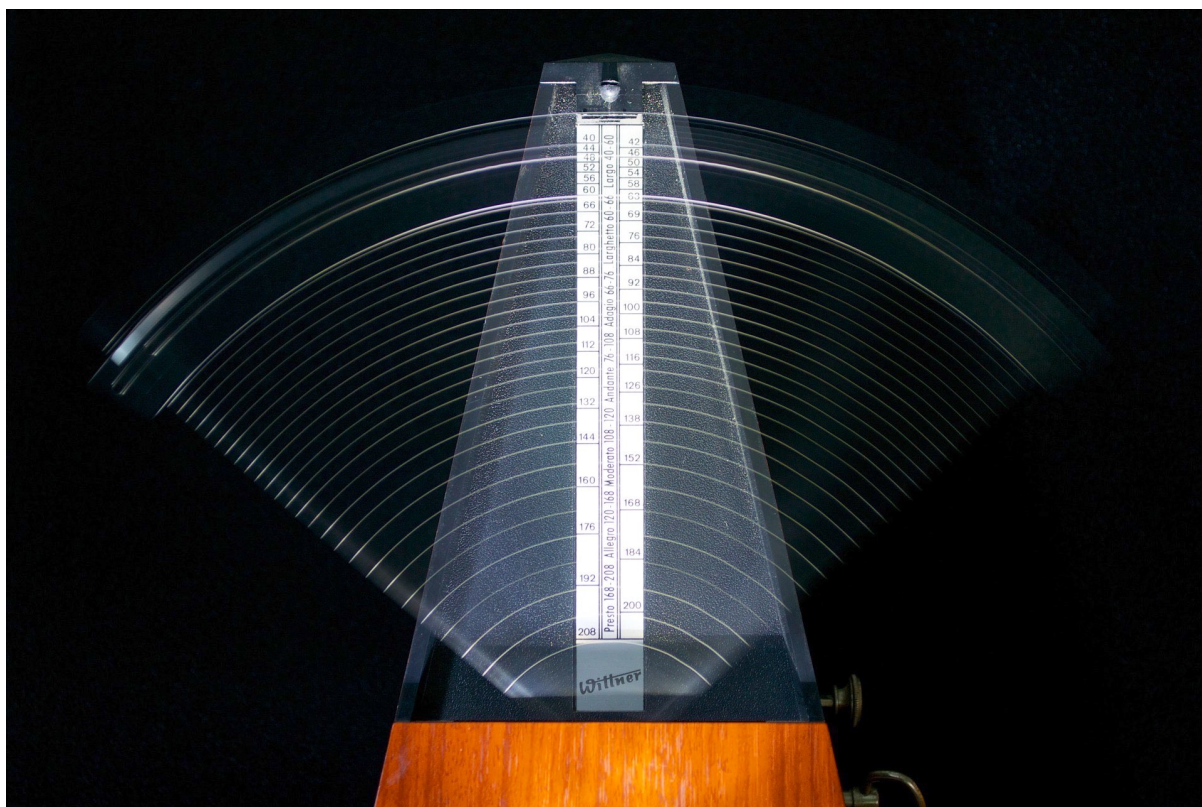


# L'art de jouer avec le METRONOME



credit photo : swooshed, pixabay

Vous possédez un métronome mais lorsque vous voulez vous en servir pour jouer votre morceau, pour stabiliser le tempo ou bien vérifier que vous êtes dans le temps, eh bien ce n'est pas facile ! Vous avez beau faire beaucoup d'efforts pour suivre le métronome, mais vous n'y arrivez pas. Rien à faire vous en avez assez de stresser rien qu'à la vue de ce petit objet. Vous aimeriez avoir de la rigueur rythmique et acquérir un jeu régulier.

Pourtant avec de bonnes habitudes vous pourriez vous aussi réussir à jouer avec le métronome. Vous pourriez jouer de façon fluide sans vous arrêter. Vous pourriez transformer votre jeu à condition de suivre les différentes étapes.

Alors comment démarrer avec le métronome ? Le plus dur c'est le début. On ne sait pas comment l'utiliser efficacement. On a beau jouer avec pendant des heures, on est décalé et on finit par ne plus l'entendre. Le temps passe et on fini par se demander si on est vraiment capable de jouer du piano, on a l'impression qu'on ne progressera jamais.

Dans ce PDF, je vous dis tout ce que vous devez savoir sur le métronome , tout ce que vous devez savoir pour progresser et jouer avec plaisir vos morceaux préférés.

Je vais vous dévoiler :

- Les 5 erreurs des débutants
- Ma méthode infallible
- Quand utiliser un métronome ?
- Perd-t-on l'âme de la musique en jouant avec un métronome ?
- Comment utiliser un métronome ?
- Comment savoir le tempo d'une partition ?

Je vais partager avec vous ma technique pour mettre un terme une bonne fois pour toute à ce problème et vous donner toutes les clés pour réussir à jouer avec le métronome en suivant les battements doux et régulier de ce petit instrument. Et tout cela sans stress ! Vous vous sentirez à l'aise et jouer avec le métronome vous semblera naturel.

Le métronome est un outil qui bat la pulsation. Son tempo est mesuré, quand je règle le métronome sur 60, j'entends 60 battements à la minute.

Il existe des métronomes à balancier et des métronomes électroniques. Le métronome électronique paraît plus fiable. Mais certains nostalgiques préfèrent voir le mouvement de balancier exprimer la pulsation.

Vous pouvez aussi opter pour une application sur votre mobile ou votre tablette.

Mais avant de partager ma méthode, voici les **5 pires erreurs** que commettent les débutants.

# Les 5 erreurs des DEBUTANTS

- Erreur n°1 : **Regarder le métronome** et essayer de jouer en même temps. C'est surtout vrai avec les métronomes à balancier. On a l'impression que regarder le métronome nous aidera à jouer avec. Mais viser les battements avec les yeux ne vous aide pas. En essayant de viser vous jouerez avec un petit temps de décalage. Ce n'est pas le but. Le mieux est de poser le métronome à côté de soi, de le mettre en marche et de fermer les yeux quelques instants pour s'imprégner du tempo. Ouvrez les yeux et jouez dans le même tempo que le métronome.
- Erreur n°2 : **Bloquer ses émotions** au lieu de les ressentir. Imaginez avoir un métronome à l'intérieur de vous même, votre coeur par exemple. Essayez de vous connecter avec votre coeur pour sentir votre état interne. La plupart du temps nous jouons en fonction de nos émotions. On joue plus vite quand on est énervé, et plus lentement quand nous sommes calmes. Retrouvez votre calme en écoutant le métronome. Fermez les yeux et imaginez votre coeur battre au même rythme que le métronome (ou inversement).
- Erreur n°3 : **Commencer à jouer son morceau sans être « calé »** avec le métronome dès le départ. Pensez à compter 2 mesures complètes avant de jouer. Je vous conseille de compter à haute voix au début. Avec l'habitude vous n'aurez plus besoin de compter tout fort. Vous compterez dans votre tête et vous partirez avec le métronome.

- Erreur n°4 : **Jouer trop vite.** Bien souvent on se laisse envahir par le stress. Au lieu d'écouter le métronome en fermant les yeux, d'imaginer que le métronome bat à la même vitesse que son coeur, de compter avant de démarrer, on démarre tête baissée et en se laissant envahir par le stress. Résultat : on joue **contre** le métronome au lieu de jouer **avec**. En appliquant les 3 premiers conseils vous pouvez éviter cette 4e erreur.
- Erreur n°5 : **Oublier de se réajuster avec le métronome en cours de route.** En effet, lorsque nous jouons un morceau il est indispensable de corriger son tempo. Gardez une oreille à l'écoute du métronome et soyez attentif à vos impressions. Vous avez sans doute l'impression que le métronome ralentit dans les passages difficiles et au contraire il bat plus vite dans les passages difficiles. Et c'est encore pire quand vous jouez avec les nuances. Le tempo est plus rapide quand vous jouez *piano* et il ralentit quand vous jouez *forte*. Toutes ces impressions sont normales. Nous sommes des être humains et nous ressentons des émotions. C'est ce qui fait de nous des êtres sensibles. Mais nous apprécions mieux la musique quand elle est parfaitement cadencée avec peu de différence de tempo :)
- Erreur n°6 : **Oublier le métronome en cours de route.** Elle rejoint l'idée de l'erreur n°5. Il est fréquent pour les débutants d'oublier d'écouter le métronome et de se réveiller à la fin du morceau, avec la réflexion : « Ah ! Tiens ! le métronome était en route ! » Gardez toujours une oreille attentive. Si cela vous paraît trop difficile, habituez-vous sur des petits exercices tout simples comme jouer Do Ré Mi Fa Sol Fa Mi Ré Do avec une main. En noires et ensuite en blanches.

# Ma méthode INFAILLIBLE

## Avant de mettre en route le métronome :

- **Ecoutez les battements de votre coeur.** Bat-il vite ? Lentement ?  
Ecoutez la régularité des battements de votre coeur.
- **Prenez conscience de votre respiration.** Concentrez-vous sur le rythme des battements de votre coeur et sur le rythme de votre respiration.
- **Imprégnez-vous de votre rythme intérieur,** immergez-vous dans votre propre régularité.

## Mettre en route le métronome :

- **Ecoutez le métronome** en fermant les yeux.
- **Comptez les battements à voix haute** (1-2-3-4) plusieurs fois.
- **Levez-vous et marchez,** déplacez-vous au rythme du métronome.
- **Prenez en main votre partition et lisez mentalement votre partition.** Debout, déplacez-vous au rythme du métronome, lisez votre partition du début à la fin. Vous pouvez aussi marcher sur place si vous préférez.
- **Lisez à haute voix vos notes,** ou **chantez** la main droite ou la main gauche **en continuant à marcher.**
- Revenez au piano et asseyez-vous. **Lisez mentalement** votre partition du début à la fin tout **en suivant la cadence** du métronome.
- **Comptez à voix haute 2 mesures puis jouez.** Gardez toujours une oreille attentive pour vous caler au besoin. Ne dramatisez pas si vous faites des erreurs, rattrapez-vous ou reprenez-vous et continuez.

La règle d'or est de prendre son temps et de rester calme. Gardez à l'esprit votre mouvement de marche.

## Quand utiliser un métronome ?

Le métronome est un outil de travail, **mais le but est de pouvoir s'en débarrasser.**

Les musiciens utilisent le métronome lorsqu'ils travaillent un morceau afin de conserver une pulsation constante. Si le morceau est difficile à jouer, on commence par un **tempo lent** puis on augmente petit à petit

Dans les cours en ligne que je partage sur [lpiano1blog.com](http://lpiano1blog.com) je joue le morceau **deux fois plus lentement**. Par exemple si le morceau se joue à 100, je commence à 50. Vous aurez tout le temps pour accélérer le tempo plus tard. C'est valable aussi quand aucun mouvement n'est donné. Si vous êtes en difficulté descendez le tempo à 40.

## Perd-t-on l'âme de la musique quand on joue au métronome ?

La majorité des musiques qui passent à la radio est de la musique métronomique. Il n'y a guère que « France Musique » ou « Radio Classique » entre autre qui passent de la musique non métronomique. Partout dans le monde, on utilise un « clic » pour les musiques de radio. Tout le morceau sera basé sur ce clic sans variation de tempo.

Les **Beatles** ont utilisé ce procédé dans la chanson « **Black bird** ». Toute la chanson est basée sur un métronome. L'utilisation du métronome fait que la musique est plus mesurée. Son contraire est le rubato. C'est le terme utilisé quand le compositeur autorise des variations de tempo.

# Comment utiliser le métronome ?

**Pour travailler** un morceau de musique nous pouvons utiliser le métronome. **Il nous sert à augmenter le tempo** petit à petit. On augmente graduellement le tempo pour atteindre le tempo demandé.

On utilise le métronome **pour améliorer notre technique** instrumentale. Il nous permet de **pousser le tempo** au-delà de nos limites.

Pendant plusieurs séances étalées sur plusieurs semaines, nous jouons avec le métronome un passage difficile, une gamme, un arpège etc... avec le métronome. Au début on règle le métronome sur un tempo lent et on augmente le tempo cran par cran. On pousse le tempo toujours plus loin de séances en séances. Ensuite on descend toutes les graduations gagnées au cours de la séance. Par exemple :

Je commence ma séance à 80. A ce moment, 80 est un tempo un peu difficile pour moi. J'arrive à suivre, mais je dois me concentrer très fort pour rester en place.

J'augmente et je joue 84 et 88. J'essaie 92 si je peux.

Je m'arrête à 92 car je ne peux pas aller plus loin aujourd'hui, je n'arrive pas à suivre mon métronome à 92. Je suis tout le temps derrière c'est-à-dire que je suis en retard.

Ensuite, je joue en baissant d'un cran à chaque fois : 88, 84, 80 pour arriver au point de départ. Petit à petit, je retrouve mon calme. Ralentir me fait du bien, je me sens plus à l'aise en jouant à 80.

En faisant cela je consolide mon tempo. Quand j'arrive au point de départ, cela me paraît lent et plus facile que tout à l'heure.



# Comment savoir le tempo d'une partition ?

Le tempo est écrit sur la partition avec une indication de mouvement : Adagio, Andante, Allegro...

La graduation peut être indiquée par un nombre compris entre 40 et 208. C'est l'unité de temps.

Les correspondances entre les termes italiens et les graduations métronomiques sont approximatives et très variables d'un compositeur à l'autre. Ce tableau peut vous aider à trouver le bon tempo.

Nom	Indication	Pulsations par minute
<b>Grave</b>	très lent et caractère solennel	inférieur à 40
<b>Largo / Larghetto</b>	large largo est le diminutif de larghetto	40-60
<b>Lento / Adagio</b>	assez lent, à l'aise Lento est l'intermédiaire entre Largo et Adagio. Adagio est souvent accompagné d'un adjectif sostenuto, cantabile...	60-80
<b>Andante / Andantino</b>	en marchant andante est souvent suivi de : con moto, amoroso, sostenuto andantino, est légèrement plus rapide que l'andantino	80-108
<b>Moderato</b>	modérément	108-120
<b>Allegretto / Allegro</b>	assez rapide allegretto est légèrement moins vite que allegro	120-168
<b>Presto</b>	rapide	168-200
<b>Prestissimo</b>	encore plus rapide	200-208

# Pour conclure

Sortez votre métronome de son étui et mettez-le en route le plus souvent possible. Si vous n'avez pas encore ce petit objet, allez en acheter sans attendre !

Faites des séances de travail courtes. Il est important de privilégier la qualité à la quantité. Restez concentré et gardez une oreille attentive au métronome.

Mais avant tout gardez votre calme ! Le but est de s'en faire un ami.

Mettez-vous en action en appliquant les conseils de ce PDF. Si vous n'y arrivez pas, ne vous découragez surtout pas. Exercez-vous sur des choses très simples pour focaliser toute votre attention sur la pulsation. Peu à peu vous vous familiariserez avec cet outil précieux et vous sentirez vos progrès de séances en séances. Et ça, c'est extrêmement motivant.

Il existe encore bien d'autres façons d'utiliser un métronome. Vous les découvrirez au fur et à mesure de votre aventure pianistique.

Alors maintenant on y va et ...

... en cadence !