

## Pourquoi rejoindre une chorale ?

La nouvelle famille se montre accueillante : les anciens gravitent autour des nouveaux avec de grands sourires. Ils sont gais, prévenants.... La salle de répétition est du reste agréable. On est à l'aise, et on se marre beaucoup. La chorale est vraiment un lieu ouvert. Là, à chaque répétition, notre nouveau chanteur se sent chez lui. Déjà il s'est fait des tas de copains.

Mais aussi, il a découvert les premières partitions. Et là, une chose est apparue : le chant choral est une activité exigeante. Styles variés, termes techniques auxquels il ne comprend rien, difficultés de rythme, hauteurs de sons inaccessibles, phrasé, nuances, précision des attaques, justesse, articulation, texte dans des langues étrangères, constitution d'un "son homogène", exigences d'un chef maniaque, contraintes des horaires, des programmes, longueur des œuvres (car on chante debout), stress des concerts... Tout cela ne va pas de soi pour le novice. L'art n'est pas si aisé qu'il l'avait d'abord imaginé. Et, tandis que le paradis vire au purgatoire, surgit pour lui cette angoissante énigme : "comment vais-je chanter tout ça ?"

Mais, encouragé par les anciens, le nouveau venu trouve vite la réponse : s'il est reconnu que l'on peut enseigner à lire et écrire aux enfants sans en faire des savants ou des écrivains, on concevra aisément qu'il soit possible d'exercer un adulte au chant sans en faire un virtuose, ni même un artiste. On ne lui en demandera pas tant. Choriste il veut être, choriste il sera.

Rassuré, notre ami s'est donc vite intégré et il ressent maintenant les vertus bénéfiques de sa nouvelle activité. Car une chose est indéniable : qu'elle soit vieillotte ou porteuse d'un esprit moderne, la chorale est une bonne chose. Elle devrait d'ailleurs être remboursée par la sécurité sociale.

Car, outre l'aspect artistique, il est évident que, sur le simple plan physique, le fait d'apprendre à contrôler sa respiration, de prendre conscience de son corps et du mécanisme phonatoire, le fait de libérer et de canaliser son énergie en hurlant sans complexe procure un authentique bien être. Parce que le chant est vibration, il a une action bienfaisante sur tous les atomes du corps et un choriste qui arrive fatigué à la répétition, en repart immanquablement requinqué.

En outre, tout en défoulant le corps, le fait de chanter oxygène le cerveau. C'est un excellent remède contre le stress et l'ankylose cérébrale.

On peut donc l'affirmer : le chant choral a au moins ce double effet bénéfique : sur le plan physique il ravigote la carcasse et sur le plan mental, il aère les neurones.

**Mais en plus, et c'est là l'aspect magique de cette pratique, le chant choral resserre les liens sociaux, il permet aux hommes de se fréquenter (aux femmes aussi), il leur apprend à se connaître, à s'aimer... C'est un facteur d'ouverture, un trait d'union entre les individus.**