

Il potere magico e terapeutico della musica

La musica dei grandi compositori come Bach, Mozart, Beethoven, Verdi, Puccini potrebbe diffondere nei cuori agitati delle nostre generazioni il senso di pace che regnava nell'animo di questi maestri.

La musica dei grandi compositori come Bach, Mozart, Beethoven, Verdi, Puccini potrebbe diffondere nei cuori agitati delle nostre generazioni il senso di pace che regnava nell'animo di questi maestri.

Essi sono riusciti a far parlare nei suoni i sentimenti più profondi dell'anima, scoprendo nella potenza conciliatrice e purificatrice dell'arte il rimedio contro il dolore dell'uomo moderno (angoscia, insicurezza, pessimismo).

Non solo la "Classica", ma anche ogni altra buona musica produce i suoi effetti; pensiamo al potere sedativo delle ninne-nanne o alle filastrocche per bambini. La suggestione che la musica ha sempre esercitato sia presso i popoli cosiddetti primitivi che evoluti, spiega il perché ad essa si attribuiva una provenienza e un carattere divino.

Nella musica si riconoscevano grandi poteri: la capacità di creare un contatto con gli dei e la possibilità di influenzare magicamente la realtà e la natura.

Alce nero, uno degli ultimi capi indiani d'America, spiegava ad un etnomusicologo: «La musica e il ritmo sono un chiaro mezzo per congiungersi agli dei, per comprendere il senso della vita e per avvertire l'energia che anima ogni cosa. La forma tonda del tamburo rappresenta l'universo intero: il suo rullo regolare e possente è il polso, il cuore che batte al centro dell'universo.

È come la voce del Wakan-Tantka (il grande spirito). Questo suono ci incita e ci aiuta



a capire il mistero ed il potere di tutte le cose». Gli antichi la usavano in rituali propiziatori per la fertilità, la nascita, il raccolto, la celebrazione della vita e della morte; musica e medicina erano una cosa sola. "Il sacerdote medico" (lo sciamano) sapeva che il mondo è costituito secondo principi musicali, che la vita del cosmo è dominata dal ritmo e dall'armonia.

La musica ha potere "incantatorio" sulla parte irrazionale, procura benessere e nei casi di "malattia" ricostituisce l'armonia perduta. Non a caso S. Freud (1856-1939) dichiarò che il fascino e la potenza sonora di un'orchestra, poteva guarire persone da alcuni disturbi.

Gli studi scientifici sull'impiego della musica per alleviare il dolore o per la riabilitazione dei malati d'Alzheimer, autismo o dislessia risalgono agli anni '80. Oggi vi sono diversi ambiti della musicoterapia: clinico-psichiatrico, psicopedagogico, psicoanalitico.

L'approccio clinico-psichiatrico aiuta la scienza soprattutto nei casi in cui il malessere fisico si accompagna a quello della mente.

La musicoterapia come disciplina con una propria autonomia, ha quasi un secolo ed è in grado di aiutare a guarire, non in forma esclusiva, diverse patologie: tossicodipendenza, depressione, ansia,



stress, lesioni cerebrali post coma, ischemia, ictus, psicosi e schizofrenia, autismo, handicap fisici e mentali, disturbi della comunicazione.

Ai malati d'Alzheimer dà la possibilità di manifestare il proprio pensiero o stato d'animo attraverso canali di "comunicazione" alternativi alla parola e migliora la memoria per quanto riguarda il materiale cantato; ai depressi offre serenità, sicurezza e rilassamento.

Nella preparazione al parto aiuta la gestante ad aumentare la fiducia in sé, a rilassarsi e ad avviarsi con maggiore serenità al dolce evento.

Nell'afasia, recupera la capacità di esprimere o comprendere le parole; nella dislessia migliora la capacità di lettura e di pronuncia.

Il suono agisce sul sistema neurovegetativo che regola le funzioni del corpo (traspirazione, ritmo cardiaco, pressione sanguigna) e facilita la liberazione delle emozioni e delle risorse creative; risveglia la volontà negli apatici e modera l'eccessiva irruenza nei soggetti aggressivi. La parola si forma in noi a partire dal grembo materno.

Ogni mamma, durante i mesi della gravidanza, parla al figlio con il cuore. Il neonato è pronto a far sentire la sua voce dopo nove mesi di gravidanza intrisi di timbri sonori, rumori, ritmi e voci che risuonano in lui come la "prima orchestra".

