

Préparation pour la pratique du Bol Taoïste Chinois, Comment produire et explorer les sons du Bol

Afin d'être en mesure d'apprécier pleinement votre expérience du jeu et de profiter de tout son potentiel sonore, avoir une bonne préparation pour la pratique du bol taoïste chinois, est indispensable avant de commencer à jouer.

Voici notre petit tutoriel pour que tout ce passe bien (chinese-spouting-bowl.com).

- 1 Poser le bol au centre du tapis en latex sur un endroit plat (utiliser le Tapis en latex comme support est indispensable).
- 2 Bien essuyer les deux poignées avec un mouchoir en papier (Elles doivent être parfaitement propres et sans aucune trace de graisse pour que l'instrument fonctionne bien, les laver avec du liquide vaisselle et bien les rincer si nécessaire).
- 3 Remplir le bol de 3 à 4 cm d'eau propre (6 cm au maximum sinon cela étouffe le son, nous déconseillons l'eau de pluie cela fonctionne moins bien, et l'eau de mer avec laquelle cela ne fonctionne pas).
- 4 Bien se laver les mains juste avant de jouer (Cela est essentiel pour que l'instrument fonctionne bien; utiliser du liquide vaisselle jamais de savon trop gras).
- 5 Trouver la position de jeu idéal pour vous. S'installer devant le bol dans une position confortable, de façon à ce que cela ne vous tire pas ni sur les bras (si vous êtes trop loin ou que le bol est placé trop haut ou trop bas), ni sur le dos, vous devez pouvoir être parfaitement détendu pour jouer correctement les sons, c'est essentiel !
- 6 Tremper les deux mains dans l'eau du bol.
- 7 Frotter les poignées avec les paumes des mains mouillées, d'avant en arrière, d'un geste lent et régulier, sans trop appuyer.
- 8 Soudain... un son va émerger du bol! Continuer le même mouvement régulier sans interruption. Le son sera un grave, un médium ou un aigu selon la position et la tension des mains à l'endroit où elles frottent les poignées.
- 9 La basse la plus grave provoque l'apparition des quatre jets d'eau (dit: les quatre fontaines») à l'endroit où ils sont représentés sur le bol. Si l'on joue bien la basse, avec un son continu, ces jets d'eau doivent atteindre 10 à 15 cm de haut. Ils peuvent même être plus hauts encore: c'est le but!
Il est possible de jouer un son seul ou une combinaison de sons simultanément :basse, médium, aigu en même temps.

Comment produire et explorer les sons du bol ?

- a) Pour obtenir la basse qui produit les 4 jets d'eau, la paumes des mains doit être molles et détendues (Ce qui est plus facile en utilisant la partie molle de la paume entre le pouce et l'index).
- b) Pour produire des sons aigus il suffit d'avoir les mains plus tendu avec une pression plus légère sur les poignées ou d'utilisées la bosse ou le creux qui se trouve à la base des doigts, entre l'index et le majeur.

c) Pour les harmoniques aiguës, essayez avec une seule main à la fois: gauche, puis droite, avec différentes parties de la main et différentes tensions (main plus ou moins tendue, partie molle ou partie dure de la paume).

Essayez ensuite la même chose avec les deux mains en même temps: cet exercice permet de mieux comprendre et contrôler où et comment se produisent les sons.

d) Penser à se remouiller les mains dans le bol régulièrement: il ne faut jamais qu'elles soient sèches. On peut continuer à jouer avec une seule main pendant que l'on mouille l'autre, ce qui permet de ne pas interrompre le jeu musical.

e) Garder toujours un mouvement régulier, avec un changement très progressif des positions des mains pour provoquer des changements du son, et l'exploration des sons du bol.

Notez que le bol peut réagir différemment selon la personne qui l'utilise et selon les jours et l'endroit où il est posé (Faire des essais...).

Pour produire et explorer les sons du bol il y a 5 paramètres principaux :

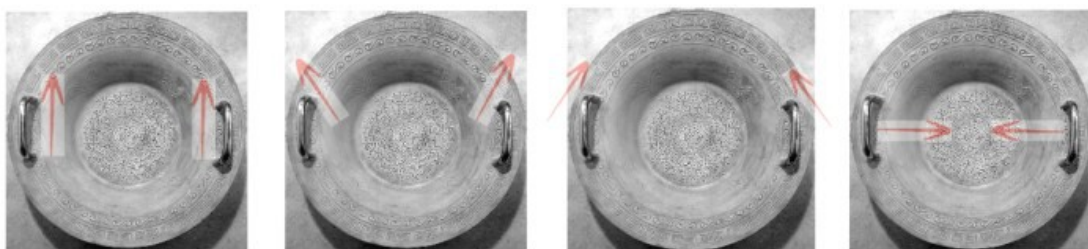
1. la tension des mains (tendues/ détendues).
2. les différentes zones de la paume des mains (zones molles ou zones plus dures).
3. la direction des mouvements des mains (voir schéma ci-dessous A.B.C.D).
4. la pression appliquée sur les poignées du bol (très légère ou légère).
5. la vitesse du mouvement de frottement (lent ou rapide).

A savoir que l'on peut:

- faire le même mouvement avec les deux mains.
- faire un mouvement différent en même temps avec chacune des mains.
- n'utiliser qu'une seule main.

Il convient donc d'explorer les sons du bol en essayant de varier les différentes combinaisons entre les cinq paramètres décrits ci-dessus, et les quatre positions des directions du mouvement ci-dessous schématisées (A; B; C; D).

directions du mouvement des mains pour produire les sons de base du bol



A
parallèle

B
en biais ext.

C
en biais int.

D
perpendiculaire

Il est fortement recommandé de toujours jouer d'abord la basse, plusieurs minutes, avant de rechercher les autres sons, ainsi que de toujours terminer une séance par celle-ci.

La basse est en effet la base de la pratique pour mettre le bol en vibration. A présent vous êtes prêt pour cette aventure sonore et sensorielle, nous vous souhaitons un agréable voyage... <http://chinese-spouting-bowl.com>