

"La Posture Buccale dans le Chant" - par Gilles Denizot

(traduit de l'anglais)

En tant qu'artiste lyrique professionnel et professeur de chant je suis régulièrement confronté à la question de la posture buccale dans le chant, non seulement dans mon propre travail quotidien mais aussi dans mon enseignement. Selon mon expérience, l'adaptation de la posture buccale peut entraver ou aider un chanteur dans sa recherche du son professionnel. Dans cet article, je me propose d'énumérer trois différentes postures buccales observées dans le chant. Je décrirai aussi celle que je considère comme la meilleure et la plus sûre posture buccale si l'on veut s'assurer un chant de haute qualité. Nous savons tous qu'une modification légère de la posture de la bouche et de la cavité orale (cf. article sur la [Cavité Orale dans le Chant](#)) peut améliorer le son, ce qui est évidemment ce que nous nous efforçons tous d'obtenir.

Bouche Trop Ouverte:

Nous avons tous observé des situations lors desquelles la bouche a tendance à devenir "trop ouverte". Cela se produit lorsqu'on permet aux mâchoires de se figer en hyper extension et à cause du manque de formation adéquate du Passaggio. Dans ce cas spécifique, la bouche ouverte produit en fait une gorge fermée. Le seul moyen d'être entendu pour le chanteur est de pousser de l'air à travers les cordes vocales. C'est une habitude qui a besoin d'être mentionnée: une quantité énorme de souffle absorbée à l'inspiration ne peut pas être comprimée suffisamment bas. Le souffle restera habituellement haut dans la région des pectoraux, dans la cage thoracique, ce qui élèvera probablement les épaules du chanteur. Quand le souffle est stocké si haut et si près du larynx, il pousse le larynx vers le haut et donc la gorge se ferme. Le chanteur ressent alors le besoin d'ouvrir la bouche largement afin de faire résonner sa voix. Cela finit par impliquer la mâchoire inférieure dans une sur-prononciation au lieu de laisser la langue et la gorge assumer ce rôle. Dans certains cas, la grande ouverture de la bouche peut devenir nécessaire pour le chanteur afin d'expulser rapidement la quantité importante de souffle accumulé dans les poumons. C'est un chant inconfortable et dommageable. Les chanteurs dramatiques ou chanteurs "à grande voix", mais aussi principalement les hommes par rapport aux femmes (à cause de la dimension de la partie supérieure du corps masculin), sont sujets à ce problème. Une formation spécifique de la respiration basse est très recommandée dans ce cas. Cela supprime les conséquences douloureuses et dangereuses de la pression du souffle sur le pharynx.

De même que les chanteurs ouvrent leur bouche largement quand ils ne connaissent pas la sensation interne de la gorge ouverte dans le Passaggio et dans le registre aigu, de même les chanteuses sont tentées d'ouvrir la bouche dans le medium de leur voix et quand elles descendent dans leur tessiture. Il est vrai que les chanteuses n'entendent naturellement pas très bien leur voix dans le registre medium. Elles entendent mieux leur voix quand la bouche est plus ouverte que fermée. Malheureusement c'est un choix risqué parce qu'avec le temps leur voix diminuera et cessera d'être bien projetée. Il se produira un trou dans la tessiture au moment du changement de registration. Les chanteuses ont besoin d'être entraînées à ne pas écouter leur son. C'est le seul moyen pour elles

de contrôler leur voix dans cette région inconfortable. Quand elles gardent la bouche peu ouverte, la couleur de leur son est plus riche et la voix porte mieux. A nouveau, tout comme les hommes, cela implique une formation appropriée et de la confiance. Dès qu'un chanteur commence à chanter en accomplissant un geste vocal défini plutôt qu'en ressentant uniquement (ou pire, en s'écoutant) la production vocale devient plus fiable et plus saine.

Mâchoire Inférieure Bloquée:

En tant que professeur de chant je considère que la posture "mâchoire inférieure bloquée" est une situation très douloureuse. A chaque fois que je travaille avec un/une chanteur/se qui serre et bloque sa mâchoire inférieure, je peux lire l'insécurité dans ses yeux. C'est une vision triste parce que le chant de qualité provient d'une "voix libre". A noter que je n'ai pas dit "incontrôlée". Une bouche serrée provoque une mâchoire inférieure serrée, et une gorge fermée. Je comprends que certains pensent qu'ils s'assureront un meilleur contrôle sur leur voix en serrant leurs mâchoires et leur gorge, mais c'est exactement le contraire. J'ai longtemps fait travaillé un soprano lyrique léger qui souffrait de cette condition quand nous nous sommes rencontrés. En effet le son produit n'était pas riche mais plutôt étroit. La mâchoire inférieure avait tendance à avancer et la chanteuse avait des problèmes à dépasser le sol aigu. Les muscles zygomatiques n'étaient pas assez contractés et la bouche était si serrée qu'elle ne pouvait s'ouvrir qu'horizontalement (nous devions alors nous préoccuper alternativement de la mâchoire inférieure bloquée et de la bouche ouverte horizontalement) Enfin, la nuque était rigide ce qui occasionne nombre de désagréments physiques. Le signe évident que la source du problème était la mâchoire inférieure et la bouche serrée était que ses voyelles étaient étroites et produites par la bouche au lieu d'être formées dans le pharynx. J'ai concentré mon travail sur la décontraction de sa mâchoire inférieure et j'ai aussi essayé d'intégrer la joie dans son approche du chant. A notre deuxième rendez-vous le résultat était stupéfiant. Les exercices appropriés et efficaces utilisés dans les Studios OPERALAB combinés au travail quotidien du soprano avaient fait des merveilles. Elle fut capable de chanter jusqu'au contre-ut# et d'étudier ensuite Lakme. Plus elle chante aigu et plus riche est le son de sa voix sans compter la facilité acquise. Je conserve néanmoins un oeil sur sa posture buccale afin qu'elle apprenne progressivement à libérer sa voix tout en la conduisant toujours. Un des meilleurs moments dans notre travail fut quand le tout premier son libre a été émis sans qu'elle puisse le bloquer par la bouche serrée. Le son a résonné comme une cloche argentée. J'ai entendu le son et elle l'a senti. Elle venait pour la première fois de faire l'expérience d'un chant sain et juste, en d'autres termes une "expérience qui élève". Ce sont des moments spéciaux dans le partenariat "chanteur - professeur" et ils apportent une joie égale aux deux.

Bouche Ouverte Horizontalement:

La sensation la plus fascinante dans le chant, d'après mon observation, est quand on commence à comprendre et éprouver la sensation du "son concentré" lorsque le chanteur a formé sa gorge à s'ouvrir simultanément avec une bouche plus étroite. La voix est protégée et les sons gagnent en couleur et plénitude avant qu'ils ne soient émis. Quand il sort de la bouche, le son est concentré et riche. Dans le même temps, le/la chanteur/se ressent une relaxation claire et apaisante de son instrument. Un/e chanteur/se qui étend horizontalement sa bouche ne peut pas bénéficier de cette condition agréable. Un problème majeur est que la mâchoire inférieure finira par se bloquer avec le temps. Les voyelles deviendront irrégulières. Il est absolument crucial d'égaliser les voyelles dans le chant classique professionnel. Une différence infime dans la place de la voyelle et dans sa couleur est immédiatement détectable dans une ligne vocale. Cela montre aussitôt que la voix n'est pas constante en qualité. Chacun a ses voyelles favorites. Nous devons néanmoins former et harmoniser toutes les voyelles et ajouter les consonnes sans déranger la ligne vocale, car c'est la clef d'un chant émouvant.

Bouche Ouverte Verticalement ou Bouche Ovale:

Il doit être maintenant évident que je recommande une posture de bouche verticale dans le chant. C'est une opinion partagée par les chanteurs et professeurs de l'école italienne. Marilyn Horne, formée notamment par Vennard (élève de Lindquest), mentionne en effet la posture buccale étroite dans le livre "Great Singers on Great Singing" par Jerome Hines: "Nous (Marilyn Horne et son professeur William Vennard) avons fait des exercices dans la voix medium pour obtenir le plus beau son sans ouvrir la bouche". Marilyn Horne a aussi donné la solution: "très étroite production du Passaggio aigu", "soutien très important", et "bouche plutôt fermée à tous moments".

Il est aisé de remarquer que lorsque le/la chanteur/se adopte une posture buccale plus étroite en dessous du registre aigu, il/elle est capable de conduire la voix en souplesse. Le son passe d'une production sauvage et imprévisible à saine et constante. C'est aussi un résultat du meilleur accolement des cordes vocales lorsque le larynx est légèrement bas. Cette posture laryngée ne peut pas être obtenue quand la bouche est serrée ou ouverte horizontalement. Chanter avec une bouche étroite et arrondie (lèvres en posture ovale et verticale) m'a permis de pousser moins de souffle dans mon chant. C'est particulièrement frappant dans les moments dramatiques en musique. Cela vient aussi de l'usage du souffle comprimé dans la bouche et du support dans les muscles inférieurs du dos. Chacun de ces paramètres est d'ailleurs en corrélation avec les autres.

Il existe un concept qui équilibre la posture de la bouche étroite. Il permet au chanteur de sentir une détente dans la gorge et dans la région buccale dans le Passaggio et le registre aigu. Ce concept a été transmis par Caruso à Alan Lindquest en 1917: "Chantez pour le balcon au lieu de la fosse d'orchestre". Il aide les chanteurs qui souhaitent garder une posture de bouche ovale et un plus grand espace pharyngé tout en resserrant la région du Passaggio. Il permet aussi aux chanteurs d'atteindre le sommet de leur voix en soulevant ET en étendant le voile du palais plus facilement tout en étirant la paroi arrière de la gorge. Les chanteurs et les chanteuses tirent un bénéfice de cette posture parce qu'elle permet à la bouche de s'ouvrir en laissant la mâchoire supérieure s'élever plutôt que d'abaisser la mâchoire inférieure. Sans ce mouvement du crâne vers le haut, la gorge se ferme quand elle devrait précisément être plus spacieuse. Il me faut toutefois recommander la plus grande prudence quand on utilise ce type d'outil pédagogique sans le conseil adéquat d'un professeur expérimenté. Le risque est de pousser ce concept trop loin, et alors il devient contre-productif. J'ai vu ceci se produire avec plusieurs étudiants qui n'avaient pas totalement compris le moyen de mettre à profit ces concepts. Le laryngologue français Pierre Bonnier a décrit les effets physiologiques de cette posture du crâne dans ses Conférences au Conservatoire de Paris en 1906. Il est évident qu'une posture droite du corps et une adaptation de la posture du crâne dans le Passaggio et le registre aigu améliore non seulement le son mais aussi l'image du chanteur sur scène. Chanter une ligne vocale ascendante avec un crâne légèrement élevé permet d'incorporer des éléments techniques dans l'interprétation.

Solutions pour la Posture Buccale Appropriée:

Bouche Trop Ouverte:

Pratiquez régulièrement et convenablement pour comprendre l'importance de l'espace pharyngé par rapport à la bouche trop ouverte. Une solution directe et efficace est de vous contrôler avec un miroir et de ne jamais permettre à votre bouche de s'ouvrir plus qu'une largeur du doigt entre les dents. Je fais référence à toutes les notes en dessous du registre aigu ou, en d'autres termes, partout dans les registres grave et medium et surtout dans la région du Passaggio. Appliquez le concept de Caruso du "chant pour le balcon" dans le Passaggio et au-

dessus afin de permettre à la mâchoire inférieure de se détendre tout en conservant un espace pharyngé important. Votre son deviendra plus concentré et plus stable. Il gagnera aussi la couleur professionnelle exceptionnelle que nous recherchons tous. Enfin, travaillez l'étirement pharyngé et la couverture des sons pour le registre aigu.

Mâchoire Inférieure Bloquée:

Des mouvements souples de mastication permettront à la mâchoire inférieure de se détendre et de débloquer la bouche serrée. Observez la posture de votre mâchoire inférieure quand votre tête repose sur un oreiller et essayez de reproduire cette posture confortable de la mâchoire inférieure (en bas et en arrière)

Bouche Ouverte Horizontalement:

Contractez vos muscles zygomatiques pour équilibrer la posture de la bouche et assurez-vous que les commissures de vos lèvres ne s'écartent pas. Vous pouvez vous contrôler dans un miroir pour vérifier sur quelle note ou quelle voyelle vous avez tendance à élargir la bouche. Quand les voyelles sont identifiées, entraînez-les afin qu'elles soient parfaitement alignées dans la couleur globale des autres. On appelle cela "l'alignement ou égalisation des voyelles" et cela offre une transition lisse entre chaque voyelle et consonne et aide à accomplir un legato adéquat.

J'espère que cet article attirera l'attention des chanteurs et des professeurs face à ce sujet fondamental dans le chant. La bouche devrait être dans la posture étroite correcte dans les registres grave et medium, puis légèrement ouverte en élevant et en éloignant le crâne de la mâchoire inférieure dans le Passaggio et au-delà, puis verticalement ouverte (posture ovale des lèvres) avec une mâchoire inférieure souple et détendue en posture basse et arrière dans le registre aigu. Il doit être maintenant clair que dès que cette posture est accomplie, une qualité supérieure de chant est obtenue.

Je vous souhaite beaucoup de succès dans votre pratique quotidienne.

Corrigé et mis à jour le 23/08/2003

Adressez toutes questions à **Gilles Denizot** à denizot@operalab.org Merci !

Gilles Denizot
Articles

Copyright 2000-2003 - Gilles Denizot - Tous droits réservés