

■ Un corpo per la musica

Maria Silvia Roveri

La voce è l'unico strumento musicale che non ha bisogno di nessun apparato o oggetto esterno al corpo umano per poter 'funzionare'. La laringe è uno strumento musicale accessibile a tutti. Cantando ci è dato il dono di fare autentica musica in qualsiasi luogo e condizione.

Certamente possiamo far musica anche percuotendo mani e piedi, ma è solo della laringe la possibilità di produrre suoni ad altezza tonale variabile e definita, di lunga durata, con una infinita varietà di sfumature timbriche e di intensità.

In realtà, nemmeno la laringe da sola basterebbe: isolata, la vibrazione da essa prodotta non sarebbe molto diversa dal suono di un'ancia d'oboe priva del corpo dello strumento.

Quella meraviglia della Creazione che è il canto ha bisogno, per manifestarsi nel suo splendore, dell'intero corpo umano. Sì, dell'intero corpo! Il solo tratto vocale – così come è solitamente considerato: cavità sopra e sottoglottiche – non sarebbe sufficiente per la pienezza del suono vocale; la sola presenza di un mantice che soffia aria nell'ancia non basterebbe. Tutto il corpo del cantante è un corpo per la musica, di cui però - quasi sempre - non vengono colte tutte le potenzialità.

È necessario considerare il corpo umano come un 'corpo vibratorio', i cui diversi elementi, accanto alle loro funzioni primarie di vita e di comunicazione, ne possiedono almeno una terza, più raffinata ed evoluta, al servizio della vibrazione e della musica. Vediamone sinteticamente gli elementi: cavità, tubi, legamenti, membrane, ossa, liquidi, strutture nervose, mucose, muscoli...

Delle cavità e dei tubi, in quanto contenenti aria, è propria la funzione di spazi di risonanza, nei quali determinate frequenze vengono smorzate e altre rinforzate. Le loro dimensioni, la loro forma e le caratteristiche delle pareti sono i fattori che maggiormente influiscono sulla loro funzione. Lo chiameremo 'corpo pneumatico'.

I legamenti, le membrane e le ossa sono ottimi oscillatori, in grado di generare frequenze anche ad altissima velocità. Determinanti per la loro funzionalità sono la tensione, lo spessore e l'umidità. Lo chiameremo 'corpo connettivo'.

I liquidi sono ottimi conduttori non solo di elettricità, ma anche di vibrazioni, dal momento che la trasmissione del suono in essi è molto più efficiente e veloce di quella nell'aria. Lo chiameremo 'corpo liquido'.



Le strutture nervose sono puro 'suono', attive a diverse frequenze e velocità di trasmissione, affini all'elettromagnetismo, capaci di reagire finemente a minuscole variazioni nella loro frequenza di base. Il corpo 'nervoso' è un corpo che, dentro di noi, finché c'è vita, oscilla spontaneamente senza mai cessare di 'fare musica'.

Le mucose, che rivestono tutti i visceri e il nostro corpo interno, hanno in comune con i tessuti connettivi la capacità di oscillare a frequenze molto acute, molto più elevate di quelle a cui possono oscillare i muscoli.

E giungiamo dunque al 'corpo muscolare', pure necessario alla musica, ma molto più come 'servo' di tutte le strutture precedenti, che come loro 'sovrano'. Nessun muscolo ha la capacità di oscillare alle alte frequenze generate in un suono vocale, o con la complessità e ricchezza apportata dalle strutture precedenti.

Dalla combinazione e dall'interazione di tutte queste strutture comprendiamo facilmente quanto il nostro corpo sia veramente un corpo musicale, pulsante e vibrante, che non solo reagisce alla musica, ma ne genera in continuo di propria.

Conoscere la musica del corpo cambia completamente il rapporto con la voce, il suono e la musica prodotta nei millenni. C'è un rapporto 'sacrale' tra essi che va molto oltre il puro fatto funzionale o artistico. Entrare in una relazione 'musicale' con il corpo conduce il cantante (ma anche un qualsiasi strumentista) a un atteggiamento umile, semplice, gioioso e giocoso, quasi infantile, di scoperta, di disponibilità a vibrare, libero da preoccupazioni o affanni, tonico e ricco di energia. Uno stato che non esito a definire commovente, che solo chi ha provato la pura gioia e libertà della musica, comprende.



News Voce Mea
n.15 dicembre 2015

■ Per amore o per forza, ossia la bontà di conoscere la propria voce

Camilla Da Vico

“Allora mi spieghi che cos'è sta funzionalità vocale e se mi può aiutare, perché della mia voce non vorrei proprio occuparmene!”

Sono rimasta di stucco. Sono abituata ad allievi che vengono “per amore”. Persone affascinate e che intravedono gli spazi profondi che la voce può aprire e attraversare.

Cosa dirò a una persona che viene per forza? Potrò mai insegnarle qualcosa?

“Mangia ‘sta minestra - mi diceva mia madre - o salti dalla finestra”. In pratica, mangiala per amore o per forza, o perché ti piace o perché non vuoi farti male. Poco gratificante fare la parte della minestra mangiata per forza, ma se penso che sto nutrendo qualcuno, pazienza se non mi gusta tanto!

- Cominciamo allora dalle qualità che sente nella sua voce.

- Come ‘nessuna’?

- Ascolti ancora, trovi almeno tre qualità... facciamo due... una?

- Davvero nessuna?

Io ne sento tante, ma non posso dirlo. Sarebbe un errore pedagogico e suonerebbe falso. Sento una delicatezza che ha a che fare con la fragilità e il bisogno di cura, sento una dolcezza lieve, che ne nasconde tanta altra non ancora manifestata, sento una luce che assomiglia al bagliore tenue, sento una certa schiettezza e assenza di maschere, sento, sento, sento...

“Non c'è niente di buono nella mia voce, è una voce fioca, spenta, scialba, che non si sente, che non esce...”

Ecco la minestra senza sale: non ero io, ma la sua voce... Povera voce, così poco amata. Come potrà crescere?

- Facciamo il contrario. Io le elenco alcune qualità e lei sente se ci sono o meno nella sua voce.

- C'è una certa dolcezza?

- “mmmmm” - scuote la testa come a dire: “un pochino in effetti”, e questa dolcezza cresce.

- C'è magari anche solo un alone di luce?

- “mmmmm”, e questa luce cresce.

- C'è una certa semplicità, nudità, verità? La voce prende coraggio, forza e inizia a mostrarsi sempre più.

Eccolo il sale nella minestra, vedere il bene e incoraggiarlo. Che bello!

Ho una voce: brodo di vibrazione fatto apposta per me, gratis e che nutre l'intero corpo. Più qualità trovo e più diventa buono! Me lo sono bevuto per forza per tanto tempo... Se lo sapevo prima! Dopo quattro lezioni Mariella si commuove: “Non ho mai sentito la voce così”.

Tiro un sospiro di sollievo e penso: conoscere la voce viene prima di amarla. La vita a volte ci porta alla voce per amore. Altre volte ci porta a lei per forza. Poco importa.

Grazie alla vita comunque, perché in qualche modo ci ha fatto arrivare.

Prossimamente a Voce Mea...

❖ **Giornate tematiche** - Lavoro collettivo corporeo e sensoriale; lezioni individuali.

1. **5 dicembre – Orientarsi al centro**
2. **30 gennaio 2016 – Il corpo, strumento per la musica**
3. **27 febbraio 2016 – Strutture della laringe**

❖ **XII Corso di Formazione in Funzionalità Vocale**

Prende avvio il 29 gennaio 2016 il XII Corso di Formazione in Funzionalità Vocale. Articolato in tre livelli con otto fasi seminariali intensive annuali, il Corso permette di conoscere in profondità il complesso sistema “Voce”, integrandolo nella propria vita e professione. Ultimi posti disponibili.

❖ **Laboratorio di canto gregoriano**

In tre ore, al sabato mattina, vengono proposti da Maria Silvia Roveri alcuni brani secondo il tempo dell'anno, dalla semplice salmodia ai ricchi brani del repertorio

gregoriano, sviscerando i diversi molteplici aspetti – notazione, suono, musicalità e spiritualità - di questo canto tanto antico quanto sempre nuovo e vivo.

Il prossimo incontro è **sabato 19 dicembre 2015, dalle ore 10.00 alle ore 13.00 - Tema: il Natale!**

❖ **Sessioni di lezioni individuali di Funzionalità Vocale**

Lezioni individuali di 30 o 45 minuti, all'interno di un gruppo, con possibilità di assistere alle lezioni degli altri allievi. Docenti: Maria Silvia Roveri, Camilla Da Vico, Tarcisio Tovazzi (repertorio artistico).

Prossime sessioni: **sabato 12 dicembre e sabato 9 gennaio 2016**

❖ **Voce e Spirito**

Giornate di formazione umana e spirituale attraverso la voce.

Primo incontro: **23 Gennaio – La voce: chiave dei sensi, porta dell'anima**

Il notiziario “Cantando cantando” è stampato in proprio



Per informazioni: 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