

26 marzo 2023

Sarà che oggi è il mio 77° compleanno.

Sarà che Venerdì scorso ho tenuto uno dei miei workshop per il reparto di Cardiologia dell'Ospedale S. Chiara di Trento, e sarà che ho proposto loro "Prova d'Orchestra", per riflettere con loro su quanto la musica punti sempre all'equilibrio tra ritmo e armonia. Sarà che ho sostenuto, con convinzione, che anche loro nel quotidiano cercano di riportare il ritmo cardiaco dei propri pazienti a un livello armonico. Lo hanno fatto anche con me.

E sarà che ho sostenuto, con convinzione, che da sempre il ritmo cardiaco ha determinato i ritmi, anche tribali, di certe manifestazioni e danze di gruppo.

Da sempre i suoni prodotti dall'uomo fin dall'antichità, poi affinati nella musica, sono sempre stati un mezzo di comunicazione, di espressione di sentimenti, di manifestazione emotiva positiva o negativa, generalmente derivati dai suoni della natura.

Nel medioevo, poi, i monaci delle abbazie assegnarono al canto gregoriano una particolare efficacia contro tensioni e disturbi psichici. Ma a dare un carattere di studio sistematico alla materia fu l'illuminismo del 700 quando si cominciò a studiare le vibrazioni che si creano nel corpo umano all'ascolto della musica.

Sarà che, da sempre come ben sapete, la musica influenza la mia vita, i miei umori, a volte le mie scelte. E così ho cercato di capirne appena un po' di più.

Sapevo già, naturalmente, che la musica è un toccasana per la salute, che ha un enorme potere terapeutico che spazia tra le malattie più disparate: aiuta contro i disturbi dell'umore, il disagio psichico, la depressione e una svariata quantità di sindromi cliniche come i deficit di lettura e di apprendimento, l'autismo, la demenza, le malattie neurodegenerative.

Ma, ad esempio, non sapevo che la musica in sala operatoria venisse utilizzata come aiuto ai medici e per migliorare i processi di guarigione dei pazienti. Nell'Ospedale Salesi di Ancona è stato recentemente eseguito un delicato intervento su un bambino di dieci anni mentre il biologo molecolare e compositore, Emiliano Toso, eseguiva una sua composizione al pianoforte.

In particolare, lo strumento è stato accordato secondo l'accordatura aurea o scientifica con il La centrale a 432 hertz (contrariamente ai 440 Hz canonici), perché ritenuta più naturale.

Pur rifacendosi a teorie orientali collegate al *chakra del sentimento*, esistono anche studi scientifici che ritengono come la musica suonata con questa frequenza possa migliorare alcuni parametri vitali come pressione del sangue, frequenza cardiaca e respiratoria. Questa accordatura veniva usata anche da Giuseppe Verdi con i risultati che tutti ben conosciamo.

La musica può curare dunque, ma resta ancora da chiarire in che modo ciò avviene. È infatti un'attività complessa, particolarmente rappresentativa delle funzioni cognitive superiori dell'uomo e potrebbe essere all'origine dello sviluppo del linguaggio verbale, altra prerogativa umana.

Oltre, naturalmente, all'indiscussa efficacia ricreativa, di cui godiamo da circa 60mila anni, la musica possiede delle potenzialità terapeutiche di cui parlavano già Platone e Aristotele. Nell'antica Grecia, infatti, il Dio Apollo, pensa tu, era la divinità della musica e della medicina.

Questo è il testo del PODCAST che potete ascoltare sul nostro sito.

Buona musica a tutti!