NUANCES

LE MAGAZINE DE LA HAUTE ÉCOLE DE MUSIQUE ET DU CONSERVATOIRE DE LAUSANNE

MÊME PAS MAL !

Le sujet tabou
de la santé des musiciens

VUS & ENTENDUS

Wynton Marsalis
Maddeford & Perrin
Nik Bärtsch
Piers Faccini

JEUNES OREILLES

Grignotages autorisés

GIROSCOPE

55

SOMMAIRE

4
BREF.

DOSSIER

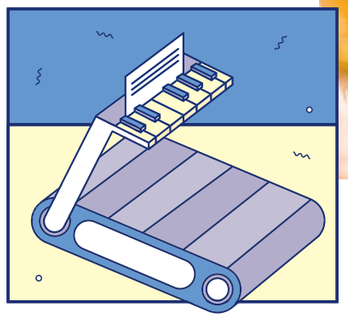
BIEN-ÊTRE DES MUSICIENS

10
Santé dans le rétro

14
Carnet de vaccination du musicien

34
Sous la loupe

36
#ÀVOTRESANTÉ



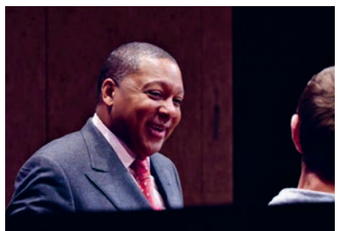
VUS & ENTENDUS

HEMU

38
LEADERSHIP
Univers à apprivoiser

40
Live sur
ESPACE 2
Opportunité annuelle

41
Mr
MARSALIS



42
Expérimentations au
THÉÂTRE 2.21

44
BORIS VIAN
Classique indémodable

45
Fribourg
BRASS FESTIVAL
Cuivres en pleine vitalité

47
OISEAU MESSAGER
@musique_entre_les_lignes

48
NIK BÄRTSCH
hypnotise Cully

49
&

50
Force et patience des
VOCALISTES DE L'HEMU
à l'OCL

51
LAETITIA SCHMID
Alumni

52
PIERS FACCINI
Songwriting

54
Perspectives
CLINIQUE DU MUSICIEN

55
Histoire
DISSONANTE

56
JEUNES OREILLES

VUS & ENTENDUS

CONSERVATOIRE DE LAUSANNE

60
Indian Queen
représentation
IMAGINAIRE

61
Pas si
PICCOLO

62
MINISTRINGS
15 ans

ÉDITO

PIQÛRE DE RAPPEL

Il est souvent difficile au grand public d'imaginer que la pratique instrumentale n'est pas toujours uniquement source de beauté et de plaisir, mais parfois également de maux et de douleurs. Pourtant ceci n'est plus étonnant lorsque l'on mesure l'impact de la répétitivité gestuelle sur des contraintes propres à chaque instrument, qui est nécessaire à l'automatisation d'un « savoir-faire », condition indispensable pour satisfaire à la complexité et la vélocité du jeu.

Les musiciens ont conscience du travail que requiert la maîtrise instrumentale et des difficultés rencontrées dans l'exercice de leur Art : fatigue due à des positions maintenues longtemps de manière statique, stress, trac, recherche de la perfection, etc.

Ils ont par contre encore trop souvent tendance à penser que l'apparition de maux liés à leur jeu serait signe d'une incapacité musicale, ce qui les pousse à les passer sous silence. De ceci il n'est rien et c'est même souvent une grande musicalité ou un souci de bien faire qui, prenant le pas sur l'attention portée au corps, entraîne l'instrumentiste vers la mémorisation d'une gestuelle « dangereuse », certes apte à restituer l'objectif sonore, mais dans l'irrespect de la physiologie.

Malgré la fréquence des pathologies rencontrées, il n'y a pas lieu de s'alarmer mais plutôt d'être vigilant. Plus une souffrance est installée et plus il sera long de la guérir et d'en éliminer les causes. En ce sens les instrumentistes, mais également tous les acteurs de leur entourage familial ou musical, se doivent d'être attentifs à toute sensation corporelle désagréable ou gênante.

L'expérience développée ces dix dernières années dans la prise en charge spécifique des musiciens permet aujourd'hui de guérir des maux existants mais également de les prévenir. Des thérapeutes ont été spécifiquement formés et sont à même de déterminer les composantes gestuelles sources de problèmes ainsi que les alternatives à mettre en place pour y remédier. Les techniques visant à développer la prise de conscience corporelle permettent à l'instrumentiste de ne pas s'éloigner, ou de se rapprocher, d'un fonctionnement plus naturel, en lui apprenant à écouter les informations sensitives reçues en retour de son geste. Elles lui offrent, par ailleurs, un outil efficace dans la lutte contre le stress et le trac.

C'est ainsi que, grâce à une meilleure attention de chacun (élèves, étudiants, enseignants, parents), la musique continuera de cheminer en nous, exécutant comme auditeur, vers sa destinée originelle : une source de plaisir.

Isabelle Campion
Kinésithérapeute en médecine du sport et des arts
Responsable à l'HEMU du cours à option
« Posture et préventions des pathologies »

BREF.

PARCE QUE

dès les premières années d'études
les élèves se produisent en concert,
parce que même les professeurs
ne s'arrêtent jamais d'être actifs,
parce que tout musicien évolue en se
surpassant dans des concours…

SORTIES DISCOGRAPHIQUES

BOCCHERINI

Fruit de la recherche menée par **Pierre Goy**, professeur à l'HEMU, sur la pratique de la sonate avec accompagnement de violon dans la deuxième moitié du 18e, ce double album paru en septembre 2017 restitue la brillante écriture et le raffinement des œuvres de Luigi Boccherini. Liana Mosca, avec son violon Louis Guersan de 1760, et Pierre Goy, avec son piano de table Frederick Beck de 1773, magnifient ces Six Sonates pour clavecin et violon, op. 5.

DEEP GREEN

Un son épuré, de la Pop et du Jazz, de l'impro, de la surprise, de la rigueur, pas de concession : la promesse de Deep Green sorti en février 2018 est tenue. **Jean-Pierre Schaller**, bassiste et compositeur de l'album, est professeur au département Jazz de l'HEMU. Avec Denis Corboz à la trompette et Marc Jufer au saxophone, il livre un album empli d'émotions, un voyage à l'essentiel et à la détente.

IYNNU

Le nom d'une tribu amérindienne et l'énergie hypnotique d'une journée d'improvisation façonnent l'album « Iynnu », sorti en février 2018 sur le label Berlinois Watch Me Win, de **Félix Bergeron**, professeur de didactique de l'improvisation à l'HEMU. À la batterie et à l'électronique, c'est dans un délire électroacoustique ensorcelant qu'il nous emmène, accompagné d'autres anciens de l'HEMU, **Julien Boss** aux claviers et **Ivan De Luca** à la basse.

PRIX AU CONSERVATOIRE DE LAUSANNE

JUNIOR SLOW MELODY CONTEST

En janvier 2018, de nombreux jeunes talents ont triomphé lors du 15e concours des jeunes solistes, cuivre et bois, à Monthey. Dans la classe d'Elie Fumeaux, les saxophonistes **Paul Barbereau Azzuro**, **Marie Fasel**, **Mariska Messerli** et **Eric Bulka** ont été primés. Les élèves trompettistes d'Olivier Theurillat, **Pierre Alexandre Marchand** et **Paul Emile Marchand**, ont aussi reçu des récompenses. Et le clarinettiste **Gabriel Pernet**, élève de Frédéric Rapin a gagné de multiples coupes dont un1er prix ainsi que la Finale du concours.

CONCOURS DE MUSIQUE CONTEMPORAINE DE SION

La saxophoniste **Marie Fasel**, élève d'Elie Fumeaux, a remporté le 1er prix de la 2e édition du Concours de Musique Contemporaine de Sion dans la catégorie Instrument Solo III en février 2018.

CONCOURS SUISSE DE MUSIQUE POUR LA JEUNESSE

Plus de **80 élèves** du Conservatoire de Lausanne ont été récompensés lors des épreuves Entrada en mars 2018. Les lauréats d'un 1er prix font partie des solistes et ensembles de musique de chambre qui se sont produits lors de la finale à Zurich en mai 2018, où 30 de nos musiciens sont montés sur les deux premières marches du podium.

PRIX AU CONSERVATOIRE DE LAUSANNE

CONCOURS INTERNATIONAL DE TRÉVISE

Le jeune chanteur **Julien L'Hermite**, élève d'Hiroko Kawamichi, a remporté le 1er prix du 10e Concours international d'exécution musicale « jeunes musiciens » de la ville de Trévise en avril 2018.

SUR SCÈNE

Les élèves violoncellistes de Martin Reetz accèdent à de jolies places dans des orchestres en 2018 : **Axelle Richez** a été nommée pour la 3e saison membre du Verbier Festival Junior Orchestra. **Délia Phan** et **Camille Thévoz** entrent toutes deux à l'Orchestre Symphonique Suisse des Jeunes, à Zurich. Le jeune altiste **Baptiste Giroud**, élève de Tina Strinning, a été sélectionné pour jouer avec les Berliner Philharmoniker sous la direction de Simon Rattle lors du concert du 21 mai 2018.

LAUSANNE SOLOISTS

Lié à l'HEMU pour y enseigner depuis bientôt quatre ans, le violoniste **Renaud Capuçon** a souhaité encore renforcer sa relation avec la haute école. En février 2018, il a soutenu la création des « Lausanne Soloists » composés des meilleures cordes de l'HEMU et au sein desquels il se produira. Avec un nom qui symbolise à la fois son ancrage local et sa dynamique internationale, l'ensemble donnera des concerts en Suisse comme à l'étranger dès la saison 2018-2019 | **www.lausanne-soloists.ch**

ALWAYS KNOW MONK

Quatre étudiants de l'HEMU, le contrebassiste **Yves Marcotte**, le trompettiste **Shems Bendali**, le saxophoniste **Zacharie Canut** et le batteur **Nathan Vandenbulcke** ont verni en mars 2018 leur album éponyme « Always Know Monk », une variation kaléidoscopique du répertoire du grand jazzman Thelonious Monk. Actualisées, personnalisées, les créations de Monk sont sublimées et nous renvoient d'un coup de trompette dans les clubs new-yorkais des années 50, où le bebop faisait sa place.

17TH CENTURY SACRED MUSIC IN WROCLAW

Un nouvel album de **Stephan MacLeod**, professeur de chant à l'HEMU, est paru en mai 2018 sous le label Claves. Sous la domination de la monarchie des Habsbourg, Wroclaw (PL) était au 17e siècle un important melting-pot d'influences et de cultures avec des musiciens venus de toute l'Europe. Des créations, que l'on pensait perdues pendant la Seconde Guerre mondiale, dont MacLeod permet de redécouvrir la variété.

ANNIVERSAIRE DES MINISTRINGS

Les **Ministrings du Conservatoire de Lausanne** fêtent en 2018 leurs 15 ans avec la sortie d'un album retraçant les moments-clés de leur histoire. Un répertoire autour de trois axes : les morceaux phares des Ministrings, une œuvre contemporaine écrite spécialement pour l'ensemble par Nicolas Von Ritter, et des collaborations avec des artistes reconnus internationalement, tels que Gilles Apap. (Lire page 62)

BREF.

DISTINCTIONS HEMU

CHANT

Trois étudiants et alumnis d'Hiroko Kawamichi se sont distingués lors de la 91e édition du Concours International Léopold Bellan à Paris en novembre 2017 : **Julia Deit-Ferrand** et **Yuki Tsurusaki** ont décroché un 3e Prix, et **Louis Morvan** a reçu un certificat de finaliste.

CONTREBASSE

Zhi Xiong Liu, en second Master dans la classe de Michel Veillon, a reçu en janvier 2018 un 1er premier prix de la Fondation Rahn à Zurich lors du concours d'interprétation 2018.

En février 2018, **Paloma Torrado**, étudiante de Marc-Antoine Bonanomi, a décroché le poste de contrebassiste solo à l'Orchestre Symphonique d'Euskadi à San Sebastian (ES).

TROMBONE

En janvier 2018, **Mattia San Lorenzo**, étudiant de Jacques Mauger, a décroché le poste de trombone solo de l'orchestre «State Opera House» de l'Orchestre Philharmonique de Bulgarie.

HARPE

Plusieurs étudiants de la classe de Letizia Belmondo ont été récompensés. En février 2018, **Emma Thomazeau** a remporté le 1er prix à l'unanimité au Concours de Limoges (catégorie Honneur) et **Valerio Lisci** a gagné le 1er prix au Concours Franz Josef Reinl-Stiftung à Vienne. Ce dernier a aussi reçu le 1er prix de la 4e édition de la Korean International Harp Competition en avril 2018. **Tjasha Gafner** a reçu le Prix Giubergia en Italie en novembre 2017. Elle a, par ailleurs, été invitée par Radio France à l'émission «Génération jeunes interprètes» et a enregistré en avril 2018 son premier album solo.

GUITARE

Johan Smith, étudiant en Master soliste instrumental dans la classe de Dagoberto Linhares, a remporté, en mars 2018, le 2e prix du concours international de guitare d'Aalborg, au Danemark.

HAUTBOIS

Plusieurs étudiants de Jean-Louis Capezzali accèdent à des postes dans des orchestres à l'international : **Natalia Urbanelli** obtient le poste de cor anglais solo à l'Orchestre symphonique national du Danemark, **Yann Thenet** obtient le poste de premier hautbois à l'Orchestre des Pays de Savoie. Il est aussi sélectionné au pupitre de hautbois pour le Gustav Mahler Jugendorchester de Vienne, tout comme **Marta Sánchez**. Son étudiante **Margarida Fontão Ribeiro Von Doellinger Martins** obtient le 1er prix au Concours International d'Instruments à Vent «Terras de La Salette» au Portugal en avril 2018.

PRIX SUISSE DE MUSIQUE 2018

En mai 2018, l'Office fédéral de la culture a dévoilé les noms de 13 musiciennes et musiciens et formations lauréats. Parmi eux, le pianiste **Jacques Demierre** et le bassiste **Marcello Giuliani**, respectivement professeurs aux départements Jazz et Musiques Actuelles de l'HEMU, ainsi que le (photographe-)saxophoniste **Ganesh Geymeier**, alumni de l'HEMU.

ENSEMBLE

Le trio Reynold, composé de **Guillaume Geny** à la guitare, étudiant de George Vassilev, **Jonas Bouaniche** au violoncelle, étudiant de Xavier Phillips, et **Cyprien Semayne** à l'alto, ancien étudiant de Diemut Poppen, a remporté le 3e prix ainsi que le Prix du Public au Concours International de Musique de chambre d'Aschaffenburg (DE), en mars 2018.

En mai 2018, Le Jury de la 3e édition du Concours Gustav Mahler a décerné à l'unanimité le 1er Prix au duo chant-piano composé de **Lydia Späti**, mezzo-soprano, étudiante de Frédéric Gindraux, et **Noémie Flèche**, pianiste, étudiante en CAS à l'HEMU.

Ces brèves présentent une sélection des dernières nouvelles qui concernent nos étudiants, nos professeurs et notre institution sans toutefois pouvoir prétendre à l'exhaustivité. N'hésitez pas à nous faire parvenir vos actualités et nous nous ferons un plaisir – dans la mesure du possible – de les annoncer dans ces pages.

BOURSES

PIERRE ET RENÉE GLASSON

La trompettiste fribourgeoise **Laura Crausaz**, étudiante de Jean-François Michel, s'est vu décerner la bourse 2018 du Fonds Pierre et Renée Glasson.

POUR-CENT CULTUREL MIGROS

La soprano **Alexandra Dobos-Rodriguez** a reçu (et pour la seconde fois !) l'un des sept prix d'études lors du concours de chant 2018, en avril.

FONDATION KIEFER HABLITZEL

L'accordéoniste **Augustinas Rakauskas**, étudiant de Stéphane Chapuis et le violoniste **Simon Wiener**, étudiant de Renaud Capuçon, font partie des lauréats des bourses «Musique» 2018.

FONDATION FRIEDL WALD

Héléna Macherel, étudiante en flûte traversière auprès de José-Daniel Castellon, a reçu l'une des bourses d'études «musique classique» 2018.

BIENVENUE

Depuis le 1er mai 2018, **Josiane Aubert** préside le Conseil de la fondation du Conservatoire de Lausanne, qui chapeaute la Haute Ecole de Musique (HEMU) – Vaud Valais Fribourg et Conservatoire de Lausanne (CL). Présentation d'une passionnée de musique au parcours engagé.

Portée par la musique et le souci que la société favorise l'éclosion des jeunes talents, Josiane Aubert s'est beaucoup impliquée dans le travail législatif réglant l'accès aux formations musicales. Sensible aux principes régissant le service public (égalité, transparence, continuité) et disposée à fédérer les acteurs privés et publics, c'est à la Haute Ecole de Musique et Conservatoire de Lausanne qu'elle offre désormais ses multiples connaissances. Très engagée dans le milieu musical, associatif et politique, elle a été membre de la commission Science-Education-Culture du Conseil national, qu'elle a présidée, et a participé dans ce cadre à l'élaboration de la loi sur l'encouragement des hautes écoles (LEHE). Elle a également présidé l'Orchestre des jeunes de Suisse romande ainsi que l'Ecole de Musique de la Vallée de Joux et a siégé au comité de l'Association vaudoise des Conservatoires et Ecoles de Musique pendant près de trente ans. Ses fines connaissances des rouages de la formation l'ont aussi conduite à s'investir en tant que vice-présidente dans la Fondation de la Haute École de travail social et de la santé, qui bénéficie d'un statut similaire à celui de l'HEMU-CL. Les deux institutions sont en effet privées mais subventionnées par l'Etat et rattachées à la Haute école spécialisée de Suisse occidentale (HES-SO). Josiane Aubert souhaite instaurer dans l'établissement «un dialogue participatif, constructif et respectueux de l'opinion d'autrui, conduit en toute transparence afin de permettre le rayonnement auquel l'HEMU-CL peut à juste titre aspirer par la qualité de ses professeurs et de ses étudiants.» Nous lui souhaitons une chaleureuse bienvenue !

> Je tiens à adresser un immense merci et tout mon sentiment de reconnaissance aux professeurs, aux enseignants et au personnel administratif et technique qui poursuivent leur travail avec passion et professionnalisme, assurant ainsi la mission première de l'HEMU et du Conservatoire de Lausanne : enseigner l'instrument, transmettre aux étudiants et aux jeunes élèves le plaisir de jouer, découvrir la richesse de l'art musical dans toutes ses facettes, et apprendre à partager sa passion avec d'autres musiciens et avec le public.

MÊME PAS MAL !

À l'image de la société actuelle qui attribue à la notion de santé une place cruciale, le musicien se soucie-t-il assez de la sienne ? Alors que toujours plus de gens recherchent une approche de la médecine plus préventive que thérapeutique en accordant une attention particulière à leur état physique et mental, le milieu musical place-t-il lui aussi la notion de bien-être parmi ses principaux enjeux ?

PAR ROMAINE DELALOYE

Les pages qui suivent tentent d'aborder ces questions et non de donner une image terrifiante des pathologies qui peuvent toucher le musicien. L'idée est principalement d'ouvrir le débat, de susciter la discussion, de lancer des pistes de réflexion… Car s'il y a bien deux choses sur lesquelles tous les intervenants de ce dossier s'accordent, c'est que le sujet est, encore en 2018, des plus tabous dans le milieu musical, que la mise en œuvre d'actions concrètes pour aider le musicien face à des soucis de santé n'en est qu'à ses prémices en Suisse.

Du côté de la musique classique, le musicien fait souvent partie d'organisations qui s'attellent de plus en plus à le soutenir dans une démarche de réduction des risques, telle que nous le présente le directeur exécutif de l'Orchestre de Chambre de Lausanne. Pour le jazz et les musiques actuelles, les comportements semblent reposer sur la seule volonté de l'artiste. De plus, de nombreuses études, souvent bien relayées par les médias, tendent à attribuer des types de problèmes à certains styles musicaux. Certes, les réalités propres à la pratique des musiques classique, jazz ou actuelle induisent une prédisposition à certains maux. Toutefois, mis à part les pathologies physiques clairement associées à des familles d'instruments, les risques pouvant nuire à la santé du musicien sont nombreux et peuvent toucher quiconque. L'important est donc avant tout d'en prendre – ou faire prendre – conscience afin de les prévenir et les limiter, et les écoles de musique, notamment, doivent être là pour ça.

En regard de l'aspect préventif, la prise en charge de ces maux s'organise de mieux en mieux. Pour soigner le musicien, un traitement pluridisciplinaire est nécessaire, c'est en cela que la compétence de médecins comprenant tous leurs enjeux est essentielle. Des structures telles que l'Association Suisse de Médecine pour Musiciens ou l'Association Médecine des arts en France, nées il y a quelques dizaines d'années seulement, valorisent le développement et l'accès à la médecine pour musiciens. Elles sont de précieuses sources de connaissances sur lesquelles ces derniers peuvent s'appuyer, de la manière la plus discrète souhaitée.

L'autre aspect de la pratique musicale mis en lumière ici est sa dimension bienfaisante. Tout individu, jeune ou moins jeune, obtiendra des effets bénéfiques sur sa santé psychique en pratiquant une activité musicale. Celle-ci pourra aussi lui apporter un regard différent sur le corps, la manière de l'utiliser et d'en prendre soin. C'est à croire que, comme le sport, la pratique d'une activité musicale régulière peut avoir de nombreux bienfaits, parfois insoupçonnés, sur les fonctionnalités du cerveau, par exemple. Les sportifs-musiciens nous survivront-ils ?

Toutefois, même si le bien-être du musicien fait partie d'une prise de conscience sociale, la vraie démarche est avant tout personnelle. Il n'est jamais trop tard – ni trop tôt ! – pour se poser les questions qui permettront d'entretenir la symbiose entre son bien-être et l'atteinte de ses objectifs de réussite.

10
SANTÉ DANS LE RÉTRO

14
CARNET DE VACCINATION
DU MUSICIEN

LA SANTÉ DU MUSICIEN DANS LE RÉTRO

PAR ANTONIN SCHERRER

Coup d'œil rétrospectif dans les archives de l'école, à la recherche des premières traces d'une prise de conscience institutionnelle de la problématique liée à la santé du musicien.

Autant le dire d'emblée : la moisson a été plutôt maigre. Tous les procès-verbaux de l'institution âgée de plus de 150 ans n'ont certes pas été passés en revue, mais force est de constater que le thème de la santé du musicien figure pendant une grande partie de cette histoire aux abonnés absents. Celui-ci n'apparaît comme sujet d'intérêt digne de ce nom qu'avec l'avènement, ces dernières années, de la recherche appliquée, ainsi qu'avec l'élargissement de l'offre académique, matérialisé par le développement des cours à option. La santé n'est évidemment pas totalement absente du discours pédagogique, loin s'en faut – de nombreuses initiatives personnelles de professeurs en témoignent, dès la fondation du Conservatoire de Lausanne en 1861 –, mais celle-ci a été pendant longtemps considérée comme du ressort exclusif de l'enseignant, dans son rapport individuel à l'élève… quand ce n'est pas de la responsabilité de l'élève lui-même !

Gustave-Adolphe Koëlla

ET SES EXERCICES DE CHANT

Ce n'est pas un hasard si c'est dans le champ de l'enseignement vocal qu'apparaissent les premières prises de conscience « officielles » : la voix est de tous les instruments celui qui entretient le rapport le plus intime et immédiat avec le corps; cela devient plus évident encore lorsque cette voix, sur une scène d'opéra, est appelée à se conjuguer au mouvement: l'Atelier lyrique est l'un des premiers, au début des années 2000, à inscrire le corps au sens large dans le cursus. La première trace imprimée porte la signature du fondateur et pionnier Gustave-Adolphe Koëlla (1822-1905), qui inscrit cette conscience corporelle en préambule de ses *Exercices de chant adoptés par les classes de l'Institut de Musique à Lausanne*.

« Les élèves timides, impressionnables ou nerveux éprouvent une grande difficulté à acquérir une tenue naturelle et gracieuse, écrit-il. La timidité surtout est un grand obstacle au progrès. L'élève qui en est affligé cherchera, pendant la leçon, à ne pas se laisser troubler par les regards du professeur et des personnes présentes et s'observera dans une grande glace placée à cet effet. Nous ne saurions du reste trop engager les élèves, une fois les premières difficultés vaincues, à concentrer leur attention entière sur les fonctions multiples et compliquées que réclame la formation de la voix et à s'absorber complètement dans l'analyse du jeu de l'appareil vocal ; ils doivent oublier ce qui se passe autour d'eux et devenir tout oreille pour chercher à juger par eux-mêmes de la qualité des sons émis. En étudiant chez lui, l'élève doit le faire debout devant le piano, sur lequel il placera un petit miroir afin de surveiller sa tenue générale, celle de la bouche, etc. Avec une des mains, il peut jouer les exercices ou les accompagner. »

Ernest Schelling

UNE CARRIÈRE ÉCOURTÉE

Koëlla est d'autant mieux placé pour évoquer ce sujet délicat qu'il a lui-même souffert d'une grave affection du larynx, qui l'a contraint à mettre entre parenthèses son activité de professeur de chant et de directeur de chorales à partir de 1874. Les cas de problèmes physiques, temporaires ou chroniques, au sein du corps enseignant sont d'ailleurs nombreux, mais

> Les élèves timides, impressionnables ou nerveux éprouvent UNE GRANDE DIFFICULTÉ à acquérir une tenue naturelle et gracieuse
> Gustave-Adolphe Koëlla

Le 12 octobre 1890, le jeune Ernest Schelling (14 ans), « pianiste-virtuose suisse-américain » donne un récital de haut vol au Conservatoire de Lausanne : une ascension foudroyante qui sera malheureusement stoppée nette

Alfred Cortot entouré de quelques étudiantes manifestement ravies et du directeur du Conservatoire de Lausanne, Alfred Pochon, lors de l'un des fameux cours d'interprétation, qu'il donne de 1948 à 1956. Il arrive en terrain « conquis » puisqu'en amont sa disciple Denise Bidal a déjà consacré de nombreux cours à ses « Principes rationnels de la technique pianistique »

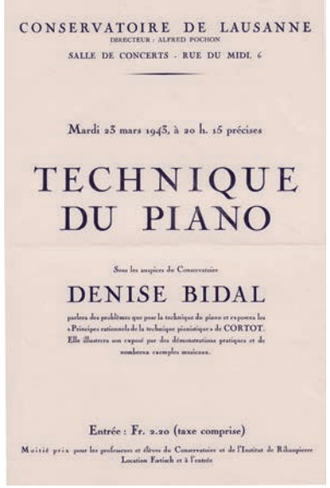
rarement thématisés et encore moins diffusés – pour des raisons que l'on peut aisément comprendre. C'est chez les pianistes que les évocations sont les plus fournies. On peut citer le cas d'Ernest Schelling (1876-1939), enfant prodige du piano. Disciple de Moriz Moszkowski à Paris (le professeur de Vlado Perlemuter), de Teodor Leszetycki à Vienne (comme son mentor Paderewski) et de Karl Barth à Berlin (le maître d'Arthur Rubinstein et de Wilhelm Kempff), ce musicien américano-suisse est le plus jeune élève jamais admis au Conservatoire de Paris : il a 7 ans lorsqu'il intègre la classe de Georges Mathias, un disciple de Frédéric Chopin. Mais sa carrière fulgurante – qui passe notamment par le Conservatoire de Lausanne en 1890 à la faveur d'un récital remarquable, « marketé » à l'américaine ! – bascule du jour au lendemain pour cause de névrite, une lésion inflammatoire des nerfs. Il faut l'intervention *in extremis* d'Ignace Paderewski, qui le prend pendant quatre ans sous son aile, chez lui à Riond-Bosson près de Morges, pour éviter le naufrage. Il ne s'en remettra jamais complètement et réorientera sa carrière vers la composition et la direction d'orchestre.

Alfred Cortot

ET SES « PRINCIPES RATIONNELS »

Est-ce en repensant à la trajectoire tragique de Schelling – son ami et partenaire de musique de chambre – qu'Alfred Pochon (1878-1959), violoniste et directeur du Conservatoire de 1941 à 1957, a demandé après-guerre à Alfred Cortot de transmettre son savoir à la rue du Midi, au gré de masterclasses qui mettent à l'honneur ses fameux « Principes rationnels de la technique pianistique » ? Ceux-ci ont en effet la particularité de se détacher des méthodes traditionnelles pour privilégier une approche individuelle du piano, c'est-à-dire en accord avec les spécificités physiologiques de chaque interprète. « Ces principes débutent par des exercices de gymnastique journalière », résume le professeur de piano Jean Perrin dans un compte-rendu publié en 1951. « Ils insistent sur la nécessité d'une absolue détente musculaire, qui est l'indispensable complément de l'affermissement des doigts. Les *Principes rationnels* d'Alfred Cortot illustrent ainsi pour l'élève les deux piliers d'un beau mécanisme pianistique : la souplesse du poignet, du bras, de l'épaule et la fermeté des doigts. »

Disciple de Cortot à l'Ecole Normale de Paris avant de devenir le « porte-voix » de ses *Principes* à travers son enseignement au Conservatoire de Lausanne, Denise Bidal (1912-1989) complète le tableau, sous la plume d'Henri Jaton dans la *Gazette musicale* du Conservatoire : « Si grand est l'ascendant de Cortot qu'il entraîne l'élève, stimule son intelligence, son imagination, son enthousiasme, son ardeur. En un mot, il l'aide à se dépasser. […] Cortot s'intéresse à chaque élève, quels que soient ses dons et son niveau ; il l'écoute avec une attention extrême, se souvenant après plusieurs exécutions successives de la particularité de chacune d'elles. Si Cortot ne supporte pas la prétention, la virtuosité indifférente, il témoigne d'une bienveillante compréhension dès qu'une exécution fait preuve de vie, de sensibilité, de respect. Plus l'exécutant possède de qualités, plus grande est l'exigence


CONSERVATOIRE DE LAUSANNE
DIRECTEUR : ALFRED POCHON
SALLE DE CONCERTS - RUE DU MIDI, 6

Mardi 25 mars 1943, à 20 h. 15 précises

TECHNIQUE DU PIANO

Sous les auspices du Conservatoire

DENISE BIDAL

pratique des problèmes que pose la technique du piano et exposera les « Principes rationnels de la technique pianistique » de CORTOT. Elle illustrera son exposé par des démonstrations pratiques et de nombreux exemples musicaux.

Entrée : Fr. 2.20 (taxe comprise)

Moitié prix pour les professeurs et élèves du Conservatoire et de l'Institut de Rilhaupierre
Location Fœtisch et à l'entrée

de Cortot. C'est par cette exigence qu'il nous entraîne avec lui si haut et si loin. [...] Il existe plus d'un malentendu. Certains considèrent ses exercices comme la panacée providentielle infaillible à toutes les difficultés du piano. Rien n'est plus faux : si les principes techniques d'Alfred Cortot prétendent à juste titre résoudre tous les problèmes de la technique pianistique, leur application est strictement individuelle, et ne peut s'accomplir sans la contribution consciente de l'élève. [...] Alfred Cortot se montre l'ennemi déclaré de toutes les formules d'exercices anonymes et ‹ standards › par lesquels l'enseignement routinier croyait arriver à la possession d'un mécanisme irréprochable. »

SENSIBILISATION AU ROYAL COLLEGE DE LONDRES

On constate que la prise de conscience de la dimension corporelle de la pratique musicale est bien là, mais elle se limite à ce stade à une appréhension *combinée* du phénomène, tout entière focalisée sur la finalité artistique du geste musical, et qui est le fait de surcroît d'un nombre limité de pédagogues, qui ont été pour la plupart eux-mêmes entravés dans leur pratique avant d'en prendre réellement conscience. Il faut attendre 2011 et un numéro de NUANCES consacré à la recherche pour aborder « institutionnellement » le sujet. Et encore: la focale ne se situe pas à Lausanne mais à Londres, où le journaliste Jonas Pulver est allé enquêter du côté du Royal College of Music : « Parce qu'avant le violon, la harpe ou le basson, c'est le corps qui sert d'instrument primordial au musicien, le Royal College of Music de Londres a mis sur pied une série d'activités consacrées à la santé et au bien-être des futurs diplômés. *Healthy body, healthy mind, healthy music* : c'est sous ce slogan que sont regroupés les séminaires proposés aux étudiants. Ils abordent des questions aussi diverses que l'aspect physiologique de la pratique musicale, les dangereux rapports entre performance, alcool et produits stupéfiants ou encore la prévention des troubles de l'ouïe au sein du métier. Derrière ces applications pratiques, on trouve un projet d'investigation à grande échelle baptisé *Fit to perform : profiling musicans physical and mental health*, initié il y cinq ans. *À travers une série de questionnaires, nous avons découvert que les blessures et la souffrance physique sont largement répandues parmi les jeunes qui fréquentent nos classes*, explique Aaron Williamon, responsable du Centre for Performance Science au Royal College of Music. *Nous nous sommes aperçus qu'en appliquant les mêmes critères de définition de la douleur, 50% des musiciens professionnels s'en plaignent contre 20% chez les joueurs de rugby. Seuls les danseurs, avec un taux de 80%, sont au-delà de cette statistique.* »

Les instrumentistes qui lisent ces lignes ne seront pas surpris d'apprendre que ces douleurs sont principalement localisées dans les épaules, les bras, les poignets et les mains. Sans parler des cas d'épuisement physique et psychique. Un sport de haut niveau, la musique ? Le fait même de poser la question démontre combien la prise en charge du corps est encore lacunaire durant le cursus. *Ce qui est ressorti de notre pool de questions, c'est que nos musiciens ne sont pas tous conscients et informés de ces questions liées au respect du corps et à la gestion du stress*, relève Aaron Williamon. *Nous avons donc commencé par proposer une série de tests sur la capacité cardiovasculaire, la souplesse et la force. Notre but est d'avoir un impact direct sur le curriculum. À ce jour, les étudiants sont déjà astreints à suivre cinq séminaires obligatoires autour de ces thématiques. En sus, des cours de yoga, de Pilates et de Tai Chi sont proposés par l'institution. [...]* » Les blessures sont dues pour la plupart à un excès de travail de l'instrument. Que répondre aux professeurs qui exigent de nombreuses heures d'entraînement technique, par ailleurs nécessaires à l'éducation du musicien ? « *Je suis conscient qu'il sera impossible de convaincre 100% des professeurs, mais une bonne partie d'entre eux s'intéresse à ce que nous faisons. Naturellement, il faut travailler. Mais je pense que certaines fois, il s'agit de travail inefficace, surtout s'il est accompli sous l'effet de la pression psychologique*. Aaron Williamon rappelle encore qu'étudiants et professeurs n'ont pas forcément la même morphologie ; ce qui marche pour les uns ne marchera pas forcément pour d'autres. *À cet âge, il est indispensable que les jeunes se sentent responsables de leur propre corps.* »

> Nous nous sommes aperçus qu'en appliquant les mêmes critères de définition de la douleur,
> **50% DES MUSICIENS PROFESSIONNELS S'EN PLAIGNENT**
> contre 20% chez les joueurs de rugby.

COURS À OPTION SANTÉ

À L'HEMU

Si la discipline n'est pas obligatoire à l'HEMU, l'offre de cours à option favorisant le bien-être des musiciens jouit d'une longue tradition. Parmi la quarantaine de cours proposés dans les plans d'études des formations Master de l'HEMU, une bonne dizaine sont en lien avec la santé. À côté d'options plus classiques telle que l'*histoire de la musique contemporaine* ou plus manifestement en lien avec métier de musicien telle que l'*improvisation*, les cours proposant des clés de prise de conscience et d'amélioration de son corps ont clairement la cote auprès des étudiants. Etoffée au fil des années, voici la liste de ces cours qui ont pour but de prévenir et d'aider les musiciens face aux risques qu'ils pourraient rencontrer dans la pratique musicale :

PRATIQUE CORPORELLE
Renaud Berger & Marc Mayoraz

Prendre conscience de son corps, premier instrument pour manipuler le second, l'instrument de musique.
Training corporel : un travail en profondeur sur la structure du corps. Le corps est travaillé en mouvement dans son entier, afin d'y développer l'harmonie physique et psychique. Travail sur la posture, la souplesse, la respiration, les impulsions qui font naître le son, le rapport à l'espace et aux autres interprètes.

MÉTHODE FELDENKRAIS
Claire-Andrée Mottet-Rio & Fiona Battersby

« Plus de qualité dans le mouvement, plus de qualité dans la vie. » M. Feldenkrais
Prise de conscience par des mouvements permettant d'acquérir une meilleure coordination et ouvrant de nouvelles options dans la façon de se mouvoir. Développer la qualité d'attention à soi, à son instrument, aux autres et affiner sa présence et aiguiser l'élan spontané du jeu.

POSTURE ET PRÉVENTIONS DES PATHOLOGIES
Isabelle Campion

« Quand on corrige le geste, la douleur part en jouant. Et la performance musicale s'accroît ! » I. Campion
Identification et évaluation des risques liés à la pratique instrumentale/vocale. Optimisation du geste et du confort de jeu. Données de base en anatomie et physiologie instrumentale permettant de comprendre les clés d'un équilibre corporel global à l'instrument.

TAI CHI & QI GONG
Nicole Henriod

« Des gestes répétitifs, fluides, souples et légers. » P. Amoyal
C'est ainsi que le célèbre violoniste décrivait l'entraînement physique quotidien idéal d'un musicien lors d'un symposium. Et c'est la définition même de ces deux disciplines chinoises millénaires. Prévention contre les blocages et douleurs qui sont souvent les effets secondaires d'une posture contraignante. Maintenir ou acquérir de la souplesse tout en portant attention à la respiration, la concentration, la mémorisation, au rythme, au relâchement et à la finesse et contrôle du geste.

TECHNIQUE ALEXANDER
Mireille et Urs Neuhaus-Gachet

« Cessez le faux, le juste se fera de lui-même. » F.M. Alexander
Travail orienté à partir de problèmes, besoins ou interrogations rencontrés par les musiciens. Approche pratique et simple permettant rapidement des mouvements plus libres, une respiration améliorée, une minimisation des dangers de blessures (tendinites, extinction de voix, etc.) et une meilleure gestion du stress.

RYTHMIQUE
Marie Reymond & Pascale Rochat Martinet

« On n'écoute pas la musique uniquement avec les oreilles, on l'entend résonner dans le corps tout entier, dans le cerveau et dans le cœur. » E. Jaques-Dalcroze
Utilisation de tous les aspects de la musique à travers le mouvement et l'espace afin d'harmoniser la personne, d'accroître sa qualité d'écoute, de renforcer son sens rythmique et mélodique, de développer sa conscience corporelle et stimuler la créativité.

ET AU CONSERVATOIRE DE LAUSANNE ?

Pour ce qui est des plus jeunes, la prévention émane directement de chaque professeur envers les besoins spécifiques de l'élève et son entourage. Depuis quelques années, un cours à option, accessible à tout enfant dès 12 ans, propose une préparation anti-stress aux examens et auditions de musique.

CARNET DE VACCINATION DU MUSICIEN

PAR
ANTONIN SCHERRER
JULIEN GREMAUD
JENNIFER JOTTERAND
ROMAINE DELALOYE

En mars 2018 s'est déroulée à l'HEMU une toute première journée autour du trac et du stress, ouverte aux étudiants comme aux professeurs. À l'origine de cette rencontre, la violoniste Virginie Robilliard qui en est sortie renforcée dans son intérêt pour ces questions essentielles. Le trompettiste et sophrologue Jörg Schneider était aussi au rendez-vous pour présenter son approche de la problématique.

VIRGINIE ROBILLIARD

PAS D'ÉMOTION SANS TRAC !

Née en 1970 dans une famille de musiciens, Virginie Robilliard débute le violon à l'âge de 4 ans. Elle étudie au CNSM de Lyon, puis à la Juilliard School de New York. Elle devient soliste internationale et fonde une école de violon à Caracas, avec le soutien de la Fondation Mozarteum, où elle demeure pendant huit ans. Professeur de violon à l'HEMU depuis 2015, elle a commencé à s'intéresser au trac en enseignant, frappée par l'immense stress qui emparait certains de ses étudiants au moment des examens.

TOUT LE MONDE EST-IL SUJET AU TRAC ?

Oui, mais personne n'en parle. J'ai réalisé qu'au temps de David Oïstrakh cette notion relevait même du tabou : aucune mention nulle part, sans doute parce que l'on craint de l'avouer, parce que cela ne brille pas dans le pressbook, on se débrouille comme on peut – certains pensent trouver une solution en buvant un verre avant d'entrer sur scène… Et pourtant, tant de grands artistes souffrent du trac, ce qui ne les empêche pas d'être merveilleux. Le trac nous rend vivant, il exprime notre envie de donner le meilleur de nous-même et nous place dans un moment de conscience totale, un vertige comparable à une « petite mort », révélateur et indissociable de notre condition d'artiste.

SOUFFREZ-VOUS VOUS-MÊME DU TRAC ?

J'ai toujours eu le trac, mais je n'en ai jamais souffert. J'ose dire que *j'aime* avoir le trac : cette adrénaline, cette excitation me sont nécessaires. C'est ce que je nommerais le « trac positif ». Il y a bien sûr des nuances, des jours où je le ressens plus fortement que d'autres. Cela peut dépendre des gens qui se trouvent dans la salle, de l'importance de l'événement, de la difficulté de l'œuvre… mais pas seulement : il n'y a aucune logique dans tout cela. Le trac que j'aime le moins est peut-être celui qui s'empare de moi durant la journée du concert ou les jours d'avant. Et puis il y a ce moment de vide qui précède l'entrée sur scène : cet instant de vertige durant lequel on se demande ce que l'on fait là, prêt à se livrer à plusieurs centaines de personnes devant un orchestre symphonique dans des œuvres d'une exigence extrême. Et pourtant j'aime ce moment car c'est l'occasion de tout donner, de me transcender ! Et quelle joie au moment des applaudissements d'avoir pu surmonter cette peur et d'avoir transmis la musique ! Rien n'égale ce sentiment. À l'inverse, je ne saurais que faire de l'énergie accumulée si le concert était soudainement annulé. Si mon trac venait un jour à disparaître, je pense qu'il serait temps pour moi de ranger mon violon.

N'Y A-T-IL PAS DES MOYENS DE L'ATTÉNUER ?

Bien sûr. Dans les moments de vide qui précèdent l'événement, je me concentre, je respire ; si je me sens trop vulnérable, je m'envoie des pensées positives et surtout je me connecte à la musique et à ce que je souhaite transmettre dans cet espace sacré où tout est possible. Je me relie à la raison profonde pour laquelle j'ai décidé de monter sur scène. Il est essentiel également d'*accepter* sa peur, de ne pas la nier. Rien ne sert de lutter, cela ne fait que nous épuiser : il faut porter ses doutes avec soi, quoi qu'il advienne, jusqu'au

3 EXERCICES DE RESPIRATION

1. Ce premier exercice se pratique **AUSSI BIEN AVANT UN CONCERT QUE DANS SON QUOTIDIEN** : inspirer profondément en levant les bras, puis expirer en relâchant la partie haute du corps; en restant un petit moment la tête en bas, relâcher les épaules, le cou, la tête – cela permet au cerveau de s'oxygéner et à l'ensemble du corps de se calmer.

2. Un autre exercice, plus tonique, **AIDE À RELÂCHER LES TENSIONS** : inspirer en levant les avant-bras, poings serrés, puis lâcher les bras d'un coup vers le bas tout en expirant.

3. **SI L'ON SE SENT FRAGILE, VULNÉRABLE AVANT D'ENTRER SUR SCÈNE**, je cite volontiers cet exercice tout simple que m'a recommandé ma sœur, qui est coach pour musiciens: lever les deux bras au ciel en inspirant, puis rester un moment dans cette position en s'envoyant des pensées positives ; c'est une posture qui favorise à la fois l'oxygénation et l'estime de soi.

moment du concert. J'aime à citer en exemple ce rituel samouraï qui consiste, avant la bataille, à tendre tous ensemble son sabre dans la même direction, en plaçant sa peur à son extrémité, puis à le ranger dans son fourreau, ce qui permet à la peur d'être canalisée et aussi acceptée dans le même geste.

POURQUOI A-T-ON PEUR ?

La peur, dans ce contexte, est intimement reliée à l'ego – peur de ne pas réussir, de faire une erreur, du jugement des autres, d'être critiqué, de ne pas être apprécié, au final : de ne pas être aimé ! Mais on a surtout peur… de dire que l'on a peur ! Question de superstition ? de gêne ? On évite aussi le sujet parce que l'on ne sait pas comment l'expliquer. C'est comme cela que l'on en vient à la cacher. J'ai été choquée d'apprendre par des étudiants que certains professeurs préconisaient le bétabloquant (médicament utilisé en cardiologie qui bloque l'action des médiateurs du système adrénergique tels que l'adrénaline) comme solution : il existe tant d'autres manières de gérer son trac ! C'est cette triste découverte qui m'a convaincue de la nécessité de mettre sur pied une journée de sensibilisation au sein de l'HEMU. Les témoignages qui ont découlé concernant les effets du bétabloquant n'ont fait que renforcer ma conviction. C'est aussi le cas d'Isabelle Campion, kinésithérapeute en médecine du sport et des arts, qui ne préconise ce type de médicament qu'en de très rares cas, sur des périodes limitées et en combinaison avec un travail de fond. Elle recommande entre autres de se visualiser sur scène dans une sorte de méditation et d'équilibrer psychiquement le sentiment de dévalorisation que crée la peur. Si le bétabloquant n'est pas addictif en tant que tel, il provoque en effet à terme une dépendance psychique en forme d'oreiller de paresse, qui conduit certains étudiants à en prendre même pour aller au cours.

Si mon trac venait un jour à disparaître, je pense qu'il serait temps pour moi de ranger mon violon.

VIRGINIE ROBILLIARD

LE BÉTABLOQUANT A L'AVANTAGE D'ATTÉNUER DES SYMPTÔMES FRANCHEMENT DÉSAGRÉABLES, VOIRE HANDICAPANTS, COMME LES TREMBLEMENTS…

Tout cela est certes très séduisant sur le papier, mais on oublie qu'à la base, le bétabloquant a été conçu pour accompagner les opérations du cœur en ralentissant ses battements et qu'au-delà de la disparition de certains signes de trac, il provoque un état de neutralité émotionnelle qui empêche la pleine expression de ses émotions… ce qui est pour le moins paradoxal – pour ne pas dire un comble – lorsque l'on est un artiste et que l'émotion est au cœur de notre métier ! De plus, réussir un examen sous bétabloquants peut fragiliser l'auto-estime puisque le succès est à partager avec un médicament qui a modifié notre comportement.

QUELLES SONT LES MÉTHODES DÈS LORS PRÉCONISÉES ?

Il convient d'abord de dissocier le trac – qui concerne un moment précis, ponctuel, de la vie du musicien : le concert, l'examen – du stress, qui est un état plus général et déborde du strict cadre de l'activité artistique. C'est essentiellement de ce premier qu'il a été question lors de cette journée de sensibilisation à l'HEMU. Avec la comédienne Marie-Laurence Tartas, les participants ont abordé la question de l'entrée sur scène, de ce moment crucial (et rarement travaillé dans les cours) du premier contact avec le public ou un jury : qu'est-ce que l'on met en avant, à quelle vitesse se présente-t-on ? On se rend compte alors que cette problématique du rapport à l'espace – de sa prise de possession, de l'appréhension des autres et de son instrument – est indissociable d'un travail sur la confiance en soi. Et qu'en appui, de très nombreuses pratiques peuvent être mises en place, comme des exercices de respiration ou de sophrologie.

LA PEUR N'EST-ELLE PAS DIFFÉRENTE EN EXAMEN QU'EN CONCERT, PLUS PROCHE D'UNE FORME DE PARANOÏA ?

Lors d'un sondage à main levée réalisé durant la journée, il est clairement ressorti que les étudiants craignaient davantage les examens que les concerts. C'est un moment où ils sont jugés et qui peut être parfois décisif dans leur vie professionnelle, ce qui m'a fait me demander s'il n'y avait pas également un effort à faire du côté des institutions et en particulier des jurés. Pour y siéger régulièrement, j'ai conscience que l'on renvoie une image assez dure et que l'on ne perdrait rien à la « ré-humaniser », à travers de petits détails comme soigner la manière de dire bonjour, sourire ou consacrer davantage de temps à chacun après les épreuves, ce qui est heureusement le cas à l'HEMU. La musique est de toute manière exigeante par nature et les étudiants en ont pleinement conscience : les jurés ne doivent pas tant être là pour le leur rappeler, mais plutôt pour les encourager, les accompagner, leur offrir davantage qu'une note ou une notification d'échec – une motivation supplémentaire, juste, pertinente et constructive. De mon côté, j'essaie d'expliquer à mes étudiants que les personnes qui les évaluent ne sont pas des monstres mais des musiciens dotés d'une riche expérience, également passionnés par la musique et dont il s'agit pour eux de tirer profit.

Nous autres artistes sommes beaucoup moins sensibilisés que les sportifs par exemple à cette question, pourtant essentielle, de la santé au travail.

JÖRG SCHNEIDER

JÖRG SCHNEIDER

AMÉLIORER SA PERCEPTION DE LA RÉALITÉ

Jörg Schneider n'est pas thérapeute « de naissance » : il est venu à pratiquer puis à transmettre la sophrologie caycédienne suite à un accident survenu dans sa vie professionnelle – une blessure aux lèvres. Trompettiste alémanique actif depuis 1993 au sein du Collegium Novum de Zurich, soliste de l'Orchestre symphonique Bienne-Soleure, il est aussi compositeur et animateur du quatuor Blas i Juzz et du Jazz Trio (deux ensembles documentés par d'excellents enregistrements sous le label Unit Records).

« Dix minutes d'introduction et quarante minutes d'atelier ne sont évidemment pas suffisantes pour appréhender pleinement tous les ressorts de la pratique sophrologique, pour en faire l'expérience dans la multiplicité de ses facettes, mais ce premier contact a permis de sensibiliser ces professionnels (ou futurs professionnels) à une discipline qu'ils ne connaissent souvent pas, ou mal. Musicien moi-même, actif sur scène depuis plus de trois décennies, j'ai pu me rendre compte que nous autres artistes sommes beaucoup moins sensibilisés que les sportifs par exemple à cette question, pourtant essentielle, de la santé au travail ; le lien fait défaut entre les médecins et les milieux de la prévention. »

On parle ici non seulement de préparation mentale aux concours et aux examens, mais aussi de gestion du trac, de troubles du sommeil, d'acouphènes… « La sophrologie caycédienne, que je pratique professionnellement depuis 2017 au sein de mes cabinets de Lausanne et de Bienne, s'appuie sur différents piliers théoriques. Elle comprend des exercices pratiques – millénaires pour certains – qui permettent une activation globale du corps et de l'esprit et renforcent les structures psychiques, physiques et mentales. » Ce n'est pas un hasard si Jörg Schneider ne reçoit pas uniquement des sportifs et des musiciens, mais aussi « monsieur et madame tout le monde»… qui peine à dormir, souffre de phobies ou souhaite vaincre ses douleurs. Sur son site internet – www.sofroy.ch, Jörg Schneider nous renseigne sur l'origine et les bases théoriques et pratiques de la sophrologie :

« La sophrologie caycédienne est une forme d'apprentissage de la conscience pour activer le corps et l'esprit en pleine conscience et pour intégrer le vécu. Le terme *sophrologie* est composé à partir de trois mots grecs : *sos*, l'harmonie ou l'équilibre, *phren*, la conscience et *logos*, la science. La sophrologie n'est donc rien moins que la science de la conscience harmonieuse. Son objectif est en effet d'atteindre un point d'équilibre entre le corps, l'âme et l'esprit. Le fondateur de la sophrologie est le neuropsychiatre colombien Alfonso Caycedo (1932-2017), qui a mis au point cette méthode à Madrid, en 1960. Dans une des théories de la sophrologie, trois états de conscience sont décrits : la veille, le sommeil et le niveau dit *sophroliminal*. Il s'agit d'un état entre la veille et le sommeil, qui se caractérise par une profonde détente et une capacité de perception accrue. Une séance de sophrologie vise donc à favoriser, grâce à l'intentionnalité, cet état, à le maintenir de manière prolongée et à agir positivement sur la conscience. »

BENOÎT BRAESCU

LES MUSICIENS MÉCONNAISSENT LEUR CORPS!

Directeur exécutif de l'Orchestre de Chambre de Lausanne (OCL) depuis 2010, après avoir assumé la même fonction pendant une décennie à l'Orchestre philharmonique de Radio-France, Benoît Braescu se trouve aux premières loges pour jauger de l'état de santé des musiciens professionnels. Fondé sur une longue expérience et l'envie sincère de voir les choses évoluer – car c'est non seulement la santé d'hommes et de femmes qui est en jeu, mais également celle de toute l'institution –, son constat est préoccupant.

QUELLE PLACE LA SANTÉ DES MUSICIENS OCCUPE-T-ELLE DANS VOTRE QUOTIDIEN ?

S'en soucier relève d'abord d'une obligation légale de l'employeur, mais la question déborde largement du cadre juridique dès lors qu'elle impacte le fonctionnement même du groupe et qu'elle touche des personnes que l'on côtoie au quotidien. Difficile en effet de ne pas se sentir interpellé lorsque l'on voit des jeunes sortant des études faire fi des mises en garde qu'on leur adresse simplement parce qu'à 25 ans ils ne ressentent pas, ou pas encore, les effets de leurs mauvaises habitudes. Avec les mouvements très physiques qu'ils répètent inlassablement au quotidien, ils ne sont en rien différents des sportifs de haut niveau et doivent par conséquent se comporter comme tels : mettre tout en œuvre pour retarder l'usure inexorable qu'exercent de telles pratiques sur leur corps. Eviter par exemple d'étrenner son violon en hiver avec un caprice de Paganini, sans échauffement, alors que celui-ci sort juste de son étui, de la même façon qu'un Usain Bolt ne va pas se lancer dans un 100 mètres à pleins poumons avant de s'être correctement chauffé et hydraté.

QUELS SONT LES PRINCIPAUX TYPES DE PROBLÈMES DE SANTÉ QUE VOUS RENCONTREZ À L'ORCHESTRE?

Il y a les problèmes spécifiques à chaque instrument et familles d'instruments, et les problèmes communs à tous. Parmi ces derniers, les pathologies musculo-squelettiques liées à la position assise. En tant qu'employeur, nous pouvons intervenir sur le matériel. C'est ce que nous avons fait à l'OCL en remplaçant l'ensemble des chaises par un modèle australien, testé sur une période de deux ans à l'Opéra de Sydney : des chaises à 400 dollars l'unité, à la fois pratiques et réglables – à tous les niveaux : dans la hauteur, dans la profondeur (permettant un angle confortable pour les jambes) et au niveau du soutien lombaire ; des chaises légères et facilement empilables aussi, car il serait un comble de péjorer les conditions de travail du personnel technique à l'autre bout de la chaîne quand on tente d'améliorer celles des musiciens !

6 TRUCS À PIQUER AUX SPORTIFS

LE QUOTIDIEN DU SPORTIF ET DU MUSICIEN est fait, pour tous deux, d'apprentissage, de répétitions, de pratique et de compétition ou de représentation. Cependant, le musicien utilise certaines chaînes neuromusculaires spécifiques 5 à 8 heures par jour, alors qu'il ne bénéficie pas de suivi médical ou d'entretien physique. Selon l'article « Les troubles de santé des musiciens » de I. Debès, M.-P. Schneider et J. Malchaire, le musicien tout comme le sportif devrait impérativement introduire dans son quotidien ces quelques règles fondamentales :

1. Démarrer son activité par un **ÉCHAUFFEMENT MUSCULAIRE**
2. Terminer par des **ÉTIREMENTS**
3. Aménager des **PAUSES** au cours de l'effort
4. Introduire un temps et des **TECHNIQUES DE RÉCUPÉRATION** après un évènement ayant demandé beaucoup de préparation
5. Veiller pendant et hors de sa pratique à maintenir une **POSTURE CORRECTE**
6. Maintenir une bonne **HYGIÈNE DE VIE**, à commencer par l'alimentation et le sommeil

Bien entendu, l'idéal reste le suivi par un spécialiste, comme le font la plupart des sportifs de haut niveau. Celui-ci saura alors conseiller chacun en fonction de ses besoins et de ses objectifs.

> Avec les mouvements très physiques qu'ils répètent inlassablement, les musiciens ne sont en rien différents des sportifs de haut niveau
>
> BENOÎT BRAESCU

NE FAUT-IL PAS APPRENDRE ÉGALEMENT COMMENT S'ASSEOIR ?

En effet ! Mais on touche là à la limite de notre engagement en tant qu'institution. Avec un autre orchestre, nous avions engagé un ostéopathe pour un suivi mensuel des musiciens : difficile d'aller plus loin – d'imposer une solution globale, des consultations avec des thérapeutes que les musiciens n'auraient pas choisi – car ce genre de rapport touche à l'intime et revêt une part importante de subjectivité.

QUE DISAIT L'OSTÉOPATHE DE CETTE FAMEUSE POSITION ASSISE ?

Entre autres que lorsque les musiciens se tiennent mal, ils ont tendance à croiser les jambes, ce qui induit une obstruction de la circulation dans une jambe et un transfert de l'ensemble du poids sur l'autre. Comme pour la plupart de ces pathologies, on parvient à en juguler les effets lorsqu'on a 20 ans – en les contournant et, partant, les aggravant –, mais lorsque l'on en a 40 et l'on commence vraiment à en souffrir, il est souvent déjà trop tard. Et l'assise est un exemple parmi d'autres. Si l'on poursuit dans le registre des problèmes qui touchent l'ensemble des musiciens de l'orchestre, on peut citer la vue, qui est mise à rude épreuve par de longues phases de concentration sur des matériels pas toujours idéalement dimensionnés et imprimés. Raison pour laquelle nous soignons non seulement l'éclairage sur le plateau mais veillons également à la qualité du papier des partitions utilisées.

Gàbor Barta s'assure du bien-être des musiciens de l'OCL : conditions de travail, matériel ou niveau sonore. Il est en relation avec des thérapeutes spécialisés, organise des stages pour améliorer sa posture et impose chaque deux ans des tests auditifs obligatoires.

NOUS N'AVONS PAS ENCORE ÉVOQUÉ L'OUÏE…

C'est évidemment un point central, sans doute le souci numéro un, amplifié par le fait que l'oreille – bien plus que le dos et les yeux – est considérée par le musicien comme son principal outil de travail, ce qui le conduit parfois à échafauder, la concernant, une perception à la limite de l'irrationnel. Je suis frappé tout d'abord de constater que contrairement aux yeux, dont on se préoccupe assez naturellement l'âge adulte venu, il n'en va pas de même des oreilles. On voit ainsi arriver à l'orchestre de jeunes musiciens qui ont déjà plusieurs années d'excès (sorties dans des boîtes de nuit, écoute abusive au casque, etc.) derrière eux, et là l'employeur ne peut rien faire! Sinon organiser des séances de sensibilisation – comme nous le faisons régulièrement à l'OCL, en coordination avec le délégué santé de l'orchestre, le violoniste Gàbor Barta – ou, dans le cas précis, faire venir un audiologue, comme je l'ai fait lorsque je travaillais à Radio-France – dans le contexte, certes, différent d'un orchestre symphonique, où tenir sur un plateau en pleine symphonie de Mahler ou de Bruckner relève de la « torture » pour qui n'y est pas habitué… j'y ai moi-même laissé une partie d'un tympan !

QUE DIT L'AUDIOLOGUE?

D'abord que notre acuité auditive est maximale vers 20 ans et qu'ensuite elle baisse naturellement avec l'âge : c'est un phénomène humain inexorable, dont il faut s'accommoder. Ensuite qu'il est de la responsabilité de chacun – en particulier lorsque l'on est musicien – de veiller à ne pas accélérer ce phénomène, en se protégeant lorsque l'on s'expose à des volumes trop intenses et prolongés, comme en discothèque. Je dirais en forme de boutade : ne cherchez pas grief à l'institution si après la répétition vous rentrez chez vous en moto, pour ensuite passer la tondeuse à gazon et finir la journée en boîte de nuit ! Bien sûr, au-delà de la discipline personnelle qui incombe à chacun et du caractère imparable de certaines expositions (comme celle des violonistes aux sons aigus de par la tenue de leur instrument), l'orchestre a plusieurs moyens à sa disposition pour limiter ces nuisances sonores. Sur un plan préventif, il peut recommander aux cordes d'utiliser des bouchons – dispositifs incompatibles avec la pression exercée sur les tympans lors de l'émission du son chez les vents. Grâce aux avancées technologiques, ceux-ci garantissent aujourd'hui une baisse du niveau égale dans tous les registres de fréquences, sans déformation du son. La politique de l'OCL est claire en la matière: aucune limite dans le remboursement, même si les musiciens sont amenés à les remplacer, voire à souhaiter une seconde paire. De plus, nous respectons drastiquement les pauses au milieu des services, car elles offrent à l'oreille un repos phonique nécessaire sur la durée.

QUE FAIT-ON ALORS POUR LES VENTS – EN PARTICULIER POUR LES BOIS, GÉOGRAPHIQUEMENT EXPOSÉS AUX PUISSANTES EMBOUCHURES DES CUIVRES ET AU FRACAS DES PERCUSSIONS AU-DESSUS DE LEURS TÊTES ?

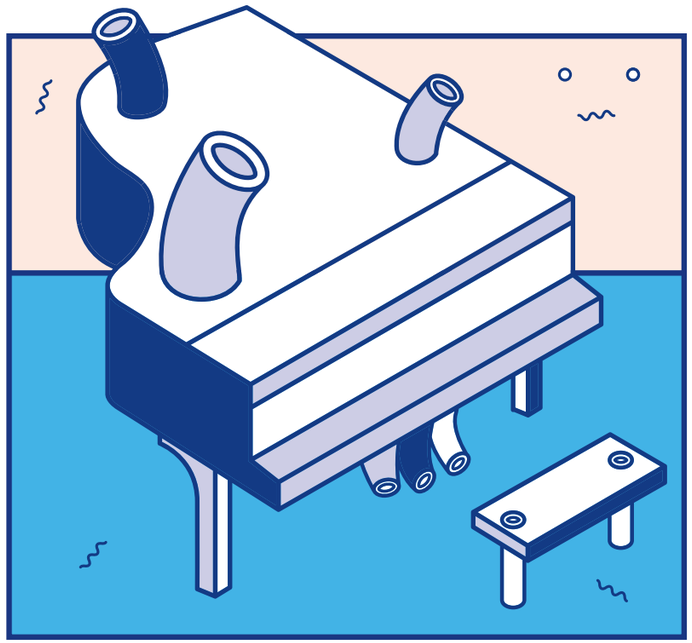
Plusieurs mesures sont envisageables, qui diffèrent beaucoup selon les orchestres. Le plus important à mes yeux – et cela vaut pour toutes les problématiques que nous évoquons ici – est de trouver une solution concertée, prenant en compte le point de vue de toutes les parties. Dans le cas précis, on pense d'abord aux pare-sons. À l'OCL, nous avons testé à peu près tous les modèles disponibles avant de faire notre choix. Mais ces dispositifs ne sont pas la panacée : selon leur positionnement, ils modifient la perception du son des musiciens qui se trouvent face à eux et les conduisent à jouer plus fort… ce qui va évidemment à l'encontre du résultat escompté ! On a la possibilité d'agir sur l'espacement entre les rangées et la hauteur des praticables : une position plus élevée des cuivres permet à leur son de passer par-dessus les protections et de ne gêner ainsi ni leur émission ni les personnes situées devant. Cette solution est privilégiée par de très grands orchestres, comme les Philharmonies de Berlin et de Vienne, qui la préfèrent aux pare-sons, dont ils estiment qu'ils modifient leur son d'ensemble. Certaines institutions vont plus loin en agissant jusque sur la programmation. C'est le cas par exemple de l'Opera North de Leeds, qui fait en sorte d'alterner les productions en fonction du volume sonore généré.

QU'EN EST-IL DES PATHOLOGIES TOUCHANT SPÉCIFIQUEMENT CERTAINES CATÉGORIES D'INSTRUMENTISTES?

La première qui me vient à l'esprit est celle liée à l'hygiène buccale des souffleurs : un sujet que j'ai eu l'occasion d'aborder avec plusieurs dentistes. Prenez le cas d'un jeune clarinettiste qui commence l'étude de l'instrument à l'âge de sept ans et se retrouve rapidement à gravir les échelons de l'excellence, soit bien avant de posséder sa dentition définitive. Que se passe-t-il lorsqu'à l'adolescence le jeune homme ou la jeune fille se voit contraint d'entamer un traitement orthodontique ? J'ai encore connu, en débutant dans ce métier, des cas où le professeur plaçait l'élève face à un ultimatum : soit il s'engageait dans le traitement au risque, selon lui, de perdre toute sa technique, soit il renonçait au traitement et pouvait ainsi poursuivre son « ascension »… Lorsque l'on sait les dégâts qu'un tel choix peut provoquer sur le long terme – déformation progressive de la technique sous le feu des problèmes dentaires non traités, jusqu'au refus de se soigner avec les conséquences catastrophiques que l'on imagine, de telles attitudes sont proprement scandaleuses. De la même manière qu'un violoniste va devoir prendre en compte les pathologies potentielles que fait planer sur lui sa pratique intensive d'un instrument dont la tenue « désaxée » n'a pas grand-chose de naturel, on en revient à l'enjeu fondamental de la responsabilité individuelle de chacun. L'état d'ignorance dans lequel nous voyons arriver les jeunes instrumentistes au sortir des études, ne m'incite pas à un grand optimisme.

VOUS COMPARIEZ, EN DÉBUT D'ENTRETIEN, LES MUSICIENS À DES SPORTIFS D'ÉLITE: NE SONT-CE PAS LÀ LES «RISQUES DU MÉTIER»?

La différence entre un musicien et un sportif en train de développer une tendinite, c'est que le sportif, en raison d'une connaissance globalement beaucoup plus aiguë de son corps, va s'arrêter avant la blessure, au contraire du musicien qui va attendre jusqu'à n'y plus tenir pour jeter l'éponge, avec des conséquences autrement plus désastreuses. Je préfère



largement accorder quinze jours de congé à quelqu'un qui suspecte un tel problème que de prendre le risque que ce problème empire et que l'on doive finalement se passer de ses services pendant plusieurs mois.

Dans une perspective plus large qui touche à la carrière globale du musicien, je trouve urgent d'engager une discussion sur la question du reclassement. Je ne comprends pas pourquoi il est communément admis qu'une carrière de danseur, caractérisée par une mise à l'épreuve corporelle comparable à celle d'un musicien, s'achève vers 40 ou 50 ans (voire avant), alors qu'un musicien d'orchestre doit par principe tenir jusqu'à 65 ans (à l'exception des vents qui, à l'OCL, bénéficient depuis 1990 d'une retraite anticipée à 60 ans, fondée sur des critères de pénibilité). À Radio-France nous avions investi beaucoup d'énergie dans la gestion du cas d'un musicien en passe de devenir totalement sourd à cinq ans de la retraite : nous avions finalement réussi à valoriser son expérience à d'autres niveaux de l'entreprise, comme la bibliothèque ou la réalisation des plans de travail. Mais dans un orchestre de chambre comme le nôtre, c'est beaucoup plus difficile à gérer. Comme chaque musicien a pratiquement un rôle de soliste, il est impossible d'« absorber » pareille défaillance. Ensuite nous n'avons tout simplement pas les moyens financiers d'assumer seuls – à l'interne – une pareille reconversion. La discussion doit impérativement se mener à l'échelon de la branche, voire de la société.

MUSICIENS MAL LOTIS FACE À L'AI

ON LE SAIT : si la compétition est rude entre musiciens, l'épreuve de la retraite ou de l'invalidé – temporaire ou permanente – est toute aussi cruelle. Pays riche et généreux en termes de soutien culturel, la Suisse n'est pourtant pas épargnée par le fléau de la précarité menaçant certaines professions artistiques et, plus techniquement, qui ne rentrent pas dans les cases des salaires théoriques, comme peut l'être une carrière de musicien.

DANS LE CADRE d'un excellent reportage intitulé « L'honneur perdu de l'AI », l'émission 36°9 de la RTS se penchait sur le durcissement de l'attribution des rentes, évoquant même un « système discriminant pour les moins nantis ». À ce titre, elle s'intéressait à Sandrine Perroux, ancienne professeure de violoncelle et de solfège. Victime d'une fracture à la cheville suite à un accident de montagne, la musicienne souffre depuis de douleurs chroniques qui l'empêchent de jouer de son instrument, et donc de pratiquer son métier. Or, l'assurance a considéré qu'elle était capable de travailler à 50%, ne manquant pas de lui rappeler que « chaque assuré est tenu de faire le maximum pour réduire son dommage », c'est à dire éviter d'être à la charge de la société.

« PLUS VOTRE REVENU EST BAS, plus vous devez être malade pour avoir droit à des prestations » précise dans l'émission l'avocate et professeure ordinaire en droit de la sécurité sociale Anne-Sylvie Dupont. Des mots qui résonnent comme une mise en garde pour de nombreux professionnels de la musique, au revenu nettement inférieur à la moyenne nationale, à l'instar des CHF 25'000 annuels déclarés par Sandrine. Ce pour deux raisons : les expertises médicales de l'AI peuvent imposer une réorientation, parfois arbitraire, dans un domaine tout sauf artistique ou pédagogique (employée de bureau dans notre exemple). Par ailleurs, et c'est là que le bât blesse, comparant le revenu, à mi-temps, d'une telle profession – soit CHF 27'000 avec celui de Sandrine, l'AI peut dès lors conclure qu'elle ne subit aucune perte de gain.

« LA MANIÈRE DE CALCULER les primes pour les artistes et certains indépendants ne leur laisse aucune chance de toucher une rente. Pire, les statistiques montrent que le barème AI exclut 8 femmes sur 10 des prestations. Logique, puisqu'elles gagnent souvent moins que le salaire théorique retenu par l'assurance » conclut l'émission. On ne saurait que conseiller aux futurs musiciens professionnels d'être doublement vigilants.

*Sur le site de l'**Association Suisse de Musique SONART**, dont l'objectif est de défendre les intérêts des musiciennes et musiciens suisses sur le plan politico-culturel, sont listées toutes les informations concernant les droits et devoirs des indépendants en terme d'assurances et de sécurité sociale.*
Par ailleurs, la fondation Caisse de secours de l'Association Suisse des Musiciens a pour but d'aider les membres ou leurs survivants qui se trouvent dans des difficultés financières graves.

Les orchestres financent des protections auditives pour leurs musiciens. Dans les musiques actuelles, il en va de la responsabilité de chacun

Les Boules Quies fêtent leurs **100 ans** en 2018

BACH souffrait de myopie et était atteint de cataracte. Opéré deux fois en **1750 (!)** il ne s'en sortira pas

TROUBLES OCCULAIRES

Handicapant pour le jeu en orchestre, car les yeux fixent alternativement la partition (proche) et le chef d'orchestre (loin)

Les musiciens anglais bénéficient 24/7 de la plateforme Music Minds Matter de l'association Help Musicians UK
+44 808 802 8008

La qualité d'impression des partitions joue un rôle important

TROUBLES AUDITIFS

BOURDONNEMENTS
SIFFLEMENTS
OREILLES BOUCHÉES

120 dB concert rock
110 dB orchestre symphonique
93 dB niveau autorisé par la Confédération CH
85 dB seuil de risque
30 dB sons calmes

Beethoven était devenu sourd au moment de la 1re représentation publique de sa *Neuvième symphonie*

L'oreille est un organe très sensible,
ABÎMERIONS-NOUS VOLONTAIREMENT NOS DOIGTS ?

ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE
STRESS
PROBLÈME PHYSIQUE

TROUBLES PSYCHOLOGIQUES

80% des recettes des artistes de musiques actuelles proviennent des tournées concerts

Musiciens **3x** plus prédisposés

De Mozart à Kurt Cobain en passant par Frank Sinatra, tous les styles de musique et toutes les époques sont concernés

IL N'Y A POINT DE GÉNIE SANS UN GRAIN DE FOLIE
Aristote

Satchmo, surnom de Louis Armstrong dont la carrière était rythmée par des problèmes de lèvres

Les bords d'embouchure larges limitent les risques

TROUBLES DE L'EMBOUCHURE

10 muscles hyper spécialisés composent la langue

Faire un moulage est utile en cas d'accident

Contrôle **SEMESTRIEL** chez le dentiste

Les bois sont les **+** touchés

1er problème de santé au travail

STRESS
POSTURE & GESTUELLE
FORCE & DURÉE
FORME DE L'INSTRUMENT

TROUBLES MUSCULO-SQUELETTIQUES

80% des musiciens d'orchestre sont concernés

Tabagisme ~~PROSCRIT~~

TROUBLES DENTAIRES

Brossage des dents tri-quotidien

TROUBLES PULMONAIRES

Aérer son intérieur

Un clarinettiste américain est devenu allergique à des champignons qui avaient investi son instrument qu'il n'avait jamais nettoyé en **30 ans !**

Nettoyer son instrument régulièrement pour éviter la prolifération de bactéries

Le Yoga du Musicien
Carole Carniel-Petit
AleXitère
2016

sujet tabou

NO PAIN, NO GAIN
toutefois la douleur n'est pas le prix à payer pour s'améliorer !

1% des musiciens sont touchés

STRESS

TROUBLES ARTICULATION TEMPORO-MANDIBULAIRE

PROBLÈMES DE MÂCHOIRE

10 000 HEURES de travail à l'instrument, avec une technique faite de gestes rapides et précis

SURCHARGE ÉMOTIONNELLE
PRATIQUE INTENSIVE
VOIR EXCESSIVE

DYSTONIE DE FONCTION

CRAMPES / CONTRACTION INVOLONTAIRE DE GROUPES MUSCULAIRES

PROBLÈMES DERMATOLOGIQUES

ALLERGIE
ECZÉMA
IRRITATION

Éviter les chewing-gum

colophane pour enduire les cordes peut provoquer des réactions allergiques

1980 les pianistes américains Graffman et Fleisher brisent le tabou

La musique de la douleur
Aude Hauser-Mottier
Mercure de France
2015

SCHUMANN a souffert de dystonie du pianiste qui l'a contraint, comme d'autres artistes, à se consacrer à la composition

LE CORPS : PREMIER INSTRUMENT DU MUSICIEN

Les données présentées ci-dessus proviennent de différents articles et études disponibles sur Internet aux sources sûres. Elles ne doivent toutefois pas être considérées comme irrévocables.

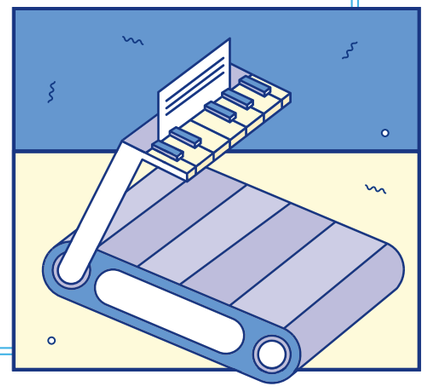
LES MUSICIENS SONT-ILS SPORTIFS ?
Il y a de quoi se poser la question tant l'image que les métiers du sport et de la musique véhiculent est différente.

SI LE MUSICIEN incarne le mythe de l'homme libre qui se consacre à la création, le sportif est marqué quant à lui par celui orienté sur la culture du corps. Des stéréotypes très masculins dont le pouvoir de séduction a même été comparé dans une étude de l'Université de Bretagne : « les résultats ont montré que tenir un étui de guitare est davantage associé à la séduction. » En effet un cobaye est parvenu à obtenir 31 numéros de téléphone contre seulement 9 avec un sac de sport. Il est en cela amusant de constater que de nombreux anciens sportifs, de Yannick Noah à Tony Parker, se reconvertissent (souvent à tort) dans la chanson, sans pour autant lâcher le marcel dévoilant de saillants abdominaux.

DES EXCEPTIONS ? Pas tant que ça. Un article paru dans le *Toronto Star* a relevé que sur les 227 athlètes canadiens concourant au JO 2012 à Londres, 19 ont étudié au Conservatoire royal de musique. Un grand écart également réussi par Bastian Baker, ancien hockeyeur, ou Eric Linder : reconnaissance sportive – il fut champion de Suisse de course à pied de demi-fond – et musicale – avec son projet Polar. Programmateur du festival Antigel, convaincu que « art et sport peuvent faire très bon ménage » et que les cloisons tombent, il y tisse depuis bientôt une décennie des liens improbables, à l'instar d'un concert badminton-techno en 2011. Il a même lancé l'an dernier une course à pied, l'Antigel Run. « Le jogging, c'est la liberté et le bien-être ! » Très accessible, la course à pied compte de nombreux adeptes – un quart des Suisses la pratique ! – parmi lesquels certainement des musiciens. Lancé en 2017, le Montreux Trail Festival propose d'ailleurs une programmation à la fois sportive et musicale.

COURIR A LA COTE aujourd'hui, mais c'est le tennis qui faisait fureur auprès des compositeurs au début du 20e siècle : Prokofiev et Chostakovitch le pratiquaient, Schönberg et Gershwin tapaient des balles ensemble tout comme Ravel et Debussy. Ce dernier a d'ailleurs composé en 1912 la musique du ballet *Jeux* qui raconte la recherche d'une balle de tennis perdue dans un parc. En 1914, c'est Erik Satie qui a tenté de reproduire musicalement une partie de tennis.

S'IL SE PLAIT CERTAINEMENT à inspirer les créateurs, le sport est par contre très à cheval sur certains principes tels que l'utilisation de la devise, de l'hymne, du symbole olympique et des termes « *Jeux olympiques* » et « *Olympiade* » qui est la propriété ferme du Comité international olympique. En 2016, un ensemble français a dû renoncer sans discussion à l'emploi du mot « olympique » dans son nom. Pas de « forme olympique » pour les musiciens ? Pas si sûr, entre sport et musique les aptitudes – préparation mentale intense, état d'esprit tourné vers le don du meilleur de soi – sont même transférables. Pour certains parents, il est parfois difficile d'orienter son enfant vers l'un ou l'autre. Si fort souvent le choix est influencé par l'entourage familial dont l'enfant s'approprie les compétences et les goûts, être axé seulement sur une discipline peut exclure l'occasion de se découvrir des atouts dans un autre domaine. Par contre, permettre à l'enfant de développer des compétences physiologiques propres au sport ou à la musique l'aidera à réussir dans n'importe quel autre domaine.



L'ÉVEIL MUSICAL ET SES MULTIPLES BIENFAITS

Développement du langage, capacité d'attention et sens du rythme pour les poupons, bénéfices sur le plan culturel, affectif, intellectuel, personnel et physique ensuite, la musique est bénéfique dès le plus jeune âge pour une entrée dans la vie triomphante.

Si la musique fait pousser les plantes plus rapidement, elle procure également de nombreux bienfaits chez nos jeunes pousses ! Au Conservatoire de Lausanne, en plus du cours « Chansons poussettes » proposées dès l'âge de 6 mois, c'est dès 1 an que les enfants sont accueillis avec leurs parents pour des « Premiers pas en musique ». Les enfants démontrent rapidement un grand enthousiasme face à l'apprentissage : outre les notes, les rythmes, les mélodies, les comptines, on y découvre la vie en groupe, l'occupation de l'espace, l'empathie, la solidarité, et cela se ressent notamment sur les rentrées en classes scolaires, où se présenter, vivre en société, s'intéresser aux autres et respecter son entourage sont déjà des acquis, en plus de la culture musicale évidente apportée aux cours de « graines de musiciens », de « jardin des chansons » ou encore d'« initiation musicale ».

VIOLAINE CONTRERAS DE HARO

Flûtiste et professeure au Conservatoire de Lausanne depuis 2009, Violaine Contreras de Haro se réjouit de participer à cet éveil musical, et de voir les compétences et l'indépendance que les enfants développent. « On apprend en musique les rituels de la vie, bonjour, au revoir, se laver les mains, des comptines à gestes et des habitudes imposées qui se fondent ensuite dans le quotidien et que les enfants peuvent répéter chez eux. C'est tellement gratifiant de voir ce que la musique leur apporte ». Et effectivement, les bienfaits sont abondants : confiance en soi, concentration, capacité d'adaptation, motricité, mémoire, autodiscipline… On développe même sa personnalité ou sa capacité à contrôler ses émotions. Et sur le plan physique (outre le développement du cerveau, puisque la musique intervient dans l'interaction entre les deux hémisphères), une prise de conscience du corps, de sa posture, de sa respiration.

MARIE-THÉRÈSE LEUENBERGER

En charge du cours « Jardin des chansons » au Conservatoire de Lausanne depuis 26 ans, Marie-Thérèse Leuenberger porte également une grande attention à créer un climat favorable afin de susciter l'envie de chanter et d'exprimer corporellement les émotions ressenties à l'écoute de de la musique : certaines chansons invitent à la danse, et à s'accorder avec ses camarades, d'autres invitent à sonoriser des mouvements ou encore à se glisser dans les bras de ses parents ou grands-parents pour se laisser bercer : « on aide les enfants à oser prendre leur place dans un groupe, à progresser dans la sociabilisation, à franchir certaines étapes, en plus du développement de la coordination qui parait plus évident, et ceci grâce à la musique ». Aussi, la recherche d'une harmonie est au rendez-vous. « Ce que l'on trouve dans les cours, c'est un équilibre : être bien avec soi-même, ainsi que dans sa relation avec les autres : son papa, sa maman, son/sa professeur-e, un autre enfant ou groupe d'enfants. C'est un moment privilégié, dont il faut prendre conscience, et duquel on sort rechargé. »

LA MUSIQUE, UN ALLIÉ POUR SOIGNER LE TROUBLE

Reconnue pour ses valeurs thérapeutiques, la musique peut notamment soigner un trouble du développement chez l'enfant, et l'aider à faire face aux angoisses. C'est le cas, par exemple, du mutisme sélectif, où l'enfant, tout à fait capable de parler, souffrira d'anxiété sociale et ne sera alors plus capable de communiquer en communauté. « On lui colle, à défaut, une étiquette d'introverti, car l'enfant restera dans l'observation, en retrait, pourtant, il assimile ce qui est enseigné tant à l'école qu'aux cours de musique, et développera souvent un grand sens du rythme ou de la gestuelle et sera parfaitement capable

TÉMOIGNAGE

LA MUSIQUE POUR SORTIR DU MUTISME SÉLECTIF

Le Conservatoire de Lausanne regorge de jeunes pousses avec chacune leur personnalité, leurs tracas, leur histoire. Nous avons rencontré une maman dont l'enfant, élève au Conservatoire depuis ses 4 ans, a démarré son parcours musical dans le silence…

Le mutisme sélectif vient souvent après un évènement stressant, un changement dans le quotidien de l'enfant. Il est une réaction d'opposition face à ce qui vient de l'extérieur et dont résulte une peur de parler, souvent face à l'adulte. « Mon fils se comportait de façon tout à fait normale avec sa famille proche et quelques-uns de nos amis, mais ne parlait à personne d'autre. Un peu inquiets, nous avons décalé son entrée à l'école à l'année d'après, mais il nous tenait à cœur de l'inscrire à un cours de musique rapidement. À 4 ans, il a démarré l'initiation musicale d'inspiration Willems, qui nous paraissait adaptée à sa situation, prévenant la professeure, Violaine Contreras de Haro, qu'il souffrait de mutisme sélectif. ».
Violaine et Romain Kuonen, qui deviendra plus tard son professeur de percussions, rassurent immédiatement les parents : « Ici, on n'a pas besoin de communiquer par la parole, on parle le langage de la musique ».
Soulagement. L'enfant trouve enfin un espace dans lequel il peut s'exprimer à sa façon.
Mais alors au quotidien, comment gérer cette situation ? « Il faut s'armer de patience, trouver des façons de communiquer qui conviennent à l'enfant, mais il est important de le sortir de sa zone de confort qu'est le silence, afin que cette période de mutisme dans sa vie n'ait pas un impact sur sa personnalité ». Pour ce jeune élève, une intervention avec ses parents, ses professeurs d'école et de musique, et sa psychomotricienne a été nécessaire. Il s'est d'abord agi de le faire s'enregistrer à la maison, puis de diffuser ces enregistrements en classe afin qu'il affronte l'écoute de sa voix par d'autres, même indirectement, à la plus grande surprise de ses camarades de classes : « mais alors, tu peux parler/tu sais chanter ! » Petit à petit, en désacralisant la situation, l'enfant a commencé à s'ouvrir, à chuchoter d'abord et à s'exprimer plus clairement ensuite. La pratique musicale a donc été une grande aide dans le développement de ce jeune homme. Sa maman confirme : « En musique, l'enjeu n'est pas de parler ou de chanter, il est de vivre la musique à travers son corps ».

de restituer verbalement à la maison, avec sa famille, tout ce qu'il a appris » explique Violaine Contreras de Haro.

Comment gère-t-on une telle situation ? « Avec beaucoup de patience, on peut gagner la confiance de l'élève. Il faudra peut-être attendre des années jusqu'à ce que l'enfant accepte de participer, voire de parler. Il faut prendre soin de lui montrer que l'on ne doute pas de ses capacités, car malheureusement, il arrive que ces enfants soient stigmatisés ». Et l'activité artistique est un excellent moyen de lui créer une façon de communiquer bien à lui, et de valoriser l'enfant à travers une autre démarche que la parole. « Face à un comportement anxieux, autistique ou dyslexique, la musique permet à ces enfants qui apprennent autrement d'avoir toujours un élément dans lequel ils se sentiront forts. La musique touche tellement de matières, avec la chanson, le rythme, le mouvement corporel, le rapport à l'instrument, l'audition, la culture musicale, qu'un de ces domaines correspondra toujours à un enfant et il pourra s'y épanouir ».

Et Marie-Thésère Leuenberger confirme : « Pour certains enfants, l'intégration au niveau du groupe demande plus de temps, il est alors essentiel de respecter leur cheminement. Peu à peu, on « s'apprivoise » comme l'exprime si justement Saint-Exupéry dans *Le Petit Prince*. La musique est une merveilleuse façon de s'intégrer, il peut s'agir d'un duo parent-enfant qui ne parle que très peu le français, ou un enfant avec un lourd handicap, et chacun va progresser à son rythme et se connecter au cours à sa façon, pour en retirer du bien-être ».

DR VALÉRIE SCHWEIZER

VOTRE ENFANT EST-IL SOUVENT ENROUÉ ?

En mars 2018, le Dr Valérie Schweizer du CHUV donnait une conférence consacrée aux « particularités de l'enfant chanteur » dans le cadre de l'Institut Romand de Pédagogie Musicale (IRPM). Son but : partager sa vaste expérience de phoniatre, spécialiste ORL des problèmes de voix et de déglutition. Elle a certes peu eu affaire dans sa pratique à la problématique spécifique des enfants chanteurs, mais elle n'en est pas moins au fait des mécanismes qui peuvent conduire à des pathologies et, partant, des façons de les diagnostiquer, de les soigner et, si possible, de les prévenir.

L'ASSOCIATION SUISSE DE MÉDECINE DE LA MUSIQUE

Fondée par la tromboniste Pia Bucher, suite à un souci de santé face auquel aucun médecin ne comprenait l'étendue, l'Association Suisse de Médecine de la Musique (SMM) a vu le jour il y a 20 ans.

En effet, certains problèmes peuvent paraître sans conséquence majeure pour la plupart des individus, alors qu'ils sont parfois synonymes de fin de carrière chez le musicien professionnel. Pour appréhender ce type de situation, seuls des médecins en mesure de comprendre les spécificités liées à la pratique musicale, sont en mesure appréhender ce type de situation. L'association encourage l'acquisition et la communication de connaissances centrées sur les pratiques musicales qui favorisent ou altèrent la santé physique et mentale des musiciens, et tente de favoriser les collaborations interdisciplinaires entre spécialistes du domaine (musiciens, pédagogues, médecins, thérapeutes, psychologues, etc.) Dans cette mission, les écoles de musique ont une importante carte à jouer : « Les pédagogues musicaux connaissent les douleurs susceptibles de survenir et devraient donc inciter leurs élèves à tirer la sonnette d'alarme lorsqu'ils rencontrent un problème, ou à prendre les mesures nécessaires le cas échéant. Il s'agit en fait de promouvoir une culture de l'ouverture », fait remarquer la présidente de l'association, Martina Berchtold-Neumann. Que la pratique musicale soit une source de douleur, tous les musiciens le reconnaîtront, mais à l'heure actuelle peu font le pas d'en parler autour d'eux. Pour les aider dans cette démarche, la SMM offre un service de conseils gratuits, à l'écoute des professionnels comme des amateurs, et fournit notamment des adresses de spécialistes qualifiés à proximité du lieu de résidence de l'interlocuteur. Même si l'idéal serait de prévenir avant de devoir guérir et de s'intéresser autant aux besoins de son corps qu'à l'atteinte d'excellentes compétences musicales, pour la présidente de la SMM, « la douleur est en fin de compte une invitation à s'occuper de soi ». Ce qu'il faut éviter à tout prix c'est d'attendre que celle-ci s'installe jusqu'à devenir chronique et oblige à repenser l'entier de sa manière de travailler. La douleur aiguë et l'impact psychologique qu'elle peut engendrer doivent être respectés comme signal d'alarme et l'engagement d'une thérapie rapidement entreprise de sorte à pouvoir réduire les maux et prévenir d'autres symptômes.
Bien que consacrée à l'ensemble du pays, l'association est pour l'heure principalement active en Suisse alémanique. Bonne nouvelle toutefois, la traduction de son site internet en français et la mise sur pied de partenariats romands font partie de ses tous prochains développements.

www.musik-medizin.ch

QUE SE PASSE-T-IL ?

« Les enfants ont tendance à imiter leurs chanteurs de variété préférés. Et lorsque ceux-ci sont des chanteuses et qu'elles ont pour nom Céline Dion ou Lara Fabian, le danger existe chez des sujets de moins de dix ans de trop pousser leur voix et de chanter avec une intensité inadaptée à leur jeune organe, avec à la clé un potentiel enrouement, une voix cassée, voire une aphonie. J'invite leur entourage – que ce soit leurs parents ou leurs enseignants – à se montrer particulièrement attentifs à ce type de symptômes. »

Les manières de (ré)agir sont multiples et dépendent du degré de gravité de l'affection. « Je conseille tout d'abord aux parents d'enfants désireux de chanter de les inscrire dans une chorale, voire à des cours de chant individuels, car cela permet de cadrer leur pratique. Si des problèmes surviennent – qui se manifestent chez l'enfant par le fait de rentrer régulièrement enroué ou aphone de l'école, de la place de jeux ou du terrain de sport –, j'invite à consulter un spécialiste dès lors que les symptômes perdurent au-delà de trois mois. En ce qui me concerne, les enfants me sont généralement envoyés par leur médecin de famille ou leur enseignant.

L'examen s'articule en plusieurs phases. J'écoute d'abord la voix de l'enfant, je le fais lire (s'il en est capable), chanter un air facile, puis je passe à l'auscultation, avec examen de la bouche, contrôle de l'audition, puis examen des cordes vocales. Réalisé par voie buccale ou nasale, ce dernier permet de voir si les cordes sont irritées, voire si le sujet souffre de nodules ou de paralysie (cette dernière est rare chez l'enfant). Il se peut que l'on ne trouve rien de particulier et que l'enfant souffre simplement de fatigue musculaire. Pour contenir celle-ci, il convient de mettre en place un suivi plus régulier, par l'intermédiaire d'un professeur de chant ou d'un logopédiste, qui réalisera un travail vocal thérapeutique. »

Valérie Schweizer a bien conscience qu'il n'est pas nécessaire de limiter les enfants dans l'exploration de l'outil

exceptionnel qu'est la voix humaine. « L'enfant adore imiter, crier, déformer sa voix, et le larynx est pour cela d'une très grande souplesse. Toutefois, un usage vocal excessif répété peut avoir des conséquences négatives. Si le traumatisme est aigu (douleur, sévère enrouement), il convient de le soigner par le silence – plus que par le chuchotement – puis par l'évitement et, dans le cas de passionnés de chant, par le choix d'autres répertoires ou par la prise de conseils auprès d'un médecin phoniatre ou d'un thérapeute de la voix. Que l'on me comprenne bien : je n'invite en aucun cas à freiner la pratique du chant, simplement à la canaliser, à la gérer au mieux par rapport à l'âge et au développement vocal de l'enfant. J'estime également que, dans la majeure partie des cas, prétendre que quelqu'un chante faux, plus encore lorsqu'il s'agit d'un enfant, le condamne souvent injustement à ne plus chanter. Sauf exception, une personne motivée a la capacité, par un travail assidu de sa voix et de son audition, d'aiguiser sa justesse. »

> L'enfant adore imiter, crier, déformer sa voix, et le larynx est pour cela d'une très grande souplesse.
>
> Dr VALERIE SCHWEIZER

MUSIQUE

HOMÉOPATHIQUE

De plus en plus de chercheurs s'attèlent à démontrer les bienfaits de la musique sur le cerveau. Enfants, jeunes adultes ou personnes âgées, chacun de nous gagnerait à intégrer à son train de vie la pratique de la musique.

LA REVUE *GÉNÉRATIONS* présentait dans son numéro d'avril 2018 les travaux neuroscientifiques de la violoniste Clara James, professeure à la Haute Ecole de Santé de Genève. « La musique peut changer le cerveau d'une personne, à tout âge. Ainsi, elle pourrait être utilisée comme un puissant moyen thérapeutique contre le vieillissement du cerveau. » Forte de ce postulat, la chercheuse a entrepris en 2018 une nouvelle étude « Bien vieillir avec la musique » avec laquelle elle souhaite prouver que la pratique musicale pourrait devenir une alternative pour repousser et diminuer l'acuité des maladies neurodégénératives telle qu'Alzheimer. L'entraînement musical renforcerait les capacités motrices fines. Ecouter, c'est bien, pratiquer c'est mieux !

UN CONSTAT RÉJOUISSANT et prometteur pour tous ceux qui voudraient améliorer leurs capacités mémorielles et que Sabine Chatelain, chercheuse et formatrice en didactique de la musique à la HEP Vaud, évoque avec enthousiasme dans un article de mars 2018 du magazine *Prismes* : « Par une pratique musicale régulière, vous allez toujours mettre en pratique les mêmes processus : il y a un motif (un pattern), que la personne s'approprie à travers des jeux d'imitation et de variation, et au fur et à mesure, elle va se souvenir de motifs de plus en plus longs et complexes. On peut considérer cela comme un entraînement de la mémoire, qui a bien sûr des répercussions dans d'autres domaines que la musique au sens strict (...). Cela ne se limite donc pas uniquement aux sons, il s'agit ici d'une capacité plus générale à retenir une forme dynamique qui se déroule dans le temps et de pouvoir s'en souvenir après. Donc, lorsque l'on travaille la musique, la capacité de mémoriser que l'on développe pourra être mobilisée également dans d'autres tâches. »

À TITRE D'EXEMPLE, Sabine Chatelain aime à distinguer la racine commune entre l'apprentissage de la musique et celui d'une langue : « Il s'agit, au départ, d'entendre un son, une mélodie, un rythme, et de le reproduire. Ce sont les mêmes mécanismes de mémoire qui entrent en jeu. (...) Lorsque l'on écoute une musique, elle prend sens rétroactivement, on entend d'abord toute la mélodie et ensuite seulement, par un aller-retour constant entre les éléments entendus, on peut en déduire ce que c'est. Et si par la suite, on entend à nouveau cette même mélodie, on va être capable de la reconnaître et ainsi de saisir progressivement sa structure, par exemple. »

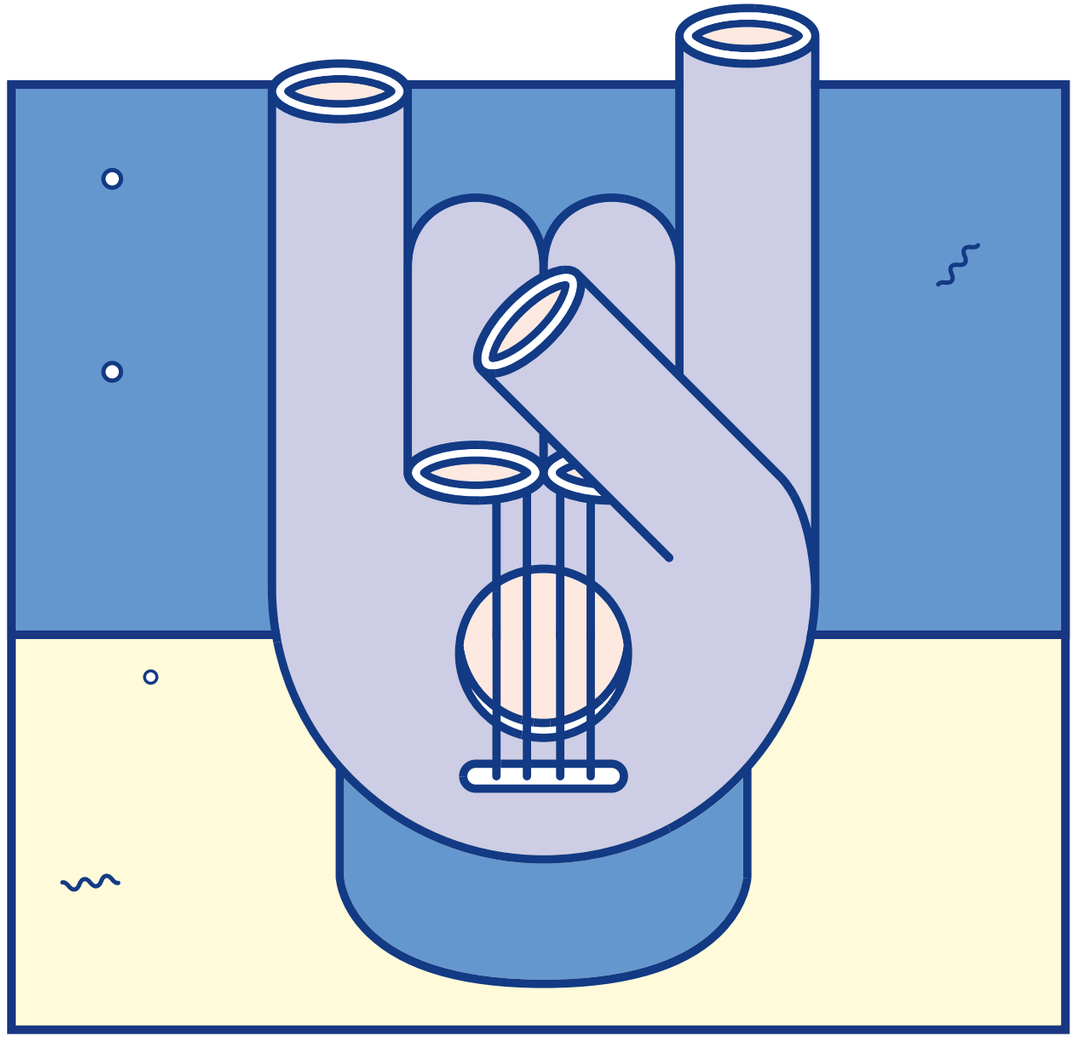
CHACUN, À TOUT ÂGE, pourra profiter des bienfaits de la pratique musicale sur l'écoute, le langage, la mémoire et le raisonnement en plus de son puissant vecteur social.

Extraits des articles de Mehdi Mokdad paru dans la revue bi-annuelle de la HEP Vaud *Prismes* en mars 2018 et d'Audrey Sommer paru dans le mensuel *Générations* d'avril 2018.

IF I EVER FEEL BETTER

Phoenix

Rythmée par les tournées, c'est l'ensemble de la carrière du musicien de jazz ou musiques actuelles qui vaut la peine d'être traitée. Tour d'horizon d'une discipline aux contours ecchymosés



UN MODE DE VIE ARYTHMIQUE

La recherche du bonheur ne serait-elle pas simplement la recherche de la santé ? Cet état de bien-être physique, mental et social est sans aucun doute le sésame convoité ou oublié d'une vie sereine. Il semble fondamental de s'intéresser à la santé du musicien qui doit être approchée dans la pluridisciplinarité, mais qu'en est-il du musicien de jazz ou de musiques actuelles ? En effet, les études spécifiques à la branche sont moins nombreuses, pourtant les problèmes sont eux, bien présents.

Sur ce constat, les institutions françaises Médecine des arts, la FEDELIMA et le Moloco se sont penchées sur la santé du musicien dans les musiques actuelles. En 2018, un colloque a été organisé par ces trois institutions, dont l'abstract est accessible sur leurs sites respectifs : un condensé passionnant d'informations, une solide étude sur la préparation des musiciens à la scène, plusieurs synthèses d'atelier sur la scène, le festival, la psychologie, ou encore le corps.

Les problématiques spécifiques aux musiciens de la branche sont préoccupantes. En plus des pathologies retrouvées chez tous les musiciens telles que les troubles musculo-squelettiques – tout de même moins importants dans les musiques actuelles que chez les musiciens classiques, dus à une plus grande liberté posturale –, auditifs ou de stress, la santé des musiciens dits « urbains » semble s'altérer en raison du rythme effréné des tournées en plus d'un aspect psychologique sensible. Une étude sur la santé des artistes et les différences de mortalité entre les genres réalisée par Kenny et Asher en mars 2017 démontre une mortalité bien plus précoce chez les musiciens des musiques actuelles que chez la population générale, où le pic de mortalité se situe autour de 87 ans contre 62 pour les artistes. Une surmortalité causée principalement par des morts violentes : homicides, accidents, suicides. Des faits alarmants issus des risques certes liés à la pratique instrumentale, mais aussi aux risques psycho-sociaux, et aux autres aléas qui induisent une mortalité précoce.

Face au rythme effréné du musicien en tournée, la prise de conscience semble prendre l'ascenseur. Préparation intense, nuits trop courtes, longs voyages récurrents, malbouffe, gestion du trac, exposition, accumulation des dates (jusqu'à 250 concerts par an pour certains inextinguibles !), l'épuisement physique et moral peut aisément se glisser dans la carrière du musicien. Comme l'explique Felicitas Sigrist, médecin spécialisée en psychiatrie et psychologie, dans un article de mars 2018 « Les musiciens ont plus le blues » paru dans La Liberté, « l'énergie, le temps et l'argent investis ne correspondent pas au succès et à la reconnaissance attendus ». Elle mentionne encore la concurrence, la dépression, et les engagements à court terme qui pèsent lourd sur les épaules des artistes. Également membre du conseil d'administration de l'Association Suisse de Médecine de la Musique, elle participait à la table ronde appelée « Rock'n'Roll and Depression » organisée à Zurich dans le cadre de m4music 2018 ; la dépression des musiciens est une problématique de plus en plus considérée.

MUSIQUE, CORPS ET ESPRIT : UN GRAND TOUT !

Dans le classique, la partie psychologique se joue surtout avant un concert important ou un concours. Dans les musiques actuelles par contre, le stress est avant tout lié aux difficultés à concilier vie d'artiste et vie « normale ». Les revenus des musiciens provenant de la vente d'albums étant décroissants dans l'ère 2.0, c'est le concert qui les fait vivre. Et qui dit concert, dit tournée ; une course de fond épuisante sur le plan physique et psychique.

En Angleterre, l'association Help Musicians UK atteste que la principale source de stress d'un musicien serait ainsi liée à la gestion de sa carrière et que faire de la musique est thérapeutique, mais faire une carrière dans le domaine de la musique est destructif. Sont ainsi mis en cause, une rémunération trop basse, des conditions de travail trop dures, la difficulté à subvenir à ses besoins, la précarité et la complexité de planifier ce que sera son futur. À cela s'ajoutent le manque de reconnaissance et le sexisme auxquels peuvent être confrontés les artistes et leurs pairs. Sur 2211 personnes travaillant dans le secteur de l'industrie musicale (tous répertoires confondus) et ayant pour la plupart entre 18 et 35 ans, 71% affirment avoir déjà expérimenté des crises d'angoisse ou de panique et 68,5 des épisodes dépressifs.

Dans l'article intitulé « L'envers de la scène » du média canadien La Presse, le cas des troubles anxieux de Béatrice Martin, alias Cœur de Pirate, est relaté : la québécoise a décidé d'aborder le sujet dans une série de chroniques publiées sur Noisey, la plateforme musicale de Vice, où elle décrit la pression de l'industrie, le vide et la solitude qui font suite aux concerts, les horaires avec lesquels jongler et la distance avec son chez soi, ainsi que l'intimidation sur les réseaux sociaux qu'elle a subi, comme de nombreux artistes médiatisés. La chanteuse de 27 ans s'est dite « pratiquement détruite » après sa dernière tournée… La vie d'artiste, une vie rêvée ? En effet, la porosité entre la vie privée et professionnelle dans le contexte socioculturel actuel hyper-connecté complexifie la gestion de l'image de soi.

L'une des conclusions du colloque sur la santé des musiciens dans les musiques actuelles a mené à prendre acte de l'importance et de l'urgence d'attirer l'attention sur les questions de santé mentale au niveau de l'éducation, dans les écoles de musique professionnelles d'une part, mais aussi dans et via les institutions de l'industrie musicale. L'association européenne Impala, qui rassemble 4'000 structures musicales indépendantes, a inscrit le dossier dans son agenda. Pour Andreas Ryser, président d'IndieSuisse, on en est encore qu'au tout début, mais il est essentiel d'agir.

> Est-ce que les musiciens travaillent leur corps autant que la technique de leur instrument ?
>
> DANJA POLI

Robin Girod, ex-Mama Rosin, actuellement actif au sein de deux formations (Duck Duck Grey Duck, L'Orage) et à la tête du label genevois Cheptel Records, confirme qu'être musicien c'est « accepter le chaos mental que cela génère ». Malgré une carrière déjà bien remplie, malgré la multiplicité de ses projets musicaux, il doit compléter son revenu en travaillant à temps partiel dans un autre secteur… Le titre du dernier opus des Duck Duck Grey Duck, « Traffic Jam » est d'ailleurs une référence directe à ce problème : « Il y a la fatigue physique, mais aussi le stress de gérer la bagnole, le matos. On en est arrivé au stade où cela nous arrive de refuser d'aller à la RTS faire un set de 20 minutes à Paradiso en pleine heure de pointe ! Tant qu'on va de l'avant, qu'il y a des choses intéressantes qui s'annoncent, ça va. Mais dans les périodes de creux c'est très dur. »

La souffrance est aussi mentale que physique, et les deux s'enchevêtrent. La conscience du corps au sein des musiques actuelles n'arrive malheureusement souvent qu'avec l'apparition de la douleur, parfois chronique. Ce que confirme Danja Poli, physiothérapeute à Pully dont une partie de la clientèle vient de ce secteur. Formée par la grande pionnière de la physiothérapie pour les musiciens, la professeure bâloise Susanne Klein Vogelbach qui a mis au point la méthode Functional kinetics, elle s'interroge : « Est-ce que les musiciens travaillent leur corps autant que la technique de leur instrument ? Je n'en suis pas sûre. Des postures prolongées entraînent des fatigues, des tensions ou des raccourcissements musculaires. Les blessures liées à la pratique d'un instrument prennent souvent la forme de tendinites au niveau des membres supérieurs ou des douleurs de dos et nuque. Des symptômes qu'il est possible de minimiser en fortifiant la musculature profonde, destinée au maintien postural. Comme pour les sportifs, notre travail consiste à réduire le risque de blessures. »

La comparaison est lâchée. Elle reviendra souvent au fil des conversations avec les différents interlocuteurs de la branche : un musicien est comme un sportif de haut niveau. Son corps est aussi son instrument. Plutôt que chercher à guérir, il faudrait prévenir, informer et communiquer à ce sujet en amont. Viviane Bussmann, ergothérapeute à Bulle (Ergo-élan), musicienne, qui a suivi une formation continue

PLAYLIST
DOULEUR INSPIRANTE

Paint It, Black (1966)
THE ROLLING STONES

Asylum (1974)
SUPERTRAMP

Diary of a Madman (1981)
OZZY OSBOURNE

Everybody hurts (1992)
R.E.M.

Creep (1993)
RADIOHEAD

Basket case (1994)
GREEN DAY

Paranoid Android (1997)
RADIOHEAD

Psycho (2001)
SYSTEM OF A DOWN

Breathe me (2002)
SIA

Hysteria (2003)
MUSE

J'ai pas les mots (2008)
GRAND CORPS MALADE

The Monster ft. Rihanna (2013)
EMINEM

Quand c'est ? (2013)
STROMAE

Rehab (2006)
AMY WINEHOUSE

> Si vous jouez sur un instrument désaccordé, ça ne va pas aller. C'est la même chose pour le corps. Il faut l'accorder, le préparer
>
> DIANE DECKER

auprès de l'association européenne Médecine des arts en France, atteste : « dans notre société, la musique n'est généralement pas liée au corps. Il est très rare que les professeurs associent le corps à leur enseignement ».

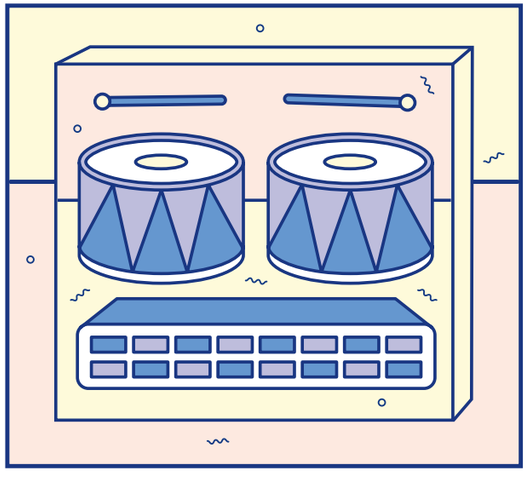
DU CÔTÉ DE L'HEMU

« Si vous jouez sur un instrument désaccordé, ça ne va pas aller. C'est la même chose pour le corps. Il faut l'accorder, le préparer » Diane Decker en sait quelque chose, elle qui est chorégraphe, danseuse et psychomotricienne. Invitée par l'HEMU pour une masterclass avec des étudiants de Bachelor l'an dernier, elle les a observé lors d'un concert au Bourg puis les a fait travailler dans son atelier qu'elle partage avec son compagnon, le chanteur Pascal Auberson. Également en contact régulier avec des artistes de jazz ou de rock, elle avoue être fascinée par « le peu de conscience et d'aisance corporelle » de ces derniers qui restent majoritairement absorbés par leur technique, par leur instrument, et rarement intéressés par une approche plus globale ou pluridisciplinaire de leur art.

Du côté du Flon, où se déroulent les cours de jazz et de musiques actuelles de l'HEMU, la prise de conscience prend de l'ampleur. Laurence Desarzens, directrice du site reconnaît : « On devrait travailler plus sur le corps, c'est clair. Dans le domaine du jazz et des musiques actuelles il n'y a pas ou peu d'historique. La priorité de nos jeunes musiciens est de jouer le plus souvent possible. Actuellement nous nous efforçons de sensibiliser les enseignants et de mettre en place des masterclasses telles que celle avec Diane Decker qui permettent de donner à nos étudiants les clefs d'une meilleure compréhension du rôle du corps dans la pratique musicale. »

Matthieu Obrist, responsable technique du site du Flon, applique avec bienveillance et grande conscience professionnelle l'ordonnance 3 de la Loi sur le travail consacrée à la protection de la santé. Il met à disposition des étudiants des boucliers acoustiques et les enjoint à utiliser des bouchons, particulièrement des bouchons moulés sur mesure. Mais il est conscient de prêcher dans le désert : « On est très en retard par rapport à ces questions. L'étudiant des départements jazz et musiques actuelles n'est souvent pas conscient que les dégâts en matière d'ouïe sont irréversibles. Il pense que plus il joue fort, plus c'est cool. »

Si les techniciens sont aujourd'hui très bien formés, il est aussi du ressort des directeurs de salles de concerts et de festivals de s'inquiéter du bien-être des artistes qu'ils accueillent. En répétition ou en tournée, un artiste fait face à divers enjeux physiques et psychiques tels que la préparation, le voyage et la fatigue occasionnée, le trac ou le manque de stabilité pouvant faire l'objet de montagnes russes émotionnelles. Comment favoriser le bien-être des artistes ? Certains festivals ont déjà fait plus que se poser la question, à l'image des Eurockéennes qui offre depuis plus de dix ans les services du kinésithérapeute Eric Dufour, qui prêche la nécessité de « redonner au corps l'importance qui lui revient dans le processus artistique ». Dans un article publié dans Télérama en 2016, le thérapeute constate tout de même une prise de conscience en hausse chez les jeunes groupes quant à l'effort physique que demande une prestation live et que ceux-ci souhaitent s'y préparer pour résister au mieux dans la durée.



À l'HEMU, le règlement des études impose une formation intensive à laquelle l'étudiant doit se consacrer entièrement. La présence aux cours est obligatoire contrairement à l'université et lui laisse ainsi peu de temps pour travailler à côté. Malgré tout l'institution n'est pas insensible aux besoins financiers de l'étudiant qui doit se loger, manger, se déplacer. Responsable de la production et des partenariats, Rodolphe Moser confirme que cette réalité est prise en compte « nous leur offrons régulièrement des jobs à l'interne : d'accueil ou d'aide technique lors de concert. Nous sommes toutefois conscients que nos étudiants sont confrontés à un rythme éprouvant et que ces heures de travail viennent parfois s'ajouter aux journées de cours, rallongées de séminaires ou de workshop. C'est donc une réflexion permanente que nous devons poursuivre à l'interne pour trouver des solutions permettant à l'étudiant de concilier sa vie estudiantine et vie personnelle, tout en préservant un rythme de vie sain. »
Pour ce qui concerne l'accueil d'intervenants extérieurs, l'HEMU pratique, comme la plupart des festivals, un service ultra personnalisé répondant aux besoins professionnels et au confort des artistes : hôtels, repas, activités, seuls, accompagnés, tout est organisé selon leurs souhaits. Des manières de faire qui répondent déjà en partie au bien-être des musiciens.

LA FOLIE

FOND DE COMMERCE DU ROCK'N'ROLL

Le rock'n'roll rend-il fou ? Ou au contraire doit-on être fou pour en jouer, si ce n'est l'apprécier ? Ne s'agit-il pas d'une simple affaire d'âge ? Le sujet de la folie dans le rock est on ne peut plus ambigu et dépasse le simple cadre de ses musiciens. L'origine même du nom de cette musique détient un caractère sexuel qui n'est pas pour plaire à tous.

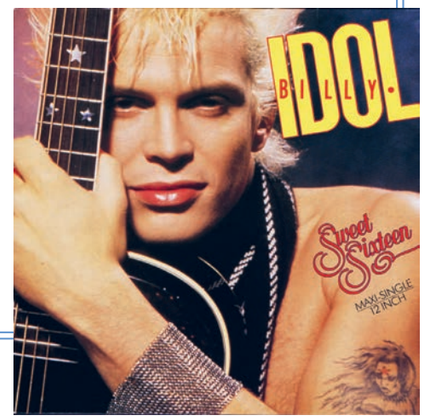
Le journal *l'Express* relatait l'impulsion provoquée aux USA, dans les 50's, par cette musique aux effets physiques inquiétants. Résultat, boycott de l'église catholique de Boston, interdictions de concerts à Washington, arrestations multiples à Atlanta. Heureusement, un psychologue mit un terme – provisoire – à ces craintes : « Le Rock'n'roll n'est pas plus dangereux pour la jeunesse que le Charleston. Mais les parents américains – et les critiques musicaux – continuent cependant d'y voir surtout une musique de voyous. » Parfait contre-pied culturel au discours dominant d'alors « recroquevillé et frileux, qui voulait mettre tout le monde à l'abri antiatomique » (Michel Chemin dans *Libération*), cette musique tenait en effet le bon filon. Et la recette marche encore et toujours aujourd'hui, et on prend par contre un malin plaisir à se remémorer les quelques déjantés venus amalgamer rock et folie.

Dans son autobiographie, Billy Idol déclarait, à propos d'un séjour en Thaïlande : « Je devenais fou, reprenais mes esprits, redevenais fou. Pendant un instant, on pouvait me parler sérieusement, l'instant d'après, j'étais parti ». Esclave de ses dépendances et de son mode de vie, victime d'un grave accident de moto qui l'immobilise pendant plus de six mois, le chanteur à succès des 80's n'arrive plus à concilier carrière et réalité.

Quant au plus grand crooner, Elvis Presley, et son déhanché venu balayer tout ce qu'on connaissait de la musique, amassant lors de ses concerts des milliers de jeunes femmes tombant à la renverse, il succombera lui-même à ses intensités, rattrapé par les dédales d'excès et une tournée abattante, tout comme son semblable blond, idôle des jeunes.

Si l'on imagine aisément pourquoi certains blousons de cuir ont pu faire un saut par l'hôpital psychiatrique (Ozzy Ozbourne mangeant une chauve-souris sur scène est un exemple rassurant), la drogue semble participer activement à l'aliénation des rockeurs, qui vient rajouter une couche à la dépression de certains venus exprimer leur mal sur les planches et partis bien trop tôt – Kurt Cobain, Brian Jones ou Syd Barrett, illustres monstres de créativité, rongés par la poudre et la démence.

60 ans plus tard, l'état psychique altéré des stars comme critère de créativité se vend bien, les stars d'hier et d'aujourd'hui se sont, à choix, formatées ou assagies, la gomina a disparu, mais l'arsenal marketing tient toujours, et les papys du rock font encore l'actualité !



SANTÉ DU MUSICIEN : UNE PRISE DE CONSCIENCE CRESCENDO

PAR ANTONIN SCHERRER

Il y a tout d'abord ce projet « Trac » en 2006-2007, porté par la bassoniste et coach Dagmar Eise, qui étudie l'effet d'exercices respiratoires comme méthode de gestion du stress face à un public. « Si ses résultats n'ont pas été ‹ renversants ›, il a eu le grand intérêt d'ouvrir une première discussion sur ce thème avec quelques professeurs et de lancer ainsi une dynamique qui se poursuit aujourd'hui », témoigne Angelika Güsewell, responsable Ra&D à l'HEMU.

De quoi parle-t-on ? «Dans un monde musical de plus en plus sélectif, où une performance de pointe est nécessaire pour décrocher le moindre poste, il est primordial d'intégrer à la formation une discussion ouverte sur le phénomène du trac, de transmettre aux étudiants des méthodes qui leur permettent de mieux le gérer», résume la responsable de la recherche dans le n°28 de la *Revue en éducation musicale*.

« Un corpus d'étudiants de l'HEMU et du Conservatoire de Lausanne a rempli une série de questionnaires et de tests standardisés avant et après une première audition. À cette même occasion, leur performance a été évaluée par les professeurs du groupe de recherche et leur pouls a été mesuré pour avoir un indicateur physiologique du niveau de stress qu'ils ressentaient. Suite à cela et pendant une période de six semaines, tous les étudiants ont travaillé trois exercices respiratoires avec leurs professeurs, ainsi que seuls à la maison. Lors d'une deuxième audition, les mesures effectuées trois mois auparavant ont été répétées, ce qui a permis les comparaisons et les conclusions sur l'efficacité de l'intervention. »

Le mouvement est lancé : si durant la période allant de 1968 à 1997 on

recense 209 publications dans la base de données du Répertoire International de Littérature Musicale (RILM) en entrant les mots-clés *#stage*, *#fright* ou *#performanceanxiety*, leur nombre grimpe à 677 pour la période 1998-2017. À l'HEMU, cette ouverture au phénomène se traduit par la conduite de deux recherches récentes dans le sillage du projet-pilote susmentionné consacré au trac :

BODY & INSTRUMENT (2014-2017)
qui s'intéresse à l'influence de la conscience du corps sur le son instrumental, porté par la HEM de Genève (site de Neuchâtel) en partenariat avec l'HEMU (Gyula Stuller), l'Université de Bâle et le luthier neuchâtelois Philippe Girardin ;

ANTECORR (2014-2015)
une étude sur les antécédents et corrélats d'une adaptation réussie au domaine musical lors d'une situation de simulation de concours d'orchestre, portée par l'HEMU (Jean-Louis Capezzali et Angelika Güsewell) et l'Institut des sciences du sport de l'UNIL (Roberta Antonini Philippe, Joana Osório et Denis Hauw).

Au bénéfice d'une formation en Médecine des arts et d'une large expérience de coaching auprès des musiciens de l'Orchestre de la Suisse Romande, Roberta Antonini Philippe a pu émettre plusieurs hypothèses quant aux raisons de l'insatisfaction de certains étudiants par rapport à leur prestation le jour de la simulation. En priorité, un manque de stratégies de préparation, qui tranche avec celui des sportifs que la chercheuse a l'habitude de suivre et dont les musiciens auraient tout à gagner de s'inspirer. Certains étudiants n'ont manifestement aucune idée du temps nécessaire pour assimiler les traits d'orchestre qu'ils doivent travailler, d'une bonne organisation du travail et des principes de base d'hygiène de vie – qui recommandent notamment de ne pas s'épuiser les jours précédant un concours –, ainsi que de stratégies pour gérer l'attente avant l'épreuve… Autant de sources de stress potentiel qu'il est parfaitement possible d'éviter, à condition d'être sensibilisé, voire suivi. »

Constat réjouissant : les étudiants semblent eux-mêmes prendre conscience de l'importance d'aborder frontalement – ouvertement – la problématique du stress et du trac, et cela se traduit par un nombre croissant de travaux de Bachelor et de Master consacrés au sujet. Souvent liées à la pratique personnelle, ces études se concentrent pour l'heure sur le champ du jazz, ce qui n'est pas sans surprendre Angelika Güsewell : « Je pensais spontanément que les musiciens de jazz souffraient moins du trac en raison du caractère plus libre de leur art, or il s'est avéré en discutant avec eux que la peur de se tromper, de ne pas être à la hauteur de ses propres attentes ou de celles des autres, était tout aussi grande que dans le classique, en raison notamment de références historiques presque aussi strictes. »

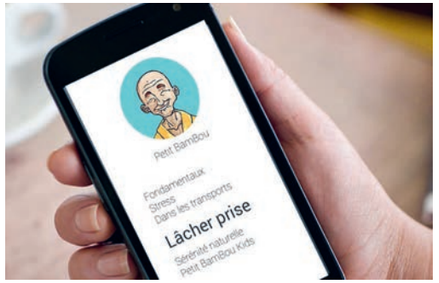
Comme il a été exposé dans le travail de Bachelor de Gaynor Gowman, étudiante de Jean-Louis Capezzali, qui proposait une « approche scientifique pour une meilleure compréhension de la physiologie et des pathologies principales du hautboïste », « une meilleure connaissance physiologique du corps permet d'accéder à une pratique d'excellence. En effet, le niveau d'excellence exigé dans la profession musicale ne résulte pas uniquement d'une bonne maîtrise du langage musical, une grande sensibilité et expressivité musicale, parfaite technique digitale mais également d'une parfaite maîtrise et connaissance de son corps. »

En conclusion, si elle se réjouit de l'intérêt croissant porté par les musiciens à leur santé – qui se retrouve d'ailleurs dans les médias, à l'image du reportage réalisé début avril 2018 par Viviane Gabriel pour le 19:30 de la RTS avec le concours de Gyula Stuller et d'une étudiante de l'HEMU (voir encadré) –, Angelika Güsewell estime qu'il y a encore du chemin à faire pour systématiser cette prise de conscience. Les mesures à prendre par la haute école ne sont pas forcément celles auxquelles on pense. « Dans ce registre très subjectif, il n'est pas productif de proposer à toutes et à tous les mêmes solutions. Chacun doit trouver sa propre manière de gérer son trac… sans parler de ceux qui n'en souffrent absolument pas ! Il est important d'avoir bien présent à l'esprit que l'on ne va pas supprimer le trac, que celui-ci a même des composantes bénéfiques, et que les cas de celles et ceux qui sont réellement entravés dans leur pratique musicale sont plutôt rares. Il convient dès lors pour l'HEMU de mettre en place des modules à la carte, visant autant (voire davantage !) à rendre les étudiants efficaces *en amont* – dans leur préparation – que capables de contenir les assauts du stress lors de la situation de performance. » Affaire à suivre.

POURSUIVRE
EN IMAGES

APPRENDRE À GÉRER SON STRESS POUR RÉALISER SON RÊVE
Reportage de la RTS, diffusé le 1er avril au 19:30

La question de la maîtrise du stress et le chemin pour y parvenir passionnent. Ce sujet a fait l'objet d'un court mais intense reportage avec le concours du violoniste Gyula Stuller et de la hautboïste Camille Giraudo, respectivement professeur et étudiante à l'HEMU. On y apprend, pour l'anecdote, qu'au début de sa carrière, à l'heure de ses premiers concours, Gyula Stuller a poursuivi un entrainement strict concocté par son père, psychologue du sport !



UNE APPLICATION

PETIT BAMBOU

La méditation dite « de pleine conscience » connaît un grand succès. Elle permettrait de vivre davantage dans l'instant présent, de mieux se concentrer sur soi-même et le monde qui nous entoure, de réduire son stress, de mieux gérer ses émotions, de stimuler sa créativité. Cette appli épurée et intuitive – numéro 1 en France – permet de s'initier à la méditation étape par étape. Si être zen et connecté semble discordant, la démarche est ici d'utiliser cette méthode pour mieux gérer ses émotions telle que la consommation effrénée de son smartphone. 10 à 20 minutes suffisent pour constater des résultats après un mois de pratique déjà ! Son concepteur, Benjamin Blasco, explique que la méditation est « une gym du cerveau. Il faut imaginer que votre attention est un muscle, que vous pouvez faire travailler. » Mis à rude épreuve plusieurs heures d'affilées durant la journée, les neurones des musiciens mériteraient bien ce moment de calme et de revitalisation quotidien.

UN FILM BIOGRAPHIQUE

Robert Budreau

BORN TO BE BLUE

2017

« Le James Dean du jazz, le prince du cool » le biopic sur Chet Baker, interprété par un touchant Ethan Hawke, fait vibrer. Illustre trompettiste de jazz, chanteur délicat, dépendant à la drogue, il se fait fracturer la mâchoire et se voit dans l'impossibilité de jouer. Dépressif et délaissé, saura-t-il se relever ? Une histoire poignante qui nous plonge dans les méandres de la gloire, l'Amérique des années 50, la volonté d'un homme tiraillé entre sa passion et son addiction. Le réalisateur mêle fiction et réel, et rend un film à la mélancolie enveloppante, grâce notamment à un acteur habité par son personnage et à la bande son d'une légende.

UNE CONFÉRENCE TED

Robert Gupta

LA MUSIQUE EST MÉDECINE, LA MUSIQUE EST SANTÉ MENTALE

Robert Gupta n'est pas seulement un violoniste d'exception. Cet affable indo-américain ultra-doué, entré à 19 ans à l'Orchestre philharmonique de Los Angeles, s'intéresse également aux liens entre musique et médecine. Il occupe des postes de chercheur sur la régénération neuronale de la moelle épinière ou la pathologie biochimique de la maladie de Parkinson, tout en initiant des projets tel que « Street Symphony » destinés aux sans-abris. Voilà ce qu'on appelle un excellent client pour les séries de conférences TED – il en est d'ailleurs un membre émérite. Revenant sur ses propres expériences pédagogiques réalisées avec un musicien schizophrène, Gupta s'appuie sur les travaux de Gottfried Schlaug, l'un des pionniers de la thérapie par intonation mélodique, sur les ouvrages d'Oliver Sack, mais sur aussi les chroniques du journaliste Steve Lopez qui ont inspiré l'ouvrage puis le film *Le Soliste*. Concert à l'appui.

UN EXERCICE

YOGA POUR MUSICIENS

« Je ne connais pas beaucoup de personnes qui ne pourraient pas bénéficier de travailler sur les zones que nous visons ici. » Nuque, épaules, bras, poignets, ce cours de yoga de 25 minutes conçu pour les musiciens peut faire des miracles pour tous, et est accessible à chacun. On comprend d'ailleurs rapidement les bienfaits qu'une telle pratique peut avoir sur une dystonie de fonction ou sur le stress. Par ailleurs, la musique étant connue pour connecter les côtés droit et gauche du cerveau, la logique est la même avec le yoga, qui recherche toujours l'alignement, en plus de synchroniser son corps et son esprit. Comme toute bonne session de yoga, le cours se termine par un temps de méditation : « le pouvoir du calme et de la relaxation peut avoir un impact fabuleux sur votre mental, votre bien-être et votre santé physique ». On enfile donc vite une tenue confortable et on pratique son *uttanasana*. Namasté !

UNE MALÉDICTION

27 CHIFFRES MAUDITS

Le blues et le rock ont vu nombre de leurs grandes figures disparaître à un âge commun : Jimi Hendrix, Kurt Cobain, Amy Winehouse, Jim Morisson, Brian Jones, Robert Johnson, Janis Joplin, et d'autres malchanceux ont rejoint le fameux « Club des 27 ». Une mort soudaine qui semble s'abattre sur ces légendes à l'apogée de leur art… Dans le classique, c'est le chiffre 9 qui semble porter préjudice. « La malédiction de la 9e Symphonie » est initiée par Beethoven, puisqu'il mourut après l'avoir composée. La crainte règne alors chez ses compères, qui n'osent pas écrire de 9e symphonie. Certains tentent de déjouer le sort, notamment Gustav Mahler qui nomme sa 9e Symphonie autrement, mais on ne blague pas avec ce chiffre : il en fera les frais, ainsi qu'Antonín Dvořák, Franz Schubert et Anton Bruckner. Heureusement, Dmitri Chostakovitch a brisé cette malédiction, mais restez tout de même prudent, mieux vaut éviter toute ennéade ou cube parfait.

SÉLECTION PAYOT

UN ESSAI

Ian Bostridge

LE VOYAGE D'HIVER DE SCHUBERT Anatomie d'une Obsession

Actes Sud, 2018

Ceux qui ont pu entendre le *Winterreise* de Schubert par Christophe Prégardien ont encore à l'esprit la maîtrise de son art : toute la sombre atmosphère de ce cycle si marquant y était rendue de la plus juste des manières. Ian Bostridge, un autre ténor remarquable, obsédé par cette œuvre, va plus loin encore, et nous plonge dans les méandres et arcanes de ce cheminement hivernal. Loin d'être rébarbatifs, le ton, la connaissance intime du sujet et la richesse des informations nous ouvrent à ce jalon fondamental du Romantisme européen. Les implications historiques, littéraires, humaines, psychanalytiques même mettent ainsi en évidence la beauté nocturne, glacée et tragique de l'une des œuvres clés de Schubert. Ce long cheminement d'une âme blessée qui pourrait être le nôtre …

UN JOURNAL INTIME

Mathias Malzieu

JOURNAL D'UN VAMPIRE EN PYJAMA

Le Livre de Poche, 2017

Le chanteur du groupe de rock « Dionysos » est un clown-troubadour à l'inventivité délicieuse, le dernier du monde qu'on voudrait voir condamné par la médecine. C'est pourtant lui que l'aplasie médullaire a failli emporter… D'une pétillante originalité, le récit de la maladie, avec greffe de moelle osseuse, défie la mort à coup de formules poétiques (« *Jouer de la guitare du bout des doigts, pour ne pas se faire mordre par les cordes* ») ou cocasses : « *Est-ce qu'on peut s'électrocuter avec des coquillettes ?* ». Mais l'angoisse et l'espoir se disputent âprement le musicien, dont la guérison reste fragile, contrairement à son hymne à la joie de vivre. D'ailleurs, pour forcer le destin, le vampire en pyjama a réalisé le rêve caressé à l'hôpital : traverser l'Islande en skateboard à moteur !

En collaboration avec PAYOT LIBRAIRE

Le leadership en orchestre. Un choix fort, une démarche inédite. Les murs de l'HEMU se rappelleront longtemps du concert qui a clôturé la semaine d'atelier : des étudiants passionnés, menés d'une main de maître par le maestro Jukka-Pekka Saraste et son équipe de mentors, professeurs de l'institution ainsi que Franz Bartolomey, ancien violoncelle solo de l'Orchestre philharmonique de Vienne.

PAR LUC BIRRAUX

S'OUVRIR AU LEADERSHIP

Enseigner le leadership. Enseigner la perception. Les accords tacites. Les informations immédiates induites par une direction de la matière sonore. Plus qu'un enseignement il s'agit d'un éveil. Guider l'individu pour qu'il trouve en lui le chemin vers l'écoute et la clarté. L'intuition de l'impulsion. *Via regia* du sublime. Echange avec Jukka-Pekka Saraste.

NAISSANCE D'UNE RÉFLEXION AUTOUR DU LEADERSHIP

Au fil du temps, j'ai multiplié mes relations avec des orchestres de jeunes musiciens. Je cherchais avant tout à les faire s'épanouir dans l'orchestre. Malgré tout, je m'apercevais bien souvent que la communication à l'intérieur même de l'orchestre ne fonctionnait pas très bien. Alors, je me suis dit que je pouvais organiser quelque chose afin d'éclaircir les rapports entre les musiciens.

Quelqu'un devait apprendre aux jeunes musiciens les différents rôles qu'ils seraient amenés à assumer au sein d'un ensemble. Il fallait mettre sur pied un programme de formation pour les jeunes leaders. Il s'agissait bien sûr d'une réflexion sur le leadership mais aussi sur le travail d'équipe. Comment faire en sorte que l'énergie circule sans entrave entre les différents membres de l'orchestre ? À partir de là, je me suis mis à travailler avec des mentors qui, à l'intérieur même de l'orchestre, montrent aux étudiants comment donner l'impulsion de la meilleure façon possible.

ENSEIGNER À DEVENIR LEADER

La première chose est d'apprendre aux musiciens à se détacher de la partition et à ouvrir leurs sens à ce qui est en train de se passer autour d'eux à chaque instant. Trouver instinctivement les points de rencontre induits par l'œuvre. Concevoir une manière fine de dialoguer, de rendre claires les intentions. Cette ouverture et cette communication s'éduquent. À cet endroit peut naître le leadership. Bien sûr, c'est un processus de longue haleine. Toutefois, ce qu'on essaie de démontrer c'est que plus on est ouvert à la pièce et aux possibilités qu'elle offre, plus on devient leader.

RÉACTIONS DES ÉTUDIANTS

Cette semaine de travail était passionnante. Plein de choses ont commencé à germer. L'ouverture, citée précédemment, fut très vite perceptible au sein de l'ensemble. Les étudiants occupaient les différents postes à tour de rôle et chaque jour différentes personnalités émergeaient, cela se voyait et s'entendait. Naturellement, ce n'est qu'un premier pas, mais ils ont maintenant les outils en main pour affiner leur leadership.

SOUS LA BAGUETTE

LA FOUGUE

JUKKA-PEKKA SARASTE DIRIGEAIT L'ORCHESTRE DE L'HEMU LORS DU CONCERT DE CLÔTURE DU WORKSHOP.

Les premiers accords de la *4e Symphonie* de Beethoven annonçaient un orchestre habité : une ferveur indéfectible, une certaine noblesse parmi les individus, étudiants et mentors réunis au service de la musique. Le troisième mouvement de la *Symphonie en Ut* de Stravinsky poursuivait cette lancée mettant à l'honneur un pupitre de vents tout à fait excellent. La *3e Symphonie* de Sibelius fut indéniablement magistrale. La salle Utopia 1 vibrait. La densité de l'air était de celles qui accompagnent une révolution en marche. Il y avait là une envie furieuse de jouer, de donner à entendre, de projeter au-dehors une joie irrépressible : le son.

En vidéo sur
la plateforme DakApp

CE QU'EN DIT

BÉATRICE ZAWODNIK

“Dans le cadre de leur cursus, les étudiants ont l'occasion de se préparer à la compétitivité des concours d'orchestre, mais une fois qu'ils intègrent un orchestre, ils ne sont pas forcément préparés à occuper un poste de violon solo ou de chef d'attaque. Il est évident qu'ils jouent magnifiquement bien mais à ce moment-là d'autres compétences entrent également en ligne compte, entre autres, la question des aptitudes de leadership qui n'est pas explicitement enseignée. Il y a là un espace à explorer et à développer ! Cette rencontre avec Jukka-Pekka a été une première occasion géniale de s'attaquer à cette question et l'expérience innovante vécue tant par les étudiants que par les professeurs et le chef d'orchestre a été une magnifique réussite.”

MASTERS SUR LES ONDES : UNE PORTE QUI EN OUVRE D'AUTRES

Du 5 au 9 février 2018, neuf étudiants ont fait vibrer les auditeurs d'Espace 2 lors d'une semaine radiophonique à l'HEMU pour la 10e édition de l'émission « Des Masters sur les ondes »

PAR JENNIFER JOTTERAND

« Les Masters sur les ondes se suivent, mais ne se ressemblent pas ! » Anne Gillot et Anya Leveillé, les deux animatrices de la chaîne musicale, se disent éblouies par l'originalité des projets proposés par les étudiants, qui permettent encore de s'ouvrir à de nouveaux horizons sonores. Pas décontenancés pour un sou face à leurs interlocutrices, c'est brillamment que les étudiants ont jonglé entre le micro de la radio et celui de la scène. Et c'est un kaléidoscope de prestations qu'ils ont offert, comme celle de Sara Antikainen et Laura Linkola qui ont emmené les auditeurs à la découverte de compositeurs finlandais, à la flûte traversière et au kantele (instrument national), ou encore celle de la soprano Jennifer Pellagaud qui a exploré les figures chères à l'œuvre de Poulenc, tout en profitant de son passage à l'antenne pour faire la promotion de l'ensemble qu'elle a monté avec des collègues chanteuses. Une occasion en or pour les musiciens de présenter des projets personnels dans le cadre bienveillant que leur offrent ensemble l'HEMU et la RTS. Cette édition a également été l'occasion de porter la musique des étudiants au-delà de l'auditoire public et de la diffusion d'Espace 2, en partageant les prestations en live sur Facebook ; un grand succès, puisque vous avez parfois été plus de 900 internautes à les visionner.

La portée de ces ondes ne s'arrête pas là, car plusieurs étudiants s'étant produits dans le cadre de cette émission ont tapé dans l'œil d'autres programmes de la RTS. Après l'édition 2017: la percussionniste Annick Richard et la chanteuse Anaïs Yvoz se sont vues invitées dans la Tribune des Jeunes Musiciens et l'émission Magnétique a reçu deux fois la pianiste Gaia Caporiccio. Quant au baryton Joël Terrin, ancien étudiant de l'HEMU, son passage sur Espace 2 fut aussi formateur que révélateur : il apprend à s'affirmer, à s'organiser, gagne en confiance et apprécie une collaboration d'égal à égal : « Le succès de l'émission et les critiques positives reçues par la suite m'ont conforté dans mes choix artistiques. En quelque sorte, un encouragement vécu comme une validation. » Une expérience professionnalisante, qui lui vaudra l'attribution du Prix « Encouragement à la création » de l'HEMU et un tremplin pour son projet « Cabaret ! » qui fit l'objet d'un concert dans le cadre de la saison « Le Flon Autrement » qui s'exportera très prochainement dans nos contrées ainsi qu'à Londres. Joël Terrin évoque d'ailleurs cet autre aspect bénéfique de sa participation aux Masters sur les ondes : « Le bouche-à-oreille qui en a découlé ! La construction d'un 'réseau' est aujourd'hui indispensable. » Un exercice enrichissant dont aucun étudiant ne devrait se priver.

En vidéo sur la page Facebook de l'HEMU

POURQUOI PARTICIPER AUX MASTERS SUR LES ONDES ?

5 PROMESSES

- Liberté dans le choix du programme
- Coaching dans la conception et la promotion de son projet
- Encadrement dans la réalisation du projet
- Bienveillance et intérêt des journalistes
- Réseaux de communication de l'HEMU et d'Espace 2

5 BIENFAITS

- Augmentation de la confiance en soi
- Réduction de l'anxiété face à l'interview radio
- Contribution à se faire connaître
- Expérience riche en émotions
- Développement de son CV

UNE LEÇON DE JAZZ...

PAS COMME LES AUTRES

Le 10 février 2018, dix étudiants de l'HEMU ont eu le privilège de travailler pendant deux heures avec un professeur hors norme, Wynton Marsalis. Impressions.

PAR ELISABETH STOUDMANN

L'événement était attendu : le seul trompettiste au monde à collectionner neuf Grammy Awards, le seul à avoir remporté cette distinction à la fois dans la catégorie jazz et musique classique, faisait escale samedi 10 février au BCV Concert Hall de l'HEMU pour une masterclass publique. Sur le côté de la scène, le directeur du *Jazz at Lincoln Center* écoute avec attention pendant que deux quintets d'étudiants de l'HEMU (batterie, basse, guitare, piano et trompette pour le premier et batterie, basse, guitare, piano et sax pour le second) jouent plusieurs standards : « The Days of Wine and Roses », « Cherokee », « Just Friends », « Billie Bounce ».

Après chaque interprétation, Mr Marsalis s'avance et ouvre la discussion. Basant ses interventions sur le questionnement aux élèves, il les fait réfléchir sur l'attitude, l'état d'esprit, les intentions. La technique n'est ici pas de mise. Une approche délicate et exigeante pour les étudiants, mais ô combien bénéfique sur le long terme. Peu importe qui popularise un standard – par exemple Miles Davis avec « The Day of Wine and Roses » – ce qui compte c'est de savoir que cette interprétation est « un mix entre une parade de la Nouvelle Orléans et une approche post bebop, que ce morceau vient du blues », explique ainsi Wynton Marsalis. Car le virtuose fait une différence de taille entre les musiques « roots » – le blues, le folk par exemple – et les musiques écrites par des compositeurs professionnels qui apparaissent par la suite. « Si vous n'écoutez que la musique de Charlie Parker et au-delà, vous ne comprendrez pas les fondamentaux. Vous devez chanter un blues avant de le jouer. Les premiers musiciens américains chantaient. Ils ont commencé à composer à partir des chansons qu'ils avaient dans leur tête. » Confronté à deux reprises par les étudiants à la question des origines, à la question de la pertinence de s'immerger dans une culture qui n'est pas la nôtre, Wynton Marsalis conclut : « toute personne a deux héritages : l'héritage ethnique et l'héritage humain. Bien sûr, vous ne jouerez jamais un blues comme Son House, parce que vous ne venez pas du Mississipi, mais cela n'a pas d'importance. Moi non plus je ne viens pas du Mississipi, mais de la Louisiane et je joue du blues. J'essaie de m'imprégner de la façon dont les gens du Mississipi jouent le blues et de m'en approcher. Vous êtes capables de jouer quelque chose si vous avez envie de le jouer. »

TOUTES LES COULEURS DES MOTS ET DES SONS

Mi-février 2018,
l'Atelier de Musique Contemporaine
réunissait au Théâtre 2.21 à Lausanne
17 étudiants de l'HEMU sous la
direction artistique de Pierre-Stéphane Meugé
autour d'un programme explorant
les mariages possibles
entre paroles et musique.

PAR ANTONIN SCHERRER

PRISE DE CONSCIENCE

DU CORPS

Se préparer à une telle performance requiert de sortir quelque peu de sa zone de confort, et surtout de prendre conscience de son corps et de l'espace physique qu'il occupe. La performance, offrant à son public un langage musical, textuel et gestuel, demandait donc aux étudiants une attention toute particulière et exigeante à leur attitude corporelle, en plus d'un travail approfondi sur l'élocution. Pierre-Stéphane Meugé, directeur artistique du projet, a coaché avec brio les instrumentistes face à cette nouvelle dimension dans l'interprétation de leur performance : « Ici, le moindre mouvement peut souligner, renforcer, mais aussi amoindrir voire infirmer les propos énoncés, même lorsque ceux-ci ne sont pas forcément intelligibles… » Un travail demandant une forte implication, que les étudiants ont réalisé avec une grande dextérité.

Vous croyez tout connaître des instruments et de leurs ressorts expressifs ?

En assistant à une performance comme « Paroles et musique », vous prenez conscience que vous êtes loin du compte ! Qu'il existe d'autres manières de construire la musique, de la vivre sur scène et de la faire vivre au public, que celles présentées dans les salles de concerts « traditionnelles » : une expérience déroutante pour le visiteur comme pour l'étudiant, que nul n'est prêt d'oublier.

À l'origine du voyage : le professeur de saxophone et infatigable défricheur de nouveaux territoires, Pierre-Stéphane Meugé. Cela fait plusieurs années qu'il conduit ces ateliers au sein de l'HEMU et qu'il a trouvé en l'espace et en l'équipe du Théâtre 2.21 des partenaires idéaux pour ses projets, qui bien souvent dépassent le strict cadre musical pour embrasser une dimension scénique.

La dimension du défi est présente d'entrée de jeu : chez ces quatre saxophonistes porteurs du *Discours V* introductif de Vinko Globokar, qui vont physiquement au contact du public tout en jouant, brisant cette distance de confort qui sépare généralement celui qui offre de celui qui reçoit, et donnant ainsi le ton d'une performance résolument interpellatrice. « Le propos est ici de donner de la voix aux musiciens, lesquels ont pour habitude de rester muets lorsqu'ils jouent de leur instrument », note Pierre-Stéphane Meugé. Le professeur se réjouit du travail accompli en une dizaine de jours, avec cette constante immuable propre à ses ateliers : celle de pousser les étudiants dans leurs ultimes retranchements en les faisant travailler des musiques dont ils ne soupçonnaient même pas l'existence. Voix parlée, voix chantée, voix rythmée, ponctuations, bruits oraux, langage inventé : un champ expressif sans limite qu'il s'agit pour eux d'apprivoiser, avec au bout du chemin la satisfaction manifeste – elle se lit sur les visages ! – d'avoir ajouté de précieuses cordes à leur arc.

Il y a les mots seuls que l'on dit et que l'on combine à plusieurs, sans autres instruments que sa bouche et son corps, chœurs parlés à mi-chemin entre discours et chant, à l'image de la *Story* de John Cage qui ouvre les feux dans la salle, de la *Geographical Fugue* d'Ernst Toch ou des fascinantes *Lances rompues pour la dame gothique*, poème lettriste du grand « prêtre » du genre, Isidore Isou, qui vient couronner – comme un symbole – cette riche soirée. Mais il y a surtout ces rencontres improbables entre des instruments et des voix qu'il s'agit d'apprivoiser pour les faire dialoguer.

Des conversations globalement très réussies, à l'image de *Failing, a very difficult piece for solo string bass* de Tom Johnson, que la contrebassiste Bérénice Lallemant traverse avec autant de talent que d'humour, *Das kleines Irgendwas* de Heinz Holliger, où la violoniste Jamila Garayusifli se rend maîtresse à la fois d'incongruités techniques et de phrases en dialecte suisse alémanique, ou encore les *Retrouvailles* de Georges Aperghis, performance dans laquelle les rythmes corporels rivalisent avec ceux d'un langage né de traités érudits de paléontologie et de botanique (!), que les percussionnistes Sacha Perusset et Youri Rosset traversent avec une aisance exceptionnelle.

Coup de cœur pour l'avant-dernière étape de ce voyage magnifique : *I funerali dell'anarchico Serantini* de Francesco Filidei, une pièce d'une intensité rare écrite sur la base d'un fait divers – le matraquage par la police d'un jeune manifestant à Pise, jeune homme dans lequel le compositeur s'est en quelque sorte reconnu –, introduite puis dirigée par Pierre-Stéphane Meugé, tissage irrésistible de souffles, de claquements de langue et de cris silencieux. Frissonnant.

En vidéo sur la chaîne Youtube
de l'HEMU

SANS LE JAZZ, QUE SERAIT VIAN ?

Après Montreux en juillet 2017, le projet «V comme Vian» reprenait vie le 10 mars 2018 au BCV Concert Hall, porté par les arrangements lumineux de Philip Henzi, le talent de conteur de François Monteverde et l'HEMU Jazz Orchestra, sous la houlette de Thomas Dobler et Francis Coletta.

PAR ANTONIN SCHERRER

On nous annonçait « une bonne paire de claques dans la gueule » : autant dire qu'on l'a reçue, et plutôt deux fois qu'une… le plaisir en sus ! La version augmentée du projet « V comme Vian », présenté une première fois l'été dernier à l'Hôtel des Trois Couronnes à Vevey dans le cadre de la série « Out of the Box » du Montreux Jazz Festival, a en effet tenu toutes ses promesses, grâce à une heureuse convergence de facteurs. Il y a d'abord l'idée même de mettre à l'honneur les mélodies inoxydables de Boris Vian, dont on oublie bien souvent qu'il n'était pas seulement un fantastique jongleur de mots, mais également un jazzman passionné, figure incontournable du Paris des clubs enfumés des années cinquante, soufflant avec un talent certain dans sa « trompinette » (comme il la qualifiait modestement) lors de soirées aujourd'hui entrées dans la légende à Saint-Germain-des-Prés.

Il y a ensuite l'aisance du narrateur François Monteverde – un nom prédestiné lorsque l'on se fait chanteur ! –, un étudiant dont Susanne Abbuehl peut être fière, qui grâce à une diction parfaite et une expressivité mélodique à fleur de peau, nous rappelle toute la saveur de ces textes, dont le fond comme la forme n'ont pas pris une ride. *La blouse du dentiste* (et ses atroces gémissements), *J'suis snob*, *La complainte du progrès* (et sa délicieuse langueur de bossa nova), ou encore *Le déserteur* (dans une lecture extrêmement juste par son implacable douceur) : des moments tantôt drôles, tantôt mélancoliques, quand ils ne sont pas doux-amers ou franchement absurdes, perles variées d'une heure et demie de musique durant laquelle on ne voit pas le temps passer.

Il y a enfin la musique au sens le plus large du terme : celle qui habille les mots filés par François Monteverde et donne à la prestation toute son épaisseur mais aussi sa modernité. Car à partir des œuvres « originales » du Français, un arrangeur de grand talent, Philip Henzi, escorté de deux étudiants d'Emil Spanyi, Florian Marques et Yves Marcotte, a donné naissance à de tout nouveaux tableaux, mis en vibration par une équipe d'instrumentistes jazz et classiques idéalement conduite par le vibraphoniste Thomas Dobler (responsable du département jazz et musiques actuelles de l'HEMU et spécialiste du jazz des années trente à cinquante) et le guitariste Francis Coletta (professeur et fin connaisseur de la chanson française – son père a travaillé avec des musiciens de Boris Vian !) Mention spéciale pour les nouveaux costumes offerts au *Petit commerce* et surtout à *La java des bombes atomiques*. Grâce à la combinaison ingénieuse des différents timbres instrumentaux, ce « classique » indémodable prend l'allure d'un véritable petit film, avec ses séquences « cuivrées » et ses moments plus « boisés » qui permettent d'alterner subtilement les couleurs et les ambiances.

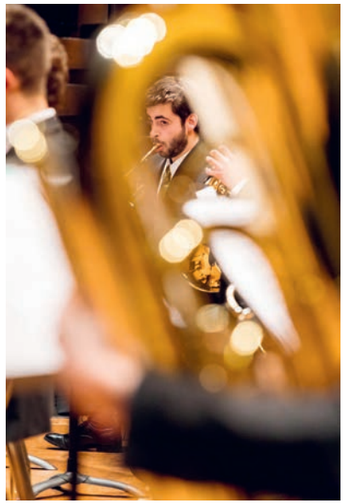
« Sans le jazz, la vie serait une erreur », écrivait Boris Vian dans la revue *Jazz Hot* à la fin des années quarante. On pourrait ajouter que sans Vian, le jazz perdrait assurément un peu de son éclat impertinent…

Concert du Montreux Jazz Festival en vidéo sur la chaîne Youtube de l'HEMU

CUIVRES EN FOLIE À FRIBOURG

Pour les cinq ans de son département de cuivres, le site de Fribourg a vécu son premier « HEMU Brass Festival », imaginé par son responsable Olivier Anthony Theurillat.

PAR ANTONIN SCHERRER



Un festival tel un feu d'artifice ! Pour le public, bien sûr, à l'image de celui réuni le dimanche 15 avril à l'Aula Magna de l'Université de Fribourg pour vivre l'apothéose finale : *une Fanfare for the Common Man* d'Aaron Copland plus spectaculaire que jamais, jaillie de la galerie dans le dos des auditeurs, et des *Tableaux d'une exposition* de Modeste Moussorgski version arrangée par E. Howarth pour cuivres et percussions magnifiés par la baguette d'Olivier Anthony Theurillat.

ATELIERS, MASTERCLASSES ET CONFÉRENCES

Témoin de l'ambition tant artistique que pédagogique de ces journées, le samedi 14 avril fut rythmé d'interventions de nombreuses personnalités au Conservatoire de Fribourg. Ouverture par un concert-médiation autour des cuivres anciens proposé par Jean-Marc Bulliard, professeur de didactique : l'occasion pour les étudiants d'en apprendre davantage sur l'histoire de leurs instruments et de s'essayer au saqueboute, cor naturel et autre trompette baroque.

Suivait un atelier consacré à « l'art du trio brass » proposé par le corniste Philip Myers. « Son discours était très intéressant, car il découlait d'une appréciation globale de ce qu'il avait pu entendre sur le festival, témoigne Laurence Jeanningros, adjointe à la direction du site de Fribourg. Il insistait notamment sur la nécessité pour chacun de prêter attention aux parties des *autres*, à ces protagonistes avec lesquels il est essentiel de fusionner, au risque sinon de péjorer l'ensemble de la prestation. Dans le cas de l'œuvre interprétée en trio brass, il invitait le corniste à se caler sur le jeu de la trompette qui entre avant lui pour adapter ses nuances. Il rendait également attentifs les participants à la nécessité de prendre en compte la question de l'endurance pour construire un programme de concert avec une telle formation : difficile en effet de tenir le cap sur une heure pleine .» L'intégration de ces conseils a pu se lire dès le concert final, avec une section de cors très compacte dans les grands ensembles et des interprètes qui, à l'issue de la prestation, ont refusé de se lever seuls pour saluer, soulignant symboliquement la prééminence du groupe sur l'individuel.

Étape suivante : la création d'une pièce improvisée sous la houlette de Guy Michel. Le professeur de tuba s'est inspiré d'une improvisation spatialisée conduite lors d'un projet sur la place Pestalozzi à Yverdon en 2017 : une idée qui a manifestement fait mouche puisque plusieurs étudiants ont manifesté leur intérêt d'intégrer son cours suite à cette performance.

En seconde partie de journée, la conférence « solistes de demain » du tromboniste Jacques Mauger sensibilisait les étudiants sur les tenants et

Il rendait également attentifs les participants à la nécessité de prendre en compte
LA QUESTION DE L'ENDURANCE
pour construire un programme de concert avec une telle formation. »

aboutissants d'un tel choix de carrière, en abordant les questions de préparation physique et mentale, de souplesse et d'endurance au quotidien, et de répertoire.

À 14h, le trompettiste Jean-François Michel retournait à la pratique en faisant réfléchir les étudiants sur la question – ô combien subjective ! – de la musicalité. Comment ? En leur lisant un même poème sur trois tons différents, puis en demandant aux étudiants d'en faire encore une autre lecture; en évoquant ensuite avec eux la question de l'articulation, avec une œuvre baroque comme exemple, et enfin en les faisant chanter !

CARTE BLANCHE À OLIVIER DARBELLAY

Après une intervention sur le thème « du cor et des cordes » le jour précédent, le corniste Olivier Darbellay était partie prenante du concert de clôture du festival le dimanche 15 avril, dont une partie du programme lui avait été confiée. Au menu : du Mozart avec le *Quintette en mi bémol* K. 407, mais aussi du contemporain avec « Anthemoz » pour cor et trio à cordes. Une œuvre écrite par son père, Jean-Luc, avec à la clé la découverte d'un cor des Alpes 2.0, télescopique et en carbone, développé par un constructeur de bateaux et musicien passionné d'Yverdon. Et pour finir, une page romantique signée Heinrich Hübler : un *Concerto pour quatre cors et piano* qui permettait à un de ses jeunes étudiants, Maxime Lambert, de partager la scène avec trois grands professionnels – Philip Myers, Stéphane Mooser et lui-même – en compagnie de l'excellente Geneviève Margot au clavier.

FORTES ET RICHES COLLABORATIONS

Lors de ce premier HEMU Brass Festival, les étudiants du département se sont également illustrés le jeudi 12 avril en l'église des Jésuites de Sion dans un programme « chœur de cuivres» et le 13 avril à La Spirale à Fribourg lors d'une soirée « Jazz Meets Classics », une collaboration à poursuivre ! Quant aux professeurs, ils se sont présentés au complet sur la scène de l'Aula Magna de l'Université, samedi 14 avril, dans une création pour quintette de cuivres et brass band de Jean-François Michel, aux côtés de l'une des meilleures formations de la région, le Brass Band de Fribourg, dirigé par Maurice Donnet-Monay – signe de l'attachement de l'école à maintenir un lien fort avec les institutions locales.

« MUSIQUE ENTRE LES LIGNES » DÉPLOIE SES AILES

PAR ELSA FONTANNAZ & LISE GREMION

En cette quatrième saison réussie qui réunira près de 18'000 spectateurs, le temps est venu pour la série de concerts-médiation de l'HEMU, de développer sa présence sur les autres territoires de l'institution, et son accessibilité à d'autres publics comme ceux de classes spécialisées.

En plus des 30 représentations destinées à un public scolaire et des 5 concerts pour les familles au BCV Concert Hall de Lausanne, la quatrième saison de « Musique entre les lignes » a présenté une dizaine de représentations dans différents établissements scolaires vaudois, ainsi que deux séries en tournée dans les cantons de Fribourg et du Valais.

C'est le site de Fribourg qui a inauguré cette dynamique, en novembre 2017 à Düdingen, avec un projet inédit autour des musiques de *Star Wars*. Cet événement prenait place dans le cadre de la première édition du Festival Culture & Ecole du canton de Fribourg. Ainsi près de 500 élèves germanophones ont pu découvrir les airs de la fameuse saga intergalactique et les ingrédients secrets qui la composent grâce au format du « concert expliqué ». Le fait d'appréhender le bilinguisme, tant dans la médiation que dans la création du dossier de préparation au concert, constitue une facette essentielle de l'identité l'HEMU dans son idéal de rayonnement territorial romande.

Directeur du site de Sion, Aurélien D'Andrès se réjouit également que l'expertise pédagogique de médiation que l'HEMU a su développer puisse rayonner hors du territoire vaudois. Durant le mois de novembre 2017, « Le premier concert de l'Ours Paddington » a ainsi été joué pour près de l'000 petits écoliers valaisans.

Parce que notre volonté est l'accès à tous les publics scolaires, une démarche autour de la culture inclusive a été modélisée cette année avec la participation de l'école spécialisée Les Matines de la Fondation Delafontaine. Dans le froid piquant d'une matinée de février 2018, parmi les classes de petits venus assister au concert-spectacle « La Véritable histoire de Pinocchio », neuf élèves, de 4 à 7 ans, attendent patiemment l'ouverture des portes du BCV Concert Hall. Les enfants savent qu'ils viennent voir l'histoire de Pinocchio racontée par Monsieur Georges, une marionnette impressionnante qu'ils ont vue en photo. Durant les semaines précédentes, leurs enseignantes et éducatrices les ont en effet préparés à ce spectacle, grâce notamment au matériel pédagogique élaboré par l'HEMU, et chaque étape de cette première sortie-concert a été pensé avec soin pour la sécurité, le confort et le plaisir des enfants.

Lorsque les portes s'ouvrent, les enfants, rassurés par les mains sécurisantes de leurs accompagnantes, descendent les escaliers sombres qui conduisent jusqu'à la salle de spectacle et s'assoient tranquillement au milieu des babilles joyeux de leurs contemporains. Les lumières s'estompent. Le chef d'orchestre arrive. La magie de la musique et du spectacle opère. Les yeux brillent, les mains applaudissent, les rires fusent. Les enfants réagissent à la force et à la douceur de la musique. Ils sont impressionnés et magnétisés par la marionnette qui leur parle. Un pas de danse esquissé par l'un des enfants signe la réussite enchantée de cette première sortie-concert et du pari tenu d'un projet de musique pour tous.

Au gré de ces multiples nouvelles expériences, il est motivant de constater que tous, quelle que soit la condition sociale ou physique des élèves, s'accordent sur le fait que le plaisir de goûter aux émotions de la musique n'attend pas le nombre des années…

LISTEN TO THE SOUND!

Sous la direction éclairée de Nik Bärtsch, l'HEMU Jazz Orchestra a fait un triomphe au Cully Jazz Festival.

PAR ELISABETH STOUDMANN

Mercredi 18 avril 2018, 16 heures, en backstage du Chapiteau de Cully, l'ébullition est palpable. Les étudiants de l'HEMU – onze au total – sont excités. Ils sortent de six jours de résidence avec Nik Bärtsch et sont conscients qu'un grand moment de musique est sur le point de se produire. Les quatre cordes sont issues du département classique, les autres instrumentistes du jazz. Quatre heures plus tard, ils sont sur la scène, tout de noir vêtus, concentrés. Un marimba, un vibraphone, un set de percussions, une batterie et une contrebasse : c'est clair, les rythmes vont prendre de la place ! Il faut dire que c'est justement le rythme qui est au cœur du processus de création du pianiste et compositeur alémanique, comme d'ailleurs l'explosion des barrières stylistiques entre classique et jazz. « Jusqu'à récemment, dans les conservatoires, on avait tendance à séparer composition, interprétation et improvisation. Mais même selon une perspective historique, cela ne se justifie pas. Bach ou Debussy étaient des compositeurs, des interprètes et des improvisateurs. D'un point de vue stylistique, je m'intéresse aussi à ces questions de « post-genre », confie-t-il avant de rejoindre les étudiants sur scène.
Dès les premières notes, c'est une pulsation qui est mise en place : les violonistes pincent les cordes de leur instrument, le trompettiste souffle en cadence. C'est à la fois métronomique et ardent : un ensemble, un être vivant se constitue sous nos yeux. Soudain, un instrument émerge pour exprimer une émotion, une intention. Les sons de la trompette amènent une coloration particulière. Caressé par un archet, le vibraphone émet de drôles de sons électro-acoustiques. Des échappées fugaces, avant que le grand ensemble ne reprenne le rythme, la pulsation essentielle.

Deux autres morceaux s'enchaînent dans la même veine. Il s'agit de modules empruntés au répertoire de Ronin, le groupe « électrique » de Nik Bärtsch, réarrangés pour l'occasion et en fonction de l'instrumentation de l'HEMU Jazz Orchestra. Dans chaque morceau, l'amplification se fait par couches sonores, progressivement, inexorablement… Derrière son piano, le dos droit, grand et élancé, Nik Bärtsch dirige avec précision et autorité la cérémonie. Un doigt, deux doigts levés lancent tel ou tel musicien.

Le public se plonge avec délice dans cette lente et langoureuse transe et se met à pulser au diapason. Le concert culmine sur une pièce créée pour l'occasion, « 9-3-7 ».Derrière la scène, les programmateurs de festivals internationaux – Le London Jazz Festival, Jazz sous les Pommiers à Coutances, Enjoy Jazz de Mannheim – sont ébahis. Ils félicitent les musiciens et tous les intervenants de la fantastique réussite de ce projet également diffusé sur les ondes de RTS-La 1ère. Ce soir-là, l'HEMU Jazz Orchestra a triomphé.

En vidéo sur la chaîne Youtube de l'HEMU

“Dans mes workshops, je travaille aussi la présence physique. Le corps et l'esprit sont liés, et la musique est ce qu'il y a de mieux pour amener à une conscience universelle. Je fais moi-même des arts martiaux et de la méditation. Dans les années à venir, je suis certain que les hautes écoles de musique proposeront plus de choses dans ce domaine, cela me semble primordial.

Nik Bärtsch

L'ESPERLUETTE, OU L'ESPOIR D'UNE CONJONCTION ARTISTIQUE INCLUSIVE

Création insolite & inclassable réunissant musiciens classique et jazz & comédiens, le spectacle de Maddeford & Perrin donné le 28 avril au BCV Concert Hall est né de ce signe typographique.

PAR MATTHIEU CHENAL

Mieux que la conjonction « et », le signe abréviatif & « associe plus qu'il n'additionne, et en ce sens articule par une simple calligraphie la relation entre deux ou plusieurs entités ». On l'appelle parfois le « et commercial », mais il est bien plus charmant de l'appeler esperluette, de son nom espiègle & persifleur. C'est ce petit « nœud » visuel & inaudible qui a inspiré Lee Maddeford & Daniel Perrin. Les deux compositeurs en ont fait le point de départ & l'essence de leur dernière création, confiée à une trentaine d'artistes, instrumentistes de l'HEMU & comédiens de La Manufacture. « L'esperluette est évidemment un prétexte pour mettre les gens ensemble, suggère Daniel Perrin. En l'occurrence, nous voulions réunir les musiciens du classique & du jazz & les gens du théâtre. Nous proposons une interaction entre ces entités par laquelle chacun de ces groupes est amené à utiliser le langage des autres. »

En vidéo sur la chaîne Youtube de l'HEMU

Pour lancer la machine, il fallait une matière première textuelle. Perrin & Maddeford ont alors lancé sur le sujet le metteur en scène & pédagogue François Renou, qui, après avoir terminé un Master de concert en chant à l'HEMU, a complété sa formation avec un Master de mise en scène à la Manufacture : il est allé puiser des extraits de théâtre chez Shakespeare dans *Roméo & Juliette*, Brecht dans *L'exception & la règle*, Norén dans *Automne & hiver*, mais aussi chez Stéphane Guignon, auteur du roman &. « J'ai réuni ces bouts de monologues, dialogues, textes de chanson & romans dans le but d'avoir des styles d'expression variés. Ce corpus, Daniel & Lee l'ont pris comme un livret d'opéra, sans dramaturgie rigoureuse » D'une certaine manière, les compositeurs ont accentué le côté décousu du corpus, en puisant dans toutes les sources, de la valse au country. Mais ils inventent, par le tissu orchestral, une nouvelle logique d'enchaînements, associant ce qui n'a pas lieu d'être par le truchement de leurs esperluettes harmoniques & rythmiques.

La salle de concert du Flon s'est transformée sur une semaine en laboratoire d'expérimentation ; les comédiens apprennent à diriger l'orchestre, les musiciens à passer de l'écrit à l'impro collective « sans savoir à l'avance le résultat escompté ». Deux jours avant la représentation – et au milieu de la visite turbulente & captivée d'une classe d'enfants de Pully, dans le cadre du programme « Les coulisses de l'orchestre » – l'émulsion prenait déjà, entre comédie musicale surréaliste, pièce radiophonico-chorégraphique, exercices de style & manifeste d'une grammaire artistique inclusive.

« FREUDE ! »

Les 30 avril et 1er mai 2018, les Vocalistes de l'HEMU étaient à la salle Métropole pour le 8e Grand Concert de la saison de l'Orchestre de Chambre de Lausanne. Au programme : la *Neuvième symphonie* de Beethoven sous la direction de Joshua Weilerstein. Un exercice réussi avec grandeur et redonné le 3 mai au Victoria Hall de Genève.

PAR ANTONIN SCHERRER

C'est le genre d'œuvre qui attire les foules. Le public s'est en effet déplacé en masse pour vivre le point culminant de la saison « révolutionnaire » du jeune directeur américain de l'OCL, Joshua Weilerstein : une salle Métropole frémissante, idéalement « chauffée » par l'interprétation en première partie du *Double concerto pour cordes, piano et timbales* du Tchèque Bohuslav Martinů – une œuvre rare et saisissante, composée au seuil de la Seconde Guerre mondiale. Pour les Vocalistes de l'HEMU, installés sur leurs gradins dès les premières notes de la *Neuvième*, la performance est double : conserver sa concentration pendant les trois premiers mouvements de l'œuvre – plus de 40 minutes sur les 60 que totalise la symphonie – et donner le meilleur au moment du jaillissement final, un Ode à la Joie répété inlassablement, aux contours expressifs vertigineux, où le risque est grand de tomber dans la grandiloquence voire – pour les voix aigues – dans les cris.

Si l'on excepte une prise de partition qui pourrait être davantage « chorégraphiée » – la dimension visuelle est essentielle, surtout lorsque l'on intervient alors que l'orchestre joue déjà –, le pari est magistralement gagné, et on le doit au mariage de deux énergies complémentaires : celle, en coulisses, du préparateur du chœur, Jean-Claude Fasel, et celle, sur scène, de Joshua Weilerstein. Le chef semble faire ce qu'il veut de l'ensemble, de la même manière qu'il jongle depuis les premières mesures de la symphonie avec les différents registres de l'orchestre, faisant ressortir avec une clarté inouïe des harmonies et des couleurs que l'on entend rarement avec des orchestres symphoniques : nuances, souplesse, finesse de l'articulation, les Vocalistes font honneur à ceux qui les ont formés, et à l'institution dans son ensemble. Cerise sur le gâteau : le quatuor de solistes composé du ténor Ben Johnson, de la basse Milan Siljanov, de la soprano Gemma Summerfield, et de la rayonnante alto Marina Viotti, ancienne étudiante de l'HEMU, dont l'impressionnant parcours ne fait que prendre de l'ampleur.

> « UN ODE À LA JOIE, aux contours expressifs vertigineux.

LAETITIA SCHMID
VIRAGE VERS LA MUSICOTHÉRAPIE

C'est au sein des fanfares de son village que la valaisanne a découvert le cornet, puis la trompette. Très vite, c'est devenu une grande joie de jouer.

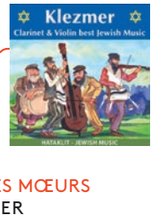
PAR JULIE HENOCH

« J'avais de la facilité, cela me faisait du bien, je ne me suis pas trop posé de question, j'ai continué, ravie d'en faire mon métier. » Après un diplôme d'enseignement au conservatoire de Fribourg. « Je suis ensuite partie six mois comme trompettiste solo à l'Orchestre de Pékin. Une expérience difficile culturellement et professionnellement – assumer un rôle de solo à 22 ans est une sacrée épreuve – mais surtout très enrichissante car elle m'a notamment servi à apprendre comment tenir une place de leader dans un orchestre et m'a permis de découvrir la culture musicale chinoise si particulière. » De retour en Suisse, elle enchaîne sur un Master en Interprétation musicale spécialisée à l'HEMU, obtenu en 2013, puis reprend l'enseignement et travaille à temps partiel dans la production musicale, notamment au sein de l'administration du Conservatoire de Lausanne. « J'avais besoin d'avoir une structure, car après les études, il faut se prendre en main. Histoire d'assurer mes arrières aussi… En Suisse, surtout en Valais, être musicienne n'est pas encore considéré comme un métier sérieux. »

Le virage vers la musicothérapie a lieu alors qu'elle donna des cours à un petit garçon autiste. « J'étais un peu démunie et j'ai cherché comment transmettre la musique autrement. C'était aussi un besoin personnel d'élargir mes connaissances afin de proposer une méthode variée à mes élèves. Cela m'a passionnée, si bien que j'ai entamé la formation de l'Ecole Romande de Musicothérapie. » Elle puise dorénavant dans son savoir de musicienne pour prodiguer une musicothérapie active et réceptive : « Le but est de toucher les personnes grâce à la musique et contribuer à leur guérison. Elle permet de prendre contact avec son intérieur, et de trouver accès à ses propres ressources, aide à ordonner, à harmoniser et à renforcer. » Grâce aux expériences ludiques avec des instruments ou sa propre voix, un processus créatif se met en place, qui agit de façon constructive et curative. En musicothérapie, on travaille souvent avec des autistes, des schizophrènes, dans des hôpitaux psychiatriques ou des homes pour personnes âgées, mais l'approche est ouverte à tous, que l'on soit musicien ou non, même si parfois le mot thérapie rebute : « c'est dommage, car la musicothérapie n'est pas uniquement là pour soigner les problèmes, mais pour prendre du temps pour soi et se faire du bien, tout simplement. »

Aujourd'hui, Laetitia Schmid vient de rendre son mémoire, elle enseigne l'initiation musicale, le solfège et le cuivre dans les cantons de Vaud et du Valais, se produit régulièrement pour différents projets d'orchestres, et ouvrira prochainement son cabinet privé.

UNE MUSIQUE



… QUI PEUT LUI RESTER DES HEURES EN TÊTE
VALSE N°2
Dmitri Chostakovitch
« Comme le mouvement rythmique de la valse, … ça tourne, ça tourne et ça ne me lâche plus. »

… QUE CHACUN DEVRAIT AVOIR ENTENDUE UNE FOIS
THE WINDS HAVE DROPPED
Levon Minassian
« J'ai découvert la flûte arménienne, le duduk, il y a quatre ans. Jamais une musique n'avait autant touché mon cœur. »

… QUI ADOUCIT LES MŒURS
THE KLEZMER
Meron Nign
« Festive, rythmée et pleine de joie, une bonne recette pour calmer les ardeurs. »

… QUI RESSOURCE
CARMINA BURANA
Carl Orff
« Un chœur majestueux accompagné d'un orchestre, une énergie musicale qui m'envahit. »

… POUR GUÉRIR LES PETITS MAUX DE LA VIE
SUNRISE FEELING
Indians
« Dans la vie, des moments plus difficiles sont parfois nécessaires pour un retour à soi. Pour les guérir, il faut savoir les écouter et leur donner du sens. La musique qu'on choisit sera de toute façon celle du cœur. »

PIERS FACCINI

PAR THIERRY RABOUD

Barde solitaire, Piers Faccini chante de sa voix éthérée **le dialogue des cultures**. Avide de transmission mais **jaloux de sa liberté**, il enseigne le *songwriting* à l'HEMU lorsque la scène lui en laisse le temps.

On ne sait trop d'où il vient. Né d'un père italien et d'une mère anglaise, Piers Faccini s'est retiré en famille dans les Cévennes après avoir étudié les Beaux-Arts à Paris et éprouvé sa folk raffinée sur les scènes de Londres puis d'Europe. Il est d'un peu partout et sa musique aussi, puisant à la source vive des folklores méditerranéens. Certains ont voulu voir en lui le digne successeur de Leonard Cohen, mais alors un Cohen dépaysé, faisant du métissage son langage.
Un imaginaire créatif qui recouvre désormais les rives de cette *Mare nostrum*, creuset où s'amalgament les esthétiques musicales. Le dernier album de ce rêveur enchanteur, *I Dreamed an Island* (2016), convoque ainsi des cordes de poètes berbères, un psaltérion, un théorbe puis un ribab en écrin de ses mélismes aériens et de sa guitare micro-tonale.
Insipide bouillon de cultures ? Au contraire, son universalisme utopique est un carrefour de singularités. Oui, l'art de Piers Faccini est polyglotte et singulier. Il le transmet désormais à l'HEMU et c'est à la sortie d'une répétition qu'on l'attrape, avant les deux concerts qu'il donnait avec ses étudiants début juin 2018.

Vous enseignez l'art du *songwriting* à l'HEMU. Est-ce à dire que cela s'apprend ?
Tout exercice stylistique peut s'apprendre, comme on peut apprendre à écrire un roman. Seul le plus important ne peut être enseigné : si créer c'est aller à la pêche, on peut tout apprendre sauf ce moment où le poisson vient mordre à l'hameçon.

Que pouvez-vous apporter aux étudiants de l'HEMU ?
Je leur propose des outils analytiques pour mieux comprendre leur propre démarche. Beaucoup de musiciens écrivent sans jamais se demander pourquoi leurs chansons tournent toujours autour des mêmes intervalles, des mêmes thèmes, des mêmes paroles. Je les amène à développer un regard critique sur leur travail, afin de dépasser les automatismes inconscients. Car lorsqu'on débute, c'est une grande frustration de ne pas comprendre pourquoi l'on crée un jour quelque chose de beau, le lendemain des choses convenues… J'aimerais leur transmettre des aspects pratiques du métier, comme un agriculteur qui dirait à quel moment semer quelle plante, comment en prendre soin.

En tant que musicien autodidacte, comment avez-vous développé ce regard critique ?
C'est drôle de me retrouver à donner des cours alors que je suis effectivement totalement autodidacte en musique ! Mais je viens d'une famille assez intellectuelle, mes frères sont écrivains et je me suis toujours interrogé sur l'art, l'écriture, le processus de création. J'ai fait les Beaux-Arts où l'on est très tôt habitué à voir son travail critiqué devant tout le monde. Il faut se défendre, ce qu'on ne fait pas assez en musique. Cela peut être dur de se rendre compte qu'on s'est fourvoyé, mais c'est comme cela qu'on apprend…

Votre art transcende les frontières, fusionne les esthétiques. Avez-vous l'ambition de décloisonner la musique folk ?
Avant, les styles étaient très fermés : il y avait le classique, le baroque, le jazz, la pop, etc. Aujourd'hui, les barrières ont tendance à tomber. Il y a dans les marges beaucoup d'artistes – et j'espère en être – qui font des choses intéressantes. Je nourris ma musique d'une certaine culture de la chanson, qui est aussi grande que mes amours sont variées, de la folk britannique aux traditions populaires européennes ou africaines. Je puise mon inspiration tant chez Avro Pärt et Steve Reich que dans les musiques folkloriques du pourtour méditerranéen, l'essentiel étant d'être toujours curieux.

Comment faites-vous pour rester en forme tout en menant une intense vie de musicien itinérant ?
J'arrive à un âge où, en tournée, tu dois choisir entre rester *healthy* ou boire et fumer… Je n'ai rien contre une bière ou un verre de vin de temps à autre, mais j'aime me sentir bien dans mon corps. Je suis essentiellement végétarien en tournée, je bois très peu. La nourriture est une vraie préoccupation, à la maison j'ai mon propre potager, je vais au marché. Mais la musique est une autre forme de nourriture, qui implique une pareille hygiène : j'apprécie ainsi de jouer dans des contextes acoustiques. Enfin, l'hygiène mentale est aussi très importante. Il faut penser à cultiver son esprit comme un jardin.

> « Je les amène à développer un regard critique sur leur travail, afin de dépasser LES AUTOMATISMES INCONSCIENTS.

POÈTE SPIRITUEL

RÛMÎ

C'est un poète soufi du XIIe siècle, originaire de ce qui est aujourd'hui la Turquie, que j'ai découvert il y a 25 ans et qui est essentiel pour moi. On retrouve son influence tant dans mon écriture poétique que dans les thèmes que j'aborde. Je me sens en grande connexion avec cette pensée mystique, son lyrisme, sa spiritualité sans dogme, libre et créative.

SUR SA PLATINE

VINYLES INSPIRATEURS

Comme je suis autodidacte, mes maîtres ont d'abord été les bluesmen découverts sur des vinyles que j'achetais d'occasion dans les marchés, pour trois fois rien, au début des années 1990. J'essayais de comprendre à l'oreille comment c'était fait. C'est ainsi que j'ai appris à chanter, à jouer, et que j'ai découvert Mississippi John Hurt, Skip James, mais aussi Neil Young, Joni Mitchell, John Martyn ou encore Ali Farka Touré.

EN TRANSE

LEONARD COHEN

C'est plutôt flatteur que l'on me compare à lui ! Je partage beaucoup d'affinités avec la dimension spirituelle, existentielle de sa musique, avec sa quête d'un langage absolu. Je suis très attiré par les musiques traditionnelles de transe, qu'il s'agisse du Maloya réunionnais ou d'une cérémonie Gnaoua du Maroc. Pour moi une balade de Cohen comme *Famous Blue Raincoat*, c'est d'une telle finesse d'écriture que j'y vois aussi une forme de transe, très lente.

CLINIQUE DU MUSICIEN DE PARIS

PAR JULIEN GREMAUD

Les fléaux qui guettent les musiciens sont nombreux et ont été longtemps mésestimés.

Certains ne consultent qu'au moment où la douleur devient insupportable. Un comportement qui rallonge la durée du traitement et complique le retour vers l'instrument. Les sportifs ont leurs centres de soins dédiés, alors pourquoi pas les musiciens ?

Lancée en 2003 à Paris par le Docteur André-François Arcier, fondateur de l'association Médecine des arts, avec le kinésithérapeute Philippe Chamagne, cette clinique particulière, dédié aux troubles musculo-squelettiques, ainsi qu'à la psychologie de la performance, entend combler cette lacune, sans pour autant n'être qu'un simple endroit de consultation.

Outre son très actif centre de rééducation composé d'une demi-douzaine de kinésithérapeutes, toutes les spécialités médicales y sont réunies afin d'offrir la prestation la plus complète possible, de la psychologie à la chirurgie de la main, en passant par la rhumatologie ou l'ophtalmologie. Mieux : des stages de formation en santé et des séances de coaching spécifiques (en préparation d'un événement stressant comme un concours) sont régulièrement proposés.

Responsable du cours à option « Posture et préventions des pathologies » à l'HEMU, intervenante auprès de conservatoires et orchestres prestigieux (Japon, Italie, Suisse), kinésithérapeute et mélomane, Isabelle Campion en est l'une des figures centrales.

À la Clinique du Musicien de Paris, elle s'occupe du traitement des pathologies fonctionnelles et propose divers cours. « La spécificité de la Clinique est non seulement de soigner des pathologies existantes ou de les prévenir, mais aussi d'étudier, d'analyser et de corriger le geste technique instrumental. Après un premier bilan global, incluant l'étude des déséquilibres musculaires ou encore l'observation du musicien instrument en main, nous intervenons par des exercices physiques pour rétablir l'équilibre corporel hors instrument, puis sur le conseil des changements à apporter lors du jeu et, enfin, sur l'automatisation, en situation de jeu, des corrections à apporter. »

La finalité ? Permettre non seulement au musicien de moins souffrir, mais également de progresser. « Quand on corrige le geste, la douleur part en jouant, conclut Isabelle Campion. Et la performance musicale s'accroît ! ». Un lieu, pour l'heure, unique en France.

QUAND CONSULTER ?

Dès lors qu'apparaissent des douleurs, signes de surmenages musculaires, tendineux ou ligamentaires. Picotements, fourmillements ou diminution de la sensibilité, issus de compressions vasculaires ou nerveuses sont également à observer. Les difficultés à effectuer un geste technique particulier tels les passages de doigtés, le vibrato ou les trilles sont d'autres signes, tout comme les mouvements involontaires.

UN EXERCICE QUOTIDIEN

Faire des exercices d'échauffement avant le jeu. Non des gammes ou des exercices instrumentaux, mais des mouvements hors instrument, des étirements après le jeu. Avoir une activité physique régulière qui permet de compenser les déséquilibres musculaires provoqués par la pratique instrumentale.

QUID EN SUISSE ?

Depuis plusieurs décennies, l'Association Européenne Médecine des arts forme les thérapeutes (médecins, kinésithérapeutes, ergothérapeutes, ergonomes, etc.) et les musiciens professionnels, dans le cadre de la formation Médecine des arts Musique. Les participants viennent d'une grande partie de l'Europe. Et s'il n'existe pas en Suisse de structure similaire à la Clinique du Musicien, dans ce cadre ont été formés à la santé des thérapeutes et des musiciens suisses. Désormais, ces spécialistes déploient leurs compétences au plus près. Un réseau est en train de se mettre en place sous l'égide de Médecine des arts® et qui sera prochainement mis en ligne.

La musique
Oui, la musique
Je le sais sera la clé
De l'amour, de l'amitié
Nicoletta

PLOUM, PLOUM, TRA LA LA...

L'HISTOIRE DE RAPHAËL MICHOUD DISSONANTE

Depuis la nuit des temps, la musique accompagne nos vies. Qu'on l'écoute ou qu'on la joue, elle est bien souvent indispensable à notre équilibre, quand bien même parfois elle nous fait vaciller. Petit florilège subjectif des diverses pratiques et inventions d'un art millénaire.

PRÉHISTOIRE

On ne saurait dater avec précision à quel moment l'être humain a commencé à faire de la musique. Ce qu'on sait en revanche, c'est qu'il y a environ 35'000 ans, on perçait des trous dans des os pour en faire des appeaux imitant le son d'un animal. C'est donc en chassant que l'Homme préhistorique est devenu musicien. Imaginez la scène... S'armant de son os percé et de sa patience, entendez-le siffler derrière un arbre pour attirer à lui la gazelle qui, une fois suffisamment proche, se verra gratifier d'un joli petit coup derrière le ciboulot et finira mangée toute crue. Déjà l'Homme préhistorique savait marier sensibilité et pragmatisme.

ANTIQUITÉ

Si l'on n'a retrouvé aucune partition musicale de l'Egypte antique, on sait que l'usage de la musique et du chant y étaient des pratiques courantes, dont Osiris, un des Dieux les plus liké de l'époque, se servait pour faire évoluer ses fidèles vers davantage de rayonnement intérieur et de paix de l'esprit. C'est d'ailleurs à ses efforts constants qu'on doit l'expression encore célèbre de nos jours : « La musique adoucit les mœurs. »

MOYEN ÂGE

Plus proche de nous, quoiqu'au début du millénaire précédent, la musique médiévale voit l'apparition de la polyphonie. D'abord réservée aux chants religieux, celle-ci va avoir un tel retentissement dans tout l'occident, qu'elle gagne bientôt le répertoire profane et envahit les tavernes et les places du villages où sont reprises en canon des chansons à boire et autres paillardises du moment, revisitées par cet art si délicat de la superposition mélodique. Dès lors, on dénombre une nette augmentation des cas de surdité, tous milieux et tous âges confondus. La boule Quiès, hélas, n'a été inventée qu'en 1921.

RENAISSANCE

Si Leonard de Vinci est le génie universel qui symbolise le mieux cette période de renouveau, n'oublions pas que de modestes artisans participèrent aussi à son rayonnement. Ainsi, l'un des plus célèbres instruments encore utilisé de nos jours naquit lors d'un hiver des plus rudes. En effet, c'est en veillant sa femme, grippée comme pas permis et contrainte de se moucher du soir au matin, qu'un forgeron du nom de Giovanni Trompetto eut soudain une apparition. Quelques semaines plus tard, la trompette était née.

BELLE ÉPOQUE

Sans doute musique et ivresses en tous genres n'ont-elles jamais été autant acoquinées que durant ces deux décennies et demi qui précédèrent la première guerre mondiale. A côté, les sixties et leur happy flower font pâle figure. Ainsi, on murmure à demi-mot qu'un des must de l'époque était les fameuses meringues à l'absinthe supposées élargir les portes de la perception et permettre de mieux apprécier, notamment, le très novateur Sacre du printemps d'Igor Stravinsky. Quant à savoir si Stravinsky lui-même usa de cet habile stratagème éthylo-lactique pour composer ce chef d'œuvre, cela ne nous regarde pas. Rappelons, toutefois, que l'abus de meringue est dangereux pour la santé et que l'absinthe est à consommer avec modération.

ET MAINTENANT...

Au XXe siècle, grâce au courant électrique, la musique a pris un essor sans précédent. De nos jours plus que jamais, elle est présente où que nous soyons. Et ceux qui la composent ou l'interprètent sont chaque jour plus nombreux. Qui s'en plaindrait ? Car la musique est un cri qui vient de l'intérieur, comme le chante Bernard Lavilliers. Elle nous réunit tous, créateurs et auditeurs. Et si parfois on eut préféré que tel ou tel musicien se soit mis les doigts dans la prise plutôt que de s'échiner sur son instrument à nous massacrer les oreilles, on doit bien admettre que la musique, aujourd'hui, est un des plus beaux symboles de la démocratie.

Amen.

VRAI OU FAUX

1

Stevie Wonder, Ray Charles et Beethoven ont un point commun : ils sont tous aveugles.

2

Mozart compose avant même de savoir parler ou écrire. S'il entendait une musique une seule fois, il pouvait alors la retranscrire de tête.

3

Arnold Schönberg souffrait de triskaïdékaphobie, une phobie du chiffre 13.

4

Le célèbre pianiste Glen Gould plongeait ses mains dans de l'eau glacée avant un concert.

5

On peut avoir l'oreille absolue sans le savoir.

6

Si Michael Jackson pouvait effectuer son célèbre « moonwalk », c'est parce qu'il souffrait de rachitisme, une maladie rendant les os mous.

AVEC LA COLLABORATION DE
MARION FRÈRE
violoncelliste, en 3e année de Bachelor
EVA MARLINGE
clarinettiste, en 1re année de Master en Pédagogie musicale

L'OLYMPIA

En 1960, elle donne une série de concerts historiques qui sauve la salle parisienne de la faillite.

STORYTELLING

Piaf aimait laisser croire être née sur les marches de sa maison de la rue de Belleville. En réalité, sa mère aurait accouché dans la maternité voisine. Selon le biographe Robert Belleret, « elle savait forger sa légende ».

EDITH PIAF

Paris, décembre 1915, Edith Piaf voit le jour dans un quartier populaire. Surnommée « La Môme », en raison de sa petite taille, cette grande dame à la forte personnalité vit un destin fascinant et tumultueux.

Grâce à une voix exceptionnelle, Edith Piaf connait un succès exponentiel et devient la plus grande chanteuse française du 20e siècle. Bercée par la gloire, des relations amoureuses passionnelles, et marquée par la maladie, elle transmet, avec ses chansons, des émotions des plus intenses. Piaf se produit sur les grandes scènes du monde et triomphe notamment au prestigieux Carnegie Hall à New York en 1956. Illettrée jusqu'à presque 20 ans, sa ferme volonté lui permet toutefois d'écrire certains des plus beaux textes de la chanson française. C'est lorsqu'elle perd son amant Marcel Cerdan dans un accident d'avion qu'elle compose « L'Hymne à l'amour ». Atteinte de polyarthrite rhumatoïde, une maladie touchant les articulations, elle tente de calmer les douleurs grâce à la drogue, qui l'aidera aussi à supporter ses maux suite à plusieurs accidents de voiture. En parallèle à une vie personnelle et professionnelle semée d'épreuves et de tragédies, l'artiste développe pourtant un goût pour l'humour et la fantaisie. Celle qui avait pour coutume de dire : « Si je ne chante pas je meurs » s'éteint à 47 ans d'une rupture d'anévrisme. Mais plus de 50 ans après sa mort, La Môme reste une référence incontournable d'un répertoire musical encore largement pratiqué.

DRÔLES DE COÏNCIDENCES ?!

Quand **PIAF** meurt, son ami Jean **COCTEAU** décède lorsqu'il apprend la nouvelle

RECETTES

PLEINES DE BONNES RESSOURCES, FACILES À RÉALISER OU À EMPORTER. L'alimentation permet de guérir de nombreux petits maux. La vie des musiciens a ses contraintes qui empêchent parfois de faire des courses et de cuisiner. Alors que, tels les sportifs, les musiciens ont besoin d'avoir un organisme au top pour pratiquer leur métier. S'organiser pour mieux manger est l'assurance d'une meilleure forme au quotidien.

20 ANS

que *La Vie en rose* fait partie des œuvres qui génèrent le plus de droits d'auteur hors de France.

VALSE DES AMANTS

Grande séductrice, cette collectionneuse d'hommes et éternelle amoureuse savait faire éclore les talents : Georges Moustaki, Yves Montand, Charles Aznavour...

DRESS CODE

Piaf s'était façonné une identité artistique basée sur une économie de moyens scéniques : une petite robe noire, un rond de lumière, peu des gestes simples et un regard ardent.

BOUCHÉE ZÉRO COUP DE MOU

Pour 12 energy balls

- 75G DE NOIX DE CAJOU NON SALÉES (magnésium/antistress, phosphore/santé des os et des dents, fer)
- 75G D'AMANDES (booste la mémoire, anti-inflammatoire, vitamine E)
- 75G DE CRANBERRIES SÉCHÉES (hydratant, antioxydant, agit sur la santé des dents)
- 6 DATTES (anti-fatigue, renforce le système immunitaire, énergétique)
- 1 PINCÉE DE VANILLE
- 2 CS D'EAU
- 1 PINCÉE DE SEL
- 1 CS DE NOIX DE COCO RÂPÉE + POUR L'ENROBAGE

1. Mettre les noix de cajou et les amandes dans le mixer. Mixer jusqu'à les réduire en poudre.

2. Ajouter les cranberries, la vanille, les dattes dénoyautées et coupées en morceaux, la noix de coco râpée, la pincée de sel, l'eau et mixer par impulsions quelques secondes jusqu'à l'obtenir un mélange homogène.

3. Prélever un peu de préparation dans le creux de la main et former des boules.

4. Rouler les boules dans la noix de coco.

5. Réfrigérer au moins 30 minutes.

Conservation quelques jours au frigo. Pensez à les congeler pour en avoir toujours sous la main !

SMOOTHIE OREILLES NETTES

Pour 1 smoothie

- 1 CAROTTE RÂPÉE (vitamine A)
- 1 ABRICOT (vitamine A)
- 1 JUS DE CITRON OU D'ORANGE (vitamine C)
- 1/2 BANANE (magnésium)
- 1 CC DE CURCUMA EN POUDRE (anti-oxydant)
- 1 CC DE GINGEMBRE FRAIS RÂPÉ (booste les bienfaits du curcuma)
- 200 ML DE LAIT DE COCO – ou autre lait (magnésium)
- 100 ML D'EAU
- 1 CS DE MIEL

1. Mixer tous les ingrédients dans un blender.

2. Saupoudrer de graines de sésame (zinc).

Toutes les vitamines contenues dans ce jus interviennent dans la qualité de l'audition.

COCTEAU qui était le scénariste du film sur le guitariste Django **REINHARDT**, accidenté à la main gauche et obligé de développer une nouvelle technique au style si particulier que des admirateurs s'entravent les doigts pour lui ressembler

REINHARDT avait lui-même beaucoup inspiré Serge **GAINSBOURG**, bien connu pour ses excès et mort de sa cinquième crise cardiaque

MIAM

Le frigo de certains artistes est à l'image de leur excentricité. Dans la droite lignée d'Erik Satie qui ne mangeait que des aliments blancs et refusait de parler la bouche pleine, convaincu qu'il s'étranglerait à mort, notre époque compte nombre de musiciens au régime farfelu, tels que Christina Aguilera qui en mange chaque jour que des aliments de la même couleur, David Bowie qui avait pour habitude de ne consommer que des poivrons et du lait, ou Madonna, adepte des bienfaits de l'*air diet* consistant à humer l'odeur des plats sans y toucher. Bon appétit !

PERCUTANT

Star mondiale de percussion, Evelyn Glennie ne s'est pas laissée impressionner par son handicap : l'écossaise est atteinte de surdité profonde depuis l'âge de 12 ans ! La grande soliste, qui détient la plus importante collection de percussions, dit entendre la musique avec son corps. Celle qui lit sur les lèvres s'attelle à inspirer d'autres âmes en insistant sur le fait que la musique est avant tout un phénomène physique et qu'il est important de développer perpétuellement sa réceptivité aux ondes sonores. Elle est notamment l'auteur de nombreux essais sur le sujet.

À VOS GAMMES, PRÊTS, PARTEZ !

Les leçons de solfège et autres gammes effectuées stimulent le développement neuronal et protègent le cerveau tout au long de notre vie. Publiés dans le Journal of Neuroscience et la revue Plos One, les résultats de différentes études ont révélé que la pratique de la musique durant l'enfance aurait des bénéfices sur la santé cognitive et que les personnes âgées qui ont appris à jouer d'un instrument enfant, même si elles ont arrêté de jouer depuis longtemps, sont plus réactives.

FOLIES À L'OPÉRA

Passions destructrices, cruautés meurtrières, drames puissants et tragédies symbolistes font régulièrement rimer opéra et folie. Pensez donc au délire du tsar Boris Godunov de Modeste Moussorgski, à la folie de Lucia di Lammernoor de Donizetti, à la démence finale et l'arrêt cardiaque d'Imogène de Bellini ou encore aux hallucinations du soldat Wozzeck d'Alban Berg. Pour représenter la folie, les compositeurs se permettent des vocalises audacieuses, poussées aux limites de la tessiture et frôlant les dissonances !

MÉTIER À RISQUE

On peut s'inquiéter de lire que l'espérance de vie des musiciens – 56 ans – est inférieure à la moyenne. Évidemment le train de vie d'artiste comporte ses risques : journées chargées, prestations stressantes, accident de route ou de scène, etc. Toutefois, nombreux sont les artistes à avoir régalé plusieurs générations : Verdi et Strauss ont composé jusqu'à leurs 80 ans, Duke Ellington, Louis Armstrong, Miles Davis, Ray Charles ont mené une carrière de plus de 50 ans, et même de 60 ans pour Frank Sinatra et BB King. Record toutes catégories pour Charles Aznavour actif depuis 1946 !

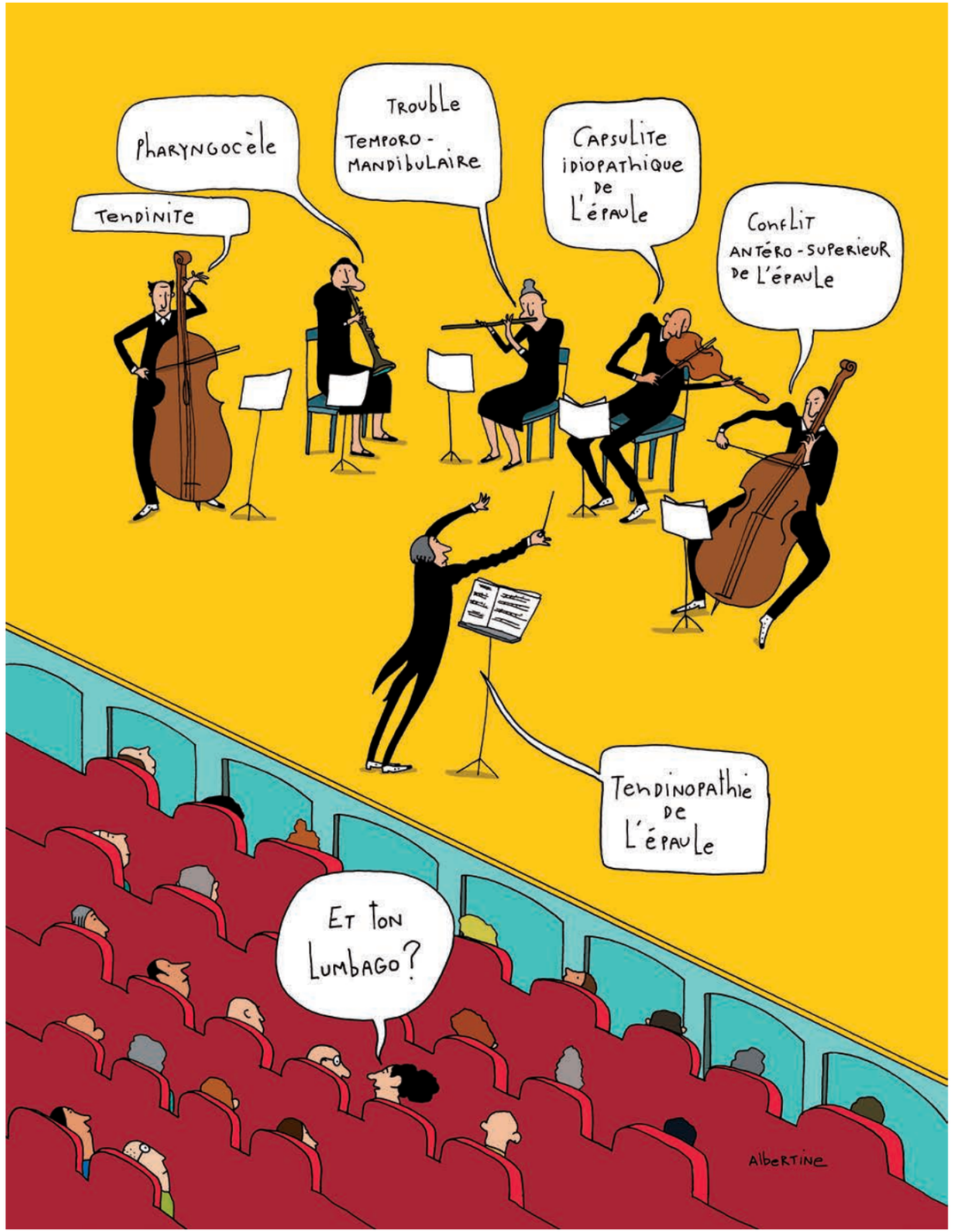
SAVEZ-VOUS

TOUT ÇA POUR ÇA

Robert Schumann, célèbre compositeur et pianiste du 19e siècle, souhaitait gagner en dextérité, et pour ce faire a utilisé un appareil bloquant l'un de ses doigts dans le but d'en améliorer la souplesse. Fausse bonne idée ! Ses tendons furent rapidement paralysés, ce qui mit fin à sa carrière de pianiste et le laissa en état de dépression.

GAINSBOURG s'était épris de la version de Louis **AMSTRONG** de « You Rascal You » pour chanter « Vieille Canaille »

AMSTRONG avait pour surnom « Satchmo » de Satchelmouth, littéralement « bouche-sacoche », en référence à sa bouche déformée par l'embouchure de sa trompette



THE INDIAN QUEEN HAS BEEN REBORN !

Les Vocalistes du Conservatoire de Lausanne et un ensemble instrumental de l'HEMU étaient à l'église Saint-Laurent, dans le cadre de la saison de l'Espace culturel des Terreaux, les 19 et 22 avril 2018, pour redonner vie à «The Indian Queen», **une grande fresque musico-théâtrale signée John Dryden et Henry Purcell**. Une belle réussite grâce à l'action et l'imagination combinées du coach vocal Stephanie Burkhard, du scénographe Jean Chollet et du chef Philippe Huttenlocher, également auteur des arrangements.

PAR ANTONIN SCHERRER

L'idée est ingénieuse et parfaitement en phase avec les pratiques de l'époque. Comment faire revivre les musiques sublimes écrites par Henry Purcell pour une pièce de théâtre de John Dryden aujourd'hui tombée en désuétude, sans pour autant remettre l'œuvre sur les planches, et sans perdre non plus le sens dramatique contenu dans ses lignes, indissociable d'une compréhension pleine et entière de la musique ? En imaginant un nouveau fil rouge ! Celui-ci consiste en une sorte de mise en abîme du travail créatif, avec la production d'une représentation imaginaire d'*Indian Queen*, commentée par l'auteur du texte et dirigée par l'auteur de la musique, habilement raccourcie pour ne garder que les plus beaux passages, à destination de leur souveraine (et principale employeur !)

Voilà donc le poète John Dryden – admirable Jean Chollet en costume ! – qui s'avance dans les travées d'une église Saint-Laurent bondée, livre à la main, pour accueillir la reine d'Angleterre – Stephanie Burkhard toute auréolée de majesté – afin de lui présenter les esquisses de la pièce qu'il est en train de terminer avec le plus talentueux compositeur de l'époque, Henry Purcell, déjà connu sous le nom de «l'Orphée anglais» – Philippe Huttenlocher, costumé lui aussi, prêt à faire bondir l'orchestre et les chœurs de son geste leste et précis. La féerie précolombienne peut commencer, portée par des lumières aussi simples qu'efficaces, et des acteurs vocaux et instrumentaux d'une tenue éblouissante.

En admirant les prouesses des plus âgés et en se remémorant leurs prestations passées au sein des Maîtrises puis des Vocalistes, et aujourd'hui en vrais solistes, on ne peut que se féliciter d'avoir cru en ces ensembles et en celles et ceux qui les portent infatigablement. À l'image de Stephanie Burkhard, qui a toujours su s'entourer des bonnes personnes, comme ici avec le chef et chanteur Philippe Huttenlocher, porteur d'une expérience inestimable pour tous ces chanteurs en herbe. La satisfaction est d'autant plus forte que l'on voit sur la même scène émerger de nouvelles pousses pleines de promesses, à l'instar de Rose Egidi et Maud Niklas, véritables coups de cœur de la soirée, mélange de lumière et de pureté vocale, avec ce zeste de fraîche naïveté que seule offre la jeunesse : seront-elles les Sophie Negoïta (éblouissante dans l'air «O Solitude») ou les Pierre Arpin (admirable de présence) de demain ? Même fierté en observant les rangs de l'ensemble instrumental de l'HEMU, où l'on retrouve bon nombre d'anciens du Conservatoire de Lausanne, à commencer par la première violon Cidgem Tuncelli, dont l'autorité de l'archet est proprement saisissante. Toute la force d'une école réunie en un seul tableau.

Créé il y a 25 ans, l'orchestre Piccolo prépare pour juin 2018 le dernier concert dirigé par son fondateur, Michel Veillon. Le contrebassiste reste fidèle à la tradition du programme thématique et fait voyager ses jeunes de 9 à 13 ans en Amérique.

PICCOLO, 25 ANS DE PREMIER BAIN ORCHESTRAL POUR LES JEUNES MUSICIENS

PAR MATTHIEU CHENAL

Dès l'âge de 10 ans et parfois même un peu avant pour les plus précoces, les élèves du Conservatoire de Lausanne ont la possibilité de se frotter au répertoire orchestral grâce à un mini orchestre symphonique, l'orchestre Piccolo. Pas si piccolo d'ailleurs, puisque les concerts réunissent une soixantaine de musiciens et que le niveau n'a fait que croître depuis 1993. L'idée est née sous l'impulsion de Michel Veillon, par ailleurs professeur de contrebasse à l'HEMU. « C'était sous l'ère de Jean-Jacques Rapin, se souvient le chef. Il avait vu là l'intérêt de préparer les élèves pour l'Orchestre des Jeunes avant leurs 15 ans. » Dans les premières années, l'Orchestre Piccolo n'avait que des cordes jusqu'à ce que son collègue Stéphane Borel fournisse des percussionnistes pas assez âgé pour rejoindre l'Orchestre des Jeunes ! Les vents ont fait ensuite rapidement leur apparition.

À chaque rentrée, Michel Veillon recrute donc de nouvelles pousses qui enrichiront son ensemble : « En septembre, tout recommence puisqu'environ un quart des 40 élèves sont nouveaux. Lors des premières répétitions, l'intonation est aléatoire, les bois font des canards et on n'ose pas ouvrir les portes ! » Mais de mercredis en mercredis, les progrès se font sentir, avec des bonds en avant prodigieux quand quelques « grands » de l'Orchestre de l'HEMU viennent pour jouer lors des partielles et participer au concert final. « Dès qu'ils arrivent, c'est le jour et la nuit ! constate Michel Veillon, enthousiaste. Certains sont des anciens du Piccolo, comme Samuel Hirsch qui étudie chez Renaud Capuçon. Pour lui, j'ai arrangé pour violon solo le tango du *Tour du monde dans un fauteuil* de Jean Duperrex. »

La spécificité de l'orchestre, c'est son répertoire extrêmement varié, grâce à la polyvalence de son chef. De Hollywood au jazz en passant par les musiques du monde, les Piccolo ont toujours exploré un thème pour donner une couleur et faire de la musique vivante. « Cette fois-ci, nous rejouons les meilleurs titres des cinq dernières années réunies sous la bannière *Once Upon a Time in America* avec la complicité irrésistible de Duperrex ». Un programme festif, donné à la salle Paderewski le 15 juin 2018 puis dans le cadre de la Fête de la musique, qui sera le dernier de Michel Veillon, futur retraité heureux : « Tout ce que j'ai voulu tenter avec l'Orchestre Piccolo, on a réussi à le faire. J'espère que cet esprit perdurera ! ».

7 DATES-CLÉS

2000	Concerts de musique cubaine avec le duo Cellier Duperrex.
2002	Concert avec le Géo Voumard quintette au Cully Jazz Festival.
2004	Concert avec le chanteur Patrick le Pote au Cully Jazz Festival.
2011	Concerts de jazz avec le Big Band de l'HEMU.
2012	Concerts de musique klezmer et balkanique avec le quintette bulgare Tri i Dve et le violoniste Felix Froschhammer.
2013	Fête des 20 ans à l'Octogone de Pully avec le *Tour du monde dans un fauteuil* de Jean Duperrex.
2014	Participation à l'émission «Violon Dingue» de la RTS consacrée aux deux Vincent de 120 secondes.

L'ENVERGURE MAXI DES MINISTRINGS DU CONSERVATOIRE DE LAUSANNE

PAR MATTHIEU CHENAL

Pour ses 15 ans,
l'ensemble à cordes fondé par
Tina Strinning et co-animé par Baiju Bhatt
s'offre un concert festif et
un coffret CD + DVD.

Ils s'appellent Charlotte, Aimé, Juliette, Baptiste ou Elodie, ils ont entre 7 et 13 ans et ont tous des personnalités bien affirmées, des talents singuliers, mais dès qu'ils sont réunis dans le grand studio du 3e étage de la Grotte 2, ils ne forment plus qu'un seul corps sonore et mouvant portant ce nom : les Ministrings. Les voir en répétition est très impressionnant : tout en jouant à vive allure, ils évoluent, bougent, sautent, tapent du pied, mais surtout se mettent naturellement dans un nouvel agencement spatial à chaque morceau, entamant une chorégraphie inscrite dans leur mémoire, autant que la partition.

Voilà déjà 15 ans que Tina Strinning, enseignante de violon et d'alto au Conservatoire de Lausanne, a fondé cet ensemble, d'abord avec ses propres élèves, mais étoffé progressivement au vu du succès d'une pédagogie alternative. Depuis 2013, elle est secondée par Baiju Bhatt, très orienté

vers le jazz. « À un moment donné, se remémore la musicienne, je me suis demandé comment un ensemble de 15 puis 25 voire presque 30 musiciens pouvait jouer sans chef. C'est à partir de là qu'on a intégré des percussionnistes, qui jouent en fait le rôle de direction. Malgré tout, quand je prends un peu de recul, je suis abasourdie en les voyant filer si vite et si précis. Mais comment font-ils ? »

S'il y a une forme de miracle, ce résultat épatant s'est construit petit à petit à travers une habitude de travail bien rodée et une prédilection pour les musiques traditionnelles. « On commence toujours par aborder une pièce avec les partitions, reconnaît Tina Strinning. Si nous n'étions pas si nombreux, j'aimerais faire apprendre tout par cœur, en transmettant les notes mesure par mesure. Il nous manque aussi du temps. Mais après 2-3 répétitions, on peut laisser tomber les lutrins. L'avantage, c'est que les musiciens ne sont jamais déstabilisés s'ils manquent un passage. » Mieux encore : lors d'une répétition, si un instrumentiste est absent, il s'en trouve toujours un autre qui peut le remplacer au pied levé dans un solo qu'il rejoue d'oreille !

Les Ministrings, c'est aussi une présence visuelle simple et efficace dont la fondatrice a eu très tôt l'intuition : « Au début, on avait fait des essais avec des costumes rayés, mais ce n'était pas concluant. La chemise blanche, le chapeau noir et, par contraste, les pieds nus, se sont rapidement imposés. Les Ministrings ne peuvent plus monter sur scène sans avoir ôté chaussures et chaussettes. Moi aussi ; j'ai besoin de sentir les vibrations. »

Pour les 15 ans de l'ensemble, Baiju Bhatt a eu l'idée d'enregistrer un disque. « Nous n'avions encore jamais fait ça. Mais comme la dimension visuelle est essentielle dans nos représentations, il fallait aussi un DVD. L'exercice du studio est un apprentissage en soi, qui demande une précision et une concentration extrêmes. » D'autant que pour ce projet démesuré, donné fin mai 2018 à la salle Paderewski du Casino de Montbenon, l'ensemble a commandé une création contemporaine à Nicolas von Ritter et invité deux pointures du violon tout terrain : Gilles Apap avec sa cadence folle du *Concerto n° 5* de Mozart et le blues tourbeux de l'Américain Christian Howes.

Le 28 avril 2018, les professeurs du Conservatoire de Lausanne ouvraient leur portes pour faire découvrir leurs cours individuels et leurs activités d'ensemble. Parents et jeunes curieux s'étaient notamment donnés rendez-vous pour assister au concert de la Maîtrise « Découverte » dirigée par Pierre-Louis Nanchen dans le hall de la Grotte 2.

ABONNEMENT
Pour recevoir « Nuances » chez soi ou par e-mail, indiquez-nous vos coordonnées à l'adresse **info@hemu-cl.ch** ou par téléphone au **021 321 35 35**. L'abonnement est gratuit.

NEWSLETTER
Pour recevoir l'agenda ainsi que les dernières actualités de l'HEMU par e-mail, indiquez vos coordonnées à l'adresse : **communication@hemu-cl.ch**

CRÉDITS PHOTOS
© Nicolas Ayer : page 5 (Lausanne Soloists), 51 (L. Schmid), 52
© Nicola Cuti : page 6 (Prix G. Mahler), 45, 46
© DR : pages 4-5 (G. Pernet, pochettes CD), 6-7 (Z. X. Liu, E. Thomazeau, J. Aubert, L. Crausaz, A. Rakauskas, S. Wiener, H. Macherel), 8-9, 10-11, 12-13, 15, 27, 31, 32-33, 36-37, 51, 54, 56-57, 58
© Claude Dussez : page 48
© Denis Felix : page 19 (B. Braescu)
© Federal Studio : page 19 (G. Barta)
© Jennifer Jotterand : pages 25, 40, 61, 62
© Douglas Parsons : page 62
© Nicolas Repond : page 2
© Tisa Sencur : page 48
© Tiziana de Silvestro : page 17
© Estelle Vidon : page 7 (A. Dobos-Rodriguez)
© Olivier Wavre : pages 2, 26, 35, 38-39, 41, 42-43, 44, 47, 49, 50, 60

SOLUTIONS JEUX « JEUNES OREILLES » page 56 :
1. FAUX, Beethoven était sourd.
2. VRAI, âgé de 3 ans à peine, Mozart a l'oreille absolue. Il se met à la composition à 6 ans. À 11 ans, il s'attaque à son premier opéra.
3. VRAI, le compositeur autrichien a passé sa vie à éviter le nombre 13 pour s'éteindre un vendredi 13 juillet (1951)!
4. FAUX, Glen Gould plongeait ses mains dans l'eau chaude 20-30 minutes.
5. VRAI, car il faut savoir lire les notes pour s'en rendre compte.
6. FAUX, pour ce pas de danse Michael Jackson a fait concevoir une paire de chaussures spéciales avec une fente dans le talon permettant de fixer la chaussure à un rivet attaché au sol. Il utilise ces chaussures jusqu'en 1996 alors que, sur scène à Moscou, un de ses talons lâche et le fait chuter.

IMPRESSUM

ÉDITION
Fondation du Conservatoire de Lausanne
Rue de la Grotte 2
CP 5700
1002 Lausanne
T +41 21 321 35 35
info@hemu-cl.ch
www.hemu-cl.ch

COMITÉ ÉDITORIAL
Romaine Delaloye
Mathieu Fleury
Antonin Scherrer

RESPONSABLE DE PUBLICATION
Romaine Delaloye

RÉDACTION
Luc Birraux
Joëlle Brack (Payot)
Isabelle Campion
Matthieu Chenal
Elsa Fontannaz
Julien Gremaud
Julie Henoch
Jennifer Jotterand
Raphaël Michoud
Thierry Raboud
Antonin Scherrer
Elisabeth Stoudmann

CONTRIBUTION
Nicolas Ayer
Jennifer Jotterand

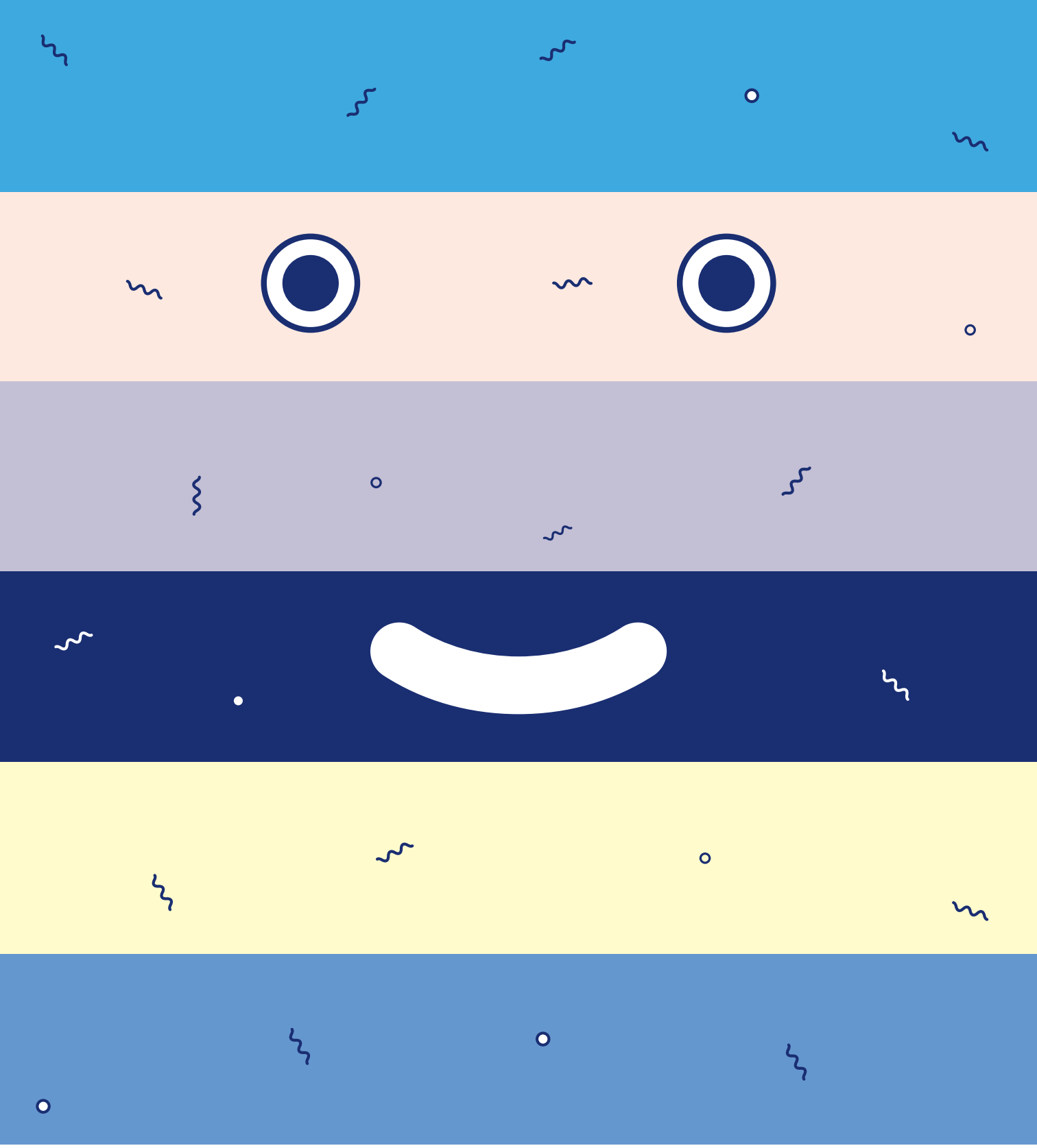
RELECTURE
Marie-Noëlle Epars
Valentine Thibaud
Sylvie Zuchuat

COUVERTURE
Giroscope
www.giroscope.ch

ILLUSTRATIONS
Florence Chèvre
Giroscope
Albertine

GRAPHISME & RÉALISATION
Florence Chèvre

IMPRESSION
Polygravia Arts Graphiques SA
Tiré en 4'000 exemplaires



HEMU
VAUD VALAIS FRIBOURG

conservatoire
de lausanne

www.hemu.ch
www.conservatoire-lausanne.ch