

DANIELA BATTAGLIA DAMIANI

Introduzione

La tecnica vocale

Questa sezione è dedicata alla tecnica vocale e alla  
tecnica della tecnica vocale. Che cosa significa? In pratica  
questo capitolo di numeri è dedicato alla tecnica vocale  
e alla tecnica vocale. Che cosa significa? In pratica  
questo capitolo di numeri è dedicato alla tecnica vocale  
e alla tecnica vocale.

# MANUALE DI CANTO

La tecnica, la pratica, la postura

La pratica

La postura

Queste sezioni sono dedicate alla pratica e alla  
postura. Che cosa significa? In pratica  
questo capitolo di numeri è dedicato alla pratica  
e alla postura.

Primo capitolo: la respirazione

Questo capitolo è dedicato alla respirazione  
e alla pratica. Che cosa significa? In pratica  
questo capitolo di numeri è dedicato alla  
respirazione e alla pratica. Che cosa  
significa? In pratica questo capitolo di  
numeri è dedicato alla respirazione e  
alla pratica.

Primo capitolo: il suono e il respiro

Questo capitolo è dedicato al suono e al  
respiro. Che cosa significa? In pratica  
questo capitolo di numeri è dedicato al  
suono e al respiro.

**GREMESE EDITORE**  
[www.gremese.com](http://www.gremese.com)



DANIELA BATTAGLIA DAMIANI  
CANTO E TECNICA VOCALE

# MANUALE DI CANTO

La tecnica, la pratica, la postura

*Disegni:*  
Pietro Vitano

*Fotocomposizione:*  
Graphic Art 6 s.r.l. - Roma

*Stampa:*  
La Moderna - Roma

Copyright GREMESE EDITORE  
2004 © E.G.E. s.r.l. - Roma

*Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di questo libro può essere  
riprodotta, registrata o trasmessa, in qualsiasi modo o con qualsiasi mezzo, senza il  
preventivo consenso formale dell'Editore.*

ISBN 88-8440-303-0

P

## INDICE

<b>Introduzione</b> . . . . .	7
<b>La tecnica vocale.</b> . . . . .	11
<i>Chi va a lezione di canto? Che cos'è la tecnica vocale? A cosa serve la tecnica vocale? Che cosa significa impostare la voce? Chi usa ai massimi livelli la tecnica vocale? A che serve la tecnica vocale nel cantante non lirico? La tecnica vocale modifica la voce naturale? Qualche considerazione ancora sulla voce impostata. C'è quindi differenza tra voce naturale e voce usata in modo naturale? In sintesi: un buon motivo per andare a lezione di canto è...</i>	
<b>Il maestro e l'allievo</b> . . . . .	18
<i>Il maestro di canto: come dev'essere? L'allievo: come dev'essere? Quante lezioni fare? Seguire o no dei corsi brevi?</i>	
<b>La pratica</b> . . . . .	27
<b>La postura.</b> . . . . .	31
<i>Quale postura assumere. Errori comuni nel cantante alle prime armi. Sapersi muovere con naturalezza. Cantare rilassati o no?</i>	
<b>Prime lezioni: la respirazione.</b> . . . . .	38
<i>Importanza della respirazione corretta per il canto. Respirazione per il canto: considerazioni. Prima lezione di canto: l'inspirazione. Come prendere fiato per cantare. In pratica. Occorre il riferimento a meccanismi naturali. Inspirare senza spingere attivamente in fuori l'addome. Per inspirare bene. Respirare con il naso o con la bocca? Inspirare silenziosamente. Riassumendo.</i>	
<b>Prime lezioni: il suono e il respiro.</b> . . . . .	55
<i>Come si produce il suono nella laringe. La respirazione spiegata in funzione del canto. Riassumendo. La respirazione tranquilla. La respirazione va allenata. La durata dei fiati. Cantare per gli altri. Riassumendo.</i>	

<b>Prime lezioni: la qualità del suono.</b> . . . . .	70
<i>I suoni in gola e quelli in maschera. A cosa serve cantare in maschera. Riassumendo. L'attacco. I vocalizzi. Le vocali. Studiare le vocali. Evitare di... Stonati e intonati.</i>	

<b>Prime lezioni: pronunciare le parole</b> . . . . .	84
<i>È diverso fare un vocalizzo e cantare delle parole. L'apertura della bocca. Perché è importante aprire la bocca con scioltezza. Tutti i cantanti che hanno tecnica vocale aprono la bocca allo stesso modo. In pratica. La posizione della lingua. Evitare di... Non serve applicare una tecnica ai movimenti della lingua. Consigli per le labbra. Riassumendo. Cantare le parole. Quale intensità usare. In quale tessitura studiare. Quanto cantare.</i>	

<b>Norme salutari.</b> . . . . .	103
<i>Scaldare la voce. La fatica vocale dopo la lezione di canto. Che cosa affatica la voce e alla lunga la rovina. Cantare con il raffreddore. Fare lezione non in perfette condizioni fisiche. Alimentazione e canto.</i>	

<b>La classificazione della voce.</b> . . . . .	110
<i>Primo approccio alla classificazione della voce. Voce e caratteristiche fisiche. Parlare e cantare. Non si deve imitare un'altra voce. A che cosa serve classificare le voci. La classificazione più tradizionale. Registri della voce. Il belting. Riassumendo. Estensione, tessitura. Le voci. Tessiture nella musica rock. Giovani musicisti, musica classica e rock. Conclusione.</i>	

<b>Glossario</b> . . . . .	131
----------------------------	-----

## Introduzione

C'è un interesse diffuso per il canto, tra i giovani.

Nella maggioranza dei casi non esiste alcuna formazione tecnica e musicale di base. Siamo ufficialmente il Paese del "bel canto", che ancora richiama molti cantanti, in particolare dall'Estremo Oriente, a venire qui da noi per perfezionarsi negli studi canori, ma abbiamo un livello medio di cultura musicale tra i più bassi al mondo (qui ci vorrebbe un intero capitolo per analizzare la situazione attuale della didattica musicale italiana...).

In mancanza di conoscenze si fa come si può, soprattutto se ci si occupa di musica leggera. Si seguono corsi (esistono moltissime scuole private) di durata annuale o più (bisognerebbe chiedersi se tutte le scuole private di musica mantengano le loro promesse, ovvero se facciano formazione in modo corretto o se piuttosto in qualche caso non seguano più prosaicamente le leggi del mercato).

A volte ci si iscrive a corsi brevi, seminari intensivi che durano magari un fine settimana, spesso piuttosto costosi, che danno per forza di cose una preparazione frammentaria o quanto meno superficiale, vaga.

Altre volte la tecnica vocale che si fa presso un coro può dare qualche rudimento di base, sempre ammesso che vi si insegnino norme corrette.

Molti giovani poi (forse la maggioranza) si affidano al "fai da te", confidando nel proprio talento, nella propria creatività e nell'entusiasmo. Di talenti ce ne sono molti, a mio avviso. Di solito non sono neanche quelli che aspirano ad avere successo a tutti i costi. Sono ragazzi che coltivano la loro passione nell'anonimato. Approfondiscono, studiano, migliorano, senza aspettarsi un riconoscimento di carriera. Sono una linfa vitale, ragazzi seri, che cantano prima di tutto perché amano cantare, comprendendo che il successo dipende da una serie di variabili (e di leggi di

mercato) sulle quali loro non possono influire direttamente. Hanno i piedi per terra, insomma, e sono mossi da un'autentica passione; coscienti anche del loro valore, sanno che non basta esibirsi alla tivù per essere un bravo cantante.

Sul canto esistono numerosi testi, quasi tutti destinati a un pubblico di specialisti o di cantanti lirici. Chi vuole un libro di struttura semplice e chiara, leggero ma utile, può trovarsi in difficoltà. Questo testo rappresenta un tentativo di offrire soprattutto a un pubblico giovanile o comunque di principianti un manuale snello ma efficace.

Un libro non può insegnare a cantare, perché ci vuole sicuramente un maestro competente che ascolti e guidi personalmente l'allievo. Però un testo può dare una mano a chiarire i concetti fondamentali. C'è tanta confusione in giro, una sovrapposizione di scuole, insegnamenti, sentito dire, letto qui o là. Ho visto ragazzi brancolare nel buio, con tanta confusione in testa, perché non trovavano chi insegnasse loro, in modo corretto e chiaro, a cantare bene.

Ho cercato di dare il mio contributo, se non altro perché a mia volta, come studentessa di canto, ho vagato per anni alla ricerca di una soluzione a problemi di tecnica vocale che, si badi bene, provenivano unicamente da insegnamenti scorretti. È naturale per me, adesso che quei problemi li ho superati da molto tempo, rivolgermi a chi vuole migliorare il proprio canto, per dargli alcuni consigli che sono frutto di annosa esperienza personale.

Da molto tempo mi occupo di canto. Sono diplomata al Conservatorio. Ho avuto diversi pessimi maestri dai quali ho imparato tutti i possibili difetti di tecnica vocale. Poi ne ho trovato uno competente e sicuro della tecnica che insegnava, grazie al quale ho riordinato buona parte delle idee sulla mia voce. La mia formazione vocale l'ho poi completata da me, nel tempo. Ho cominciato a insegnare, per caso, a un ragazzo. Da lì è iniziato il mio interesse per la didattica del canto. Conoscere tutti i difetti di tecnica vocale

per averli avuti in precedenza è molto utile, se si deve insegnare...

A completare la mia formazione sul canto e sulla voce sono stati i miei studi di foniatria. Seguo personalmente la riabilitazione della voce, attività per me interessante e gratificante.

Eviterò di fornire in queste pagine spiegazioni scientifiche alle mie affermazioni e ai miei consigli di tecnica vocale, perché questo vuole essere un testo molto semplice, che si concentra sui consigli pratici, un libro snello, di immediata utilità, probabilmente più adatto a chi si avvicina al canto e alla tecnica vocale per la prima volta. Approfondimenti sul funzionamento dell'apparato fonatorio si trovano in un altro testo, da me scritto, *Anatomia della voce* (ed. Ricordi). Mancano, qui, anche i consigli sullo stile e l'interpretazione del repertorio, che si trovano invece nel libro *Fare il cantante - Come superare le audizioni canore* (ed. Gremese).

## La tecnica vocale

Come approccio iniziale ho preferito scrivere con lo stile della domanda e risposta, perché mi è sembrato più semplice. Molte delle domande che seguono sono state poste, nel tempo, proprio da alcuni allievi di canto.

### CHI VA A LEZIONE DI CANTO?

Una varietà di persone. Possono avere scopi e motivazioni differenti, ma hanno in comune il fatto che non sono soddisfatti di come cantano.

A volte hanno problemi vocali perché hanno abusato del proprio strumento, altre volte hanno una voce sana e bella ma vorrebbero ottenere di più, se non il massimo. Resta confermato il concetto che con lo studio qualunque voce può migliorare.

### CHE COS'È LA TECNICA VOCALE?

Si parla molto di tecnica ma non tutti sanno che cosa essa sia. Per semplificare direi che è una serie di accorgimenti, di "trucchi del mestiere" che servono a migliorare una voce, rispettando le sue doti naturali. Dopo aver studiato canto per un certo periodo, che è variabile e quindi cambia in ogni individuo (a seconda delle sue doti e degli obiettivi che si pone), la voce naturale dovrebbe essere più sciolta, più estesa, più intonata, più duttile, più capace di veicolare le emozioni che il canto esprime.

#### A CHE COSA SERVE LA TECNICA VOCALE?

A migliorare la qualità della voce, a fare la differenza tra un cantante completo e uno che si scontra prima o poi con i limiti del suo strumento, perché non riesce per esempio a fare gli acuti, a sostenere il volume adeguato, a cantare piano, a far squillare la voce, a esprimere completamente lo stile desiderato.

La tecnica vocale ha anche un altro importantissimo scopo: serve a mantenere la voce sana, a evitare le forzature cui una voce incolta prima o poi si sottopone.

#### CHE COSA SIGNIFICA IMPOSTARE LA VOCE?

Significa usare una serie di accorgimenti che permettono al cantante di sfruttare le risonanze "in maschera" (vedi p. 71), aumentando così il volume della sua voce e rendendo il timbro più ricco e più squillante. La voce impostata è tipicamente quella lirica, ma ci sono altri gradi di impostazione vocale: vi è per esempio la voce semi-impostata, cioè simile ma meno squillante rispetto a quella lirica. Ne riparleremo più avanti, perché chi vuole cantare il repertorio leggero ha bisogno di usare anche altri tipi di voce.

#### CHI USA AI MASSIMI LIVELLI LA TECNICA VOCALE?

I cantanti lirici, senza dubbio. Essi studiano per anni per formare la voce e poterla gestire in tutte le situazioni che il repertorio operistico impone. Si tratta della formazione più lunga e impegnativa, perché esistono dei canoni molto ben codificati di bellezza del suono e di interpretazione del repertorio, e poi i brani da cantare sono oggettivamente molto difficili per la voce. Come dire che non si può, per esempio, cantare in pubblico un'aria di Giuseppe Verdi co-

me ci pare: si deve sapere come va eseguita, conoscere come la pensava l'Autore su quel personaggio e che cosa voleva esprimere scrivendo quella linea melodica, capire che cosa chiede il direttore, avere la voce pronta tecnicamente, eccetera.

Di solito ai profani sembra che nella musica classica non ci sia spazio per l'interprete e per la sua personalità, mentre non è così: l'artista vero è chi sa dare vita a una pagina musicale con la sua interpretazione, e nel repertorio classico, come in ogni genere musicale, c'è molto bisogno che l'esecutore canti con l'anima. La stessa pagina musicale, infatti, eseguita da due interpreti diversi per doti interpretative, potrà risultare bellissima e coinvolgente oppure noiosa, dipende da come la sa rendere il cantante. Nell'opera che cosa si rappresenta sul palcoscenico se non l'amore e le passioni umane? La tecnica vocale del cantante lirico deve essere al servizio di questa rappresentazione. Chi coltivasse solo la sua bella voce senza curarsi di entrare nei personaggi che interpreta, sarebbe un artista di seconda categoria.

Il canto quindi è tecnica ma è soprattutto emozione. La musica molto spesso si basa sulle sfumature. Prendi due pianisti di pari livello tecnico e fai suonare loro lo stesso pezzo: uno ti fa dormire e l'altro ti appassiona. Perché? Questione di sfumature. Non si può approfondire qui il discorso, che meriterebbe, da solo, la stesura di un altro libro.

Fatto sta che un cantante lirico può cantare anche una canzone, mentre non può avvenire il contrario, cioè che un cantante di musica leggera possa eseguire bene anche un'aria d'opera (ci sono dei cantanti di musica leggera che hanno persino inciso dei dischi cantando musica classica, ma sono, a mio parere, da buttare, ed è giusto così, perché il cantante lirico ha studiato anni per arrivare ai livelli richiesti dal repertorio operistico e classico).

Per fare un altro paragone, basti prendere l'esempio del ballerino di danza classica e quello di rock'n roll acrobatico. Entrambi sono dotati di talento, ma la formazione del

primo è così solida che gli può consentire di eseguire bene anche altri generi di danza, mentre il secondo non è in grado di ballare un pezzo classico, perché non ha la formazione adeguata.

#### A CHE SERVE LA TECNICA VOCALE NEL CANTANTE NON LIRICO?

Serve a migliorare la sua voce, come detto prima, mettendone in luce le caratteristiche e le qualità naturali. Anche una voce usata in modo naturale ha bisogno di accorgimenti che la rendano più facile e impediscano di affaticarla.

#### LA TECNICA VOCALE MODIFICA LA VOCE NATURALE?

Poniamo il caso di un ragazzo che voglia cantare esclusivamente repertorio rock, le canzoni dei suoi beniamini che nei dischi si esprimono con voce naturale, magari volutamente "sporca". Sente la necessità di seguire delle lezioni perché la sua voce non rende come vorrebbe e ogni tanto si stanca.

Qual è il pericolo maggiore che potrebbe temere un ragazzo di questo tipo come effetto delle lezioni di canto? Sicuramente quello di ritrovarsi con una voce lirica, dalla quale non potersi più liberare. Ve le immaginate le canzoni per esempio dei Pink Floyd cantate con voce alla Pavarotti? Perderebbero il loro fascino.

Ebbene, per tranquillizzare i timorosi (e sono tanti) possiamo affermare che la voce naturale non si perde studiando canto o impostando la voce. Semplicemente chi ha la voce impostata può contare su due modalità di emissione dei suoni, una impostata e l'altra, appunto, naturale.

Chi non sogna né ha mai desiderato di avere una voce lirica ma solo di potersi stancare meno e di poter fare gli

acuti con più facilità può quindi dormire sonni tranquilli: la sua voce rimarrà naturale, adatta al repertorio dei suoi sogni, solo che sarà migliorata nelle prestazioni; sarà più sonora, più estesa (se ce n'è bisogno anche più intonata, bisogna vedere da quale situazione si era partiti), più capace di fare salti d'intonazione senza strillare, più in grado di fare variazioni di volume e di rendere le minime sfumature nell'interpretazione. Insomma più espressiva, più bella anche nel timbro, che sarà più pieno pur rimanendo, lo ripeto, naturale. Molti cantanti di musica leggera sicuramente hanno studiato tecnica vocale, si sente da come cantano, da come articolano le parole, eccetera.

#### QUALCHE CONSIDERAZIONE ANCORA SULLA VOCE IMPOSTATA

La voce lirica non è un prodotto culturale, cioè non è il frutto solo di una tradizione stilistica. Basti pensare che vi sono alcune persone che hanno la voce naturalmente impostata, cioè non hanno mai studiato canto e si ritrovano con la voce già pronta o quasi per cantare arie d'opera. Se ciò accade ci dev'essere un motivo.

Prendi un cantante che odia la lirica e che vuole studiare canto perché per esempio esegue il repertorio rock e non vuole più affaticare la voce; fagli seguire gli accorgimenti necessari a chiunque per cantare correttamente senza fare fatica, cioè cura la respirazione, la postura, l'articolazione, eccetera, e vedrai che la sua voce si imposterà gradualmente, anche se il cantante non lo vorrebbe mai. Ovviamente il fatto che la sua voce si imposti non danneggia per niente le sue possibilità di cantare in stile corretto musiche appartenenti ad altri generi musicali: la voce che si imposta indica che la laringe si sta allenando e diventa più efficiente, molto più efficiente, perché riesce a raggiungere tessiture prima impensabili, è migliorata nel timbro, nel volume, nella duttilità.

A questo punto quel cantante continuerà molto probabilmente a detestare la lirica, ma nonostante questo diventerà contento della sua voce impostata perché sente che grazie a quella può cantare molto meglio le sue musiche. Ho visto in più di un caso dei ragazzi appassionati di rock che si fermavano e ridevano per imbarazzo quando durante la lezione emettevano loro malgrado degli acuti impostati "alla Pavarotti".

In conclusione, la voce lirica è un fenomeno naturale che avviene quando si usa correttamente la voce; pertanto studiare canto significa andare alla scoperta anche della voce lirica dell'allievo. Ovviamente non tutti gli strumenti-voce sono predisposti a cantare l'opera, perché occorre avere molto volume, estensione e timbro.

Se vale il concetto, che svilupperemo più avanti, che la voce si deve scoprire e non costruire, allora è la tecnica vocale che deve adattarsi alla voce, non il contrario. Questo importante concetto vale soprattutto per quegli insegnanti di canto che impongono ai loro allievi una tecnica vocale preconfezionata, senza preoccuparsi d'altro.

#### C'È QUINDI DIFFERENZA TRA VOCE NATURALE E VOCE USATA IN MODO NATURALE?

Sì. La voce naturale è quella che "ha fatto la mamma", cioè quella che la natura ci ha dato, con tutti i pregi e i difetti che ciò comporta. Chi canta in modo naturale di solito non è un cantante di professione e quindi canta in modo inconsapevole, quello che gli pare e come gli viene, di solito senza la necessità di sottoporre al giudizio altrui quello che sta cantando. Ci sono anche persone molto fortunate che cantano in pubblico per anni con una bella voce senza aver mai studiato, perché hanno un dono naturale.

Esistono inoltre molti esempi di cantanti che hanno avuto successo proprio perché hanno usato una voce molto

particolare, a volte proprio brutta, ma con molta personalità. Un esempio per tutti è quello di Louis Armstrong.

Molti cantanti lirici che hanno fatto carriera sono nati con la voce già impostata, come abbiamo accennato poco fa: è bastato dare "un'aggiustatina" e la loro voce era già pronta per esibirsi sul palcoscenico.

La voce usata in modo naturale appartiene a chi ha raggiunto consapevolezza della propria vocalità grazie alla tecnica vocale. Con questi requisiti si può anche decidere di usare la voce in modo naturale, ossia senza impostarla. Come dire che un ciclista professionista può decidere di farsi un giro in bicicletta per passatempo, e anche in quel caso si potrà facilmente notare che non è un ciclista qualsiasi.

#### IN SINTESI: UN BUON MOTIVO PER ANDARE A LEZIONE DI CANTO È...

Il desiderio di migliorare la voce in sé. Con una voce migliore si può eseguire più facilmente non solo il repertorio preferito ma anche ampliare le proprie aspirazioni. Se un brano non mi riesce tanto bene lo lascio lì magari a malincuore, costretto a eseguire altro. Se la voce è migliore anche lo stile vocale potrà essere più ricco e personale, e il repertorio più vasto.

## Il maestro e l'allievo

### IL MAESTRO DI CANTO: COME DEV'ESSERE?

Dev'essere serio, competente, avere una buona dose di umanità e comunicativa e, possibilmente, anche senso dell'umorismo.

Un maestro serio è preparato, cioè competente: non solo conosce molti segreti del ben cantare perché svolge o ha svolto un'attività canora, ma conosce anche l'anatomia e la fisiologia dell'apparato fonatorio e di quello respiratorio, come minimo.

Non si può insegnare canto senza conoscere almeno questi argomenti. Vi sono persone che insegnano ignorando come sia fatta la laringe e come si producano i suoni, sicché non possono essere in grado di dare consigli corretti all'allievo, per esempio per evitare l'affaticamento vocale. Un cantante può anche non sapere nulla del proprio apparato fonatorio, ma il suo maestro no, se è una persona seria.

Insegnare canto è un'arte difficile, pochi sanno padroneggiarla, anche se si trovano insegnanti a ogni angolo. Il problema sta nel fatto che la voce sgorga dalla gola ma non si può vedere nulla di ciò che accade, salvo pochi segnali esterni, incomprensibili di solito ai principianti. Così il maestro di canto deve farsi guidare dal proprio udito e dalla propria vista. L'orecchio dell'insegnante sarà affidabile solo se particolarmente esperto a discriminare i suoni giusti da quelli sbagliati. Però non basta: bisogna anche capire quale sia il meccanismo fisiologico che è sotteso al suono giusto o a quello sbagliato; per esempio una nota può essere di timbro stridente perché l'allievo non ha ben coordinato la respirazione con la fonazione, oppure perché non ha aperto a sufficienza e in modo corretto la bocca, oppure perché quella è una nota in tessitura ancora troppo arditamente e bisogna aspettare ancora un po'. Tutti sentono insom-

ma che un suono è stridente, ma il maestro deve anche capire perché lo è e soprattutto cosa l'allievo deve fare per rimediare.

Non necessariamente andare a lezione da un cantante affermato può costituire una garanzia: nel mondo della lirica ve ne sono stati di grandissimi e celebri che non hanno "sfornato" nessun erede degno di loro, anche se a un certo punto si sono messi a insegnare a parecchie persone. Questo accade perché il cantante particolarmente dotato dalla natura riesce a fare tutto con molta facilità, quasi in modo inconsapevole. Non sa bene, cioè, perché e come gli esca quella voce fantastica. Pertanto quando insegna tenderà a suggerire all'allievo di fare come fa lui, ma nessuno è identico a un altro, sicché facilmente i suoi allievi si troveranno in difficoltà, soprattutto perché egli non conosce altro modo di cantare, non sa cioè adattare il suo insegnamento all'allievo che ha di fronte.

*Un maestro serio sa adattare la sua didattica a ogni voce e a ogni allievo*, perché ogni voce e ogni allievo sono casi unici. Vi sono persone che insegnano canto in modo standardizzato, cioè uguale per tutti: è l'allievo che deve adattarsi, così, all'insegnamento del maestro, e non viceversa. Questo può comportare serie conseguenze per la voce. È poco saggio affermare che esistono ricette preconfezionate valide per tutti: solo un maestro competente sa decidere con buon senso cosa è meglio fare per quell'allievo rispetto a un altro.

Un maestro competente ha il dono di sentire quali suoni siano emessi in modo corretto e quali no. Sa anche spiegare all'allievo cosa deve fare per correggere gli inevitabili errori di emissione che fa chiunque stia imparando la tecnica vocale. Alcuni ti dicono che stai sbagliando ma non sanno affatto dirti che cosa dovresti fare per rimediare; in qualche caso fanno solo arrabbiarsi con te perché il suono che emetti non li soddisfa, creando così un clima di nervosismo che contribuisce assai poco alla riuscita della lezione. Se

un insegnante non conosce almeno un po' il meccanismo di produzione dei suoni, si esprimerà con termini gergali, inventerà delle espressioni magari un po' fantasiose per dire ciò che secondo lui succede o quello che l'allievo deve fare. In questo modo però ogni insegnante può sviluppare una sua terminologia, spesso priva di qualunque fondamento scientifico, oltre a degli accorgimenti e consigli, in genere gelosamente tenuti segreti, che elargisce all'allievo con vera parsimonia. Tutto ciò non fa bene all'arte del canto, anzi, crea tanta confusione e spesso rovina irreparabilmente le voci pur promettenti dei poveri allievi. Anche l'allievo, in fondo, ha solo l'udito per capire quello che il maestro dice, un po' ascoltando le sue parole e un po' ascoltando i suoi esempi cantati, col rischio in tal caso di produrre una voce più corretta ma solo per imitazione e non per reale acquisizione consapevole.

Un'altra caratteristica importante di un maestro affidabile è la capacità di percepire quali saranno i possibili sviluppi della voce dell'allievo, cioè quali siano le sue potenzialità. Questo è un importante dato, perché le voci non sono tutte grandi, belle, potenti, estese. Ve ne sono di piccole e bellissime, altre molto potenti ma "selvagge", altre ancora particolarmente estese, eccetera. In base alle caratteristiche di una voce si deve decidere quale sarà il suo repertorio ottimale: decisione che va presa insieme, dal maestro e dall'allievo.

Non tutte le voci sono belle all'inizio degli studi. Una voce insignificante può rivelare qualità insospettite se messa sulla corretta strada da un maestro capace, che è la persona che avverte per prima "cosa c'è sotto" a una voce magari bruttina e priva apparentemente di qualità. Il maestro insomma deve capire la voce del suo allievo, deve farla evolvere in modo che diventi la miglior voce che quella persona può produrre.

Il maestro dev'essere sincero, non illudere mai l'allievo; al contrario dovrebbe tenersi sempre un prudente margine

di riservatezza nel giudizio su una voce, finché non è sicuro di averne valutata ogni caratteristica.

Altre doti necessarie in un maestro di canto, ma molto rare a trovarsi, sono la disponibilità umana e la comunicativa. Cantare è un'attività molto coinvolgente, perciò non c'è niente di peggio che fare lezione con una persona fredda, o magari burbera, irritabile. Bisogna instaurare un clima sereno e un dialogo concreto, costruttivo, basato sulla stima e sulla fiducia reciproche. La responsabilità di questo clima, come vedremo, spetta per metà al maestro e per metà all'allievo, il quale ha a sua volta dei doveri, il primo dei quali è essere serio. Nessun maestro infatti, neanche il più bravo, potrebbe far migliorare la voce di un principiante poco impegnato, poco puntuale, poco disposto a fare un po' di fatica pur di raggiungere l'obiettivo. Molti i chiamati, pochi gli eletti, che sono sempre i più impegnati e i più tenaci: ho visto persone non particolarmente dotate vocalmente che sono riuscite ad affermarsi comunque, grazie alla loro tenacia. Se si vuole raggiungere un obiettivo professionale, è meglio mettere in preventivo un periodo di studio impegnativo e delicato.

#### L'ALLIEVO: COME DEV'ESSERE?

L'allievo per prima cosa deve avere le idee ben chiare sul motivo per cui va a lezione. Vi possono essere molte motivazioni per prendere lezioni di canto. Se si vuole intraprendere la strada del professionista il percorso di studi sarà necessariamente diverso da quello che inizia una persona che vuole cantare per suo diletto. Questa differenza va chiarita prima di cominciare le lezioni. Bisogna essere sinceri con se stessi. Molte persone prendono lezioni senza avere alcuna idea sul motivo per cui lo fanno. Bisogna saper prima che cosa si è disposti a fare, perché lo studio della tecnica vocale per un futuro professionista è molto

più impegnativo. Quanto si è disposti a fare dei sacrifici per arrivare all'obiettivo prefissato? Meglio parlare bene con l'insegnante di questi aspetti.

Vi sono persone che intraprendono lo studio del canto, magari mirando all'affermazione personale, ma senza essere disposte a fare alcuna fatica, né mentale né fisica. In questi casi sarebbe meglio dedicarsi a qualche altra attività.

L'allievo ottimale prende seriamente la formazione della sua voce: rispetta gli appuntamenti e la cadenza regolare delle lezioni; sa trovare il giorno più adatto per andare a lezione (magari quello meno pesante); sa trovare sempre un po' di tempo per studiare, allenarsi e ascoltare musica. Studiare canto richiede molto meno tempo rispetto allo studio di uno strumento, ma in ogni caso necessita di attenzione e di riflessione da parte dell'allievo.

Se non si medita sul contenuto delle lezioni, la voce non va avanti. La fretta e la superficialità rendono impossibile ogni apprendimento, in modo particolare nel caso della voce. Bisogna sapere bene prima di iniziare lo studio del canto quanto tempo si è disposti a dedicarvi, e bisogna comunicare questo al maestro, in modo che sappia regolare il ritmo delle sue lezioni alle reali possibilità in termini di tempo ed energie che l'allievo può dare. In sostanza bisogna innamorarsi del canto.

L'allievo in gamba si fida molto anche di se stesso, cioè si affida a un maestro a ragion veduta, apprende perché sa ragionare sugli insegnamenti ricevuti, li sa mettere in ordine e fare propri.

L'insegnamento ideale è quello che tende a svezzare l'allievo, dopo aver dato le buone basi che permettono l'auto-sufficienza e il giudizio obiettivo sulla propria prestazione. Il maestro rimane sempre come punto di riferimento, ma la responsabilità della gestione intelligente della propria carriera deve passare al cantante stesso, prima o poi, senza fretta, quando si è pronti.

L'allievo non progredisce se non si fida del suo maestro.

Se si hanno dei dubbi sulla competenza professionale dell'insegnante è meglio cercarne un altro. Ci si deve fidare di quello che il maestro dice e consiglia. Una volta che si è deciso che il maestro è degno della nostra fiducia, bisogna allora assecondare le sue richieste e i suoi suggerimenti. Se un allievo per esempio è per carattere ipercritico, dovrà saper smorzare questa sua tendenza, perché non c'è niente di più faticoso per chi insegna che fare lezione a una persona che mette continuamente in discussione ciò che si sta facendo.

La percezione che una persona che canta o che parla ha del suono che sta emettendo è diversa da quella di chi ascolta; per questo bisogna andare a lezione di canto, altrimenti potremmo tutti imparare da soli. Per esempio, la nostra voce registrata di solito ci appare strana, estranea, quasi sempre brutta, ma è quella che gli altri sentono, pertanto è più "reale" di quella che percepiamo noi.

Nel canto, ciò che un insegnante chiede all'allievo può produrre un suono più corretto ma percepito da chi canta come sbagliato. Questo avviene in genere all'inizio degli studi. Non si deve giudicare, pertanto, la bravura di un insegnante in base alle proprie percezioni del suono, sicuramente non all'inizio degli studi. In ogni caso, se il maestro ha ragione, in poco tempo si otterranno dei miglioramenti nella voce che l'allievo stesso potrà apprezzare, mentre in caso contrario le difficoltà aumenteranno.

L'allievo farà bene a informarsi un pochino sul funzionamento dell'apparato fonatorio: c'è chi canta per anni credendo che le corde siano fatte per esempio come quelle della chitarra, lunghe qualche centimetro, o sottili come fili, messe in verticale, eccetera, come mi hanno raccontato. Chi conosce almeno nei principi di base il funzionamento della propria voce è agevolato nella percezione di quanto sta facendo e può meglio governare i propri atti.

Altre doti fondamentali per un ottimo allievo sono la modestia e la capacità di autovalutarsi in modo obiettivo. Chi si monta la testa troppo facilmente prima o poi ne pagherà le

conseguenze, perché comincerà a studiare meno, con meno impegno, sentendosi già arrivato; tenderà ad affidarsi meno ai consigli del maestro, ritenendo di aver già capito tutto. Questo atteggiamento sicuramente si ripercuoterebbe negativamente sulla sua formazione. Anche chi si sente sempre insicuro, all'opposto, non saprà valorizzare le sue doti e resterà escluso, prima o poi, dalle occasioni giuste, per eccessivo scrupolo. Occorre insomma una giusta dose di buon senso: chi sa valutarsi con obiettività sa anche guidare le proprie azioni nel modo più adatto per crescere professionalmente e per raggiungere gli obiettivi sognati.

Il canto è così legato all'emotività di una persona che se questa non si trova a suo agio mentre fa lezione non potrà mai fare progressi significativi. Pertanto chi va a lezione deve poter parlare delle proprie sensazioni, dei propri dubbi e incertezze, delle proprie riflessioni e delle proprie aspettative e intenzioni. Liberamente, senza sentirsi giudicato. Deve fidarsi della competenza del maestro, deve affidarsi alle sue indicazioni, totalmente nei primi tempi.

*La tecnica vocale si costruisce in due, è un lavoro di collaborazione tra chi insegna e chi impara.* Il maestro è responsabile del clima psicologico della lezione. Una serena e onesta comunicazione tra insegnante e allievo dà a quest'ultimo una motivazione a migliorare e al docente una motivazione a dare il meglio della propria competenza professionale. Gli ingredienti saranno elasticità mentale, immaginazione, un po' di humour, il piacere di cantare. Così il lavoro di formazione della voce, molto difficile e delicato, sembrerà più facile. In questo modo l'allievo sicuramente ricorderà più cose, dopo la fine di ogni lezione.

È importante che l'allievo mediti sul contenuto di quest'ultima: non serve tanto che canti a casa (soprattutto se è all'inizio, perché potrebbe combinare guai non essendo ancora autonomo), quanto che mediti e tenga a mente i discorsi fatti. I migliori progressi a volte si fanno nel silenzio.

## QUANTE LEZIONI FARE?

Non c'è una regola fissa, perché ogni voce e ogni allievo sono un caso a sé. In base agli obiettivi che ci si è posti, si smetterà di seguire le lezioni quando si è raggiunto il livello desiderato, se sono d'accordo sia il maestro sia l'allievo.

Il cantante lirico lo fa dopo anni di solito (anzi, in qualche caso non smette mai: vi sono cantanti affermati che continuano a seguire periodicamente i consigli di un maestro di fiducia, per tenere sotto controllo la loro tecnica vocale).

I cantanti di musica leggera, essendo molto meno vincolati a rispettare dei canoni estetici e stilistici prefissati, in genere smettono di prendere lezioni quando sentono che possono esprimere pienamente la loro personalità vocale attraverso il loro repertorio, senza stancarsi mai la voce.

Gli attori di solito prendono lezione quando vi sono costretti da un apparato fonatorio sofferente per gli strapazzi vocali e fisici cui si sono sottoposti, perciò smettono, di solito incautamente, appena sentono che la voce va un po' meglio.

## SEGUIRE O NO DEI CORSI BREVI?

Secondo me dipende dal livello in cui ci si trova. Se una persona è principiante, ha bisogno di trovare una guida sicura che segua l'evolversi della sua voce, perciò non avrà un guadagno seguendo dei corsi brevi o dei seminari intensivi, magari con lezioni collettive, soprattutto se isolati nel tempo, perché potrebbe fare solo confusione. Chi invece ne sa già abbastanza da non perdersi facilmente, può avventurarsi in un corso breve, perché questo può costituire un arricchimento.

Insomma la figura del bravo maestro di canto che segue personalmente e con cura ogni voce a lui affidata è ben

lungi dal tramontare, anzi, bisognerebbe formare dei maestri di canto validi, magari creare un albo professionale, perché insegnare quest'arte è a sua volta un'arte.

Evitare assolutamente le lezioni collettive che non diano alcuno spazio per le singole voci. Come si può imparare a cantare se nessuno controlla direttamente ciò che fa l'allievo? Come fa l'allievo a fissare su di sé alcune regole e sensazioni di base se nessuno gli spiega come deve fare nel suo caso specifico? Per questi motivi gli esercizi vocali che si fanno nei cori non sempre possono essere proficui.

## La pratica

Dopo aver dato uno sguardo alla tecnica vocale nel suo insieme, entriamo nel merito della pratica di canto. C'è una serie di attività da svolgere e da controllare, per cantare correttamente. Ognuno dei prossimi capitoli si occuperà di una di queste.

– Per prima cosa bisogna **assumere una valida postura**, cioè un assetto di tutto il corpo che sia adatto al canto. Non tutte le posizioni sono ottimali per cantare, infatti è importante mettersi in una posizione adatta.

– In secondo luogo bisogna **prendere fiato**, e vedremo che è molto importante farlo in un certo modo, prestando molta attenzione.

– Successivamente si dovrà **controllare la modalità di emissione della voce**, fin dal suo attacco.

– Non è finita qui con le cose da fare, perché bisognerà sapere **come fare risuonare la voce** in modo corretto e adatto allo stile musicale che si è scelto.

– Ci sarà poi da prestare molta attenzione all'articolazione delle parole del canto, in modo che sia chiara, comprensibile ed espressiva.

– Oltre a queste competenze di tecnica vocale, sarà necessario anche e soprattutto interpretare la musica; ma in queste pagine trascureremo questi aspetti, che sono stati già presi in esame in altra sede (si veda il libro *Fare il cantante – Come superare le audizioni canore*).

È facile concludere che il cantante deve conquistare e mantenere un grado molto elevato di controllo del proprio strumento, raggiungendo la consapevolezza e la modulazione volontaria di molte funzioni fisiologiche che restano di solito ignorate. Il cantante deve sapere in ogni momento per esempio come sta muovendo la mandibola, le labbra, se sta articolando in modo sufficientemente chiaro le parole, se la sua lingua è in posizione corretta oppure no, se la sua postura è valida, eccetera.

Non ci si deve spaventare però della complessità del controllo che bisogna esercitare sulla propria fonazione, perché il nostro organismo è in grado di apprendere moltissime cose, molto complesse e difficili, grazie all'allenamento. Farò un esempio: quando si impara a guidare la macchina, ci si deve allenare progressivamente a coordinare dei movimenti diversi di parti differenti del corpo; bisogna muovere i tre pedali correttamente, contemporaneamente tenere il volante, cambiare le marce con la mano destra, tenere d'occhio la strada e tutti gli imprevisti che si presentano reagendo prontamente, e poi ci sono le frecce, il tergicristallo, il clacson, i fari, i semafori, i vigili, i parcheggi, eccetera. Non possiamo dire che guidare sia facile, eppure tutti imparano, dopo un periodo più o meno consistente di allenamento. Perché non si dovrebbe imparare a cantare bene, dopo un periodo più o meno consistente di allenamento? Anche *il canto è un'attività che richiede il coordinamento di movimenti complessi*. Avrei potuto prendere come esempio le evoluzioni che i ginnasti fanno sugli attrezzi, ma esse richiedono una tale perfezione nel coordinamento motorio che si può dire tranquillamente che non tutti possono raggiungere quei livelli. Invece per guidare la macchina o per cantare, è tutto molto più facile: se tutti imparano a guidare l'auto, perché non si può dire che cantare meglio sia possibile a tutti? Ci vuole un po' di tempo, che è variabile da individuo a individuo. Certamente, per stare al paragone, di Schumacher ce n'è uno solo, come c'è un solo Pavarotti..., ma non tutti aspirano a raggiungere quei risultati, perché si sentono realizzati con molto meno, o con altro.

Occorre soprattutto avere le idee chiare ed essere sicuri che ciò che si sta facendo è corretto, poi i risultati arriveranno. I problemi nella didattica del canto infatti non provengono tanto da difficoltà intrinseche al cantare, quanto piuttosto dalla confusione che c'è su come si canta. Mentre alla scuola guida ci insegnano in modo standardizzato,

uguale in tutto il territorio nazionale, e se sbagliamo possiamo essere sicuri che qualunque istruttore ci correggerà sempre allo stesso modo e per gli stessi errori, a Ragusa come a Bolzano, nel canto non avviene così: ogni maestro ha i suoi segreti, il suo metodo, il suo modo di procedere, così si va avanti a tentoni, sperando di trovare un insegnante abbastanza in gamba da non rovinarci la voce. Conosco molte persone che hanno fatto dei veri pellegrinaggi da un maestro all'altro, qualche volta riuscendo con ciò a fermarsi dall'insegnante giusto, mentre altre volte hanno dovuto abbandonare. Ed erano davvero "belle voci".

Ecco il perché di questo libro: dopo tanti anni e tanti problemi di tecnica vocale dovuti a insegnamenti sbagliati, vorrei dare qualche consiglio per aiutare chi vuole cantare a non fare la confusione che fecero fare a me a suo tempo.

Qui di seguito ho aggiunto una specie di promemoria: alcune domande che compendiano buona parte di quello che un allievo si chiede e chiede, ovvero quello che dovrebbe alla fine sapere per padroneggiare il suo strumento. Sono domande a cui questo libro cerca di rispondere. Partono dall'idea di paragonare la voce a uno strumento musicale, nel quale c'è sempre una sorgente di suono (ad esempio in una tromba le labbra del suonatore, mentre per la voce le corde vocali), un sistema di amplificazione, cioè la cassa di risonanza (per la tromba lo strumento stesso, mentre per la voce le cavità sopra alle corde vocali: faringe, bocca, naso) e qualcosa che mette in vibrazione la sorgente di suono (sia per la tromba sia per la voce è l'aria che esce dai polmoni).

1) Come si influisce sulla forma e sulle dimensioni del torace (che è paragonabile al serbatoio d'aria di uno strumento, per esempio la fisarmonica)?

- *Quale postura assumere?*

- *Come ispirare?* (Quale diametro ampliare di più: in avanti? Ai lati? Dietro? In verticale? Tutti? Ampliare solo la

parte inferiore del torace? Solo quella superiore? Entrambe? Che fare con la pancia mentre si inspira? Inspirare col naso o con la bocca?).

- *Quanto inspirare?*

- *Quanto e come espirare?*

2) Come si influisce sulle corde vocali, sulla loro forma, posizione, inclinazione? (Sono la sorgente di suono dello strumento).

- *Si possono variare con la volontà?*

- *Si può modificare l'inclinazione della laringe?*

- *La laringe si può abbassare e alzare con la volontà?*

3) Come si influisce su dimensioni e forma delle cavità di risonanza?

- *Si possono modificare con la volontà?*

- *In che modo e a quale scopo?*

- *Si può modificare il timbro della voce?*

- *Si può fare la voce "sporca" senza stancarsi?*

- *Si possono usare registri diversi della voce?*

- *Quale relazione c'è tra parlare e cantare?*

4) Stato d'animo e stato di salute del cantante:

- *Come influiscono sul canto?*

- *Come si controllano?*

## La postura

### QUALE POSTURA ASSUMERE

Per cantare bene ci vuole il giusto allineamento del corpo. Controllate allo specchio la vostra postura. Siete diritti? Non si può capirlo se ci si mette di fronte allo specchio. Occorre mettersi di profilo, allora si avrà una visione più chiara della propria posizione. In verità bisognerebbe chiedere a qualcuno di osservare dall'esterno: il giusto allineamento c'è quando la testa è alta, il collo è diritto e l'orecchio (più precisamente il condotto uditivo) è in linea con la spalla. La gabbia toracica dovrebbe essere alta ma non rigida; la spalla dovrebbe essere allineata con l'osso del bacino, quello che si sente bene ai lati dell'addome nelle persone non in sovrappeso. Il bacino dovrebbe essere allineato con le ginocchia, e queste con la parte anteriore delle caviglie. Le ginocchia non devono essere strette indietro rigidamente. Camminando, la parte superiore del tronco dovrebbe essere tenuta su facilmente, non piegata in avanti. Con un allineamento di questo genere, le curvature naturali della colonna vertebrale sono conservate, con un minimo dispendio di energia muscolare.

La posizione della testa è molto importante: basta una minima variazione perché l'allineamento ideale si modifichi.

Vi sono persone che prendono cattive abitudini: è facile vedere tra i ragazzi che ancora non hanno terminato l'accrescimento corporeo (si può crescere in statura anche fin oltre i vent'anni d'età) una postura ricurva, mentre sono seduti e anche quando stanno in piedi. Le scapole sporgono, le spalle sono nettamente più avanti rispetto all'orecchio, il collo è tenuto in avanti. L'aspetto è quello di una persona fiacca, senza tono. Si pensi per contrasto alla postura degli atleti: essi hanno un ottimo allineamento tra la testa, il collo, le spalle e il resto del corpo, e lo mantengono in modo

naturale, senza cioè bisogno di pensarci, perché quella è la loro postura naturale, grazie all'esercizio fisico.

Chi passa molte ore al computer o seduto al tavolo a studiare assume nel tempo una postura tipica, con le spalle in avanti e il dorso un po' curvo.

Ci sono persone che ingrassano un po' o anche molto, giovani o di una certa età; questo comporta, soprattutto per gli uomini, un'accentuazione della curvatura lombare, perché "la pancia pesa". Chi sta sempre con la schiena curva a livello delle vertebre dorsali (per esempio la persona fiacca descritta prima) causa con ciò un aumento della curvatura a livello lombare. Così alcuni con l'età diminuiscono in statura, certo anche per altri motivi ma fondamentalmente perché le due curvature naturali del dorso si accentuano e poi si fissano, quindi la muscolatura, mai allenata di solito a causa di una vita sedentaria, perde il suo tono e la sua funzione di mantenere l'allineamento corretto. Comunque si può modificare anche immediatamente la propria statura: se provate a mettervi nella posizione "fiacca" descritta prima e poi in quella "atletica", dovrete notare una differenza nella vostra statura.

Sarebbe davvero salutare muovere la muscolatura del dorso per ritrovare una posizione più corretta e più sana. Ripeto l'invito a osservare la postura degli atleti e a prendere esempio da loro. *La posizione assunta dal tronco è di fondamentale importanza per l'assetto di tutto il corpo*, nel canto ma non solo. La pratica del nuoto sarebbe l'ideale, ma a volte, se non si può fare niente di meglio, qualche bella stiracchiata, magari appendendosi a una spalliera o a qualche sostegno adeguato, può essere molto benefica, soprattutto per chi deve passare molto del suo tempo seduto a un tavolo.

#### ERRORI COMUNI NEL CANTANTE ALLE PRIME ARMI

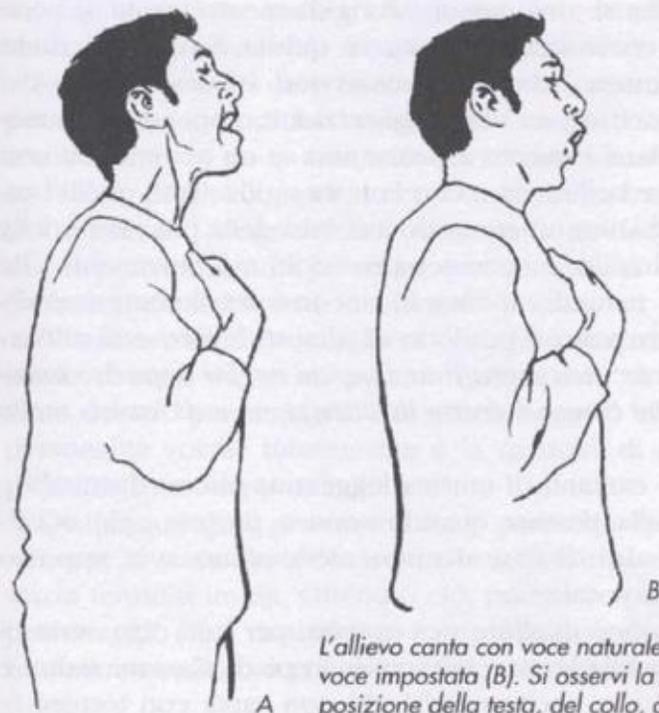
Occupiamoci dell'allievo che sta cantando: il principiante tende a irrigidire la testa e il collo, inconsapevolmente.

Vi sono persone che riescono a cantare molto meglio so-

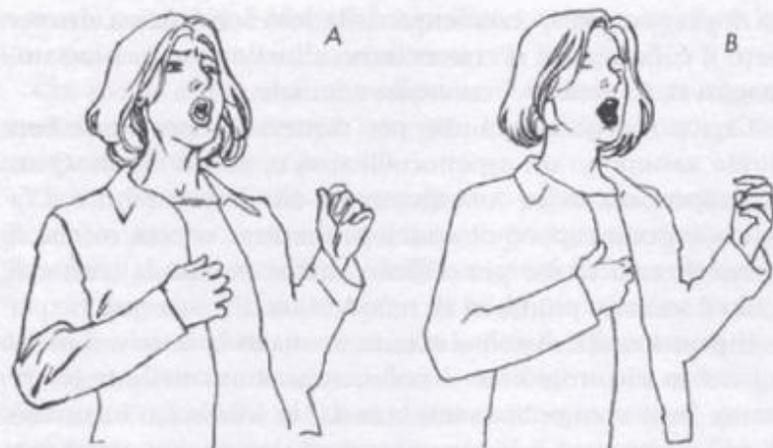
lo dopo aver preso coscienza della loro tendenza a mantenere il collo rigido; si concentrano allora a tenerlo rilassato, magari con l'aiuto del controllo manuale.

Ci sono degli allievi che per mettersi in posizione ben diritta assumono un aspetto militaresco, molto rigido. Quasi sempre una delle conseguenze è che la mandibola si fa rigida e poco capace di aprirsi in maniera sciolta, sicché il canto diventa molto più difficile, anche perché la testa e il collo non sono più liberi di muoversi con scioltezza.

Il principiante di solito manda in avanti la testa e il mento, e con ciò irrigidisce il collo, soprattutto nelle tessiture acute. Se si spinge in avanti la testa, la schiena si incurverà di più e con essa il bacino prenderà una nuova posizione. Così si finisce per squilibrare la posizione di tutto il corpo. Spingere in avanti la testa ha effetti anche sull'assetto della laringe. Ne ripareremo più avanti.



L'allievo canta con voce naturale (A) e con voce impostata (B). Si osservi la diversa posizione della testa, del collo, delle labbra.



L'allieva cerca di applicare le regole di apertura della bocca ma nel farlo mantiene il collo e la testa rigidi (A), mentre nel secondo caso (B) va meglio.

Per capire se una persona è rigida mentre canta, è bene osservare come tiene la testa: se questa è rigida, il canto non può essere ottimale. Si osservino a questo punto dei cantanti lirici in una videoregistrazione, ponendo attenzione particolare a questo aspetto: non se ne troverà mai uno con la voce bellissima e con la testa rigida. Tutti quelli bravi, infatti, hanno un controllo assoluto della posizione della testa e del collo, e sono sempre sciolti nei movimenti, che sembrano naturali, spontanei, inconsapevolmente coordinati, mentre sono il prodotto di anni di lavoro e di allenamento. *La tecnica sopraffina consiste nel far apparire naturale ciò che invece è frutto di attenzione e di lavoro molto precisi.*

Anche i cantanti di musica leggera appaiono disinvolti e naturali nella postura quando sono a proprio agio vocalmente. Alcuni di essi sicuramente devono aver appreso una tecnica vocale.

La posizione migliore per cantare, per tutta una serie di motivi, è quella eretta, cioè stando in piedi. Cantare seduti è meno indicato, anche perché chi non canta con tecnica fa

poca attenzione al suo modo di stare: di solito è totalmente disimpegnato, con curvature supplementari e uno stato di rilassatezza generale che è controproducente per il canto.

#### SAPERSI MUOVERE CON NATURALITÀ

Spesso l'allievo principiante di canto ha talmente tante cose da controllare contemporaneamente, che finisce per cantare rigido come un manico di scopa; allora è meglio passeggiare per la stanza, muovendo con gesti tondi, mai spigolosi e bruschi, le braccia, i polsi e le mani, controllando che il collo e la testa siano dritti ma sciolti. *Obbligandosi a cantare facendo gesti tondi, l'allievo deve per forza allentare un po' la rigidità in cui si trova.*

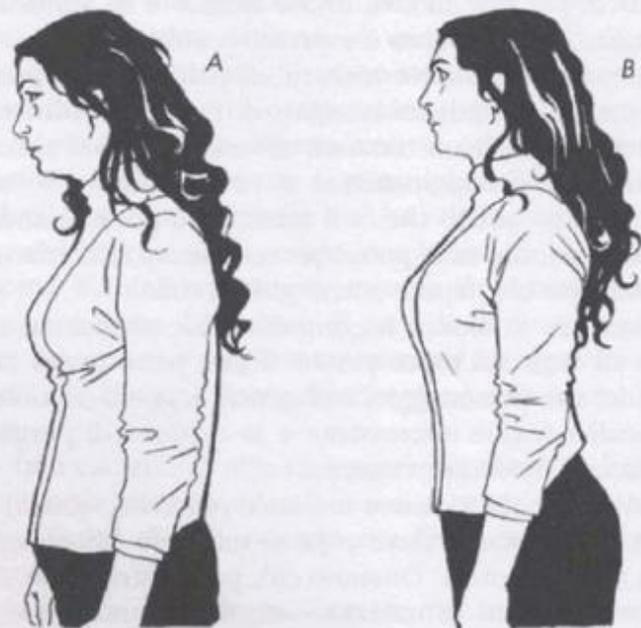
Il cantante deve saper controllare il suo modo di stare sul palco, per due motivi: uno è tecnico e lo abbiamo già analizzato, mentre l'altro è espressivo, stilistico.

Il cantante lirico deve recitare sul palco, se interpreta un personaggio, quindi ha bisogno di fare gesti convincenti come attore. Se fa un concerto deve invece stare abbastanza fermo, perché lo spettatore deve concentrarsi sulla musica e non su quello che fa il cantante; e poi la grandiosità di certe melodie non potrebbe certamente accordarsi con un interprete che fa movimenti goffi o strani.

Il cantante di musica leggera deve fare attenzione al suo modo di stare sul palco perché è una parte molto importante del suo personaggio. Nel genere leggero ci vuole una personalità vocale interessante e la capacità di porgersi al pubblico in modo convincente.

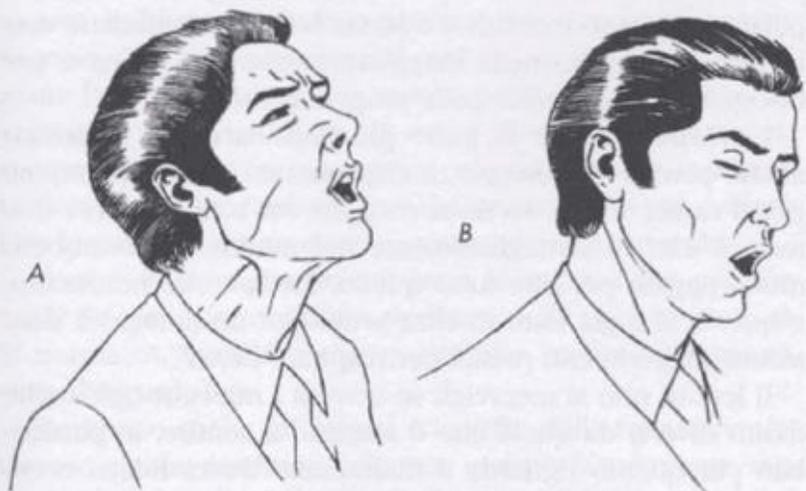
Qualunque sia il genere musicale prescelto, quindi, sicuramente il cantante deve sapersi muovere liberamente e senza tensioni inutili. Ottenuto ciò, potrà interpretare il suo personaggio con naturalezza e saprà poi anche stare fermo, se necessario, con una postura naturale e funzionale al canto.

Si sente molto spesso dire che per cantare bene bisogna essere rilassati, e allora in qualche caso si fa persino distendere il soggetto, per fargli sentire come sono rilassati il suo addome e il suo torace. Questo concetto così "rilassante" può portare a un equivoco. Ho visto persone con la voce rovinata da troppo "rilassamento". Nel canto non si deve mai forzare la laringe a produrre suoni in modo faticoso. Nel cantante, l'unica a dover essere sempre rilassata, pertanto, è la laringe. Ma se un cantante inspira partendo da una postura stanca e senza tono, il suo canto sarà assolutamente non all'altezza, e si produrrà lavoro in più per le corde vocali. *Il significato reale perciò dell'espressione "cantare rilassati" è quello di avere un buon tono muscolare a livello del torace e del dorso, per consentire alla laringe*



L'allieva in posizione indifferente (A) e predisposta al canto (B). Si noti il diverso allineamento tra testa e spalle.

di riposare, o meglio di funzionare in modo ottimale come sorgente di suono (le corde vocali si comportano come le anse di uno strumento a fiato: se voglio suonare bene uno di questi strumenti, ciò che devo assicurare è un flusso d'aria costante, che mantenga la vibrazione dell'ancia); in alcune tessiture la laringe deve comunque sostenere un certo impegno (si pensi ai suoni all'estremo acuto di una voce).



Ho immaginato come potrebbero emettere la stessa nota, medio-acuta, un cantante senza tecnica (A) e uno con voce impostata (B).

## Prime lezioni: la respirazione

### IMPORTANZA DELLA RESPIRAZIONE CORRETTA PER IL CANTO

In questo capitolo c'è molto da dire, perché la respirazione è fondamentale per l'emissione vocale corretta: *non può esservi canto senza una respirazione efficiente*. Alcune persone cantano molto bene senza bisogno di studiare una tecnica vocale, ma nella maggioranza dei casi prima o poi bisogna mettere ordine nella propria vocalità.

La respirazione è la parte più importante, lo ribadisco anche perché c'è bisogno di chiarimenti. Sulla respirazione per il canto, infatti, se ne sono dette "di tutti i colori". Eviterò di entrare dettagliatamente nel merito: ci vorrebbero molte pagine per dire tutto quello che sarebbe necessario, e questo l'ho già fatto in altra sede. Qui mi limiterò a dare alcuni suggerimenti pratici per respirare bene.

Il lettore non si meravigli se troverà i miei consigli anche molto diversi da quelli che è abituato a sentire, in particolare per quanto riguarda il diaframma: dovrà fidarsi e comunque provare. Le mie convinzioni, come spiegato altrove, vengono non solo dall'esperienza accumulata in tanti anni, sia come cantante sia come insegnante di canto e terapista della voce, ma anche dalla mia formazione professionale come foniatra. Chi volesse approfondire legga il libro *Anatomia della voce*.

Consiglio quindi, soprattutto al lettore alle prime armi nel canto, di leggere con molta attenzione questa parte del libro, meditando su molti aspetti che sono essenziali per cantare correttamente. La gran parte dei guai che possono mettere in crisi una voce, lo ricordo ancora, proviene da una respirazione non corretta e poco efficiente, che rende la fonazione automaticamente più faticosa e riduce di molto la facilità dei suoni e la loro qualità, impedendo al cantante di esprimere completamente il suo stile vocale, cioè

la sua personalità musicale, che è l'anima del canto, in qualunque genere musicale.

#### RESPIRAZIONE PER IL CANTO: CONSIDERAZIONI

Per cantare con tecnica occorre sapere adoperare, tra l'altro, la tecnica del respiro. Sembra facile. È proprio in questo ambito che esiste la più ampia e disorientante confusione. Ci sono insegnamenti molto diversi e in contraddizione l'uno con l'altro. Esperienza personale: mi hanno insegnato a inspirare in modi molto diversi; il risultato era sempre lo stesso: non ci capivo proprio niente e soprattutto non riuscivo a cantare bene. La respirazione più corretta l'ho imparata alla fine da sola, provando e riprovando.

Perché affermo che ho imparato la respirazione più corretta? Se sono poi riuscita a riportare delle voci rovinata alla normalità, vuol dire che quello che ho fatto era giusto, siete d'accordo?

Studiando anche gli aspetti scientifici della fonazione, ho trovato alcune conferme alle mie ipotesi. Sicuramente sappiamo molto sulla fisiologia della voce, ma non sappiamo tutto, sicché c'è ancora molto da studiare e da riflettere. Questo tipo di conclusione si trova spesso in articoli e studi scientifici recenti su questi argomenti.

Qui farò solo poche considerazioni, la prima delle quali è la seguente: *i polmoni sono nel torace, non nell'addome!*

Questa sola frase dovrebbe essere in grado di spazzare via tutti quei consigli di tecnica vocale che prescrivono di inspirare facendo sporgere attivamente l'addome.

È sul torace che va posta l'attenzione, mentre l'addome, che in modo naturale sporge lievemente durante l'inspirazione, non ha bisogno di particolari attenzioni o di movimenti attivamente imposti.

Del fatto che la terminologia usata nella didattica del can-



*L'inspirazione "addominale" come viene eseguita da alcuni allievi: si osservi l'accentuazione della curvatura lombare e l'inerzia del torace.*

to possa far fare confusione all'allievo cominciano ad accorgersene anche alcuni autorevoli studiosi della materia: le espressioni come "spingere sul diaframma", "respirare con il diaframma", "cantare di diaframma" e simili sono molto difficili da applicare perché possono basarsi su presupposti sbagliati o confusi proprio a livello fisiologico. Speriamo che si possa definitivamente rendere chiara e precisa la terminologia usata dai maestri di canto.

Un altro consiglio che si dà spesso è quello di evitare di muovere, inspirando, la parte alta del torace, perché si dice che il torace si muove nella sua metà superiore solo quando il respiro è affannoso o comunque molto difficoltoso, come per esempio nei malati d'asma.

Anche questa prescrizione può causare confusione e malintesi nell'allievo, se non altro perché un respiro preso in modo naturale e profondo ha bisogno di muovere tutto il torace, quindi anche la sua parte superiore.

#### PRIMA LEZIONE DI CANTO: L'INSPIRAZIONE

Di solito nella prima lezione di canto con un nuovo allievo mi soffermo sostanzialmente solo sull'inspirazione. È come fare le fondamenta di una casa. Se si parte correttamente



*L'inspirazione "addominale" come viene eseguita da alcuni allievi: si osservi l'accentuazione della curvatura lombare e l'inerzia del torace.*

to possa far fare confusione all'allievo cominciano ad accorgersene anche alcuni autorevoli studiosi della materia: le espressioni come "spingere sul diaframma", "respirare con il diaframma", "cantare di diaframma" e simili sono molto difficili da applicare perché possono basarsi su presupposti sbagliati o confusi proprio a livello fisiologico. Speriamo che si possa definitivamente rendere chiara e precisa la terminologia usata dai maestri di canto.

Un altro consiglio che si dà spesso è quello di evitare di muovere, inspirando, la parte alta del torace, perché si dice che il torace si muove nella sua metà superiore solo quando il respiro è affannoso o comunque molto difficoltoso, come per esempio nei malati d'asma.

Anche questa prescrizione può causare confusione e malintesi nell'allievo, se non altro perché un respiro preso in modo naturale e profondo ha bisogno di muovere tutto il torace, quindi anche la sua parte superiore.

#### PRIMA LEZIONE DI CANTO: L'INSPIRAZIONE

Di solito nella prima lezione di canto con un nuovo allievo mi soffermo sostanzialmente solo sull'inspirazione. È come fare le fondamenta di una casa. Se si parte correttamente

dall'inspirazione, molto del lavoro successivo sulla voce sarà facilitato. Non c'è voce impostata bene che non abbia una respirazione corretta. La disfonia, che è il sintomo principale in chi ha la voce compromessa, nasce sostanzialmente da una respirazione poco efficiente, poco coordinata, così tutto il lavoro per la fonazione passa alle "povere" corde vocali, che da sole non possono reggere l'onere di far uscire tanta bella voce senza il giusto flusso d'aria dai polmoni.

Per tutti questi motivi io mi assicuro per bene che l'allievo comprenda con esattezza le prime istruzioni sulla respirazione e le sappia applicare immediatamente, nel corso della lezione stessa.

Nel canto, ovviamente, aver capito con l'intelletto non assicura affatto la capacità di eseguire correttamente e in modo coordinato i movimenti, perché per fare ciò ci vuole l'allenamento motorio, senza il quale nessuna conoscenza teorica può servire. Ricordiamoci che cantare significa suonare uno strumento, la voce, che è fatto di "carne ed ossa". Nessuno potrebbe pensare di diventare un buon chitarrista, per esempio, solo comprendendo a livello teorico come si fa a suonare una chitarra: senza la pratica strumentale è impossibile ottenere alcun risultato.

Torniamo alla nostra prima lezione, dunque. C'è un allievo, mettiamo che non sappia niente di tecnica vocale. Prima di spiegare come deve respirare bisogna chiarire come deve mettersi, cioè quale postura deve assumere, dato che non è indifferente la posizione del corpo per assicurare una respirazione ottimale. Nel canto non occorre moltissima aria, ma occorre inspirarla partendo da una posizione giusta. Per esempio, potreste inspirare bene in una posizione rannicchiata? La posizione in piedi è la migliore per cantare, questo ci dicono i fisiologi, perché stando in piedi l'inspirazione è migliore e più completa.

L'allievo deve trovare una posizione ben eretta ma senza mettersi sull'attenti come un soldato. Il concetto fondamentale è quello di una posizione eretta ma in modo dinamico,

cioè con possibilità di aggiustamenti, con naturalezza e una certa flessuosità. Il peso del corpo va distribuito equamente sui piedi. Va bene mettersi a piedi uniti, ma meglio ancora se le piante dei piedi sono un po' separate. Deve essere un assetto che si sente che è stabile, sicuro.

Mai andare a lezione con scarpe strette o, per le donne, con tacchi vertiginosi. Si scelga per i piedi la comodità e la possibilità di fare movimenti in libertà. Sull'argomento postura preferisco ripetermi su concetti che sono importanti: il lettore non me ne voglia. Per alcune persone mettersi diritte è un vero problema, che richiede un certo allenamento.

Trovata la posizione di partenza si passa al respiro.

#### COME PRENDERE FIATO PER CANTARE

Importantissimo è avere le idee chiare da subito. Se l'allievo non è sicuro di aver capito bene deve chiedere ancora spiegazioni. L'insegnante dovrà fare molta attenzione a impostare bene le regole di base. Difetti respiratori o di postura andranno corretti subito.

Di solito chi canta (e anche chi insegna) dà molta importanza all'espiazione, cioè a cosa si debba fare durante il canto, mentre l'inspirazione a volte viene del tutto trascurata. Si dice all'allievo, nella migliore delle ipotesi, di inspirare in modo naturale, senza altre indicazioni, oppure gli si dice di prendere fiato "con la pancia" o in molti altri modi.

La presa d'aria è legata alla postura e la influenza: non posso inspirare correttamente se non parto da una postura corretta, né posso assumere una postura corretta se non prendo fiato in modo adatto al canto. Dal modo di inspirare dipende il coinvolgimento o meno di determinati gruppi muscolari, la cui attività presente o meno condizionerà la qualità del canto. *Da come si prende fiato dipende quindi tutta l'emissione successiva.*

Osservando la postura e l'inspirazione di un allievo è per

me possibile prevedere con buona sicurezza quale sarà la qualità del suono che emergerà. I cantanti d'opera, quelli bravi, assumono tutti la stessa postura, cioè sono ben diritti, con il torace aperto, il collo e la testa diritti ma non rigidi. Hanno un aspetto "principesco", sicuro di sé; il messaggio che comunicano con la loro postura è: "Sentite come canto bene".

Gli allievi di canto, in particolare se sono principianti, tendono invece ad assumere ben altra posizione, dato che finiscono con l'averne un assetto in genere ricurvo, con il collo e la mandibola rigidi e un po' in avanti, la fronte corrugata, gli occhi che sembrano quasi spaventati, un'espressione insomma che sembra un po' sofferente o comunque preoccupata. È il comportamento di chi si sente impacciato perché improvvisamente si ritrova a dover controllare molti movimenti contemporaneamente, mentre non vi era per niente abituato, sicché le prime volte ne esce sempre qualcosa di molto goffo e comunque poco naturale, con tensioni moltiplicate. Basta saperlo, e aspettare che l'allenamento e la pazienza diano i primi risultati. Non è difficile infatti vedere in poche lezioni, chi più chi meno, che le cose vanno molto meglio. Se un allievo canta con un'espressione distesa sul volto, questo è segno che anche il resto del suo corpo è in posizione corretta.

Chi canta da un po' e comincia a padroneggiare la sua postura e la sua respirazione può iniziare a divertirsi cantando, che sarebbe l'obiettivo finale per ogni voce. Bisognerebbe sempre provare il piacere di cantare, liberi dall'ossessione data dalle norme tecniche. Chi sta imparando a guidare, per fare un paragone, deve dedicare tutta la sua attenzione alle cose da fare e al loro giusto coordinamento, mentre chi è esperto sa mantenersi vigile ed efficiente nella guida ma intanto può pensare ad altro e, perché no, provare il piacere di guidare in libertà.

C'è bisogno di norme concrete, che si rifacciano a meccanismi naturali. Ribadisco che sappiamo poco sulla fisiologia del nostro organismo, anche per il canto, sicché è più saggio rifarsi a quello che il nostro corpo sa già fare.

La tecnica consiste infatti nel prendere coscienza e nel controllare movimenti e meccanismi ai quali non facevamo per niente attenzione. Chi bada a come respira, se non il cantante (o il subacqueo)? Nessuno di noi, per fortuna, deve prestare attenzione a come respira, per esempio mentre lavora, studia o guarda la televisione: se dovessimo pensarci, non si riuscirebbe più a fare niente. Il respiro per vivere è un atto automatico, controllato da meccanismi che non richiedono l'intervento della volontà. Il respiro che si usa nel canto invece dev'essere ben conosciuto dal cantante e controllato molto finemente. In fondo, per fare un altro paragone, chi bada ai suoi piedi mentre cammina? Eppure camminiamo tutti.

#### IN PRATICA

Bisogna quindi prendere un bel respiro, in modo naturale. Occorre precisare molti particolari, perché non è così scontato che tutti sappiano fare spontaneamente un bel respiro. Le persone ansiose o molto stressate, per esempio, spesso non sono capaci di farlo se non dopo alcuni tentativi, sotto la guida di un occhio esperto.

Provate quindi a pensare come prendereste un respiro se vi trovaste in una condizione molto piacevole, in un ambiente per voi ottimale, con l'aria buona e pulita: in riva al mare, in un paesaggio montano, su un prato fiorito, sotto le palme di un'oasi, eccetera.

Come respirereste per esprimere "Come sto bene"? Di certo non vi trovereste in una posizione rigida o impettita, o eccessivamente attenta, anzi molto probabilmente accompagnereste la respirazione con una bella stiracchiata delle braccia e del tronco. Il respiro naturale si accompagna a una postura sciolta, soddisfatta e soddisfacente.

Provate quindi a fare alcuni respiri naturali e profondi. Non hanno nulla a che fare con pose da atleta, con esercizi di ginnastica. Il respiro naturale e profondo è libero e si associa a una sensazione piacevole e a un'espressione serena sul volto.

Sembra facile saper fare un respiro sempre rilassato, ma in realtà non è sempre così spontaneo e naturale. Si pensi per esempio al cantante che deve esibirsi in pubblico e che si sente in ansia per questo: facilmente il suo respirare sarà del tutto diverso da quello ottimale se non possiede la tecnica del respiro, che gli assicuri un'inspirazione rilassata anche quando ha una gran paura del pubblico.

Il respiro giusto per cantare è quello più naturale, quindi. Respirare così è in qualche modo soddisfacente, rilassante. Alcune persone, dopo un po' di fiati presi in questo modo, cominciano a sbadigliare. Buon segno, significa che si stanno rilassando, soprattutto a livello della faringe, la parte del tratto vocale che ha molta influenza sulla qualità della voce. Ad altre persone capita che dopo alcuni "respironi" la testa giri, anche parecchio. Si tratta di un inconveniente tipico dei principianti del canto: hanno inspirato più ossigeno del necessario (si chiama iperventilazione); arrivato al cervello, produce quel fugace effetto di instabilità. Niente di pericoloso, basta fermarsi un attimo. Si tratta, lo ripeto, di inconvenienti che appartengono alle prime lezioni.

#### OCCORRE IL RIFERIMENTO A MECCANISMI NATURALI

Vi sono più modi per prendere fiato in modo rilassato e profondo. Occorre riferirsi a meccanismi naturali, altrimenti si può fare confusione e sbagliare movimenti, con molta facilità. Nella respirazione vengono coinvolti moltissimi muscoli, da quelli del tronco a quelli dell'addome, senza trascurare la muscolatura del collo, della laringe, della mandibola, eccetera. Si tratta, facendo un conto molto approssimativo, di decine e decine di muscoli che entrano in gioco. Come possiamo pensare di governarli tutti con la volontà? Meglio lasciar fare alla natura, dato che tutti questi muscoli lavorano alla perfezione nel nostro organismo, senza che noi ce ne rendiamo conto. Chi sa dire quali muscoli sta muovendo mentre corre, per esempio? Eppure tut-

ti corriamo, con facilità se siamo in salute. Allora è di buon senso affidarsi a coordinamenti muscolari che esistono già, senza crearne di nuovi con inutili tecnicismi che fanno fare solo confusione sia alla persona che sta applicando quelle regole, sia al suo apparato muscolare.

Mi spiegherò meglio portando come esempio quello che è accaduto a me. Mi hanno insegnato, negli anni, a respirare e a cantare in vari modi. Ne ho riportati buona parte affinché il lettore si faccia anche un'idea di quello che potrebbe capitargli se cominciasse a fare il giro di più maestri di canto. La cosa più curiosa è che tutti questi modi di ispirare venivano via via presentati come l'unico sistema valido per ispirare correttamente, cioè più o meno "di diaframma".

Ecco l'elenco, in verità qui semplificato ma attentamente descritto nei paragrafi successivi:

#### *Inspirare*

- a) Allargando solo la parte inferiore del torace, in avanti;
- b) Allargando la parte inferiore del torace, lateralmente e dietro;
- c) Annullando la curvatura lombare (cioè ruotando il bacino);
- d) Mandando in fuori la pancia;
- e) Distesi;
- f) Con la schiena riversa sulla spalliera di una sedia, le ginocchia diritte e le braccia penzoloni.

#### *Cantare*

- g) Spingendo la pancia in dentro a livello dello stomaco;
- h) In dentro a livello del basso addome;
- i) In dentro tutta la pancia;
- l) In fuori a livello dello stomaco;
- m) In fuori a livello dei fianchi o dei reni;
- n) Annullando la curvatura lombare (piegando un po' le ginocchia);
- o) Pensando di avere un salvagente o una cintura elastica in vita da allargare in tutta la sua circonferenza. Eccetera.

Chi aveva ragione? Nessuno, dato che in nessuno di questi e altri casi io riuscivo a sentirmi a mio agio e soprattutto a vedere progressi. La voce non aveva un fulcro intorno al quale muoversi, era mutevole e instabile. Cantare era difficile, eppure la mia voce era di buona qualità perché era per sua natura sana, estesa, potente. Si trattava insomma di un buono strumento vocale (non era merito mio, era un dono di natura), che aveva bisogno di un buon maestro. Madre natura ci regala moltissimi buoni strumenti vocali.

#### INSPIRARE SENZA SPINGERE ATTIVAMENTE IN FUORI L'ADDOME

Un altro consiglio che do sempre ai miei allievi è di "lasciare in pace la pancia". Nella respirazione sono importanti la postura (cioè la schiena ben diritta con le spalle aperte e spianate, il collo e la testa diritti ma non irrigiditi) e l'inspirazione fatta dal torace nella sua globalità, secondo le modalità naturali che abbiamo spiegato precedentemente.

L'addome si muove anch'esso durante l'inspirazione, sporgendo leggermente in fuori, in modo automatico. È importante evitare di gonfiare attivamente la pancia durante l'inspirazione, come consigliano moltissimi testi e insegnanti di canto. Meglio concentrarsi solo sulla postura e sul torace, trascurando quel che fa l'addome, che sa fare "il suo dovere" senza particolari istruzioni. *I polmoni sono nel torace, non nella pancia*, lo ribadisco. Essa sicuramente entra in gioco, ma se lasciata "in pace" si muoverà secondo natura e non secondo le forzature della "tecnica".

Ho avuto modo di osservare in molti casi le conseguenze negative anche gravi per la voce del cantante dell'esagerata sporgenza dell'addome durante l'inspirazione, perciò rinnovo il consiglio di pensare "solo" alla postura e al torace. C'è chi è stato abituato addirittura a concentrarsi solamente sui movimenti addominali durante l'inspirazione, co-

si prende fiato mandando in fuori la pancia e lasciando il torace pressoché inerte, con conseguente graduale compressione della voce. Non si può cantare bene, infatti, partendo da un assetto corporeo del genere, perché è tutto sbagliato, dalla posizione di testa-collo-spalle-tronco, ai movimenti toracici, a quelli addominali.

L'idea di far respirare l'allievo con la pancia viene dal fatto che con ciò si pensa di muovere per bene il diaframma. Il diaframma è in effetti il principale muscolo dell'inspirazione, ma non lo si aiuta a funzionare meglio sporgendo in fuori l'addome durante l'inspirazione, anzi, per tutta una serie di motivi, la cosa appare controproducente. Questa importante questione è presa in esame nel dettaglio nel testo *Anatomia della voce*. Il diaframma, inoltre, è un muscolo involontario, perciò la sua azione non può modificarsi con la volontà, ma solo, semmai, attraverso meccanismi automatici nei quali questo muscolo si trova coinvolto.

Al lettore ribadisco un concetto fondamentale: inspirare sporgendo attivamente in fuori l'addome non solo non è utile, ma può essere controproducente.

È possibile credere di fare un bel respiro naturale mentre si sta sbagliando tutto? Sì, quando si è rigidi, impacciati, poco consapevoli, curvi, condizionati da altre tecniche, appesantiti, pigri, poco allenati, sedentari, nervosi, eccetera. Ci vuole senza dubbio una persona competente che guidi questo approccio alla respirazione. Una buona guida comunque, se si vuole o si deve fare da soli, è data da alcuni accorgimenti che sto per spiegare, e dal fatto che il respiro giusto si riconosce, un po' alla volta, perché è facile da fare e si associa a sensazioni di naturalezza e di benessere, anche se all'inizio può essere faticoso perché fa male la schiena in pochi attimi, e gira la testa.

Molti hanno dimenticato come si fa un bel respiro (se non altro perché in certe città se fai un respiro profondo nell'ora di punta rischi di intossicarti...), e hanno bisogno di un po' di tempo per ritrovarlo. In ogni caso ognuno di

noi è in grado di farne, dato che si tratta di atti automatici. Rimaniamo comunque in attesa di automobili mosse da combustibile "pulito".

#### PER INSPIRARE BENE

C'è un "trucco" per ottenere con facilità un respiro corretto e una postura ben diritta, che funziona quasi sempre: è sufficiente inspirare alzando contemporaneamente le braccia ai lati del tronco, fino a portarle sopra alla testa, e poi, **con i polmoni pieni**, mettere giù le braccia. Questa postura e questo assetto del torace di solito sono quelli giusti. Badate bene di stiracchiarvi verso l'alto con tutta la persona (va bene anche mettersi in punta di piedi qualche volta), come se doveste raggiungere qualcosa sopra la testa. E che il collo e la posizione del capo non siano rigidi. Naturali, come fosse un gioco. Va bene anche ondeggiare un po' come una canna al vento leggero, per essere sicuri di non forzare niente. Non si deve pensare di fare ginnastica e di esprimere potenza muscolare. Il ritmo dell'inspirazione dovrebbe essere solidale con il movimento delle braccia, in modo che i polmoni siano riempiti quando le braccia sono in alto, non prima. Le braccia dovrebbero salire con calma, senza fretta.

In queste fasi è bene controllarsi allo specchio, ma, come detto, non di fronte ad esso, bensì di profilo, dato che da quella visuale si può apprezzare pienamente l'assetto di tutto il corpo. Alcune persone prendendo questa posizione diventano più alte (in realtà sarebbe quella la loro statura ideale, mentre quella abituale è frutto di rilassatezza, con le curvature della colonna vertebrale molto accentuate).

C'è una postura ideale per ognuno di noi, che si sente che è giusta perché è ben diritta ma non è così difficile da mantenere; non è neanche innaturale o rigida. Magari le prime volte risulterà faticosa dopo pochi minuti, perché

non si è ancora allenati a tenerla a lungo, però si capisce che è corretta. Si sta dritti, si sente che si è "ben piantati" sui piedi e che il collo e le spalle non sono rigidi. Ebbene, per il canto è necessario assumere una postura diritta e respirare in modo profondo. Non si può cantare bene stando ripiegati su se stessi e prendendo poco fiato.

**Un altro modo** per prendere un respiro profondo e naturale è quello di svuotare il torace dall'aria e rimanere a polmoni vuoti per quanto tempo è possibile. Arrivati a un certo punto, quando bisogna assolutamente prendere aria, si farà un'inspirazione profonda e naturale, in modo totalmente automatico, cioè indipendente dalla volontà, dato che siamo in debito di fiato e il torace non può che espandersi. Facendo questo tipo di respiro per alcune volte si può prendere coscienza dei movimenti del torace e delle costole, che si amplieranno molto più rispetto a una normale inspirazione. Si può controllare il tutto mettendo una mano sulle coste basse, un po' lateralmente, e l'altra sul torace, davanti e un po' in alto, ma non troppo (circa a metà). Si muoveranno le coste in basso ma anche quelle più su, dove avete messo l'altra mano. Questo respiro può essere molto istruttivo per le persone che inspirano in modo superficiale, teso e fanno fatica a capire cosa devono fare per inspirare in modo profondo.

**Un altro modo** per prendere fiato e muovere molto le costole è quello di "incollarsi" a un muro con la schiena e con le spalle. Per fare aderire tutta la schiena alla parete occorre piegare le ginocchia. Attenzione che spesso si produce una rigidità del collo e della testa, che vanno avanti: non va bene, la testa e il collo devono trovare una posizione comoda, rilassata.

Per qualcuno questa variante è molto fastidiosa. Chi ha qualche problema alla schiena per esempio di solito non ce la fa ed è meglio non insistere. Per fortuna esistono più modi, automatici e spontanei, di inspirare in modo profondo, perciò ognuno troverà quello che è più adatto a sé e alla propria struttura.

Trovata una posizione aderente alla parete e comoda, si ispiri in modo profondo. In questo caso il torace si alzerà più del solito, perché la schiena è bloccata dal muro, le curve fisiologiche della colonna vertebrale sono annullate e quindi le costole si muovono di più.

Anche questo modo di respirare può essere utile per prendere coscienza dei movimenti del torace. È ovvio che non si può e non si deve poi cantare in questa posizione, che serve solo per allenarsi a ispirare. Una colonna vertebrale in estensione, come in questo caso, permette movimenti più ampi alle coste. Raddrizzare la colonna spesso è un esercizio faticoso, per chi non è abituato a "tenere la schiena su". Avere la schiena diritta è frutto del tono muscolare adeguato dei gruppi muscolari del dorso.

Il primo passo è fatto. Adesso bisogna associare la fonazione con quel respirone. Mettete una mano sulle costole davanti, non su quelle basse né troppo vicino al collo: grosso modo sulla parte alta del cuore. Fate un altro respirone, controllando cosa fanno le costole. È importante che la presa d'aria non sia troppo "ginnica" o militaresca ma sia naturale, spontanea, soprattutto rilassata e profonda. *La tecnica del respiro per il canto è saper rifare volontariamente un respiro naturale.*

Uno studioso naturalista che voglia sapere tutto su un animale si mette in un posto nascosto e aspetta, osserva, prende nota, registra, fotografa. Dopo un po' saprà tutto delle abitudini di vita di quell'animale; certamente lo conoscerà molto meglio di chi volesse studiarlo tenendolo in una gabbia in un laboratorio, sottoponendolo a esperimenti vari.

Quello che sappiamo sulla voce, dal punto di vista fisiologico, viene sostanzialmente da esperimenti fatti in laboratorio, studiando le prestazioni vocali di cantanti che si fanno *vocalizzare*, più che cantare, in condizioni innaturali, con varie strumentazioni "attaccate", senza senso musicale. Quello che si riesce a stabilire con queste modalità lo si fa poi valere come regola generale, valida per tutti. *Invece la*

regola, la norma tecnica deve provenire dalla percezione e dalla conoscenza di noi stessi, della nostra particolare modalità di respiro mentre cantiamo, mentre facciamo musica. Il cantante deve diventare il massimo esperto sulla propria voce, perché dovrebbe conoscerla sempre meglio di qualsiasi esperto esterno.

#### RESPIRARE CON IL NASO O CON LA BOCCA?

È facile rispondere a questa domanda, usando un po' di buon senso. Quando parlate prendete fiato dalla bocca o dal naso? **Sicuramente dalla bocca**, perché è impos-

sibile mantenere un discorso con la fluenza necessaria e inspirare dal naso, dato che questa via è fisiologicamente più lunga e ristretta e richiede perciò più tempo. Nessuno parla o canta respirando dal naso, di solito. Ho visto una cantante, in una videoregistrazione di un'opera, cantare inspirando dal naso. Era buffa a vedersi, perché a intervalli regolari chiudeva la bocca e oltre a ciò produceva il ben noto rumore dato dal passaggio d'aria attraverso le narici.

La respirazione nasale è raccomandabile sempre, perché scalda, umidifica, filtra l'aria e predispone le cavità della fa-



*Posizione adatta al canto. Si osservi il punto in cui tenere la mano per controllare i movimenti del torace durante il canto.*

ringe a un atteggiamento più rilassato, però *non è possibile cantare bene se non inspirando dalla bocca*, sicché il cantante farà bene a inspirare dal naso quando si può, cioè all'inizio del brano o dopo lunghe pause al suo interno.

#### INSPIRARE SILENZIOSAMENTE

È molto utile esercitarsi a inspirare aria dal naso senza produrre alcun rumore. Per fare questo ci si renderà presto conto che occorre dilatare le narici, il che è utile a predisporre la faringe a essere rilassata.

In generale, inspirare in modo rumoroso, sia dal naso sia dalla bocca, è controproducente per il canto (impedisce un'emissione rilassata, crea tensioni inutili nella gola), oltre a essere brutto a sentirsi.

Presso i cantanti di musica leggera è molto di moda invece fare rumore inspirando (vi è chi lo fa proprio a ogni respiro, rendendosi per me inascoltabile); il vezzo è così diffuso che ormai chi non lo fa si distingue dagli altri. Il respiro rumoroso ha senso espressivo se viene fatto sporadicamente, associato a un testo particolarmente drammatico e intenso, per sottolineare e rafforzare il senso delle parole. Ogni altro suo uso è a mio avviso da considerarsi un difetto grave, che toglie bellezza al canto e disturba l'ascolto. Si veda il libro *Fare il cantante - Come superare le audizioni canore* su questo argomento, nel capitolo dedicato allo stile.

I principianti facilmente prendono il respiro rumorosamente, ma il motivo non è certo stilistico, soprattutto quando sono alle prime esibizioni e la tensione è tanta: in questo caso è proprio l'incapacità a mantenere rilassata la gola a causare rumore inspiratorio. Solo l'esperienza e un allenamento specifico potranno ovviare a questo inconveniente.

In sintesi, sia inspirare dal naso silenziosamente, dilatando le narici, sia prendere fiato con la bocca aperta senza

fare rumore alcuno possono essere molto utili: la necessità di non produrre rumore obbliga la gola ad aprirsi al massimo e predispone alla fonazione.

#### RIASSUMENDO

*La postura.* Cantare in postura diritta, con le spalle aperte, il collo e la testa allineati con le spalle, ma senza tensioni, senza essere rigidi come dei militari sull'attenti, è indispensabile.

*La respirazione.* Occorre inspirare in modo naturale e profondo, senza l'idea di "fare ginnastica" ma semplicemente con l'intenzione di prendere un "bel" respiro. Ricordiamoci che i polmoni sono nel torace, non nella pancia, pertanto non serve a niente pensare di inspirare col diaframma mandando in fuori l'addome. Si deve allargare il torace in modo naturale.

*Inspirare con la bocca o con il naso* dovrà essere una scelta del cantante. Dal naso sarebbe più fisiologico ma richiede più tempo e poi è difficile prendere aria dal naso nel corso del canto: si può fare solo per il primo respiro o dove ci siano lunghe pause. Non vanno bene le ispirazioni rumorose o addirittura affannose, anche se sono di moda, in alcuni casi.

Quando si canta non serve a niente, anzi è controproducente, *spingere l'addome* in fuori oppure in dentro, e lo stesso quando si inspira. Sarà più utile invece cercare di non svuotare immediatamente la cassa toracica, né con il primo suono emesso né con i seguenti. Questi particolari sono analizzati nel prossimo capitolo.

## Prime lezioni: il suono e il respiro

Di solito è alla seconda lezione che entro nel merito dell'emissione vocale, dato che generalmente la prima va interamente dedicata a spiegazioni e ad esercitazioni per una corretta inspirazione. L'allievo ha imparato a prendere fiato correttamente, in modo profondo e naturale. È di profilo rispetto a me, così posso controllare ogni suo movimento e la qualità della sua postura. A questo punto dobbiamo emettere il primo suono, possibilmente anch'esso in modo corretto.

Vi sono più tipi di allievo. Prendiamo come esempio il principiante, cioè una persona che vuole cantare ma non ha alcuna cognizione di tecnica vocale. La voce dei principianti è in genere sana, cioè non ha difetti grossolani di emissione e non si affatica.

Il nostro allievo molto probabilmente emetterà il primo suono coordinando poco la sua respirazione con la fonazione. Nella prima lezione aveva imparato ad assumere una postura diritta; era riuscito anche a inspirare ampliando per bene il torace. Però adesso c'è un problema aggiuntivo: il suono. Di solito con il primo suono tutte le conquiste fatte se ne vanno: il soggetto in un attimo si "sgonfia", il suo torace si ritrae come una fisarmonica; quella postura diritta e anche un po' fiera lascia il posto magari al solito atteggiamento disimpegnato, con schiena ricurva e spalle in avanti. La voce era di bassa qualità, piena d'aria, magari anche un po' in gola (alle prime lezioni si sente di tutto...), oppure con un attacco brusco. Il fiato è durato pochissimo. Che si fa?

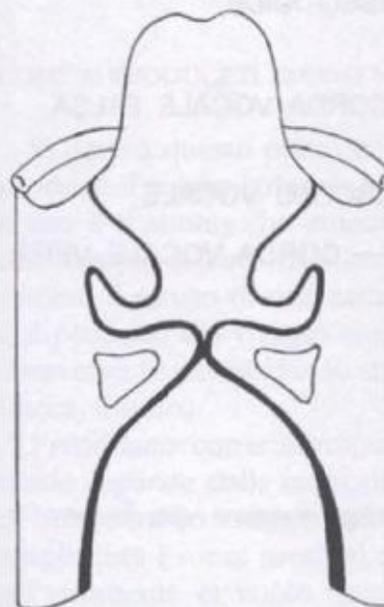
Non abbiamo ancora detto un particolare importante: il cantante deve evitare di svuotare il suo torace troppo presto. Deve invece dosare l'aria in uscita dai polmoni, in modo che esca con regolarità, con la velocità e la quantità che sono giuste per il suono emesso. Se devo cantare forte per esempio, necessariamente avrò bisogno di più aria.

È importante capire che il canto e la fonazione in genere non sono il prodotto di una lotta tra gruppi muscolari diversi, quelli che tendono ad ampliare il torace e quelli che lo restringono. Non si deve combattere un duello tra forze muscolari, e "che vinca il migliore". Si sente molto spesso parlare, nel gergo della tecnica vocale, di spinta: "Spingi sul diaframma" è l'espressione più comune. Si parla anche di spinta degli addominali, di spinta dell'aria al di sotto delle corde vocali (questa spinta si definisce come pressione sottoglottica). La voce sarebbe il prodotto della disputa tra l'ostruzione che le corde fanno a livello dell'albero respiratorio e la spinta che i muscoli (toracici e/o addominali, a seconda delle diverse interpretazioni) esercitano sulla colonna d'aria in uscita. Stando a questa visione, il canto dovrebbe essere un affare più per culturisti che per artisti... Il buon senso ci dice che non può essere proprio così, se non altro perché il canto a volte è così dolce e delicato che solo l'idea che possa essere il prodotto di antagonismi e spinte risulta quantomeno irritante. Insomma, o si fa sollevamento pesi o si fa ginnastica artistica. E il canto, a quale specialità atletica potrebbe appartenere?

E poi c'è un'altra considerazione che rende improbabile la visione delle corde vocali come qualcosa che si oppone fermamente al transito dell'aria, come un patriota all'ultima barricata: esse sono di piccole dimensioni (nella donna piccola intorno a un centimetro e mezzo, mentre in alcune voci maschili possono superare di qualcosa i due centimetri e mezzo), mosse da muscoli altrettanto piccoli, sicché da sole non possono certo impedire completamente il passaggio dell'aria (tant'è che ci sono altri due sistemi di chiusura laringei, oltre alle corde vocali, che entrano in funzione non solo quando si deglutisce ed è indispensabile che non vada del cibo nella trachea, ma anche in tutte le condizioni in cui è necessario chiudere per bene il passaggio laringeo).

Le corde vocali, oltre a ciò, sono conformate in modo ta-

le che il loro margine inferiore è smussato, mentre quello superiore è diritto (si veda la figura); sembrano in sostanza essere predisposte a far passare aria, vibrando.

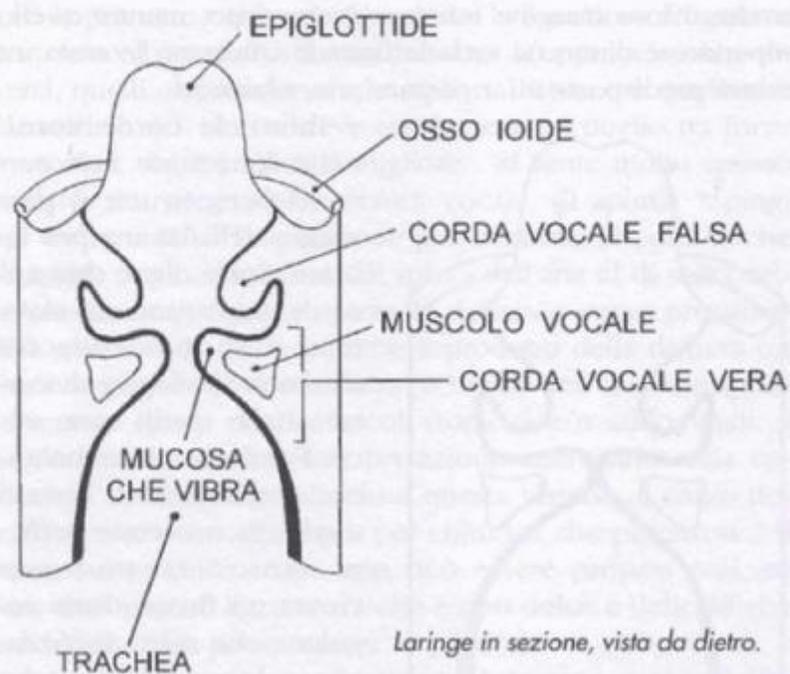


*I margini delle corde vocali sono predisposti, nella forma, a essere messi in vibrazione dall'aria che esce dai polmoni.*

Infatti le corde vocali nella fonazione non servono per ostruire il passaggio dell'aria ma per vibrare. Sono come due ancie di uno strumento. Avete mai suonato due fili d'erba o un foglio di carta? Anche quelli sono ancie. Per far suonare un'ancia, anche se è di carta o d'erba, non occorre soffiare tanto ma piuttosto creare un flusso d'aria regolare, che metta in vibrazione la membrana che costituisce l'ancia.

Le corde, così piccole, sono mosse da muscoli altrettanto minuscoli, che sembrano servire alla precisione del movimento piuttosto che alla sua forza, come in un orologio svizzero, mosso da ingranaggi piccolissimi e perfetti. Altro particolare: le corde vocali sono rivestite di uno strato mucoso che è lasso e sembra nato apposta per vibrare. Non è il muscolo che vibra ma il suo rivestimento mucoso.

Per tutte queste considerazioni bisogna allora pensare alla voce come al suono prodotto da uno strumento ad ancia, fornito di serbatoio per l'aria. Ecco che è importante, in tal caso, la regolarità del flusso aereo più che la sua forza. *Ciò che amplificherà il suono saranno poi le cavità di risonanza.* Una buona cavità di risonanza rende il suono



bello, potente e squillante. Nel canto allora il gioco si fa tutto a livello di cavità di risonanza.

Pensate al cantante lirico che affronta rappresentazioni operistiche che durano ore, in cui deve sempre o spesso cantare pezzi vocalmente impegnativi, senza microfono, con una voce che deve sentirsi bene anche in fondo al teatro: l'orchestra si trova tra il pubblico e chi canta. Se non sfruttasse la sua risonanza, non potrebbe sopravvivere, né vocalmente né professionalmente, per più di qualche minuto.

Perché i buoni cantanti lirici, con buona tecnica vocale, riescono a cantare per tanti anni, in alcuni casi anche fino ad un'età avanzata? Invito il lettore a meditare su queste considerazioni, anche nel caso in cui non voglia per niente occuparsi di voce lirica. Anche una voce non impostata, ma educata, può sfruttare con grande beneficio le sue

cavità di risonanza. La voce che non sa fare questo è destinata prima o poi all'affaticamento, se si sottopone a un lavoro intenso e prolungato.

#### COME SI PRODUCE IL SUONO NELLA LARINGE

Si deve a questo punto cominciare a riflettere su come si produce il suono laringeo e come diventa voce, perché un conto è il suono che emettono le corde vocali, che sono due cosette di circa due centimetri (il suono solo laringeo sembra il ronzio di una zanzara) e un conto è la voce, che è il prodotto del viaggio che la vibrazione laringea compie attraverso le cavità che le stanno al di sopra (la faringe, la bocca, il naso).

Prendiamo come esempio un violino: se suono le sue corde separate dalla cassa di legno otterrò un suono molto debole e molto insignificante. La cassa del violino serve ad amplificare i suoni prodotti dalle sue corde. Così è per tutti gli strumenti: ci vuole sempre qualcosa che risuoni, che amplifichi la vibrazione originaria. Anche il ronzio prodotto dalle corde vocali ha quindi bisogno di una cassa di risonanza: la voce ha bisogno di qualcosa che amplifichi il suono originario.

#### LA RESPIRAZIONE SPIEGATA IN FUNZIONE DEL CANTO

Se prendiamo un palloncino e lo gonfiamo, le sue pareti accumuleranno una tensione elastica che premerà sul volume d'aria al suo interno. Se lo lasciamo sgonfiare, possiamo intuire che la pressione sull'aria in uscita sarà maggiore quando il palloncino è più teso, cioè più grande, rispetto a quando è quasi sgonfio. Quando la pressione al suo interno e quella all'esterno saranno uguali, non vi sarà più movimento d'aria.

*Per cantare bene occorre creare un flusso d'aria costante e minimo.* Se il torace fosse un palloncino (in un certo senso si comporta come tale), una volta riempito tenderebbe a tornare rapidamente alla sua posizione di riposo. Si tratta di sfruttare queste forze di retrazione, di dosarle.

Le esigenze della musica impongono al cantante di emettere suoni per molti secondi. Chi canta deve allenarsi a riempire il "serbatoio d'aria", deve imparare a gestire volumi maggiori anche di molto rispetto a quelli che si usano per respirare soltanto o per conversare pacatamente. Però, più si riempie il torace, più questo tende a eliminare rapidamente l'eccesso d'aria incamerata.

Ecco quello che deve fare un cantante: deve impedire al suo torace di riempirsi oltre misura e soprattutto di svuotarsi bruscamente. Mantenendo le dimensioni del torace ampie, la pressione dell'aria in uscita diventa più modesta, cioè più facilmente dosabile e più sopportabile da parte della laringe.

La mucosa laringea non è certo fatta per gli urti. Se la pressione dell'aria supera un certo livello, le corde per chiudere il passaggio glottico devono fare uno sforzo supplementare, che costa fatica muscolare e a lungo andare infiamma la mucosa laringea e porta sempre la voce a peggiorare, se non si interviene a porre rimedio riequilibrando i movimenti.

#### RIASSUMENDO

L'idea da realizzare quando si canta è in conclusione questa: riempire bene il "serbatoio" ma non oltre una certa misura (ricordo che si riempie bene non solo pensando alle costole ma anche alla colonna vertebrale ben dritta a livello dorsale); pensare al suono non come prodotto di una disputa tra gruppi muscolari antagonisti ma come prodotto dalla vibrazione di due anse, messe in movimento dall'aria

emessa dallo svuotamento graduale, regolare e continuo di un palloncino, gonfiato al punto da essere abbastanza teso ma non prossimo allo scoppio. Contrastando la tendenza del "palloncino" a sgonfiarsi troppo rapidamente, si può padroneggiare l'intensità e la regolarità del flusso d'aria. Lo sforzo da fare è quindi quello di controllare il grado di espansione toracica, cercando di mantenerlo elevato il più a lungo possibile. Ovviamente il torace si sgonfia in ogni caso, arrivando al punto in cui questa retrazione della parete si ferma, perché si raggiunge l'equilibrio, il riposo funzionale. Il movimento naturale si estingue. A quel punto è bene riprendere fiato e ricominciare il ciclo respiratorio.

#### LA RESPIRAZIONE TRANQUILLA

Nella respirazione tranquilla, non legata alla fonazione, l'espiazione è totalmente passiva, sfrutta cioè la retrazione passiva della gabbia toracica, e per questo ha bisogno di poca energia muscolare. Quando si parla, e ancor più quando si canta, è però necessario riempire di più i polmoni. Non per questo occorre modificare la dinamica del respiro, trasformandolo artificialmente in qualcosa che è lontano da quello naturale.

Per chi è allenato, mantenere una postura eretta e il torace espanso non è faticoso. Il principiante invece in genere non è abituato a fare attenzione al suo torace, sicché alle prime armi dello studio del canto farà un po' di fatica fisica (anche perché all'inizio bisogna esagerare tutti i movimenti, cioè respirare tanto, stare tanto dritti, aprire tanto la bocca, eccetera). Quindi cantare inizialmente è davvero faticoso fisicamente, ma poi, con l'apprendimento e con l'allenamento, ogni cosa trova una sua giusta dimensione. Il cantante con la voce pronta e matura canta splendidamente e non fa mai fatica.

Quando finisce l'aria il suono si spegne. Non si può can-

tare a volumi polmonari troppo piccoli, a parte casi d'emergenza, tipo frasi musicali lunghissime in cui se si respira si rovina il fraseggio. Proviamo a parlare fino a quando è esaurito il fiato e anche oltre. Il torace va gradualmente giù, finché è ora di prendere fiato nuovamente. Se invece si continua a parlare, per emettere ancora un po' d'aria e di voce si ricorrerà alla "spremitura" del torace e dell'addome, ma la qualità del suono sarà inferiore e i secondi guadagnati saranno pochi. Oltre a ciò, si dovrà poi fare un'inspirazione più profonda delle altre per recuperare il debito di fiato accumulato, cioè servirà un po' di tempo in più per prendere il respiro successivo. Chi è abituato a questo modo di parlare e di respirare ha un ritmo del discorso più irregolare, perché tenta di dire moltissime cose con un fiato solo, avendo paura di dover spezzare le frasi per respirare. Un po' alla volta è costretto a preoccuparsi di non riuscire a finire la frase con il fiato a disposizione, e il suo parlare si fa irregolare e faticoso.

#### LA RESPIRAZIONE VA ALLENATA

*Si deve fare un po' di fatica, inizialmente.* Se fa un po' male la schiena le prime volte va bene (una fascia all'altezza delle scapole, di solito), vuol dire che si stanno usando dei muscoli "nuovi", che prima erano più inattivi, perché non eravamo abituati a fare quei movimenti (che ci sia sempre un insegnante a controllare, però).

Insomma, finché si fa fatica a livello del torace ma non della laringe va bene così, si può sopportare pazientemente attendendo di essere pronti e allenati.

La fase critica di solito dura un tempo variabile da due settimane a due mesi, dipende dalle condizioni fisiche di partenza. Occorre adattare il lavoro a ciascuno, perché esiste una certa variabilità tra individui diversi, legata soprattutto allo stato di allenamento muscolare preesistente, al-

l'età e al sesso cui appartiene la persona (i ragazzi hanno in genere un tono muscolare migliore). Le prime volte, generalmente, non si resiste a cantare più di tre minuti o giù di lì. Bisogna sospendere e riprovare un po' più tardi, dopo qualche minuto di riposo. Con l'allenamento si impara a tenere una postura ben dritta senza fare fatica, e si impara anche a inspirare una quantità d'aria ottimale, non troppa.

Un allenatore di atletica riesce mediamente a portare un soggetto che parta da zero a un grado minimo di efficienza in circa due, tre mesi, pertanto nel caso del canto, se ragioniamo in termini di allenamento muscolare, il periodo necessario per portare il proprio torace a un buon livello di "manovrabilità" è proprio di circa due mesi.

Al principiante è utile allenarsi a inspirare aria ai massimi livelli dei suoi polmoni, così percepirà molto meglio la differenza tra un respiro tranquillo (al quale non aveva di solito mai prestato attenzione) e uno profondo, tra un torace ricurvo e uno ampio, tra una schiena giù di tono e una ben verticalizzata, tra un collo rigido e uno in posizione naturale, eccetera.

Tutte le persone che non hanno una tecnica vocale non hanno mai prestato attenzione a questi e ad altri numerosi particolari. Bisogna diventare consapevoli di ogni movimento. Per questo motivo io faccio esagerare tutti i movimenti, all'inizio: l'inspirazione diventa massimale, sempre massimale. Pochi minuti di esercitazione respiratoria e vocale secondo queste modalità aiutano la persona a prendere coscienza dei movimenti del proprio torace, movimenti che in una respirazione tranquilla non sono messi in atto. La respirazione che serve per vivere è non consapevole per sua natura. Per cantare con tecnica occorre conoscere invece il proprio "serbatoio" d'aria e sfruttarne le possibilità.

Sappiamo però che respirare a fondo diventa faticoso in poco tempo. Per questo occorre prudenza. Il cantante esperto sa quanta aria inspirare, e non è mai troppa. Superato il periodo critico iniziale, il principiante poco a poco si

abituata a cantare mantenendo una postura diritta che man mano percepisce come sua, naturale e non "scolastica" né rigida, né faticosa da mantenere.

In attesa di aver raggiunto lo stato di allenamento necessario a non fare più fatica, l'allievo dovrà alternare momenti in cui inspira a livelli massimali ad altri in cui mantiene la postura prescritta ma inspira di meno. Ricordo infatti che l'esagerazione dei movimenti è utile nel principiante perché lo aiuta a percepire le differenze che vi sono tra l'atteggiamento e la postura rilassati e indifferenti della vita di tutti i giorni e quelli necessari per il canto. Però il cantante esperto non usa troppa aria, anzi, ne fa un uso moderato, perciò l'allievo dovrà tendere verso una normalizzazione dei suoi respiri: da una parte sarà più allenato a inspirare bene, mantenendosi dritto, e dall'altra saprà regolare con finezza la quantità di fiato necessaria di volta in volta a sostenere il suono. **L'obiettivo è fare fatica all'inizio per non farne più alla fine.**

Più lo studio del canto procede, più tutti gli allievi tendono ad assumere la stessa postura, quella giusta, ben dritta e con le spalle aperte, con il collo e la testa liberi. È anche elegante a vedersi: sembra un portamento più "regale", più accattivante per chi ascolta. Sembra dire: "Ascoltate, canto io". Che effetto farebbe un cantante ricurvo, con aspetto dimesso, a parte il fatto che respirerebbe male?

Se si va in palestra e non si è allenati, per qualche tempo si torna a casa un po' acciaccati ma questo è il segno che la ginnastica ci fa bene; dopo un po' si sta meglio perché l'efficienza della muscolatura è ritrovata.

Il principiante può cantare per pochi minuti respirando nei modi indicati, poi il suo torace è stanco. Subentra un senso di affaticamento generale, di spossatezza. Se si vuole allenare farà bene a cantare solo pochi minuti per volta, aumentando il tempo molto gradatamente. Come in un allenamento sportivo, o meglio come si fa in palestra per tenersi in forma. Se ha fretta può allenarsi più volte al gior-

no, ma sempre per tempi brevi. Cantare a lungo prima di essere fisicamente pronti a farlo può essere molto pericoloso. Il cantante maturo canta per ore senza stancarsi perché è allenato. È come un atleta, perché è allenato proprio sul piano fisico e muscolare.

Ricordo che una pausa nell'allenamento vocale, anche di pochi giorni, fa sentire i suoi effetti sulla voce. Il cantante di professione si mantiene in allenamento tutti i giorni. Anche gli strumentisti devono tenersi continuamente in esercizio.

#### LA DURATA DEI FIATI

Ecco un altro aspetto da prendere in considerazione. Il cantante esperto sa dosare l'aria, la sa centellinare con saggezza, come fosse un elisir, e così ha dei fiati sorprendentemente lunghi. Il principiante non si scoraggi se ha il fiato corto: deve ancora acquisire questa abilità, perché la sua laringe non è ancora allenata a trasformare in suono tutto il fiato, ben dosato, che le passa attraverso. L'allievo usa ancora troppa aria, perché spinge troppo oppure perché chiude in modo non perfetto (troppo energicamente o troppo poco) le corde vocali, così il fiato finisce presto, sempre troppo presto. Anche questo inconveniente si risolve in genere in tempi piuttosto brevi: qualche settimana, il tempo che ci mettono il torace e l'apparato respiratorio ad allenarsi.

#### CANTARE PER GLI ALTRI

Da studi scientifici si deduce che il modo di respirare è variabile, dipende da che cosa si deve poi fare con quel fiato. Se per esempio borbotta qualcosa tra me e me prenderò poca aria, quasi quanta mi serve per respirare sola-

mente. Se sto conversando in tranquillità la mia inspirazione si farà un po' più profonda. Se devo parlare nel rumore o con qualcuno che si trova lontano da me, allora mi servirà più aria, perciò il mio respiro sarà più profondo. Se mi arrabbio con qualcuno prenderò fiato in un altro modo ancora. Così si può concludere che *vi sono modi differenti di ispirare, a seconda delle necessità fonatorie del momento*. Un motivo in più per cercare di capire come funziona la nostra respirazione.

Il canto in quale ambito rientra? È voce proiettata, cioè mandata anche lontano. Proiettare la voce non significa gridare. Vuol dire cercare di attirare l'attenzione. E questo si può fare sia con volumi sonori elevati sia con volumi di voce molto più moderati. Lo scopo è, lo ripeto, catturare l'attenzione altrui. Un cantante insomma può essere affascinante proprio perché canta piano, non occorre che urla sempre per farsi ascoltare. Il suo atteggiamento quando canta piano sarà comunque quello della voce proiettata, con postura e respirazione adatte all'emissione corretta dei suoni.

Mi spiegherò con un esempio. Quando conversiamo tranquillamente in un ambiente silenzioso usiamo poca voce e poco respiro, perché il messaggio comunque arriva al nostro interlocutore. Se fossimo degli attori e dovessimo rappresentare sul palcoscenico la stessa situazione di conversazione tranquilla, con un tono di voce moderato e confidenziale, dovremmo comportarci in modo diverso rispetto alla vita quotidiana, se non altro perché la voce altrimenti non arriverebbe al pubblico. Sarebbe impossibile tenere sul palco una postura indifferente e una respirazione ai minimi livelli, perché bisogna proiettare la voce, renderla per prima cosa udibile anche a distanza. Fatto questo, bisogna trovare un'intensità adeguata alla situazione che si sta rappresentando, mantenendo in ogni caso l'atteggiamento di proiezione vocale, anche parlando piano.

L'attore deve studiare e formarsi proprio per poter ren-

dere sulla scena come spontaneo ciò che non lo è. Deve recitare con naturalezza ma non può essere naturale. La sua professionalità sta nel fatto di entrare nei personaggi che interpreta, di renderne i moti dell'animo come se fossero veri. L'attore non può che usare la vocalità proiettata e interpretare una scena come se fosse vera, spontanea, naturale, mentre c'è dietro tutto un lavoro, spesso complesso e lungo, per plasmare la propria voce. Il respiro dell'attore che recita la nostra scena immaginaria sarà diverso da quello che userebbe se realmente conversasse con qualcuno.

Per il cantante è la stessa cosa: se canto una ninna nanna a mio figlio per farlo addormentare non userò la stessa voce e lo stesso respiro che mi servono per cantare lo stesso brano in pubblico, comunque sottovoce. Per farlo in pubblico dovrò ispirare secondo le modalità già descritte, cosa che molto probabilmente non avrei bisogno di fare a casa mia. Nessuno poi canterebbe una ninna nanna in un concerto usando volumi elevati, a meno che non si tratti di un allievo di canto lirico, che ancora non sa cantare piano.

Molti principianti infatti si perdono nei "piani", perché non sanno mantenere la postura e l'assetto della proiezione vocale e ritornano a una postura indifferente, inadatta al canto. Il cantante esperto invece sa fare un "pianissimo" senza modificare la sua postura e il suo modo di ispirare.

Il cantante di musica leggera ha il microfono, pertanto ha meno pensieri, perché può modificare il volume della sua voce anche solo allontanando o avvicinando il microfono; e poi un "piano" o un "pianissimo" al microfono possono essere molto diversi, nell'emissione, da suoni di uguale intensità prodotti a voce non amplificata. Si potrebbe dire che il cantante di musica leggera possa permettersi meno vincoli con la tecnica vocale, pertanto, ma risponderai che un bel suono, eseguito correttamente, fatto piano e ben sostenuto, si sente anche se eseguito al microfono.

Il concetto fondamentale da comprendere è sicuramente questo: non si può pensare di cantare su un respiro preso

come se dovessimo solo borbottare qualcosa, perché il risultato non sarebbe positivo. Se devo cantare per gli altri, cioè per il pubblico, devo presentarmi sul palco con una postura che dica: "Ascoltatevi", dopo aver preso un respiro adeguato.

Il cantante deve cantare per gli altri. Non esiste un buon canto senza questa intenzione. La postura diritta non serve solamente ad assicurare una buona dinamica respiratoria: è parte integrante dell'atto canoro, mette in mostra le intenzioni di chi canta, dice persino qualcosa della sua personalità. Ascoltereste volentieri uno che si presentasse sul palco con le spalle ricurve, lo sguardo sfuggente, l'equilibrio delle gambe incerto per la posizione instabile dei suoi piedi? Vi comunicherebbe insicurezza e il suo canto sarebbe solo per questo poco convincente.

Ai miei allievi, soprattutto quelli più incerti nella tecnica o ancora tanto presi dalla fatica di coordinare più movimenti diversi, suggerisco spesso di fingere di essere un principe o una principessa che parla o anche canta al suo popolo dall'alto di un balcone: dovranno, in questa veste, assumere un portamento regale, fare gesti tondi, lenti, che ispirino sicurezza e nobiltà. Il canto dovrà essere degno di tale personaggio: niente fretta, ispirazioni affannose, smorfie, incurvamenti, eccetera. Di solito questo stratagemma funziona piuttosto bene. A qualcuno ogni tanto viene in mente di fare "Mussolini al balcone", ma in tal caso prenderebbe un cipiglio troppo autoritario, con il rischio di rendere bruschi sia i gesti sia il modo di parlare e cantare.

Bisogna cantare per gli altri e comunicare agli altri qualcosa. Se si pensa solo alla tecnica ne uscirà un canto che esprime solo tecnica e non sa coinvolgere. Di solito il principiante pensa solo alla tecnica, suo malgrado, perché ancora non padroneggia il meccanismo del canto, ma vi sono anche cantanti esperti che esprimono solo tecnica, senza dire null'altro.

## RIASSUMENDO

Per ottenere un respiro modulabile e asservito all'espressività occorre avere buone basi, un significativo e a volte lungo allenamento fisico e psicologico all'autocontrollo e all'ascolto delle sensazioni provenienti da articolazioni e muscoli la cui attività non si è abituati a percepire.

Il cantante ha bisogno di raggiungere un buon grado di allenamento fisico soprattutto della muscolatura toracica, che gli permetta di reggere la postura "regale" che è necessaria al canto corretto. Deve in sostanza comportarsi come un atleta in allenamento sportivo.

Dovrà anche raggiungere gradualmente una durata dei fiati abbastanza lunga da permettergli di rendere agevolmente il fraseggio musicale.

Insieme a queste norme, dovrà anche pensare al canto come a un qualcosa destinato agli altri, al pubblico. Questo atteggiamento, di voce proiettata, è importante e si associa senza dubbio a un certo tipo di postura e di respirazione. Provate a chiamare qualcuno che sta molto lontano da voi: quello è un modo automatico di usare la voce proiettata. Non c'è trasmissione di un messaggio artistico senza l'idea di cantare per gli altri.

La voce può essere prodotta in modo variabile a seconda delle situazioni, degli individui, dei loro stati d'animo e delle necessità comunicative. In sintesi, la produzione vocale ha più di uno schema motorio di riferimento: questi schemi motori sono in genere automatici e poco consapevoli. Ma la tecnica del canto è un'altra cosa.

## Prime lezioni: la qualità del suono

A questo punto siamo alla terza lezione del nostro allievo principiante. Ha imparato ad assumere una postura bella diritta, a inspirare correttamente, a non far scappare tutta l'aria con il primo suono che emette.

Adesso bisogna cominciare a incidere sulla qualità di quei suoni, bisogna trasformarli da deboli e con poca risonanza in squillanti e sicuri. Il processo di formazione dei suoni richiede in genere come minimo alcuni mesi per cominciare a dare dei risultati apprezzabili, qualunque sia il genere musicale praticato dall'allievo.

C'è un'ampia variabilità individuale nei tempi di apprendimento. A parità di capacità intellettive, due voci diverse possono formarsi l'una in tre mesi e l'altra in un anno, per esempio. Secondo me dipende soprattutto dalle qualità naturali di base dello strumento-voce e poi anche da altre variabili più personali e psicologiche, legate al temperamento e al carattere dell'allievo, alle sue intenzioni e aspettative, oltre alla qualità del rapporto di fiducia creato con l'insegnante.

Non ho mai visto una voce formarsi in meno di tre mesi, tempo già molto breve e molto inferiore alla media, che è di almeno sei, otto mesi. Dipende anche da quanto si studia: i risultati più rapidi e sorprendenti li ottengono sempre e solo coloro che si impegnano a fondo, allenandosi con costanza.

Comunque sia, scrivere in un libro come deve essere il suono corretto dell'allievo è la cosa più difficile che ci sia. Meglio dire i difetti più comuni nei principianti, sperando che il lettore riesca a capirci qualcosa. L'allievo principiante, infatti, è per definizione inconsapevole della qualità dei suoni che emette e, inoltre, non ha alcuna coscienza, in genere, di quali potenzialità abbia il suo strumento, perciò è difficile descrivere per iscritto le caratteristiche ottima-

li dei suoni. Ci vorrebbe una registrazione, ma credo che servirebbe a poco, un po' perché difficilmente vi si riproducono fedelmente le sfumature di una voce e poi perché comunque l'allievo ne sa ancora troppo poco per ricevere un aiuto attraverso quei suoni o le pagine di un libro. Ci vuole insomma un maestro di canto.

È proprio in questa parte della formazione della voce che un buon maestro fa la differenza, perché tutto si gioca sulla percezione di suoni diversi e sulla selezione di quelli migliori. In questo settore dell'apprendimento si può entrare in uno stato di confusione totale, se il maestro di canto non è coerente nelle sue percezioni tra una lezione e l'altra e, per esempio, scarta oggi suoni che una settimana prima trovava corretti. Con un insegnante così è bene battere in ritirata immediatamente, prima che rovini anche gravemente la voce del malcapitato.

### I SUONI IN GOLA E QUELLI IN MASCHERA

Sono le due categorie principali nella qualità dei suoni. Vi sono altre possibili varianti (la voce nasale, quella intubata, eccetera) ma la prima disputa che si fa in genere è quella tra **voce ingolata** (il difetto più diffuso tra chi non conosce la tecnica vocale) e **quella in maschera** (voce ideale per il canto classico e molto utile per quello leggero).

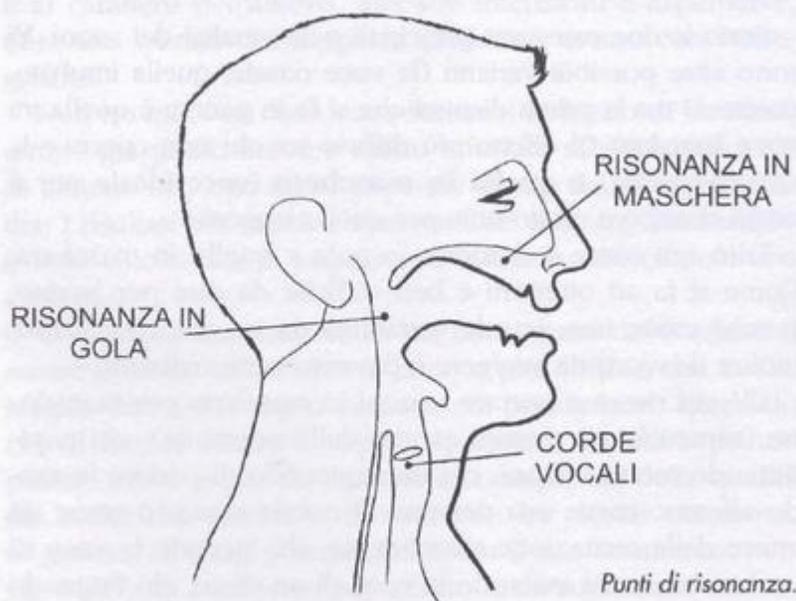
Dirò qui come è il suono in gola e quello in maschera. Come si fa ad ottenerli è ben difficile da dire per iscritto, perché esiste una grande variabilità tra un allievo e l'altro, inoltre il lavoro da svolgere è davvero personalizzato.

C'è chi riesce a portare i suoni in maschera per imitazione (sentendo gli esempi cantati dell'insegnante), chi nasalizzando molto i suoni, chi immaginando di parlare in modo affettato come una persona di nobile casato o come un attore dalla recitazione stucchevole, chi facendo la voce di un bambino, chi imitando la voce di un disco, chi fingendo

di chiamare qualcuno che sta molto lontano, eccetera. A volte c'è da fare qualche risata, a vedere i tentativi che si fanno. Alla fine però si riesce mediamente, nello spazio massimo di qualche lezione, a ottenere il primo suono impostato più correttamente degli altri.

L'allievo con la voce ingolata di solito non se ne rende conto. Può emettere dei suoni di pessima qualità, ma non sa di farlo, e ti guarda un po' stupito quando gli segnali la cosa. Percepiva un po' di fatica vocale dopo aver cantato, anche per poco, ma non avrebbe mai detto di cantare ingolato. I suoni di gola sono in genere faticosi per la laringe, oltre che brutti a sentirsi, soprattutto se si canta forte e se si toccano gli estremi, inferiore e superiore, dell'estensione della voce.

*La voce in maschera è elemento indispensabile per impostare la voce.* Il cantante lirico deve avere tutti i suoni in maschera. Il cantante di musica leggera ha più libertà di scegliere quale timbro e quale emissione vadano bene per la sua personalità vocale, sicché se ne possono sentire alcuni anche un po' ingolati. Un esempio per tutti è quello



di Anastacia, che in alcuni passaggi, non sempre, emette dei suoni di gola, per me assai sgradevoli a sentirsi. Anche per la voce della musica leggera, però, occorre comprendere il concetto di suono in maschera, perché è indispensabile per migliorare le proprie prestazioni vocali, anche se si canta il rock più sfrenato.

*La voce in maschera è detta così perché dà a chi la produce la sensazione di risuonare nella parte anteriore del viso, diciamo all'interno del naso, sopra al palato osseo.*

#### A CHE COSA SERVE CANTARE IN MASCHERA

Qualunque sia il genere musicale coltivato, *la risonanza in maschera aiuta ad amplificare il suono* e a renderlo più ricco in armonici, cioè più bello. Gli armonici sono frequenze multiple di un suono, che si sommano ad esso e lo arricchiscono.

La cassa di risonanza degli strumenti musicali serve appunto ad arricchire il suono prodotto dalla sorgente sonora; prendiamo per esempio la corda di una chitarra.

La corda di una chitarra suonata senza cassa armonica produce il suono base, assai debole e poco interessante nel timbro. Tutto ciò che sentiamo in più, grazie alla sua cassa di risonanza, è prodotto dall'aggiungersi degli armonici al suono di base.

*Gli armonici determinano il timbro della voce.* Il timbro è dato dall'amplificazione del suono prodotto dalle corde vocali nelle cavità che stanno al di sopra della laringe, cioè la faringe, la bocca e il naso. Ritorneremo più avanti su questo argomento. Per ora ci basti notare che la voce in maschera ci è indispensabile se vogliamo migliorare le qualità della nostra voce.

I principi di base per ottenere i suoni in maschera sono gli stessi per la voce lirica e per quella necessaria in altri generi.

Il cantante lirico accentuerà al massimo quelle posizioni,

se non altro perché non può usare il microfono e ha quindi bisogno della voce più squillante e sonora che può ottenere. Di una voce lirica quello che si sente sono gli armonici, che hanno frequenze acute e la fanno squillare rendendola udibile a distanza.

Il cantante di altri generi può adoperare il microfono e pertanto non occorre che abbia la stessa potenza vocale del cantante lirico. Ciò che serve al cantante di musica leggera è una voce che sia funzionale alle esigenze del genere interpretato. Anche nella musica leggera una bella voce, sana, agile, espressiva, è molto ricercata. Vi sono poi le voci rese appositamente roche e sofferte, tipo Joe Cocker o Zucchero, ma occupiamoci di una cosa alla volta. La voce si può rendere roca per esigenze espressive. Con una voce realmente roca non si può cantare per molto tempo senza peggiorare, diventare afoni, avere molti fastidi, compresi dolori al collo e senso di affaticamento. Chi invece usa la voce roca per anni sicuramente lo fa conoscendo qualche "trucco" per non rovinarsi. Gli accorgimenti per mantenere la voce sana sono universali, cioè validi per ogni tipo di cantante.

Torniamo alla voce in maschera. La si ottiene gradualmente, ascoltando le istruzioni del maestro. All'inizio l'allievo deve affidarsi completamente all'insegnante, perché da sé non sa percepire, come ho detto precedentemente, la differenza tra un suono corretto e uno no.

La voce in maschera ha una caratteristica fondamentale, che la rende difficile da percepire correttamente, all'inizio, da parte di chi canta: il suono viene proiettato all'esterno, sicché viene sentito bene e apprezzato da altri, mentre per il cantante è un suono inconsistente, poco interessante, quasi debole, perché ritenuto carente nel timbro. Ovviamente questa percezione è ingannevole, perché in verità il suono ha delle caratteristiche molto positive, ma non vibra all'interno della faringe, perciò "non fa in tempo" ad arrivare, per via ossea, all'orecchio di chi canta. Invece il suono tutto intubato, cupo, ottenuto in genere in modo forzato,

con la laringe molto bassa e la lingua indietro, appare a chi lo emette molto bello, timbrato e potente, perché vibra all'interno delle cavità di risonanza e arriva facilmente all'orecchio, sembrando a chi canta, così, molto potente. Chi ascolta dall'esterno lo percepisce, invece, come un suono spento, brutto, poco naturale.

Che cosa guida allora il cantante nelle sue sensazioni? Bisognerà pure che diventi autonomo e sappia capire da sé, con il proprio udito e con le proprie sensazioni interne, se i suoni che emette sono di buona qualità o no. Certamente questo è il traguardo finale da raggiungere un po' alla volta, per gradi. Prima c'è il maestro di canto, che deve sentire al posto dell'allievo e selezionare i suoni da tenere rispetto a quelli da "buttare".

Ogni voce può infatti emettere più tipi di suono. Alcuni sono quelli giusti ma ancora "crudi", altri sono fisiologicamente corretti ma non sono utili per migliorare la voce, altri ancora sono proprio difettosi, per vari motivi. Ogni cantante può emettere più tipi di suoni difettosi: il catalogo è piuttosto ampio, comunque quasi tutti in un modo o nell'altro risultano poco agevoli da emettere, alla lunga faticosi e in ogni caso brutti. In mezzo a questa varietà di suoni possibili vi sono anche quelli buoni, quelli da coltivare e da sviluppare. Ecco cosa deve fare il maestro di canto. Sembra un pescatore di ostriche, alla ricerca di quelle con la perla dentro.

Di solito i progressi sono così gradualmente che nel corso di tutta una delle prime lezioni si possono sentire al massimo due o tre suoni realmente corretti. Sono proprio quelli che fanno pensare al maestro che quella voce sta facendo progressi. L'allievo magari ritiene di aver fatto una lezione disastrosa, perché probabilmente ha emesso tra l'altro dei suoni più simili a ululati che a note cantate, perciò di solito ascolta un po' perplesso le considerazioni positive che il maestro fa su quei due o tre suoni decenti. Dovrà fidarsi per un po' di tempo ancora. Se l'insegnante ha ragione, nello spazio di poche lezioni quei suoni saranno destinati ad aumentare di numero

e anche l'allievo comincerà presto a riconoscerli, altrimenti andranno riconsiderati alcuni aspetti delle lezioni, ossia la capacità dell'allievo di seguire le indicazioni date, e la capacità del maestro di dare istruzioni chiare e precise, facilmente comprensibili e applicabili, non vaghe e gergali.

Attenzione d'altra parte anche ai progressi troppo rapidi, perché a volte portano solo guai. Mai dire: "Ho capito tutto e quindi posso cantare quanto voglio", perché la voce richiede comunque tempi ragionevolmente lunghi per stabilizzarsi e spesso l'andamento è "due passi avanti e uno indietro", perciò chi si mette a cantare senza limiti dopo i primi progressi di solito si stanca la voce e torna indietro.

Cantare in maschera si associa a una sensazione di naturalezza e di facilità di suono, mentre cantando in gola si avverte che la voce è pesante da muovere, poco capace di salire e di scendere agevolmente. La voce in gola nelle tessiture più acute si strozza. Chi canta in gola ha un'espressione di fatica e di sforzo sul viso. Chi canta in maschera ha i lineamenti distesi.

A mano a mano che procede il lavoro sulla voce, l'allievo si rende progressivamente conto della diversa qualità dei suoni che produce. Un parametro che io tengo presente per valutare i progressi che sta facendo un allievo è notare quando comincia a correggersi da solo: è una tappa significativa, perché implica che non solo sa distinguere i suoni corretti da quelli no (a volte è questione proprio di una sfumatura) ma sa anche come fare per correggersi, cioè ha imparato a distinguere tra le diverse sensazioni interne che produce il cantare. Per un profano sembra assurdo parlare di suono che "fa il giro" nella gola o dentro al naso, mentre queste espressioni sono comuni durante una lezione di canto e sia il maestro sia l'allievo sanno bene a che cosa sono riferite, cioè vi sono delle precise sensazioni interne da scoprire, riconoscere, riprodurre con la volontà.

Nel canto tutto può avere una spiegazione razionale, almeno per quanto riguarda i rudimenti della tecnica vocale.

Termini immaginifici e pittoreschi a volte sono utili per far capire meglio un'istruzione, ma non devono essere lo specchio di una conoscenza fumosa dei meccanismi di produzione della voce da parte di chi insegna.

Questo è studiare tecnica vocale: prendere confidenza con sensazioni da sempre ignorate e imparare a padroneggiarne le variazioni. Per questo chi insegna a cantare deve aver cantato in precedenza, perché certi particolari sono così indefinibili che solo chi li conosce per esperienza diretta può trasmetterli all'allievo, dato che si parla di sensazioni interne, nella gola, nella bocca, nel naso, che hanno bisogno di una guida sicura per essere riconosciute prima e poi dominate.

#### RIASSUMENDO

La colonna d'aria che esce dalla gola mentre si canta dà la sensazione fisica di fare una curva, che può essere a livello del fondo della bocca, cioè in faringe, se la voce è in gola, mentre si trova sopra al palato duro, oppure dentro al naso sopra al palato osseo, se la voce è in maschera. Il lettore provi di persona a prestare attenzione a queste differenze. L'allievo progressivamente si renderà conto del-



la qualità dei suoni che emette e anche che la voce in maschera necessita della postura e dell'inspirazione descritte precedentemente.

#### L'ATTACCO

Per attacco di suono si intende il momento in cui le corde vocali cominciano la vibrazione. Si faccia attenzione che non sia aspro, duro, gridato. Non c'è da preoccuparsi della qualità dell'attacco, a mio avviso, perché una persona che badi a ottenere una postura corretta, che abbia preso un bel respiro, che abbia la mandibola sciolta, difficilmente riuscirà a fare un attacco aspro, duro, gridato, o sfiato o incerto. Se una persona sbaglia l'attacco è perché sta sbagliando qualcosa d'altro.

È inutile studiare l'attacco come entità a sé stante, perché questo approccio non è realistico: sarebbe come voler studiare il modo di correre di un atleta soffermandosi ad analizzare solo il suo primo passo. *Migliorando il coordinamento motorio che precede l'attacco si migliorerà automaticamente l'emissione, fin dal suo inizio.*

L'attacco riesce meglio se comincia da una consonante, di solito. Meglio avvalersi di quelle articolate con la punta della lingua in avanti: L, T, D. Personalmente preferisco consigliare la L, qualche volta la R, che va a porsi appena dietro ai denti incisivi superiori, in chi ha il difetto di piazzare la lingua troppo indietro o di pronunciare in modo fiacco, alterato, costruito, artificiale.

#### I VOCALIZZI

I vocalizzi sono sicuramente utili ma non vanno sopravvalutati. In generale penso che per il principiante servano a poco se non abbinati a qualche brano. *Il vocalizzo è un mezzo, non un fine.* Occorre buon senso.

Con chi canta da poco bisogna usare vocalizzi di piccola estensione: la gran parte deve essere al massimo nell'ambito di una quinta, per grado congiunto o per terza. Ci si può avventurare dopo qualche tempo in vocalizzi più arditi, più estesi e con più salti.

Non ha senso avventurarsi in tessiture estreme, sia all'acuto sia al grave, facendo vocalizzi con un principiante. Certamente, a voce calda, una breve visita agli acuti e ai gravi va fatta, ma non va bene insistere, perché il nucleo fondamentale di una voce sono le note centrali, e su quelle bisogna insistere e lavorare. Quando sono formate le note centrali, allora anche gli estremi dell'estensione della voce potranno formarsi adeguatamente e con molta gradualità. L'estensione si amplia di un semitono alla volta, di solito, cioè è ben più raro trovare una voce che improvvisamente scopre il modo di fare gli acuti o i gravi e aggiunge in una volta sola cinque o sei note alla sua estensione. La normalità è che le note stridenti e di bassa qualità che caratterizzano gli estremi dell'estensione acuta della voce si spostano gradualmente sempre più in alto, un semitono alla volta, fino a "uscire" dall'estensione richiesta per quel tipo di voce.

Il vocalizzo può servire a scaldare la voce, ma non è detto che sia l'unico modo, perché si può scaldare la voce più piacevolmente cantando un brano che riesce facilmente e del quale ci si sente sicuri. Basta qualcosa di semplice, che piaccia a chi lo esegue. Si impara a cantare cantando.

#### LE VOCALI

Vocalizzare significa anche studiare le vocali. Ma le vocali separate dalle parole e dal canto perdono di significato. Personalmente faccio studiare le vocali soprattutto nei brani. Un buon metodo per uniformarne la pronuncia è quello di cantare un testo eliminando tutti i suoni consonantici: in questo modo si farà un *vocalizzo*, ovvero una sequenza di

vocali. "Eravamo quattro amici al bar" per esempio diventerebbe "e-a-a-o-ua-oa-i-ia-a".

Ebbene nel canto occorre uniformare le vocali. Cosa vuol dire? Significa che la forma della cassa di risonanza dello strumento-voce va rispettata il più possibile. Ne ripareremo più avanti.

Tutte le vocali del canto devono avere per quanto possibile la stessa cassa di risonanza. Perciò la I deve essere simile alla U, la quale è parente stretta della O che a sua volta è una A un po' più scura, mentre la E è una A un po' più aperta. Anche questi particolari, molto importanti, non si imparano però dai libri: senza qualcuno che segua direttamente l'apprendimento, non è possibile venirne a capo. Uno specchio comunque diventa indispensabile in questa fase. L'allievo deve controllare i movimenti che fa, anche visivamente, finché non li ha appresi. All'inizio tutto sembra estremamente complicato, ma poi con l'esercizio le difficoltà si superano.

#### STUDIARE LE VOCALI

Le vocali I ed E vanno studiate perché di solito risultano difficili da pronunciare nel canto, proprio perché nel parlato sono emesse con la bocca semichiusa e con la lingua in posizione alquanto elevata. Nel canto non si possono emettere così. Allora bisogna imparare a cantare queste due vocali con la bocca aperta e con la lingua in posizione almeno "di compromesso".

Il sistema per riuscirci è quello di non pretendere di emettere delle vocali pure e molto chiare, ma al contrario di imparentarle con la U e con la O. In questo modo la E diventa simile alla EU e la I alla Y o alla U francese, ma con la bocca aperta in senso verticale. Sarà bene fare dei vocalizzi in cui si passi dalla O alla E senza cambiare l'apertura della bocca e senza modificare troppo l'assetto del-

le labbra. Stessa cosa per la U con la E, e allo stesso modo si faccia per la I e per le altre vocali.

Nel canto impostato non esistono vocali pure, perché tutte sono un po' ibride tra un suono e l'altro, avendo come caratteristica comune un po' di O. Al cantante di musica leggera fare alcuni di questi esercizi un po' buffi serve a dare alle sue vocali quel minimo di uniformità che gli consenta di non fare dei suoni stridenti, nell'acuto e in certi passaggi, passando da una vocale all'altra.

#### EVITARE DI...

Evitare di seguire i consigli di chi dice di cantare a bocca chiusa, condizione nella quale si possono emettere dei perfetti suoni ingolati, senza possibilità di accorgersene subito, dato che viene a mancare il controllo uditivo perché la voce suona tutta dentro alla bocca ed è troppo flebile.

Evitare di seguire i consigli di chi dice di cantare immaginando di sbadigliare, perché la cosa produce una voce falsa, con timbro artificiale, sempre molto più brutto di quello naturale. La voce non avrebbe strada e potrebbe solo accumulare difetti. Lo sbadiglio serve a rilassare la muscolatura del collo, sicché va bene farne prima di cantare o durante qualche breve pausa, ma non si deve assolutamente utilizzare per cantare.

#### STONATI E INTONATI

In questo paragrafo ci occuperemo dei difetti di intonazione che provengono da difetti di tecnica vocale. Vi sono infatti molti motivi per non essere intonati vocalmente. Non è corretto liquidare una persona come stonata, dandole un marchio dal quale non possa mai risollevarsi. Vi sono pochissimi stonati irrecuperabili, infatti. La maggioranza

delle persone stona per mancanza di esperienza. Vi sono persone anche molto musicali che sono stonate; questo non vuol dire che non possano migliorare.

È necessario innanzitutto accertare se chi canta si accorge di stonare. Se è così, quasi sicuramente potrà recuperare, ma anche chi non sente di stonare potrebbe essere così digiuno in fatto di musica che il suo orecchio è incapace di orientarsi tra i suoni. Meglio provare sempre a migliorare la propria intonazione.

Un parametro determinante per dividere le persone è vedere se sono interessate a migliorare la propria intonazione. Il vero stonato irrecuperabile è infatti quello che non ha il minimo interesse a porre rimedio alle sue performance vocali. Conosco persone con un ottimo orecchio che letteralmente si divertono a cantare stonando e sono obiettivamente stonate. Non c'è peggior sordo di chi non vuol sentire...

1 – Stona l'allievo che spinge troppo sul fiato, cioè che ha riempito troppo i polmoni e che esercita troppa pressione sulle corde vocali. In genere l'uso eccessivo del fiato porta l'intonazione a crescere.

2 – L'intonazione può essere calante in chi ha inspirato poca aria o la fa scappare eccessivamente con la voce, oppure ha un tono muscolare insufficiente.

3 – È calante la voce appesantita da una tecnica vocale sbagliata, che pretende di scurire e timbrare tutti i suoni. Di solito questo difetto è tipico di alcuni cantanti lirici formati male, mentre è più raro nelle voci che eseguono musica leggera, dato che avere una voce timbrata non è così importante in certi repertori.

4 – Le stonature più frequenti vengono nei punti di passaggio tra un registro vocale e l'altro. Si tratta, nel principiante, di stonature fisiologiche, perché la laringe non è abituata ad eseguire i movimenti necessari in modo ottimale. Solo l'allenamento condotto con saggezza permetterà di ovviare a questi inconvenienti.

5 – Altra stonatura che può accadere anche ai cantanti in carriera è la famosa "stecca", cioè la perdita di controllo della voce, in genere su un acuto, con compromissione del timbro e dell'intonazione. Basta coordinare un po' meno i movimenti necessari a produrre quel suono, magari in una serata di stanchezza fisica, ed ecco che l'inconveniente si presenta puntuale. Un mio amico, appassionato di lirica, aveva un disco rarissimo, che raccoglieva esclusivamente le stecche dei cantanti più famosi. Ascoltare era un vero spasso, devo dire, perché la stecca del cantante produce facilmente un effetto assai buffo, ma solo per chi ascolta. Pensate a come deve sentirsi in quel momento chi si trova sul palco!

6 – Chi ha la voce compromessa dal maluso e dall'abuso può avere alcune zone della propria estensione che hanno dei difetti, come perdite di voce in alcune note, intonazione precaria in alcuni punti, eccetera. Un cantante che non abbia mai avuto problemi di intonazione e che avverte delle difficoltà nuove farà bene a porsi il problema e a consultare uno specialista.

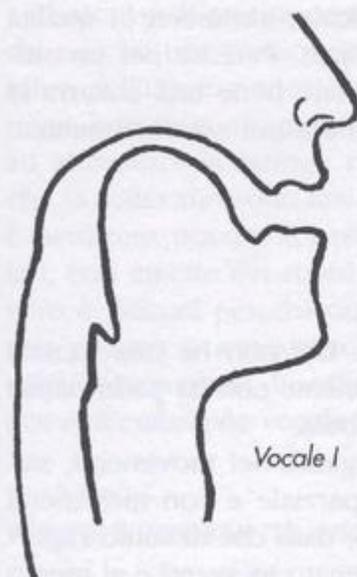
## Prime lezioni: pronunciare le parole

È DIVERSO FARE UN VOCALIZZO E CANTARE DELLE PAROLE

Per il vocalizzo di solito si usa una vocale sola, più comunemente la O oppure la A (preferisco in genere, salvo casi particolari, una O chiusa, che abbia qualche grado di parentela con la U). Quando si cantano, invece, delle parole, la differenza è molta, e spiegherò il perché. Nel vocalizzo si apre la bocca in un certo modo e poi si mantiene più o meno quell'assetto per tutta la durata del vocalizzo stesso. Così è più facile. Nelle parole invece vi sono molti suoni diversi da pronunciare, che modificano la forma e le dimensioni del cavo orale e in parte anche della gola. Quindi non basta studiare le vocali di un canto; occorre occuparsi anche della pronuncia corretta e chiara delle consonanti.

Se paragoniamo la voce a uno strumento musicale, possiamo allora dire che mentre nello strumento la cassa di risonanza rimane fissa nelle dimensioni e nella forma, e ciò che si modifica è la lunghezza delle corde (si pensi per esempio a un violino o a una chitarra), nello strumento-voce le corde vocali variano in lunghezza e in grado di tensione a seconda della nota che si produce, ma soprattutto ciò che tende a modificarsi continuamente sono la forma e le dimensioni della cassa di risonanza, cioè la faringe e la bocca (le cavità nasali, che fanno parte del sistema risuonatore, ovviamente mantengono una situazione stabile).

Queste evidenti e continue modificazioni nelle caratteristiche delle cavità di risonanza avvengono regolarmente mentre si parla; si pensi solamente alla posizione della lingua e all'apertura della bocca quando pronunciamo una vocale come la I: la bocca è semichiusa e la lingua è sollevata nella sua parte centrale, mettendosi molto vicina al palato osseo.



*Posizione della lingua nella pronuncia delle vocali I e A. Si osservi come variano sia la forma sia le dimensioni della cavità orale.*

Nella pronuncia della vocale A, invece, la bocca è molto più aperta e la lingua si trova in posizione più bassa rispetto a prima.

Se poi prendiamo in considerazione le consonanti, possiamo renderci conto che ognuna di esse richiede una modalità diversa di pronuncia: la GH per esempio richiede che la lingua vada ad appoggiarsi sul palato molle per un attimo, occludendo il passaggio all'aria per un attimo. La T invece si pronuncia con la punta della lingua che va ad appoggiarsi alla radice dei denti incisivi superiori e poi se ne distacca bruscamente. Provate a pronunciare un po' di consonanti, prestando attenzione a quello che succede all'interno della bocca.

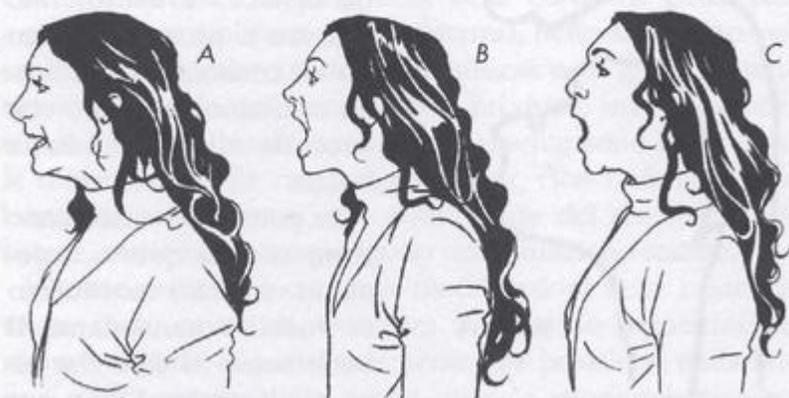
Le parole del canto sono composte da questo insieme in continuo movimento di vocali e consonanti. Il buon senso ci dice che bisogna fare qualcosa per evitare di modificare continuamente la forma e le dimensioni della cassa di ri-

sonanza del nostro strumento vocale, altrimenti la qualità del suono non può essere migliorata. Pensate per un attimo, infatti, a come potrebbe suonare bene una chitarra la cui cassa modificasse forma e dimensioni continuamente... Vediamo cosa si può fare.

#### L'APERTURA DELLA BOCCA

È di fondamentale importanza. Chi non ha una tecnica vocale oppure non canta correttamente non ha padronanza del grado di apertura della mandibola.

Il difetto più comune è una rigidità dei movimenti, sicché l'apertura avviene in modo parziale e con movimenti errati anche del collo e della testa, dato che di solito l'apertura parziale si associa al collo piegato in avanti e al mento in avanti. Tutto ciò avviene nel principiante, che non sa salire nell'intonazione senza assumere una postura che è tipica e uniforme in tutti i principianti.

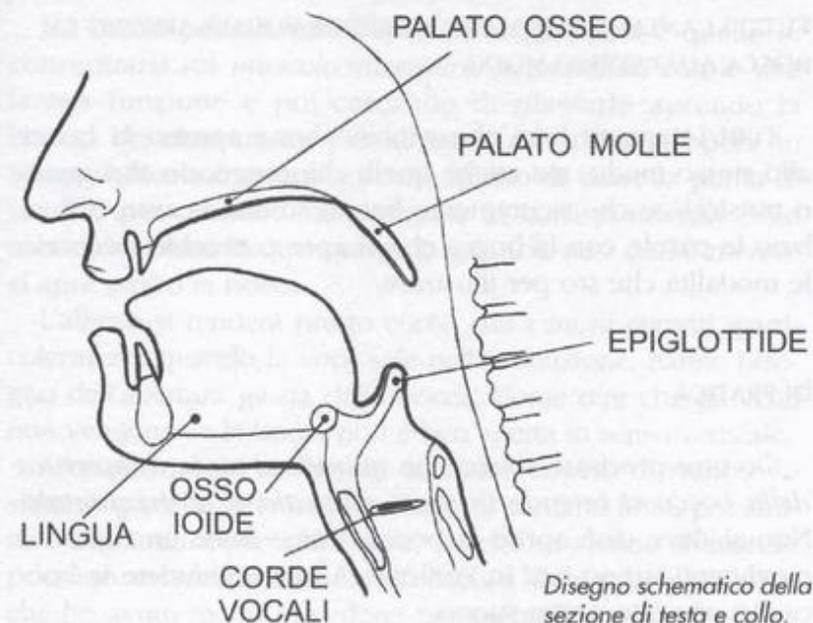


L'allieva stenta ad aprire la bocca in senso verticale (A); quando vi riesce, manda però avanti la testa e il collo, accennando anche un movimento in avanti delle spalle (B). Posizione corretta, anche se con labbra lievemente contratte (c).

Il motivo di questa postura così faticosa sta nel fatto che chi non ha una tecnica vocale è portato spontaneamente a salire nell'intonazione alzando anche la posizione della laringe, con la conseguenza che tutti i muscoli che servono ad abbassare la laringe rimangono inattivi, mentre quelli che la sollevano sono tesi. La laringe in posizione così fissa è però resa poco efficiente da tutte quelle tensioni muscolari, così emette dei suoni in genere stridenti, di timbro povero e faticosi per chi canta. Quest'ultimo assume sempre una postura e soprattutto un'espressione sul viso di difficoltà se non quasi di sofferenza; in ogni caso tradisce la fatica nell'emissione vocale.

#### PERCHÉ È IMPORTANTE APRIRE LA BOCCA CON SCIOLTEZZA

Il motivo è semplice da spiegare: la laringe è un organo mobile nel collo. È sospesa nella sua posizione per mezzo



Disegno schematico della sezione di testa e collo.

di una serie di muscoli che la collegano in basso con lo sterno e in alto con l'osso ioide e in parte anche con il cranio.

L'osso ioide è a forma di semicerchio. Si trova alla sommità del collo, sul davanti. Ha una particolarità: è l'unico osso del nostro organismo che non si collega ad altre ossa. È sospeso infatti nel collo, ed è molto importante perché ad esso si fissano molti muscoli che realizzano la forma del pavimento della bocca e del collo.

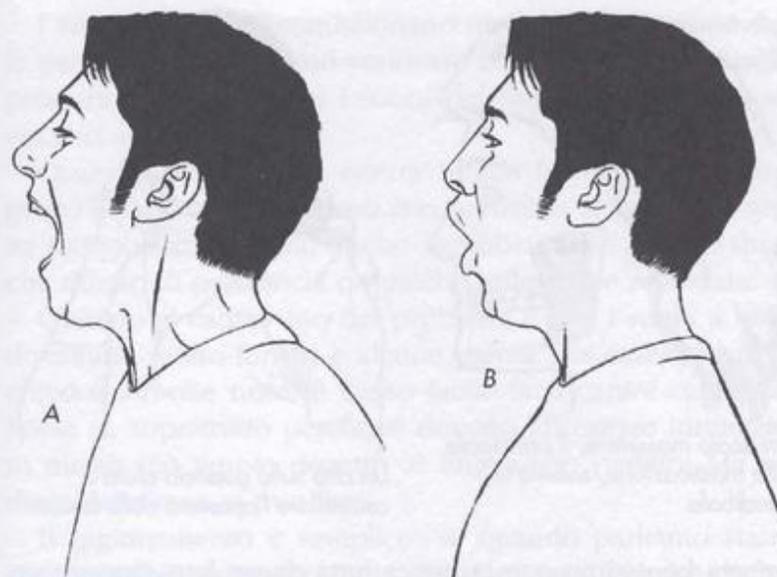
Per queste considerazioni anatomiche, la laringe risente della posizione della lingua, del grado di apertura della bocca e anche della posizione della testa. Poiché la laringe si sposta in su o in giù a seconda della nota che emette (si alza per gli acuti e si abbassa per i gravi) ha bisogno di essere libera di muoversi. La fissità dell'apertura della bocca o un suo grado insufficiente determinano un ostacolo ai liberi movimenti della laringe, indispensabili, come detto, al suo corretto funzionamento.

#### TUTTI I CANTANTI CHE HANNO TECNICA VOCALE APRONO LA BOCCA ALLO STESSO MODO

Tutti i cantanti lirici che cantano bene aprono la bocca allo stesso modo, ma anche quelli che eseguono altri generi musicali, e che sicuramente hanno studiato canto, articolano le parole con la bocca che si apre parecchio, secondo le modalità che sto per illustrare.

#### IN PRATICA

Occorre precisare subito che *quando si parla di apertura della bocca si intende in senso verticale, non orizzontale*. Non si deve cioè aprire la bocca "come fosse un forno". I movimenti vanno fatti in verticale. Aprite e chiudete la bocca alcune volte, senza suono.



Apertura esagerata della bocca, "come dal dentista" (A); atteggiamento più corretto, adatto a timbrare i suoni (B).

Un modo per rilassare l'apertura della bocca è quello di concentrarsi sul *muscolo massetere*, percependo con le dita la sua funzione e poi cercando di rilassarlo aprendo la bocca. Un altro modo per allenarsi ad aprire la bocca in senso verticale è semplicemente quello di usare la punta di un dito per premere sulle guance in corrispondenza delle arcate dei denti. Il dito spinge la guancia tra i denti, mentre si apre molto la bocca.

L'allievo si renderà presto conto che i suoni corretti, particolarmente quando la voce sale nell'intonazione, hanno bisogno dell'apertura giusta della bocca. Come dire che gli acuti non vengono se la bocca non è ben aperta in senso verticale.

A questo punto anche chi non ama l'opera dovrebbe visionare qualche videoregistrazione di cantanti lirici, possibilmente guardandone più d'uno, perché in alcune sfumature possono essere diversi. Mi riferisco a quei casi particolari che ho avuto modo di vedere: per esempio un baritono che



*Il muscolo massetere, il principale nella masticazione, solleva la mandibola.*



*Un dito sulla guancia aiuta a controllare l'apertura della bocca.*

cantava benissimo con la bocca tutta da un lato, oppure un soprano che per fare degli acuti sublimi volgeva il capo e lo sguardo verso l'alto e spalancava la bocca come fosse stata dal dentista... Mediamente però, salvo questi ed altri casi particolari, i bravi cantanti lirici articolano le parole tutti allo stesso modo. Non danno affatto l'impressione di essere innaturali: la bocca si apre uniformemente in maniera caratteristica, offrendo la sensazione di fare movimenti sciolti. I suoni sono tutti ben conformati, escono con facilità e squillano molto. Ricordo che il cantante lirico non può usare il microfono, sicché ha bisogno di sfruttare al massimo la sonorità della cassa di risonanza del suo strumento-voce.

#### LA POSIZIONE DELLA LINGUA

La lingua ha una struttura molto complessa. Si collega con molti muscoli e strutture adiacenti. È molto mobile, come si sa. La parte che si vede in bocca è quella di minori dimensioni, dato che la base della lingua, quella che si può vedere poco, è piuttosto grossa.

I suoi movimenti condizionano molto l'articolazione delle parole. Tutti possiamo verificare che la lingua entra nella pronuncia di quasi tutti i suoni del linguaggio parlato, sia vocalici sia consonantici.

Quando parliamo, la nostra lingua funziona in genere molto bene, dato che siamo comprensibili al prossimo senza particolari difficoltà, anche se abbiamo in genere qualche difetto di pronuncia o qualche inflessione regionale.

Quando si canta, uno dei problemi è che i suoni a volte diventano molto lunghi e alcune parole per essere dette richiedono molte note. È meno facile farsi capire cantando? Forse sì, soprattutto perché si devono affrontare intonazioni molto più ampie rispetto al linguaggio parlato. Ma vediamo che cosa si può fare.

Il ragionamento è semplice: se quando parliamo siamo comprensibili, quando cantiamo dovremmo cercare di fare altrettanto. Allora occorre pronunciare in modo molto accentuato le parole del canto, ma senza fare uso della lingua in modo diverso da quello che si fa quando si parla.

Chi sa bene cosa fa la sua lingua quando parla? Nessuno, a meno che non abbia studiato dizione o recitazione, o tecnica vocale.

In pratica: la lingua va usata in modo naturale, quasi inconsapevole, come si fa nel linguaggio parlato.

#### EVITARE DI...

Evitare le norme che prescrivono di cantare con la punta della lingua attaccata ai denti incisivi inferiori, perché rende il canto scomodo e impacciato.

Evitare accuratamente di seguire i consigli di chi dice che bisogna anche studiare l'emissione dei suoni tenendo la lingua sporta in fuori.

Evitare anche di seguire la prescrizione di tenere la lingua leggermente incavata all'interno della bocca.

Provate a dire una cosa qualsiasi con la lingua attaccata appunto ai denti inferiori, o incavata; provate a emettere dei suoni con la lingua più o meno in fuori. Vi verrà da ridere, probabilmente.

#### NON SERVE APPLICARE UNA TECNICA AI MOVIMENTI DELLA LINGUA

I movimenti della lingua non hanno bisogno di essere studiati. La lingua è troppo complessa nella struttura e nelle funzioni perché noi possiamo capire i suoi movimenti.

Se stiamo borbottando per qualcosa che ci rende scontenti è ovvio che la nostra articolazione non sarà un granché. Quando invece si legge un testo in modo espressivo o si recita, si deve fare attenzione al ritmo dell'eloquio, che non sia troppo veloce, e alla qualità della pronuncia, che deve essere sciolta e ben coordinata, comprensibile per il pubblico. Anche qui la lingua, se ci pensiamo bene, fa tutto da sola senza che si debba fare attenzione particolare ai suoi movimenti. Tutta l'attenzione dell'esecutore, infatti, deve andare alla cura della pronuncia, non ai movimenti della lingua.

Quando si canta si pronunciano delle parole, che sono molto importanti nel messaggio musicale. Occorre molta cura nell'articolazione, perché l'estensione della voce cantata è più grande rispetto al parlato e quindi in certe tessiture è più difficile pronunciare agevolmente alcune sillabe, indipendentemente dal comportamento della lingua. Si tratta in sostanza di un problema che riguarda la qualità della risonanza delle note che si cantano.

Nel canto impostato, infatti, la qualità del suono è così importante che la pronuncia dei suoni a volte viene dopo in importanza. Per questo certi cantanti lirici sono pressoché incomprensibili quando cantano, anche se sono molto bravi; il pubblico di solito va ad assistere alle opere liriche

portandosi il libretto con il testo del canto. Se la tessitura è difficile e una vocale o una sillaba risultano scomode da pronunciare, talvolta si arriva a cambiare parola pur di preservare la qualità dei suoni.

Nella musica leggera tutto ciò non avviene, ma a volte la pronuncia sulle tessiture più acute può essere molto difficile e si rischia di emettere dei suoni stridenti. Come si fa per esempio a cantare su una I in tessitura acuta? Occorre un po' di tecnica vocale, anche se non si vuole cantare l'opera lirica.

Un'altra importante considerazione da fare sulla lingua è che è collegata con la mandibola e con la laringe. Aprendo più o meno la bocca si influisce sulla posizione della laringe e sull'ampiezza della faringe. Se la lingua non è libera di muoversi, subito la sua immobilità si ripercuote sulla laringe, che a sua volta non può più spostarsi in relazione all'intonazione e al registro vocale. Nel canto la laringe ha bisogno di compiere tutti i movimenti in senso verticale, e non solo, che le sono necessari per seguire l'intonazione e per cambiare i registri, molto più che nel parlato.

In sintesi: *è sbagliato pensare ai movimenti della lingua separandoli dalla loro funzione articolatoria*. L'articolazione delle parole, sia nel canto sia nel linguaggio parlato, coinvolge altre strutture (la mandibola, le labbra, i denti, il palato, la faringe, il naso, l'apparato respiratorio, eccetera), pertanto sarà difficile esercitare un controllo volontario su tutte queste parti del corpo, così complesse e così "abitate" a funzionare automaticamente. Insomma, occorre allenare la funzione articolatoria in generale, quella naturale, che siamo perfettamente in grado di realizzare.

Nessuno mentre parla ha problemi di articolazione dovuti alla posizione della lingua troppo indietro, perché nessuno ha mai dovuto allenarsi a tenere la lingua in un certo modo ma solo a parlare, quando era bimbo. Questo difetto è invece il più frequente in chi ha dovuto "studiare" la posizione della lingua per cantare.

Non servono esercizi separati dalle parole. Per arrivare a una buona articolazione sarà bene allenarsi per un po' di tempo, addirittura troppo, o comunque più del necessario. In questo modo si percepiranno movimenti che prima erano del tutto ignorati. L'obiettivo dovrà essere la comprensibilità. Va mantenuta l'apertura della bocca in senso verticale, evitando aperture in senso orizzontale, che compromettono sempre la buona sonorità della voce (nella musica leggera però vi sono cantanti che articolano in modo personalizzato: ognuno alla fine scelga il suo stile di canto, ma io consiglio di farlo dopo aver studiato la tecnica vocale e aver imparato a emettere i suoni almeno in più modi differenti, per poter scegliere meglio).

Con l'esercizio, la mandibola e tutte le strutture implicate con essa nell'articolazione si abitueranno a muoversi in modo pronto ed elastico. Una volta arrivati a padroneggiare questi movimenti, si saprà articolare in modo chiaro ed efficace senza più bisogno di esagerare i movimenti. Sembra di parlare di cose banali e invece... bisogna provare.

Padroneggiare i movimenti articolatori della mandibola è cosa che si ottiene in alcuni mesi di paziente lavoro, non prima. Chiunque canti senza alcuna nozione di tecnica vocale è subito riconoscibile proprio dalla sua postura, dall'inclinazione del collo in avanti con la testa rigida e soprattutto dalla mandibola serrata e poco mobile. Chiunque sa un po' di tecnica vocale ha imparato invece a riconoscere che cosa fa la propria mandibola mentre canta.

Tipico dei principianti è stentare ad aprire la bocca cantando: si sentono buffi e, comunque, credono di aprirla anche troppo, mentre stanno eseguendo circa solo la metà del movimento necessario. Qui lo specchio diventa indispensabile, anche se molte persone non sopportano di guardarsi durante la lezione. Quando si è presa confidenza con il movimento corretto, non occorre in genere continuare a controllarsi allo specchio.

Al difetto di aprire poco la bocca in genere si accompa-

gnano anche tensioni varie alle labbra, che facilmente vengono tenute contratte oppure tremano. Con le labbra contratte il timbro della voce non è più quello ottimale. All'inizio il maestro di canto è veramente indispensabile, almeno finché l'allievo non sarà un po' autonomo: queste acquisizioni sono molto importanti.

Quando si articolano le parole più del necessario, la lingua svolgerà la sua funzione in modo automatico, senza bisogno di particolare attenzione, anzi, ci si dovrebbe accorgere che un'attenzione eccessiva ai movimenti linguali crea impaccio, come quando si cammina peggio se si presta troppa attenzione ai movimenti delle gambe. Prima occorre imparare ad articolare bene su testi pronunciati lentamente. Chi è più esperto sa articolare benissimo anche su ritmi veloci.

Un pericolo che frequentemente corre chi studia canto è quello di tenere la parte posteriore della lingua troppo vicina al palato molle. Generalmente questo difetto molto comune viene da insegnamenti non corretti sulla risonanza e sulla posizione della lingua. Per porvi rimedio bisogna studiare l'articolazione molto bene. Di solito questo difetto è molto radicato ma anche facile da togliere. Chi pronuncia le vocali e le sillabe concentrandosi a muovere solo la punta della lingua, o peggio ancora a tenerla aderente agli incisivi inferiori, facilmente anche se apre la bocca manterrà la parte posteriore della lingua relativamente ferma, incapace di muoversi liberamente, con la parte posteriore alzata; essa si comporterà come se fosse troppo voluminosa e ostruirà la cavità di risonanza, rendendo la voce molto più brutta.

Ho notato che in un modo o nell'altro e in tempi diversi tutti imparano ad articolare correttamente. Ciò sta a significare che già possediamo questo tipo di articolazione, si tratta di scoprirla. A un certo punto essa diventa facile per tutti: si vede che il cantante si trova a proprio agio, anzi, non può più farne a meno.

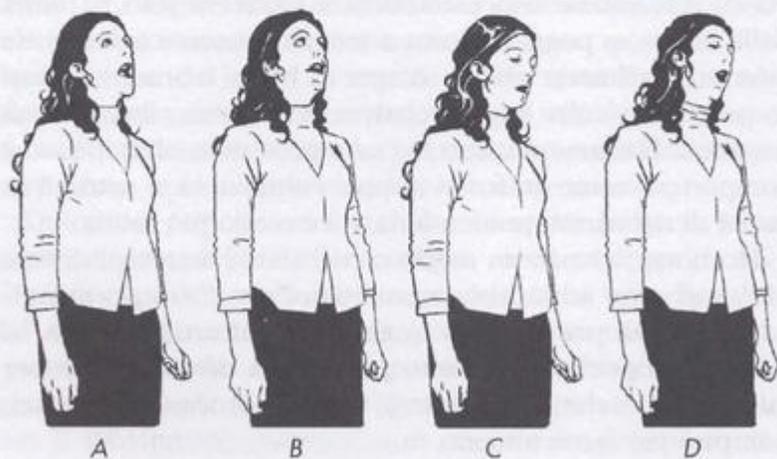
In sintesi, **i movimenti della mandibola e quelli della lingua sono strettamente interconnessi**; non si può

cantare bene con la mandibola rigida e incapace di aprirsi con scioltezza, né con la lingua artificialmente mantenuta in una posizione relativamente fissa.

#### CONSIGLI PER LE LABBRA

Le labbra fanno parte del sistema lingua-mandibola, cioè sono in funzione automaticamente quando parliamo, perché accompagnano i movimenti articolatori e vi partecipano. Allenando l'articolazione per il canto anche le labbra saranno coinvolte in modo naturale. Pertanto l'allievo non dovrebbe preoccuparsi eccessivamente delle sue labbra, studiandone i movimenti separatamente dall'articolazione delle parole.

Una volta raggiunta una buona articolazione generale, ci si può dedicare a scoprire gli effetti che producono leggeri spostamenti delle labbra: se si canta per esempio con le labbra sporte in fuori, il timbro si scurisce perché si allunga la cavità di risonanza. Se si canta con un leggero sorriso, invece, il timbro si schiarisce. Mantenendo le labbra contratte l'articolazione si fa cupa e spenta.



Voce naturale, tessitura medio-acuta (A e B); voce impostata, tessitura comoda (C e D). Si osservi la diversa inclinazione del capo.

Le labbra dei principianti, come già detto, sono spesso contratte, tremanti per lo sforzo di coordinare più movimenti diversi. Di solito questi problemi durano poco, perché subentra la capacità di articolare in modo sciolto e tutto allora diventa improvvisamente facile.

In sintesi, anche i movimenti delle labbra non sono separabili da quelli dell'articolazione. Allenare pertanto l'articolazione delle parole servirà non solo per la lingua e per la mandibola ma anche per le labbra.

Si osservino ancora una volta dei cantanti lirici: le loro labbra come si muovono? Sicuramente non sono contratte, né tremanti: esse accompagnano i movimenti della bocca rimanendo rilassate. A volte, a seconda dei colori vocali che si vogliono ottenere, sono più in avanti, per ottenere il timbro scuro e drammatico, soprattutto nelle voci gravi, oppure un po' più aperte, quasi in posizione di sorriso, per ottenere determinati effetti di colore più chiaro, più delicato.

Si vedono anche cantanti di musica leggera usare le labbra allo stesso modo dei cantanti lirici. L'unica differenza generalmente sta nel minor grado di apertura della bocca, in certe tessiture centrali, e nella minore protrusione delle labbra, dato che il timbro del cantante non lirico non ha bisogno di essere scuro. Il cantante di musica leggera muove in genere la bocca e le labbra in modo più libero, perché non è così vincolato all'uniformità del timbro e può cantare con voce naturale.

#### RIASSUMENDO

Ricordo che la voce ingolata si produce quasi sempre con la bocca poco aperta e con la muscolatura della faccia e del collo in tensione, mentre la voce in maschera si produce con la bocca aperta in modo sciolto in senso verticale e con la muscolatura della faccia e del collo rilassate. Pertanto l'allievo cantante dovrà fare attenzione alla posizione della sua testa, che deve rimanere diritta senza irrigidirsi,

allineata con il collo e le spalle, secondo la postura descritta precedentemente. In quella posizione dovrà allenarsi ad aprire la bocca in modo semplice e naturale, anche fino al massimo grado di apertura, prima in silenzio poi su un vocalizzo e alla fine sulle parole di un canto.

#### CANTARE LE PAROLE

Non è facile, ma bisogna cominciare subito, dato che il vocalizzo serve fino a un certo punto. Bisogna cantare le parole, quello è lo scopo finale. L'inizio è pressoché "tragico", di solito. L'allievo infatti non sapeva di avere una mandibola finché non ha iniziato a seguire le lezioni di canto...

Il controllo dei movimenti mandibolari e del grado di apertura della bocca è difficile da ottenere in meno di qualche settimana, se non in qualche mese, di esercizio paziente.

Chi viene da un modo di cantare grintoso e faticoso di solito ha bisogno di allenarsi di più, perché ha consolidato i difetti di articolazione e l'emissione forzata della voce. Ripeto che nessun cantante in condizione ottimale di voce canta con la mandibola rigida.

Per articolare correttamente le parole è bene iniziare dal parlato. Bisogna rallentare il ritmo del discorso, procedere lentamente. Meglio immaginare di parlare a qualcuno che ci vede ma non può sentirci, per esempio qualcuno che sta dietro a una vetrata. Per farci capire con la lettura labiale dobbiamo accentuare molto l'articolazione delle parole.

Un'alternativa è immaginare di parlare a qualcuno che ci sta molto lontano, oppure di essere a scuola durante un compito di matematica, per esempio; dobbiamo passare la soluzione del problema al compagno, facendogli capire il tutto senza emettere alcun suono. L'unico modo è articolare molto, anzi troppo, le parole. È consigliabile allenarsi con termini che contengano molte O e comunque abbiano

pochissime I oppure E; queste due ultime vocali infatti sono le più difficili da acquisire nel canto, proprio perché nel parlato sono emesse con un meccanismo piuttosto differente rispetto alla O, come abbiamo visto prima.

Anche la A cantata spesso è sguaiata, in gola, e occorre studiarla per un po'. La U è molto utile per raggiungere gli acuti. Se si fa una U pura, però, la bocca si chiude troppo e il suono si spegne. Occorre fare una vocale che sia ibrida tra la O e la U. Nel canto in verità non esistono suoni puri. Il perché sta nella forma della cassa di risonanza dello strumento-voce. Se si cantasse articolando le vocali come nel parlato, si otterrebbe una grande differenza tra una vocale e l'altra, così la cassa di risonanza "non troverebbe pace". Nel canto bisogna invece mantenere il più possibile costante la forma della faringe e del cavo orale, senza modificare troppo la posizione della lingua, la quale può ostruire, con la sua mole, la cavità di risonanza.

#### QUALE INTENSITÀ USARE

Non si può cantare sempre a voce moderata, né sempre a voce piena. Lo studio del canto è composto da una saggia alternanza tra suoni moderati, che servono in genere a trovare la sonorità in maschera, e suoni a piena voce, che servono ad allenare l'apparato fonatorio e il coordinamento muscolare di tutte le parti corporee coinvolte nella fonazione. Andrà molto bene, pertanto, un'alternanza di suoni moderati e suoni forti, anche a piena voce, sotto l'attenta guida dell'insegnante.

Cantare piano è difficile per chi non ha ancora una buona tecnica vocale. Di solito si tende a "mollare" tutto, incapaci di mantenere il controllo sull'espansione della gabbia toracica e contemporaneamente di moderare la voce. Istintivamente, il principiante associa la voce emessa piano con un disimpegno della respirazione, così tende a cantare pia-

no con una postura indifferente e una respirazione insufficiente a ottenere dei suoni impostati. Il risultato è insomma una voce non impostata, non controllata, che sfiata.

Cantare forte è difficile perché mette in gioco tutti i muscoli legati direttamente e indirettamente alla fonazione. Anche qui vale il paragone con l'automobile: chi sa guidare bene andando veloce? Non certo chi ha ancora il foglio rosa...

L'effetto che produce nel principiante la fonazione ad alto volume è in genere un rapido esaurimento delle energie. Il cantante si stanca prima fisicamente e, se insiste, anche vocalmente. Manca ancora l'allenamento a mantenere alti volumi sonori, per due motivi. Il primo è che il torace non è ancora in grado di reggere i "respironi" e la postura ben diritta che occorre ancora allenare. Il secondo motivo è legato alla sonorità in maschera. Il cantante esperto, con la voce pronta e matura, sa ottenere dei suoni potenti non perché spinge sul fiato ma perché sa come farli risuonare al massimo. Produce insomma dei suoni non di spinta ma di posizione.

La risonanza in maschera viene un po' alla volta, come abbiamo visto, perciò chi è agli inizi non sa ancora sfruttare completamente le risonanze del proprio strumento. Si può cantare più forte spingendo di più sul fiato, ma l'effetto che si ottiene abbastanza presto è un affaticamento della voce.

Il principiante insomma, se vuole cantare forte troppo presto, si ritrova a rischiare doppiamente: da una parte stanca il respiro e così non sostiene più i suoni, dall'altra può ritrovarsi molto facilmente a gridare invece che a cantare. Un altro buon motivo per farsi seguire da un maestro...

*Bisogna fare attenzione alla differenza tra gridare e proiettare la voce, possibilmente prima di mettersi a cantare. Chi grida respira in modo diverso (in genere male) e alla lunga fa uso della laringe in modo faticoso, mentre chi*

proietta la voce prende fiato adeguatamente, sa sfruttare le risonanze appropriate e non fa in nessun caso fatica a livello laringeo.

Il principiante non deve cantare sempre al massimo della potenza, anche perché non è necessario: sono pochi i brani musicali tutti da cantare forte o fortissimo. In genere nelle musiche c'è un punto di maggiore intensità e altri di relativa calma. Il cantante ha bisogno di cantare in tutti i gradi di intensità, se vuole rendersi interessante per la sua espressività. Deve insomma mettere al servizio della musica il volume della propria voce.

Per ottenere dei suoni in maschera non occorre cantare così forte, anzi: se il suono è troppo potente, spinto, intenso, la posizione "scappa", e altrettanto accade se il suono è troppo debole. Il principiante deve scoprire che la corretta risonanza in maschera gli permetterà di produrre dei suoni belli, squillanti e potenti senza il minimo sforzo.

Non tutte le voci sono grandi, enormi, potenti. Vi sono anche voci piccole, che sono molto belle se sono musicali, così come le voci grandi sono irritanti se pensano solo a far sentire la loro potenza.

#### IN QUALE TESSITURA STUDIARE

Per i principianti è utile cominciare nella tessitura centrale, quella comoda per ogni voce. Ognuno sa, anche se è digiuno di tecnica, in quale ambito riesce a cantare facilmente e senza fatica. Suoni troppo gravi o troppo acuti possono essere dannosi. I progressi non si ottengono di solito in modo rapido ma graduale. Non si deve mai insistere sugli acuti, anche se si desidera tanto ottenerli, perché si rischia di rovinare la voce. Gli acuti si formano in una voce che ha ben consolidata la tessitura centrale. Solo così si potranno produrre acuti senza sforzo e di buona qualità. Si veda anche il paragrafo sul vocalizzo.

Evitare di studiare brani che siano ancora troppo estesi per la propria voce, oppure in tessitura inadatta al proprio tipo vocale. Bisogna conoscere l'ambito in cui la voce sta bene e canta con facilità, e lavorare su quello. Verrà il momento in cui si potrà affrontare qualcosa di più impegnativo, ma bisogna procedere con buon senso e con prudenza, consigliandosi con il maestro.

#### QUANTO CANTARE

Chi è professionista ormai conosce bene il proprio strumento-voce e sa quanto del suo tempo deve impegnare per studiare o allenarsi e per mantenere le sue prestazioni al livello desiderato.

Chi è principiante, posto che le regole di prudenza e di moderazione sono sempre valide, farà bene a cantare per tutto il tempo in cui avverte che gli è utile, o che almeno è piacevole cioè non faticoso per la voce.

Lunghe pause di inattività non sono raccomandabili. Il ritmo migliore sarebbe quello regolare. C'è chi non studia mai, c'è chi canta anche troppo, fino a stancarsi.

## Norme salutari

#### SCALDARE LA VOCE

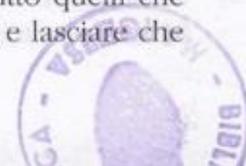
Occorre sempre scaldare la voce prima di cantare. Nessun atleta si metterebbe a fare una gara senza prima fare un po' di riscaldamento. I muscoli delle gambe di un calciatore e quelli della laringe hanno le stesse esigenze, dato che, a parte le dimensioni ben diverse, sono in entrambi i casi dei muscoli.

Per scaldare la voce occorre occuparsi innanzitutto del respiro. Eseguire qualche bel respirone prima di cantare è molto utile. Va molto bene anche fare qualche sbadiglio.

La voce ha bisogno di alcuni minuti per essere pronta, e si capisce che lo è perché si sente che è più fluida e sonora, sia per chi canta sia per chi ascolta. Il tempo di riscaldamento è variabile da persona a persona; quindi è bene che ognuno impari a conoscere quanto tempo gli serve e a rispettarlo: possono servire anche quindici, venti minuti, ma in media ne dovrebbero bastare circa dieci. Ci si deve organizzare in modo da trovarli prima di un concerto. È controproducente abbreviare il tempo di riscaldamento, perché è un momento delicato. La voce può subire delle forzature che si ripercuotono sulla sua qualità: magari il pubblico non si accorge di niente, ma chi canta sa che potrebbe fare meglio. Se poi i brani da cantare sono vocalmente impegnativi, allora eseguirli senza un adeguato riscaldamento potrebbe diventare davvero pericoloso.

In sintesi: per alcuni minuti, finché non si avverte che la voce è "calda", è consigliabile cantare con moderazione, con voce naturale e senza forzare l'impostazione o il timbro. Nelle note gravi per esempio è meglio quasi "parlare" più che cantare, cioè usare un'emissione semplice, spontanea.

C'è chi vuole cantare subito forte, soprattutto quelli che hanno tanta voce; invece è bene non forzare e lasciare che



il volume si determini da sé. Vi sono persone, per esempio, che cantano nei primi minuti con voce debole e piena d'aria, soprattutto se in passato hanno avuto problemi di tecnica vocale da errata impostazione o da maluso. Subito si mettono in agitazione perché quella voce non li soddisfa e assomiglia drammaticamente a quella dei tempi problematici. In questi casi, ma anche in generale, è meglio aspettare per qualche minuto, con calma, che la voce si assesti da sé, scaldandosi, piuttosto che intervenire, dato che di solito in pochi minuti la voce giusta emerge e sostituisce qualunque suono brutto.

Non ha senso neppure cominciare a cantare a voce fredda su tessiture impegnative verso l'acuto o verso il grave: va bene una tessitura comoda e non impegnativa. Ognuno impara a sapere quale sia la tessitura giusta per sé.

In sintesi, non importa se la voce per qualche minuto è bruttina, senza timbro, senza volume e magari con un po' d'aria: tutto si aggiusterà in poco tempo, basta non forzare e accettare che la voce fredda non sia bella. Così facendo, si prende sicurezza e dopo qualche tempo la voce sarà accettabile anche in quei primi minuti.

#### LA FATICA VOCALE DOPO LA LEZIONE DI CANTO

Non si dovrebbe mai concludere una lezione di canto riportando sensazioni di fatica vocale. In una situazione ottimale si dovrebbe sentire invece che la voce parlata è più morbida rispetto all'inizio della lezione.

Però in alcuni casi può accadere di "grattare" la voce, fatto quasi di regola con due tipi di allievi: i disfonici e i principianti. Può capitare infatti che non ci sia ancora il necessario coordinamento e che l'emissione pertanto sia per brevi tratti errata cioè faticosa. Basta una nota emessa non correttamente e la voce ne può risentire, soprattutto se si tratta di voce in origine compromessa.

La sensazione di aver "grattato" consiste in una serie di piccoli segnali che l'allievo avverte subito, a volte solo uno, a volte tutti: necessità di schiarire la voce, leggera tosse, lieve senso di fastidio a livello delle corde vocali; può aggiungersi un leggero dolorino al collo, leggera fatica alla fonazione (gli ultimi due capitano soprattutto a chi prende lezioni perché ha la voce già un po' compromessa), perdita momentanea di qualità della voce, che non è più la stessa di poco prima, essendosi leggermente stimbrata.

Di solito questi sintomi e segni non durano oltre un paio d'ore, dopo di che tutto torna alla normalità. Si tratta insomma di piccoli inconvenienti che possono capitare all'inizio dello studio del canto, non certo sufficienti a determinare o ad aggravare una disfonia. Nelle fasi iniziali dello studio del canto, infatti, basta emettere un solo suono in maniera non corretta e si può "grattare" la voce.

Il fatto di grattare non significa che quella voce sia particolarmente delicata e per questo poco predisposta al canto, perché questi inconvenienti sono quasi la norma nelle prime lezioni, mentre poi si vedono delle voci "fiorire" diventando potenti, estese, robuste, mai affaticate.

Solitamente il periodo critico non supera i primissimi mesi, cioè l'allievo dopo un po' è in grado di prevenire da sé l'uso scorretto della voce, perché ha capito correttamente il meccanismo.

Un altro caso, leggermente diverso dal precedente, è quello della voce che si stimbra dopo la lezione o un'esercitazione. In genere succede quando si canta molto, in particolare brani vocalmente impegnativi. Per esempio una voce grave, poniamo un mezzosoprano, non sa più fare bene i gravi se ha cantato sugli acuti. Non si tratta di un inconveniente preoccupante, perché questo accade nelle voci che stanno studiando e che ancora non sono del tutto formate. Dopo un'ora o due di riposo la situazione ritorna alla normalità e il giorno dopo, riprendendo lo stesso brano, esso riuscirà subito un po' meglio. Si tratta insomma

degli effetti della "palestra" vocale, dell'allenamento della voce.

Invece chi canta da tempo e ha la voce impostata o comunque stabilizzata non dovrebbe mai riportare alcun segnale di fatica o di modificazione del timbro. Se ciò accade occorre prestare attenzione e consultare uno specialista qualora il sintomo persista. Una voce se ha raggiunto un suo equilibrio, infatti, non dovrebbe mai affaticarsi. Se ciò accade vi è un problema di tecnica vocale da risolvere oppure una variazione nelle normali condizioni fisiche del cantante.

#### CHE COSA AFFATICA LA VOCE E ALLA LUNGA LA ROVINA

1 – Cantare in tessiture non adatte alla propria voce, troppo acuto o troppo grave.

2 – Parlare e cantare senza aver preso un respiro utile e funzionale.

3 – Cantare brani troppo estesi per la propria voce.

4 – Parlare e cantare troppo forte, senza la tecnica adeguata.

5 – Parlare e cantare troppo piano, senza la tecnica adeguata.

6 – Parlare e cantare troppo a lungo.

7 – Classificare erroneamente la voce.

8 – Cantare in posizioni poco funzionali al canto, per esempio il pianista-cantante che mentre sta seduto allo strumento canta con una posizione del torace e delle spalle inadatta perché curvi e poco aperti.

9 – Cantare imitando sempre altre voci, nel timbro e nello stile.

10 – Cantare con la mandibola rigida, con la bocca poco mobile, con la lingua impacciata nei movimenti.

11 – Cantare con la gola contratta, con la laringe forzata a rimanere in posizione alta.

12 – Eseguire in modo scorretto i passaggi tra i registri vocali. Nella voce esistono diversi passaggi che sono al limite dei registri. Il cantante esperto è capace di mascherare questi passaggi, soprattutto attraverso la copertura del suono, che rende omogenea l'estensione vocale.

13 – Trovare un pessimo maestro di canto.

14 – Essere tifosi di calcio...

#### CANTARE CON IL RAFFREDDORE

In genere se si tratta di "puro" raffreddore, che interessa cioè solo il naso, l'emissione vocale ne guadagna perché si accentua la sonorità nasale, in maschera. La voce "si imposta da sola" e non si fa fatica.

Se invece l'infiammazione interessa anche solo lievemente la faringe, allora è meglio attendere che la mucosa sia tornata alla normalità. Cantare con la gola infiammata può essere molto pericoloso per la salute della voce. Del resto tutti sono in grado di percepire quando è facile cantare e quando invece si fa fatica. La voce in corso di faringite è spenta e si emette a fatica. Mai forzare. Meglio far riposare la voce e attendere la guarigione completa.

#### FARE LEZIONE NON IN PERFETTE CONDIZIONI FISICHE

Qualche volta è utile fare una lezione anche se l'allievo non sta tanto bene, per esempio in caso di insonnia, digestione laboriosa, dispiaceri, ansia, stanchezza, abuso o maluso vocale, eccetera, perché può sempre capitare di doversi esibire in una serata in cui non si è in buone condizioni fisiche. Avendo qualche risorsa a disposizione per aver affrontato precedentemente il problema, è possibile allora non farsi prendere dal panico. Il cantante esperto sa che fare anche in queste evenienze: in genere riesce a ma-

scherare piuttosto bene il suo disagio, sicché il pubblico può non cogliere in quali condizioni si trovi a cantare quella sera.

Le cause più frequenti di condizioni generali e vocali non ottimali, secondo una mia personale statistica, sono prima di tutto il non aver dormito a sufficienza nelle ore notturne e la stanchezza fisica dopo una giornata intensa di lavoro (in verità c'è anche chi arriva alla lezione di canto stressato dal lavoro e ne esce poi rigenerato e rasserenato). Seguono a distanza ravvicinata i disturbi digestivi lievi (per capirsi quelli che colpiscono le persone sane) e la fase pre-mestruale.

In genere più una voce è allenata e matura e meno risente delle condizioni fisiche e dello stato d'animo del cantante. Chi è esperto riesce a mascherare un malessere che metterebbe in crisi la voce di un principiante e in caso di emergenza sa cavarsela con disinvoltura. Quasi nessuno oltre a lui si accorgerà che la sua voce non era al meglio. Il cantante novello è invece molto in balia degli eventi: basta a volte solo un malumore a compromettere la sua resa vocale. Figuriamoci poi cosa succede alle prime esibizioni, quando c'è anche la paura del pubblico.

In sostanza fare una lezione in una giornata non buona può essere utile, purché non diventi troppo frequente, tanto da disturbare il processo di apprendimento.

Tutto ciò non vuol dire che l'allievo possa permettersi di fare lezione nei giorni che sa essere molto impegnativi e stressanti: avrà comunque cura di destinare, se possibile, alla lezione di canto un momento nel quale sa di essere nelle migliori condizioni fisiche e spirituali.

#### ALIMENTAZIONE E CANTO

È effettivamente corretto non mangiare quasi niente prima di un concerto, perché si è più pronti e più tranquilli. Il

nervosismo da esibizione infatti può causare qualche piccolo disturbo digestivo, gastrico o intestinale, sicché il digiuno o un pasto molto leggero può aiutare a evitare inconvenienti.

Chi mangia con lo stile del fast food abitualmente, alla lunga può risentire di quell'alimentazione poco salutare. L'ideale sarebbe cibarsi in modo ben bilanciato, in orari regolari. Gli strapazzi fisici, e tra questi rientra anche l'alimentazione frettolosa e poco genuina, non fanno certo bene alla voce.

A volte si scoprono anche allergie o intolleranze alimentari.

A tutti fa bene non bere troppo caffè e non assumere alcolici; ai cantanti ancor più. Il fumo e l'alcol sono particolarmente irritanti per la mucosa laringea. Chi fuma e beve troppo è più a rischio di sviluppare una neoplasia a livello laringeo.

## La classificazione della voce

### PRIMO APPROCCIO ALLA CLASSIFICAZIONE DELLA VOCE

Il maestro di canto è tenuto a classificare una voce, in ogni caso è la persona più indicata a farlo, dato che è lui che ne segue più da vicino la formazione.

Non sempre è semplice classificare una voce. Se si hanno dei dubbi non si deve avere fretta. Questi vengono in genere da voci ibride o molto potenti, oppure da chi ha avuto problemi di tecnica vocale e non ha una voce in buone condizioni.

Le voci molto potenti e molto ricche di timbro ci mettono più tempo a formarsi. Anche quelle gravi hanno in genere bisogno di un po' di tempo in più per emergere, dato che all'inizio degli studi sono di solito anche molto meno timbrate di quello che in realtà potrebbero essere. Se non si tratta di voci dalle caratteristiche inequivocabili (per esempio un soprano leggero), è saggio non fidarsi delle classificazioni-lampo, che non servono a niente e a nessuno. Il bravo maestro infatti non è colui che classifica presto ma quello che classifica correttamente.

Un errore da non fare è classificare una voce in base solo alla sua estensione. Vi sono voci molto estese, che ricoprono più delle due ottave che servirebbero, ma appartengono comunque a una sola categoria vocale. Vi sono voci che sono troppo grezze per poter emettere tutti i suoni che potrebbero, così sembrano un'altra voce. Vi sono voci che hanno problemi di emissione, grossi difetti di tecnica, perciò sono per definizione inclassificabili finché non si normalizza la situazione. Vi sono poi persone molto giovani d'età, che non possono avere il timbro necessario al loro tipo vocale. Un basso di sedici anni, per esempio, potrà avere una voce ancora troppo chiara, anche se è decisamente un basso. Con l'età e lo studio la

sua voce diventerà più brunita e capace di emettere suoni di timbro adeguato.

Un modo per classificare a buon senso una voce, in attesa di saperne di più, è vedere non quale sia la sua estensione, che come abbiamo visto ci interessa meno, ma quale sia la zona in cui si trova a suo agio. Se un cantante si trova bene in tessitura acuta, difficilmente sarà un basso, per esempio.

Vi sono alcune relazioni tra la voce e la struttura fisica della persona, ma non sono così vincolanti. Certamente il tenore per esempio tende ad avere la struttura più tipica, con torace ampio e collo corto, ma vi sono molte eccezioni a questa regola. Perciò la struttura fisica di una persona non ci dice qualcosa di definitivo sulla sua voce.

Più credibile sarebbe confrontare la voce parlata e quella cantata, perché nella stragrande maggioranza dei casi hanno una corrispondenza. Difficilmente un uomo che parla in tonalità grave *con voce normale* ha poi una voce cantata acuta e viceversa. Lo stesso vale per le donne (bisogna distinguere però quelle che parlano in *tonalità abbassata*, per esempio a causa di fumo, abusi vocali, problemi tiroidei, menopausa, eccetera).

In genere chi ha le corde lunghe e grosse ha anche la voce scura, però si possono avere varie combinazioni con le dimensioni delle cavità di risonanza. Se una persona per esempio ha corde lunghe in un fisico minuto, o viceversa, avrà probabilmente una voce dalle caratteristiche ibride.

Un criterio molto importante è dato dall'estensione dei registri e dal punto di passaggio tra uno e l'altro. Penso che sia il criterio principale sul quale basarsi, anche in questo caso senza fretta, perché vi sono voci che con lo studio modificano il loro punto di passaggio, soprattutto quelle che hanno precedentemente forzato e snaturato l'emissione. I registri vocali sono una dote naturale, non si possono costruire ma solo scoprire e valorizzare.

## VOCE E CARATTERISTICHE FISICHE

La grandezza del tratto vocale e la lunghezza e lo spessore delle corde vocali sono due fattori che incidono sulla qualità della voce. Un cantante con una voce grande avrà quasi certamente delle corde vocali spesse oppure grandi. Se le corde sono sia spesse sia lunghe, il cantante avrà una voce grave. Corde vocali corte, sottili o piccole si trovano di solito nelle voci di soprano e di tenore. Le più piccole e sottili, ovviamente, nel soprano.

Anche la lunghezza e le dimensioni del tratto vocale vanno considerate. Quando parliamo di tratto vocale intendiamo comprendere anche le dimensioni della bocca e delle cavità nasali. La struttura fisica tipica del tenore, lo abbiamo già detto, è con il collo corto e piuttosto largo (si pensi a Pavarotti, per esempio). Un tratto vocale lungo darà una voce più profonda e più ricca, e via così.

## PARLARE E CANTARE

Il canto deriva dalla voce parlata e ne rappresenta un grado superiore di evoluzione, per cui linguaggio parlato e canto non devono essere considerati due tipi diversi di voce. Quando si parla si usa un numero limitato di suoni, mentre nel canto la voce ha sicuramente una maggiore estensione. Nel parlato non c'è un ritmo preciso da seguire, mentre facendo musica sì. Cantando bisogna emettere molti suoni con un fiato, mentre nel parlato si è più liberi.

Il modo di respirare durante il parlato assomiglia a quello durante il canto. Il meccanismo con cui si produce la voce parlata e cantata è sempre lo stesso.

Il cantante, al momento di iniziare la emissione vocale, deve prepararsi fisicamente e mentalmente a cantare. Anche l'attore deve conoscere la propria voce e predisporre gli effetti che vuole ottenere; mentre quando si parla nella vita quotidiana si agisce in modo involontario e automatico.

Nella maggioranza dei casi un cantante ha lo stesso timbro nella voce parlata e in quella cantata, ma occorre tenere presenti le eccezioni, che esistono anche se sono una minoranza. Può accadere cioè che lo stesso soggetto parli su note gravi e con timbro scuro e canti invece con voce chiara, o viceversa. Attenzione che questa differenza non sia lo specchio di una voce non ben impostata o usata in modo forzato o volutamente modificato nel timbro.

In generale quindi, la classificazione della voce parlata deve essere la stessa di quella della voce cantata. Le due voci si realizzano con lo stesso strumento, che ha la stessa costituzione anatomica e lo stesso funzionamento, pertanto è di buon senso pensare che le due voci siano simili.

Spesso cantanti che hanno problemi nel canto sono anche, in vario grado, disfonici nel parlare. Di solito i problemi delle "due voci" vanno insieme: se il cantante ha strapazzato la propria voce parlata il canto ne risentirà, e viceversa.

## NON SI DEVE IMITARE UN'ALTRA VOCE

Il timbro della voce è unico e va conservato e valorizzato. Non si può imitare un'altra voce a lungo, perché se ne possono riportare dei danni. Chi imita un altro cantante, magari solo perché lo ammira tanto, sappia che non fa qualcosa di salutare per la sua voce. Come interprete, inoltre, non farà bella figura, a meno che non si tratti di un imitatore di professione.

## A CHE COSA SERVE CLASSIFICARE LE VOCI

Dipende dal genere musicale che si vuole coltivare. La classificazione della voce di un cantante è indispensabile particolarmente nel repertorio lirico, perché ci sono dei personaggi da interpretare. Per esempio, un vecchio re

sarà impersonato sicuramente da un cantante con voce di basso, mentre la giovane innamorata è quasi sempre un soprano, eccetera.

Per questi motivi il cantante d'opera deve indirizzare il suo studio verso il repertorio più adatto alla sua voce, una volta che questa sia pronta e completamente formata. Molte energie vanno impiegate nella classificazione vocale del cantante lirico, perché si tratta di un'operazione molto delicata, che ha per nemiche la fretta e l'approssimazione. È come la scelta della scuola superiore per un ragazzino: non si può fare a caso ma bisogna pensarci e soprattutto conoscere molto bene le reali possibilità del soggetto.

Il repertorio operistico è così impegnativo vocalmente che un errore nella classificazione di un cantante e nella scelta del suo repertorio può compromettere irrimediabilmente una carriera. C'è talmente tanta musica da interpretare che ognuno può trovare quella che fa veramente per sé, valorizzando le sue doti. Vi sono molti cantanti che sono caduti proprio perché hanno voluto interpretare repertori troppo arditi per le loro possibilità, mentre avrebbero sicuramente mantenuto il successo e la loro bella voce, meritatamente, scegliendo con più prudenza e con più buon senso. A volte l'altra faccia del successo è il non sapersi più fermare.

Sono anche abbastanza comuni i casi di cantanti che sono stati classificati erroneamente e che a un certo punto della loro carriera cambiano tipo di voce, per esempio il tenore che diventa baritono o il mezzosoprano che diventa soprano.

Nel repertorio leggero classificare una voce è meno urgente, perché non vi sono personaggi da interpretare, a meno che non si voglia essere assunti per un musical.

Classificare una voce è indispensabile indipendentemente dal genere musicale coltivato. È come se io sapessi la metratura della mia casa senza però conoscere la misura e la disposizione delle stanze.

Studiare tecnica vocale significa arrivare prima o poi a dire: "Sei un soprano", "Sono un baritono", eccetera. Con

questi dati la voce si delinea completamente e si possono fare progetti riguardo alle sue possibilità. Se il mio allievo è un basso, non pretenderò da lui che arrivi a un La in acuto, mentre da un baritono potrei aspettarmelo, dopo un certo periodo di studio. Sapendo che è un basso, se vuole cantare dei brani rock nelle stesse tonalità del suo cantante preferito, che è un tenore, allora bisognerà convincerlo che si può anche cambiare la tonalità dei brani. Ne va della salute della sua voce.

Se si sceglie di dedicarsi al musical, sapere che voce si ha serve per avere un ruolo nello spettacolo, dato che il musical è una specie di opera lirica in versione moderna, nella quale vi sono dei personaggi, una trama, delle scene e dei costumi, proprio come avviene all'opera. Nel musical la divisione dei ruoli obbedisce più o meno alle stesse regole che ci sono nell'opera lirica: gli innamorati per esempio sono in genere giovani, quindi hanno voci acute. Eccetera.

A un cantante di musica leggera che sia anche autore delle sue musiche può non importare molto di classificare la propria voce, perché non è vincolato a nessuna musica preesistente e non deve ricoprire ruoli particolari. È libero di creare un repertorio su misura per sé, oppure, se canta musiche altrui, può trasportarle in una tonalità più adatta per la sua voce.

Quello che fa la differenza fondamentale tra una voce e l'altra è il punto di passaggio tra i registri. Ogni voce ha un passaggio di registro diverso da un'altra, cioè per esempio il soprano passa da un registro a un altro in note diverse rispetto al contralto. Questo è l'elemento determinante per capire la categoria vocale.

Il timbro può ingannare: vi sono per esempio dei veri soprani che hanno la voce così scura che pare quella di un mezzosoprano, e al contrario, vi sono dei mezzosoprani che, in particolare all'inizio dello studio del canto, hanno una voce molto chiara, tanto da sembrare dei soprani. Il maestro diventa indispensabile.

## LA CLASSIFICAZIONE PIÙ TRADIZIONALE:

	Maschile	Femminile
<i>voce acuta</i>	Tenore	Soprano
<i>voce media</i>	Baritono	Mezzosoprano
<i>voce grave</i>	Basso	Contralto

## REGISTRI DELLA VOCE

*I registri vocali sono fondamentalmente due, quello di petto e quello di testa. Ce n'è un terzo, che si chiama misto, perché ha caratteristiche ibride tra i due precedenti e sta loro in mezzo. La voce può emettere suoni anche con altre modalità (falsetto, belting) ma in questo momento ci stiamo occupando dei registri principali, quelli di petto e di testa.*

L'appartenenza a un tipo o a un altro di voce non si può modificare: si nasce con una certa voce, come succede per i capelli o per il colore degli occhi. Voglio dire che lo studio del canto deve portare alla luce il tipo di voce che si ha. Non si può creare un soprano da un mezzosoprano, per esempio, anche se la tecnica vocale può consentire al mezzosoprano di ampliare la sua zona acuta, raggiungendo anche note sopranili, senza per questo cambiare tipo vocale.

I due registri della voce si chiamano così in onore di quelli dell'organo. Corrispondono ad altrettanti meccanismi diversi di funzionamento della laringe.

Il registro di petto è definito così impropriamente, perché le vibrazioni vengono trasmesse alla parete toracica, così sembra che la voce risuoni "nel petto", mentre non è così. In questo registro le corde sono più spesse. Mano a mano che si sale nell'intonazione, le corde vocali si tendono sempre di più. Arriva un punto in cui la tensione non sarebbe più sopportabile. Per ottenere altre note, più acute, si passa allora a un altro registro, quello di testa (chia-

mato così per lo stesso motivo: la voce vibra nella testa). Le corde vocali nel registro di testa diventano più sottili e si "riposano", dato che vengono tese passivamente, perché avviene un movimento di rotazione della cartilagine tiroide, che è quella su cui sono fissate, e un "cambio della guardia" tra muscoli laringei: ne entrano in funzione due nuovi rispetto a quelli che hanno lavorato per le note gravi.

Il cantante nello studio deve affrontare questi due registri. La voce di basso praticamente canta solo in petto. Le altre voci hanno in proporzione diversa note appartenenti ai due registri. Il soprano, all'opposto del basso, quasi non usa il registro di petto, a parte alcune note all'estremo inferiore della sua estensione. Gli acuti del tenore lirico sono in testa.

Ogni voce cambia registro in note che sono caratteristiche e caratterizzanti. È il maestro di canto che deve assumersi la responsabilità della corretta formazione dei registri, che costituisce il perno attorno al quale ruota tutta la formazione della voce. Se la respirazione corrisponde alle fondamenta della casa, la determinazione dei registri vocali è simile alla costruzione dei muri portanti.

Bisogna mettere insieme i due registri, in modo che non si senta il passaggio da uno all'altro. Chi non ha una tecnica vocale passa da un registro all'altro in modo brusco, spesso con una specie di buffo singhiozzo che ricorda lo jodler, quel particolare modo di cantare del Tirolo, nel quale la voce maschile sfrutta, appunto, il passaggio dalla voce di petto a quella di testa (*bolalalà iuuu...*).

## IL BELTING

Il belting è un modo di cantare che in origine si usava solo a Broadway e che poi si è esteso a tutte le voci e a molti tipi di repertorio, soprattutto nel pop e nel rock.

Potrebbe essere paragonato a una voce di petto che viene portata in alto, al di là dei suoi limiti naturali. Penso

però che si tratti di un registro vocale a sé stante, cioè non è precisamente una voce di petto, anche se le assomiglia molto. Ha qualcosa in comune con la voce parlata e con quella urlata, benché sia diverso in qualcosa anche da queste. L'intensità è comunque elevata.

Il belting si realizza con posizione della laringe alta, mentre il canto lirico prevede che la laringe abbia una posizione bassa.

Questo modo di cantare spesso è causa di disturbi della voce, perché si caratterizza per livelli molto alti di pressione dell'aria sotto alle corde vocali e anche per l'alto volume sonoro.

In sostanza si tratta di una modalità fonatoria che rende la voce grintosa e in grado di oltrepassare i limiti naturali dei registri vocali, però è faticosa, fa lavorare molto le corde vocali.

Per tutte queste considerazioni, chi vuole cantare in belting farà bene ad avere delle nozioni di tecnica vocale prima di cimentarsi con un modo di cantare che può compromettere la voce. Nessuno fa sollevamento pesi senza essere allenato, insomma.

## RIASSUMENDO

La classificazione della voce è qualcosa che obbedisce a dei criteri oggettivi. L'appartenenza a un tipo vocale o a un altro è un fatto congenito, cioè già determinato alla nascita. Il tipo vocale dipende dalle dimensioni delle corde vocali, dalla lunghezza del tratto vocale, dalla struttura fisica del cantante.

## ESTENSIONE, TESSITURA

*L'estensione, sia per la voce sia per gli strumenti, è il numero totale di note che si possono emettere, dalla più grave alla più acuta e viceversa.*

Per gli strumenti l'estensione è molto variabile, dato che può andare da quella di un paio d'ottave di uno strumento come il flauto dolce all'estensione dell'organo, che è lo strumento più esteso di tutti, superando abbondantemente le sette ottave del pianoforte.



*Estensione di alcuni strumenti rispetto a quella del pianoforte.*

La voce umana ha un'estensione variabile, dipende da quali suoni vogliamo inserire in questo ambito. Si distingue cioè un'estensione totale, che comprende qualsiasi suono la laringe possa emettere, dal più acuto al più grave e viceversa. Pensata in questi termini, l'estensione può essere molto ampia. Nelle voci maschili, per esempio, se si aggiunge il registro di falsetto a quello di petto (che è il registro normale nell'uomo) si può anche raddoppiare. Ma di queste prodezze si interessano i fisiologi e i cantanti di rock.

L'estensione che interessa il canto però è più limitata. Nella voce impostata, infatti, è fondamentale emettere tutti i suoni con uguale qualità, pertanto l'estensione si ferma all'ultimo suono in acuto e al grave che si può emettere con determinate caratteristiche timbriche e sonore. Tutti gli altri suoni non interessano affatto, anzi si debbono evitare accuratamente, perché potrebbero compromettere quelli nell'ambito "ufficiale", che è di due ottave, come estensione minima. Vuol dire che per cantare il repertorio classico occorre avere almeno due ottave di estensione.

Queste due ottave sono richieste anche nel repertorio leggero, per esempio per cantare nel musical. Non si tratta di un ambito arbitrariamente deciso, di un fatto culturale: di solito una voce in buone condizioni è in grado di cantare su circa due ottave. Si tratta quindi di un'estensione fi-

siologica. Tutte le voci sane dovrebbero arrivare a due ottave, magari dopo un po' di esercizio, in alcuni casi.

Alcune voci sono in grado di superare anche abbondantemente questi limiti, e in qualche caso lo devono fare, se non altro perché esistono brani operistici che richiedono, per essere cantati, anche più di due ottave e mezza. Questo significa che chi li canta ha un'estensione anche superiore, dato che non si può interpretare un brano con gli ultimi suoni a disposizione, perché sarebbero stridenti o afoni, o comunque di qualità inferiore agli altri, e nel canto operistico sarebbe un errore imperdonabile.

La laringe in sostanza può arrivare a grandi risultati con l'esercizio e con la tecnica. Molto probabilmente i cantanti che riescono a eseguire brani così impegnativi non erano in grado di emettere tutte quelle note, all'inizio dei loro studi canori.

Nella musica leggera tutto dipende dal repertorio che si vuole cantare: c'è infatti chi canta per una vita rimanendo nell'ambito di un'ottava o poco più. Vi sono alcune canzoni che non vanno oltre cinque o sei note, addirittura. All'altro opposto vi sono gli eccessi vocali dei cantanti rock. Ce n'è per tutti i gusti e per tutte le "ugole", insomma.

In ogni caso sarà difficile trovare dei brani che continuamente viaggino su tutte le note di cui sono composti. Più frequentemente, si potrà avere una maggiore insistenza su alcuni suoni, per esempio i più acuti, per poi passare a quelli più gravi o centrali.

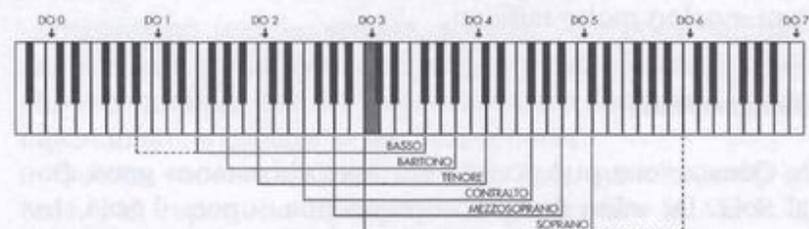
*La tessitura di un brano è l'ambito entro cui si trova il maggior numero di suoni.* Se per esempio un brano andasse da Do<sub>3</sub> a La<sub>4</sub> ma insistesse di più sulle note da Mi<sub>3</sub> a Do<sub>4</sub> e toccasse solo una volta il La<sub>4</sub>, si tratterebbe di un pezzo di tessitura centrale, più adatto a un mezzosoprano. Se un brano con uguale estensione insistesse invece sulle note da Do<sub>4</sub> a La<sub>4</sub> e arrivasse anche più volte alla nota più acuta, sicuramente si tratterebbe di un brano più adatto a un soprano.

Quindi la tessitura di una musica è molto importante, anche perché può suggerire quale sia il tipo vocale a cui appartiene

un cantante. Un tenore per esempio non avrà piacere di cantare su note gravi, dando così conferma del suo tipo di voce.

## LE VOCI

Arriviamo finalmente a dare alcune notizie sulle singole voci. Ribadisco comunque che può essere molto complicato classificarle, sicché non è consigliabile farlo da sé senza chiedere almeno il parere di una persona di fiducia. Ho visto molti cantanti che si erano autoclassificati in modo errato. Attenzione anche ai direttori di coro, che spesso per esempio mettono nei contralti un soprano semplicemente perché sono a corto di persone nella sezione delle voci scure femminili. Esistono anche voci sopranili che non hanno ancora formato gli acuti perché non sanno nulla di tecnica, così vengono prese per contralti o mezzosoprani se hanno dei centri di una certa consistenza. A volte comunque un soprano corto finisce nei contralti automaticamente, anche se non ha per niente delle note gravi e centrali robuste. Ho visto per esempio un giovane soprano leggero che era stata messa tra i contralti solo perché riusciva a emettere con gran fatica un Sol<sub>2</sub>, debolissimo. Lo stesso può accadere per le voci maschili: un baritono con la voce incolta o di età molto giovane può essere scambiato per un tenore. E via di questo passo. Non è detto quindi che una persona che sia stata messa in una determinata sezione di coro abbia veramente la voce corrispondente. Un motivo in più per usare cautela nel decidere sulla propria voce.



*Estensione delle voci. Le linee tratteggiate indicano suoni possibili per alcune voci di basso e di soprano. L'estensione teorica di tutte le voci umane è quindi di circa cinque ottave.*

## Soprano

Il soprano può andare dal Sibemolle<sup>2</sup> al Do<sup>5</sup> (nel repertorio operistico molto raramente scende sotto il Do<sup>3</sup>, ma può arrivare anche al Fa<sup>5</sup>).

La voce di soprano si trova molto a suo agio all'interno del pentagramma, ossia tra il Mi<sup>3</sup> e il Fa<sup>4</sup>.

In sostanza il soprano ha molte delle note centrali del mezzosoprano, ma si distingue da esso perché il suo timbro è più leggero e a mano a mano che scende perde in qualità timbrica e in volume. Il soprano ha le note più belle in registro di testa, cioè sopra al Re<sup>4</sup>.

Nel repertorio lirico esiste una ulteriore suddivisione delle voci sopranili: il soprano leggero ha un timbro particolarmente chiaro e raggiunge le tessiture più acute, potendo arrivare anche al Fa<sup>5</sup> (e oltre), mentre sotto al Fa<sup>3</sup> si trova già in crisi, a volte, perché la voce sparisce. Il soprano lirico ha la tessitura più classica, dal Do<sup>3</sup> al Do<sup>5</sup>. Il suo timbro è ricco e pastoso, adatto a ruoli amorosi. Il soprano drammatico è una voce rara, dalle caratteristiche particolari, dato che deve avere l'estensione del soprano ma un timbro ricco anche nei centri e nei gravi. In sostanza è quasi una voce ibrida tra il soprano e il mezzosoprano, ma ha gli acuti della bellezza sopranile.

Nel repertorio leggero le voci sopranili sono comuni, se non altro perché questa voce è la più diffusa tra le donne. Esempi potrebbero essere Giorgia, Madonna, la Ruggero, eccetera. Il timbro è leggero e si possono ottenere sfumature e colori molto raffinati.

## Mezzosoprano

Questa voce può scendere a note abbastanza gravi, fino al Sol<sup>2</sup>. Di solito il mezzosoprano non supera il Sol<sup>4</sup>, La<sup>4</sup> in molti brani operistici, ma può essere necessario raggiungere anche il Do<sup>5</sup>. Nei brani d'opera e classici non si scende di solito sotto al Sol<sup>2</sup>.

Il mezzosoprano canta a proprio agio nella tessitura tra il La<sup>2</sup>, Sibemolle<sup>2</sup>, fino al Do<sup>4</sup>, Re<sup>4</sup>.

Il mezzosoprano sta bene nelle note che per il soprano sono pesanti da emettere. Non c'è paragone tra il volume che può ottenere un mezzosoprano rispetto a un soprano nelle tessiture centrali e gravi. I suoni sono molto più potenti e timbrati, facili da emettere. Il mezzosoprano si sente a suo agio, insomma, mentre il soprano può rovinarsi la voce se insiste troppo su tessiture troppo basse, soprattutto se deve cantare forte e timbrato, con espressività drammatica. La differenza infatti sta in questo: anche un mezzosoprano canta piano e con timbro leggero nei gravi e nei centri, se la musica lo prescrive, pertanto in quel caso anche un soprano se la caverebbe molto bene e senza fare fatica, rinunciando solo a un po' di timbro nella voce. La vera differenza tra le due voci risalta quando bisogna cantare forte e timbrato nei gravi.

La voce del mezzosoprano è molto bella ma è quella che richiede più tempo per formarsi compiutamente, dato che deve studiare molto per mettere insieme i registri di petto, di mezzo e di testa. Questi registri infatti sono molto diversi timbricamente e occorre pazienza per uniformarne i suoni. E poi ci vuole più tempo per far maturare il timbro, per fargli raggiungere la pienezza del suono.

## Contralto

Il contralto scende, scende, scende... C'è poca differenza, in effetti, tra un vero contralto e un tenore acuto. I pochi veri contralti che ho conosciuto non facevano alcuna fatica, infatti, a cantare in tessitura tenorile.

Questa voce va dal Re<sup>2</sup> al Mi<sup>4</sup>, Fa<sup>4</sup>, qualche volta al Sol<sup>4</sup>. Nel repertorio operistico, in particolare in Verdi, il contralto in effetti è un mezzosoprano, perché deve scendere al Sol<sup>2</sup> ma sale anche al La<sup>4</sup>, Si<sup>4</sup>. Un contralto deve poter cantare sul Fa<sup>2</sup>.

La tessitura comoda per un contralto va dal Fa2 al Sol3, La3.

Il vero contralto è molto raro. Io ne ho conosciuti solo due o tre in tanti anni. La parte di contralto nei cori polifonici non rispecchia sempre le tessiture che realmente questa voce può tenere, dato che di solito le parti corali sono più moderate, eseguibili da qualunque voce media.

Nella musica leggera mi viene in mente subito Fiorella Mannoia, che probabilmente ha una voce contraltile. Nel repertorio blues, spiritual e jazz i contralti sono le regine. Mahalia Jackson è una vera "potenza della natura" e i gospel fatti da lei sono un'altra cosa. Nina Simone è un grande talento per stile e musicalità. Sarah Vaughan è tra le grandi jazz-ladies. Marian Anderson è stata un grande contralto nero-americano. Aveva studiato canto impostando la voce. Eseguiva il repertorio classico, anche operistico, e splendidamente degli spiritual e gospel. Per motivi razziali fu fatta debuttare quando era ormai ultracinquantenne, in un'opera di Verdi. Queste voci sono in grado di cantare su tessiture molto gravi, anche sotto al Fa2. La voce di Anastacia ha qualcosa in comune con quelle nere, anche se ha alcune asprezze nell'emissione.

Proprio perché si tratta di una voce molto rara, è bene accertarsi di essere un vero contralto. Chi fuma come un cammino, per esempio, sembra un contralto, anche se in origine sarebbe un soprano. Bisogna chiedere a un esperto, prima.

Una donna che per abitudine urla e strapazza le sue corde vocali alla lunga si ritrova con la tonalità della voce abbassata fino a sembrare un contralto, solo che la sua fonazione è pesante, faticosa già nel parlare e il canto è quasi impossibile, perché vi sono dei "buchi" nella voce.

C'è chi farebbe di tutto per avere una voce grave (vanno di moda, ultimamente) e invece magari ha un timbro argentino e acuto. Allora si dà da fare per scurire e appesantire i suoni, per simulare un'altra voce. Magari a forza di tentativi riesce anche a ottenere qualcosa, ma alla fine i problemi vocali sono destinati a presentarsi. Mai cercare di forzare la propria natura vocale. Vi sono molte voci destrut-

te da questi tentativi. Bisogna conoscere e apprezzare il proprio strumento, valorizzandolo.

Vi è chi pensa di essere un contralto perché si è abituata a cantare solo nel registro di petto e non ha mai conosciuto quello di testa. In questi casi i risultati sono sorprendenti quando con la tecnica vocale si riesce a far emettere moltissimi suoni in più, in acuto, una volta scoperto il registro di testa e alleggerito quello di petto.

### Tenore

Il tenore può anche scendere sotto al Do2, per arrivare in acuto al Si3, Do4 (il Do4 è la nota più acuta nell'opera lirica, di solito, ma la voce tenorile può salire anche fino al Fa4; eccezionalmente, in certi tenori molto acuti, al Sol4).

Il tenore operistico generalmente non scende sotto al Do2. Il tenore leggero di solito è in difficoltà, scendendo, già quando arriva al Mi2, Fa2, mentre quando sale si trova perfettamente a suo agio. Invece il tenore drammatico è in grado di emettere dei suoni potenti nelle note più gravi e ha anche gli acuti di grande potenza, però si trova meno a suo agio nelle tessiture che insistono su passaggi acuti.

Nel repertorio lirico è ammesso per il tenore l'uso del falsetto in alcuni passaggi in tessitura acuta.

La tessitura comoda per il tenore è più o meno corrispondente a quella del soprano, solo che si trova all'ottava inferiore (da Mi2, Fa2 a Sol3).

Nella musica leggera i tenori sono le voci più frequenti, direi, da sentire. I gruppi rock hanno sempre o quasi voci acute. Nel pop abbondano le voci tenorili. Nella musica all'italiana vi è una grande tradizione per la voce del tenore, da Carlo Buti a Claudio Villa, passando per Massimo Ranieri e Albano, e questi sono solo alcuni esempi.

Di solito per tenore si intende una voce impostata, lirica o liricheggiante, che esegua repertorio classico o tradizionale. Una voce non impostata ma acuta sarà comunque

una voce in tessitura tenorile. Insomma, uno è tenore anche se non ha mai studiato canto. Lo stesso vale per tutte le altre voci.

### **Baritono**

Il baritono ha una voce intermedia tra quelle del tenore e del basso. Il timbro è piuttosto scuro e caldo. Sembra un violoncello. L'estensione va dal La1 al La3. A volte il baritono ha una voce più leggera, assomigliando a certi tenori con la voce scura. Può essere invece così scuro (baritono drammatico) da sembrare un basso.

Vi è anche la voce di basso-baritono, che è ibrida tra i due tipi vocali e può, entro certi limiti, eseguire entrambi i repertori.

### **Basso**

Il basso nel repertorio operistico di solito deve cantare scendendo al massimo fino al Fa1. Ci sono però bassi in grado di scendere molto di più. Ne ho conosciuti due che riuscivano a cantare su note come il Do1 e fino al Sibemolle un tono sotto. Più il basso è grave e più è una voce rara. Di solito il vero basso fa fatica a salire. Il limite generalmente è il Mi3. Per cantare brani operistici è necessario andare oltre questa nota, per arrivare anche al Sol3. Il basso canta comodamente tra il La1 e il Si2.

Molti bassi possono salire in alto come i baritoni e a volte come i tenori, però non cantano con facilità nelle tessiture acute.

Ci sono voci scure anche nel mondo della canzone: tra i cantautori ve ne sono parecchi che hanno voce di baritono o basso (De André, Gaber, Conte, Tenco). Nella musica rock ne ho sentiti pochi e di solito sembravano voci abbassate dagli anni o dagli strapazzi più che voci originariamente medio-gravi. Nel jazz e nel blues le voci scure abbondano, invece.

## TESSITURE NELLA MUSICA ROCK

Con il rock sono nati dei nuovi canoni stilistici ed estetici, che prima erano sconosciuti.

Non sono un'esperta di rock, perché è un genere musicale che non coltivo; mi piacciono alcuni pezzi, sicuramente, ma sono pochi... Mi tengo aggiornata attraverso il dialogo che si instaura con i miei allievi: faccio loro ascoltare dei bravi cantanti lirici e ricevo in prestito dei dischi con i cantanti rock più interessanti (o più curiosi o assurdi) sul piano vocale. Di solito sono scambi proficui, che servono sicuramente a chiarire molta terminologia che si usa durante la lezione.

In questo contesto ho avuto modo di ascoltare, per esempio, due cantanti di musica rock che sono molto apprezzati dal pubblico giovanile per la loro capacità di salire con la voce fino a raggiungere tessiture molto acute. Uno è James Labrie e l'altro Robert Plant, il cantante dei Led Zepelin. Sono considerati dei modelli da seguire per molti ragazzi che cantano musica rock. Il loro fascino maggiore sembra essere appunto quello di avere la voce in grado di salire "all'infinito".

Ho ascoltato altri cantanti rock, a mio avviso più bravi sul piano espressivo e con delle voci molto più interessanti, che però sono meno "quotati" tra il pubblico giovanile perché "hanno la voce troppo grossa". Avere un timbro scuro sembra essere un difetto, in questo genere musicale: non ho ancora sentito una voce di basso scatenarsi in questo repertorio, ma potrei sbagliarmi, dato che non coltivo questa musica.

Ascoltare i Beatles per confronto fa pensare a come siano mutati il gusto e le esigenze del pubblico in questi anni. La voce dei Beatles è naturale, senza fronzoli né arditezze nella tessitura. Quello che conta è la loro musica. Sentire invece gli interpreti del rock che sfidano vette degne di una voce femminile a me fa porre subito una domanda: "A che serve tutto ciò?".

Pino Daniele ha una voce molto acuta, *naturalmente* acuta, cioè lui non ha fatto nulla per costruirla; sicuramente il timbro che ha è un fatto naturale. Anche Stevie Wonder ha una voce chiara e grande facilità a raggiungere tessiture molto acute, ma anche lui sa sfruttare, "semplicemente" le sue doti naturali.

Madre natura insomma crea una grande varietà di timbri, sia nella voce maschile sia in quella femminile. Esistono per esempio le voci dal basso profondo al tenore leggero, con tutte le possibili sfumature intermedie. La bellezza di una voce sta nelle sue doti naturali, che la rendono unica. Invece a me pare che certe voci del rock siano state costruite artificialmente e mi appaiono, appunto, artefatte, cioè private delle naturali risonanze della voce maschile. In certi passaggi sembra di sentir cantare una donna. Che cosa aggiunge alla musica il fatto di cantare in tessiture acutissime e per giunta con un timbro che si sente che è poco naturale?

Comunque sia, dopo aver fatto tutti questi discorsi con i miei allievi, rimane un dato di fatto: loro continuano a voler cantare molto acuto, perché eseguono il repertorio che richiede proprio questo. In genere vengono a lezione perché hanno provato a lungo a cantare quelle tessiture, ma prima o poi si sono affaticati e la voce comincia a risentire dello sforzo cui l'hanno sottoposta.

Proverò a spiegare come lavoriamo per ottenere più o meno quello che desideriamo: rispettivamente io una voce con timbro naturale, estesa, duttile, sana, l'allievo una grande estensione in acuto.

Durante le lezioni si canta anche musica classica, per esempio Haendel, Bach, oppure qualche canzone napoletana o un successo di Bocelli. L'allievo poi mi fa sentire le sue canzoni e lavoriamo su quelle. Durante l'intervallo tra una lezione e l'altra l'allievo "fa i compiti per casa" allenandosi sui brani classici, ma in genere canta anche il suo repertorio (c'è chi è impegnato anche in concerti). Di solito riferisce dei miglioramenti proprio nelle sue canzoni.

In pratica dividiamo il repertorio su cui lavorare in due sezioni: la musica classica o tradizionale, melodica, da cantarsi obbligatoriamente con voce impostata, e la musica che fa parte del repertorio scelto dall'allievo, quindi musica classica o jazz o rock o canzoni varie.

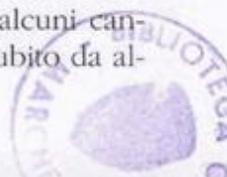
Spesso c'è una certa resistenza a eseguire brani con voce impostata, perché l'amante del rock teme di "inquinare" la sua vocalità ideale con una voce troppo pulita, lirica insomma.

Di solito l'allievo prova ugualmente, con un po' di riluttanza, a eseguire qualcosa con voce impostata. Generalmente i dubbi svaniscono in poco tempo, quando il cantante si accorge che impostare i suoni non solo non compromette la voce naturale, ma gli consente di interpretare meglio il suo repertorio. La voce è più estesa in alto, di timbro più pieno e gradevole a sentirsi, progressivamente si stanca sempre meno, si può anche "sporcare" a fini espressivi senza riportare danni. È anche più facile innestare altri registri come il belting e il falsetto.

Insomma l'allievo è contento, visibilmente. Qualche volta si innamora perfino di qualche brano classico, riuscendo a eseguirlo in modo stilisticamente e vocalmente dignitoso. Altre volte "l'allergia" alla musica classica rimane, così si può sentire eseguire per esempio un'aria di Bach come fosse una canzone rock (assai buffa da sentire, eseguita così), oppure bisogna ripiegare su qualche brano rock più melodico, da cantarsi in modo altrettanto buffo con la voce impostata.

#### GIOVANI MUSICISTI, MUSICA CLASSICA E ROCK

In più di un caso ho notato che i ragazzi non hanno veri pregiudizi o preclusioni in fatto di repertorio: amano cioè in modo particolare un dato genere di musica, alcuni cantanti o gruppi, ma spesso si fanno conquistare subito da al-



tri interpreti e altri generi. Conosco anche diversi ragazzi che coltivano sia la musica classica sia quella leggera con uguale interesse. Mi vengono in mente due giovani che studiano uno strumento al conservatorio e contemporaneamente coltivano il repertorio rock (uno di essi canta con la stessa disinvoltura arie d'opera e canzoni grintose); un altro ragazzo invece è il cantante di un gruppo (eseguono repertorio tipo Led Zeppelin) ma apprezza molto la canzone napoletana più classica e talvolta la esegue. Mi ricordo anche di una cantante jazz che scoprì Mozart facendo lezioni di canto e si appassionò così al repertorio classico.

Come dire che se si è musicisti si ama o almeno ci si lascia incuriosire da ogni espressione musicale, dato che la musica classica è un genere duro a perire perché è troppo profondo e universale e che basta farlo scoprire ai giovani perché sia sempre in auge (anche se i giornali continuano a dire che è in crisi profonda e rischia di scomparire; qui ci sarebbe molto da analizzare sulle ragioni che portano l'Italia molto più che altri Paesi a disconoscere e a dimenticare la musica classica).

#### CONCLUSIONE

Spero di aver aiutato il lettore a orientarsi nei rudimenti della tecnica del canto. La tecnica è un elemento indispensabile per ottenere un valido messaggio artistico. L'importante è che rimanga un mezzo per l'artista e non si trasformi in un fine, che porterebbe alla negazione del messaggio artistico. Cantare solo con la tecnica, infatti, toglie la magia al canto e lo rende banale, noioso, stucchevole, artificiale. Se il canto non emoziona, allora perché si canta?

## GLOSSARIO

**ACCOMPAGNAMENTO** La parte strumentale che suona durante il canto. Può essere fatto da uno o più strumenti (gruppo od orchestra). Si può fare un accompagnamento anche solo con le voci (per esempio i "Swingle Singers", che eseguono con la voce brani strumentali).

**ACCOMPAGNATORE** Di solito è un pianista che esegue la base per i cantanti.

**AGOGICA** Insieme delle variazioni di andamento della musica, necessarie per l'espressione e l'interpretazione.

**ALTERAZIONE** Segno posto vicino a una nota per modificarne l'intonazione. Il diesis alza la nota di un semitono; il bemolle la abbassa di un semitono; il bequadro riporta la nota al suo stato naturale. Le alterazioni possono essere *in chiave*, cioè poste vicino alla chiave di violino, e valgono per tutte le note del brano, oppure *transitorie*, e valgono solamente all'interno della battuta in cui si trovano.

**ALTO** La voce femminile più grave, in generale con un'estensione tra il Fa<sub>2</sub> fino al Re<sub>4</sub>. È l'equivalente femminile della voce di Basso. Si chiama anche Contralto.

**ARIA** Si tratta di un brano solistico, nel repertorio operistico. Nell'aria il personaggio esprime i sentimenti più profondi oppure commenta un episodio drammatico, e il cantante dimostra la sua bravura.

**ARITENOIDI** Cartilagini laringee, di forma grossolanamente triangolare, di piccole dimensioni e molto mobili, sulle quali si inseriscono le corde vocali.

**ARMONICHE** Frequenze multiple di un suono, che si sommano alla frequenza base arricchendone la sonorità.

**ATTACCO** Inizio di una nota cantata o suonata.

**BARITONO** La voce media maschile, che in generale canta facilmente le due ottave comprese tra il La<sub>1</sub> e il La<sub>3</sub>. Si tratta dell'equivalente maschile della voce di mezzosoprano.

**BASSO** La voce maschile più grave, in grado di scendere al Fa1 o anche più giù. In acuto, raggiunge il Mi3 o il Fa3. Si tratta del corrispondente maschile della voce di contralto.

**BEL CANTO** Arte di cantare con agilità, virtuosismo ed eleganza, padroneggiando la tecnica e lo stile. Maestri del bel canto furono gli Italiani, finché tale scuola si è praticamente persa. Il repertorio operistico dal Seicento fino alla metà dell'Ottocento è ricchissimo di composizioni adatte a interpreti del bel canto.

**BELTING** Si tratta di un'emissione di suoni potenti, ottenuti con un registro che sembra quello di petto spinto oltre i suoi confini naturali. Molti cantanti, sia uomini sia donne, usano il belting per eseguire il loro repertorio, anzi si direbbe che questo modo di emettere la voce sia di gran moda, perché ne fanno uso la gran parte degli esecutori specializzati in generi diversi come ad esempio il musical, il pop e il rock. Whitney Houston, Barbra Streisand e Celine Dion, per esempio, spesso cantano in belting anche su tessiture molto acute. Il belting può essere pericoloso per la voce, perché è una modalità di fonazione più faticosa rispetto a quella più tradizionale. Chi non è allenato con questo registro vocale non può cantare a lungo senza riportare fastidi.

**BEMOLLE** Alterazione che abbassa l'intonazione della nota di un semitono.

**BEQUADRO** Annulla ogni precedente alterazione, riportando la nota al suo stato naturale.

**CAMBIO DI REGISTRO** V. Passaggio di registro.

**CENTRO FRENICO** È la parte centrale, tendinea, del diaframma. Sul centro frenico si appoggia il cuore. Il centro frenico è il punto più relativamente fermo del diaframma, dato che è vincolato piuttosto saldamente al cuore; a sua volta il cuore è vincolato alle strutture circostanti e alla colonna vertebrale.

**CODA** Parte conclusiva di un brano o di una sua parte o di una frase.

**COLONNA VERTEBRALE** È costituita dalle vertebre, che sono sette nel tratto cervicale, dodici in quello toracico, cinque lombari. Al di sotto delle lombari vi è l'osso sacro, che è costituito da cinque vertebre fuse tra loro. In fondo al sacro vi è il cocci-

ge, minuscolo osso composto anch'esso da cinque rudimentali vertebre fuse tra loro. La colonna vertebrale ha tre curvature fisiologiche: la prima è a livello cervicale, la seconda è dorsale, la terza è lombare. Per il canto sono importanti le vertebre cervicali perché influiscono sulla posizione del collo e della testa; quelle toraciche, fondamentali per la postura adatta alla respirazione ottimale; quelle lombari, importanti per la postura del tronco.

**CONTRALTO** V. Alto.

**CORDE VOCALI** Sono le strutture anatomiche che si trovano all'interno della laringe. La loro vibrazione, causata dal passaggio dell'aria espirata attraverso la strettoia prodotta avvicinandole una all'altra, produce il suono laringeo (che sembra una specie di ronzio), che poi viene amplificato dalle strutture sovrastanti, come la faringe, la bocca, le cavità nasali. Il termine "corde" è improprio perché la loro forma è più simile a quella di due labbri.

**CORDE VOCALI FALSE** Si trovano subito sopra le corde vocali vere. Si chiamano anche "pieghe ventricolari". Non servono normalmente per l'emissione di suoni, anzi, in una voce sana non entrano mai in funzione per la fonazione. Si può emettere comunque una "voce di false corde", dal timbro molto scuro e roco, che è assai poco raccomandabile per un cantante.

**CONTROTENORE** Un uomo che canta in falsetto, con sonorità simile a quella della voce femminile impostata.

**COPRIRE** Termine usato soprattutto nel canto operistico per descrivere un suono di timbro scurito, che si usa o per effetti drammatici oppure per facilitare il passaggio di registro.

**COSTOLE** Sono dodici per lato. Le prime sette si articolano direttamente con lo sterno (coste "vere"); altre tre si articolano con lo sterno ma con l'interposizione delle cartilagini costali (coste "false"); le ultime due sono dette fluttuanti perché si articolano solamente con la colonna vertebrale.

**CROMATISMO** Alterazione di una o più note all'interno di una scala.

**DIAPHRAMMA** È un muscolo ampio, a forma di cupola, che separa la cavità toracica da quella addominale. È il principa-

le "attore" dell'inspirazione. Non è un muscolo volontario, perciò agisce automaticamente. La terminologia didattica del canto prescrive di respirare "di diaframma" e soprattutto di "cantare col diaframma". Non si può cantare di diaframma, pertanto questa espressione è scorretta e fonte di confusione per l'allievo di canto.

**DIESIS** Alterazione che innalza l'intonazione della nota di un semitono.

**DINAMICA** L'insieme delle diverse intensità dei suoni e delle loro variazioni all'interno di una composizione. Naturalmente è anche l'insieme di variazioni di volume che una voce può fare.

**DIZIONE** Si tratta della chiara pronuncia delle parole. Richiede attenzione sia alle vocali sia alle consonanti. La dizione può avere più o meno importanza a seconda del repertorio che si esegue. Per esempio, nel teatro musicale la dizione deve essere ben chiara, mentre nel jazz o nel blues il cantante è molto più libero di modificare la pronuncia delle parole, a fini espressivi. Una dizione accurata aiuta a produrre dei suoni di qualità migliore.

**DRAMMATICO** È un termine riferito più comunemente alle voci operistiche del tenore, del soprano, del mezzosoprano. Si tratta di voci più scure e timbrate rispetto a quelle definite come "liriche"; ricoprono ruoli intensi per azione e per drammaticità.

**ESTENSIONE** Il termine indica il numero totale di note che una voce o uno strumento può eseguire.

**FALSETTO** È una modalità di canto, un registro della voce. Possono cantare in falsetto sia gli uomini sia le donne. Gli uomini che cantano in falsetto imitano così la voce femminile. Nella musica pop e rock il falsetto è spesso usato per superare tessiture troppo ardite o per creare particolari effetti. Il cantante dei "Cugini di campagna", per esempio, è noto per usare esclusivamente il falsetto.

**FARINGE** In gergo comune si chiama anche gola, infatti la faringite viene detta "mal di gola". La faringe è quel condotto di forma irregolare che va grosso modo dallo spazio al di sopra delle corde vocali fino al retro della bocca e alla parte più posteriore delle fosse nasali. È una zona molto importante per la

risonanza della voce. Vi sono alcuni muscoli che possono restringerla e altri che sono in grado di allargarla. La faringe si ingrandisce quando la laringe si abbassa. Basta una faringite leggera per compromettere anche gravemente la qualità della voce, perché la mucosa faringea con la sua vibrazione contribuisce molto al timbro vocale; l'infiammazione anche leggera modifica lo spessore della mucosa aumentandolo e le impedisce di vibrare adeguatamente.

**FRASEGGIO** Si riferisce alla divisione della musica in frasi e periodi, inframezzati da respiri. Il cantante deve allenare l'arte di fraseggiare, perché essa è legata all'abilità espressiva di rendere le sfumature del canto e delle sue parole, cioè allo stile interpretativo. Di solito a una frase musicale corrisponde anche uno o più versi del testo. Durante lo studio di un brano nuovo, è consigliabile abituarsi a dividere il testo in frasi e a identificare i punti nei quali un respiro non solo è utile ma è anche musicalmente auspicabile.

**FRASE MUSICALE** Parte di una linea melodica, che abbia senso compiuto dal punto di vista musicale. Legata ad altre frasi forma un periodo. Come nel linguaggio parlato.

**FREQUENZA** Numero di vibrazioni al secondo. la frequenza determina l'altezza del suono. Maggiore è la frequenza e più il suono sarà acuto, e viceversa. L'unità di misura della frequenza è l'Hertz.

**GLOTTIDE** Spazio tra le due corde vocali.

**HERTZ** Abbreviazione Hz. Unità di misura della frequenza. Indica il numero di vibrazioni in un secondo.

**INTERPRETAZIONE** Una volta che il musicista sa eseguire correttamente un brano, deve anche interpretarlo, cioè sia capire che cosa il compositore voleva esprimere con quella musica, sia anche metterne in rilievo alcuni particolari, secondo la propria sensibilità. Il cantante ha a disposizione le variabili nella pronuncia, nell'intensità, nel ritmo, nel modo di prendere il respiro, e anche il proprio modo di muoversi e di assecondare l'andamento della musica e il significato delle parole che canta.

**INTERVALLO** Distanza tra due suoni musicali, in altezza. Si misura contando anche la nota di partenza e si esprime con nu-

meri ordinali al femminile. Esempio: tra Do e Sol (salendo nell'intonazione) vi è un intervallo di quinta.

**INTONAZIONE** Termine riferito all'altezza dei suoni del cantante. Si può cantare calante o crescente, intonati ma nella tonalità sbagliata, oppure decisamente stonati.

**LARINGE** È l'organo vocale, situato dietro la cartilagine tiroide che negli uomini spesso sporge nel collo, chiamata "pomo d'Adamo". Subito sotto la laringe c'è la trachea, mentre al di sopra c'è la faringe e la base della lingua. Nella laringe si trovano le corde vocali, per mezzo delle quali si produce il suono laringeo che, amplificato nelle cavità sovrastanti (faringe, bocca, cavità nasali), diventa voce.

**LEAD SHEET** Termine anglosassone che indica una parte musicale nella quale sono riportati solamente il testo e le note di un canto, e le indicazioni degli accordi per l'accompagnamento, senza quindi alcuna parte pianistica scritta per esteso.

**LEAD VOCALIST** Termine anglosassone che indica il cantante leader di un gruppo.

**LEGATO** È il contrario di "staccato". In genere, il canto classico è legato. Si devono eseguire le note una di seguito all'altra, senza stacchi. Il segno di legato è la legatura di frase.

**LEGATURA** Linea ad arco collocata sopra o sotto due o più note. Ve ne sono tre tipi:

- 1- La *legatura di valore* modifica la durata dei suoni: lega due o più note della stessa altezza (per esempio due Do). Si esegue una nota sola con valore somma.
- 2- La *legatura di frase* unisce più note: indica che i suoni devono essere eseguiti uno dopo l'altro, senza interruzioni, cioè facendo un *Legato*.
- 3- La *legatura di portamento* lega due note solamente: si devono eseguire "portando" una sull'altra, cioè trascinando un po' la voce o il suono. Il portamento è di buon gusto alcune volte, sia nella musica classica sia in quella leggera. Vi sono però cantanti che abusano dei portamenti, rendendo le loro esecuzioni stucchevoli.

**LEGGERO** Di solito si usa questo termine per le voci che hanno un timbro particolarmente chiaro, una voce in genere non di grande volume, e le note più belle all'estremo superiore della propria estensione. Di solito si impiegano per personaggi giovani o per i ruoli di carattere (la servetta un po' bisbetica, per esempio). Tipica è la voce del soprano leggero.

**LIRICO** Si parla di soprano o di tenore lirico, di solito, ma il termine può essere usato anche per altre voci. Questa denominazione si riferisce a una voce più leggera di quella classificata come drammatica. Il timbro di solito è pulito e molto ricco di armonici. Questo tipo di voce nell'opera è adatta a personaggi amorosi.

**MASCHERA (IN)** Sensazione soggettiva che prova il cantante lirico quando emette dei suoni corretti. La sensazione è la stessa per chi ascolta, infatti i suoni emessi con questa modalità sembrano uscire non dalla gola del cantante ma dalla sua testa o a volte non sembrano neppure localizzabili perché danno l'impressione di provenire dall'ambiente in cui il cantante si trova. Nella voce in maschera il suono dà la sensazione di vibrare all'interno della cavità nasale, più o meno sopra al palato duro. Questa sensazione si associa con un suono di facile emissione e molto ricco in armonici, pertanto facilmente udibile anche in ambienti ampi e in presenza di un'orchestra. Lo studio della tecnica vocale per ottenere la sonorità e il canto in maschera richiede un tempo variabile, strettamente individuale, di applicazione e di impegno sia da parte dell'allievo sia del maestro. Nella musica non lirica non è indispensabile avere la voce in maschera, anzi è controindicato assolutamente per motivi stilistici in molti tipi di canto, si pensi per esempio al rock o al jazz. Tuttavia lo studio della sonorità in maschera si rivela molto salutare e formativo per qualsiasi voce, anche quelle che non eseguiranno mai repertori con voce impostata, perché ne migliora le qualità naturali e rende la voce più duttile, pertanto è raccomandabile esercitarsi in questa modalità di canto, ovviamente sotto la guida di un maestro esperto.

**MASSETERE** È il principale muscolo che solleva la mandibola, quindi è un muscolo masticatore. Si può percepirne l'azione stringendo i denti con le palme delle mani appoggiate al viso,

un po' esternamente. Il cantante che fa fatica a rilassare la mandibola e quindi apre poco la bocca può allenarsi a rilassare questo muscolo, controllandolo manualmente.

**MESSA DI VOCE** È l'abilità di eseguire una nota lunga con delle variazioni di volume: comunemente si comincia piano, si cresce gradualmente fino al forte, poi si smorza per finire di nuovo sul piano. Si può cominciare anche forte, poi si va al piano e si ritorna al forte. Altre varianti sono cominciare la nota piano e finire forte, o cominciare forte e smorzare fino al piano. L'arte di diminuire il volume di una nota si dice anche "filare i suoni".

**MEZZA VOCE** Si riferisce al volume usato per cantare. Si può cantare a mezza voce a fini espressivi oppure per risparmiare energie durante le prove, in particolare se si ha la voce stanca. Non è detto che quest'ultimo sia un modo salutare di cantare, perché la mezza voce può essere più faticosa del canto "in voce", se non si sa gestire il fiato con sicurezza, perciò questo modo di cantare non si dovrebbe usare frequentemente, se non per scopi espressivi.

**MEZZOSOPRANO** La voce media femminile, l'equivalente femminile del baritono. La sua estensione classica va dal La<sup>2</sup> al La<sup>4</sup>.

**MISURA** Sinonimo di battuta.

**MOVIMENTI COSTALI** I movimenti costali sono importanti per capire la corretta respirazione per il canto. Le costole, per le loro connessioni in avanti con lo sterno e in dietro con la colonna vertebrale, possono muoversi in due modi. Il primo è quello che fa sollevare le costole verso avanti, con spostamento in su anche dello sterno. Un persona che inspira in questo modo diventa più "grossa" a livello del torace, se guardata di profilo. Il secondo tipo di movimento costale fa allargare il torace lateralmente, perciò la gabbia toracica di una persona vista di fronte diventa più larga lateralmente, da entrambi i lati. Nel canto sono importanti entrambi questi movimenti costali.

**MOVIMENTO** 1 – Velocità di un'esecuzione musicale. 2 – Ciascuna delle parti o sezioni, caratterizzate da un tempo diverso,

che costituiscono una composizione sinfonica (sinfonia, concerto...) o da camera (sonata, quartetto...).

**NODULI VOCALI** Si tratta di formazioni che nulla hanno che vedere con i tumori. Sono un inspessimento della corda vocale, che si produce al confine tra il terzo anteriore e il terzo medio della corda (nel punto cioè dove c'è maggior movimento cordale e, se la corda è usata male, si creano delle ondulazioni irregolari del suo margine, con urti e sfregamenti). Possono essere unilaterali o interessare ambedue le corde vocali. Hanno una certa somiglianza con i calli. Sono il prodotto di abuso e maluso vocale. Un cantante con i noduli non è più in grado di eseguire il suo repertorio, perché la voce si fa roca, meno estesa, con "buchi", fatica vocale, aria nella voce, dolori e fastidi al collo, eccetera. Occorre subito prendere provvedimenti e rivedere tutto il proprio modo di usare la voce e di cantare, insomma la propria tecnica vocale, non senza aver prima consultato un medico specialista della voce, che valuti per mezzo di una visita cosa si può fare per risolvere la situazione. I noduli si risolvono se si riprende a usare la voce correttamente. In caso contrario si ingrandiscono sempre più finché non si possono eliminare se non chirurgicamente.

**PASSAGGIO DI REGISTRO** È quello che avviene tra i registri della voce, tra il registro di petto e quello misto, e tra il registro misto e quello di testa. È un punto delicato nella voce non addestrata tecnicamente, perché cantando delle note in scala si sente un vero e proprio "gradino" tra i due registri consecutivi, con emissione faticosa, rotture della voce e perdita della qualità timbrica sulle note di passaggio. Il cantante esperto ha imparato a "coprire" il passaggio, cioè a non far sentire il cambio di registro.

**POSTURA** È la posizione che il corpo assume nello spazio. Per il cantante la postura più corretta è quella ben diritta, che ricerca la verticalità, senza essere rigidi.

**PRESSIONE SOTTOGLOTTICA** È la pressione che l'aria esercita sotto alle corde vocali quando sono addotte, cioè chiuse, quindi durante la fonazione.

**PROIEZIONE VOCALE** In generale è l'abilità di farsi sentire dall'uditorio. Il canto è una forma di voce proiettata. Proiettare la voce è ben diverso da urlare.

**RECITATIVO** Nella musica operistica, il recitativo è a metà strada tra il parlare e il cantare, pertanto ha un ritmo libero, modellato su quello irregolare del linguaggio parlato. Si usa nei momenti meno importanti della trama, quelli che servono a comprendere lo svolgersi degli avvenimenti ma non sono determinanti per capire i sentimenti dei personaggi, che sono riservati invece alle arie (V.).

**REGISTRO DI PETTO** Le note più gravi dell'estensione di una voce femminile sono in registro di petto. Nella vocalità classica, il soprano ha meno note in questo registro, mentre il mezzosoprano e il contralto (quest'ultima è la voce che ne ha di più) sono in grado di produrre più note. Gli uomini invece cantano in petto molte più note. Il basso praticamente canta in petto per tutta la sua estensione, a eccezione delle note all'estremo della regione acuta.

Nella musica leggera non ci sono queste differenziazioni così nette, perché il registro di petto è molto più usato dalle voci femminili, e poi si usa il belting (V.). Molte cantanti sono convinte di avere una voce grave solo perché sanno usare solamente il registro di petto. Una voce può essere compromessa dal canto in tessitura inappropriata e dall'uso forzato delle note gravi, cioè del registro di petto.

In questo registro le corde vocali sono più spesse rispetto a quello di testa.

**REPERTORIO** Tutti i brani che un cantante ha "pronti" e che può eseguire in pubblico.

**RESPIRO** Si segna con una virgola posta sopra al pentagramma. Il respiro è parte integrante della musica, e può avere anch'esso un grande valore espressivo. Il cantante deve saper respirare nei punti adatti di un brano, cioè per esempio mai all'interno di una parola ma sempre tra due. Il respiro dà anche il senso della conclusione di una frase musicale. Cosa diversa è la tecnica del respiro, che è un importante capitolo della tecnica vocale.

**RISONANZA** È il fenomeno che permette alla voce di essere udibile, grazie all'amplificazione che le danno le cavità del tratto vocale, composto dalla faringe, dalla bocca e dalle cavità nasali. Si tratta di un fenomeno naturale, studiato dai fisici del

suono. La voce con lo studio della tecnica vocale acquisisce risonanza e volume, perché il suo suono si arricchisce di armonici. I cantanti lirici infatti sono in grado di emettere dei suoni molto potenti ma senza fare alcuno sforzo, proprio perché sanno sfruttare le risonanze "in maschera" della loro voce.

**SCALDARE LA VOCE** È una serie di accorgimenti che servono a prepararsi per cantare. Essendo la laringe composta da muscoli, essi hanno necessità di un periodo di riscaldamento prima di essere messi in funzione "a pieno regime". Nessun atleta farebbe una gara con i muscoli freddi. Così è per il canto. Per alcuni minuti occorre trattare con dolcezza la propria voce per consentirle di trovare l'assetto ottimale per il canto anche più impegnativo vocalmente. Di solito si fanno dei vocalizzi, mentre c'è chi preferisce cantare un brano che sia comodo e facile per la sua voce. Occorre anche fare qualche esercizio di respirazione per trovare la postura e l'inspirazione più adatte al canto, senza tensioni e posizioni viziate.

**SEMITONO** È il più piccolo intervallo tra due note nel sistema musicale occidentale.

**SOPRANO** È la voce femminile più acuta, equivalente alla voce maschile di tenore. La sua estensione più "classica" è tra Do3 e Do5.

**SOSTEGNO (DI FIATO)** Uso efficiente da parte del cantante della sua tecnica del respiro, in modo da "sostenere" il canto.

**SPINTO** Un tipo di tenore o di soprano. Descrive un cantante con suono drammatico, scuro, di solito con voce potente.

**STERNO** È l'osso che si trova in posizione centrale nella gabbia toracica, sul davanti. Con esso si articolano le prime sette costole (coste vere) in modo diretto, mentre altre tre (coste "falso") vi si collegano con l'interposizione delle cartilagini costali. Nella parte superiore dello sterno si articolano le clavicole.

**TECNICA DEL RESPIRO** È l'insieme degli accorgimenti che il cantante deve saper padroneggiare per cantare correttamente. Si parla di tecnica del respiro perché è necessario guidare con la volontà i movimenti respiratori, a differenza di quanto av-

viene nella respirazione fatta a scopi vitali, che si realizza in modo automatico e involontario, tant'è che si continua a respirare anche nel sonno, per esempio.

**STACCATO** È l'opposto di legato. Si segnala con un puntino sopra o sotto la nota. Ogni nota va separata dalle altre. In genere se ne dimezza il valore.

**TENORE** La voce maschile più acuta, equivalente del soprano. La sua estensione tradizionale va da Do2 a Do4.

**TESSITURA** Può trovarsi questo termine come sinonimo di estensione (V.). Più comunemente indica la serie di note che appaiono più frequentemente in un brano. Per esempio una composizione può essere molto estesa (perché ha un numero elevato di note, dal grave all'acuto) ma avere una tessitura acuta (perché insiste particolarmente sulle note più acute).

**TRASPORTARE** Cambiare di tonalità un brano, portandolo più in acuto oppure a una tonalità più grave.

**TRATTO VOCALE** È la cassa di risonanza dello strumento-voce. Si tratta delle cavità che si trovano al di sopra delle corde vocali, cioè la faringe, la bocca e le cavità nasali. La faringe e la bocca possono essere modificate nella forma e/o nelle dimensioni. Il tratto vocale si allunga quando si canta a laringe abbassata. Si allunga anche quando si pronunciano le parole con le labbra sporte in avanti. Quando il tratto vocale si allunga il timbro della voce si scurisce e, viceversa, con la laringe alzata il timbro della voce si schiarisce.

**TRILLO** Si usa nella musica classica. Fa parte degli abbellimenti musicali, cioè di quelle note che vengono aggiunte alla composizione per arricchirla. Trillare significa alternare molto, molto velocemente due note, più comunemente distanti una dall'altra di un semitono, qualche volta di un tono.

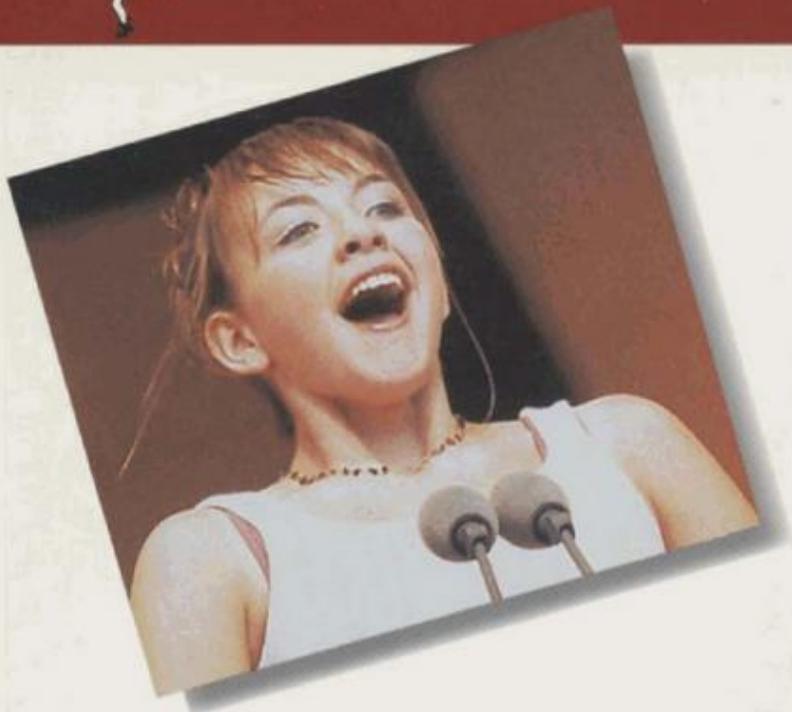
**VIBRATO** È l'oscillazione che si produce nell'intonazione della voce, che varia lievemente e ritmicamente, spostandosi un po' sopra e un po' sotto la nota esatta. Il vibrato è un fenomeno naturale che nella musica classica viene considerato positivamente quando abbellisce e arricchisce la sonorità di una voce.

Vi sono tipi di vibrato che invece sono segno di voce stanca e di tecnica vocale inappropriata. Nella musica leggera in genere il vibrato è giudicato abbastanza negativamente. Dipende anche in questo caso dal tipo di repertorio che si vuole affrontare. Le canzoni melodiche e le più classiche si possono eseguire con il vibrato. Alcuni cantanti producono il vibrato in modo naturale, mentre altri lo devono imparare. Alcuni cantanti e alcuni maestri di canto considerano il vibrato negativamente e anzi lo ritengono addirittura dannoso. Il vibrato emesso correttamente rende la voce più interessante e non è per niente dannoso. I cantanti migliori sono in grado di controllare pienamente il loro vibrato e lo usano a loro discrezione, per accentuare certe parole o certe frasi per renderne meglio l'effetto drammatico o emozionale.

**VOCE DI PETTO** Sinonimo di registro di petto (V.).



PICCOLA BIBLIOTECA DELLE ARTI



DANIELA BATTAGLIA DAMIANI

# MANUALE DI CANTO

La tecnica, la pratica, la postura

GREMESE EDITORE

Se è vero che di talenti canori in circolazione ce ne sono molti, è pur vero che il "fai da te" raramente porta a buoni risultati. Perché allora non munirsi di un buon manuale di base per apprendere le regole fondamentali della tecnica vocale? In questo volume l'autrice di *Fare il cantante - Come superare le audizioni canore* (pubblicato in questa stessa collana) impartisce tutti gli insegnamenti essenziali per impostare correttamente la voce, rispondendo alle domande e ai dubbi che assillano ogni principiante: quale postura va assunta? Come si deve respirare? Come è possibile agire in modo volontario sulle corde vocali e come si fa per controllare le cavità di risonanza? In che modo gli stati d'animo possono influire sul canto? Come si devono pronunciare le parole? Come si fa a non sforzare la voce? In un linguaggio comunicativo e sempre chiarissimo, servendosi di illustrazioni esplicative, l'Autrice indica inoltre come raggiungere buone capacità tecniche ed espressive, accompagnando alla trattazione suggerimenti, consigli ed esempi concreti derivati dalla sua vastissima esperienza professionale.

*Daniela Battaglia Damiani è medico specialista in Foniatria e diplomata in Canto al conservatorio di Padova. Da anni si occupa, tra l'altro, di riabilitazione vocale e di impostazione della voce. Dopo alcune esperienze in strutture ospedaliere come foniatra, oggi lavora privatamente, curando anche la preparazione di cantanti e attori. Ha fondato e diretto per sei anni il coro Alphabet di Padova e ha insegnato in scuole di teatro e al TAM-Teatro Musica di Padova.*

ISBN 88-8440-303-0



9 788884 403032