



## **NOTIZIE DI RILIEVO:**

**Il coro Concentus  
Vocalis ha inizia-  
to lo studio del  
Te Deum di  
M. Charpentier:  
si accettano  
nuove voci per il  
nostro Coro!**

### **SOMMARIO:**

<b>Editoriale del Presidente del C.V.</b>	<b>1</b>
<b>Incontri Culturali 2012: "la Musica ha bisogno di forme?"</b>	<b>2</b>
<b>Il pianoforte dell'anima</b>	<b>3</b>
<b>L'importanza del respiro nel canto</b>	<b>5</b>
<b>La musica ed il mondo verde</b>	<b>6</b>
<b>rubriche</b>	<b>7</b>

# *Voci dal Coro*

**BOLLETTINO DI INFORMAZIONE DELLA ASS. MUSICALE CONCENTUS**

**N.16 - GIUGNO 2012**

## ***VOCI DAL CORO TORNA A FARSI SENTIRE....***

*"Voci dal Coro"* torna a farsi sentire. Il bollettino della nostra Associazione, nato nel Novembre 2005 col numero "0", riprende la sua pubblicazione con questo numero: il Sedicesimo e il primo di una nuova serie. Intende farlo con voce più forte e più intonata e con l'ambizione di diventare non solo il bollettino ma il "mensile" del *Concentus Vocalis*. Perché questa ambizione? Perché ora pensa di avere più cose da dire e da proporre, nuove forze anche più fresche da mettere in campo, nuove idee da proporre grazie al contributo di tutti coloro, soci e amici, che amano e condividono la nostra avventura musicale e sociale.

Ma a cosa può servire questa pubblicazione? Non posso che parafrasare quanto chiaramente scritto nei n° "0" dal nostro Direttore Responsabile: serve a scambiare idee e informazioni, a dare a tutti notizie complete sulla nostra attività musicale con programmi, nozioni e approfondimenti sulle composizioni che eseguiamo e studiamo e sui loro autori, a raccogliere tutte le informazioni e le cronache sul nostro mondo e su quello che circonda la fervente vita del canto amatoriale. Ma sopra ogni altra cosa una buona redazione di *"Voci dal Coro"* può dare un importante contributo a cementare e tener viva in tutti noi la passione che ci accomuna: la musica. Una passione ben positiva che ci dà gioia, che influenza beneficamente la nostra vita quotidiana e che è diventata una parte importante della nostra essere. A proposito di notizie, anche se non è recente e molti già la conoscono, va ricordato che come dalla testa di Giove onnipotente nacque l'intellettuale Minerva, così dalle fervide menti del *Concentus Vocalis* ha avuto origine l'ensemble *"Ars Vocalis"*, un complesso vocale che sotto la guida di Federico Fioretti, nostro Direttore Musicale, esegue bella ed interessante musica rinascimentale e barocca esclusivamente a cappella. Un nuovo contributo prestigioso alla vita della nostra Associazione.

*"Voci dal Coro"* si è ora data una vera e propria struttura redazionale gerarchica con Direttore Responsabile Corrado Fioretti, Capo Redattore Mariana Capotondi, e redazione, grafico, giornalisti interni ed esterni tali da permettere al nostro mensile una attività più razionale ed organica.

La sua vita però sarà veramente più completa se avrà il contributo in articoli, idee, suggerimenti ed anche critiche costruttive da tutti coloro che, soci, amici e simpatizzanti, vorranno partecipare dando un graditissimo aiuto. Il suo futuro dipende da tutti noi.

Al rinnovato nostro mensile va l'augurio di interessare, piacere e coinvolgere i suoi lettori.

Arrigo Rigoni

presidente Ass. Mus. Concentus Vocalis

## INCONTRI CULTURALI 2012 della A.R.C.L.

### “La Musica ha bisogno di forme?”

Conferenza del M° Piero Caraba organizzata dalla ARCL

*Per* estraniarci da una realtà sempre colma di quotidiane preoccupazioni, accentuate, in questo periodo, da un condimento poco digeribile di balzelli e scadenze, ci dobbiamo alimentare di cultura. E allora, quale migliore occasione per gli amanti della musica di presenziare agli incontri musicali promossi dall'Associazione Regionale Cori del Lazio ed ospitati nella prestigiosa cornice della sede della FUIS?

Non è passato molto tempo dal 6 maggio, giorno in cui ho avuto l'opportunità di ascoltare il maestro Piero Caraba, musicista e docente di Forma Musicale al Conservatorio di Perugia, relatore attento ed virtuoso della musica, un professionista che espone la propria materia in modo semplice, citando tutti quei controsensi che potrebbero confermare o contraddire la sua necessità: "La Musica ha bisogno di forme?"

In genere le composizioni musicali sono costruite seguendo una forma prestabilita. La forma non è altro che la struttura con la quale si formano le frasi ed i periodi all'interno di un brano musicale. Esistono molti tipi di forme musicali: alcuni sono regolati da schemi rigidi e precisi, altri sono più liberi e "flessibili" e offrono maggiore spazio alla fantasia del compositore. Non sempre, però, la maestria nella forma coincide con la maestria nella composizione. Possiamo incontrare compositori bravissimi nella forma ed accorgerci che i loro brani non sono tra i più graditi, così come esistono brani in cui l'abilità dell'esecutore travalica i limiti della forma, elevando al massimo gradimento colui che ascolta. A tal proposito viene citato un interessante *saggio* di Massimo Mila, pubblicato da Einaudi nella PBE in una raccolta dal Titolo "L'esperienza musicale e l'estetica", dove l'autore incrociava composizioni buone e meno buone con esecuzioni di interpreti buoni e meno buoni; la conclusione era che il brano buono era bello anche se suonato non troppo bene, mentre il brutto, restava brutto.

Ma è solo merito-demerito della forma? Si rincorre ovviamente il paradosso; la risposta non

è facile ma se si riesce a fornirne una, la si deve formulare passando proprio attraverso le incongruenze che la storia della musica ci fornisce. Certo, i grandi come Bach e Beethoven, eccelsi cultori della forma, non hanno mai tradito la grandezza delle loro composizioni, ma su altri la discussione è aperta. Vengono citati anche autori contemporanei, quelli maggiormente in voga, su cui non viene espresso un chiaro giudizio ma le mezze parole la dicono lunga sull'impressione che i loro "scritti" non riscuotano grande stima nella forma. La mia modestissima cultura non mi consente di oppormi al giudizio degli esperti, posso però chiedermi: "Quando si riescono a ben legare, uno dopo l'altro, accordi che lasciano godere colui che ascolta, la forma è davvero così importante?"

Ascoltiamo alcuni brani su cui viene richiesto un giudizio che noi formuliamo cogliendone il retrogusto, ovvero l'elemento su cui il relatore voleva porre l'attenzione.

In sala ci sono circa venticinque ospiti, alcuni dei quali, direttori di coro. Sono persone che dimostrano di conoscere e amare la materia e giocano, con la loro sapienza, ad aumentare, insieme al relatore, il dubbio: la Musica ha bisogno di forme? Ovviamente il maestro Caraba, musicista, direttore di coro, docente e anche autore di un libro sull'importanza della forma musicale, non può che credere nella sua assoluta imprescindibilità.

Tutto finisce ed anche questa breve chiacchierata giunge al termine lasciandomi però pienamente soddisfatto di aver partecipato. Un grazie sentito anche "al tessitore del dialogo", Alvaro Vatri, un moderatore perfettamente a suo agio in questo ruolo, bravo nel tenere sempre desta l'attenzione.

Dulcis in fundo, è proprio il caso di dirlo, chiosa finale a base di malvasia e tozzetti toscani, per concludere nel migliore dei modi un piacevole pomeriggio di cultura musicale. ■

Achille Astori

## Il pianoforte dell'anima

«Dal momento in cui aveva sentito l'attacco dell'orchestra, le si era subito affacciata alla mente, in modo automatico, una serie di informazioni. Come se dalla finestra aperta fosse entrato uno stormo d'uccelli. Tuttavia, quella musica le provocò anche una strana sensazione, simile a una torsione. Nessun dolore o altri sintomi spiacevoli. Ma era come se la sua struttura fisica fosse stata sottoposta a una manipolazione piuttosto invasiva. Aomame era sconcertata. "Possibile che questa *Sinfonietta* provochi in me una reazione così assurda?", pensò. Nel taxi bloccato sulla tangenziale di Tokio, la protagonista del *best seller* di Murakami Haruki ascolta un'opera di Janáček e ne viene sconvolta:



è l'ingresso in *1Q84*, l'universo parallelo dell'anno 1984. La musica è la porta che la introduce dentro una dimensione alternativa, dove la realtà e l'immaginazione si specchiano e si rincorrono, in un caleidoscopio di significati.

Quello che sentiamo della vita, scriveva Proust, non può essere ricreato sotto forma di idee con letteratura: «sembra che i suoni prendano l'inflessione dell'essere e riproducano quella punta interiore ed estrema delle sensazioni».

Eppure, come scrive Oliver Sacks, la musica non ha concetti, non formula proposizioni, non ha alcun potere di rappresentazione del mondo reale; nello stesso tempo, occupa un posto fondamentale nella vita delle persone, il suo potere emozionale le conferisce un potenziale terapeutico per pazienti affetti da gravi patologie, e le è riconosciuta una valenza pedagogica al pari della lettura e della scrittura.

Dietro la musica c'è tutto un mondo, scriveva Thomas Mann, che esprime sentimenti e significati profondi.

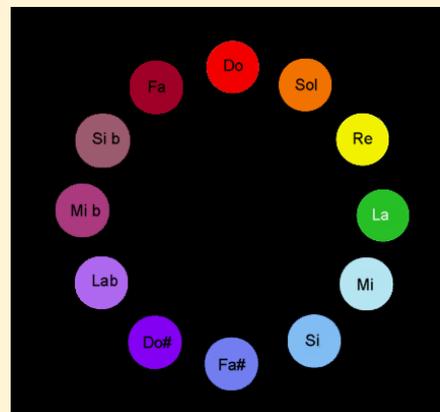
La neuroscienza ha cercato di spiegare la musica come fenomeno fisiologico ed emozionale. Una decina di reti neurali verrebbero coinvolte nell'attività di percezione e produzione di attività musicali; non si tratta solo delle funzioni decodificazione dei suoni esterni: è qualcosa di più complicato, che avviene direttamente nella nostra testa e interagisce con le altre facoltà sensoriali.

Quando una melodia riecheggia nella mente, non si fa solo un esercizio di memoria: è come se le note venissero suonate da uno strumento che abbiamo dentro e che aziona facoltà immaginative, assembla colori, categorizza emozioni e ricordi, contamina attività sensoriali diverse rendendole convi-

venti, in un effetto di sinestesia. Sembra provato che i musicisti di professione possiedano facoltà di immaginazione musicale, e siano in grado di comporre musica nella propria mente, senza ricorrere all'aiuto di uno strumento. L'esempio più sorprendente è quello di Beethoven che continuò a comporre per anni dopo essere diventato completamente sordo, scrivendo le sue opere più famose proprio in questo periodo. Le sue facoltà di immaginazione musicale si sarebbero, paradossalmente, intensificate proprio a causa della sordità: il cervello aveva colmato il deficit sensoriale sviluppando una ipersensibilità della corteccia uditiva e facendo ricorso a forme di pensiero musicale astratte e virtuali.

Le ricerche scientifiche, svolte attraverso l'uso di "tecniche di neuroimmagine funzionale" hanno dimostrato che molte persone vedono dei colori in risposta alla stimolazione musicale: il suono provocherebbe un'attivazione delle aree cerebrali coinvolte nell'elaborazione del colore e delle immagini, e a volte persino sensazioni gustative, olfattive e tattili. Gli esperimenti si sono spinti fino a produrre schemi di corrispondenza tra la scala musicale e i colori, o tra le note e le sensazioni gustative.

Già Isaac Newton aveva sostenuto che vi fosse una corrispondenza tra lo spettro dei colori e le note musicali. Il tentativo di correlare musica e colori è stato da allora variamente teorizzato e sperimentato. Già a partire dal '700, quando si cercò di costruire i primi strumenti musicali che integravano la produzione di suoni e colori, organi e clavicembali che azionavano luci e vetri colorati in corrispondenza dell'uso dei tasti e dei pedali.



All'inizio del Novecento, il musicista russo Aleksandr Skrjabin compose il poema sinfonico "Prometeo": la partitura associava suoni a immagini

## Il pianoforte dell'anima (segue)

luminose, che dovevano suscitare impressioni sensoriali e immagini mentali. Skrjabin condusse studi di filosofia sull'arte totale, intesa come fusione di tutte le tecniche espressive, e tentò di realizzare una tastiera che combinava le note ai colori; predispose uno schema che metteva in relazione note, colori e stati dell'anima: il LAB corrispondeva a lilla e al movimento dello spirito nella materia, il MI all'azzurro e ai sogni, il RE al giallo e alla gioia, il SI al blu perla e allo stato di meditazione.

Secondo il pittore Wassily Kandinsky, invece, il giallo corrispondeva alle note basse del pianoforte e la voce di soprano alla «lacca di garanza scura»; il blu a un violoncello o, nella sua dimensione più scura, al suono meraviglioso di un contrabbasso; quando il blu precipitava nel nero, assumeva il suono triste e solenne di un organo. Kandinsky concepiva l'arte pittorica come una composizione sinfonica, che aveva un ritmo e una melodia, e dove le forme e i colori venivano creati come fossero suoni; riconosceva alla musica una qualità superiore, rispetto alle altre forme d'arte: perché anziché imitare i fenomeni naturali e descrivere la natura, esprime la vita psichica attraverso un atto creativo puro. Era, perciò, l'esempio più alto dell'arte astratta. Il suono musicale, scriveva, giunge direttamente all'anima: «Il colore è il tasto. L'occhio è il martelletto. L'anima è un pianoforte con molte corde».

Negli anni cinquanta, il neurologo Wilder Penfield condusse un esperimento con alcuni pazienti epilettici: i soggetti, sottoposti a blanda stimolazione elettrica dei lobi temporali, percepivano allucinazioni musicali, musiche e canzoni, in genere ricordi vividi e precisi risalenti a tempi lontani, accompagnati dalle stesse sensazioni che avevano accompagnato l'esperienza originaria. Questi pazienti sperimentavano il «raddoppio della coscienza», venivano travolti da una emozione nostalgica, rivivendo come in un film proiettato nel cervello esperienze già vissute: provavano un senso di felicità e di stabilità psicologica che li induceva a rifiutare l'assunzione dei farmaci anticonvulsivi, nel timore di rinunciare agli effetti della reminiscenza.

Queste esperienze proverebbero la natura melodica e scenica della vita interiore, la natura «proustiana» della memoria e della mente, che la reminiscenza musicale ha la capacità di sollecitare e interpretare, sollecitando nel profondo l'attività emozionale.

Nel 1983, il neurologo Dajue Wang svelò sul *New York Times* il segreto di Dmitrij Šostakovič. Il musicista russo, aveva un frammento mobile di granata nel cervello. Ogni volta che piegava la testa da un lato, la mente si riempiva di melodie che utilizzava nella sua attività compositiva. Per questa ragione non voleva intervenire per rimuovere il frammento metallico dalla testa.

Insomma, la musica è qualcosa che sta dentro di noi e il cervello ha un sistema di funzionalità musicali che sono più o meno sviluppate nei singoli individui. Pare che il cervello, in risposta a specifici danni neurologici, sia in grado di compensare i deficit sensoriali ricorrendo alle capacità musicali e in genere alle funzionalità artistiche. Quando viene meno l'emisfero sinistro, il cervello potenzia il corpo calloso e chiama in causa l'emisfero destro, il «cervello poeta»: quella parte di noi che è maggiormente sviluppata nei primi anni di vita, e che poi viene compensata dallo sviluppo delle capacità logico razionali del lato sinistro. Si assiste allora al miracolo di persone colpite da gravi patologie neurologiche che, seppure incapaci di svolgere le più elementari funzionalità fisiologiche e mnemoniche, imparano improvvisamente a suonare, o riproducono perfettamente una musica appresa in un'infanzia lontana e depositata in qualche angolo di memoria: e grazie alla musica riescono a ritrovare sé stessi, a sentirsi vivi e felici.

Wilhelm von Lenz, biografo di Beethoven, musicista e amico dei più grandi pianisti dell'ottocento, scrisse di Listz: «Non ha senso neppure aspettarsi che Listz si eserciti con scale e altri esercizi per le dita, com'è in uso nelle scuole! Forse che un'aquila si esercita a volare? Egli alza gli occhi, guarda nel sole, apre le ali e vola nel fuoco. Così fa Listz».

«Noi esseri umani», scrive Oliver Sacks, «siamo creature musicali, non meno che linguistiche». E la musica è *«il luogo dove tutti noi siamo quelli che siamo»*. ■

Antonio Deriu

### RIFERIMENTI

- Murakami Haruki, *1Q84*, Torino, Einaudi, 2011.  
 O. Sacks, *Musicofilia*, Adelphi, Milano, 2010.  
 O. Sacks, *L'uomo che scambiò la moglie per il cappello*, Adelphi, Milano, 1986.  
 W. Kandinsky, *Lo spirituale nell'arte*, SE, Milano, 2005.

## L'importanza del respiro nel canto: come respirare

**La** respirazione è il più grande atto vitale che compiamo istintivamente. Vivere è respirare e respirare è vivere. E' infatti possibile vivere per settimane senza mangiare, per alcuni giorni senza bere, non è possibile invece vivere senza respirare. L'aria che si respira scende nella gola, si fa spazio nei polmoni e poi scorre nelle vene vivificando tutto il corpo. Il respiro è in certa misura lo specchio della nostra personalità ed il suo ritmo differisce continuamente a seconda del nostro stato d'animo.

E' importante imparare a respirare correttamente per influire positivamente sullo stato mentale e fisico ed è di fondamentale importanza per chi vuole apprendere la tecnica del buon canto. Nel canto la nostra voce può essere considerata uno strumento che durante l'espiazione produce il suono entrando in vibrazione con le corde vocali. Una espiazione istintiva non è sufficiente a produrre un suono corretto ma con l'impiego di una tecnica adeguata, che sia in grado di sviluppare il controllo del respiro e la giusta emissione dell'aria, si può ottenere una riuscita esecuzione canora. La respirazione diaframmatica è la base su cui gettare le fondamenta del buon utilizzo della voce per cantare. E' il metodo più efficace per respirare correttamente usando in modo naturale il diaframma e per sviluppare una crescente consapevolezza del processo respiratorio.

### *Respirazione diaframmatica*

Per poter prendere consapevolezza del respiro si può assumere la posizione supina con le gambe piegate, nella quale è più facile rilassare la muscolatura addominale.

Occorre rilassare bene la schiena e la colonna vertebrale; se necessario, mettere uno spessore sotto alle gambe all'altezza del cavo popliteo per permettere la distensione della zona lombare, qualora la sua curvatura fosse troppo accentuata.

Chiudere gli occhi e portare l'attenzione al corpo e al respiro. Ascoltare il respiro naturale e osservare in quale zona lo si percepisce, qual è la sua ampiezza, quale il suo ritmo. Lasciare per un po' scorrere il respiro, semplicemente osservandolo, senza modificarlo. Percepire l'aria fresca che entra nelle narici, scendere nei polmoni, gonfiare l'addome e



poi, più calda e più lenta, risalire fino alle narici.

Appoggiare ora una mano sull'addome e l'altra sul torace. Senza forzare, cominciare a guidare dolcemente il respiro, ponendo particolare attenzione alla fase dell'espiazione in modo da renderla lenta e completa e lasciare l'inspiro naturale e spontaneo.

Durante le espiazioni profonde cercare di svuotare completamente i polmoni in modo da sentire che tutta l'aria sia uscita.

Si sentirà anche che l'addome rientra. Alla fine dell'espiazione aspettare qualche istante fino a quando si sente il bisogno di inspirare: quando inizia l'inspirazione si sentirà l'addome che si espande in modo naturale, spinto dal diaframma che si abbassa.

Lasciare il torace fermo immobile, la schiena rilassata e **centrare sempre meglio il movimento respiratorio nell'addome**. Proseguire così lentamente, ascoltando e favorendo il respiro che si farà sempre più ampio e profondo, trovando un ritmo lento e dolce.

Con questi pochi suggerimenti vi accorgete che tutto il vostro fisico ne trarrà beneficio e, cosa di non poco conto per chi è dedito alla pratica corale, riuscirete a cantare con meno fatica e maggiore soddisfazione. ■

*Emilia Porcari*

## LA MUSICA E IL MONDO VERDE

*Ognuno* di noi, ogni giorno, viene a contatto con una pianta, un albero o un piccolo vaso di fiori. Per molti di noi sono sì creature viventi, ma semplici e che non sono in grado di comunicare. Eppure, nonostante alcune siano eccezionalmente robuste ed altre tenere e fragilissime, tutte hanno una straordinaria sensibilità nascosta, che è stata rivelata anche attraverso la musica.

Già i popoli dell'India, anticamente, sostenevano che era possibile stimolare la crescita delle piante con i suoni e, incuriosito da tali leggende, il prof. T.C. Singh, studioso di storia antica e di filosofia dell'India, iniziò a fare alcuni esperimenti su diversi tipi di piante, con vibrazioni o diapason, finché non usò il suono di un violino e notò che queste piante crescevano meglio e più di piante uguali lasciate crescere normalmente.

Dopo numerosi esperimenti effettuati scrupolosamente il Prof. Singh poté dire di aver "dimostrato senza ombra di dubbio che le onde sonore armoniche influenzano la crescita, la fioritura, la produzione di frutti e di semi delle piante".

La sensibilità delle piante però, secondo alcuni esperimenti della Sig.ra Rettallak, le porta, nel caso in cui venga loro fatta sentire una nota unica, ripetuta per 8 ore consecutive, alla morte, mentre altre piante, innaffiate in ugual modo, ma sottoposte allo stesso suono ad intermittenza, erano rigogliose, ben più di un terzo gruppo lasciato in silenzio.



Inoltre venne sperimentato di tenere due piante di melone in due ambienti separati, facendo ascoltare alla prima musica rock da una stazione radio che ne trasmetteva in continuo e, alla seconda, musica classica (Haydn, Beethoven, Brahms, Shu-

bert e altri di musica europea del XVIII e XIX secolo), sempre da un'emittente radio. Ebbene la prima crebbe in direzione opposta alla fonte di musica rock e cercò di arrampicarsi lungo le pareti scivolose di vetro del contenitore, mentre la seconda crebbe rigogliosa verso la fonte della musica, avviluppandosi addirittura all'apparecchio radio.

Questi sono solo alcuni piccoli cenni della mole di studi effettuati sull'argomento, ma la dice lunga su come dobbiamo considerare anche il mondo vegetale e su come dobbiamo trattarci da un punto di vista musicale, cosa che il *Concentus Vocalis* indubbiamente sta facendo. ■

*Alessandra Vittorini*

### RIFERIMENTI

*"La vita segreta delle piante"* di Christopher Bird e Peter Tompkins

## Il corso Base di Musica

A marzo scorso è terminato il Corso Base di Musica, organizzato Ass. Mus. Conventus Vocalis e iniziato a Gennaio sotto la guida dei docenti Federico Fioretti e la scrivente.

Gli obbiettivi del corso, dedicato a coloro che desideravano apprendere le basi della teoria e della pratica corale, sono stati pienamente raggiunti.

Gli "allievi", che hanno seguito con interesse ed entusiasmo gli incontri, si sono potuti così avvicinare per la prima volta al mondo della musica, e alcuni di loro hanno poi deciso di proseguire il loro percorso di studio entrando nel Coro del C.V.

Al termine del corso sono stati consegnati degli attestati di frequenza a tutti i partecipanti.

Visto il successo incontrato è intenzione dei docenti proporlo nuovamente per l'anno prossimo. ■

Marianna Capotondi

## Appuntamenti e ricorrenze

Sabato 2 giugno ore 21

Presso la Basilica di S. Giovanni a Porta Latina, il Coro Ottava Nota diretto dal m° Fabio De Angelis eseguirà la "Petite Messe Solennelle" di G. Rossini

Sabato 9 giugno ore 11

Presso la Cattedrale di Sabaudia la nostra soprano Francesca convolerà felicemente a nozze con Carmine.

*Tantissimi auguri da parte di tutti gli amici del Conventus Vocalis.*

Lunedì 18 giugno ore 20

Presso Chiesa di Sant'Apollinare di Roma si terrà il concerto "I Vespri della Beata Vergine". Musiche di P. Paolo Bencini, con la partecipazione di otto cori, solisti e strumenti d'epoca. Dirige il m° Remo Guerrini

"Voci dal Coro" è un periodico di informazione del mondo musicale a diffusione interna della Ass. Musicale Conventus Vocalis - Roma.

Direttore Responsabile Corrado Fioretti  
Redattore Capo Marianna Capotondi  
hanno collaborato con articoli alla presente edizione:

Arrigo Rigoni  
Achille Astori  
Alessandra Vittorini  
Antonio Deriu  
Emilia Porcari  
Marianna Capotondi

**Collaborate alla redazione del nostro Bollettino con articoli, rubriche, cronache, aneddoti, altro !**

**"Voci dal Coro" è il periodico dell'Ass. Musicale Conventus Vocalis**

**e-mail:** [posta@conventusvocalis.it](mailto:posta@conventusvocalis.it) - **visitate il nostro web:** [www.conventusvocalis.it](http://www.conventusvocalis.it)