

# IL CANTO IMPROWVISATO

## *OBIETTIVI GENERALI*

Il corso si propone di favorire una maggiore conoscenza di sé, delle proprie caratteristiche personali e dei propri limiti, e stimolare un certo grado di attenzione rispetto alle percezioni, alle sensazioni e alle emozioni, per poterle meglio comprendere ed utilizzare.

## *OBIETTIVI SPECIFICI*

Ai partecipanti si offrirà l'opportunità di intraprendere la ricerca della propria Identità Sonora (Iso). Si cercherà inoltre di instillare il desiderio e sviluppare la capacità di improvvisare e "fare musica" partendo dalla propria voce e dal proprio corpo facendoli vibrare insieme agli altri, mettendo in gioco la propria voce ed il proprio corpo immersi in una situazione di canto corale.

## *A CHI E' RIVOLTO*

A tutti. Non è richiesta ai partecipanti la conoscenza della teoria musicale né di essere intonati o saper cantare.

## *CENNI TEORICI E FASI D'INTERVENTO*

L'intervento trae spunto dalle intuizioni musicoterapiche cliniche e didattiche del prof. Rolando Benenzon dell'Universidad del Salvador (Buenos Aires) e dall'esperienza pluridecennale d'insegnamento della tecnica del canto difonico del conduttore.

Il lavoro sarà incentrato principalmente sulla voce. Cercherà di attivare sia l'aspetto fisico (postura, respirazione, fonazione, tensione-distensione muscolare) sia quello mentale (distinzione delle parti coinvolte nella fonazione; desiderio di ottenere un risultato adeguato a quello degli altri partecipanti; desiderio di superare i limiti fisici evidenziati dalla pratica; riconoscimento delle eventuali variazioni degli aspetti fisiologici spontanei, quali battito cardiaco, sudorazione, surriscaldamento corporeo, iper o ipo-ventilazione).

Durante il corso verrà indicato come:

- trovare una postura adatta ad intraprendere la pratica;
- prendere "contatto" con il proprio corpo (muscoli, pelle, respiro);
- concentrarsi sulle fasi respiratorie;
- identificare le parti del corpo coinvolte nell'emissione vocale;
- allenarsi all'emissione costante e regolare di un suono;
- individuare gli armonici presenti nel suono vocale emesso ed ascoltarli;
- abituarsi a cantare in coro;
- estendere le potenzialità del proprio timbro vocale.

Il lavoro sarà suddiviso in varie fasi:

- Silenzio e analisi generalizzata dello stato del proprio corpo e della propria respirazione;
- Respirazione dal naso portata in profondità e visualizzata come *acqua*;
- Far cantare il *fiato*;
- Ricerca della nota più grave e salita progressiva, respiro dopo respiro, alla nota più acuta;
- Portare attraverso il corpo, come una sorta di pellegrinaggio la visualizzazione del proprio canto immaginato come vibrazione che si trasforma in fiammella, calda, luminosa e sonora;
- Canto libero improvvisato concentrandosi su un *organo* o una parte del proprio corpo;
- Canto delle vocali;
- Canto di un solo suono facendo attenzione a riconoscere dove si avverte la vibrazione;
- Canto di un solo suono immaginando di far muovere nel corpo la vibrazione;
- Canto libero improvvisato in movimento;
- Canto libero improvvisato facendo derivare il suono dal movimento;
- Canto libero improvvisato portando il suono a trasformarsi in movimento;
- Canto libero improvvisato usando glissati dal grave all'acuto e viceversa, facendo riferimento alle categorie di *basso* e *alto*, *dentro* e *allargamento* (dal *dentro* al *fuori*);
- Verbalizzazione finale.

### ***PROGETTO OPERATIVO, TEMPI E COSTI***

Gli incontri si svolgeranno nella sede dell'associazione Arte, Cura e Trasformazione in via Cassini, 7 – Torino e avranno cadenza settimanale, tutti i martedì in orario 19:00/20:00.

La durata di ogni incontro è di circa un'ora.

La prima serata della terza serie di incontri è programmata per MARTEDÌ 17 GENNAIO 2012. Il corso proseguirà sino a martedì 20 marzo 2012.

Il progetto verrà avviato con un numero minimo di 5 iscritti. Il numero massimo previsto è fissato in 10 iscritti.

Il contributo per la partecipazione è di Euro 100,00.

Per svolgere qualsiasi attività all'interno dei locali dell'associazione è necessario essere iscritti. La tessera costa Euro 10,00 ed ha validità annuale a partire dalla data di emissione.

## CURRICULUM DEL CONDUTTORE

Alberto Ezzu studia privatamente pianoforte e chitarra classica; canto indiano in stile Dhrupad con la cantante-docente Amelia Cuni e canto difonico con un allievo di David Hykes.

Si diploma in musicoterapia presso una scuola A.P.I.M. (Associazione Professionisti Italiani Musicoterapia) con la tesi "*Intervento sonoro-musicale su pazienti in coma*", relatori il Prof. Giuseppe Scarso, ricercatore e psichiatra, e il Dott. Gerardo Manarolo, psichiatra e musicoterapeuta, presidente dell'A.P.I.M.

Insieme ad altri professionisti del Nord Italia, fonda il Centro Musicoterapia Benenzon Italia nel quale per sei anni occupa il ruolo di responsabile del settore *Formazione e Tirocinio*.

Ottiene la specializzazione in *Tecnico del Modello Benenzon* presentando la tesi "*Progetto di Musicoterapia di Comunità: favorire l'integrazione di minori stranieri residenti in Italia*".

Collabora a più riprese con il Dipartimento di Neuroscienze, Sezione Psichiatria dell'Ospedale San Giovanni Battista di Torino.

Segue un percorso di *Formazione Permanente* con il Prof. Rolando Benenzon dell'Università del Salvador a Buenos Aires (Argentina).

Al *XII Congreso Mundial de Musicoterapia 2008*, a Buenos Aires, insieme al cantante e musicoterapeuta Raffaele Schiavo, presenta il lavoro "*Harmonic singing and musical archetypes*".

È *Magister del Modello Benenzon*, titolo col quale è abilitato ad insegnare e supervisionare il Modello.

È autore del testo "*L'Ascolto Cantato – Dal Silenzio al Respiro, dalla Voce al Canto degli Armonici*" inserito in "*Musica tra Neuroscienze, Arte e Terapia*" e, con lo psichiatra e musicoterapeuta Dott. Roberto Messaglia, è co-autore del libro "*Introduzione alla Musicoterapia*".

Con alcuni cantanti italiani, sviluppa il progetto sul canto armonico *Overtone Consort* per l'insegnamento, la pratica e la diffusione del canto difonico. È autore e curatore del testo "*Il Canto degli Armonici – storia e tecniche del canto difonico*".

## BIBLIOGRAFIA E WEB

BENZON, Rolando, (1997) *La nuova musicoterapia*, Italia, Phoenix Editrice;  
BENZON, Rolando, (2007) *La parte dimenticata della personalità*, Italia, Edizioni Borla;

BENZON, Rolando, (2002) Musicoterapia e coma, Italia, Phoenix Editrice;  
SCARSO, Giuseppe, e altri (2003) La musica nella terapia del coma, Italia, ed. Minerva Medica;  
EZZU, Alberto e MESSAGLIA, Roberto (2006) Introduzione alla musicoterapia, Italia, Musica Practica;  
BENCIVELLI, Silvia (2007) Perché ci piace la musica, Italia, Sironi editore;  
THREUB, Sandra, SCHNEIDER, Bruce (1985) Auditory development in infancy, U.S.A., Plenum Press;  
BENZON, William (2002) Beethoven's Anvil: Music in Mind and Culture, U.S.A., Basic Book;  
MITHEN, Steven (2007) Il canto degli antenati, Italia, Codice edizioni;  
RIGHINI, Pietro (1970) L'acustica per il musicista, Italia, Zanibon;  
EZZU, Alberto (2009) Il canto degli armonici – storia e tecniche del canto difonico, Italia, Musica Practica.  
<http://www.fundacionbenenzon.org>  
<http://www.fundacionbenenzon.org/graduados-2008-magister>