

## LE RENDEZ-VOUS ORATOIRE

L'approche de Stéphane André (*Ecole de l'Art Oratoire*)



Février 2021 – Copyright LE QUATRIÈME MUR

### R

#### Le Regard Porté Global

Décidez de vous intéresser au public pour l'accueillir constamment dans votre regard.

Sauf raisons particulières (notes à lire ou à consulter) ne lâchez pas votre public du regard pendant que vous parlez, tant sur les temps de parole que de silence.

Regardez aléatoirement vos auditeurs, chaque fois de façon singulière et de durée aléatoire.

Sauf exception rarissime, votre œil ne doit jamais se fixer trop longtemps sur un membre particulier du public.

Rompres le regard sur un silence, c'est se mettre en régime de pensée décalée et réfléchir dans le vide à ce que l'on va dire, indépendamment de l'état du public au même instant.

Regarder le public, c'est piéger son cerveau dans celui du public et le contraindre ainsi à l'intuition pertinente.

### D

#### Le Dos Vertical

Les cinq appuis purs du corps : pieds au sol dans la posture debout, cornes osseuses du bassin dans la posture assise, épaules basses vers le sol et tête sur le ciel.

Debout, faites l'effort de tenir toujours la tête vers le ciel, de manière à conserver le dos droit et tonique.

Assis, conservez toujours la cambrure lombaire résiduelle.

Construisez la verticalité sans vous rigidifier.

Revenez spontanément à la posture verticale après un geste pour appuyer le texte.

Surveillez la technique (ce sont vos appuis) et libérez le style (ce sont les mouvements). Ne fabriquez pas votre style.

Réglez l'appui de votre regard sur les yeux de vos interlocuteurs. Le regard est le sixième appui.

La tenue de votre dos détend votre face et fait naître le personnage.

### V

#### Le Vouloir Vocal

Considérez votre voix comme une action et non comme un état ; les muscles de la voix répondent à la volonté.

La puissance de la voix trouve son origine dans la respiration abdominale.

Cage thoracique et boîte crânienne sont des caisses de résonance du son.

Si votre voix est bien placée, votre pensée la module automatiquement.

L'inscription de la pensée sur le vecteur vocal est réflexe. On ne met pas le ton volontairement.

La voix donne l'essentiel du message en portant la triple ligne verbale, tonale et rythmique du discours.

La voix maîtrise l'espace, elle fait vibrer l'air qu'il contient et par son intermédiaire les tympanes, la peau, le corps des auditeurs.

Le placement de la voix fait naître vos mouvements et éclore votre style.

Écoutez la qualité de votre voix plutôt que de vous centrer sur les mots.