

# **CORSO TRIENNALE DI MUSICOTERAPIA APIM**

**Associazione Professionale Italiana Musicoterapisti**

**Torino**

*Tesi di diploma*

**“Ecologia acustica e musicoterapia: dall’elemento sonoro/musicale all’elemento sonoro/ambientale”**

**Bergero Luca**

Relatore

**Paolo Cerlati**

**Mail: [luca.bergero@gmail.com](mailto:luca.bergero@gmail.com)**

**Tel: 349/3742028**

*A Francis...*

*Possa ogni tuo suono*

*essere sempre*

*un inno alla Vita.*

## The Sound Collector

A stranger called this morning  
Dressed all in black and grey  
Put every sound into a bag  
And carried them away.

The whistling of the kettle  
The turning of the lock  
The purring of the kitten  
The ticking of the clock

The popping of the toaster  
The crunching of the flakes  
When you spread the marmalade  
The scraping noise it makes

The hissing of the frying-pan  
The ticking of the grill  
The bubbling of the bathtub  
As it starts to fill

The drumming of the raindrops  
On the window-pane  
When you do the washing up  
The gurgle of the drain

The crying of the baby  
The squeaking of the chair  
The swishing of the curtain  
The creaking of the chair

A stranger called this morning  
He didn't leave his name  
Left us only silence  
Life will never be the same.

Robert McGough

# **INDICE**

## **INTRODUZIONE**

### **CAPITOLO 1 - Suono, Rumore e Salute pubblica**

1.1 - Identità Sonoro Musicale, quale rapporto con l'ambiente?

1.2 - Inquinamento acustico, suono, rumore

1.2.1 – Aspetti quantitativi

1.2.2 – Le fonti dell'inquinamento acustico

1.3 – Inquinamento acustico ed attenzione internazionale

1.4 – Effetti nocivi del rumore

1.4.1 – Danneggiamento dell'udito

1.4.2 – Interferenze con la comunicazione

1.4.3 – Disturbi del sonno

1.4.4 – Effetti fisiologici e cardiovascolari

1.4.5 – Effetti sulla salute mentale

1.4.6 – Effetti sulle performance

1.4.7 – Interferenze con il comportamento sociale ed annoyance

## **CAPITOLO 2 - Ecologia acustica in musicoterapia**

2.1 – Le origini dell'ecologia acustica

2.2 – Paesaggio sonoro ed ecologia acustica

2.2.1 - Paesaggio sonoro tra comunicazione, società e mondo intrapersonale

2.3 – Ecologia acustica in musicoterapia

2.3.1 – L'ascolto

2.3.2 – La passeggiata sonora

## **CAPITOLO 3 – Il silenzio nel paesaggio sonoro**

3.1 – Il silenzio: un ponte tra natura e spiritualità

3.2 – La natura del silenzio: l'arte dell'essenzialità

3.3 – Il silenzio contemporaneo

3.4 – Il silenzio nella relazione

## **CAPITOLO 4 – Tecnologia, Uomo, Musicoterapia**

4.1 – L'uomo e la tecnica

4.2 – Comunicazione e new media

4.2.1 – L'informazione: uno strumento contro la censura e la povertà

4.3 – L'Europa tecnologia verso il 2020. Quale spazio per la disabilità?

4.3.1 – La disabilità europea nel prossimo decennio tecnologico

4.4 – Tecnologia tra ecologia acustica e musicoterapia

## **CAPITOLO 5 – Presentazione tirocinio “L'ascolto e il paesaggio sonoro”**

5.1 – Contesto

5.2 – Ambito clinico

5.3 – Metodo, finalità, obiettivi

5.4 – Percorso

5.5 – Descrizione di alcuni incontri

5.6 – Riflessioni

## **CONCLUSIONI**

## INTRODUZIONE



**P. Petit – Traversata delle Torri Gemelle (1974)**

Questa immagine di Philippe Petit costituisce un tassello importante all'interno della mia variegata costellazione di riferimenti teorici ed artistici; grazie alla sua forza il mio pensiero torna spesso a lei nel momento precedente a qualsiasi incontro relazionale. Al pari del funambolo nell'avvicinarsi all'Altro e nell'accettazione della sua specificità siamo spesso in bilico, ma questa instabilità può anche rappresentare una risorsa, una spinta ad abbandonare i nostri pregiudizi aprendoci all'accoglienza. Petit nel suo camminare sulla fune dimostra e trasmette una grande calma e serenità, ma soprattutto una profonda ricerca di bellezza in un *hic et nunc* speciale ed irripetibile. Allo stesso modo ritengo fondamentale, per le Persone che incontriamo durante il nostro percorso professionale, ma inevitabilmente anche per noi, tentare di dedicare la nostra massima passione nel rendere veramente unici tutti gli attimi che dedichiamo alla relazione terapeutica, all'ascolto ed alla condivisione.

Uno degli aspetti che ritengo più affascinanti, stimolanti e preziosi della musicoterapia risiede nella sua essenza *poli-materica*. Il suo essere un prisma dalle molte facce, in cui raggi di luce artistica, culturale e sociale si incrociano, interagiscono e si diffondono. Nel sapere di questa disciplina confluiscono esperienze variegata e, in misura sempre crescente, provenienti da ambiti distanti. Tali percorsi sono però affini nel ricercare e promuovere il Benessere della persona, specialmente in quei casi di disagio a cui spesso la nostra disciplina si rivolge. Proprio in questa

ottica multidisciplinare si propone questa monografia, in cui si è cercato di far dialogare due mondi, la musicoterapia e l'ecologia acustica, auspicando possa rappresentare uno stimolo per futuri sviluppi creativi.

Incontrai la musicoterapia per caso, per una coincidenza, da cui nacque in brevissimo tempo un amore profondo. Nel 2007 presentai una mostra sonora presso l'eco museo industriale "La fabbrica della ruota" in provincia di Biella. Per l'inaugurazione invitai un amico e critico musicale: Mario Biserni. Mi chiese, come usuale al termine di un processo creativo esposto pubblicamente, quali progetti avessi in mente ed in cosa desideravo investire il mio tempo futuro. Risposi che era mia intenzione rallentare, almeno temporaneamente, la mia attività compositiva elettroacustica, per concentrarmi invece in attività relazionali in cui far convergere le mie competenze sul mondo sonoro. Sottolineai quanto i miei pensieri fossero rivolti ad incontri con bambini e, un po' ingenuamente, alla disabilità. Ero già allora convinto, supportato dalle letture di saggi di artisti stranieri già avviati in percorsi simili, di quanto il suono potesse andare al di là della semplice fruizione artistica e di come si potessero raggiungere obiettivi differenti ed ai miei occhi più importanti. Mario, sorpreso nel sentire le mie parole, forse abituato a considerarmi un musicista elettroacustico radicale, ma tuttavia contento nel ritrovare tracce di nuovi progetti mi disse: "Hai mai letto *La musica è un gioco da bambini?*". In quel momento non sapevo di cosa stesse parlando, ma quel titolo mi suonò immediatamente come un segnale fondamentale. Pochi giorni dopo mi informai sul quel libro e così mi si aprirono le porte di un mondo, quello della musicoterapia, del quale ignoravo l'esistenza. Fagocitai tutto quello che trovai in rete: tesi, articoli... Riconobbi immediatamente quanto andavo cercando: un terreno in cui coesistevano saperi e competenze per i quali nutro, e continuo a nutrire, un interesse importante: la Persona, la Disabilità, il Suono. In brevissimo tempo mi iscrissi al percorso formativo del quale questa tesi rappresenta la felice conclusione.

Il **Capitolo 1** (Suono, Rumore e Salute pubblica), prendendo spunto dagli studi condotti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, si concentra sui temi legati al suono, al rumore ed all'inquinamento acustico. Considerando il sempre più frequente binomio musicoterapia-ricerca, cerca di indagare su quanto risulti urgente considerare le tematiche affini al suono ambientale nelle pratiche musicoterapeutiche.

Il **Capitolo 2** (Ecologia acustica e musicoterapia) ispirandosi alle tematiche dell'ecologia profonda e allo sviluppo storico dell'ecologia acustica si propone di trovare i punti di convergenza,



fonti di possibili sviluppi sinergici, tra le due discipline. Musicoterapia ed ecologia acustica presentano, infatti, alcuni punti chiave tematici estremamente affini.

Il **Capitolo 3** (Il silenzio nel paesaggio sonoro) analizza le valenze del silenzio delle sue declinazioni culturali, artistiche e relazionali. Attraverso l'analisi di alcuni esempi artistici di notevole importanza internazionale nel campo del cinema, della pittura e della letteratura si delineano percorsi verso il mondo relazionale, comunicativo e terapeutico.

Nel **Capitolo 4** (Tecnologia, Uomo, Musicoterapia) viene analizzato il profondo rapporto uomo-tecnologia, valutandone le conseguenze comunicative e relazionali. L'uomo da molto tempo interagisce con la tecnica, ma solo negli ultimi anni il panorama tecnologico ha acquisito un ruolo così preponderante nella società. A seguito di una trattazione teorica, basata principalmente sulle concezioni filosofiche di Umberto Galimberti, si evidenzierà la situazione in Europa con i relativi risvolti nell'ambito della disabilità.

Il **Capitolo 5** presenterà il tirocinio svolto presso il centro diurno psichiatrico di Biella della Cooperativa Anteo.

## CAPITOLO 2

### Ecologia acustica in musicoterapia



**R. Long – A line made by walking (1967)**

Come possono interagire l'essenza specifica dell'ecologia acustica ed il più generico sapere dell'ecologia? Come conciliare la prospettiva unica e personale dell'ascolto, con il pensiero di rete e con la tendenza comprensiva dell'ecologia? *«Sebbene almeno alcune parti del movimento ecologico siano centrate sull'Uomo, l'ecologia non si occupa solo di noi, l'ecologia ci spinge a considerare le condizioni di vita di altre specie diverse da noi.»*<sup>1</sup> Risulta fondamentale, considerando anche l'ambito della presente monografia, ricercare e valutare i possibili punti d'incontro operativi tra i due ambiti ecologici, considerando le relative implicazioni sia per le esperienze soggettive (da una prospettiva fenomenologica) che per le relazioni extra-soggettive. *«Dobbiamo complementare il nostro approccio fenomenologico con qualcosa che tenga conto di molte differenti forme di interazione tra gli agenti ed il loro ambiente,[...] con qualcosa che permetta alla comunità*

---

<sup>1</sup> Nagel T., *The View From Nowhere*, New York: Oxford University Press, 1986. In Redström J., *Is Acoustic Ecology About Ecology?*. <http://interact.uoregon.edu/MediaLit/WFAE/library/articles/index.html>

[dell'ecologia acustica] *di descrivere e teorizzare le condizioni d'interazione tra differenti agenti ed il loro ambiente»<sup>2</sup>*

Il tema dell'ecologia ha recentemente raccolto recentemente un interesse in costante crescita. *«I gravi squilibri ambientali connessi allo straordinario sviluppo demografico del nostro pianeta hanno posto in primo piano lo studio dell'ecologia, una scienza che si occupa appunto della relazione intercorrente tra l'ambiente e la somma degli organismi viventi, sia sotto specie animale che vegetale. Si sa che la natura, quando non viene turbata, provvede da sé stessa a mantenere in equilibrio il rapporto tra essere viventi e ambiente circostante (ecosistema), un equilibrio in continuo mutamento.»<sup>3</sup>*

È però purtroppo evidente quanto la nuova attenzione dei *mass media* non sia la conseguenza del raggiungimento di una vera e genuina consapevolezza, ma il tentativo di sviluppare un'alternativa e semplice via promozionale al fine di legittimare un nuovo bisogno. *«Se c'è al mondo una parola di cui si può dire che appena scoperta è stata "assassinata" dalla gente, questa è "ecologia". Essa appare attualmente nei titoli dei giornali come "Disastro Ecologico", un'espressione per tutti gli usi, per descrivere gli eventi che vanno dall'inquinamento del mare, col petrolio delle navi cisterna, alle esigenze di progettazione delle nuove autostrade. Ha invaso anche il campo della politica, poiché molti paesi vantano già un partito ecologico, benché si debba notare che oggi alcuni di questi preferiscano chiamarsi partiti verdi; forse intendendo con ciò che si preoccupano delle piante, ma non degli animali o del suolo.»<sup>4</sup>*

L'ecologia acustica è esposta a tale rischio. Le indicazioni dell'Organizzazione Mondiale della Sanità presentate precedentemente non devono assolutamente essere considerate una possibile fonte di *business* ma un impulso radicale verso il cambiamento, la trasformazione delle abitudini, la Transizione<sup>5</sup> e, necessariamente, la Decrescita<sup>6</sup>.

---

<sup>2</sup> Redström J., op. cit.

<sup>3</sup> L'Ecologia profonda e l'ecologia, <http://www.ecologiaprofonda.com>

<sup>4</sup> Buckazi S., Il nuovo giardino ecologico, Muzzio, Roma, 2004.

<sup>5</sup> *«La Transizione è un movimento culturale impegnato nel traghettare la nostra società industrializzata dall'attuale modello economico profondamente basato su una vasta disponibilità di petrolio a basso costo e sulla logica di consumo delle risorse a un nuovo modello sostenibile non dipendente dal petrolio e caratterizzato da un alto livello di resilienza. Analizzando più a fondo i metodi e i percorsi che la Transizione propone, si apre un universo che va ben oltre questa prima definizione e fa della Transizione una meravigliosa e articolatissima macchina di ricostruzione del sistema di rapporti tra gli uomini e gli uomini e tra gli uomini e il pianeta che abitano. [...] Transition è un movimento culturale nato [...] in Inghilterra dalle intuizioni e dal lavoro di Rob Hopkins. [...] L'economia del mondo industrializzato è stata sviluppata negli ultimi 150 anni sulla base di una grande disponibilità di energia a basso prezzo ottenuta dalle fonti fossili, prima fra tutte il petrolio. Più in generale il nostro sistema di consumo si fonda sull'assunto paradossale che le risorse a disposizione siano infinite. Le conseguenze più evidenti di questa politica sono il Global Warming e il picco delle risorse, prime tra tutte il petrolio, una combinazione di eventi dalle ricadute di portata epocale sulla vita di tutti noi. Ci sono molti altri effetti che si sommano a questi, inquinamento, distruzione della biodiversità, iniquità sociale, mancata redistribuzione della ricchezza, ecc. La crisi petrolifera appare però la minaccia più immediata e facilmente percepibile dalle persone. Hopkins intuisce che è più semplice partire da questo punto e arrivare agli altri di*

Il movimento filosofico della *deep ecology* (termine coniato nel 1972 dal filosofo norvegese Arne Næss), spesso critico verso l'ecologia superficiale e mediatica, propone alcune considerazioni che, nonostante la loro radicalità, possono ben contribuire in tale direzione.

Aspetto fondamentale per favorire un crescente rispetto onnicomprensivo è la constatazione non della proprietà in senso politico ed economico, ma di un'appartenenza della Persona in senso biologico all'ambiente; risulta evidentemente opposta la direzione di appartenenza. «*Mentre nell'ecologia di superficie la Terra va rispettata perché è di tutte le generazioni presenti e future, nell'ecologia profonda la specie umana non è depositaria né proprietaria di alcunchè.*»<sup>7</sup> Uno degli aspetti costitutivi della *deep ecology*, da considerare nelle valutazioni sull'ecologia acustica, è la profonda non-separazione dell'uomo dal contesto a lui esterno, ciò ne costituisce la propria radice e visione globale. «*L'ecologia profonda, come è implicito nella sua stessa definizione letterale, va ben oltre l'analisi superficiale e asettica dei problemi ambientali propria della scienza ecologica classica, manifestando, al contrario, solo una visione completa e totalizzante del mondo. "Si tratta dell'idea che non possiamo operare alcuna scissione ontologica netta nel campo dell'esistenza: che non c'è alcuna biforcazione nella realtà fra l'uomo e i regni non umani.... nel momento in cui percepiamo dei confini, la nostra consapevolezza ecologica profonda viene meno"* (Fox, 1983 in Devall & Sessions, 1989).»<sup>8</sup> In tal senso una visione molto prossima e comprensiva può essere quella propria del pensiero di rete, di cui le molteplici interconnessioni relazionali risultano costitutive. La tendenza teorica di molte discipline, al pari dell'ecologia superficiale, è solitamente antropocentrica, ma il suono umano non è, forse, da ri-considerare in un'ottica più ampia e più diversificata? «*L'ecologia superficiale è antropocentrica, cioè incentrata sull'uomo.*

---

conseguenza, un'intuizione che è probabilmente alla base della fulminea diffusione del suo movimento.» <http://ioelatransizione.wordpress.com/>

<sup>6</sup> “[...] per Decrescita bisogna intendere “de-costruzione delle modalità concrete (produzione, consumo, accumulazione di capitale) con cui si realizza la crescita economica nelle società industrializzate e bisogno di ri-fondare una teoria di politica economica che affidi a forme di lavoro e di scambio socialmente ed ambientalmente sostenibili la fornitura di beni e servizi equamente distribuiti” (Cacciari, 2006).” In Dei A., Il benessere nella società della crescita: valenze psicologico - sociali, economiche e culturali, Tesi di laurea in psicologia, 2006/2007. “[...] Il “paradigma della decrescita economica” affronta in maniera diretta ed esplicita la problematica della compatibilità tra il funzionamento di una civiltà e lo “spazio biologico” disponibile che è all’origine di tale funzionamento, richiamando l’attenzione sul fatto che la crescita economica illimitata (il perseguimento costante dell’aumento del “prodotto interno lordo”) non sia sostenibile per l’ecosistema terrestre, alla luce di una società, come quella odierna, orientata deliberatamente verso la massimizzazione della crescita economica e verso l’aumento continuo della produzione e del consumo, senza che sia mai messa in discussione natura e qualità della produzione. Il movimento che si è costituito – e che si sta costituendo – intorno all’obiettivo della decrescita economica pone l’accento sull’assenza di qualsiasi riferimento alla relazione vincolante che deve sussistere tra processo economico e substrato biofisico – il quale, essendo per sua stessa natura fisicamente limitato, rende insostenibile un sistema socio-economico orientato verso una crescita infinita. Questo è l’assunto fondamentale da cui prende forma l’appello del movimento per la decrescita economica, il quale esprime l’urgenza e la necessità di un’inversione radicale rispetto alla direzione suggerita dall’ideologia dominante, indicando una prospettiva alternativa rispetto ai diversi modelli di sviluppo esistenti che sposti l’obiettivo dalla crescita quantitativa allo sviluppo qualitativo.” In Zippo n., La Decrescita economica, tesi di laurea in Economia e Impresa, 2007/2008.

<sup>7</sup> Dalla Casa G., Verso un'ecologia profonda, <http://www.ecologiaprofonda.com>

<sup>8</sup> Cosa è l'Ecologia profonda, <http://www.ecologiaprofonda.com>

*Essa considera gli esseri umani al di sopra o al di fuori della Natura, come fonte di tutti i valori, e assegna alla Natura soltanto un valore strumentale, o di 'utilizzo'. L'ecologia profonda non separa gli esseri umani - né ogni altra cosa - dall'ambiente naturale. Essa non vede il mondo come una serie di oggetti separati, ma come una rete di fenomeni che sono fundamentalmente interconnessi e interdipendenti. L'ecologia profonda riconosce il valore intrinseco di tutti gli esseri viventi e considera gli esseri umani semplicemente come un filo particolare nella trama della vita.»<sup>9</sup> È evidente come un pensiero come quello dell'ecologia profonda richieda atteggiamenti diversi, che possono suggerire nuove linee d'intervento anche in ambiti professionali e culturali ad essa non direttamente assimilabili come la musicoterapia. «L'ecologia profonda ricondiziona lo stile della vita umana, pone quesiti su ogni atteggiamento del quotidiano e tenta di radicare nel pensiero una nuova etica universale ed onnicomprensiva.»<sup>10</sup> Ne consegue una visione, alternativa ai modelli psicologici alla quale spesso la musicoterapia si riferisce, che ritiene la Persona strettamente interdipendente col suo Ambiente, fino a considerare, come espresso da Capra (1997), l'Io e la Natura una cosa sola. «Per l'ecologia profonda, la questione globale dei valori è decisiva; è, infatti, la caratteristica centrale che la definisce... È una visione del mondo che riconosce il valore intrinseco delle forme di vita non umana. Tutti gli esseri viventi sono membri di comunità ecologiche legate l'una all'altra in una rete di rapporti di interdipendenza. Quando questa concezione ecologica profonda diventa parte della nostra consapevolezza di ogni giorno, emerge un sistema etico radicalmente nuovo. Oggi la necessità di una tale etica ecologica profonda è urgente, soprattutto nella scienza, dato che gran parte di ciò che fanno gli scienziati non serve a promuovere la vita né a preservarla, ma a distruggerla... Nel contesto dell'ecologia profonda, l'idea che i valori sono insiti in tutto ciò che è parte vivente della Natura, ha le sue basi nell'esperienza ecologica profonda, o spirituale, che la Natura e l'Io sono una cosa sola. Questa dilatazione totale dell'Io fino all'identificazione con la Natura è il fondamento dell'ecologia profonda... Ne consegue che il rapporto fra una percezione ecologica del mondo e un comportamento corrispondente non è un rapporto logico ma psicologico. Dal fatto che siamo parte integrante della trama della vita, la logica non ci conduce a delle regole che ci dicano come dovremmo vivere. Tuttavia, se abbiamo la consapevolezza ecologica profonda, o l'esperienza, di far parte della trama della vita, allora vorremo (e non dovremo) essere inclini ad aver rispetto per tutto ciò che è parte vivente della Natura. In effetti, non possiamo fare a meno di reagire in questo modo.»<sup>11</sup>*

---

<sup>9</sup> Capra F.. In Cosa è l'Ecologia profonda, <http://www.ecologiaprofonda.com>

<sup>10</sup> Cosa è l'Ecologia profonda, art. cit.

<sup>11</sup> Capra F., art. cit.

Per la *deep ecology* risulta indispensabile diventare “ecologicamente istruiti” al fine di perseguire un equilibrio tra bisogni ed opportunità presenti o future; modificare le attitudini comuni dal sentire (superficiale) all’ascoltare (profondo) costituisce un passo decisivo in tale direzione. *«Ricongiungersi alla trama della vita significa edificare e mantenere comunità sostenibili, in cui possiamo soddisfare i nostri bisogni e le nostre aspirazioni senza ridurre le opportunità per le generazioni future. A questo scopo possiamo apprendere lezioni preziose dallo studio degli ecosistemi, che sono società sostenibili di piante, animali e microrganismi. Per capire queste lezioni, dobbiamo apprendere i principi di base dell’ecologia. Dobbiamo diventare, per così dire, ecologicamente istruiti. Essere ecologicamente istruiti, o “ecocompetenti”, significa comprendere i principi di organizzazione delle comunità ecologiche (ecosistemi) e usare quei principi per creare comunità umane sostenibili. Dobbiamo dare nuovo vigore alle nostre comunità - comprese le comunità educative, economiche e politiche - così che i principi dell’ecologia si manifestino in esse come principi di educazione, amministrazione e politica ...Mentre il nostro secolo sta ormai per concludersi e andiamo verso l’inizio di un nuovo millennio, la sopravvivenza dell’umanità dipenderà dal nostro grado di competenza ecologica, dalla nostra capacità di comprendere i principi dell’ecologia e di vivere in conformità con essi.»*<sup>12</sup> La prospettiva appena espressa può apparire utopica ma *«sarebbe una grave ingiustizia liquidare il pensiero utopico come pura fantasia, immaginaria e irrealizzabile; relegarlo alla letteratura definita utopistica significa sottovalutare la sua ampia diffusione a molti livelli in tutte le culture. In qualsiasi modo venga espresso, il pensiero utopico è essenzialmente una critica dei difetti e dei limiti della società ed espressione di qualcosa di migliore»* (P. Sears, 1965 in Devall e Sessions 1989).»<sup>13</sup>

## 2.1 – Le origini dell’ecologia acustica

Il paesaggio sonoro è un’entità primigenia, ma sostanzialmente dipendente dall’attività umana, dall’evoluzione sociale, dalla tecnologia e dall’urbanistica. Lucio Ivaldi nel suo saggio *Migliorare il paesaggio sonoro* nota come l’interesse della musica verso il rumore rientri a pieno titolo nell’ambito culturale del futurismo con l’opera di Luigi Russolo. *«Attraversiamo una grande capitale moderna, con le orecchie più attente che gli occhi, e godremo nel distinguere i risucchi d’acqua, d’aria o di gas nei tubi metallici, il borbottio dei motori che fiantano e pulsano con una indiscutibile animalità, il palpitare delle valvole, l’andirivieni degli stantuffi, gli stridori delle seghe meccaniche, i balzi del tram sulle rotaie, lo schioccar delle fruste, il garrire delle tende e delle bandiere. Ci divertiremo ad orchestrar idealmente insieme il fragore delle saracinesche dei negozi,*

---

<sup>12</sup> Capra F., art. cit.

<sup>13</sup> L’Ecologia profonda e il concetto di Wilderness, <http://www.ecologiaprofonda.com>

*le porte sbatacchianti, il brusio e lo scalpaccio delle folle, i diversi frastuoni delle stazioni, delle ferriere, delle filande, delle tipografie, delle centrali elettriche e delle ferrovie sotterranee.»<sup>14</sup>*

L'attenzione internazionale, rivolta in modo specifico all'ecologia acustica, si sviluppò, invece, a partire dalla fine degli anni Sessanta grazie ad un gruppo di ricercatori canadesi. Il progetto denominato World Soundscape Project (WSP) sorse all'interno della Simon Fraser University di Vancouver grazie ad una prima attenzione di R.M. Schafer verso il problema dell'inquinamento acustico e delle sue conseguenze. Uno dei punti di partenza delle teorizzazioni di Schafer fu la constatazione dell'assoluta predominanza del canale visivo nella società contemporanea, che lo portò a formulare l'ipotesi della "cultura visiva". La società intera, ma in particolare i bambini, risultavano sempre meno abili e meno portati all'ascolto. L'autore promosse con decisione le abilità d'ascolto nel piano d'istruzione canadese, proponendo quelli che definì i *Cleaning Exercise* (esercizi di pulizia dell'orecchio) attraverso i quali i bambini potevano riavvicinarsi all'*ascolto attento* ed alla *produzione consapevole* dei suoni.

In particolare fu un atteggiamento costruttivo e propositivo nei confronti di tale problematica a facilitare la nascita del progetto, indubbiamente favorito delle condizioni culturali canadesi.



Figura 3 – Il gruppo di lavoro del WSP (1973)

Nel gruppo di lavoro vennero coinvolti studenti e compositori che, dagli anni Settanta, promossero attività di documentazione acustica a livello globale e nazionale, per poi, successivamente, raggiungere differenti Stati europei tra cui l'Italia.

Dalla ricerca condotta in Europa in cinque Stati differenti (Svezia, Germania, Italia, Francia, Scozia) nacque la pubblicazione denominata *Five Villages Soundscapes* la quale presenta una

---

<sup>14</sup> Russolo L., *L'arte dei rumori*, Edizioni futuriste di "Poesia", Milano, 1916. In Ivaldi L., *Migliorare il paesaggio sonoro*, Musicheria.net, 2010.

valutazione dettagliata attraverso registrazioni, analisi e mappe sonore, delle caratteristiche acustiche dei luoghi visitati.

Alla fine del decennio vennero pubblicati due testi di riferimento per le tematiche del paesaggio sonoro e dell'ecologia acustica: *The Tuning of the World* (1977) ad opera di Schafer e *Handbook for Acoustic Ecology* (1978) di Barry Truax.

Nel 1993 venne creata un'importante realtà per l'ecologia acustica: il World Forum for Acoustic Ecology (WFAE). In molte Nazioni sono state costituite organizzazioni dedicate al suono in ambito ecologico ed ambientale e il WFAE ne rappresenta un punto d'incontro in cui è possibile confrontare le differenti realtà locali a numerosi anni di distanza di primi studi di Schafer. L'associazione promuove l'educazione all'ascolto nel paesaggio sonoro, è coinvolta nello studio, nella ricerca, nella pubblicazione e nella divulgazione di informazioni dedicate alle proprie tematiche, nella protezione e preservazione di spazi di quiete ed, infine, nella creazione e progettazione di ambienti sonori sani ed acusticamente equilibrati.

## 2.2 – Paesaggio sonoro ed ecologia acustica

R.M. Schafer definisce il paesaggio sonoro come «*qualsiasi campo di studio acustico*»<sup>15</sup> proponendo un esempio sicuramente semplice, ma estremamente significativo per cogliere in modo genuino la sua definizione: «*L'ambiente che mi circonda mentre sto scrivendo è un paesaggio sonoro. Attraverso la finestra aperta posso sentire lo stormire delle foglie dei pioppi al vento. E giugno, le uova si sono schiuse, e l'aria è piena del canto degli uccellini. All'interno, il frigorifero si avvia di colpo con il suo mugolare stridulo. Io respiro profondamente, poi continuo a fumare la pipa, che alle mie boccate scoppietta sommessamente. La penna scorre agilmente sul foglio bianco, scricchiolando a tratti, e facendo click! quando aggiungo un punto a una i o al termine di una frase. Questo è il paesaggio sonoro di un placido pomeriggio nella mia casa di campagna. Provate a confrontarlo con il vostro paesaggio sonoro mentre state leggendo questi appunti. I paesaggi sonori del mondo sono incredibilmente vari, in diversi luoghi e in diverse culture, e cambiano con il passare dei giorni e il mutare delle stagioni*».<sup>16</sup>

È già stato notato come la società in modo particolare quella contemporanea sia, estremamente influente sul paesaggio sonoro. L'ecologia acustica, in stretta correlazione con il

---

<sup>15</sup> Schafer R.M., Il paesaggio sonoro, Ricordi LIM, Milano, 1977.

<sup>16</sup> Schafer, R. M., Educazione al suono – 100 esercizi per ascoltare e produrre il suono, Ricordi, Milano. 1998. In Ivaldi L., op. cit.



paesaggio sonoro, può essere considerata come «*lo studio dei suoni nel loro rapporto con la vita e la società.*»<sup>17</sup>

Risulta quindi estremamente interessante considerare il paesaggio sonoro all'interno della rete sociale e naturale. La società è direttamente responsabile delle proprie caratteristiche acustiche, da cui consegue la necessità di una corretta condivisione dell'impegno pubblico nella tutela e salvaguardia del paesaggio sonoro. «*Una comunità ideale può essere anche proficuamente definita in termini acustici il paesaggio sonoro ricopre ruoli significativi che giustificano una complessiva rivalutazione dell'ambiente acustico [per] migliorare l'orchestrazione del paesaggio sonoro del mondo*». L'autore sottolinea come «*il paesaggio sonoro non è un sottoprodotto accidentale della società, ma è al contrario una costruzione deliberata, una composizione che può distinguersi tanto per la sua bellezza che per la sua bruttezza.*»<sup>18</sup>

In *Il paesaggio sonoro* Schafer puntualizza alcuni termini, derivati dagli studi del World Soundscape Project. In analogia alla musica definisce *tonica* lo sfondo sonoro sul quale si presentano, emergendo, i *segnali*. Risultano molto significativi, per le valenze territoriali locali ad essi associate, i suoni definiti come *soundmarks*, cioè quelli particolarmente riconoscibili e caratterizzanti una data area geografica. «*La terminologia di Schafer aiuta ad esprimere l'idea che il suono di una particolare località (la sua tonica, i suoi segnali ed i suoi soundmarks) può – come l'architettura locale, i costumi e l'abbigliamento – esprimere l'identità di una comunità fino al punto che gli insediamenti possono essere riconosciuti e caratterizzati dai loro paesaggi sonori. Sfortunatamente, dalla rivoluzione industriale, un sempre crescente numero di paesaggi sonori unici sono scomparsi completamente o sono stati sommersi nella nuvola di rumori omogenei ed anonimi del paesaggio sonoro urbano contemporaneo con la sua tonica onnipresente: il traffico.*»<sup>19</sup>

Schafer aggiunse, a quelli già citati, due termini direttamente legati ai paesaggi sonori pre/post industriali: lo-fi (bassa fedeltà), hi-fi (alta fedeltà). Un paesaggio sonoro ad alta fedeltà non presenta sovrapposizioni sostanziali tra le sue frequenze costitutive. Il gruppo di ricerca canadese notò come in natura i livelli dei suoni ambientali variassero in cicli ripetitivi, costituendone una precisa peculiarità. Krause verificò inoltre come il paesaggio sonoro naturale fosse contraddistinto da un equilibrio da un punto di vista spettrale e temporale. «*Ogni creatura sembra avere una propria nicchia sonora nello spettro di frequenza o nel tempo non occupata da nessun altro.[...]*

---

<sup>17</sup> Schafer R.M., op. cit.

<sup>18</sup> Schafer R.M., op. cit..

<sup>19</sup> Wrightson K., An Introduction to Acoustic Ecology, Soundscape, Volume 1, Number 1, Spring 2000.

*Quando un uccello canta o quando un mammifero o anfibio vocalizza, le voci paiono collocarsi correttamente in relazione a tutti i suoni naturali in termini di frequenza e prosodia (ritmo).»<sup>20</sup>*

Studi recenti hanno confermato le ipotesi sulle *nicchie sonore* di Krause; in particolare uno della Royal Society for the Protection of Birds (RSPB) ha sottolineato come gli uccelli vicini alle strade particolarmente rumorose «*non riescono a sentirsi conducendoli alla difficoltà nell'imparare canzoni e nel comunicare con potenziali compagni.*»<sup>21</sup>

In un ambiente ad alta fedeltà non è presente l'effetto di mascheramento e di conseguenza i suoni possono essere ascoltati distintamente senza confusioni sostanziali. In un ambiente a bassa fedeltà sono invece presenti ampie aree di sovrapposizione sonora in cui gli elementi risultano confondibili. L'assenza di mascheramento significativo permette all'ascoltatore un migliore e più profondo rapporto con l'ambiente in cui si trova, consentendogli di cogliere tutti i dettagli acustici e le caratteristiche dell'ambiente stesso. È possibile, così, grazie all'alta fedeltà creare un legame positivo tra la Persona e l'Ambiente; non si risulta unicamente e casualmente di passaggio e movimento, ma è possibile relazionarsi costruttivamente con lo spazio circostante.

Anche per il paesaggio sonoro, in analogia al campo visivo, è possibile introdurre la caratteristica dell'"orizzonte acustico". In un ambiente ad alta fedeltà l'orizzonte acustico risulta estremamente ampio; i suoni pur mantenendo un'intensità limitata possono essere uditi ad una distanza considerevole, fattore che in passato permetteva a comunità vicine di restare in contatto. In un ambiente particolarmente inquinato acusticamente tale spazio si riduce notevolmente. «*Quando l'effetto è talmente pronunciato che un individuo non è più in grado di sentire i suoni del suo movimento o della sua voce il suo spazio percettivo (aural space) si riduce estremamente verso l'individuo stesso, isolando l'ascoltatore dall'ambiente.*»<sup>22</sup>

Tale fenomeno è particolarmente significativo per le persone non vedenti. In presenza di tale handicap l'udito risulta uno dei canali sensoriali maggiormente utilizzati nel relazionarsi con l'ambiente circostante. Nel caso di spazi disturbati il confine percettivo si riduce al *contorno pelle* della Persona, compromettendo ulteriormente le sue possibilità esplorative, comunicative e relazionali. «*Suppongo che se una persona è non vedente e profondamente non udente, il perimetro dell'esperienza sia la pelle.*»<sup>23</sup> A ciò si aggiunge la mancanza di spazio intermedio; un privilegio a cui i vedenti non prestano attenzione ma dal quale conseguono notevoli differenze sulla percezione

---

<sup>20</sup> Krause, B., The Niche Hypothesis: A virtual symphony of animal sounds, the origins of musical expression and the health of habitats. The Soundscape Newsletter 06, 1993.

<sup>21</sup> Barot, T., Songbirds forget their tunes in cacophony of road noise, The Sunday Times, 1999. In Wrightson K., op.cit.

<sup>22</sup> Truax B., Acoustic Communication, Ablex Publishing, 1984. In Wrightson K., op.cit.

<sup>23</sup> Hull J., Touching The Rock, SPCK, Great Britain, 1990. In Copeland D., For An Awareness of Associations, The International Congress on Acoustic Ecology, 1997.

dello spazio e dell'ambiente. «*Per le persone non vedenti non esiste lo spazio intermedio. Le cose sono qui o non sono qui.*»<sup>24</sup> Non avendo a disposizione il canale visivo, l'udito risulta fondamentale per ottenere informazioni vitali. «*Il suono racconta i luoghi ai non vedenti. Il processo di identificazione delle persone inizia nel momento in cui loro generano un suono.*»<sup>25</sup> Infine un elemento che deve spingere verso la tutela e la cura dell'ambiente sonoro riguarda, a differenza del canale visivo, la quasi impossibilità di “spegnere” il canale uditivo. «*Puoi chiudere gli occhi se non ti piace quel palazzo, ma non puoi chiudere le orecchie se non ti piace quel suono. Quindi, l'ambiente delle persone non vedenti è irresistibile.*»<sup>26</sup>

L'ambiente sonoro lo-fi, mancando della corretta qualità sonora, è spesso caratterizzato da quello che Schafer definisce *soundwall*: un vero e proprio muro sonoro capace di isolare l'ascoltatore dall'ambiente. Quale peso può avere un fenomeno di questo tipo in ambiente psichiatrico, in cui tra le caratteristiche ricorrenti legate alla patologia si possono proprio ritrovare il ritiro e l'isolamento? Il muro sonoro può rappresentare un fenomeno aggravante? Schafer, nei suoi studi, non propone nessuna considerazione legata alla patologia, ma è fuori dubbio come un ambiente a bassa fedeltà sonora non rappresenti un fattore facilitante alla riabilitazione o all'aiuto nella cura della malattia. Nei confronti di qualsiasi handicap è necessario ridurre tutti i muri: quelli invisibili sociali e culturali, ma anche quelli sonori.

### **2.2.1 – Paesaggio sonoro tra comunicazione, società e mondo intrapersonale**

Barry Truax, nel corso del suo lavoro, ha indagato attentamente il rapporto tra paesaggio sonoro e società; la sua prospettiva è poli-tematica a differenza della precedente e tradizionale settorializzazione. «*Con le discipline tradizionali, quello che colpisce maggiormente è il modo in cui lo studio del fenomeno sonoro è stato frammentato in quasi tutte le aree del discorso accademico. Ogni area procede dai suoi modelli e metodologie, usando i suoi termini ed il suo linguaggio, fornendo essenzialmente una “fotografia locale” corretta ma che ignora il paesaggio (o paesaggio sonoro) nella totalità.*»<sup>27</sup>

L'autore, con il modello della *comunicazione acustica*, rispetto a quelli pre-esistenti, propone un'alternativa centrata principalmente sull'ascoltatore ed offre nuovi spunti teorici rispetto a quelli basati sulla concezione fisica di trasferimento di energia e segnali senza la considerazione

---

<sup>24</sup> Copeland D., op. cit.

<sup>25</sup> Copeland D., op. cit.

<sup>26</sup> Copeland D., op. cit.

<sup>27</sup> Truax B., Acoustic Communication, The Soundscape Newsletter, Number 05, March 1993.

relazionale con l'ambiente. *«I modelli tradizionali sono stati basati principalmente sulla nozione di trasferimento di energia come nelle scienze fisiche. Il suono ed il suo comportamento è modellato come una serie di trasferimenti di energia dalla sorgente, attraverso il medium, al ricevitore ed infine al cervello, terminando probabilmente con una dissipazione emozionale dell'energia come annoyance o piacere.»*<sup>28</sup>

L'aspetto estremamente interessante, valutando le possibili implicazioni nell'ambito arte-terapeutico, è proprio costituito dalla centralità dell'ascolto nel processo comunicativo e nella relazione (biunivoca) con l'ambiente. *«La teoria della comunicazione acustica sostituisce l'energia o i segnali con l'informazione come "unità" base del suo modello. Quindi, essendo l'informazione il risultato di un'attività cognitiva, l'ascolto è collocato al centro del processo, non allo stadio finale di serie di trasferimenti di energia/segnale. Il modello lineare di trasporto di segnali, quindi, è sostituito con la nozione di suono come mediatore della relazione tra ascoltatore ed ambiente, dove la direzione d'influenza può procedere in entrambe le direzioni. La situazione comunicativa può essere, quindi, modificata sia con un cambiamento nell'ambiente fisico stesso o semplicemente con le abitudini percettive dell'ascoltatore. Infine il concetto di contesto, frequentemente ignorato nei modelli tradizionali, assume un ruolo centrale nella comunicazione acustica, nel senso che l'informazione sonora dipende sia dalla natura stessa del suono sia dal suo contesto.»*<sup>29</sup>

Tale modello tiene proprio conto di quella complessità presente in ogni relazione comunicativa (estendibile quindi all'ambito terapeutico), ponendo il proprio focus nella valutazione del processo, quindi *« [...] è chiaro come, essendo maggiormente centrato sull'ascoltatore e sensibile al contesto, la comunicazione acustica si approccia al problema con una modalità meno lineare, dando maggiore enfasi alle relazioni ed ai processi. In breve, cercherà di affrontare la complessità di una situazione comunicazionale. [Il modello] usa tutte le conoscenze acquisite dalle discipline tradizionali, [considerando] la validità limitata dai presupposti nelle quali furono create, ma propone un framework più ampio e maggiormente comprensivo per la comprensione del mondo contemporaneo.»*<sup>30</sup>

Nel panorama odierno, gli ascoltatori a seguito delle nuove caratteristiche comunitarie e dell'intervento massivo dei nuovi media, tendono solitamente a classificare i suoni per categorie opposte: forte/debole, bello/brutto... Tale fenomeno rappresenta una riduzione notevole, che priva del fondamentale *continuum* sensoriale e percettivo altrimenti naturalmente disponibile. Le macro-categorie portano inevitabilmente a dare al suono una valenza ed un'importanza minore, allontanando l'ascoltatore dalla sua corretta e personale consapevolezza acustica.

---

<sup>28</sup> Truax B., op. cit.

<sup>29</sup> Truax B., op. cit.

<sup>30</sup> Truax B., op. cit.

Spesso l'attenzione al suono è limitata al sentirsi colpiti, al proteggersi, al bloccare senza la possibilità di comprendere. Questo fenomeno è rilevabile nel diffuso uso dell'ascolto in cuffia o ad alto volume, per creare una scissione dal suono esterno ed un mascheramento dello stesso. La musica da meraviglioso tramite artistico viene trasformato in mezzo isolante, anti-sonoro. Siamo in presenza di un generale atteggiamento schizofrenico, un allontanamento dalla realtà circostante per mezzo dell'artificio sonoro. Non è così raro poter osservare gruppi di adolescenti, molti dei quali intenti nell'ascolto della "propria" musica, un decisivo allontanamento dagli aspetti sociali e socializzanti della musica nel passato. Se la musica è stata per secoli un terreno di condivisione, oggi il suono nel suo paesaggio è spesso un nemico o un arma con cui attaccare. Schafer parla di *imperialismo sonoro* per descrivere l'invasione sonora e mediatica la quale può solo contribuire verso l'omologazione e l'allontanamento dal promuovere quella singolarità così preziosa nella Persona.

È fondamentale non relegare i suoni ambientali al ruolo di nemico da affrontare o di scudo con cui difendersi, ma è necessario considerare una possibilità estetica da apprezzare a valutare. «*Se la comunità ed il rumore ambientale sono il nemico al di fuori, il rumore dei pensieri non voluti e dei sentimenti rappresentano il rumore interno. L'uso del suono come "audioanalgesico" (Schafer) -un muro sonoro per bloccare l'incessante (e spesso critico) dialogo interno e le emozioni spiacevoli-fornisce l'illusione di un controllo totale sulle emozioni.*»<sup>31</sup>

La genuina espressione delle emozioni costituisce una necessità imprescindibile; strumenti operanti nella direzione opposta possono rappresentare il sintomo di una difficoltà crescente con la quale è necessario, soprattutto in ambito terapeutico, confrontarsi. La quiete dell'ambiente naturale, a causa la mancanza dello sfondo sonoro costante della città, può essere percepita come noiosa; esiste quindi un fenomeno di abituazione ed assuefazione al rumore. In questo modo il rumore non solo non viene percepito come un nemico, ma come un compagno a cui non si riesce a rinunciare: un vizio. Newman & Lonsdale propongono il concetto di *homo urbanus*<sup>32</sup>, il quale riesce unicamente ad apprezzare la frenesia caratteristica delle metropoli con il suo conseguente inquinamento acustico. La quiete, il silenzio, il paesaggio ad alta definizione non rappresentano qui una risorsa per un migliore contatto con sé stessi, uno sfondo idoneo alla contemplazione, alla riflessione ed alla relazione, ma risultano spaventosi, fino alla percezione di essere fuori controllo. Il suono ambientale richiede, invece, un'attenzione estetica, alla quale vale la pena, creativamente, prestare impegno.

---

<sup>31</sup> Wrightson K., op. cit.

<sup>32</sup> Newman - P. S. - Lonsdale S., *The Human Jungle*, Ebury Press, London, 1996. in Wrightson K., op.cit.

### 2.3 – Ecologia acustica in musicoterapia

La musicoterapia è costituita da una rete di conoscenze estremamente poli-materica: coinvolge saperi talvolta distanti, linguaggi differenti, attitudini eterogenee.

Molte pratiche, come verrà successivamente esplicitato, per lo meno nel contesto operativo italiano trovano il loro fondamento nella relazione. È però impossibile non considerare l'assoluta unicità di ogni relazione in cui valutare l'importanza e la stratificazione di senso in essa peculiari: un paesaggio i cui fiori, con uno sguardo superficiale, risultano tutti uguali, ma che, grazie un'attenzione speciale (imprescindibile in ambito terapeutico), offre una moltitudine di singolarità infinita.

La constatazione della sua capacità di essere integrativa ne rappresenta uno dei maggiori punti di merito. In questa direzione la presente tesi, ed il presente capitolo in particolare, vogliono costituire un punto di contatto, d'incontro e confronto tra due mondi: la musicoterapia e l'ecologia acustica, ambiti d'intervento oggi distanti, ma la cui sinergia potrebbe rappresentare una risorsa estremamente feconda.

Un'elevata attenzione, una consapevolezza, una ricerca di valore ai temi qui sviluppati da parte degli operatori e dei professionisti potrebbe consentire l'avvicinamento a nuovi strumenti metodologici ed allo stesso tempo indicare nuove direzioni progettuali nell'ambito formativo e terapeutico. Lavorare sull'ascolto tramite il paesaggio sonoro potrebbe costituire un'ulteriore tematica della formazione in musicoterapia. Dobbiamo promuovere una sempre maggiore attenzione, nel nostro operare, al suono nelle sue infinite forme e la capacità di valutare l'ambiente d'intervento al di là dello strumentario in esso presente.

Il suono ambientale, soprattutto in habitat naturale, è originariamente pre-culturale e pre-linguistico; per i destinatari potrebbe quindi costituire un terreno sonoro sufficientemente abituale, che pur non essendo immediatamente comprensibile, potrebbe risultare facilmente condivisibile. L'essenza sonora pre-culturale rimanda ad una dimensione archetipale, simbolica ed emozionale. «[I] suoni archetipi, quei suoni antichi e misteriosi, dotati spesso di un preciso simbolismo, che ci sono stati tramandati fin dalla antichità più remota o dalla preistoria», ma in particolare «un fatto sonoro è simbolico quando suscita in noi emozioni»<sup>33</sup>.

Masanobu Fukuoka padre dell'agricoltura sinergica ed autore del testo di riferimento *La rivoluzione del filo di paglia* osserva come i suoni naturali, ricondotti da lui alla musica, appartengano genuinamente al bambino, il quale si distanzia da essi per colpa del rumore disturbante. «L'orecchio del bambino capta naturalmente la musica. Il mormorio di un ruscello, il

---

<sup>33</sup> Schafer R.M., op. cit.

*suono gracitante delle rane vicino all'argine del fiume, lo stormire delle foglie nella foresta, tutti questi suoni sono musica, vera musica. Ma quando molti rumori di disturbo entrano a confondere l'orecchio, l'apprezzamento puro e diretto della musica da parte del bambino degenera. Se lo si lascia continuare su quella strada, il bambino diventerà incapace di sentire il richiamo di un uccello o il suono del vento per quello che sono, cioè delle canzoni. Ecco perché l'educazione musicale è considerata utile allo sviluppo del bambino.»<sup>34</sup>*

Si ritiene necessario, per completezza, puntualizzare le premesse teoriche musicoterapiche del presente scritto. La musicoterapia assume, a seconda dei modelli teorici di riferimento, definizioni da cui derivano molteplici indirizzi operativi. Questo elaborato teorico è legato ad una musicoterapia che considera centrale l'elemento sonoro/musicale come mezzo facilitante per la relazione (terapeutica), con particolare attenzione agli aspetti espressivi, comunicativi e creativi ad essa collegati.

Per Bruscia la musicoterapia è *«un processo [...] in cui il terapeuta aiuta il paziente a migliorare, mantenere o recuperare uno stato di benessere, utilizzando delle esperienze musicali e le relazioni che si sviluppano per mezzo di esse come forze dinamiche di cambiamento.»<sup>35</sup>*

A sua volta Gerardo Manarolo la connota come *« un intervento specifico in tutti quei casi in cui esiste un disturbo qualitativo e/o quantitativo della sfera emotiva e delle relative competenze espressive – comunicative - relazionali. La musicoterapia è in grado di agire in modo isomorfo sulle qualità innate, pre-protosimboliche, ma anche su quelle acquisite, simboliche, al fine di attivarle, regolarle, qualificarle, integrarle in una dimensione interpersonale ed intrapersonale.»<sup>36</sup>*

L'elemento sonoro/musicale, attraverso le sue peculiarità, può, quindi, assumere un ruolo facilitatore per gli aspetti comunicativi ed espressivi. Inserito nel contesto della relazione, può promuovere direzioni regressive o progressive. *«[La musica] può essere utilizzata con un intento terapeutico anche perché capace per l'appunto di favorire sia un'esperienza "regressiva", permettendo di recuperare sensazioni ed emozioni dimenticate preve all'elaborazione logica e verbale, sia un'esperienza "progressiva", consentendo di progredire nella capacità espressiva e comunicativa.»<sup>37</sup>*

La musica ha inoltre la possibilità privilegiata di riferirsi all'uomo nella sua globalità, coinvolgendo caratteristiche e piani sensoriali differenti. *«La musica si rivela dunque un mezzo capace di coinvolgere, stimolare ed esprimere tutta la persona, corpo e mente, passato e futuro, mondo interno e mondo esterno, sentimenti e razionalità. Inoltre, similmente a quanto accade con*

---

<sup>34</sup> Masanobu F., La rivoluzione del filo di paglia, Libreria Editrice fiorentina, Firenze, 1980.

<sup>35</sup> Bruscia K.E., Modelli di improvvisazione in musicoterapia, Gli Archetti, ISMEZ, Roma, 2001.

<sup>36</sup> Manarolo G., Manuale di musicoterapia, Cosmopolis, Torino, 2006.

<sup>37</sup> Antoniotti G., Quale bellezza salverà il mondo?, tesi di diploma in musicoterapia.

*altre arti e in altre terapie espressivo-artistiche, gode di un tale potere di “fascinazione” da rendere più facile e accessibile il suo utilizzo come strumento terapeutico. Sottolineiamo che si tratta di uno strumento perché [...] i suoni e la musica vengono impiegati per aprire, sviluppare o potenziare dei canali di espressione e comunicazione, e instaurare quindi delle relazioni terapeutiche capaci di attivare forze di cambiamento, a partire dalle “parti sane” e dalle potenzialità del paziente.»<sup>38</sup>*

L'elemento sonoro/musicale non è da considerarsi autonomamente terapeutico (*musica come terapia*), ma come mezzo per felicitare una relazione terapeutica (*musica per la terapia*). In particolare è interessante considerare la terapia nei termini proposti da Postacchini «*La nostra idea di cura si distanzia dal vecchio concetto di normalizzazione, in base al quale ogni intervento doveva mirare a una norma ideale. Noi pensiamo piuttosto che sia un discorso di armonizzazione delle varie facoltà che debba essere promosso, poiché è quello che conferisce un maggior gradiente di benessere, che può appunto derivare da un equilibrio armonico delle parti.*»<sup>39</sup>

La musicoterapia, nel più ampio contesto delle arti-terapie opera, a livello strutturale, in quello che, anche in riferimento alle concezioni di Winnicott, è definibile come un significativo spazio potenziale.

Lo psicanalista H.J. Fiorini precisa l'idea winnicottiana definendo lo “*spazio creativo proprio delle arti-terapie come uno spazio del possibile, in cui nulla è sicuro se non la possibilità stessa di far sì che molteplici eventi trovino un adeguato contenitore.*”<sup>40</sup>

Lo spazio contenitivo è promotore del cambiamento, di gioco e di confronto con la realtà. In esso assume una rilevanza particolare il processo stesso in cui si mostrano nuovi significati e nel quale, a sua volta, «*il mediatore artistico è uno spazio potenziale che l'individuo crea tra sé e il mondo esterno per giocare, esercitarsi, confrontarsi, attraverso rappresentazioni simboliche, con i bisogni del proprio mondo interno e con le esigenze della realtà esterna.*»<sup>41</sup>

Un ulteriore aspetto fondante la pratica musicoterapica è la regolazione delle emozioni. «*Attraverso la regolazione delle emozioni è possibile trovare nuove forme espressive che portano alla realizzazione di opere che stimolano la ricerca di significati che prima era impossibile cogliere.*”<sup>42</sup> Quale estrema importanza può assumere durante la malattia il cogliere il nuovo, i nuovi significati? L'arte-terapia possiede e può favorire questa potenzialità.

L'elemento sonoro-musicale propone forme dialoganti grazie alle quali, attraverso la comunicazione prevalentemente non verbale, è possibile l'incontro con se stessi, con la malattia,

---

<sup>38</sup> Antoniotti G., op.cit.

<sup>39</sup> Postacchini P.L. – Ricciotti A. – Borghesi M., Musicoterapia, Carocci, Roma, 1997.

<sup>40</sup> Caterina R., Che cosa sono le arti-terapie, Carocci, Roma, 2005.

<sup>41</sup> Giordano E., Fare Arteterapia, Cosmopolis, Torino, 1999. In Manarolo G., op cit.

<sup>42</sup> Caterina R., op. cit.



con l'altro e con la diversità. L'incontro fecondo permette la creazione di uno spazio interno (ma contemporaneamente esterno) per l'accoglienza dell'altro, del diverso, l'inatteso, il *non-noto*.

La musicoterapia mantiene, seppur in modo particolare, un saldo legame con l'attività artistica. In Di Benedetto è possibile trovare un autore che ben delinea le caratteristiche dell'arte assimilabili, teoricamente e secondo la prospettiva della psicologia dinamica, al nostro operare terapeutico. *«L'arte costituisce un vero e proprio mezzo comunicativo e conoscitivo, adatto a significare quei fatti umani, specialmente affettivi non esprimibili con i sistemi simbolici organizzati.[...] L'arte offre a tutti strutture pre-logiche, per sviluppare capacità simboliche e lingue adatte a comunicare esperienze interiori.»*<sup>43</sup>

Ma l'arte, inevitabilmente, conserva un saldo legame con lo stimolo estetico, il quale secondo l'autore è in grado *«di allontanar[ci] dalla realtà esterna e di avvicinar[ci] alla realtà psichica scuotendo con forza il nostro assetto emozionale, risveglia esperienze soggettive non ancora integrate e perciò inquietanti, le quali tuttavia si avviano verso una preliminare integrazione proprio grazie alla forma artistica.»*<sup>44</sup>

Lo stimolo estetico, per le sue valenze, rimanda alla dimensione del Bello. La Bellezza in musicoterapia è spesso valutata in modi tra loro contrastanti: da un lato si presenta la necessità di considerare le produzioni, le caratteristiche sonoro/musicali dei destinatari e degli interventi al di là delle loro valenze estetiche, ma contemporaneamente vi è la consapevolezza delle potenzialità del Bello nel processo terapeutico. Lo scrittore giapponese Kakuzo Okakura, studioso che dedicò la sua vita alla missione di tutela della civiltà, dei modi di pensiero e di vita dell'Oriente, raccontando la leggenda dell'Arpa Domata di Lung-men e del maestro Po Yo nota come *«al magico tocco della bellezza le corde più segrete del nostro essere si ridestano, e in risposta noi fremiamo e vibriamo. Lo spirito parla allo spirito. Udiamo l'indicibile, contempliamo l'invisibile. Il maestro fa scaturire note di cui eravamo ignari. Ricordi da tempo immemorabile dimenticati riaffiorano con nuovi significati. Speranze soffocate dalla paura, desideri che non osiamo riconoscere si levano dinanzi a noi con nuovo splendore. Il nostro spirito è la tela su cui gli artisti stendono i colori; le tinte sono le nostre emozioni; il chiaroscuro è la luce della gioia e l'ombra della tristezza. Il capolavoro ci appartiene, come noi apparteniamo a esso.»*<sup>45</sup> Nell'arte, e nel Bello, l'Uomo, per la tradizione culturale giapponese, trascende se stesso avvicinandosi all'Infinito. *«Niente è più sacro della comunione di spiriti affini nell'arte. Nel momento dell'incontro, l'amante dell'arte trascende se stesso. Al tempo stesso egli è e non è. Coglie un riflesso dell'infinito, ma le parole non riescono a*

---

<sup>43</sup> Di Benedetto A., Prima della Parola. In Manarolo G., op cit.

<sup>44</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>45</sup> Okakura K., Lo zen e la cerimonia del tè, Feltrinelli, Milano, 1997.

*dar voce alla sua gioia, giacchè l'occhio è muto.»*<sup>46</sup> Nella cerimonia del tè, i maestri attraverso la storia e la raffinatezza dei loro gesti dedicavano il loro Essere all'arte per giungere alla Bellezza. «*I maestri del tè ritenevano che l'autentica comprensione dell'arte fosse possibile solo per coloro che la considerano una forza capace di influire sulla vita. [...] Sin quando non abbiamo reso belli noi stessi non abbiamo il diritto di accostarci alla Bellezza. [...] Solo chi ha vissuto con la bellezza può morire in bellezza.»*<sup>47</sup>

Guido Antoniotti nella sua tesi di diploma *Quale bellezza salverà il mondo? Estetica e musicoterapia* affronta il tema fornendo alcuni spunti di notevole interesse. «*Niente colpisce l'anima, niente le dà tanto entusiasmo, quanto i momenti di bellezza – nella natura, in un volto, un canto, una rappresentazione, o un sogno. E sentiamo che questi momenti sono terapeutici nel senso più vero: ci rendono consapevoli dell'anima e ci portano a prenderci cura del suo valore. Siamo stati toccati dalla bellezza. Eppure la terapia non parla mai di questo fatto nelle sue teorie, e l'aspetto estetico non ha alcun ruolo nella pratica terapeutica, nella teoria evolutiva, nella traslazione, nei concetti di trattamento riuscito o fallito e nella fine della terapia. Abbiamo forse paura del suo potere?»*<sup>48</sup> Antoniotti, citando Hillman, sottolinea come «*la valenza curativa della bellezza sia assai poco considerata e sfruttata nella cura della psiche»*<sup>49</sup>, ciò nonostante è necessario non dimenticare come «*quello che caratterizza il movimento delle arti-terapie è infatti la coesistenza di un processo estetico da una parte, con un processo rieducativo-terapeutico dall'altra. La finalità degli arte-terapeuti, ovviamente, non è quella di costruire o elaborare opere d'arte; malgrado ciò, nella loro modalità di operare esiste una qualità estetica che può essere relativa ai parametri e ai materiali utilizzati, o alla loro modalità di elaborazione»*<sup>50</sup>, a cui è necessario aggiungere come «*in realtà, la distinzione tra processo estetico e processo terapeutico è per certi versi artificiosa e schematica, poiché di fatto entrambi sono contemporaneamente presenti.»*<sup>51</sup> È opportuno ricordarsi costantemente, senza ricadere in concezioni banalizzanti, come uno degli obiettivi prioritari sia il potenziale cambiamento che, in ogni caso e nonostante le eventuali limitazioni, deve essere considerato possibile; la speranza non va abbandonata.

Il potenziale cambiamento, durante il processo riabilitativo e di cura, può quindi attraversare i territori dell'arte ed in essi trovare il bello. «*L'arteterapeuta ha come obiettivo la terapia del paziente, cioè un cambiamento possibile della sua vita, e pensa di utilizzare per questo l'arte, o meglio il fare arte, e quindi la ricerca del bello (anzi confesso che personalmente ritengo sia lecito*

---

<sup>46</sup> Okakura K., op. cit.

<sup>47</sup> Okakura K., op. cit.

<sup>48</sup> Hilmann J., *Politica della Bellezza*, Moretti & Vitali, Bergamo, 1999. In Antoniotti G., op. cit.

<sup>49</sup> Antoniotti G., op.cit.

<sup>50</sup> Postacchini P.L. – Ricciotti A. – Borghesi M., op. cit.

<sup>51</sup> Antoniotti G., op.cit.

*solo a questa condizione proporre dell'arte a dei pazienti gravi, senza prenderli in giro o illuderli o frustrarli ulteriormente).*»<sup>52</sup>

Considerando la separazione classica in musicoterapia tra tecniche di tipo attivo (le quali prevedono l'impiego di uno strumentario sonoro/musicale e sono basate sull'improvvisazione) e di tipo recettivo (fondate sulla condivisione dell'ascolto) l'incontro tra ecologia acustica e musicoterapia, proprio per i punti in esse comuni, può essere colto come una particolare forma di pratica recettiva. *«La musicoterapia recettiva è stata spesso considerata una modalità di approccio passiva e connotata da aspetti pseudo farmacologici; come sappiamo, l'ascolto sonoro musicale è un processo complesso, tutt'altro che passivo, capace di attivare, in determinati contesti, profondi movimenti interiori.[...] Il modello di ascolto imposto dai vari "media" contemporanei è viceversa caratterizzato dall'omologazione e dalla passività; l'incessante stimolazione uditiva, che connota il nostro quotidiano, narcotizza il nostro pensare, copre i nostri silenzi e ci condiziona a risposte precostituite. Un ascolto musicoterapico potrebbe allora mirare al recupero di una dimensione silente dove tentare una rieducazione, una riscoperta della personale capacità di ascoltare attivamente, vale a dire accogliendo ed elaborando creativamente i segnali, le espressioni, le comunicazioni dell'ambiente circostante.»*<sup>53</sup>

A livello teorico *«l'intervento recettivo si rivolge a pazienti adolescenti, adulti, in età senile dotati di sufficienti competenze simboliche e verbali, connotati anch'essi da difficoltà e disagio nei processi espressivi-comunicativi-relazionali, talora refrattari alle diverse proposte d'approccio, quando queste contemplan un loro attivo coinvolgimento, e maggiormente sensibili ad una proposta gratificante e regressogena.»*<sup>54</sup> È, però, necessario sottolineare come l'ascolto sia un componente fondamentale anche della musicoterapia attiva: non vi può essere improvvisazione (sia in ambito artistico sia in ambito terapeutico) senza un'attenzione privilegiata all'ascolto.

### **2.3.1 – L'ascolto**

L'ascolto attento rappresenta l'elemento costitutivo, centrale, dell'ecologia acustica. Parallelamente sia dal versante tecnico sia come attitudine umana e professionale, rappresenta un fondamento della musicoterapia. *«In musicoterapia ascoltiamo il nostro paziente per dare voce alla sua musica interiore, alla sua espressività, ma altresì impieghiamo l'ascolto, in quanto parte*

---

<sup>52</sup> Giordano E., Il senso estetico e la sofferenza psichica: accostamento stridente o scommessa terapeutica? In Antoniotti G., op.cit.

<sup>53</sup> Manarolo G. – Borghesi M., Musica & Terapia, Cosmopolis, Torino, 1998.

<sup>54</sup> Manarolo G., op. cit.

*integrante di un setting di musicoterapia attiva e di musicoterapia recettiva, per educarlo ad ascoltare e ad ascoltarsi.»<sup>55</sup>*

Va sottolineato come, in realtà, l'ascolto sia una necessità comune a tutte le Persone. *«L'essere umano ha bisogno sia di ascoltare, sia di percepire e quindi credere di essere ascoltato e soprattutto capito. Come il bisogno di nutrimento e di amore, anche l'essere ascoltato è un bisogno originario del bambino che concorre a definire l'essenza umana.»<sup>56</sup>*

In terapia, in particolare, la pratica d'ascolto, se consolidata da una corretta predisposizione, offre interessanti possibilità conoscitive sia in direzione di una ricerca di conferma sia verso l'esplorazione del non consueto. L'ascoltatore *«oscilla fra la possibilità di sospendere i suoi pregiudizi, ascoltando la musica come un viatico verso territori incerti, non conosciuti e la ricerca di conferme; la musica da parte sua può proporre percorsi inconsueti in modo più o meno adeguato alle possibilità dell'ascoltatore.»<sup>57</sup>* Inoltre, considerando l'importanza dell'iniziale alleanza terapeutica, l'ascolto deve costituire il fondamento d'accoglienza necessario all'evoluzione positiva di qualsiasi intervento. *«L'ascolto musicale può creare e sviluppare le condizioni affettive necessarie ad instaurare un'alleanza terapeutica e di un processo di elaborazione psichica.»<sup>58</sup>* Tenendo presente, inoltre, le possibili ed auspicate, evoluzioni comunicative *«il trattamento si propone di accogliere il paziente [...per] sollecitare un coinvolgimento emotivo, in una sorta di riattualizzazione e rianimazione emotiva, favorendo una maggiore consapevolezza del proprio mondo interno, e altresì di aprire nuovi canali di comunicazione.»<sup>59</sup>*

È già stato notato come l'ecologia acustica proponga un atteggiamento di tipo fenomenologico nel panorama maggiormente omnicomprensivo dell'ecologia. Tale atteggiamento, anche in musicoterapia, dovrà cercare la propria evoluzione, attraverso la soggettività, nella creatività. *«Ciò che interessa porre in luce in questa sede di riflessione è la dimensione fenomenologica dell'ascolto musicale, cioè quell'ambito di studio legato ai vissuti e ai bisogni esistenziali dell'essere umano. L'ascolto [...] ci proietta in una sorta di revêrie contemplativa: avvertiamo giochi di forze e tensioni. Si schiudono immagini, paesaggi, luoghi della memoria.*

---

<sup>55</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>56</sup> Petrella F., L'Ascolto e l'Ostacolo, Atque, Moretti & Vitali, Firenze, novembre '96 – aprile '97. In Manarolo G., op cit.

<sup>57</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>58</sup> Escande M. - De Langhe M., L'utilisation de L'ecoute Musicale en Psycoterapie Individuelle: Question de Méthode, d'Analyse du Processus, d'Indications et de Terminaison, La Revue de Musicotherapie, vol. XIII, 2, 1993. In Manarolo G., op cit.

<sup>59</sup> Manarolo G., op. cit.

*Viene a crearsi una dimensione creativa direttamente collegata con il mondo dell'intuizione, dell'immaginazione, delle metafore, della fantasia.»<sup>60</sup>*

Il rispetto e l'accettazione risultano prerequisiti imprescindibili; di conseguenza nell'avvicinarsi all'altro cogliendone l'unicità è indispensabile un'iniziale inattività in cui *«sospendere l'azione e privilegiare una posizione recettiva di osservatore [...] le azioni sono differite inclusa l'abitudine alla risposta immediata [...] chi ascolta deve tacere.»<sup>61</sup>* Per raggiungere una condizione di accoglienza si deve presupporre il silenzio. *«L'ascolto richiede un silenzio esterno, ma altresì un silenzio interno, è necessario creare dentro di noi un vuoto di senso e di ordine dove accogliere il senso e l'ordine dell'altro.»<sup>62</sup>* Analogamente per cogliere il paesaggio sonoro e le sue potenzialità è necessario sospendere la comunicazione verbale.

Le forme presenti nel qui e ora vanno colte con una sempre maggiore consapevolezza dei nostri interventi e con una *«disponibilità a farsi pervadere, attraversare dall'altro, dall'esperienza e oltre a ciò vi è la capacità di essere consapevoli delle linee di senso che nascono nel nostro mondo interno interrogandosi sul perché di queste propensioni.»<sup>63</sup>*

Interessante notare come *«l'ascolto musicale è espressione della relazione che si instaura tra l'oggetto musicale e il suo fruitore.[...] Esistono, quindi, aspetti propri dell'oggetto musicale e del fruitore che articolandosi fra di loro con modalità che possono modificarsi anche radicalmente di volta in volta, configurano l'esperienza di un ascolto musicale.»<sup>64</sup>* L'ascolto coinvolge *«i meccanismi di archiviazione delle esperienze vissute. Sul piano psicologico la memoria a lungo termine può esser distinta in una memoria esplicita (dichiarativa o autobiografica) e in una memoria implicita (non dichiarativa). La prima è cosciente, verbalizzabile e rappresenta la storia autobiografica dell'essere umano. La seconda non è cosciente né verbalizzabile. [...] L'esperienza dell'ascolto musicale ripristina il piacere di riscoprirsi e di ritrovare nella musica una voce, una presenza, una memoria che ci appartiene e che appare caratterizzata da questi aspetti espliciti ma soprattutto da qualità implicite.»<sup>65</sup>* Ma non è forse ipotizzabile che quanto appena citato valga anche per alcune caratteristiche sonore ambientali? L'ambiente di crescita, di vita attuale e passata, non è forse determinato anche dalle sue valenze sonore? È estremamente importante non sottovalutare anche la relazione con il materiale sonoro ambientale a fronte delle esperienze vissute e vivibili in esso, considerando, invece, la potenzialità di senso in esse ritracciabile.

---

<sup>60</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>61</sup> Petrella F., In Manarolo G., op cit.

<sup>62</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>63</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>64</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>65</sup> Manarolo G., op. cit.

Roland Barthes nel saggio dedicato all'ascolto in *L'ovvio e l'ottuso* propone una ripartizione in tre modalità. «Nel primo tipo di ascolto l'essere vivente rivolge la propria audizione (l'esercizio della facoltà fisiologica di udire) verso degli indizi. A questo livello, nulla distingue l'animale dall'uomo: il lupo ascolta quello che potrebbe essere il rumore di una preda, la lepre quello di un aggressore; il bimbo, l'innamorato ascoltano i passi di chi si avvicina e che sono forse quelli della madre e dell'essere amato. Questo primo tipo di ascolto è, se così si può dire, un allarme. Il secondo è una decifrazione: quel che si cerca di captare con l'orecchio sono dei segni, e questo, certo, è proprio dell'uomo. Ascolto come leggo, ossia in base a certi codici. Per finire, il terzo tipo di ascolto – del tutto moderno, anche se ovviamente non soppianta gli altri due – non prende in considerazione, non si basa su segni determinati, classificati; non riguarda ciò che è detto, o emesso, quanto chi parla, chi emette. Questo ascolto ha luogo in uno spazio intersoggettivo, dove “io ascolto” vuol dire “ascoltami”; ciò di cui esso s'impadronisce per trasformarla e rilanciarla all'infinito nel gioco di transfert, è una “significanza” generale, inconcepibile al di fuori della determinazione dell'inconscio.»<sup>66</sup>

In *Musica & Terapia* vengono individuate molteplici tipologie d'ascolto riferite al materiale musicale, ma trasferibili, sebbene in modo peculiare, al paesaggio sonoro. Il primo è costituito dall'ascolto *in stato di regressione* (Postacchini et al. '97), il quale è «legato ad assetti psicologici difensivi, quali si verificano nell'evacuazione di elementi  $\beta$  nell'iper-razionalizzazione, oppure in processi affettivi pre-genitali in cui prevalgono la manipolazione e l'imitazione senza scambio empatico e senza vera conoscenza.»<sup>67</sup> Manarolo, all'interno di quanto espresso da Postacchini, specifica alcune sotto modalità tipo: ascolto tecnico, ascolto idealizzato, ascolto ipnotico, ascolto corporeo, ascolto distaccato, ascolto scisso, ascolto proiettivo, ascolto inibito.<sup>68</sup> Caratteristiche dell'ascolto regressivo sono, in ogni caso, stasi ed immutabilità.<sup>69</sup>

Va notato come l'autore leghi tale modalità d'ascolto alle contemporanee fasce giovanili, le quali risultano inevitabilmente protagoniste o vittime dell'attuale paesaggio sonoro. Il paesaggio, sovente, non è più un alternanza di suoni, silenzi e musiche, ma un onnipresente stimolo sonoro indifferenziato. «La musica, in quest'era tecnologica, è tecnicamente frammentabile, ripetibile quasi senza limiti, e ciò la rende facilmente disponibile per ascolti regressivi; quest'illimitatezza inserisce inoltre la dimensione musicale quotidiana in una sorta di continuum spazio-temporale onirico, che per l'appunto di temporale non ha poi altro che l'illusione dell'eternità.»<sup>70</sup> L'ascolto regressivo e l'uso quasi-autistico della musica possono risultare sintomatici di condotte

---

<sup>66</sup> Barthes R., op. cit.

<sup>67</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>68</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>69</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>70</sup> Manarolo G., op. cit.

patologiche, «*corrispond[ono] ad un atteggiamento e ad una disposizione mentale regressiva, al quale inoltre si rafforza e perpetua nella selezione di materiali musicali inadeguati a fornire risposte immediate a bisogni differibili.*»<sup>71</sup> Lavorare in questo ambito, attraverso il paesaggio sonoro, potrebbe permettere di evitare l'utilizzo eccessivamente difensivo del suono, giungendo ad una maggiore consapevolezza del proprio rapporto con la realtà, la società e con il suono stesso. L'abbandonare, almeno in parte, il terreno culturale potrebbe altresì evitare assetti eccessivamente identificatori con il materiale musicale promuovendo una maggiore condivisione espressiva e comunicativa.

La seconda tipologia d'ascolto presentata è quella *in stato di progressione* caratterizzata da una «*condizione in cui vengono utilizzate modalità introiettive, costruttive, di apprendimento, quelle cioè che caratterizzano la posizione depressiva, più facilmente riconducibile a nostro avviso ad un assetto percettivo non parametrico.*»<sup>72</sup> Di conseguenza, in presenza di tale ascolto, è possibile ritrovare «*una condizione di armonia complessiva, sia cognitiva sia affettiva della persona o del gruppo in questione.*»<sup>73</sup> Gerardo Manarolo, come nel caso dell'ascolto regressivo, specifica attraverso il suo studio alcune sottospecificazioni: ascolto integrato (gli elementi contraddittori e conflittuali presenti in un brano musicale, vengono colti, articolati e posti in rapporto tra loro), ascolto conoscitivo (la musica può diventare uno strumento di crescita personale, ponendo in evidenza parti del sé delle quali il soggetto era poco o nulla consapevole), ascolto nostalgico (attraverso il quale per il soggetto è possibile la riattualizzazione di un lutto o di una separazione e consentirne una parziale elaborazione).<sup>74</sup> Se la stasi costituiva la caratteristica di base dell'ascolto regressivo in quello progressivo, invece, è possibile rintracciare «*[una] disponibilità all'idea che l'ascolto stesso possa produrre dei cambiamenti.*»<sup>75</sup> In opposizione alla modalità sociale *quasi-autistica* inconsapevole del proprio essere la progressività dell'ascolto tende alla definizione di un modello culturale «*[ in ] cui il gruppo o il singolo si uniforma criticamente e consapevolmente.*»<sup>76</sup>

L'ambito terapeutico auspica di collocare il proprio intervento positivamente nel quadro di un ascolto in stato di progressione, ove ritrovare la condivisione del tempo, dello spazio e del suono necessaria al fare riabilitativo. Mancina identifica inoltre un'ulteriore tipologia d'ascolto, definito *creativo*, estremamente significativa per il rapporto tra l'ascoltatore ed il materiale sonoro. «*L'ascolto creativo è quindi un ascolto progressivo, in assetto costruttivo, di lavoro, che ricompona nuove figure musicali a partire dagli elementi colti secondo una modalità non parametrica*

---

<sup>71</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>72</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>73</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>74</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>75</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>76</sup> Manarolo G., op. cit.

(sommaria), elementi e figure che possono facilmente assumere un orientamento creativo, simbolo poetico, trasformativo, terapeutico, all'interno di un setting, ove un terapeuta, che favorisce l'assetto creativo, chiarifica i meccanismi e le dinamiche in atto ed interpreta le difese (quando a livello verbale e quando con specifiche strategie musicali). Trasformativo, ovverosia un'emozione che si trasforma in un'altra, e non catarsi, purificazione, guarigione, magia.»<sup>77</sup> Risulta evidente come anche in presenza di un ascolto ambientale siano auspicabili gli ascolti progressivi e creativi. Le sue particolarità, tra cui l'inevitabile articolazione, i rimandi nostalgici e la possibilità di evidenziare significative idiosincrasie ed attitudini sonore, possono intervenire nel tracciare un percorso di senso parallelo a quanto espresso per il materiale musicale propriamente detto.

Ritengo che l'abitare il paesaggio sonoro in musicoterapia può, in questa nuova direzione, favorire e stimolare «l'ascolto creativo [il quale] fa silenzio intorno e la musica [o il suono] può aprire varchi all'interno grazie ai quali riusciamo a meglio connettere comportamenti e pensieri coscienti con bisogni più profondi ed autentici.»<sup>78</sup>

Pensando alla *Land Art* in cui l'ambiente stesso rappresenta la sorgente ispiratrice per la creazione artistica, senza necessità altre, esterne, straniere; considerando la possibilità di rendere concreti, e non solo metaforici, i tempi, ma soprattutto gli spazi di condivisione così fondamentali nella pratica d'ascolto terapeutica, è possibile affermare come nell'incontro tra ecologia acustica e musicoterapia il setting non comprenda più il suono, ma come il suono comprenda il setting.

L'udito e l'ascolto creano essi stessi uno spazio, un territorio di familiarità. «Costruito a partire dall'udito, l'ascolto, da un punto di vista antropologico, è il senso stesso dello spazio e del tempo, colto attraverso la percezione dei gradi di lontananza e dei ritmi regolari dell'eccitazione sonora. Come per i mammiferi il territorio è contrassegnato da odori e da suoni, così anche per l'uomo – spesso non ci pensa – l'appropriazione dello spazio è in parte sonora: lo spazio domestico, quello della casa, dell'appartamento (equivalente in fondo al territorio animale) è uno spazio di rumori familiari, riconosciuti, che nel complesso formano una sorta di sinfonia domestica [...].»<sup>79</sup>

Una sinfonia ambientale vicina a quella del Re in Ascolto di Calvino il quale coglie frammenti, indizi, messaggi sonori dal mondo in cui abita e nel quale è prigioniero di se stesso. «Tu ascolti il tempo che scorre: un ronzio come di vento; il vento soffia nei corridoi del palazzo, o nel fondo del tuo orecchio. I re non hanno orologio: si suppone siano loro a governare il flusso del tempo; la sottomissione alle regole d'un congegno meccanico sarebbe incompatibile con la maestà reale. La distesa uniforme dei minuti minaccia di seppellirti come una lenta valanga di sabbia: ma

---

<sup>77</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>78</sup> Manarolo G., op. cit.

<sup>79</sup> Barthes R., op. cit.



*tu sai come sfuggirle. Ti basta tendere l' orecchio e imparare a riconoscere i rumori del palazzo, che cambiano d' ora in ora: al mattino squilla la tromba dell' alzabandiera sulla torre, i camion dell' intendenza reale scaricano ceste e bidoni nel cortile della dispensa; le domestiche battono i tappeti sulla ringhiera della loggia; la sera cigolano i cancelli che si richiudono, dalle cucine sale un acciottolio; dalle stalle qualche nitrito avverte che è l' ora della striglia. Il palazzo è un orologio: le sue cifre sonore seguono il corso del sole, frecce invisibili indicano il cambio della guardia sugli spalti con uno scalpiccio di soles chiodate, uno sbattere di calci di fucili, cui risponde lo stridere di ghiaia sotto i cingoli dei carri armati tenuti in esercizio sul piazzale. Se i rumori si ripetono nell' ordine abituale, coi dovuti intervalli, puoi rassicurarti, il tuo regno non corre pericolo: per ora, per quest' ora, per questo giorno ancora.[...] Nel grande lago di silenzio in cui tu galleggi sfociano fiumi d' aria mossa da vibrazioni intermittenti; tu le intercetti e le decifri, attento, assorto. »<sup>80</sup>*

In ogni ambito relazionale è, quindi, fondamentale prestare particolare cura alla competenza all'ascolto nelle sue forme e potenzialità terapeutiche. *«La capacità di esercitare un attento e disponibile ascolto rappresenta una delle principali competenze di cui dovrebbe disporre un musicoterapista. Altresì l'intervento musicoterapico si configura come una sorta di "educazione" all'ascolto sia quando si declina sul versante attivo che su quello recettivo; infatti lo sviluppo della capacità di ascoltare musica [o il paesaggio sonoro] rimanda metaforicamente alla maturazione della disponibilità ad ascoltare il proprio e altrui mondo interno.»<sup>81</sup>*

In tal senso l'ecologia acustica può indubbiamente rappresentare una risorsa importante, fornendo altre prospettive teoriche e procedurali. Contemporaneamente, sebbene non rappresenti uno degli obiettivi primari della pratica musicoterapica, in ambito educativo e pedagogico è stato notato come *«organizzando una situazione dove l'ascolto del paesaggio sonoro è il focus centrale delle lezioni, una nuova ampia dinamica emergente nella classe: rispetto per tutti e per tutto ciò che viene sentito ed equalizzazione delle differenze e delle gerarchie. In altre parole, non è tanto l'approccio pedagogico o un metodo educativo che rende più profonda la comprensione del paesaggio sonoro e le relazioni sociali, culturali ed ambientali, ma l'azione dell'ascolto in se stessa. Questo crea una dinamica radicalmente diversa dall'ascolto forzato studente-insegnante così prevalente in molte classi delle nostre scuole. Gli studenti beneficiano dei corsi precisamente perché la loro percezione acustica è stata aperta al mondo intero, è stata dato loro un'opportunità di analizzare, interpretare e capire l'ascolto, e come risultato è stata formata una più consapevole relazione con l'ambiente e la società.»<sup>82</sup>* L'ascolto attento promuove nuovi equilibri valorizzando

---

<sup>80</sup> Calvino I., *Sotto il sole giaguaro*, Mondadori, Milano, 2000.

<sup>81</sup> Manarolo G., *op. cit.*

<sup>82</sup> Westerkamp E., *op.cit.*

differenti piani percettivi e di senso, offrendo possibilità conoscitive nella, sempre presente, rete esperienziale. *«L'ascolto ci informa su come equilibrare la nostra percezione tra attenzione focale e globale. E nel mondo odierno questa pratica d'ascolto può essere un'importante metafora per cosa abbiamo bisogno di praticare in generale: attenzione alla situazione immediata nella nostra vita quotidiana e ai suoi continui spostamenti, stando il più possibile attenti al contesto del mondo come totalità.»*<sup>83</sup>

### 2.3.2 – La passeggiata sonora

Richard Long, realizzando la sua celebre opera *A line made by walking*, avrà sicuramente sentito un numero considerevole di suoni: i passi, l'erba mossa, il vento... Quanti, tra questi, saranno stati ascoltati? *«Udire è un fenomeno fisiologico; ascoltare è un atto psicologico. È possibile descrivere le condizioni fisiche dell'audizione (i suoi meccanismi) facendo ricorso all'acustica e alla fisiologia dell'udito; l'ascolto, invece, può essere definito soltanto a partire dal suo oggetto, ovvero, se si preferisce, dal suo obiettivo.»*<sup>84</sup>

Una delle modalità privilegiate con cui il movimento legato all'ecologia acustica tende a promuovere le proprie tematiche nel paesaggio sonoro e a valorizzare l'ascolto attento è attraverso la *passeggiata sonora*. La passeggiata sonora rappresenta un'esperienza privilegiata attraverso cui, per mezzo della lentezza, è possibile avvicinarsi allo spazio abitandolo e relazionandosi profondamente con esso. Se, come notato da Schafer, la società tende in modo sempre maggiore a far dominar il canale visivo, la passeggiata sonora si pone l'obiettivo di focalizzare l'attenzione sull'ascolto, permettendo la ri-scoperta della varietà e complessità dell'ambiente sonoro circostante. L'ambiente sonoro è, indubbiamente, una realtà contraddistinta da una complessità intrinseca elevata. Per mezzo del camminare tale complessità può risultare maggiormente avvicinabile, comprensibile, ma soprattutto godibile. Per trovare la Qualità nell'ambiente sonoro è imprescindibile dalla lentezza; solo tramite essa è possibile giungere all'ascolto attento. *«Bisogna essere lenti come un vecchio treno di campagna e di contadine vestite di nero, come chi va a piedi e vede aprirsi magicamente il mondo, perché andare a piedi è sfogliare il libro, e invece correre è guardarne solo la copertina. Bisogna essere lenti, amare le soste per guardare il cammino fatto, sentire la stanchezza conquistare come una malinconia le membra, invidiare l'anarchia dolce di chi inventa di momento in momento la strada. Bisogna imparare a star da sé e aspettare in silenzio, ogni tanto essere felici di avere in tasca soltanto le mani.*

---

<sup>83</sup> Westerkamp E., Editoriale, *Soundscape*, Volume 2, Number 2, December 2001.

<sup>84</sup> Barthes R., op. cit.

*Andare lenti è incontrare cani senza travolgerli, è dare i nomi agli alberi, agli angoli, ai pali della luce, è trovare una panchina, è portarsi dentro i propri pensieri lasciandoli affiorare a seconda della strada, bolle che salgono a galla e che quando son forti scoppiano e vanno a confondersi al cielo. È suscitare un pensiero involontario e non progettante, non il risultato dello scopo e della volontà, ma il pensiero necessario, quello che viene su da solo, da un accordo tra mente e mondo. [...] Il pensiero lento offrirà ripari ai profughi del pensiero veloce, quando la macchina inizierà a tremare sempre di più e nessun sapere riuscirà a soffocare il tremito.»<sup>85</sup>*

L'ascolto consapevole coinvolge tutta la persona e costituisce un momento favorevole per «rilevare i mutamenti nella percezione e dei modelli di comportamento»<sup>86</sup> e per considerare la percezione che soggettivamente si sposta su piani d'ascolto differenti. «Secondo la psicologia della Gestalt, che per prima introdusse questa distinzione, la figura è il punto focale dell'interesse, mentre lo sfondo è il contesto, l'inquadramento generale. [...] È stata la fenomenologia a sottolineare che quanto viene percepito come figura e quanto viene percepito come sfondo è determinato, nella maggior parte dei casi, dal campo e dal rapporto che intercorre tra campo e soggetto».<sup>87</sup>

La passeggiata sonora, nella sua naturalezza (indipendente dall' habitat in cui viene effettuata) presenta una sola esigenza molto vicina a molte pratiche musicoterapiche: l'assenza o riduzione della comunicazione verbale. «Durante una passeggiata sonora non si cammina e parla, si cammina ed ascolta. L'istruzione di non parlare è importante per due ragioni. La prima è chiara: se stai parlando non stai ascoltando. Secondariamente quando parli stai discutendo, parlando di qualcosa. Stai valutando ed interpretando. È questo è precisamente quello che non deve avvenire. Si dovrebbe solo ascoltare e fare esperienza dell'ascolto.»<sup>88</sup>

Tali tipi di attività possono essere effettuate in qualsiasi luogo o ambiente: urbano o naturale. In ognuno di essi, grazie al differente approccio all'ascolto, sarà possibile notare un'estrema varietà sonora a cui non si è soliti prestare attenzione.

Camminare è un'attività intimamente legata all'Uomo. Filosofi, pensatori o gente comune si è da sempre servita del camminare come mezzo per la riflessione o per lo spostamento. «La storia corporea del camminare è quella dell'evoluzione del bipedismo e dell'anatomia umana. [...] La storia del camminare risale a ben oltre quella degli esseri umani, ma la storia del camminare come

---

<sup>85</sup> Cassano F., *Il pensiero meridiano*, Laterza, Bari, 2005.

<sup>86</sup> Schafer R.M., op. cit.

<sup>87</sup> Schafer R.M., op. cit.

<sup>88</sup> Dietze L., *Learning is Living, Acoustic Ecology as Pedagogical Ground. A Report on Experience. Soundscape*, Volume 1, Number 1, Spring 2000.

*mezzo per conseguire un fine è nata in Europa soltanto due secoli fa, e Rousseau si trova al suo esordio.»<sup>89</sup>*

Ma il camminare propone la sua essenza in primo luogo nella transizione, nell'incontro con nuovi terreni e confini, siano essi materiali, spaziali o psicologici. La sua essenza è un delicato equilibrio in cui sfiora saperi eterogenei, in cui sa rinnovare le proprie valenze storiche. *«Per usare una sua metafora, essa invade e percorre campi altrui – l'anatomia, l'antropologia, l'architettura, il giardinaggio, la geografia, al storia politica e culturale, la letteratura, la sessualità, gli studi religiosi – e nel suo lungo tragitto non si arresta in alcuno di essi. Perché, se un campo di competenza può essere immaginato come un terreno reale – un confine esattamente rettangolare dissodato con cura e produttore un determinato raccolto – allora la materia del camminare assomiglia al camminare stesso nella sua mancanza di confini.»<sup>90</sup>*

Sebbene il camminare possa essere considerato, superficialmente, un mezzo motorio, in realtà la stratificazione di senso ad esso collegata è realmente ampia e riguarda, spesso inconsapevolmente, la natura del proprio essere al Mondo. Per questo motivo, frequentemente, il camminare supera la sua semplice natura muscolare per giungere a nuove prospettive e nuovi significati culturali, artistici e sociali.

*«La materia del camminare riguarda, in un certo senso, il modo in cui attribuiamo significati particolari ad atti universali. Come il mangiare o il respirare, così il camminare può essere investito di significati culturali completamente diversi, da quelli erotici a quelli spirituali, da quelli sovversivi a quelli artistici. È qui che questa sua storia comincia a fare parte della storia dell'immaginazione e della cultura, e della storia dei generi di piacere, di libertà e di significato che vengono perseguiti in tempi diversi da differenti tipi di camminate e camminatori.»<sup>91</sup>*

Camminare *in habitat*, ad esclusione dello spostamento all'interno dell'ambiente domestico, coincide con l'uscire e con l'esporsi. Tale caratteristica, comprensiva della contemporaneità del solo impulso motorio e della sua valenza significativa, può talvolta incrinare le certezze sia ad un livello personale sia ad un livello culturale. *«Il camminare dà fastidio perché genera molte cose, alcune delle quali non facilmente controllabili. Anzitutto questa esposizione del sé al mondo e l'impressione di essere uno dei corpi che ne costituiscono il paesaggio: e poi la democrazia che viene dall'impressione della compresenza tra altri corpi viventi. Un mondo di stranieri, sì, ma un mondo in cui il gioco del camminare invita alla vetrina e al rispecchiamento.»<sup>92</sup>*

---

<sup>89</sup> Solnit R., *Storia del camminare*, Bruno Mondadori, Milano, 2002.

<sup>90</sup> Solnit R., *op. cit.*

<sup>91</sup> Solnit R., *op. cit.*

<sup>92</sup> La Cecla F., prefazione. In Solnit R., *op. cit.*

Camminare facilita il pensiero. Valicando il continuo susseguirsi di micro-confini spaziali ne libera gli eventuali ostacoli mentali. Non è raro associare il vagabondaggio urbano, un camminare continuo, ad alcune forme di patologia psichiatrica. È possibile effettuare qualche ipotesi tra le valenze del camminare e il disturbo mentale? Il camminare, il suo ritmo intrinseco, è forse per queste Persone una forma facilitante l'organizzazione del pensiero? *«Camminare è, idealmente, uno stato in cui la mente, il corpo e il mondo sono allineati come se fossero tre personaggi che finiscono per dialogare tra loro, tre note che improvvisamente formano un accordo.»*<sup>93</sup>

Il camminare si serve ovviamente del corpo, proponendone un contatto unico con esso. Tutte le parti del corpo ne vengono coinvolte: dalle articolazioni all'apparato mentale, circolatorio e respiratorio. Il corpo è ritmo e il camminare ne rappresenta una meravigliosa composizione. *«Il ritmo del passo genera una specie di ritmo del pensiero, e il tragitto attraverso un paesaggio echeggia o stimola il tragitto attraverso un corso di pensieri. Il che crea tra un percorso interno e percorso esterno una strana consonanza che suggerisce come la mente sia essa stessa un paesaggio di generi e che il camminare sia un mezzo per attraversarlo.»*<sup>94</sup>

I passi ci portano ad incontrare l'inatteso e tramite esso abbiamo l'occasione di avvicinarci alla Bellezza. Una Bellezza di complessità, specchio con il quale evitare la cristallizzazione nei nostri (scelti o imposti) confini fisici e mentali. *«L'aleatorio, il non riparato, ci permette di trovare quello che non si sa di cercare, e non si conosce un luogo finché questo non ci sorprende. Muoversi a piedi è un modo per conservare un baluardo contro questa erosione della mente, del corpo, del paesaggio e della città, e ogni persona che cammina è una guardia di pattuglia a protezione dell'ineffabile.»*<sup>95</sup>

La passeggiata sonora vive anche di tutto ciò. L'inatteso è il luogo, la sua caratteristica acustica, la sua moltitudine sonora. Ma incontrare un luogo fisico, il suo ascolto, può essere metafora di un'incontro molto significativo per la pratica musicoterapica: l'incontro con il proprio mondo e l'ascolto attento di esso. *«Quando ci concediamo ai luoghi, essi ci restituiscono a noi stessi e, più arriviamo a conoscerli, più vi seminiamo l'invisibile messaggio delle memorie e delle associazioni che saranno lì ad aspettarci quando vi ritorneremo, mentre luoghi nuovi ci offriranno pensieri nuovi e nuove opportunità. Esplorare il mondo è uno dei modi migliori per indagare la mente, e il camminare percorre entrambi i terreni.»*<sup>96</sup> Se, all'interno della musicoterapia, la Relazione rappresenta uno dei principali obiettivi, spesso anche il camminare può delinarsi in tal

---

<sup>93</sup> Solnit R., op. cit.

<sup>94</sup> Solnit R., op. cit.

<sup>95</sup> Solnit R., op. cit.

<sup>96</sup> Solnit R., op. cit.

sensu. Lo spostarsi e l'abbandonare la propria stanzialità favoriscono l'incontro e la conoscenza da cui deriva una maggior possibilità di relazione. L'incontro non è sinonimo di relazione, ma sappiamo quanto sia, in ogni caso, il primo obiettivo del nostro fare terapeutico. *«Il camminare come arte richiama l'attenzione sugli aspetti più semplici dell'atto : il modo in cui il camminare rurale misura il corpo e la terra l'uno nei confronti dell'altra, il modo in cui il camminare urbano produce incontri sociali imprevedibili.»*<sup>97</sup>

Ma l'ascolto, nella camminata, vivifica altresì l'immaginazione spesso così irrigidita nel panorama contemporaneo. Se è comunemente vero, lo sforzo della musicoterapia deve essere concentrato a favore dell'immaginazione e della creatività e a favore della disabilità. È nostro dovere promuovere un'immaginazione sana, che aiuti a superare i già citati confini fisici e mentali per tendere all'evoluzione, "camminando" in direzione opposta alla sempre temuta regressione. *«Fantasticare è un'attività che ha luogo in una sorta di prateria dell'immaginazione, una parte dell'immaginazione non ancora arata, sviluppata o adibita a un uso immediatamente pratico. Gli ambientalisti hanno sempre sostenuto che le farfalle, i prati, i boscosi bacini idrogeografici, pur non producendo frutti economicamente utili, svolgono una funzione essenziale nel grande schema delle cose. Lo stesso vale per le praterie dell'immaginazione, il tempo trascorso qui non è un tempo di lavoro, eppure senza di esso la mente si isterilisce, si intorpidisce, si addormenta.»*<sup>98</sup>

---

<sup>97</sup> Solnit R., op. cit.

<sup>98</sup> Solnit R., op. cit.

## CAPITOLO 5

### Presentazione tirocinio - progetto “L’ascolto e il paesaggio sonoro”



JR – The Tree - Favela Morro Da Providencia, Rio de Janeiro (2008)

#### 5.1 – Contesto

Il tirocinio è stato effettuato presso il centro diurno psichiatrico della Cooperativa Anteo di Biella. *«Anteo Cooperativa Sociale Onlus è stata costituita a Biella nel 1993. E' una cooperativa sociale di tipo A di servizi alla persona in campo socio-sanitario, sociale ed educativo.»*<sup>99</sup> L'esperienza è stata svolta autonomamente con la supervisione esterna di Paolo Cerlati, il quale collabora da diversi anni con Anteo nella realizzazione laboratori musicali per un gruppo di ospiti del centro diurno. La supervisione è risultata quindi molto utile alla luce della sua conoscenza ed esperienza diretta dell'ambito in cui sono stato coinvolto. Una parte dei laboratori è stata condotta con la presenza, ed eventualmente l'aiuto, degli operatori. L'entusiasmo di qualcuno di loro ha costituito un aiuto importante e fondamentale per integrare il progetto nella realtà quotidiana del centro diurno.

---

<sup>99</sup> <http://www.anteocoop.it/la-cooperativa>

## 5.2 – Ambito clinico

L'ambito clinico del tirocinio è quello relativo alla salute mentale. Il questo contesto il centro diurno coordinato dalla Cooperativa Anteo ricopre un ruolo di primo piano rispetto al territorio biellese. La visione della cooperativa risulta interessante e formativa, un solido punto di partenza dal quale sviluppare percorsi relazionali. *«Salute mentale è certamente un concetto complesso, che abbraccia tutti gli ambiti della vita, presuppone la esistenza di una condizione di benessere fisico, mentale e sociale completo (secondo la definizione di salute proposta dall'OMS). Lavorare in psichiatria significa allora realizzare interventi articolati di promozione della salute mentale, ovvero del benessere delle persone, in tutti i campi della loro esistenza. Significa sostenere le persone nella costruzione del proprio progetto di vita (andare a scuola, lavorare, avere una casa, avere degli amici, avere delle relazioni sociali positive). Concetti guida sono: la **progettazione** di tutti gli interventi è **personalizzata e specifica**, costruita sulle persone e sulle loro caratteristiche **servizi e interventi** sono **diversificati e flessibili**, capaci di coprire tutti le aree dei bisogni e di modificarsi nel tempo gli interventi di **costruzione e sviluppo delle reti sociali** producono **inclusione, relazioni, contatti, arricchiscono l'articolazione sociale delle persone, riducono emarginazione, solitudine, stigma fare riabilitazione significa innescare ed alimentare processi virtuosi di cambiamento, costruire percorsi di acquisizione o di recupero di abilità, capacità e competenze personali e sociali.**»<sup>100</sup>*

Il gruppo è stato costituito in modo eterogeneo dal punto di vista dell'età (dai 30 ai 50 anni), del sesso (maggioranza di maschi con presenza più saltuaria di femmine) e della patologia dei partecipanti (principalmente spettro schizofrenico o bipolare). Tali differenze non hanno però rappresentato in alcun modo un ostacolo alla buona riuscita dei laboratori.

## 5.3 – Metodo, finalità, obiettivi

Il tema centrale del progetto è stato l'ascolto. In particolare è stata considerata e valorizzata un'abilità d'ascolto attento ritenuta indispensabile per ogni relazione ed in particolare una relazione in ambito terapeutico. Parallelamente, a conseguenza delle premesse teoriche, è stato privilegiato l'utilizzo del suono come medium relazionale. In questo caso, per la natura del progetto, con un leggero scarto rispetto al setting musicoterapico tradizionale ci si è basati in modo prioritario sul suono relativo al paesaggio sonoro, rinunciando temporaneamente allo strumentario tradizionale.

A conseguenza delle caratteristiche del centro diurno in cui ho avuto modo di lavorare è risultato solamente possibile organizzare le attività in *gruppo aperto*, da un minimo di due

---

<sup>100</sup> <http://www.anteocoop.it/psichiatria>



partecipanti ad un massimo di dieci. Gli ospiti del centro non hanno vincolo di presenza ed essendo per la maggior parte sufficientemente autonomi hanno la facoltà di partecipare o meno alle attività. Gli incontri si sono quindi dovuti necessariamente adattare in modo flessibile a queste caratteristiche.

Il progetto è stato articolato su quattro finalità di ordine creativo, comunicativo e relazionale:

- sensibilizzazione dei partecipanti alle eterogenee caratteristiche del paesaggio sonoro. Durante la visita dei diversi “luoghi sonori” è stata offerta la possibilità di prendere maggiore consapevolezza della varietà, profondità e ricchezza del paesaggio sonoro. Con la scoperta della diversità sonora è stato inoltre possibile cogliere nuovi aspetti uditivi e percettivi particolarmente soggettivi;
- sviluppo delle potenzialità relazionali, conoscitive e comunicative. Considerando il paesaggio sonoro adatto a ricoprire il ruolo di mediatore privilegiato per la relazione, al pari della musica e del suono, sono state sviluppate e potenziate le possibilità conoscitive e comunicative interne al gruppo;
- stimolazione della creatività e delle abilità espressive. Vivendo ed accogliendo il paesaggio sonoro nelle sue infinite forme e peculiarità, il progetto ha rappresentato un’occasione importante per stimolare la creatività soggettiva, vivificata attraverso l’uso artistico di strumenti tecnologici ed informatici;
- promozione della visibilità esterna del gruppo. Le attività hanno reso concreto e fruibile il lavoro svolto nel gruppo. Parallelamente sono state sviluppate anche per creare un ponte verso l’esterno per i partecipanti, evitando di cristallizzare all’interno del gruppo e della struttura i risultati ottenuti.

Gli obiettivi specifici sono stati invece individuati in:

- ascolto e registrazione dei suoni tipici dei vari habitat visitati;
- elaborazione, attraverso mezzi informatici, dei materiali registrati durante le passeggiate sonore;
- produzione di *soundscape composition* a partire dai materiali sonori raccolti e conseguentemente elaborati;
- creazione di una raccolta delle composizioni sonore;
- realizzazione di una *mostra sonora* per la presentazione al pubblico del progetto.

A seguito delle premesse teoriche il percorso progettuale si è sviluppato attraverso attività differenti:

- ascolto attento e comprensione del paesaggio sonoro;
- registrazione degli eventi sonori;
- utilizzo creativo del materiale registrato.

#### **5.4 – Percorso**

Prima del lavoro operativo presso in centro diurno, il tirocinio è iniziato con la stesura del progetto, una fase che è risultata estremamente formativa. Non essendomi mai imbattuto in questa necessità, il confrontarmi con le affascinanti difficoltà della progettazione *a priori* ed *in progress*, anche rispetto all'esperienza in tale ambito del mio tutor, è stato complicato, ma profondamente stimolante. La possibilità di applicare le nozioni provenienti dal corso sintetizzando una personale premessa teorica mi ha fornito l'occasione di avvicinarmi a comprendere quali tragitti teorici, tra i diversi possibili, fossero maggiormente congeniali alla mia visione della musicoterapia ed al mio metodo di lavoro. Analogamente, poter individuare le finalità, gli obiettivi e le modalità ha permesso di fornire una più profonda chiarificazione sulle attività che si intendevano proporre.

Dopo la convalida del progetto da parte della Cooperativa Anteo i laboratori sono stati condotti dal mese di febbraio 2009 al mese di marzo 2010, per una durata complessiva pari a 186 ore.

Il progetto è iniziato avvicinando i partecipanti, tramite il gioco e la curiosità, ai temi dell'ascolto e del paesaggio sonoro. In tal modo è stato possibile un primo (sorprendente) contatto con la valenza del suono ambientale. Contemporaneamente, è stato possibile far fiorire un iniziale, timido contatto fiducioso, fondamentale per raggiungere progressivamente un'unità relazionale così importante in ambito riabilitativo.

Considerando le valenze del *suono per la terapia*, nella prima fase i partecipanti sono stati coinvolti nel prendere consapevolezza della moltitudine dei fenomeni sonori a loro circostanti. Per introdurre i partecipanti all'ambito sonoro si è scelto di iniziare da ambienti a loro familiari. Durante uno dei primi incontri ci si è concentrati sui suoni di una partita di "calciotto da tavolo". Con sorpresa ed entusiasmo, il gruppo si è accorto della presenza fuori dalla finestra di un piccolo uccello primaverile, che senza attenzione all'ascolto sarebbe stato coperto dalla moltitudine sonora della partita in corso.

Con il susseguirsi delle occasioni d'ascolto in luoghi differenti è stato possibile notare quanti suoni (gradevoli e sgradevoli) sfuggano inconsapevolmente dalla nostra percezione. Gli ambienti sonori, visitati per mezzo di passeggiate d'ascolto, sono stati scelti rapportandosi in modo costruttivo e cercando di privilegiare la massima eterogeneità.

La scelta dei luoghi in cui passeggiare favorisce la comprensione di come luoghi quotidianamente vissuti abbiano numerose caratteristiche, numerosi pregi, svariate peculiarità a cui si è soliti non prestare attenzione. Raggiungendo una migliore consapevolezza, i suoni ambientali non sono più relegati al ruolo di nemico da affrontare o di scudo con cui difendersi, ma divengono una possibilità estetica da valutare, apprezzare e sfruttare.

L'ambiente sonoro, all'interno delle specificità locali risulta estremamente importante. Il paesaggio è in grado di incoraggiare nuovi punti di confronto ed incontro e di sottolineare, per alcuni elementi, la propria valenza simbolica.

Le attività di ascolto, nei differenti luoghi sonori, sono state accompagnate da attività di registrazione. L'ascolto (e la registrazione) attraverso il sistema microfono-cuffie permette di vivificare l'attenzione, aspetto sicuramente non scontato in un contesto psichiatrico. La scoperta dei paesaggi sonori caratteristici delle diverse ambientazioni permette di spostare e di sottolineare il piano d'attenzione dal livello visivo a quello uditivo. Lo spostamento favorisce la (ri)scoperta dell'importanza di un ascolto consapevole, promuovendo inoltre il miglioramento di un canale sensoriale generalmente messo in secondo piano rispetto a quello visivo.

Successivamente alle passeggiate sonore il gruppo è stato invitato a soffermarsi sull'analisi del materiale registrato, offrendo in questo modo un'ulteriore occasione di confronto/scambio reciproco. L'analisi infatti rende possibile un secondo tipo d'ascolto: le passeggiate sonore sono caratterizzate da un ascolto *in field*; analizzare in un altro contesto il materiale registrato permette di valutare gli elementi sonori al di fuori del loro *habitat* originario. L'ascolto può così rendere possibile la scoperta di nuovi piani sonori, nuovi aspetti non apprezzati durante l'ascolto *in field*.

Il suono ambientale richiede un'attenzione estetica alla quale vale la pena, creativamente, prestare impegno. "L'ascolto ed il paesaggio sonoro" ha coinvolto i partecipanti in svariati tragitti creativi. La tecnologia, come indicato nel Capitolo 4, è spesso fonte di differenti forme di inquinamento. Il progetto si è posto invece l'obiettivo di illustrare un esempio di utilizzo creativo ed *eco-rispettoso* di attrezzature tecnologiche. Tecnologia per favorire l'ascolto invece che generare ulteriore inquinamento acustico sfavorevole all'ascolto stesso.

L'attività ha permesso la scoperta e l'utilizzo concreto delle possibilità artistiche offerte dai mezzi informatici. Una prima conoscenza delle potenzialità offerte dai software audio permette

un'immediata capacità di intervenire creativamente sul materiale acquisito durante le passeggiate sonore.

A fronte dell'ascolto, dell'analisi e della valutazione (critica) delle registrazioni, i partecipanti sono stati coinvolti nella realizzazione di *composizioni ambientali* corrispondenti agli ambienti visitati. Tale operazione permette una valorizzazione artistica degli elementi ritenuti, dal gruppo, significativi e/o esteticamente importanti.

Il percorso di tirocinio si è concluso con la progettazione e la realizzazione di una "mostra sonora" presso l'Ostello della gioventù di Biella, ove sono state presentate al pubblico cinque composizioni realizzate dai partecipanti.

## 5.5 – Descrizione di alcuni incontri

1° incontro – 28 febbraio 2009

Il primo incontro, principalmente verbale, è stato dedicato alla presentazione delle varie fasi del progetto e dello strumentario a nostra disposizione ed all'ascolto di alcune *soundscape composition* di fama internazionale.

Gli obiettivi sono stati la conoscenza dei partecipanti e la promozione di un primo avvicinamento al tema del suono ambientale e della curiosità creativa.

Dopo la presentazione è stato proposto un primo ascolto: *Wind[Patagonia]* di Francisco Lopez. Il lavoro, come suggerito dal titolo, è basato sul suono mutevole del vento patagonico argentino.

Già da questo incontro emergono alcune delle tematiche che per alcuni partecipanti si ripresenteranno con costanza per la durata del progetto. Ga. all'ascolto si dice "immerso", gli sembra di sentirsi nel luogo ove è stata effettuata la registrazione. In poco tempo mi parla delle voci che sentiva in passato, sottolineando di averlo riferito ai dottori. Ga. risulta molto incuriosito dal microfono disponibile per le attività. Gi., sentendomi parlare del paesaggio sonoro, inserisce il tema delle donne e dei loro suoni. Gn., arrivato ad incontro iniziato, si dice molto incuriosito dall'ascolto del vento.

Il secondo ascolto proposto è *Buildings*, sempre di Lopez., un lavoro realizzato con i suoni provenienti dai grattacieli di New York. Io ed i partecipanti giochiamo provando a riconoscere alcuni suoni: ascensori, porte...

Coinvolgo i partecipanti nel pensare ad alcuni luoghi a loro noti, che potrebbero essere interessanti da un punto di vista sonoro. M., legandosi al tema delle donne, cita la parrucchiera. Gn.

vorrebbe registrare suoni di animali, mentre C. si dice contrario. Faccio notare come nel corso del tempo potrebbe essere interessante lavorare sul tema urbano/naturale. M., in seguito alla mia proposta, in modo autonomo suggerisce il tema dentro/fuori.

Propongo ai partecipanti di effettuare una prima registrazione di un ambiente sonoro a loro estremamente familiare: il salone del centro diurno. In particolare scegliamo di registrare una partita di calcetto da tavolo. Per la prima volta invito tutti i partecipanti a provare ad ascoltare in silenzio i suoni durante la registrazione.

Terminata questa fase riascoltiamo il materiale registrato. Faccio notare, in secondo piano, la presenza sonora di un uccello, il quale non era stato notato durante la registrazione. Tutti i partecipanti si dicono sorpresi dalla presenza di questo suono.

### 13° incontro – 13 giugno 2009

Decidiamo di dedicare la giornata ad alcune registrazioni in esterno e per l'occasione propongo il parco cittadino "Gorgomoro". Arrivati in loco chiedo ai partecipanti di concentrarsi sui suoni dell'ambiente e di notare come variano lungo il tragitto. Cr. ricorda a tutti i partecipanti di rimanere in silenzio durante le registrazioni. Lo stesso Cr., C. e S. desiderano registrare i suoni degli uccelli. S. si diverte a muovere i piedi di fronte al microfono per sentirne l'effetto. Io suggerisco di registrare un piccolo rigagnolo, mentre Cr. propone una piccola cascata d'acqua. Notiamo la differenza tra i due suoni d'acqua e la conseguente varietà. C. e S. desiderano sedersi per riposare, Cr. si allontana per 10 minuti registrando la sua passeggiata. Chiedo a S. qual è il suo suono preferito e mi risponde "quello dei torrenti".

### 15° incontro – 5 luglio 2009

Raggiungiamo il parco denominato "Bellone" e C. mi propone di effettuare la prima registrazione dedicata ai differenti uccelli presenti nel parco. Notiamo la notevole quantità di suoni presenti. Ci allontaniamo dal microfono ed effettuiamo la seconda registrazione. Questo scarto ci permette di non vincolare l'ascolto all'uso del microfono e di sperimentarne due tipologie: mediata e non mediata dalla tecnica. I partecipanti, durante la registrazione, smettono di parlare autonomamente e si concentrano sull'ascolto. M. ci raggiunge. Scegliamo di registrare il suono dell'acqua proveniente dal piccolo torrente presente nel parco. M. colloca il microfono vicino all'acqua. I partecipanti indossano a turno le cuffie. Ma. dice che il suono dell'acqua è molto bello. Ci spostiamo dal microfono. terminate le registrazioni torniamo in interno presso la struttura.

Monto con i partecipanti l'attrezzatura per l'ascolto. Riascoltiamo le registrazioni appena effettuate e ne commentiamo le caratteristiche.

20° incontro – 5 settembre 2009

Ga. telefona in centro diurno chiedendo all'operatrice se oggi ci sarà l'attività dei paesaggi sonori. In seguito alla conferma Ga. chiede di essere aspettato in quanto arriverà il prima possibile. Mi rendo conto che nella quotidianità del centro diurno il progetto ha guadagnato una sua autonomia ed una sua consistenza: i partecipanti riconoscono il progetto. Raggiungiamo la stazione ferroviaria per registrare il suono dei treni, ma essi non sono presenti, né in partenza né in arrivo. Ci spostiamo verso il centro di Biella. Decidiamo di registrare mentre passeggiamo nella via pedonale. Cr. indossa le cuffie ed io reggo il microfono. Cr. decide dove andare, io lo seguo. Ci dirigiamo alla piazza del Duomo. Cr. decide di registrare la fontana in presente in quel luogo. Torniamo verso la via pedonale. Terminata la registrazione Cr. mi dice che "è stato bello". Chiedo a Cr. se ha notato differenze di suoni tra lo spazio chiuso della via e quello aperto della piazza. Cr. mi dice che ha gradito molto il suono della fontana.

27° incontro – 29 novembre 2009

Ci troviamo all'ostello della gioventù e decidiamo di registrarne l'interno mentre alcuni ospiti del centro diurno puliscono le camere da letto. Ga. mi porta vicino alla finestra di una camera e mi propone di registrare l'esterno. Ga. scherza dicendo si sentire "una donna mentre fa sesso", ma poi aggiunge "si sente...bello...si sente la pioggia...si sente la pioggia...che figata...bello...facciamolo sentire a T.". Invitiamo T. a raggiungerci. Ga. sottolinea che "è come se fosse reale". Faccio notare che questi suoni sono effettivamente reali. Ga. propone di registrare l'ascensore, ma N. ci dice che non può essere utilizzato. Ga. propone di registrare T. mentre passa l'aspirapolvere. Propongo di effettuare alcune registrazioni all'esterno così Ga. mi invita a spostarci nella piazza adiacente all'ostello. Notiamo il suono della fontana e Ga. mi fa notare che stando attenti "si possono sentire i discorsi della gente" (la diagnosi di Ga. è schizofrenia paranoide centrata sulla lettura del pensiero). Secondo Ga., il suono della fontana sembra "piscio". Ma. si unisce all'attività. Ga. indossa le cuffie ed iniziamo la passeggiata sonora, sente delle voci e mi chiede la provenienza. Ga. passa le cuffie a Ma., il quale riferisce che si sente il vento. Ga. vuole registrare il suono di un bar e vuole verificare se si sentono le voci dei presenti. Raggiungiamo la funicolare e ne registriamo la discesa e la salita cercando di rimanere in silenzio.

29° incontro – 20 dicembre 2009

N. viene coinvolta nell'attività. Ascoltiamo il materiale registrato durante l'incontro precedente e spiego il progetto a N. la quale pare interessata a cogliere i differenti suoni presenti nelle registrazioni. T. scoppia di tanto in tanto a ridere, dice di aver informato la sua dottoressa. Io ed i partecipanti parliamo dell'organizzazione della mostra, pensata come conclusione del progetto. Ascoltiamo la prima composizione che abbiamo realizzato, relativa all'ambiente naturale del "Gorgomoro" e N. mi dice che è rilassante. Notiamo i differenti suoni dell'acqua, che T. dice di trovare rilassanti. N. dice di provare una sensazione materna, "come essere dentro al pancia". Decidiamo di lavorare sulla composizione sonora con i suoni precedentemente registrati nel centro città. N. suggerisce che potremmo usare sia i suoni della via pedonale sia quelli del centro commerciale, facendo confluire i suoni della via in quelli di quest'ultimo. Cerchiamo le registrazioni interessate ripercorrendo le tappe del progetto. Uniamo, per mezzo di Cubase (precedentemente illustrato ai partecipanti), il suono della via pedonale con quello del centro commerciale. Cr. e N. mi raccontano del loro disturbo bipolare ed alcuni aneddoti della loro vita legati ad esso. Cr. mi racconta i suoi due tentati suicidi.

30° incontro – 27 dicembre 2009

Proseguiamo con la composizione iniziata la settimana precedente relativa all'ambiente urbano. Cr. si offre per la lavorazione. Ne riduciamo la durata complessiva effettuando dei tagli e dei montaggi. Ma. mi chiede se è ancora possibile recuperare le parti eliminate, in quanto potremmo aver tagliato elementi significativi (in altre occasioni Ma. risulta dubbioso sull'operazione di eliminazione di parti di suoni). I partecipanti mi riferiscono di preferire la registrazione con suoni naturali. I suoni da alcuni di loro, ed in particolare da Ga., sono percepiti come invasivi. Ascoltiamo la composizione con suoni naturali del "Gorgomoro" (in ogni incontro dedicato al ri-ascolto del materiale, per quanto possibile, cerco di bilanciare le tipologie di suono).

31° incontro – 16 gennaio 2010

Io e Cr. montiamo l'attrezzatura. Avendo lavorato la volta precedente con suoni urbani decidiamo di lavorare con suoni naturali provenienti dal parco del "Bellone". Cr. si offre nuovamente per la realizzazione della composizione. Cr. lavora in modo autonomo, effettuando i tagli necessari. C. si unisce all'attività ed afferma che preferirebbe l'assenza di suoni di uccelli nella

composizione. Rispondo che il suono di quegli uccelli è caratteristico di quel luogo. C. ,il quale si trova in un periodo di difficoltà personale, abbandona l'attività. Cr. continua a lavorare sul montaggio.

## 5.6 – Riflessioni

Durante la fase verbale finale di *Contaci* (giornata dedicata a laboratori di musicoterapia in ambito oncologico a Biella), Davide Ferrari espresse un quesito/riflessione a cui mi sentii veramente vicino. “I nostri pazienti, quando lasciano le nostre stanze di musicoterapia, quale suono incontrano intorno a loro?” Credo che ragionare su come il mondo sonoro quotidiano delle persone con cui lavoriamo possa interagire con le nostre pratiche sia un'urgenza sempre più evidente. “L'ascolto ed il paesaggio sonoro” si è posto l'obiettivo di andare proprio in questa direzione.

Il tirocinio ha costituito un'occasione concreta e veramente speciale in cui tentare di far confluire le tematiche provenienti dall'ecologia acustica e dalla musicoterapia sintetizzate nei capitoli del presente elaborato: l'ascolto, la relazione, il silenzio e la tecnologia.

Nel contesto in cui mi sono trovato a lavorare è risultato estremamente evidente l'uso *schizofonico* della musica. L'incoraggiare i partecipanti ad abbandonare le loro cuffie, che accentuano ulteriormente il loro isolamento, per dedicarsi ad un nuovo ascolto ha rappresentato un primo piccolo passo nel tragitto che abbiamo percorso insieme.

Il tema dell'ascolto, nell'ambito della salute mentale, presenta indubbiamente alcune difficoltà. Dedicare la propria attenzione, già così labile nel panorama della psichiatria, ad un fenomeno impalpabile come il paesaggio sonoro è risultato per alcuni partecipanti complicato, ma ha costituito un'occasione nuova e ricca di stimoli vitali. L'improvvisazione musicale, sovente alla base del nostro modello operativo, pur nella sua complessità, presenta il vantaggio di una maggiore immediatezza, probabilmente giustificabile con la presenza di strumenti tangibili e manipolabili concretamente. Ascoltare e registrare il paesaggio sonoro, senza le dovute premesse ed il necessario inquadramento ludico, può essere percepito anche al di fuori dell'ambito della patologia, come “senza senso”. Se da una parte la curiosità e l'entusiasmo per una nuova attività a loro dedicata stimolava i partecipanti e li invogliava a prendere parte con costanza agli incontri, dall'altra l'aver a che fare con il suono ambientale rendeva talvolta incomprensibile la materia del progetto. Il suono ambientale è abitualmente considerato, da buona parte della popolazione, rumore da cui si cerca di sfuggire. Le attività hanno dovuto tenere conto di questa inevitabile base culturale, suggerendo nuove direzioni esplorative.



L'aver potuto seguire l'attività per più di un anno ha reso però possibile prestare attenzione sia alla gradualità che alla progressività delle pratiche relazionali. Proprio l'aspetto temporale, con un'organizzazione settimanale costante e concentrata in un incontro di quattro ore, ha permesso di raggiungere una confidenza ed un'attitudine che hanno evidenziato la dimensione relazionale, comunicativa, ma anche estetica ed artistica del nostro lavoro. Con il tempo è risultato sempre più evidente come il prestare una cura particolare all'ascolto esterno fosse realmente favorevole ad un ascolto interno e personale. Il poter dedicare, con pazienza e senza fretta, il tempo riservato alla verbalizzazione a ritrovare con costanza la traccia del senso del nostro operato ha costituito una base sicura su cui far evolvere le nostre esperienze comuni.

Parallelamente al tempo, anche lo spazio ha rappresentato un elemento molto significativo, che a posteriori mi sento di giudicare come uno dei veri protagonisti delle attività. La città, nella sua totalità, è stata per tutta la durata degli interventi una parte fondamentale del nostro setting. Una città non più violenta, di cui aver paura, ma uno spazio in cui ritrovare sentieri conoscitivi ed emozionali. L'aver paura dello sguardo della gente, dei loro giudizi, ha iniziato a trasformarsi in una nuova curiosità "artistica". Così le voci dei passanti non sono più viste solo come possibili critiche, ma materiale che può essere potenzialmente usato in modo creativo. Allo stesso tempo il poter giocare artisticamente con alcune *fantasie sonore* dei partecipanti ha consentito loro di trovare un nuovo inquadramento ed una nuova dimensione meno faticosa.

La collocazione del progetto nel biellese ha permesso con estrema facilità di poter alternare momenti dedicati al suono urbano a momenti dedicati a situazioni maggiormente naturali. La presenza di parchi facilmente raggiungibili a piedi dalla città ha ulteriormente rafforzato quel senso di coesione spaziale, temporale e sonora auspicata nel progetto. Il suono ambientale evidenzia i confini, ma il potersi spostare con la lentezza dei nostri piedi ha premesso di cogliere senza soluzione di continuità quella metamorfosi sonora che, se correttamente investita tanto può arricchire la nostra vita. Il poter scegliere liberamente i luoghi dei nostri ascolti *in field* ha consentito sia di far emergere le preferenze o idiosincrasie sonore dei partecipanti, ma allo stesso tempo di integrare nel confronto reciproco quegli spazi tendenzialmente evitati. Nessuno spazio d'ascolto era vincolante ed obbligato, in quanto il consolidamento del gruppo garantiva di per sé la libertà di scelta degli habitat a cui dedicare la nostra attenzione acustica. L'accompagnare i partecipanti ed il passeggiare con loro nella loro lentezza, hanno favorito un'unione, un costante emergere di un sentirsi Gruppo. Un gruppo che riesce, magari per un tempo limitato, ad ascoltare senza essere una vittima del suono, ed anche, perché no, a provare un piacere sconosciuto. Tramite questo spazio da ascoltare con orecchie nuove è emerso proprio quello che in riferimento all'elemento sonoro/musicale caro alla nostra tradizione musicoterapeutica mi piace definire

elemento sonoro/ambientale. Il suono relazionale vede allargare i propri confini uscendo dalle stanze dedicate alla musicoterapia per incontrare gli habitat esterni, in cui risulta ancora promotore di benessere, comunicazione e relazione.

Il silenzio ha costituito un aspetto estremamente profondo, ma delicato, di questo progetto. Solo il tempo, anche in questa dimensione, ha potuto rivelare quali momenti fossero relativi ad una probabile diminuzione di contatto con il reale o quali ad un investimento profondo nell'ascolto. Il poter però constatare senza il mio intervento l'emergere nel gruppo del bisogno di silenzio per poter ascoltare e registrare ha segnato, dal mio punto di vista, il raggiungimento di un primo piccolo obiettivo: il riconoscimento della necessità del silenzio per favorire l'attitudine all'ascolto. Il silenzio si è pian piano spostato, almeno nello spazio del laboratorio, da solitudine ed isolamento ad uno strumento a disposizione dei partecipanti, un alleato della nostra creatività.

La tecnologia, nonostante la semplicità dello strumentario, per alcuni partecipanti è stata un elemento di grande ispirazione e fascinazione, mentre per altri un ostacolo vagamente spaventoso. Con l'evolvere delle nostre esperienze d'ascolto ed elaborazione è però emerso come con modalità, gradi ed attitudini estremamente diverse buona parte dei partecipanti abbia potuto raggiungere una confidenza capace di coinvolgerli attivamente e creativamente. Se il mezzo tecnologico è un medium che modifica la modalità d'ascolto, è pur vero che nel progetto ha rappresentato in modo determinante il nostro *oggetto intermediario*. Il microfono e le cuffie sono state per noi un vero e proprio strumento relazionale per mezzo del quale è nata e fiorita una meravigliosa storia transpersonale. Dedicarsi al suono ambientale alternando l'ascolto mediato da microfoni con un ascolto attento e neutro ha fornito una dimensione nuova e, a mio avviso estremamente positiva per le persone con cui ho avuto modo di lavorare. L'iniziale possibilità di focalizzare ed amplificare la percezione dei suoni per poi ritrovare il proprio ascolto personale crea due piani di lavoro e di confronto con la realtà sonora che nel tempo riescono ad integrarsi fecondamente.

Come buona parte delle pratiche musicoterapeutiche, anche in questo laboratorio non hanno assunto un ruolo prioritario tanto i singoli incontri, bensì il processo nella sua globalità e progressività. I tempi, gli spazi, i ritmi e l'accoglienza hanno favorito l'emergere costante proprio di quella base relazionale (terapeutica) attraverso la quale diversifichiamo *musica come terapia* da *musica per la terapia*. I nostri paesaggi sonori hanno costantemente rappresentato il mezzo grazie al quale le nostre emozioni ed i nostri piani comunicativi hanno potuto presentarsi, confrontarsi e crescere positivamente.

Racamier introduce il termine *ambasciatore della realtà*. Penso che lavorando nell'ambito della salute mentale, per mezzo del paesaggio sonoro, si possa anche operare concretamente in tale direzione. Tenendo presente l'importanza che le allucinazioni uditive ricoprono per alcuni dei

partecipanti, il potersi servire di un materiale così comune e disponibile come il suono ambientale ha fornito uno spunto differente per avvicinarci al suono. Un ulteriore piano *reale* capace di regalare uno strumento colmo di nuova alterità per l'ascolto del proprio mondo ed il riconoscimento di uno spazio sonoro in cui essere ascoltati.

Il suono “fuori”, così, non è solamente una minaccia, un intruso, ma può costituire, se compreso nella sua molteplicità, una risorsa di cui godere ed in cui ritrovare le tracce sfocate della propria storia. In diverse occasioni i partecipanti hanno avuto il piacere regalarmi racconti personali, spesso toccanti, proprio a seguito dell'ascolto dei suoni a noi circostanti. Ricordi, memorie e sentimenti che grazie al paesaggio sonoro possono riaffiorare liberamente allontanandoci dalla desertificazione dell'affettività e dalla solitudine.

## CONCLUSIONI

Nel marzo del 2011 il francese JR ha vinto il prestigioso TED Prize. L'artista, in un interessantissimo intervento seguente la sua vittoria<sup>101</sup>, pone questa domanda: "Could art save the world?". Il suo raccontare si è rivelato per me un enorme stimolo creativo il quale, riferendomi al mio ambito lavorativo, mi ha portato ad una seconda domanda: l'Ascolto può salvare il mondo?

Quanto potrebbe risultare importante, oggi, riavvicinare tutti, ma in particolare i giovani, alla capacità ed alla disponibilità d'ascolto attento? Proprio l'incontro tra ecologia acustica e musicoterapia potrebbe favorire l'emergere di una nuova poetica dell'ascolto.

Tenendo ben presenti le importanti implicazioni dell'inquinamento acustico indicate dall'organizzazione Mondiale della Sanità, ragionare sul rapporto tra musicoterapia ed ecologia acustica ha offerto un'importante occasione di riflessione e crescita professionale.

In entrambe le discipline, il suono, nelle sue svariate forme, costituisce il focus centrale al fine di promuovere percorsi educativi, relazionali e terapeutici. Da un lato l'ecologia acustica, nel prendere in considerazione il variegato operare della musicoterapia, potrebbe includere maggiormente nelle proprie analisi i modelli sviluppati rispetto al mondo relazionale ed a quello della patologia. Se è vero che a livello mondiale qualcosa è già stato fatto in vista della sensibilizzazione della popolazione, è pur vero che spazi e tempi dedicati alla patologia risultano ad oggi ancora mancanti. Nell'ottica di uno sviluppo reale di quel pensiero ecologico di rete in cui includere il maggior numero possibile di relazioni ed interazioni, non potremo assolutamente dimenticarci le classi deboli, le loro peculiarità e le loro necessità. Tale dimenticanza non sarebbe, in primo luogo, corretta a livello etico, ed oltretutto non permetterebbe di favorire proprio quelle categorie sensibili ai quali i nostri interventi potrebbero fornire nuovi strumenti conoscitivi, espressivi e comunicativi.

D'altra parte, la musicoterapia potrebbe includere, incontrando l'ecologia acustica, l'elemento sonoro/ambientale nel proprio strumentario operativo, ampliando le proprie prospettive e le proprie possibilità. Come indicato nella parte esperienziale l'aver occasione di allargare i confini spaziali e temporali delle pratiche permetterebbe di non cristallizzare le nostre pratiche entro i muri degli ambienti lavorativi abituali ed aprirebbe le porte al suono nella sua globalità quotidiana. Il capirne la complessità e l'averne confidenza renderebbe così possibile un'ulteriore ri-valutazione in chiave terapeutica, promuovendo così nuovi tragitti terapeutici ed esperienziali sia per i destinatari dei nostri interventi che per la formazione continua degli operatori e degli addetti alla musicoterapia. Grazie ai modelli a cui ci riferiamo, almeno nel panorama italiano, sono state già

---

<sup>101</sup> [http://www.ted.com/talks/jr\\_s\\_ted\\_prize\\_wish\\_use\\_art\\_to\\_turn\\_the\\_world\\_inside\\_out.html](http://www.ted.com/talks/jr_s_ted_prize_wish_use_art_to_turn_the_world_inside_out.html)

fatte molte considerazioni sulla necessità di equilibrio e di padronanza tecnica tra elementi sonori ed elementi musicali. Ritengo quindi che potrebbe essere ulteriormente costruttivo aggiungere un terzo polo alla coppia sonoro/musicale, costituito dall'elemento sonoro/ambientale.

In entrambi i mondi l'ascolto attento rappresenta un punto d'importanza assoluta, da valorizzare e da promuovere. In musicoterapia risulta fondamentale ascoltare attentamente il paziente per favorirne l'espressività e per coglierne le peculiarità; l'ascolto inoltre costituisce un elemento imprescindibile del setting terapeutico, al fine di permettere allo stesso paziente di ascoltare e di ascoltarsi. Contemporaneamente, l'ecologia acustica promuove l'ascolto al fine di una maggiore consapevolezza (anche da un punto di vista estetico) del mondo sonoro. Tale consapevolezza risulta fondamentale nel comprendere quanto il suono, quotidianamente, non rappresenti soltanto un banale sfondo sul quale si svolgono le storie personali, bensì una realtà attiva e significativa. Il suono è un fenomeno invisibile e tale invisibilità lo relega spesso ad una condizione subordinata. L'ecologia acustica ne propone invece la corretta centralità. L'ascolto, rispetto ai paradigmi di entrambe le discipline, costituisce quindi un pilastro di vitale importanza.

Desidero concludere il percorso di questa tesi con una filastrocca di Gianni Rodari. Nonostante le nostre esperienze e teorizzazioni sulla relazione e sull'ascolto ci permettano, in misura sempre crescente, di comprenderne la complessità ed il valore, non dobbiamo però mai dimenticarci di come l'ascolto debba costituire un'esperienza il più possibile genuina, molto vicina alla semplicità del bambino. Proprio su questa semplicità si potrebbe basare la chiave del successo della nostra capacità di accogliere l'Altro.

*Un giorno sul diretto Capranica-Viterbo*

*Vidi salire un uomo con un orecchio acerbo.*

*Non era tanto giovane, anzi era maturato,*

*tutto, tranne l'orecchio, che acerbo era restato.*

*Cambiai subito posto per essergli vicino*

*E poter osservare il fenomeno per benino.*

*"Signore, - gli dissi – dunque lei ha una certa età:*

*di quell'orecchio verde che cosa se ne fa" ?*

*Rispose gentilmente: " Dica pure che son vecchio.*

*Di giovane mi è rimasto soltanto quest'orecchio.*

*E' un orecchio bambino, mi serve per capire  
Le cose che i grandi non stanno mai a sentire:  
ascolto quel che dicono gli alberi, gli uccelli,  
le nuvole che passano, i sassi, i ruscelli,  
capisco anche i bambini quando dicono cose  
che a un orecchio maturo sembrano misteriose."  
Così disse il signore con un orecchio acerbo  
Quel giorno sul diretto Capranica – Viterbo.*

Un uomo maturo con un orecchio  
acerbo. Gianni Rodari

## BIBLIOGRAFIA

### Testi

- Antoniotti G., Quale bellezza salverà il mondo?, tesi di diploma in musicoterapia.
- Barthes R., L'ovvio e l'ottuso, Einaudi, Torino, 1982.
- Benenzon R.O., Manuale di Musicoterapia, Borla, Roma, 1984.
- Borgna E., Le emozioni ferite, Feltrinelli, Milano, 2009.
- Bruscia K.E., Modelli di improvvisazione in musicoterapia, Gli Archetti, ISMEZ, Roma, 2001.
- Buckazi S., Il nuovo giardino ecologico, Muzzio, Roma, 2004.
- Cage J., Silenzio, Feltrinelli, Milano, 1971.
- Cage J., Lettera ad uno sconosciuto, Edizioni Socrates, Roma, 1996.
- Calvino I., Sotto il sole giaguaro, Mondadori, Milano, 2000.
- Cassano F., Il pensiero meridiano, Laterza, Bari, 2005.
- Caterina R., Che cosa sono le arti-terapie, Carocci, Roma, 2005.
- Commissione delle comunità europee, i2010 – Una società europea dell'informazione per la crescita e l'occupazione, Bruxelles, 2005.
- Commissione europea, Un'agenda digitale europea, Bruxelles, 2010.
- Commissione interministeriale sullo sviluppo e l'impiego delle tecnologie dell'informazione per le categorie deboli, Tecnologia per la disabilità: una società senza esclusi, Roma, 2003.
- Dei A., Il benessere nella società della crescita: valenze psicologico - sociali, economiche e culturali, Tesi di laurea in psicologia, 2006/2007.
- Galimberti U., Psyche e techne, Feltrinelli, Milano, 1999.
- Manarolo G., Manuale di musicoterapia, Cosmopolis, Torino, 2006.
- Manarolo G. – Borghesi M., Musica & Terapia, Cosmopolis, Torino, 1998.
- Marchesini R., Post-human. Verso nuovi modelli di esistenza, Bollati Boringhieri, Torino, 2003.
- Martí Arís C., Silenzi eloquenti, Christian Marinotti Edizioni, Milano, 2002.
- Masanobu F., La rivoluzione del filo di paglia, Libreria Editrice fiorentina, Firenze, 1980.
- Miller W., Silence in the contemporary soundscape, tesi, University of British Columbia, 1986.
- Okakura K., Lo zen e la cerimonia del tè, Feltrinelli, 1997.
- Picard M., Il mondo del silenzio, Servitium, Bergamo, 2007.
- Pirsig R.M., Lo zen e l'arte della manutenzione della motocicletta, Adelphi, Milano, 1990.
- Postacchini P.L. – Ricciotti A. – Borghesi M., Musicoterapia, Carocci, Roma, 1997.
- Rovatti P. A., L'esercizio del silenzio, Raffaello Cortina Editore, Milano, 1992.
- Schafer R.M., Il paesaggio sonoro, Ricordi LIM, Milano, 1977.

- Solnit R., Storia del camminare, Bruno Mondadori, Milano, 2002.
- Thoureau H.D., Walden, Biblioteca Universale Rizzoli, Milano, 1988.
- Truax B., Modelli e strategie per il design acustico, in Musica e suoni dell'ambiente, Mayr A., Clueb, Bologna, 2001.
- UFAM, Inquinamento acustico in Svizzera, Berna, 2009.
- Vattimo G., Presentazione, in Nacci M., Pensare la tecnica. Un secolo di incomprensioni, Laterza, Roma, 2000.
- Watzlawich P., Beavin J.A., Jackson D.D., Pragmatica della comunicazione umana, Astrolabio, Roma, 1971.
- WHO, Guidelines for community noise. Ginevra, 1999.
- Zippo n., La Decrescita economica, tesi di laurea in Economia e Impresa, 2007/2008.

### **Articoli**

- Al-Saquaf W., Yemen e libertà, in Wired n. 21, Condé Nast, Milano, 2010.
- Ceconello M., Olga e il tempo. Parte prima: epica minima del mattina, press book.
- Copeland D., For An Awareness of Associations, The International Congress on Acoustic Ecology, 1997.
- Dietze L., Learning is Living, Acoustic Ecology as Pedagogical Ground. A Report on Experience.
- Soundscape, Volume 1, Number 1, Spring 2000.
- Krause, B., The Niche Hypothesis: A virtual symphony of animal sounds, the origins of musical expression and the health of habitats. The Soundscape Newsletter 06, 1993.
- Sartarelli E., L'inquinamento acustico nella civiltà moderna, International Soroptimist Roma Tre Club.
- Trincherò D., Mr Wireless, in Wired n. 13, Condé Nast, Milano, 2010.
- Truax B., Acoustic Communication, The Soundscape Newsletter, Number 05, March 1993.
- Westerkamp E., Editoriale, Soundscape, Volume 2, Number 2, December 2001.
- Wrightson K., An Introduction to Acoustic Ecology, Soundscape, Volume 1, Number 1, Spring 2000.
- Xiaobo L., Logout, in Wired n. 21, Condé Nast, Milano, 2010.

### **Pagine web**

- Acufene, <http://it.wikipedia.org/wiki/Acufene>



-Chillida E., in Elogio del horizonte,  
[http://www.elcultural.es/version\\_papel/LETRAS/7781/Elogio\\_del\\_horizonte\\_Conversaciones\\_con\\_Chillida](http://www.elcultural.es/version_papel/LETRAS/7781/Elogio_del_horizonte_Conversaciones_con_Chillida)

-Cooperativa Anteo, psichiatria, <http://www.anteocoop.it/psichiatria>

-Dalla Casa G., Verso un'ecologia profonda, <http://ecologiaprofonda.com>

-EyesWeb, <http://www.infomus.org/Research/ExpressiveGesture.html>

-Ivaldi L., Migliorare il paesaggio sonoro, Musicheria.net, 2010.

-Mahatma Gandhi, <http://www.lameditazionecomevia.it/gandhi.htm>

-Mahatma Gandhi. In il valore del silenzio,  
[http://www.shenplanet.net/notes/IL\\_VALORE\\_DEL\\_SILENZIO](http://www.shenplanet.net/notes/IL_VALORE_DEL_SILENZIO)

-Mancuso V., Il silenzio interiore e l'esperienza dello spirito,  
<http://lapoesiaelospirito.wordpress.com/2007/06/26/il-silenzio-secondo-vito-mancuso/>

-Muir J., in <http://magazine.alpitrek.com/numero2/pag7.htm>.

-Nagel T., The View From Nowhere, New York: Oxford University Press, 1986. In Redström J., Is Acoustic Ecology About Ecology.  
<http://interact.uoregon.edu/MediaLit/WFAE/library/articles/index.html>

-Rilke R.M., Esordio da Il libro delle immagini, <http://www.clubautori.it/rainer.maria.rilke/opere>

-L'Ecologia profonda e l'ecologia, <http://ecologiaprofonda.com>

-Cosa è l'Ecologia profonda, <http://ecologiaprofonda.com>

-L'Ecologia profonda e il concetto di Wilderness, <http://ecologiaprofonda.com>

-Health effects of noise, [http://www.euro.who.int/Noise/activities/20021203\\_2](http://www.euro.who.int/Noise/activities/20021203_2)

-Inquinamento acustico ed elettromagnetico, [http://www.apat.gov.it/site/it-IT/Temi/Inquinamento\\_acustico\\_ed\\_elettromagnetico/](http://www.apat.gov.it/site/it-IT/Temi/Inquinamento_acustico_ed_elettromagnetico/)

-Inquinamento acustico, <http://www.italia.gov.it/servlet/ContentServer?pagename=e-Italia/Structure&pagetype=jsp&jspName=e-Italia/Template/HTTP/Speciali/InquinamentoAcustico>

-La società dell'informazione in Europa,  
[http://ec.europa.eu/information\\_society/tl/qualif/index\\_it.htm](http://ec.europa.eu/information_society/tl/qualif/index_it.htm)

-Wireless low cost, <http://daily.wired.it/news/cultura/wireless-low-cost-contro-la-poverta-in-amazzonia-lo-realizzera-un-team-torinese.html#content>

Grazie...

A Elena. Per la sua vicinanza, la sua presenza, i suoi consigli...

A Paolo Cerlati per avermi fornito, negli anni, un numero infinito di spunti su cui riflettere e crescere.

A Stefania Poppa e a Luca Bertolini per la loro amicizia profonda.

Ai miei genitori e a Felice per avermi ancora sostenuto.

A Riccardo, a Gilberto e a Donatella per il loro impegno dedicato alla mia tesi.

A tutti gli operatori Anteo ed a Guido Antoniotti per il loro supporto durante il tirocinio.

A tutti i partecipanti del progetto “L’ascolto e il paesaggio sonoro” a cui ancora vorrei dedicare il mio più grande affetto e la mia più sincera amicizia.

A Marilena Florio ed Alessandra Lanza per la loro positività creativa.

A Manuele Cecconello, Maurizio Pellegrini e Giuseppe Pidello per le fondamentali collaborazioni.

Ai colleghi che mi hanno aiutato.

A tutti gli insegnanti del corso triennale di musicoterapia che hanno saputo condividere il loro amore per la nostra disciplina.

Ai compagni di corso con cui ho condiviso il percorso formativo.

Alla RSD Mater Gratiae per la fiducia.

Infine grazie alla mia passione per avermi permesso di affrontare un’esperienza così vicina al mio Essere, ma contemporaneamente così lontana, dal mio passato e dalla mia quotidianità.

