

Estratto Tesi: “*Alla ricerca della Vocalità perduta – Possibili applicazioni in Musicoterapia*”
di Alessandro Cicutto (CMT Milano) - e-mail : alessandro.cicutto@gmail.com

INTRODUZIONE

VOCI DEI PIGMEI AKA. UN ESEMPIO DI ORGANIZZAZIONE MUSICALE DI UN SISTEMA COMUNITARIO.

Una definizione unanime di Musicoterapia non può esistere. Mi piace pensare a qualcosa che potrebbe riassumersi nell’espressione “entrare in comunicazione sonora con il mondo che ci circonda”. Questa definizione non può che calzare a pennello per descrivere il legame sociale oltre che spirituale che i Pigmei Aka hanno con la natura. Questa è la ragione essenziale della mia introduzione che attinge ampiamente dall’antropologia culturale.

I pigmei Aka vivono nelle foreste pluviali dell’Africa centrale, la loro profonda interazione con la natura si può paragonare a quella madre/bambino. La foresta è il legame parentale, il rispecchiamento è immediato ed i tratti simbiotici sono assimilabili. Infatti si può constatare che gli Aka considerano la foresta, in cui avvengono tutti i loro canti, le danze e le narrazioni, come una madre protettiva, mentre nei villaggi sono piuttosto sospettosi e vedono i contadini e la vita più urbanizzata come potenziali minacce.

I pigmei Aka non imparano la musica, crescono con la musica ed il canto nel modo più spontaneo possibile e con risultati d’insieme sorprendenti. Questa concezione di essere a contatto quotidianamente con un percorso musicale, comune in passato anche nelle culture popolari europee, nel mondo industrializzato è andata a perdersi progressivamente.

La loro musica¹ è quasi esclusivamente vocale, la tecnica è simile allo yodel (passaggio rapido dalla voce di petto alla voce di testa) e, indicando il carattere giocoso e naturale, viene chiamata pure “mebasi, mongombi” che si può tradurre in “gioco vocale”. Ognuno prende parte in modo diverso ed eguale misura nella tessitura musicale con degli intrecci contrappuntistici, paragonabili alla polifonia vocale occidentale del 1400, per esempio la Passacaglia o l’Ars nova.

Il canto si compone di semplici fonemi, sillabe senza senso, accompagnato dal battito ritmico delle mani o di legnetti.

La “performance” musicale non può essere intesa nel senso che le diamo noi, visto che la mancanza di un vero culto della personalità porta a limitare i vari esecutori a delle parti soliste funzionali alla comunità.

¹ Per un ascolto: il doppio cd OCORA – Anthologie de la Musique des Pygmees Aka. Parigi 1987

Non esistono dei ruoli gerarchici nell'organizzazione sociale ed in quella musicale, un individuo assume le funzioni di leader del canto o della danza, che sono strettamente associati, ma non importa che abbia la voce più bella o sia il danzatore più agile, chiunque può entrare a far parte del gruppo in qualsiasi momento e nessuno può obbligare un altro membro della comunità a partecipare ad un evento contro la sua volontà, rispettando così un concetto egalitario a cui tante società moderne aspirano.

Di conseguenza la musica gioca un ruolo importante come collante sociale, un legame con la comunità che si costruisce anche tramite un processo artistico-creativo.

Non c'è nulla di esplicitamente terapeutico, non come in altri casi di trance indotta come per i culti di possessione in Africa occidentale (Benin) o nel mondo arabo, al limite può avere una finalità preventiva considerando che i presupposti di un sano equilibrio psichico hanno come base un minimo di partecipazione in un processo creativo o di sufficiente interazione con l'ambiente in cui si vive. In questo contesto musica (fatto sonoro) e terapia (relazione) sono così strettamente correlati e amalgamati che non possono essere nettamente distinti.

1. LA VOCE E' UNO STRUMENTO ?

E' la voce a cantare il proprio corpo ..., la voce che ci canta.

La questione della voce come “strumento” può scatenare una serie di dibattiti senza fine.

La voce ce la portiamo sempre dietro, fa parte di noi. La laringe, gli organi fonatori possono definirsi “strumenti” ma non la voce. Il risultato di una produzione vocale comporta dei fattori molto più complessi e vasti che una mera reazione determinata da dei semplici meccanismi articolatori.

Si potrebbe dire, ma è comunque limitativo, che il nostro corpo è lo strumento risuonatore della voce che diventa suono. La voce è espressione, prolungamento del proprio corpo.

Lo slancio di una voce libera trascende qualsiasi organo o meccanismo della sua fonazione.

Secondo la teoria neuroconassica di R. Husson (1951) le corde vocali vibrano per impulsi provenienti dai centri cerebrali, per cui per l'effetto dell'attività neuromuscolare, non per l'aria sospinta dai polmoni. Il muscolo vocale risponderebbe colpo a colpo agli impulsi nervosi inviati dal cervello.

Questa teoria non è stata del tutto accettata dalla fisiologia moderna. La teoria di fonazione più accreditata è quella *dell'effetto Bernouilli* (le corde vocali subirebbero un movimento di "aspirazione" verso la linea mediana con le variazioni della pressione delle corrente aerea espiratoria), ma per il percorso che sto portando avanti in questa tesi mi interessa sottolineare lo stretto legame che la teoria di Husson ha con il fattore emotivo e la gamma espressiva dell'essere umano, visto che le emozioni sono la molla scatenante nell'attivazione degli impulsi nervosi.

Uno strumento si identifica con qualcosa che sta al di fuori di noi, si costruisce ed è soggetto a limitazioni dovute alla sua forma, consistenza, materiale. Un cantante, che ha studiato per anni come controllare l'emissione vocale, la respirazione e la modulazione, può usare il termine strumento per la sua voce, coltivata appunto come si studia per anni il pianoforte od il violino. Ma questo "strumento" viene utilizzato in altri mille contesti; in altre gamme di sfumature infinite che ampliano, dilatano la ristrettezza del termine.

Non conosciamo realmente la potenzialità espressiva vocale insita in ognuno di noi; vocalità senza confini, oltre gli stili e, per esprimersi realmente nella sua vera identità, senza la necessità di stili. Qui entra in gioco l'applicazione della voce in ambito terapeutico. La tavolozza di colori infiniti che la contraddistinguono può essere utilizzata per altri scopi che non siano quelli puramente estetici, conformi al "bel canto".

L'obiettivo è di aiutare a rendere consapevoli i pazienti che la loro voce è qualcosa di strettamente personale, duttile e che può essere usata con soddisfazione non solamente per cantare una melodia, per raggiungere una perfetta intonazione, non solo per suscitare negli altri una sensazione di bellezza fine a se stessa...

E' inoltre importante tenere conto che in origine tutti gli strumenti, non solo quelli aerofoni, sono stati creati per imitare la voce², oppure le voci della natura, e se con il passare del tempo si sono evoluti ben oltre la naturale estensione umana, sicuramente non hanno superato la sua capacità espressiva.

In India tutti i musicisti partono dall'educazione della voce; cantare è la prima arte, il primo passo nel percorso musicale, suonare uno strumento viene come seconda e danzare come terza.

La voce che imita gli strumenti è una pura novità del nostro secolo.

² Oltre agli aerofoni (flauti, sassofoni, clarinetti, ocarine) anche la famiglia degli archi, i cordofoni indiani (sitar, sarod) sono strettamente legati alla voce umana. L'India ha un legame profondo con la voce, "strumento" per eccellenza. Alcuni strumenti a percussione possono imitare la voce umana, specialmente nel parlato: tablas indiane, tamburi parlanti africani (dondo).

1.1. POTENZIALITÀ EMOZIONALI

La voce è anche il mezzo più potente: cosa ha più potere emozionale dell'urlo gioioso di un bambino che vede la madre, l'urlo di un uomo nel dolore più terribile, il pianto di disperazione o d'umiliazione?

Peter Hammill

La voce risuona in tutto il corpo, scaturisce dall'emozione, dal controllo dell'abbandono, come sentirsi avvolti dalle fiamme senza bruciarsi. Con il canto si riscopre la propria corporeità, perché senza dubbio la voce ha a che fare con la percezione e la fisicità di noi stessi.

Riuscire a gestire il “grido” senza lacerarsi, guardandolo uscire da noi stessi per diffondersi nello spazio, per trovare il proprio “luogo” o per ritrovare ciò che abbiamo perduto, nascosto nelle profondità del nostro corpo-essere. E' una gioia immensa ritrovarla, poiché la voce rappresenta l'essenza più vera di una persona.

La voce è, più del corpo e dell'immagine, “*voler dire e volontà di esistere*”, scrive Paul Zumthor (1984). E' anche soprattutto apertura verso l'altro. Nessun mezzo artistico possiede la stessa forza per facilitare il contatto con il mondo e per esprimere l'interiorità più profonda del nostro essere.

La comunione con il mondo insita nella voce umana dà la fiducia necessaria per interagire spontaneamente con il proprio simile, per permettere di sviluppare quella naturale tendenza alla comunicazione. E' il primo passo per instaurare un rapporto con l'Altro, determinante per abitare la distanza esistente tra due essere umani e nello stesso tempo per mantenere i limiti del proprio corpo e della propria identità.

La voce ci canta quando qualcosa di noi emerge, quando ci racconta le profondità del nostro essere. Fare emergere la voce ad un paziente è liberatorio, permette di indirizzarlo su un percorso di crescita di sé stesso.

Avviene la liberazione quando è l'emozione a uscire, è l'emozione a modificare lo stato di apatia vissuto fino a quel momento. Come la voce riesce a influire sulle persone ?

Come rilevato, sempre da Zumthor, *le emozioni più intense suscitano il suono della voce, raramente il linguaggio.*

Il grido, il sussurro sono dinamismi elementari, fenomeni di liberazione vocale che riportano alla condizione originaria di vibrazione, aiutando a sbloccare la “memoria corporea”.

Una volta che la persona ne viene colpita significa che qualcosa si è smosso, non è così essenziale comprendere che cosa ha determinato lo sblocco, che cosa è scaturito dal suono, ma ne è commossa ed, oltre al puro godimento estetico, avviene qualcosa a livello più profondo, che modifica il proprio stato d'animo.

Certo davanti a qualsiasi ondata di forte impatto emotivo siamo tutti degli analfabeti, non riusciamo a riconoscerne il linguaggio, ad interpretare le nostre reazioni. Come riportato da D. Goleman nella sua opera “Intelligenza emotiva”:

Fin da piccoli dovremmo apprendere i rudimenti di un “alfabeto emozionale” che ci aiuti a sviluppare un nuovo tipo di sensibilità e di intelligenza sociali – definito per l’appunto “intelligenza emotiva” – senza il quale avremmo difficoltà a promuovere più evolute forme di coesistenza.

L’importanza dell’aspetto emozionale nella trasformazione ed anche nell’apprendimento non viene riconosciuta dalla cultura istituzionale ed è tenuta fortemente distinta dai processi cognitivi. Invece di farne parte integrante e stimolante dell’intero processo, le potenzialità insite nel mondo emozionale vengono nella maggior parte dei casi solamente bollate come irrazionali.

1.2. VOCALITÀ E SPECCHIO SONORO.

Si dice il vociare dei bimbi, non il parlare.

Perché la parola viene dalla lingua ma la voce arriva tanto dal profondo quanto la più lontana delle stelle.

Lorenzo Mullan

E' il suono della voce che affonda di più le radici nel profondo. Nel grembo materno il corpo è già abitato da molte voci..., il bambino percepisce la voce materna.

Come afferma Pierre Paul Lacas (1982): *“La voce della madre è quella della musica, la musica deriva dalla voce della madre”*. Sicuramente, aggiungo, riconosce pure quella del padre, specialmente nei toni gravi.

Il bambino è immerso in queste sonorità e non conosce, non fa distinzioni tra rumori e parole, esistono per lui solamente degli stimoli vibratorii. Nelle prime settimane di vita inizia a giocare con i suoni che emette ed a pochi mesi imita i suoni che sente intorno a sé e specialmente quelli della madre.

La costruzione del Sé e del mondo esterno avviene attraverso lo specchio sonoro, l'insieme di relazioni di vita che caratterizzano le nostre emozioni.

I suoni vocali che produciamo nella prima infanzia fanno parte di un linguaggio a sé, un linguaggio che può essere definito “universale” a tutti gli effetti. Un linguaggio che nasce prima della parola ed è l'anticamera della parola. L'ascolto della vocalità senza linguaggio ci riconduce a quei momenti perduti, parla alla voce inconscia di tutti noi.

Il linguaggio, prima della parola compiuta, si presenta come un gioco vocale e musicale, con dei parametri ritmici e melodici, con una ripetizione regolare, con delle pause di interazione nella diade madre/bambino accompagnati da movimenti corporei e gestuali, che rientrano in una struttura musicale complessa.

La voce della madre è di importanza vitale come lo saranno più tardi le ninne-nanne. Al momento di andare a dormire è una difesa contro l'angoscia, diventa un “oggetto transizionale”, un ponte relazionale con una forte valenza simbolica.

Non c'è nulla di più funzionale del tono rassicurante della madre, capace di placare in un attimo la crisi di pianto del bambino. Il rispecchiamento avviene con lo sguardo e con la voce, in un continuo gioco di interazione basato sul non verbale.

La mamma entra nel gioco adattando il suo linguaggio da adulto a quello del bambino, cioè a un “babytalk” basato su lallazioni, balbettii, onomatopee che lo stimolano a relazionarsi con il mondo esterno.

La voce si sintonizza immediatamente con il suo stato d’animo tramite un codice più profondo di quello linguistico. Il bambino riconosce immediatamente la voce della madre, fa parte del suo “ISO gestaltico” (Benenzon 1997)³.

Un cordone ombelicale sonoro li lega, come fa notare J. Vasse *“dopo la rottura del cordone ombelicale, l’essere tutt’uno con il corpo della madre viene a ristabilirsi mediante il contatto vocale”*. *La voix, c’est exister... Or, pour exister, c’est avoir un lieu, un lieu pour être soi, un lieu pour devenir soi...*

Per i bambini nati prematuri e che si trovano nell’incubatrice il contatto con la madre, spezzatosi prima del previsto, riacquista “corpo” con l’ascolto della sua voce.

E’ significativo il fatto che nell’autismo infantile, oltre all’assenza della sintonizzazione visiva, mancano o sono poche significative anche queste produzioni vocali pre-verbali, caratteristiche nel bambino dai primi mesi ai 18 mesi ed oltre.

Ci sono parecchi ostacoli nell’ascolto, nel recupero di questa dimensione in bilico tra suono e rumore. E’ necessaria un’apertura, un orizzonte nuovo per cogliere quella ricchezza che brilla ancora nascosta sotto le facciate di una società tecnologica, immersa in una accozzaglia di suoni indistinguibili e dai ritmi frenetici del vivere moderno. La nostra voce naturale si perde, risulta appiattita oppure esageratamente reattiva perchè assalita da un eccesso di stimoli.

³ L’ISO gestaltico include nell’inconscio le energie sonore a partire dal concepimento di ogni individuo. Queste energie potranno influenzare quelle che si trovano nell’ISO universale, cioè l’insieme delle energie sonore di base comuni di tutto il genere umano (il ritmo binario che imita il battito cardiaco, il suono e il movimento dell’acqua).

1.3 IL GIOCO CONTINUA...

Il vero uomo nasconde in sé un bimbo che vuol giocare.

Detto di Zarathustra

In tutti i loro balbettii i bambini pronunciano suoni che gli adulti non producono e addirittura non sono in grado di emettere. In tutte le espressioni usate nel linguaggio infantile vi sono elementi che non vengono usati nel linguaggio umano, eccetto che per un impiego interiettivo.

Il bambino continuerà a giocare...anche quando avrà acquisito i rudimenti linguistici. La parola verrà usata con una particolare predilezione per il tratto fonetico piuttosto che per quello grammaticale o semantico, come è tipico nei giochi linguistici infantili. Inventeranno parole senza senso allineandole in rima, le centinaia di *conte* esistenti in tutto il mondo sono da esempio:

Am blim blero

Cico cico lero

beccati uno schiaffo

non dir perchè,

cuci cucu cucu. che bel pancino.

questa e la storia di Giacomino!

Spesso le *conte* si sostituiscono a parole già esistenti su una melodia nota, per esempio Giro Girotondo. Possono benissimo essere accostate agli esperimenti di *poesia sonora* del '900 o alle formule magiche, pure espressioni del fascino del suono delle parole con una sequenza ritmica che servirà da stimolo alla memorizzazione delle parole.

Il fattore uditivo è fondamentale e l'imitazione dei bambini dei tratti linguistici degli adulti produrrà degli esiti creativi, superiori in un certo senso alla sola riproduzione con fini di apprendimento.

1.4. CANTO E PAROLA

La voce senza linguaggio. Le voci non hanno bisogno del linguaggio per esprimersi nel canto, ma il linguaggio ha bisogno della voce per poter vivere. La vocalità senza parole, per cui senza significato, è pura espressività o pura musica. Le parole legate ad un senso sono spesso un ostacolo, un vincolo a cui si può fare a meno per andare oltre, sfiorare l'indicibile e arrivare a una dimensione perduta.

Il canto appartiene al dominio musicale e non a quello della parola. La voce rappresenta l'anello di congiunzione più forte tra mente e corpo.

Come puntualizzato da A. Tomatis : *“Quindi è bene cercare di tenere distinti i concetti di VOCE e di PAROLA che rappresentano rispettivamente un tipo di comunicazione "EMOTIVA" (VOCE) e "RAZIONALE" (PAROLA)”* .

La vocalità trae la sua ragione d'essere con questa premessa teorica. In un contesto di utilizzo senza alcun linguaggio verbale o forma significativa.

Il senso risiede nel suono stesso e nella sua capacità immediata di coinvolgimento emotivo, come nello yodel, espresso magnificamente dai canti dei pigmei.

2. LA VOCE IN ALTRE CULTURE⁴

Nella spiritualità delle origini, il suono è la forza creatrice elementare, le tre forze creative della vita sono gerarchicamente suddivise:

La prima è la potenza della voce (il canto, la parola), la seconda è la trasformazione e la materializzazione di tale forza cantante in energia di nutrizione, la terza costituisce la facoltà di procreazione.

Marius Schneider

In Occidente abbiamo progressivamente perduto quel rapporto voce/suoni naturali, a causa di un'incessante ricerca di perfezione delle proprie capacità. La musica occidentale classica si è evoluta seguendo canoni estetici, comunque rimessi in discussione come tutte le arti all'inizio del '900, e soprattutto il canto occidentale di estrazione "colta" ha raggiunto il massimo dell'artificialità, creando un abisso con il comune sentire delle persone e con il loro rapporto quotidiano con l'arte.

La voce, dovendosi adattare al sistema temperato ed alla suddivisione in modo parziale dei suoni naturali all'interno di un'ottava, si è trovata imprigionata, senza tutti i battimenti ed i colori che la esaltavano e rendevano unica nella sua ricchezza espressiva.

Non è solo questione del solito immaginario esotico e paradisiaco. Non intendo dire che dobbiamo tornare indietro alle origini di una "cultura orale", ad un sistema primitivo meno organizzato per ritrovare quell'antica magia, e neanche reinventare un contesto culturale che non è il nostro, ma indubbiamente penso sia necessario prenderne coscienza, specialmente per muoversi nell'ambito della vocalità e per accedere a un'estensione più ampia e viva del nostro corpo-voce.

Non è sempre così certamente, malgrado tutto la maggior parte delle persone continua a canticchiare, a fischiettare senza rendersi conto, in quasi tutte le attività quotidiane, perché è sicuramente la cosa più naturale di questo mondo. Forse è solo quando ci si pone di fronte a un presunto professionista della voce che si cercano di fare penosi paragoni e che si crea la divisione tra "bel canto" e tutto il resto.

Per colmare questo gap ci si inventa il karaoke che ci fa credere di essere sul palcoscenico e di imitare goffamente gli artisti, magari anche per diminuire il senso di frustrazione o forse per puro spettacolo.

Questo discorso non vale per la musica cosiddetta popolare, con riferimento particolarmente alle musiche del mondo, poiché risponde ad altri bisogni, più immediati ed espressivi ed assolutamente non spettacolari. Sebbene il significato più profondo sia andato perduto, le tracce arcaiche della sua naturalezza espressiva associata a una dimensione più rituale sono ancora vive.

Pure il carattere peculiare della persona corrisponde di più alla sua voce, non è snaturata della sua vera originalità, aspra o dura che sia. E' unica e questo è il fatto più importante.

⁴ I musicoterapeuti occidentali non sembrano tenere sufficientemente conto del fatto che gli effetti della musica, qualunque essi siano, sono proporzionali al valore ad essa attribuito e che ogni cultura e gruppo sociale accorda pienamente tale valore solo alle strutture sonore che è in grado di conoscere, riconoscere e utilizzare come proprie.
Cfr. Giannattasio - Il concetto di musica pag.232- 1998

Come già illustrato, l'imitazione dei suoni intorno a noi è caratterizzata solo nei primi mesi di vita come giochi sonori, lallazioni ed in seguito, con l'utilizzo del linguaggio, strutturato secondo il rispetto del significato, ma a scapito della naturalezza espressiva, si perde a poco a poco la caratteristica, diciamo "non-funzionale" ma fondamentale per la vita creativa-emotiva dell'individuo e l'utilizzo della voce viene "strumentalizzata", ovvero indirizzata solo a scopi ben precisi.

Mentre in molte culture extra-europee questo uso naturale continua per tutta la vita, e non solo in relazione al linguaggio pre-verbale od a particolari modalità sciamaniche. La voce risulta meno stemperata ed il canto abbraccia ogni sua risorsa, compreso il bisbiglio, la parola, il mormorio e l'urlo. Così come qualsiasi oggetto capace di produrre un ritmo diventa strumento musicale.

E' inoltre il fattore estatico che conta più di quello estetico, tenendo in considerazione ovviamente che quest'ultimo è più che altro di origine culturale ed i parametri oggettivi lo sono solo all'interno di un certo contesto.

Di seguito riporto dei brevi cenni sulle altre culture, senza pretese di esaustività, ma con l'intento di indicare quei presupposti che le fanno rientrare a piene ragioni nell'ambito di una vocalità universale.

Tra vari popoli queste pratiche hanno effetti curativi oltre che rituali, ma devono essere considerate valide solo all'interno di quelle culture.

Il recupero all'interno della nostra cultura di alcune di queste pratiche tradizionali come lo erano per esempio i rituali dell'*argia*⁵ in Sardegna, particolarmente legate ai canti, modulandone le caratteristiche in un'ottica attuale e riconoscibile, potrebbe essere un tipo di approccio possibile da seguire in ambito terapeutico.

La vocalità e' qui intesa come *pratica rituale antica di reintegrazione di uno squilibrio e riappropriazione di quella potenzialità espressiva insita in ognuno di noi*.

⁵ L'argia era un rituale terapeutico del tarantismo sardo, rivolto alla guarigione dal morso di alcune specie di ragni velenosi classificati in Sardegna come *argias* (o *arzas*). La scelta dei canti è particolarmente complicata, infatti i "dialoghi cantati" con il ragno (fatti soprattutto dalle donne) variano a seconda delle molteplici reazioni dell'argiato e i canti che appartengono al repertorio della musica tradizionale sarda sono legati emotivamente alla quotidianità assumendo quindi al contempo una funzione comunicativa soggettiva e anche una funzione contenitiva. Si rimanda a Stefania Battarino: "Ipotesi di lettura musicoterapeutica del tarantismo sardo".

