

■ Formazione in Funzionalità Vocale: cos'è?

Maria Silvia Roveri

“Ma con la Funzionalità Vocale si canta?”

Questa la domanda postami a bruciapelo da un'insegnante di canto, appena conosciuta la mia professione.

“Sì, si canta, certo che si canta...”

“E che cos'è allora? Non sarà mica una di quelle cose più psicologiche che pratiche?”

La signora era diretta, “senza peli sulla lingua”, diremmo. C'è bisogno di essere espliciti, semplici e chiari, in questo mondo che si arrampica sovente sugli specchi delle illusioni.

Qual è allora la definizione più semplice ed elementare di Funzionalità Vocale?

“L'insieme delle funzioni che concorrono alla formazione del fenomeno ‘voce’”.

L'insegnante di canto sembrava soddisfatta, o forse ancora perplessa, ma non chiese più nulla. Però la domanda accese la mia curiosità, immaginando altri possibili interlocutori. E poi le domande sono un aspetto fondamentale della nostra pedagogia del canto, nella quale affermiamo che senza domande non ci sono né ricerca, né sviluppo vocale.

Quali sono allora le funzioni coinvolte nella voce? “Il suono, l'orecchio, la laringe, il tratto vocale, la respirazione, il cervello, il sistema nervoso con tutti i suoi recettori sensoriali, il sistema motorio, la mente, la psiche, e – *last but not least* – l'anima e lo spirito.” Un sistema estremamente complesso - la voce -, e totale, che non esclude nulla; tante funzioni e tanti diversi fattori da conoscere, sensibilizzare, educare e armonizzare tra loro.

Se poi teniamo conto del fatto che la voce può essere cantata, ma anche parlata, e che i due diversi ‘linguaggi vocali’ hanno una precisa gerarchia reciproca e precise funzioni comunicative e vitali, il mondo delle funzioni vocali si espande ancora di più.

E se includiamo pure l'espressione artistica con i suoi linguaggi specifici del testo, della musica, dell'incontro tra diverse voci e strumenti, oltre che tra diversi esseri umani, il mondo diventa tanto vasto quanto un'intera esistenza.



Oltre alla consapevolezza, sensibilizzazione, educazione e armonizzazione delle funzioni, abbiamo pure la ‘pretesa’ che esse possano crescere, svilupparsi e trasformarsi, a servizio del canto, certo, ma anche a servizio della vita intera.

Qui entra in gioco la “Formazione in Funzionalità Vocale”. Un fenomeno così vasto, complesso e totalizzante non può essere ridotto ad alcune lezioni di canto o a un corso di un fine settimana. Chi desidera veramente cantare ‘funzionalmente’ o conoscere in profondità se stesso attraverso la voce, deve prevedere un approccio formativo serio, che abbia una durata prolungata, che affronti tutte le tematiche almeno dal loro punto di partenza, che ne approfondisca le reciproche relazioni, che non escluda nulla a priori come insignificante o marginale.

Nella mentalità dell'usa e getta e del *fast-food*, proporre un percorso formativo lungo e profondo è decisamente fuori moda; eppure è affascinante e affascina, perché nell'intimo ogni uomo sa che il ‘premio’ non è solo una voce più funzionale, brillante, portante, senza fatica e senza peso, ma è un'intera esistenza che cambia impronta e orientamento, nella pienezza e nella vita.

■ Funzionalità...quotidiana

Valentina Taffarello

Così come ogni ambito della nostra vita non è separato dagli altri, e, in modo più o meno evidente ed esplicito, influenza gli altri ambiti, così il lavoro con la funzionalità vocale porta nella vita di tutti i giorni dei cambiamenti sostanziali - anche se talvolta invisibili all'esterno - nella qualità del vivere.

Ogni nostro gesto, emozione e pensiero, ogni suono vocale e strumentale, sono impregnati dei nostri modelli e della nostra storia. Nel lavoro con il suono e con il corpo diamo a questi modelli la possibilità di essere scoperti e lasciati andare, dirigendoci verso qualità più funzionali e integrate tra loro.

Un esempio: nel lavoro corporeo percepiamo una parte del nostro corpo, la osserviamo, ne scopriamo lo stato globale e quello delle sue funzioni, cioè i modelli che le appartengono, e attraverso il suono, le varie stimolazioni o immagini

sensoriali, le permettiamo di trasformarsi, sentendola così in modo nuovo. Il nuovo stato di una o più parti, unito al nostro percepire questi cambiamenti, provoca inevitabilmente delle trasformazioni anche nel cantare e nelle azioni della quotidianità, nel momento in cui mettiamo consapevolmente in relazione percepire e agire.

La difficoltà è piuttosto il prendere coscienza di questi cambiamenti, perché la nostra sensibilità non è sempre così raffinata, e i cambiamenti stessi a volte sono molto sottili. Solo l'acquisirne consapevolezza permette alle trasformazioni di stabilizzarsi in nuovi stati più funzionali, del corpo e dell'intero essere.

Per sviluppare la sensibilità è quindi fondamentale dedicarsi con costanza alla percezione e all'osservazione di sé stessi. All'inizio abbiamo bisogno di ritagliare qualche momento apposito in cui il corpo sia fermo e calmo, quindi, un po' alla volta, diventiamo capaci di sentire ciò che accade al nostro interno anche durante l'esecuzione di un movimento.



Un po' alla volta il corpo manifesta sempre più apertamente il suo stato e, attraverso la riduzione della pressione-tensione eccessiva e l'orientamento a uno stato vibratorio a frequenza più elevata, raggiunge stati di equilibrio sempre più raffinati. Il corpo ha in sé la capacità di auto-organizzarsi e auto-guarirsi, dobbiamo solo togliere gli impedimenti affinché ciò accada, primo fra tutti un'elevata pressione interna, in tutte le sue manifestazioni.

In prima persona ho potuto sperimentare come, negli anni, si sia trasformata ad esempio la mia postura, o sia cambiato il mio modo di camminare, o come il lasciare che la natura vibratoria del corpo guidi i movimenti ne abbia trasformato l'economia, anche nell'esecuzione di semplici lavori domestici quali spazzare il pavimento, tagliare la verdura, pulire i vetri, ecc. Gestì come questi, che prima eseguivo automaticamente e spesso con fatica, sono diventati una bellissima occasione di ascolto interiore, di richiamo alla presenza, e, in qualche momento di grazia, hanno perso la connotazione negativa e sono diventati una vera e propria danza della vita.

Non solo: il lavoro sulle emozioni, sulla de-programmazione intellettuale, o altri approfondimenti che considerano il cantare in aspetti diversi da quello corporeo, hanno lavorato dentro di me, a volte anche a mia insaputa, portandomi a vivere sempre più nell'unità dell'essere, quell'unità in cui tutte le varie parti (fisiche, psichiche, intellettuali, emozionali, spirituali) sono in comunicazione e collaborazione tra loro, con conseguente maggior equilibrio e resilienza, migliore qualità della relazione con me stessa e con gli altri. Il suono della voce quale manifestazione dell'intero essere è stato un mezzo privilegiato per trasformare la mia vita.

Attività formativa

Prossimamente...

1. **4 ottobre** - Giornata tematica: **La respirazione 'equilibrata'**
2. **6 dicembre** - Giornata tematica: **La faringe e la catena dei costrittori**



Laboratorio di canto gregoriano

Ami la bellezza, l'equilibrio e l'armonia?
Desideri andare alle radici di un canto che non conosce confini di tempo e di spazio?
Ami i percorsi dello spirito e la profondità delle cose vere, buone e belle?

Nel laboratorio di canto gregoriano puoi assaporare la gioia del cantare insieme ad altre persone con cui condividere questo viaggio nella musica, nello

spirito e nella voce.

Il laboratorio si svolge circa **ogni tre settimane, il lunedì dalle ore 19.00 alle ore 21.00** presso la sede di Voce Mea a Santa Giustina (BL), in via Statagn, 7, senza obbligo di frequenza. Non sono necessarie particolari capacità musicali o vocali. Richiedi il calendario degli incontri!

Ogni lezione-laboratorio costituisce un'unità in sé conclusa, sempre nuova, comprendendo suono d'insieme, salmodia, studio della notazione gregoriana, canto di brani scelti secondo il tempo dell'anno.



Voce Mea – Associazione culturale di Promozione Sociale – Via Statagn, 7 32035 S.Giustina (BL)

Tel e fax 0437-859296

segreteria aperta dal lunedì al venerdì dalle 11.30 alle 14.00

www.vocemea.it info@vocemea.it