

Yva Barthélémy

# LIBERARE LA VOCE

Fondamenti pedagogici, artistici e scientifici  
del metodo *La Voix Libérée*

A cura di Giuseppina Cortesi e Vittoria Licari  
Prefazione e postfazione di Alfonso Gianluca Gucciardo

*Progetto grafico copertina: Adriano Merigo*

*Specifiche nell'indice a pag. 120*

Edizione italiana © 2020 Volontè & Co. s.r.l. - Milano

Tutti i diritti sono riservati.

La riproduzione in qualsiasi forma, così come la trasmissione attraverso televisione, radio, film, supporti audiovisivi o l'utilizzo per conferenze, anche in forma riassunta, sono concessi soltanto previa autorizzazione dell'editore.

# Indice

|   |     |
|---|-----|
| Presentazione dell' <i>Associazione Italiana Yva Barthélémy</i> .....   | 4   |
| Prefazione di <i>Alfonso Gianluca Gucciardo</i> .....   | 5   |
| Testimonianze sul metodo di Yva Barthélémy .....  | 8   |
| <b>PARTE PRIMA: La voce liberata</b> .....  | 11  |
| Studio della fisiologia dell'apparato pneumofonoarticolatorio finalizzato alla tonificazione della muscolatura estrinseca e intrinseca laringea.          |     |
| 1. Introduzione .....   | 11  |
| 2. I cinque punti d'azione del metodo .....   | 16  |
| 3. L'allineamento .....   | 17  |
| 4. La rieducazione .....  | 20  |
| <b>PARTE SECONDA: Voce e corporeità</b> .....   | 23  |
| 1. L'aspetto correttivo .....   | 28  |
| 2. L'apertura, la decontrazione laringea .....  | 28  |
| 3. I muscoli dell'articolazione .....   | 30  |
| 4. I muscoli che sorreggono la laringe .....  | 43  |
| 5. Il dorso .....   | 46  |
| 6. I muscoli della fonazione .....  | 50  |
| 7. I muscoli della respirazione: il respiro .....   | 55  |
| 8. L'apparato fonatorio .....   | 60  |
| 9. I risuonatori .....  | 74  |
| <b>PARTE TERZA: La tecnica</b> .....  | 78  |
| 1. Raccomandazioni e indicazioni sulla pratica dell'allineamento vocale e muscolare .....   | 78  |
| 2. Presentazione degli esercizi ideati per il rinforzo muscolare dell'apparato pneumofonoarticolatorio .....  | 80  |
| 3. Atteggiamento posturale che favorisce la posizione ideale della laringe e permette di ottenere la massima ampiezza dei risuonatori sopraglottici ..... | 91  |
| 4. Descrizione degli esercizi di base in ordine di esecuzione .....   | 94  |
| 5. Indicazioni musicali per l'esecuzione degli esercizi .....   | 99  |
| 6. I vocalizzi .....  | 99  |
| Bibliografia .....  | 109 |
| Biografia di Yva Barthélémy .....   | 110 |
| Note .....  | 112 |
| Indice delle illustrazioni .....  | 120 |

# Presentazione

A oltre trent'anni dalla prima edizione (1984) del suo *La Voix libérée*, – ripubblicato in seguito nel 2003 e nel 2011 sempre per i tipi di Robert Laffont – Yva Barthélémy ha avvertito la necessità di fare il punto della sua incessante ricerca, anche alla luce della sempre crescente sensibilità dei cantanti nei confronti degli studi foniatrici. Dal proficuo confronto all'interno dell'Associazione Italiana che da lei prende il nome, nelle persone di Giuseppina Cortesi e Vittoria Angela Licari, nasce dunque – in italiano – questo nuovo libro, che vuole costituire un preciso punto di riferimento rispetto al lungo e complesso lavoro della grande ricercatrice e pedagogista francese. Finalizzato all'allenamento di tutta la muscolatura coinvolta nella fonazione, questo metodo è funzionale all'acquisizione delle abilità richieste da qualsiasi tipo di espressione vocale.

Cogliamo l'occasione per ringraziare il dott. Alfonso Gianluca Gucciardo che ha creduto nel nostro lavoro e ci ha sostenuto e aiutato nella stesura di questo nuovo libro.

La nostra gratitudine va al dott. Franco Fussi, che è stato il primo a riconoscere dignità accademica al lavoro di Yva Barthélémy, invitandola a fare parte del corpo docente del corso di Alta Formazione in Vocologia Artistica da lui creato.

I nostri più sentiti ringraziamenti vanno anche:

a Giulia Pino per le belle tavole anatomiche che ha appositamente creato per la pubblicazione;

a Tea Franchi che si è prestata con grande disponibilità e affettuosa amicizia a posare per le fotografie;

ad Adriano Merigo per l'elaborazione dei disegni e per la creazione della copertina del libro;

a Tatiana Sigaeva per le notazioni musicali e a tutti i nostri allievi che quotidianamente ci aiutano a capire e a migliorare nelle incredibili sfumature dell'insegnamento del canto.

*Associazione Italiana Yva Barthélémy*

# Prefazione

## “Liberare la voce”

Nuovo saggio di Madame Yva Barthélémy

Sono molto onorato di poter tenere a battesimo il nuovo lavoro editoriale di Madame Yva Barthélémy, che conosco e stimo dal 2005 ammirandola soprattutto per la schietta coerenza di vita e di pensiero che l'ha portata a non vendersi alle mode e alle direzioni dei venti favorevoli. Da medico dello spettacolo e degli artisti, mi sento una grande responsabilità e, nel frattempo, provo un genuino considerevole piacere, tanto più che proprio Madame, alla fine di una mia conferenza, nel 2015, definì il mio lavoro di medicina della voce e dell'arte «umanistico ed umanitario»<sup>1</sup>, esplicitazione delicata che mi commosse e mi commuove ancora e sempre di più.

Parlare oggi di Medicina dell'Arte dello Spettacolo o anche soltanto di Vocologia – in Italia e un po' dovunque – stupisce molti ma, in tutta onestà, non più tutti. Non era così nella seconda metà del secolo scorso quando Madame Barthélémy, dopo un lungo percorso auto – e alloconoscitivo e dopo tanto studio fisiologico e tecnico (per prassi esecutiva e repertorio) della Lirica, ha maturato non solamente un originale metodo di potenziamento muscolare utile (non in modo esclusivo) ai cantanti e noto a tutti grazie al suo saggio “La voce liberata” ma soprattutto un importante parimenti originale approccio all'idea dell'interdisciplinarità a beneficio dell'arte e della salute. Posso e, forse, anche devo affermare che è stata, prima in Francia e, nel tempo, nel resto del mondo, sicuramente una vera pioniera. Non è, del resto, così scontato che medici, logopedisti e maestri di arti della voce, anche a livello “alto”, comprendano senso, ragioni, modi e soprattutto tempi e quantità dell'improcrastinabile necessità della interdisciplinarità. Al più – ed è già un mezzo miracolo – ci si ferma alla multidisciplinarità; si assiste allo scambio di pareri su un sintomo o su un segno atletico-performativo e/o medico tra professionisti ma al di là del proprio mondo non si riesce a (né forse si sa e si vuole) andare. L'allievo o il paziente – sono un artista medico; non saprei dividere troppo facilmente la persona malata dalla sua professione-arte (in questo caso, di *performer*) – viene così vivisezionato – in buona fede, ovviamente – dieci, cento, mille volte nella speranza che, a via di parcellizzarne le richieste

1 Cfr. ALFONSO GIANLUCA GUCCIARDO, *Curare l'Arte, il Corpo e la Voce. Conoscere, prevenire, riconoscere e guarire in Medicina dello Spettacolo*, Qanat, Palermo 2017, 65 e Id., *Silenzio e Voce. Per lib(e)rare il sé in scena e in ogni dove*, Qanat, Palermo 2016, 137

e l'analisi dei sintomi/segni, possa venir fuori una diagnosi e, con questa, una terapia che riconduca sul palcoscenico un laringe o un *vocal tract* ferito. Noi, però, non siamo solamente un laringe e un *vocal tract* in buona salute o lesionato. A noi e a Madame la visione positivista nuda e cruda non interessa. L'Anatomia e la Fisiologia – sulle quali sembrerebbe si fondi il suo metodo per “liberare la voce” (*libérer la voix ↔ la voix libérée*) – se dittatrici ci stanno strette così come la multidisciplinarità; cerchiamo nuove vie continuamente, nuovi approcci inter-/transdisciplinari, per far del bene anzitutto a noi stessi e poi all'*alter* che si è offerto a noi affinché lo prendiamo in cura (in Inglese, *to care*) e possibilmente lo curiamo (*to cure*). È vero che il metodo di Madame parla di e lavora su muscoli ben precisi che, in modo interessante, stimola e sveglia se intorpiditi o riconduce al giusto vigore se andati in ipertono al fine di produrre un canto facile e naturale, ricco di armonici e melodia; è anche vero, però, che ella parte dall'organico, dal morfofunzionale nel tentativo di giungere ben oltre, anzi per far sì che l'allievo velocemente e senza spreco di energia – dettagli non da poco – giunga, appunto, ben oltre quasi da solo. Cosa sia questo *oltre* è presto detto: l'Arte con la /a/ maiuscola. Il pedagogo deve limitarsi a educare a un *training* preciso che lavori su ogni muscolo che poi servirà sia tonico ma sempre insieme agli altri, se è vero, com'è vero in Fisiologia e in Neurofisiologia, che nessuna funzione – per fortuna – si fonda soltanto su un centro nervoso e un effettore.<sup>2</sup> L'arte, però, è qualcosa di impalpabile, di soave, di severo e tenero insieme, qualcosa che di quei muscoli non ha più bisogno di saper nulla, una volta che siano stati – anche grazie all'eserciziario di Madame – smossi e (ri)educati a un lavoro sano e mirato. Insomma, questo francese è, secondo me, un metodo molto interessante e meritevole di approfondimento da parte dei ricercatori non già perché sia il metodo che sostituirà gli altri della tradizione e i nuovi (non esiste un metodo che possa dirsi universalmente e sempre applicabile a tutti e ad ognuno; per fortuna, siamo troppo diversi) ma perché promette (e, direi, quasi sempre mantiene il giuramento) di essere economico, semplice, veloce, privo di rischi clinici e adatto quasi a tutti. Uno dei punti più interessanti sta nel fatto che propone alternative valide ai vocalizzi che vengono usati un po' ubiquitariamente dai maestri al fine di far riscaldare le voci degli allievi. Senza demonizzare alcunché – perché i vocalizzi possono essere utili a chi li trovi tali e non si faccia male né si annoi – va precisato che, in effetti – lo vedo ogni giorno in ambulatorio – molti problemi degli studenti e di chi si approccia al canto derivano anche proprio da un riscaldamento fatto male; in tal caso, i vocalizzi tendono ad aumentare la faticabilità (e nondimeno l'affaticamento,<sup>3</sup>) del *performer* e a distruggere voci potenzialmente bellissime e spendibili con soddisfazione su un palco o in un salotto o in una chiesa. Un altro aspetto che trovo persino più rilevante è, poi, il lavoro sulle aritenoidi; molto utile sarebbe lo conoscesse anche il riabilitatore artistico (fisioterapista, logopedista od osteopata) per

2 Cfr. GIULIO GIOVANNI SULIS – ALFONSO GIANLUCA GUCCIARDO, *Neuroauricoloterapia in Medicina della Voce*, Qanat, Palermo 2018, 24 *et passim*

3 Faticabilità: 'diminuita resistenza al lavoro muscolare'. Affaticamento: 'indebolimento in seguito a sforzo eccessivo'.

implementare presto il suo intervento clinico. Sempre tornando all’ambulatorio, devo, infatti, ricordare che il disassetto monolaterale aritenoideo è un’occorrenza molto frequente, come ho avuto modo di segnalare in recenti lavori e come, diversi anni fa, aveva già fatto Maria Elena Bertioli<sup>4</sup>. Sono tante le cause ma poche le possibilità di recupero. Spesso il cantante professionista deve cercare, per i fini eu-stilistici, compensi anti-fisiologici fino all’anti-eu-melia e al ritiro dalle scene. Il ruolo del riabilitatore è decisivo, se sa come procedere e se la “fortuna” lo aiuta. Sempre più, però, potrebbe essere con il soccorso di un bravo *vocal coach* (come oggi si ama dire) o, termine che preferisco, di un pedadogo (possibilmente anche musicista) formati al metodo di Madame che si potrebbe accelerare il lavoro del riabilitatore cooperando con lui al fine di ri-eu-assiare la cartilagine e ri-eu-tonicizzare i muscoli cricoaritenoidei omolaterali. Oggi si trova ancora tra i clinici chi fa resistenza a questo e ad altri intelligenti lavori di interdisciplinarità (che sempre vanno, ovviamente, coordinati dallo specialista in Otorinolaringoiatria o almeno in Foniatria). Credo, però, sia arrivato il momento di accettare che da soli non si va lontano; da soli non si combatte che una guerra di quartiere che non porta alcun beneficio al paziente, all’allievo, a noi stessi.

Grazie, Madame Barthélémy, non solamente per i suoi studi (che secondo me avranno un futuro certo) e per la passione che traspare da ogni suo atteggiamento e da ogni azione lei compia ma anche per aver ricordato, in tempi non sospetti e senza nemmeno essere un clinico *stricto sensu*, che solamente uniti si fa salute, si fa teatro, si fa arte, si fa voce. I muscoli devono essere uniti tra loro, la mente deve essere unita con il cuore proprio e con quello del mondo, l’anima deve essere unita con la Bellezza. Tutto *naturali et simplici mente*. Unione. Tutti dobbiamo stare uniti – non nel senso vuoto delle tendenze *new age* di ultima generazione ma nella pienezza del nostro essere sessuale equilibrato<sup>5</sup> – per far venir fuori, attraverso la nostra Voce più sana e più bella, un genuino e puro sorriso alla vita. Soltanto l’Arte può aiutarci. Soltanto lei, in cui si nasconde la Verità che non è nel *Lógos*, può farci giungere alla meta’.

*Alfonso Gianluca Gucciardo,*  
Agrigento, 11 Febbraio 2018

4 Cfr. MARIA ELENA BERTIOLI, *Alterazioni cervicali e disodia*, in: FRANCO FUSSI (ed.), *La voce del cantante*, IV, Omega, Torino 2007, 303-324

5 Cfr. ALFONSO GIANLUCA GUCCIARDO, *Voce e Sessualità*, Omega, Torino 2007, 13.34.48 *et passim*

6 Cfr. SALVATORE LO BUE, in: ALFONSO GIANLUCA GUCCIARDO, *Silenzio e Voce*, Qanat, Palermo 2016, 7

7 Alfonso Gianluca Gucciardo, medico delle arti dello spettacolo, specialista in otorinolaringoiatria e in Bioetica & Sessuologia, è membro di prestigiose Associazioni e Fondazioni internazionali (USA, UK, ROK, NL, F) operanti per la diffusione della (e la ricerca in) *Performing Arts Medicine* nonché fondatore e direttore del CEIMAr, il Centro italiano interdisciplinare di Medicina dello Spettacolo. È autore di numerosi articoli scientifici di settore e di sei libri: *Voce e Sessualità* (Omega, 2007), *Toccare e contattare in Medicina della voce. Abilitazione e riabilitazione, guarigione e trauma in foniatria e logopedia* (Cortina, 2010), *Silenzio e Voce. Per lib(e)rare il sé in scena e in ogni dove* (Qanat, 2016), *Curare l’Arte, il Corpo e la Voce* (Qanat, 2017), *Neuro-Auricolo-Terapia in Vocologia* (Qanat, 2018; con Giulio Giovanni Sulis) e *Trattare voci e persone* (Qanat, 2019). [www.gianlucagucciardo.it](http://www.gianlucagucciardo.it)

L'incontro con Yva Barthélémy ha cambiato in modo evidente il mio punto d'osservazione rispetto alla vocalità e alla tecnica lirica. Amo profondamente lo stile a cui ho dedicato una vita di studi, ho sempre avuto una voce facile ed estesa, che proprio nella facilità ha assorbito velocemente anche insegnamenti non adeguati.

L'immediatezza delle sensazioni positive regalate dai movimenti muscolari del metodo La Voce Liberata, uniti, finalmente, ad un'oggettivazione delle funzioni fisiologiche, mi hanno fatto intravedere la semplicità di un percorso che affonda le radici nella logica, quella logica che amalgamata alla grande e meravigliosa tradizione del canto lirico che si snoda nei secoli con l'aiuto di immagini e di metafore, mi ha permesso di recuperare la facilità vocale della gioventù, perduta già dopo non molti anni di studio. Yva Barthélémy è una precorritrice, ha unito, nella seconda metà del novecento, studi di fisiologia e di neuroscienza verso quella visione olistica del cantante che esprime sé stesso attraverso la propria corporeità.

Una buona conoscenza della fisiologia non insegna a cantare, ma forse, non a caso, fu proprio un didatta, Manuel Garcia, a escogitare, nell'ottocento, un sistema di specchi che per primo gli permise di osservare le corde vocali.

Ho incontrato Yva Barthélémy nella piena maturità, a Ravenna, grazie al corso di Alta Formazione in Vocologia Artistica, voluto dal dott. Franco Fussi; un momento della mia vita in cui la voce stava risentendo il peso di anni di studi, di esecuzioni e di esperienze di vita... immediatamente ho percepito l'unicità dei suoi insegnamenti. Mi sono immersa nello studio ricca di un nuovo entusiasmo e ormai cinquantenne ho ritrovato quella facilità d'emissione che mi permette di esprimere nelle frasi meravigliose del canto lirico, l'emozione che germoglia dalla mia personalità, dal mio vissuto, dalla mia conoscenza intima del repertorio.

Credo fermamente nella mia professione e lavorare a fianco di Yva con i miei giovani studenti, mi ha concesso grazie alla sua esperienza e alla sua saggezza, di apprendere molto e di maturare quella sensazione che mi consente di percepire e di modellarmi sulle caratteristiche dell'allievo, aiutandolo in modo efficace.

Una tecnica ottimale libera l'atto artistico, la naturalezza che regala al pubblico il grande cantante è frutto di anni di studio e approfondimenti.

Trovo nell'allenamento muscolare di Yva uno strumento formidabile che applicato nell'insegnamento regala risultati rapidi frutto di una meravigliosa logicità del procedimento.

Mi è nata l'idea di fondare l'Associazione Italiana Yva Barthélémy per celebrare una donna che ha dedicato tutta sé stessa alla ricerca, solida e sicura delle proprie intuizioni e per creare un luogo in cui il metodo venga protetto da contaminazioni e divulgato nella sua integrità.

*Il est logique* di Yva mi supporta nel lavoro con gli allievi, che hanno il diritto di trovare risposte coerenti che li accompagnino nella verità, verso un futuro ricco di storia e musicalità.

Giuseppina Cortesi  
Almè 30 ottobre 2019

L'incontro con Yva Barthélémy e il suo metodo didattico ha risolto, in breve tempo, problemi che mi portavo appresso da una vita. Nata in una famiglia di appassionati d'opera, con una madre cantante per diletto – peraltro con ottimi studi alle spalle – posso affermare che la mia educazione vocale sia iniziata già durante l'infanzia, attraverso l'ascolto delle grandi voci della prima metà del Novecento. Si sa che l'udito contribuisce in larga misura alla definizione delle modalità fonatorie, per cui i miei primi – e magari un po' azzardati – esperimenti vocali sul repertorio si modellavano su quegli ascolti, incamerandone gli indubbi pregi, ma anche i difetti legati, magari, alle caratteristiche fisiologiche dei singoli interpreti. Poi, intorno ai diciotto anni, iniziarono le vere e proprie lezioni di canto, prima con mia madre e poi con ottimi insegnanti, tutti di riconosciuto valore. Ma, dopo qualche anno, qualcosa cominciò a non funzionare più come prima. Poco alla volta, la mia voce perdeva in estensione e io perdevo il controllo su di essa, senza che i miei insegnanti riuscissero a spiegarmi come avrei potuto ovviare a questi problemi. Continuavano a insistere – molto giustamente, dal loro punto di vista – sui principi della scuola italiana di canto, che sul piano teorico mi erano perfettamente chiari, ma che, malauguratamente, faticavo molto a mettere correttamente in pratica. Contemporaneamente notavo, e mi veniva fatto notare, che la mia postura non era buona e che non aprivo bene la bocca: io cercavo di correggermi, empiricamente e con molta fatica, ma con ben scarsi risultati. Per fortuna, i miei interessi musicali erano, all'epoca, orientati soprattutto alla musica antica e al repertorio cameristico, ambiti in cui è possibile utilizzare la pregnanza della parola per ovviare alla carenza di fascino del suono – cosa molto meno accettabile in ambito operistico – e io ne approfittai per anni, ma non ero affatto soddisfatta di me stessa. Intrapresi, quindi, una ricerca che mi portò a indagare sul rapporto che lega il corpo nel suo complesso alla voce; fu un percorso interessante, lungo il quale feci incontri molto importanti per la mia evoluzione vocale e umana, ma che non presentava mai un punto di arrivo, anche quando mi pareva di esservi molto vicina. Pur non potendo affermare che il mio percorso di ricerca sia concluso – perché la caratteristica intrinseca a simili percorsi è di non concludersi mai, e Yva stessa ce lo insegna – posso senz'altro dire che ho raggiunto l'approdo. Nel metodo di Yva Barthélémy ho trovato non solo la soluzione, oggettiva e scientifica, ai miei problemi vocali, ma soprattutto un vero e proprio protocollo di esercizi che mi consente di affrontare in totale sicurezza la formazione delle voci giovani, e mi offre gli strumenti per aiutare tutti i cantanti – professionisti, o dilettanti nel senso più nobile del termine – a padroneggiare quello che Yva ama definire lo strumento musicale umano.

*Vittoria Licari*  
Milano 10 novembre 2019

La prima volta che ho ascoltato il principio della mia voce liberata ho provato una commozione profonda, da questo ho capito che il metodo Barthélémy è qualcosa che va oltre il puro pensiero metodologico.

Il lavoro muscolare, oltre a dare una solidità tecnica, è rivolto a liberare qualcosa di più intimo, la nostra Anima, che in un cantante lirico è espressa, oltre che con il corpo, soprattutto attraverso la voce.

Se non avessi incontrato sulla mia strada questi due angeli, custodi della voce, madame Yva Barthélémy e la professoressa Giuseppina Cortesi, non avrei potuto realizzare il mio piccolo grande sogno, quello di diventare una cantante lirica.

*Francesca Tiburzi*