

Exercices de diction

(Source : Blogeloquence.com)

Exercices de diction

Voyons aujourd'hui quelques **grands exercices classiques de diction** : ces fameuses phrases sans queue ni tête à répéter sans se tromper, toujours plus vite, plus vite, plus vite... Vous savez certainement ce qu'est un « bon chasseur » ? ***C'est un chasseur sachant chasser sans son chien...*** Oui, parfait ! Et, dites-moi, **les chaussettes de l'archiduchesse sont-elles sèches?** *Oui, les chaussettes de l'archiduchesse sont sèches, archi-sèches !*

Ces phrases vous rappellent de bons souvenirs ? Sachez qu'elles sont toujours utilisées, de façon tout à fait sérieuse, par les comédiens professionnels qui souhaitent **s'échauffer** avant une prestation !

Comment utiliser ces petites phrases ? En prenant le temps de les lire convenablement, sans avoir la langue qui fourche. Puis, à force de répétition, les connaître par cœur et les réciter sans les lire. Enfin, accélérer le rythme et les prononcer toujours plus rapidement, sans erreur bien entendu. En voici 15, classées en fonction des muscles sollicités :

1) Maxillaires et face (énergie)

Les trois phrases suivantes mettent en mouvement la bouche toute entière, **en ouvrant largement la mâchoire** (mouvement du maxillaire) **et en animant tout le visage** (mouvement du masque facial). Ne pas hésiter à exagérer cette articulation pour vous entraîner :

- *Le fisc fixe exprès chaque taxe fixe excessive exclusivement au luxe et à l'exquis.*
- *Petit pot de beurre, quand te dépetit-pot-de-beurreriseras-tu ? Je me dépetit-pot-de-beurreriserai quand tous les petits pots de beurre se dépetit-pot-de-beurreriseront.*
- *Un essaim d'insectes erre autour du Saint-Nectaire sec du nain sectaire.*

2) Lèvres (précision)

Comme vous le voyez, ces phrases n'ont parfois aucun sens. Il ne faut pas s'arrêter à cela ! Seule compte la netteté des sons produits. Dans les trois phrases suivantes, **concentrez-vous sur le mouvement des lèvres**, sans chercher à ouvrir trop grand la mâchoire, ni même à trop remuer la langue ou à plisser le visage...

- *Un banc peint blanc plein de pain blanc, un blanc banc peint de blanc pain.*
- *Un vieux voyou voleur voulait voler Violette.*
- *Dix-huit chemises fines et six fichus fins.*

3) Langue, dents, palais (netteté)

Vous commencez à saisir le principe ? Cette fois, concentrez-vous sur le **mouvement de la langue dans la bouche**, qui va et vient du palais vers les dents et vice-versa :

- *Ton thé t'a-t-il ôté ta toux ?*
- *Didon d'îna dit-on d'un os du dos d'un dodu dindon.*
- *Trois dragons gradés, trente-trois dragons gradés*

4) Ouverture de la bouche (clarté)

- *Oh ! La belle grosse, grasse, blanche fille... Comme elle a de beaux gros gras blancs bras !*
- *Petite cathédrale, quand te décathédraliseras-tu ? Je me décathédraliserai quand toutes les petites cathédrales se décathédraliseront.*

5) Allongements des syllabes longues (douceur)

Ces phrases vous permettent de travailler la force vocale, en mettant le maximum d'intensité sur les voyelles qu'il s'agit d'**aaaaalloooooonger** exagérément. C'était une technique souvent utilisée par **De Gaulle lors de ses discours**, afin que sa voix au plus loin sans pour autant s'égosiller.

- *Douze douches douces (doooooooouze dooooooooouches dooooooooouces....)*
- *J'aime qu'on m'aime comme j'aime quand j'aime (j'aaaaaaaaime....)*