

MUSICA E RELAZIONI

Saper leggere ricchezza nelle modalità espressive è sinonimo di benessere, mentre la monotonia è sintomo di malessere. Persone ricche di esperienze e di grandi conoscenze danno l'impressione di essere aperti e di avere una buona capacità di affrontare le diverse situazioni con le modalità adeguate.

Fortunatamente le esperienze sono ovunque intorno a noi e noi stessi sembriamo fatti apposta per riceverle. Se pensiamo alla nostra dimensione fisica ci accorgiamo che questa non potrebbe esistere senza relazioni col mondo (infatti respiriamo e mangiamo); la nostra dimensione mentale è preposta alla valutazione dell'ambiente per la sopravvivenza personale; la nostra anima esiste solo in quanto connessa con le altre.

TUTTO IN NOI HA BISOGNO DI RELAZIONI.

- Penso che sia la natura stessa ad avere in sé un principio di ordine relazionale che nella ragione umana trova il suo coronamento come "saggezza solidale".¹
- L'approccio relazionale della scuola di Palo Alto identifica comportamento (verbale e non verbale) e comunicazione.²
- Ora che percepire sia conferire un senso ai dati informi dell'esperienza, è una cosa; che questo senso sia lo stesso del significato semiotico è un'altra. Le due forme di significato sono più legate di quanto non si sia ancora abituati.³
- La funzione umana del linguaggio è la comunicazione e il contatto sociale. ⁴

Poiché il mondo è in continua evoluzione e ci troviamo sempre di fronte a nuovi stimoli, chiudersi alle relazioni significa non apprendere le modalità di risposta adeguate.

È possibile proporre un esempio tratto dalle relazioni quotidiane, analizzate dal punto di vista sonoro musicale: se ho imparato ad esprimermi sempre sotto voce, comunicherò sempre con questa metodica. Se però incontro una persona che urla, il primo istinto è la paura e la fuga. Incontro una novità che non so gestire e scappo.

Pensiamo alle capacità di adattamento dei soggetti disabili, alle difficoltà relazionali fra colleghi di lavoro, fra insegnanti ed alunni e fra medici e pazienti.

In tutti questi casi è possibile guidare il paziente attraverso un percorso di arricchimento delle proprie esperienze fino a che, da solo, non sia in grado di ricercare quelle utili a superare gli stimoli che la vita gli pone di fronte.

La guarigione era il risultato della natura, non dell'azione del medico, che si limitava a partecipare al decorso della malattia [...] insieme al paziente.⁵

È quindi possibile ed auspicabile che ognuno di noi non solo approfondisca il più possibile ciò che già sa, ma sappia aprirsi anche a ciò che non sa. Se non ne siamo capaci, e la carenza pregiudica un sereno stile di vita, è possibile richiedere l'intervento della disciplina adeguata:

Danza	Che può influire su: movimenti del corpo
Teatro	Che può influire su: espressioni facciali e sguardo
Arte	Che può influire su: scritti e segni grafici
Musica	Che può influire su: espressioni sonore (vocali e non), rigidità corporee

Qui sopra ho proposto prevalentemente attività di tipo artistico poiché sono le più idonee a sviluppare più aree del cervello umano: se sviluppate secondo tecniche di apprendimento di SCHEMI portano ad uno sviluppo cognitivo di tipo LOGICO, se presentate in forma di GIOCO perlustrano l'aspetto EMOTIVO della personalità e se proposte con approccio TERAPEUTICO aiutano ad acquisire le competenze per lo sviluppo RELAZIONALE.

Una situazione ideale vede la formazione di una équipe di figure differenti e complementari che sappia analizzare da più punti di vista la persona e proporre il percorso ideale: Artisti e Arti-Terapisti, Psicologi, Logopedisti, Fisioterapisti e Psicomotricisti, Grafologi, ecc.

Ogni territorio va inteso come spazio utile per "aprire" relazioni ed "accedere" alle varie dimensioni della personalità umana.⁶

Tuttavia dobbiamo notare che ognuno di noi viene guidato dalle persone che ha intorno, per cui tutti siamo, potenzialmente, fautori del processo di apertura relazionale, e quindi di guarigione, dei nostri amici a prescindere dal nostro mestiere.

QUINDI: ogni suono è un invito ad apprendere metodi di comportamento capaci di eliminare la paura e aprirci serenamente al mondo.

¹ Mancuso V., *L'anima e il suo destino*, Raffaello Cortina, Milano, 2007, p. 19

² Anolli L., Ciceri R., *La voce delle emozioni*, Franco Angeli, Milano, 1992, p. 40

³ Eco e Volli, in: Anolli L., Ciceri R., *La voce delle emozioni*, Franco Angeli, Milano, 1992, p. 42

⁴ Vgotskij L. S., in: Anolli L., Ciceri R., *La voce delle emozioni*, Franco Angeli, Milano, 1992, p. 24

⁵ Blanc C., Suvini F., *Curare con il suono e la musica*, Logisma, 2001, in: Suvini F., *Forme e strutture musicali in musicoterapia*, Cittadella, Assisi, 2001, p. 4

⁶ Spaccazocchi M., *Musica umana esperienza*, Quattro Venti, Urbino, 2000, p. 23