

Il Metodo Linklater

Il metodo sviluppato da Iris Warren a Londra nella metà del secolo scorso, e continuamente elaborato da Kristin Linklater negli ultimi 40 anni, ha dato buona prova di sé e si è confermato di grande validità e praticità per tutti questi anni. Attraverso la sensibilità di Kristin Linklater il metodo è rimasto continuamente in un processo di rinnovamento vitale e funzionale, senza rinunciare ai principi originariamente definiti.

Da più di dieci anni Kristin Linklater è docente di training vocale degli studenti di Arte Drammatica della "Columbia University" di New York ed inoltre è direttrice artistica del Dipartimento Teatro.

È autrice di due libri: "Freeing the natural voice" (a breve in edizione italiana tradotta da Alessandro Fabrizi) e "Freeing Shakespeare's voice".

Workshops di 4 o 5 giorni, ripetuti ciclicamente, che permettono di affrontare una o più volte la progressione. Ideali per professionisti.

Incontri brevi di ca. un'ora a settimana per guidare al riscaldamento vocale chi ha già attraversato la progressione almeno una volta.

Corso di canto

Lezioni individuali

Margarete Assmuth

Voicetrainer per attori dal 1996 con le seguenti formazioni:

2006 diploma al conservatorio "F. Torrefranca" di Vibo Valentia in canto lirico.
2002/3 formazione professionale con Kristin Linklater al Frauenchiemsee Germania,
1987 - 90 diploma nel "Metodo Feldenkrais" a Londra,
1985 - 90 formazione professionale nel "Metodo Funzionale" a Lichtenberg Germania.

Da cantante lirica e attrice lavora in varie produzioni per il "Teatro Stabile delle Marche TEE", il "Teatro di Roma" e lo "Staatstheater Darmstadt" in Germania.

Doppia oltre 200 film documentari (voice over) per la televisione tedesca presso "Ellemme Edizioni International".

Margarete Assmuth

E-mail: margarete.assmuth@libero.it

Tel. +39 06 65744533

Cell. +39 338 7071793

Liberare La Voce Naturale

Secondo il metodo di Kristin Linklater

Con

Margarete Assmuth



Per attori e per tutti coloro che sono interessati, per migliorare le loro prestazioni professionali, allo studio e all'uso della voce, delle sue potenzialità espressive, formali e di immediata comunicazione.

Liberare La Voce Naturale

La voce è in grado di rivelare e trasmettere ciò che accade dentro di noi, i nostri pensieri, i nostri sentimenti. La voce è tramite fra il nostro mondo interiore e il mondo esterno.

Nel funzionamento ideale del processo della voce, una persona sente o pensa qualcosa e quindi segue l'impulso di comunicarlo: l'aria entra nei polmoni e quando viene rilasciata fa vibrare le corde vocali. Le vibrazioni vengono in seguito rafforzate, a seconda dell'altezza del suono, dagli appositi risonatori, per poi finalmente uscire, anche se non esclusivamente, dalla bocca, dove lingua, palato e labbra modellano le parole dando forma al suono attraverso le articolazioni. Così è finalmente trasmessa l'esatta informazione di ciò che aspettava di essere espresso.

Questa sequenza presuppone che da un lato esista il bisogno e il permesso di comunicare, dall'altro ci debba essere una coordinazione corporea che permette alle parti del corpo appositamente preposte, e cioè che dovrebbero essere attive nel processo della voce, di partecipare e a quelle non preposte di non disturbare (cioè di non irrigidirsi impedendo questo processo naturale). Non solo, ma fin dalla nascita siamo naturalmente dotati di un patrimonio di 3 – 4 ottave d'estensione, per quanto riguarda la voce parlata, capaci di esprimere qualunque sfumatura di pensiero o sentimento.

Purtroppo però nel corso della vita capita che la voce venga condizionata da tensioni e difese acquisite, così come da inibizioni e condizionamenti ambientali.

Si crea, nella maggior parte dei casi subcon-

sciamente, un meccanismo di filtro che lascia passare solo ciò che ha il permesso di essere espresso oppure ciò che fa apparire chi parla in un modo conveniente, ma non autentico. Cioè un meccanismo di protezione. Si possono poi aggiungere ulteriori rigidità a causa di tensioni accumulate, anche semplicemente per posizioni fisiche tenute troppo a lungo nel corso della giornata.

Queste abitudini e meccanismi sviluppati nel tempo possono interrompere o disturbare il libero funzionamento della voce e quindi della comunicazione, tra l'altro con modalità sempre differenti e a volte non facilmente identificabili.

Lo scopo del metodo Linklater non è lo sviluppo di uno strumento con un suono ampio e piacevole che esprime la volontà dello strumentista, ma la liberazione dell'espressività originaria, già conosciuta dall'organismo in età infantile, quindi *istintiva* (nel senso di legata agli impulsi) e però con l'aggiunta della consapevolezza di ciò che succede.

Il lavoro comincia proprio da qui: con gli esercizi che costruiscono una maggior consapevolezza del corpo, della respirazione libera e dell'origine organica delle vibrazioni. Siccome la maggior parte dei muscoli coinvolti nel processo vocale, come per esempio il diaframma che ha un ruolo chiave, sono situati molto all'interno del corpo e quindi non sono facilmente e consapevolmente raggiungibili, una gran parte degli esercizi si serve di immagini funzionali che diventano canali funzionali.

Segue sia il potenziamento delle vibrazioni

nel corpo, che il rilassamento o la tonificazione di lingua, mascella e palato, che sono le parti attraverso le quali la voce passa e che decidono se la esce libera, oppure viene spinta nel naso, trattenuta in gola e via dicendo.

Poi si continua andando ad esplorare e a rendere accessibili gli spazi di risonanza. Inoltre siccome per esprimere impulsi più grandi, oppure pensieri più lunghi, occorre una capacità respiratoria più elevata, una volta aumentata la capacità respiratoria il lavoro si occupa del potenziamento della voce.

L'ultimo passo comprende il lavoro sull'articolazione al fine di raffinarla, renderla precisa e capace di velocità.

La progressione di questi esercizi ha lo scopo di restituire all'allievo la sua propria voce, molto personale, e all'attore la sua totale capacità di comunicazione.

Una volta elaborata ed esplorata con attenzione, questa progressione diventa in un secondo momento un veloce riscaldamento vocale che serve all'allievo per un training giornaliero oppure per un'efficace preparazione vocale prima di andare in scena. Questo riscaldamento vocale porta non solo ad un solido contatto con la propria voce e le sue immense potenzialità, ma libera un'enorme energia vitale e creativa. Il metodo poggia su solide basi scientifiche grazie alle quali lo studio della voce e anche cura della voce.