

RESPIRATION - DÉCONTRACTION

à la mémoire de Robert PICHAUREAU

Je m'appelle Alain Faucher, j'ai un peu plus de cinquante ans, je suis enseignant formateur à l'Education Nationale.

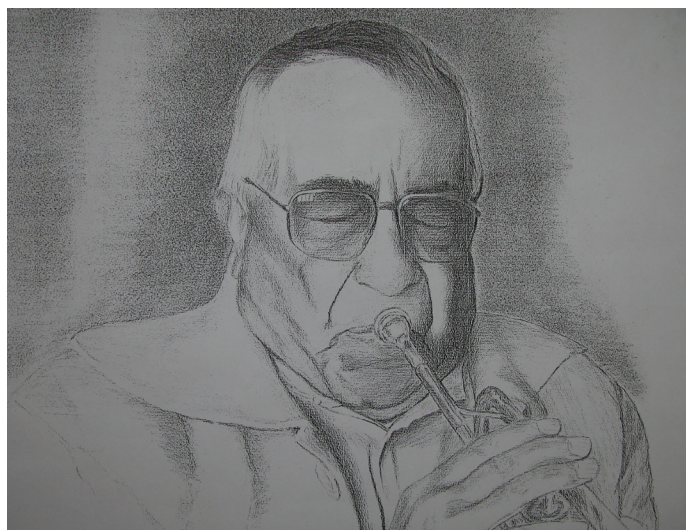
Professeur vacataire au Conservatoire agréé de St. Geneviève des Bois et à l'Ecole de Musique de Brétigny/Orge, j'enseigne la trompette. Depuis quatre ans, j'anime un atelier de « respiration – décontraction », en direction de la pratique amateur, à la demande de la Fédération Musicale de l'Essonne. La maison Feeling music, à Paris m'offre également un espace privilégié pour quelques "master classe" sur ce sujet. Certaines écoles ou conservatoires me demandent une animation pédagogique sur le sujet.

Je propose de vous faire partager, sous forme de témoignage, mes quarante années d'échanges avec un grand maître pédagogue de la trompette, **ROBERT PICHAUREAU**.

Ce grand Monsieur a le plus souvent oeuvré dans l'ombre, et il n'est que justice, aujourd'hui de clamer haut et fort le fruit de toute une vie consacrée à la recherche d'un plaisir de jouer de la trompette, et des instruments à vent en général. Sa quête fut inlassable sur les arcanes de la formation du son et de l'implication du corps, à la naissance et la vie de ce son.



Nous sommes aujourd'hui quelques uns, comme d'une même famille, à poursuivre l'enseignement dans cette voie. Parmi tous les musiciens qui ont eu la chance de le rencontrer sur des laps de temps différents, je me considère comme un heureux privilégié tel Obélix tombé dans la marmite. Il fut mon second père.



© Dessin Jan-Marc Beuve

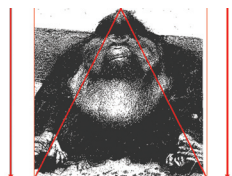
J'ai cherché et hésité longtemps sur les formulations qui me permettraient de perpétuer son enseignement par écrit, sans dévoyer ses réflexions, observations et pré-

conisations. En effet, un mot défini, lapidaire, peut malgré tout, rester polysémique et parfois porter au contre sens. Cela, Robert Pichureau en était conscient et il s'est toujours refusé à figer les résultats de ses recherches sous la forme d'une méthode. Malgré certaines propositions de grands Noms reconnaissant son travail, Il préférerait l'échange vivant du cours où l'écoute avait autant d'importance que le discours. Ainsi à chaque instant il pouvait modifier son vocabulaire afin de mieux remédier à la difficulté en fonction de l'élève présent. La remise en question est permanente.

La pédagogie est un art vivant et dans le cadre du geste du musicien, il est difficile de la codifier d'une manière identique en direction des nombreux apprenants, socio culturellement différents et aux sensibilités multiples.

Cédant sous les demandes de laisser une trace écrite, mais dans le respect de sa volonté, c'est sous la forme d'un témoignage écrit que je parlerai de mon expérience avec le maître. J'ai eu la grande chance, depuis l'âge de huit ans de vivre au côté de Monsieur Pichureau. Je n'ai reçu l'enseignement que de lui et j'ai eu le bonheur de jouer à ses côtés pendant de nombreuses années. Ma leçon a duré quarante ans et j'essaie de poursuivre, sans le maître hélas, aujourd'hui.

Le présent prend ses racines dans l'histoire. Il est



donc intéressant de se pencher, rapidement, sur la genèse de cette voie pédagogique ouverte par Monsieur Robert Pichaureau.

■ Musicien professionnel à la musique de l'air, au sein du pupitre de bugle, portant déjà un intérêt à la pédagogie, Robert Pichaureau rencontre lui-même des difficultés dans son jeu. Juste après guerre, la rencontre avec le jazz outre-atlantique et les facilités des trompettistes, dans le suraiguë l'interpellent. Cela l'oblige à faire un retour sur l'enseignement qu'il a reçu et active sa curiosité en direction des musiciens américains et de leurs méthodes d'approche de l'instrument. Il étudie de très près les différents écrits, et base sa recherche personnelle sur la synthèse de l'ensemble de ces informations. Il en déduit que l'important se situe avant l'exercice, représenté par l'écriture musicale, et qu'il est préférable de se concentrer sur les moyens et non sur le résultat. Il prend son corps en mains et s'étudie de la tête aux pieds. Observation extérieure, et surtout découverte par le ressenti des sensations intérieures. Il avance pas à pas, il est même contraint de suspendre son jeu durant quelques temps, ne pouvant plus sortir un son. Il trouve des collègues compréhensifs, lui permettant ainsi de n'être qu'un figurant lors de services obligés.

Mais très rapidement son travail porte ses fruits, il s'étonne d'une grande facilité de jeu, la sonorité s'arrondie, le suraiguë devient facile, la souffrance disparaît, jouer de la trompette devient un plaisir. Il commence à faire partager ses recherches auprès de ses collègues qui veulent bien l'entendre, puis dans l'univers de la variété. Sa notoriété commence dès lors.

Professeur de trompette à l'école de musique de Brétigny/Orge en 1956, avant d'en être un temps le directeur, il remarque un gamin attendant dans un coin qu'un professeur le prenne en charge. « Qu'aimerais tu jouer comme instrument ?- de la trompette » ai-je répondu. C'était en 1958 je n'ai quitté monsieur Pichaureau que quarante ans plus tard, par la force des choses. Je suis en quelque sorte sa création ou son cobaye, ne représentant que sa seule éducation.

Ce petit rappel historique est important dans la mesure où monsieur Pichaureau a évolué dans la transmission de ce savoir. Beaucoup d'élèves sont venus prendre des leçons avec le maître, pendant des laps de temps plus ou moins longs et à des périodes différentes. Pour la plupart il s'agissait d'une rééducation. Moi, j'ai eu le privilège

de constater cette évolution sur l'ensemble de sa vie.

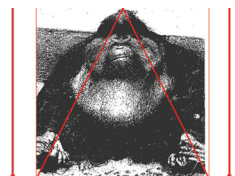
Un des moments forts est la constatation par le corps médical de l'efficacité de la méthode de 'no pressing'. Comprenez ici : méthode qui ne présente pas l'appui sur les lèvres comme un principe de base pour un jeu avec instrument à embouchure. En 1984, un élève de trompette, Jean François Guyot, étudiant en médecine dentaire a choisi de soutenir sa thèse sur les problèmes médicaux relatifs aux trompettistes. J'ai servi de patient. L'ensemble des expériences fut réalisé à la faculté Pitié Salpêtrière de Paris. Un extrait de ces expériences est paru dans le "Médecine des Arts n°8 juin 1994. Notamment les graphiques d'un teste comparatif sur un exercice d'arpèges en do majeur du do grave au contre ut puis retour au do grave, soixante à la noire.

- L'un avec Philip Jones effectué avec une langue à plat, la pression constatée de l'embouchure sur les lèvres varie en fonction de l'aigu, elle est de 3kg au contre ut.

- L'autre avec moi effectué avec une langue collée au palais, la pression constatée de l'embouchure sur les lèvres augmente légèrement mais reste stable jusqu'au retour au grave, elle n'est que de 0,5kg. La superposition des deux courbes est éloquent. Un certain appui est constaté mais il est peu important et reste malgré tout, régulier malgré le dessin du graphisme musical.

Dans cette méthode pour l'élaboration du son, le principe de transfert des connaissances est basé sur la vie quotidienne de l'individu. Aucun prés requis sur une quelconque connaissance scientifique n'est nécessaire. Le ressenti de nos sensations doit émerger d'une prise de conscience d'actes naturels. Puis tel un calque, nous devons retrouver ces mêmes sensations pour effectuer le geste musicien qui, lui, n'est pas inné. Nous possédons en nous toutes les informations utiles pour réaliser ce geste. Notre avancée vers la réussite est tributaire de la qualité de notre introspection. Le professeur montre le chemin et lève les inhibitions.

Après ce préambule, nous allons nous pencher sur l'approche pédagogique elle-même et sa mise en oeuvre 'technique', en détaillant les différentes sensations corporelles qui doivent émerger d'une recherche personnelle de chaque musicien.



CONTRACTION - DÉCONTRACTION

Avant de poursuivre, je rappelle que tout ce que j'écris ci-dessous est le résultat d'une réflexion et expérience d'un être humain lambda qui ne possède pas de connaissances scientifiques spécifiques. Je ne m'appuie que sur la seule observation de mon propre corps, ce que tout un chacun peut réaliser.

Le jeu préconisé pour réussir et pour être pleinement en accord avec sa sensibilité est fondé sur la décontraction. Ce simple mot ne donne malheureusement pas les clés indispensables pour parvenir à celle-ci.

Cette décontraction dont nous allons détailler les pistes, ne sera possible que lors d'un jeu instrumental réalisé dans un état de laisser faire.

Pour cela, trois grands stades sont à discerner dans l'acquisition de cet apprentissage :

- Stade de la recherche et de la découverte (écoute et observation de son corps)
- Stade de la mémorisation et du conditionnement (écoute et observation de son corps)
- Stade de l'oubli (nécessaire au laisser faire et non au laisser aller). Le jeu se déroule dans un inconscient technique et ne s'appuie que sur des sensations)

Pour comprendre et adhérer à ce schéma, il suffit de citer en exemple la grammaire d'une langue. En effet, lorsque nous échangeons verbalement, nous n'évoquons nullement, d'une manière consciente, les schémas grammaticaux appris et décortiqués à l'école. Si cela était, nous serions en grande difficulté, en hésitations et en écoute de notre propre parole : celle-ci serait hachée, reprise, ... bref, nous deviendrions pénibles à écouter.

Cet exemple facile à comprendre est valable pour ce qui concerne tous les apprentissages de notre vie.

Il en découle une observation intéressante : on ne peut à la fois préparer son langage et dans le même temps s'écouter. Le discours résultant ne pourrait être continu.

- Observez les gens qui s'écoutent parler.

Il en va de même pour le musicien instrumentiste, bien que, celui-ci puisse plus facilement émettre un son et s'écouter. Malheureusement dans ce cas sa pensée n'est plus à l'anticipation de la musique à émettre. Edgar WILLEMS grand pédagogue de la musique disait : « le bon musicien est celui qui entend la musique qu'il va jouer, le mauvais est celui qui écoute la musique qu'il vient de produire. »

En effet il est trop tard, une fois réalisé le son ne peut être ni rattrapé ni corrigé.

Le premier élément à prendre en compte pour un jeu basé sur la décontraction est la respiration. Elle est l'acte majeur pour l'être humain.

L'air est le premier élément basique indispensable, avec une possibilité de variantes quant à sa qualité.

Le deuxième élément à considérer est la mécanique corporelle mise en œuvre pour que l'action respiratoire fonctionne.

Nous allons détailler cet acte.

Il convient d'abord, de préciser, que cette belle mécanique respiratoire fonctionne à l'insu de notre conscient. Heureusement, car dans le cas contraire, la nuit ou lors d'une perte de conscience passagère, nous ne respirerions plus. Ces moments permettent une décontraction évidente qui se nomme le repos.

Le risque de problèmes apparaît lorsque nous sommes en état d'éveil, notre conscient est activé. Celui-ci va tenter à tout moment de s'occuper de ce qui ne le regarde pas. Il n'a pas les moyens de connaître la juste valeur de notre besoin respiratoire.

Cette remarque prend appui sur des observations évidentes : parler devant un auditoire plus ou moins important, ou imposant... provoque souvent des prises d'air trop importantes. Des contractions musculaires se créent au niveau du ventre, des épaules, de la gorge ; on a trop d'air, ou on en manque, on s'essouffle, les jambes, les mains tremblent.... Bien sûr cela s'appelle le trac. Il est propre à chacun. Alors que ce même discours échangé entre amis, autour d'un verre, ne réclame pas ce réflexe de respiration volontaire et nous permet de rester décontracté.

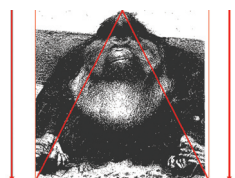
Dans le premier cas, la relation avec notre conscient est évidente. La panique que celui-ci déclenche nous pousse à prendre des respirations volontaires. Celles-ci sont nuisibles et vont à l'encontre de la décontraction recherchée.

L'acte respiratoire est à diviser en deux parties : l'inspiration et l'expiration.

Lors d'une émission de la parole, dans l'acte respiratoire décontracté et non réfléchi, qui nous permet cette possibilité de communication, l'inspiration est passive et l'expiration active. Nous l'appellerons acte respiratoire naturel.

Pour exemple, comparons nos poumons, masses inertes, à une bouteille plastique sans bouchon remplie d'eau, immergée dans un contenant lui-même rempli d'eau.

Compressons la bouteille : le flux liquide rejoint le volume extérieur. Relâchons la pression sur la bouteille, la masse de liquide sortie précédemment réintègre à nouveau la bouteille : la masse d'eau est aspirée. Cette masse d'eau



correspond exactement au volume initial de la bouteille.

Si nous voulions remplir d'avantage la bouteille, nous serions obligés de forcer, les parois s'évaseraient, mais sans bouchon, nous ne pourrions maintenir cette sur-capacité.

Il en va de même pour nos poumons.

Faites vous-même l'expérience de tenter de remplir vos poumons au maximum de leur capacité d'une manière volontaire, donc active. Il en résultera l'envie de bloquer la gorge pour retenir l'air, et, la compression obtenue prendra appui sur la quantité. (La gorge servant de bouchon.)

Nous sommes loin d'un jeu basé sur la décontraction ! La gorge est serrée, les épaules sont hautes. Dans ce cas l'inspiration est active.

Beaucoup d'instrumentistes pensent que c'est la quantité qui va donner la pression, la force ou le fortissimo. C'est une erreur fondamentale.

Qui en plantant un clou ne s'est pas tapé sur les doigts et n'a pas instantanément hurlé en affolant ou ame-

tant le voisinage ? Il est évident que les poumons n'étaient pas volontairement remplis à ce moment précis.

Maintenant, consciemment, remplissez vos poumons à fond et tentez de crier immédiatement ; votre cri risque fort d'être bloqué dans votre gorge !

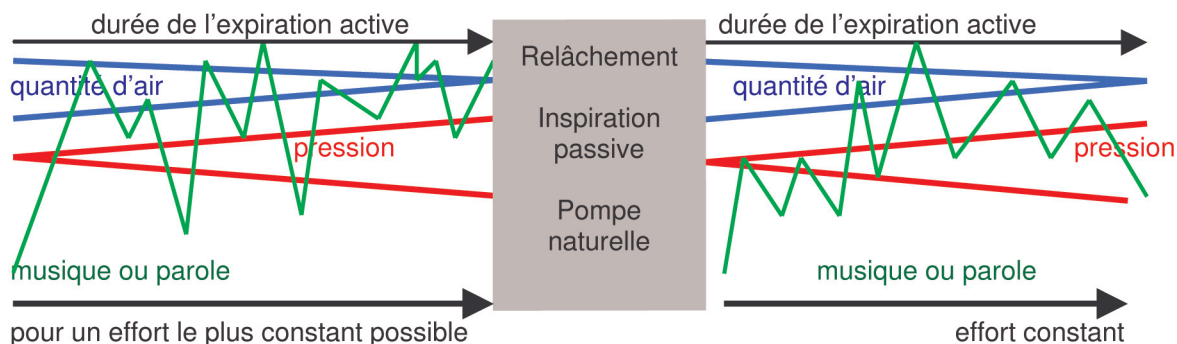
Donc l'acte le plus naturel est de considérer notre ensemble respiratoire comme une pompe que nous vidons volontairement avec un dosage variant en fonction de la longueur de phrase .Nous en reparlerons.

Arrivés au bout de cette expiration nous devons tout relâcher, muscles dorsaux et intercostaux, le diaphragme tombe et telles des éponges auparavant compressées nos poumons reprennent leur volume initial en aspirant l'air extérieur.

Nous développerons les détails du fonctionnement de cette pompe et la vibration qui en découle sans quantité d'air ajouté.

A ce stade de mon discours, un croquis s'impose :

Ce schéma représente le fonctionnement idéal du mécanisme respiratoire lors d'une prise naturelle de la parole ou d'un jeu instrumental (sans stress)



Pour poursuivre, nous allons parler de l'**acte d'expiration actif**, c'est à dire volontaire.

Pour le musicien instrumentiste, il se nomme "souffle". A ce stade de la réflexion il est utile de se pencher sur la nature de ce "souffle".

Etymologiquement, le dictionnaire nous explique entre autre que ce mot "souffle" représente un déplacement d'air. En nous observant dans certains actes de la vie de tous les jours, nous constatons qu'il existe plusieurs manières de l'utiliser et que cela provoque des incidences différentes.

Premier exemple :

Lors d'un repas, la soupe étant trop chaude, nous allons la refroidir en soufflant dessus. Vous créez par ce souffle un déplacement plus ou moins léger de la matière. Le bébé aura bien compris le jeu en utilisant son souffle pour vous arroser de purée ou d'ingrédients du même genre.

Constat : La vitesse de sortie de l'air est importante d'où la sensation de froid ; le déplacement d'air est conséquent, et les poumons sont rapidement vidés.

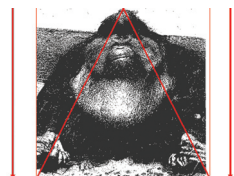
Deuxième exemple :

Nous chantons à gorge déployée simplement sur la déclinaison d'une voyelle A ou O. Nous sommes au milieu de la chorale et nous tenons tous une bougie à la main devant nous. Une partition de musique est posée également devant nous sur un pupitre afin de lecture.

Constat : la bougie ne s'éteint pas, et la partition ne s'est pas envolée. Le déplacement d'air est pour ainsi dire inexistant. Nos poumons ne se vident pas aussi vite que dans le premier exemple.

Troisième exemple :

Un temps glacial nous surprend, nous avons oublié nos gants, nous devons réchauffer nos doigts, nous les plaçons devant notre bouche ouverte, et nous essayons de



faire durer le plaisir.

Constat : peu d'air s'échappe, et celui-ci est chaud, il avoisine une température de 36°. La vitesse d'air semble retenue pour durer plus longtemps d'où la sensation de chaud. Nos poumons ne se sont pas vidés très rapidement.

Il est également curieux de constater que nous réussissons à retenir notre air, bouche grande ouverte. Mais nous ne possédons pas encore la maîtrise de cette sensation, nous n'arrivons pas encore à situer et à reproduire celle-ci lorsque nous plaçons l'instrument devant la bouche.

Un choix de souffle s'impose alors pour pouvoir mettre les lèvres en vibration (vibration résultant d'une combinaison entre le passage air et le positionnement des lèvres)

La question est : pour émettre un son,

-faut-il obligatoirement de l'air fortement propulsé à l'intérieur du tuyau ? Ou limiter au maximum sa sortie ?

-faut-il s'intéresser à la qualité de l'air servant à la vibration : chaud ? ou froid ?

Pour nous aider à répondre réfléchissons sur ce qu'est un son ? L'encyclopédie nous dit : **le son est la sensation donnée par l'organe de l'ouïe**. On constate facilement qu'un corps ne peut émettre un son que s'il vibre. Ses vibrations sont transmises, par l'intermédiaire de l'air, au tympan etc. ... Le son ne se transmet pas seulement dans l'air, mais d'une manière générale dans tous les milieux matériels (solides, liquides, ou gaz). Mais il ne se transmet pas dans le vide.

Or nos instruments dits à vent, ne sont pas vides - dans le cas contraire ils implosaient. Si nous nous trouvions au fond de la piscine avec une trompette, une clarinette, etc. l'eau se trouverait aussi bien à l'intérieur, qu'à l'extérieur de l'instrument. Il en va de même pour l'air.

Gardons l'image de l'eau pour visualiser ce qu'il se passe avec l'air.

Expérience :

1) Lançons un caillou dans une eau stagnante, un vrai miroir. Un pli, sous forme d'une vaguelette circulaire, se forme, s'élargit en s'éloignant du centre de l'impact.

Constat : L'onde ainsi obtenue est très lisible et s'estompe lorsqu'elle s'éloigne.

2) Reproduisons l'expérience dans une eau déjà perturbée par une brise provoquant des vaguelettes, l'impact produit également un pli mais l'onde ainsi produite se confond avec les vaguelettes

Constat : l'onde est beaucoup moins lisible, moins nette.

Il en va de même pour l'air contenu dans l'instrument. Son déplacement ou dérangement est utile et nécessaire pour la réalisation du son.

Mais cela devient plus problématique lorsqu'un courant d'air supplémentaire vient se rajouter à l'air déjà existant dans le tuyau instrumental. Le premier exemple

de souffle avec déplacement et air froid est donc à oublier sinon, le son pourra être produit bien entendu, mais beaucoup de perturbations gêneront la pratique instrumentale :

-Trop grande rapidité du vidage des poumons, donc course à l'inspiration

-prise d'air volontaire, donc contractions, avec des conséquences de blocage et fermeture de gorge,

-sonorité saturée, voire des coupures de "vent" dans la continuité du jeu

-difficultés pour monter dans l'aigu ou descente dans les graves avec une conséquence de fatigue, essoufflement, etc.

Donc, le choix du souffle devient évident. C'est celui du chant, celui qui est retenu d'une manière naturelle et corporelle.

On peut affirmer qu'il est moins pénible d'obtenir un son par une mise en vibration de l'air ambiant. D'autres évidences se dégagent :

-l'enrichissement de la sonorité, celle-ci possédant toutes les harmoniques ;

-une souplesse de jeu sur l'étendue de la tessiture ;

-une longueur de phrase conséquente ;

-une continuité musicale du début de l'expiration jusqu'à la fin de celle-ci ;

-une inspiration décontraction permettant un jeu long sans fatigue excessive.

La difficulté réside dans la capacité à exprimer une véhémence, comme celle éprouvée lors d'une colère, afin de soutenir l'expression du son, tout en retenant le débit d'air. Celui-ci doit être au presque inexistant.

Pour illustrer ces propos, j'imagine un véhicule à l'intérieur duquel fonctionnerait une raffinerie de pétrole, le moteur ne fonctionnant qu'avec le produit raffiné. Le plein étant fait directement au pétrole.

Un dérèglement provoquerait un passage direct du pétrole dans le moteur, ayant pour conséquences :

-un mauvais fonctionnement du moteur

-vidage rapide du réservoir

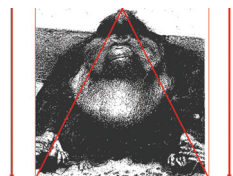
Remplaçons le véhicule par nous même, le pétrole par l'air et le produit raffiné par la retenue du souffle. Le dérèglement serait le mélange de l'air de base et l'air sous pression retenu, ayant pour conséquences :

-fatigue, essoufflement ... (voir plus haut)

-vidage rapide des poumons

Il est donc préconisé de retenir au maximum son air comme le fait d'ailleurs le chanteur d'opéra. La vérification peut s'effectuer facilement en plaçant le dos de sa main à la sortie de l'embouchure ou du barillet ou du bocal.

**LA POSTURE DU CORPS,
DE LA GORGE,
DE LA LANGUE.**



LA POSTURE

Comme nous l'avons constaté, notre corps prend une place prépondérante dans le geste musicien.

- Nous sommes, en tant qu'être humain les créateurs du son.

- L'instrument n'est que le propagateur, l'amplificateur.

Il est donc important de nous pencher sur notre entité corporelle, l'étudier sous son aspect fonctionnel et mécanique, sans oublier une partie importante : le cerveau. Celui-ci n'est pas seulement un organe fonctionnel mais aussi le siège d'une pensée, d'une culture, il est le centre de contrôle du conscient, et aussi l'emplacement de l'inconscient ou subconscient.

- Le conscient est le foyer actif de la réflexion qui permet le geste voulu, pensé, préparé, effectué.

- L'inconscient est considéré comme une espèce de mémoire conditionnée et pré-réglée pour fonctionner spontanément en permettant d'accomplir des gestes, des attitudes automatiques, sans réflexion immédiatement préalable.

Bien entendu, notre personnage social, est éduqué culturellement et socialement par la famille, par l'état, par la religion, afin de s'insérer dans un schéma de société, et de s'épanouir dans un cadre présélectionné, contrôlé. Il obéira à des codes, nécessaires à notre vie humaine et citoyenne, c'est souhaitable et rassurant pour l'ensemble de nos concitoyens, mais restrictifs et inhibants lors d'une tentative d'expression artistique et créatrice.

Pour illustrer mes propos, je compare le musicien à l'acteur de théâtre. Dès qu'il pénètre sur scène il doit absolument quitter son enveloppe sociale et l'accrocher à la patère du vestiaire. Il doit oublier son "quant à soi" et retrouver ses origines bestiales édulcorées de tout pré-requis culturel et sociologique afin d'être vrai. Il doit momentanément se désociabiliser pour se recréer et endosser la peau d'un nouveau personnage. Il doit se transcender et utiliser son corps dans son ensemble au service de sa sensibilité. Durant ces instants le corps entier se livre sans recul aucun, avec toute l'énergie centrée sur son geste musicien ou artistique. Sur scène cela s'appelle une prise de risque, mais celle-ci est nécessaire pour espérer côtoyer le Saint Graal.

Pour ce faire, le musicien pratiquant un instrument dit "à vent" doit veiller à la posture générale de son corps. L'objet manufacturé appelé instrument, aussi respectable, beau, historique, etc. qu'il soit, ne doit être considéré qu'en prolongement de l'artiste.

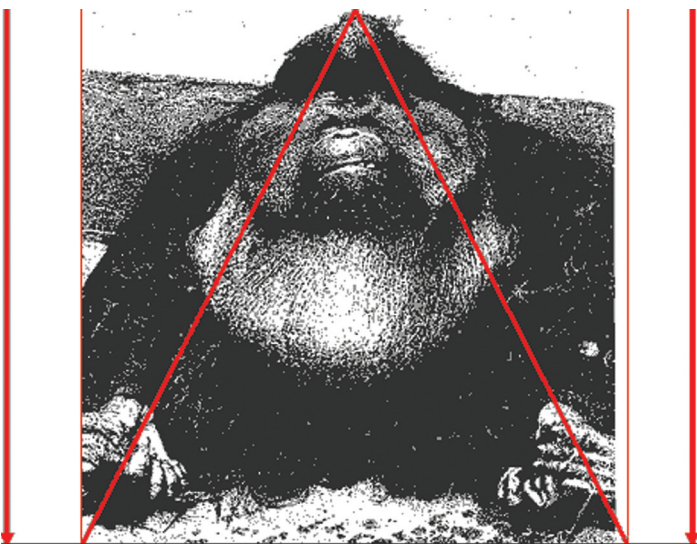
Lorsque l'on joue debout, on doit se camper sur ses deux jambes, légèrement écartée sans les raidir, en re-

cherchant la stabilité et la verticalité en gardant une souplesse au niveau des genoux. Les pieds sont bien plaqués au sol en essayant d'élargir la voûte plantaire. L'idée de se tasser au sol, afin de s'enraciner, est importante. La tête se positionne de manière à nous rapprocher de l'idée du double menton (comme pour les chanteurs lyriques).

Monsieur Robert Pichaureau, utilisait trois dictons populaires pour étayer la démonstration.

- « **Un homme sensé est quelqu'un qui a la tête sur les épaules. Un être qui a les reins solides paraît très fort. Un personnage ayant les pieds sur terre ne peut être déstabilisé** ».

Après avoir énuméré ces trois formules, le maître extrayait de ses documents, l'image agrandie d'un singe gorille dont les contours d'ensemble forment un triangle



posé sur sa base. « Vous devez être un tas » disait-il.

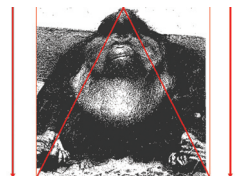
En observant cette image, on ressent un effet de masse stable impossible à ébranler.

Elle semble puiser ses racines dans le sol.

Nous pouvons aisément comprendre cette posture, car nous l'adoptons en de maintes occasions dans la vie de tous les jours

Par exemple lorsque nous encourageons quelques coureurs cyclistes ou autres sportifs. Au moment d'une saine colère à l'instant où nous poussons un cri. Lorsque l'enfant manifeste son envie devant une promesse de cadeau.

Durant ces actes non préparés et non réfléchis nous livrons notre exubérance à la vue de tous, sans retenue aucune. On peut dans cet instant nous qualifier de véhément. Nous nous affirmons du fond de notre être. N'importe qui peut être véhément, cela dépendra de la spontanéité et du naturel du personnage. Je rappelle qu'aucune préparation respiratoire n'est réfléchie pour ces gestes naturels et communs, et qu'ils sont généralement puissants, durables et "vrais". Pour le musicien on peut traduire cela par le mot envie de jouer, donc plaisir. A cette seule condition,



il sera perçu de même pour l'auditoire.

L'une des premières difficultés rencontrées, par l'instrumentiste débutant, sera justement d'essayer de retrouver dans un premier temps cette véhémence naturelle et fondamentale. Il ne devra surtout pas l'accompagner volontairement, avec application. Au contraire, il devra se "lâcher". On pourra citer un autre dicton populaire le qualifiant : « *il a des tripes* ». L'image virtuelle du cri sortant du ventre prendra tout son sens.

La posture inverse et préjudiciable, serait de se mettre sur la pointe des pieds, tendre le cou, avancer la tête vers l'instrument, aller à la rencontre de celui-ci. Celle-ci nous inviterait à nous extraire de notre corps et à nous "perdre" dans l'espace sonore du lieu ou nous jouons. L'objet instrument deviendrait l'unique et principal acteur du son. La pratique deviendrait rapidement pénible. La volonté, donc notre conscient, nous inviterait à utiliser un mouvement respiratoire néfaste quant à la procédure, à la qualité sonore, à la décontraction. L'envie de jouer se transformerait vite en obligation de résultats. La commu-

nication d'une sensibilité se mueraient en exploit technique - peut-être ?

Pour illustrer le travail sur le corps, Monsieur Robert Pichaureau utilisait une métaphore : « *L'artiste est comme un arbre. Celui-ci puise ses racines dans le sol. Si les feuilles périssent, tu peux toujours, en urgence, essayer de les soigner directement en surface, cela aura peut-être un effet, mais restrictif et ponctuel. Il est préférable de s'occuper des racines. L'effet ne sera peut-être pas immédiat et spectaculaire, il demandera plus de temps, mais il sera durable et interviendra sur l'ensemble du végétal. Les feuilles refléteront la bonne santé de l'arbre.* »

Nous parlerons de la gorge, du placement de la langue, de la pince et des lèvres, dont l'importance est minimisée, pour les instrumentistes à embouchure si l'ensemble méthodologique proposé est respecté. Nous verrons également le rapport à l'embouchure, premier élément de contact avec le "tuyau" instrument.

L'ÉMISSION DU SON

Faisant suite à la prise de conscience de l'implication du corps, explicitée dans le précédent article, je parlerai de la gorge, autre élément important à considérer.

Pour ne pas ressentir de contractions et ainsi se fatiguer inutilement par un acte « *de passage en force* », celle-ci doit toujours être ouverte et non resserrée. Dès lors, la facture sonore paraît beaucoup plus souple et aisée.

Pour comprendre cette sensation de gorge ouverte, il suffit de reproduire le début du bâillement, acte maintes fois répété naturellement par tout un chacun.

Autre possibilité pour ressentir l'ouverture de sa gorge, sucer un bonbon au menthol, le coincer entre les dents en aspirant l'air extérieur, pour se rafraîchir la cavité buccale puis le fond de la bouche, puis la gorge, en essayant de faire descendre la sensation de fraîcheur au plus profond de celle-ci.

Ce mouvement permet de prendre conscience des relâchements des différents muscles la constituant. Nous constatons une sensation semblable à celle d'une préparation à l'avalement d'une gorgée d'un de nos breuvages préférés.

Le terme avaler est à choisir ici en opposition à celui de vomir. Cette sensation d'avalier est à garder en permanence pendant le temps de jeu instrumental. Elle est étroitement liée à la retenue du souffle dont nous avons déjà parlé dans les précédents numéros.

Pour aider au prolongement de la sensation, il est tout à fait possible de boucher le palais mou situé en fond de bouche, faisant suite au palais dur. On donne l'impression d'être enrhumé, et d'avoir le nez bouché. Si on teste

l'exercice en parlant, on s'aperçoit rapidement qu'il devient impossible de prononcer correctement certaines syllabes comme « hein » « on ». Par contre nous effectuons inconsciemment un travail compensatoire d'ouverture de gorge afin d'essayer de prononcer ces syllabes. Pour s'entraîner, il est intéressant d'essayer de parler comme les ventriloques, en fond de gorge sans articulation visible sur le masque facial. La difficulté est de désolidariser les mouvements de langue, des muscles de la gorge. Nous allons comprendre un peu plus loin dès qu'il s'agira de faire fonctionner la langue, que celle-ci pourra alors articuler beaucoup plus facilement dès qu'elle bougera sans l'entrave 'd'un courant d'air' et sans la volonté de s'exprimer à tout pris, en s'énergisant et donc en articulant vers l'extérieur.

Comme je l'avais annoncé lors de mes premiers écrits allons puiser notre expérience et notre savoir dans l'observation des actes de notre vie de tous les jours.

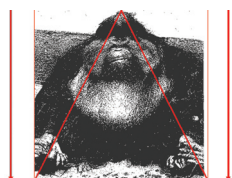
Portons notre attention sur la mise en œuvre de notre expression vocale. Pour utiliser le langage parlé, nous utilisons ce que l'on appelle des voyelles et des consonnes.

Exercice1 :

Prononcez très longuement une voyelle comme par exemple [O] ou [U] tout en plaçant votre main à plat sur votre ventre, sur votre dos, puis au creux des reins. Répétez plusieurs fois cet exercice en insistant sur la durée de la prononciation. Constatez alors, les mouvements conséquents de cet acte.

Exercice2 :

Prononcez une consonne utilisée dans le jeu ins-



trumental comme [t] ou [k]. Attention j'ai bien spécifié la consonne seulement (pas de [té] ou [te] mais simplement [t Jou [K]. Placez votre main sur votre corps comme précédemment pendant l'exercice avec les voyelles. Sa prononciation est obligatoirement brève. Constatez les mouvements résultants de cette prononciation.

Observations :

Dans le premier exercice, un mouvement du diaphragme, des muscles ventraux et dorsaux est facilement observable. (Rappel de l'expérience citée dans l'article deux). Notre participation corporelle est assez conséquente.

Dans le deuxième exercice, l'ensemble du corps reste inerte sauf la partie langue qui 'joue' avec le palais et éventuellement la gorge qui a tendance à se contracter.

On constate donc que le fondement du son parlé s'appuie sur le mécanisme de l'élaboration de la voyelle. Le mouvement de langue n'est qu'une articulation d'un débit régulier sans pour autant influencer la constance de ce débit. Il en est exactement de même pour la facture sonore instrumentale des instruments dits à vents.

Une image peut illustrer mes propos.

Considérons une phrase. Celle-ci est comprise entre deux virgules, c'est-à-dire début d'expiration, fin d'expiration. On peut s'imaginer une barre d'un seul tenant qui serait tranchée avec un fil à couper le beurre mais dont l'épaisseur ne serait pas coupée totalement. Autre image que j'emploie souvent devant mes élèves : celle du train. La phrase serait le train dont les wagons sont articulés. Si on détache un wagon, il ne fait plus partie de ce train donc de cette phrase. C'est ce travail sur cette réflexion qui permet de maintenir la continuité d'un phraser malgré la nécessité d'une articulation éventuellement complexe. (staccato, variations harmoniques...)

Voici un petit exercice concret, test pour nous aider à prendre conscience de cette énonciation.

- Dans un premier temps prononcez « Ta », attendez une seconde, redites « Ta » puis répétez le à la suite : « TaTaTaTaTaTa..... » Maintenez le dos de votre main sur le devant de la bouche.

Constatez : un courant d'air assez conséquent et quelques postillons sont ressentis. Voudriez-vous accélérer votre débit que ces effets augmenteraient et qu'une contraction de gorge se créerait.

- Dans un deuxième temps prononcez « At » puis redites le en effectuant une liaison entre chaque « at » : « atatatatatat.... » Maintenez le dos de votre main sur le devant de la bouche.

Constatez : vous ressentez un débit d'air bien moindre, plus régulier, vous pouvez plus facilement accélérer votre prononciation. Physiquement vous vous sentez plus à l'aise et l'on ressent déjà les prémices d'une ouverture de gorge.

Vous pouvez également réaliser la même expérience en disposant sur une feuille de papier, des confettis, le tout, placé à la sortie de votre bouche. Dans le premier exemple ils seront soufflés immédiatement. Dans le deuxième cas, le fait d'essayer de ne pas les faire voler, nous conduit à une retenue de souffle instinctive. C'est ce mouvement interne que l'on doit tenter de mettre en pratique au moment du jeu instrumental.

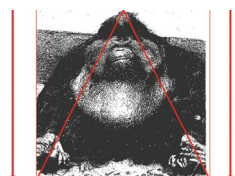
En réalité votre voyelle est dans le deuxième cas, beaucoup plus porteuse, la langue est moins contrainte, et l'expression de votre consonne se réalise par rebonds. D'ailleurs, si vous vouliez parler très vite, vous devriez adopter cette procédure afin de ne pas "en avoir plein la bouche" et finir par bafouiller.

Pour l'articulation dans le jeu instrumental il en va de même. La position de la langue est primordiale. Au départ de l'action celle-ci doit s'observer dans sa position naturelle, dans une cavité buccale non crispée : les dents des deux mâchoires se frôlent, la langue est relâchée, nous la ressentons épaisse. Les bords de celle-ci touchent les molaires supérieures, le bout de langue touche les incisives de la mâchoire inférieure (concerne les musiciens jouant d'un instrument à embouchure). Le dos de la langue épouse la forme du palais. En fait la langue est positionnée de manière à prononcer la syllabe « Kiiii ».

Dans les débuts de l'apprentissage d'un instrument dit à vent, une vigilance et une prudence sont requises, quant à la mise en œuvre de la production sonore instrumentale. Beaucoup de musiciens sont pressés d'obtenir un joli son, propre, net, et sonore. La consonne [t] va malheureusement souvent servir de déclic. J'appellerai celle-ci : « illusion » ou cache misère, parce que l'utilisation du processus à mettre en œuvre la voyelle ne sera pas, ou mal considéré. Faites l'expérience : après quelques secondes de silence, dites « ta » vous constaterez, qu'à cet instant la langue se décolle puis se recolle. D'où un danger extrême à se polariser et à mettre sur un piédestal ce fameux « t » de départ, car à lui seul il provoque la réunification de toutes les tensions.

Monsieur Pichaureau en avait vite déduit qu'un apprentissage de l'instrument ne devait pas commencer par une émission articulée. Il avait lui-même beaucoup souffert du « Tu qui Tue » disait-il. La préconisation est de débiter par une émission voyelle du type « U » et seulement après avoir ressenti, et pris conscience de l'implication du corps pour la réalisation de celle-ci que l'on peut commencer à articuler et non pas l'inverse.

Nous poursuivons, avec les lèvres, la pince, et nous parlerons du premier contact extérieur représentant l'instrument.



LES LÈVRES

Cet article s'adresse principalement aux musiciens pratiquant des instruments à embouchure. Ceux-ci utilisent deux membranes qui font partie intégrante de notre corps : les lèvres. Mais les autres instrumentistes à vent se servant de leur bouche pour pratiquer, peuvent lire aussi ces quelques lignes en comprenant que toute action crispée et volontaire sur cet endroit du corps conduit aux mêmes effets cités ci-dessous.

Le travail des lèvres, prend une place trop importante dans le jeu de certains musiciens. Ils s'enferment dans une recherche de différentes postures de celles-ci afin d'en moduler la pince, en fonction des changements de tessiture. Cette préoccupation occulte bien souvent le processus principal de réalisation sonore basé sur "la respiration décontraction" dont nous avons parlé dans les précédents articles. Ces différentes postures créent une contraction des muscles de la face, nuisible à une aisance de jeu instrumental. L'embouchure vient plus ou moins écraser les lèvres. On parle dans ces cas là de "jeu sur la gueule". Celui-ci, conduit très vite à une fatigue physique du musicien, à une perte de justesse initiale (le son monte) et une différence de facture sonore. Les corrections sont toujours possibles mais que de complications, de fragilité, et de manque de confiance en soi.

Tout ceci Monsieur Robert Pichaureau l'avait vécu dans ses débuts de trompettiste. Il a eu l'intelligence de se remettre en question et de s'explorer de la tête aux pieds, et nous le faire partager. On ne le remerciera jamais assez. Comme dans les articles précédents j'essaie de vous traduire par écrit ce qu'il préconisait dans ses cours et que je vis encore aujourd'hui. Je fais référence également au journal Médecine des arts n°8 juin 1994. Le constat médical physiologique réalisé par un collège de professeurs de la Faculté Pitié Salpêtrière de Paris a révélé un pressing peu important et régulier de l'embouchure sur mes lèvres. En effet, pour un même exercice d'arpèges grave aigu grave la pression exercée sur les lèvres est de 0,5Kg sur l'aigu pour Alain Faucher, elle est de 3kg pour Philip Jones. Le "traumatisme" (terme médical) supporté par les deux lèvres et les dents ne sera forcément pas identique. Les conséquences seront beaucoup plus amplifiées dans le second cas. Réfléchissons donc sur la procédure la plus favorable à un jeu durable et sans souffrance inutile.

Nous constatons que le bruit du son perçu à la sortie de l'instrument est le résultat de l'amplification d'une vibration qui se forme grâce aux deux membranes "lèvres". On peut la comparer au bruit que fait le vol du moustique. Mais cette vibration ne doit pas être acquise par une pression musculaire de l'une sur l'autre avec une idée de fermeture à forcer, mais, par un passage de hale chaud (comme celui du chant) entre les deux membranes raffermies. Pour illustrer mes propos je prends l'exemple d'une conversation

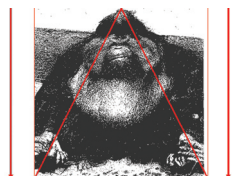
: « **bonjour, peut-être partiras-tu à Paris ?** » Si vous insistez sur les consonnes en étant trop attentionné sur le départ de chaque phrase ou mot, vous risquez d'obtenir une conversation hachée, postillonnante et fort peu mélodieuse : « : Bonjour, Peut-être Partiras-tu à Paris ? » Le fait de se concentrer sur le départ de la prononciation crée ce problème. C'est le « pou » de l'instrumentiste à embouchure qui a remplacé le fameux « tu » des anciens, obtenu par le retrait rapide de la langue positionnée entre les lèvres comme pour retirer le brin de tabac collé sur celles-ci. Cette façon de faire a de moins en moins cours heureusement, mais le « pou » de remplacement reste tout de même dangereux car il suppose une fermeture des lèvres au préalable qui ne s'ouvrira que par une force de sortie sous pression. Cela va à l'encontre de tout ce que j'ai expliqué dans les précédents articles.

Certes, la position de la lèvre supérieure et de la lèvre inférieure est à considérer, mais à la même valeur de préoccupation que lorsque l'on siffle. Exemple siffler en travaillant. Cependant: certaines personnes n'arrivent pas à siffler soit parce qu'elles forcent sur le rond musculaire soit parce qu'elles le relâchent trop. Il faut trouver un juste milieu. Et, souvent, pendant ce moment de recherche les gens ont tendance à bloquer leur respiration par effet de contraction attentive. Lors de problèmes de pince, il ne faudrait jamais travailler les lèvres isolément du reste des mouvements corporels respiratoires.

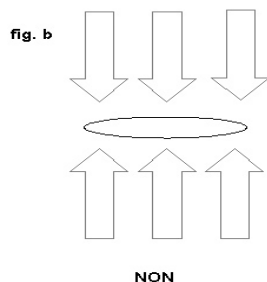
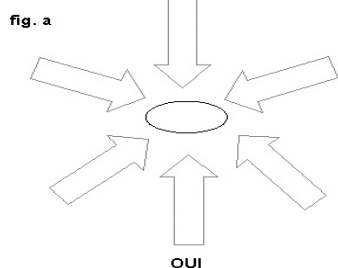
Nous allons donc détailler cette partie extérieure du corps qui est la première à être en contact physique avec l'instrument. La partie de l'instrument à être en contact avec le corps s'appelant l'embouchure.

D'un côté nous observons une masse de chair vivante, en deux parties, constituées de muscles irrigués par de multiples petits vaisseaux sanguins, le tout reposant sur les dents. De l'autre un seul élément, masse métallique (le plus souvent) cercle inerte et dur. Cette première comparaison s'appuyant sur la simple description de la matière de ces deux éléments, laisse présager lors de leur rencontre une "défaite pénible et douloureuse de la chair sur le métal". Certains trompettistes au cours de leur histoire en ont fait les frais (courbatures des lèvres, opérations chirurgicales etc.). Donc il devient très important d'adopter une posture des lèvres pour les placer dans un état de pince le plus efficace, le plus confortable, et le plus durable possible. Je rappelle au paravent que la pratique instrumentale est un des épanouissements artistiques auquel peuvent se livrer les êtres humains, et non une souffrance physique dont le résultat et la valeur artistique se mesureraient à celle-ci.

Pour ce faire, il est logiquement nécessaire de rassembler un maximum de chair, donc de muscles dans un



cercle concentrique afin de recevoir le cercle métallique de l'embouchure. Louis Maggio illustre très bien cela avec la photo d'un chimpanzé vu de face. Les deux lèvres se rassemblent, les deux commissures ont tendance à se resserrer (fig.a). On peut y voir l'image d'un volcan. Ce qu'il faut éviter, c'est l'écartement des commissures pour former une pince qui ressemblerait à une paire de tenailles (fig.b).



On peut également imiter la posture d'appel d'un petit animal pour mettre rapidement les deux lèvres en position.

L'action de l'embouchure doit être réduite à une simple réception des vibrations. J'appelle celle-ci « **lavabo à réception de vibrations** » Bien entendu la forme de ce "lavabo" agit sur la facture sonore. La profondeur, la largeur de cuvette, ses rebords, le grain et l'évasement intérieur de la queue ont leur incidence sur la conduction des vibrations dans le tuyau qui se trouve derrière (trompettes, cors, trombone, tubas...).

Ceci étant acquis, pour éviter de garder à l'esprit ce "problème" de vibrations (« pourvu que j'ai une vibration à l'instant T ») on ne doit pas chercher à la réaliser (cela paraît aberrant ! et pourtant...) Pour mieux comprendre revenons sur la production du son avec notre voix. Au moment de parler, les cordes vocales fonctionnent sans pour autant que nous cherchions spécifiquement, à les faire vibrer. Le passage de l'air chaud retenu est suffisant. Plus nous retenons, plus la vibration est mélodieuse. (rappels articles précédents) Malheureusement certains métiers utilisant la parole peuvent nous conduire à une dérive qui sans y prendre garde, nous abîment les cordes vocales jusqu'à l'extinction de voix : le professeur des écoles par exemple. Il aura trop insisté musculairement et volontairement sur sa gorge. Il n'aura pas suffisamment retenu son souffle. On dit qu'il se sera extériorisé et qu'il aura saturé le passage entre ses cordes vocales.

Me basant sur cette comparaison, je préconise dans un premier temps de chanter un « **U** » très profond, donc de mettre en vibration les cordes vocales juste avant de mettre en vibration les lèvres en les rapprochant comme indiqué plus haut. Garder les deux sons dans un premier temps. Le constat est que l'esprit est moins sur la vibration lèvres La volonté de les faire vibrer est moins prégnante. Si on ne peut réaliser les deux sons en simultanée cela veut dire

que l'on utilise trop d'air, qu'il n'est pas retenu (ref. travail du diaphragme). Dans un deuxième temps il faudra essayer de changer la tessiture du son de la trompette sans pour autant faire bouger la hauteur du chant. Cela ne vient pas facilement au premier essai mais il faut insister journalièrement, et gagner petit à petit de la tessiture instrumentale. Il ne faut pas chercher à donner de la couleur au chant. Les cordes vocales doivent fonctionner d'une manière la plus lâche possible. Le mieux est d'imiter un rôle s'approchant d'un son grave relatif à chaque personne sans grattement des cordes vocales. Pendant tout ce temps de travail il est important de garder les lèvres rassemblées comme indiqué sur le croquis ci-dessus. Les sensations corporelles internes sont à découvrir et à imprimer dans notre subconscient afin de les répliquer sans utilisation des cordes vocales.

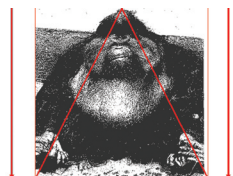
Pour mieux comprendre la vibration des lèvres, il est intéressant de comparer le passage de l'air chaud au rebond d'une balle en caoutchouc. Celle-ci rebondira très rapidement sur une surface dure, mais retombera sans rebond sur une surface molle. D'où l'intérêt d'avoir les lèvres fermes pour que le hale chaud puisse rebondir et former la vibration. D'où malheureusement l'instinct de l'appui de l'embouchure sur celles-ci. En effet l'appui durcit et tend les deux membranes. Ceci est absolument à proscrire si l'on veut perdurer dans le jeu, posséder un aigu ou suraigu facile et non aléatoire.

Comme vous le constatez, on ne doit pas travailler la partie "**mécanique pince**" en la dissociant du reste du corps.

En résumé il faut poser l'embouchure sur des lèvres rassemblées, fermes, et non hermétiquement collées, puis utiliser le souffle du chant afin que la vibration se réalise. A partir de là il faut s'éloigner mentalement au maximum de la sensation de l'embouchure sur ses lèvres et ne ressentir que les sensations à l'intérieur de son corps. En terme simple : s'intérioriser.

Il n'est pas très facile d'expliquer par écrit la méthode de jeu car la polysémie des mots et la différence de culture de chacun peut amener des différences de compréhension et d'interprétation. Je l'avais déjà signalé en préambule lors de mon premier article. C'est aussi pour cela que Monsieur Robert Pichaureau n'avait pas voulu figer par écrit ce qu'il vivait et expliquait pour éviter toutes dérives et mauvaises interprétations. Il ne voulait pas enfermer son discours dans de "pré requis savants". Il le voulait non hermétique, accessible à tout un chacun qui veut bien se pencher simplement et humblement sur lui-même.

C'est aussi pour cela que j'insiste sur le fait de rencontrer les gens. D'expliquer oralement ma démarche avec eux (lors de séminaires où journées de rencontre). Et bien entendu pendant les cours aux conservatoires où de nombreux parents pour les plus jeunes, sont intéressés par ce discours qu'ils peuvent d'ailleurs replacer dans les activités et le bien-être de la vie de tous les jours.



Pour poursuivre dans la logique et la cohérence, mes prochains développements concerneront la pédagogie instrumentale qui découle de cette approche basée sur la respiration dite naturelle, l'observation corporelle et la libération de ses sensations au service de la musique. Monsieur Pichaureau tenait sur le fond ces propos: « un artiste sommeil en chacun, sans exception. Ses racines prennent force dans son être profond. Il appartient à chacun de réaliser le travail de mise à nu. C'est par une recherche perma-

nente, dans une confiance en soi tous les jours renforcée que l'artiste se révèle. Et non dans les mesures coercitives, avec son lot de souffrances, avec un esprit arriviste et dominateur. La remise en question assure l'évolution de l'être humain »

Cette pensée humaniste est, je le pense et vis profondément, la base d'une pédagogie qui tient compte d'un respect profond pour l'être humain.

LA PÉDAGOGIE

Maintenant je dois aborder le dispositif pédagogique permettant de transmettre, l'enseignement de Monsieur Robert Pichaureau, dont j'ai déjà parlé.

Néanmoins, un petit préambule généraliste s'avère utile avant de développer avec détails et précisions.

La pédagogie est la science de l'éducation. Dans le cadre de la formation du musicien instrumentiste, celle-ci va consister à transmettre un savoir faire et un savoir être dans une société donnée, à un individu particulier. Le mot transmettre est primordial. Il n'est pas à comprendre seulement dans le sens unique de l'Émetteur vers le Récepteur. Mais l'émetteur doit également se muter en récepteur. Le maître donne beaucoup, mais il reçoit aussi, s'enrichi pour mieux donner à nouveau.

Donc, peut-on définir un cadre une fois pour toute, une sorte de formule pédagogique arbitraire et définitive? Il est évident que non. Par contre il est possible de recommander des attitudes et comportements qui favoriseront des interventions appropriées en fonction de tel ou tel élève rencontré. Mais point d'attitude figée.

Déjà, il est aisé de comprendre que l'on ne peut enseigner de manière identique au travers des époques. La société et sa réceptivité sont en constante évolution. On est libre de critiquer cette évolution, mais on ne peut la nier. Il faut donc en tenir compte.

La pédagogie ne procède pas de recettes toutes faites. L'apprentissage instrumental ne s'inscrit pas dans un enseignement de masse (tout du moins en France). Dans le système éducatif, l'éveil, l'éclosion de la sensibilité ne peuvent coïncider avec rigidité et autoritarisme. Cette approche pédagogique s'apparente plus tôt à un travail artisanal, un dispositif relevant d'une sorte de compagnonnage dont la finalité est que l'élève vive le plus de temps possible avec le maître et le dépasse avec la caution et la fierté de celui-ci. Montrer comment jouer en pratiquant devant l'élève est certes nécessaire et obligatoire, le mimétisme est un facteur à prendre en considération, mais cela ne suffit pas, il faut expliquer les processus de fabrication du son. Cela prend du temps, mais l'autonomie de l'élève ne se révélera qu'au prix de cet engagement permanent du

maître. Il ne suffit pas de clamer haut et fort « travaille, travaille », il faut proposer de la méthodologie. Pour ce faire, le professeur aura du accomplir sur soi-même cette recherche sensitive et la poursuivre en permanence, afin de tenter de l'expliquer à l'élève par des mots dont le sens devra rester en accord avec les gestes. C'est une démarche un petit peu comparable à celle du psychiatre qui ne sera accrédité qu'après sa propre analyse.

L'organisation temporelle du travail, entre corps et instrument, relative à chaque individu, doit être une préoccupation majeure du maître. C'est sur une pratique corporelle maîtrisée que s'épanouira l'expression artistique instrumentale de l'élève.

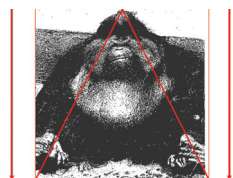
Le joli son, ou l'œuvre exécutée ne doivent pas être appréhendés comme un résultat à atteindre coûte que coûte, par n'importe quels moyens « n'importe comment pourvu que j'y arrive » Cette attitude fonde l'exécution sur un hasard douteux et peu rassurant pour l'avenir.

Au contraire, ces résultats doivent être perçus plutôt comme une légitime récompense d'un travail accompli, d'un parcours maintes et maintes fois emprunté, donc reconnu. Dès lors la confiance de l'apprenti instrumentiste s'installe et le rend de plus en plus autonome.

Malgré l'assurance d'une maîtrise qui s'installe au fil du temps, l'élève doit se considérer comme un laboratoire de recherche permanent au travers duquel il ne cessera d'évoluer, même, et surtout, après « Le Prix ». Ce fameux prix n'est pas une finalité, mais une porte ouverte pour le vrai départ professionnel. La route de la carrière doit être reconnue et foulée tous les jours, jusqu'à la fin. L'être humain, intelligent, aussi sensible qu'il soit, évolue dans sa chair, dans son esprit, il ne peut rester figé, au risque de ne plus se connaître et de perdre une confiance nécessaire à l'épanouissement de son art.

L'apport de connaissances et surtout l'attention du professeur, gage d'une qualité d'écoute pour chaque geste et chaque son émis par son élève, seront le garant de la confiance établie entre eux.

En effet il ne suffit pas d'être reconnu comme un excellent interprète, possédant son art instrumental parfaitement, mais il faut aussi prendre le temps de comprendre l'autre afin de choisir le meilleur chemin, le plus approprié



qui convienne à l'élève demandeur. C'est au maître à descendre de son piédestal pour aller chercher l'élève.

Il doit lui prouver que le chemin à parcourir pour si ardu qu'il soit, est malgré tout réalisable, en apprivoisant une confiance en soi construite sur la parole rassurante et constructive du professeur.

Un professeur doit partir du postulat que l'élève est demandeur par raison de motivation. Cette motivation plus ou moins graduée, peut avoir des origines multiples : parents, rencontres, écoutes.... Il part de zéro mais possède en lui tout le potentiel utile et nécessaire à sa réalisation et son épanouissement.

Ce sont ses propres barrières personnelles qui l'en-travent dans son évolution. Les individus, tous différents n'ont pas les mêmes nombres, ou genres de barrières. Mais dès cet instant, le maître doit considérer que sa mission

consiste à lever toutes ces barrières d'inhibition qui emprisonnent l'apprenant, pour lui permettre de se réaliser pleinement au travers de son art. Sa motivation première doit –être non seulement préservée mais entretenue et développée jusqu'à son autonomie. Bien entendu, certains sont engoncés dans un enchevêtrement de barrières. Le degré d'aboutissement ne sera pas le même pour tous. Mais au moins sur le plan humain chacun sera allé au bout de ses possibilités. Pas d'aigreurs ni d'arrières pensées avec des regrets. L'autre, le meilleur, sera alors considéré avec émerveillement et respect et non jalousie et envie...

Ensuite, je traiterai précisément de l'accueil et des débuts d'un élève, aujourd'hui, en s'appuyant sur les recherches et réflexions que l'enseignement de M. Pichareau a suscité.

PREMIÈRE RENCONTRE AVEC L'ÉLÈVE

Je vais poursuivre la mise en œuvre de l'approche pédagogique de M. Robert Pichareau, en m'adressant principalement aux jeunes professeurs instrumentistes à embouchure.

Dès l'instant où l'on accueille l'élève, il faut lui annoncer que le bel instrument qu'il tient dans ses mains, n'en n'est pas un. Ce n'est qu'un tuyau percé, certes magnifique et onéreux, mais il n'est pas une mécanique de fabrication sonore. Son rôle se définit comme un élément propagateur de vibrations, une sorte d'amplificateur. Ces vibrations sont produites par nos lèvres sous l'impulsion d'une action de notre corps à considérer dans son entier pendant la phase expiratoire de notre système de vie qu'est la respiration. Le véritable instrument, est fait de la complémentarité de l'action physique notre corps et de son amplification répercutée dans le tuyau.

Cette explication lors de la première rencontre avec l'étudiant est d'une extrême importance, car elle définit, une direction générale vers laquelle vont se construire et se fixer certains gestes adéquats, ainsi qu'une orientation porteuse d'une évolution positive sans souffrances ni contractions musculaires néfastes et inutiles.

Le discours à tenir ne doit pas emprunter des termes de vocabulaires compliqués. Pas de prés requis scientifiques autres que la connaissance personnelle de son corps. De 6 à 77 ans on ne s'exprime pas de la même manière et tout le monde ne possède pas un niveau de connaissances identique. Malgré tout, il faut demeurer précis et compris. La difficulté d'enseignement du maître se situe dans cet exercice d'équilibre. La rapidité de formation ne doit surtout pas être le critère majeur de réussite. Par contre, on doit veiller constamment à ce que l'élève soit bien dans le schéma proposé et ne vagabonde pas trop hors du sentier tracé, par souci d'une réalisation musicale "à tous prix".

Le premier item sur lequel il est nécessaire de s'appuyer, est l'importance de l'implication corporelle. Expliquer à l'élève, le mode d'apprentissage et faire apparaître deux genres d'acquisition.

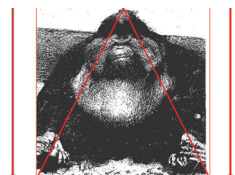
-D'une part, l'acquisition d'un savoir, que je qualifierais de scolaire, utilisant, seule, notre capacité intellectuelle. C'est-à-dire l'acquisition des connaissances sur les relations entre la musique construite à réaliser et la partie mécanique de l'instrument (doigtés, construction musicale, gammes....)

-D'autre part, l'acquisition d'un premier savoir faire, afin de produire le son. Puis un deuxième savoir faire, afin de réaliser un son varié mélodiquement et rythmiquement en s'appuyant sur l'acquisition du savoir.

Cette explication aura une grande conséquence sur le travail personnel à produire à la maison. En effet, l'un des premiers écueils est la précipitation de l'étudiant (parfois celle du professeur ce qui est plus grave) vers l'exécution de la ligne mélodique, priorité des priorités, sans réfléchir au "comment". Mettre constamment en priorité le "comment" doit être primordial. La réussite de la réalisation de la ligne mélodique sera alors considérée comme la récompense du bon travail lié à la méthode.

Pour ce faire, dans les premiers temps, on doit absolument éviter les essais sauvages. Ils ont pour origine, les bons conseils du grand-père, du tonton ou du papa qui dans son jeune temps..., ou également, l'imagerie populaire qui nous représente un souffleur aux joues gonflées cherchant à faire sonner son instrument (percé) en le remplissant d'air, avec force. Tout ceci, pour mettre en garde contre ces idées préconçues et tenaces.

En effet, faites l'expérience autour de vous en présentant un instrument à embouchure à une personne n'étant pas concernée par celui-ci, le premier réflexe sera de se garnir les poumons puis de propulser l'air emmagas-



siné, à l'intérieur du tube.....sans résultats probants mais avec épuisement et faible temps d'essai. Cette expérience, prouve que l'individu soufflant, cherche à « demander au tuyau » de lui donner un son. L'exemple visuel d'une trompette naturelle, d'un claron découdé, le dessin d'une tuba romaine, ou même un tuyau de plomberie, peut étayer l'explication. On se voit par un bout et l'autre du tube percé. Il faut démystifier "l'instrument". Le réflexe suivant sera de croire que l'embouchure est à l'origine du son. Il est aisé de démontrer que ce n'est pas le cas non plus. On prouve ainsi, à l'élève que finalement c'est le bruit des lèvres en vibration qui est propagé au travers du tuyau appelé "instrument".

Nous devons, dès cet instant, inviter l'étudiant, à se pencher sur la fonction corporelle et sur le mode respiratoire. Il faut pour ce faire parler de notre premier instrument, naturel de surcroît, qui est la voix.

C'est à ce moment que l'on peut commencer à définir le critère général de pédagogie sur lequel on doit s'appuyer : le transfert d'actes corporels effectués naturellement (comportement gestuel de tous les jours) vers des instants non naturels (moment du jeu instrumental). Sans pré requis de connaissances scientifiques comme je l'ai dit plus haut. Simplement sur un constat d'agissements et une observation de notre corps. Cela se fera en trois temps : prise de conscience du geste, répétition de ce geste afin de le réaliser en conscience au moment voulu, puis laisser faire dans l'inconscience, puisque intégré.

Je cite ici le schéma de A. Maslow qui nous enseigne que le cycle d'apprentissage comprend nécessairement 4 étapes :

1) du stade de l'incompétence inconsciente. Puisque je ne suis pas encore intéressé par cet apprentissage.

2) au stade de l'incompétence consciente. Je veux bien me former, mais je ne sais rien à ce sujet.

3) puis au stade de la compétence consciente. Je suis en train d'apprendre et je progresse.

4) pour atteindre finalement le stade de la compétence inconsciente, c'est à dire une nouvelle habileté qui est devenue une nouvelle habitude. J'ai appris, c'est une deuxième nature.

Maslow affirme que la seule façon de passer du troisième au quatrième stade, c'est la pratique.

Les propos du professeur doivent commencer par un questionnement simple :

-« grâce à quel élément vivons-nous ? » Il faut citer l'air, (avant l'eau et la nourriture). L'instrument a rapport avec l'air (mais peu avec l'eau et rien avec la nourriture). Donc, c'est bien sur l'air qu'il faut se pencher.

-D'abord sur sa qualité : Ecologiquement nous nous essayons à quelques efforts, mais malheureusement, nous respirons ce que l'on trouve à l'endroit où l'on joue. Notre être n'y peut rien.

-Puis, sur la manière dont notre corps le capte et le consomme. Là, en fonction de nos attitudes et habitudes

de vie, nous ne réalisons pas forcément le même geste. Dès cet instant il faut inciter l'élève à se regarder respirer dans un moment calme : premièrement sans rien prononcer puis en lui demandant de parler ou de compter durant une minute ou deux. Ces deux mains étant en léger appui sur le thorax et le ventre. Dans un deuxième temps, faites lui dire la même chose mais en rajoutant de la véhémence comme pour réclamer quelque chose avec envie. Questionnez-le sur les mouvements observés. Affirmez-lui que ce sont les mêmes qui lui serviront lors du jeu instrumental. Demandez-lui s'il pouvait durant cet instant souffler une bougie à une distance d'une dizaine de centimètres de la bouche. Faites l'expérience avec une bougie allumée. Il est évident que si la flamme de celle-ci vacille, elle ne s'éteint pas pour autant. Plusieurs constats sont à relever. Lorsque nous nous exprimons, l'air contenu dans nos poumons n'est pas "soufflé" tel un courant d'air, vers l'extérieur. D'ailleurs lors d'une simple phrase comme « bonjour monsieur comment allez-vous ? » vous ne cherchez pas à prendre l'air systématiquement en début de phrase. La conscience de prise d'air n'existe pas à ce moment là.

Je conseille, dès les débuts, de parler par images, en prenant soin de les multiplier afin que parmi celles-ci, une ou deux parviennent à « parler » à l'élève. Il faudra insister sur l'imagerie produite par tel ou tel geste intérieur, qui ne correspondra pas forcément à la réalité physiologique et scientifique. C'est la sensation qui compte. Par exemple insister pour dire que l'on n'envoie pas d'air à l'intérieur du tube veut dire que l'on évite de propulser volontairement un courant d'air dans le tuyau. Mais il est évident que si on imagine retenir tout souffle, on constatera tout de même un hale chaud derrière l'embouchure.

Une conclusion momentanée s'impose : la manière dont l'origine de la vibration des lèvres est produite, va décider d'une progression facile, ou malheureusement ouvrir la boîte des maléfices qui sera difficile à refermer.

© Alain Faucher

En collaboration
avec le Magazine

La Gazette des Cuivres

<http://gazettedescuivres.free.fr>