Harmonie

Le rapport entre l'instrument et le corps, les bras et les mains, doit être de nature à permettre une exécution confortable et efficace de tous les mouvements nécessaires pour jouer. (1)

Conscience du corps

On oublie facilement que la musique s'exprime par le corps, dans son ensemble, et que la qualité du jeu instrumental n'est pas uniquement liée à l'agilité des doigts.

Certes, l'action musicale se traduit ponctuellement par l'action des doigts mais que sont-ils eux-mêmes sinon l'achèvement, la terminaison tactile d'une totalité physique qui est le corps lui-même ? (2)

Ancrage au sol

Sensation des zones de contact, répartition égale du poids, stabilité, mobilité relative et oscillation.

Verticalité et axe d'équilibre

Trouver sa stabilité corporelle dans l'axe vertébral, la gravité et la contre-poussée.

Le dos

Les bras et les mains ne sont que les transmetteurs de l'énergie, venue du système dorsal dont tonicité et souplesse sont les caractéristiques nécessaires.

Tonicité et détente

L'instrumentiste doit savoir équilibrer le couple tonicité - détente, en opposition à l'état de contraction.

La respiration

La respiration la plus complète est l'enchaînement de la respiration abdominale liée aux lombaires, de la respiration costale favorisant l'ouverture et de la respiration sternale associée à un étirement vers le haut, l'ensemble étant une source d'énergie.

Economie

La meilleure tenue est celle qui favorise l'économie corporelle, ni relâchée, ni crispée.

Le geste et l'intention

Le geste est le véhicule de la pensée musicale ; de la qualité du geste dépend la transmission de celle-ci. Le geste révèle, porte et enfin termine l'intention musicale.

Le flux intérieur

Le violoniste doit se laisser pénétrer de ce flux intérieur issu de la musique, de l'intelligence et du sentiment qu'il a de cette musique. (3)

La concentration

Attitude de vigilance intérieure qui permet d'être à l'écoute permanente de sa musique et de son corps.

Références

1 **Ivan Galamian**
Enseignement et technique du Violon
édition Van de Velde

2 **Dominique Hoppenot**
Le Violon intérieur
éditions Van de Velde

3 **Yehudi Menuhin**
L'art de jouer du Violon
éditions Buchet/Chastel

4 **Reine-Brigitte Sulem**
Physiologie et art du Violon
éditions Alexitère

5 **Wolfram Koenig**
La technique moderne du Violon
éditions EAP

6 **Eugène Green**
La parole baroque
éditions Desclée de Brouwer

Contactez-nous

Renseignements et contact :

- Par eMail à l'adresse :
  association.amati@orange.fr

- Par téléphone :
  Jean-François Maillet
  A venir.

- Sur facebook :
  https://www.facebook.com/ensemblebaroque.amati

Une bonne position

Le violoniste pourra se poser cette série de questions concernant sa posture :

Suis-je bien en équilibre ?
Puis-je gagner un peu en longueur et me redresser, en largeur et ouvrir ma position ?
Est-ce que je suis figé ou disponible dans une position transformable et souple ?
Suis-je en train de jouer en apnée ?
Est-ce que je fixe la partition ?
Le pupitre est-il à la bonne hauteur ?
Suis-je en train de coincer mon violon ? De serrer les dents ? De faire des grimaces ?
Est-ce que ma tête est libre ?
S'écrase-t-elle sur la mentonnière ?
Mon dos est-il bien large et soutient-il ma position ?
Comment se présentent mes épaules ? Sont-elles à la même hauteur ?
Est-ce que je crispe le pouce sur le manche ?
Est-ce que je serre mon archet ?
Est-ce que je sens dans mes doigts les vibrations de la corde ?
L'archet prolonge-t-il mon bras ?
Comment se présente l'effet poids ?
Est-ce que je me sens bien en jouant ?
Est-ce que je peux rendre mon jeu plus facile ?
Est-ce que j'utilise tout mon espace ? (4)

Le support

Le coussin ou la barre, ou son absence, est déterminé par la morphologie du cou et des épaules du violoniste.

Le cercle de contact

On le forme devant soi en faisant toucher l'une contre l'autre l'extrémité des médius, (5)
en veillant à ce qu'aucune des articulations ne soit accentuée, c'est à dire qu'elles soient légèrement en flexion, de manière à former un arc de cercle horizontal. A partir de celui-ci, les avant-bras gauche et droit en pivotant prennent leur position naturelle de tenue du Violon, sans décentrement donc.

Projection du son

Les trois écoutes de son propre son sont l'écoute intérieure de la transmission des vibrations par la clavicule et tout le corps, l'écoute directe par l'ouïe, et l'écoute du son projeté par le retour du son grâce à la réverbération du lieu. C'est le son projeté que va recevoir l'auditeur ; c'est donc celui-ci que l'instrumentiste n'aura de cesse de contrôler.

Emotions

Le violoniste a ce grand avantage sur bon nombre d'instrumentistes qui est de tenir son instrument dans la zone des émotions, qui correspond à la partie supérieure du buste. (6)

Hygiène de vie

Le violoniste doit aménager son emploi du temps efficacement et gérer les moments où il peut jouer, acquérir des connaissances, manger équilibré, aimer, dormir…

Carte de référence brève

Conscience du corps

—

Le corps et le Violon

par

l'Association AMATI

en partenariat avec

Les Concerts tout Proches

Culture
initiatives

D'autres informations sur le site Internet
https://associationamati.fr