

Article paru dans Sacrée Planète.

Sacrée Planète : Pour un musicien que signifie de jouer avec la gamme naturelle

Franck NABET : " La mention "naturelle" fait référence à la justesse des harmoniques. L'harmonique est l'une des caractéristiques de la musique avec le rythme et la mélodie. Lorsqu'un instrument peut générer deux sons en même temps qui sont harmonieux, il génère une harmonique. Les harmoniques "pures" sont en résonance les unes par rapport aux autres, c'est à dire qu'elles vibrent en sympathie lorsque l'une d'entre elle est activée.

Sacrée Planète : Quel est la Symbolique du rapport 3/2 ?

Franck NABET : "Le chiffre 3 représente le monde de la matière ou plus précisément la triade de chaque existence ou vie : un plan matière, un plan non matière et enfin, un dernier plan qui permet la circulation de l'information de l'un à l'autre.

Le chiffre 2, quant à lui, représente les polarités masculine et féminine nécessaire à la manifestation de la vie dans la matière.

En outre, le deux nous donne la première harmonique "pure". Grâce à ce rapport mathématique, on obtient une gamme résonnante sur le plan harmonique; sa construction physique se rapproche ainsi de la forme spiralée de la structure de l'ADN humain. "

Sacrée Planète : Pourquoi et quand le diapason LA 440 Hz est-il devenu le standard ?

Franck NABET : "Il est vrai que depuis 1953, le diapason en LA 440 s'est vu devenir la référence dans l'accordage des instruments, sans que l'on sache pourquoi. Je ne sais pas si la théorie avancée disant que les nazis utilisaient le La 440Hz pour leur propagande et qu'ils l'auraient imposé comme standard est juste ou non.

Aucune musique ethnique ou ancienne n'est jouée à cette hauteur de note, ce qui nous laisse encore avec des interrogations sur l'utilisation de ce diapason. En janvier 1975, le diapason La 440 Hz devient une norme (ISO 16:1975), ce qui définit par la suite son utilisation dans toute les écoles de musique.

Actuellement, de nombreux chanteurs sont obligés de monter leur voix à cause de ce diapason et souffrent de déformations importantes des cordes vocales. Naturellement, nous nous accordons plus facilement sur le La 432 Hz.

La fréquence de 432 Hz est qualifiée, par des scientifiques, de "naturelle". Ils ont calculé les fréquences de résonance des atomes et molécules dans la

nature. L'oscillation à 432Hz est une fréquence de résonance de l'eau (alors que le 440 Hz ne l'est pas). Rappelons que l'eau est un constituant majeur de toute vie sur terre, de la bactérie jusqu'aux organismes les plus développés. Ceci nous laisse présager de l'incidence d'une telle fréquence sur l'être humain!

Cette fréquence est inscrite jusque dans notre système solaire. La précession de la Terre compte 25 920 années, c'est le cycle apparent de la rotation des étoiles dans notre ciel (360°), produit par le mouvement de la Terre dans l'univers. Quand on divise 25 920 par 360, on arrive au chiffre 72.

Sacrée Planète : Que pensez-vous de ces données ?

Franck NABET : Ces informations sont exactes, 432 Hz correspond à une harmonique de la fréquence terrestre. Chaque matière a une fréquence de résonance qui lui est propre. Tous les éléments à l'origine de la vie se retrouvent être une harmonique d'une note dans l'accordage en 432 Hz, à partir du moment où nous utilisons une gamme respectant les lois harmoniques juste.

Quand la musique est accordée à 432 Hz, on remarque que les autres notes correspondent exactement aux fréquences de résonances des éléments naturels comme le sol pour l'oxygène. Le do a une fréquence de résonance qui active le système chlorophyllien des plantes par exemple... L'écoute d'une musique en 432 Hz nous rapproche donc de la nature. Elle nous met en résonance avec elle. En 440 Hz, au contraire, nous nous en éloignons par le décalage avec les fréquences naturelles.

Comme nous le précise Jacqueline Bousquet (Dr ès Sciences, Biologie, Endocrinologie, Biophysique, Physiologie, Immunologie, chercheur honoraire au CNRS (1962-1997), conférencière internationale et écrivain.) "tout être vivant ne peut se comporter qu'en récepteur ou émetteur d'une gamme de fréquence avec laquelle il entre en résonance". L'information émise par des musiques en gamme tempérées ne peut donc pas avoir d'effet thérapeutique positif sur notre état puisqu'elles ne sont pas en phase avec notre propre champ vibratoire.

A l'opposé, les musiques composées en gamme "naturelle" ont un effet profond sur l'organisme, en procurant rapidement une sédation du système neuro-végétatif et un état de bien-être. Les chants religieux, notamment chez les cisterciens, étaient composés avec cette gamme, on leur reconnaissait des vertus pour la sérénité et l'élévation de l'âme.

Le 432 Hz est aussi une harmonique du 8 Hz, qui n'est autre que le rythme de la fréquence cérébrale Alpha dans laquelle nos deux hémisphères du cerveau sont synchronisés pour fonctionner ensemble en harmonie. Le néocortex, inutilisé à 90 %, commence à s'éveiller avec cette synchronisation : elle s'installe dans toutes les cellules du cerveau pour créer un flux d'information maximal.

Ecouter la musique accordée au La 432 Hz harmonise nos hémisphères cérébraux, ce qui nous éveille à l'orchestration de nos pensées dans les cathédrales de nos esprits.

Sacrée Planète : Quelles sont vos expériences sur les effets du 432 Hz sur l'être humain ?

Franck NABET : Ce dont je me suis rendu compte sur le plan énergétique, c'est que le diapason en la 432 Hz "activait" l'énergie au niveau du coeur, et de ce fait permettait à l'être humain d'être plus centré sur son ressenti, d'être plus à l'écoute de ce qu'il est. Comme cette musique contient des harmoniques en résonance avec les éléments fondamentaux de la vie, bien évidemment, son impact est important sur le plan physique.

Enfin, elle nous connecte avec notre "créateur" (le créateur qui est en nous), notre dimension "divine" en quelque sorte, grâce notamment à cette activation du centre énergétique du coeur.

Le battement du coeur d'un être humain adulte au repos est "idéalement" de 72 battements par minute, ce qui correspond exactement à un sixième de 432 Hz ou la moitié de 144. Le 144 Hz est aussi la fréquence du ré quand le la est accordé en 432 Hz. Bien entendu, ceci n'est valable que lorsque la gamme utilisée est une gamme Pythagoricienne.

Il me semble intéressant de nous arrêter sur le Nombre 432. N'est-il pas considéré comme "sacré" ? Nous le retrouvons dans une majorité de temples sur notre planète. Par exemple, le côté de la grande Pyramide d'Egypte est de 432 unités terrestres au niveau de la mer (une unité terrestre mesure 51,49 cm - ancienne unité de mesure de l'époque de sa construction). A Teotihuacan (Mexique), la grande pyramide du soleil du complexe Toltèque mesure sur toute la périphérie de sa base 864 UTS (Unités de mesure Téothiuan Standards), 864 est exactement le double de 432. Dans le calendrier Toltèque, nous pouvons noter le cycle Katun qui comprend 7 200 jours, où l'on retrouve à nouveau le 72, le tiers de 432. Le calendrier des Vedas comporte un grand cycle de 432 000 ans.

Sacrée Planète : Avez-vous personnellement fait des recherches sur la symbolique du nombre 432 ?

Franck NABET : Sans faire de recherches particulières, j'ai remarqué la présence du Nombre 432 dans de nombreuses traditions. Dans la bible, par exemple, nous retrouvons souvent le chiffre 144, qui est aussi une harmonique du ré correspondant au diapason la 432 Hz (exacte uniquement dans la gamme pythagoricienne).

D'ailleurs, je dis souvent que ce chiffre n'est en fait qu'une suite arithmétique qu'il nous faut terminer, 4, 3, 2, et UN. C'est ce qui nous ramène à l'unité. En fait, ce diapason est tout à fait de notre temps puisqu'il nous propose d'être un peu plus dans nos coeurs et de réaliser ce que nous sommes venus

expérimenter sur Terre.

Sacrée Planète : Est-ce que la composition de musique thérapeutique impose cette fréquence ?

Franck NABET : Le diapason rentre en ligne de compte, bien entendu, mais il n'est pas le seul élément. En fait, la musique possède trois caractéristiques principales : le rythme, la mélodie, et l'harmonie. Lorsque nous voulons créer une musique thérapeutique, il convient que le rythme corresponde à l'intention recherchée (par exemple la détente), et que la mélodie vienne activer de nouveaux circuits de connexion neuronale au niveau du cerveau. Notre cerveau fait des associations dès l'état foetal entre mélodie et émotions, développant ainsi une mémoire musicale émotionnelle. En effet, cette mémoire est bien huilée et dès que l'on entend une mélodie, elle nous fait ressentir l'émotion associée avec elle. Mais cela veut dire également qu'elle va rejeter tout ce qu'elle n'admet pas. Plus les stimuli seront longs et plus il lui faudra s'adapter, générant de nouveaux circuits de réaction.

Enfin, le troisième élément est que l'harmonie entre les notes soit juste pour que l'information véhiculée par la musique (c'est-à-dire le champ d'intention que le compositeur et les instrumentistes ont déposé dans la musique) puisse atteindre les différents corps d'énergie et effectuer alors l'harmonisation nécessaire au travail "thérapeutique" désiré.

Il est donc nécessaire que ces trois éléments soient alignés afin de redonner à l'être son potentiel vibratoire sur les trois plans ; physique, mental et énergétique. La Vie est par essence, vibration donc mouvement et la maladie apparaît lors d'une immobilisation de nos vibrations sur l'un des plans.

Chacune de mes créations musicales à vocation "thérapeutique" repose sur ces principes, avec un thème principal pour chaque CD. Par exemple, le "Secret de l'Amour" propose un travail sur l'ouverture du coeur et la pacification des émotions, la "Nouvelle Jérusalem" propose de retrouver notre pouvoir créateur et notre clairvoyance...

Sacrée Planète : Est-ce que le diapason change en fonction de l'effet recherché : relaxation, détente, ou dynamisation, énergie...?

Franck NABET : Le diapason ainsi que la gamme musicale nous donnent surtout un résultat sur les corps énergétiques, car le diapason fixe la hauteur des sons. Cette notion de hauteur intervient essentiellement dans la perception faite par nos corps énergétiques.

Si je souhaite obtenir un état de relaxation,,il est important de ralentir le rythme biologique, donc de ramener le tempo (le nombre de battements à la minute) aux alentours de 50 ou 60 battements/minute, ce qui nous donne une musique assez lente .Ensuite il s'agit d'avoir des mélodies simples, sans trop de "caractère" (qui pourraient induire des états émotionnels), sur lesquelles le mental ne peut que difficilement s'accrocher, et enfin, en troisième point, des harmoniques (game naturelle qui entre en résonance avec nos structures

énergétiques) permettant d'apporter cet état jusque dans les corps énergétiques.

Sacrée Planète : Quelle est l'impact du La 440 Hz sur l'être humain ?

Franck NABET : d'un point de vue énergétique, le La 440 Hz se localise au niveau du cerveau. Ce diapason permet donc de stimuler énergétiquement notre cerveau dans son fonctionnement mental et aliénant. Il peut ainsi générer peurs, questionnements répétitifs, doutes, etc... et ainsi, ne jamais s'arrêter. De ce fait, il semble approprié pour créer un conditionnement. D'ailleurs, une étude récente nous indique que la musique diffusée dans un magasin de vins a une influence sur le prix moyen de la bouteille achetée. Si la musique est du classique, elle conditionne un achat plus cher de 5 à 10 euros que le prix que le consommateur s'était fixé en entrant dans le magasin.

Sacrée Planète : A t-on testé l'effet sur un auditeur à partir d'un même morceau de musique, l'un en La 432 Hz et l'autre en La 440 Hz ?

Franck NABET : Oui, une étude scientifique, au Pays-Bas, a démontré que plus de 76 % des gens ont perçu la musique au La 432 Hz comme plus belle rapport à la même musique accordée à 440 Hz. Une autre étude scientifique a même démontré de meilleurs bénéfices sur le rythme cardiaque par rapport à une même musique en 440 Hz. La Hollande s'intéresse beaucoup au 432 Hz et de nombreux musiciens recommencent à composer ou même à mixer sur ce diapason. Des études fleurissent sur l'utilisation du 432 Hz, malheureusement pas toujours bien mises en valeur. Par ailleurs, lorsque je fais des conférences sur ce diapason, je suis surpris par l'impact du 432 Hz sur le public.

En effet, si je ne dis rien, la plupart des gens le préfèrent au 440 Hz. Par contre si je les présente, alors la préférence ira au 440 Hz. Ceci est logique car cette fréquence ne fait pas appel au même cerveau. En ayant nommé les deux diapasons, le cerveau analytique reconnaît le 440 Hz.

Le La 440 Hz nous emmène plus vers une appréciation intellectuelle de l'harmonie musicale, vers la réflexion ; par contre, une musique à 432 Hz nous emmène plus vers une réelle sensation de coeur ou nous facilite la sensation vers nos sentiments les plus intimes en profondeur. En 432 Hz, on arrive plus facilement à sentir la musique, elle arrive plus facilement à nous émouvoir, c'est-à-dire nous mettre en mouvement, elle nous touche sur le plan énergétique, là où sont stockés toutes nos mémoires.

Sacrée Planète : Comment le musicien choisit-il son diapason ? Avez-vous des exemples ?

Franck NABET : De nombreux compositeurs ont utilisé le LA 432 Hz pour son impact énergétique au niveau du coeur. Je pense notamment à Mozart, à

Bach mais également à Verdi, qui fut un grand défenseur de ce diapason. Il est souvent appelé le diapason Verdi.

Comme je l'ai expliqué précédemment, il permet une véritable ouverture de l'être et surtout il ne nourrit pas la sphère du mental.

Cependant, rien ne nous empêche, en fonction de la spécificité de notre besoin, d'utiliser un autre diapason ; bien au contraire et c'est ce qu'ont fait des musiciens comme Mozart qui, selon ses compositions, utilisait tel ou tel diapason. Pour prendre un exemple, son Requiem a été fait sur un diapason en 421,6 Hz dont la particularité sur le plan énergétique est de descendre vers le premier centre énergétique.

Je pense qu'il est essentiel de renouer avec tous ces diapasons, de façon à sortir de la normalisation que l'on nous impose comme l'unique possibilité d'être dans ce monde (et bien au-delà du simple domaine musical !).

Mais, pour ma part je continue de créer avec le diapason LA 432 Hz , car j'ai pu me rendre compte, depuis maintenant dix années, de son côté universel et de sa précieuse nécessité dans la composition de musiques thérapeutiques. Dans un tout autre domaine musical, Mickael Jackson s'est intéressé au 432 Hz puisqu'il a composé le morceau "Earth song" en La 432 Hz , dans son dernier album.

Sacrée Planète : Avez -vous eu l'occasion de voir l'impact du 432 Hz sur l'environnement : plantes, animaux ...?

Franck NABET : J'ai rencontré Yannick Van Doorne, qui a effectué de nombreuses recherches sur la musique et son impact sur le monde végétal. Il a notamment collaboré avec Joël Sternheimer avant de venir au diapason La432 Hz . Il était à la recherche d'un musicien qui jouait en France sur ce diapason et c'est ainsi que je l'ai rencontré. De ce travail va naître un CD "musiques Dédiées au plantes", dans lequel Yannick a sélectionné certaines de mes musiques.

D'autre part, une étude scientifique récente, encadrée par l'université de Florence, sur une plantation de vignes a démontré l'effet grandement bénéfique de certaines musiques classiques baroques spécifiques. Ainsi les vignes ont eu une croissance supérieure de plus de 30 % et elles étaient beaucoup plus saines, sans maladies par rapport au groupe témoin. Cette étude a été réalisée sur une musique baroque mais en 440 Hz, je n'ose imaginer le résultat avec du 432 Hz. L'exemple de Yannick nous montre que l'on peut atteindre plus de 50 % de rendement avec le 432 Hz, sans l'utilisation d'un quelconque engrais.

Quand le La est accordé à 432 Hz, toutes les autres notes de musiques sont aussi corrigées vers leurs fréquences harmonieuses correspondant au LA de référence et aux fréquences de la nature qui nous entoure.