que le résultat de mouvements intérieurs pas assez clairement définis. C'est pourquoi le travail de répétition devient, parfois, tellement ardu: on définit pourquoi le personnage parle ou agit comme il le fait, mais sans même avoir trouvé sa pulsion la plus profonde et la plus essentielle: ce qu'il VEUT VRAIMENT et ce qu'il FAIT VRAIMENT. Si mon travail d'analyse se limite à ne retenir que certaines émotions du personnage, je serai forcément amenée, par exemple, à jouer à «être enragée» ou à «être en amour» ou encore à «être désespérée». D'une certaine façon, ce n'est pas immédiatement jouable, puisque ces états ne sont que des résultats, ce qui explique d'ailleurs pourquoi on se met parfois à les démontrer plutôt qu'à les ressentir. On ne sait pas exactement quelles pulsions intérieures alimentent les états que nous essayons de reproduire. Si tout ce que je sais, c'est que mon personnage «est enragé», je devrai jouer la rage. Mais comment m'y prendre pour arriver à RESSENTIR la rage? Je peux décider, ou le metteur en scène peut me suggérer, de donner, par exemple, un coup de poing sur la table. Si je le fais, il est possible que ce geste finisse par rejoindre une pulsion intérieure quelconque, qui ressemble à de la rage. Mais cela ne va pas de soi! Ce n'est sûrement pas parce que tu donnes un coup de poing sur la table que tu es nécessairement enragée. Et qu'est-ce que ça signifie, donner un coup de poing, sans le désir ou le besoin de donner un coup de poing? Ça peut quand même exprimer quelque chose, mais probablement pas de la rage. N'est-ce pas un peu absurde que d'essayer d'exprimer sans savoir ce qu'on exprime? Tout cela pour dire que si le travail d'analyse ne se fait qu'en demi-profondeur, tout le reste du processus de création s'en trouve limité; on finira peut-être par trouver la nature profonde du personnage, le coeur de la situation ou même de la pièce, au milieu ou à la fin des répétitions, alors que tout cela était détectable bien avant.

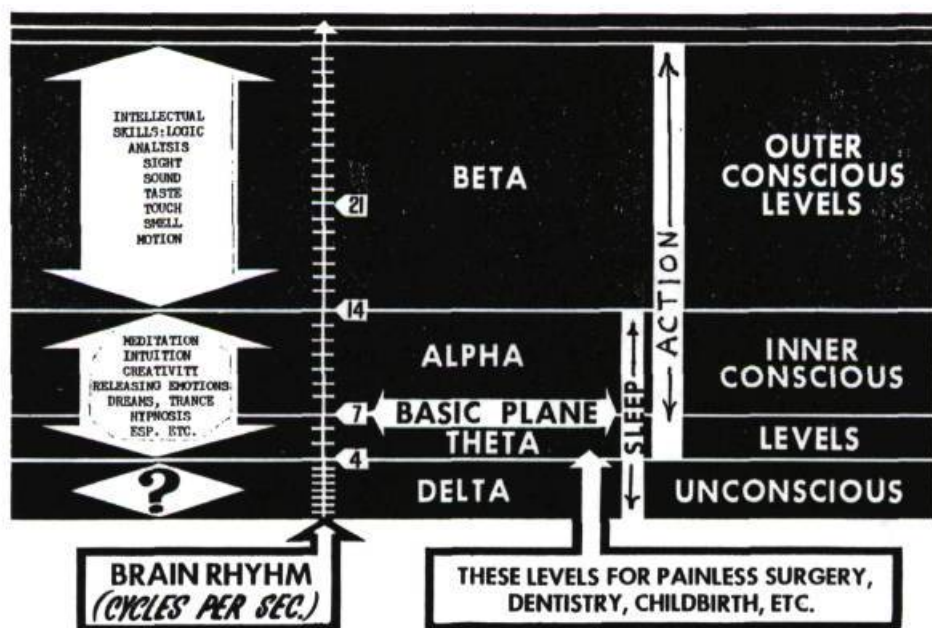


Tableau des différents états de concentration dans l'enseignement d'Eugene Lion.

Mais il arrive aussi qu'on travaille avec plus de précision, qu'on fouille un peu plus le sous-texte, qu'on finit par détecter les objectifs, les motivations de ses personnages. Par exemple: « Elle veut le séduire », « elle veut le tuer », « elle veut mourir ». C'est un peu plus précis, mais cela reste encore trop général, pour être immédiatement jouable. Séduire? Qu'est-ce que je fais pour séduire? Je peux peut-être y arriver en me référant à ma propre expérience de la séduction, mais cela risque de ressembler plus à moi qu'à mon personnage. De plus, il existe d'innombrables manières de séduire, de ressentir l'envie de séduire. Alors? Comment trouver la manière de jouer la séduction et qui soit la plus juste, compte tenu du personnage et de la situation? Sûrement pas en « essayant » de jouer la séduction. C'est là que la manière de travailler d'Eugène Ionesco devient intéressante, parce qu'elle nous aide à rendre concrète et précise une matière qui nous est encore, à ce stade-ci de l'exploration, abstraite et floue.

quand l'action concrète devient irrésistible

Comment dois-je m'y prendre pour que mon personnage séduise? La réponse à cette question ne se trouve pas à froid, c'est-à-dire en état bêta, comme dans la première partie du travail d'analyse qu'on a faite. On passe maintenant à un autre questionnement qui exige un investissement émotif; on continue à se questionner, mais, cette fois-ci, à travers le personnage et à travers la situation. Ce qui implique un autre état de concentration, c'est-à-dire, l'état alpha, parce que je dois questionner mon personnage et que, pour être dans mon personnage, je dois obligatoirement être dans un état alpha. La réponse que je cherche, c'est-à-dire l'action concrète qui traduit la pulsion du personnage et qui me permet de la jouer concrètement, jaillit de façon irrésistible. Et plus elle est irrésistible, plus c'est facile pour moi



Hélène Mercier et Paul Savoie, dans *Duo pour voix obstinées*, texte de Maryse Pelletier, mise en scène de François Barbeau, au Théâtre d'Aujourd'hui. Photo: Daniel Kieffer.

de la jouer. L'action intérieure m'entraîne, je n'ai pas besoin de pousser dessus. Il arrive souvent, chez certaines personnes, que l'action trouvée se manifeste par un geste ou par un son, mais il est préférable d'arriver à la formuler en mots, puisque c'est cette action même qui deviendra la matière sur laquelle on travaillera et qu'on sera appelé à préciser, à raffiner, à modifier et à adapter en cours de répétitions. Le besoin de séduire se traduit par « je veux lui souffler dans le cou »; je l'essaye. Je joue la scène en me focalisant sur cette action intérieure. Cela ne veut pas dire que mon personnage soufflera dans le cou de l'autre personnage, de façon concrète, mais intérieurement c'est ce qu'il fait. Si le résultat s'avère intéressant, je peux continuer à m'en servir, je suis sur une bonne voie.

Le besoin de séduire du personnage, tel qu'il est exprimé, se révèle une proposition très riche, mais cette action fait en sorte que je chuchote et que ma voix ne portera pas au-delà de la première rangée. Je peux toujours réessayer la scène avec la même action intérieure, mais en me disant: « C'est vrai! Il faut que je parle plus fort ». Sauf que cela risque de m'empêcher de me concentrer sur mon action et, par le fait même, de rester en état alpha. Alors, l'alternative, c'est que je peux modifier mon action: « Je veux L'EMBRASSER dans le cou » ou encore, « je veux lui souffler À L'INTÉRIEUR DU CORPS », ce qui, évidemment, modifie le résultat et peut faire en sorte que ma voix porte et que mon jeu reste libre. Et c'est sûrement plus percutant que le *personnage* parle plus fort que de voir Hélène Mercier qui *doit* projeter. Cela rend le travail plus agréable, plus facile, plus créateur et plus libérateur, puisque mon conscient et mon inconscient restent au service de mon personnage. C'est toute la différence entre « être » et « essayer d'être ». Le seul prix à payer, c'est sa générosité et sa vulnérabilité. C'est probablement pourquoi on retrouvait environ un homme pour dix femmes dans chaque stage.

Eugene Lion nous a donné une image qui illustre bien sa perception du travail d'exploration: « On peut perfectionner les falaises d'où on saute, mais on ne peut pas perfectionner la façon dont on va tomber. » Cette réflexion peut servir à tous ceux qui considèrent que les répétitions ne sont pas faites simplement pour perfectionner la forme, mais aussi pour explorer et libérer l'énergie créatrice.

hélène mercier