



**HAL**  
open science

# La Méthode de l'Actors Studio : Genèse, Pratique et Phénoménologie

Ivan Magrin-Chagnollean

► **To cite this version:**

Ivan Magrin-Chagnollean. La Méthode de l'Actors Studio : Genèse, Pratique et Phénoménologie. Être en scène, être en jeu. Statuts, esthétiques, processus et techniques pour l'interprète et le performeur, Presses universitaires de la Méditerranée, A paraître. hal-02342281v2

**HAL Id: hal-02342281**

**<https://hal.science/hal-02342281v2>**

Submitted on 13 Oct 2020

**HAL** is a multi-disciplinary open access archive for the deposit and dissemination of scientific research documents, whether they are published or not. The documents may come from teaching and research institutions in France or abroad, or from public or private research centers.

L'archive ouverte pluridisciplinaire **HAL**, est destinée au dépôt et à la diffusion de documents scientifiques de niveau recherche, publiés ou non, émanant des établissements d'enseignement et de recherche français ou étrangers, des laboratoires publics ou privés.

# **La Méthode de l'Actors Studio : Genèse, Pratique et Phénoménologie**

Ivan MAGRIN-CHAGNOLLEAU, CNRS  
*Aix Marseille Univ, CNRS, PRISM, Marseille, France*

## **1. Introduction**

### **1.1. Qui Suis-Je ?**

Je voudrais commencer par donner quelques éléments biographiques puisqu'ils sont en lien étroit avec le sujet de cet article. Je me présente généralement comme artiste chercheur. Cela signifie que j'ai une activité artistique ainsi qu'une activité de recherche.

Sur le plan artistique, je travaille régulièrement comme acteur, metteur en scène et auteur pour le théâtre et le cinéma. J'écris aussi de la poésie, je fais de la photographie, de la musique, comme interprète et compositeur, et de la performance.

J'enseigne également le théâtre, le cinéma, la musique, la photographie, l'écriture, l'esthétique, et je coache aussi des artistes.

En recherche, je travaille dans le paradigme de la création recherche, c'est-à-dire que je crois à une recherche en art fondée sur une pratique, ce qui est pour moi la manière la plus riche de conduire ma recherche, dans la mesure où je suis aussi artiste. C'est pour cela que je m'intéresse particulièrement à la dimension phénoménologique de la création, c'est-à-dire à la création comme expérience vécue. Je considère mon travail artistique comme faisant partie intégrale de mon travail de recherche.

### **1.2. Mon Expertise sur la Méthode de l'Actors Studio**

De 2004 à 2007, je me suis formé de manière intensive comme acteur et comme metteur en scène à l'Actors Studio à New York. J'ai donc appris la méthode de l'Actors Studio de

professeurs qui avaient été eux-mêmes élèves de Lee Strasberg, le fondateur de la méthode<sup>1 2</sup>.

Depuis, j'ai régulièrement joué au théâtre et au cinéma en utilisant cette méthode. J'ai fait plusieurs mises en scène de théâtre et réalisé plusieurs courts métrages de fiction, et ainsi dirigé de nombreuses actrices et de nombreux acteurs selon cette même méthode. Je l'ai également enseignée, sous forme de cours, d'ateliers et de masterclasses, et j'ai coaché nombre d'actrices et d'acteurs.

Enfin, étant également chercheur au CNRS, j'ai aussi beaucoup travaillé comme théoricien sur cette méthode<sup>3 4 5</sup>. En particulier, j'ai accès depuis plusieurs années aux archives de Lee Strasberg au Lee Strasberg Institute, qui contiennent des cassettes VHS et de nombreux documents écrits. J'ai donc 15 ans d'expérience de pratique et de recherche sur cette méthode. Cela m'a conduit naturellement à écrire un livre en français sur cette méthode, livre qui est sur le point d'être publié<sup>6</sup>.

### **1.3. De quoi parle cet Article**

En tant que spécialiste de cette méthode, je voudrais détailler ici quelle a été sa genèse, puis en quoi elle consiste, et comment, en tant que praticien, un acteur la fait sienne et continue à la faire évoluer. Je voudrais aussi discuter, en partant de mon expérience et de celle des nombreuses personnes que j'ai dirigées, coachées, enseignées, de la façon dont un acteur fabrique sa propre méthode par la pratique et la réflexion, à partir des enseignements qu'il a reçus, et de sa pratique. Je considérerai notamment la dimension phénoménologique de ce processus, c'est-à-dire l'élaboration d'une méthode

---

<sup>1</sup> Robert HETHMON, *Strasberg at The Actors Studio*, New York, Theater Communications Group, 1965, 446 p.

<sup>2</sup> Lee STRASBERG, *A Dream of Passion*, New York, Plume, 1987, 240 p.

<sup>3</sup> Ivan MAGRIN-CHAGNOLLEAU, « L'Héritage de Lee Strasberg », *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e.org*, vol. 2, 2015.

<sup>4</sup> Ivan MAGRIN-CHAGNOLLEAU, « L'incorporation animale chez l'acteur », *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e.org*, vol. 2, 2015.

<sup>5</sup> Ivan MAGRIN-CHAGNOLLEAU, « L'acteur et les émotions au théâtre et au cinéma », *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e.org*, vol. 3, 2016.

<sup>6</sup> Ivan MAGRIN-CHAGNOLLEAU. *La Méthode de l'Actors Studio*, à paraître.

personnelle de jeu à partir de l'expérience vécue. Je terminerai en abordant trois questions qui sont fréquemment posées au sujet de la méthode.

## **2. Genèse de la Méthode**

### **2.1 Stanislavski à New York en 1923**

Stanislavski a été une influence majeure sur la genèse de la méthode de l'Actors Studio. Il a été un grand acteur et metteur en scène russe de la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle et du début du XX<sup>ème</sup> siècle (1863-1938). Il a développé sa propre méthode de jeu pour l'acteur et a publié plusieurs livres qui détaillent cette méthode<sup>7 8 9</sup>. Il a également fondé le laboratoire d'acteurs du théâtre d'art de Moscou, qui a ensuite inspiré les laboratoires d'acteurs américains.

En 1923, il a effectué un séjour à New York et a donné plusieurs conférences et masterclasses. C'est à cette occasion que Lee Strasberg a rencontré Stanislavski et s'est enthousiasmé pour son approche du travail de l'acteur.

À noter aussi une autobiographie rédigée par Stanislavski où il parle également de l'élaboration de son système et du fonctionnement du laboratoire d'acteurs au théâtre d'art de Moscou<sup>10</sup>.

### **2.2 Le Laboratoire d'Acteurs de Richard Bolevslavsky et Maria Ouspenskaya**

Fort de cette première expérience avec la méthode de Stanislavski, Lee Strasberg a ensuite suivi les cours de Richard Bolevslavsky et Maria Ouspenskaya, deux anciens élèves de Stanislavski qui ont décidé de s'installer à New York et de créer leur propre cours<sup>11</sup>.

---

<sup>7</sup> Constantin STANISLAVSKI, *An Actor Prepares*, London, Methuen Drama, 1937, 314 p.

<sup>8</sup> Constantin STANISLAVSKI, *Building A Character*, London, Methuen Drama, 1950, 300 p.

<sup>9</sup> Constantin STANISLAVSKI, *Creating A Role*, London, Methuen, 1988, 274 p.

<sup>10</sup> Constantin STANISLAVSKI, *My Life in Art*, New York, Routledge, 1996, 582 p.

<sup>11</sup> Richard BOLESLOVSKY, *Acting: The First Six Lessons*, New York, Routledge, 1933, 140 p.

### **2.3 Deux Laboratoires d'Acteurs : le Group Theater et l'Actors Studio**

À la suite de cette expérience du cours et de la façon de travailler de Richard Boleslavsky, Lee Strasberg, avec Harold Clurman, Cheryl Crawford, et d'autres jeunes acteurs, metteurs en scène et auteurs américains fondent un premier laboratoire d'acteurs, le Group Theater<sup>12 13</sup>.

Interrompu par la Deuxième Guerre mondiale, le laboratoire renaît en 1947 sous l'impulsion d'Elia Kazan et Cheryl Crawford, sous le nom Actors Studio. Ils sollicitent Lee Strasberg dès 1949 pour assurer la direction artistique et prendre en charge le laboratoire.

C'est dans ces deux laboratoires que Lee Strasberg va pouvoir mener ses recherches sur le jeu de l'acteur, tester l'approche de Stanislavski, et mettre au point ses propres exercices pour compléter l'approche de Stanislavski.

C'est aussi dans ces laboratoires que de grandes pièces du répertoire américain se sont créées, car plusieurs auteurs étaient membres de ces laboratoires et développaient leurs pièces dans cet environnement stimulant, souvent en demandant aux acteurs d'improviser des scènes qui n'étaient pas encore écrites.

### **2.4 Influences : Stanislavski, Vakhtangov, Meyerhold, Michael Chekhov**

Stanislavski est une influence majeure dans la conception de la méthode de Lee Strasberg, mais ce n'est pas la seule.

« La méthode est un amalgame du travail de Stanislavski, Vakhtangov, Meyerhold, et le Group Theater. Observer et analyser leur travail est essentiel pour se former une compréhension pratique d'une approche théorique de notre travail, l'entraînement de l'acteur, et de son utilisation dans diverses formes de production. Les gens feraient une erreur s'ils considéraient une seule de ces

---

<sup>12</sup> Harold CLURMAN, *The Fervent Years*, New York, Da Capo Press, 1983, 330 p.

<sup>13</sup> Harold CLURMAN, *The Collected Works of Harold Clurman*, New York, Applause, 2000, 1102 p.

sources comme pouvant représenter à elle seule toute l'essence de la méthode. »<sup>14</sup>

Ainsi, on voit que Lee Strasberg a puisé dans d'autres sources, par exemple Vakhtangov<sup>15</sup> et Meyerhold<sup>16</sup>. Il attribue aussi le développement de sa méthode aux expérimentations qui ont déjà été faites au sein du Group Theater déjà mentionné auparavant.

Vakhtangov et Meyerhold ont tous deux été des disciples de Stanislavski, et les approches qu'ils ont développées et sur lesquelles ils ont écrit s'inspirent donc en grande partie du système de Stanislavski. C'est aussi le cas de Michael Chekhov, le neveu d'Anton Chekhov, qui a également été un disciple de Stanislavski, et dont le travail sur le geste psychologique est largement influencé par le travail de Stanislavski<sup>17</sup> <sup>18</sup>. Ces sources sont importantes pour comprendre la méthode de Lee Strasberg, mais aussi pour comprendre le système de Stanislavski, car ce dernier a publié ses livres plus d'une dizaine d'années avant la fin de sa vie, et toute l'évolution de son approche se trouve essentiellement dans les témoignages et écrits de ses disciples.

## **2.5 Cinquante Ans de Pratique et de Laboratoire**

Mais la méthode de Lee Strasberg est aussi le résultat de son travail au sein du Group Theater, et surtout de l'Actors Studio. Il a été régulièrement acteur au théâtre et au cinéma pendant plus de 50 ans, a mis en scène de nombreuses pièces de théâtre, et a enseigné et coaché de nombreux acteurs. C'est ce travail de terrain et de praticien qui lui a permis de développer et de tester de nouveaux exercices, et de trouver ceux qui sont les plus pertinents.

---

<sup>14</sup> Traduit par l'auteur à partir d'une citation de Lee Strasberg dans Lola COHEN, *The Lee Strasberg Notes*, New York, Routledge, 2010, 232 p.

<sup>15</sup> Evgueni VAKHTANGOV, *Écrits sur le théâtre*, préface, traduction et notes d'Hélène Henry, postface de Béatrice Picon-Vallin, Lausanne, L'Âge d'Homme, 2000, 391 p.

<sup>16</sup> Vsevolod MEYERHOLD, *Écrits sur le théâtre* : tomes 1 à 4, Lausanne, L'âge d'homme, 1980-1992.

<sup>17</sup> Michael CHEKHOV, *Être acteur*, Paris, Pygmalion, 1997, 241 p.

<sup>18</sup> Michael CHEKHOV, *L'imagination créatrice de l'acteur*, Paris, Pygmalion, 1997, 249 p.

## **2.6 Résoudre les Problèmes de l'Acteur à Tous les Niveaux**

Ce qui intéressait avant tout Lee Strasberg, comme Stanislavski, c'était de résoudre les problèmes de l'acteur. Stanislavski avait déjà pas mal débroussaillé le terrain, mais il restait quelques problèmes qu'il n'avait pas réussi à résoudre, et auxquels Lee Strasberg s'est attaqué. Il fallait aussi adapter certains exercices à la culture américaine.

C'est donc tout ce travail que Lee Strasberg a accompli tout au long de sa vie et de sa carrière. En s'attellant notamment à la question des émotions, à laquelle Stanislavski s'était lui-même beaucoup intéressé. L'une des compétences de l'acteur est de pouvoir proposer quasiment sur commande une émotion vraie. Or, nous n'avons pas d'accès direct à nos émotions. Il est très difficile de décider de ressentir une émotion particulière sur commande de façon consistante et pour toutes les émotions. Il faut donc recourir à des stratagèmes pour cela. Et un stratagème que Stanislavski avait identifié et que Lee Strasberg a développé plus avant est de recourir non pas directement aux émotions mais à une mémoire sensorielle, c'est-à-dire de recréer par les sens une situation déjà vécue ou certains éléments de cette situation. Lorsque la situation vécue est porteuse d'une charge émotionnelle importante, qui peut alors en se la remémorant générer une autre émotion forte, on parle de mémoire affective.

Il y a d'autres exercices que Lee Strasberg a développés pour répondre à des besoins bien spécifiques de l'acteur. Il est important de comprendre que pour Lee Strasberg, un exercice n'a d'intérêt que s'il permet à l'acteur de résoudre un problème, et/ou si l'acteur peut l'utiliser dans la durée de manière consistante.

## **2.7 Une Extension de Stanislavski**

On peut donc dire que la méthode de Lee Strasberg est en quelque sorte une extension de la méthode de Stanislavski, mais enrichie des apports d'autres théoriciens du jeu de l'acteur (Vakhtangov, Meyerhold, Michael Chekhov, ...), mais surtout des 50 ans de pratique, de recherche, de découvertes de Lee Strasberg lui-même.

## **2.8 Une Méthode Vivante**

Pour conclure cette partie dédiée à la genèse de la méthode de l'Actors Studio, je voudrais insister sur le caractère vivant d'une méthode de jeu. La méthode de l'Actors Studio a été développée par Lee Strasberg, mais elle n'a pas pour vocation de rester figée. Toute sa vie, Lee Strasberg n'a eu de cesse de faire évoluer sa méthode, de

remplacer un exercice par une autre forme plus efficace, d'inventer un nouvel exercice pour répondre à un problème précis. Ce serait donc aller à l'encontre même de la méthode que de la considérer comme quelque chose de figé et de gravé dans le marbre.

Chaque comédien, chaque acteur s'approprie une méthode, un exercice, pour les faire siens, les adapter, les modifier, afin que ces exercices remplissent leur fonction première : aider l'acteur à devenir plus consistant, à développer son art du jeu.

### **3. Pratique de la Méthode**

Je voudrais maintenant aborder la méthode au niveau de sa pratique. En tant que praticien de la méthode, qu'est-ce que cela veut dire pour moi ?

#### **3.1 Un apprentissage de la méthode**

Tout d'abord, il est nécessaire de prendre des cours pour apprendre cette méthode. Ce n'est pas une méthode que l'on peut apprendre dans les livres. Même si certains livres vont décrire la méthode, ses composantes, les exercices, il est important de les assimiler, et d'être guidé par cela par un professeur ou un coach qui connaît bien cette méthode, qui la pratique depuis longtemps, et qui en a assimilé les subtilités. Bien sûr, chaque professeur ou coach aura sa propre façon de transmettre, et peut-être d'ailleurs que ce qu'il transmettra sera plus ou moins la méthode de l'Actors Studio, mais il est important d'être bien au clair sur ce qui constitue cette méthode, sur les exercices qui en font partie, et sur ce qui représente les idiosyncrasies d'un professeur ou d'un coach.

#### **3.2 Un Ensemble d'Exercices**

La méthode de l'Actors Studio est constituée d'un ensemble d'exercices qui ont chacun leur raison d'être. Certains exercices ont été développés pour résoudre un problème bien précis, et n'ont pas pour vocation d'être pratiqués sur la durée (c'est le cas par exemple de l'exercice "Song and Dance"). D'autres exercices sont conçus comme des gammes de l'acteur, et ont donc pour vocation d'être répétés, développés, enrichis tout au long de la carrière de l'acteur. C'est le cas notamment de l'exercice de mémoire sensorielle, qui constitue en outre la base de plusieurs autres exercices (la mémoire affective, le moment privé, l'incorporation animale, etc.)<sup>19 20</sup>.

---

<sup>19</sup> Lola COHEN, *The Method Acting Exercises Handbook*, New York, Routledge, 2017, 232 p.

<sup>20</sup> Ivan MAGRIN-CHAGNOLLEAU. *La Méthode de l'Actors Studio*, à paraître.



### **3.3 Chaque Exercice a sa Raison d'Être**

Je voudrais insister sur le fait que chaque exercice a sa raison d'être. Par exemple, l'exercice "Song and Dance" a pour but d'aider un jeune acteur à surmonter sa timidité lorsqu'il est seul en scène face à un public, et à comprendre également la notion de rythme sonore et corporel lorsqu'il est en scène. Pour un acteur qui n'a pas ces difficultés, cet exercice n'aurait sans doute pas grand intérêt. L'exercice de mémoire sensorielle a pour but d'entraîner la capacité de notre corps à se remémorer des expériences sensorielles (un goût particulier, une odeur particulière, un endroit particulier, etc.) et à les revivre au présent comme s'il y était de nouveau. Cette capacité est essentielle pour pouvoir ensuite réaliser d'autres exercices, et fait partie d'une série d'exercices à pratiquer le plus souvent possible pour progresser en tant qu'acteur.

### **3.4 Intégration des Exercices**

Un autre point important et qui est souvent passé sous silence est l'intégration des exercices. Quand je parle d'intégration, je parle à la fois de progression (il est nécessaire d'avoir déjà une bonne maîtrise de la mémoire sensorielle avant de pouvoir faire un moment privé, une incorporation animale ou une mémoire affective), mais aussi d'adaptation des exercices au travail quotidien de l'acteur lorsqu'il doit interpréter un rôle.

La plupart des exercices n'ont pas pour vocation d'être simplement des exercices de pratique, mais aussi d'être utilisés concrètement lorsqu'il s'agit de jouer un personnage. Autrement dit, les exercices ne sont pas déconnectés de la pratique professionnelle de l'acteur. L'acteur utilise ces exercices pour faire son travail de construction d'un personnage. Par exemple, un exercice de mémoire sensorielle va être utilisé pour recréer des éléments sensoriels pertinents pour le personnage en construction et dans la situation où il se trouve.

### **3.5 Un Entraînement Continu**

Enfin, cette méthode a été développée de sorte qu'elle puisse constituer un entraînement continu de l'acteur. À quelques exceptions près (quelques exercices qui ont été développés pour des situations bien particulières comme "Song and Dance"), la plupart des exercices ont été conçus pour alimenter un entraînement continu de l'acteur. Plus vous les pratiquerez, plus vous les maîtriserez, et plus vous les maîtriserez, plus ils vous seront utiles.

Le travail continu avec un exercice permet d'améliorer sa maîtrise de l'exercice, et permet de rajouter en complexité. Par exemple, si vous faites un exercice de mémoire sensorielle, vous commencerez peut-être par votre boisson du petit-déjeuner, puis vous irez vers des tâches un peu plus complexes comme la chaleur du soleil sur la peau, et vous finirez par devenir capable de recréer des expériences complexes, par exemple un petit-déjeuner sur la place Saint-Marc à Venise. En outre, à chaque rôle, les besoins en mémoire sensorielle sont différents et la pratique de cet exercice s'enrichit donc constamment.

#### **4. Phénoménologie de la Méthode**

Je voudrais maintenant aborder la dimension phénoménologique de la pratique de la méthode de l'Actors Studio, c'est-à-dire comment cette pratique est vécue par l'acteur. Je m'appuie pour cela sur ma propre pratique et ma propre expérience, et sur de nombreux entretiens que j'ai passés avec des acteurs qui ont été formés à cette méthode et la pratiquent régulièrement.

##### **4.1 Comment l'Acteur Intègre**

Tout d'abord, il y a la question de l'intégration, dont j'ai déjà un peu parlé. Les cours intensifs à l'Actors Studio durent trois ans. C'est un enseignement dense, où tous les exercices de la méthode sont enseignés et pratiqués, et où on apprend également à utiliser les exercices dans un travail de personnage. Mais il faut bien sûr bien plus de temps que ça pour intégrer complètement les exercices et en faire une habitude de travail. Lee Strasberg considérait qu'il fallait 7 à 10 ans pour former un acteur. Je pense pour ma part que la formation de l'acteur est continue, et que plus on travaille sur une méthode, plus on la maîtrise et on la fait sienne.

Cette intégration passe par une répétition des exercices, par leur enrichissement, par leur utilisation dans des contextes différents, pour des rôles différents. Et à certains moments, certaines choses se sédimentent, c'est-à-dire qu'on les comprend à un niveau organique, à un niveau intérieur, à un niveau corporel, et cela devient une connaissance incarnée et non plus uniquement intellectuelle.

## **4.2 Comment l'Acteur Pratique**

Cette intégration passe donc par une pratique régulière. Il y a bien sûr la pratique qui se fait dans le cadre des rôles qu'un acteur joue, au théâtre et au cinéma. Il y a aussi la pratique qui se fait dans le cadre des castings. Mais il est important de pratiquer aussi quand il n'y a ni l'un ni l'autre. C'est la pratique qui fait le maître. Ou pour le dire autrement, on est ce qu'on fait tous les jours. Il est important pour un acteur de pratiquer sa technique le plus souvent possible, et si possible tous les jours.

Certains exercices sont comme un muscle, et ce muscle a besoin d'être entraîné tous les jours pour se développer. C'est le cas notamment pour la mémoire sensorielle. Plus on l'utilise, plus elle est facile à utiliser. Et en partant d'exercices de mémoire sensorielle simples, on peut aller vers des exercices de plus en plus complexes.

Cette pratique n'est pas toujours évidente à faire par soi-même et il est possible de créer avec d'autres acteurs un laboratoire d'acteurs où pouvoir s'entraîner régulièrement et bénéficier éventuellement d'un regard extérieur sur son travail et donc d'un retour objectif, à condition bien sûr que ce regard soit suffisamment entraîné et bienveillant.

## **4.3 Comment l'Acteur Fait Évoluer**

Il est aussi important de noter que chaque acteur s'approprie les outils d'une méthode, et les fait évoluer à sa façon, en développant sa propre méthode. Je dis toujours qu'il y a autant de méthodes de jeu que d'acteurs. Deux acteurs qui pratiquent la méthode de l'Actors Studio ne vont pas la pratiquer exactement de la même façon. Chacun a ses exercices préférés, ceux qui marchent bien. Pour ma part, je pratique systématiquement l'exercice de l'incorporation animale quand je travaille un personnage, et également avant d'entrer en scène ou d'aller sur un plateau de tournage. C'est un exercice qui marche bien pour moi, selon mes propres critères d'évaluation, et qui me permet de sortir de ma tête très facilement. J'ai tellement pratiqué cet exercice, et j'ai guidé tellement d'acteurs dans cet exercice que j'ai sans doute adapté sa pratique à ma propre compréhension de l'exercice et à mes propres besoins, compréhension et besoins qui en outre évoluent dans le temps.

## **4.4 Comment l'Acteur Mélange**

Enfin, il faut noter qu'un acteur, au cours de sa carrière, rencontre de nombreuses approches du jeu. Il le fait par le biais de sa formation initiale, mais aussi à travers les

nombreux stages et ateliers, et enfin à travers toutes les rencontres avec des professeurs, des coachs, des metteurs en scène, des réalisateurs, d'autres acteurs, etc. À chaque fois qu'un acteur travaille avec quelqu'un, il apprend une nouvelle méthode de travail, et il va en garder ce qui l'aide, ce qui fonctionne pour lui, ce qui lui permet d'aller plus loin dans son travail. Et même s'il a un entraînement de base avec la méthode de l'Actors Studio, il se peut qu'il intègre dans cette méthode un élément exogène qui y trouvera très bien sa place.

#### **4.6 Une Méthodologie pour Explorer la Phénoménologie de l'Acteur**

J'ai le projet de développer une recherche autour de la phénoménologie<sup>21 22</sup> de l'acteur, afin d'objectiver cette expérience vécue par l'acteur lorsqu'il joue ou pratique son art, et en ne me limitant pas nécessairement aux acteurs qui utilisent la méthode de l'Actors Studio. Pour cela, je souhaiterais utiliser un protocole expérimental qui repose sur des entretiens d'explicitation<sup>23</sup> afin de faire expliciter à des acteurs ce qu'ils font vraiment lorsqu'ils jouent, et pouvoir observer l'expérience vécue des acteurs à un niveau très fin. Cette méthode a déjà été utilisée de nombreuses fois avec succès, notamment pour observer des choses aussi fines que l'intuition<sup>24</sup>.

### **5. Questions récurrentes sur la Méthode**

Je voudrais terminer cet article en répondant à quelques questions qui reviennent souvent au sujet de la méthode de l'Actors Studio.

#### **5.1 Peut-on se faire mal en utilisant la Méthode ?**

Cette question m'est souvent posée. Elle concerne, je pense, la peur qu'ont certaines personnes au sujet de l'exercice de la mémoire affective, ce qui fait que la méthode de l'Actors Studio est parfois conçue à contresens comme une méthode psychologisante.

Tout d'abord, je rappelle brièvement en quoi consiste l'exercice de mémoire affective : il s'agit de faire une mémoire sensorielle d'un événement du passé à forte charge

---

<sup>21</sup> Edmund HUSSERL, *Idées directrices pour une phénoménologie*, Paris, Gallimard, 1985, 624 p.

<sup>22</sup> Edmund HUSSERL, *L'idée de la phénoménologie*, Paris, PUF, 1992, 140 p.

<sup>23</sup> Pierre VERMERSCH, *L'entretien d'explicitation*, Issy-les-Moulineaux, ESF Éditeur, 2014, 208 p.

<sup>24</sup> Claire PETITMENGIN, *L'expérience intuitive*, Paris, L'Harmattan, 2003, 386 p.

émotionnelle, de manière à faire surgir dans le moment présent une émotion forte qui peut être similaire ou non.

À ce sujet, je voudrais faire plusieurs remarques. Tout d'abord, il n'est pas souvent nécessaire de recourir à cet exercice. On ne l'utilise que si on en a besoin et uniquement pour un moment fort émotionnellement dans une pièce ou un film. Ensuite, cet exercice n'est utilisé qu'avec des personnes qui ont des difficultés à générer certaines émotions fortes par de simples exercices de mémoire sensorielle. Quand ces émotions ont été libérées, il n'est parfois pas nécessaire de retourner à un exercice de mémoire affective. D'autre part, la condition pour pouvoir choisir un événement du passé pour cet exercice est précisément qu'il soit dans le passé, et suffisamment loin dans le passé. Lee Strasberg préconisait un minimum de 10 ans afin que l'inconscient ait eu le temps de faire son travail de filtrage.

C'est aussi un exercice qui est pratiqué sous la supervision d'un enseignant, qui ne le fait qu'avec certains étudiants, et qui a appris à superviser cet exercice en toute sécurité psychique. Enfin, avec la pratique, un acteur peut apprendre à pratiquer cet exercice par lui-même, mais seulement une fois qu'il a été guidé plusieurs fois par un enseignant de la méthode.

Pour finir, j'ajoute que le travail sur les émotions, quelle que soit la façon dont l'acteur l'effectue, fait partie de ce qui est demandé à un acteur. Il est donc important qu'un acteur fasse le travail sur soi nécessaire afin d'être à l'aise avec ses émotions, et que ce travail ne constitue plus un obstacle à l'expression de son art. Si cela doit passer par un travail de thérapie, c'est la responsabilité de l'acteur d'entreprendre ce travail. Ce n'est nullement la responsabilité d'un enseignant de théâtre, et il est très important de savoir faire la différence et de fuir tout enseignant de théâtre qui s'ingérerait dans la sphère psychique au nom d'un travail d'acteur sur les émotions. C'est cela qui peut être dangereux pour un acteur, pas de travailler avec la méthode de l'Actors Studio.

## **5.2 Quelle est la Différence entre Théâtre et Cinéma ?**

On me demande aussi régulièrement quelle est la différence entre le jeu au théâtre et le jeu au cinéma, et si la méthode de l'Actors Studio a été développée pour le théâtre ou pour le cinéma. Tout d'abord, en ce qui concerne le travail de l'acteur, il n'y a aucune différence entre théâtre et cinéma. On se prépare de la même manière pour un rôle au

théâtre ou pour un rôle au cinéma. On utilise la même procédure, les mêmes exercices, la même approche. La seule différence est liée bien sûr au contexte, qui n'est pas le même. Au théâtre, il faut jouer aussi pour le spectateur du dernier rang et cela demande un engagement du corps et de la voix qui n'est pas le même. Et au cinéma, surtout pour les gros plans, le moindre mouvement prend énormément d'importance et il faut parfois réduire au maximum les expressions corporelles et vocales. Mais ce sont des éléments extérieurs qui vont s'intégrer naturellement dans le travail, à condition d'être guidé par un metteur en scène compétent. Le travail de l'acteur sur le personnage et sur les scènes, lui, va être le même dans les deux situations.

Quant à la méthode de l'Actors Studio, elle a d'abord été développée pour le théâtre. Mais au moment où le cinéma s'est beaucoup développé, les acteurs formés à l'Actors Studio étaient également très performants au cinéma. C'est d'ailleurs ce qui en a fait sa réputation. Mais cela devrait être le cas de toute méthode de jeu performante, dans la mesure où le travail de personnage de l'acteur est le même, que ce soit au théâtre ou au cinéma.

### **5.3 Quelle est l'Influence de la Méthode en France ?**

C'est la troisième question qui revient le plus souvent au sujet de la méthode de l'Actors Studio. Il y a en effet en France une réticence à cette méthode que je ne m'explique pas. J'ai quelques éléments de réponse mais ils ne sont jamais totalement satisfaisants. Il y a par exemple en France l'importance accordée traditionnellement au texte. Le texte théâtral en France est par tradition très littéraire, ce qui conduit à des jeux généralement plus théâtraux, et qui font moins de place à une interprétation plus réaliste telle que la méthode de l'Actors Studio le permet. C'est aussi le cas du théâtre de boulevard en France, qui est très théâtral et souvent très crié. Il n'y a pas actuellement de place dans ces théâtres pour une approche plus réaliste comme celle de l'Actors Studio. Je crois pour ma part que ces théâtres s'accommoderaient pourtant très bien d'un jeu réaliste, et que les œuvres jouées en sortiraient renforcées.

Il y a peut-être une autre raison qui est liée à la question 1. La méthode de l'Actors Studio fait peur à certaines personnes. Comme c'est une méthode qui repose sur l'idée d'un acteur qui a déverrouillé ses émotions, ce n'est pas une méthode qui convient à tout le monde, et notamment à des personnes qui ont précisément des difficultés émotionnelles.

On a peut-être en France une culture qui ne favorise pas l'épanouissement émotionnel. Mais je laisserai cette question entre les mains des sociologues et des psychologues.

Mais il y a heureusement en France toute une nouvelle génération d'acteurs qui travaillent avec la méthode de l'Actors Studio. Cela a commencé avec des acteurs qui ont des carrières internationales et des coachs de jeu souvent américains ou tout au moins anglo-saxons. En voyant la différence d'intensité au niveau des performances de ces acteurs, la jeune génération a compris qu'il y avait là quelque chose d'intéressant à explorer.

## **6. Conclusion**

### **6.1 Pour Synthétiser**

J'ai commencé, dans cet article, par me présenter succinctement en indiquant quelle était ma relation avec la méthode de l'Actors Studio. Puis j'ai parlé de sa genèse, en mentionnant l'influence importante de Stanislavski, mais aussi de Vakhtangov, Meyerhold et Michael Chekhov, et les deux incubateurs de la méthode qu'ont été le Group Theater entre les deux guerres mondiales, puis l'Actors Studio après la Seconde Guerre mondiale.

J'ai ensuite parlé de la pratique de la méthode, en mentionnant en particulier son apprentissage, la façon dont les exercices interagissent entre eux et dont un acteur les intègre, et l'importance d'un entraînement continu.

Puis j'ai abordé la question de la phénoménologie de la méthode, c'est-à-dire la méthode de l'Actors Studio du point de vue de l'expérience vécue par l'acteur, ce qui recouvre à la fois la façon dont chaque acteur intègre la pratique de la méthode à son travail d'acteur, mais aussi comment il la fait évoluer, et comment il la mélange avec d'autres pratiques. J'ai fini cette partie en proposant une méthodologie pour aborder la phénoménologie de l'acteur plus en profondeur.

J'ai enfin répondu à trois questions fréquentes qui sont posées au sujet de la méthode, concernant un éventuel danger à travailler avec certains exercices, la différence entre le jeu de théâtre et le jeu de cinéma, et l'influence de la méthode de l'Actors Studio en France.

## **6.2 Pour Aller Plus Loin avec la Méthode**

Pour les personnes qui souhaiteraient aller plus loin avec la méthode de l'Actors Studio, je recommande d'abord de prendre des cours ou de faire du coaching avec un spécialiste de la méthode, quelqu'un qui non seulement la pratique depuis de nombreuses années, mais qui a aussi mené une réflexion sur la méthode afin de comprendre ce qui en fait partie et pourquoi.

Je renvoie aussi à la bibliographie de cet article qui contient quelques ouvrages qui ont été écrits sur la méthode de l'Actors Studio et qui présentent la philosophie de la méthode ainsi que les exercices, en particulier COHEN 2017 en anglais et MAGRIN-CHAGNOLLEAU 2020 en français.

## **6.3 Le Futur de la Recherche sur la Méthode**

Il y a à mon avis trois façons d'aborder une recherche sur la méthode de l'Actors Studio aujourd'hui, et je travaille personnellement dans ces trois directions. La première approche est une approche pratique et consiste à pratiquer la méthode pour affiner sa compréhension de cette approche, de chaque exercice, de l'interaction entre les exercices, et de ce que chaque exercice apporte au travail de l'acteur.

La deuxième approche est une approche historique, qui consiste à aller creuser les archives de Lee Strasberg qui sont conservées en grande partie au Lee Strasberg Institute. Je visite régulièrement ces archives et y trouve régulièrement de petites pépites qui me font approfondir ma compréhension de la méthode et du projet de Lee Strasberg.

La troisième approche est une approche phénoménologique et consiste à interroger l'expérience vécue des acteurs qui pratiquent cette méthode, afin de mieux comprendre ce qui se passe pour eux lors de la pratique des différents exercices.



## 7. Bibliographie

- BOLESNAVSKY, Richard, *Acting: The First Six Lessons*, New York, Routledge, 1933, 140 p.
- CHEKHOV, Michael, *Être acteur*, Paris, Pygmalion, 1997, 241 p.
- CHEKHOV, Michael, *L'imagination créatrice de l'acteur*, Paris, Pygmalion, 1997, 249 p.
- CLURMAN, Harold, *The Fervent Years*, New York, Da Capo Press, 1983, 330 p.
- CLURMAN, Harold, *The Collected Works of Harold Clurman*, New York, Applause, 2000, 1102 p.
- COHEN, Lola, *The Lee Strasberg Notes*, New York, Routledge, 2010, 232 p.
- COHEN, Lola, *The Method Acting Exercises Handbook*, New York, Routledge, 2017, 232 p.
- HETHMON, Robert, *Strasberg at The Actors Studio*, New York, Theater Communications Group, 1965, 446 p.
- HUSSERL, Edmund, *Idées directrices pour une phénoménologie*, Paris, Gallimard, 1985, 624 p.
- HUSSERL, Edmund, *L'idée de la phénoménologie*, Paris, PUF, 1992, 140 p.
- MAGRIN-CHAGNOLLEAU, Ivan, « L'Héritage de Lee Strasberg », *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e*, vol. 2, 2015.
- MAGRIN-CHAGNOLLEAU, Ivan, « L'incorporation animale chez l'acteur », *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e*, vol. 2, 2015.
- MAGRIN-CHAGNOLLEAU, Ivan, « L'acteur et les émotions au théâtre et au cinéma », *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e*, vol. 3, 2016.
- MAGRIN-CHAGNOLLEAU, Ivan, *La Méthode de l'Actors Studio*, à paraître.
- MEYERHOLD, Vsevolod, *Écrits sur le théâtre* : tomes 1 à 4, Lausanne, L'âge d'homme, 1980-1992.
- PETITMENGIN, Claire, *L'expérience intuitive*, Paris, L'Harmattan, 2003, 386 p.
- STANISLAVSKI, Constantin, *An Actor Prepares*, London, Methuen Drama, 1937, 314 p.
- STANISLAVSKI, Constantin, *Building A Character*, London, Methuen Drama, 1950, 300 p.
- STANISLAVSKI, Constantin, *Creating A Role*, London, Methuen, 1988, 274 p.
- STANISLAVSKI, Constantin, *My Life in Art*, New York, Routledge, 1996, 582 p.
- STRASBERG, Lee, *A Dream of Passion*, New York, Plume, 1987, 240 p.
- VAKHTANGOV, Evgueni, *Écrits sur le théâtre*, préface, traduction et notes d'Hélène Henry, postface de Béatrice Picon-Vallin, Lausanne, L'Âge d'Homme, 2000, 391 p.
- VERMERSCH, Pierre, *L'entretien d'explicitation*, Issy-les-Moulineaux, ESF Éditeur, 2014, 208 p.

## **Biographie**

Ivan Magrin-Chagnollean est artiste chercheur au CNRS et travaille en création recherche. Il s'intéresse particulièrement au processus créatif, à sa phénoménologie, et au lien qui existe entre art et spiritualité. Il a créé et dirigé pendant 6 ans une équipe de recherche consacrée à l'esthétique de la performance et des arts du spectacle. Il a fondé et dirige le journal *p-e-r-f-o-r-m-a-n-c-e.org*, journal de création recherche consacré à la performance, aux arts performatifs, aux arts du spectacle, aux arts sonores et aux arts visuels.