

# Live in

Golf & Lifestyle Magazine

mtc edizioni · bimestrale · anno 6 - n° 28 - giugno 2015 · Euro 10,00 · Poste Italiane s.p.a. Spedizione in Abbonamento Postale - 70%



# Voce & Suoni

Men's Code   Coco&Co   Gourmet   Cigar Room   Wellness Style   Green   Art Room



# La voce è la testimonianza verbale del potere divino

by Cinzia Candela



*Man's soul communicates strength and energy through the amazing sound of voice.*

*For Kashmir Tantra or Shaivism, the most ancient among Indian knowledges, creation is a phonetic emanation (from Phonè that means sound in greek), goddess shows herself through vibrations that are received as sounds. In principle we perceive of each thing just a conglomerated of sounds or Sabdarasi, in sanskrit Shabda means "sound" but also "verbal witness" that through the symble OM includes all the sounds at the potential state.*

*In the Shaivism the differentiation of sounds is goddess Malini's duty whose name means "the gardener" she who takes care of the garden of the world; flowers are like words. Goddess breaks up all the sounds generating words, that is realizing the composition of letters that give life to words. Man thanks to verbal witnesses can visualize objects, by naming them. Voice is the word and the word is instrument of Creation. Vac, is the word, the sanskrit word Vac is the root of voice. It means voice from the latin word Vox. In Italian language we have just the term word, instead we should discern between word and vocable. The vocable is a simple linguistic unity, while the Word is the concept expressed by a series of vocables. The word of God can't be interpreted as Vac but is the Logos, "the verb" that creates reality, in Sanskrit the word meant as vocable is written as Pada. "Pada" is equal in French to the term "mot" and to "word" in English while instead Vac is the French "Parol" and the English "Speech". The most ancient Orient perceives the value of human voice thanks to precious ideas that can be read in the "Martial arts literature". In fact in Orient the martial tradition takes on much more than a spiritual dimension. The tradition was born in India and carried on in China. The voice becomes particu-*

Lo spirito nell'uomo comunica forza ed energia attraverso lo stupefacente suono della voce.

Per il Tantra o Śivaismo del Kashmir, la più antica tra le conoscenze sanscrite, la "creazione" è un'emanazione fonematica (da phonè che significa suono in greco). La divinità si manifesta attraverso vibrazioni che vengono percepite al principio come il momento zero e cioè solo un agglomerato di suoni, o śabdarāśi, in sanscrito śabda che significa "suono" che tramite la lettera "A" (Anuttara) include tutti i suoni allo stato potenziale. Nel momento Uno, le lettere, si dispongono in ordine alfabetico all'interno della Matrice (la Matrix, la dea Matrīkā). È la dea Mālinī il cui nome significa "la giardiniera". colei che coltiva il giardino del mondo con le parole; poiché i fiori sono le parole. La dea scompone tutti i suoni generando le parole, cioè realizza la composizione delle lettere che danno vita alle parole. L'uomo grazie alle testimonianze verbali può visualizzare gli oggetti, nominandoli. La voce è la parola e la parola è lo strumento della Creazione. Vāc, è la parola, la parola sanscrite vāc è la radice di voce. Essa significa voce dal latino Vox-Vocis. Nella lingua italiana abbiamo solamente il termine parola e invece bisognerebbe distinguere tra parola e vocabolo. Il vocabolo è un unità linguistica semplice, mentre la Parola è la concettualità espressa dalla serie di vocaboli. La Parola di Dio è intesa come vāc, il logos "il verbo" che crea la realtà, in sanscrito la parola come vocabolo si scrive pada. "Pada" equivale in francese al termine "Mot" ed a "Word" in inglese mentre invece vāc è la "Parole" francese e lo "Speech" in inglese. E sempre dall' Oriente più antico il valore della voce umana viene colto grazie a preziosi spunti che si possono cogliere nella "letteratura delle arti marziali" In Oriente infatti la tradizione marziale assume ancor di più una dimensione spirituale. Tradizione nata India e proseguita in Cina. La voce diviene strumento particolare che arric-



chisce le arti marziali come discipline psicologiche e spirituali. L'atteggiamento spirituale, l'approccio diretto e la massima attenzione per la Natura ed il corpo manifestate dalla religione del Tao stimolarono lo studio di sempre più accurate pratiche di combattimento in perfetto collegamento con le scuole di meditazione. La voce poteva essere usata come tecnica di combattimento e crescita personale e quale strategia d'attacco che tutti gli eserciti del passato hanno messo in atto per spaventare il nemico e per caricarsi di forza e coraggio. Vi sono molti punti in comune che riguardano sia la conoscenza delle proprie capacità fisiche sia l'accesso alle qualità spirituali e tra gli armonici della voce e le arti marziali, fra la vocalità e le tecniche dello yoga indiano e la Medicina cinese.

Maurizio Corradin medico esperto in Medicina Cinese osserva che: "Nella Medicina Cinese grazie alla voce abbiamo indicazione del livello di energia dell' individuo (che è in rapporto al polmone) e al complessivo stato di salute che è in rapporto allo spirito (che sta nel cuore). Per questo la voce è lo strumento migliore che lo spirito possiede per comunicare. Al punto che "possedere lo "shen" cioè lo spirito, si evidenzia da uno sguardo luminoso, dal colorito splendente della pelle e da un eloquio fluente. Una classica difficoltà la ritroviamo quando si dice che: "lo stato di tutto l'organismo è osservabile in diversi modi, tra cui anche il tono della voce."

La voce nel complesso possiamo distinguersela attraverso: il colorito (la rotondità, l'estetica del suono) che appartiene al cuore (della medicina cinese) e la "forza" (intensità) che appartiene al polmone.

Poiché il corpo sonoro della voce è composto da :tono, volume ritmo e pausa, ci siamo chiesti quale importanza avessero questi aspetti per la medicina cinese? Maurizio Corradin sottolinea che: "Ciascuno di questi è in rapporto con alcune caratteristiche degli organi interni. Così

*lar instrument that elevates martial arts as psicologic and spiritual disciplines. The spiritual attitude, the direct approach and the great attention for Nature and body showed by Tao religion stimulated the study of much more accurated practices of fight in perfect connection with the schools of meditation. The voice could be used as fight technique and personal growth and as attack strategy that all the armies of the past put to use to frighten enemy and to get full of strength and courage. There are many common points that concern both the knowledge of their own physical capacities both the access to spiritual qualities and between the overtones of voice and martial arts, between voices and Indian yoga techniques and Chinese medicine. Maurizio Corradin expert doctor in Chinese medicine observes that: "In Chinese medicine we have indication of the level of the Energy of the individual (which is in relation to the lung) and to the total state of health which is related to the soul (that stays in the heart). For this the voice is the best instrument that soul owes to communicate. At the point that owing the "shen" that is the spirit, is highlighted by a bright gaze, from the shiny colour of the skin and from a fluent speech. We can find a classical complexity when we say that: the state of the whole organism is observable by different ways, among which also the tone of voice. The voice as a whole can be distinguished through: the color(the roundness, the aesthetic of sound) that belongs to the heart(of Chinese medicine) and the strength(intensity) which belong to the lung. Since the sonic body of voice in composed of: tone, volume, rythm and pause, we were wondering about what importance these aspects had for Chinese medicine. Maurizio Corradin underlines that : "Each of these is related with some features of internal organs. So a weak voice is expression of lack of energy, the speedy rythm is expres-*



sion of warmth (often coming from emotional excesses). The ability to extend words and having a good rhythm is expression of the correct operation of the life line which is the function on which the whole organism is stratified. IN chinese medicine we talk about "empty" and "full" and since our body is a container, we find out that voice belongs to one of these concepts. Dr Corradin remembers that there is the "Emptiness of energy". It means that we wasted too much energy in the body, for the life style or for constitution. We can notice low voice and almost difficulty to talk. The more we talk the more we feel tired. The Full is expression of an emptiness that is fulfilled by any external energy. So the warmth (external or due to feeling compression) gets the words' rhythm accelerated while the cold (external or emotional) makes the word even more difficult. We could write chapters about the deepness of the ancient oriental knowledges, but as last question, we would like to know if voice and word are the same thing for Chinese medicine. Dr Corradine says: "NO they aren't the same thing. The voice is more related to the soul and so to the constitution we have and to the complete functioning of our organism. The used words are much related to the external learning that is linked to a function called spleen that rules all that comes from the external". In Chinese medicine the action associated to the spleen is the reflection: all that leaves a sign during life and that our body re-elaborates and transforms in experience. In Liji "The biography of rituals" of ancient China there is a whole wide chapter dealing with

la voce debole è espressione di mancanza di energia, il ritmo veloce è espressione di calore (spesso derivato da eccessi emozionali). La capacità di spaziare le parole e di avere un buon ritmo è espressione del corretto funzionamento dell' "asse della vita" che è la funzione su cui si stratifica tutto l' organismo. Nella medicina cinese si parla di "vuoto" e "pieno" e visto che il nostro corpo è un contenitore, scopriamo a quale di questi due concetti appartiene la voce. Il dr Corradin ricorda che Esiste il Vuoto di energia. Significa che per stile di vita o per costituzione abbiamo "consumato" troppa energia nel corpo. Si manifesta con voce bassa e quasi difficoltà a parlare. Più si parla e più ci si sente spossati. Il Pieno è espressione di un vuoto che viene riempito da qualche energia esterna. Così il calore (o esterno o dovuto a compressione di sentimenti) fa accelerare il ritmo delle parole mentre il freddo (o esterno o emozionale) rende ancor più difficoltosa la parola. Vi sarebbero capitoli da scrivere data la profondità degli antichi saperi orientali ma quale ultima domanda, vorremmo sapere se la voce e la parola sono la stessa cosa per la Medicina Cinese. "No non sono la stessa cosa. La voce è più in rapporto con lo spirito e quindi con quanto di costituzionale abbiamo e con il funzionamento completo dell' organismo. Le parole utilizzate sono più in rapporto con l'apprendimento esterno che corrisponde ad una funzione chiamata Milza che regola tutto ciò che ci deriva dall' esterno". Nella Medicina cinese l'azione associata alla Milza è la riflessione: tutto ciò che nella vita ci segna e che il corpo rielabora e trasforma in esperienza. Nel Liji "Il Memoriale dei riti" dell'antica Cina vi è un capitolo intero di notevole estensione sui

suoni e sulla musica. Tra l'altro vi si afferma: "La musica nasce nel cuore dell'uomo. Quando il cuore è commosso da cose esterne, la sua emozione si traduce con il tono della voce". La voce "parla" e racconta ciò che vogliamo e anche quello che non vorremmo far sapere. Con la voce coinvolgiamo, importuniamo, seduciamo, emozioniamo. Chiunque può, se vuole, ottenere ciò che desidera se sa come chiederlo. Attori, Politici e cantanti usano la voce come un prezioso mezzo di comunicazione e conoscendone le potenzialità, raggiungono in pochissimo tempo i loro obiettivi. Il 38% è la percentuale di ciò che viene compreso ascoltando il tono, il volume, il ritmo e le pause della voce, solamente il 7% è il valore della parola quando la usiamo nella comunicazione ed il restante 55% è determinato dal linguaggio del corpo e dalla mimica del viso. La voce tradisce le emozioni ma già a 7 mesi siamo già in grado di riconoscere gli stati d'animo di una persona, solamente ascoltando il suono che emette il suo apparato fonatorio. Infatti, la voce trasmette emozioni in modo diretto; accade assai di rado, soprattutto se si parla troppo piano che chi ascolta non riesca a cogliere il messaggio emotivo che si cela tra le parole. Ciascuna voce ha una fisionomia inimitabile, quasi un'impronta digitale che è il timbro, elemento di grande fascino per la voce umana e che definisce "il carattere" della voce stessa. A rendere unica la voce contribuisce anche il tono che rappresenta la variazione di volume e determina la qualità della voce, unitamente al ritmo che è la cadenza con cui vengono emessi i suoni. La pausa riflette diversi aspetti dell'atto fonatorio e si pone tra i suoni emessi e la loro durata di emissione. ■

*sounds and music. Here it's written: "Music was born in the heart of man. When heart is moved by external things, its emotion gets translated by the tone of voice". Voice talks and tells about what we want and also don't want to be known. With the voice we involve, bother, seduce, move. Anyone can obtain, if he wants to, what he desires if he knows how to ask that. Actor, politicians and singers use voice as a precious communication medium and knowing its potentiality, they can reach in a very few time their aims. The 38% is the percentual of what is understood by listening the tone, the volume, the rithym and breaks of the voice, just 7% is the value of the word when we use it in communication and the remaining 55%is determined by the body language and from the face gestures. Voice discloses emotions but already at 7 years we are able to recognize anyone's mood, just listening to the sound emitted by his vocal cords. In fact, the voice transmits emotions in a direct way; it's almost impossible that the listener can't understand the emotional message hidden between words, it happens only if the speaker talks too low. Each voice has an inimitable appearance, almost a digital sign which is the timbre, a great charme element for human voice that defines the character of the voice. The tone, representing the volume variation, contributes in defining the quality of the voice, in addition to the rhythm that is the cadence with which sounds are emitted. The pause reflects different aspects of the sound and is located between the emitted sounds and their duration of emission.*

### Riferimenti bibliografici:

Introduzione da una conversazione con Purnananda Zanoni studioso dell'India e traduttore di Kamalakar Mishra per Tantra lo Śivaismo del Kaśmīr. Ed. Laksmi

“Iniziazione alla Voce-terapia, la voce educa la mente e il corpo canta” di Francesca Romano Ed. Mediterranee

“Perché una bella voce parla da sé” di Gabriella Minarini Ed.Rai

Shelag Davies for World Professional Association for Transgender Health (WPATH)

Canada Estratto da “Le confessioni “ di Sant'Agostino v.33.49 pag 343 trad. di Carlo Carena c/o Biblioteca Capitolare

Codice XXXVIII Vita di san Martino scritta da Sulpicio Severo e altri opuscoli.

Membranaceo del Secolo VI; 256X210- ffl 17. Ffl 18