

Ester Pineda

LE CORPS MUSICIEN
Vers une méthode sensorielle
de l'interprétation pianistique

Préface
Jean-Baptiste Nanta

Éditions Delatour France

SOMMAIRE

REMERCIEMENTS	5
AVANT-PROPOS	9
PRÉFACE , par Jean-Baptiste Nanta	13
LES PROCESSUS COGNITIFS DANS L'EXPÉRIENCE MUSICALE	19
I - QUELQUES PRINCIPES DE PSYCHOLOGIE COGNITIVE ET DES NEUROSCIENCES	23
I.1 Perception et traitement de la musique	30
I.1.1 Capacités sensorielles : ouïe, vue, toucher	31
I.1.2 Comment le cerveau traite l'information	38
I.1.3 La mémoire au cœur des processus	40
LE CORPS EN MOUVEMENT : CONSTRUCTION DE LA TECHNIQUE PIANISTIQUE ET APPRENTISSAGE	47
I – LA DYNAMIQUE DU MOUVEMENT : quelques principes de base	50
I.1 Organisation posturale et posture au piano	51
I.2 La respiration	56
I.3 L'ancrage physique du discours musical : le souffle, la voix, le corps	61
I.4 La détente : disponibilité au mouvement, entraves, crispations	62
II - LE CONCEPT DE CONSCIENCE CORPORELLE	65
II.1 Les approches somatiques	68
II.1.1 Technique Alexander	69
II.1.2 Méthode Feldenkrais	70
II.1.3 Sophrologie	71
II.2 LA PÉDAGOGIE RYTHMIQUE DALCROZE	72
II.3 LA GESTUELLE	75

UN VOYAGE D'HIVER	81
I -INTRODUCTION	81
II – OBSERVATIONS	83
III - ENTRETIENS	89
III.1 Entretiens auprès des élèves	95
III.2 Entretiens auprès des professionnels	102
III.3 Réflexions	112
VERS L'EXPRESSION ET L'INTERPRÉTATION MUSICALES	115
CONCLUSION	119
BIBLIOGRAPHIE	121

REMERCIEMENTS

J'aimerais adresser toute ma gratitude à Maria João Pires qui a accepté ma présence au fil de l'hiver 2016 à la Chapelle Musicale Reine Élisabeth (Belgique) ainsi qu'à Gary Hofmann et aux membres du quatuor *Artemis*. Toute ma reconnaissance aussi à l'ensemble de l'équipe de la Chapelle Musicale, aux musiciens en résidence et très spécialement à Anne-Lise Parrote, directrice artistique et à Tomoko Taguchi, coordinatrice.

Ma reconnaissance également à toute l'équipe de l'Institut Dalcroze de Genève et en particulier à Silvia del Bianco, directrice et à Laurent Sourisse, professeur d'improvisation et d'harmonie qui a soutenu ma démarche avec complicité. Je remercie également les professeurs qui se sont associés à ce travail en apportant leur témoignage : Ludmilla Gautheron, Isabel Maret et Hélène Nicolet ainsi qu'à ceux qui m'ont accueilli dans leurs cours : Mira Daniel, Pascal Chenu, Pascale Rochat-Martinnet, Gérald Cerf, Emilio Artessero, François Creux et Jean-Marc Aeschmann.

Je remercie tout spécialement Giovanna Valussi, Catherine Augé, Monica Lombardo et Mélisande Chauveau pour leurs témoignages extrêmement riches et vivants.

Toute ma sympathie aux élèves de ma classe au Conservatoire Jean-Philippe Rameau qui ont accepté de participer à ce travail en répondant aux questionnaires et aux entretiens.

AVANT PROPOS

Comment mobilisons-nous notre corps pour faire de la musique ? Comment la prise de conscience des processus perceptifs et corporels peut-elle contribuer à améliorer une technique instrumentale ? Comment le pianiste articule-t-il certains paramètres perceptifs dans l'élaboration du geste instrumental ?

À partir de mon expérience en tant que pianiste et pédagogue, je souhaite présenter avec ce livre une argumentation théorique en faveur de l'importance de la prise de conscience corporelle dans la pratique musicale.

En partant du constat que beaucoup d'instrumentistes se projettent comme l'outil d'un instrument, oubliant la nature du geste au profit du résultat de celui-ci. Le corps est bien le premier instrument du musicien. Or, trop souvent il en ignore le fonctionnement puisqu'il ne lui a jamais été enseigné. Tout fonctionnement du corps est soumis à des contraintes mécaniques et à sa propre morphologie. Située en bout de chaîne (épaule, bras, coude, avant-bras, poignet), la main supporte en grande partie les conséquences d'une mauvaise organisation posturale. C'est pourquoi il est important que le musicien base sa technique sur le respect du fonctionnement anatomo-physiologique mais aussi sur une acuité accrue de l'usage de soi. La prise de conscience corporelle constitue pour moi un passage incontournable pour que la pratique musicale soit satisfaisante, performante et épanouie. Dans cette perspective, je défends l'idée qu'il faudrait systématiquement intégrer une éducation somatique dans le cadre de l'enseignement de la musique.

Avant d'aller plus loin, il est important de définir le mot *technique* mais aussi de préciser le sens que je donne à l'adjectif *performant* dans ce contexte. Étymologiquement le mot technique vient du grec *tekhnè* (τέχνη). Utilisé pour désigner l'art et aussi l'artisanat, nomme un mode du savoir et non de la fabrication. Les grecs appelaient du même nom, *tekhnitès*, l'artisan et l'artiste. Mais *tekhnè* ne signifie ni travail artisanal, ni travail artistique, ni travail technique au sens moderne. *Tekhnè* ne désigne jamais un genre de réalisation pratique, mais le fait d'appréhender, d'éprouver le présent en tant que tel. La *tekhnè* est une production qui fait venir l'être à découvert, hors de sa réserve, en quelque sorte dans sa vérité. Cette activité est complètement déterminée et régie par l'essence de la création, qui dépend elle-même de l'œuvre.

C'est bien dans ce sens, dans cette notion relative à la créativité artistique, que je parlerai de technique dans ce texte. Dans *L'Art du*

Piano, le grand pédagogue russe Heinrich Neuhaus nous dit à propos de la technique :

Plus le but apparaît clairement (contenu, musique, perfection de l'exécution) plus le moyen de l'atteindre s'impose à lui-même. Le *quoi* détermine le comment, bien que finalement le *comment* conditionne le quoi [...] Une claire conception du but offre à l'exécutant la possibilité de le viser, de l'atteindre et de l'incarner dans son exécution. Tout cela constitue le problème de la *technique*¹.

Par ailleurs, loin d'entendre performant (*efficacité*, dans le langage courant) au sens d'une certaine rapidité dans l'exécution, de l'agilité, de l'égalité, de la puissance, qui ne représentent que des éléments de la technique dans son aspect *mécanique*, nous utilisons cet adjectif pour faire allusion à une technique riche et plastique. Une technique qui offre de multiples possibilités comme une large palette sonore, dynamique, une technique qui permette à l'interprète de traduire avec la plus grande aisance et maîtrise le contenu et le sens qu'il veut donner à la musique.

Faire de la musique c'est impliquer entièrement l'être et cette participation entière de la personne laisse tout naturellement émerger l'idée que des données individuelles entrent inévitablement en considération. Ces données ont à voir avec chaque personnalité humaine, personnalité complexe se structurant progressivement en fonction de nombreux paramètres, dont l'expérience musicale comme langage et mode d'expression de soi, font partie. En ce sens, je pense que si l'élève est mis rapidement dans un état d'esprit où il a conscience, grâce à un travail d'écoute approfondi, que le son est le reflet de sa personnalité, il pourra l'épanouir en accord avec ce qu'il transmet de soi-même aux autres.

À partir des bases théoriques de la psychologie cognitive et des neurosciences, je souhaite partager ma réflexion sur le rôle du corps dans la pratique instrumentale ainsi que dans la construction de la technique pianistique et de l'interprétation musicale. Dans le premier chapitre j'introduis brièvement les processus cognitifs impliqués dans l'expérience musicale avec un aperçu théorique de la psychologie cognitive et des neurosciences. Dans le deuxième chapitre, j'aborde les notions de conscience corporelle et du corps en mouvement. Enfin, le chapitre *Voyage d'hiver* propose une ouverture nous menant à étudier en pratique les principes théoriques exposés dans les chapitres précédents. Ce *voyage* est proposé au lecteur comme une balade, une exploration, avec des entretiens et des observations réalisées auprès de pianistes professionnels et amateurs mais aussi auprès d'experts dans d'autres disciplines (danse,

¹ NEUHAUS, Heinrich, *L'art du piano*, Paris, Van de Velde, 1971 p. 12

différentes techniques somatiques, etc.) afin d'élargir une réflexion et voir comment les personnes interrogées s'emparent de ce thème.

Puisse cet ouvrage apporter un éclairage multiple sur la question du *Corps musicien*, de l'apprentissage et de la sensorialité à travers le prisme du questionnement premier, à savoir comment la connaissance du corps et la prise de conscience des processus perceptifs et corporels contribuent à la construction d'une technique instrumentale performante dans le but d'une interprétation musicale.

PRÉFACE

par Jean-Baptiste Nanta,
professeur de philosophie

Tout objet de notre expérience paraît pouvoir se ramener à l'articulation entre deux aspects : il y aurait d'une part sa réalité matérielle, celle par laquelle l'objet existe indépendamment de nous, son existence brute qu'étudie le physicien ; et il y aurait d'autre part son sens, la façon que ce même objet a de nous apparaître, de nous être utile ou inutile, de nous plaire ou de nous déplaire, etc.

Cette opposition, si on la pousse jusqu'à son terme, paraît renvoyer à celle, classique dans l'histoire de la philosophie, entre le corps et l'âme. Si le corps peut nous sembler spontanément n'être que l'enveloppe contingente (et selon certains, trop vague, temporaire) de l'âme, cette dernière serait quant à elle la réalité même de notre personne, ce que nous sommes de façon irréductible et définitive. Le corps serait en cela le moyen d'agir, le véhicule, de l'âme. De la même façon, et par extension, la réalité matérielle des choses ne renverrait qu'à des dispositions éphémères d'atomes, dénuées de sens par elles-mêmes, et donc totalement dépendantes de celui que nous leur donnons, c'est-à-dire du regard que notre « âme » daigne y jeter. Dans ce registre, le domaine de l'art apparaît comme particulièrement éloquent : une peinture ne serait ainsi, sur le plan matériel, que l'amas des pigments par lequel l'artiste, grâce à sa maîtrise technique (qui est, justement, la maîtrise des caprices de la matière), donne une « âme » au tableau, et communique par là au spectateur, de la façon la plus fluide, la plus transparente possible, son idée, son intuition, certains diront son « message ». La notion de message maintient explicitement l'idée que le contexte matériel de l'œuvre est secondaire, qu'il n'est qu'un moyen qu'il faut apprendre à maîtriser, mais pour aussitôt l'oublier, afin de se consacrer à la seule chose qui véritablement importe : l'idée de l'artiste. Ainsi, comme pour un « message » verbal qui peut être véhiculé dans différentes langues, la réalité matérielle de l'œuvre n'aurait pas plus d'importance que les particularités grammaticales de la langue employée relativement au contenu du discours, et la matière aurait ainsi vocation à s'effacer devant la seule chose qui importe véritablement : le sens du « message », l'idée que l'âme retire de la contemplation et du dépassement d'une matière mise en forme par le locuteur ou par le peintre.

Cette conception, qui peut paraître classique, des rapports entre l'âme et le corps véhicule toute une hiérarchie du spirituel et du matériel, toute une éthique du rapport à notre propre corps, et sans doute aussi toute une lecture (parfois un peu rapide) de l'histoire de la philosophie, dont

plusieurs figures éminentes semblent venir à l'appui en paraissant poser le dualisme de l'âme et du corps de façon définitive.

Or nous voudrions suggérer ici qu'un tel dualisme est tout sauf simple, et que partir de là c'est poser comme difficilement compréhensible la réunion, pourtant nécessaire, du corps et de l'âme. En voulant ainsi vider la matière de son sens pour réserver celui-ci à l'activité de l'âme, on manque le fait essentiel que l'idée de matière, en elle-même apparemment dénuée de toute détermination qualitative, ne peut être pensée que de façon théorique, comme une pure abstraction, comme une pure « idée » et jamais comme l'objet concret de l'expérience que nous en faisons. Si on peut en effet être tenté de distinguer dans toute chose, comme le propose Aristote, une « matière » et une « forme » (une « matière » dénuée de toute caractéristique formelle, mais servant seulement de support à la « forme » : la couleur, la densité, la résistance, la morphologie, etc., c'est-à-dire tout ce qui caractérise qualitativement l'objet), on doit noter que cette distinction, pour éclairante qu'elle est, repose sur une abstraction conceptuelle... Car la notion de matière, qui paraît désigner ici ce qu'il y a de plus concret, de plus solide dans l'objet senti, renvoie de façon tout à fait paradoxale à une réalité dont nous ne faisons jamais l'expérience : la matière que je touche, celle que je sens, que ce soit celle de mon propre corps, ou bien celle en apparence plus simple que j'utilise pour fabriquer un objet, a toujours déjà des caractéristiques formelles. Le morceau de bois qui peut sembler apte à recevoir n'importe quelle forme dès lors que ma maîtrise du ciseau est suffisante, doit en fait lui-même être choisi selon sa densité (celle de son essence, mais aussi, si mon but implique des contraintes particulières, celle du morceau singulier que je vais employer), les nœuds qu'il contient, sa résistance, son élasticité ou encore sa capacité à entrer en vibration... Il ne saurait y avoir de matière pour nous sans que cette matière ait une définition formelle, un sens déjà ancré en elle : aucune matière n'est absolument indéterminée ; l'idée que l'artiste ou l'artisan veut faire passer dans la matière, il doit la faire passer dans une matière apte à la recevoir, c'est-à-dire qu'il doit composer l'idée artistique avec la matière plutôt qu'à travers elle.

Or ce qui vaut pour les objets de notre expérience vaut bien évidemment plus encore pour notre propre corps : si ce dernier a pu apparaître à Platon comme le « tombeau de l'âme » dont il s'agissait d'apprendre à sortir (au travers du propos de Socrate dans le Phédon en particulier), ceci ne signifie pas pour autant que le platonisme est un pur et simple rejet du corps. Si Socrate s'est affirmé « philo-sophos » (aimant la sagesse) plutôt que simplement « sophos » (sage), c'est précisément que la sagesse à laquelle son âme aspire est la sagesse d'une âme incarnée, qui ne saurait prétendre dépasser totalement son incarnation mais seulement « aspirer » à ce dépassement... Le texte du Banquet renoue explicitement avec cet héritage socratique en rappelant à quel

point l'amour, quel que soit son objet, est cette tendance (celle qui anime le philosophe dans son désir de sagesse, donc) qui ne saurait être douée de sens que pour un être aspirant à dépasser les limites de son corps : or un tel désir n'a de sens, précisément, que chez un être incarné...

Descartes enfin, s'il souligne la distinction irréductible de l'âme et du corps dans le domaine de la métaphysique (distinction que l'on retient souvent de la célèbre expérience du « je pense ») rappelle immédiatement que dans tous les autres domaines de réflexion sur l'homme, ce n'est pas la distinction, mais l'union de l'âme et du corps qui prévalent : un mot entendu, une couleur aperçue, une sensation éprouvée, rien de tout cela ne peut être compris comme une simple réduction à la dimension physique de l'effet produit sur notre corps par la chose sentie ; la sensation ne nous apparaît au contraire qu'en tant qu'elle est douée de sens pour nous, c'est-à-dire en tant que sa réalité corporelle est d'emblée pétrie d'un sens pour notre âme. Dans la perception, c'est bien l'union de l'effet physique d'un objet sur notre corps et du sens que notre âme donne à cet effet qui est en jeu.

La distinction pouvant paraître intuitive de l'âme et du corps mérite donc d'être repensée et sans doute en premier lieu ramenée à sa dimension pratique, fonctionnelle : repensée à partir du sens qu'elle a pour nous plutôt qu'à partir de la seule réalité qu'elle est censée désigner. Car ces notions désignent des aspects significatifs de notre expérience des choses et de nous-mêmes ; par elles nous signifions et pensons des aspects différents de notre existence : l'idée de corps renvoie à l'idée de ce qu'on peut saisir, mouvoir, qui est visible, etc. ; l'idée de l'âme désigne ce qu'on ne saurait au contraire montrer et qu'on éprouve pourtant en nous-même, ou qu'on présuppose chez les autres. Mais ceci ne signifie pas que cette distinction, pour douée de signification qu'elle soit, est réelle : rien ne permet de dire qu'un sentiment n'a aucun support corporel (l'inquiétude ne nous fait-elle pas mal au ventre ? la joie ne nous fait-elle pas nous sentir plus léger ?), ou qu'un corps peut être perçu sans un sens que nous lui attribuons. On pourrait ainsi se demander si la croyance d'une distinction radicale de l'âme et du corps ne correspondrait pas à une réduction des choses que nous percevons aux notions à partir desquelles nous les pensons et les communiquons : pouvoir énoncer la distinction de l'âme et du corps est incontestablement d'une grande efficacité pratique puisque cela nous permet d'opérer logiquement sur des aspects de notre vie comme on opère sur des choses distinctes, sans nous préoccuper de savoir si ces distinctions correspondent à la réalité. Pour nuancer cette distinction, efficace mais peut-être arbitraire, il conviendrait donc de se demander si un corps vivant n'est pas toujours un corps sentant, c'est-à-dire préoccupé par le sens de ce qu'il sent ; et si une pensée est possible en dehors d'un corps dans lequel elle s'incarne.