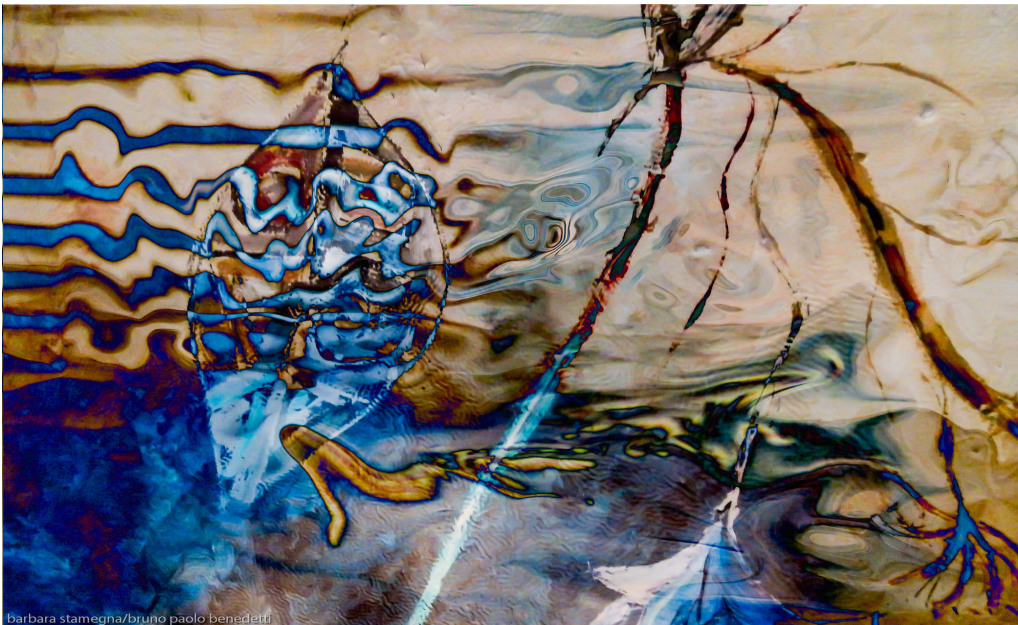


IL SUONO VIAGGIA

Di Federica Felici



barbara stamegna/bruno paolo benedetti

Qualche tempo fa, una delle più qualificate ed autorevoli insegnanti del Metodo Dalcroze, diede avvio ad un suo corso chiedendo: "Che cosa è per voi la musica?" Tutti ci prodigammo per trovare definizioni molto articolate e pertinenti al contesto ma, nello stupore generale, ci disorientò con un'affermazione tanto lapidaria quanto elementare: la musica è movimento! Così come la vibrazione sonora ed il gesto che induce...

Ed ecco allora insorgere in me l'idea, l'immagine, del suono che viaggia, che scorre nelle cellule di ognuno di noi e le attiva, creando una risposta motoria generatrice di piacere, un piacere semplice e puro.

Nella presente riflessione cercherò di mettere a fuoco i motivi profondi che mi hanno incentivata a dedicarmi alla formazione di questo Metodo ed i cambiamenti sostanziali che questo percorso ha innescato e che si sono verificati nel mio modo di vivere la musica e di proporla nell'insegnamento.

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

Dopo aver seguito il Training annuale di Educazione ritmico-musicale e psicomotoria condotto a Firenze da Ruth Schmid, ho percepito molto più chiaramente che il mio collegamento con "l'universo dei suoni", e la conseguente riappropriazione di questo linguaggio sarebbe potuto avvenire in me solamente attraverso il contatto col corpo e con la consapevolezza psicofisica in risposta ad uno stimolo sonoro. Non avevo provato in precedenza, con la pratica strumentale, quel senso di pienezza di tutto l'essere nella sua globalità, motivo che mi aveva indotto, negli anni, ad abbandonare quel canale di espressione/comunicazione musicale. Poiché, in definitiva, non avevo mai avuto la percezione che si trattasse realmente né dell'una né dell'altra forma!

Negli anni di studi in Conservatorio, il livello da raggiungere prevede al massimo di diventare un bravo esecutore o interprete di un brano, sia esso orchestrale o di musica da camera; troppo poco per l'impegno richiesto!

Ed infatti ho sempre avvertito la mancanza di proporzionalità tra la dedizione, il tempo e le energie profuse ed una soddisfazione totale ottenuta dall'esecuzione nelle varie performances. Successivamente ho operato delle scelte a favore di altri campi di interesse che prevedessero la partecipazione cosciente ed attiva nei processi di cambiamento, basati sullo sviluppo dell'individuo sotto vari aspetti, come la Tecnica Alexander - che riguarda l'osservazione dell'uso che ognuno fa di sé e delle proprie abitudini psicofisiche -, il Teatro Forum di A.Boal o ancora il Brain gym e le ricerche delle Neuroscienze sulla fondamentale importanza e beneficio del movimento nell'apprendimento. Direi quindi che la Ritmica Dalcroze è stata un approdo in cui, attraverso la consistenza e la peculiarità delle sue basi teoriche e la modalità esperienziale innovativa proposta, ho potuto sistematizzare le mie conoscenze didattiche e permettermi di potenziare alcune competenze artistiche.

In Italia il canale dell'apprendimento tramite l'esperienza diretta sensoriale non è quasi mai praticato (se non per rare eccezioni di ambienti educativi con indirizzi pedagogici particolari come gli Asili nel bosco, le scuole Montessori o quelle Waldorf). Anche in ambito formativo, tale aspetto non viene particolarmente contemplato (se non per qualche sporadico laboratorio) e non è inserito a giusto titolo nei piani di studio universitari.

È nell'ambito di questo panorama, che la figura di Emile Jaques-Dalcroze, vissuto all'inizio del secolo scorso, spicca per lungimiranza e originalità, proponendo una metodologia di ampio respiro e di assoluta attualità.

A mio avviso infatti, ciò che ha proposto il grande pedagogista svizzero esattamente un secolo fa, null'altro è che una "visione"; null'altro ma molto di più!

**“Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro.” Articolo
pubblicato il 30.09.2020**

E. JAQUES - DALCROZE

Nato a Vienna (1865 - 1950) da genitori svizzeri, Dalcroze si trasferì a Ginevra, città dove compì studi classici e musicali, diplomandosi nel 1883 in pianoforte. Approfondì la formazione teorica a Parigi con G.Fauré e F. Chausson ed a Vienna con A. Brukner. Ebbe contatti con C. Frank e L.Délibes e la forte impronta ritmica che ritroviamo nelle sue numerosissime composizioni fu una conseguenza della sua collaborazione con il Théâtre des Nouveautés di Algeri. Dal 1892 al 1910 fu Professore di Solfeggio e Armonia presso il Conservatorio di Ginevra e, a partire dall'osservazione di quegli anni degli esiti negativi di un insegnamento basato su una modalità un approccio esclusivamente teorico-tecnicistico, settoriale, priva di creatività e avulsa dalla vita e dai suoi significati profondi, che il dotato esecutore divenne quella figura di riferimento che influenzerà il rinnovamento e lo sviluppo della danza e del teatro del '900 - oltre a modificare radicalmente l'impostazione pedagogico-musicale dell'epoca. Coevo di M. Montessori, R. Steiner, J. Piaget e J.Dewey, solo per citarne alcuni, ne condivise lo slancio, l'impronta ottimistica, lo spirito di fiducia nel contributo del singolo alla formazione di una società migliore e la convinzione, a volte utopistica per l'epoca, dell'importanza del ruolo dell'educazione incentrato sulla persona nell'indissolubilità della sua unità corpo-mente-anima.

Fu un personaggio avvincente, molto amato, eclettico, curioso, estremamente creativo, pervaso da profonde convinzioni, precursore di idee e pensieri rintracciabili in molti ambiti di studio, del sapere e della conoscenza. Il suo entusiasmo lo condusse a scrivere molti testi specifici ancora oggi di chiara e affascinante lettura che costituiscono un raffinato e preciso supporto teorico al suo Metodo. La versatilità di tale Metodo, grazie ai seguenti principi, è in continua evoluzione, e si presta ad ulteriori sviluppi ed applicazioni in vari campi educativi.

Dalcroze asseriva che:

- la gioia, il gioco e il movimento favoriscono l'apprendimento
- il corpo è il primo strumento musicale e il suo uso cosciente è il prerequisito per qualsiasi acquisizione
- l'esperienza deve precedere sempre la comprensione e l'analisi
- l'interpretazione del significato della vita si manifesta attraverso vari linguaggi
- l'importanza della consapevolezza di sé e della vicinanza alla propria anima, emozioni e sentimenti è alla base della completezza dell'essere, così come un adeguato sviluppo del senso critico
- occorre aver fiducia nelle risorse e nelle capacità innate e acquisite dell'individuo

Egli credeva inoltre fermamente nell'idea di porre l'allievo al centro dell'azione educativa e che solo la globalità delle esperienze potesse condurre allo sviluppo della sua personalità.

Nello specifico ambito musicale fu dall'osservazione dell'aritmia dei suoi allievi che dedusse la totale mancanza di connessione tra il mondo della musica e la vita. Il senso ritmico, che è muscolare e va quindi educato tramite il corpo, viene considerato una

“Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro.” Articolo pubblicato il 30.09.2020

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

manifestazione della vita, della scienza e dell'arte e, per tradurlo ed eseguirlo correttamente e musicalmente, è necessario trovare un rapporto equilibrato sia tra spazio/tempo ed energia che tra inibizione ed incitamento, sviluppando un adeguato controllo spaziale. Dalcroze cercò per tutta la vita di elaborare una metodologia che fosse al servizio dell'espressione poiché considerava la musica come un'emanazione delle aspirazioni e della volontà dell'essere.

Intravedeva, nello sviluppo della creatività, la costruzione dell'autonomia della persona e la possibilità di sentirsi artefice del proprio cambiamento, arricchimento ed evoluzione. Incentrò, nell'educazione audiopercettiva, soprattutto tramite lo sviluppo dell'orecchio interno - funzione considerata come un'anticipazione dell'immagine sonora - il convincimento che le sensazioni auditive possano portare ad un alto grado di coscienza di sé.

Ma, su tutto, l'obiettivo principale del suo Metodo, restò quello di sensibilizzare la persona all'ascolto e di svilupparne il gusto e la musicalità tramite la partecipazione del corpo in modo armonioso. È proprio questa armonia, che "...assicura l'ordine e la calma dello spirito..", come egli scriveva, il motivo per il quale sono attratta da questo percorso di crescita personale tutt'altro che banale, che io definisco di "quiete armonica".

La ciclicità delle attività, la reiterazione graduale e varia nella pratica dei principi cardine, la musica vissuta, tradotta e interpretata nel movimento, l'uso di materiali diversi, ma soprattutto l'ascolto attivo, permettono una sedimentazione delle varie acquisizioni con un tratto che definirei indelebile nella persona che ne fa esperienza. Questo perché, fondamentalmente, è su di una specifica qualità, affatto scontata per i primi del '900, che si incentra la metodologia dalcroziana, ovvero su di una condizione che va oltre il piacere, su quella "gioia superiore" considerata come "uno stato permanente dell'individuo". Nel suo libro "Il ritmo, la musica e l'educazione", pubblicato in Italia per la prima volta del 1925, Dalcroze dedica un intero capitolo a questo aspetto, da lui ritenuto pregnante e indispensabile per qualsiasi evoluzione dello spirito.

Il suo approccio all'apprendimento prevede di impegnarsi con perseveranza per incrementare una qualità di cui siamo spesso carenti: la presenza psicofisica, l'essere centrati in ciò che si sta facendo, il tanto ricercato "hic et nunc"!

La scoperta di questa elettrizzante modalità, mi ha motivata ulteriormente ad approfondire con grande alacrità e con procedure altre, lo studio del Metodo, per poter rivolgere le mie nuove competenze educative agli adulti in generale e nello specifico ai docenti di Scuola dell'Infanzia e della Primaria ovvero a chi, seppure ad un altro livello, avverte quotidianamente nell'insegnamento un ingiusto quanto reale sentimento di inibizione e di inadeguatezza rispetto al mondo della musica.

MUSICANCH'IO:

risvegliare il piacere della musica attraverso il movimento

**“Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro.” Articolo
pubblicato il 30.09.2020**

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

A questo proposito vorrei fare riferimento ad alcune attività che ho predisposto per un gruppo di docenti nell'ambito di un corso di Formazione di Educazione Permanente sulle Life Skills (Competenze per la vita), che si è rivelato essere un buon banco di prova di applicazione del Metodo (anche se in un ambito non prettamente musicale), ottenendo dei risultati molto interessanti per entrambe le parti. La sfida è stata quella di intrecciare alcuni dei contenuti dalcroziani (uso della voce e dei gesti intenzionalmente espressivi, interiorizzazione dei parametri del suono attraverso l'esperienza corporea..), con varie competenze da sviluppare presenti nella lista delle 10 L.S. pubblicate dall'OMS nel 1993, trasversali a diverse discipline (come le relazioni e la comunicazione efficace, l'empatia, il pensiero creativo, la consapevolezza di sé..), il tutto articolato in una cornice teorica ben strutturata ed illustrata all'inizio di ogni incontro.

Lavorare con gli adulti richiede a mio avviso degli accorgimenti particolari: programmare delle specifiche attività di team building (per la conoscenza reciproca e la formazione del gruppo) che partano dai loro bisogni, che accolgano le loro resistenze e difficoltà - percepite e reali - e le loro convinzioni pregresse ("sono stonato, scoordinato..") e che tengano conto del bagaglio culturale e musicale di ognuno (costituito da elementi da sfruttare come punto di forza da integrare successivamente con le nuove proposte). Occorre inoltre una naturale predisposizione dell'insegnante all'accoglienza - basata sulla totale assenza di giudizio ed una costante attenzione agli eventuali segnali di disagio - e che sappia utilizzare un approccio ludico, pratico, coinvolgente e trasferibile nell'ottica di una riformulazione collettiva degli apprendimenti.

Le linee guida sulle quali mi sono mossa per "riconvertire" le mie competenze in azioni educative, sono state principalmente 2:

- da un lato lo sviluppo dell' "l'ascolto corporeo", ovvero il potenziamento di quella che si potrebbe definire la presenza musicale, costituita dalla percezione del suono a tutti i livelli ed alla conseguente ricerca della qualità delle risposte vocali, gestuali e motorie in un certo contesto musicale
- dall'altro il riconoscimento e l'incremento delle capacità, presenti di ogni individuo, di generare e di rielaborare un'idea in chiave artistica, stemperando il timore dell'errore nel concepire ed eseguire una propria composizione, da soli, in coppia o in gruppo.

Un mio obiettivo è stato quello di chiarire la funzione dell'esercizio e della pratica dell'imparare-facendo non soltanto per quel che riguarda i contenuti specifici della Ritmica e dell'Improvvisazione Dalcroze ma anche e soprattutto nella modalità di porgere le nuove conoscenze e di saperle consolidare.

"Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro." Articolo pubblicato il 30.09.2020

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

TEAM BUILDING

I giochi per la costituzione del gruppo hanno la fondamentale funzione di favorire un buon clima ed una buona relazione tra tutti i componenti.

Attivano la conoscenza reciproca, la comprensione ed il rispetto delle diversità, degli approcci e dell'apprendimento con tempi e capacità diseguali, mettendo in luce le particolarità di ognuno stabilendo così una sintonia collettiva.

WARM UP

Il riscaldamento ha la funzione di predisporre l'allievo sia fisicamente che percettivamente ad un ascolto e ad una conoscenza di sé più accurata; sollecita e favorisce l'esplorazione di movimenti delle varie zone del corpo preparandole alle attività previste dalla lezione. Migliora la consapevolezza corporea e predispone ad una raffinata gestione della propria persona.

IL CORPO IN MOVIMENTO

Il nucleo fondante del Metodo é la risposta motoria-gestuale, cosciente ed organizzata, a delle sollecitazioni sonore.

Non sempre tuttavia gli adulti si permettono di vivere la musica con la dovuta naturalezza e libertà espressiva. Molteplici sono le cause: scarsa educazione specifica, disabitudine che provoca inibizione e imbarazzo...

Di conseguenza le proposte si baseranno inizialmente sugli aspetti percettivi e di contatto con l'altro, in uno spazio protetto dal proprio sé critico. L'aspetto cruciale da sottolineare e sviluppare é, a mio parere, l'importanza della pratica, dell'esercitarsi con modalità nuove, lievi e piacevoli, rispettose dell'eventuale disagio provocato, effettuate in contesti comprensivi ed in percorsi che abituino la persona a sentirsi competente.

L'adulto ha bisogno di essere accolto nelle sue difficoltà ed accompagnato in questo mondo pressoché sconosciuto (almeno in Italia!).

LE DANZE

A questo proposito le danze in cerchio si presentano come un buon compromesso per arrivare ad ottenere quella coordinazione, consapevolezza corporea e sviluppo ritmico

**“Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro.” Articolo
pubblicato il 30.09.2020**

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

ricercati dal Metodo, dal quale é molto interessante mutuare le varie tappe di apprendimento:

- presentazione dell'elemento di novità nelle attività di riscaldamento
- estrapolazione di un frammento (ritmico, dinamico..) e sua esplorazione corporea e vocale, individualmente e di gruppo
- utilizzo di materiali vari (palline, elastici..) per assimilare l'elemento in contesti vari
- creazione di una coreografia sulla musica della danza
- esecuzione della danza

L'ESPLORAZIONE DELLA VOCE

L'emissione vocale, così strettamente connessa alle funzioni uditive, non di rado imbarazza e limita i partecipanti, ancorati all'idea di una fondamentale rilevanza della giusta intonazione.

Risultano di grande aiuto in primo luogo tutte le proposte di sonorizzazione dei movimenti (bruitage), di dialoghi sonori nonsense, di esplorazioni, di giochi di espressione di sé, per poi arrivare ad un' esecuzione a più voci appresa ad orecchio o per chironomia. Credo che l'impostazione dalcroziana, che contempla la voce come un elemento espressivo connaturato alla persona, anche sotto questo profilo possa facilitare l'approssimarsi ad un godimento cinestetico prima che estetico.

LA CREATIVITÀ E L'IMPROVVISAZIONE

Questo aspetto risulta spesso tra i più ostici da proporre in un gruppo di adulti. Ho notato che il rapportarsi con linguaggi diversi come le immagini, fotografiche o su tela, dei testi poetici ecc. favorisce un valido e a volte essenziale supporto allo sviluppo della creatività, nel singolo come nel gruppo. Una volta superata la soglia del timore della propria incapacità, è lo stupore per i risultati ottenuti che veicola il cambiamento in questa direzione e, so per certo che é un momento che non voglio perdermi: quello di leggere la soddisfazione di chi ha avuto l'opportunità di recuperare l'approccio entusiasta della scoperta!

LA METACOGNIZIONE

“Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro.” Articolo pubblicato il 30.09.2020

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

L'ultimo passaggio, anch'esso distintivo del Metodo e di cruciale importanza, è il momento conclusivo di ogni incontro, in cui vengono ripercorse collettivamente le varie attività e la loro concatenazione.

Io ho arricchito questa fase attraverso l'utilizzo della seguente scheda che permette di analizzare insieme:

- cosa abbiamo fatto (le varie proposte)
- perché lo abbiamo fatto (gli obiettivi specifici)
- cosa ha funzionato/cosa non ha funzionato e perché
- cosa ho imparato (l'articolazione del tema della lezione)

Dedicare del tempo ed avere la possibilità di ripensare ad un'esperienza, ne favorisce l'assimilazione sia psicofisica che dal punto di vista della sistemizzazione razionale.

La chiave del percorso, la novità fortemente apprezzata di questo tipo di approccio, è stato l'aver improntato gli incontri sul concetto cardine: "prima la pratica e poi la grammatica", anche in un ambito ritenuto dai più prevalentemente teorico e subordinato al possesso di competenze specifiche per una sua corretta acquisizione e trasmissione.

Credo sia importante poter offrire alla Comunità Educante corsi del genere, volti a strutturare la persona oltre che la sua conoscenza musicale.

Questa particolare concezione del mondo dell'apprendimento, ricca di sfumature, ci induce a riconsiderare la corporeità come fattore pregnante, affinché sia sempre presente e protagonista di una esistenza in continua trasformazione.

In questo periodo di obbligato distanziamento (per lo più dal proprio corpo...), mi si è chiarito il significato di un termine per me abbastanza nuovo e sono quindi tentata di utilizzarlo come forma-pensiero.

Il termine in questione è: indifferibile.

La prospettiva di dover calibrare cosa per noi è adesso irrinunciabile e cosa invece possiamo lasciare andare, ci porta a selezionare e ad effettuare necessariamente una cernita.

Per quel che mi riguarda, in questo momento ho un'intenzione chiara: voler continuare ad assaporare con soddisfazione la scoperta di questa qualità così inebriante e ricca di energia che accompagna la risposta di tutta la persona agli stimoli del mondo sonoro.

Ed ho un convincimento: la passione paga! E soprattutto appaga.

Ho capito che per me il segreto del ben-essere (inteso come senso di quiete dell'anima in cui si sente e si sa con certezza di risiedere esattamente nella propria intima dimora),

"Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro." Articolo pubblicato il 30.09.2020

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

consiste nel trovarsi in quella condizione di appartenenza alla nostra unica e personalissima essenza in cui essa possa emergere ed esprimersi con facilità e chiarezza. Penso che per ogni individuo, grande o piccolo, sia fondamentale l'essere "visto" e riconosciuto per quel che è.

Dopo di che, il contatto e la propagazione di sé al proprio ambiente circostante – alunni, colleghi, parenti o amici - si diffonde, si innesca per osmosi, prende vita; le conoscenze trascinano ed è molto probabile che si arrivi ad instaurare una comunicazione autentica - sincera, originale, libera e gratuita - basata sul riconoscimento della sovranità dell'altra persona.

Spesso il Priore di Barbiana, Don Lorenzo Milani, inserisce nei suoi scritti questo concetto, sottolineandone l'accezione di rispetto, ascolto e fiducia per il prossimo, e di come "... non ci si dovrebbe preoccupare di come bisogna fare scuola ma solo di come bisogna ESSERE per poter fare scuola".

Questa è l'indicazione di principio nella quale ravviso un mutamento sostanziale, una virata, un cambio di rotta pedagogico: lì voglio inoltrarmi, in quella direzione mi piacerebbe condurvi con le mie parole e la condivisione delle mie esperienze, illustrandovi un possibile quanto entusiasmante itinerario.

Ho a lungo peregrinato su cammini non sempre adeguati alla mia personalità ed alle mie attitudini; tante sono state le avventure vissute con intensità, tante quanta la miriade di pietre poste ad arte per la costruzione del proprio "muretto a secco".

Ripensando alla propria storia, credo che ogni individuo ne abbia edificato uno tutto suo, raffigurante un disegno speciale e incomparabile, a cui sa di poter far sempre riferimento, forse crollato più volte per non aver nel corso del tempo saputo scegliere e calibrare con cura ed attenzione i ciottoli ed i sassi giusti, quelli più adatti per quel particolare momento di vita.

Nella mia memoria quest'ingegnosa opera, frutto di pazienza, capacità e sapienza, spesso riflette una luce abbacinante, tutta mediterranea....

Il muretto come metafora sia dell'evoluzione che della stabilità dell'essere, prodotto di esperienze continue, frutto di tentativi, di osservazione, analisi e ripensamenti, sempre nella prospettiva della costruzione di un caleidoscopico sé.

Piero Ferrucci, nei suoi bellissimi libri di Psicosintesi, spesso ricorda che "In ogni arte che si voglia approfondire bisogna perseverare, ripetere, riflettere. E così anche nell'arte di vivere."

Tale asserzione mi ha riconciliata con lo zigzagare della mia ricerca poiché ogni direzione io abbia imboccato, ho sempre cercato di ascoltarne il riverbero in me stessa; questo atteggiamento mi ha portata a comprendere che possiamo restituire al mondo solo ciò che siamo veramente, donando quella parte che abbiamo nutrito con amorevolezza e benevolenza: il nostro Centro.

**"Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro." Articolo
pubblicato il 30.09.2020**

SPAZIO MUSICA

RICERCA ■ PRODUZIONE ■ DIDATTICA ■

Vorrei concludere questo mio contributo invitandovi a conservare nella memoria le due immagini e, se il suono viaggia... viaggiamo con lui, dentro di noi!!

ULTREYA!



**“Musicastudio – Letture, parole, riflessioni, intorno al Sonoro.” Articolo
pubblicato il 30.09.2020**