

# Table des matières

Avant-propos .....	4
Proposition de planning quotidien .....	6
Musique à jouer n'importe où, n'importe quand, sans piano .....	7
Echauffement .....	9
<b>Rythmes</b> .....	11
Une séance de percussion corporelle .....	12
Quelques rythmes latino-américains, bulgares, malgaches .....	14
La feuille jaune .....	15
Une leçon particulière .....	17
<b>Musiques</b> .....	19
Bagatelle .....	20
Rigaudon .....	21
Sarabande .....	22
Menuet .....	24
Paix, gospel .....	25
Mélodie .....	26
Bourrée .....	27
Menuet .....	28
Nina, valse tendre .....	29
Greensleeves .....	30
Danse roumaine .....	31
Der Philosoph .....	32
L'été indien .....	33
Premier prélude .....	36
One step ahead, .....	
two steps behind .....	38
Invention N°4 .....	40
Il est cinq heures, .....	
Paris s'éveille .....	42
Astrid Blues .....	45
Rondo .....	46
Valse .....	50
Lierres .....	53
Song for my children .....	56
Cécile, ma fille .....	58
Sonate N°8 "Pathétique" .....	61
Sacré Music Hall .....	64
Ne me quitte pas .....	65
Jabuticaba .....	68
Tortillas y Tacos .....	69
La Javanaise .....	70
Le Petit Nègre .....	73
How my heart sings .....	76
Elite Syncopations .....	78
<b>Mise en doigts</b> .....	81
Touché, phrasé, rythmes : variations .....	83
Un peu de lecture en clé de fa .....	84
A vos gammes ! .....	86
Le stride .....	94
<b>Invitation à l'improvisation</b> .....	101
<b>Repassons la théorie</b> .....	106
<b>Bibliographie</b> .....	112

Cette activité **doit être pratiquée avant chaque séance de travail** ou à chaque fois que vous vous crispez sur un exercice un peu difficile. L'échauffement doit vous mettre dans un état de bien-être par rapport à l'instrument.

Le toucher, l'écoute des sons sans qu'aucune connaissance théorique ne soit requise, permettent de se décontracter, de trouver la position idéale pour ne pas avoir mal au dos.

L'échauffement doit se faire **les yeux fermés**. Cela permet de bien mobiliser ce qui est en jeu : l'écoute et le toucher. (Pour les deux autres sens, le goût et l'odorat, il ne tient qu'à vous !)

Vous allez pouvoir appréhender l'instrument en relation avec votre corps selon les indications données ci-dessous.



Lisez tout avant de commencer.

\* **Asseyez-vous confortablement**, ni avachi, ni raide.

Non, pas en croisant les jambes !

\* **Respirez...**, ..., fermez les yeux.

\* **Commencez à toucher le piano** qui se trouve, en principe, devant vous. Si vous n'arrivez pas à l'atteindre ou si vous avez le ventre qui touche le bord — problème des femmes enceintes qui profitent de leur congé de maternité pour refaire *enfin* du piano ! — recommencez au début en changeant la position de votre tabouret.

\* **Sans faire sonner aucune note**, placez la main droite, puis la gauche, sur le clavier et commencez à les déplacer de manière symétrique en étendant les bras pour atteindre les extrémités du clavier. Cela vous aidera à reconnaître physiquement son étendue et à exercer votre *mémoire musculaire*.

\* **Détectez les espaces entre les notes**, entre deux blanches, entre deux noires. Ecartez les doigts de différentes façons pour sentir les possibilités de chacune de vos mains. Ne forcez pas.

\* Reprenez les deux étapes précédentes en appuyant maintenant sur les touches.

\* Essayez **toutes sortes d'attaques** et écoutez attentivement les différents sons produits : accentué, portando, glissando...

♦ **staccato** : en attaquant le clavier verticalement ou les doigts plats, au bord, au milieu ou au fond des touches.

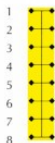
♦ **lié** : en abaissant une touche pendant que l'autre se relève, le son ne doit pas être interrompu.



## Une séance de percussion corporelle ou comment lire les rythmes sans problème

\* **Comptez mentalement** et régulièrement 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, tout en tapant doucement et sans vous crispier :

1. sur les 2 cuisses



2. sur la cuisse gauche



3. sur la droite



4. alternativement



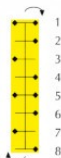
\* Maintenant, **vous connaissez le code de lecture**, vous n'avez qu'à suivre les consignes. Chaque figure rythmique doit être jouée en boucle, plusieurs fois, et sans s'arrêter entre deux boucles.

\* **Commencez sur un tempo lent**, veillez à être bien régulier.

\* Après plusieurs boucles, vous commencez à mémoriser et à répéter mentalement les mouvements de chaque main .

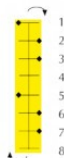
Exemple A :

les deux mains, la droite, la gauche, la droite,  
les deux, la droite, la gauche, la droite, les deux, etc...



Exemple B :

la gauche, la droite, la droite, chut,  
la gauche, la droite, la droite, chut, etc...



\* **Ne regardez plus la consigne**, et augmentez progressivement le tempo de manière à entendre la musique qui naît sur votre corps. Quand vous connaissez bien la figure, tapez-la sur deux ustensiles de sonorité différente, par exemple un verre et la table, pour entendre les deux voix .

\* Vous voyez, **vous ne faites pas la même chose avec les deux mains**, et ceci, sans avoir travaillé chaque voix séparément ! Et vous pouvez à votre guise concentrer votre écoute, soit sur le rythme global, soit sur chaque voix. C'est cela, le secret de l'indépendance.

**Le rythme est Un tout**

\* Détachez maintenant la feuille jaune (p.15) et entraînez-vous sur les rythmes proposés.

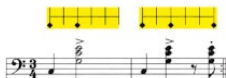
## Entraînement rythmique

\* Voici quelques **rythmes à 3 temps** différents de ceux que vous pourrez trouver sur la feuille jaune et qui sont plus **spécifiques de la valse**. N'oubliez pas d'ajouter les accents.

1. la valse traditionnelle :  
chaque temps est marqué



2. la valse jazz :  
on insiste sur le 2<sup>ème</sup> temps



\* Un rythme plus élaboré en associant la main droite



\* Maintenant votre main gauche est dérouillée et vous allez pouvoir aborder les musiques suivantes :

*Nina, valse lente*, p. 29  
*Greensleeves*, p. 30

*Danse roumaine*, p. 31  
*Valse de Chopin*, p. 50

## Improvisation

\* Que diriez-vous de passer au chapitre *Invitation à l'improvisation* pour vous lancer dans un blues en 4/4, avec un jeu de main gauche basé aussi sur le stride (familièrement, cela s'appelle "faire des pompes") ?

\* Vous pouvez vous inspirer d'*Astrid Blues* p. 45.

\* Allez à la p. 100 pour fabriquer vos propres rythmes.

## BAGATELLE

Vivace

A. Diabelli

The musical score for Bagatelle by A. Diabelli is presented in four systems. Each system consists of a piano (treble) staff and a bass (bass) staff. The time signature is 3/8. The tempo is marked 'Vivace'. The key signature has one sharp (F#). The score includes various musical notations such as slurs, fingerings (1, 2, 3, 4, 5), and dynamic markings (*mp*, *mf*, *f*, *p*, *cresc.*). The first system includes fingerings 6, 12, and 14 in the bass staff. The second system includes a dynamic marking of *mf*. The third system includes dynamic markings of *cresc.* and *f*. The fourth system includes dynamic markings of *p* and *f*. The score ends with a double bar line.

\* Lorsque vous rencontrez le symbole  allez p. 84.