

Christel Lindstat

Artiste lyrique mezzo-contralto

@ Tous droits réservés – www.christel-lindstat.org – 13 février 2014



La voix lyrique

par Christel LINDSTAT

"Je ne crois pas à la vertu salvatrice du talent sans travail acharné. Sans ce travail, le plus grand talent se tarit".

Chaliapine: "Ma vie"

I - Qu'est-ce que la technique vocale

La technique vocale est l'ensemble des procédés qui permettent l'exploitation de toutes les ressources de l'appareil phonateur. On peut comparer cet ensemble de procédés à un puzzle se mettant petit à petit en place au fur et à mesure de l'intégration des outils et de leur appropriation par des sensations.

Le devoir d'un bon professeur de chant est de savoir transmettre des outils précis, définir l'ambitus vocal, explorer et développer la voix au maximum, apprendre à chanter à volonté dans tous les degrés de force désirés, permettre de maîtriser la voix et donc d'amener l'élève vers l'autonomie. Il doit être à l'écoute de l'apprenti-chanteur car ce travail est véritablement un échange de sensations physiologiques et psychiques mouvantes et évolutives.

Les cordes vocales sont génératrices de son mais c'est bien avec notre oreille que nous allons pouvoir le contrôler. La hauteur du son dépend de la fréquence de ce son, plus la fréquence du son est faible plus le son est grave, plus elle est serrée, plus le son devient aigu. La justesse du son vient du contrôle de l'oreille, sensible aux fréquences exactes des hauteurs sonores, car on chante juste si l'on entend juste, et l'on chante faux si l'on entend mal.

La voix: un instrument à vent mais aussi à cordes, qui ne ressemble cependant à aucun instrument de musique. Avant de commencer son œuvre, tout artisan doit bien connaître les outils et les instruments de son art; il en va de même pour le chanteur.

II - Les catégories vocales et les registres

On considère généralement qu'il existe trois types de voix:

Voix grave, voix moyenne et voix aiguë. Pour les femmes, ce sont les catégories de contralto (ou alto), mezzo-soprano et soprano. Pour les hommes, il s'agit des voix de basse, de baryton et de ténor. Il faut néanmoins comprendre qu'au sein de ces trois catégories, il existe de nombreuses nuances et sous-catégories.

La voix comprend trois registres: registre grave, registre du médium, registre de l'aigu. La longueur de chaque registre diffère suivant le type de voix.

La technique vocale doit permettre de passer habilement de l'un à l'autre sans qu'il y ait une différence trop importante: c'est ce qui permet l'homogénéité de la voix. Les notes de passage - nous pourrions dire: la note de passage - sont parfois délicates à repérer. Le passage varie d'un demi-ton, parfois d'un ton suivant les individus ayant même tessiture vocale.

III - Répartition des organes de la voix

La répartition classique des organes de la voix est habituellement ainsi exposée:

- a) un émetteur: le larynx et son vibrateur, les cordes vocales, formant par leur ouverture ou leur fermeture plus ou moins complète le clapet de la glotte (orifice qui s'ouvre ou se ferme sous l'action de l'épiglotte.)
- b) la soufflerie: sous l'émetteur, composé des poumons et de leur volume d'air aidés par des muscles aspirateurs (prise d'air) et expirateurs (rejet de l'air).
- c) Les résonateurs: les cavités pharyngées (arrière gorge), la cavité buccale et parfois le naso-pharynx (ou arrière-nez ou cavum) les sinus (maxillaires, frontaux, sphénoïdaux) et la poitrine haute (thorax).

IV - La physiologie respiratoire et ses muscles

Le geste respiratoire est identique chez l'homme et chez la femme.

Il se partage de chaque côté d'une ligne de séparation (d'ailleurs mouvante) représentée par le diaphragme: colonne musculo-tendineuse qui sépare le thorax de l'abdomen. C'est le muscle inspireur principal. Il s'abaisse à l'inspire et écarte les côtes inférieures en appuyant sur les viscères.

Sous le diaphragme, l'abdomen et ses muscles: tous expirateurs, c'est-à-dire chassant l'air inspiré par le diaphragme. L'expiration abdominale est toujours une expiration volontaire, active, et non passive comme celle de la respiration courante dont l'expulsion de l'air vient des poumons fermant et abaissant la cage thoracique.

Au dessus du diaphragme, la cage thoracique et ses muscles.

La respiration complète demande une inspiration complète, une expiration au processus précis: abaissement du diaphragme puis écartement des côtes; il s'agit de la respiration costo-diaphragmatique. Cette inspiration suppose une dilatation aussi bien thoracique qu'au niveau de la taille; pour qu'elle soit satisfaisante, il faut éviter une remontée des épaules par les muscles inspireurs hauts (au niveau du cou).

L'art du chant consiste à économiser les réserves d'air pour prolonger les sons au long d'une phrase musicale. C'est pourquoi il faut veiller à garder les côtes écartées le plus longtemps possible afin de porter le son en le timbrant.

Pourquoi le souffle compte-t-il tant?

parce que bien dispensé, il est le grand élément physiologique par lequel le chanteur a quelque prise pour assurer aux cordes vocales leur plein essor sonore et un confort vocal.

a) La prise d'air:

La prise d'air sera buccale et non nasale (même si rien ne s'oppose à ce que l'air rentre également un peu par le nez) pour plusieurs raisons: le chant laisse peu de temps entre deux émissions et nous force à aspirer rapidement beaucoup d'air; d'autre part parce que l'expiration prolongée que nous rendons sonore en chantant exerce une contrainte, une gêne sur l'élasticité pulmonaire et commande impérieusement une nouvelle ventilation.

Ensuite, le nez, vu son calibre, ne permettrait pas le passage d'une grande quantité d'air. Il faut toujours "attaquer" le son sur la prise d'air, après ce court instant d'apnée, car cette prise d'air donne sa forme au son qui va suivre: on parle du moule. Il convient de détendre l'abdomen à chaque inspire, la respiration doit faire du bien, c'est un moment de détente entre deux émissions sonores.

b) La rétention du souffle:

Qu'on entende par rétention du souffle la possibilité de retenir ce souffle sans l'expirer immédiatement après l'inspiration de l'air: c'est l'apnée utilisée par le chanteur que suppose la lente émission vocale.

Ce principe s'avère indispensable à la future et souvent longue expiration sonore que suppose le chant; économie de rigueur aussi bien dans la force que dans la douceur pour préserver la qualité vocale en évitant les fuites d'air nuisibles à l'esthétique du son et au confort vocal.

On parle de "résistance"; sa maîtrise est parfois longue et difficile car elle exige une capacité à trouver un équilibre entre le lâcher et la tenue du son qui ne peut se faire que par une musculation progressive et nécessaire du corps.

La colonne d'air: Ce terme vient des sensations produites par le souffle, sensations qui vont s'incarnant, se solidifiant en quelque sorte en une colonne d'air sise verticalement à l'intérieur du corps humain.

V - La physiologie laryngée et ses muscles

Analyser le comportement du larynx et de ses muscles est difficile et serait exhaustif; son fonctionnement est à la fois d'origine nerveuse et musculaire et seules comptent les impressions vocales intelligemment perçues, intelligemment enseignées qui, par le rendement sonore qu'elles développent, confirment que larynx et cordes vocales travaillent au mieux de leurs possibilités. Les muscles du larynx (intrinsèques et extrinsèques) sont nombreux et agissent en un synchronisme achevé et compliqué.

Notons seulement que certains d'entre eux (muscles extrinsèques) relient le larynx au voile du palais, membrane souple faisant suite au palais dur et qui sépare l'arrière bouche des fosses nasales. Le voile du palais se voit en liaison étroite avec les piliers de la gorge, lesquels entrent en relation avec le fonctionnement du larynx et des cordes vocales.

Il est important de constater que le larynx dans une bonne émission vocale doit s'abaisser à l'inspire et rester le plus possible dans cette position, en sachant qu'il existe une réelle flexibilité quant à sa mobilité. Cette position du larynx permet au son de passer facilement et sans contrainte et lui donne de la fluidité et contribue donc à un réel confort vocal.

VI - La bouche

La bouche est un élément essentiel dans la forme du son car c'est elle qui reçoit les sons mais les conduit également vers l'avant, les extériorise; car enfin le chant n'est il pas l'art de produire du beau son dans le but d'être offert au spectateur? La bouche est la porte entre le monde intérieur créateur de son et extérieur, et à cet égard joue un rôle primordial.

Sa fonction est très active, aussi bien dans l'inspire que dans l'expire.

Les commissures devront être très tirées vers l'avant et former ce que l'on appelle communément le "pavillon" pour permettre notamment au résonateur primordial qu'est celui de la poitrine (haute) de pouvoir fonctionner en plein.

La bouche permet de canaliser le son afin qu'il soit efficace dans son rendement, franc, direct. Elle ne doit surtout pas "ouvrir" ni "museler" le son.

La mâchoire doit être souple et le maxillaire inférieur ne doit descendre qu'après que les commissures aient été tirées vers l'avant, ce qui permet au son de basculer vers l'avant; que ce soit pour un aigu ou certains graves qu'il convient de libérer. Le maxillaire supérieur ne bouge pour ainsi dire pas pendant le travail vocal.

La langue quant à elle doit rester le plus possible au repos, le bout reposant sur les dents inférieures de devant. Le dessus, à l'arrière, peut demeurer légèrement bombé, libre, hors de la gorge, dégageant complètement le larynx, se prêtant à tous les mouvements. Elle doit bouger le moins possible afin de

permettre une articulation qui ne détruise pas la "pâte de voix".

Le voile du palais mou est très mobile et il se soulève en s'adaptant aux différents registres du morceau chanté. C'est dans les aigus qu'il est dans la position la plus élevée. Quant au palais dur, considérons que le son doit venir y résonner comme dans une petite cloche, conférant au son de la rondeur et du velours. Il est davantage utilisé dans le registre du médium.

VII - Gymnastique corporelle

Le chanteur averti effectue une véritable gymnastique corporelle et son art est un sport de haut niveau: en effet environ 156 muscles participent à l'émission vocale et de façon parfois très active.

Il convient d'adopter une attitude d'équilibre, bien sentir son corps équilibré sur les pieds et les jambes quelque peu écartées.

Le chant exige une attitude de "qui-vive" musculaire et psychique et non une attitude d'inertie.

Le travail important de la soufflerie va créer chez le chanteur une musculature spécifique qui va lui permettre de dominer son art.

Son corps entier est sollicité, et son esprit concentré sur les efforts à fournir.

Dans sa recherche de tenue du corps, il ne devra surtout pas négliger sa tenue de "poitrine" qui ne doit jamais retomber, sans quoi la voix retomberait elle aussi comme un soufflé. La tenue du corps et la "résistance" sont proportionnelles à la hauteur du son émis, ainsi qu'à son intensité.

Conclusion

Si l'art du chant est difficile à dominer, c'est parce qu'il est pratiquement uniquement basé sur l'expérience. Il participe cependant à la structuration de l'être et provoque une plénitude physique et morale qui donne à la vie toute sa valeur spirituelle. La beauté du chant dépend de la maîtrise des outils utilisés. Velours, clarté, rondeur, métal: l'alchimie doit parvenir à donner le meilleur de nous même sans oublier tout l'apport émotionnel propre à chacun.

Chaque jour est un jour nouveau, apprenons à accueillir ce que le travail vocal nous apporte au fur et à mesure et ne doutons pas ce que nous sommes capables de lui apporter; apprenons également à "lâcher prise"...

Patience, vigilance et persévérance sont les préceptes du chanteur averti.