

Journée « La voix humaine »

## Semaine du son de l'Unesco Nice

Lundi 23 janvier 2023

Maison de l'Étudiant, Nice (salle 200 places)

9h30 Accueil

9h45 Ouverture

- 10h **Jean Abitbol**, phoniatre, Paris. La voix humaine
- 11h **Fabien Amoretti**, Oraltitude, Nice. Atelier conférence
- 11h45 **Alice Guyon**, Chercheuse, Valbonne. Des compléments alimentaires pour la voix ?
  
- 12h Pause déjeuner
  
- 13h **Françoise Nowak**, accoucheuse de voix, Paris. Au cœur du corps.  
Interview-Vidéo de Marion Cotillard et témoignage, entretien.
- 13h 45 **Katia Eleonor Rosanis**, Nice. Atelier de chant
- 14h30 **Deborah Bellevy**, Antibes. Epanouissement de l'être par la voix. Atelier conférence
- 15h **Dominique Arnaut** Enseignement Souffle et Voix
  
- 15h30 **Table ronde** avec le public (Fabien, Françoise, Eléonor, Deborah, Dominique)  
Aller mieux pour améliorer sa voix - utiliser sa voix pour aller mieux
  
- 16h15 Pause
  
- 16h30 **Manuella Filippa**, chercheuse à Genève, Suisse.  
Impact du chant de la mère sur le nouveau-né
- 17h **Pascal Belin** chercheur en Neurosciences, Marseille  
La Voix est Spéciale pour le Cerveau
  
- 17h30 **Sayan et Gérard Bertin**. Atelier de Khoomi (chant diphonique Mongol)
  
- 18h **Sunny Sandhu**. Concert/Atelier de chant Dhruwad (chant thérapeutique indien)
  
- 19h Clôture

20h30 : Concert du Big-Band de Vallauris



### **DOCTEUR JEAN ABITBOL**

Professeur associé ORL Drexel University College of Medicine of Pennsylvania Philadelphia-USA

Ex-President of the International Society for Laser Surgery and Medicine

Ancien Interne – Ancien Assistant des Hôpitaux de Paris, Ancien Chef de Clinique à la Faculté de Médecine de Paris, Oto-Rhino-Laryngologiste - Chirurgie Cervico-Faciale

Chevalier de la légion d'honneur en 2005

Dès 1983, en collaboration avec le ministère de la Culture et de la Santé, il a créé le « Centre voix » à La Cité des sciences et de l'industrie. Il est cofondateurs de l'Association Européenne de Laser En 2013 il est président de la Société internationale Laser de chirurgie et de médecine. Il siège au conseil d'administration de l'Association internationale de

Phonochirurgie depuis 2010 (chirurgie de la voix). Il est membre de nombreuses sociétés scientifiques nationale et internationale.

En Juin 2018 membre du comité scientifique et du conseil d'Administration de la Fondation Américaine de la Voix. Il est nommé par trois fois : à la « Presidential Citation » de l'Association Américaine de Laryngologie (2006, 2011, 2016).il a reçu récemment la « Presidential Citation » de l'Académie Américaine Oto-Laryngologie en avril 2022.

Le Dr Jean Abitbol partage sa passion la voix humaine à travers des films médicaux sur l'Art et la Science de la voix humaine. Son premier film : « L'empreinte Vocale » traduit en plus de 6 langues reçoit le grand prix du premier festival du film médical, la recherche, de l'innovation et de la réalisation médicales décerné par Madame le Ministre des Affaires Sociales et de la Solidarité Nationale, par le secrétaire d'Etat de la Santé de l'Académie Nationale de Médecine. Depuis, il a réalisé près de 16 films scientifiques et de nombreuses émissions de télévision. ("L'Aventure intérieure", un film de 90 minutes avec la chaîne Arte; il a reçu "le Grand Prix de la 43e Festival International" Techfilm 2005 » ; la "Silver Médaille mondial au New York Festivals USA 2006 " « le mystère de la voix », ce film pour Discovery Channel). Il participe à de nombreuses émissions radio-télévisées, articles de presses. Il a pris soins de nombreuses personnalités professionnelles de la voix, enseignants, avocats, politiques, ou artistes .

Il est auteur et co-auteur de livres scientifiques. En Avril 1995, considéré comme pionnier dans ce domaine, il publie: : Chirurgie de la Voix au Laser. Il participe aux chapitres de nombreux ouvrages sur la voix avec plus de 300 publications médicales. Il est aussi auteur de livres grand public : *L'Odyssée de la Voix* (Robert Laffont puis livre de poche) En 2005 remise à jour en 2013, *Le Pouvoir de La Voix* (Edition Guillaume Allary) En 2016, *Voix de Femme* (Edition Odile Jacob) En 2018, *La plus belle Histoire de la Voix* (Edition Albin Michel – De Boeck) En 2019, *Les voix qui nous gouvernent* (Edition Grasset) A paraître avril 2023.

Toutes ses recherches médicales et chirurgicales contribuent à améliorer la connaissance scientifique, culturelle et artistique et le traitement de la voix humaine depuis près de 35 ans.

« *La voix humaine, alchimie entre la raison et l'émotion, entre la science et l'art, est la faculté souveraine de l'Être. Elle est la force de son évolution* »

Jean Abitbol

Fabien Amoretti



Fabien Amoretti

La découverte de l'existence d'un savoir vocal très performant, en sommeil à l'intérieur de chacun de nous, et la mise au point du processus capable de l'activer, permettent désormais d'ouvrir et d'optimiser le charisme vocal de chacun et de développer les performances communicationnelles de celles et ceux dont la voix est l'outil de travail. Notamment celle des éducateurs chargés d'une mission de transmission (parents, enseignants). Mais ce n'est pas tout : ces avancées ont également montré quelles étaient en outre en capacité d'ouvrir, à niveau professionnel, le potentiel artistique de toute personne qui le désire. Ceci dans tous les domaines concernés par l'oreille et la voix : théâtre, chant, pratique instrumentale et danse. Nous pouvons donc, désormais, dans chacun de ces périmètres devenir, toutes et tous, parties prenantes de l'art à très haute altitude et allumer ensemble le premier phare d'une civilisation d'artistes. Ceci dans l'espoir d'ouvrir une des pistes menant au changement civilisationnel ardemment souhaité par tous les esprits lucides en regard des nombreux dangers que ce jeune siècle va devoir affronter. A ce stade de nombreuses questions doivent normalement maintenant fleurir sur vos lèvres... Ce sera un plaisir d'y répondre.

Disons déjà qu'à la suite de ces découvertes, alors professeur de mathématique et de physique, je fus nommé responsable des ateliers voix à l'IUFM de Paris lors de sa création en 1990 puis, ne pouvant plus faire face à la demande, chargé ensuite par François BAYROU, alors Ministre de l'Éducation, d'une mission nationale sur la voix et détaché au Ministère de la Recherche. Ceci afin d'explorer les pistes permettant à chacun de pouvoir bénéficier de ces avancées. Le but de cette conférence est bien sûr d'éclairer sur la nature des trois pouvoirs de la voix révélés par ces découvertes et d'expliquer scientifiquement en quoi ils pourraient apporter, au-delà de la résolution des problèmes d'attention (entendu ici aux deux sens de ce terme, c'est-à-dire : être attentif et être attentionné), qui minent l'école et le monde contemporain, une solution inédite à la perte de sens et de lien qui envahit nos sociétés. Nous sommes en effet nombreux à penser que ce qui a été mis à jour est suffisamment puissant pour être en mesure de conduire à un renouveau capable de déplacer le centre de gravité de nos sociétés, de l'avoir vers celui de l'être. Nous verrons également pourquoi cet inespéré triptyque vocal est en mesure de revitaliser les deux axes du repère qui de tout temps a structuré chaque civilisation : l'axe vertical de transmission des règles et des savoirs et l'axe horizontal de solidarité et de partage entre les individus. Le projet Oraltitude Odysée qui en résulte a été conçu dans cette perspective et sera présenté lors de cette conférence prévue pour se dérouler en deux temps.

Temps 1 : Oraltitude 732 (2 découvertes, 3 effets, 7 périmètres impactés). Le but de cette première séquence est d'exposer de manière accessible à tout public, - la nature des deux découvertes (savoir vocal insu et clé harmonique de réveil), - les 3 pouvoirs de la voix qui en résultent (effet symbolique, effet stradivarius et effet formantique), - les 7 périmètres impactés (Éducation, Culture, Écologie, santé, finances publiques, innovation, emplois).

Temps 2 : Oraltitude Odysée. Il s'agit d'un projet pionnier qui propose, grâce à ces découvertes, de constituer au cœur des écoles et des villes, des « chœurs de combat » dont la nature sera précisée lors de la conférence au cours de laquelle une expérience inédite d'éclosion de la capacité vocale de l'auditoire par analyse d'un chant collectif Avant et Après l'exposé sera par ailleurs proposée.

Bien chaleureusement. F.R.AMORETTI Site : [www.oraltitude.fr](http://www.oraltitude.fr) Adresse mail : [contact@oraltitude](mailto:contact@oraltitude.fr)



**Alice Guyon** est directrice de recherches au CNRS avec pour spécialité les neurosciences et la psycho-neuro-endocrino-immunologie. Elle s'intéresse à une approche intégrative de la médecine et est membre de l'Observatoire des médecines non conventionnelles et complémentaires de Nice (OMCNC). Elle pilote le pôle science de la société savante sur les Interventions Non Médicamenteuses (la NPIS). Elle est conférencière et auteure. Alice s'implique dans la vie associative et tente de créer des liens pour accompagner la transition sociale et environnementale. Elle est organisatrice de la Semaine du Son de l'Unesco à Nice depuis 2021. Elle est aussi artiste, elle écrit de la poésie, joue de la musique et s'exprime par la sculpture, la mosaïque et le peinture.

### **Des compléments alimentaires pour améliorer la voix?**

Une étude scientifique a été menée pour tester les effets de compléments alimentaires à base d'oligo-métaux sur la voix et plusieurs autres paramètres physiologiques en lien avec le stress. La méthodologie et les résultats préliminaires de cette étude seront présentés.



**Françoise Nowak** est accoucheuse de voix. Son parcours commence par une fascination pour le son et la musique, qui s'exprime par un morceau de piano joué en public à la maternelle puis des études de piano et solfège traditionnelles.

L'envie de chanter vient très vite : être à la fois l'instrument de musique et l'instrumentiste qui en joue constitue une jouissance et une difficulté rares. La quête d'être au diapason de sa voix et de ce que l'on interprète amène à vouloir atteindre des sommets d'exigence et de beauté, qui culminent avec le chant lyrique. Encore insatisfaite de ses résultats en la matière, elle continue de cheminer vers cet accomplissement de la personne au travers du chant.

Cette recherche menée de longue date hors des sentiers battus de l'institution musicale est riche d'apprentissages clefs : de l'anatomie vocale aux fascias, en passant par l'approche Feldenkrais et bien d'autres méthodes axées sur le corps et le développement vocal. Forte de ces acquis, Françoise Nowak aide depuis 12 ans les personnes qui le souhaitent à révéler leur véritable voix et, ce faisant, à accoucher d'elles-mêmes par leur voix.

### **De « tais-toi » quand tu parles à « t'es toi » quand tu parles**

Notre voix, en tant qu'instrument, exprime notre identité. Elle porte la trace d'événements vécus comme de graves dangers, des humiliations ou des agressions, souvent oubliés. L'attitude de défense ou de repli spontanée d'alors, pour faire face, s'est traduite par des tensions corporelles, restées ensuite inscrites dans le corps, comme des nœuds. D'où un verrouillage de la voix et des émotions négatives associées, pour mieux les mettre à distance. La méthode « Au cœur du corps » conduit à déverrouiller cette voix en intervenant exclusivement sur le corps, pour le libérer de ces tensions limitantes. Dégagées de ces entraves et, ce faisant, de l'emprise totalitaire du mental, la voix et la personne se dévoilent et se déploient dans leurs potentialités... Ce qui conduit à devenir pleinement qui l'on est, et à trouver sa voie.



**Déborah Bellevy** est artiste lyrique, thérapeute psycho Analyste voix, avec la médiation par l'art vivant, formatrice en thérapie voix, directrice de l'Univers de la Voix à Antibes Diplômée, et confirmée par sa carrière d'art lyrique, art dramatique, mise en scène. Elle est par ailleurs certifiée en Programmation neurolinguistique (PNL), sophrologie, art thérapie, et du D.U. Voix et symptômes, psychopathologie et clinique de la voix de Paris 7 (2020). Elle a également suivi le DU médiation, interaction art et psychothérapie à Nice (2016). Au sein de son espace « l'Univers de la voix », elle propose des conférences sur le thème de l'art et de la voix, accompagne en individuel et en groupe toute personne soucieuse de trouver sa voie par l'outil de la voix. Elle a créé sa méthode et suit également les personnes souffrant de trouble de la voix, de la maladie de Parkinson, et d'Alzheimer, d'autisme. Son amour pour l'humain, la vie, l'art et le partage est immense. Aussi, elle choisit

d'associer tout cet amour à son plus bel outil, sa voix, pour transmettre, soigner, soulager, libérer, développer le meilleur de soi-même.

### La voix humaine, une magicienne!

La voix est un sublime instrument de musique, un organe sensoriel où l'émotion se traduit par « l'encre » du son. La soufflerie qui anime les plis vocaux éveille la vibration, la résonance, alors la voix se fait chair. Les émotions influencent le timbre d'une voix, secret identitaire d'une personne et de ses multiples personnalités. Secret identitaire d'une personne et de ses multiples personnalités. Aussi, son qu'il soit humide, cassant, chevrotant ou joyeux, harmonieux, colore un phrasé parlé ou chanté et traduit le sensible d'une voix.

Le geste juste donne une voix juste ; la notion de « chanter juste » est véritablement liée au langage non verbal des émotions. De l'émoi vers le moi, la voix respire la parole de l'inconscient.

La santé vocale offre une libération des tensions du corps, en soi ou en l'autre. Elle peut, par sa résonance, être mise au service d'une personne souffrante et lui offrir un réconfort, voire une guérison; mais elle peut aussi troubler, générer un inconfort.

La voix humaine, par son intensité et ses registres (aigu, médium, grave), impacte l'équilibre émotionnel. Par exemple, la magie d'une voix lyrique au son ample peut, par sa virtuosité, avoir un fort pouvoir magnétique sur le public. Ce magnétisme se retrouve aussi dans des circonstances plus intimes (relation professionnelle, thérapeutique, familiale...).

L'atelier proposé "Oser sa voix ; sortir de la gêne et de la honte !" portera sur le jeu vocal et les émotions. Il sera démonstratif (écouter/entendre) et participatif.

Nous proposerons un extrait de « La Voix Humaine de Cocteau » parlé et chanté sur la musique de Poulenc.



Dominique ARNAUT est orthophoniste, diplômée de l'école d'orthophonie de PARIS depuis 1980. Elle fait son début de carrière à PARIS et assiste aux montages de mises en scène et aux suivis de spectacles de théâtre. Orthophoniste à NICE depuis 1982, avec parallèlement des suivis réguliers à PARIS, elle perfectionne et atteint un niveau élevé dans la pratique du souffle et, finalement, crée ses propres cours (ateliers de pratique). En effet, ne trouvant pas sa "voix", alors qu'elle travaille au sein d'un cabinet O.R.L., elle souffre de douleurs cervicales, de manques de portée de sa propre voix et d'inflammations laryngées fréquentes. Aucun traitement médicamenteux ne résolvant ses faiblesses, elle découvre les cours de souffle et ce fut une belle révélation : des résultats immédiats et un plaisir dans cette pratique. Elle

démontre les cours de souffle avec son professeur qui utilise une technique basée notamment sur la gymnastique diaphragmatique (Exercices au sol et Projection de la voix). Cette technique lui permettra d'aider et de guider de nombreux comédiens de scène, de cinéma, et également les chanteurs. Par ailleurs, en 1992 et 1993, elle participe à la formation de phoniatries à BESANÇON auprès de M-A FAURE (phoniatre et chanteuse lyrique). Elle y découvre une technique de formation remarquable, antagoniste à ses connaissances précédentes mais lui permettant d'articuler les deux formations en complémentarité.

Elle organise régulièrement des séminaires « souffle et voix » ouverts à tous (professeurs de yoga, professeurs de Qi Gong, comédiens, enseignants, kinésithérapeutes, etc...) mais plus spécifiquement aux pédagogues de la voix (professeurs de chant, de théâtre ou même du sport...)

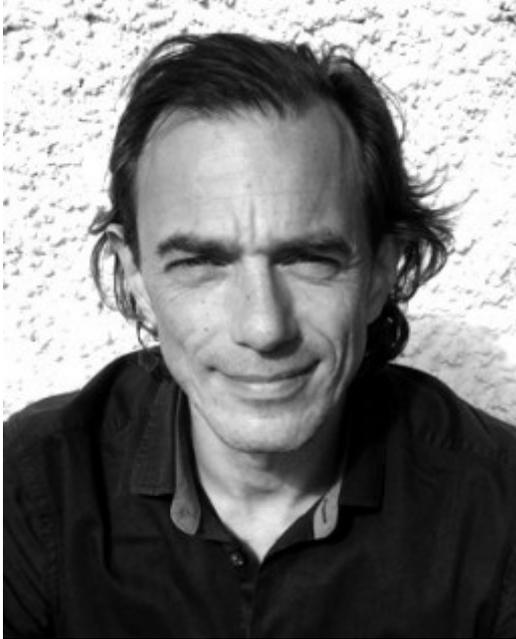
Elle intervient dans des colloques et congrès et poursuit régulièrement des formations afin de perfectionner sa pratique auprès de ses patients: travail sur sa propre voix avec divers professeurs, diverses techniques de chant, puis participation en chorale, stage sur la pédagogie de la voix chantée auprès du Dr Benoît Amy de la Bretèche, phoniatre, et perfectionnement à sa méthode (technique de la paille, équilibre des pressions, etc...), rencontre avec un maître de musique et chant indien à Nice : SRI HANUMAN qui lui enseigne la pratique des micros-sons : écoute et productions de voyelles en conscience de leur résonance. Également, elle s'initie au chant diphonique pour découvrir l'importance des harmoniques dans la voix et participe aux ateliers de pratique durant 2 années. Elle découvrira enfin les chants médiévaux dont les voyelles sont tenues sous forme de sirènes (Hildegarde Von Biggen) partitions médiévales.

Ces diverses formations ont pour résultat une meilleure compréhension de la pratique de l'expression vocale, lui permettent ainsi une prise en charge beaucoup plus étendue et donc bien mieux appropriée à chaque patient grâce à une personnalisation des exercices. Ses apprentissages, à la fois variés et très enrichissants, lui ont permis de créer sa propre méthode « Souffle & Voix » s'appuyant sur les 3 bases fondamentales du souffle pour la Voix qu'elle a appelé les 3 étages : 1) résonateurs, 2) thoracique supérieur 3) abdominal

Le SOUFFLE utilise le corps pour LIBERER la personne dans sa globalité (Libérations émotionnelles, psychologiques...)

Les résultats démontrent ainsi qu'il n'est pas suffisant de s'appuyer que sur de la technique pure. Notre monde d'aujourd'hui permet un éveil des consciences et ainsi, de nombreux enseignants de la voix, ont compris l'importance du corps et du souffle ; qui ne souvient pas des cours de chant « à l'ancienne » où, seules quelques vocalises étaient demandées au chanteur ! Durant toute sa carrière, elle formera régulièrement les orthophonistes à sa pratique dans la prise en charge des pathologies vocales, et suivra sa patientèle constituée essentiellement de suivis en phoniatrie,

Actuellement, en fin d'activité, sa passion demeure intacte.



**Pascal Belin** est professeur en Neurosciences à Aix-Marseille Université. Après son diplôme d'ingénieur de l'Ecole Polytechnique, il effectue sa thèse de Doctorat en Sciences Cognitives sous la direction du Prof. Yves Samson sur les bases neurales de la latéralisation du langage. C'est lors d'un séjour postdoctoral à l'Université McGill à Montréal dans l'équipe du Prof. Robert Zatorre que sa découverte des « aires de la voix » du cerveau humain oriente son activité scientifique vers l'étude du Cerveau Vocal. Il obtient un poste de professeur-adjoint au Département de Psychologie de l'Université de Montréal en 2001, puis en 2005 un poste de Professeur en Neurosciences à Glasgow University où il fonde le « Voice Neurocognition Laboratory ». En 2012, il rejoint Aix-Marseille Université et l'Institut de Neurosciences de la Timone à Marseille, où il anime l'équipe de recherche « Bases Neurales de la Communication ». Pascal Belin a acquis une réputation de stature internationale par ses travaux sur les bases cérébrales du traitement de l'information vocale. Il a publié plus de 120 articles scientifiques dans des revues internationales, cités plus de 20000 fois. Il est l'un des éditeurs du récent « Oxford Handbook of Voice Perception ».

### La Voix est Spéciale pour le Cerveau

La voix humaine est sans doute le son le plus important de notre environnement sonore : parce qu'elle porte la parole, bien sûr, mais aussi pour la richesse d'informations qu'elle véhicule sur la personne qui vocalise. Nous sommes dès avant même notre naissance baignés dans un monde de voix, ce qui fait de chacun de nous un expert en voix, grâce sans doute à des mécanismes cérébraux dédiés. Dans cette conférence je montrerai que les voix sont en effet spéciales pour le cerveau : nous possédons tous des mécanismes cérébraux activés uniquement par les sons de voix humaine, dont les « aires de la voix » du lobe temporal. Ce réseau de régions corticales est un véritable Cerveau Vocal permettant l'analyse de niveau expert de toutes les informations contenues dans la voix, mais qui dans certains cas peut être lésé, induisant des déficits spécifiques de perception de la voix.

## SAYAN et Gérard Bertin de la tortue écarlate

### Chant diphonique de Mongolie



**Sayan** permet la rencontre avec le Khöömii : art de tradition Mongol.

Il a reçu les enseignements de Gérard Bertin à Nice et de Johanni Curtet à Aubagne. Ils sont ses mentors concernant cette pratique depuis 10 ans. Il continue à rencontrer des maîtres de la République de Touva et de Mongolie. Sayan consacre son temps à vivre et à faire vivre la voix entant qu'instrument. Il a côtoyé des maîtres de différentes cultures ces 20 dernières années et se sert au quotidien de ses acquis pour les personnes et les groupes qu'il accompagne, leur transmettant les techniques pour cultiver Écoute, Joie, Vitalité, Harmonie



**Gérard Bertin** a découvert en 1990 le chant diphonique - khöömii en mongol - grâce au film « Le chant des harmoniques » dont TRAN QUANG HAI est le co-auteur. Il finit par le rencontrer en 1998 et deviendra son élève et ami. Avec ses recommandations, Gérard BERTIN pratique et étudie et en 2002, il recevra la permission de transmettre les techniques de cet art vocal.

Grâce à TRAN QUANG Hai, il rencontre en 2009 Johanni CURTET, ethnomusicologue spécialisé sur le chant mongol avec lequel il organise de nombreuses Master Classes de plusieurs jours chacune, parfois avec de grands maîtres mongols.

Jusqu'à ce jour, Gérard BERTIN transmet les techniques de développement du pharynx - khöömii - auprès de nombreux auditoires tant publics que privés, professionnels ou associatifs.

Outre cette pratique, il enseigne le Qi Gong et les « mathématiques » taoïstes depuis 1991.

### Le Pharynx entant qu'instrument de musique : outil d'harmonisation

Un atelier de 30 minutes confronte le participant aux zones de son instrument vocal souvent peu ou pas exploitées. Comme toutes les parties du corps endormies, l'éveil semble au premier abord inconfortable. Rapidement, un nouvel état d'être s'installe à partir du moment où on y trouve du plaisir. Un son à soi, nouveau, venant faire évoluer sa propre vibration.

## SUNNY SANDHU- Chant Dhrupad Indien



Dr Sunny Sandhu Aka Bhoomitra is a medical doctor transformed into Musician, Musictherapist and Professor of Yoga. He is originally from Punjab, India and currently lives in St Paul De Vence . He did his diploma in Medicine from AIIMS New Delhi India in 2006. Afterwards He studied Sooryayog, Nature cure, Yoga and Ayurveda with Sooryayog Foundation in Kerala from 2007-2010. He did his music study under Dhrupad Master Ustad Asad Ali Khan, a renowned master of Rudra veena for 2 years. He has also studied Folk and Bhakti traditions of music in India under different masters. He won Beyond music foundation creativity award in 2020. He received Healing honor 2021 from Rethink India Foundation for his work on Environmental education and music therapy. He runs Atelier OM in St Paul de Vence to teach Dhrupad and Ayurveda based

Sound Healing methods since 2016. He performs at different venues and festivals in France and India under artist name Bhoomitra (Friend of Earth). Bhoomitra is also an environmental education project running in Punjab to conserve river dolphins and promote ecological farming methods.

### "Naad to Anaad"

#### Voyage from Visible Sound to Invisible formless limitless Sound

The sacred music traditions of India Dhrupad (Classical), Bhakti, Buddhist and Sufi traditions have a central theme of using Naad - Audible Sound to tap into the Anaad - Formless Sound. The universe is looked upon as based on sound and vibration. This ultimately leads to state of illumination and enlightenment where all feels as interconnected, one and timeless . Divine love flows from this state of being. To achieve this year's of physical and mental training is necessary which can be looked upon as system of well being in itself.

#### Voyage of Sacred Indian Music with Voice and different instruments

1. Conch/Sea Shell - is the most commonly used instrument in India in temples , it presents OM . It represents awakening to the universal consciousness and sound which created the universe.
2. Voice Om awakening with Tibetan Bowl.
3. Ram mantra in Dhrupad with Tanpura
- 4 . Mantras from Bhakti tradition Poets - Kabir, Bhagat Jalan Das, Guru Nanak.

Concert to be followed by short atelier on Dhrupad, with two people from the audience.