

MARIE - CHRISTINE CALVET

ENQUETE SUR UNE TECHNIQUE PIANISTIQUE

SUR LES TRACES DE SCARAMUZZA

METHODE DE PIANO POUR NOVICES

TOME II

ILLUSTRATIONS : BERNARD CALVET

RAPPEL

La gestuelle ou dynamique pianistique analysée progressivement dans les quatre tomes de cet ouvrage, énonce des principes d'ordre rationnel, destinés à conduire le novice, comme le pianiste chevronné, sur les traces d'une nouvelle approche du piano.

Les étapes successives requièrent des connaissances pluridisciplinaires que je me suis efforcée de simplifier, afin de les mettre à la portée de tous. La physiologie, la physique et l'acoustique, ouvrent au technicien comme au musicien, un horizon illimité quant au développement de ses propres capacités.

Bien souvent il m'arrive de recevoir des étudiants dont les croyances à propos de leurs dispositions mécaniques et par effet miroir, musicales, ont été ébranlées voire même, fortement compromises. La connaissance approfondie de certains principes comble petit à petit leurs peurs et démystifie les préjugés, aujourd'hui encore répandus, d'une technique innée ou de l'acquisition de moyens performants par le biais d'heures de répétitions d'exercices "machiavéliques".

Certes, à première vue, cette approche peut surprendre face à un enseignement plus traditionnel, mais il faut comprendre que cette nouvelle optique s'inscrit dans une démarche conduisant sur le chemin que le milieu musical, lui même, a aujourd'hui fixé. Qu'il s'agisse des domaines de la composition ou des directives pédagogiques actuelles, la musique évolue avec la modernité à travers de nouveaux langages et d'autres axes de communication. La musique contemporaine qui s'est constituée sur une science des matériaux bruts est bien la plus à même de défendre le point de vue d'un enseignement "moderne et rénové", construit sur les capacités analytiques d'une jeunesse de plus en plus pertinente. Les techniques pédagogiques modernes doivent intégrer impérativement tous nos lieux d'enseignement, afin d'éviter les méandres des recherches personnelles et établir enfin des axes d'étude diversifiés qui répondent aux questions d'aujourd'hui....

AVERTISSEMENT AU LECTEUR

Les principes techniques fondamentaux ne s'exercent pas sur une littérature musicale particulière mais sur toute la littérature en général ; pour cette raison, il ne faudra pas chercher dans ce livre d'exercices techniques ou d'études.

Il est question ici, d'une méthode, accessible à tous, traitant la manière de travailler les moyens techniques dès le début de l'étude du piano.

La dissociation entre technique et musique est à bannir, et avec elle, les heures d'exercices sans aucune relation directe avec la formation musicale de l'élève.

Travailler des heures durant, des études ou des exercices, avec une méconnaissance ou une approximation des principes techniques, aggrave souvent les problèmes et risque même de provoquer chez certains des crispations pouvant devenir chroniques. Au contraire, la mise en pratique d'une connaissance précise, d'un savoir-faire, à travers ces mêmes exercices produira les meilleurs résultats.

Le professeur saura guider le novice dans le répertoire musical, suivant son niveau, en s'appuyant sur les bases techniques, quelle que soit l'oeuvre travaillée par l'élève.

PRESENTATION DE L'OUVRAGE

Cet ouvrage se compose de cinq chapitres, traitant chacun d'un élément fondamental de la gestuelle.

** Chaque chapitre répond à trois questions essentielles :*

Quoi? Pourquoi? Comment?

suivi d'un récapitulatif :

Je sais.

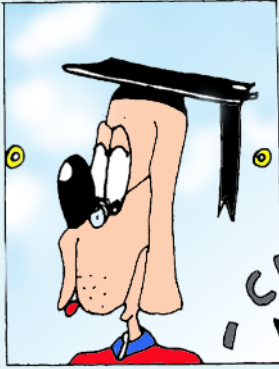
Le texte, synoptique, s'adresse à l'enseignant et même aux parents qui pourront aider l'élève dans la compréhension des étapes successives.

** En fin de chapitre, l'élève trouvera :*

"Les sournoiseries et pièges à éviter"

qui lui sont plus particulièrement réservés et qui indiquent la marche à suivre pour réaliser au piano la notion particulière étudiée ; cette rubrique guide l'application pratique et prévient l'élève des principales défaillances, erreurs ou difficultés auxquelles il est susceptible de se heurter : elle tient lieu d'exercice qu'il pourra faire seul, ce qui lui permettra d'approfondir un travail personnel.

** En conclusion, un résumé encadré fait la synthèse de la leçon étudiée et précise les points clés que l'élève devra mémoriser.*

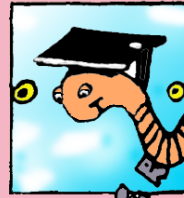


CARTE D'ETUDIANT
 ANNEE UNIVERSITAIRE
 MCLXII6



NOM: Ziguergoin
 PRENOM: Vladimir
 FACULTAE : Sciences

SIGNATURE: *Ziguergoin*



CARTE D'ETUDIANT
 ANNEE UNIVERSITAIRE
 MCLXII6



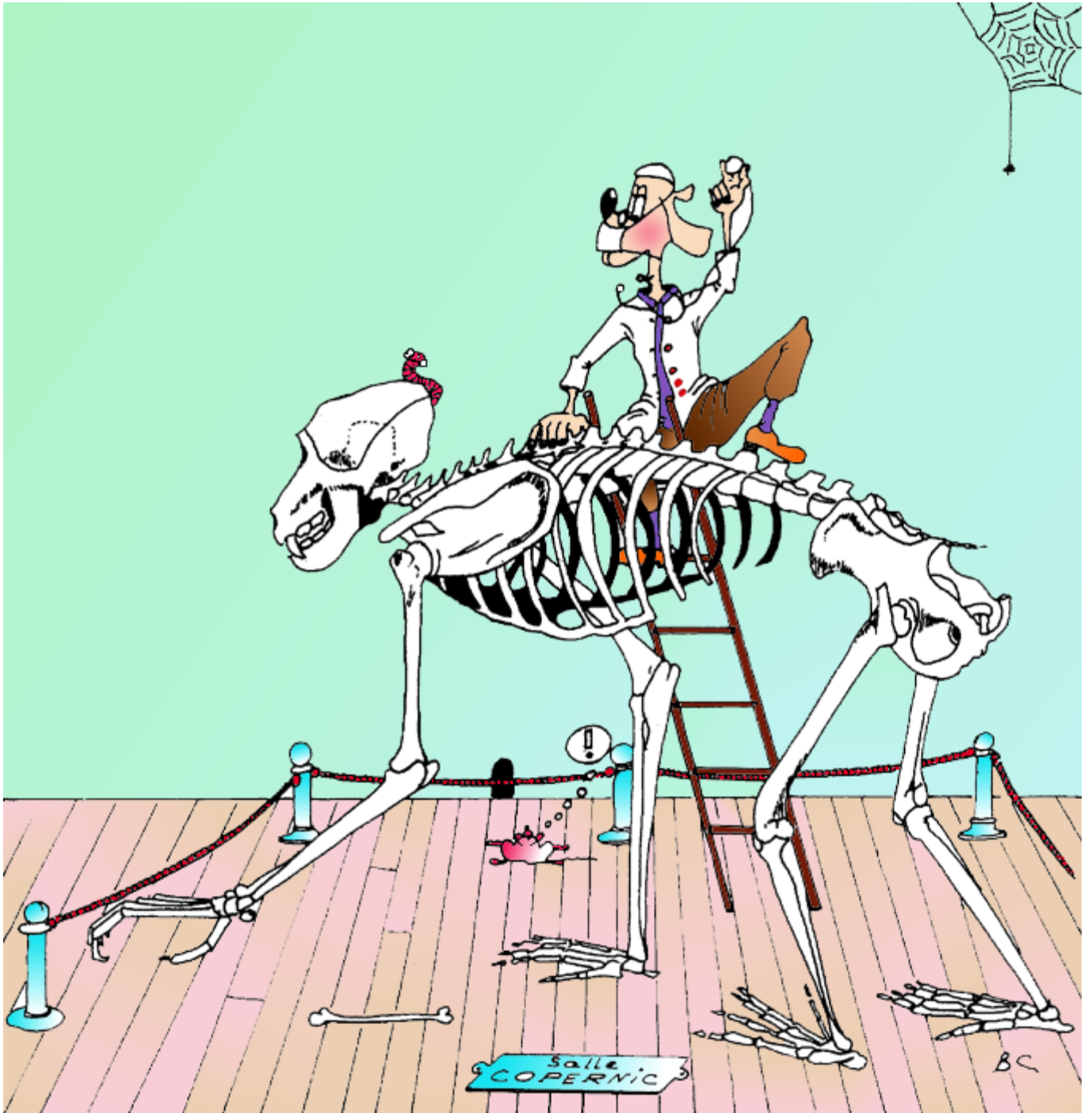
NOM: Verasoié
 PRENOM: sans
 FACULTAE: Sciences

SIGNATURE *X*

Bon travail!

CHAPITRE I

UN PEU D'ANATOMIE



L'ANATOMIE, C'EST QUOI?

Nous avons pu découvrir dès le premier tome de cet ouvrage, ce qu'était l'appareil pianistique en le définissant comme *le système fondamental mécanique* utilisé pour le jeu du piano.

Ce système s'étend de l'épaule jusqu'au bout des doigts.

L'anatomie aide à comprendre la gestuelle du pianiste ; elle démonte cette mécanique extrêmement complexe et perfectionnée, *pour mettre à nu son fonctionnement*, un peu, somme toute, comme le ferait un marionnettiste qui chercherait à voir les ficelles qui actionnent sa poupée, pour mieux la faire bouger !

.....

L'ANATOMIE, POURQUOI?

Pour donner la possibilité au pianiste d'analyser ses mouvements à travers la connaissance de sa physiologie et permettre ainsi le développement de ses moyens techniques.

Cette connaissance, ici réduite à sa plus simple expression, permet d'éviter les pièges du travail répétitif qui souvent conduisent l'élève à créer des automatismes périlleux aboutissant parfois à ***des effets pathologiques de surmenage*** comme les tendinites, les maux de dos et tant d'autres problèmes graves.

Si le pianiste réussit à éviter la fatigue physique, d'autres anomalies, comme l'absence de maîtrise mécanique ou les difficultés de vélocité et d'aisance, ne tardent pas à apparaître au cours de son évolution ;

L'ANATOMIE, COMMENT?

Afin de comprendre et d'organiser nos gestes, étudions le processus schématique d'un mouvement.

Pour effectuer un mouvement, quatre systèmes conjuguent leurs actions :

L'ordre ou l'information prend naissance dans le cerveau :

* **Le système nerveux** irradiant tout le corps transmet cette information par le biais de l'influx nerveux.

* Le système nerveux déclenche une réaction chimique au niveau de la fibre musculaire, **le système musculaire** se contracte.....

L'ANATOMIE, COMMENT?

*Les crispations et les maladies proviennent souvent de la mauvaise utilisation des deux chaînes contraires ; **contractées de manière désordonnée, elles provoquent de graves troubles.***

Dans le travail quotidien de l'instrumentiste, *une mauvaise posture* entraîne inévitablement *des compensations musculaires* ; certains muscles, au cours des années, se renforcent trop par rapport à d'autres qui s'affaiblissent. *Ce déséquilibre* infligé au système musculaire peut aboutir à des handicaps parfois si sérieux que seule une thérapie de rééducation motrice profonde peut remédier aux dégâts causés par *cette absence d'équilibre de base* du corps. Il n'est pas question de faire de cet ouvrage une étude de la coordination musculaire, elle restera volontairement schématique. Aucun muscle ne travaille seul ; *il s'appuie sur tout un réseau musculaire et opère systématiquement en synergie* avec d'autres. Pour l'heure, il suffit au pianiste de prendre conscience de l'importance de son maintien, de sa posture, en étudiant quelques bases anatomiques qui pourront l'aider à éviter les pièges trop flagrants d'une mauvaise tenue.

Apprenons déjà à connaître et à sentir les muscles les plus importants qui dirigent les mouvements de chacun des éléments du système pianistique :

Le bras

Son articulation : l'épaule.

Ses muscles : la ceinture scapulaire, le deltoïde (grand élévateur du bras).

L'avant-bras

.....

CONSEILS : SOURNOISERIES ET PIEGES A EVITER



** Pose un bras sur ton genou, bien détendu. Avec le pouce et l'index de l'autre main, pince l'épaule du bras qui est au repos....Le muscle qui entoure ton épaule c'est le ?...**Deltoïde**, Bravo!*

Attention, un peu plus haut..., Près de la clavicule.

Lève maintenant le bras très doucement, sens-tu comme il se contracte?

***Contracte-le, détends-le** plusieurs fois de suite et ceci en inversant les bras, pour bien*

en prendre conscience!

.....

*En évitant tous ces pièges, tu viens de franchir la **SIXIEME** étape de l'enquête que mène notre pianiste Vladimir Ziguoin "Sur les traces de Scaramuzza". Bravo et merci pour lui!*

.....Affaire à suivre

UN PEU D'ANATOMIE

C'EST QUOI : C'est connaître

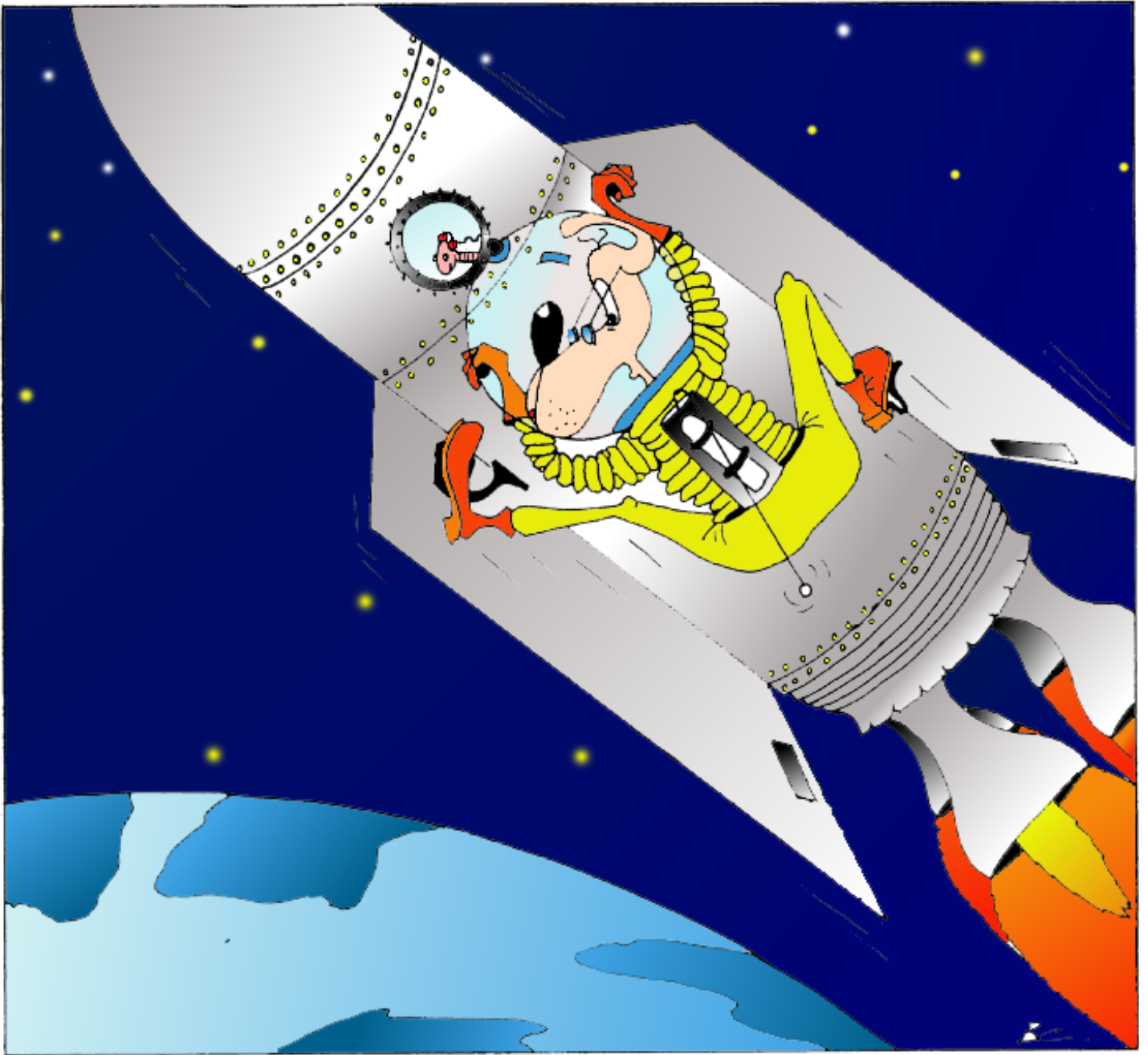
POURQUOI : Pour savoir

COMMENT : En apprenant à

TU SAIS : Utiliser

CHAPITRE II

PESANTEUR OU APESANTEUR?



LA PESANTEUR ET L'APESANTEUR, C'EST QUOI?

Si tu te penches sur la position initiale du pianiste devant son instrument, tu remarques immédiatement deux évidences : *la position assise et la pronation des avant-bras*, c'est-à-dire leur rotation interne, permettant ainsi aux mains le contact avec le clavier (ou si tu préfères, la possibilité aux mains de se retourner comme deux crêpes).

De ces deux principes fondamentaux de posture, découle toute une logique de comportement que nul ne saurait ignorer, pas même toi!

Dans cette confortable position assise (d'autres instrumentistes comme les violonistes ou les flûtistes travaillent et jouent debout!), le pianiste risque malgré tout de s'habituer à un mauvais maintien, perdant ainsi, petit à petit, les avantages que lui offre cette position de départ.....

LA PESANTEUR ET L'APESANTEUR, POURQUOI?

Pesanteur parce que le poids existe et qu'il le fait savoir à chaque instant, dans la vie quotidienne comme dans l'exercice d'un art, quel qu'il soit, apesanteur comme antidote!

Notre corps pèse, nos bras pèsent : énormes handicaps pour une touche de piano qui ne réclame que soixante-dix grammes pour être enfoncée!

Comment trouver la spatialité et l'aisance de nos bras, la vélocité de nos doigts, lorsque nous "pesons" comme des mammoths, lorsque cette énergie passive de gravité nous renvoie à chaque instant à cette condition chronique d'écrasement qui est la nôtre!

*Le corps soumis à la pesanteur ne cesse, par un jeu extrêmement subtil et complexe de ses chaînes musculaires, de pallier cet état de fait ; **les muscles agonistes et antagonistes conjuguent leurs efforts**, à chaque instant, pour maintenir son équilibre. Assis ou debout, le cerveau dirige notre activité musculaire de façon efficace et logique pour que l'individu ne ressente aucune difficulté a priori, à maintenir ces positions simples et naturelles.....*

LA PESANTEUR ET L'APESANTEUR, COMMENT?

Par le biais de quelques principes analytiques de physique et d'anatomie, tu peux mieux diriger ton étude et accélérer ton apprentissage du piano.

L'approche initiale de l'instrument suppose *des principes d'équilibre et de maintien*, déterminant *une posture statique de départ*, avant même qu'il ne soit question de jouer du piano.

La technique pianistique doit être *échafaudée par étapes, par strates cohérentes*. Elle offre ainsi au novice une *organisation de son travail quotidien*, construite et progressive : les deux premières phases de travail concernent la posture, l'équilibre de départ ; la troisième, le jeu à proprement parler du piano.....

LE COMPORTEMENT STATIQUE D'EQUILIBRE, COMMENT?

S'asseoir au piano n'est pas une mince affaire! En jouer non plus, surtout si la première étape n'a pas été franchie! Avant même de penser aux bras et à l'appareil pianistique en général, "zoomons" sur ce qui tient les bras, sur ce qui les attachent au corps : *l'épaule*.

Retenons du chapitre sur l'anatomie l'extrême mobilité de l'épaule grâce à *la ceinture scapulaire*. ***Dans le comportement statique d'équilibre***, la ceinture scapulaire tient une place privilégiée ; *c'est elle qui règle le maintien de la colonne vertébrale et qui fixe l'épaule dans son axe, permettant ainsi aux bras une parfaite spatialité*.

Les muscles concernant les bras ne peuvent être totalement efficaces que si ***l'épaule ne s'effondre pas***, si ce qui retient le bras au buste, ne change pas de position à chaque instant! *C'est à cette unique condition que les charges du bras pourront ou non être réglées et qu'elles deviendront un atout pour le jeu pianistique.....*

LE COMPORTEMENT STATIQUE DE SOUTIEN, COMMENT?

La position première idéale dépend donc du maintien du grand axe central (bassin - colonne vertébrale - tête) et d'une juste position du siège. Centré devant les pédales, sa hauteur est d'une importance capitale. Certains pianistes ne parviennent pas à situer précisément cette hauteur et la modifiant, changent constamment leur rapport à l'équilibre et au poids!

De manière générale, ce qui sert de point de repère, c'est *la ligne de l'avant-bras* ; n'oublie pas que, pour jouer, *le poids doit passer sur le clavier!* Un avant-bras plongeant ou au contraire trop haut modifie la ligne du poignet et empêche le poids de couler librement jusqu'au bout de tes doigts.

La hauteur du siège est calculée de manière à laisser l'avant-bras en prolongement naturel du clavier, ce qui facilite le transfert du poids du bras au clavier.....

LE COMPORTEMENT DYNAMIQUE DE JEU, COMMENT?

Après avoir appliqué ces deux premiers comportements, tu es prêt à jouer. Tu connais et contrôles le phénomène "Poids" dont tu vas pouvoir te servir à travers *le comportement dynamique de jeu*.

Définir le jeu au piano revient à se pencher, dans un premier temps, sur les *différents mouvements* qui composent la gestuelle pianistique ; ces différents mouvements sont appelés "*jeux*" et ont fait l'objet d'une première étude dans le tome I de cet ouvrage (cf tome I, chap.IV).

Aujourd'hui, l'étude complète *le comportement de jeu* en analysant le mouvement non plus du point de vue de la physiologie **mais du point de vue de la physique générale.....**

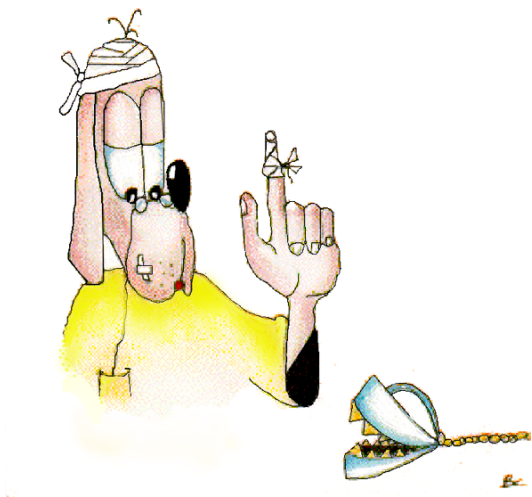
LA PESANTEUR ET L'APESANTEUR, JE SAIS!

Tu sais :

- * Que la *pesanteur freine et réduit* tes mouvements,
- * Que *sans l'apesanteur*,

... Bravo!

CONSEILS : SOURNOISERIES ET PIEGES A EVITER



* *Assieds-toi au piano. Première question : quel siège as-tu choisi pour t'asseoir? Un tabouret, une chaise, un fauteuil avec des "bottins" dessus? **Attention**, tu commences mal, tu dois être **très rigoureux** en ce qui concerne ton assise ; le siège doit être bien stable et **toujours placé à la bonne hauteur...** "Ta" hauteur, pas celle de ta petite soeur! Le mieux ce sont les chaises que tu peux descendre et monter comme bon*

te semble. Evite les livres et les "bottins", ils sont très dangereux pour ta colonne vertébrale!

.....

*En évitant tous ces pièges, tu viens de franchir la **SEPTIEME** étape de l'enquête que mène notre pianiste Vladimir Ziguinguin "Sur les traces de Scaramuzza". Bravo et merci pour lui!*

.....Affaire à suivre

LA PESANTEUR OU L'APESANTEUR

C'EST QUOI : La pesanteur correspond

POURQUOI : Pour

COMMENT : En procédant.....

TU SAIS : Que de la

