

DESCRIPTION

Les ji-uchi sont les rythmes de base, qui accompagnent les thèmes et les solos dans une performance de taiko.

Les ji-uchi fondamentaux sont trois, et le premier est le plus utilisé, dans le taiko comme dans toutes les musiques.

Il s'appelle GOBU GOBU et consiste à une très simple alternance de droite et gauche sur un temps binaire.

Dans la transcription typique, c'est **Doko doko doko doko doko** etc, toujours le même.

MATERIEL

Je peux utiliser de vrais **bachi** si j'en ai acheté ou fabriqué, et un vrai tambour, avec un tissu replié sur la peau si je suis en appartement. Ou alors tout simplement un tissu replié posé sur la table, et des cuillères de cuisine en bois si je n'ai pas de bachi.

J'utilise n'importe quel **métronome** en ligne (ces trois mots sur la recherche internet et hop, on en trouve de tous les types) ou alors il y a des applis métronome à télécharger, avec des fonctionnalités sympa. Parfois je choisis de le régler de façon à ce qu'il marque le 1 tous les 4 temps, parfois je mets tous les « beats » égaux.

POSTURE

Pour un gobu gobu correct et confortable, la première chose à vérifier c'est la posture. Menton haut, regard fier, sourire, omoplates rapprochées, lombaires dé-cambrés, **épaules détendues**, coudes le long du corps, prise ferme mais pas crispée.

ACTION

Je commence à 100 bpm et je joue un DOKO pour chaque beat.

Un temps, deux coups.

Je pose mon attention sur deux choses importantes : la précision rythmique et l'équilibre d'intensité.

RYTHME

Pour la première, je remarque qu'il y a toujours un coup qui dure un chouilla de plus que l'autre. La main principale, celle qu'on utilise le plus au quotidien, est plus forte et peut avoir tendance à retomber avant le temps. Le résultat est un rythme un peu irrégulier, où le DO dure légèrement plus que le KO. Quelque chose de similaire à ce que les batteurs appellent...« shuffle ».

C'est humain, c'est normal. Alors je travaille dans ce sens : chaque coup doit durer le même temps que tous les autres. Comment faire ?

EQUILIBRE

Pour jouer des coups qui ont exactement la **même durée**, j'essaie de donner la même intensité aux coups de droite et de gauche. Il y a toujours une main que nous utilisons plus que l'autre. Pour moi, comme pour la majorité, c'est la droite. Les milles mouvements que je fais au quotidien depuis des décennies, ont pour résultat de renforcer le bras droit. Je croyais que, en tapant un peu plus fort à gauche, j'aurais atteint ce fameux équilibre rythmique.

CONTRÔLE

En réalité, ce que la main principale développe, encore plus que la force, c'est le contrôle. Elle est beaucoup plus habituée à bien calibrer sa force, sa direction, son mouvement. Un exemple concret : si je joue au tennis en prenant toujours la raquette à droite, le jour où je joue avec ma gauche mon coup sera ne sera pas forcément moins puissant, mais sûrement moins précis. Parce que la gauche n'a jamais l'occasion de pratiquer la direction et la force que je veux donner à la balle. Et quand je prends la raquette à deux mains, c'est toujours la main principale qui sait mieux diriger le coup.

Par conséquent, quand je me contente de juste taper plus fort du côté moins utilisé, je ne suis pas sûre de donner l'intensité souhaitée. Ce que je veux travailler pour ma main « secondaire » donc, c'est la précision. Pour donner à cette main plus de contrôle, il est conseillé de l'entraîner au quotidien, dans **les gestes** que l'autre main a toujours fait seule. Tu

en choisis trois et tu les fais, tout le temps, avec la main « faible ». J'ai choisi : - verser l'eau de la bouteille au verre, brosser les dents, nettoyer la maison/dépoussiérer. Tu peux choisir ce que tu veux, que ce soit manger, ou la souris de l'ordinateur, faire rebondir la balle de ping pong sur la raquette (dans ce cas, au moins 3 fois par semaine), ouvrir les portes/fenêtres/volets, arroser les plantes, etc.

ACTION 2

Revenons au gobu gobu. Je le joue donc à 100 bpm.

Je continue jusqu'au moment où je commence à ressentir du bien-être, comme une petite transe, une légèreté, une envie de sourire. J'en profite un peu (2, 3 ou 5 minutes) et puis je passe à 110.

Astuce : 5 minutes passées à faire doko doko peuvent paraître très longues. Mais lorsque je fais **tout le temps attention** à l'intensité des coups, à la posture de mon corps, à la bonne prise et à la recherche de la synchronie avec le métronome, je ne vois pas le temps passer.

Je fais 2 minutes à 110bpm, 2 minutes à 120 et ainsi de suite. Je m'arrête à la vitesse qui m'empêche la précision et je la travaille pendant quelques semaines avant de passer à la vitesse supérieure.

Les jours où je n'ai pas envie de métronome, je m'entraîne sur la musique directement. Des morceaux que j'aime, à différentes vitesses, me donneront davantage de plaisir.