

# muzic | spirit

LE DRUMS AND BASS QUI FAIT BOUM  
BOUM DANS LE CORPS ET L'ESPRIT



# LE TUMULTE ENVIRANT DU DRUM AND BASS : QUAND LE RYTHME PULSE AU CŒUR DU CORPS ET DE L'ÂME

Dans le vaste univers des musiques électroniques, il existe un genre qui ne se résume pas à l'écoute : il se vit, il se ressent, il s'incarne. Cette musique porte la douce mélodie du DRUMS & BASS.

Accrochez-vous, car nous allons plonger dans les tréfonds de ce genre qui fait vibrer les foules et les fibres !

## LE DRUM & BASS VOUS INVITE À LA DANSE

Le Drums & Bass est bien plus qu'une simple succession de sons. Ses rythmes effrénés et ses basses profondes sont de sa une force primaire, une invitation à la danse la plus viscérale. Un phénomène qui, pour ses adeptes, a des répercussions étonnantes sur le corps et l'esprit.

Né au début des années 1990 dans les clubs et les entrepôts du Royaume-Uni,

le Drum and Bass (souvent abrégé en D&B) est l'évolution directe du Jungle. Il se caractérise par des tempos rapides, oscillant généralement entre 160 et 180 BPM (battements par minute), avec une moyenne souvent autour de 175 BPM. Son identité repose sur deux piliers fondamentaux : des breaks de batterie complexes et syncopés (souvent basés sur le légendaire «Amen Breaks») et des lignes de basse pro-

fondes et omniprésentes. La mélodie, quant à elle, est souvent plus minimalistique, laissant toute la place au travail rythmique et aux infrabasses.

«Toute matière est liée par l'énergie, et tous les êtres vivants sont connectés. La musique Drums & Bass est méditative, thérapeutique, et porteuse d'une énergie spirituelle».

Virginie Nodin - Artiste spirituelle du groupe Chat-O-Fil



# LES DIFFÉRENTS STYLES DU DRUM & BASS

**L**e Drums & Bass est une véritable nébuleuse de styles aux nuances distinctes :

**Jungle** : Le précurseur, souvent plus lent, avec des influences reggae, dub et R&B, caractérisé par des samples vocaux et une ambiance plus organique.

**Liquid Funk** : Le côté le plus doux et mélodique du D&B, influencé par le jazz, la soul et le R&B. Les morceaux sont souvent plus atmosphériques, avec des voix et des mélodies chaleureuses.

**Jump-Up** : Reconnaissable à ses lignes de basse lourdes et «bondissantes» et à ses breaks incisifs, c'est le style par excellence pour faire exploser le dancefloor.

**Neurofunk** : Plus sombre, froid et expérimental, le Neurofunk se distingue par des basses distordues et des rythmes complexes, créant une ambiance futuriste et souvent oppressante. C'est un cousin direct du Techstep.

**Techstep** : Précurseur du Neurofunk, il est caractérisé par des basses distordues et monotones, et des breaks samplés agressifs, créant une atmosphère rude et industrielle.

**Darkstep** : Comme son nom l'indique, ce sous-genre est le plus sombre et agressif, flirtant avec l'horreur sonore grâce à des atmosphères anxiogènes et des basses grondantes.





Au-delà de l'expérience auditive, l'écoute du **Drum and Bass** a des effets physiologiques et psychologiques bien documentés. Ce n'est pas un hasard si les salles de concert et les dancefloors se transforment en véritables exutoires !

**Endorphines et Dopamine se libèrent :** Le rythme entraînant des basses puissantes stimulent la production de ces «**hormones du bonheur**». La **dopamine**, liée au plaisir et à la motivation, et les **endorphines**, analgésiques naturels, procurent une sensation d'euphorie et atténuent la perception de la douleur et de la fatigue.

**Stress et anxiété réduites** : la musique en général, y compris les genres rapides, peuvent avoir un effet **catartique**. Le rythme rapide et répétitif peut induire un état de transe, permettant de libérer les tensions et de focaliser l'esprit, réduisant ainsi le niveau de cortisol (l'hormone du stress). Le «lâcher-prise» que procure le D&B est une forme de méditation active.

**Concentration et coordination améliorées** : Les structures rythmiques complexes du Drum and

Bass stimulent certaines fonctions cognitives du cerveau. Pour les musiciens, elle améliore la perception auditive et la motricité fine. Sur le dancefloor, la nécessité de suivre ces rythmes syncopés sollicite la coordination et l'agilité.

**Connexion sociale et expression de soi** : Partager l'expérience du D&B en live, c'est se connecter à une communauté, ressentir une énergie collective. Cette immersion favorise l'**expression de soi par la danse**, renforce les liens sociaux et procure un sentiment d'appartenance.

En somme, le Drum and Bass n'est pas juste du bruit ; c'est une onde de choc qui réveille le corps, apaise l'esprit et nourrit l'âme.



Alors la prochaine fois que vous entendrez ces kicks percutants et ces basses vibrantes, ne résistez pas. Laissez-vous emporter par le rythme, en dansant sur la

Drum and Bass, vous pourriez bien trouver votre propre battement de cœur, et la raison, une fois qu'on y

a goûté, il est impossible de ne pas en redemander... même si vos voisins, eux, pourraient vous regarder avec des yeux ronds comme des bass drums !