



OPERA

Accademia Italiana di Formazione Olistica

Corso di Diploma
in
Operatore Olistico

Musica e Vita

un viaggio alla scoperta delle vibrazioni vitali della musica

Tesi Formazione Base
di **Kristian Ruggeri**

21 Aprile 2012

COMINCIA IL VIAGGIO LA PORTA ILLUMINATA

Il nostro viaggio per conoscere la musica ed il suo rapporto olistico con la vita sta per cominciare, dovremo immaginarci di attraversare una porta, la **porta illuminata** che ci farà entrare in una dimensione magica fatta di suoni e magia, appena entrati ci ritroveremo nella **Stanza dello Spirito e del Suono** dove troveremo otto porte, ogni porta è anche un portale, ognuno diverso dall'altro, che ci trasporterà nella sua dimensione e in ogni dimensione scopriremo qualcosa di diverso sul mondo magico del suono e della musica quando incontra le energie dell'uomo.

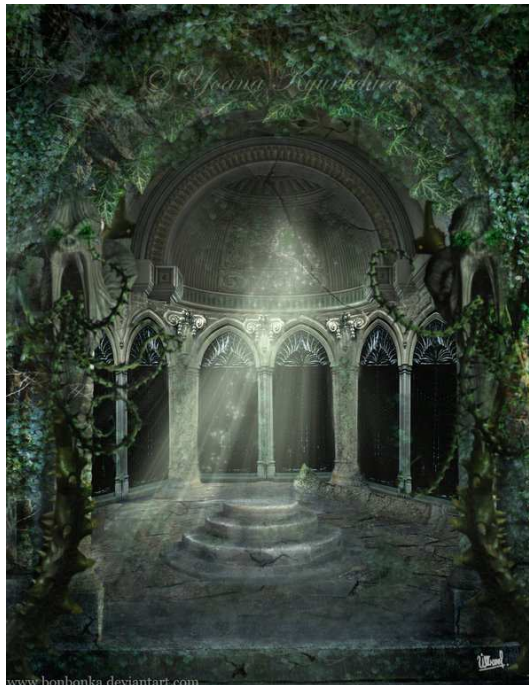
Troveremo la porta dei chakra, la porta della guarigione, la porta del mondo magico degli sciamani e così via, fino alla fine sarà un entrare continuo in dimensioni diverse tra loro, ma con un minimo comune denominatore...la musica!

Vedremo come la musica si possa inserire in ogni ambito dove si parli anche di benessere olistico dell'essere umano (e non). Vedremo come addirittura la musica, sia stata una vera e propria forma di comunicazione a distanza attraverso i ritmi.

Tutto questo spezzato a tratti anche da alcune curiosità legate sempre all'argomento.

Quello che faremo in queste stanze sarà saziare la curiosità, mia e di chi legge, su un argomento di cui non si parla molto, o quantomeno, se ne parla spesso in pochi termini. Diciamo che è un approfondimento per la nostra curiosità.

Non voglio dire altro, saliamo sulla collina e varchiamo finalmente la **porta illuminata** che ci porterà nella dimensione magica della musica...



LA STANZA DELLO SPIRITO E DEL SUONO IL PREAMBOLO

Abbiamo varcato **la porta illuminata**, siamo nella **stanza dello spirito e del suono**, in questa stanza regna il silenzio più totale, come si può immaginare sia il silenzio nel nostro inconscio, la luce è soffusa, si possono scorgere dei raggi di luce, di fronte a noi ci sono **otto** porte, tutte diverse, dietro ogni porta c'è una stanza, dentro ad ogni stanza ci sono informazioni sulla relazione magica che ha la musica con l'uomo, in ogni stanza ci saranno suoni e odori in relazione con quello che vedremo.

Ci dirigiamo verso la prima porta/portale, vediamo cosa ci aspetta...



LA PORTA DEI CHAKRA LA RISONANZA

Siamo entrati nella stanza dei chakra, la stanza ha un odore di fiori, è calda e accogliente, il pavimento è di colore rosso, il soffitto di un colore simile al viola, le pareti sono un miscuglio di colori che vanno dal giallo al blu e poi verde e arancione e cambiano intensità, qua e là si sentono come rumori di piccoli campanelli e piccole campane che rintoccano con pause regolari.

La stanza dei chakra ci informerà della stupenda relazione che c'è tra musica e benessere partendo dalla visione globale, olistica dell'uomo.
Un preambolo per le altre stanze...

I Chakra in breve

Il termine **Chakra**, proviene dal sanscrito e significa **ruota, cerchio, movimento**, ma ha molte accezioni tra le quali quella di "plesso" o vortice. È un termine utilizzato nella filosofia e nella fisiologia tradizionali indiane. Nella tradizione occidentale moderna i chakra vengono talvolta identificati con il nome di Centri di Forza o Sensi Spirituali, che in medicina corrispondono alle ghiandole endocrine.

“I Chakra sono, secondo la remota dottrina indiana, centri sottili d'azione presenti nel corpo umano anche se non ne siamo consapevoli, ed estremamente importanti perché accumulano, elaborano e trasmettono l'energia vitale universale, e cioè il **Prana**, o **Chi**, nell'individuo. Questi "vortici d'energia" inducono stati psichici diversi, che la medicina moderna spiega come cambiamenti biochimici prodotti dall'attività delle ghiandole endocrine”.

La visione che nel complesso organismo umano vi siano una serie di ricettori e trasmettitori di energia è avvalorata anche dalla scienza medica, che con parole differenti esprime però delle basilari analogie. Sebbene i Chakra abbiano i loro corrispettivi organici (plesso solare, plesso cardiaco ecc.), non possono però essere identificati con questi ultimi, in quanto appartengono a un livello sottile, "eterico" della realtà fenomenica. In essi l'universo fisico e psichico dell'uomo si intersecano, compenetrandosi a vicenda.

“I testi antichi parlano di 88.000 Chakra: praticamente ogni punto del corpo umano è in grado di captare modificare e distribuire l'energia. Tali centri si addensano soprattutto nella nuca, attorno alla milza, nel palmo delle mani e nella pianta dei piedi. Ma si tratta di centri minuscoli che nell'intero quadro energetico hanno poca rilevanza. Sette invece sono i chakra principali, tutti disposti lungo l'asse cerebrospinale, o Sushumna, il canale fondamentale di energia. I primi sei sono all'interno del corpo, mentre il settimo si trova all'esterno, sulla sommità del capo”.

“Grazie a specifici esercizi di meditazione, l'individuo può riuscire a "svegliare" la forza spirituale Kundalini, dormiente in forma di serpente arrotolato alla base della colonna vertebrale, nel primo chakra. Una volta attivata, Kundalini prende a salire, attraversando uno dopo l'altro i chakra successivi, creando stati sempre più particolari di consapevolezza, di beatitudine e facendo acquisire poteri psichici. Riuscire a entrare in contatto con questi centri, riconoscerne le qualità, potenziarne le attività è fondamentale per ottenere un equilibrio sempre più armonico. Per questo, i chakra vengono chiamati anche centri di coscienza”.

La Frequenza e le Ottave

“Quando è in salute e bilanciato, ognuno dei sette chakra maggiori umani ruota ad una costante e predeterminata frequenza o vibrazione. Il Chakra della radice ha una frequenza risonante normale di 256 cicli a secondo, o 256 Hz (il Do centrale del pianoforte). Il Chakra seguente per altezza, il Sacrale, risuona a 288 Hz, che è la nota Re. E ogni chakra via via più alto, nel corpo fisico, ha una nota via via più alta della scala, fino al Si. Questi sette toni o note sono chiamati "Ottava 0". Ogni volta che si sale di un'ottava (per esempio dal Do centrale, 256 Hz, al Do più alto della scala, 512 Hz) si può notare come il valore della frequenza raddoppi. Questa caratteristica molto importante è anche uno dei principi di risonanza”.

Da notare anche che, come il pianoforte ha diverse ottave sopra l'ottava 0, così ne ha anche quel veicolo energetico che chiamiamo "Campo di Energia Umana".

“Gli Uomini hanno complessivamente cinque ottave associate alla loro Aura, ma solo l'ottava più bassa, la 0, è associata al loro corpo fisico. Ad ottave più alte corrispondono connessioni energetiche tra persone e dimensioni più elevate, partendo dall'ambiente locale della persona (ottava 1), alla Madre Terra in senso Globale (Ottava 2), al nostro sistema solare e in particolare al Sole, l'immediata fonte di tutte le energie "fisiche" che supportano la vita in questo mondo (ottava 3), alla nostra galassia, la via lattea (ottava 4), e all'energia dell'Universo (Ottava 5). Comunque, quando si lavora con la terapia del suono, ci si può concentrare sull'ottava 0, l'ottava associata al corpo fisico e ai suoi maggiori centri di energia”.

“Se un Chakra è un pò "scordato" e non vibra in armonia, esso può essere ri-accordato attraverso un processo di vibrazione simpatetica. Questo è un concetto base della terapia. Le vibrazioni armoniose alla frequenza corretta entrano direttamente nel campo di rotazione del Chakra e hanno l'effetto di portare quella sequenza vibrazionale del Chakra indietro alla sua frequenza propria così che possa funzionare efficientemente come un trasduttore di energie provenienti dal campo di energia universale richiesto dagli organi e ghiandole associati al chakra.

I sette principi che caratterizzano il suono e che in ultima analisi determinano gli effetti che il suono ha sul corpo umano e sui suoi sistemi di energia sono: Risonanza, Ritmo, Melodia, Armonia, Tonalità, Timbro e Intonazione”.

La Risonanza

“Quando un Chakra risuona ad una particolare vibrazione o frequenza, prende e assorbe energia da quella frequenza. C'è un trasferimento di energia che ha luogo dalla sorgente dell'energia sonora in vibrazione (strumento, voce, coristi...) al chakra stesso. Questo trasferimento che ha luogo nel fenomeno è conosciuto come "Risonanza Simpatetica". La risonanza simpatetica (o simpatetica) può essere meglio illustrata osservando due strumenti a corda (Violino, Arpa...) accordati in maniera identica messi l'uno accanto all'altro. Se pizzichiamo la corda del primo strumento, le vibrazioni di quella corda sono sentite dalla stessa corda del secondo strumento, questi inizia ad assorbire l'energia del suono di quella specifica frequenza e quindi inizierà a vibrare a quella frequenza”.

Il principio della Risonanza Simpatetica è usato nella terapia del suono per riempire ogni chakra con le vibrazioni sonore della frequenza propria. Per introdurre il suono della frequenza propria del Chakra si possono usare sia la

voce umana che degli accordatori (coristi). Introducendo la frequenza propria, il livello di vibrazione del Chakra stesso inizia a riequilibrarsi ed armonizzarsi alla sua frequenza.

“Un'altra caratteristica del fenomeno della Risonanza Simpatetica è che le corde accordate alla stessa nota o ad una o più ottave sopra la nota vibrante, iniziano a vibrare uguale. Per esempio, se un violino ha una corda intonata al Do centrale (256 Hz) e un secondo violino vicino ha una corda accordata ad un'ottava sopra il Do centrale (Do Alto - 512 Hz), quando la corda del Do centrale è pizzicata sul primo violino, il Do alto del secondo violino inizierà a vibrare. Così lavorando con i toni di un'ottava possiamo produrre vibrazioni nelle ottave superiori”.

Questo principio è usato nella Terapia del Suono e per creare sopratoni che possano interessare corpi di energia più alta del campo di energia umano. Questi corpi di energia secondari (eterico, emozionale, mentale e spirituale) possono essere pensati come delle ottave superiori al corpo fisico. Così, quando lavoriamo coi Chakra del livello fisico, i sopratoni prodotti hanno lo stesso effetto, attraverso la risonanza simpatetica, sulle sequenze di energia di vibrazione dei chakra nei corpi superiori. Tutto questo attraverso una profonda sensazione di benessere, serenità, pace, e connessione attraverso i livelli di energia del soggetto.



Caratteristiche Principali e Frequenze di ogni Singolo Chakra



Muladhara primo chakra (centro basale, radice, liberazione)

Collocazione: zona inferiore del bacino e area genitale, gonadi

Colore: rosso, rosso corallo

Sede di: volontà di vivere

Fonte di: passione, rabbia, terrore, gioia, energia di sopravvivenza, energia materiale

Tipo di energia: Terra, è la sede della Kundalini, l'energia terrena, materiale

Frequenze di risonanza: 396, 99, 297, 261 Hz. DO/UT/C

Strumento: tamburo, batteria.

Musiche corrispondenti: ritmi tribali.



Svadhishthana secondo chakra (centro sacrale, addome, cambiamento)

Collocazione: addome, vescica, ghiandole surrenali

Colore: arancione, giallo

Sede di: facoltà creative

Fonte di: sentimenti e energia creativa

Tipo di energia: Acqua, chi o Qi, energia vitale

Frequenze di risonanza: 417, 104.25, 330, 293 Hz. RE/D

Strumento: flauto.

Musiche corrispondenti: che implicano movimenti del bacino tipo le danze sudamericane, salsa, merenghe, samba.



Manipura terzo chakra (plesso solare, nabbi, trasformazione, gemma lucente)

Collocazione: plesso solare, pancreas, ombelico

Colore: giallo, verde

Sede di: autostima, potere

Fonte di: potere personale, giudizi di sé e del prossimo

Tipo di energia: Fuoco, mentale, intellettuale

Frequenze di risonanza: 528, 132, 363, 329 Hz. MI/E

Strumento: pianoforte, violino, chitarra.

Ritmi corrispondenti: brani solenni di musica classica tipo la "Cavalcata delle Valkirie" di Wagner o la "Quinta sinfonia" di Beethoven, rock dal ritmo incalzante.



Anahata quarto chakra (centro del petto, non manifesto, connessione)

Collocazione: cuore, timo

Colore: verde, rosa, rosso rubino, giallo oro

Sede di: compassione

Fonte di: energia curativa, sogni personali

Tipo di energia: Aria, astrale

Frequenze di risonanza: 639, 159.75, 396, 349 Hz. FA/F

Strumento: la voce. Melodie romantiche, sentimentali, da Claudio Baglioni alla New Age passando per Chopin. Per chi desidera soddisfare la propria affettività.



Vishuddha quinto chakra (centro della gola, purificazione, espressione)

Collocazione: gola, tiroide, laringe

Colore: blu, azzurro

Comunicazione fisica: linguaggio, suono, canto, comunicazione verbale

Tipo di energia: Etere

Frequenze di risonanza: 741, 185.25, 429, 392 Hz. SOL/G

Strumento: la voce. Lo alimentano le musiche universali di Mozart.



Ajna sesto chakra (centro frontale, conoscenza, intuizione, percezione)

Collocazione: fronte, ghiandola pituitaria, ipofisi

Colore: porpora, bianco, indaco

Sede di: facoltà visiva e immaginativa

Fonte di: discernimento

Tipo di energia: Luce, cerebrale

Frequenze di risonanza: 852, 213, 462, 440 Hz. LA/A

Strumento: tanpura, campane tibetane. Lo stimolano musiche da meditazione come canto gregoriano, canto indiano, Bach, free jazz.



Sahasrara settimo chakra (centro coronale, mille petali)

Collocazione: corona (fontanella), ghiandola pineale

Colore: bianco, viola, arcobaleno

Sede di: appartenenza dell'individuo al tutto

Fonte di: consapevolezza divina

Tipo di energia: eterica, forma materializzata di energia spirituale che scaturisce dall'universo

Frequenze di risonanza: 963, 240, 495, 493 Hz. SI/B

Strumento: arpa. La sua musica è il silenzio.

L'arte del suono a scopi terapeutici è un'arte e una scienza a cui si ricorre da millenni per la sua capacità di influire positivamente sia nel fisico che nella psiche. Con l'uso del suono, del ritmo e del canto, è possibile accedere al mondo dell'armonia e "accordare" tutto il nostro essere. Ogni malattia nasce, prima di tutto, da una disarmonia tra il corpo e lo spirito. Avvenimenti traumatici, dolore fisico, sofferenza psicologica, ma anche stress, affaticamento fisico e abbattimento morale, fanno sì che si rompa l'armonia tra corpo e mente e che il corpo, quindi, si ammali.

Bene...sembra che in questa **stanza dei chakra** tutto sia stato detto; abbiamo visto come rispondono e corrispondono a risonanze ben precise, e che impatto benefico hanno per il nostro benessere psicofisico e spirituale, abbiamo visto persino quale musica e ritmo corrispondono ad ognuno di essi...ora usciamo ed incamminiamoci verso la seconda porta...



LA PORTA DELLA CURA LA MUSICOTERAPIA

Siamo entrati nella **stanza della cura** dove vedremo come, in pratica, la musica può ottenere effetti benefici e quali.

Appena entrati nella stanza ci si accorge del suono delicato ma incessante di campane tibetane e strumenti ad arco indiani, profumo di oli essenziali.

Luci dorate sembrano vive, in movimento sulle pareti dove sono raffigurati gli Dei indiani del suono.

Nella stanza troviamo accenni sia mitologici che storici; vedremo una piccola descrizione di come alcune delle più grandi civiltà, che hanno segnato la nostra storia del mondo in ogni senso, mettono in relazione musica e benessere olistico della persona.

Vedremo poi quali cose e passi in avanti si sono fatti nei nostri giorni in tal senso con la musicoterapia (o terapia della musica), vedremo alcune delle tecniche e strumenti più usati in tal senso, un viaggio nella **stanza della cura** partendo da un presupposto talmente presente nella vita di tutti da risultare quasi scontato...la MUSICA!

Piccolo Accenno Mitologico

In tutte le civiltà antiche e tradizionali il suono e la musica erano considerati sacri, infatti ancora oggi la musica viene chiamata "arte divina".

“Il dio greco della musica e della guarigione, Apollo, produceva armonie nei cieli con i suoi movimenti ritmici, il figlio Orfeo curava il corpo e l'anima con la poesia e la musica e con il suo canto riportò in vita l'amata Euridice. Nella mitologia induista la musica, in origine, era riservata alle divinità che ebbero poi pietà degli sforzi umani e portarono tra loro la musica per alleviarne le sofferenze”.

Accenno Storico

Antico e stretto è il legame tra musica e medicina. L'uomo conosce il potere del suono e della musica sul comportamento e sulla fisiologia degli esseri viventi sin dalle sue origini.

All'inizio dell'umanità, musica e medicina erano una sola dimensione, con una evoluzione parallela all'evoluzione della mente umana. La guarigione, nelle prime civiltà umane, passava attraverso il fenomeno dell'incantesimo: l'unione di ritmo, suoni e droghe.

In Cina

“Con la civiltà cinese si forma la triade musica-medicina-numerologia; la nascita della medicina energetica basata sui cinque elementi (Terra, Fuoco, Acqua, Legno, Metallo) in unione con la personificazione della scala pentatonica, formata dalle cinque note fondamentali della musica (fa-do-sol-re-la). I dodici meridiani cinesi del circolo dell'Energia Vitale, provengono dalla emanazione della scala musicale a dodici note, la scala cromatica. Il numero dodici rappresenta il numero fondamentale al parallelismo meridiani-musica, con i concetti Yin (6 meridiani-6 note) e Yang (6 meridiani-6 note): l'unione di Yin e Yang produce ritmo (musica), salute (medicina)”.

In India

“In India nascono concetti fondamentali per la musicoterapia:

a) divisione in quattro parti del sistema organico: corpo fisico, corpo eterico (vegetativo), corpo astrale (emozioni), corpo mentale (pensiero).

b) la funzione crea un'organo

c) non esiste separazione tra uomo e universo, conseguentemente esiste una relazione funzionale e vitale tra salute umana e universo. L'equilibrio alterato dalla malattia può essere ristabilito attraverso azioni esterne riequilibratrici: questa entropia è riordinabile con l'uso di musica "ordinata".

Gli assiri sviluppano nuove azioni mediche: osservazione dei sintomi, diagnosi e prognosi, unito al canto continuo di tipo religioso e all'idea di purezza della vita, data da un'igiene di vita individuale e sociale: **la musica è considerata strumento di igiene mentale**".

In Grecia

I greci introducono la medicina ippocratica e con Pitagora, nella musica, la scala naturale armonica. I medici greci prescrivono trattamenti in cui lo stato di salute si raggiunge in sinergia con la condizione di rilassamento e di distensione attraverso la musica.

“Platone definisce la costituzione del mondo secondo i principi della musica; la musica agisce sulla parte irrazionale dell'Io; la vita dell'uomo è scandita dal ritmo e dall'armonia; una buona educazione musicale forma un certo tipo di carattere; l'espressione più alta della musica e la filosofia.

Aristotele unisce gli effetti della musica al miglioramento della morale, alla riduzione dell'ansia, alla ricerca della serenità, della calma.

Nel medioevo, i monaci potenziarono la grande unione scienza medica-musica, dove l'assistenza ai malati, ai bisognosi era legata all'uso di composizioni musicali ad hoc dagli effetti terapeutici”.

La Terapia della Musica (Musicoterapia)



“La Musicoterapia e' una disciplina paramedica che utilizza il suono, la musica e il movimento per provocare effetti “regressivi” e aprire canali di comunicazione con l'obiettivo di attivare il processo di socializzazione. E' pertanto una tecnica psicoterapica per migliorare la qualità della vita, riabilitare e recuperare, dove e' possibile”.

“Tale complesso consta di elementi capaci di produrre stimoli sonori (natura, corpo umano, strumenti musicali, ecc.); stimoli come il silenzio, suoni interni del corpo, musicali, ritmici, movimenti, rumori ecc.; vie di propagazione delle vibrazioni, organi ricettori di tali stimoli come l'udito, tatto e vista, la ricezione del sistema nervoso, la reazione psicobiologica e l'elaborazione della risposta, che può essere comportamentale, motoria, sensoriale, organica attraverso il grido, il canto, la danza, la musica.

Anche il movimento e non solo il suono e la musica e' utilizzato nel processo terapeutico”.

La musicoterapia, in ogni sua applicazione, si propone di far sì che la persona riprenda il controllo su fisico e mente e quindi del pensiero, aumentando la capacità di curare se stesso. Curarsi con la musica, però, non vuol dire soltanto "ricevere" o ascoltare passivamente la musica, ma vuol dire anche cercare di esprimere la musica che abbiamo dentro e quindi vuol dire cantare, vuol dire suonare uno strumento, improvvisando – alla ricerca delle sonorità che in quel momento si accordano meglio con il nostro stato d'animo – o suonando una melodia che ci piace particolarmente.

“Oggi la musicoterapia viene applicata nel trattamento di moltissime patologie fisiche, psicologiche e psichiatriche e con esiti eccellenti. Un ruolo fondamentale ricopre la

musicoterapia nel trattamento dell'autismo nei bambini ed ottiene risultati sorprendenti anche sui malati di Alzheimer, impareggiabile è l'effetto della musica su chi soffre di depressione o di esaurimento, ma anche semplicemente su chi rischia, a causa delle condizioni in cui vive, di chiudersi in se stesso e di perdere la capacità di socializzare e comunicare con gli altri, è il caso, ad esempio, delle persone anziane”.

Oggi è normale che ci sia musica negli luoghi di lavoro, negli ospedali, in sala operatoria, dal dentista, nei supermercati, nelle scuole, nelle case di riposo perché, al di là delle applicazioni specificamente terapeutiche, la musica conserva intatto il suo enorme potere armonizzante, c'è musica persino nelle stalle, per far sì che le mucche producano più latte, e c'è musica nelle serre, perché le piante crescano meglio.

“Secondo la musicoterapia, la maggior parte delle patologie trova origine nei conflitti emozionali sofferti dalla persona. I disturbi di origine emotiva vanno ad interferire con il nostro sistema bioenergetico, costituito dai centri neuro-endocrini che regolano tutte le nostre attività. Se l'energia che li alimenta non si mantiene ad un livello costante in tutti i centri, si verifica un blocco che causa disequilibrio, disfunzioni o addirittura malattie. I blocchi di energia si localizzano in determinate zone del corpo, con ghiandole, organi e chakra corrispondenti. Molte malattie, organiche o mentali, hanno origine nella sfera emotiva ed emozionale: in ognuno di noi si possono osservare rigidità mentali, emozioni represses e/o pregiudizi sul proprio corpo, paure, tutti elementi che determinano una certa divisione interiore e che comportano un fare, pensare, agire spesso contraddittorio”.

“La musicoterapia parte dalla constatazione che l'uomo somatizza costantemente le sue emozioni positive e negative, gli organi e i chakra colgono queste vibrazioni che influenzano il loro funzionamento. Attraverso il suono e la musica si può agire sui due aspetti fondamentali della persona, fisiologico ed emozionale, per arrivare all'identificazione dei conflitti che condizionano i comportamenti delle persone e per capire il funzionamento di quei meccanismi interiori ed inconsci che portano dolore e sofferenza”.

“Il termine musicoterapia deriva dall'Antica Grecia e denota il ricorso ad esperienze musicali e sonore attive dove si impiegano la musica ed il suono per coltivare espressioni creative e comunicative, o passive in cui predomina l'ascolto. Per musicoterapia si intende anche l'uso della musica e degli elementi musicali (armonia, melodia, ritmo, timbro, tono, suono) per favorire l'integrazione fisica, psicologica, emotiva e spirituale dell'individuo. La musica ha un importante ruolo nel facilitare la comunicazione, la relazione, l'apprendimento, la motricità e l'espressione”.

“La Musicoterapia è l'uso della musica e/o degli elementi musicali (suono, ritmo, melodia e armonia) da parte di un musicoterapeuta qualificato, con un assistito o un gruppo, in un processo atto a facilitare e favorire la comunicazione, la relazione, l'apprendimento, la motricità, l'espressione, l'organizzazione e altri rilevanti obiettivi terapeutici al fine di soddisfare le necessità fisiche, emozionali, mentali, sociali e cognitive. La Musicoterapia mira a sviluppare le funzioni potenziali e/o residue dell'individuo in modo tale che il paziente o la paziente possano meglio realizzare l'integrazione intra e interpersonale e conseguenzialmente possano migliorare la qualità della loro vita grazie ad un processo preventivo, riabilitativo o terapeutico”.

(Federazione Mondiale di Musicoterapia)

CURIOSITA' SONORE DALL'ANTICHITA'



"...la musica non e' stata data all'uomo solo per lusingare i propri sensi, ma anche per calmare i tormenti dell'anima e i movimenti che tenta un corpo pieno di imperfezioni".

Platone

Musica e Cultura Antica

Presso gli uomini primitivi vi era la credenza che ogni essere possedesse un proprio suono o un proprio canto segreto che lo rendeva vulnerabile alla magia. L'esistenza inconscia d'un suono segreto personale e' certo e conferma la credenza secondo la quale ogni uomo nasce con un suono interno proprio al quale risponde.

"Molte culture riconoscono l'importanza della musica e del suono come metodo di guarigione. Nelle civiltà antiche dell'India, l'Oriente, l'Africa, l'Europa e fra gli Aborigeni e gli indiani d'America, la pratica di usare il suono per guarire e realizzare l'equilibrio da dentro è esistita per molti anni. I tibetani ancora usano le **flange**, i **carillon**, le **campane** e il canto come fondamento per loro pratica spirituale. A Bali, Indonesia, il "**gamelang**", il **gong** ed il **tamburo** sono utilizzati nei riti religiosi e gli sciamaninativoamericani usano la tonalità vocale e la vibrazione sonora ripetuta, nelle cerimonie sacre, per reintonare lo squilibrio dello spirito, delle emozioni o del corpo fisico.

I sacerdoti dell'Egitto antico hanno saputo usare i suoni vocali per far risuonare i loro centri o chakras di energia. C'è un collegamento diretto fra le parti differenti del corpo e suoni specifici. Una tal tecnica sembra estremamente vecchia, tuttavia la cura attraverso il suono va indietro ulteriormente almeno fino ad Atlantide dove la potenza del suono è stata unita con la potenza del cristallo".

“Attualmente la profezia degli **indiani Hopi** si sta compiendo (“la venuta del popolo dell'arcobaleno”) attraverso i custodi delle **campane di cristallo**. Questa saggezza antica è emersa per guarire ed elevare la coscienza dell'universo con i toni puri del cristallo.

Il sensitivo americano, **Edgar Cayce** e **Rudolf Steiner**, antroposofo tedesco, educatore e genio artistico, prevedero entrambi che i “**toni puri**” sarebbero stati usati per la guarigione prima della conclusione di questo secolo.

Nostradamus ha previsto la cura del cancro con il tono puro entro 1998. I toni puri, musica creata con le campane di cristallo, sono l'adempimento di questa profezia”.

ALCUNE TECNICHE DI MUSICOTERAPIA

Le Campane di Cristallo



“Il tono puro delle campane di cristallo produce un campo sano vibratorio che fa risuonare i chakras del corpo e la zona fisica corrispondente. Per chiarire il concetto, diremo che la risonanza (in fisica) è la capacità di un corpo di vibrare, risuonare a sua volta, in presenza di un determinato suono. E’ una legge di natura. Una serie di “esposizione” facilita il riequilibrio di ogni ricevente riportandolo nuovamente dentro un livello elevato di luminosità eterica (risonanza naturale). Il quarzo di silicio contiene lo spettro completo dei colori fondamentali che portando la luce pura attraverso il suono come colore specifico nuovamente dentro l’aura umana, guarisce l’ascoltatore.

L’effetto è moltiplicato mentre le campane di cristallo vengono suonate. Il cristallo stabilizza, amplifica e trasmette il tono puro. Ecco perché il cristallo di silicio è usato in tutti i nostri sistemi di telecomunicazione più avanzati. Come una radiotrasmettente potente, le campane di cristallo trasmettono l’energia nell’atmosfera, modificando i corpi sottili della persona.

Con i toni puri del cristallo l’attività dell’elettroencefalogramma può variare, facendoci entrare in una condizione alterata di coscienza. Poiché le parti differenti del cervello sono influenzate, è probabile che liberino gli ormoni ed i neuro-prodotti chimici differenti che possono sopprimere il dolore, rinforzare la volontà e i talenti creativi, farci vivere nuove consapevolezze. In particolare, provocano un senso di rilassamento profondo aprendo lo “spazio interiore”.

La musica del cristallo ha la capacità di determinare una variazione positiva nella nostra coscienza e, mentre la nostra consapevolezza si espande, ci riappropriamo al nostro “essere originale” sperimentando un più alto fulgore della nostra forma fisica. Il cristallo può effettuare l’equilibrio del campo elettromagnetico che esiste all’interno di tutte le forme di vita.

“Una ragione per la quale i toni puri fanno vibrare il nostro corpo è che questo ha un’affinità naturale col quarzo. Il corpo umano si compone di molte sostanze cristalline: le ossa e una parte del **DNA** hanno una struttura cristallina così come la struttura cristallo-colloidale liquida del cervello. Anche ad un livello molecolare, le nostre cellule contengono il silicio,

che equilibra le nostre energie elettromagnetiche, e queste hanno la stessa formula del cristallo naturale di quarzo.

Rudolf Steiner, non solo ha più volte fatto cenno a queste formazioni cristalline, ma ha anche rilevato che nel corpo umano si trovano cellule esagonali di silicio come nei cristalli di quarzo che, pur non cristallizzando, conservano in tutto e per tutto le stesse caratteristiche. L'interazione è poi favorita dall'acqua, di cui il corpo umano è composta al 70%, che farà da conduttore d'energie. **Edward Bach**, autore di molte pubblicazioni e ideatore dei famosi rimedi floreali (**fiori di Bach**), chiaramente ha capito che la malattia riflette una disarmonia fra la personalità fisica e l'anima ed ha dichiarato che è facile da curare equilibrando le qualità magnetiche dei corpi sottili più alti. Con i toni puri si può il rimodellare l'organizzazione del campo di energia, che infine effettua l'espressione cellulare della malattia o del benessere.

La musica delle campane di cristallo è tanto più potente poiché può essere programmata. Il cristallo di quarzo come sistema olografico può ritenere, trasmettere e ricevere le forme pensiero e questo è fondamentale per la memoria "madre" di tutti i calcolatori".

È interessante notare che persino oggi i delfini e le balene si pensa che comunichino attraverso "forme olografiche dimensionali" l'intenzione dietro il suono è di importanza estrema. Può, infatti, essere importante quanto i suoni reali che sono creati. La potenza del pensiero è il modo con cui creiamo la nostra realtà.

Niente può essere creato se in primo luogo non è stato pensiero!

"Nell'usare il cristallo per guarire, questo amplifica il pensiero con cui è stato programmato. Il cristallo ha questa proprietà stupefacente che può essere riassunta così: mette in evidenza una qualità o una sensibilità speciale nella gente e simultaneamente libera e sostituisce le forme pensiero che non sono di più alta radiosità per l'ascoltatore".

Le Campane Tibetane



“Una pratica per la terapia del suono consiste nell’uso delle Campane tibetane. Esse sono ottenute dalla fusione di sette metalli, ciascuno dei quali rappresenta un pianeta. Sembrano, a prima vista, delle ciotole di metallo e riproducono la calotta cranica, parte anatomica importante nella cultura sciamanica. L’uso delle campane tibetane è sempre più diffuso in occidente (riproduce la vibrazione creatrice primordiale OM) in seno ai cultori delle filosofie orientali, che ricercano, nella meditazione e nella musicoterapia il raggiungimento dell’armonia dell’uomo con quanto lo circonda.

Le campane tibetane producono quindi suoni in armonia con le vibrazioni delle sfere celesti e trasmettono queste vibrazioni a chi le ascolta. Questo fenomeno si chiama in termini tecnici, “concordanza di fase” ed è lo stesso che mettere 2 pendoli uno accanto all’altro: dopo un certo periodo di tempo iniziano a seguire lo stesso ritmo, come due onde che tendono ad unirsi e a vibrare all’unisono.

Grazie a questo fenomeno si creano delle forti vibrazioni massaggiando in profondità il corpo fisico ma anche i corpi più sottili. Si viene così a creare una concordanza di fase che produce di solito uno stato di profonda quiete interiore ed esteriore che può andare ben al di là del semplice rilassamento, fino a giungere alle onde teta e delta degli stati meditativi più profondi.

I suoni delle campane tibetane quindi stimolano un processo di auto guarigione e di armonizzazione.

Quando il corpo ritrova le proprie frequenze armoniose, ritrova la salute ed il benessere. Le Campane Tibetane producono suoni in armonia con le vibrazioni cosmiche risvegliando e rimembrando qualcosa che c’è già dentro all’essere umano. Solo che è molto in profondità e lo spesso strato che si è accumulato in superficie non ha fatto altro che allontanarsi da quel suono originale portando uno stato di “non accordatura”, quindi stonatura e dissonanza”.

Le vibrazioni delle campane tibetane dunque accordano e sintonizzano l'individuo nell'orchestra sinfonica del cosmo sostenendo una condizione di prolungato benessere.

“Questa vera e propria terapia del suono, potrà donare effetti benefici soprattutto per il sistema nervoso centrale; poiché questi suoni portano il cervello a lavorare prima su onde alfa e poi su onde theta si possono riscontrare benefici per tutti i problemi di insonnia e irritabilità.

I suoni prodotti agiscono anche a livello mentale, infatti le onde meccaniche prodotte dal suono vengono percepite dalle onde elettromagnetiche cerebrali influenzandone la frequenza e gli stati di coscienza collegati. Questi suoni inducono un rilassamento profondo che interviene in aiuto allo stato di benessere personale dell'individuo riequilibrando ed energizzando il corpo dove necessario. Ricevere i suoni rimanendo aperti e ricettivi, permette di accettare meglio se stessi e gli altri, abbassando i livelli di stress e rendendoli più accettabili.

L'ascolto di queste frequenze, consente di rallentare alcuni ritmi vitali con la conseguenza di migliorare la percezione del proprio corpo, che a poco a poco diventa in grado di sentire il passaggio dallo stato di malessere a quello di benessere”.

Le principali applicazioni che ha questo tipo di pratica sono: stimolare l'energia vitale, indurre il rilassamento, combattere l'insonnia, migliorare la concentrazione, sincronizzare l'emisfero destro e sinistro del cervello ed aumentare la creatività.

I Diapason



I Diapason considerati per la terapia del suono sono stati sviluppati in lunghi anni di ricerche dall' Institute of Cybernetics in Inghilterra, sotto la direzione del Dr. Alan Sales. La sua attività di ricerca ha permesso di sviluppare sino ad oggi differenti set di Diapason che consentono di operare con facilità e precisione su svariati fattori individuali.

“Per la produzione di strumenti terapeutici così esclusivi è stata selezionata una fabbrica inglese con oltre quattro secoli di esperienza nel settore. Il risultato finale è costituito da Diapason forgiati con la migliore lega armonica e che offrono un suono puro e cristallino di lunga durata, con uno spettro armonico ricco e perfettamente bilanciato nelle frequenze terapeutiche richieste, le quali si estendono anche al di là della soglia fisicamente udibile. I maggiori esperti del settore hanno subito riconosciuto il loro livello superiore e terapeuti affermati in ambito internazionale li hanno immediatamente introdotti nella loro pratica, come il Dr. Charles Krebs, Hugo Tobar, Alfred Schaltz”.

I Diapason appositamente selezionati dal terapeuta permettono di riequilibrare direttamente nella persona il sistema dei Chakra Primari e il sistema dei principali Meridiani Energetici. Entrambi tali Sistemi Energetici sono infatti di enorme importanza per il benessere individuale, ed estendono la loro influenza sugli aspetti fisici, mentali, emozionali ed energetici della persona.

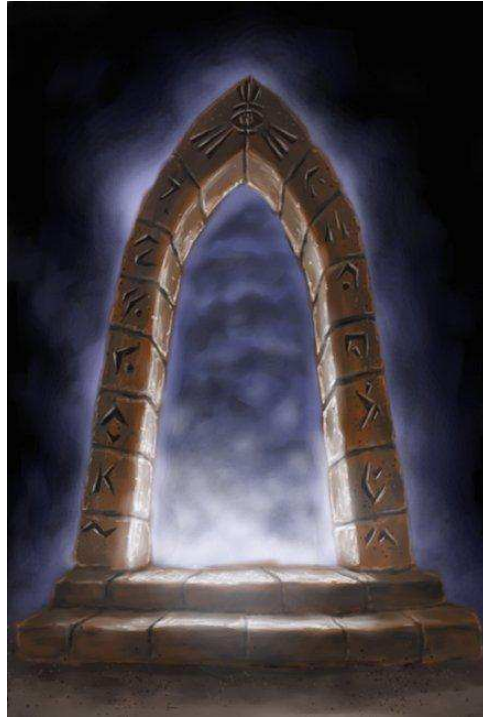
Conclusione

Gli stimoli sonori e musicali possono essere più potenti nel suscitare manifestazioni di quelli visivo e tattile. Insomma, la musicoterapia ha come scopo l'inserimento dell'assistito nella società e la prevenzione e la cura di malattie fisiche e mentali.

Uno dei fenomeni più profondi prodotti dal suono e dalla musica, e' la capacità di provocare **stati regressivi**, quasi **ipnotici**, che riconducono a stadi anteriori vissuti tipo lo stadio fetale.

Ogni terapia esige comunque una forte motivazione da parte dell'assistito. La terapia si imposta sull'anamnesi e l'osservazione attenta del soggetto, delle modalità di comunicazione-relazione, delle capacità dell'assistito, oltre ad un'attenta considerazione del suo nucleo familiare.

Adesso vediamo cosa ci aspetta nella terza stanza...



LA PORTA DELLO SPIRITO MUSICA IPNOSI E SCIAMANI

Entriamo ora nella **stanza dello spirito**, la cosa che sentiamo per prima è l'aroma di erbe pestate, essiccate, da lontano si odono nenie ripetitive, tamburi monotoni; qua e la troviamo qualche tamburello appeso assieme a piante messe ad essiccare.

In questa stanza vedremo come la musica può influenzare la psiche, attraverso un viaggio tra alcune culture religiose/tribali.

Vedremo come uno stato di trance, indotto con l'ausilio della musica, abbia un potere tale da indurre anche la guarigione.

Gli Sciamani

Il tamburo (o lo strumento) ha una parte di primo piano nelle cerimonie sciamaniche. Il suo simbolismo è complesso e le sue virtù sono multiple. Esso è indispensabile per lo svolgimento della seduta, sia che conduca lo sciamano al centro del Mondo...sia che il suono da esso prodotto aiuti lo sciamano a concentrarsi e a riprendere contatto con il mondo spirituale che egli si prepara ad attraversare.



“Il modo caratteristico di operare dello sciamano è il viaggio in altri mondi in uno stato alterato di coscienza allo stesso modo che nell’ipnosi si va in trance. Lo sciamano viaggia verso il mondo degli spiriti, mentre l’ipnotista “scende” verso l’inconscio. Entrambi, stato alterato di coscienza sciamanico e stato di trance ipnotica, spostano l’attenzione sull’interno di noi stessi, utilizzando la modalità analogica e creativa, tipica dell’inconscio in luogo di quella critica e razionale dello stato di veglia per esplorare i mondi interiori sconosciuti alla mente conscia...

[...] Il viaggio sciamanico, ovvero il processo ipnotico sciamanico, attraversa più fasi

- 1. Induzione di uno stato di coscienza “altro” (o alterato, è solo un problema di nomi), con musiche, canti o danze e ricerca di un luogo di partenza per il “viaggio” verso il mondo di sotto;**
- 2. Ricerca dell’animale-guida al quale viene richiesto aiuto.**
- 3. L’animale interviene con la sua conoscenza, sia che si tratti di un’intrusione o di un problema spirituale ed opera l’intervento richiesto**
- 4. Si ringrazia l’animale la guarigione.**
- 5. Ritorno alla dimensione ordinaria e risveglio.”**

(da: “Teoria e Pratica dell’Ipnosi-Storia e Leggende” di A. Bilardi, M. Chisotti, A.M. Scarponi; Corsi di Erba Sacra)

“Presso gli **Ostiachi Vasiugani**, lo sciamano viene chiamato per guarire un malato. Egli entra in casa e guarda il malato. La sua analisi è semplice: l’anima del malato è stata rapita da un morto. Lo sciamano allora inizia a suonare la chitarra, raccontando che sta mandando il suo spirito ausiliare a cercare l’anima del malato. Canta, quindi, le gesta di questo spirito, che assume le sembianze di un trapassato per discendere agli inferi e incontrare il rapitore. Una volta incontratolo, lo spirito dello sciamano fa uscire dal suo petto un altro spirito avente la forma di orso. Il morto si impaurisce e lascia fuggire l’anima del malato dal suo pugno. Quindi, lo spirito alleato dello sciamano la riporta al suo padrone sulla terra”.

Ora, che differenza c’è tra questo tipo di musica e la musica che siamo abituati a sentire tutti i giorni?

“La differenza consiste nel fatto che lo sciamano sta entrando nella mente del malato. La musica ripetitiva induce alla trance (spesso infatti, come è noto, viene usato un tamburo), inoltre, i sensi del malato sono rapiti dallo sciamano: i suoi occhi lo vedono muoversi, le sue orecchie lo ascoltano cantare, il suo olfatto percepisce l’odore delle erbe probabilmente bruciate”.

Praticamente vengono coinvolti/occupati i sistemi rappresentazionali: canale visivo, uditivo, olfattivo.

“In questa trance lo sciamano racconta una metafora, che poi è la sua canzone. In questa metafora, ad alto contenuto ipnotico, il malato non può che identificarsi, così che il male che lo faceva soffrire adesso acquista un senso, ha una causa: la sua anima è stata rapita da un morto. Potete ora immaginare la trepidazione e il coinvolgimento del malato mentre ascolta le avventure dello spirito che è andato a liberare la sua anima? Naturalmente non è una questione facile ed il malato sente in sé la lotta che lo spirito dello sciamano compie per recuperare l’anima, ed in un crescendo di suoni e sensazioni, ecco la vittoria: l’anima è tornata, la canzone finisce, lo sciamano smette di cantare e torna in sé, il malato esce dalla trance. Il suo inconscio è stato come riprogrammato. Ora non può che stare meglio”.

In Africa



Nei riti africani, entrare in uno stato di trance rappresenta una forma antica di guarigione, una cura tanto fisica quanto una purificazione spirituale.

Già alcune tribù dell'Africa occidentale conoscevano e mettevano in pratica questo insegnamento secoli fa, danzando attorno al fuoco al suono ritmico dei tamburi, sviluppando con il corpo e la gestualità dei movimenti ripetitivi, accompagnati da un sottofondo musicale o ritmico. Questo insieme di fattori produceva tra i presenti un rallentamento dell'attività mentale e induceva a uno stato di trance naturale o spontaneo.

“Uno tra i popoli più antichi del mondo, si narra infatti che provengano dalle stelle, a tramandare queste pratiche ipnotiche, è quello dei Boscimani o San del deserto del Kalahari. Si può dire che questa tribù disponesse di tecniche di guarigione assolutamente naturali, che facevano uso dell'ipnosi come cura alternativa”.

“Arte, musica e danza erano utilizzate nelle guarigioni sciamaniche dei Boscimani: si tratta davvero dei primi tipi di terapie di guarigione basate su elementi naturali, questo popolo conosceva e faceva anche uso di molte erbe selvatiche. Gli sciamani del Kalahari potevano essere sia uomini che donne, guaritori che, attraverso la loro capacità di contatto, guidavano la trance ipnotica”.

Indiani d'America



“Fratello, sii il benvenuto!/Vieni a sederti accanto al fuoco,/Sii uno di noi!/Fratello sii il benvenuto./Vieni a sederti accanto al fuoco,/Vieni a fumare il calumet della pace.

(canto della tribù dei Winnebago)

I pellerossa, avevano in uso di emettere certi suoni, derivati da alcuni strumenti d'origine magica come i tamburi, sonagli, fischietti, zucche essiccate, ecc; e canti onomatopeici, fonosimbolici e imitativi che servivano a lenire ma anche a curare lo spirito del malato.

Una delle funzioni più diffuse dello sciamano era di guarire l'ammalato dagli spiriti con cui entra in contatto, egli viene a sapere così la causa della malattia che lo indispose e il modo di curarla e possibilmente di eliminarla.

“Particolarmente lo sciamano s'impegna nel raggiungere e ricondurre l'anima che ha abbandonato o sta abbandonando l'ammalato. Condizioni indispensabili per uno sciamano sono infatti (o almeno lo erano), il possesso di certe qualità psichiche che gli permettono di comunicare con le potenze superiori e di raggiungere uno stato 'di possessione' semi-divina, per cui egli finirà col parlare con la voce degli spiriti invocati e agire per essi. Ciò che gli permette inoltre tutta una serie di attività 'altre' come, ad esempio, la funzione di sacerdote cerimoniere durante i riti tribali, con notevoli capacità ipnotiche e illusionistiche”.

I Dervisci Rotanti



Il Samac , detto anche “la danza dell'estasi”, è il tipico dhikr della Mevleviyya, la Confraternita sufi fondata a Konya (Turchia) da Jalâl âlDîn Rûmî nel XIII° secolo.

Altamente emblematica, altamente spirituale, questa danza è l'espressione stessa della realtà divina e della realtà fenomenica, in un mondo in cui tutto, per sussistere, deve ruotare come gli atomi, come i pianeti, come il pensiero.

"Per l'estrazione delle cose segrete non esiste altra via che l'acciarino dell'ascolto e non vi è ingresso nel cuore se non attraverso l'anticamera delle orecchie"

(Rouget-Musica e Trance)

“Nelle cerimonie tradizionali il raggiungimento della trance è preceduto o a volte coincide con il cosiddetto sama' che significa ascolto in senso lato, di musica , di canti , di poesie o di versetti dei testi sacri il cui ritmo salmodiato e la cui emozionalità concorrono allo scopo. Le intensità ,le vibrazioni e le pause delle note musicali sono ponti sull' assoluto, sono ausiliatori della parola di Dio, che liberano il cuore e lo preparano ad accogliere la divinità. Non a caso tale sama' nel rito religioso sufista ha il compito di purificare il cuore dell'iniziato.

Dopo la preghiera al Profeta i danzatori chiedono al semazen il permesso di danzare e cominciano a roteare a braccia incrociate sul petto, la testa china, come chakra che schiudono i propri petali. Girano in senso antiorario "intorno al loro cuore", ora aprono le braccia col palmo della mano destra volto alla Grazia di Dio e l'altro in basso per donarlo agli uomini. La loro meta di trance è l'estasi, l'entusiasmo divino, il loro estuario è Dio. Quando la musica si ferma i dervisci continuano a roteare in estasi”.

Il Joik, Canto Primordiale Lappone



Il Joik e' una forma di canto popolare tradizionale della cultura Saami. Si pensa che sia una delle forme di canto e di espressione artistica piu' antiche in Europa.

Il Joik e' profondamente intriso di significati religiosi e sociali, come ormai la nostra musica occidentale non sa piu' fare. Ha completamente perso il potere "curativo" e sciamanico. Proprio per questo potere, fu ostacolata in tutti i modi dai missionari cristiani, in particolar modo i tamburi saami furono distrutti per la maggior parte, i pochi rimanenti sono conservati in giro per il mondo in musei.

"E' una forma cantata con poche liriche, solo canto e puo' variare da forme melodiche fino a simulare canti di uccelli, ogni persona possiede un suo personale joik composto alla nascita ed essendo il popolo saami in profonda armonia con la natura, del profondo Nord, anche ogni animale ed ogni posto possiedono un proprio joik assolutamente indistinguibile da quello di un essere umano, a testimonianza del rapporto di uguaglianza che questo popolo ha stabilito con tutto quello che c'è in natura".

Altra caratteristica particolare dello Joik e' che e' virtualmente impossibile riprodurlo nello stesso modo, lo joiker in base al proprio umore che si riflette nell'esecuzione puo' variarne il tempo e la tonalità, rendendo virtualmente impossibile un accompagnamento musicale armonico nell'accezione occidentale, stessa sorte ha il concetto di linearità del brano, che non esiste, niente inizio e niente fine, solo uno svolgimento spiraleggiante con un forte potere di trance e sciamanica.

E' il momento di uscire dalla attraente quanto inquietante **stanza dello spirito**.

Vediamo in quale entreremo ora...



LA PORTA DELLE DISTANZE LA COMUNICAZIONE TRIBALE (I Tamburi Parlanti)

Siamo arrivati alla **stanza delle distanze**, la prima cosa che si percepisce è "l'aperto", questa sensazione di spazi ampi e libertà; un venticello leggero trasporta un po' di sabbia, si sente un odore di fuochi da campo; la stanza è pervasa più che altro dal ritmo tribale, si sente il suono di tamburi incalzanti, più facili infatti da udire nelle lunghe distanze; vedremo come queste tribù li utilizzavano per parlarsi in spazi di chilometri l'una dall'altra, e ne vedremo l'utilità.

I Tamburi Parlanti

Il ritmo è uno dei principali fattori che facilitano la memorizzazione. Pensiamo, ad esempio, come sia più facile imparare una poesia invece di un testo in prosa.

Faremo ora un viaggio tra le società/tribù che hanno usato o usano, forme di comunicazione, a distanza, che comprendono il ritmo e i tamburi come forma di linguaggio.

Vedremo l'utilità e l'efficacia pratica che questa forma di linguaggio ha avuto tra queste popolazioni.

Indiani D'America



Il “linguaggio dei tamburi”, utilizzato in diversi modi, era prego di significato rituale. Va detto che il suono del tamburo era di primaria importanza nella vita comunitaria e culturale dei pellerossa, la cui esistenza, dalla nascita alla morte, era contrassegnata dalla danza e scandita dal suono martellante e arcano del tamburo. Una manifestazione questa che serviva a sottolineare le festività ed altre occasioni particolare di carattere comunitario, come il ritorno di un gruppo dopo un lungo soggiorno lontano dalla tribù, o l’arrivo di ospiti di particolare riguardo. Solitamente la danza iniziava la sera e durava spesso tutta la notte.

“Scopo primario era appunto ‘la danza’, ma dato che era anche la sola occasione in cui si supposeva che tutti i membri della tribù fossero presenti, essa forniva nello stesso tempo, un ottimo pretesto per rinsaldare i vincoli sociali e per lo scambio reciproco dei doni. Aveva inizio con un canto religioso in cui venivano ringraziati gli déi (spiriti del bene) per aver concesso la salute e contemporaneamente si chiedeva loro di proteggere i partecipanti ad eventuali effetti negativi conseguenti alla esecuzione della danza. Subito dopo il canto di apertura aveva inizio la danza vera e propria suddivisa in tre generi: la ‘danza del the’, ‘del tamburo’, e la ‘Danza Cree’ tipica dei Navaho. In particolare quella detta ‘del tamburo’ vedeva i partecipanti disporsi in un’unica fila e girando in tondo danzare con passo saltellante, chiamato ‘passo del coniglio’”.

Diversi erano i tipi di tamburi e le percussioni in genere utilizzate: “il ‘tom-tom’ piccolo tamburo a una sola faccia e l’unico percosso con le dita; il ‘nail keg’ a due membrane che si percuote con la bacchetta di legno; e l’ ‘hollow-log’ un tamburo ad acqua con una sola faccia percussiva. La pelle usata era per lo più di cervo o di daino per la sua elasticità e impermeabilità, la stessa che era anche usata per le calzature, i famosi ‘mocassini’ e le sacche”.

Di particolare interesse era anche una cerimonia religiosa che si svolgeva presso i Chippewa attorno a un grande tamburo decorato detto: “‘dream drum’, tamburo dei sogni, ritenuto sacro e possessore del Grande Spirito, che solo si sprigiona nel suo suono, alla cui costruzione sopravvede lo sciamano della tribù con un rituale dedicato al corso del sole attraverso l’arco del giorno”.

‘Cantodel tamburo’ – Indiani Navaho

“Haiya ha haya haya ha-a!/Ora ti incontro e sono con te. Haiya ha!/Quando il sole s’affonda a occidente/cominciamo a cantare i canti dell’aquila./La casa del Mago sorge,/drizzata dinanzi a me sul terreno./Noi cominciamo a cantare i canti dell’aquila./Il Mago terrestre ora viene qui./Il Mago terrestre ora viene qui;/dagli abissi sorgono i canti,/e da lui son qui fissati./Poiché ora la terra è fertile/il fratello anziano viene dall’oriente;/egli viene qui come potrebbe un fanciullo,/la terra prospera con la sua venuta./Era nelle montagne a occidente/che dimorava la Donna divoratrice di bianchi./Era nelle montagne a occidente/che dimorava la Donna divoratrice di bianchi./La sera splende rossa all’occidente,/e qui gli uccelli si radunano intorno a me./Ora io odo le grida dell’aquila:/Haiya ha haya haya ha-a!/Ora ti incontro e sono con te. Haiya ha!».

AFRICA

Congo



Nella Repubblica Democratica del Congo, la lingua parlata è il kele. Da tempo gli esploratori europei sapevano che i ritmi irregolari dei tamburi africani trasmettevano messaggi misteriosi attraverso la giungla. E agli esploratori capitava di giungere in villaggi, dove mai europeo aveva messo piede, per scoprire che gli anziani del villaggio si erano preparati ad accoglierli. Prima che arrivassero gli europei con le strade e con le radio, gli africani che parlavano la lingua kele usavano il linguaggio dei tamburi per comunicare rapidamente fra i villaggi della foresta pluviale. Ciascun villaggio aveva il suo esperto suonatore di tamburo e ogni abitante capiva i messaggi tradotti dagli strumenti. Nel momento in cui Carrington dava alle stampe il libro, l'uso del linguaggio dei tamburi stava ormai scomparendo e gli scolari avevano smesso di impararlo. Nei sessant'anni trascorsi da allora i telefoni hanno reso obsoleto questo linguaggio, completandone l'estinzione.

“John Carrington, studioso che dedicò la vita per comprendere tale linguaggio, capì che il linguaggio dei tamburi era possibile grazie alla struttura della lingua kele. Quest'ultima è infatti una lingua tonale, caratterizzata da due toni nettamente distinti, ciascuna sillaba è bassa oppure alta: il linguaggio dei tamburi è espresso da una coppia di tamburi con gli stessi due toni e ciascuna parola in kele è espressa dai tamburi come sequenza di battiti alti e bassi. Nella “traduzione” dalla lingua kele al linguaggio dei tamburi, l'informazione contenuta nelle vocali e nelle consonanti viene persa. In una lingua europea le consonanti e le vocali contengono tutta l'informazione e se questa venisse a mancare non rimarrebbe nulla. Invece, in una lingua tonale come il kele, parte dell'informazione è trasmessa nei toni e sopravvive nel passaggio dal parlante umano ai tamburi.

Una singola sequenza di toni potrebbe avere centinaia di significati e ciò dipende dalla mancanza di vocali e consonanti. Il linguaggio dei tamburi deve risolvere l'ambiguità delle singole parole aggiungendo parole. E, quando il numero di parole ridondanti diviene sufficiente, il significato del messaggio diventa inequivocabile”.

Costa d'Avorio



Quando l'esercito britannico compiva spedizioni punitive contro i villaggi ribelli dell'antico impero Ashanti dell'allora Costa d'Oro, ad ogni operazione si trovava di fronte un nemico già pronto alla difesa; l'attacco che doveva essere a sorpresa si rivelava così molto più arduo del previsto. Il merito era del tamburo sacro ntumpan. Il tamburo, suonando, avvertiva i villaggi in un raggio di circa venti chilometri: altri tamburi più piccoli passavano l'informazione e così una notizia poteva diffondersi in poche ore per un raggio di centinaia di chilometri. Gli ashanti sono una delle principali comunità che costituiscono il gruppo etnico akan, omogeneo per lingua, tradizioni e struttura sociale.

"Se chiedi all'orchestra fontomfrom di suonare per i tuoi scopi privati, o se prendi uno di quei tamburi per usarlo personalmente, ciò significa che pretendi di elevarti al rango di capo. Questo è un'offesa, un insulto! Il prestigio del capo sarebbe ridotto, poiché il valore della danza e del linguaggio legato ad essa sarebbe corrotto e messo in ridicolo. In passato una simile trasgressione poteva significare una condanna a morte".

(Nketia, etnomusicologo)

Tale è il peso, il valore che danno a quello che per noi sarebbe "solo" uno strumento musicale, di uso principalmente ludico.

"In queste lingue ad ogni sillaba in ogni parola è assegnato un tono (l'altezza alla quale la sillaba è pronunciata). Questo tono è un elemento importante del linguaggio, da cui dipende la comprensione stessa della parola. Due parole che hanno le stesse sillabe, se pronunciate mutando i toni, possono assumere significati totalmente diversi.

Il linguaggio tamburinato, non è altro che la trasposizione sui due tamburi - maschio e femmina, grave ed acuto - dell'andamento melodico e ritmico della frase parlata.

Sono comunque considerati come un oggetto unico e indivisibile; un solo spirito, infatti, viene evocato durante la libagione propiziatoria che si compie ogni volta che il tamburo fa la sua comparsa in pubblico.

Durante le cerimonie ufficiali degli akan, i ritmi sui quali si danza sono spesso dei proverbi, delle massime di saggezza popolare, così l'etica di una società, attraverso la musica, influenza il complesso psicomotorio dell'individuo spostandosi dall'ambito del discorso cosciente all'ambito dell'impulso inconsciente alla danza. Si attua così una fusione tra ciò che chiamiamo etica e ciò che chiamiamo estetica”.

Teniamoci stretto l'estremo fascino che hanno avuto questi racconti e fatti che abbiamo incontrato in questa stanza.

Assaporiamolo, gustiamolo, facciamo in modo, con la fantasia, che ci sembri di aver partecipato a questa forma antica di comunicazione, perché, purtroppo, quando saremo usciti da questo viaggio, con la tecnologia, i telefonini, dove si può comunicare a distanze quasi illimitate senza sforzo, sarà difficile che avremo un'esperienza diretta di tutto ciò.

Ora possiamo lasciare questa stanza e vedere cosa c'è nella prossima...



**LA PORTA SULL'INFINITO
LA MUSICA QUANTISTICA**

Appena entriamo in questa stanza, la percezione delle proporzioni non ci sembra quella usuale, qua è tutto sia molto piccolo che molto grande, numeri e parole sfrecciano davanti a noi più veloci della luce; la percezione è strana, è tutto così...infinito!

Benvenuti nella **stanza dell'infinito**, benvenuti nel mondo della quantistica...

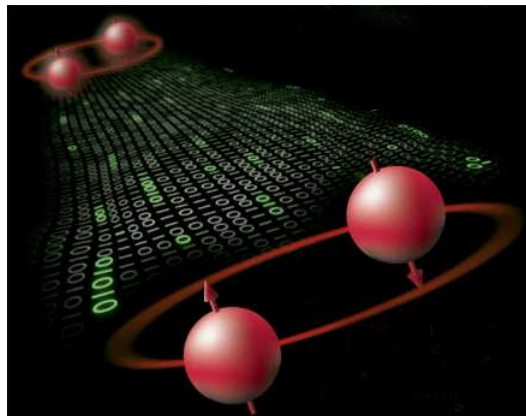
Non ci fermeremo a guardare vari tecnicismi legati alla fisica quantistica, perché, in quanto scienza sarebbe troppo difficile da capire.

Ci limiteremo a guardare la musica inserita nell'ambito della cura quantistica, anche perché già in questi argomenti ci saranno spiegazioni soddisfacenti al riguardo.

Per Capire Meglio

Prima di tutto bisogna fare un'introduzione alla "**Semiotica Biofisica Quantistica**", estensione della semiotica medica classica, una disciplina che studia ed interpreta i segnali del corpo umano al fine di diagnosticarne eventuali patologie. Si sviluppa secondo un approccio multidisciplinare che coinvolge chimica e biologia, genetica e neuroscienze, teoria del caos e fisica quantistica.

Esperimento di Aspect



“L’ effetto dell’ entanglement comporta che l'informazione assume una dimensione “non-locale”, infatti i due elettroni staccati ed allontanati nello spazio (dis-entangled), si comportano in modo identico di fronte a qualsiasi misurazione o perturbazione apportata su uno soltanto di loro, come se fossero ancora a contatto. Essi mantengono la capacità di effettuare un'azione di comunicazione simultanea a distanza. Pertanto la spiegazione semplice di questo apparentemente strano comportamento – noto come Esperimento di Aspect – risiede nell’esistenza di una realtà “non-locale” accanto a quella più nota, la realtà locale, in cui viviamo, e da chi scrive dimostrata di decisiva importanza anche nella attività di sistemi biologici”.

Esperimento di Lory



L'esperimento di Lory si può riassumere così:

“la pressione digitale applicata sopra una parotide oppure una ghiandola salivare sottolinguale, di una sorella gemella "monovulare" (l'esperimento è stato eseguito la prima volta su due gemelle, ma ovviamente è valido indipendentemente dal sesso!) “simultaneamente” si osserva l'attivazione microcircolatoria tipo I, associato, del pancreas dell'altra sorella gemella, indipendentemente dalla distanza che le separa: metri o chilometri. E' noto che una volta il pancreas era definito e conosciuto come la ghiandola salivare intestinale. Uno dei miei esperimenti è stato condotto con successo su due gemelle, di cui l'una era a Pavia e l'altra a Riva Trigoso! La “simultaneità” appartiene alla realtà “non locale”, che presenta una matrice Spazio/Tempo a 4 Dimensioni, ma con coordinate 2 D S + 2 DT, cioè bidimensionali nello spazio e nel tempo, come insegna Paolo Manzelli”.

(Dott. Sergio STAGNARO Fondatore della Semeiotica Biofisica-Paolo MANZELLI Coordinatore del Laboratorio di Ricerca Educativa)

A questo punto è interessante l'analogia dell'esperimento “macroscopico-biologico” di Lory con quello “microscopico-subatomico” di Aspect.

La Semiotica Biofisica Quantistica



“L’esperienza di Lory, dimostrando l’esistenza dell’entanglement in biologia, legittima l’estensione a livello macroscopico di quanto già noto nel mondo sub-quantistico grazie all’esperienza di Alan Aspect. Questa evidenza clinica e sperimentale trasforma l’originale Semeiotica Biofisica in Semeiotica Biofisica Quantistica. A partire da questo momento nuovi concetti entrano a far parte del suo vocabolario: realtà non-locale, energia-informazione, simultaneità, sincronicità, DNA antenna. Il contributo della fisica quantistica associato a quello già noto offerto dalla teoria del caos rafforza il quadro teorico, ed in particolare fisio-patologico, specifico della SBQ”.

Adesso rimane da chiarire un punto: e la musica? Dove si colloca? Cosa ha a che fare la musica con la SBQ?

Sicuramente tutti abbiamo sentito parlare della "memoria" dell'acqua, del fatto che l'acqua possiede memoria-informazione...ma lasciamolo spiegare all'informazione che questa stanza ci offre:

“ L’ascolto della musica produce nell’ascoltatore un effetto rilassante dal punto di vista sia psichico sia fisico. Meno noto però è il meccanismo d’azione attraverso cui la musica agisce sulle strutture cerebrali!

In un recente articolo pubblicato sul Journal of Quantum Biophysical Semeiotics ho illustrato il punto di vista della Semeiotica Biofisica Quantistica su questo affascinante argomento.

Dalle personali ricerche risulta, infatti, che il meccanismo d'azione rilassante della musica si svolge, com'era prevedibile, sulle strutture neurali deputate alla fisiologica regolazione del tono dell'umore.

In realtà, l'ascolto della musica provoca “simultaneamente” col suo inizio attivazione

microcircolatoria di tipo I, associata, nella corteccia cerebrale pre-frontale, in quella limbica, nelle amigdale e nell'ippocampo, i principali centri di regolazione dell'umore. Inoltre, in questa condizione, il medico osserva un significativo incremento degli oppioidi endogeni, analizzati nella precedente Memoria Porrettana, e di numerosi neuropeptidi, valutati clinicamente con la Semeiotica Biofisica Quantistica. Fatto meno conosciuto è la possibilità di energizzare l'acqua, contenuta in un bicchiere, mediante la musica. Una volta bevuta – questa acqua prosegue la sua positiva azione sui centri nervosi sopra riferiti per la durata media di otto ore. Esistono strutture di natura diversa, come schede magnetiche, pendoli al Germanio (mia sicura esperienza con Quantum Science Pendulum) che, una volta energizzati ponendoli vicino ad una sorgente di musica, sono attivi per circa un mese”.

E non è tutto, si legge ancora che:

“...la musica, sotto forma di non elevate frequenze di energia, raccolta sia nell'acqua sia in un Quantum Science Pendulum (o in qualsiasi accettore di frequenze di energia) viene successivamente ritrasmessa.

Nei distretti cerebrali, deputati alla regolazione dell'umore, cioè circonvoluzioni cerebrali pre-frontali e limbiche, nelle amigdale, nell'ippocampo, appaiono attivate, “simultaneamente” all'avvicinarsi del soggetto ad un metro dalla sorgente di emissione di energia, secondo l'attivazione microcircolatoria di tipo primo associato, fisiologico. La Semeiotica Biofisica Quantistica, in questo esempio, fornisce la ennesima dimostrazione CLINICA, facilmente ripetibile con un fonendoscopio, che l'Acqua possiede veramente Memoria-Informazione, dimostrazione finora non riuscita a Benveniste, Luc Montagnier ed altri studiosi di tutto il mondo, che dispongono di apparecchiature sofisticate tendenti a captare queste deboli frequenze di energia”.

(Sito della Società di Semeiotica Biofisica Quantistica-articolo pubblicato da Sergio Stagnaro)

Per finire, ecco qualche curiosità “**Musicalquantistica**” che ci offre questo viaggio affascinante fatto di fisica quantistica e musica, tali curiosità sono degne di essere menzionate, entriamo ora nelle...

Curiosità Quantiche Musicali



Per studiare le singolari proprietà che si manifestano alla scala atomica, i ricercatori si sono concentrati su un particolare materiale magnetico, il niobato di cobalto, nel quale gli atomi formano una sorta di catena che si comporta come una sbarretta magnetica dello spessore di un solo atomo.

Applicando un campo magnetico opportuno agli spin allineati la catena magnetica passa in un particolare stato critico quantistico:

"Il sistema raggiunge un'incertezza quantistica, uno stato di sovrapposizione, come quello del gatto di Schrödinger. Ed è proprio questo che abbiamo fatto nel nostro esperimento, portando il sistema in uno stato critico quantistico".

(Alan Tennant-un autore dello studio)

Regolando attentamente il sistema e introducendo artificialmente ulteriore incertezza quantistica, i ricercatori hanno osservato che la catena di atomi si comporta come una corda di chitarra(!!):

"Qui la tensione deriva dall'interazione fra spin che li porta a risuonare magneticamente. In queste interazioni abbiamo trovato una scala di note risonanti. Le prime due note mostrano una relazione perfetta fra loro: le loro frequenze sono in rapporto 1,618..., che è il rapporto aureo ben noto in arte e architettura"

(Radu Coldea, primo firmatario dell'articolo)

Coldea si dice convinto che questa non sia una coincidenza:

"Riflette una proprietà di bellezza del sistema quantistico, una simmetria nascosta. Quella, molto speciale che i matematici chiamano E8, di cui questa è la prima osservazione in un materiale."

E8 è un particolare ente matematico, in particolare un gruppo di Lie, che descrive le simmetrie di un oggetto matematico a 57 dimensioni.

“Gli stati di risonanza rilevati nel niobato di cobalto” - osservano i ricercatori – “sono una chiara illustrazione di come teorie matematiche sviluppate per la fisica delle particelle possono trovare applicazione nell'ambito della fisica alle nanoscale e nella futura tecnologia”.

"Queste scoperte ci portano a speculare che il mondo quantistico e quello a scala atomica possano avere un loro ordine nascosto. Sorprese analoghe possono aspettare i ricercatori per altri materiali che siano in uno stato quantistico critico", ha concluso Tennant.

Va bene, siamo pronti per lasciare anche questa stanza.

Abbiamo imparato cose nuove e interessanti, termini nuovi, a volte (forse) un po' difficili, ma per fortuna i concetti erano semplici e diretti.

Possiamo uscire da questa stanza, prepariamoci ad entrare nella prossima...



LA PORTA DEL RISVEGLIO MUSICA E SPIRITUALITA'

Odore di incenso bruciato, luci soffuse e colorate, fiori e cuscini dappertutto, in lontananza si sentono cantare dei mantra...siamo nella **stanza del risveglio**.

In questa stanza vedremo la relazione che c'è tra due mondi magici: la musica e la spiritualità. Ascolteremo le parole di alcuni maestri, entreremo nel mondo dello yoga del suono, il Nada Yoga e ne vedremo anche gli sviluppi più recenti.

In questa stanza l'aria è densa, si sente il profumo dell'immortalità...

“La musica, è la guida dell'anima, è la cosa più vicina a Dio di cui l'uomo dispone.”

(Gabriel Mandel Khan, maestro Sufi)

Lo Yoga Del Suono

L'antica disciplina indiana del Nada Yoga ci aiuta a scoprire chi siamo veramente dal tono della voce e a liberare, con il canto e con la musica, le emozioni represses.

“Sei razionale o intuitivo, estroverso o timido, pigro o dinamico? La risposta è nella voce o meglio nella nota personale. Ad ogni nota personale infatti corrisponde un tipo di personalità. Così il tipo RE è un curioso dotato anche di grande senso pratico, il LA ha la stoffa del manager, il SOL desidera fortemente un amore spirituale. Lo dice il Nada Yoga, o yoga del suono, disciplina che utilizza la vibrazione del suono per aiutare l'uomo a migliorarsi”.

Ma questa è una cosa già più recente, facciamo un passo in dietro per vedere un po' meglio le origini del Nada Yoga, per poi vedere come si è sviluppato nei nostri giorni.

Le Origini

“Le radici di quella che oggi viene chiamata "musica classica indiana" si ritrovano nel Sama Veda e in altri testi di epoche più recenti dedicati agli aspetti più tecnici della musica. I Veda sono gli antichi testi sacri indiani che raccolgono l'antica sapienza rivelata tramandata da maestro a discepolo fino ai giorni nostri. In queste sacre scritture sono tramandati molti insegnamenti nei più svariati campi della scienza, ciò che alcuni grandi fisici e scienziati sono giunti oggi ad affermare e confermare con i loro esperimenti di fisica nucleare e quantistica”.

Nel Sama Veda sono raccolti i canti liturgici, gli inni rivolti ai vari aspetti del Divino che si manifesta in infinite forme al fine di divenire accessibile ad ogni persona, secondo i vari livelli di coscienza iniziali e le varie capacità di comprensione.

“Nelle Upanishad, letteratura vedica immediatamente posteriore ai Veda, si trovano molti riferimenti al suono primordiale: OM (AUM). OM è anche detto Nada Brahma, cioè suono creatore.

Nella tradizione musicale indiana le melodie e i cicli ritmici possono provocare svariati tipi di emozioni, reazioni fisiologiche, agire sui fenomeni atmosferici, sono inoltre indicate in determinate stagioni o in differenti periodi del giorno o della notte”.

In India esiste tutto l'impianto teorico musicale, codificato da secoli, riguardante l'uso dei suoni, melodie e ritmi collegati a stagioni, orari, stati fisici

e psichici e a tutte le circostanze della vita dell'uomo e della Natura, e la pratica musicale è saldamente fissata su questo sistema.

"I Veda sono per definizione Ascolto. Il loro nome tecnico è Shruti che vuol dire: ciò che si ascolta. Il Veda quindi si ascolta, non si legge, lo si apprende ascoltando. Le Upanishad, che sono il corpo filosofico dei Veda, sono ciò che si ascolta ai piedi del Maestro. L'ascolto ha sicuramente un ruolo di primo piano. Il luogo è l'Atman, il Sé, per dirla in termini junghiani. Le Upanishad dicono che l'orecchio non ascolta, come l'occhio non vede e come la pelle non sente. E' il Sé ad esserne testimone. Il Sé è immobile, non compie attività. Il luogo dell'ascolto è sicuramente il Sé. E' anche il luogo dove le dinamiche si mettono in moto e fanno succedere gli accadimenti emozionali. E' la qualità della coscienza che fa accadere le cose. Nel bene e nel male i filtri del Sé, i filtri mentali, la struttura psichica, possono riflettere dal mondo distorsioni o raggi di luce imperfetti. Il luogo della memoria, dove possono rivivere e vengono evocati e quindi fatti germinare i semi della conoscenza, sia essa artistica, scientifica, filosofica o religiosa, è il Sé, l'unico centro creativo che si manifesta nel mondo attraverso il piano immanente con l'ausilio dell'intelletto, dell'ego, dei sensi. La centrale è il Sé, l'Atman, o il Brahman per utilizzare la terminologia vedica".

(Prof. Marco Ferrini-Università di Siena)

IL NADA YOGA



Il Nada Yoga, lo yoga del suono, è un aspetto dello yoga che utilizza il suono, i mantra e la musica al fine di raggiungere la meta dello yoga: l'integrazione della personalità, la ri-connessione con il Divino e la realizzazione spirituale. Lo yoga dunque è un'integrazione armoniosa di corpo, mente e spirito. Per conseguire questo obiettivo, lo yoga dispone di molte tecniche psicofisiche, tra cui quelle del Nada Yoga.

Prima di entrare nel "Nada", è importante capire che lo yoga è soprattutto uno stile di vita, uno stato di coscienza proteso verso l'unità, l'armonia e l'equilibrio.

"Lo yoga non è per chi mangia troppo o troppo poco; non è per chi dorme troppo o troppo poco; lo yoga è la condizione di chi è equilibrato nelle attività quotidiane, nel lavoro e nel riposo. Questo yoga distrugge i conflitti ed elimina la sofferenza".

(Sri Krishna ad Arjuna-Bhagavad Gita)

Da questi insegnamenti si evince che lo yoga non può essere solamente un insieme di tecniche, pur raffinate che siano. Lo yoga dunque è l'espressione di un'attitudine interiore di equilibrio, di una consapevolezza che abbraccia l'universo intero nell'armonia. Le tecniche dello yoga, come il Nada Yoga, vanno perciò intese come uno strumento per ri-educare la mente e il corpo nel ritrovare la nostra attitudine interiore illuminata della pura consapevolezza.

I Suoni Principali nei Veda

Nada: indica il suono primordiale, il suono nella sua essenza, energia ed emanazione del Brahman, la potenza creatrice che genera l'universo.

Ci sono scoperte dell'astrofisica moderna che si stanno avvicinando sorprendentemente alle definizioni degli scienziati vedici su questo fenomeno della creazione.

Shabda: significa genericamente "suono". Accostato alla parola "pramana" (prova), questo termine indica la testimonianza più autorevole sulla realtà, testimonianza che proviene dai Veda, dai Maestri, da altre dimensioni e quindi il suono "udito" dai mistici.

Dhvani: suono proferito e udibile (in opposizione a suono interiore). Ciò che viene insegnato ma non è ancora giunto a destinazione.

Svara: suono specifico delle note musicali. Tono musicale. Ciò che splende di per sé e risuona. Unione di luce e suono.

Shruti: ciò che è stato udito, insegnamento giunto a destinazione. Nel linguaggio musicale definisce i microtoni. Rivelazione, letteratura relativa alla Rivelazione tramandata oralmente da Guru a discepolo (per questo udita, ascoltata).

“Questi termini riguardano i diversi aspetti del suono che a loro volta riflettono differenti aspetti dell'estetica musicale, scienza che si occupa delle percezioni ma il cui scopo originario ha la funzione trascendente di portare il soggetto oltre le percezioni sensoriali”.

Il Nada Brahma Yoga

L'antica disciplina indiana del Nada Yoga ci aiuta a scoprire chi siamo, nella maniera più intima.

Ad ogni nota personale infatti corrisponde un tipo di personalità.

“Così il tipo RE è un curioso dotato anche di grande senso pratico, il LA ha la stoffa del manager, il SOL desidera fortemente un amore spirituale. Lo dice il Nada Yoga, o yoga del suono, disciplina che utilizza la vibrazione del suono per aiutare l'uomo a migliorarsi”.

Recentemente, a metterlo a punto attingendo alle antichissime tradizioni dei Veda, i testi sacri indiani, è stato un maestro contemporaneo, Vemu Mukunda, fisico nucleare e famoso musicista indiano. Coniugando i suoi studi scientifici con la tradizione millenaria del suo paese ha elaborato una lunga indagine sul corpo umano e le sue risposte fisiche e psichiche al suono, arrivando alla conclusione che ogni essere vivente è un suono.

Il suo metodo terapeutico utilizza il suono come fenomeno vibratorio che può agire direttamente su specifici punti del corpo. Questi punti sono collegati a stati emozionali, quindi, il suono utilizzato con attenzione, può indurre modificazioni sia psichiche che fisiche nella direzione desiderata.

“La possibilità di indurre trasformazioni nel campo della materia rende questo metodo assai differente dalla moderna musicoterapia del mondo occidentale che invece impiega la musica prevalentemente come strumento di comunicazione, di gioco e di socializzazione”.

Da qui nasce la necessità di ritornare alla fonte, a Shabda Brahma, il Suono Creatore, con l'aiuto del Nada Yoga. Il principio base del Nada Brahma Yoga, descritto nei testi vedici, afferma che dapprima è necessario purificare la mente riportandola sotto controllo, quindi regolare le percezioni sensorie per avere una vita più armoniosa. Successivamente è possibile irradiare vibrazioni sonore e utilizzare specifici passaggi e determinati movimenti musicali per permettere all'assistito di curarsi da solo, aiutando l'autoregolazione dei vari sistemi dell'organismo.

La Musica delle Emozioni

“Ogni essere umano, raggiunta l'età adulta assume una vibrazione che lo distingue e lo rende nota unica e caratteristica del grande concerto cosmico. Scoprire quale è la propria nota personale (Tonica o Ground Tone) e come vibra dentro il corpo che fa da cassa armonica, aiuta a riarmonizzare le energie per stare meglio nel proprio corpo, nei luoghi e con le persone con cui si vive in tutti gli ambiti, in coppia, in famiglia, sul lavoro. Ma scoprire la propria nota personale o fondamentale vuol dire anche andare alla radice della personalità, scoprirne lati oscuri e sorprendenti. Oltre alle parole infatti la voce nasconde in sé risonanze profonde di ciò che siamo quando siamo realmente noi stessi. E come il corpo anche la voce invia messaggi che vanno al di là delle parole. Basti pensare alla sola intonazione: rotta, spezzata, tremante, è spia di ansia o preoccupazione, mentre un tono rilassato, pacato o brioso trasmette sicurezza, calma interiore o allegria”.

Vemu Mukunda

Studiando i dati relativi alle frequenze percorse dalla voce di una persona mentre parla, è possibile osservare che tende sempre a parlare attorno ad una determinata frequenza. Si osserva che il tono della voce forma una sorta di melodia, attraversando ripetutamente determinate note, e che ogni individuo tende a ripetere un certo percorso melodico e ad attraversare ripetutamente determinate frequenze. Si nota, infine, che una particolare nota emerge e spicca come elemento centrale. Quindi una persona parla e canta fondandosi su una determinata frequenza che tende a rimanere costante. Un mutamento di questa nota fondamentale si ha quando siamo in presenza di forti emozioni o di agitazione mentale. La nota fondamentale corrisponde al chakra dell'ombelico ed esprime i caratteri generali della persona.

"La nota fondamentale di una persona rappresenta sotto forma di suono il cordone ombelicale che la collega all'esistenza. Essa definisce che cosa è fondamentale, irrinunciabile, essenziale nella sua vita".

(Maestro H. Mitrà)

Secondo Mukunda, la voce dunque è spia di stati emotivi che si possono collocare con precisione nei chakra.

Ogni chakra vibra ad una frequenza sempre più alta man mano che si sale dalla base della colonna alla sommità del capo e si comporta un po' come le corde di una chitarra o di un contrabbasso. Le note più cupe e profonde provengono dalla corda che vibra più lentamente, quelle più acute dalla corda che vibra più velocemente.

Allora, dopo aver sentito questa affascinante spiegazione, ci viene da porre una domanda:

Ma come si fa, in pratica, l'analisi della personalità con lo Yoga del suono?

“La ricerca della nota personale si fa attraverso incontri individuali in un ambiente il più naturale e rilassato possibile. Alla persona si chiede di stare in silenzio per almeno 20-30 minuti prima della seduta, per favorire la concentrazione. Quindi, seduto comodamente davanti all'insegnante, l'interessato comincia a parlare di tutto quanto le passa per la mente mentre un frequenzimetro (FFT) rileva le frequenze della voce. L'importante è concentrarsi sul proprio respiro e di volta in volta sui 3 punti precisi del corpo cioè l'ombelico, il centro del petto e la fronte, dove hanno sede i chakra più importanti, quelli in cui vibra anche la nota cosmica. Entro mezz'ora, al massimo 45 minuti, si può individuare la nota dominante e fare un quadro della personalità. Questo lavoro di ricerca non è però così immediato e facile come potrebbe sembrare, perché possono intervenire elementi di disturbo, per esempio squilibri nel fluire dell'energia della persona che impediscono, deviano o rendono faticosa l'identificazione della nota personale”.

E' un esperimento che si può tentare di fare anche da soli?

“Poiché questo rappresenta un momento di crescita interiore va guidato, pertanto è sconsigliato qualunque tentativo fai da te: utilizzare note improprie rilevate in modo casuale e approssimativo, può essere persino dannoso creando grossi squilibri nella persona”.

Tutte le cose create, dai fenomeni più grossolani fino ai fenomeni più sottili, come il pensiero, sono in uno stato di perpetuo movimento e tutto ciò che è in movimento emette delle vibrazioni, quindi dei suoni. Nell'essere umano la voce è il canale attraverso il quale la coscienza si manifesta esteriormente; è l'anello di congiunzione fra la mente e le emozioni di una persona a quelli di un'altra.

Tutte le cose che vibrano sono sensibili tra di loro, quindi potremmo dire che il suono è l'anello di congiunzione fra tutti i fenomeni. Come le corde di una chitarra che vengono pizzicate vibrano e fanno vibrare la cassa armonica o le corde di un altro strumento, così pure tutte le cose si influenzano a vicenda mediante la legge sottile dello scambio vibratorio.

Secondo gli antichi insegnamenti dell'India il più perfetto di tutti gli strumenti è la voce umana. Nessun altro strumento esprime, in modo così perfetto, le sfumature del pensiero e del sentimento. Il cambiamento del più delicato stato d'animo influisce direttamente sulla voce.

“L'affilato coltello dell'ira, la spumeggiante cadenza di una risata, il tono misero e duro della cupidigia, la dolcezza della compassione. Le parole, più che suono puro, sono lo spirito dell'individuo manifestato a livello materiale di esistenza. Quando le parole sono usate

rettamente come espressione cosciente dello spirito, hanno il potere di raggiungere il cuore di ogni cosa, di effettuare ciò che la gente comune definisce "miracoli".

Nada

“L'antico termine sanscrito "Nada" indica che il suono trae origine dall'unione tra l'energia del respiro (na) e quella del calore (da) ed è proprio l'attrito del fiato contro le corde vocali che fa scaturire la voce. Il primo effetto si ha infatti nell'utilizzo di sistemi e tecniche vocali per attivare un'azione del respiro sull'energia vitale, il Prana. Il secondo effetto è quello dell'attivazione dell'elemento calore, che nei Veda è associato alla coscienza. Il suono riesce quindi ad evocare tale energia, il calore percepito durante il canto è un indicatore di questa attivazione”.

Nel caso di emozioni "trattenute" siamo di fronte ad energia ghiacciata, cristallizzata, in quanto privata della sua forza dinamica, e che è necessario scioglierla ed elaborarla. Sappiamo che parlare dei propri problemi già aiuta a scongelare queste energie bloccate e di conseguenza i sentimenti e le emozioni collegate.

Il Nada Yoga per Conoscersi Meglio

Dopo aver determinato il “come”, praticamente, si effettua l'analisi della personalità attraverso lo Yoga del Suono, è il momento del “cosa” si può scoprire con questa affascinante analisi, quindi:

Nella vita pratica che cosa si può scoprire con il Nada Yoga?

“Si può scoprire, per esempio, se abbiamo più attitudine ai lavori manuali o a quelli intellettuali, se siamo più autonomi o più dipendenti, se abbiamo la tendenza ad essere severi con noi stessi o indulgenti, se siamo ipercritici o sentimentali, ecc.; e nella vita affettiva se siamo inguaribili romantici o realistici.

La ricerca della nota personale è solo il primo passo di un percorso di autoconoscenza molto affascinante. Così, da voci disturbate, gole chiuse, respiri frenati, il terapeuta può scoprire che cosa non funziona e quindi aiutare a liberare le emozioni represses. Per la cura basta cantare o ascoltare musica da soli, in coppia o in gruppo. Il tutto sotto la guida di persone esperte di Nada Yoga che aiutino, attraverso tecniche di canto e di ascolto, a sbloccare le energie negative convertendole in energie positive.

Un aumento del nostro stato di consapevolezza che ci preserverà anche da un utilizzo dannoso di suoni e musiche e sarà il nostro campanello d'allarme per evitare situazioni pericolose per la salute. Senza contare l'acquisizione di una miglior sensibilità musicale, di un maggior senso del ritmo e di una maggiore capacità di intonazione se si è stonati”.

Per comprendere lo Yoga del suono, è necessaria una pratica personale attenta e una raffinata sensibilità d'ascolto, non solo uditivo.

Bisogna sentire il corpo e sentire come il suono si sposta nel corpo, i punti risonanti, gli ostacoli, le oscillazioni di frequenza e tutte le sfumature che possono schiudersi ad un'attenzione aperta e presente. Lo scopo è di permettere all'energia di trasformarsi secondo il proprio percorso naturale, che passa attraverso tutti gli stati emotivi necessari prima di essere convertita in una pace di ordine più elevato, di natura spirituale e di vibrazione più sottile.

"L'ascolto attiene a vari stati di coscienza. Esistono diversi modi di ascoltare. L'ascolto è una modalità dell'essere. Quando noi vogliamo che qualcosa entri profondamente dentro e ci pervada, ascoltiamo in un modo. Quando invece cerchiamo solo un'informazione banale, di limitata utilità, ascoltiamo superficialmente. Se vogliamo cogliere un insegnamento profondo, una verità sulla quale siamo pronti a strutturare la nostra vita, per dare un senso alla nostra esistenza, allora ascoltiamo con differente attitudine. L'ascolto dunque ha varie profondità che corrispondono all'interesse che ci anima. Quando l'interesse è alto, sicuramente l'ascolto è molto profondo. C'è un ascolto di informazioni che vengono dall'esterno, che pur essendo preziose non sono quelle di massimo pregio, quanto invece quelle che provengono dalla nostra interiorità, ascoltando le quali capiamo che cosa veramente ci interessa, quali fra le tante nostre possibilità desideriamo far crescere e quali invece potare, rinunciare, affinché crescano i rami più importanti. Nelle scelte importanti c'è un ascolto profondo e quello della nostra voce interiore è sicuramente l'ascolto più significativo. Purtroppo vediamo che la gente ha perduto non solo l'arte dell'ascolto, ma anche l'opportunità di essere educata ad ascoltare. La preghiera è ascolto, la meditazione è ascolto, più meditiamo in profondità, più ascoltiamo i nostri bisogni veri che sono quelli spirituali, ontologici e un minuto o pochi minuti di questo ascolto possono trasformare la vita e donarci quell'orientamento illuminato che noi cerchiamo da sempre verso la felicità".

(Prof. Marco Ferrini-lezione all'Università degli Studi di Siena)

Caratteristiche Personali Associate Alle Note

Tipo SOL: è la nota cosmica, della spiritualità. Chi appartiene a questa categoria è una persona tranquilla, armoniosa. Il suo compito: indicare la via verso l'infinito.

Tipo SOL DIESIS: freddo, cerebrale è diviso tra desiderio di concretezza e la spinta verso l'alto. Il suo compito: mediare tra energie spirituali e terrene.

Tipo LA: attivo, dotato di senso pratico e capacità organizzative, ha la stoffa del manager. Il suo compito: trovare lo spirituale nella quotidianità.

Tipo LA DIESIS: solitario, ambizioso desidera affermarsi attraverso lo studio e la ricerca. Il suo compito: ricercare per il bene dell'umanità.

Tipo SI: egocentrico, bugiardo anche con se stesso, a volte geniale, tende a prevaricare per desiderio di autoaffermazione. Il suo compito: imparare a essere più umile e più sincero con se stesso e con gli altri.

Tipo DO: generoso, idealista, compassionevole, armonioso. Il suo compito: ricordare che il Cielo può esistere anche sulla Terra.

Tipo DO DIESIS: artista e sognatore, auspica il ritorno a una vita semplice, naturale. Il suo compito: trasferire sul piano del reale i sogni più belli e le aspettative migliori del genere umano.

Tipo RE: concreto, stabile, consapevole dei suoi limiti e dei suoi pregi. Il suo compito: riconciliarci con la Terra che abitiamo.

Tipo RE DIESIS: dinamico, curioso, ma anche invadente. Il suo compito: seminare il dubbio, smuovere gli immobilismi.

Tipo MI: personalità forte, dominatrice fino alla prepotenza. Il suo compito: ridimensionare il suo Ego smisurato.

Tipo FA: intuitivo, può essere un sensitivo naturale. Il suo compito: mediare tra il rumore della quotidianità e il silenzio della preghiera e della meditazione.

Tipo FA DIESIS: socievole, amante della vita all'aria aperta, creativo in qualunque campo. Il suo compito: creare qualcosa di nuovo per l'umanità.

Salute e Musica

Questo lavoro di scoperta del proprio strumento interiore ha effetti benefici anche sulla salute. Infatti, facendo vibrare i chakra secondo frequenze particolari, si stimolano gli organi e le funzioni corrispondenti, risvegliandone le energie. Non è certo facile trovare la vibrazione giusta per curare una certa zona del corpo perché bisogna individuarne con esattezza timbro, altezza e durata.

“Il canto carnatico è una musica che si modula sull'onda dell'espiazione, con effetti molto profondi a livello psichico ed emotivo. Non si basa sul nostro sistema musicale ma sulle 72 raga, che sono le scale indiane. I raga (in sanscrito significa colore, tono musicale) sono alla

base dei canti sacri legati ai vari momenti della giornata. Il potere curativo del suono era noto in tutto il mondo antico. Del resto il corpo umano è stato il modello per molti strumenti musicali, con tanto di manico (spina dorsale), cassa armonica (gabbia toracica) e corde (vocali)".

Ogni giorno accumuliamo energie emozionali sia positive che negative e queste possono rimanere bloccate.

Questi blocchi emozionali, anche se a livello inconscio, danno origine a disarmonie mentali e fisiche.

Se le energie emozionali, bloccate in tali punti, possono essere raggiunte per mezzo di un attento uso delle note, allora le persone affette da turbe psichiche potranno convertire le energie emozionali negative in energie di pace, ed avvicinarsi alla comprensione delle cause dei loro problemi e a liberarsene, se è maturo il tempo per tale possibilità.

“Ognuno di noi possiede la propria nota base o tonica, che è la manifestazione sonora della nostra essenza profonda, che può essere determinata partendo dal suono della voce, mediante un particolare metodo di rilevazione. La tonica personale può avere differenze di pochissimi Hertz, (Vi ricordate cosa abbiamo visto nella Stanza dei Chakra?) soprattutto in quelle culture che non utilizzano i sistemi temperati di accordatura. In occidente comunque l'influenza del nostro sistema musicale, che si avvale di frequenze relativamente fisse, organizzate intorno ai 440 Hz (corrispondenti alla nota LA dell'ottava centrale del pianoforte) favorisce, in generale, l'identificazione della tonica individuale con queste frequenze determinate. Così vi saranno persone con la tonica SOL, altre con la tonica SOL#, oppure LA, e così via. In ciascuna frequenza si riscontrano precise caratteristiche psicologiche rilevate statisticamente su un'ingente mole di dati. Questo aspetto apre un nuovo campo di studio sulle tipologie umane e sulle modalità di relazione che scaturiscono dall'interagire di frequenze consonanti e dissonanti. Dopo un'analisi accurata sull'effetto delle diverse note sul soggetto, si può creare una musica mantenendo la tonica personale come nota base dell'ottava. Lavorando sui punti di energia emozionale bloccata è possibile influenzare i processi fisiologici e aiutare la mente a sciogliere le sue complessità”.

“Secondo il Nada Yoga è importante individuare la nota, l'intervallo e la scala musicale adatti ad esercitare un'azione corretta. Ci sarà infatti una certa nota che, inserita in una determinata combinazione di altre note e intervalli, sarà in grado di armonizzare un determinato chakra e sciogliere le tensioni nella relativa zona. Come le note possono essere bemolle o diesis, cioè avere un aspetto debole e uno forte, analogamente i chakra possono essere ipertonici o ipotonici. Bisognerà distinguere se sia preferibile dare un rinforzo attraverso un suono forte oppure agire omeopaticamente con un suono che rappresenti in forma musicale il problema energetico dell'individuo. Tale suono dovrà essere inserito in

una scala o modo musicale che, attraverso una combinazione di note e intervalli, sia adatta a concentrare l'energia nel chakra e nel punto di interesse”.

I Raga indiani furono concepiti proprio sulla base di questi principi, per cercare di sfruttare tutte le possibili combinazioni di note ed intervalli allo scopo di armonizzare le energie psico-emozionali dell'essere umano. E' nota infatti la connessione tra i Raga, le note che li compongono e le emozioni.

“Ogni scala modale è ritenuta in grado di esprimere ed elaborare una determinata tipologia di emozione (Rasa) tramite differenti combinazioni di note e intervalli, con una nota "tonica" di base fissa. La definizione delle note è fondata su un certo numero di microtoni, cioè di piccolissime particelle dell'ottava, ognuna delle quali è connessa ad una specifica emozione. Questi microtoni sono chiamati "Shruti", che significa "ciò che risuona", e il loro numero è stabilito in 22. Essi formano la scala su cui si posizionano le sette note della gamma per formare i differenti modi o "raga””.

E' importante osservare come aspetti "omeopatici" e "compensativi" siano presenti nei Raga. I Raga sono suoni mantrici non legati a fattori culturali come nel caso dei Mantra tratti da linguaggi verbali, bensì sono universali come lo è la musica.

“Esiste un testo vedico molto antico completamente dedicato alla musica e alla scienza dei suoni, il Gandharva Veda, di cui è giunto fino ai nostri giorni soltanto l'indice (Purtroppo!), ma le cui conoscenze si ritiene traspasino dalle pagine di trattati successivi come il Sanghita Ratnakara, un testo del 1200 d.c. attribuito a Sarangadeva, un medico ayurvedico e musicologo alla corte del re Singhana. Nel Gandharva Veda furono riuniti un gran numero di testi che si riferivano alla metafisica e alla fisica del suono, alla semantica e al simbolismo musicale, alla storia e alla teoria della musica, e inoltre ad applicazioni artistiche, magiche e terapeutiche dei fenomeni sonori”.

Che viaggio meraviglioso! Quante cose essenziali per la nostra vita, partendo da un punto di vista spesso neanche considerato, abbiamo imparato! Spero che faremo tesoro di questi insegnamenti approfondendoli e utilizzandoli per noi, per il nostro benessere.

Stiamo per uscire dalla sesta stanza, ne rimangono due alla conclusione del nostro viaggio magico; vediamo cos'ha in serbo per noi la prossima stanza...



LA PORTA DELLA MADRE MUSICA E PIANTE

Eccoci entrati nella **stanza della madre**, la natura.

Si sente subito appena si entra il profumo fresco dei fiori, dell'erba verde dei campi, si sente il cinguettio degli uccellini di tanti tipi, aleggia l'aria frizzante della primavera e il verde e l'azzurro sono i colori predominanti.

Nella **stanza della madre** vedremo in che modo la musica ha effetto sulle piante, sul mondo vegetale, e poi quali e quanti sono questi effetti.

Ma vedremo anche l'affascinante teoria che vede le piante come strumenti, la teoria del suono delle piante.

Siamo pronti, andiamo avanti...

Qualche Esperimento per Confermare la Perfezione

“E’ un fatto intuitivamente noto a tutte le persone sensibili: ogni forma di vita, animale o vegetale, vive meglio quando è circondata da amore, affetto, cura. Da qualche decennio alcuni studi innovativi hanno evidenziato nelle piante reazioni misurabili elettronicamente con oscillografi, a seguito di stimolazioni particolari (taglio di rami e foglie, ustioni ecc.). In particolare gli studi di Clive Backster negli anni ‘60 negli Stati Uniti, e quelli di poco successivi di Hashimoto in Giappone, seguiti in Italia da Valerio Sanfo, hanno evidenziato una sensibilità enorme in quasi tutte le piante testate. Sono state notate capacità di memorizzazione di fatti e persone (le piante mostravano paura al rivedere una persona che in loro presenza aveva distrutto un’altra pianta), una capacità di movimento (collegate a un dispositivo su ruote), quando non addirittura di scelta (collegate a dispositivi per l’innaffiamento o per l’illuminazione). Perché allora non pensare che possano anche godere di una buona musica?”

Certo le piante non hanno orecchie, ma siamo così sicuri, noi, di sentire la musica solo con le orecchie?

I suoni altro non sono che onde vibrazionali e noi siamo fatti di vibrazioni elettromagnetiche.

“La regolazione di molte funzioni del corpo umano, animale o vegetale è dovuta a onde vibrazionali coerenti (studi di Froelich, Popp, Del Giudice, Kervran, Vithoulkas e altri recentissimi sugli effetti dell’omeopatia, della cromoterapia, del soft-laser, della musicoterapia), e studiosi del calibro di Bienveniste affermano che qualsiasi sostanza agisce attraverso la sua specifica vibrazione, piuttosto che grazie alla sua composizione molecolare. La vita stessa, in una bellissima definizione, non è altro che "luce compressa", grazie alla fotosintesi che trasforma sostanze inerti in composti biochimici indispensabili alla vita, tanto nostra quanto delle piante”.

Ecco perché, quando sentiamo una bella musica, che ci colpisce nel profondo, non sono solo le nostre orecchie a percepirla, ma l’intero nostro corpo che ne percepisce il ritmo, la profondità, il timbro...in sintesi, l’armonia profonda della sua vibrazione.

Ma quello che a noi importa è capire che le piante sentono. Sentono la compagnia di uomini, animali e piante. La temono (cani, gatti e unghie!), gioiscono per un’innaffiatura o per un rinvaso e godono, inevitabilmente, quando ascoltano della buona musica.

Le piante simboleggiano tutte le nostre doti migliori: forza interiore, tranquillità, spiritualità, sensualità, fantasia e gioia di vivere. Rappresentano il

perfetto stato zen di spontaneità e di consapevolezza, desiderando solo ciò per cui esistono (bere, fare fotosintesi, nutrirsi, respirare, espandersi, riprodursi). Ovvero tutto ciò che vorremmo essere e che non riusciamo a diventare. La pianta incarna in se, senza fatica, il frutto profondo di ore e ore di meditazioni, di mesi di riflessione, di anni di preghiera, di decenni di psicoanalisi.

"Un contadino dell'Illinois (Usa) piantò due serre che si trovavano nelle stesse condizioni di fertilità, umidità e temperatura, gli stessi semi; in una serra applicò degli altoparlanti che diffondevano musica 24 ore su 24. Dopo un certo periodo si accorse che nella serra dove era diffusa la musica il mais era germogliato più rapidamente, il peso della pannocchie era maggiore e che il quoziente di fertilità del terreno era aumentato; le piante più vicine agli altoparlanti erano rovinate per effetto della vibrazione sonora.

Il successo fu così grande che adesso in Canada si utilizza la musica per le colture e si è osservato che le vibrazioni sonore sono in grado di distruggere un particolare microrganismo parassita che attacca il mais".

(Dott. Rolando Benenzon)

In Canada, durante gli anni sessanta, esperimenti di laboratorio misurarono gli effetti della musica sulle piante, sottoponendole a toni diversi.

"Esposizione a musica "heavy metal" fece inclinare le piante nella direzione opposta, mentre musica classica cullò le piante verso la fonte del suono. Ma nel caso di musica devozionale indù - e le canzoni di Ravi Shankar in particolare - i gambi volsero in eccesso di 60° in orizzontale, forse l'angolo più rilevante che sia mai stato riprodotto dall'uomo. Gli ulteriori esperimenti all' Università di Annamalai, applicando canzoni devozionali indiane, generarono effetti supplementari: il numero di "stomata(piccoli "buchi" nelle foglie che producono un movimento verso l'alto dell'acqua all'interno della pianta stessa)" nelle piante utilizzate per l'esperimento era del 66% più alto, i muri epidermici erano più spessi, e le cellule erano più lunghe e più larghe di quelle dei campioni di controllo [cioè altre piante non interessate dal fenomeno], qualche volta fino al 50% e oltre.

Cambi biofisici simili possono accadere in piante raccolte da cerchi nel grano. Gli esperimenti condotti costantemente fin dal 1989 dal fisico americano Dott. W. Levengood mostrano come l'energia che crea i cerchi nel grano è capace di colpire l'embrione del seme e la crescita di pianta, allungare i nodi della stessa, persino alterare il modello dei loro cromosomi".

La Ricerca Sulle Piante: i Nuovi Protocolli di Backster

"Ancora questioni sulla coscienza dell'osservatore, dice David Wilcock, sono emersi dalla intervista col Dr. Cleve Backster (primaryperception.com), che ha condotto studi sconvolgenti in questa scienza emergente per oltre 40 anni fino ad oggi. Il suo lavoro viene mostrato anche nel film *Convergence*.

Dovreste ricordare Backster come lo scienziato che ha collegato le sue piante di casa con un poligrafo (la cosiddetta macchina della verità) e ha scoperto che "gridano" come gli esseri umani sotto shock quando vengono spaventate col fuoco, anche solo avendo pensato di bruciarle”.

(David Wilcock)

Eh si, abbiamo proprio capito bene, ha detto: “anche **solo avendo pensato** di bruciarle”!

“Backster più tardi ha scoperto che era davvero molto difficile avere un effetto di coscienza realmente "casuale". L'unico modo col quale potesse raggiungerlo nei suoi esperimenti sulle piante era che non fosse presente nessun'altra persona nel palazzo dove si trovava.

Ha usato le creature viventi più sacrificabili a cui potesse pensare, il gamberetto, e ha testato se le piante rispondessero alla loro morte casuale nell'acqua bollente.

Le piante erano molto più interessate alle persone nel palazzo che alla morte casuale di pochi gamberetti. Solo quando le piante si trovavano fredde e sole, senza alcun umano col quale distrarsi, lanciavano le loro "grida" quando i gamberetti morivano improvvisamente in un circuito a scelta casuale”.

La Musica Delle Piante (L'esperienza di Laura e Tiziano)

“Ascoltare la musica delle piante è un'esperienza straordinaria, ricca di emozione e di profondo mistero; le piante cantano e le loro melodie sono la voce di un mondo lontano, nascosto, molto antico”.

(Laura Silingardi, musicologa, e il marito Tiziano Franceschi, programmatore informatico)

“Questo speciale strumento che abbiamo messo a punto ci permette di avvertire il movimento della linfa, che scorre nella pianta, sottoforma di note musicali. E' come ascoltare in diretta l'essenza stessa del mondo vegetale”.

Da diversi anni Laura e Tiziano girano l'Europa a tenere “concerti di piante”. Installano nei boschi o nei parchi la loro strumentazione, la collegano agli alberi e fanno sentire alla gente, soprattutto alle scolaresche, la musica delle piante.

“Tutto questo può sembrare frutto della fantasia ma non lo è; e non è neppure intuizione mistica o poetica, scaturita dalla nostra sensibilità. Si tratta di una realtà concreta, che si allaccia alle scoperte degli scienziati secondo i quali il fatto che le piante sentano e comunichino è ormai una certezza”.

(Tiziano Franceschi)

“Questo è uno strumento unico, inietta una lievissima corrente nella pianta e poi rileva il movimento della linfa dalle radici alle foglie e viceversa. La linfa è come il sangue in un albero. Porta il nutrimento e varia la sua composizione a seconda delle esigenze e degli stimoli. Lo strumento registra queste differenze e le trasforma in segnali digitali, cioè in note. Quello che sentiamo è la vita della pianta trasformata in musica”.

Una cosa che colpisce, nell’esperienza riportata da Tiziano e Laura, è che le piante reagiscono alla presenza delle persone, ma soprattutto alla presenza dei bambini; sembra infatti che, alla presenza dei bambini, le piante emettano una musica più “affettuosa e avvolgente”.

“Ci sono molte ricerche in atto per dimostrare che le piante davvero comunicano”-dice Tiziano-“Fin dagli anni sessanta, alcuni scienziati americani collegarono addirittura la macchina della verità alle piante scoprendo che possedevano una sorta di potere telepatico. Però non facciamo esperimenti scientifici. Noi vogliamo solamente far capire che le piante sono esseri viventi capaci di interagire con gli esseri umani. Ne abbiamo la prova in continuazione. Durante una dimostrazione in un agriturismo, ad esempio, stavamo facendo ascoltare la musica di un tiglio. Si è avvicinato un signore e ci ha detto: “Ma non crederete a queste cose, vero? E’ chiaro che c’è un trucco.” Di colpo la pianta ha smesso di suonare. Lo strumento era acceso, funzionante. Il movimento linfatico era quindi presente eppure non si sentiva più alcun suono. Per tutta la mattina, il tiglio è rimasto muto e noi abbiamo proseguito la dimostrazione con le altre piante lì attorno. A fine giornata siamo andati da quel signore e gli abbiamo chiesto gentilmente se poteva chiedere scusa alla pianta. Lui si è messo a ridere, ma poi ha deciso di accontentarci. Ha abbracciato il tronco del tiglio, lo ha accarezzato e subito la pianta ha ripreso a suonare”.

Le piante inoltre hanno una sensibilità per le condizioni particolari degli esseri umani ed è possibile, non solo ascoltare la loro musica da spettatori, ma addirittura interagire suonando insieme.

“Un giorno eravamo con un pianista da tempo ammalato di schizofrenia. Siamo andati in un bosco e abbiamo collegato lo strumento ad un castagno. Subito la pianta si è messa a suonare. Il pianista si è avvicinato, ha abbracciato l’albero e questo si è zittito improvvisamente. Era come se avesse avvertito che qualcosa in quella persona non andava. Allora, il pianista ha cominciato a picchiettare un ritmo sul tronco con le dita. Pian piano, il castagno ha ripreso a suonare ma stavolta con un ritmo diverso: stava seguendo quello delle dita del pianista. Era come se i due, l’uomo e l’albero, stessero suonando insieme”.

Che cose stupefacenti abbiamo imparato in questa stanza!

Dopo aver sentito queste esperienze, rimane come un senso di tenerezza verso le amiche piante, come si può provare per il nostro cagnolino, la tenerezza che

si prova per un essere dolce, indifeso e che vive per ricever amore...il nostro amore.

Teniamo queste stupende sensazioni con noi, mentre ci incamminiamo verso la prossima stanza...



LA PORTA DEL BENESSERE STARE BENE IN MUSICA

Appena si entra nella **stanza del benessere** ci si accorge subito di essere come in un ambiente fatato.

Alcuni rumori che si sentono li abbiamo già sentiti nelle stanze precedenti: uno scroscio delicato come di un torrentello di bosco, cinguettii in lontananza, e rumori come di passettini di animali sulle foglie, il rumore del vento tra le gli alberi, sempre in lontananza si sentono delle voci ripetere come dei mantra.

Si sente un odore fresco di fiori e tra questo aroma sembra di sentire anche dell'incenso, ma lieve; si percepisce, sempre vagamente, l'odore di un falò. Davanti a noi ci sono degli alberi verdi, alti, riconosciamo un torrentello che zampilla ed emette un rumore allegro; tutto questo mentre un lieve venticello ci accarezza le braccia e il viso.

In questa stanza si ha l'impressione di stare in un bosco, proviamo a proseguire e vediamo cosa ci attende...

Alcune Citazioni

Negli ultimi venti/trent'anni, medici, psicologi, musicoterapeuti, si sono trovati d'accordo nell'affermare che se interrompessimo la nostra giornata lavorativa con due brevi momenti (10/15 minuti ciascuno) dedicati all'ascolto di particolari musiche, accompagnato con alcuni semplici esercizi respiratori e mentali, saremo in grado di accettarci meglio e accetteremo meglio gli altri, vivremo in poche parole a livelli di stress molto più bassi e accettabili.

“L'ascolto di una musica appropriata, accompagnata da una serie di esercizi di respirazione e di visualizzazione immaginativa, ci consente innanzitutto di rallentare alcuni ritmi vitali con la conseguenza di migliorare la percezione del nostro corpo, che a poco a poco diventa in grado di sentire il passaggio dallo stato di malessere a quello di benessere e quindi controllare quello che possiamo chiamare il "nostro insieme tonico-emotivo". Si sviluppa così un nuovo sentimento di sicurezza interiore che facilita la comunicazione interpersonale (così difficile quando siamo stressati) e la rende autentica”.

(Filippo Massara)

“E' probabile che l'ascolto sia l'unica possibilità di reale comunicazione con gli altri e con se stessi. Non è cosa facile ma la musica può consentirci di realizzare un vero ascolto di noi stessi, ci può fornire gli strumenti per operare una vera crescita personale e disporci a una maggiore apertura nei confronti del mondo”.

(Dino Castrovilli)

Quale musica si può adoperare per ottenere benessere?

“La migliore preparazione all'ascolto è fatta di respirazione, tranquillità, consapevolezza e soprattutto un atteggiamento non critico nei confronti del suono. Per questo la mia tecnica non prevede la musica classica, che ha forti connotati culturali. Molto meglio utilizzare musiche neutre. Spesso adopero l'ambient music, talvolta qualcosa di jazz o di new age. La musica ha un grande potere affettivo, da sempre riconosciuto e apprezzato, che stimola le sensazioni, i sentimenti, le emozioni e le immagini. A questo proposito voglio ricordare che le immagini suscitate dall'ascolto sono diverse da quelle prodotte dalla vista e in questo modo possiamo scoprire la natura che prevale in noi”

(Dott. Fabrizio De Lucia)

“La musica diventa anche un mezzo per recuperare la capacità di essere noi stessi e non quelli che cerchiamo di essere. Questo riconquistato controllo di base del nostro benessere fa nascere in noi una nuova disponibilità verso i messaggi che ci giungono dall'esterno”.

(Filippo Massara)



*La musica apre ,
nel corpo dell'uomo,
una fessura da cui l'anima esce
per fraternizzare.*

(Milan Kundera-scrittore)

Mi sembra di incontrare argomenti che già abbiamo sfiorato, continuiamo...

La Musica Ed Il Suo Potere Terapeutico

“La musica è presente nei riti di guarigione e non è azzardato collocarla a circa trentamila anni fa. Si va dalla civiltà egizia, che raffigura la musica attraverso un geroglifico che vuol dire anche gioia e benessere, all'antichissima medicina energetica cinese, che fa corrispondere i cinque elementi base: terra, fuoco, acqua, legno e metallo, con la scala pentatonica fa-do-re-sol-la, fino a quella indiana che, quando osserva le oscillazioni psicofisiche del corpo umano disarmoniche con quelle del cosmo, chiama proprio la musica in soccorso”.

(Dino Castrovilli)

E' stato chiaramente dimostrato che la mente umana possa essere controllata ed alterata dalla musica. Molti studi medici e scientifici hanno provato fortissimi effetti della musica sulla fisiologia e sull'anatomia umana. La musica può essere usata per abbassare la pressione del sangue, curare malattie mentali, la depressione, i ritardi mentali, l'insonnia e molte altre cose.

“La musica può cambiare il metabolismo, influire sull'energia muscolare, alzare od abbassare la pressione, e sulla digestione. Potrebbe essere in grado di fare tutte queste cose con maggiore successo di quegli stimolanti che producono quei cambiamenti nel nostro corpo”

(Julius Portnoy, musicologo)

I ricercatori clinici alla U.C.L.A. School of Nursing in Los Angeles, e alla Georgia Baptist Medical Center in Atlanta, scoprirono che i bambini prematuri possono acquisire maggior peso ed usare l'ossigeno in modo più efficiente quando ascoltano musica calmante. All'ospedale St. Agnes di Baltimora è stata usata la musica in unità di cura intensiva: "Mezz'ora di musica riuscì a produrre lo stesso effetto che dieci milligrammi di Valium".

“Il grande pianista e compositore dell'800 Frederic Chopin, all'età di dieci anni, veniva spesso chiamato a suonare per il granduca Costantino, governatore della Polonia. Il duca aveva ricorrenti attacchi di pazzia che pare fossero controllabili solo dalla musica di Chopin. Quando il ragazzino suonava, gli attacchi diminuivano e il governatore poteva riprendere le sue normali attività, solo per richiamare Chopin quando la medicina musicale aveva esaurito i suoi effetti”.

(Filippo Massara)

La musica terapeutica esiste da alcuni decenni ma è diventata un fenomeno di massa a partire dagli anni '80, soprattutto quella che propone i suoni della natura. Il motivo è rintracciabile negli uffici e nelle case degli yuppies che non avevano tempo da dedicare a passeggiate e viaggi all'aria aperta e per sopperire a questa lacuna ascoltavano i cd con incisi i suoni della natura.

“La musica triste guarisce la psiche triste, la musica eccitante guarisce la psiche eccitata”.

(Aristotele)

Curiosità ed esperimenti

Un esperimento famoso, realizzato per la prima volta dal fisico tedesco Ernst Chladni nel XVIII secolo, e ripreso nel corso delle più approfondite ricerche in materia dallo scienziato svizzero Henry Jenny, fu il seguente:

“Cosparse uno strato sottile di sabbia su una lastra di metallo, fissata nella cassa armonica del violino in modo che fosse orizzontale. Poi prese un archetto di violino, e strofinandolo sulle corde notò con estrema meraviglia che, non appena la vibrazione relativa si propaga per il metallo, i granelli di sabbia cominciano a muoversi, fino a organizzarsi all'interno del foglio in una configurazione altamente ordinata.

Jenny scoprì che variando opportunamente i materiali sparsi sul foglio di metallo e le frequenze a cui era esposto il sistema, variavano le configurazioni, rivelando bellezze insospettite, collegate con forme presenti in natura: emergevano la struttura pentagonale della stella marina, quella esagonale delle cellette degli alveari e dei fiocchi di neve, le spirali del nautilo, tutte chiaramente evidenziate con precisione matematica”.

Un'intensa serie di studi condotti dal dott. Dorothy Retallack di Denver in Colorado, dimostrarono gli effetti della musica su una varietà di piante domestiche. Gli esperimenti furono soggetti a strette condizioni scientifiche, e le piante erano state contenute in grandi vetrine chiuse su ruote in cui la luce, la temperatura e l'aria erano regolati automaticamente.

“Tre ore al giorno di rock acido, suonato per mezzo di un altoparlante a lato della vetrina, si è rilevato come abbia arrestato la crescita, danneggiato e soffocato le piante, filodendri e cereali, in quattro settimane. La Sig.ra Retallack aveva fatto suonare la musica di due differenti stazioni radio di Denver a due gruppi di petunie, la prima rock e la seconda classica. Il Denver Post aveva commentato: "Le petunie che ascoltavano la prima emittente si erano rifiutate di fiorire, quelle che ascoltavano la seconda avevano sviluppato sei bei boccioli.

Alla fine della seconda settimana le petunie che ascoltavano la musica rock si erano piegate cercando di volgersi lontano dalla radio e mostrando una crescita irregolare. I boccioli di petunia che ascoltavano musica classica si erano voltati verso l'emittente sonora. In circa un mese le piante esposte alla musica rock erano morte. In un altro esperimento, condotto per la durata di tre settimane, Dorothy Retallack aveva suonato la musica rock acido dei Vanilla Fudge ad un gruppo di piante di fagioli, zucche, cereali, e altre; aveva pure suonato musica atonale d'avanguardia ad un secondo gruppo, e, come controllo, nulla ad un terzo gruppo. In dieci giorni, le piante esposte ai Vanilla Fudge si erano voltate via dall'altoparlante. Dopo tre settimane la loro crescita si era arrestata e stavano morendo”.

“Inoltre si scoprì che le piante alle quali era stata suonata musica dolce e religiosa non solo erano più alte di quelle lasciate in silenzio, ma si erano pure voltate verso l'altoparlante. Tutte le piante che erano state poste accanto alla musica rock si erano voltate dagli amplificatori cercando di sfuggire a questa musica. E per mostrare che non era tanto il rumore stesso a disturbarle, le piante esposte alla musica classica si erano voltate verso gli amplificatori, cercando così di stare più vicine ad essi. Alla fine, tutte le piante che avevano ascoltato la musica rock erano morte”.

A questo punto, potremmo chiederci se queste informazioni che abbiamo incontrato, siano utili per il nostro benessere, specialmente quelle riguardanti gli esperimenti sulle piante; beh, una risposta mi viene in mente, cioè,

partendo dal presupposto che noi, l'uomo in generale, si ciba soprattutto di piante, o vegetali, e che queste piante sono una fonte essenziale di energia per noi, della quale non possiamo fare a meno, pensate cosa vorrebbe dire alimentarsi con piante energizzate ulteriormente dalla musica!

A questo proposito, vediamo il prossimo argomento che ha da offrirci questa stanza...

Masaru Emoto e gli Esperimenti sui Cristalli d'Acqua

Il ricercatore giapponese Masaru Emoto nei suoi studi sui cristalli d'acqua, ha potuto notare che quando si espone l'acqua (in questo caso distillata) a musica di vario genere, incredibili sono le differenze che si manifestano nella qualità dei cristalli ottenuti, a seconda del genere di musica impiegato. Il disegno dei cristalli sembra "dare forma" ai sentimenti espressi da un determinato brano musicale.

“Tutto il lavoro svolto da Masaru Emoto è in grado di mostrarci chiaramente non solo gli effetti della musica sull'acqua, che come ben si sa è una sostanza estremamente ricettiva alle informazioni che le vengono inviate, ma anche come i nostri pensieri o le nostre emozioni, influiscono sulla struttura dell'acqua. Questo dimostra doppiamente quanto sia efficace l'utilizzo terapeutico musicale, tenendo anche conto che i nostri corpi sono formati in maggior parte da acqua: la musica è in grado di agire sui nostri fluidi interni, e se utilizziamo anche musica appropriata in grado di armonizzare il nostro livello emotivo; le nostre emozioni, a loro volta, influiranno beneficamente sull'acqua e quindi sulla materia (visto che il pensiero è in grado di modificare la struttura organica)”.

Ecco alcune bellissime immagini:



"Sinfonia nr. 40 in Sol Minore" di Mozart.

Questa sinfonia é un'aria appassionata che sembra perseguire la bellezza più di ogni altro lavoro di Mozart. Un brano di profonda meditazione, che sembra quasi una preghiera alla bellezza. Questa musica lenisce gentilmente il cuore degli ascoltatori.

Il cristallo é talmente bello e aggraziato, che é come se parlasse per conto dei sentimenti del compositore.



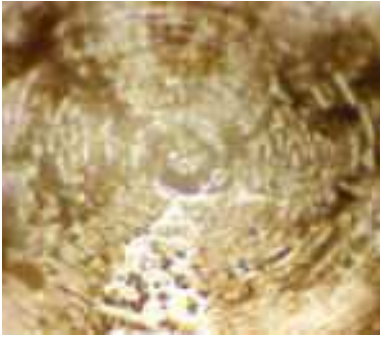
"Pastorale" di Beethoven

É una delle più famose sinfonie di Beethoven, e si tratta di un brano brillante, fresco e gioioso. Questo meraviglioso cristallo conferma il fatto che la buona musica incide positivamente sull'acqua.



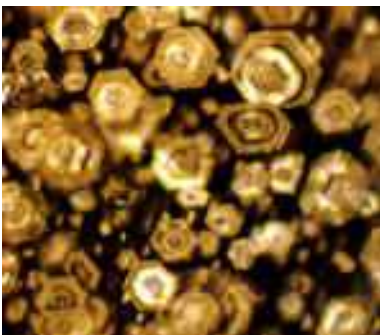
Danza popolare Kawachi

La canzone di una danza popolare che si é tramandata nella regione Kawachi per oltre 800 anni. Questo é un cristallo dell'acqua esposta a tale canzone. L'idea fu suggerita dal signor Kawachiya Kikusuimaru, che ha anche provveduto a cantarla lui stesso. Per centinaia d'anni questa musica é stata conservata e cantata da molte persone, e in virtù di questo potrebbe avere qualche potere terapeutico.



Una musica Heavy Metal

Questa musica é intrisa di rabbia e sembra condannare il mondo. Di conseguenza, la ben formata struttura esagonale di base del cristallo si é rotta in pezzi perfetti. L'acqua sembra aver reagito negativamente a questa musica. Non stiamo dicendo che l'Heavy Metal sia cattivo, ma solo che in questo caso dev'esserci stato un problema con i testi. Questo é semplicemente un esempio.



"Canzone d'Addio" di Chopin

Questo brano di musica per pianoforte é talmente famoso che quasi tutti se lo ricordano dopo averlo sentito una volta. Non mi sono mai sorpreso tanto come quando ottenni questo cristallo. La sua particolare forma é dovuta a "Canzone d'Addio"? La forma di base del cristallo é quasi perfettamente suddivisa in piccole parti che sono diventate "separate" l'una dall'altra. L'ingrandimento del microscopio é identico ad altre foto.

A questo punto è inutile chiederci a che cosa serva questa informazione, seguendo il discorso di prima, non solo noi siamo fatti per il 70% di acqua, ma ne beviamo anche, per il nostro ricambio, immaginiamoci cosa potrebbe comportare dissetarci con questa acqua energizzata da una musica appropriata (ricordiamo cosa abbiamo visto nella **stanza dell'infinito?**).

Anche le emozioni, a quanto pare, hanno la stessa influenza, ma questa è un'altra storia...

Sembra che questa stanza ci abbia fatto fare un piccolo ripasso, aggiungendo dei dettagli, su quello che avevamo incontrato nelle stanze precedenti.

Ci saremo di certo accorti che ci sono state fornite molte citazioni ed esperimenti di celebri esperti in questo campo.

Usciamo da questa stanza...

COMMIATO

Bene, compagni di viaggio, purtroppo è venuto il momento di congedarci, di ritornare da dove siamo venuti, di lasciare questo magico posto fatto di musica e benessere, nostro e delle piante.

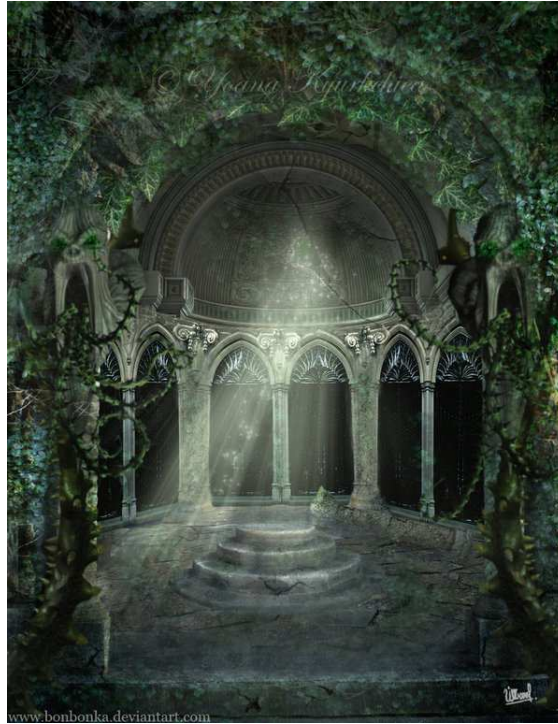
Ci siamo imbattuti in sciamani, nei loro ritmi ipnotici; ci siamo imbattuti in suoni strani e in suoni tribali; abbiamo visto come la musica veniva usata in tempi antichi; abbiamo percepito odori e profumi di altri tempi; abbiamo visto inoltre in che modo il suono e la musica siano importanti per il nostro benessere olistico e quello delle piante.

Quello che abbiamo visto a proposito delle nostre amiche verdi e sull'effetto che la musica ha su di loro, non è meno importante dell'effetto che ha direttamente su di noi, anzi, io dire che è di maggiore importanza...non è forse vero che noi dipendiamo totalmente da loro e non viceversa?

A questo proposito posso farvi due esempi principali: il primo è che noi abbiamo bisogno di loro per cibarci, senza di loro non dureremmo poi tanto; il secondo è che abbiamo assolutamente bisogno di loro per respirare! Non trovate che sia abbastanza per trattarle bene? Non trovate che sia un bene considerarle come nostre aiutanti nel nostro viaggio in questa nostra vita?

Di sicuro, trattare bene loro, è come trattare bene noi stessi, siamo legati.

Torniamo indietro...



LA STANZA DELLO SPIRITO E DEL SUONO IL RITORNO

Amici, siamo tornati ora nella stanza dello **spirito e del suono**, è arrivato il momento di lasciarci alle spalle tutti i suoni, gli odori, le facce e le sensazioni che abbiamo incontrato nel nostro magico cammino.

Ci incamminiamo verso la **porta illuminata**, che ci riporterà fuori, con la speranza che le cose apprese in questo posto fuori dal tempo, ci tengano compagnia per lungo tempo, se non per sempre...e se anche dovessimo dimenticare ed avremo bisogno di rivedere questo posto, adesso che sappiamo dove si trova, potremo tornarci in ogni momento...

Indice

COMINCIA IL VIAGGIO – LA PORTA ILLUMINATA

LA STANZA DELLO SPIRITO E DEL SUONO – IL PREAMBOLO

LA PORTA DEI CHAKRA – LA RISONANZA

- I Chakra in Breve
- La Frequenza e le Ottave
- La Risonanza
- Caratteristiche Principali e Frequenze di ogni Singolo Chakra

LA PORTA DELLA CURA – LA MUSICOTERAPIA

- Piccolo Accenno Mitologico
- Accenno storico
- In Cina
- In India
- In Grecia
- La Terapia Della Musica (Musicoterapia)
- **CURIOSITA' SONORE DALL'ANTICHITA'**
- Musica e Cultura Antica
- **ALCUNE TECNICHE DI MUSICOTERAPIA**
- Le Campane Di Cristallo
- Le campane Tibetane
- I Diapason
- Conclusione

LA PORTA DELLO SPIRITO – MUSICA IPNOSI E SCIAMANI

- Gli Sciamani
- In Africa
- Indiani d'America
- I Dervisci Rotanti
- Il Joik, Canto Primordiale Lappone

LA PORTA DELLE DISTANZE – LA COMUNICAZIONE TRIBALE (I Tamburi Parlanti)

- I Tamburi Parlanti
- Indiani d'America
- **AFRICA**
- Congo
- Costa d'Avorio

LA PORTA SULL'INFINITO – LA MUSICA QUANTISTICA

- Per Capire Meglio
- Esperimento di Aspect
- Esperimento di Lory
- La Semiotica Biofisica Quantistica
- Curiosità Quantiche Musicali

LA PORTA DEL RISVEGLIO – MUSICA E SPIRITUALITA'

- Lo Yoga del Suono
- Le Origini
- IL NADA YOGA
- I Suoni Principali Nei Veda
- Il Nada Brahma Yoga
- La Musica Delle Emozioni
- Nada
- Il Nada Yoga Per Conoscersi Meglio
- Caratteristiche Personali Associate Alle Note
- Salute e musica

LA PORTA DELLA MADRE – MUSICA E PIANTE

- Qualche Esperimento per Confermare la Perfezione
- La Ricerca Sulle Piante: i Nuovi Protocolli di Backster
- La Musica Delle Piante (L'esperienza di Laura e Tiziano)

LA PORTA DEL BENESSERE – STARE BENE IN MUSICA

- Alcune Citazioni
- La Musica ed il Suo Potere Terapeutico
- Curiosità ed Esperimenti
- Masaru Emoto e gli Esperimenti sui Cristalli d'Acqua

COMMIATO

LA STANZA DELLO SPIRITO E DEL SUONO – IL RITORNO

RIFERIMENTI ALLE LEZIONI DEL PRIMO ANNO NELLO SVOLGIMENTO DELLA TESI

L'intera tesi fonda le sue argomentazioni prendendo come ispirazione le lezioni del primo anno di Operatore Olistico dell'Accademia Opera.

La Porta dei Chakra-La Risonanza: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**Psicologia Olistica**" tenute dalla **D.ssa Anna Fata**.

La Porta della Cura-La Musicoterapia: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**Psicosomatica e Guarigione Olistica**" tenute da **Susanna Garavaglia**.

La Porta dello Spirito-Musica Ipnosi e Sciamani: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**PNL**" tenute dal **Dott. Attilio Maria Scarponi** e dal **Dott. Adriano Bilardi**.

La Porta delle Distanze-La Comunicazione Tribale (I Tamburi Parlanti): per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**La Relazione Io-Tu e l'Arte del Dialogo**" tenute da **Loris Adatao Muner** e **Anna Poletti**.

La Porta sull'Infinito-La Musica Quantistica: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**Trasformazione Quantistica**" tenute dal **Dott. Gaetano Conforto**.

La Porta del Risveglio-Musica e Spiritualità: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**Crescita Personale**" e le lezioni di "**Spiritualità Olistica**" tenute dal **Prof. Antonio Sbisà**.

La Porta della Madre-Musica e Piante: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**Principi di Medicina Naturale**" tenute dal **Prof. Rocco Carbone**.

La Porta del Benessere-Star Bene in Musica: per questo argomento mi sono ispirato alle lezioni di "**Filosofia del Ben-essere**" tenute dalla **D.ssa Maddalena Bisollo** e il **Dott. Luca Nave**.