

Ritmo e musica corporea in prospettiva transdisciplinare: l'approccio Percuaction

INTRODUZIONE

Il ritmo è un fenomeno presente in ogni manifestazione della vita. Vi è ritmo nel mondo vegetale, in quello animale ed in ogni evento naturale. Ne sperimentiamo la presenza nei processi biologici, fisiologici, sociali, ecc. Inteso, non solo in senso strettamente musicale, ma come pulsazione vitale, attraversa le nostre vite e mette in relazione diversi saperi e discipline. Questa trasversalità, apre il campo di indagine a più discipline che si occupano di studiarne le caratteristiche e le possibili applicazioni. Dall'arte all'educazione, alla psicologia, alle neuroscienze, alla musicoterapia, ognuna offre uno sguardo su un fenomeno che sin dall'antichità occupa gli studiosi. In questo terreno di ricerca l'indagine portata avanti in prospettiva disciplinare permette una conoscenza specifica, ma limitata: i saperi, divisi in compartimenti stagni, risultano inadeguati ad affrontare le questioni nella prospettiva della complessità (Morin, 1993). Un approccio in grado di consentire un dialogo che vada al di là delle singole discipline implica che non vi sia un dominio di una disciplina sulle altre, ma l'apertura a ciò che le accomuna e a ciò che le supera. A tal fine, gli studi sulla transdisciplinarietà di Morin (1994) e Nicolescu (2010), nel campo delle scienze umane, offrono un terreno trasversale di riflessione e di sviluppo del pensiero sulle caratteristiche e le applicazioni del ritmo negli ambiti dell'espressione musicale, dell'educazione e della musicoterapia.

TRANSDISCIPLINARITÀ per un dialogo tra musicisti, educatori musicali, e musicoterapisti

Perché parlare di transdisciplinarietà in ambito musicale? Per aprire uno spazio di dialogo al di là delle discipline, che in nessun modo tenda ad eliminare la conoscenza acquisibile singolarmente da ognuna di esse, ma che, allo stesso tempo, permetta di connettere saperi. Per il musicoterapista, l'educatore, ed il musicista si tratta di un'opportunità di confronto da cui trarre conoscenza più approfondita, rispetto agli elementi trasversali alle diverse pratiche e discipline. Ciò contribuirebbe ad arricchire

il contesto in cui ognuna di esse si trova ad operare ed esprimersi. Il principale contributo di un approccio transdisciplinare viene dall'aver messo in luce, all'interno di un preciso quadro teorico, che ci sono diverse vie alla conoscenza, che esse sono tra loro complementari e che non vi è una gerarchia. Di grande rilevanza, a tal proposito, è il pensiero elaborato da Edgar Morin, quando afferma che per organizzare i saperi e conoscere i problemi del mondo, è necessaria una riforma del pensiero e tale riforma rappresenta un cambio di paradigma. Questo perché c'è una «inadeguatezza sempre più ampia, profonda e grave, da una parte tra i nostri saperi disuniti, divisi in compartimenti stagni, e dall'altra per situazioni e problemi sempre più polidisciplinari, trasversali, multidimensionali, transnazionali, globali, planetari» (Morin, 1999).

RITMO, CORPO E PEDAGOGIA MUSICALE

In prospettiva transculturale, Harold Powers (1986, p. 700) definisce il ritmo “modello del movimento nel tempo”. Nel corso della storia un numero importante di studiosi tra musicisti, coreografi, musicologi, educatori, psicologi, linguisti, filosofi, neuroscienziati si sono occupati di indagare, ognuno dal punto di vista della propria disciplina, il fenomeno "ritmo" (Sachs, 1953; London, 2001, Agawu, 2002). L'esperienza ritmica ci riguarda profondamente e data la sua trasversalità in ogni espressione della nostra vita (Fraisse, 1979), potrebbe rappresentare l'elemento musicale che più di tutti gli altri offre un potenziale per mettere in relazione diversi saperi e discipline, nonché costituire la chiave per un'educazione musicale che parta dall'esperienza attraverso il proprio corpo e per una musicoterapia che ne utilizzi maggiormente le risorse. «Il corpo è l'unità di base che permette alle persone di realizzare l'integrazione di se stesse, dei sentimenti e degli oggetti. [...] Prendere in considerazione il corpo nei processi di apprendimento implica una metodologia differente e un approccio allo sviluppo delle conoscenze in cui agli aspetti percettivi sia riservato un posto centrale» ci ricorda Granja de Souza Campos (2006, pp. 54-55) nel presentare agli educatori le opportunità di formazione esperienziale e ludica che emergono da recenti esperienze artistiche e animative in America Latina.

Questa prospettiva rimanda al valore etico del ritmo, inteso come fonte, come qualità intrinseca della vita quotidiana, da cui solo successivamente ogni forma e teoria musicale emerge e viene elaborata. La profonda relazione che ogni persona può affinare con la propria dimensione ritmica, fa sì che l'espressione musicale e la danza

siano in stretta connessione con la vita stessa, capace perciò di sorprendere e di rinnovarsi. Inoltre, l'esperienza che ogni giorno facciamo attraverso il corpo sarà più consapevole della natura fisiologica del ritmo. Come afferma Jaques-Dalcroze: «il movimento ritmico è la manifestazione visibile della coscienza ritmica. L'uno segue l'altra in una sequenza ininterrotta; essi sono indissolubilmente uniti» (Jaques-Dalcroze 2008). Per Jaques-Dalcroze, insieme alla consapevolezza corporea individuale, elemento chiave dei processi educativi centrati sulla musica è lo sviluppo di esperienze collettive, frutto dell'esercizio condiviso con altre persone.

Edgar Willems ha sviluppato tale prospettiva finalizzata a valorizzare l'azione corporea cercando di «inserire il ritmo in una sintesi che unisca intimamente la musica all'essere umano» (Willems, 1966). Anche Willems considera che il ritmo sia presente in ogni aspetto dell'essere umano ed è rilevabile come esplicito o implicito nei nostri gesti e azioni, si tratti di respirare, camminare o di accompagnare con gesti pensieri ed emozioni. Nei processi educativi, quindi, i movimenti considerati istintivi possono svolgere un ruolo chiave quando vengono utilizzati per sollecitare esperienze interiori in relazione alla percezione dei ritmi. Willems distingue istinto e calcolo ritmico. Mette in relazione al primo le esperienze vitali e le leggi del movimento e al secondo la progressiva consapevolezza delle forme e delle regole ritmiche. È utile, quindi, che chi propone esperienze musicali sappia aiutare i partecipanti a riconoscere e differenziare questi due ambiti. La capacità di lettura delle proprietà plastiche del ritmo quali la rigidità, l'elasticità, la flessibilità e il peso sono importanti sia per capire meglio la dimensione ritmica, sia per la creatività e l'espressione artistica.

Analoga attenzione per il movimento fisico e per il suo ruolo centrale nei processi di apprendimento musicale è riscontrabile in Carl Orff (Piazza, 1984): il movimento corporeo e l'imitazione ritmica possono essere viste come strumento di apprendimento. A questa tradizione sono affini i laboratori di body music proposti negli Stati Uniti e nel mondo da Keith Terry (fondatore del metodo e dell'associazione CrossPulse) e, in Italia, da Ciro Paduano e Stefano Baroni.

L'attività artistica e didattica di Keith Terry ha aperto la strada agli sviluppi della musica corporea in differenti ambiti di applicazione quale, ad esempio, l'insegnamento della matematica con i laboratori e il manuale "Rhythm of Math", metodo didattico per apprendere e utilizzare concetti matematici intersecati al suonare, comporre e sviluppare ritmi con la body percussion. Al metodo hanno collaborato Keith Terry e l'insegnante di scuola primaria Linda Akiyama. Si basa su Rhythm

Blocks — segmenti ritmici — a partire dall'idea che le tecniche di base debbano essere così semplici da poter essere apprese da chiunque, anche da coloro che non risultino in possesso di una pregressa esperienza musicale. In pratica, ogni Rhythm Block rispecchia alcune proprietà matematiche e può essere utilizzato come porta di accesso a frazioni, divisioni, moltiplicazioni, percentuali, proporzioni, ecc.

Questa pedagogia attiva mette in rete da oltre un ventennio vari Paesi a opera di collettivi artistico-performativo-pedagogici quali, ad esempio, Barbatuques (Brasile), Cambuyon (Spagna), CrossPulse (Stati Uniti), Cudamani (Bali), KeKeça (Turchia), Musica do Circulo (Brasile). Evento centrale in questo processo è stata l'organizzazione da parte di Keith Terry dell'International Body Music Festival (IBMF) nel 2008 in California. Ogni anno il festival si svolge in un differente posto del mondo. Nell'autunno del 2017 vedrà la realizzazione di due mini-festival, uno in Canada ed uno in Grecia. L'IBMF riunisce attorno a sé numerosi artisti provenienti da diverse parti del mondo, che hanno fatto della musica corporea e del creare musica collettivamente non solo una pratica di produzione scenica, ma anche uno strumento di ricerca ed applicazione in ambito educativo e di terapia musicale. Presta particolare attenzione alla dimensione collettiva l'austriaco Reinhard Flatischler (2007) con il TaKeTiNa Rhythm Process, attento alle differenti tradizioni di didattica musicale, anche e soprattutto orale, dei diversi continenti.

MUSICA CORPOREA - Il corpo al centro dell'esperienza ritmica

In questo contesto, possiamo definire la musica corporea come una pratica artistica di produzione sonora in cui il corpo viene utilizzato come strumento musicale attraverso gli arti superiori e inferiori (percussori naturali del corpo in relazione con se stesso e con lo spazio) e/o attraverso la voce. Essa è un mezzo per riportare la musica ad essere esperienza diretta di ogni persona, senza distinzioni circa la propria condizione, in un'ottica di inclusione di ogni partecipante. Punto di partenza diviene l'esperienza attraverso il proprio corpo-ritmico al fine di favorire l'ascolto di sé, la creatività ed il rispetto del proprio e dell'altrui ritmo. L'intero corpo, quindi, diviene attore principale di ciò che in musicoterapia è tema centrale: la relazione. Pensare al corpo come ad un vero e proprio strumento musicale, infatti, apre le porte ad una ricerca che può assumere direzioni differenti, a seconda del contesto al quale viene rivolta, sia esso legato all'espressione musicale, alla danza, all'educazione, alla musicoterapia, alla danzaterapia. Le pratiche che nelle musiche e nelle pedagogie stanno riportando il

corpo al centro dell'esperire ritmico-musicale potrebbero in futuro essere utili in ambito musicoterapico. Il musicoterapista, dal canto suo, tramite l'uso e il rapporto con il corpo, sviluppa un punto di vista che recupera la funzione originaria della musica, quale mezzo spontaneo di espressione e comunicazione delle emozioni e mezzo di coesione sociale. Il setting di musicoterapia sembra poter racchiudere in sé le qualità di un luogo protetto da giudizio, competizione o richieste performative, in cui l'individuo possa esprimere ciò che sente attraverso il mezzo sonoro-corporeo-musicale senza limitazioni. Possiamo immaginare questo luogo creativo come un'opportunità anche in ambito educativo e artistico, con i dovuti adattamenti dettati dalle esigenze non terapeutiche di questi ambiti. In questo contesto di pensiero, si colloca la ricerca sulla musica corporea, sul suo sviluppo e sulle opportunità che essa può offrire come mezzo espressivo, educativo, terapeutico e, più in generale, per il benessere psicofisico di ogni essere umano.

«Una educazione autentica non può privilegiare l'astrazione, come strumento di conoscenza, rispetto ad altri. Essa deve insegnare a contestualizzare, concretizzare e globalizzare. L'educazione transdisciplinare rivaluta il ruolo dell'intuizione, dell'immaginazione, della sensibilità e del corpo nella trasmissione delle conoscenze» (Nicolescu, Morin, De Freitas, 1994).

Il risveglio di una consapevolezza ritmica corporea diviene, perciò, punto di partenza di un'educazione musicale e di una musicoterapia che favoriscano l'ascolto di sé e degli altri, la creatività ad ogni livello, l'accettazione di tutto ciò che il corpo-strumento musicale propone e che può diventare qualità espressiva-educativa-terapeutica. La musica corporea potrebbe rappresentare una proposta trasversale, grazie alla quale chi suona, danza, educa, propone un percorso terapeutico, possano dialogare in prospettiva transdisciplinare. Data la sua trasversalità, la musica corporea, nei suoi recenti sviluppi, sta oltrepassando, come vedremo, gli ambiti strettamente disciplinari. I contenuti che ad essa fanno riferimento, si propongono come strumenti in grado di favorire il benessere di ogni individuo e di assorbire in sé valori di natura etica.

PERCUACTION

Percuaction è un'organizzazione, creata dal percussionista colombiano Túpac Mantilla, volta a promuovere una rete mondiale intorno al ritmo e alle sue opportunità di applicazione in ambito musicale, socio-educativo e di terapia, con l'intenzione di

generare dinamiche positive per le persone e per le comunità in tutto il mondo. La percussione è uno dei mezzi più antichi di espressione e comunicazione che l'essere umano abbia utilizzato. La visione e l'intento, da cui prende corpo l'ambizioso progetto Percuaction, sono quelli di integrare e mettere in relazione educazione, musica e musicoterapia partendo dalla tradizione espressiva della percussione in tutte le sue forme, tra le quali troviamo anche la musica corporea, contribuendo al benessere degli individui e delle comunità in una prospettiva globale. Dalle parole dello stesso Mantilla: «il ritmo è un processo universale, non fa differenza che tu sia spagnolo, italiano, colombiano, africano,...non fa differenza che tu sia donna o uomo, che tu abbia dieci o ottant'anni... Il ritmo è una piattaforma che accoglie tutto.»

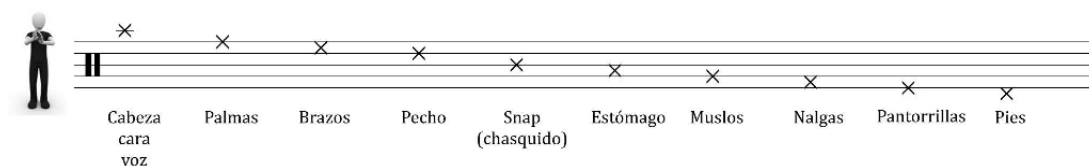
Tra i presupposti principali di Percuaction vi è quello di favorire spazi creativi, considerandoli come forza pulsante di qualsiasi processo di cambiamento. Per questo motivo l'espressione della creatività viene sollecitata e supportata in ogni contesto, in quanto permette all'individuo di trovare in sé nuove risorse. La visione di Percuaction si sviluppa e concretizza lungo un'asse di applicazione, che prevede livelli graduali di formazione, in cui il ritmo assume significato di processo e strumento di crescita e maturazione dell'individuo e della comunità. In essa troviamo:

- l'io: unità e punto di partenza. Il riconoscimento, l'auto-valorizzazione e l'accettazione di sé e della propria identità per mezzo dell'esplorazione individuale del proprio corpo;
- il contesto: riconoscimento, accettazione e appropriazione dello spazio per mezzo dell'interazione fisica con esso;
- l'altro: accettazione e riconoscimento dell'altro per mezzo dell'interazione che permette lo sviluppo e la qualificazione della propria voce;
- la comunità: la possibilità di generare un'identità per mezzo della voce che emerge dalla creazione di gruppo;
- le culture: il consolidamento della pratica collettiva dà origine a generi e stili ritmico-musicali che distinguono e differenziano un gruppo etnico costituito da varie comunità;
- l'interculturalità: processo di interrelazione tra culture, comunità e individui, mediante il quale si raggiungono livelli più profondi di sviluppo e integrazione per mezzo delle preve conoscenze e strumenti, al fine di giungere a nuovi linguaggi, modelli e pratiche creative a livello collettivo;
- la globalità: l'individuo, come fonte e base di creazione, è qui articolato in una

dinamica collettiva integrata che accetta, si nutre ed evolve, attraverso la pluralità ritmica degli uomini e del loro mondo, per la propria crescita ed evoluzione individuale e per tanto universale.

I contenuti principali su cui si sviluppano le iniziative ed i programmi creati da Percuaction, siano essi musicali, socio-educativi o di ritmo-terapia sono: la ritmica corporea, la ritmica con oggetti, la ritmica con strumenti, il far musica in gruppo e i giochi ritmici.

Da un punto di vista tecnico-musicale, Percuaction ha sviluppato un sistema di 16 scale e relativi arpeggi ritmici, attraverso il quale viene effettuata una scannerizzazione del corpo in differenti aree. Per mezzo di questo approccio, diviene intuitivo l'accesso alla poliritmia e alla polimetria sia a livello individuale che a livello grupppale. Inoltre, un sistema di notazione su pentagramma offre la possibilità di scrivere quanto, attraverso il corpo, viene composto. Di seguito riportiamo un breve estratto dal metodo Percbody, una proposta educativa presentata da Percuaction, di cui parleremo più avanti:



Come possiamo vedere in figura, le linee e gli spazi del pentagramma indicano le differenti parti del corpo più facilmente raggiungibili per poter essere "suonate". Questo perché l'idea di Percuaction nasce come una proposta di tipo socio-educativo, al fine di poter portare la musica corporea nei contesti più diversi. Ciò non toglie che in una ricerca di tipo artistico si possano includere aree del corpo meno accessibili quali ad esempio la schiena o le spalle. Le 16 scale corporee ideate da Túpac Mantilla sono frutto di una rielaborazione dei sopracitati *rhythm blocks*, un altro sistema di suddivisione ritmica del corpo precedentemente pensato da colui che possiamo considerare il pioniere della musica corporea contemporanea, Keith Terry.

Il ritmo, così concepito, diviene perciò una piattaforma in grado di accogliere, contenere ed attraversare culture, saperi, discipline differenti. In questa prospettiva, l'approccio transdisciplinare trova nel ritmo e nella pratica della musica corporea una concreta applicazione e restituisce a sua volta un quadro teorico di riferimento in grado di supportarne gli sviluppi ed aprire alla possibilità di un terreno di dialogo in

cui non vi sia una gerarchia, ma «l'apertura delle discipline a ciò che le accomuna e a ciò che le supera» (Nicolescu, Morin, De Freitas, 1994). Questa apertura è oggi sempre più necessaria ai fini di una conoscenza pertinente, perché, come afferma lo stesso Morin ne "I sette saperi necessari per l'educazione del futuro", in quest'era planetaria è urgente imparare a pensare in modo da poter conoscere e riconoscere i problemi del mondo, sostituendo un «pensiero che separa e che riduce con un pensiero che distingue e che collega (...) L'educazione deve favorire la capacità naturale della mente di porre e risolvere problemi essenziali e, correlativamente, deve stimolare il pieno uso dell'intelligenza generale (...) l'esercizio della curiosità.» (Morin, 2001, pp. 39-46). Invitando all'uso di una "intelligenza generale" Morin richiama l'importanza del rapportarsi in modo multidimensionale (la relazione tutto/parti) alla complessità e al contesto.

PERCBODY - un incontro tra ritmo e linguaggio

Tra le varie attività educative presentate da Percuaction, vorremmo introdurre il metodo Percbody, chiarendo che si tratta di una proposta di educazione/animazione musicale e che il musicista così come il musicoterapista dovranno passare per necessari adattamenti ai fini di farla propria. L'aspetto peculiare riguardante Percbody è l'approccio alla percussione corporea attraverso l'associazione al testo parlato, nonché l'introduzione a ritmi e generi musicali di diverse culture del mondo. Attraverso le proposte ritmico-musicali contenute in Percbody si dà vita ad attività creative i cui benefici sono: il rispetto del corpo, la consapevolezza corporea propria e della collettività, lo sviluppo del linguaggio non-verbale e verbale, lo sviluppo della memoria, la consapevolezza sia dello spazio individuale che di quello che intercorre nella relazione con gli altri nel rispetto delle differenze, la salute fisica e mentale, il senso di responsabilità, l'abilità di coordinazione ed indipendenza ritmico-motoria, le caratteristiche sonore individuali di ogni corpo. Ogni unità tematica di Percbody propone tre ritmi: uno principale, uno di supporto ed uno complementare. Ogni ritmo viene costruito attraverso quattro voci, ad ognuna delle quali è assegnato un testo parlato suddiviso in sillabe. Ogni sillaba coincide con i suoni della percussione corporea riportati sul pentagramma. Si può perciò facilitare la creazione poliritmica di gruppo in maniera molto intuitiva e soprattutto accessibile a tutti i partecipanti, favorendo così l'inclusione di ognuno alle attività proposte. Di seguito riportiamo, a

titolo di esempio, le quattro voci del ritmo “principale” dell’attività “Le stagioni” pubblicata in “Percbody”.

The image displays a musical score for the activity "Le stagioni". It is organized into four horizontal sections, each representing a different voice and a seasonal theme. Each section includes a vocal line with lyrics and a corresponding rhythm line labeled "R.C." (Ritmo C).

- Section 1:** "EL VERANO" (Summer). VOZ 1. Track 102. The vocal line shows a melody with lyrics "El ve-ra-no el ve-ra-no". The rhythm line shows a 3/4 time signature with a sequence of notes: quarter, quarter, quarter, quarter, quarter, quarter.
- Section 2:** "YA VIENE LA PRIMAVERA" (Spring). VOZ 2. Track 103. The vocal line shows a melody with lyrics "Ya vie-ne la pri-ma-ve-ra". The rhythm line shows a 3/4 time signature with a sequence of notes: quarter, quarter, quarter, quarter, quarter, quarter.
- Section 3:** "QUE CALOR QUE TENGO YO" (Heat). VOZ 3. Track 104. The vocal line shows a melody with lyrics "Que ca-lor que ten-go yo y". The rhythm line shows a 3/4 time signature with a sequence of notes: quarter, quarter, quarter, quarter, quarter, quarter.
- Section 4:** "SALEN MUCHAS FLORES" (Flowers). VOZ 4. Track 105. The vocal line shows a melody with lyrics "sa-len mu-chas flo-res mi-ra sus co-lo-res". The rhythm line shows a 3/4 time signature with a sequence of notes: quarter, quarter, quarter, quarter, quarter, quarter.

Bibliografia

AGAWU K., *Il ritmo*, in *Il sapere musicale, Enciclopedia della musica*, Einaudi, Torino, 2002, pp. 45-71

FLATISCHLER R., *Rhythm for evolution: Das TaKeTiNa-Rhythmusbuch*, Schott, Mainz, 2007

FRAISSE P., *Psicologia del ritmo*, Armando Editore, Roma, 1979

JAQUES-DALCROZE E., *Il ritmo, la musica e l'educazione*, traduzione dal francese di Ava Loiacono Husain, a cura di Louisa Di Segni-Jaffé, EDT, Torino, 2008

GRANJA DE SOUZA CAMPOS C.E., *Musicalizando a escola: música, conhecimento e educação*, Escrituras Editora, São Paulo, 2006

LONDON J., *Rhythm. The New Grove Dictionary of Music and Musicians*, Macmillan Publishers, second edition, edited by Sadie S. and Tyrrell J., London, 2001

MORIN E., *Introduzione al pensiero complesso*, Sperling & Kupfer, Milano, 1993

MORIN E., *I sette saperi necessari all'educazione del futuro*, Raffaello Cortina Editore, Milano, 2001

MORIN E., *Sur l'interdisciplinarité*, in “Bulletin Interactif du Centre International de Recherches et Études Transdisciplinaires”, n. 2, Giugno, 1994

NICOLESCU B., *La transdisciplinarité*, Manifeste, Éditions du Rocher, 1996, traduzione italiana a cura di Emanuela Bambara, *Il Manifesto della Transdisciplinarità*, Armando Siciliano, 2014

NICOLESCU B., *Methodology of Transdisciplinarity*, in “Levels of Reality, Logic of the Included Middle and Complexity, Transdisciplinary Journal of Engineering & Science”, vol. 1, n. 1, dicembre, 2010

PIAZZA G., *Orff-Schulwerk-Musica per bambini*, Suvini Zerboni, Milano, 1984

POWERS H., *Rhythm*, in Randel D.M. (a cura di), *New Harvard Dictionary of Music*, Harvard University Press, Cambridge, 1986

SACHS C., *Rhythm and Tempo: A Study in Music History*, J. M. DENT & SONS LTD, London, 1953

WILLEMS E., *Il ritmo musicale*, Società Editrice Internazionale, Torino, 1966

Sitografia

International Body Music Festival:

<<http://www.internationalbodymusicfestival.com/>> [ultima cons. 12/04/2017]

Percuaction:

<<http://www.percuaction.com/>> [ultima cons. 12/04/2017]

Rhythms of Math (Keith Terry e Linda Akiyama):

<<http://crosspulse.com/rhythm-of-math.html>> [ultima cons. 12/04/2017]