

# Musica : patria dell'anima

Autor(en): **Luban-Plozza, Boris**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Quaderni grigionitaliani**

Band (Jahr): **62 (1993)**

Heft 3

PDF erstellt am: **30.06.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-48140>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

# Musica - Patria dell'anima

## Dall'ascolto alla musicoterapia

*Questo articolo presenta le molteplici dimensioni della musica e i suoi possibili effetti positivi su ogni sfera della persona umana: i sentimenti, la ragione, la spiritualità, il linguaggio, il movimento e la cinestesia. Ne consegue che nella normalità la musica favorisce lo sviluppo armonico dell'individuo nonché la comunicazione a ogni livello; in casi di patologia essa può sviluppare un intenso potere terapeutico. Le basi teoriche e le modalità di intervento della musicoterapia, nuova branca della medicina, sono la parte sostanziale del presente scritto.*

### 1. Dimensioni musicali

Vorremmo considerare alcune dimensioni della musica.

1) La dimensione più importante è quella *pedagogica*.

Lo sviluppo del linguaggio inizia con il primo grido - il pianto del bambino con punte fino al C alto è sentito nei paesi meridionali con vivo interesse da tutti i familiari. Chi impedisce il pianto ostacola lo sviluppo della creatività e della voce. Erwin Ringel (Incontri Balint Internazionali, Ascona, 1988) avanzò nella sua conferenza l'ipotesi che tale consuetudine potrebbe essere una delle ragioni per cui in Italia si trovano tenori migliori che nei paesi nordici. Il bimbo nel grembo materno vive il battito del cuore della madre e questo ritmo gli procura sicurezza. I neonati si quietano quando un metronomo regolato sulla frequenza del polso della madre viene loro accostato mentre ogni scarto ritmico provoca irrequietezza. La voce si trasforma in linguaggio entro la fine del secondo anno. E' una fase particolarmente importante, giacché prima di concepire il pensiero logico pensiamo in colori e suoni. Si tratta della «sensazione» pre-logica. Il bambino appunto «pensa» in immagine e suoni e questa «riflessione» pre-logica costituisce quindi uno dei più importanti presupposti per uno sviluppo rigoglioso della personalità. Se da parte dei genitori questa fase viene ostacolata, si verifica un'inaridirsi della creatività, dell'energia e della voce. Altrimenti non esistono bambini *non-musicali*.

Poniamo l'accento sul diritto alla musica per il bambino a quest'età, ma anche prima, persino in fase postnatale.

In tutti i paesi riveste quindi una particolare importanza la *ninna-nanna*. Essa con il suo ritmo caratteristico ed i gesti che l'accompagnano crea una relazione privilegiata

tra madre e figlio non da paragonare con la musica prodotta da cassette o altro mezzo meccanico...

Se viene lasciato spazio ai sentimenti, essi formano la base della voce: uno scorrere melodioso, risonante da cui nasce la melodia più preziosa propria all'uomo: la *melodia del linguaggio*... In certe persone si trova atrofizzata la voce perché non disponevano di tempo e energia sufficiente per il «nutrimento musicale», uno dei fattori essenziali per lo sviluppo dell'anima. Secondo Peter Iljitsch Tschaikowskij: La musica non è illusione ella è rivelazione. La sua forza ci fa intravedere una bellezza che non esiste in nessun'altra sfera; ci riconcilia con la vita.

II) Potremmo denominare la prossima dimensione la *dimensione della profondità*; probabilmente la musica è il mezzo più adatto per far riaffiorare i sentimenti dell'inconscio. Potremmo definire la musica come «*bene umanitario dell'anima*» essendo capace di esprimere valori arcaici.

Nella sua allocuzione inaugurale alle settimane musicali di Salisburgo 1965 Gabriel Marcel disse: «La musica può in un certo senso essere considerata la Patria dell'anima. Ella costituisce la realtà che accompagna il pensiero cosciente, ha le sue radici in un passato precedente alla mia nascita restando quindi quasi inaccessibile per me».

«Non possiamo negare l'evidenza che il mondo che ci plasma e che allo stesso tempo ci sforma è un mondo «senza patria». Tra i molti fattori operanti questo sradicamento sta forse la supremazia della velocità e quindi il fatto che non esistono più distanze. Con acutezza è stato osservato che le nuove città rappresentano una esistenza da nomadi provvisoriamente stabilizzata».

Va da sé che in una realtà siffatta nasce la nostalgia di una patria perduta e forse la coscienza di ritrovare questa patria solamente in una dimensione nella quale la nostra cognizione dello spazio non è più applicabile. Angelus Silesius lo espresse nel suo «Cherubino camminatore»: «Un cuore nutrito da Dio, è espressione della Sua volontà: è il suo liuto».

Heidegger, definisce la musica come «patria dell'anima». Hofmannsthal nei suoi brillanti «Appunti» ci propone a sua volta quest'idea: i suoi aforismi scintillanti ci permettono di penetrare ancor più profondamente nel suo mondo dove agiscono sempre congiuntamente spirito e anima, animus et anima: «Ogni vissuto è nel ricordo di una singolarità che si apparenta al sogno: riavvicinandosi egli attira e respinge, la vita e la morte si confondono, come alla foce di un fiume l'acqua dolce si mescola all'acqua salata».

La musica come patria dell'anima: parole che sorgono inaspettatamente dal nostro essere più profondo. Processo misterioso, ma estremamente significativo. «Patria dell'anima» corrispondente alla sfera delle emozioni. L'opera di Gustav Mahler è uno degli esempi più lampanti di una musica *psicologica*. Egli ci offre parecchi esempi di strabiliante chiarezza: le melodie militari della caserma della sua città natale «creata, come tutte le altre, per indebolire la coscienza individuale degli ascoltatori» sfociano in tenerezza sentimentale; l'allegro «Frère Jacques» (prima sinfonia) diventa marcia funebre è prestabilita per colui che ne conosce il significato tradizionale; forse un pellirossa la risentirebbe come allegra.

Non dire «Non capisco niente di musica»...

Hermann Hesse – «La magia dei colori» – scrisse: «Ogni essere umano ha qualcosa da esprimere. Senza tacere e senza balbettio, ma esprimersi realmente, sia con delle parole, dei colori o dei suoni, è questo che conta».

*La musica solamente è linguaggio mondiale  
non necessita traduzione  
giacché ella parla dell'anima all'anima.*

Berthold Auerbach

III) La terza dimensione potrebbe essere denominata dimensione «*orizzontale*», *relazionale*. Si tratta di contatti interrelazionali, di atmosfera ambientale, di formazione di gruppi.

Esempio Bregaglia estate 1988. La speranza di incontrarsi pone il quesito dello «*stare insieme tra uomini*». Passiamo vicini gli uni agli altri senza veramente incontrarci... - come le statue di Alberto Giacometti in piazza - senza dare o ricevere dell'intimo, dell'essenziale.

La musica è il linguaggio degli innamorati, degli appassionati. Oltre i limiti del linguaggio la musica rende possibile una comunicazione e quindi può forse essere considerata l'unico vero contatto internazionale. Ella corrisponde all'infinità di mezzi espressivi nel flusso della comunicazione umana.

La musica favorisce gli incontri. Non c'è musica senza vita, nessuna vita senza passione, nessuna passione senza emozionalità.

Haydn disse in maniera meravigliosa: «Il mondo intero comprende il mio linguaggio».

E Richard Wagner: «Non posso cogliere la magia della musica da nessun'altra parte che nell'amore». «Là dove termina il potere delle parole inizia la musica».

Shakespeare - «Sera d'epifania» - parla della magia dell'amore: «Se la musica alimenta l'amore», «Orsino suona, continua a suonare...»

#### IV) Dimensione terapeutica

La musica è usata concretamente per superare grosse difficoltà espressive a profonde inibizioni, anche nel caso di sordomuti e handicappati; inoltre ha un effetto distensivo e calmante sugli stati d'ansia.

E' particolarmente importante l'abbinamento di metodi espressivi ed il training sia autogeno che psicosomatico (impennato sul respiro).

Nel nostro training psicosomatico si ricerca la distensione tramite il *respiro cosciente* che permette di sciogliere i nodi psichici e fisici. E possiamo anche ricorrere all'aiuto della musica.

Per il paziente inquieto-pauroso si raccomanda per es. «I passi sulla neve» e «La ragazza ai capelli di lino» di Claude Debussy; anche Impresiones intimas, «Charmes» di Federico Mompou, pure «Per addormentare la sofferenza», «Per penetrare nelle anime» e «Per ispirare l'amore». La musica funge da consolatrice!

La musica possiede dei «valori terapeutici»:

- qualità pedagogiche qualora essa è considerata uno strumento di disciplina del pensiero e di espressioni emotive per mezzo della mobilità (per es. il risveglio della sensibilità e della padronanza corporea nei debilitati gravi);
- ella facilita la riabilitazione dei ritmi fondamentali dell'organismo e della loro sincronia;
- essa permette, per esempio, di creare un ambiente più favorevole facilitando la comunicazione, il ricupero del vissuto emozionale e relazionale presso gli psicotici.

L'opera della musicoterapia convenzionale tende più o meno palesemente a distogliere il paziente dal nucleo conflittuale, sorgente di malattia, cioè ad allontanarlo, per esempio, da speculazioni infruttuose, da un'eccessiva agitazione, o da un'apatia soffocante, o meglio ad impedirgli quelle soluzioni che egli ritiene fruttuose in base ai suoi sintomi e che al contrario si ritorcono contro di lui.

## 2. Musicoterapia e psicologia

La disposizione sottile e armoniosa dei suoni ci trasporta attraverso i tempi; in ogni momento della vita la musica conferisce una particolare colorazione alle emozioni, ai piaceri o alle sofferenze vissute.

Coloro che hanno una pur minima esperienza in campo musicale, sanno che essa è fonte di sollievo. Come ogni forma di espressione artistica, l'effetto catartico, di purificazione e di sollievo al contatto dell'opera musicale ha un ingente impatto quando ne siamo noi stessi gli artefici. Questo effetto di concentrazione unito alla sua ripetizione può accompagnarci nel ritorno ad una nuova dimensione. La musica ci rende partecipi alla lotta simbolica contro il tempo lineare che passa e non ritorna più. Accompagna i riti, garantisce i passaggi, le trasformazioni. Da millenni la musica allevia le sofferenze umane. Come un formidabile mediatore il gioco musicale si è imposto per ripristinare la comunicazione a livello emotivo. Le psicoterapie propongono degli spazi di parole, dove esse si sostituiscono alle difficoltà. Quando la verbalizzazione presenta grosse difficoltà, le stimolazioni sonore possono attivare un processo di scambio. La musica diventa, in tal caso, un supporto alle proiezioni, e, come talvolta l'arte figurativa, assume l'aspetto di una co-creazione. Lo psicoterapeuta e il paziente s'interpellano a vicenda a proposito dei suoni che evocano i loro sentimenti.

La musicoterapia attiva facilita la relazione verbale, i rapporti di pensieri e di affetti; pertanto rinviando essa ai nostri primitivi limiti, può ricreare un involucro per la nostra identità.

Sia individualmente che collettivamente la riscoperta dei fondamentali, primitivi legami viene attivata dall'effetto evocativo della musica. Attraverso il suo corto circuito temporale l'opera musicale apporta nuova sicurezza al paziente, ne stimola i ritmi interiori ricollegandoli alla continuità della dimensione culturale. La musicoterapia ravviva la memoria dei nostri primari legami affettivi, di conseguenza questo ritrovare se stesso può generare un ulteriore rapporto aperto con altri individui.

Creazione tipicamente umana, la musica scandisce l'intera nostra vita. L'accordo armonioso dei suoni, le melodie evocano come ogni capolavoro artistico dei sentimenti,

dei pensieri e suscitano anche delle reazioni fisiologiche.

La musica mobilita ogni individuo nel più profondo della sua personalità. Già per il feto, poi per il neonato l'involucro sonoro costituisce il primo spazio psichico. Questa esperienza fondamentale influisce ampiamente sulla relazione cogli altri e col mondo esterno.

Allorché le modalità di comunicazione si appannano, quando le sofferenze psicologiche incombono, la musica può diventare il sostegno e il mezzo d'un miglioramento. La regressione e la proiezione che essa permette faciliteranno l'evocazione di affetti contraddittori nella vita del soggetto.

Il musicoterapeuta agirà col paziente su questo spostamento tra la dimensione oggettiva (il prodotto sonoro, l'opera) e la dimensione soggettiva (L'esperienza sonora, musicale d'un singolo o di un gruppo). Le stimolazioni sonore facilitano così la relazione terapeutica e permettono di comprendere meglio l'iter psicofisico del paziente.

La musica esercita inoltre un effetto positivo nella riabilitazione degli handicappati a livello sensoriale; l'immaginazione e la creatività attivate dagli effetti musicali migliorano la motilità e gli scambi relazionali.

Le ricerche teoriche e le relazioni cliniche sottolineano il ruolo di mediatore della musica.

L'identità musicale è un agente operante di strutturazione per ognuno. I ricordi della nostra storia sono spesso scanditi da melodie cariche di affetti. Articolando le diverse esperienze psichiche di un individuo, la musicoterapia consente di riconoscere in ciascuno di noi la molteplicità dell'essere. La psicologia della musica è una disciplina recente che si dedica allo studio di tutti gli aspetti del comportamento musicale. Sulla base di esperienze cliniche ci fornisce un quadro di sensazioni e di emozioni suscitate dal suono e dalla musica. Tramite la mediazione di molteplici riferimenti teorici, si è posta in rilievo la sfera d'azione della musica nella dimensione soggettiva, fondamentale a sua volta, perché investe l'ambito istintivo e della libido in rapporto all'individuo.

Nella più importante enciclopedia musicale *The New Grove Dictionary of Music*, nell'articolo di N. Spencer e R. Shuter - Dyrton la psicologia della musica viene così definita: «La psicologia della musica è una branca della psicologia dedicata allo studio di ogni forma di comportamento musicale, dai più primitivi ai più evoluti. I suoi metodi sono gli stessi della psicologia sperimentale ed essa abbraccia tutti i risultati significativi nel senso più lato della disciplina sino ad includervi gli studi clinici e neurologici».

Per consentire l'utilizzazione pratica, rieducativa e terapeutica la psicologia della musica deve comportare adattamenti a livello *metodologico*: il ruolo del metodo clinico, lo studio dei casi, deve essere conosciuto e sviluppato così come una ricerca condotta su metodi adattati a questo fine particolare.

La definizione dell'oggetto della psicologia della musica deve essere rivista considerando che l'esperienza musicale non ammette solo aspetti comportamentali, oggettivi, ma anche una dimensione soggettiva indispensabile alla sua comprensione.

Questa dimensione colloca in modo preponderante, in rapporto ai criteri culturali, la definizione dei limiti iniziando dall'esperienza sonora, dalla qualità di musica sia per un individuo, che per un gruppo, che per una cultura.

Riguardo a ciò, Wellek poneva giustamente in evidenza, che una psicologia della



musica dovesse esattamente supporre una psicologia dell'ascolto, e aggiungervi la psico-acustica, cioè tener conto delle caratteristiche proprie alla dimensione sensoriale che è l'essenza della musica, il sonoro. Dunque non si tratta qui solamente di questione di audizione o di percezione, in senso meccanico, ma, occorre evidenziarlo molto più generalmente, della funzione del sonoro nello sviluppo e nell'economia dell'essere umano.

Considerare che il sonoro è la «sostanza» su cui si basano i codici più elaborati di comunicazione che l'Uomo ha attivato, la parola e la musica, necessita di analizzare l'esperienza sonora, l'esperienza musicale e la parola nelle loro articolazioni, sia sul piano genetico (il proseguimento delle ricerche sul feto e sul lattante in questi ultimi anni ha aperto l'esplorazione sensoriale) che sul piano strutturale (intendendo con ciò gli investimenti istintivi, libidinali che conferiscono alla musica il posto che assume nella vita di un individuo).

E questo ambito di ricerche così ampiamente definito deve ancora aprirsi alla psicopatologia, così come è reale che certi handicappati (neurologici, uditivi) e certi disturbi psicologici possono chiarire aspetti ancora troppo ignorati dell'universo sonoro. Apertura che noi abbiamo tuttavia riscontrato nella definizione di Spender e Shuter-Dyson.

Così la psicologia delle esperienze sonore e musicali beneficia di studi sul non-verbale di Montagner, di Corraze e soprattutto di Guy Rosolato allorché definisce il «significativo di demarcazione» (1985): «Il significativo di demarcazione è come tutto ciò che è significativo «elementare» necessario e sufficiente per strutturare componendosi con altri significativi, le immagini, le rappresentazioni in una globalità fissa che sostiene delle successioni temporali, un susseguirsi, un flusso coerente di immagini (come in un film)».

Ma si riscontrerà che questi significativi di demarcazione, che sono delimitati come figure su uno sfondo, e in margine ad un sistema di linguaggio, sono derivati da una digitalizzazione di primo tipo, cioè da una selezione tramite una ripetizione percettiva che mette in gioco una serie di opposizioni esplorate progressivamente dal fanciullo: presenza/assenza, buono/cattivo e soprattutto piacere/dispiacere e dolore, poi per mezzo del passaggio dalla passività all'attività, la distinzione tra interno e esterno.

Ciò che caratterizza il significativo di demarcazione deriva dal fatto che quest'elemento è per sua finalità *analogico*: è necessario e sufficiente per fissare nella memoria o su un supporto materiale un'immagine, una forma omomorfa d'una percezione che rinvia ad un referente. Una particolarità importante del significativo di demarcazione consiste nel fatto che questo è componibile in estensione ed in inclusioni per formare la «rappresentazione» (e la scena) a partire d'un minimo identificabile.

Noi troviamo un po' più lontano sulla stessa pagina l'interesse che l'autore dimostra al fatto che l'arte e la musica sfuggono al dominio razionale. «Per la psicanalisi, si tratta di rivolgersi verso questi significativi di demarcazione enigmatici il cui significato resta fluttuante, ineffabile, potenzialmente evocatore, che evidenziano lo sviluppo del bambino prima del suo accesso attivo al linguaggio e che sono i punti fermi delle sue esperienze, così come delle strutture psicopatologiche».

La musica favorisce diversi stati psichici (come la regressione, la proiezione) che contribuiscono a dar forma alle sofferenze dei pazienti. L'ascolto sonoro può così originare il discorso e la relazione che, fino a quel momento, erano considerati impossibili.

Nel ristabilire i ritmi fondamentali dell'organismo la musica apporta un complemento allo sviluppo pedagogico, estetico ed affettivo.

### 3. Il nostro corpo come terreno espressivo

Ogni sentimento, ogni umore, ogni pensiero si esprime in qualche maniera col corpo.

Quando un corpo cerca di trasmettere un messaggio, egli può manifestare l'importanza del suo linguaggio come appello o come grido d'allarme. La nostra domanda è «Questo uomo - donna manca di che cosa» e non «che cosa ha questo paziente».

Analogamente la femminilità come capacità femminile di amare e lavorare trova la sua origine nel mondo dei sentimenti espressi dal corpo. La musica di Bach ha generalmente un effetto distensivo e calmante, soprattutto sui malati depressivi. «Nella musica di Bach abbiamo l'impressione di partecipare alla creazione del mondo» (F. Nietzsche). Andres Segovia la chiama apollinica; la musica-folclore sarebbe invece dionisiaca. La sensibilità musicale del bambino mentalmente ritardato, del bambino con problemi comportamentali e del bambino autistico-psicotico può essere sviluppata con dei programmi individuali di terapia musicale.

Molte delle più recenti terapie, non ultima la terapia musicale, appaiono come esercizio per edificare l'IO, il che è sempre utile e particolarmente importante negli adulti con un Io poco sviluppato per es. nei pazienti psicosomatici si deve accordare una grande importanza alla terapia musicale e particolarmente alla melo-terapia (canto). Contrariamente ai metodi vaghi per fortificare l'IO, ora sono in molti a cercare in maniera differenziata di migliorare la personalità. Ma non c'è solamente la musica: altre attività come dipingere, disegnare, fare del teatro, allenarsi fisicamente, oppure esplorare delle nuove facoltà, per es. cucinare per gli uomini, hanno una grande importanza nello sviluppo dell'IO.

*L'evento della musica* può manifestarsi tramite dei movimenti espressivi. In un certo senso ballando abbiamo la sensazione che il piede «vada da sé». Il *ballo* è balsamo per l'anima. E' il movimento dove il corpo come in un gioco si manifesta, ed egli può essere considerato nel linguaggio corpo anima come vocabolario e grammatica. Infatti si suol dire: Balla... te stesso.

*Oh uomo, impara a ballare.*

*Se no, che cosa farebbero gli angeli nel cielo con te.*

(S. Agostino)

«Non sopportavo più nessuna musica...» ci disse un ammalato. Capita sovente che i malati nella nostra clinica si rimettano a suonare uno strumento, oppure dopo tanti anni iniziano a cantare.

E' essenziale *cantare*, anche se si è stonati. Non esiste *nessun* uomo incapace di cantare per lo meno «interiormente». Nei vecchi tempi si cantava mentre si lavavano le stoviglie, ora ronza la lavapiatti...

Nell'idea della meloterapia il canto può aiutare a trovare la comunicazione in seno ad un gruppo.



#### 4. Ascoltare con il terzo orecchio

Abusivamente in un certo senso, la musica serve - come succedaneo - a colmare un vuoto, a superare momenti difficili, disagi momentanei. Le sensazioni provocate da una musica scelta possono aiutarci a «lasciarci andare», a non intellettualizzare più, a rinunciare ad analizzare questo o quell'altro fatto.

Una paziente scrisse - quasi nell'idea della terapia musicale: «Mi pare di sentire nient'altro che una gioia immensa di sentire della musica dopo tanti anni... e basta così»!

Risento come particolarmente belle le sequenze della musica per pianoforte di Federico Mompou (1896-1987) *Musica callada - musica tacita*, accompagnando il testo di Rainer Maria Rilke estratto dal «*Libro delle ore*».

Sono le righe iniziali delle strofe:

- *Io vivo la mia vita in cerchi crescenti*
- *Io amo le ore buie del mio essere*
- *La mia vita non è questa ora scoscesa*
- *Io ti ritrovo in tutte queste cose*
- *Io ti amo legge dolcissima*
- *Tantissimi angeli ti cercano nella luce* - - -

Questi singoli versi corrispondono alla - musica del silenzio.

La risonanza fisica e psichica fa nascere forse il desiderio di suono contemporaneo, di lasciare vibrare le corde vocali nell'esprire. Non si tratta di cogliere la tonalità esatta, bensì di lasciarsi *vibrare sull'onda del suono*; essere in unisono con se stesso. In latino si direbbe *personare*: in fondo rendere più resistente la personalità tramite la musica.

Così ho iniziato a comporre, con Remigio Nussio, qualche canto per bambini ed a cantare - ma ho soprattutto incitato a cantare. Il coro significa per me la percezione cosciente della voce e del respiro e mi ha reso più trasparente all'aspetto soggettivo della musica.

È con l'avanzare degli anni che si ridiventa studenti.