

ELENA MODENA

---

LA VOCE  
CHE NOI  
SIAMO



CANTO, ASCOLTO, PRESENZA

gabrielli EDITORI



Elena Modena

LA VOCE  
CHE NOI  
SIAMO

Canto, Ascolto, Presenza



*Il Centro Studi Claviere ha concorso alla pubblicazione del volume  
per attinenza alle finalità statutarie.*



Centro Studi Claviere  
[www.centrostudiclaviere.it](http://www.centrostudiclaviere.it)

© Il Segno dei Gabrielli editori, 2024  
Via Cengia 67  
37029 San Pietro in Cariano (Verona)  
tel. 045 77255435  
[info@gabriellieditori.it](mailto:info@gabriellieditori.it)  
[www.gabriellieditori.it](http://www.gabriellieditori.it)

*Tutti i diritti riservati. Nessuna parte di questo libro può essere riprodotta con  
sistemi elettronici, meccanici o altro senza l'autorizzazione scritta dell'Editore.*

ISBN cartaceo 978-88-6099-582-7

*Progetto di copertina*  
Gabrielli editori

*Stampa*  
Grafiche VD (Città di Castello - PG), Giugno 2024

*A Ilario.  
Hai colto l'urgenza della mia ricerca  
assecondando ogni necessità  
di tempi, modi, spazi.*



## INDICE

PREMESSA	9
INTRODUZIONE	13
SPAZI DEL SUONO	15
1. <i>Esordire</i>	15
2. <i>Sciogliere</i>	18
3. <i>Vibrare</i>	22
4. <i>Aprirsi</i>	25
5. <i>Ascoltare</i>	28
6. <i>Immaginare</i>	31
7. <i>Improvvisare</i>	35
8. <i>Conoscere</i>	39
9. <i>Pensare</i>	42
10. <i>Stupirsi</i>	45
11. <i>Respirare</i>	49
12. <i>Giocare</i>	52
13. <i>Amare</i>	57
14. <i>Riemergere</i>	61
15. <i>Piangere</i>	64
16. <i>Vedere</i>	67
17. <i>Attendere</i>	71
18. <i>Sperimentare</i>	75
19. <i>Trasformare</i>	78

20. <i>Gioire</i>	83
21. <i>Cantare</i>	88
VIE DELLA VOCE	91
1. <i>Gratitudine reciproca</i>	91
2. <i>Corrispondenze in divenire</i>	99
3. <i>Nuovi sentieri di vita</i>	117
ESSERE IN PRESENZA	139
1. <i>Canto e ascolto</i>	139
2. <i>Suono e respiro</i>	143
EPILOGO	147
NOTA BIBLIOGRAFICA	151

## PREMESSA

Un libro aperto, uno scritto che libera voci: a considerare, palesarsi, raccontare il vissuto emotivo, voci illuminate dal ricevere per intuizione, gratificate dall'essere toccate fino all'uscirne trasformate. Una testimonianza di scambi di penna, segno di qualità relazionale: tale è il tempo dedicato all'incontro reciproco che rappresenta il sostare alla pagina, perché dicendo di Sé si coltiva anche il Noi.

Massima la gratitudine alle numerose presenze che danno vita a questa stesura, consentendo l'elaborazione di una forma discorsiva che affonda progressivamente nei diversi temi e porta in luce il soggetto della ricerca, in un intreccio fecondo. Intenzionale il progetto di stesura, che origina proprio dalle voci direttamente partecipate di questa attività.

Il loro esprimersi raccogliendo sensazioni e pensieri è stato perno imprescindibile del mio scrivere: sono le voci di Diego, Stefania, Vincenzo, Caterina e Matteo, Gosia, Fabio, Anna e Lucia, Maria, Elisa, Anna Chiara, Luciana e Costanza, e ancora Fabio, Angela, Antonella, Chiara, Radmila e Norma, Patricia, Veronika e Monica, Manuela, Cinzia, Francesco e Pietro, Angela, Antonella, Laura, Iolanda, Denise, cui si aggiungono coloro di cui si fa nome in alcuni passaggi: Paolo, Tamara, Vittoria e Rita.

Citare, su esplicito consenso, le loro considerazioni nate all'interno dei percorsi che abbiamo condiviso ha permesso di rileggere dinamiche e processi di reale ampiezza: la Voce che Noi siamo, appunto, la somma esponenziale dei suoni vocali di donne e uomini che hanno scelto di ascoltarsi e scoprirsi in quanto voci, divenendo più presenti a loro stessi.

Oltre ai passi scelti dalle loro lettere, materiale imprescindibile per la stesura di questo testo, altrettanto fundamenta-

li sono le citazioni d'autore a inizio paragrafo, volutamente a coppie, come in dialogo. In un solo caso si tratta di citazioni orali registrate in occasione del seminario *Scopri la tua Voce*, condotto da Olga Sz wajgier, assistente Gosia Luberda Malgorzada (Marcon, Venezia, 22-23 novembre 2014); tutti gli altri passi sono tratti da pubblicazioni a stampa.

Ogni coppia esprime una sintesi di contenuti e di intenzioni, talora configuratasi a posteriori altre volte schiettamente anticipatoria. Utilissima nel percorso di scrittura, ha consentito di tessere veri ponti tra dimensioni che, in allaccio, si potenziano l'un l'altra. Osservare e dedurre, porsi in ascolto e creare poeticamente, svolgere attività didattica e raccogliere dati da condividere come sapere provato: tutti aspetti che connotano la ricerca sul suono vocale, insieme alla necessità di una semantica che ne rifletta l'intrinseca complessità, in grado di oggettivarsi ai fini della sua intuizione e comprensione.

A seguire, infine, lo stile: volutamente scaturito dal dire in azione, dal narrare mani in pasta, interpreta la matrice linguistica *scire* nell'accezione di conoscenza declinata a beneficio della persona: conoscere se stessi, diventare consapevoli delle dinamiche relazionali che la voce innesca e coltiva per sé e con gli altri, e che il canto eleva ad esiti esponenziali.

Pertanto, il testo è generoso nel documentare, attingendo a una pratica che interroga e stimola mentre genera spunti, riflessioni e verifiche a ruota, coerente al metodo laboratoriale-sperimentale che ha orientato e orienta il lavoro d'insieme. Meditato e composto in più fasi, tessendo pur sempre la medesima trama, vi si respira l'anelito ad essere, nati per il suono, strumento-voce quali tutti siamo.

La mia viva riconoscenza è a coloro che hanno sapientemente compreso quanto fosse per me vitale intraprendere questa via, orfana, prima di incontrarli, del suono e della voce, pur già conseguiti diversi titoli accademici. Nutrita dalla loro guida sistematica e lungimirante, lasciata libe-

ra nel dialogo incondizionato tra mente, corpo, psiche, ho guarito e salvato me stessa, restituita al fluire della vita per trarne linfa e riversarla al di fuori di me: per affiancarmi, dunque, e accompagnare altri nel loro viaggio di ascolto, canto, presenza.

Ringrazio Maria Silvia Roveri, per avermi introdotta con scrupolosa competenza al metodo funzionale della voce; Gisela Rohmert, didatta di finissima sensibilità e visione analitica; Olga Szwajgier, geniale ironica sperimentatrice di potenzialità vocali le più ampie; Gosia Luberda Malgorzadka, acuta interlocutrice in merito ai più diversi temi relativi alla voce cantata; Michèle Demarque, per i momenti esperienziali condivisi in particolare sul tema suono, colore, frequenze; Katy De Nardi e le sue colleghe operatrici per il lavoro validato insieme in contesto di cura.

Ringrazio Maria Pertile, scrittrice musicalissima; fu colloquiando con lei sull'opportunità di dare una veste editoriale a questo scritto che emerse l'idea del titolo. Sono riconoscente a Francesca e a Giovanna, mie amate sorelle, per aver contribuito alla revisione del saggio con studiata attenzione.

Grazie a tutti i frequentanti, partecipi in vario grado all'attività, in maniera occasionale o con assidua continuità, convinti comunque del lavoro di ricerca e sinceramente disposti a contribuirvi mettendo vivacemente in gioco la qualità della loro presenza, perché tutti potessimo esserne stimolati e reciprocamente arricchiti.



## INTRODUZIONE

Molti di voi mi hanno scritto in questi giorni,  
mi dà gioia.

La vocalità è intrinseca all'oralità. Se la scrittura lascia indelebile traccia tramite simboli grafici codificati, la voce, al contrario, è estemporanea e fugace. Da una parte definire e permanere; dall'altra fluire, improvvisare. Dimensioni complementari l'una all'altra, espressioni entrambe dell'essere, lo colgono in momenti diversi tra lo stare e il divenire.

Voce, oralità e scrittura costituiscono insieme la materia prima di questo saggio, che documenta un ampio percorso intitolato alla ricerca vocale, per l'armonizzazione e il benessere psicofisico di quanti ne hanno sinora preso parte e ne potranno far parte. Inoltre, per dialogare con la componente musicale insita in noi; la sua plurima funzione orientante è in grado di incidere nel cammino della nostra vita e sulla qualità della nostra presenza. Come il suono sperimentato in gruppo o individualmente, così il tempo è trascorso di laboratorio in seminario, senza fretta, spesso sorprendendoci nel suo essere già; un tempo fatto di voci e silenzi, risate e lacrime, sensazioni condivise, scambi di riflessioni, approfondimenti.

Se molto è rimasto nella memoria dei singoli partecipanti, se altrettanto è andato certo perduto – per non aver voluto ricorrere alla presa fonica o video, che ritenevamo invasiva – alcuni, tuttavia, hanno sentito il bisogno di scrivere sugli esiti dell'attività, a testimonianza di come e quanto incideva in loro accrescendone i benefici, dall'assetto psicocorporeo al piano energetico all'interiorità. La progressiva raccolta di questo materiale ne incoraggia ora l'elaborazione; nel se-

gno, certo, del già accaduto, ma anche in vista dell'attuale e del futuro operare entro percorsi individuali e di gruppo mai eguali né scontatamente replicati.

Tale è la natura di questo cammino che è davvero opportuno sia definito con un termine rientrante sia nell'attività artistica sia nell'ambito scientifico: ricerca. La sostiene la scelta di quanti dalla voce, in particolare cantata, si sono lasciati sorprendere e attivare, anche privi di formazione o di consuetudine musicale. Negli anni, proprio quest'ultimo dato, che potrebbe risultare a prima vista paradossale, ha posto in luce la forza attrattiva del dedicarsi alla voce – quasi un impulso vitale. Il suo invito a scoperte esistenzialmente pregnanti, cantando da soli o in gruppo, è in prima battuta un invito a coglierne il valore. Tant'è che il percorso non sta nella musica soltanto né nell'acquisire autoconsapevolezza a vantaggio della crescita personale, nemmeno nel benessere psicofisico o nella terapia, qualunque sia l'orientamento; piuttosto, fa presente il soggetto alle diverse dimensioni dell'esistere che la voce rivela senza intermediazioni.

Non c'è grazie che possa esprimere il quanto e il quale suscitato da questa ricerca, mutuo scambio di spazi e intenzioni, immaginazione e respiro, ascolto e accoglienza; e, per la partecipata condivisione, scambio gratuito di tempo. Un tempo scelto, dedicato, trasformato: un tempo festivo.

Benché supportato da studi documentati, necessariamente in più ambiti, lo scritto ha un taglio volutamente discorsivo, che sgorga a spirale dalle lettere ricevute dopo gli incontri laboratoriali. Pertanto, se non attribuibile a più mani, è di certo un lavoro a più voci. In ciò documenta la propensione al condividere ch'è propria del canto, come già del parlato e, ancor prima, del vocalico genericamente inteso, in risposta ai diversi numerosi passaggi che la vita chiama a compiere.