

LA MUSICA COME TERAPIA

La Musica è l'arte della generazione e combinazione dei suoni che nascono e si sviluppano nel tempo e nello spazio, mettendosi in relazione tra loro. Essa può essere definita come "tutto ciò che soddisfa desideri e aspirazioni" secondo il termine greco "mosthai" (desiderare, aspirare a...) dal quale Platone avrebbe fatto derivare il termine *musa*. Attraverso gli elementi del **ritmo**, del **tempo** e della **tonalità** la musica può agire terapeuticamente in una varietà di condizioni disarmoniche o di disequilibrio. La musicoterapia antroposofica si avvale delle intuizioni di Rudolf Steiner riguardo la capacità dei singoli elementi musicali di penetrare nella profondità dello spirito umano, come l'effetto che induce nell'uomo l'ascolto di un determinato intervallo, un determinato timbro o un certo ritmo.

Nel nostro laboratorio di musica sono disponibili diversi strumenti musicali come la lira, il pianoforte, la chitarra, il salterio, lo xilofono, metallofoni, tamburi, flauti, percussioni varie, che il terapeuta sceglierà di volta in volta, a seconda della parte dell'organismo che vuole stimolare, così come per lo stesso motivo potrà scegliere tra linee melodiche ascendenti o discendenti e così via. La musica viene sempre eseguita dal vivo e può essere definita attiva quando è il paziente stesso che suona o canta e recettiva quando il paziente ascolta le melodie e i suoni eseguiti dal terapeuta. La musica a Casa Loïc aiuta inoltre a scandire i vari momenti della giornata, della settimana, delle stagioni, e delle feste dell'anno e rende più facile sostenere ed entrare nei ritmi dei gesti lavorativi.

La comunicazione attraverso la musica fra terapeuta e paziente è molto profonda e permette al paziente di esprimersi in un clima di maggiore concentrazione e di grande risonanza animica. Quello che è importante nell'evento musicale che si sviluppa è piuttosto il *processo* che non il prodotto finale, anche se la percezione e la realizzazione di una forma armonica ed eufonica è un elemento fortemente terapeutico da non sottovalutare; in fondo la Musica può essere immaginata anche come l'espressione di questo continuo anelito dell'anima umana a vivere di quell'armonia che si trova nel movimento e nelle forme degli esseri viventi, della Natura e di tutto il Cosmo, così nell'infinitamente piccolo come nell'infinitamente grande e che unisce ogni singolo respiro al respiro dell'Universo.