

Influence de la musique et des chansons sur nos vies.

Les œuvres musicales ont une structure expressive suffisamment puissante pour imposer des états émotionnels. Elles peuvent diminuer l'anxiété, le stress, améliorer l'humeur, apaiser nos angoisses, réduire la douleur. Elles nous aident dans les moments de déprime ; elles nous détendent. Elles stimulent la production de ce neurotransmetteur du plaisir qu'est la dopamine.

Chacun décide de la musique qu'il aime, le tout est de l'apprécier et de ressentir ses propres émotions comme aussi celles de celle ou celui qui l'a écrite. Un dicton célèbre rappelle que "la musique adoucit les mœurs". La musique est presque essentielle à la vie de nous êtres humains. Il se dit que c'est la musique qui nous manquerait le plus dans le cas de solitude, par exemple sur une île déserte. La musique a une relation directe avec les chansons. Chanter, prononcer des paroles parfois fortes, déterminantes et vivifiantes.

Ces paroles sont ressenties dans des moments qui nous marquent. Je me remémore la chanson de Berthe Sylva avec les roses blanches, « *c'était un gamin...* » ; elle crée l'émotion ressentie par ceux qui perdent leur maman. Je pense à la chanson de Jacques Brel, « *ne me quitte pas* », dans le cas de ruptures de toute sorte, sa chanson sur « *les vieux* » et sa sensibilité immense. Je fredonne les chansons de Jean Ferrat , « *que serais-je sans toi qui vins à ma rencontre...* », « *la Montagne* ». Je frissonne avec les paroles de Gilbert Bécaud « *et maintenant que vais-je faire de tout ce temps...?* »... Cette chanson me poursuit depuis seize mois maintenant , ainsi que sa chanson sur la solitude même s'il croit qu'elle n'existe pas ...

Les chansons sont milliers ; toutes n'ont pas la même densité ; ce qui importe c'est l'émotion provoquée.

Oui, la musique et la chanson nous sont nécessaires et indispensables. Elles

déclenchent des réactions car elles expriment la vie, les désirs.

Et nous collectionnons d'excellents paroliers !

Cabrel soutient les sentiments du taureau ; les souffrances de Marie sont magnifiées par Johnny Halliday, et quel plaidoyer que celui de Pierre Perret quand il sublime Lili, cette immigrée qui avait tant cru en l'accueil de la France.

Nos rappeurs, bien dans leurs bottes au temps présent, stigmatisent, crient leur colère, dénoncent, se révoltent. La censure ne peut les atteindre. Ils ont une belle audience. J'aime Grand corps malade, son phrasé, sa qualité de présence, son habileté, sa façon de révéler les choses.

Des artistes. Ils soutiennent notre sensibilité. C'est heureux d'être accompagnés de leurs rythmes, de leurs paroles, de leurs passions.

Voilà, voilà, voilà...Refrains entêtants.

Ecoutons, chantons, dansons, vivons.

Raymond Massal