



Maria Höller-Zangenfeind

IL CORPO DELLA VOCE

*Manuale per il respiro e la voce
secondo il metodo Atem-Tonus-Ton*

A cura di
SILVIA BIFERALE

Traduzione di
CRISTINA CORRIERI

“Che il respiro sia importante per la voce non è del tutto esatto:
la voce è il respiro”.

“Questo libro è stato scritto per le persone che si interessano al proprio corpo, al proprio essere e alla propria voce. Il metodo che qui espongo dà la possibilità, a tutti coloro che siano interessati, da una parte di accedere al proprio mondo interiore, dall’altro di essere presenti con il corpo e con la voce nello spazio circostante”.

Così introduce il proprio lavoro Maria Höller-Zangenfeind, terapeuta del respiro e del corpo: il testo, frutto di una ricerca durata anni, nasce dalla forte esigenza dell’autrice di trasformare il raffinato lavoro con il respiro della sua maestra Ilse Middendorf, riflessivo, contemplativo e introvertito, in voce, in espressione di sé e relazione con l’esterno.

Maria Höller sviluppa a partire da queste premesse il metodo *Atem-Tonus-Ton* (‘Respiro-Tono-Suono’), con l’idea appunto di costruire un ponte tra il lavoro contemplativo sul respiro e sul corpo e un training vocale basato sul lavoro corporeo.

Nasce così una ricerca sulla voce molto originale, in cui vi è continua alternanza tra interno ed esterno, tra raccoglimento ed espressione di sé. Non un’attenzione rivolta solo al momento della produzione vocale, dunque, bensì una cura dell’intero processo che conduce alla vocalità.

È molto chiaro in questo processo il ruolo che ha il respiro. “Che il respiro sia importante per la voce non è del tutto esatto: la voce è il respiro”, dice la Höller. Un elemento di grande originalità del suo lavoro sta infatti proprio nella cura dell’intero ciclo respiratorio e non soltanto dell’espiazione. Ogni intervento attivo fatto durante l’espiazione è preceduto da un’inspirazione accurata e libera, ed è proprio durante l’inspirazione che avviene il cambiamento. È durante l’inspirazione che il corpo si apre, crea spazi di risonanza, si distende, costruisce piano piano una memoria che renderà sicura ogni futura esecuzione.

Il libro (corredato di una lunga serie di esercizi, spiegati e illustrati nel dettaglio) conduce dunque attraverso la scoperta e la costruzione degli spazi del respiro e degli spazi di risonanza, proponendo al lettore anche l'esplorazione e la percezione di spazi raramente presi in considerazione. Una vera mappa di risuonatori.

Un metodo che si rivolge a chiunque sia interessato a utilizzare la voce come strumento di esplorazione personale, e naturalmente di grande interesse per cantanti, strumentisti, performer, terapeuti e tutti coloro che lavorano con la voce e con il respiro.

MARIA HÖLLER-ZANGENFEIND (1952-2001), psicoterapeuta del respiro e del corpo, è stata cantante e performer. Dopo una formazione nell'ambito delle scienze sportive, ha studiato ed è diventata formatrice presso l'Institut für Atemtherapie und Atemunterricht di Ilse Middendorf a Berlino e si è formata come psicoterapeuta transpersonale con Sylvester Walch. Ha tenuto corsi in Germania, Austria, Olanda, Italia, Giappone, Svizzera e Stati Uniti per cantanti, attori, terapeuti e professionisti della formazione.

SILVIA BIFERALE, terapeuta della riabilitazione, si è specializzata come terapeuta e pedagoga del respiro secondo la teoria di Ilse Middendorf e come terapeuta della voce (*Atem-Tonus-Ton*) in Germania; è responsabile per l'Italia della formazione europea *Atem-Tonus-Ton*. È autrice di *La terapia del respiro. Dall'esperienza sensoriale all'espressione musicale*, e ha curato per la casa Editrice Astrolabio l'edizione italiana del testo di Ilse Middendorf *L'esperienza del respiro*. È didatta dell'Audiation Institute per la Ricerca e la Formazione sull'Apprendimento Musicale secondo la Music Learning Theory di Edwin E. Gordon.

collana IL LAVORO SUL CORPO E SULLA MENTE

isbn 978-88-340-1775-3

pagine 198

prezzo € 18,00

USCITA PREVISTA: MAGGIO 2019