

CONSCIENCE ET MOUVEMENT: CLÉS D'APPRENTISSAGE DE LA MUSIQUE ET DE LA DANSE INDIENNES

NICOLAS CHRISTIN

Lors de mes études, j'ai suivi le cursus de la musique classique européenne. Découvrant la percussion indienne, j'ai eu l'occasion de suivre plusieurs master classes avec le Maître indien Alla Rakha. La richesse de cette approche m'a ouvert à une conscience approfondie du lien entre mes stratégies d'apprentissage et mes propres mouvements.

En Inde, la musique instrumentale ou vocale est avant tout liée à la danse et, par conséquent, aux mouvements du corps. Sans aborder ici de manière approfondie l'origine de la musique indienne, mentionnons qu'elle remonte aux temps védiques (1000-1500 av. J.-C.). Selon la tradition, les hymnes du Rig Veda étaient interprétés en utilisant trois notes. Cette économie harmonique laissera au rythme une place fondamentale, très évoluée et certainement la plus complexe et la plus savante du monde. Cette musique, en référence à la plus ancienne source musicologique fiable datant du III^e siècle, le Nāṭya-shāstra du sage Bharata Muni, serait d'origine divine. La légende raconte que le dieu Brahma décida de créer un Vēda, c'est-à-dire un modèle compréhensible par tout le genre humain. Le Nāṭya-shāstra déterminait en fonction du rythme les mouvements du corps, les tonalités harmoniques et la traduction des émotions. Selon la légende, le dieu Shiva, seigneur de la danse cosmique, fut charmé par les talents de Bharata Muni. Il lui envoya un disciple qui lui enseigna ses principes sacrés comportant dix postures pour les mouvements de base du corps: neuf du cou, trente-six de la main et treize de la tête.

Prendre conscience de ses mouvements: essence de tout apprentissage

En Inde, les élèves chantent, dansent, miment rythmes ou mélodies sous la direction d'un maître.

La transmission est orale. Elle passe par les sens et la prise de conscience du corps en mouvement, contrairement à la tradition classique européenne pour laquelle le déchiffrement d'un support écrit est indispensable. L'imitation de modèles traditionnels constitue l'initiation de tout novice. L'élève passera par des stades d'apprentissage ou niveaux de compétence qui aboutiront à une maîtrise technique et à une conscientisation des mécanismes physiques et mentaux de ses mouvements corporels. La prise de conscience des mouvements et des rythmes de la respiration constitue l'essence de tout apprentissage.

Un rapport émotionnel aux rythmes et aux variations de mouvements

La musique classique indienne repose sur l'improvisation, n'étant pas codée sur une partition. Cela ne signifie pas qu'il n'y a pas de règles; celles-ci sont très strictes sur la manière d'improviser, et de nombreux musiciens apprennent par cœur des passages entiers de mélodies traditionnelles afin de pouvoir y intégrer leurs propres variations. Dans la pratique de la musique indienne, le rapport émotionnel aux rythmes et aux variations de mouvements corporels qu'ils provoquent, comme celui de notre respiration, est fondamental. Bien qu'aucune preuve ne justifie la préséance historique de l'évolution du rythme sur celle de la mélodie, de nombreuses recherches tendent à mettre en évidence que la conscience de l'écoute

des variations des mouvements ou des sons de nos fonctions biologiques serait la plus ancienne source de conscience du vivant et, par conséquent, de modélisations pérennes de création musicale.

Le corps dans sa globalité: premier instrument de connaissance et d'apprentissage

Antonio R. Damasio, probablement l'un des plus brillants neurologues actuels (Hubel, 2001), déclare que l'innovation majeure de la conscience dans l'évolution humaine fut de rendre possible la liaison entre le sanctuaire interne de la régulation biologique, par exemple le rythme de notre respiration, le traitement des informations sensorielles et leurs effets. La conscience est peut-être la fonction biologique cruciale qui nous permet de connaître la douleur ou la joie, la peur, la colère, le dégoût, mais aussi de connaître la souffrance ou le plaisir, de ressentir de l'embarras ou de la fierté, de nous désoler de la perte d'un amour ou de la vie. La conscience des effets de nos émotions a une place formatrice dans la pratique de la musique indienne. En effet, le corps dans sa globalité reste le premier instrument de connaissance et d'apprentissage. Que ce soit le corps d'une danseuse, les mains d'un joueur de sitar ou celles d'un percussionniste, c'est par les mouvements du corps que prennent forme les messages artistiques. Une attention consciente aux mouvements subtils de son propre corps donne à l'interprète sa force, son charisme et une aisance d'exécution toujours perfectible, variable et vivante.

Nicolas Christin est rédacteur de la revue Prismes, enseignant d'arts visuels et artiste.

Bibliographie sur www.hepl.ch/prismes