



N° 136



La voix



Sommaire

Editorial

Comme notre visage, notre voix dit qui nous sommes pendant nos accompagnements

Page 2

Notre dossier

Universelle, modulée par l'émotion la voix informe, manipule parfois, réconcilie souvent, réunit les êtres humains, les relie à Dieu...

Pages 3 à 9

Témoignages

Florilège de témoignages à savourer selon votre désir.

Pages 10 à 12

Nous avons sélectionné pour vous

Des extraits de l'entretien accordé par Jean Abitbol à la radio régionale de Bretagne **Kernews**.

Pages 13 et 14





Notre voix, marque de notre personnalité ?

Sommes-nous conscients que notre voix nous caractérise ? Il me semble que nous sommes nombreux à être capables de reconnaître une voix, que ce soit au téléphone, à la radio, à travers une cloison ou dans un groupe. La voix est aussi caractéristique de chacun d'entre nous que notre visage. Certains ont plus la mémoire de la première, d'autres du second.



Avec l'aimable autorisation de Marie-Ange de Montesquieu (RND)

Entendre une voix peut susciter en nous une vive émotion, indépendamment de ce qu'elle nous dit. Qui n'a fait l'expérience d'un appel attendu et qui résonne tout d'un coup au téléphone après une longue absence ? Un conjoint, un enfant, un ami perdu de vue. L'émotion nous envahit et nous laisse sans voix.

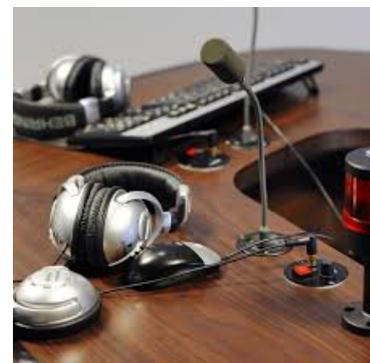
Le ton de la voix peut aussi trahir l'objet d'un appel et présager d'une bonne ou d'une mauvaise nouvelle. Nous avons tous fait l'expérience de l'annonce d'un décès ou d'une naissance au téléphone et de l'émotion que cela suscite.

Et dans nos accompagnements, le ton de notre voix doit-il rester neutre ou peut-il exprimer nos émotions ? Nous avons appris qu'il faut savoir garder une certaine distance pour ne pas nous laisser envahir mais nous ne pouvons pas être indifférents au risque d'être insensibles et de ne plus être en empathie. Il semble que nous ne pouvons pas modifier le timbre de notre voix mais il est essentiel d'être attentif à parler sans précipitation, « tourner sept fois notre langue dans notre bouche avant de parler » comme l'exprime très justement l'adage et surtout ménager des silences qui permettent à notre interlocuteur d'entendre ce que nous lui disons et de s'exprimer quand il le souhaite.

Enfin, et je terminerai par là, notre voix n'est qu'un des moyens à notre disposition pour communiquer. C'est toute notre personne qui se mobilise pour être présent à l'autre.

Bonne lecture.

François Legrain



Source : Radio Notre Dame



Vox populi, vox Dei ?

Par Gilberte CURINIER

Le bulletin 126 était consacré à la parole, mais qui dit parole dit voix pour la prononcer. Qu'est-ce que la voix ? Existe-t-elle si aucun son n'est émis ? Comment communique-t-on si la voix disparaît¹ (cancer de la gorge, choc post-traumatique) ? Pourquoi certaines situations nous laissent-elles sans voix ?

Pour clarifier la réflexion nous partirons de définitions simples et d'expressions qui gravitent autour de cette notion avant d'aborder les différentes fonctions de la voix.

La voix : ensemble des sons formés par la vibration des cordes vocales dans le larynx, support physique du langage (définition du dictionnaire historique d'Alain Rey). Selon les scientifiques, la voix est apparue lorsque les hominidés ont acquis la position debout, ce qui a provoqué « la descente » du larynx dans la gorge. Les organes de la phonation (production de la voix et du langage articulé) se trouvent donc au carrefour de trois organes sensoriels : le goût, l'odorat, l'ouïe, au carrefour des voies aériennes et des voies digestives. **La voix dépend donc de la respiration et du contrôle du souffle.** On ne peut parler de manière fluide quand on est essoufflé ou stressé. La voix suppose un échange entre l'intérieur (la bouche) et l'extérieur (l'air inspiré), elle nous met en contact avec autrui, à condition qu'il puisse et qu'il veuille nous entendre. (Au passage, entendre signifie à la fois percevoir des sons et comprendre ce qui est dit pour donner son avis).



Photo Albatros

Cependant, certains mots sont employés à la fois pour caractériser la voix humaine et les cris des animaux : le bébé gazouille comme les oiseaux, les amoureux roucoulent comme des pigeons ! Les loups hurlent, les êtres humains aussi quand ils sont très en colère ou qu'ils éprouvent une vive douleur. Les insectes bourdonnent comme le font de nombreuses personnes réunies dans un lieu. On entend le bruissement des feuilles des arbres ou le murmure du ruisseau mais on murmure «contre quelqu'un» lorsqu'on lui fait des reproches à voix basse. Si l'expression «être aux abois» signifie se trouver dans une situation matérielle désespérée, elle provient du vocabulaire de la chasse et concerne le moment où la bête est cernée par les chiens et ne peut leur échapper.

¹ La formation dispensée par Albatros comporte un module intitulé la *Communication non verbale*. Les stagiaires de ce module ont retenu l'importance du langage corporel (sourires, grimaces de douleur, regards interrogateurs, tressaillements), la place du chant ou de la musique, l'envoi de cartes, les messages laissés sur le téléphone, les photos placées dans la chambre par la famille ou les amis...



On dit aussi, familièrement, aboyer contre quelqu'un lorsqu'on lui parle de manière agressive et/ou qu'on le menace. En conclusion, la voix suggère aussi bien la joie de vivre, le bonheur de la relation amoureuse que la violence sous-jacente lorsque se superposent voix humaine et cri animal au moment de la prédation.

La voix peut révéler qui nous sommes et donner implicitement des informations sur notre état d'esprit voire sur nos sentiments à l'égard d'autrui.²

Chacun, un jour, s'est heurté au mutisme d'un proche ulcéré par des paroles qu'on lui a adressées. En refusant de répondre, l'offensé signifie à l'offenseur qu'il n'existe plus pour lui. Le silence devient l'équivalent d'un meurtre symbolique. Nous savons combien les enfants sont malheureux lorsqu'on refuse de leur répondre. Refuser de parler à quelqu'un constitue une forme de violence et serait -en creux- l'équivalent de l'injure, de l'insulte. On peut aussi être réduit au silence par un proche, un enseignant, par les autorités politiques (sous la dictature) ou religieuses, par tous ceux que dérangerait la voix par ce qu'elle pourrait révéler.



Source : Pixabay

La voix est un instrument de pouvoir, voire de manipulation : les grands orateurs, les tribuns politiques, les polémistes influencent les citoyens qui se laissent convaincre et abdiquent tout esprit critique. Les grands meetings hitlériens en sont la triste illustration. Les campagnes électorales mettent en évidence le pouvoir hypnotique de la voix. La cohérence de l'argumentation s'efforce de convaincre, en faisant appel à la raison tandis que le vocabulaire émotionnel, la modulation de la voix veulent persuader. Pour emporter l'adhésion de l'auditoire la seconde stratégie est la plus efficace. Certains religieux fanatiques ont poussé (et poussent encore aujourd'hui) les fidèles à mettre à mort les hérétiques, les polythéistes. La voix permet aussi la réconciliation (à travers l'expérience du pardon sollicité et accordé), soigne les blessures de l'âme par l'hypnose.³ Cette thérapie est parfois utilisée pour vaincre les douleurs chroniques et se substitue ponctuellement à l'anesthésie lors d'interventions chirurgicales.

Entendre des voix s'apparente à un dysfonctionnement de la perception, une sorte d'hallucination auditive. Cependant certaines personnes y discernent une expérience mystique. Dans ce cas comment Dieu parle-t-il à certains ? Pourquoi le Christ est-il appelé Logos, Verbe de Dieu ?

² Voir l'entretien entre le journaliste de Kernews et Jean Abitbol (pages 13 et 14)

³ Le romancier Franck Herbert dans le cycle de Dune accorde une grande place à la voix qui devient une arme redoutable lorsqu'elle est utilisée par ceux qui savent la moduler. Tous ceux qui la perçoivent obéissent spontanément. Pour parvenir à la moduler il faut une formation spéciale dispensée par des femmes d'un ordre religieux, le Bene Gesserit (ce qui signifie "elle fera bien" !). Si ce sujet vous passionne, vous pouvez voir l'adaptation du 1er volume de Dune par le cinéaste canadien Denis Villeneuve.



Le bulletin consacré à la parole s'intéressait à la parole créatrice dans la Genèse et à la parole efficiente du prêtre lors de la consécration, du baptême ou du sacrement du pardon. Pour le croyant, la parole de Dieu (ou de son représentant) fait ce qu'elle dit. Abra cadabra, la formule magique tirée de l'araméen signifie «il fait ce qu'il dit» nous apprend Delphine Horvilleur dans *Vivre avec nos morts*.⁴ **Si Dieu n'a pas de corps peut-il avoir une voix⁵ que certains êtres humains percevraient ?**



Photo Albatros

La nature est la voix de Dieu : Moïse entend la voix de Dieu dans l'épisode du buisson ardent (livre de l'Exode 3/ 4-6). De même, Dieu passe dans le « souffle d'une brise légère » et le prophète Elie entend « une voix qui dit... » (1er livre des Rois 12/ 12-14). L'expression « une voix crie dans le désert » se trouve chez le prophète Isaïe 40/3 et sera reprise dans les évangiles pour désigner Jean-Baptiste. Dans les évangiles synoptiques lors du baptême de Jésus, nous lisons « une voix venue des cieux disait celui-ci est mon Fils bien-aimé » Mt3/17, Mc 1/11, Lc 3/22. Dans le bulletin sur le corps j'ai

analysé les trois récits de la Transfiguration où une voix prononce la même affirmation.⁶ Dans la tradition musulmane le Coran a été révélé à Muhammad par la voix de l'Ange Gabriel (l'Ange Gabriel est aussi le messager qui annonce à Marie qu'elle sera la mère de Jésus, le Verbe de Dieu Lc1/26-38). La première version du Coran est donc orale. Le Livre est mis par écrit deux siècles plus tard (après la mort du prophète) pour conserver l'intégrité et l'intégralité du texte sacré. Tous les intégristes religieux affirment qu'ils sont les seuls détenteurs intègres du message divin qui ne doit pas être modifié. Cependant ce message s'inscrit dans un contexte historique, géographique et culturel particulier -étudié par l'exégèse- qu'il convient de prendre en compte afin de bien comprendre le sens de la Révélation. Le message divin est porté par « une voix » qui parle une langue (qui n'est en rien une langue universelle !). Si Dieu parlait arabe quand l'Ange s'adressait à Muhammad, il est sommé de parler latin par les catholiques intégristes pour qui la traduction en français des textes liturgiques est une hérésie alors que Jésus parlait araméen ! Jésus, Verbe de Dieu, parle à ses apôtres, à ceux qui le suivent, aux femmes, aux autorités politiques et religieuses de son temps, mais n'a laissé aucun texte écrit. La seule fois où Jésus écrit c'est sur le sol, avec son doigt alors qu'on lui amène une femme adultère pour qu'il la juge (Evangile selon St Jean 8/1-11).

⁴ *Vivre avec nos morts* de Delphine Horvilleur (Grasset mars 2021)

⁵ **La voix, vibration de l'âme** réflexion proposée par l'émission juive *A l'origine* dans les chemins de la foi sur France 2 le dimanche 12 octobre 2021. Voir Page 7.

⁶ Si vous êtes intéressés par cette question vous pouvez trouver de nombreuses références sur Internet en tapant la voix de Dieu dans la Bible.



Source : le-dictionnaire.com

Jésus ne tient pas la comptabilité des fautes, il est la Voix d'un Dieu qui aime et pardonne. Son message est parvenu jusqu'à nous par les témoignages des Apôtres avant que ses paroles ne soient écrites dans les Evangiles. **La voix humaine peut porter toutes les langues, Dieu parle à chacun dans sa langue afin d'être compris par tous !** C'est ce que met en évidence le récit de Pentecôte dans les Actes des Apôtres «chacun les entendait parler sa propre langue»⁷

Instrument de communication, la voix est à double tranchant. Elle est à la fois merveilleuse et terrifiante, elle sauve ou elle condamne, elle réunit et elle sépare, **elle est qui nous sommes et ce que nous en faisons.**

⁷ Le récit complet de la Pentecôte se trouve dans les Actes des Apôtres, ch.2/1-17. Ce récit inverse l'épisode de la Tour de Babel où Dieu confond les langues (livre de la Genèse 11 / 1-9) afin de limiter la puissance et l'orgueil des hommes. La langue (donc la voix) est déjà un instrument de pouvoir, elle est une sorte de défi adressé à la Divinité.

**"Tout ce que je vois me semble un reflet.
Tout ce que j'entends un lointain écho,
et mon âme cherche la source merveilleuse
car elle a soif d'eau pure"**

Jeanne de Vietinghoff
citée par Marguerite Yourcenar.
Le temps ce grand sculpteur



**"La voix est un révélateur terrible de vie,
de joie, de peine, de colère, de peur.
Tout s'entend dans la voix,
la peur, les rires, la sérénité"**

Brigitte Kernel dans *Fais-moi oublier*



**"La voix c'est plus
que la présence du corps.
C'est autant
que le visage,
que le regard,
que le sourire"**

Marguerite Duras dans *La Vie matérielle*



La voix, vibration de l'âme

Synthèse des propos de Jean Abitbol médecin ORL dans l'émission *A l'origine (les chemins de la foi)*.

Dans le 1er chapitre de la Genèse la voix est créatrice : elle dit le réel et le fait exister. La voix prend possession du vide et l'univers s'organise au rythme de la Parole divine. En hébreu la voix est souffle de vie. Dieu se nomme mais l'homme ne doit pas prononcer le nom de Dieu car dire c'est faire exister mais aussi « enfermer ». En nommant Dieu l'homme aurait ainsi pouvoir sur le Créateur. ¹

L'être humain se définit comme celui qui parle. Dans le premier chapitre de la Genèse l'homme nomme les animaux. **La voix est au carrefour de l'âme et du corps.** La voix est raison + émotion. Les deux fusionnent dans la prière. La prière collective est comme un orchestre, comme un arc-en-ciel. Elle met en relation l'être humain et le Divin, l'être humain et le cosmos, elle relie les êtres humains entre eux (car nous sommes des êtres sociaux) et devient la 5ème dimension de chaque personne. L'homme est le reflet de la présence de Dieu dans le monde. Le charisme vocal fait d'éloquence et de rhétorique engage car **dire** oblige chacun à respecter ses promesses.

¹ Dans l'émission *Islam* (les chemins de la foi du dimanche 24 octobre 2021) consacrée au problème des caricatures du Prophète Muhammad, après l'hommage rendu au professeur assassiné Samuel Paty, il a été précisé que l'Islam interdit la représentation du vivant car représenter par l'image c'est faire exister donc faire concurrence au Créateur. De plus, on peut confondre la créature et le Créateur, d'où le risque d'idolâtrie. Comme les mots, les images ont un réel pouvoir et semblent défier Dieu. En revanche, accorder trop d'importance aux images (dans le contexte comprendre les caricatures) est aussi une forme d'idolâtrie. La ressemblance entre l'image et la réalité représentée ne signifie pas que la réalité est « enfermée » dans cette représentation. Le prophète ne se réduit pas aux images /caricatures censées le représenter.

La vibration de la voix de Dieu inscrit les 10 paroles (le Décalogue, les 10 commandements) sur «les tables de la Loi» ². La voix donne naissance à l'écriture et les 10 paroles ne peuvent plus s'effacer. L'expérience du Mont Sinaï est fondatrice : elle dit et inscrit l'Alliance entre Dieu et l'humanité. Si le mot emprisonne, la parole libère et Moïse, le bègue, a besoin d'Aaron pour transmettre les 10 Paroles au peuple. Moïse ne se prend pas pour Dieu - les dictateurs se prennent pour Dieu - et en laissant du silence entre ses mots, il donne à chacun la possibilité de la réflexion.

La voix est transmission (avant la naissance de l'écriture) et le reste encore aujourd'hui. Elle est donc notre mémoire et notre identité. Chacun se souvient de paroles qui l'ont marqué et de la voix qui les a émises. La voix parle à nos cinq sens. On peut refuser de voir en fermant les yeux mais, si l'on peut se boucher les oreilles pour ne pas entendre, il faut se souvenir **«que les oreilles n'ont pas de paupières» et que «le regard de l'ouïe est présence du passé»**. La voix est séduction, -la voix de la femme serait nudité- car elle est «le cordon ombilical de l'humanité», elle nous relie comme le fœtus est relié à sa mère.

La vibration pure de la voix exprime ce que nous pensons et ce que nous sommes. **Le silence entre les mots est ce qui permet à l'autre de rentrer dans notre imaginaire.**

Dimanche 12 octobre 2021. France 2.

² Éric Danon, ambassadeur de France en Israël (dans une autre émission *A l'origine*) analyse l'épisode du Sinaï et affirme que si Moïse a brisé les Tables de la Loi après être descendu de la montagne et découvert que le peuple adorait le veau d'or, c'est parce qu'il a compris que :

- La loi est au-delà des capacités humaines, elle est trop exigeante,
- On ne peut pas enfermer la liberté humaine dans les exigences de la loi car l'être humain est capable d'aller au-delà. (Par exemple la loi interdit de tuer mais elle ne peut pas obliger à donner sa vie pour sauver autrui et cependant certains le font).



J'entends des voix, pas vous ?

Estelle Saget pour L'Express

Il fut un temps où entendre des voix n'était pas signe de maladie mentale. Où une jeune paysanne pouvait galvaniser l'armée assiégée à Orléans, après que des saintes montées au ciel et l'archange saint Michel lui avaient ordonné de libérer le royaume de France. C'était en 1429. Jeanne d'Arc finirait brûlée pour hérésie, et pourtant son courage force toujours l'admiration. Avant elle, dans l'Antiquité, Socrate entendait une voix qu'il attribuait à un démon d'une grande sagesse. Et le philosophe grec développa une école de pensée si influente qu'elle traversa les siècles sous le nom de "méthode socratique". Quant aux prophètes des grandes religions, comme Jésus ou Mahomet, sans doute auraient-ils été diagnostiqués schizophrènes s'ils avaient été nos contemporains. Car Dieu, selon ce qui nous est parvenu, leur parlait aussi distinctement que le ferait un individu de chair et d'os. Aujourd'hui, un médecin les dirait victimes d' "hallucinations auditives", symptôme qui, aux yeux des psychiatres, authentifie la psychose.



Le Cri de Munch

Le regard porté sur cette particularité plus répandue qu'on ne l'imagine devrait changer avec les débuts, en France, du Réseau sur l'entente de voix (REV). Il ne s'agit pas, comme son nom pourrait le laisser penser, d'une approche New Age pour illuminés, mais d'un mouvement d'entraide, sur le modèle des Alcooliques anonymes, implanté depuis déjà quinze ans en Grande-Bretagne. Son credo? Il est tout à fait possible de mener une vie normale même si l'on converse avec des "gens" invisibles pour l'entourage. A condition, toutefois, de s'épauler entre pairs. Le premier groupe a vu le jour en 2011, à Armentières (Nord). Depuis, deux autres se sont créés dans le même département, à Mons-en-Barœul et à Tourcoing. Un quatrième démarre, timidement, à Paris.



Le tabou des voix serait-il propre à nos sociétés cartésiennes et laïcisées? D'autres cultures admettent le phénomène plus volontiers. Qu'on se rappelle, par exemple, la mésaventure de Zinedine Zidane, en 2005. Un an seulement après avoir quitté l'équipe de France, l'idole du football annonce, à la surprise générale, qu'il revient sur sa décision. "Une nuit, à 3 heures du matin, je me suis soudain réveillé et, là, j'ai parlé avec quelqu'un [...], confie-t-il au magazine France Football. C'est quelqu'un que vous ne rencontrerez probablement jamais [...]. Moi-même, je ne m'explique pas cette rencontre. [...] Et, là [...], j'ai pris la vraie décision de revenir." Sa déclaration, quasi mystique, suscite aussitôt les sarcasmes.

Un discours intérieur non repéré par le cerveau.

Les circonstances dans lesquelles Zidane s'est pris pour Jeanne d'Arc correspondent, en tout cas, à certaines hypothèses des neuro-sciences. Les voix seraient en fait un discours intérieur qui ne serait plus repéré comme tel par le cerveau, donc considéré comme une production extérieure.



Source : Pixabay

Elles surviendraient quand les capacités de l'individu à gérer ses émotions sont dépassées, notamment à la suite d'un deuil, d'un abus sexuel ou de violences familiales dans sa jeunesse. Il y a de quoi se sentir dépassé à la perspective de devoir déclarer sa flamme à l'équipe de France, après l'avoir éconduite... Excepté la romancière Amélie Nothomb, ravie de passer pour fêlée, rares sont les personnalités qui assument publiquement d'entendre des voix. Pourtant, l'expérience serait assez banale. Elle toucherait de 4 à 10% de la population, selon les études. La proportion serait même deux fois plus importante au début de l'adolescence, entre 11 et 13 ans. Qui parle à ces jeunes? Leurs parents, disent-ils, parfois des camarades, des proches décédés, ou encore Dieu. (...)

Face à ces groupes, la majorité des psychiatres restent circonspects. "L'approche, nouvelle, suscite encore beaucoup de méfiance chez les professionnels de la santé mentale, qui la connaissent mal, observe Yann Derobert, l'un des fondateurs du REV, diplômé en psychologie clinique. Les usagers se prennent en main et, souvent, cela dérange." Pour lui, on assiste à un mouvement d'émancipation comparable à celui des associations gays, grâce auxquelles l'homosexualité n'est plus considérée comme une maladie mentale. Il existe d'ailleurs des médecins qui voient cette initiative d'un bon œil, comme le Dr Yann Hodé, à l'hôpital de Rouffach (Haut-Rhin). "On oublie trop souvent que les malades psychiques sont des citoyens à part entière, dotés d'une intelligence qui leur

permet de trouver par eux-mêmes des solutions à leurs difficultés", souligne-t-il avec un brin d'ironie. Peut-être verra-t-on, demain, des artistes, des chefs d'entreprise ou des politiciens faire leur coming out et clamer fièrement: "J'entends des voix, et alors?".

**"Ecoute plus souvent
Les choses que les êtres
La voix du feu s'entend,
Entends la voix de l'eau.
Ecoute dans le vent le buisson en sanglots :
C'est le souffle des ancêtres"**

Birago Diop



Par Thierno I. Kane — Travail personnel



La Voix Source.org

"Qu'une voix amie est douce au sein de l'affliction ! L'appareil mis à temps sur une blessure n'en apaise pas plus promptement la douleur que ne le fait le discours d'un ami, appliqué sur les plaies de l'âme".

Philémon. *Les fragments* - I^{er} s. av JC.

Je serais aveugle si...

Proposé par Rosa

Je serais aveugle si...

Je suis née mal-voyante. Très mal-voyante. Et j'ai toujours aimé aller à la rencontre. De l'autre, des autres. Et c'est la voix, leur voix, qui depuis toujours, vient me figurer ceux que je ne peux voir, me les fait entendre sinon comprendre.

Quelque chose se dit d'eux que le regard ne saurait traduire. La voix, certes, comme le visuel, peut induire sinon en erreur, du moins mettre du sfumato au bout de mon pinceau. Mais la voix sait aussi résonner et « l'accostage » qui s'en suit n'en est alors que plus fort aux portes de l'intime.

L'homme est un être de sens. Et dans ce paysage de mots, c'est le grand Tout qui se dit par nous et nous fonde. Dans ce champ des possibles, il arbitre toutes les voies. Dans ce chant des possibles, il arbitre toutes les voix. Nous ne sommes pas seuls face à nos choix. Il nous faut entendre qui nous parle (le comment), nous conseille (qui) et nous aide (quoi). Et c'est pour cette raison (et pour cette raison seulement) qu'à la croisée de nos chemins, la petite voix de chacun prend un X, même au singulier.

L'oreille est supérieure à l'œil en ceci qu'elle ne peut tout à fait se fermer. Ainsi, le jour où je ne pourrais plus entendre le chemin de chacun à la lueur du bruit de ses pas, alors là, oui, je deviendrais aveugle véritablement, sourde irrémédiablement. Mais a-t-on jamais vu un cœur sourd au chuchotis de sa petite voix intérieure ?



Qu'est-ce que le fait de chanter peut apporter à la vie de chacun ?

Proposé par Chantal V.

Depuis la nuit des temps, les femmes, les hommes chantent à l'occasion de fêtes ou de célébrations sacrées.

Aujourd'hui les chorales foisonnent, le chant est reconnu comme pratique procurant des sensations apaisantes et euphorisantes, diminuant la sensation d'isolement et de solitude.

Chanter en groupe exige d'être à l'écoute de l'autre et développe un sentiment d'appartenance.

Chanter permet de débrancher le mental et laisser la place à nos émotions via des sons ou des phrases musicales capables de propager et influencer un état vibratoire.

Cet état vibratoire est aussi celui qui nous permet de communiquer avec l'autre, quand les mots, le mental sont partis. Face à la maladie d'Alzheimer ou celles apparentées, je suis souvent surprise de voir, d'entendre à nouveau une manifestation de vie derrière une chanson, une mélodie, un son que je vais spontanément émettre alors que le (la) patient(e) était aphasique et/ou « dans son monde » depuis longtemps. Ces moments sont forts et restent gravés en moi.

Notre voix mais aussi celle de l'autre nous font entrer en communication avec toutes les facettes de notre Etre et cette fusion musicale est un super voyage humain.



Ensemble vocal *Le concert* - Lorenzo Costa (1460-1535)

Chanter à capella

Proposé par Chantal G.

Chanter... Chanter à capella...

Une voix diaphane s'élève dans les airs,
Etonne les passants, stoppe les aléas
De la foule, de la vie, s'installe et prend le pas
Sur la rue qui écoute cette voix pure et claire.

Chanter... Chanter à deux voix...

A cette voix si belle se joint une deuxième
Douce et chaude à la fois, en parfaite harmonie,
C'est le Duo des Fleurs qui monte et réjouit
Ces cœurs tournés vers elles, recevant un baptême.

Parler... Parler à capella...

A l'égale du chant, la parole est portée...
Le malade l'entend mais ne peut pas parler :

Sa voix est retenue dans un monde inconnu...
Mais l'autre voix est là, l'apaise en continu.

Doucement, mot par mot, le calme babillage
Enchante son oreille, le berce et le rassure.
Et cette voix amie, qui lentement susurre,
Lui rappelle le goût et la joie du verbiage...

Parler... Parler à deux voix...

Le voilà qui s'éveille, un souffle, un doux soupir...
La bouche enfin remue, comme pour se dégoûdir,
Par la voix reconnue, il sait qu'elle est ici.
Et sans ouvrir les yeux : «Vous êtes là ! Merci !»



La voix non-verbale

Proposé par Blandine, musicopédagogue - " Le Jardin des Sons "



Le Tricheur à l'as de carreau de Georges de la Tour

Par ma situation personnelle de malentendante et mon activité professionnelle de médiation musicale, j'ai pris conscience de l'influence de la voix dans la communication. J'ai donc observé des effets positifs et d'autres négatifs... Je vais vous partager quelques aspects qui montrent l'importance d'une utilisation plus consciente de la voix dans l'accompagnement.

L'approche, où la voix entre en jeu, utilise des mots qui s'adressent au domaine cognitif et fait naître des émotions qui concernent les affects. Parallèlement, l'intonation de la voix, son rythme, les variations de son intensité apportent beaucoup d'informations non-verbales. Recueillir tous ces éléments est précieux pour aller au-delà des apparences, qui peuvent déformer la réalité et au-delà des incohérences qui apparaissent à cause de la maladie et de la souffrance.

Dans ma pratique, j'utilise la musique pour apaiser la personne souffrante et lui permettre de s'exprimer avec plus de clarté. Cela crée un climat, où, ensuite, la voix de l'aidant peut aussi

jouer ce rôle d'apaisement, en combinant les sonorités douces, l'articulation bien posée, la régularité du souffle, la lenteur adaptée, le rythme pondéré et la musicalité mélodieuse de l'intonation. L'ambiance ainsi créée génère de la sécurité et de la confiance, propices à une relation qui peut s'établir dans le calme et à un accueil bienveillant de la personne en difficulté.

L'apport bénéfique du décodage du langage para-verbal favorise la réception du message émis par la personne accompagnée et complète la qualité et l'efficacité de l'écoute. **La voix est un outil de communication, qui permet d'exprimer des pensées et qui est influencée par les émotions.** Quand la maladie vient toucher les limites du corps et de la sensibilité, quand les facultés cognitives diminuent, les relations humaines sont affectées. C'est alors que l'aspect para-verbal et non-verbal devient un outil à développer pour continuer la communication, en se mettant à l'écoute des vibrations sonores et de leurs propriétés mélodiques, rythmiques... qui transmettent des informations subtiles et permettent de rester proches du malade dans une grande qualité de présence, perceptible de part et d'autre.

Cela peut aller jusqu'au silence de la voix, qui, au-delà des mots, parle à l'âme et apporte la paix.

**Il y a dans la voix,
dans le regard,
dans tout l'être
de ceux que nous aimons,
un fluide magnétique,
une sorte d'auréole, non visible,
mais sensible au toucher de l'âme,
si je peux parler ainsi,
qui agit puissamment
sur nos sensations intimes.**

George Sand ; Les lettres d'un voyageur (1834)



Jean Abitbol : « On ne peut pas trahir avec une voix. »



Kernews : Comment avez-vous été amené à vous spécialiser dans la voix ?

Jean Abitbol : La chirurgie oto-rhino-laryngologie, c'est la chirurgie de la communication avec les autres et la voix est quelque chose d'impalpable qui traduit nos émotions. Ce qui est extraordinaire, avec la voix humaine, c'est qu'elle fait partie de la science et de l'art. J'ai été fasciné par cette spécialité dans la mesure où elle mélangeait l'audition – l'écoute – la voix, qui est le reflet de notre personnalité et de nos émotions, parce que l'on ne peut pas trahir avec une voix et, bien évidemment, le goût et l'odorat. J'ai été pendant deux ans chirurgien généraliste et je me suis orienté vers cette spécialité.

K : Si vous êtes face à quelqu'un que vous n'aimez pas, vous pouvez lui faire un beau sourire et lui tendre la main, mais il sentira, au ton de votre voix, que vous n'êtes pas en empathie...

J.A : Ce qui est superbe avec la voix, c'est qu'effectivement elle nous trahit quand on est avec quelqu'un en privé et que l'on veut être sincère alors qu'on ne l'est pas. L'autre va tout de suite le sentir. Je vais vous parler de Peter Brook, qui est un metteur en scène remarquable. Il a fait un casting dans les années 95 en demandant à trois femmes d'improviser une scène au moment où elles perdaient leur mère. Quoi dire ? La première était hystérique, la deuxième s'est mise à pleurer et la troisième a dit une chose extraordinaire : « Maman, il y a tellement de choses que je n'ai pas pu te dire ». Ce silence entre les mots, c'est la caresse des vibrations de la voix.

On apprenait à poser sa voix dans des cours de théâtre ou de radio, avec des temps de silence nécessaires...

C'est toujours le cas lorsque les gens veulent en faire une profession, notamment les hommes politiques. On sait parfaitement que le président Macron a posé sa voix, puisqu'il a demandé à quelqu'un de lui apprendre à poser sa voix. En effet, dans l'enthousiasme, dans la passion, on monte dans les aigus et à ce moment-là on n'arrive plus à capter l'auditoire, car la puissance d'une voix individuelle, c'est lorsqu'elle entre dans l'intimité du collectif. Pour cela, il faut garder un timbre grave, simple, avec un rythme, afin de permettre à l'autre d'intégrer le message. Poser sa voix est quelque chose d'indispensable.



Source : freeimages

Pourquoi l'aigu a-t-il si mauvaise presse ?

Il n'a pas vraiment mauvaise presse, mais il apparaît, vous avez raison, dans l'énerverment. Plus on s'énerve, plus on se crispe, plus on tend les cordes vocales, plus on va dans les aigus... Et l'on va très vite. Mais si l'on prend son temps, on pose sa voix dans les graves et les graves nous enveloppent. Ils font partie de cette tonalité que nous avons entendue dans le ventre de notre maman. Le fœtus écoute sa mère à travers le liquide amniotique et ce sont les graves qui passent. C'est la même chose pour les baleines qui chantent, on peut les écouter à 10 000 kilomètres... C'est une histoire passionnante. C'est aussi l'histoire de l'homme, parce que l'homme se sert également des graves pour la séduction.



Pendant très longtemps, dans le milieu de la radio, les directeurs de stations ont cherché de belles voix graves et le conseil était alors de beaucoup fumer...

C'est vrai. Je cite l'exemple de Jean Marais, qui était l'ami de Jean Cocteau qui trouvait sa voix trop aiguë. Jean Cocteau lui a conseillé de fumer deux paquets par jour pour que sa voix soit plus grave. Effectivement, à cette époque, nous ne connaissions pas les effets néfastes du tabac... Mais le tabac crée un graillon sur la voix et le tabac épaissit les cordes vocales. Chez la femme, c'est encore plus grave. Je prends l'exemple de Jeanne Moreau ou de Simone Signoret, et ces graves sont malheureusement liés à cet élément artificiel. Dans le genre de la voix, il peut y avoir des voix féminines très graves et charmeuses d'une façon extraordinaire. Comme dans le téléphone rose, d'ailleurs...

Les voix nous transportent-elles de la même manière selon les civilisations ?

Absolument. Cependant, le rythme de musique que nous avons en Occident n'est pas du tout le même que celui que nous avons au Japon ou en Afrique. Le rythme de la voix est un rythme musical, il dépend de la culture : si j'étais en Russie, j'aurais une voix beaucoup plus grave parce que, dans leur registre de voix, les Russes ont trois octaves, alors qu'en France nous avons deux octaves. Effectivement, le milieu culturel est capital. Les petits nodules des cordes vocales sont comme des petits boutons. En Italie, 60 % des femmes ont cela et, évidemment, on ne va pas les opérer. Au Japon, elles sont seulement 1 % et là on les opère parce que, pour elles, c'est une invalidité vocale. Bien sûr, le milieu socio-culturel est capital dans la voix.

Vous parlez de la Russie avec ces voix graves : je peux prendre un autre exemple avec les deux grandes stars de la chanson du monde arabe, Fairuz et Oum Kalthoum, qui avaient des voix très aiguës qui ne passeraient pas en Occident...

Elles ne passeraient peut-être pas ici, mais Oum Kalthoum était une chanteuse d'exception, qui

chantait pendant quatre ou cinq heures. Et il y a une autre chanteuse remarquable, que j'ai la chance de connaître, c'est une chanteuse égyptienne : Yousra. Elle chante d'une façon superbe, mais elle a amené les graves et les aigus, car effectivement, aujourd'hui, nous sommes dans une époque où les graves et les aigus se mélangent. Nous ne sommes plus dans les aigus ou dans les suraigus comme au XVIIe siècle. Les sopranos, que ce soit Maria Callas ou Renata Tebaldi, ou Nathalie Dessay aujourd'hui, ont des aigus très beaux, mais des graves qui s'imposent. Aujourd'hui, effectivement, on a un mélange de ces deux harmoniques au niveau de la voix.

Martin Luther King n'avait pas forcément une voix, mais ses silences et sa gestuelle portaient tout son discours...

Il vous amenait sur trois éléments différents. D'abord, la spiritualité, seule la voix vous donnera une spiritualité. La religion est oralité depuis 5000 ans, le fait de dire « I have a dream » vous amène avec les mots dans un imaginaire. Et, dans son rythme, il laisse l'autre penser, donc le silence impose la réflexion. C'est la séduction de la voix.

Est-ce toujours d'actualité dans une civilisation où l'on doit s'exprimer très rapidement ?

On est arrivé à l'heure du zapping. C'est une catastrophe ! On ne laisse plus parler nos émotions, on laisse parler le réflexe de nos émotions. Un réflexe, c'est quelques secondes, alors on va parler très vite. On ne va même plus respirer pour pouvoir parler. Or, il faut respirer. C'est une catastrophe. Mais est-ce la fin de la voix ? Bien au contraire. On s'aperçoit aujourd'hui que dans Twitter ou tous les SMS, ce sont en fait des messages vocaux où la voix domine. La voix est la seule qui va vous amener à une spiritualité. Il ne faut surtout pas tomber dans les datas, dans les tablettes ou dans les smartphones, qui vous hypnotisent comme une drogue, il faut s'élever. La voix vous permet de dominer.

"La belle histoire de la voix" de **Jean Abitbol** est publié aux Éditions Deboeck.



Vies éternelles dans mon coeur

Proposé par Marie-Claire

Vibrations
Ouverture du coeur
Inspirations et expirations
X de extrêmes sensations.

Photographies jaunies.
Visages retrouvés.
Caresses de vos mains.
Mémoire de certains propos.
Voix estompées.
Vies éphémères.
Vies éternelles en mon coeur.

La petite voix intérieure

Proposé par Marie-Cécile

- Tu ne m'entends pas lorsque je t'interpelle !
Faut-il que je crie plus fort pour que tu t'arrêtes ?

Le corps parle, il a une belle voix, nous l'entendons, mais nous ne l'écoutons pas...
Faut-il qu'il s'épuise à force de parler ?

- Ça y est, je t'ai reconnue : tu es la petite voix intérieure, celle qui veille sur moi au quotidien, mais que je ne veux pas entendre.
Pourtant tu me sers de guide si je te fais confiance, lorsque je doute, à la croisée des chemins...

Tu ne t'adresses qu'à moi, personne ne t'entend, personne ne te perçoit, tu es si petite...
Peut-être viens-tu de l'au-delà ?

ALBATROS
Siège Social
33 rue Pasteur - 69007 LYON

Permanence :
Mardi & Jeudi
9h00/12h30 - 13h30/17h30
(Sauf vacances scolaires)

Tél : 04.78.58.94.35

Mail : albatros69@wanadoo.fr

Site : www.albatros69.org

Accueil Formation Initiale
Sur Rendez-vous
Les mardis et jeudis

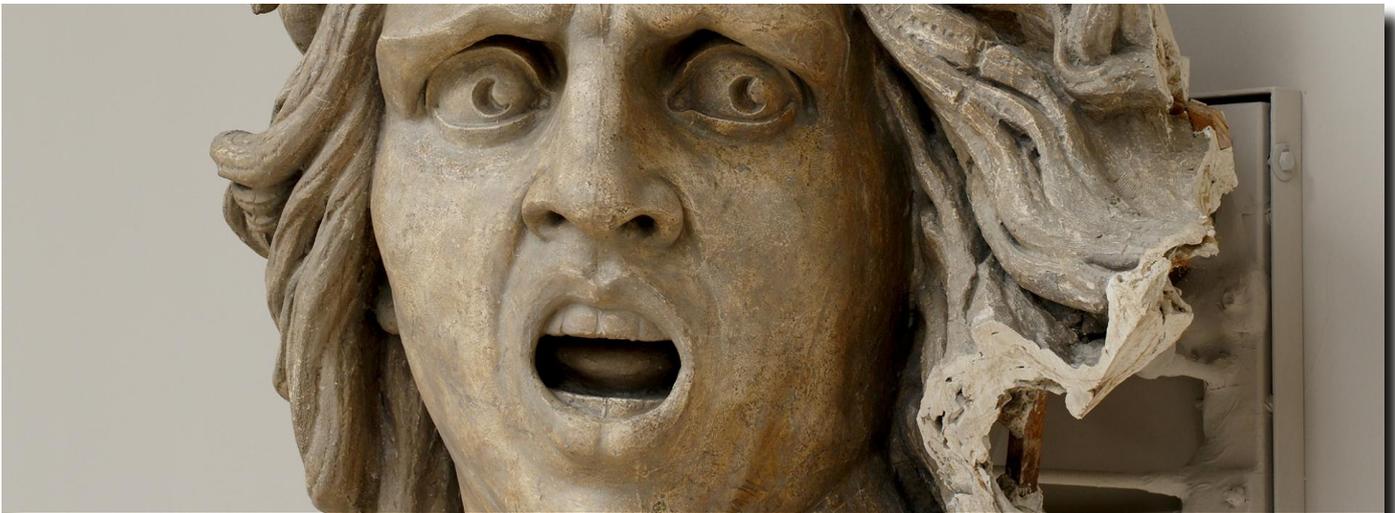
Documentation Bibliothèque
Présence des documentalistes
Mardi de 9h30 à 11h30

Association reconnue d'intérêt général
habilitée à recevoir des dons et des legs.

N° Siret : 420 518 839 000 14
Compte CCP : 7 8698 85 S - Lyon



**Une voix, une voix qui vient de si loin
Qu'elle ne fait plus tinter les oreilles,
Une voix, comme un tambour, voilée
Parvient pourtant, distinctement, jusqu'à nous.
Bien qu'elle semble sortir d'un tombeau
Elle ne parle que d'été et de printemps.
Elle emplît le corps de joie,
Elle allume aux lèvres le sourire.**



La Marseillaise - François Rude - Haut relief de l'Arc de Triomphe (Paris)

**Je l'écoute. Ce n'est qu'une voix humaine
Qui traverse les fracas de la vie et des batailles,
L'écroulement du tonnerre et le murmure des bavardages.**

**Et vous ? Ne l'entendez-vous pas ?
Elle dit "La peine sera de courte durée"
Elle dit "La belle saison est proche."**

Ne l'entendez-vous pas ?

**Robers Desnos
Contrée (1936-1940)**