



Mirella de Fonzo

Psicologa

Autrice saggi sui fenomeni terapeutici dell'Arte e Cantoterapia - Promotrice della divulgazione in Italia di studi internazionali di neuroscienze sull'atto canoro

L'altra faccia della musica

Nuove sinergie didattiche

La bipolarità della musica

La necessità di valorizzare le esperienze musicali, anche tra gli orientamenti scolastici, in quest'ultimo decennio, poggia su una serie di ragioni, tra cui la riscoperta di valenze, con le quali la musica acquista un duplice volto. Forse il richiamo al bifronte Giano, cui gli antichi relazionavano il *movimento* e il *passaggio*, in quanto "*il mondo va sempre, muovendosi in cerchio e partendo da se stesso a se stesso ritorna*" (Macrobio), potrebbe fornirci un immaginario senso della bipolarità della musica.

Il movimento è indice anche della complessità di fenomeni che non si fermano ad un unico punto di vista ma che, per via di una sequenza di passaggi, si orientano verso un'ottica di interrelazioni tra due polarità, così che l'una prenda linfa dalla correlazione con l'altra. Movimento che - di volta in volta - si sposa con l'armonia, con la sincronia, supportato da quella idea deterministica per cui un fattore viene causato dall'altro, e viceversa, creando un vortice di circolarità, che talora - in maniera perfino ingannevole - giunge a moltiplicare, con criterio esponenziale, un miscuglio di altre polarità e valenze dicotomiche, di prospettive e punti di vista differenti, in tal misura che spesso riesce difficile riprendere in mano il bandolo della matassa.

Questa forma in crescendo di dicotomie implica considerazioni che ridimensionano persino le ideologie e gli orientamenti cui spesso si fa leva per costruire saldi e inespugnabili punti di riferimento per i nostri pensieri e le nostre azioni.

L'intento è quello di sciogliere i nodi ed eliminare le confusioni tra cui

spesso la stessa musica è rimasta imbrigliata, con l'auspicio di riuscire a liberarne l'utilizzo e i benefici rintracciabili anche nelle sperimentazioni della ricerca svolta in tutte le parti del mondo. E ciò può avvenire solo lì dove divulgazione, visibilità, e consapevole coscienza possono intervenire in aiuto dell'uomo, al riparo da quella altrettanta lucida volontà tesa a non riconoscere le ipotesi e i meriti degli studi più avanzati.

In via di preliminare analisi, si tratta di partire riconoscendo alla musica due dicotomie fondamentali:

- a) per prima, l'intrinseca duplicità dei suoi aspetti, troppo spesso tenuti in ombra, da cui è culturalmente strutturata, cioè quello artistico da un lato e quello scientifico dall'altro;
- b) per seconda, ma non secondaria, la duplicità che distingue le due diverse modalità con cui si esprime musica, vale a dire mediante le sonorità generate da strumenti musicali ideati e fabbricati dall'uomo da un lato e, dall'altro, mediante la capacità che l'uomo medesimo ha di generare musica ricorrendo, senza intermediazioni, al suo stesso apparato fonatorio.

L'idea comune che la musica sia fatta di suoni rende difficoltoso comprendere perché non è sempre vero che il suono «fa» musica in quanto, ciò che è musica per qualcuno, potrebbe non esserlo per altri. Perché il suono diventi musica deve essere percepito ricavandone piacere, soprattutto attraverso la modificazione di uno stato fisico o mentale, non importa se sia reale o fantastico.

La musica è però anche movimento, non è stasi ma dinamismo, comprende cioè la vita stessa e a immagine di questa ha paradossalmente lasciato nascere tutte le contraddizioni possibili, mille sfaccettature e confusioni, volute da quel senso di perfezione che nasce dal caos.

Un'altra difficoltà, che pone sentenze contraddittorie sulla musica, è determinata dagli effetti che produce, perché possono essere di natura anche contrastante (calmante od eccitante, rasserenante od ansiogena, immalinconente o foriera di gioia, deprimente od esaltante, insignificante od evocativa, ecc.).

«La produzione di uno stato d'animo o del suo contrario – dice Stefano Martini della Federazione italiana di musicoterapia [IN NOTA: <http://www.fedim.it/musicoterapia/cosemusicoterapia.htm>]-dipende innanzitutto dagli effetti che un particolare genere musicale attiva in chi ascolta o fa musica in quanto anche i modelli culturali individuali e sociali hanno il loro peso. Le sensazioni che ci dà la musica possono essere influenzate anche dall'età, dal proprio vissuto esperienziale, dalla strut-

tura del proprio mondo affettivo, dalle contingenze dell'umore, dallo stato fisico o mentale, dalla presenza o meno di patologie e dal grado di compromissione degli organi interessati dalla eventuale specifica patologia ed infine dipende dal suo grado di recettività (determinato dalla quantità e qualità di stimoli musicali ricevuti nel passato). Con essa si riproduce infatti il complesso simbolico del nostro universo affettivo che solitamente affiora soltanto nei sogni, dove la parola è assente e dove liberamente si snodano le storie delle nostre relazioni affettive così come noi stessi ce le viviamo, con tutte le perturbazioni che producono».

Musica e canto, oggi, non possono apparire più soltanto come meri eventi estetici, frutto di creatività e arte in cui l'uomo si rifugia per procurare a se stesso un intenso ma finito piacere, perché strada facendo sono state ben connotate altre loro proprietà, omologhe e insieme rispettivamente distinte e diverse, tali, comunque, da potersi utilizzare per il bene della salute umana, acquisendo perfino specifica idoneità a trasformarsi in vere e proprie forme di cura e/o riabilitazione.

Neuro-scienziati di tutto il mondo si confrontano su un terreno comune, affrontando gli interessanti e innovativi esiti delle proprie sperimentazioni durante incontri e convegni internazionali, per discutere e divulgare i risultati più significativi della ricerca, richiamando il mondo intero della musica e coinvolgendo ogni volta nuovi ricercatori nel campo della medicina, per ricavarne le più sorprendenti interrelazioni.

Il neurologo Giuliano Avanzini, membro della commissione scientifica degli studi internazionali di «Neuroscienze e Musica» organizzati dalla Fondazione Mariani, unitamente alla neuropsichiatra Luisa Lopez, conduce, per esempio, alcuni degli importanti studi italiani che vogliono far luce su come la musica possa modificare strutture e funzioni cerebrali, interagendo con le principali dinamiche del sistema nervoso.

Al CNR di Pisa, il neurobiologo Lamberto Maffei conduce una ricerca mirata a confermare le risorse della plasticità cerebrale, con uno studio sulla demenza senile, in particolar modo sull'Alzheimer, volto a coinvolgere i malati in una serie di attività ludiche e fisiche, sino alla musica e al canto, perseguendo l'intervento combinato di esercizio fisico e training cognitivo per dimostrare come, con tale abbinamento di stimoli, si possano rallentare il deterioramento cognitivo e arrestare la progressione dei sintomi, partendo da uno stadio iniziale della malattia, in una fase di "quasi malattia", praticamente "preclinica". Le ricerche sulla plasticità cerebrale hanno quindi aperto la strada alla comprensione degli effetti ricostruttivi con la stimolazione delle relative aree coinvolte.

Certi risultati condotti negli Stati Uniti hanno di recente confermato, grazie a sofisticate tecniche di imaging funzionale, i grandi passi avanti che si stanno facendo: l'esempio fortemente eclatante lo ha fornito un importante e inequivocabile studio sull'ictus, dimostrando e accertando peraltro quanto possa diventare esprimibile con la voce cantata ciò che - per lesione cerebrale - non può essere pronunciato con la voce parlata.

Riassumendo, numerosi sono i neuroscienziati sulla buona strada nell'osservazione dei molteplici e complessi circuiti neurali - nella loro proiezione cerebrale - attivati tanto dagli stimoli musicali di provenienza esterna, quanto e soprattutto da quelli di origine interna all'organismo, cioè provenienti dalla voce cantata.

Musicoterapia vs Cantoterapia

La musicoterapia si distingue in due grosse branche:

- quella 'passiva' o, meglio, 'recettiva', che ci fa recepire i suoni attraverso l'orecchio e che talora, ad integrazione di progetti terapeutici di tipo multifattoriale, viene presa in prestito da alcuni psicologi per creare un clima morbido favorente l'attività emotiva del paziente, la verbalizzazione e l'immaginazione durante le sedute di psicoterapia;
- e quella 'attiva', che nel "fare musica" include la possibilità di suonare uno strumento e magari essere in grado pure di comporre.

Quando una persona ascolta o produce musica in presenza di un operatore, si stabilisce una comunicazione tacita, a-verbale, caratterizzata da connotati essenzialmente affettivi e, per questo, afferente i vissuti emotivi di entrambi. I fattori principali per la riuscita dell'intervento sono "l'elemento sonoro/musicale" e la "relazione utente/operatore", ma sembrerebbero determinanti anche "le competenze" di entrambi, utente ed operatore, come pure la "realizzazione di uno spazio dinamico", in cui si attiverrebbero tali aspetti di natura psicoaffettiva, culturale e musicale.

È evidente che, se chiunque può ricavare benefici dall'ascolto passivo della musica, la strada maestra della musicoterapia attiva potrà invece essere percorribile solo da pochi eletti, che abbiano imparato l'arte in tempi giovanili, magari con relative soddisfazioni artistiche, e che da adulti sono in grado di far rientrare questo piacere in una forma autoterapeutica.

Tutti invece - e in età ancora più giovanile - abbiamo imparato ad

usare le corde vocali per il diletto che ne ricevevamo e magari alcuni, più tardi, per la voglia e il desiderio di trasformare questo piacere in un'attività artistica. Comunque sia, tutti, anche chi è o crede di essere stonato, possiamo essere in grado di far suonare lo strumento interno al nostro corpo e, con ulteriori esercizi e abilità, potremmo anche comporre testi e musica di ciò che vogliamo cantare.

Far "suonare" la voce emessa dall'apparato fonatorio (cantoterapia vocale) significa gestire la propria palestra sonora mediante esercizi mirati e finalizzati al miglioramento della voce stessa. È stata ed è materia di foniatrici e logopedisti e, per i preziosi consigli artistici, anche dei maestri di canto (pedagogia del canto).

Altro discorso invece è usare certe tecniche (cantoterapia fisiologico-funzionale), per un miglioramento finalizzato a tutto l'organismo nel suo complesso o nelle sue singole parti. L'azione canora può migliorare la qualità della vita nella depressione, in certe forme di malattie psichiche o mentali, persino nelle malattie oncologiche o nelle malattie organiche o disfunzionali.

Esiste una certa confusione nell'ambito della terapia musicale, allorché riguardo al canto - per esempio - non vengono presi in considerazione tutti gli aspetti che lo diversificano dalla musica stessa sia per l'eredità culturale, ma sia, principalmente, per i principi fisici e le dinamiche fisiologiche che lo muovono e che dovrebbero, perciò, indurre l'osservatore a chiarirne l'autonomia e il fondamento con criterio epistemologico.

Negli ultimi lustri si sta dimostrando a chiare lettere che l'azione canora a scopo terapeutico non è un 'altro', bensì un 'diverso' aspetto della musicoterapia e con ben altre proprietà, perché il canto trae origine dagli organi in dotazione al corpo umano nell'apparato fonatorio, il quale dà forma sonora alla voce determinando, al contempo, tutta una serie di metamorfosi interne all'organismo.

Questi fenomeni producono, mediante l'energia vibrazionale, effetti capaci di curare molti disturbi quali la depressione o le crisi di panico, e di creare apprezzabili miglioramenti della qualità di vita in varie malattie, anche oncologiche, o degenerative, come sperimentato nel Parkinson. Ma anche nell'Alzheimer è stato sperimentato un recupero mnemonico di "motivi canori" sentiti e ascoltati in tempi lontani, e di emozioni di un passato apparentemente cancellato. Dunque lì dove, parrebbe che non ci fossero più tracce di memoria, il malato dà prova - quasi inspiegabilmente - di una residua attività (forse non più ippocampale, ma localizzata in aree frontali), mostrando col canto di sapersi riappropriare della capaci-

tà vocale e riproducendo persino le esatte parole di testo.

È giusto pertanto che anche la cantoterapia rivendichi una autonoma e diversamente utile visibilità, fondata sui fatti nonché sull'indagine scientifica, per l'intrinseca capacità non solo di migliorare la qualità della vita e della psiche, come nel caso della connessa musicoterapia, ma perfino di restituire, talvolta, la salute.

Chi sta formando la propria cultura anche su basi musicali, non può permettersi oggi di prescindere da tutte queste realtà che scoprono e mettono in luce l'altra faccia della musica.

Le aree musicali e i nuovi orientamenti didattici

Non si addice ad una terra come l'Italia, ricca di un patrimonio culturale artistico e musicale di grande risonanza, rimanere indietro, rispetto ad altre nazioni, in relazione al panorama educativo musicale sia nei programmi ministeriali che nei settori universitari specifici, eppure il recupero difficoltoso di questo nostro patrimonio ha dovuto attendere lentamente nuovi eventi.

Solo con la Riforma del 1979, dovendo eliminare il latino definitivamente dalla scuola media sostituendolo con altre discipline destinate a permanere nel tempo, si cominciò a privilegiare l'«educazione musicale», sottraendola al penoso oblio della didattica di base. Negli anni successivi si sperava in una corsa inarrestabile della disciplina musicale, all'unisono col teatro, col canto o con la danza, magari in un "fieri" in crescendo, per quella componente musicale imprescindibile nell'escalation culturale della nuova gioventù, invece la scuola è rimasta caparbiamente chiusa al richiamo e alla necessità per cui si sarebbe voluto riconsegnare all'Italia la conoscenza musicale, di cui aveva subito un'ingiusta espropriazione.

I nostri vantati e tuttora invidiati Conservatori sono le uniche fucine che, tra mille difficoltà, hanno garantito la trasmissione del sentire e del sapere musicale, riservato forzatamente a un'élite, a quei pochi giovani che vi accedono con prospettive più squisitamente artistiche anziché anche culturali e professionali come avviene in altri paesi. Corsi di Laurea specifici, pur benemeriti come quelli del DAMS, hanno invece formato schiere di studenti orientati più alla teoria che alla pratica professionale.

I nuovi programmi ministeriali segnalano, ora, una inequivocabile

considerazione che propende a visitare anche "l'altra faccia della musica", nel rintracciare appunto non solo gli itinerari dell'Estetica musicale, ma anche della Sociologia e della Psicologia della musica, coinvolgendo in ciò non solo i Conservatori e i Licei Musicali o di Scienze Umane, ma anche specifiche aree degli studi universitari umanistici e scientifici, con percorsi che guardano all'aspetto terapeutico della musica e del canto.

Proprio per la vastità argomentativa di tipo culturale che investe i campi più disparati, la musica - a 360 gradi - comporta di per sé un panorama umanistico di tipo sociologico, antropologico, artistico, psicologico, pedagogico, storico, ma anche scientifico, perché la musica si erige su principi di alta regolarità matematica, richiama l'acustica, lo sport e la danza, la fisica, il diritto, oggi anche l'informatica e - come abbiamo concretizzato - la medicina e in particolare le neuroscienze cognitive.

Diverse sono le aree, strettamente interrelazionate, nelle quali si strutturano svariate ricerche terapeutiche sulla musica e sul canto, tutte accomunate da un unico obiettivo, come convogliare al meglio tutte queste nuove sinergie che si stanno avviando tra le istituzioni nell'area della ricerca scientifica e quelle delle agenzie educative preposte alla formazione, nella reciproca valorizzazione della specificità delle competenze.

- **Area artistico-musicale**, volta alla specializzazione artistica, in cui è previsto lo studio di pertinenza dello strumento o del canto mediante la didattica specifica della musica (il rapporto = musica-canto)
- **Area linguistico-musicale**, volta alla formazione educativa (agenzie educative), in cui è previsto lo studio della musica e del canto (il rapporto = musica-canto)
- **Area foniATRica e logopedica**, volta all'educazione e rieducazione di tutte le patologie che provocano disturbi della voce, della parola, del linguaggio orale e scritto e degli handicap comunicativi.(il rapporto = musica-voce)
- **Area medico/ neuro-fisio-biologica/ sanitaria/ psichiatrica/ psicologica**, volta alla ricerca scientifica (il rapporto = musica-voce-canto-cervello-organismo)
- **Area applicativa**, volta allo studio inerente il sostegno, il recupero e/o la riabilitazione nelle disabilità, nelle malattie dell'invecchiamento, malattie nei disturbi mentali infantili, nelle malattie neurologiche e in molti altri casi, laddove le terapie relative alla vocalità, al canto e alla musica possono essere gestite seguendo idonei percorsi e protocolli ben definiti (il rapporto = musica-voce-canto-cervello-organismo)

L'obiettivo comune dei nuovi orientamenti è trasformare le conquistate conoscenze scientifiche in competenze idonee per la formazione di operatori musico-cantoterapeuti, di animatori culturali in ambito socio-sanitario e psicoeducativo, di logopedisti e operatori sanitari addetti all'educazione e rieducazione di patologie che provocano disturbi della voce, della parola, del linguaggio orale e scritto e degli handicap comunicativi, dei tecnici della riabilitazione psichiatrica, e di tutti coloro che sono spinti dalla curiosità di addentrarsi tra le molteplici potenzialità della musica e del canto.

Non è secondario che l'informazione possa raggiungere tutti i giovani appassionati di musica, specie quelli tecnicamente dotati, per i quali potrà profilarsi, tra i proponibili orientamenti futuri, un panorama socio-culturale nuovo. Così le giovani aspettative potranno essere puntate non solo verso i riflettori dei palcoscenici ma anche in direzione di altri scenari, nel cui ambito va aprendosi l'esigenza di formazione di nuove figure professionali da impiegare all'interno di strutture sociali, dove certi nuovi metodi fatti di musica e di canto sono già da tempo entrati e praticati per migliorare la qualità della vita, e non solo.

C'è ancora molta strada da percorrere. L'auspicio maggiore rimane, tuttavia, che l'educazione alla musica e al canto possa diventare una disciplina curricolare in ogni scuola, di ogni ordine e grado, al pari di quelle discipline di base rappresentate dalla lingua madre, dalla storia, dalla matematica o dall'educazione fisica, ritenute saldamente indispensabili all'armonico sviluppo delle giovani personalità individuali.