

# Newsletter



Sampana Iraisana  
Antoko Mpihira

*Octobre 2021*

## Ma voix, mon instrument



Salut en Jésus-Christ aux choristes de l'AMF,

En ce temps de préparation de l'AG de l'AMF qui se tiendra les 09/10 Octobre 2021, il est toujours opportun de nous pencher sur les moyens, les outils dont nous disposons pour mener à bien la mission de la chorale l'AMF, à savoir glorifier en tout temps le Nom du Seigneur, sa grâce, son oeuvre, et porter partout la Bonne Bonne.

Or nous savons que la voix est un formidable instrument de communication : vers Dieu par nos prières et nos chants de louanges et d'allégresse; vers les hommes par la prédication via ces mêmes chants qui touchent les coeurs... D'où l'importance insigne d'entretenir avec constance ce don précieux de Dieu, afin de garder cette belle harmonie vocale aussi fascinante qu'un instrument de musique joué par un artiste. En produisant de beaux sons, la voix est en soi un instrument de musique; mais accompagnée par des musiciens, elle nous amène vers le sublime!

Notre voix, quel instrument de choix pour l'accomplissement de notre tâche de choristes. Entretenons, "cajolons"-la, pour la gloire de Dieu en Jésus-Christ.

Grâce et paix à la Chorale et à ses membres.

E.Charles Rakotondramanana  
Pasteur référent de la Chorale





## **Les règles du chant:**

Quelques mantras à se répéter régulièrement (à prendre pour des symboles bien sûr: depuis quand la vérité absolue existe-t-elle)

- **L'inspiration est une détente, l'expiration est un effort.** Ca, c'est une vérité absolue. Ah, donc, ça existe.
- **Le premier organe du chant, c'est l'oreille.** Entendez avec votre "oreille intérieure" le son que vous voulez produire. Puis faites confiance à votre corps pour produire ce son. Quand le son est produit, continuez de l'écouter. C'est la boucle "émission du son-écoute du son" qui permet un beau chant. Un chanteur qui ne s'entend pas avant de chanter part à l'aveugle. Un chanteur qui ne s'entend pas pendant son art chante à l'aveugle.
- **Le plus grand ennemi du chant est la gravité.** Ne subissez jamais la pesanteur, votre son serait fade et bas.
- **On chante les consonnes, pas les voyelles.** Cela dépend du style, certes. Rappelez-vous seulement que l'articulation (et donc la compréhension) vient des consonnes. Et on minimise trop souvent la consonne en ne s'occupant que de la belle résonance d'une voyelle. Or la consonne est ce qui vient lancer la voyelle: c'est comme l'assiette qui porte votre repas.
- **Le chant est un sport avant d'être un art.** Cette formule indique que vous ne pourrez faire de belles choses que si vous connaissez et mobilisez votre corps. Le chant et l'interprétation sont des performances qui sollicitent plus ou moins d'effort selon le répertoire et qui demandent un véritable investissement corporel.
- **Le secret du chant réside dans le gros orteil.** Si vous avez besoin d'énergie, si vous avez envie de "tendre" ou d'appuyer quelque chose, pensez à votre gros orteil. Serrez le sol comme un aigle enserre sa proie. Cette tension est suffisamment loin du reste de l'appareil phonatoire pour ne pas créer de tension vocale et elle vous aidera à chercher l'énergie dans le sol.
- **Faites de vos échauffements des œuvres d'art.** Ne considérez pas l'échauffement comme une corvée ou comme quelque chose qui se traite à légère. C'est au contraire le meilleur moment pour être à l'écoute de votre corps et de votre voix, pour être disponible à vous même et à votre son, pour tester, explorer, découvrir...

***Allez, on s'échauffe! Guide technique et pratique, Une collection dirigée par Samuel Sené et les ateliers MUSIDRAMA***



## **Le soutien vocal**

Quand un bébé vient au monde, il inspire de l'air pour la première fois, puis, s'il est en bonne santé, il se met à crier.

Les nouveau-nés peuvent crier souvent et longtemps sans se casser la voix. Si l'on observe le fonctionnement de ces cris, on constate qu'ils sont "soutenus", c'est à dire que le bébé, tout naturellement, contracte les muscles qui vont lui permettre de s'exprimer sans fatiguer sa voix: c'est ce que l'on appelle le "soutien", et la bonne nouvelle c'est qu'il s'agit d'une fonction naturelle qu'il suffit de retrouver si l'on a perdue.

Les cris du bébé sont son premier moyen d'expression. Grâce à eux, il tente de communiquer à son entourage son ressenti lié à un stress (faim, peur, inconfort, fatigue, etc.).

Il n'est pas toujours aisé de comprendre et de répondre à ses demandes. Le bébé va progressivement moduler ses cris suivant les réponses qu'il obtient ou pas. En grandissant, il va développer; avant la parole, les manières de donner de la voix qui, s'il n'est pas entendu, pourront le déconnecter du soutien musculaire naturel de celle-ci.

C'est sur les régions abdominales et diaphragmatique que l'on s'appuie pour soutenir notre voix. Si nous cherchons à lui donner de la puissance en "forçant" au niveau de la gorge, nous en ressentons vite les conséquences: inflammations des cordes vocales et extinction de voix.

*Le petit livre de la voix, Catherine Pierre Griotto*



## **La respiration: par le nez ou par la bouche?**

Quel est le meilleur moyen d'inspirer l'air? Par le nez, ou par la bouche? La respiration par le nez permet de réchauffer et d'humidifier l'air, ce qui est moins agressif pour les voies aériennes. La respiration par la bouche est donc en principe plus irritante pour la trachée et la gorge. C'est la théorie.

Dans la pratique, la respiration par le nez est plus lente et moins efficace car on inspire moins d'air que par la bouche. En utilisant la respiration par la bouche on a un meilleur rendement, surtout pour une activité vocale intense comme l'est le chant avec des phrases musicales souvent très longues.

*Le Chant pour les nuls, Pamela S. Phillips et Eleonore Jost*

Retrouvez nous sur



[AMF National - FPMA](#)



[amf\\_national](#)



[AMF National - FPMA](#)