

Association « La Voix Source »
126 rue St Priest, Impasse Font trouvé
34090 Montpellier
Siret 80470054000029 – Ape 9001Z
Organisme de formation : 76 34 09052 34

CIV- La pulsation de l'énergie vitale dans le corps avec la voix Physio-organique & le module 1

La pulsation de l'énergie vitale dans le corps avec la voix

Au centre de la théorie et de la pratique de Radix (Méthode psycho corporelle), il y a le concept d'une force de vie ou de la base qui circule dans le corps. Lorsque cela circule librement, il y a une grâce et une harmonie dans le corps et une connexion profonde avec tous les aspects du corps-esprit. Les sentiments, les actions et les pensées sont intégrés et la personne est «pleinement en vie».

Le Radix s'intéresse particulièrement à la pulsation de cette énergie vitale quand elle se concentre dans le centre ou le noyau et s'étend à la périphérie. Ceux-ci nous connectent respectivement à notre être intérieur (la richesse de nos sentiments, intuition, rêves, fantasmes etc.) et au monde extérieur (une manière d'exprimer nos sentiments et nos visions, ainsi que nos relations, notre travail et notre fonctionnement quotidien).

Dans cette exploration qui nous pré-occupe, notre quête est de rechercher les chemins qui vont permettre de renouer cette alliance entre le corps/voix et son énergie vitale.

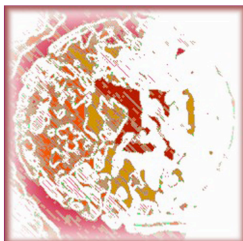
Dans la démarche, Wilhelm Reich cherche à déclencher une sorte de fac-similé du réflexe orgasmique (énergie vitale). La réaction activée dans son approche thérapeutique est une forme de réaction globale de l'organisme qui est notamment utilisée dans un orgasme. Cette réaction peut aussi être déclenchée en danse, ou par des techniques de transe, ou de chant collectif.

Info : [le radix de Kelley](#) et [le site du Radix](#)

Le figement de l'énergie vitale de la voix

La trois défenses du cerveau reptilien, les "trois F" sont à notre disposition, le "freeze", qui consiste à se figer, pour ne pas attirer l'attention, le "flight", c'est-à-dire la fuite et enfin le "fight", le combat, de vociférer et de se montrer prêt au combat..

Le figement du processus de l'énergie vitale dans la voix s'est manifesté très tôt dans notre vie. Celui-ci a touché tous les niveaux de notre être. Mais le niveau sur lequel nous devons œuvrer avant tout, est au niveau de l'énergie que la voix dégage. C'est ce niveau qui va permettre de renouer l'alliance entre le corps/voix et son énergie vitale.



Association « La Voix Source »
126 rue St Priest, Impasse Font trouvé
34090 Montpellier
Siret 80470054000029 – Ape 9001Z
Organisme de formation : 76 34 09052 34

Les trois grandes "formes" qui permette de relier la pulsation de l'énergie vitale dans la voix

L'idée de notre processus est toujours d'aller dans ce côté organique de la voix/corps vers une direction d'un "artificiel artistique" et "culturel". Et nous avons de très nombreux exemple dans l'histoire du chant de l'humanité qui ont ou sont encore relié à ces deux dimensions. Dans le processus corporel mis en lumière par Wilhelm Reich, l'idée d'une vague (comme dans l'orgasme) qui grandit petit à petit dans le contour proposé est fondamentale.

1- Chevaucher l'énergie du sillon du fluide dans la voix

Sans chercher trop loin de notre culture, il existe tous les chants relié à l'énergie de la vibration corporel, de la voyelle : chant lyrique, chant traditionnel utilisant de nombreux mélismes autour de la voyelle, etc..

Mais dans d'autres contrées, y sont ajouter de manière très marquée, le coté cyclique de la respiration dans le chant, souvent dans des contextes collectif et ritualisés : mantra yoga, kototama, chant de mantra, chant méditatif, chant mystique... Par exemple dans le Mantra Yoga (mais pas que) le chant est sur le mode question/réponse, où l'enseignant chante le mantra, alors que les élèves inspirent en même temps son air et "le chant de l'enseignant". Un processus organique (basé sur le cycle de a respiration, inspir/expir) vient alors renforcer l'énergie du fluide de la voix au travers de la vague respiratoire. Un synchronisme se fait de manière totalement instinctive entre les deux parties, quand l'enseignant va parfois dans une accélération du cycle, poussant plus loin l'engagement vocal et corporel.

Plus le processus est soutenu par les mouvements du corps (balancement, mouvement de bras, ...), plus le processus d'une reliance corps/voix s'inscrit.

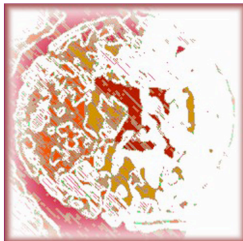
Info : <http://www.lavoixsource.org/le-sillon-du-fluide-de-la-voix/> -
<http://www.lavoixsource.org/andre-riehl-mantra-sadhana/>

2 - L'énergie dans le processus rythmique dans le langage chanté

Dans le processus du langage, chante, l'énergie continu et fluide de la voyelle est alors propulsé par les consonnes dans mots. Un processus d'énergie d'impact vocaux dans tout le corps. L'impact des différentes manières dont ces consonnes propulsent cette énergie dans le corps/voix, vont lancer une dynamique combiné entre le soutien de la rythmicité et l'ouverture formantique de la voix. Une alliance du mouvement du corps et de mouvement du langage chanté est alors évidente. Plus le processus rythmique est soutenu, plus le corps doit être engagé pour qu'il y soit en accord. Plus l'impact des syllabes est hors de nos champs habituels, plus notre plasticité formantique se sent engagé. Des "efforts" sont nécessaires pour y trouver à nouveau du confort.

Association « La Voix Source »
126 rue St Priest, Impasse Font trouvé
34090 Montpellier

www.lavoixsource.org
lavoixsource@melperso.net
Siret 80470054000029 – Ape 9001Z



Association « La Voix Source »
126 rue St Priest, Impasse Font trouvé
34090 Montpellier
Siret 80470054000029 – Ape 9001Z
Organisme de formation : 76 34 09052 34

Encore une fois de nombreux exemples dans les chants dans notre monde, comme : récemment le Rap, certains passages de raga chanté, chant rituel Qawwalî, ... mais aussi plus spécifiquement tous les chants pour tous les apprentissages rythmique (konakol,...)

Bio : 27 Styles de Rap : <https://www.youtube.com/watch?v=izgsppAKtjE> , Chanteur Qawwalî Nusrat Ali Khan

3 - L'énergie rythmique du souffle dans la voix

le Travail de respiration holotropique (TRH) (Holotropic Breathwork) utilise la puissance de la respiration et de la musique pour franchir les barrières habituelles de la perception. De nombreuse pratique de chants traditionnels amène le chanteur à ouvrir son espace intérieur au travers de cette énergie d'un souffle à l'inspir fortement sollicité, voire très sonore. Le processus énergétique est alors extrêmement fort, mais contrairement au riberth ou la respiration holotropique , l'imper-ventilation n'en est pas le but recherché, mais bien une fois de plus, celui d'activer l'énergie vitale du chanteur.

Là encore la notion d'un processus rythmique entre en jeu, plus la pulsation est intense, plus le corps vocal et respiratoire est engagé énergétiquement.

De nombreux exemples dans les chants dans notre monde, comme : récemment le BeatBox (une véritable chorégraphie du souffle), chant inuit, dhikr soufi, ...

Bio : *Respiration holotropique de Stanislav Grof* - Chant inuit - <https://www.youtube.com/watch?v=qnGM0BIA95I>