



Travailler l'éloquence



1) Travailler la voix



a. le premier test : Bonjour !

Le premier mot que l'on formule donne le ton de notre intervention. On, il y a de nombreuses façons de lancer un "Bonjour" !

Tendez l'oreille quand vous montez dans le bus, ou quand vos camarades et vous arrivez, le matin, en classe. Tous les bonjours ne se ressemblent pas.

Vous pouvez avoir un "Bonjour !" interrogatif, dont la fin remonte : _/
ou alors un "Bonjour !" affirmé, dont la fin redescend : / \

Tandis que le premier peut donner l'impression que vous vous excusez d'être là où vous êtes, le second marque votre assurance.

b. placer la voix

Si votre voix semble bloquée, coincée dans votre gorge, ou dans votre nez, ce n'est pas une fatalité.

Je vous invite à tester vos placements de voix au moyen du texte suivant, que vous pouvez énoncer d'une voix, de gorge ou de palais en arrière, ou d'une voix de nez en avant :

« Mesdames et messieurs, je suis très heureux-se de vous accueillir à bord. Nous allons bientôt décoller pour Paris. La durée du vol est estimée à 3h. Nous vous demandons de lire attentivement les consignes de sécurité placées devant vous. Nous vous rappelons que les bagages à main doivent être placés sous votre siège. Nous vous demandons de relever vos tablettes, d'attacher votre ceinture pour votre sécurité et de la garder pendant la durée du vol si vous n'avez pas à vous déplacer.

Nous vous rappelons par ailleurs que ce vol est non-fumeur et qu'il est interdit de fumer dans les toilettes. »

c. la respiration abdominale

Si vous avez des difficultés à projeter votre voix au loin, voici quelques indications :

- tout d'abord, vérifiez que vos voies nasales soient bien dégagées (bref, mouchez-vous !);
- ensuite, assurez-vous d'être, debout, bien calé sur vos jambes (pieds écartés de la largeur de vos hanches);

- posez une main sur votre ventre, pour suivre le processus suivant ;
- inspirez lentement par le nez, gonflez le ballon autant que possible, sans remonter les épaules ; puis soufflez doucement par la bouche ;
- recommencez une deuxième fois ;
- ... et une troisième fois.

Cet exercice permet de détendre les muscles, d'oxygéner le cerveau (qui rebouchera les trous de mémoire) avant et après une situation stressante ; il permet, accessoirement, en position couchée, d'accéder plus facilement au sommeil.

Vous pouvez également pratiquer (discrètement) cet exercice pendant qu'un jury vous pose une question : ainsi, vous aurez tous vos esprits et votre souffle au moment où vous répondrez !

d. projeter la voix

Il y a de nombreux avantages à savoir projeter sa voix au loin. Si la nécessité que le dernier rang vous entende est évident, considérons également le gain d'assurance que cette voix ferme vous donnera auprès du public.

Comment faire ? Crier ? Eh non ! Faites descendre légèrement votre voix dans les graves, et elle partira plus loin (incrédules, faites le même test avec une voix plus aiguë, puis une voix plus grave).

Quel meilleur support que les contributions littéraires du plus célèbre des rôleurs ? Projetez cela autant que possible, en restant intelligible !

Mille millions de mille sabords !

Bachi-bouzouk !

Bougres de faux jetons à la sauce tartare !

Coloquinte à la graisse de hérisson !

Espèce de mérinos mal peigné !

Cyrano à quatre pattes !

Zouave interplanétaire !

Ectoplasme à roulettes !

Bougre d'extrait de cornichon !

Jus de poubelle !

Espèce de porc-épic mal embouché !

Loup-garou à la graisse de renoncules !

Amiral de bateau-lavoir !

Espèce de chouette mal empaillée !

Concentré de moule à gaufres !

Espèce de mitrailleur à bavette !

Sombre oryctérope !



C'est le moment de prendre le mors aux dents ; bon, nous nous contenterons d'un crayon. Coincez-le entre vos dents, horizontalement bien sûr, le plus loin possible. Horreur ! vous êtes obligé de sur-articuler ! C'est bien sûr le principe de l'exercice. Profitons-en pour partir sur les pistes bleues et rouges de l'articulation.

1 Un pâtissier qui pâtissait chez un tapissier qui tapissait, demanda un jour au tapissier qui tapissait : vaut-il mieux pâtisser chez un tapissier qui tapisse ou tapisser chez un pâtissier qui pâtisse ?

2 Un généreux déjeuner régénérerait des généraux dégénérés.

3 Un chasseur sachant chasser doit savoir chasser sans son chien.

4 As-tu vu le tutu de tulle de Lili d'Honolulu ?

5 Ces Basques se passent ce casque et ce masque jusqu'à ce que ce masque et ce casque se cassent.

6 Le poivre fait fièvre à la pauvre pieuvre.

7 Un dragon gradé dégrade un gradé dragon.

8 Les chaussettes de l'archiduchesse sont-elles sèches? Anchi-sèches ?

9 Cinq chiens chassent six chats.

10 Dis-moi gros gras grand grain d'orge,
quand te dé-gros-gras-grand-grain-d'orgeriseras-tu?
Je me dé-gros-gras-grand-grain-d'orgeriserai
quand tous les gros gras grands grains d'orge
se seront dé-gros-gras-grand-grain-d'orgerisés.

11 Pourquoi les alliés ne se désolidariseraient-ils pas ?

12 Suis-je bien chez ce cher Serge?

13 Seize jacinthes sèchent dans seize sachets secs.

14 Trois gros rats gris dans trois gros trous ronds rongent trois gros croûtons ronds.

15 Si six scies scient six cyprès, six cent six scies scient six cent six cyprès !

16 Je troque trente trucs turcs contre treize textes tchèques.

17 Il cherche ses chaises chez Sanchez.

18 Le plat plein ploie sous le poids ou ne ploie point ?

19 Fruits frais, fruits frits, fruits cuits, fruits crus.

20 et enfin, une chanson pour finir : « L'évadé Du Nevada » de Sim.

C'est l'évadé du Nevada
Qui s'évada dans la vallée
Dans la vallée du Nevada
Qu'il dévala pour s'évader

Sur un vilain vélo volé
Qu'il a volé dans une villa
Et le valet qui fut volé
Vit l'évadé qui s'envola

Si l'évadé du Nevada
S'est évadé dans la vallée
C'est qu'il pensait au lit d'Éva
Et le voulait pour s'y lover
Sur le divan de la Diva
On vit l'évadé s'affaler
Mais quand Éva le revit là
Elle le vida pour l'éviter

Mais l'évadé du Nevada
Fut délavé dans la vallée
Par toute l'eau qui tombait là
Et on vit l'évadé vanné
C'est vrai que la vie d'évadé
Ne valait pas la vie d'avant
Car en vélo quand y'a du vent
On est vidé c'est évident

Et l'évadé du Nevada
A pédalé dans la vallée
Dans la taule il dit : "me voilà
Je crois que là vous m'en voulez
Car toute l'eau qui m'a lavé
Et toute l'eau qu'i'ai avalée
M'a dégoûté de m'évader
De la vallée du Nevada »



f.déployer les émotions

Demandons ici un peu d'aide à Raymond Queneau, dont les Exercices de style déclinent une même histoire, brève, sur tous les tons et sous toutes les formes. En voici une sélection ; pour chaque texte, demandez-vous comment créer le ton demandé - des silences ? changements de débits ? changements de hauteur de ton ? tout est permis, mais retenez ceci : la variété est la clé de l'intérêt !

Surprises ! : "Ce que nous étions serré sur cette plateforme d'autobus ! Et ce que ce garçon pouvait avoir l'air bête et ridicule ! Et que fait-il ? Ne le voilà-t-il pas qui se met à vouloir se quereller avec un bonhomme qui - prétendait-il ! ce damoiseau ! - le bousculait ! Et ensuite il ne trouve rien de mieux à faire que d'aller vite occuper une place laissée libre ! Au lieu de la laisser à une dame ! [...] à ne pas croire !"



Précisions : "A 1h17 dans un autobus de la ligne S, long de 10 mètres, large de 2,1, haut de 3,5, à 3 km 600 de son point de départ, alors qu'il était chargé de 48 personnes, un individu du sexe masculin, âgé de 27 ans 3 mois 8 jours, taille 1m72 et pesant 65kg et portant sur la tête un chapeau haut de 17 centimètres dont la calotte était entourée d'un ruban long de 35 centimètres, interpelle un homme âgé de 48 ans 4 mois 3 jours, taille 1 m68 et pesant 77 kg, au moyen de 14 mots dont l'énonciation dura 5 secondes et qui faisaient allusion à des déplacements involontaires de 15 à 20 millimètres. Il va ensuite s'asseoir à quelque 2 m 10 de là. [...]"

Onomatopées : "Sur la plate-forme, pla pla pla, d'un autobus, teuff teuff teuff, de la ligne S (pour qui sont ces serpents qui sifflent sur), il était environ midi, ding din don, ding din don, un ridicule éphèbe, proüt proüt, qui avait un de ces couvre-chefs, phui, se tourna (virevolte virevolte), soudain vers son voisin d'un air de colère, nreuh nreuh, et lui dit, hm hm : "Vous faites exprès de me bousculer, monsieur" Et toc. Là-dessus, vroutt, il se jette sur une place libre et s'y assoit, boum. [...]"



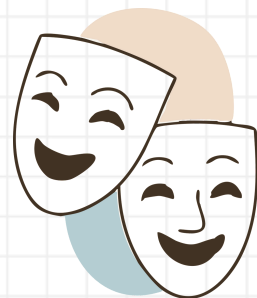
Maladroit : "Je n'ai pas l'habitude d'écrire. Je ne sais pas. J'aimerais bien écrire une tragédie ou un sonnet ou une ode, mais il y a des règles. Ça me gêne. C'est pas fait pour les amateurs. Tout ça s'est déjà bien mal écrit. Enfin. En tout cas, j'ai vu aujourd'hui quelque chose que je voudrais bien coucher par écrit. Coucher par écrit ne me paraît pas bien fameux. Ça doit être une de ces expressions toute faites qui rebutent les lecteurs qui lisent pour les éditeurs qui recherchent l'originalité qui leur paraît nécessaire dans les manuscrits que les éditeurs publient lorsqu'ils ont été lus par les lecteurs que rebutent les expressions tout faites dans le genre de "coucher par écrit" qui est pourtant ce que je voudrais faire de quelque chose que j'ai vu aujourd'hui bien que je ne sois qu'un amateur que gênent les règles de la tragédie, du sonnet ou de l'ode car je n'ai pas l'habitude d'écrire. Zut, je ne sais pas comment j'ai fait mais me voilà revenu tout au début. Je ne vais jamais m'en sortir. Tant pis. [...]"

Injurieux : "Après une attente infecte sous un soleil ignoble, je finis par monter dans un autobus immonde où se serraient une bande de crétins. Le plus crétin d'entre ces crétins était un boutonneux au sifflet démesuré qui exhibait un galurin grotesque avec un cordonnnet au lieu d'un ruban. Ce prétentiard se mit à râler parce qu'un vieux crétin lui piétinait les panards avec une fureur sénile ; mais il ne tarda pas à se dégonfler et se débina dans la direction d'une place vide encore humide de la sueur des fesses du précédent occupant. [...]"

Apartés : "L'autobus arriva tout gonflé de voyageurs. Pouvrru que je ne le rate pas, veine il y a encore une place pour moi. L'un deux il en a une drôle de tirelire avec son cou démesuré portait un chapeau de feutre mou entouré d'une sorte de cordelette à la place de ruban ce que ça a l'air prétentieux et soudain se mit tiens qu'est-ce qui lui prend à vitupérer un voisin l'autre fait pas attention à ce qu'il lui raconte auquel il reprochait de lui marcher exprès à l'air de chercher la bagarre, mais il se dégonflera sur les pieds. Mais comme une place était libre à l'intérieur qu'est-ce que je disais, il tourna le dos et courut l'occuper.

Et enfin, Récit (que l'on peut lire avec un ton interrogatif, affirmatif, colère, angoissé...) :

“Un jour vers midi du côté du parc Monceau, sur la plateforme arrière d'un autobus à peu près complet de la ligne 5 (aujourd'hui 84), j'aperçus un personnage au cou fort long qui portait un feutre mou entouré d'un galon tressé au lieu d'un ruban. Cet individu interpella tout à coup son voisin en prétendant que celui-ci faisait exprès de lui marcher sur les pieds chaque fois qu'il montait ou descendait des voyageurs. Il abandonna d'ailleurs rapidement la discussion pour se jeter sur une place devenue libre. [..]”



2) Travailler la posture

a. la discussion des instables

L'idéal pour cet exercice est de le travailler à deux ; cependant, des tests sur le terrain ont révélé la capacité fantastique de certains à travailler en trinôme, ou même seul.

Comment se disposer : face à face, chacun adopte un point de vue opposé à l'autre (pour / contre), ainsi qu'un ton opposé à l'autre, à propos d'un sujet choisi au préalable.

Vous pouvez prendre 1 minute pour trouver vos arguments, pour ensuite développer votre improvisation en 1 minute.

Pensez au ton, aux gestes, aux champs lexicaux utilisables. Aucun argument n'est invalide !

Voici quelques exemples de sujets :

- les repas à la cantine
- le temps qu'il fait
- la mode des grosses semelles
- les 400 ans de la naissance de Molière
- la nécessité de peler les pommes avant consommation
- le poids des sacs à dos

Petit supplément possible : vous pouvez, au bout d'1 minute., inverser vos rôles pour compliquer la tâche.



Si vous avez la chance d'être au moins 4 : votre public peut se transformer en peste, et s'agiter (mais discrètement - mais s'agiter quand même). Ainsi, vous vous découvrirez des ressources insoupçonnées pour garder votre concentration face à de vils perturbateurs.

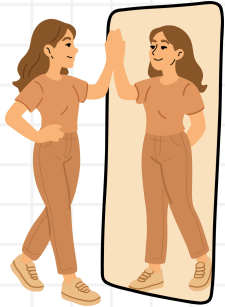
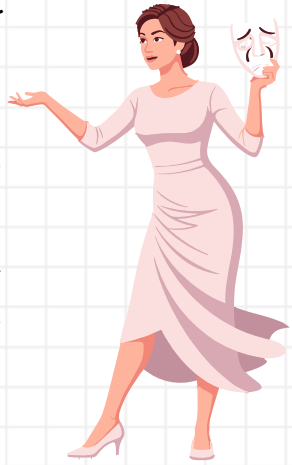
b. porter son regard

Chacun de vos auditeurs doit se sentir concerné par ce que vous racontez, qui est forcément d'utilité publique ! Comment aller le chercher ? Bien sûr, vous ne pourrez pas regarder chacun d'entre eux ; cependant, vous pouvez, en balayant la salle du regard, prendre en considération toutes les zones.

Vous pouvez éventuellement vous appuyer sur un regard amical par zone.

L'anxiété vous submerge, et croiser un regard vous déstabilise ? Ce sont des choses qui arrivent. Dans ce cas, vous pouvez regarder leur front, ou les murs derrière vos spectateurs.

Comment vous entraîner : demandez de l'aide à la famille, aux amis. Si vous n'avez ni l'un ni l'autre sous la main, dessinez des yeux sur des post-its, disposés à des endroits variés face à vous : ainsi, vous vous entraînerez au moins à balayer la salle du regard.

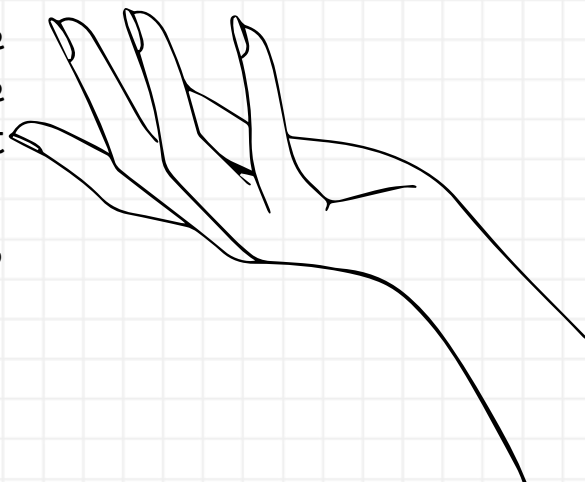


De plus, face à un miroir, vous pouvez vous entraîner à ouvrir votre visage, à paraître accueillant ; si l'exercice paraît facile, allez poser des questions à des commerçants (sans acheter !). Vous appréhendez cette démarche ? Parfait, cela signifie que vous avez vraiment besoin de vous y frotter. Vous remarquerez que les réactions sont globalement plus amicales en retour.

c. utiliser ses mains

Votre terrain d'entraînement est ici, selon votre goût, un article de dictionnaire ou une histoire célèbre. Vous allez avoir besoin d'un public : c'est maintenant l'heure de la pantomime.

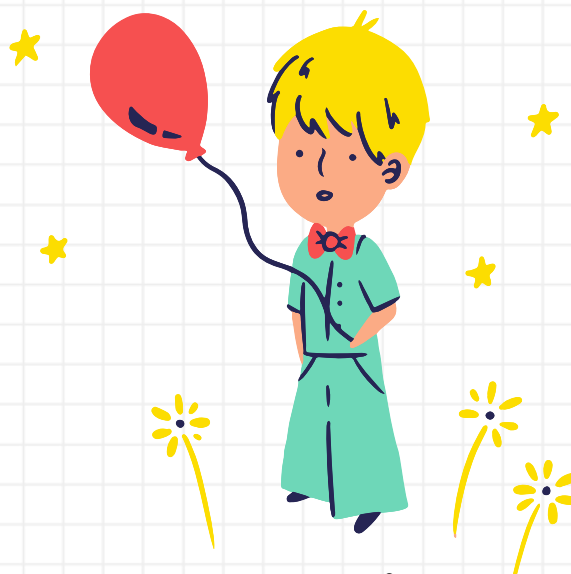
Trouvez une façon de raconter, visuellement, avec votre corps, le sujet que vous avez choisi.



Voici quelques exemples de sujets :

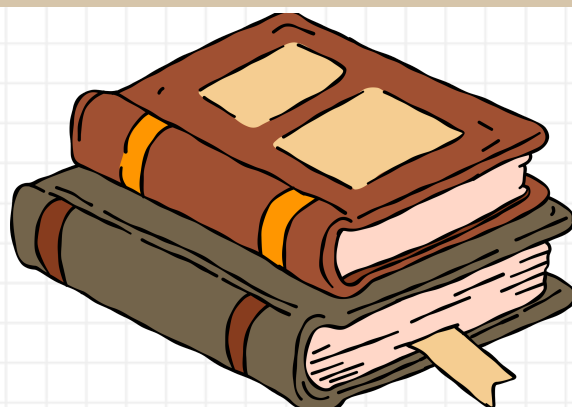
I. les histoires :

- le petit chaperon rouge
- Alice au pays des merveilles
- le bombardement d'Hiroshima
- le petit prince
- les Misérables
- l'accident de Tchernobyl
- le couronnement de Charlemagne
- la princesse de Clèves



II. les définitions (source : CNRTL) :

- Lavabo : Appareil sanitaire fixe comportant une cuvette alimentée en eau par des robinets et muni d'un dispositif de vidange, qu'on utilise pour faire sa toilette.
- Carotte : Plante potagère de la famille des Ombellifères, dont la racine le plus souvent rouge, pivotante, au goût légèrement sucré est comestible
- Kangourou : Mammifère marsupial herbivore (famille des Macropodidés), caractérisé par le grand développement de la queue et des membres postérieurs qui lui permettent de se déplacer rapidement par bonds successifs.
- Rideau : Pièce d'étoffe ou de matière synthétique pouvant former des plis, généralement mobile, placée devant une ouverture, pour faire écran à la lumière
- Déchet : Altération en volume, quantité ou qualité subie par une chose pendant sa fabrication, sa manipulation ou sa mise en vente.
- Patate : Plante grimpante vivace (de la famille des Convolvulacées) des régions chaudes, cultivée pour ses gros tubercules comestibles à chair aqueuse, farineuse et douceâtre
- Dictionnaire : Recueil des mots d'une langue ou d'un domaine de l'activité humaine, réunis selon une nomenclature d'importance variable et présentés généralement par ordre alphabétique
- Joie : Émotion vive, agréable, limitée dans le temps; sentiment de plénitude qui affecte l'être entier au moment où ses rêves viennent à être satisfaits
- Couvercle : Pièce mobile qui se place ou se rabat sur l'orifice d'un objet creux pour le fermer plus ou moins hermétiquement.
- Train : Suite de voitures ou de wagons attelés les uns aux autres et traînés sur des rails par une locomotive ou une locomotrice.



III. Les adverbes :

maintenant, demain, un jour prochain, aujourd'hui, rapidement, pour l'heure, sans attendre, immédiatement.

IV. Vous pouvez éventuellement présenter tout votre discours uniquement avec vos mains. C'est excessif, c'est vrai ; mais si vous arrivez à cet excès, alors vous saurez trouver les gestes mesurés pour accompagner votre exposé !



d. révéler les trois personnes en soi

Entraînez-vous ici avec votre discours ; s'il n'est pas prêt, tout texte connu par cœur sera un parfait support de travail. Nous allons maintenant aller chercher les extrêmes en vous.



1ère posture : craintif. Indications de jeu : recroquevillé, instable, ton interrogatif, hésitations, regard fuyant.

2ème posture : crédible. Indications de jeu : stable sur les pieds, symétrie, gestes précis et assurés, ton assuré, regard qui balaie la salle, adresse au public.



3ème posture : tyran. Indications de jeu : torse bombé, menton haut, gestes et voix amples, pas de sourire, voix sèche, ton méprisant ou ennuyé.

→ pour chacun, noter ce qu'on ressent ; noter ce qu'on perçoit.

Si vous voulez pousser l'expérience plus loin : demandez à un commerçant des renseignements sur un produit, en testant une posture dans chaque magasin (quitte à expliquer ensuite votre attitude !) ; vous constaterez la réception de ces différentes modalités, et une plus grande efficacité de la posture crédible.

3) Travailler le texte

a. structurer la préparation

Pensez à saluer votre auditoire, et à vous présenter brièvement.

Evitez de commencer par une plaisanterie : si elle tombe à plat, vous serez déstabilisé.

Introduction et conclusion : il est très souvent conseillé de les apprendre par cœur. Ainsi, vous vous permettez un démarrage en confiance, puis vous pouvez vous appuyer sur les derniers mots. Mais rien d'autre !

Et surtout, annoncez le plan : quand le public sait où vous le menez, il vous suit.

Les exemples sont cruciaux : anecdotes, exemples personnels, expériences, citations de textes... Mais surtout, ils doivent être concrets : les auditeurs ont toujours plus de difficulté à saisir l'abstrait. Appuyez-vous sur des métaphores, si besoin.



b. gérer le temps



Tous les professionnels de la prise de parole (dont les enseignants) vous le diront : à force de parler dans un temps imparti, le pli est pris ! On finit par savoir doser la longueur du discours au temps donné.

Donc la méthode est simple : s'enregistrer, encore et encore.

Profitez-en pour éliminer les expressions parasites ("euh, ben, donc, du coup, enfin j'sais pas... Tu vois ?") ; elles sont banales, mais risquent de détourner votre auditoire de votre message.

c. recevoir les questions

Que faire des questions finales ?

Prenez le temps d'y réfléchir avant de répondre. Gardez à l'esprit que votre jury ne cherche pas à vous mettre en danger ! Il peut demander des informations supplémentaires par curiosité, passion, enthousiasme.

De plus, même si la question est posée par une personne, pensez, durant votre réponse, à vous adresser à toute la salle, qui profite également de vos précisions.