

CEP
Centro Educazione Permanente – Assisi
Sezione Musica

CORSO QUADRIENNALE DI MUSICOTERAPIA

MUSICA E PSICODRAMMA:

Utilizzo della musica registrata nella messa in scena dello psicodramma olistico

Tesi di diploma in Musicoterapia
Novembre 2003

Relatore:
Prof. Gerardo MANAROLO

Candidata:
Viviana PATUZZI

INTRODUZIONE

Lo psicodramma è stato ed è tuttora un'esperienza molto significativa nella mia vita.

Mi sono avvicinata per la prima volta a questa forma di psicoterapia sette anni fa come paziente. Inizialmente ero un po' scettica poi, invece, me ne sono appassionata. Ho constatato così che partecipare ai gruppi di psicodramma olistico è stato veramente utile per la mia crescita personale e professionale. Sono convinta infatti che sia molto importante, per chi affronta delle professioni che hanno a che fare con la terapia, curare la formazione personale e sottoporsi ad un cammino di conoscenza di se stesso, naturalmente diverso per ogni persona.

Ad un certo punto ho smesso di essere paziente e, incuriosita dalle musiche registrate che venivano messe dalla psicodrammatista durante i vari incontri, ho iniziato ad interessarmi a questo aspetto musicale nello psicodramma olistico, nonostante questo non fosse l'ambito musicoterapico nel quale lavoro, occupandomi io principalmente di musicoterapia attiva. In ogni caso penso sia molto utile conoscere anche altri modi di lavorare e interessarsi ai diversi aspetti della musica e della musicoterapia.

Ho iniziato così le mie ricerche, rilevando che la bibliografia inerente alla musica nello psicodramma classico di Moreno, l'ideatore dello psicodramma, è molto scarsa, almeno in Italia. Riguardo a tale tematica ho scoperto che esiste solo un capitolo del libro di J.L. Moreno, *Manuale di psicodramma*¹, dedicato ad alcuni esperimenti con la musica attiva, chiamata "psicomusica", e al racconto di un percorso affrontato per aiutare un violinista direttore d'orchestra che soffriva d'ansia da prestazione durante l'esecuzione.

Ho poi contattato una musicoterapista di Napoli, Carmen Anatella, che mi ha fatto avere l'unico libro in commercio in lingua inglese, *Acting your Inner music*², scritto dal nipote di Moreno. Egli, psicologo, psicodrammatista ed anche pianista, approfondisce in questo libro l'argomento dello psicodramma musicale.

Per quanto riguarda la musica nello psicodramma olistico, invece, gli psicologi Alberto Bermolen, Maria Grazia Dal Porto e Lucia Moretto, consultando un

¹ J. L. Moreno, *Manuale di psicodramma*, Astrolabio, Roma, 1985 pp. 339-376.

² J. J. Moreno, *Acting your Inner Music*, Ed. MMB Music, 1999.

musicoterapista argentino, C. Fregtman, hanno scritto qualcosa di generale nei loro due libri, *Verso una pedagogia olistica* e *La via del simbolo*³.

Contemporaneamente alla ricerca bibliografica ho cominciato a collaborare con la psicoterapeuta psicodrammatista come “ego ausiliario musicale”, entrando in modo più approfondito dentro alle dinamiche dell’intera sessione di psicodramma, senz’altro agevolata dall’esperienza fatta negli anni precedenti come paziente. Dopo un periodo di osservazione, relativo al cambio delle varie musiche effettuato dalla conduttrice durante tutta la sessione psicodrammatica (a partire dalla consegna, per arrivare, passando attraverso la drammatizzazione, alla parte finale della danza), ho voluto soffermarmi e approfondire principalmente l’utilizzo della musica nella fase della messa in scena, perché è proprio in questo particolare momento che le differenti musiche assumono una funzione particolare: sostengono, amplificano o mitigano le varie emozioni che si susseguono.

Procedendo con le mie ricerche ho poi sentito l’esigenza di approfondire l’aspetto teorico che riguarda la musica e le emozioni, per andare un po’ più a fondo alla problematica tuttora in corso riguardo a tale argomento; quest’approfondimento l’ho poi affrontato nella tesi, proprio come spiegazione e preludio al mio lavoro esperienziale.

In tale percorso teorico e pratico mi sono confrontata, per la parte psicologica e psicodrammatica, con Lucia Moretto, psicoterapeuta e psicodrammatista con esperienza decennale in merito alla tecnica olistica; per la parte musicale, sia per quanto concerne le analisi semantico-musicali dei brani, che per la parte teorica riguardante la musica e le emozioni, mi sono confrontata con Luigi Lera, musicista e musicologo, autore di un manuale di armonia e contrappunto e di altre pubblicazioni relative alla polifonia medioevale e rinascimentale, attualmente docente di storia della musica presso il Conservatorio di Monopoli (BA) e di armonia e contrappunto presso l’Università della Calabria.

La presente tesi, quindi, si propone di approfondire l’argomento riguardante l’utilizzo della musica registrata durante la messa in scena dello psicodramma olistico.

Il lavoro si compone di una parte teorica e di una parte pratica.

La parte teorica è formata da quattro capitoli.

Il primo spiega lo psicodramma classico di Moreno e lo psicodramma olistico.

³ A. Bermolen, M. G. Dal Porto, L. Moretto, *Verso una pedagogia olistica*, Bulzoni, Roma, 1993, pp. 59-72.
A. Bermolen, M. G. Dal Porto, L. Moretto, *La via del simbolo*, Editrice CVX, Roma, 2001, pp. 65-68.

Nel secondo capitolo viene affrontato brevemente l'argomento inerente alla tragedia greca, poiché lo stesso Moreno ha attinto ad essa per la realizzazione dei suoi psicodrammi.

Il terzo capitolo è dedicato alla musica nello psicodramma, facendo la distinzione tra psicodramma musicale e la musica nello psicodramma olistico.

Il quarto capitolo approfondisce l'argomento sulla musica e le emozioni, mettendo in evidenza nell'ultimo paragrafo, attraverso una conversazione fatta con il musicista-musicologo Luigi Lera, le due diverse posizioni esistenti riguardo al tema della musica come linguaggio delle emozioni.

La parte pratica è formata da due capitoli.

Nel quinto capitolo viene riportato tutto il percorso esperienziale di ricerca, l'inizio di un lavoro che considero in itinere.

Nel sesto capitolo vengono spiegate le applicazioni pratiche dello psicodramma olistico e vengono descritti alcuni casi con i quali ho utilizzato le musiche selezionate.

CAPITOLO I

LO PSICODRAMMA

1.1 LO PSICODRAMMA CLASSICO

1.1.1 LE ORIGINI

Per iniziativa di Moreno (1889-1974), l'ideatore dello psicodramma, nel 1921 nasce a Vienna il Teatro della Spontaneità.

La sua caratteristica è quella di essere una forma d'arte in cui non si fanno mai prove, sconvolgendo così il rigido conformismo del teatro classico.

Moreno, esaminando l'effetto prodotto su una giovane attrice da ciò che aveva interpretato sulla scena, scopre l'azione terapeutica e catartica che il dramma produce sugli attori.

Barbara, attrice non professionista, che fino a quella sera aveva sempre assunto ruoli di "immacolata femminilità", per l'azione catartica di un ruolo diverso, quello di "prostituta", riuscì a migliorare i suoi rapporti coniugali.

Moreno capì immediatamente che questa era terapia. Il Teatro della Spontaneità si trasformò così, casualmente, in Teatro Terapeutico, perché in grado di sortire un effetto liberatore, catartico.

Tale avvenimento è diventato leggendario nella storia dello psicodramma. Lo psicodramma nasce proprio dal Teatro Terapeutico adattato, attraverso modifiche, a situazioni più specifiche connesse a vissuti patologici e disagi psichici di varia natura.

Lo psicodramma può essere quindi definito come una tecnica psicoterapeutica, una rappresentazione scenica spontanea, che permette, attraverso l'azione, di rendere visibili e di rivivere, nell'*hic et nunc*, conflitti interpersonali ed intrapsichici.

Esso è caratterizzato da tre momenti (riscaldamento, drammatizzazione e condivisione tra i membri del gruppo), e prevede: una *scena* dove si svolge l'azione; un *protagonista* della rappresentazione; gli *ego ausiliari*, cioè gli altri partecipanti con la funzione di recitare quelle parti di cui il protagonista può aver bisogno (persone reali o simboliche della sua vita); un *uditorio* che, come il coro della tragedia greca, fa da eco al protagonista manifestando le proprie emozioni; ed infine il *direttore* che promuove l'azione invitando i partecipanti ad agire verbalmente, con il contatto fisico e con l'espressione corporea, ed utilizzando diverse tecniche psicodrammatiche, con la funzione di aiutare il protagonista a mettere in scena il proprio mondo interno.

1.2 LO PSICODRAMMA OLISTICO

1.2.1 LE ORIGINI

Lo psicodramma olistico è una terapia creativa che prende in considerazione la persona nella sua totalità, stimolando la messa in scena del mondo interno attraverso diversi canali espressivi.

Pone quindi attenzione non solo alle parole e al corpo, ma anche all'espressione grafica, alle immagini, ai simboli che emergono durante il riscaldamento, in modo da integrare l'intuizione e la razionalità, l'azione e la riflessione, la giocosità e la serietà.

Alla base dello psicodramma olistico vi è un ampio ventaglio di riferimenti teorici: lo psicodramma moreniano, il contributo delle scuole di psicodramma argentino, la psicologia del profondo (Jung), la terapia della Gestalt (Perls), che insieme contribuiscono ad avere una visione globale, olistica di ciò che viene rappresentato.

Nello psicodramma olistico vengono utilizzati stimoli, come il sogno guidato e il disegno, che portano i simboli e le immagini ad emergere. E grazie alla concretizzazione di tale immagine o simbolo, lo psicodramma offre la possibilità al protagonista, oltre che di esprimere la propria creatività, anche di vivere una nuova immagine, di conoscere nuovi modi di vedere la sua realtà.

Gli stimoli utilizzati tentano di rendere visibile la realtà profonda che risiede in ognuno di noi; è attraverso di essi che si accede agli strati più profondi della psiche²⁴.

Lo psicodramma olistico introduce i partecipanti in una realtà ricca di simboli, segni, metafore, sottolineando le connessioni tra mondo interno e mondo esterno, utilizzando non solo la parola come mezzo di comunicazione, ma anche l'espressione artistica e corporea, l'azione. Si ritiene infatti, che l'uso puro e semplice di parole porti l'uomo ad allontanarsi dalla propria essenza.

“Aprire i canali a formare alternative di espressione significa acquisire nuove possibilità di comunicazione e di contatto”²⁵.

Come afferma Read²⁶, l'arte è stata in passato, ed è ancora, uno strumento essenziale per l'ampliamento della coscienza umana. È l'espressione artistica che rende visibile e comunicabile, attraverso il simbolismo, la realtà profonda che abita in noi.

Jung²⁷ è stato il primo ad estendere la psicologia a delle dimensioni nuove, che oltrepassano la parola e i concetti e vedono la persona come una totalità nei suoi diversi aspetti interdipendenti: fisici, spirituali, psicologici.

Egli introduce il concetto di immagine primordiale definendola come un'immagine che possiede carattere arcaico e collettivo.

²⁴ A. Bermolen, M.G. Dal Porto, L. Moretto, *Verso una pedagogia olistica*, Bulzoni, Roma, 1993

²⁵ cfr. A. Bermolen, M. G. Dal Porto, L. Moretto, *Verso una... op. cit.*, p. 15.

²⁶ H. Read, *L'arte e la Società*, La Nuova Italia Editrice, Firenze, 1969.

²⁷ C. G. Jung, *Tipi psicologici*, Astrolabio, Roma, 1947.

CAPITOLO VI

APPLICAZIONI PRATICHE DELLO PSICODRAMMA OLISTICO

6.1 INTRODUZIONE

Tendenzialmente lo psicodramma olistico è caratterizzato da tre momenti: il riscaldamento iniziale (stimolo-consegna), la drammatizzazione (preceduta da un'esposizione al gruppo), e la danza (Gestalt Dance).

Il riscaldamento iniziale consiste nel proporre uno stimolo-consegna (sogno guidato, disegno, oggetto intermediario, esercizio corporeo), con un sottofondo musicale adeguato possibilmente con una musica avente una connotazione non troppo specifica, a tutto il gruppo di partecipanti.

L'uso di tecniche espressive favorisce la creatività, permettendo di aprire la strada alla manifestazione di potenzialità nascoste e non sempre sviluppate, e stimolando nel singolo il desiderio di metterle in atto.

L'ordine in cui drammatizzare non è stabilito a priori, ma ogni partecipante è libero di decidere quando portare in scena quello che ha provato, sentito ed immaginato, durante la fase di riscaldamento. Inizia così ad esporre al gruppo e al direttore, il quale sceglierà, fra gli elementi emersi, quelli ritenuti più significativi per la successiva drammatizzazione.

Durante la drammatizzazione, il protagonista del momento ha la possibilità di prendere coscienza dei propri vissuti, apportare delle modifiche sulla scena, riprovare emozioni passate, manifestare la propria gioia o la propria rabbia.

La musica, come abbiamo visto, cercherà di essere adeguata e specifica per ogni momento di rappresentazione.

La danza permette di rendere visibili, attraverso il movimento del corpo, le emozioni, e viene proposta, o durante la drammatizzazione, o come fase conclusiva.

CAPITOLO III

L'IMPIEGO DELLA MUSICA NELLO PSICODRAMMA

3.1 LO PSICODRAMMA MUSICALE¹

3.1.1 LE ORIGINI

Era inevitabile che una personalità così creativa come quella di J.L. Moreno, prendesse in considerazione la possibilità di usare la musica nello psicodramma. Egli, infatti, già nel suo libro, *Il manuale di psicodramma*², descrisse dettagliatamente il lavoro con un uomo di quarantacinque anni, violinista e direttore d'orchestra sofferente di una forte ansia da prestazione durante l'esecuzione musicale, dimostrando un'estrema e reale sensibilità ai tipi di problemi che affliggono molti musicisti. J.L. Moreno tentò anche di creare un'orchestra improvvisata composta da sei membri della filarmonica di New-York, facendo uso di scenari simbolici per ispirare tali musicisti classicamente preparati a creare più spontaneamente. Sempre nel suo libro egli iniziò anche i primi esperimenti con quello che lui chiamava "psicomusica"³, suggerendone due forme: la prima la chiamò organica perché fatta da sé, senza strumenti musicali, realizzata quindi col corpo, la musica vocale e/o l'espressione ritmica; la seconda prevedeva l'uso degli strumenti musicali, utilizzando un approccio che permettesse la libera espressione dell'individuo, perché fosse il più possibile spontaneo, per condurlo alla creatività.

J.J. Moreno, presi in considerazione questi esperimenti dello zio, continuò l'approfondimento musicale nello psicodramma, creando appunto "lo psicodramma musicale", che nasce dall'idea di base del rinforzo musicale del "doppio"⁴ psicodrammatico. Come lui stesso racconta, durante le sessioni di psicodramma, sembrava che spesso i doppi, per andare maggiormente in profondità nei sentimenti dei protagonisti, soprattutto in situazioni di intensità emozionale elevata, ricercassero spontaneamente e provassero a creare rinforzi sonori come sbattere i piedi, rompere una sedia lanciata attraverso il palco e altro. Il palcoscenico stesso, infatti, si prestava a questo, dato che era fatto di legno, quindi molto risonante e

¹ Per quanto concerne lo psicodramma musicale, fonte primaria è stato il testo di J. J. Moreno, *Acting your Inner Music*, Ed. MMB Music, 1999. Data la scarsità di contributi presenti nel panorama editoriale italiano, questo testo rappresenta appunto l'unica fonte e, poiché non è stato ancora tradotto in italiano, ho provveduto personalmente, con l'ausilio di altri, alla traduzione del testo.

² J. L. Moreno, *Manuale di psicodramma*, Astrolabio, Roma, 1985, pp. 347-376.

³ cfr. J. L. Moreno, *Il manuale...*, *op. cit.*, pp. 339-346.

⁴ Il doppio è una tecnica dello psicodramma che richiede una capacità di identificazione da parte dell'ego ausiliario nei confronti del protagonista, in modo da riprodurre fisicamente quello che il protagonista fa nello spazio, ma soprattutto esprimendo ad alta voce quei pensieri, sentimenti, desideri che non è in grado di manifestare verbalmente per diversi motivi. Il doppio può avere anche funzione di sostegno, cioè di conferma rispetto a quanto già espresso dal protagonista, oppure funzione integrativa.

circolare e poteva essere visto come una sorta di percussione simbolica con tutti i partecipanti come musicisti.

3.2 LA MUSICA NELLO PSICODRAMMA OLISTICO

Come ho già scritto nell'introduzione, non esistendo un'ampia bibliografia riguardo all'utilizzo della musica nello psicodramma olistico, approfondirò in questa sede e per la prima volta tale argomento. Ritengo comunque opportuno citare interamente alcuni passi scritti al riguardo da A. Bermolen, M.G. Dal Porto e L. Moretto:

«La musica è un'arte espressiva, suggestiva e magnetica. In tutti i tempi ha manifestato e rispecchiato sia il mondo, sia la vita interiore della persona. Gli archetipi musicali ci trascendono e ci riportano a lontani vincoli con lo spazio e il tempo. La musica, attraverso i suoi simboli, ha sempre colto l'oscuro e l'indecifrabile del misterioso universo che ci circonda e ha fatto da ponte tra questo e le tensioni legate al nostro desiderio di trascendenza, alle nostre paure, ai nostri blocchi nel comunicare con l'universo interiore che ci abita. La musica è stata definita da Novalis "l'arte del dinamismo psichico".

È importante ricordare che il ritmo è collegato alla vita fisiologica, alle energie che circolano nel nostro corpo; la melodia ha influenza sulla vita affettiva, emotiva e psichica; l'armonia mette in sintonia la parte razionale della mente con quella intuitiva.

E così, il ritmo mobilita, la melodia incita al movimento, l'armonia lo coordina.

Per facilitare un'atmosfera depressiva, si possono utilizzare, ad esempio, canti gregoriani, canti russi ortodossi, la Scena finale di *Sigfrido* di Wagner, la musica funebre da *Il crepuscolo degli Dei*, [...], i capolavori della musica sacra russa.

Per un ritorno emotivo-affettivo ad un'età di sei/otto anni, cioè ai giochi con i fratelli, cugini, amici, compagni di scuola, si possono utilizzare canzoni infantili: girotondo, filastrocche, ecc.

Per un ritorno alla primissima infanzia o alla nascita vengono suggerite le ninne-nanne, soprattutto in lingua straniera, perché riportano ad un'epoca nella quale la voce e la musica sono al di sopra della parola, della quale non si conosceva ancora il significato.

Il ritmo a percussione riconduce a ricordi primari essenziali.

La musica elettronica riporta o risveglia situazioni di paura, di angoscia, di abbandono, di blocco, di fantasia.

La musica descrittiva (Borodin, Ciaikovski...) fa riemergere situazioni di nostalgia, di bisogno di unione.

La musica di Beethoven o Wagner induce all'autonomia e all'indipendenza.

La musica brasiliana o centroamericana ha un effetto euforizzante.

Alcune musiche di Schubert, Chopin, Smetana suscitano immagini di nostalgia o rimpianto.

Le marce stimolano il dinamismo e l'azione.

Musiche cantate come l'*Ave Maria*, il *Panis Angelicus* stimolano la distensione e il contatto con l'interiorità profonda.

Il rock melodico incita al movimento e alla ricerca di armonia.

L'Hard Rock mette in contatto con la rabbia e il desiderio di ribellione.

Musiche che imitano elementi naturali, come il canto degli uccelli, il gorgoglio di ruscelli, stimolano la dolcezza e l'armonia.

La successione di un gran numero di suoni brevi produce una sensazione di instabilità, di allarme.

La successione di un gran numero di suoni di lunga durata esprime solennità, maestosità, imponenza.

La nota lunga produce un effetto di calma e di stabilità, quella breve di eccitabilità.

Attraverso la musica si libera l'energia interna bloccata da un'emozione, un conflitto; avviene così un dialogo fluido tra l'energia emessa dalla persona e la situazione messa in atto nella drammatizzazione che si arricchisce di vibrazioni energetiche, provocate dalla musica, nel soggetto e nel campo che lo circonda.

Nell'uso della musica non ci sono schemi o criteri rigidi; ogni situazione risveglia la creatività del direttore per la scelta di quella più adeguata, in quel momento, per l'ampliamento olistico della coscienza»⁸.

La musica, poi, nello psicodramma olistico, viene usata anche come oggetto intermedio⁹; in questo caso non si ha più a che fare con la musica registrata, ma con alcuni strumenti musicali sia dello strumentario Orff, sia etnici:

“Gli strumenti musicali sono tutti i corpi e gli oggetti capaci di produrre suoni, di realizzare forme musicali.

⁸ A. Bermolen, M. G. Dal Porto, L. Moretto, *La via del simbolo*, Editrice CVX, Roma, 2001, pp. 66-68.

⁹ Per maggiori informazioni riguardo all'oggetto intermedio si veda la presente tesi a p. 115.

Gli strumenti musicali più semplici, come quelli a percussione (nacchere, bastoncini di legno duro, cimbali, triangoli, campane, xilofoni, timpani, tamburi, grancasse, ocarine, ecc.), vengono comunemente usati come oggetti intermediari. Oltre ai meccanismi di identificazione e proiezione, risvegliano simboli dell'inconscio personale ed assoluto. Possono dar vita a dialoghi interni e sentimenti di partecipazione comune. Sono adeguati per esplorare il mondo delle emozioni. Liberano energie stagnanti ed inattive. Aprono nuovi canali di comunicazione.

Il suono tocca il nucleo profondo dell'io, la radice dei ricordi personali ed ancestrali¹⁰.

¹⁰ cfr. A. Bermolen, M. G. Dal Porto, L. Moretto, *op. cit.*, p. 65.

CAPITOLO IV

EMOZIONI E MUSICA

4.4 MUSICA COME LINGUAGGIO DELLE EMOZIONI?²³

Pensando al legame che esiste tra musica ed emozioni, mi tornano in mente alcune significative esperienze che mi è stato dato di vivere in prima persona, sia nell'ambito dell'esecuzione strumentale, sia in quello di ascoltatrice.

Leopold Mozart diceva che "l'esecutore deve suonare ogni pezzo in modo da sentirsi a sua volta da esso commosso"²⁴. Per commozione bisogna qui intendere quell'intenso turbamento o trasporto interiore che ha origine da sentimenti di partecipazione affettiva²⁵. Questo sentimento non ha una connotazione specifica, vale a dire che può essere tanto gioioso quanto triste. La commozione di cui parla Leopold Mozart può essere considerata proprio come quell'"emozione puramente musicale" di cui parlano diversi studiosi di estetica musicale. Penso che questa particolare emozione non possa essere catalogata in modo specifico come tristezza, rabbia, gioia e altro; so solo, e l'ho sperimentato di persona infinite volte nella mia esperienza personale di musicista, che è uno stato d'animo intenso e indescrivibile.

Questa condizione interiore è probabilmente la stessa a cui si riferisce L. Mozart. Molti musicisti, infatti, ritengono che, per capire una musica, non basti solo sentirla: sono convinti che sia necessario appropriarsene in una maniera che è specificatamente musicale. Bisogna studiarla, ascoltarla tante volte, memorizzarla, interiorizzarla, in sostanza farsi "commuovere" da essa.

Fare una dettagliata relazione sulle posizioni di tutti gli autori che hanno affrontato la tematica del legame tra musica ed emozioni sarebbe molto difficile. La questione è talmente complessa in sé che, ad una prima lettura, si può avere l'impressione che in ogni studio coesistano rigore di pensiero e contraddizioni, pensieri felici e pensieri più deboli, proposte decise accanto a ripensamenti. Nel momento in cui leggevo lo scritto di ciascun autore è sembrato che comunque qualcosa di vero ci fosse sempre nel suo pensiero, ma ho anche avuto spesso la sensazione che mancasse qualche altro pezzo a questo complicato "puzzle". Ho

²³ Questo paragrafo è il risultato di una conversazione fatta con il musicista-musicologo Luigi Lera.

²⁴ L. B. Meyer, *Emozione e significato nella musica*, Il Mulino, Bologna, 1992, p. 73.

²⁵ G. Devoto, G. C. Oli, *Il dizionario della lingua italiana*, Felice Le Monnier, 1990, Firenze, p. 421.

constatato inoltre che nell'esperienza concreta sono presenti aspetti che trovano spiegazioni più o meno convincenti rifacendosi ad ambiti teorici diversi.

A grandi linee le due direzioni di ricerca sul tema "musica ed emozioni" si possono collocare nell'estetica "formalistica" e in quella "dell'espressione".

Secondo quanto riporta Meyer, i formalisti affermano che "il significato della musica risiede nella percezione e comprensione delle relazioni musicali espresse dall'opera d'arte" e che "il significato della musica è in primo luogo intellettuale"; gli espressionisti, invece, sostengono che "quelle stesse relazioni sono in un certo qual modo capaci di suscitare sentimenti ed emozioni nell'ascoltatore"²⁶.

Meyer parla di posizioni non del tutto in antitesi, affermando che "[...] la condizione formalista e quella espressionista dell'esperienza musicale sembrano piuttosto posizioni complementari che contrapposte. Esse non prendono in considerazione processi differenti, ma modi diversi di vivere lo stesso processo"²⁷; sempre riguardo a questa scissione tra le due correnti di pensiero aggiunge che "tali contrasti appaiono più il risultato di una tendenza verso una sorta di monismo filosofico, che non il prodotto di una logica contrapposizione tra significati di genere diverso"²⁸.

La corrente del formalismo viene fatta comunemente risalire al critico viennese Eduard Hanslick e al suo saggio del 1854²⁹. Hanslick potrebbe rappresentare idealmente l'ala radicale del formalismo, anche perché a quel tempo egli stava conducendo una polemica contro le posizioni, eccessivamente idealiste e romantiche, rappresentate in musica da Wagner e i wagneriani. Egli sostiene che l'emozione che dà la musica è di tipo specificatamente musicale, e si ferma a questo punto. In realtà Hanslick era disposto a concedere che esistesse "solo una somiglianza formale fra musica ed esperienza emotiva", ma "negava la legittimità di ogni ulteriore interpretazione"³⁰.

Questa presa di posizione è radicale soltanto in apparenza: in realtà costituisce l'essenza stessa del pensiero formalista anche in tutti quegli autori che sono disposti a scendere sul piano del dialogo con gli avversari. S. Langer sintetizza così la posizione del gruppo: "Quegli autori che si son resi conto del carattere formale

²⁶ cfr. L. B. Meyer, *op. cit.*, pp.28-29.

²⁷ cfr. L. B. Meyer, *op. cit.*, p. 72.

²⁸ cfr. L. B. Meyer, *op. cit.*, p. 27.

²⁹ E. Hanslick, *Il bello musicale*, Alessandro Minuziano Editore, Milano, 1945.

³⁰ S. K. Langer, *Filosofia in una nuova chiave*, Armando Armando Editore, Roma, 1972, p. 306.

ma che lo hanno considerato come la natura stessa dei significati musicali, piuttosto che come la natura dei simboli, erano molto vicini a una giusta analisi”³¹.

Successivamente Riemann e Pratt, formalisti meno radicali di Hanslick, vengono incontro agli avversari facendo questa concessione: “La musica né causa, né elabora sentimenti reali, ma produce certi effetti peculiari che noi scambiamo per sentimenti”. «La musica», scrive ancora la Langer riportando il loro pensiero, «ha il suo speciale carattere puramente uditivo che “intrinsecamente contiene certe proprietà, le quali, in grazia della loro stretta somiglianza con certe caratteristiche del dominio del soggettivo, vengono frequentemente confuse con vere e proprie emozioni. Queste caratteristiche uditive tuttavia non sono affatto emozioni. Queste semplicemente, suonano alla stessa maniera in cui gli stati d’animo sentono. Più spesso che no, queste caratteristiche formali della musica non hanno nome: sono semplicemente ciò che la musica è...”³². E ancora «“In verità, non è affatto questione di esprimere emozioni perché...la musica solo commuove l’animo in modo analogo a quello in cui lo commuove l’emozione, senza tuttavia pretendere in alcun modo di far sorgere l’emozione stessa (ed ecco perché non significa nulla il fatto che effetti del tutto eterogenei abbiano forme dinamiche simili, e possano perciò esser “espressi” dalla stessa musica, com’è già stato osservato, e molto giustamente, da Hanslick)...”³³. Riguardo poi alle emozioni che la musica può riflettere, sempre la Langer dice che “ciò che la musica può veramente riflettere è solo la morfologia dei sentimenti, ed è perfettamente plausibile che alcuni stati d’animo tristi e lieti abbiano morfologia molto simile”³⁴.

I formalisti sostengono quindi che la musica possa realmente creare un’intensa emozione, ma questa emozione viene da loro definita come essenzialmente musicale e non catalogabile. Sostengono però che sia possibile creare un collegamento, del tutto illusorio, tra l’emozione musicale e l’emozione di tipo affettivo; creare l’illusione di un’emozione, in un certo senso, costituisce per loro una sorta di imbroglio.

Se di imbroglio davvero si tratta, il passaggio seguente dovrebbe essere quello di specificare quali sono i mezzi con cui è possibile realizzarlo; ma a questo punto il percorso critico dei formalisti si interrompe.

³¹ *Ibidem*

³² cfr. S. K. Langer, *op. cit.*, p. 311 (riporta Pratt, *The Meaning of Music*, cit., p. 191 e p. 203).

³³ cfr. S. K. Langer, *op. cit.*, p.318 (riporta H. Riemann, *Wie hören Wir Musik?*, 1888, pp. 22-23).

³⁴ cfr. S. K. Langer, *op. cit.*, p. 304.

Prima di approfondire la motivazione di questa interruzione, esaminiamo per un attimo la posizione opposta, quella degli espressionisti.

Essi sostengono invece che la musica abbia realmente un risvolto affettivo, affermando che essa può creare un'emozione catalogabile in modo specifico. Quello che per i formalisti è un'illusione, per gli espressionisti è quindi una realtà ben concreta. Di conseguenza gli espressionisti considerano indispensabile compilare una precisa grammatica affettiva in relazione alla musica, formulando una nutrita serie di regole (idealmente una quantità sterminata, poiché le variabili che entrano in gioco sono tante) per arrivare a definire il senso "oggettivo" dell'emozione musicale. Gli espressionisti cercano quindi, doverosamente, di elaborare le loro teorie partendo da una sincera e attenta analisi alla forma dei pezzi; in questo sforzo immane risiede molta parte del pregio dei loro lavori.

Per dare una visione chiara della contrapposizione fra i due diversi punti di vista, è possibile prendere in considerazione alcuni degli esempi che alimentano il dibattito.

Per prima cosa, Hanslick³⁵ stesso riporta un esempio relativo all'aria "*Che farò senza Euridice*" tratta dall'*Orfeo* di Gluck: egli sostiene che cambiando le parole al pezzo in questione, vale a dire sostituendo "*J'ai perdu mon Eurydice*" con "*J'ai trouvé mon Eurydice*", la medesima musica può essere pertinente a una situazione drammatica di tipo opposto. In realtà l'argomentazione è debole, secondo quanto fa giustamente notare Massimo Mila³⁶, perché si limita a esaminare soltanto le prime due battute del pezzo: una situazione drammatica differente avrebbe certamente imposto al compositore di apportare vistose modifiche nel seguito del pezzo. La posizione critica assunta da Mila, tuttavia, non è del tutto lontana dalla posizione formalista: la sua attenzione è qui focalizzata piuttosto sul rapporto fra la musica e il suo testo. "La musica ha le sue leggi espressive, che certamente non hanno nulla a vedere con il meccanismo semantico della parola parlata, e possono magari sembrare più vaghe e indeterminate: in realtà, sono d'altra natura." I meccanismi della musica, in sostanza, "non entrano in concorrenza con le possibilità del discorso verbale, ma realizzano altre espressioni che al discorso verbale sono precluse; e, infine, non si lasciano violare impunemente"³⁷. Nonostante il fatto che l'esempio portato da Hanslick sia infelice, il suo assunto che la stessa musica possa

³⁵ cfr. E. Hanslick, *op. cit.*, pp. 60-63.

³⁶ M. Mila, *L'esperienza musicale e l'estetica*, Piccola Biblioteca Einaudi, Torino, 1950, pp. 20-23.

³⁷ cfr. M. Mila, *op. cit.*, p. 23.

essere utilizzata per esprimere emozioni opposte merita un approfondimento. Gli elementi per la discussione possono emergere proprio esaminando alcune altre musiche di Gluck, e senza neppure il bisogno di inventarsi astrattamente qualche modifica: lo stesso autore, rimaneggiando le sue opere a distanza di venti anni per destinarle alla scena francese, offre alcuni esempi di questo tipo di spostamenti. Il coro "*Chi serve e chi regna*" dell'*Alceste* viene collocato nella versione italiana come finale del primo atto; il contesto è di profonda angoscia per la sorte tragica che minaccia i personaggi. Nella versione francese lo stesso coro viene collocato nel finale del terzo atto, dove la situazione esprime gioia per la conclusione lieta dell'azione.

In effetti, a una analisi attenta, le figurazioni musicali presenti in questo brano sono più pertinenti alla pittura del tragico come è consueta in Gluck; la sistemazione di questo coro è in effetti più appropriata nella versione italiana. Lo stesso Gluck, tuttavia, a distanza di un paio di decenni ha ritenuto che questo coro potesse essere adeguato anche a una collocazione emotiva di tipo opposto; evidentemente, l'autore per primo ha ritenuto che questa musica fosse capace di trasmettere una commozione talmente intensa da poter essere adatto a un'altra situazione anche se psicologicamente opposta.

Un altro esempio, tratto nuovamente dall'opera di Gluck, può essere il terzetto del *Paride ed Elena*: nella collocazione originale questo brano è inserito in una situazione estremamente angosciata, ma il compositore lo recupera per ampliare e rendere ancora più gioioso il finale trionfante dell'*Orfeo* francese. Bisogna dire, a onor del vero, che in questo caso il compositore riadatta il pezzo aggiungendo, ma senza altre modifiche, una coda festosa.

Questi due esempi mostrano come la musica non abbia, neppure per il compositore, una connotazione affettiva oggettivamente catalogabile: potrebbero quindi portare acqua al mulino dei formalisti, ma in realtà non riescono da soli a esaurire il nostro discorso in tutta la sua complessità.

Uno studio di Gianni Ruffin³⁸ traccia la storia della recezione della *sinfonia n° 40, KV 550*, di Mozart³⁹: all'epoca in cui fu scritto, questo brano veniva recepito con una connotazione tragica, mentre per molti ascoltatori posteriori ha rivestito una

³⁸ Gianni Ruffin è un musicologo, studioso in modo particolare del periodo di Mozart. Attualmente insegna storia della musica presso il conservatorio di Trapani.

³⁹ G. Ruffin, *L'implosione dello stile. Riflessioni sul rapporto tra forma e sostanza musicale in Mozart*, in "Diastema", n. 1, Treviso, gennaio 1992.

connotazione nettamente gioiosa. Anche questo tassello sembra rafforzare l'ipotesi formalista, ma in questo caso il compositore non ci fornisce chiarimenti su una possibile connotazione emozionale del pezzo. Non è neppure detto, come sosterebbero i formalisti, che formulare una connotazione emozionale sia un'operazione legittima: tuttavia, se si vuole provare a fare un po' di luce sulla questione, è indispensabile ricorrere al tipo di analisi che è propria degli espressionisti. Le osservazioni di Gianni Ruffin si basano sul confronto tra numerosi passaggi collocati nelle musiche teatrali del tempo di Mozart; dimostrano che nel periodo classico il senso del tragico veniva infatti espresso, ad esempio, dall'appoggiatura del sesto grado minore sul quinto. Si tratta proprio di quello che succede nel tema principale di questa sinfonia, come del resto avremo modo di vedere nella parte pratica di questa tesi quando affronteremo il *Lacrimosa* tratto dal *Requiem*. La critica formalista non può ignorare che in casi come questi Mozart ha per lo meno cercato di provocare quella famosa illusoria analogia tra linguaggio musicale e sentimenti; il punto di vista degli espressionisti dimostra qui tutta la sua utilità.

Agli occhi dei formalisti questo tipo di analisi può certamente essere rispettabile, anche se il punto debole degli espressionisti è proprio quello di credere che questa corrispondenza tra musica ed emozioni sia oggettiva: le analisi degli espressionisti, per loro, finiscono per essere sempre parziali. In effetti, il numero delle variabili che entrano in gioco quando si cerca di dare un senso alla musica è talmente elevato che risulta impossibile estrarne qualsiasi conclusione di carattere generale.

Gino Stefani, per esempio, definisce l'intervallo di sesta maggiore o minore come "intervallo del cuore"; egli fornisce numerosi esempi, e anche una serie di motivazioni di carattere compositivo, a sostegno della sua tesi⁴⁰. In realtà in ciascuno degli esempi da lui citati l'intervallo di sesta riesce a dare quella particolare emozione intensa proprio perché insieme ad esso ci sono altre variabili, ritmiche o armoniche o dinamiche, che entrano in gioco. Citando l'aria "*Libiam nei lieti calici*" dalla *Traviata* di Verdi⁴¹, Stefani sottolinea che il carattere emozionale del salto di sesta maggiore è dato dall'essere preso in senso ascendente: ma il passaggio acquista pienamente tutto il suo senso soltanto se consideriamo tutte le altre variabili che Verdi ha sicuramente valutato con attenzione al momento di scrivere. Lo stesso salto di sesta maggiore avrebbe tutt'altro effetto se non si

⁴⁰ G. Stefani, L. Marconi, F. Ferrari, *Gli intervalli musicali*, Strumenti Bompiani, Milano, 1990, pp. 9-24.

⁴¹ cfr. G. Stefani, L. Marconi, F. Ferrari, *op. cit.*, p. 14.

trovasse su due gradi armonici come dominante e tonica, se non fosse collocato in anacrusi, se non facesse parte di un tempo di valzer oppure semplicemente se sfruttasse un registro più grave della voce di tenore. Nel XVI secolo la sesta maggiore veniva usata da De Rore, in un contesto armonico e contrappuntistico assai diverso da quello usato da Verdi, per indicare angoscia e terrore (*Mia benigna fortuna*): le analisi degli espressionisti dimostrano sempre il loro limite quando vogliono porsi come universali, in quanto risultano spesso incapaci di spiegare contesti musicali assai distanti fra loro.

Un ultimo esempio, ancora tratto da De Rore (*O sonno*), dimostra che fino alla prima metà del XVI secolo bastava che il compositore si servisse dell'accordo di La maggiore per creare uno specifico stato d'animo di angoscia e asprezza: un pezzo scritto nel tono di La non poteva neppure concludersi con tale accordo, e questo a causa del Do# che all'epoca era intonato in modo troppo crescente. Sarebbe assurdo trovare corrispettivi di questa connotazione emozionale ai tempi di Mozart o di Schumann, quando il moderno temperamento equabile aveva reso ugualmente praticabili tutti gli accordi.

La tecnica per creare uno stato emozionale, oppure - secondo l'ottica formalista - per creare l'illusione di uno stato emozionale, si basa in gran parte sul concetto di "pittura musicale" elaborato dall'estetica del XVI secolo: si tratta dei cosiddetti *madrigalismi*, e cioè sul modo di dipingere in musica concetti letterari come salire, scendere, cadere, cantare. Gli esempi di quest' arte simbolica si trovano ovunque in qualsiasi studio relativo alla musica di quel periodo; possono essere trasferiti a qualsiasi altra epoca e autore posteriore, ma soltanto a patto di conoscere profondamente le musiche e il contesto di cui ci si sta occupando. Per esempio, a proposito del coro "*Dilegua il nero fulmine*" dell'*Alceste* di Gluck, D. Gaita⁴² ha ritenuto che il compositore avesse inserito le rapide scale discendenti degli archi per dipingere la situazione angosciata; in realtà figurazioni di questo tipo vengono normalmente associate da Gluck alla presenza in scena di un fulmine: in quel particolare contesto il testo cantato dal coro, "*Dilegua il nero turbine/che freme al trono intorno*", fornisce la chiave di lettura più appropriata. E allora, in che cosa consiste il carattere "tragico" del pezzo? Un espressionista proverebbe magari a cercare ancora, un formalista direbbe che la questione è sostanzialmente senza risposta oppure addirittura non pertinente.

⁴² D. Gaita, *Il pensiero del cuore*, Studi Bompiani, Milano, 1991, p. 72.

Chi dei due ha ragione? Come direbbe Meyer, entrambi e nessuno. Hanno ragione i formalisti a dire che analizzare una serie di convenzioni culturali transitorie è riduttivo e magari conduce a perdere di vista la bellezza stessa del brano (la musica di Gluck non è né allegra né angosciata e neppure neutra: è buona e basta), ma hanno ragione anche gli espressionisti a cercare di ricostruire una sorta di codice in base a cui le composizioni venivano interpretate o recepite dal loro pubblico.

Questa mia lunga esposizione ha finito per essere più una chiacchierata che una esplicita presa di posizione; mi sento tuttavia di affermare che in relazione a queste due correnti di pensiero il mio lavoro esperienziale può essere considerato in due modi:

- per quanto vale l'ipotesi dei formalisti, almeno quelli che assumono posizioni meno radicali, il mio lavoro ha comunque un senso: in qualità di musicoterapista sto cercando di pilotare, provocare o sfruttare consapevolmente questo "inganno" con cui il compositore, o il terapeuta, illude il suo ascoltatore;

- per quanto vale l'ipotesi degli espressionisti, sto comunque cercando di stimolare una corrispondenza oggettiva tra una determinata musica e una determinata emozione.

Anche se i punti di partenza delle due posizioni sono diversi, alla fine costituiscono due approcci in larga misura complementari; sia che ciò a cui si giunge venga considerato "realtà" oppure "illusione", non si può negare che per tentare di creare un legame con la sfera emozionale sia comunque necessario rifarsi a determinate figurazioni musicali: scopo del mio lavoro è riconoscere e catalogare alcuni di questi procedimenti.

CAPITOLO V

L'ESPERIENZA PRATICA

5.1 INTRODUZIONE

In questa seconda parte viene descritto il percorso esperienziale che ho condotto per approfondire maggiormente l'utilizzo della musica registrata durante la messa in

scena dello psicodramma olistico: la scelta delle musiche, la somministrazione di queste a due diversi gruppi di psicodramma, l'analisi semantico-musicale dei brani selezionati, la descrizione di uno psicodramma classico senza l'utilizzo della musica con relativo commento di confronto tra tale psicodramma e quelli olistici con la musica e, per concludere, nel sesto capitolo, la spiegazione delle applicazioni pratiche dello psicodramma olistico con relative analisi dei casi.

Inizialmente ho scelto le musiche istintivamente, in base al sentimento di commozione che suscitavano in me; ne ho ascoltate molte, selezionandone in quantità maggiore rispetto a quelle che poi ho scelto definitivamente. Le emozioni che ho preso in considerazione sono quelle che emergono più di frequente durante la drammatizzazione dello psicodramma, cioè: la rabbia, la paura e l'angoscia, la tristezza e la malinconia, la nostalgia, la gioia e l'energia vitale di autoaffermazione, l'amore romantico e la sensualità. Successivamente ho consultato la conduttrice di questi psicodrammi olistici, la psicoterapeuta Lucia Moretto, facendole ascoltare ogni singolo brano senza dirle per quale tipo di emozione lo ritenevo adatto. Le scelte sono coincise, a parte un pezzo che è stato poi sostituito. Fatto questo, ho sottoposto le musiche al musicista-musicologo Luigi Lera, sempre utilizzando lo stesso criterio usato con la psicoterapeuta e, per capire meglio come si svolge una sessione di psicodramma olistico, ha partecipato anche lui ad un incontro. Tutti e tre abbiamo ritenuto opportuno puntualizzare, ognuno in relazione alle proprie competenze specifiche, l'importanza dell'essere consapevoli che tali selezioni non vengano considerate un assoluto universale, dato che entrano in gioco veramente molte variabili all'ascolto, come si può notare anche da alcune risposte riportate più avanti.

Dopodiché ho sperimentato le musiche all'interno di un primo gruppo di psicodramma condotto sempre dalla stessa psicodrammatista.

Questo gruppo è composto, con alcune variazioni fra un incontro e l'altro, da tredici persone di ambo i sessi e di età compresa fra i ventitré e i trentotto anni, di livello culturale piuttosto elevato e di estrazione sociale medio-alta. Nessuno dei componenti del gruppo presenta, dal punto di vista clinico, patologie gravi o conclamate e la maggior parte di essi non segue alcun tipo di terapia. La maggior parte delle persone che partecipano a questo gruppo sono da me conosciute da tempo, poiché insieme ad alcune di loro ho preso parte, in passato, a simili incontri ed ora, da circa un anno e mezzo, lavoro all'interno del gruppo

come “ego ausiliario musicale”, cambiando le musiche a seconda delle diverse situazioni ed emozioni.

Inizialmente ho consegnato ad ogni persona del gruppo un foglio con scritte tre domande specifiche sull'utilizzo della musica: 1- Scrivi quello che la musica ti ha fatto venire in mente. 2- Secondo te la musica è stata coerente con le emozioni vissute dal protagonista? 3- Scrivi qualsiasi altra cosa ti venga in mente, sempre inerente alla musica utilizzata nello psicodramma. Questo questionario è stato compilato liberamente, appena finita la singola drammatizzazione di uno dei partecipanti (anche quest'ultimo avrebbe dovuto rispondere alle domande). Ho scelto solo quattro psicodrammi, quelli posti prima di una pausa già stabilita, oppure alla fine. Questo per evitare di fare troppe interruzioni all'interno di un contesto terapeutico.

Per molti è stato difficile ricordare bene tutte le musiche che ho utilizzato, dato che durante un singolo psicodramma si presentano diverse situazioni che fanno emergere emozioni differenti e di conseguenza le musiche stesse sono più d'una. Alcune risposte sono state molto utili per la mia ricerca. Qualche protagonista, per esempio, ha scritto che nel momento della sua drammatizzazione non si rendeva assolutamente conto della musica, poiché il suo stato emotivo era molto intenso ed era troppo preso dalla drammatizzazione stessa; mentre altri protagonisti hanno risposto il contrario, dicendo che per loro la musica è stata molto importante e che in determinate situazioni di elevata carica emozionale si sono sentiti sostenuti da essa.

Altre risposte mi hanno poi confermato la necessità di avere a disposizione un vastissimo repertorio musicale in relazione alle specifiche emozioni e alle loro sfumature; questa varietà è importante sia per sintonizzarsi meglio con la singola persona, sia per evitare troppa ripetitività e noia, poiché un incontro di psicodramma dura da uno a due giorni e a volte anche cinque.

In questa sede, per un'evidente ragione di tempo e spazio, riporterò solo dieci musiche.

Riguardo alla funzione della musica nella messa in scena dello psicodramma olistico, è importante puntualizzare che essa ha il compito di sostenere, esaltare o mitigare le emozioni che emergono durante la drammatizzazione, ma che non è un elemento indispensabile, senza il quale lo psicodramma non si svolge. In ogni caso

rimando ulteriori spiegazioni più avanti, al confronto effettuato con uno psicodramma classico senza l'utilizzo della musica.

A distanza di tempo, per avere dei riscontri un po' più precisi in riferimento alla selezione delle musiche, insieme alla psicodrammatista, abbiamo fatto ascoltare all'intero gruppo (primo gruppo), prima di iniziare la sessione di psicodramma, ogni singola musica senza dare nessun tipo di indicazione semantico-musicale; alla fine di ogni ascolto le persone avrebbero dovuto scrivere liberamente con una frase, un'immagine, o altro, quello che la musica faceva venire loro in mente, anche una loro emozione. In tutto questo la psicoterapeuta, per "riscaldare" e preparare meglio i partecipanti alla sessione psicodrammatica, ha aggiunto la consegna di fare un semplice disegno automatico durante l'ascolto di ogni musica.

Ho sperimentato la stessa cosa in un altro gruppo di psicodramma (secondo gruppo) olistico condotto da un'altra psicologa, Sonia Liburdi, all'interno del quale non conoscevo nessuno. Questo secondo gruppo ha le stesse caratteristiche del primo, tranne per l'età che qui va dai ventotto anni ai quaranta.

Fatto ciò, ho cominciato ad analizzare ogni singolo brano da un punto di vista strettamente musicale e semantico. Come già affrontato nell'ultimo paragrafo del quarto capitolo, ho tentato di creare un legame con la sfera emozionale rifacendomi a determinate figurazioni musicali per riconoscere e catalogare alcuni di quei procedimenti utili per arrivare all'"illusione" dei formalisti o alla "realtà" degli espressionisti.

Successivamente insieme a Lucia Moretto, a Luigi Lera e ad altre due persone che conoscono bene sia lo psicodramma classico che quello olistico, ho partecipato ad uno psicodramma classico senza l'impiego della musica. Abbiamo poi commentato, anche insieme allo psicodrammatista classico, tale esperienza, cercando di confrontarla con lo psicodramma olistico in riferimento soprattutto all'assenza o presenza della musica.

Per capire meglio come si è svolta tale sessione aperta di psicodramma classico, ho ritenuto opportuno riportare la drammatizzazione completa oltre al commento di confronto.

Per concludere ho ritenuto necessario spiegare in modo più dettagliato le applicazioni pratiche dello psicodramma olistico, per affrontare poi l'analisi di tre casi con i quali ho utilizzato, durante la messa in scena, le musiche selezionate.

5.4.1 COMMENTO E CONFRONTO TRA LO PSICODRAMMA CLASSICO SENZA MUSICA E LO PSICODRAMMA OLISTICO CON LA MUSICA

Questo commento è il risultato sia delle osservazioni, effettuate da me, dalla conduttrice degli psicodrammi olistici, dal musicista- musicologo, che di alcune interviste sul vissuto di persone che hanno partecipato ad entrambi gli psicodrammi (classico e olistico).

Assistere a questo psicodramma è stato per me molto utile, perché ho potuto capire maggiormente come avviene uno psicodramma classico, dato che da anni ho sempre partecipato a quelli olistici, sia come paziente che come “ego ausiliario musicale”. Nell’espone le varie analogie e differenze tra i due cercherò di essere abbastanza neutrale e oggettiva, anche se, per quanto riguarda il discorso musicale, quindi la presenza o no della musica, sarà molto difficile non far trapelare il mio “essere di parte”, poichè fino ad ora ho conosciuto solo la possibilità di utilizzare la musica durante le varie fasi psicodrammatiche. Del resto come si potrebbero fare dei confronti diversamente, non conoscendo quindi la controparte?

Ho partecipato alla serata di sessione aperta³⁵ insieme alla psicoterapeuta Lucia Moretto, al musicologo-musicista Luigi Lera e ad altre due persone che conoscono sia lo psicodramma classico che quello olistico; in questo modo ho potuto confrontarmi con loro per quanto riguarda l’aspetto psicologico e musicale e siamo anche riusciti, sebbene in poco tempo, a trovare dei riscontri con il conduttore della serata.

In questa drammatizzazione le tecniche usate sono state le stesse che si utilizzano anche in quella olistica. La grande differenza sta nella consegna: qui si è partiti da un vissuto reale e concreto e si può dire che il protagonista ha scelto il conflitto sul quale lavorare; nello psicodramma olistico, invece, si parte da una consegna simbolica, quindi è tutto questo aspetto, simbolico appunto, che fa emergere i conflitti interiori dei protagonisti, contrasti che alle volte nessuno avrebbe mai pensato ci fossero, dato che sono scelti a livello inconscio.

Un’altra differenza sta nello specificare sempre durante la drammatizzazione, da parte del conduttore, ogni cambio di tecnica; quindi vi è un’interruzione momentanea.

³⁵ La sessione aperta è una sessione gratuita che dura circa due o tre ore alla quale possono partecipare tutte le persone che lo desiderano senza iscrizione e senza pagare; queste sessioni aperte servono per far conoscere questa forma di psicoterapia di gruppo.

In questo tipo di psicodramma viene poi posta attenzione alle luci, proprio come un tempo veniva fatto da Moreno. Sempre inerente a Moreno viene ricostruito il palcoscenico: è sopraelevato proprio come in un teatro, e il pubblico funge da spettatore, seduto giù, nelle apposite sedie. Nello psicodramma olistico, invece, non vi è questa ricostruzione teatrale, poiché, come verrà spiegato nel prossimo capitolo, il pubblico è disposto in cerchio e la drammatizzazione avviene al centro su di un tappeto che funge da palcoscenico: pubblico, protagonista ed ego ausiliari sono allo stesso livello fisico, non vi sono piani rialzati.

Nello psicodramma classico l'atmosfera, l'effetto emotivo sono resi intensi dal palco rialzato e dalle luci. Nello psicodramma olistico, invece, questa intensità è data dalla musica. Di questo abbiamo discusso anche con il conduttore classico che, nonostante non conosca bene lo psicodramma olistico e l'utilizzo della musica in esso, ha dimostrato un sincero interesse e ha ipotizzato un'eventuale sessione aperta per il prossimo anno, invitandomi a realizzare le mie ricerche inerenti al rapporto che intercorre tra la musica e le emozioni nello psicodramma, all'interno della messa in scena di una sua sessione psicodrammatica.

La sensazione più immediata che ho avuto durante la messa in scena di tale psicodramma, è stata quella di un film al quale hanno tolto la colonna sonora; è naturale che il film, quindi lo psicodramma, proceda ugualmente, ma è come se mancasse qualcosa.

La musica, infatti (ovviamente quella adeguata, non casuale), aiuta a sostenere, esaltare e se necessario mitigare le emozioni che emergono nel protagonista, contribuisce ad entrare in risonanza anche corporea con l'attore e i vari ego ausiliari.

A detta della protagonista è mancato un sostegno musicale sia quando ha vissuto il suo momento catartico nel congedo con Paolo sia quando è riuscita ad andarsene: in quest'ultimo momento avrebbe avuto voglia di danzare la sua rinascita. Sebbene la drammatizzazione avvenga in ogni caso, sembra che la musica renda le scene più coinvolgenti per il protagonista e per il pubblico, stimolando le emozioni, anche a livello inconscio.

La musica diventa una sorta di catalizzatore e contenitore delle emozioni di tutto il gruppo. Questo favorisce il raggiungimento della catarsi. Del resto, come sostengono parecchi studiosi "Il suono musicale ha il potere di muovere l'anima [...] e l'effetto della musica sull'emozione dell'ascoltatore recettivo è immediato, perché

trascende la comprensione”³⁶, oppure “La musica può provocare una risposta vegetativa anche quando i suoni non vengono percepiti consciamente, come ad esempio nel sonno, o con una musica di ‘sottofondo’ [...]”³⁷.

Nello psicodramma olistico, in alcuni casi, accade che la musica venga utilizzata come sottofondo, in altri, invece, favorisce, sostiene e spinge l’azione, crea l’immagine scenica, sostituendo la verbalizzazione; si può dire che dà forma all’immagine. Alcune azioni sceniche non sostenute dalla musica perdono di intensità e di senso.

Nel sostenere le varie emozioni durante lo psicodramma è importante entrare in risonanza con il protagonista; naturalmente si tratta di una risonanza di intensità diversa rispetto a quella che avviene utilizzando gli strumenti musicali. Il musicoterapista che lavora come “ego ausiliario musicale” all’interno di una sessione di psicodramma olistico, poi, fa anche un lavoro di collaborazione con lo psicodrammatista, cercando di essere in sintonia con il medesimo proprio per capire quali emozioni sostenere, amplificare o mitigare, ma anche quando è il momento di lasciare spazio al silenzio musicale.

È importante tenere presente, infatti, che la musica non deve essere troppo invasiva: in certi momenti il silenzio è molto indicato, perché la musica è fatta anche di silenzi, di respiri. A questo proposito mi viene in mente un episodio accaduto agli esami di diploma di pianoforte in conservatorio, dove una ragazza molto brava, candidata al massimo dei voti, proprio per il fatto che non aveva suonato Chopin, a detta della commissione, “vivendo i silenzi, cioè considerandoli interiormente come parte della musica, quindi sentendoli dal profondo”, si “giocò” il suo voto finale.

³⁶ R. B. Qureshi, *Sufi music of India and Pakistan. Sound, context and meaning in Qawwali*, Cambridge University Press: Cambridge, 1986, p. 107 (citato da AA. VV., *Intense Emozioni in Musica*, a cura di Gino Stefani, CLUEB, Bologna, 1996, p. 158).

³⁷ G. Harrer, H. Harrer, *Musica, emozioni e funzioni vegetative*, in CHRITCHLEY-HENSON ed., pp.210-214 (citato da AA. VV., *Intense Emozioni in Musica*, a cura di Gino Stefani, CLUEB, Bologna, 1996, p. 160).