

Che cos'è la musica?

Estratto dalla tesi del Diploma Post-Graduate dell' Università di Bristol, dal titolo: "IL CONTRIBUTO DELLA FILOSOFIA FENOMENOLOGICA NEL PROCESSO CLINICO MUSICOTERAPICO" della dott.ssa Simona Ghezzi, musicoterapeuta, pianista, laurea in filosofia

E' opportuno un discorso filosofico che recuperi il senso originario della musica, il rapporto che essa rivela con il corpo, con il mondo, per poi comprendere gli effetti psicologici e motivazionali della musica stessa, che diventa terapia. Nel primo capitolo di questa terza parte risponderemo alla domanda "Quale arte, quale musica?", cercando una risposta proprio a partire da quell'impianto teorico fenomenologico che rinvia ad una soggettività che si esprime attraverso il corpo e la relazione con il mondo.

La musica, letta a partire da questa trama che collega uomo-mondo, non è più linguaggio non convenzionale non verbale, ma materia stessa senza la quale non si forma la parola.

Se la musica rivela questa intima connessione uomo -mondo, a partire da questo discorso è possibile comprendere più a fondo il senso di un certo uso in terapia della musica, i risvolti psicologici e terapeutici della musica stessa che si fa terapia.

E infatti nel secondo capitolo di questa terza parte faremo una considerazione sugli elementi del suono e della musica proprio in riferimento ad un contesto terapeutico. Questo lavoro è indispensabile per avviare un <<lavoro terapeutico costruttivo>>¹. Nel terzo capitolo, ritroveremo il senso dell'uso di alcuni parametri del suono e della musica proprio all'interno di un percorso di musicoterapia, realizzato durante l'anno 2001 (la storia di Miles).

A partire dall'esperienza di lavoro con Miles (della quale tratteremo in modo piuttosto approfondito in questa tesi e nel caso clinico), cercheremo di capire "come" all'interno di un processo clinico e terapeutico si chiama in causa la musica, "come" l'utilizzo di alcuni parametri sonoro-musicali possa chiamare in causa quei principi teorico fenomenologici, quali premesse e fondamenta indispensabili di questo lavoro.

1. QUALE MUSICA ?

Con questo lavoro stiamo ricercando, attraverso i contenuti della filosofia fenomenologica, il senso di un certo operare clinico e terapeutico, e all'interno di questo ambito clinico, il significato primordiale che la musica riveste nel processo terapeutico.

Se vogliamo davvero cogliere il significato che la musica, come espressione artistica, riveste all'interno del processo clinico e, ricercare lo statuto epistemologico della stessa musicoterapia (che all'interno dello stesso termine riunisce il concetto di terapia e di musica), dobbiamo necessariamente guardare alle profondità dimenticate dell'arte, al terreno arcaico e primitivo nel quale affonda l'arte, applicando ad essa cioè i precategoriali (esplicita maggiormente il significato del termine e la sua funzione nel contesto) della filosofia fenomenologica.

Per scendere nel terreno dei primordi, c'è una operazione preventiva che consiste nel mettere tra parentesi ciò che ci è costantemente a portata di mano, si tratta di compiere cioè un'operazione di tipo fenomenologico che metta tra parentesi (epochè) ciò che crediamo di sapere, quel sapere che ci confonde, che ci offusca e che ci abbaglia. E' il sapere precostituito.

Dobbiamo inanzitutto dimenticare che cosa sia l'arte perché, pur essendo fondamentale all'interno della nostra vita, ci ostruisce l'accesso al primordiale. Quando pensiamo all'arte, come forma di espressione, siamo soliti applicare ad essa le nostre categorie di pensiero attuali e pertanto, alla luce di queste categorie, la maniera per esempio di esprimersi dei popoli primitivi appare a noi confusa e indeterminata, ma di

fatto siamo noi stessi che con le categorie di pensiero attuali non riusciamo a cogliere la loro determinatezza. Questo discorso vale per l'arte come per la cultura; molte culture vengono da noi giudicate non progredite, sulla base dei nostri parametri culturali; in realtà, cambiando tali parametri iniziali, le diverse culture vengono lette in altro modo (la cultura orientale cinese centrata sul corpo, quella eschimese per esempio centrata sulla perfetta sintonizzazione dell'uomo all'interno della natura, etc.).

Sospendendo pertanto le categorie precostituite del senso comune, si va alla radice di che cosa significa arte (non più ridotta a specializzazione culturale), e nella fattispecie di che cosa significa *musica*.

In questo percorso ove tentiamo di recuperare la dignità dell'arte, ritroviamo una profonda connessione tra l'arte e la vita.

L'arte come sensazione, emozione, colore, figura, rappresenta il quadro di un "foglio-mondo", dove il corpo dell'uomo (come "corpo proprio" fenomenologico), diventa la prima scena, il luogo dove si raffigura ad arte la prima drammaturgia, luogo di esibizione di ciò che è rappresentato.

Attraverso l'arte, l'uomo rappresenta le proprie emozioni, il proprio mondo. Tale possibilità di rappresentare il proprio mondo, è ciò che contraddistingue di fatto l'uomo dall'animale.

Darwin, il filosofo che per primo parlò di espressione, nel suo libro "L'espressione delle emozioni nell'uomo e negli animali", con infiniti esempi, fa una sorta di studio etologico comparato tra il mondo animale e l'uomo. A partire da questo studio emerge come vi sia un mondo dell'espressione nell'animale e nell'uomo.

L'animale non esprime emozioni, ma l'animale "è" *le sue emozioni*.

L'uomo invece mette in scena le proprie emozioni, le esprime attraverso la parola che rimanda al suono, al gesto, al corpo come primo luogo di rappresentazione. La parola è l'emozione che si fa "nome" e che si distanzia dall'uomo. E di fatto la parola è ciò che contraddistingue l'uomo dall'animale. Noi facciamo mondo, parlando.

Heidegger ci dice infatti che l'animale non ha mondo, mentre l'uomo ha un mondo perché lo nomina, perché lo fa emergere attraverso la parola che è luogo di identificazione naturale. Pertanto non ha senso separare le arti e la narrazione.

E' vero che proveniamo da una tradizione occidentale che ha operato una distinzione (e questa è la denuncia dello stesso Husserl nella "Crisi delle scienze europee"), ove il linguaggio della musica, della poesia e della pittura sono distinti. Ma in realtà queste forme di espressione, seppur diverse, hanno un'origine in comune, che è nel nome.

Tale nome, di cui stiamo parlando, non è certo competenza del linguista, perché tale nome ha suono, colore, significato, si riferisce al gesto, parla dei corpi che si incontrano, parla della lotta, dell'amore, della collaborazione, del lavoro. Non esiste una parola completamente letterale, perché ogni parola è metafora.

Il linguaggio dell'uomo pertanto non è qualcosa di convenzionale che esiste in se' e per se' come entità astratta e oggettiva, ma è qualcosa che ha origine da un mondo, che è aderente con la "cosa" e con un corpo che parla.

La parola infatti <<non è solo segno. (...) Essa è anche qualcosa come un'immagine (...). La parola ha in sé (...) un legame con ciò che "rappresenta"; essa (...) appartiene in qualche modo alla cosa stessa, e non è qualcosa come un segno accidentale legato esteriormente con la cosa >>².

C. Darwin annota alcune osservazioni effettuate da Gardiner (1832) il quale ritiene che molte parole come ruggito (roar), raschiatura (scrape), schianto e scoppio (crack) etc., siano imitazioni delle cose³. Darwin replica aggiungendo che <<secondo molti studiosi, nella struttura del linguaggio vi sono buone prove della sua formazione progressiva (i nomi come suoni) >>⁴.

Il linguaggio, prima di diventare parola si fa suono, gesto, movimento del corpo, <<il mio corpo è il luogo, o meglio l'attualità stessa del fenomeno d'espressione (...). Il mio

corpo è (...) lo strumento generale della mia "comprensione" (...), un oggetto *sensibile a tutti gli altri, che risuona per tutti i suoni, vibra per tutti i colori, e che fornisce alle parole il loro significato primordiale* >>.

La musica di conseguenza, non è il presunto linguaggio alternativo al verbale (ossia ciò che non è "convenzionale"), ma è la materia stessa sulla quale sorge la parola, parola come suono, parola come gesto.

Rintracciare pertanto le origini dell'arte, significa recuperare il concetto di espressione artistica che rimanda all'uomo, al corpo, al suo rapporto col mondo.

In questo viaggio nel terreno dei primordi, si recupera il senso della musica stessa, non semplicemente intesa come "strumento" non convenzionale della relazione, ma sorgente primordiale e originaria della relazione uomo-mondo⁵.

Se la musico-terapia, riunisce in se' due concetti così apparentemente diversi e distanti, ossia la musica e la terapia, una volta messo in luce il terreno dei primordi della musica, intesa come "espressione" artistica che rimanda a una vita, a un mondo, a un corpo, quale è il senso stesso della musicoterapia?

Perché all'interno di un processo clinico e terapeutico, si chiama in causa la musica?.

Che ruolo assume la musica all'interno dello stesso processo clinico?.

Quale è il "senso" del suo presunto "utilizzo"?

Per poter rispondere a queste domande, è necessario far riferimento al concetto stesso di musica così come la intendevano i greci, cioè come *mousikè, concetto di musica sicuramente più ampio rispetto a come lo intendiamo noi oggi*. Quando i greci dicono musica, dicono qualcosa di molto più complesso, parlano di un fenomeno che è al tempo stesso sonoro-acustico-ritmico-linguistico-gestuale, cioè la musica è l'arte del tempo, l'arte delle dinamiche del corpo, l'arte delle dinamiche della voce e l'arte del linguaggio perché ancora poesia e musica, nei greci, non hanno fatto divorzio, sono ancora insieme. Platone, nel terzo libro della Repubblica, analizza le armonie greche, i modi greci, il lidio, il dorico, il frigio, e ne mette in luce i caratteri psicologici ed empatici, quindi a secondo di come le anime sono, i vari modi musicali greci sono dei farmaci.

Pertanto il concetto di musica come terapia è antichissimo.

Se la musica ci riconnette all'originario rapporto col mondo, allora la musica stessa è terapia perché è in grado di ristabilire antichi equilibri.

In ambito strettamente musicoterapico, la musica così come la figura del terapeuta esercitano una profonda influenza nel processo clinico.

K. Bruscia, per quanto riguarda il ruolo della musica, evidenzia una musica *come* terapia e una musica *in* terapia⁶.

Nella musica *come* terapia, la musica stessa è agente primario di cambiamento terapeutico, il paziente si rapporta direttamente con la musica stessa attraverso la facilitazione del terapeuta; nella musica *in* terapia invece, la musica non è intesa come il solo ed unico agente primario di cambiamento, essa viene utilizzata secondo quelle che sono le modalità proposte dal terapeuta⁷.

Questo discorso pone chiaramente la stessa musicoterapia in una situazione difficile, non solo per il ruolo che la musica riveste all'interno della stessa terapia, ma anche per il fatto che la musicoterapia si colloca all'interno di un universo di saperi costituiti, dai quali non può prescindere, ma coi quali si deve porre in un atteggiamento critico di dialogo.

2. MUSICA E TERAPIA - EFFETTI PSICOLOGICI DELLA MUSICA

La musicoterapia chiama in causa la musica.

La musica intrattiene un profondo legame con il mondo interno della persona, è potenziale espressivo di stati emotivi, di sentimenti. Il musicoterapeuta tuttavia, nel suo porsi in relazione ad un paziente, non può attingere al "contenuto" di queste rappresentazioni (l'accesso al contenuto chiama in causa la psicoterapia), bensì al

“come” esse si manifestano attraverso il “corpo” primo luogo di rappresentazione. L’esperienza sonora più vicina e connaturata all’uomo e al corpo è l’espressione vocale.

Essa chiama in causa l’uomo, la sua postura, il suo respiro, le sue emozioni.

La voce è timbro specifico unico e speciale, potente strumento di auto-espressione e di comunicazione. E il timbro è proprio l’aspetto più originario del suono. La voce come timbro specifico dell’uomo rinvia anche ad altri parametri sonori che richiamano il corpo: l’altezza sonora rivela lo stato di tensione e rilassamento, l’intensità sonora rivela la pressione corporea e, nelle sue variazioni, le modalità e la forma con le quali l’individuo interagisce col mondo (l’esplorazione di intensità consente al paziente <<di fare connessioni interne con momenti problematici della propria vita e di iniziare ad esplorare modi di integrazione e bilanciamento degli aspetti più difficili della propria personalità >>⁸).

Il musicoterapeuta ha a disposizione questi parametri di osservazione per comprendere il soggetto con il quale si relaziona.

A partire da queste premesse, se la musica come forma di espressione è per il musicoterapeuta importante strumento di lettura del paziente e del suo mondo, come può assumere una valenza terapeutica, curativa?

L’elemento curativo della musica è principalmente legato alla dimensione temporale, carattere distintivo del suono.

Il suono c’è e si realizza nella durata, mentre il tempo passa. L’esperienza musicale, temporale, ha in se un carattere dinamico, trasformativo, legato ad un divenire, ad un avvio di processi. Essa non è solo modalità di rappresentazione, ma luogo ove questa rappresentazione ha un inizio, un decorso, una conclusione. E’ implicita nell’esperienza musicale una dimensione temporale, una “tensione verso”. Come può il musicoterapeuta favorire tutto ciò? Quali sono i parametri sonoro-musicali, e le risorse interne che deve mettere in atto?. All’interno della relazione musicoterapica, il terapeuta attraverso la musica entra in contatto con il modello temporale unico della persona. Il contatto con il tempo del paziente fornisce al paziente quel supporto sul quale è possibile costruire un ordine ritmico. La valenza strutturante del tempo e del ritmo rappresenta un altro elemento curativo della musica. Il ritmo, che in musica ha un valore centrale, in musicoterapia diviene fattore terapeutico perché focalizza l’energia e organizza la percezione della successione temporale. Esso apporta ordine ed energia, dando scansione precisa e senso al tempo che passa. Come avviene tutto ciò?

Se il tempo è misura del movimento secondo un prima e un poi, il musicoterapeuta proprio attraverso la sincronizzazione e la sintonizzazione dei movimenti e delle posture corporee del paziente, da voce ad un ordine ritmico temporale.

Nel supporto musicale, sincronizza il movimento con il suono, creando immediatezza nel contatto. << Questo insieme di sincronia e anticipazione fornisce la ragione per creare progetti >>⁹. Qui la musica è griglia ritmica di sostegno. Rispecchiando i movimenti, le posture, il terapeuta realizza un’imitazione che è la prima modalità di contatto con il paziente. La struttura imitativa richiama un po’ quella che lega la madre al bambino e che fornisce al bambino stesso quella che viene chiamata “base sicura”¹⁰. Tuttavia la sintonizzazione non avviene sulla semplice imitazione di movimenti esterni.

L’imitazione deve cioè essere “creativa”, rinvia ad un contatto ben più profondo col bambino, contatto che non riguarda semplicemente i movimenti del corpo, ma la struttura intenzionale del soggetto, i suoi sentimenti e i suoi stati d’animo.

Il rispecchiamento e il supporto del terapeuta deve rinvia cioè a qualcosa di ulteriore, deve avere in sé quel potenziale trasformativo, quel divenire che caratterizza la musica stessa.

Il gioco imitativo musicale non può essere prevedibile, ma provocatorio, ammiccante e

divertente. Spetta al musicoterapeuta trovare ritmi, melodie e accenti adeguati. <<Il gioco dell'imitazione creativa musicale è il rispecchiamento dell'agire del bambino. E' imitazione creativa perché il fare musica è caratterizzato da creatività. L'imitazione creativa sollecita il rinnovarsi dell'attenzione (...). Nell'imitazione creativa ritmi, melodie e accenti, armonie sono calibrate (...).

Si passa dall'imitazione a canone, a creare un controtema >>¹¹.

Nel controtema il procedere è calibrato, ma diverso. E' l'improvvisazione musicale che si rinnova in continuazione favorendo l'evolversi di quel percorso temporale che caratterizza l'esperienza musicale. All'interno della dialettica paziente-terapeuta, "tema-controtema", si rinnova la relazione, fatta di incontri-scontri, contrasti dialettici, tratti essenziali della prospettiva ermeneutica.

Nel capitolo che seguirà, in particolare, tenendo conto del percorso di musicoterapia realizzato con Miles, evidenzierò con più precisione quali sono le strutture ritmiche, armoniche e melodiche che hanno caratterizzato questo percorso.

Note:

1 Alvin J., *Music Therapy*, Hutchinson, Londra 1975, p.61.

2 Gadamer H.G., *Verità e Metodo*, Bompiani, Milano 1994, pp.478-479.

3 Vedi, Gardiner W., *The Music of Nature*, London 1832, p.31, in Darwin C., *L'Espressione delle emozioni*, Taccuini M e N, *Profilo di un bambino*, Boringhieri, Torino 1982, p.74.

4 Merleau-Ponty M., *Fenomenologia della percezione*, Il Saggiatore, Milano 1972, p.268.

5 A questo proposito vorrei evidenziare la differenza che il filosofo Piana G., nel suo libro *Filosofia della Musica*, (vedi, Piana G., *Filosofia della Musica*, Guerini e Associati, Milano 1991) mette in luce tra *Musica naturale* e *Musica d'arte*. Per musica naturale non si intende solo la musica prodotta spontaneamente nell'improvvisazione, ma soprattutto la musica che mantiene una certa organicità << (...) con la quale essa si integra in un rapporto armonioso tra l'uomo, la società e la natura >>. (Piana G., op.cit., p.96). La musica d'arte invece ha a che fare invece con l'*artificio*. Essa << (...) non sarà dunque spontanea e immediata, non sarà musica impulsiva: si tratterà invece di una musica meditata (...), per la cui elaborazione ha certamente parte dominante il pensiero razionale >> (Piana G., op.cit., pp.96-97).

6 Vedi, Bruscia K., *Improvisational models of music therapy*, Charles C Thomas Publishers, Springfield 1987.

7 Sulla base di questo discorso, nell'ambito specifico della musicoterapia, è necessaria la presenza della musica e del terapeuta, <<(...) L'attuale definizione stabilisce che qualsiasi processo di intervento che voglia essere considerato musicoterapia, deve comprendere sia la musica che il terapeuta. La musicoterapia non è completa senza uno dei due elementi. Perciò, qualsiasi uso della musica a fini terapeutici che non coinvolga un terapeuta, non si può considerare musicoterapia; e qualsiasi metodo d'intervento che non coinvolga la musica nell'accertamento, nel trattamento o nella valutazione, non è da considerarsi musicoterapia. (Bruscia K., *Definire la Musicoterapia*, Gli Archetti, ?, ?, p.50).

8 Bunt L., *Musicoterapia, un'arte oltre le parole*, Kappa Edizioni, Roma, p.79.

9 Bunt L., op.cit., p.95.

10 Vedi, Bowlby J., "La teoria dell'attaccamento" (Holmes J., *La teoria dell'attaccamento*, Raffaello Cortina Editore, Milano 1994).

11 Cremaschi Trovesi G., *Il corpo vibrante*, Scientifiche Magi, Roma 2001, pp.266-267.