

MARIELLE CAFafa

LE CHANT INTÉRIEUR OU LA VOIE DE LA RÉSILIENCE
DANS LA LITTÉRATURE ET AU CINÉMA
REGARD PLURIEL SUR LE CHANT À BOUCHE FERMÉE

La résilience peut être définie comme l'art de faire face à l'adversité, de se relever face aux épreuves douloureuses de l'existence et de recouvrer de l'énergie après avoir été éreinté par les vicissitudes de la vie¹. Proche de la notion d'*agencéité* (capacité d'agir dans une situation donnée), la résilience se présente sous trois formes distinctes ou combinées : *résistance – adaptation – reconstruction*². Au cinéma, comme dans la littérature, il est permis de voir à quel point la voix chantée peut devenir un outil de résilience face à des brimades, des remontrances et des intimidations externes (venant d'autrui) ou internes (provenant de soi-même). Le chant, porté par un personnage ordinaire, ni héros, ni vedette, peut susciter des réactions et des émotions les plus vives, les plus viscérales, les plus hostiles de la part d'un entourage peu conciliant. Dès lors, le personnage déchu et rejeté (par autrui ou par lui-même) peut être amené à se tourner vers un chant intérieur, faiblement audible, tantôt consensuel (puisqu'il ne dérange quasiment pas), tantôt signe de résistance (dans la mesure où il permet de continuer à s'exprimer même en étant bâillonné), tantôt salutaire (lorsqu'il revêt une fonction thérapeutique).

Dr MARIELLE CAFafa – Université de Rouen Normandie, Département de Musicologie ; courriel : cafafa.marielle@gmail.com ; ORCID : <https://orcid.org/0009-0005-0587-0018>.

¹ Voir, Sonia Gérard et Denis Gagnon, « Le concept de résilience comme indicateur de différenciation sociale des communautés métisses du Canada (note de recherche) », *Anthropologie et Sociétés* 41, n° 3 (2017) : 270, <https://doi.org/10.7202/1043050ar>.

² Gérard et Gagnon, 275.

La notion de « chant intérieur » peut être entendue de trois façons : comme un discours intérieur, une petite voix inaudible pour les autres (*endophasie*³), perçue uniquement par le sujet ; comme un chant intime, bouche fermée, symboliquement silencieux, audible mais invisible⁴, caché, à l'intérieur du corps du sujet ; et enfin, comme un chant *sans paroles*, tout aussi intime, dont les paroles sous-jacentes sont tenues secrètes et gardées à l'intérieur du sujet. Le présent article, qui porte plus précisément sur le chant à bouche fermée (deuxième cas de figure), propose en filigrane un dialogue perpétuel entre ces trois acceptions.

Le chant intérieur, bouche fermée⁵, résonne lorsque le chanteur maudit est condamné à se taire, à ne dire aucun mot, à n'ouvrir la bouche sous aucun prétexte. Dès lors, trois voies sont possibles : la recherche d'un consensus qui mène vers un chant *acceptable*, à mi-chemin entre un silence total et un chant interdit (processus d'*adaptation*), le chemin de la résistance, par l'expression d'un chant *innocent* en apparence mais gorgé de sous-entendus subversifs (processus de *résistance*) et enfin, une troisième forme de résilience, face à soi-même, dans la solitude, face à ses propres démons, une résilience à huis clos rendue possible par un chant *salvateur* (processus de *reconstruction*). Ce sont les trois pistes que cet article propose d'explorer, avec un regard pluriel (anthropologique, philosophique, psychologique, musicologique), afin de rendre compte des usages potentiellement universels du chant à bouche fermée en milieu hostile. Les exemples seront puisés à la fois dans des films d'animation, des séries télévisées et des romans connus ou peu connus, parus aux XX^e et XXI^e siècles.

LA RÉSILIENCE OU L'ART DU CONSENSUS

Lorsque le chant à tue-tête d'un personnage est jugé intempestif, intrusif et désagréable, l'expression d'un agacement, d'une exaspération voire d'une colère se fait sentir dans son entourage. Le choix des paroles, le volume sonore de l'émission vocale et le caractère récurrent du chant peuvent contribuer à rendre ce chant insupportable, inadmissible et inacceptable. L'entourage du chanteur occasionnel ou récidiviste lance aussitôt des injonctions pour faire cesser les nuisances sonores. C'est

³ Hélène Loevenbruck, *Le mystère des voix intérieures* (Paris: Éditions Denoël, 2022), 352.

⁴ Selon l'anthropologue François Laplantine : « L'intime, lui, se remarque à peine. C'est une expérience infime. Une expérience invisible et silencieuse ». François Laplantine, *Penser l'intime* (Paris: CNRS éditions, 2020), 9.

⁵ Marielle Cafafa, *Le chant à bouche fermée : typologie des techniques* (Paris: Observatoire musical français, 2012), 80.

le cas dans le film d'animation *Shrek*, réalisé par Andrew Adamson et Vicky Jenson (2001)⁶. Au cours d'un déplacement nocturne, l'Âne, exubérant à souhait, se met à chanter dans un apparent « français » (« On the route encore »), encourageant son ami Shrek à faire de même (« Chante-la avec moi Shrek ! »). La réaction de Shrek est immédiate : « Il me semblait t'avoir dit de ne plus chanter ! ». Face au rejet exprimé par Shrek, d'un ton ferme et grinçant, l'Âne, insistant, comme à l'accoutumée, tente une négociation (« Je peux la siffler ? »), qui échoue dans un premier temps (« non ! »), mais qui finit par un accord entre les deux parties (« Je peux la meumeumer ? ») ; Shrek s'étant résigné (« D'accord »). Cette solution consensuelle, consiste, pour l'Âne, à vocaliser bouche fermée (« Mmm... »), autrement dit à « meumeumer », pour reprendre le néologisme employé dans la version française du film d'animation. Les deux parties sont plus ou moins satisfaites. Shrek n'a plus à supporter l'enthousiasme débordant de l'Âne (« Moi je rêve d'aller *On the route encore...* ») et l'Âne peut malgré tout s'exprimer.

Dans une vie en société, source potentielle de tensions et de conflits, le fait de chanter peut être perçu comme un manque de savoir-vivre, une source de discordes inévitable, un manque de respect vis-à-vis de la tranquillité d'autrui. Le chant, entendu comme intrusif, peut apparaître comme un élément déclencheur, à même de faire émerger toute la colère et toute la frustration déjà présentes dans l'entourage du personnage⁷. On peut ainsi citer une scène caractéristique dans la série française *Fais pas ci, fais pas ça*, dans l'épisode intitulé « Naturisme et découverte » (saison 7, épisode 2, 2014)⁸ ; la scène se déroulant sur un bateau en pleine mer en Guadeloupe (quatre des personnages principaux ayant gagné un voyage dans cet archipel). Renaud Lepic (alias Guillaume de Tonquédec), allongé sur un transat, à côté de Valérie Bouley (alias Isabelle Gélinas) se met à fredonner, avec enthousiasme, un extrait de la chanson de Laurent Voulzy « Belle-Île-en-mer, Marie-Galante » avec le texte « Hm hm hm hm, Karukera⁹ », ce qui déplaît fortement à Valérie, déjà sur le qui-vive. Face à cet élément déclencheur, Valérie laisse exploser son exaspération en répondant sèchement : « Est-ce que vous pouvez chanter dans votre tête ! ». Contre toute attente, Renaud, imperturbable et bien décidé à conserver sa jovialité, accepte (« Bien sûr, Valérie ! »), s'exécute allègrement, « chante dans sa tête », comme demandé, ce qui revient, ici, à chanter avec la bouche fermée. Vraisem-

⁶ Andrew Adamson et Vicky Jenson, dir., *Shrek*, Dreamwork Animation, PDI/DreamWorks, 2001.

⁷ Voir, Salomon Nasielski, « Le bon usage de la colère », *Actualités en analyse transactionnelle*, n° 132 (2009) : 1-14, <https://doi.org/10.3917/aatc.132.0001>.

⁸ Cathy Verney, dir., *Fais pas ci, fais pas ça*, saison 7, épisode 2, « Naturisme et découverte », France 2, 2014.

⁹ Ancien nom de la Guadeloupe.

blement heureux, Renaud chante exactement le même air, en fermant les yeux, comme pour mieux profiter de l'instant présent. Dans ce cas précis, le consensus est trouvé dans la mesure où Valérie donne un ordre aussitôt exécuté par Renaud, et Renaud, bien décidé à utiliser sa voix chantée, parvient malgré tout à se faire entendre.

Le chant intérieur apparaît comme une solution quand le chant ordinaire (avec paroles) devient une source de problèmes. Par anticipation, pour éviter le conflit et pour éviter de (trop) déranger, le chant à bouche fermée peut être utilisé d'emblée. Dans ce cas, le *nasillement* (chant à bouche fermée) fait l'objet d'un consensus implicite, tacite, sans même qu'il y ait discussion. Derrière ce consensus affiché il est possible, toutefois, qu'il se cache un conflit intériorisé. En effet, si le chant ordinaire s'accompagne volontiers de franches remontrances verbales de type « arrête de chanter ! », le chant à bouche fermée peut susciter des réactions plus silencieuses, plus indirectes, sans le moindre mot, des réactions de mécontentement ou de colère refoulée, comme le montre un extrait du roman de Robert Sabatier intitulé *Les Noisettes sauvages*.

Parfois, le pépé chantonait bouche fermée des airs en gardant les paroles pour lui, à l'intérieur. C'étaient *La Marcharade* ou *La Youyette*, *Auprès de ma blonde* ou *Les Blés d'or*. Cela, au désagrément de la mémé que tout chant agaçait. Elle ne disait rien au début, mais sa nervosité se trahissait par des bruits de vaisselle, des gestes saccadés, et le pépé, amusé, en suivait la progression du coin de l'œil¹⁰.

Dans ce roman, la réaction de la mémé face au fredonnement provoquant du pépé se fait sans paroles, uniquement à l'aide de gestes nerveux, comme s'il était impossible d'interdire à quiconque de chanter avec la bouche fermée. L'un des personnages prend sur lui (la mémé), l'autre s'amuse de la situation (le pépé). C'est le *statu quo*. Le chant à bouche fermée apparaît à la fois comme une arme de provocation insidieuse, comme un outil d'affirmation de soi, comme un outil pour résister dans un climat conflictuel.

LA RÉSISTANCE COMME VOIE DE LA RÉSILIENCE

Le chant à bouche fermée fait partie du « reste chantable »¹¹, de ce qui reste à l'être humain lorsqu'il est dépossédé de tout, y compris du verbe. Cette vocalité,

¹⁰ Robert Sabatier, *Les Noisettes sauvages* (Paris: Albin Michel, 2012), 320.

¹¹ Paul Celan, « Un reste chantable », dans *Renverse du souffle. Poésie*, traduit et annoté par Jean-Pierre Lefebvre, édition bilingue (Paris: Éditions du Seuil, coll. « La Librairie du XXI^e siècle », 2003), 180.

qui permet d'établir une communion latente au sein d'un groupe partageant la même destinée, apparaît comme un signe de résistance lorsqu'il permet au chanteur – ou à un groupe de chanteurs – de faire entendre une mélodie tout en gardant secrètes des paroles intimes, virulentes voire subversives, qu'il ne serait guère prudent de prononcer tout haut, sous peine de sanctions irrémédiables et funestes. Si les mots sont passibles de sanctions, en raison de leur teneur politique ou autre, l'absence de mots paraît moins répréhensible. Dans un passage de *La Retirada* (2015) de la romancière Patricia Gavaille, la puissance expressive du chant à bouche fermée, dans un contexte d'humiliation, est manifeste :

Dehors, les militaires, fusils à l'épaule, crient à pleins poumons, toujours les mêmes ordres, mais rien ne freine les affamés :

– Reculez ! Éloignez-vous de là ! Sinon on ne vous donnera rien. Vous attendrez après-demain. Cinq pas en arrière !

Les Espagnols reculent. Furieux, humiliés. À bouche fermée, sans regarder personne, ils se mettent à fredonner leur chant révolutionnaire, sans paroles, à l'unisson¹².

Le chant à bouche fermée permet ainsi une révolte contenue, étouffée mais réelle. C'est un moyen de lutte insoupçonné mais pourtant inéluctable lorsqu'il n'y a aucune autre solution. Manié avec insistance, il permet d'obtenir gain de cause, d'obtenir une victoire même minime, d'obtenir une libération même partielle. C'est ainsi que Papageno (dans *La Flûte enchantée* de Mozart), à force de se plaindre (bouche fermée) de son bâillonnement (*Hm hm hm hm hm !*), finit par obtenir satisfaction : à la demande de la Reine de la Nuit, la Première Dame finit par lui enlever le cadenas placé sur sa bouche, cadenas initialement destiné à le punir de ses mensonges. Le chant à bouche fermée apparaît donc comme l'unique voie de libération lorsqu'un individu bâillonné veut tenter de négocier avec un geôlier, de l'amadouer, de le forcer à céder. On peut par exemple citer le personnage de Tyrion Lannister, ligoté, bâillonné, chargé sur une barque telle une marchandise par son ravisseur Jorah Mormont (dans la cinquième saison de la saga *Game of Thrones*, épisode 4 intitulé « Les fils de la Harpie »)¹³. Tyrion, qui ne consent pas à rester bâillonné, chante à tue-tête (*Hm-Hm-Hm-Hm, Hm-Hm-Hm !*) pour pousser Jorah à le libérer, ou du moins, partiellement, parce qu'il s'agit uniquement de lui ôter le bâillon (lui redonnant ainsi sa liberté d'expression).

Le chant à bouche fermée présente des finalités différentes suivant que le vocaliste est bâillonné *physiquement* (à l'aide d'un tissu ou de tout autre objet), bâillonné

¹² Patricia Gavaille, *La Retirada* (Dole: Gunten, 2015), 396.

¹³ Mark Mylod, dir., *Game of Thrones*, saison 5, épisode 4, « Les fils de la Harpie », HBO, 2015.

symboliquement (lorsque le bâillon est implicite et invisible) ou bâillonné *intrinsèquement* (lorsque l'individu se sent prisonnier de ses propres schémas de pensée, de ses propres chaînes, de ses propres blocages psychologiques) ; trois finalités, trois enjeux, trois ressorts : la *résistance* (avec, en ligne de mire, la libération), l'*adaptation* (avec un effet transitoire) et la *reconstruction* (avec, à la clé, une délivrance). Suivant les circonstances, le chant à bouche fermée est dirigé vers soi (de façon consciente ou inconsciente) ou dirigé vers l'autre, absent (imaginaire) ou présent (en face de soi). Suivant les cas, il constitue une *action* ou une *réaction* mais à chaque fois, il est vecteur d'un message sous-jacent, plus ou moins implicite, plus ou moins elliptique.

Lorsqu'il fait l'effet d'une litote, en exprimant peu (sans paroles) pour en dire beaucoup (par la pensée, par le pouvoir évocateur des mélodies fredonnées), le chant à bouche fermée rend compte de la condition humaine, empreinte de misère et de détresse. Le chanteur, soucieux de conserver sa dignité¹⁴, soucieux de garder la tête haute face à l'humiliation, face au manque d'humanité et de considération, trouve dans le chant, en particulier bouche fermée, une sorte de réconfort pour rester debout, une probable source de consolation pour apaiser son âme ainsi qu'une indispensable énergie pour persévérer dans son être. Le chant, bouche fermée, permet alors de renforcer ce que Spinoza nomme le *conatus*¹⁵, c'est-à-dire, l'effort que produit toute chose (individu ou autre) pour persévérer dans son être, aussi bien par son corps que par son esprit. Tandis que les humiliations, les brimades et les éventuelles invectives amènent à diminuer et à fragiliser le *conatus* par la tristesse induite, le *nasillement* renforce le *conatus*, au moyen d'une joie, même limitée. Le *nasillement* permet de renforcer le *conatus* à la fois par le corps (par la vibration des cordes vocales et l'expiration de l'air par le nez) et par l'esprit (par les mots secrets rattachés à chaque son et l'effet produit par les sons sur l'humeur).

L'idée selon laquelle le *nasillement* est lié à des paroles intériorisées, tues, prononcées silencieusement, conservées « dans la tête », de manière à faire preuve de résilience, de sorte à renforcer son *conatus*, revient à envisager la vocalité bouche fermée comme la partie émergée de l'iceberg, une partie aisément perceptible par l'entourage, tandis qu'il existe une partie cachée qui recèle toutes les idées, tous les mots (maux) et toutes les émotions qui nourrissent le jardin secret du chanteur, ce qu'il est possible d'observer dans le livre de Lucie Salsmann-Laval intitulé *La vie est devant* :

¹⁴ Élise Petit, « “Le chant des Marais” : Histoire et parcours international d'un hymne concentrationnaire universel », *Témoigner. Entre histoire et mémoire*, n° 129 (2019) : 102.

¹⁵ Baruch Spinoza, *Éthique*, troisième partie (« De l'origine et de la nature des passions »), dans *Œuvres de Spinoza*, tome 3, trad. Émile Saisset (Paris: Charpentier, 1861), 107-81.

Cette nuit-là, ses mauvais souvenirs s'envolent. Colette est seule dans sa chambre et apprécie. Bouche fermée, elle chante des chants appris avec Anne Lise. Les paroles sont dans sa tête, ses parents ne peuvent les entendre. Elle invente d'autres musiques, d'autres paroles. Des paroles qu'elle ne peut ou ne veut dire à personne. Jusqu'au petit jour, il en fut ainsi. Sans le savoir, elle venait de créer son jardin secret¹⁶.

Le jardin secret est riche de mots que l'on n'oserait pas prononcer et de rêves que l'on garde pour soi. Le rêve, utilisé comme échappatoire, comme refuge, devient un vecteur de mieux-être, un moyen de tenir bon. Dans le film d'animation *Blanche-Neige* des Studios Disney (1937)¹⁷, Blanche-Neige, fille du Roi, se trouve dans une situation éprouvante : orpheline par sa mère, morte en couches, elle doit faire face à la méchanceté persistante et à la jalousie sans borne de sa marâtre. Un jour, alors qu'elle accomplissait des tâches ménagères, vêtue de haillons, elle se mit à fredonner, par deux fois, bouche fermée. Lors du premier fredonnement, elle récurait les larges marches du Palais, installée à même le sol, le corps relâché, le buste penché près du sol. Elle tente de se redresser mais finit aussitôt par s'avachir en lançant un profond soupir d'abattement. Les mouvements mélodiques, ascendants, descendants, formés par les quatre notes *nasillées* (*do ré sol do*), symbolisent pleinement les différents mouvements physiques et thymiques de Blanche-Neige : sa tentative de se redresser (*do-ré*, dans un mouvement ascendant), son relâchement total (*ré-sol*, dans un mouvement descendant), son élan pour se lever pour aller chercher de l'eau dans le puits (*sol-do*, dans un mouvement ascendant). S'ensuit un deuxième fredonnement, un peu plus enjoué, lorsqu'elle puise de l'eau dans le puits, entourée d'oiseaux. Si le premier fredonnement, en valeurs longues, traduit une lassitude, le second, en valeurs brèves, abrite une rêverie dont le contenu ne tardera pas à être divulgué. Blanche-Neige se confie, en effet, aux oiseaux qui l'entourent (« Puis-je vous dire un secret ? Jurez d'être discrets ! ») en évoquant son souhait de rencontrer le Prince charmant (« Je souhaite voir celui que j'aime. Et qu'il vienne bientôt. Je l'attends. Je rêve aux doux mots. Aux mots tendres qu'il dira »). Elle souhaite ainsi s'extraire d'un quotidien maussade, empli de solitude.

RÉSILIENCE, SOLITUDE ET DÉMONS INTERNES

Le chant intérieur, par essence, se veut chantre de la solitude, solitude de celui qui ne peut converser avec autrui, soit parce qu'il est privé d'interactions

¹⁶ Lucie Salsmann-Laval, *La vie est devant* (Éditions Les 2 Encres, 2012), 37.

¹⁷ *Blanche-Neige*, Studios Disney, 1937.

langagières dans un contexte hostile, soit parce qu'il doit faire face à l'absence de l'autre, ou alors, parce qu'il est dans sa période prélinguistique, comme le suggère le poème « Une fois seulement » de la poétesse canadienne Anne Hébert :

Bien avant les images et les couleurs
La source du chant s'imaginait
À bouche fermée
Comme une chimère captive

Dans l'analyse que fait André Brochu de cette strophe, le chant à bouche fermée est lié à l'idée de solitude et à la notion d'intériorité. D'après le poète et professeur de littérature québécois, lorsque Anne Hébert évoque le chant à bouche fermée :

La poète se représente un temps où le sens de la vue n'a pas encore trouvé à s'exercer, ce qui suggère la quasi-absence de la dimension extérieure. Les images et les couleurs sont absentes... N'existe que l'intériorité, ici associée au sens de l'ouïe, plus intime que celui de la vue. Le chant d'ailleurs n'est pas projeté au dehors mais produit « à bouche fermée ». Il est porteur du rêve, puisque comparé à une chimère, mais le rêve reste prisonnier du dedans (« chimère captive »). C'est, en somme, le temps d'avant la parole et, par conséquent, le temps de la solitude avant qu'elle soit « rompue comme du pain » par la parole libératrice¹⁸.

La solitude est plus ou moins consciente, plus ou moins inconsciente, pour celui qui chante avec la bouche fermée. La vocalité bouche fermée apparaît comme un retour vers la période prélinguistique de tout un chacun, comme un réflexe de survie émotionnelle, un réflexe auquel on ne prête pas nécessairement attention, un réflexe qui permet de réguler son humeur, en allant vers des émotions plaisantes (à valence positive) comme la joie, la satisfaction, l'enthousiasme, l'euphorie, le calme, etc. En tant que chant réflexe, régulateur d'émotions, le chant intérieur permet de faire preuve de résilience dans un laps de temps réduit. Liés aux aléas de la vie et aux rencontres effectuées, la soif de résilience peut aussi jaillir face à ses démons intérieurs, ses propres peurs, ses propres sueurs froides, angoisses et autres signes de mal-être. Le chanteur devient son propre adversaire. La nécessité de surmonter ses propres barrières peut alors se faire sentir. Dans ce cas, le chant à bouche fermée apparaît comme un adjuvant efficace. C'est le sens de

¹⁸ André Brochu, *Anne Hébert : le secret de vie et de mort* (Ottawa: Presse de l'Université d'Ottawa, 2000), 236.

l'histoire racontée dans l'épisode intitulé « Le premier chant était bouche fermée » issu de *L'art délicieux d'appivoiser sa voix. Parce qu'aimer sa voix, c'est s'aimer soi*¹⁹, un ouvrage atypique de la chanteuse franco-gabonaise Abyale Nan Nguema.

Dans l'ouvrage d'Abyale Nan Nguema, toutes les étapes d'une résilience *express*, telles les étapes d'un conte de fées²⁰, sont présentes (chute émotionnelle, prise de conscience de la nécessité de se relever, redressement émotionnel, résolution, dénouement heureux). Le personnage Léa, tétanisé par la peur d'échouer à une réunion professionnelle décisive (avec un « gros client »), n'a que peu de temps pour se ressaisir et combattre ses démons intérieurs. Le temps d'un court trajet dans le métro parisien, de la station Javel à la station Maubert-Mutualité, elle tombe symboliquement (« Elle se laisse tomber sur un strapontin, sort un rouge à lèvres de son sac et achève de se maquiller »), se relève, tout aussi symboliquement, avec la conscience de devoir se reprendre en main (« Il faut absolument qu'elle change d'état d'esprit. Céder au stress ne la mènera nulle part, elle le sait bien »). En se relevant – toujours symboliquement – elle lève les yeux, découvre un poème placardé au-dessus d'une affiche publicitaire dans la rame du métro, il s'agit d'un vers énigmatique qui l'interpelle profondément (« Le premier chant était bouche fermée ») au point de mettre son imagination en ébullition. Tout en réfléchissant à la signification de ce poème (« “Le premier chant était bouche fermée”. Quelle drôle d'idée ? Comment peut-on chanter bouche fermée ? Hum... Mais on fredonne bien sûr ! Le premier chant... Peut-on dater ce chant ? »), elle se mit à fredonner, bouche fermée, sans s'en rendre compte (« La femme assise à côté d'elle lui jette un regard interrogateur. C'est alors que Léa s'aperçoit qu'elle s'est mise à fredonner. La femme sourit. Elle sourit en retour »). Ça y est, Léa a vaincu son trac, grâce à son fredonnement, son problème est résolu (« J'ai cette réunion qui m'angoissait, et maintenant, je ne sais même plus pourquoi ça me prenait la tête ! Je suis là, je suis vivante, je suis bien ! »). Heureuse de ce dénouement positif, Léa savoure l'instant présent (« Elle savoure pleinement cet instant. *CARPE DIEM*. »). Le chant à bouche fermée a fait effet.

La résilience apparaît comme un cheminement intérieur, intime, personnel, réalisé de façon solitaire, même en présence d'autrui. Ce cheminement intérieur peut prendre la forme d'un déplacement physique, d'un pèlerinage en direction d'un lieu symbolique, dans le plus grand dépouillement, dans une forme d'ascèse voire, dans une quête de spiritualité. Le chant à bouche fermée apparaît alors comme le meilleur

¹⁹ Abyale Nan Nguema, *L'art délicieux d'appivoiser sa voix. Parce qu'aimer sa voix, c'est s'aimer soi* (Paris: Leduc.s Éditions, 2016), 205.

²⁰ Dans le schéma narratif, applicable aux contes de fées, figurent plusieurs étapes: situation initiale, élément déclencheur, péripéties, élément de résolution, situation finale.

moyen d'évoquer la simplicité, le dénuement ainsi que l'intériorité propre à la spiritualité. Dans le film intitulé *Sur les chemins noirs* réalisé par Denis Imbert (2023) à partir du roman éponyme de Sylvain Tesson (2016)²¹, le personnage de Pierre, écrivain à succès, quelque peu alcoolique, connaît toutes les étapes du parcours de résilience, de la chute initiale, au sens propre comme au sens figuré (Pierre chute accidentellement, du haut d'un immeuble parisien, une chute de huit mètres qui va meurtrir son corps et sa psyché), jusqu'à la fin de son pèlerinage à travers la France, d'Est en Ouest, du Parc du Mercantour au Nez de Jobourg, en passant par de petits sentiers (« chemins noirs »). Au cours de ce long périple, en solitaire, entamé dans une farouche volonté de reconstruction (« Corseté dans un lit, je m'étais dit à voix presque haute : si je m'en sors, je traverse la France à pied. Si je réussissais ma traversée, j'obtiendrais réparation »), Pierre fait notamment la rencontre d'un moine, une rencontre à la fois énigmatique et pleine de spiritualité au cours de laquelle retentit un chant à bouche fermée féminin, extradiégétique, qui s'apparente à un carillon (*mib fa ré mib do*), entonné plusieurs fois, obstinément (*ostinato*), de façon implacable (chaque note a le même poids, la même intensité, la même durée) dans la même tonalité (*do mineur*). Pas de doute, Pierre est sur le chemin de la résilience.

CONCLUSION

Dans la fiction, en littérature comme au cinéma, le chant intérieur, bouche fermée, apparaît comme un allié, un vecteur et un symbole de résilience. Il se dote d'un pouvoir expressif extrême tant il permet au chanteur d'exprimer pleinement ses émotions, ses souhaits, ses idéaux, ses secrets, sans que personne n'en soit informé. C'est un outil de communication *dividuelle*, qui permet de converser avec soi-même²² ; le corps du chanteur devenant le théâtre et la caisse de résonance des émotions, des sensations et des idées exprimées. Le chant intérieur est donc un discours, un discours entre deux entités internes (soi et soi-même, ou peut-être, la *mêmeté* et l'*ipséité*²³). Il convient dès lors de distinguer le discours intérieur *brut* (abstrait) qui s'apparente à une *image mentale*, insaisissable, fictive et qui appartient au monde des *idées* et le discours intérieur *net* (concret), correspondant à une *métaphore sonore*, à l'expression de l'inavouable (de l'inavoué), à une *incarnation*

²¹ Denis Imbert, dir., *Sur les chemins noirs*, Radar Films, 2023.

²² Voir, Victor Egger, *La parole intérieure. Essai de psychologie descriptive*, thèse de doctorat en psychologie, Faculté de Lettres de Paris (Paris : Librairie Germer Baillière et C^{ie}, 1881), 13.

²³ Notions empruntées au philosophe Paul Ricœur (*mêmeté, ipséité*). Paul Ricœur, *Soi-même comme un autre* (Paris: Seuil, 1990), 432.

sonore de l'ineffable²⁴, à une *allégorie* du silence, au *cri du silence*, en somme, à un *fait sonore*. Dans les deux cas, le discours intérieur correspond au triomphe et à l'apologie du silence, le silence des mots. Dans un cas, il s'agit d'un *silence absolu* (inaudible), dans l'autre, d'un *silence transfiguré* (musicalisé²⁵).

Dans la vie réelle, le chant intérieur, en forme de *nasillement*, peut être vecteur d'espoir. Il peut permettre de communiquer avec le monde extérieur lorsque la formulation de mots est impossible. Dans un cadre thérapeutique, le passage du *silence absolu* (discours intérieur *brut*²⁶) au *silence transfiguré* (discours intérieur *net*) peut être considéré comme un signe encourageant, comme une voie de résilience. C'est le sens du témoignage de la musicothérapeute Josette Kupperschmitt :

Marie, âgée de vingt-cinq ans, est hospitalisée pour troubles graves du comportement induisant un trouble de l'adaptation avec réactions mixtes anxieuses et dépressives.... À son entrée, Marie est mutique et le restera pendant deux mois, refusant toute forme de communication.... Devant l'absence d'évolution, le psychiatre me demande de la prendre en musicothérapie.... Je lui propose de vocaliser bouche fermée et elle accepte sans pleurer²⁷.

On pourrait s'interroger sur les raisons pour lesquelles Marie, initialement « mutique », enfermée dans un discours intérieur *brut* (silence total), accepte de *nasiller* (silence transfiguré). Sans doute parce que le discours intérieur *brut* (mutisme absolu²⁸) et le discours extérieur *net* (mutisme symbolique) sont les deux côtés d'une même médaille. Sans doute parce qu'en *nasillant*, le sujet demeure dans une bulle protectrice ; la fermeture des lèvres agissant comme un bouclier protecteur ; les lèvres agissant comme un filtre ; le point de contact entre les deux lèvres générant de la chaleur humaine ; le filtrage et la circulation de l'air via les fosses nasales contribuant à cette sensation de chaleur²⁹. Le chant à bouche fermée (et plus largement, le chant sans paroles) permet de se rattacher davantage à ses sensations qu'à son intellect dans le cadre d'une « pratique vocale de conscience », ainsi que le relate la musicothérapeute Anne Bolli :

²⁴ Vladimir Jankélévitch, *La musique et l'ineffable* (Paris: A. Colin, 1961), 199.

²⁵ Voir, Jean-David Jumeau-Lafond, « Le chœur sans paroles ou les voix du sublime », *Revue de musicologie* 83, n° 2 (1997) : 265.

²⁶ Point de vue interne (point de vue du sujet).

²⁷ Josette Kupperschmitt, *La musicothérapie en clinique adulte ou l'expérience active de la musicothérapie dans l'hôpital psychiatrique* (Paris: L'Harmattan, 2000), 110.

²⁸ D'un point de vue externe (point de vue de l'observateur, de l'interlocuteur, du thérapeute).

²⁹ Lors d'une inspiration par le nez, l'air est réchauffé par la muqueuse qui tapisse les fosses nasales.

Utiliser sa voix sur des voyelles (*toning*) ou sur un « MMM » (*humming*) permet de se concentrer sur ses sensations, plus intensément que lorsque les mots sont utilisés, car ceux-ci mobilisent la mentalisation plutôt que la sensation. Lors de ruminations fréquentes, cette pratique somesthésique permet de quitter celles-ci au moins un moment et de retrouver un état d'apaisement, de détente et de ralentissement de la pensée³⁰.

Le chant intérieur devient alors un chant salutaire, salvateur, menant vers une résilience temporaire ou durable. Toutefois, dans la vie réelle, comme dans la fiction, la résilience n'est pas toujours au rendez-vous. Elle n'est pas toujours accessible. Lorsque la résilience n'est pas encore à portée de main, le chant à bouche fermée, sorte d'« emmurement labial »³¹ (et aussi d'*emmurement labial*), devient un *chant-refuge*, un chant de réconfort, un *chant-cocon*, un chant qui signifie « j'existe », en attendant de pouvoir dire « je revis ». On en trouve un exemple dans un épisode de la série télévisée française *Section de recherches* (saison 11, épisode 1, « Dans son monde »)³² : Nathan (Iago Salva Alvarez), enfant autiste, témoin d'un crime, se réfugie dans son intériorité, en fredonnant, bouche fermée, un motif sempiternel en forme de trille, un motif mouvant, qui rappelle l'effet de balancier d'une berceuse en bois, un motif murmuré, telle une berceuse fredonnée pour apaiser un jeune enfant. Tantôt doux, tantôt ostentatoire (en cas d'affront ou de provocation), le chant intérieur intervient donc à chaque étape du parcours de résilience, en amont comme en aval. Il découle *in fine* de trois intentionnalités différentes : l'une, qui consiste à « chanter dans sa tête », l'autre, qui revient à « chanter dans son corps » et une autre qui se résume à chanter *dans son cœur*³³.

Le vocaliste peut ainsi être amené à « chanter dans sa tête », dans un geste d'auto-régulation, pour éviter de nuire (davantage) à autrui, pour mettre fin à un conflit ouvert. Il peut, à l'inverse, être amené à « chanter dans son corps », cette fois, dans une démarche thérapeutique centrée sur la somesthésie, une démarche de pleine conscience, de retour à soi, de connexion à ses sensations, en vue de mettre fin à un

³⁰ Anne Bolli, « La voix, instrument de mieux-être simple pour soignants et patients », dans *Musique et santé mentale: orchestrer la rencontre*, dir. A. Güsewell et al. (Nîmes: Champ social éditions, coll. « Accompagner-partager », 2021), 158.

³¹ Marik Froidefond, « Entre deux bouchées de silence : esquisse d'une poétique à bouche fermée chez quelques compositeurs et poètes du XX^e siècle », dans *Écriture et silence au XX^e siècle*, dir. Y.-M. Ergal, M. Finck (Strasbourg: Presses Universitaires de Strasbourg, 2010), 255.

³² Jean-Marc Thérin, dir., *Section de recherches*, saison 11, épisode 1, « Dans son monde », TF1, 2017.

³³ Selon Egger : « pour exprimer l'idée de *penser*, [les Égyptiens de l'Antiquité] employaient un terme composé qui signifie *parler avec son cœur* ». Voir Egger, *La parole intérieure*, 13. De même, en créole guadeloupéen, *parler dans son cœur* signifie penser à quelque chose que l'on n'ose dire.

conflit intérieur. Lorsqu'il chante *dans son cœur*, spontanément, dans un moment d'évasion, à bonne distance d'une zone de conflit, le vocaliste, telle Blanche-Neige, exprime ses rêves les plus fous, les plus intimes, les plus secrets, il exprime ce qui lui paraît essentiel, essentiel à sa survie, essentiel à sa vie. Dans les trois cas de figure, le chant intérieur, par la voie du chant à bouche fermée, correspond à un cadeau pour soi, un cadeau que l'on ose s'offrir malgré l'adversité, un cadeau que l'on a besoin de s'offrir pour parvenir à une forme d'ataraxie, un cadeau que l'on s'offre inconsciemment dans un moment de rêverie, de *musement*³⁴, de *solitude rêveuse*³⁵, loin, bien loin d'une adversité pourtant environnante.

BIBLIOGRAPHIE

- Adamson, Andrew et Vicky Jenson, dir. *Shrek*. Dreamwork Animation. PDI/DreamWorks, 2001.
- Bachelard, Gaston. *La poétique de la rêverie*. Paris: Presses Universitaires de France, coll. « Bibliothèque de philosophie contemporaine », 1960.
- Blanche-Neige. Studios Disney, 1937.
- Bolli, Anne. « La voix, instrument de mieux-être simple pour soignants et patients ». Dans *Musique et santé mentale: orchestrer la rencontre*, dirigé par A. Güsewell, É. Bovet, A. Stantzios, G. Bangerter et M. Thomas, 151-65. Nîmes : Champ social éditions, coll. « Accompagner-partager », 2021.
- Brochu, André. *Anne Hébert : le secret de vie et de mort*. Ottawa : Presse de l'Université d'Ottawa, 2000.
- Cafafa, Marielle. *Le chant à bouche fermée : typologie des techniques*. Paris: Observatoire musical français, 2012.
- Celan, Paul. *Renverse du souffle. Poésie*. Traduit et annoté par Jean-Pierre Lefebvre, édition bilingue. Paris : Éditions du Seuil, coll. « La Librairie du XXI^e siècle », 2003.
- Egger, Victor. *La parole intérieure. Essai de psychologie descriptive*. Thèse de doctorat en psychologie, Faculté de Lettres de Paris. Paris : Librairie Germer Baillière et C^{ie}, 1881.
- Froidefond, Marik. « Entre deux bouchées de silence : esquisse d'une poétique à bouche fermée chez quelques compositeurs et poètes du XX^e siècle ». Dans *Écriture et silence au XX^e siècle*, dirigé par Y-M. Ergal, M. Finck, 243-58. Strasbourg : Presses Universitaires de Strasbourg, 2010.
- Gavoille, Patricia. *La Retirada*. Dole : Gunten, 2015.
- Gérard, Sonia et Denis Gagnon. « Le concept de résilience comme indicateur de différenciation sociale des communautés métisses du Canada (note de recherche) ». *Anthropologie et Sociétés* 41, n° 3 (2017) : 267-86. <https://doi.org/10.7202/1043050ar>.
- Imbert, Denis, dir. *Sur les chemins noirs*. Radar Films, 2023.
- Jankélévitch, Vladimir. *La musique et l'ineffable*. Paris : A. Colin, 1961.
- Jumeau-Lafond, Jean-David. « Le chœur sans paroles ou les voix du sublime ». *Revue de musicologie* 83, n° 2 (1997) : 263-79.

³⁴ Charles S. Peirce, « Un argument négligé en faveur de la réalité de Dieu », *Revue philosophique de Louvain* 79, n° 43 (1981): 332 ff.

³⁵ Gaston Bachelard, *La poétique de la rêverie* (Paris: Presses Universitaires de France, coll. « Bibliothèque de philosophie contemporaine », 1960), 22.

- Kupperschmitt, Josette. *La musicothérapie en clinique adulte ou l'expérience active de la musicothérapie dans l'hôpital psychiatrique*. Paris : L'Harmattan, 2000.
- Laplantine, François. *Penser l'intime*. Paris : CNRS éditions, 2020.
- Loevenbruck, Hélène. *Le mystère des voix intérieures*. Paris : Éditions Denoël, 2022.
- Mylod, Mark, dir. *Game of Thrones*, saison 5, épisode 4, « Les fils de la Harpie ». HBO, 2015.
- Nan Nguema, Abyale. *L'art délicieux d'appivoiser sa voix. Parce qu'aimer sa voix, c'est s'aimer soi*. Paris : Leduc.s Éditions, 2016.
- Nasielski, Salomon. « Le bon usage de la colère ». *Actualités en analyse transactionnelle*, n° 132 (2009) : 1-14. <https://doi.org/10.3917/aatc.132.0001>.
- Peirce, Charles S. « Un argument négligé en faveur de la réalité de Dieu ». *Revue philosophique de Louvain* 79, n° 43 (1981) : 327-49.
- Petit, Élise. « “Le chant des Marais” : Histoire et parcours international d'un hymne concentrationnaire universel ». *Témoigner. Entre histoire et mémoire*, n° 129 (2019) : 101-11.
- Ricœur, Paul. *Soi-même comme un autre*. Paris : Seuil, 1990.
- Sabatier, Robert. *Les Noisettes sauvages*. Paris : Albin Michel, 2012.
- Salsmann-Laval, Lucie. *La vie est devant*. Éditions Les 2 Encres, 2012.
- Spinoza, Baruch. *Éthique*, troisième partie (« De l'origine et de la nature des passions »). Dans *Œuvres de Spinoza*, tome 3, traduit par Émile Saisset, 107-81. Paris : Charpentier, 1861.
- Thérin, Jean-Marc, dir. *Section de recherches*, saison 11, épisode 1, « Dans son monde ». TF1, 2017.
- Verney, Cathy, dir. *Fais pas ci, fais pas ça*, saison 7, épisode 2, « Naturisme et découverte ». France 2, 2014.

LE CHANT INTÉRIEUR OU LA VOIE DE LA RÉSILIENCE
DANS LA LITTÉRATURE ET AU CINÉMA
REGARD PLURIEL SUR LE CHANT À BOUCHE FERMÉE

R é s u m é

Secret, intime, enfoui, le chant intérieur se produit lorsque le personnage maudit est condamné à se taire, dans un contexte hostile, empli d'humiliation, de brimades ou d'intimidations. Au cinéma, comme dans la littérature, le chant intérieur, bouche fermée, se veut synonyme de résilience quand il s'inscrit dans un processus d'adaptation, de résistance ou de reconstruction. La recherche d'un consensus, la mise en place d'une stratégie de résistance (voire, de provocation) et la quête d'une reconstruction face aux ravages causés par ses propres démons, telles sont les trois pistes que cet article propose d'explorer afin de rendre compte des usages potentiellement universels du chant à bouche fermée en milieu hostile.

Mots-clés: vocalise; résilience; chant; bouche fermée; musique; émotions; colère; endophasie; intime; discours intérieur

INNER SONG OR THE PATH TO RESILIENCE IN LITERATURE AND FILM:
A MULTIFACETED LOOK AT HUMMING

Summary

Secret, intimate, buried, the inner song occurs when the cursed character is condemned to silence, in a hostile context, filled with humiliation, bullying or intimidation. In film, as in literature, the closed-mouth inner song (humming) is synonymous with resilience when it is part of a process of adaptation, resistance or reconstruction. The search for consensus, the implementation of a strategy of resistance (or even provocation) and the quest for reconstruction in the face of the ravages of one's own demons are the three avenues that this article proposes to explore in order to account for the potentially universal uses of closed-mouth singing in a hostile environment.

Keywords: vocalization; resilience; singing; humming; music; emotions; anger; endophasia; inner song; inner speech

WEWNĘTRZNY ŚPIEW, CZYLI DROGA DO REZYLIENCJI
W LITERATURZE I FILMIE
WIELOASPEKTOWE SPOJRZENIE NA NUCENIE

Streszczenie

Sekretna, intymna i ukryta – wewnętrzna pieśń pojawia się, gdy przeklęty bohater jest skazany na milczenie we wrogim kontekście, pełnym upokorzeń, nękania lub zastraszania. W filmie, podobnie jak w literaturze, wewnętrzny śpiew z zamkniętymi ustami (nucenie) wskazuje na odporność, będącą częścią procesu adaptacji, oporu lub rekonstrukcji. Poszukiwanie konsensusu, wdrażanie strategii oporu (a nawet prowokacji) i dążenie do regeneracji po spustoszeniach dokonanych przez wewnętrzne demony to trzy ścieżki, które niniejszy artykuł bada, aby wyjaśnić potencjalnie uniwersalne zastosowania nucenia we wrogim otoczeniu.

Słowa kluczowe: wokalizacja; odporność; śpiew; nucenie; muzyka; emocje; gniew; endofazja; wewnętrzny śpiew; mowa wewnętrzna