

CORPS ET INSTRUMENT

Si les approches somatiques ont intégré l'offre des hautes écoles de musique, les recherches menées jusqu'à présent ont porté sur la conscience du corps séparée du jeu instrumental. Mais que se passe-t-il lorsque l'instrumentiste maintient la conscience de son corps tout en jouant ? Est-ce que cela a un impact sur la qualité ou le volume du son ? Une équipe de chercheurs de l'HEMU et de la HEM-Genève a examiné cette question dans le cadre d'une étude pilote.

PAR CLAUDIA DORA

Voyages corporels

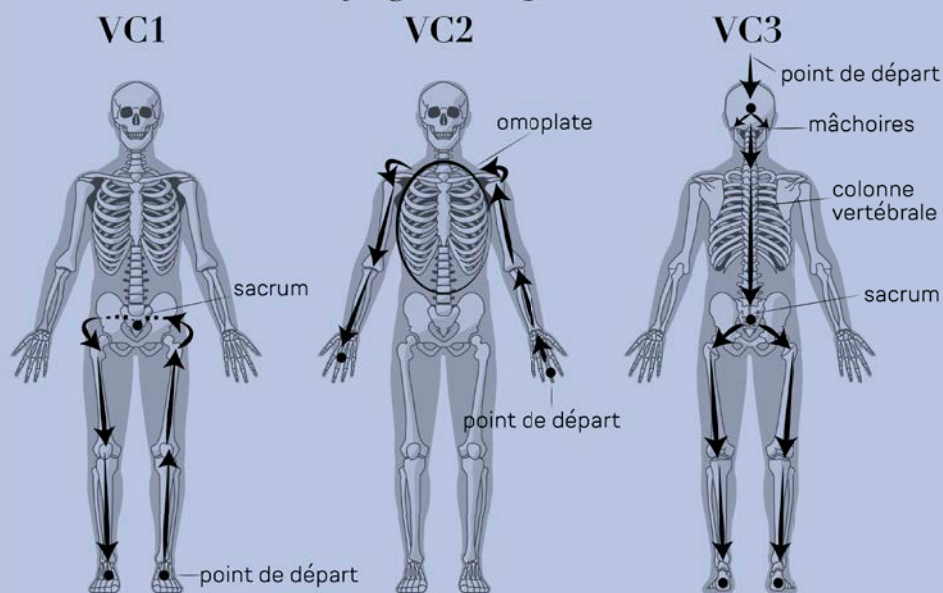


Figure 1. Les trois voyages corporels utilisés dans cette recherche.

Les approches somatiques (comme la technique Alexander, la méthode Feldenkrais, le tai-chi ou le yoga) permettent d'atteindre la pleine conscience du corps. Celle-ci – contrairement à un contrôle corporel intentionnel visant à accomplir une tâche de manière efficace – se caractérise par une attitude dénuée de jugement, un désir de découverte et l'acceptation des choses telles qu'elles se présentent. Est-ce contradictoire avec la discipline et la rigueur nécessaires à la pratique d'un instrument, ou est-il au contraire possible d'en tirer des bénéfices ?

Pour étudier la question, l'équipe de recherche a demandé à 11 étudiants de violon et d'alto de jouer une note tenue en déplaçant lentement leur attention d'une articulation à l'autre selon trois parcours prédéterminés (Figure 1), intitulés « voyages corporels » (VCs).

OUTILS VISUELS POUR L'ANALYSE SONORE

Les outils d'analyse sonore les plus importants pour cette recherche étaient le spectrogramme (Figure 2) et le *loudness*. Ces descripteurs hautement visuels aident à comprendre la qualité, le timbre et le volume perçu d'un son. La visualisation en couleurs dans le spectrogramme donne une impression immédiate du volume et des modifications des harmoniques d'un son (Figure 2). Alors que l'intensité sonore (dB) et les fréquences (Hz) du contenu spectral peuvent être mesurées objectivement, le *loudness* (dont l'unité est le sone) est le volume sonore perçu par l'oreille humaine. La mesure du *loudness* est basée entre autres sur la fréquence, le contexte et la durée d'un élément sonore.

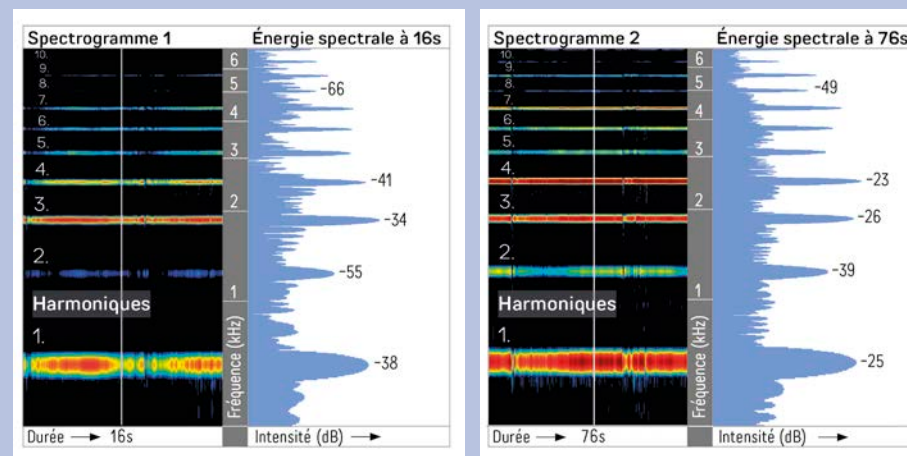


Figure 2. Spectrogramme à différents moments du VC2 d'Alain.

Les spectrogrammes 1 et 2 montrent l'énergie spectrale des 10 premiers harmoniques. Le noir représente le son plus faible, puis le niveau d'intensité change graduellement, allant jusqu'au rouge, en passant par le bleu, le vert et le jaune. À droite : l'intensité de l'énergie spectrale en dB.

DONNÉES SCIENTIFIQUES ET HUMAINES

Pour disposer d'une référence de temps, les participants ont donné un signe chaque fois qu'ils ressentaient quelque chose de spécial durant l'exercice. Au cours des brèves entrevues qui ont suivi chaque VC, ils ont rapporté leurs expériences. La Figure 3 montre la courbe du *loudness* et le spectrogramme en comparaison avec les sensations signalées par le participant, Alain. Ses descriptions sont illustrées par le graphique qui enregistre une intensité inférieure du spectre et du *loudness* dans le premier segment. Ensuite, la courbe des sons et les fréquences enregistrées se stabilisent visiblement. Même les « difficultés à redescendre » à la fin de l'exercice se reflètent dans la courbe du *loudness*.

QUELLES CONCLUSIONS POUR LA PRATIQUE ?

Dans le contexte de l'enseignement, l'analyse sonore peut documenter l'amélioration du son lors du développement des compétences vocales ou instrumentales. Cette recherche a montré qu'il y a un lien direct entre le bien-être physique subjectif et le volume sonore perçu ainsi que le contenu spectral. Facilement adaptables pour l'enseignement, les VCs favorisent l'échange horizontal entre professeurs et étudiants. Ils permettent à chacune et à chacun de découvrir les parties du corps qui pourraient lui servir comme ancre pendant la performance. Ainsi, la conscience du corps peut aider à la gestion du stress, et faciliter un son spécifique ou l'expressivité musicale en général.

Dora, C., Conforti, S., & Güsewell, A. (2019). *Exploring the influence of body awareness on instrumental sound*.

« Au début, il fallait du temps pour trouver l'habitude. »

« Il y avait plus de son à la cage thoracique (Alain n'a pas utilisé plus de force). Le poids vient de lui-même... sans devoir se forcer. »

« C'était difficile à redescendre du coup moins précis au niveau du ressenti... petit à petit moins d'énergie qui progresse. »

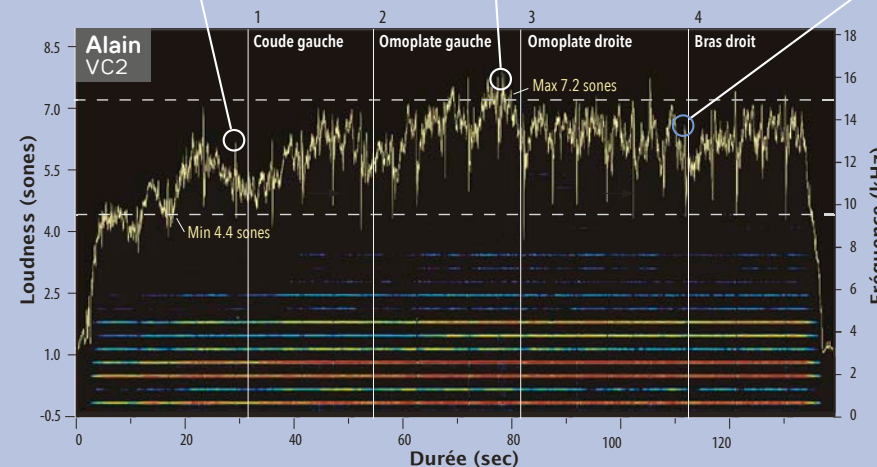


Figure 3. Comparaison de l'analyse sonore avec le récit d'Alain.

VC2 d'Alain, graphiques *Audiosculpt 3.4.5*¹. Courbe du *loudness* (sones), sonogramme (fréquence en hertz) et récit d'Alain suite au VC2.

¹ AudioSculpt (Version 3.4.5), An Application for Viewing, Analysing, and Processing Sound [Computer Software]. (2016). Paris, France: IRCAM. Retrieved from <http://www.ircam.fr/>