

ACCADEMIA DI MEDICINA VIBRAZIONALE

Ente di Formazione per Operatore Olistico

ad Indirizzo: Sonoro-Vibrazionale



ELABORATO FINALE DI Daniela Cavallini

Anno di Formazione 2016 / 2017

*“Suono: Spazi che attraversa e corpi da cui emana.
Dal suono elettronico alla Suonopuntura Vibrazionale”.*

Relatrice:

Laura Schmidt

Candidata:

Daniela Cavallini



Ente Formativo Iscritto alla SIAF N° SC- 187/14

INDICE

PREFAZIONE.....	3
INTRODUZIONE.....	4
1 COS'E' IL SUONO.....	5
1.1 Produzione del suono.....	5
1.2 Caratteri distintivi del suono.....	5
1.3 Il processo di ascolto fisico-psicologico del suono.....	6
2 IL SUONO NELL'ARTE ELETTRONICA:IL RAPPORTO INTRINSECO SUONO/ IMMAGINE.....	7
2.1 Immagini come suono: i pionieri Vasulka e Paik.....	7
2.2 Il movimento Fluxus e le Group de Recherche Musicale Pierre Schaeffer.....	8
2.3 Musica concreta e Opere sinestesiche.....	9
2.4 Suono come fenomeno pervasivo nelle videoinstallazioni a circuito chiuso.....	10
3 IL CORPO COME MEDIATORE DEL SUONO.....	11
3.1 La legge di risonanza e risonanza cellulare.....	11
3.2 Tutto é vibrazione.....	12
3.3 Memoria dell'acqua ed effetti sull'acqua biologica.....	12
3.4 Tessuti mediatori del suono: sentire attraverso il suono.....	13
4 IL "MASSAGGIO "SONORO CON CAMPANE TIBETANE COME METODO OLISTICO.....	13
4.1 Il suono armonico delle campane tibetane.....	14
4.2 Caratteristiche fisiche e tecniche esecutive delle campane tibetane.....	14
4.3 Suono delle ciotole sonore e frequenze delle onde cerebrali.....	15
5 MEDICINA VIBRAZIONALE E SUONOTERAPIA.....	16
5.1 Applicazione della Suonoterapia.....	16
5.2 Strumenti utilizzati.....	16
5.3 I Sistemi Energetici nell'Essere Umano.....	17
5.4 Diapason Armonious	17
5.5 Gli Intervalli.....	18
5.6 I Diapason Ho/Sha.....	20
5.7 Gli Stiper.....	21
6 SUONOPUNTURA VIBRAZIONALE OSTEOARTICOLARE E MEDICINA TRADIZIONALE CINESE.....	21
6.1 Le sindromi Bl.....	21
6.2 Punti Xi, Punti Shu, Punti Hui	22

7 SUONOPUNTURA VIBRAZIONALE OSTEOARTICOLARE NELLE PATOLOGIE A CARICO DELL'ARTO INFERIORE ED ESEMPI DI TRATTAMENTO.....	23
7.1 Cenni di analisi delle patologie legate allo sport a carico dell'arto inferiore e intervento di riabilitazione	23
7.2 Diapason Armonious sulle contratture muscolari con esito positivo.....	25
7.3 Trattamento post-acuto prima e dopo il rientro in attività calcistica: storia di Andrea.....	26
 CONCLUSIONI.....	 29
 BIBLIOGRAFIA.....	 30

PREFAZIONE

L'incontro con Laura Schmidt, presidente di Accademia di Medicina Vibrazionale nonché docente di questo corso, è stata una di quelle coincidenze della vita che fanno pensare ad un incontro karmico .

Nel mio percorso di vita sono partita prima come videodocumentarista per poi avvicinarmi dopo un lungo percorso di ricerca sonora alle campane tibetane, che mi hanno fatto toccare con mano la coscienza del fenomeno "suono".

Questa "coscienza sonora" è diventata, nel tempo, l'esigenza di approfondire in termini il più possibile scientifici lo studio di tale fenomeno e i suoi effetti sulla persona. Il mio percorso sonoro si è intersecato con la lunga ricerca di Laura nel posto giusto al momento giusto ed è stato un anno di lavoro in cui ho approfondito, precisato, verificato, testato accuratamente ogni aspetto di questo viaggio, il tutto condito da entusiasmo nel dare e ricevere informazioni.

La prima parola che ho ricevuto da Laura è stata " Benvenuta a bordo..."...sicuramente questo viaggio, nonostante la fine di quest'esperienza in Accademia ,continuerà per sempre in termini di studio, aggiornamento e dedizione e come scrisse Antoine De Saint Exupéry

*" Se vuoi costruire una barca non radunare uomini per tagliare la legna dividere i compiti e impartire gli ordini
ma insegna loro la nostalgia per il mare vasto ed infinito"*

...e Laura lo ha fatto ...Grazie Capitano, non vedo l'ora di prendere il largo di questo immenso oceano sonoro.

INTRODUZIONE

Questo elaborato è la rappresentazione fedele di ciò che è stata la mia esperienza sonora sino ad ora.

Inizio come video documentarista/ video artista analizzando inizialmente l'immagine e il suo linguaggio intrinseco al suono che si dimostra essere sempre imperante nei miei lavori video e così comincio ad approfondire sempre di più l'aspetto sonoro; approfondisco l'aspetto video artistico e del sonoro delle videoinstallazioni a circuito chiuso e l'intervento della persona e degli effetti psico fisici che gli ambienti video sonori vedono coinvolta, approdo allo studio delle campane tibetane, campane di cristallo e strumenti rituali e la loro profonda vibrazione.

Inizia un lavoro di ricca ricerca sulla relazione immagine-persona –suono ed effetti.

La mia ricerca sonora trova la sua massima espressione in Accademia di Medicina Vibrazionale che mi fa conoscere l'utilizzo dei diapason che ho sempre ritenuto essere il tassello mancante per un lavoro ancora più dettagliato del suono sulla persona.

“Suono: spazi che attraversa e corpi da cui emana” vuole rappresentare il lato non solamente intrinseco della relazione immagine/persona/suono ma il suono come forma vivente, in continuo divenire, analizzando gli aspetti più versatili delle frequenze che, dopo anni di ricerca, vedono la persona, prima spettatrice di fonti visive/sonore (monitor) e successivamente essa stessa come corpo sonoro-visivo.

Successivamente con la figura di mio marito, fisioterapista osteopata, ho avuto modo di approfondire maggiormente l'utilizzo dei diapason e la suono puntura vibrazionale in ambito osteoarticolare soprattutto su sportivi.

Nel primo capitolo ho tentato di dare una prima definizione di “suono” che approfondirò, durante la trattazione, da prospettive diverse ,appunto.

Nel secondo, attraverso il suono nell'immagine elettronica, ho spiegato le fasi principali del processo di ascolto fisico-psicologico del suono udibile.

Nel terzo capitolo, invece, mi sono soffermata a descrivere i tessuti non uditivi presenti nel corpo umano che entrano in risonanza quando sono stimolati dal suono.

Nel capitolo successivo, il quarto, mi sono concentrata sull'origine, la composizione fisica e tecniche esecutive delle campane tibetane e loro effetti sulla persona.

Nel quinto capitolo ho approfondito il concetto di Medicina Vibrazionale, Suonoterapia e gli strumenti che si utilizzano.

Nel sesto capitolo ho approfondito l'intervento della suonoterapia vibrazionale osteoarticolare e sua relazione con la Medicina Tradizionale Cinese.

Nel capitolo sette ho individuato alcuni casi di patologie legate allo sport, in particolare evidenziando la storia di trattamento di un calciatore, trattate sia con tipologia diversa di diapason.

COS'E' IL SUONO

Il suono è una forma di energia generata da vibrazioni che può essere prodotta se si dispone di tre elementi:

- Un materiale elastico;
- Una forza che lo metta in movimento;
- Un mezzo attraverso il quale la vibrazione possa propagarsi.

1.1 Produzione del suono

Il suono si propaga sotto forma di onde sferiche concentriche, questo fenomeno si può chiaramente osservare lanciando un sasso in acqua e nel punto in cui cade si forma una successione di onde circolari sempre più estese. Ciò ci fa comprendere che siamo in grado di ascoltare un suono solo se esiste un mezzo in cui l'onda acustica può propagarsi.

La propagazione del suono aumenta proporzionalmente all'aumentare di densità del mezzo; più il mezzo di trasmissione è denso e più l'onda sonora arriverà ad una distanza maggiore.

1.2 Caratteri distintivi del suono: altezza, intensità, timbro

I caratteri distintivi del suono sono :

- **Altezza**
- **Intensità**
- **Timbro**

. **L'Altezza** è la frequenza fondamentale percepita di una nota musicale o di un suono; per frequenza s'intende il numero delle vibrazioni prodotte in un secondo. L'unità di misura della frequenza è l'Hertz (Hz). Più la frequenza di un'onda sonora è elevata e più il suono sarà acuto mentre più è bassa e più il suono ci apparirà grave.

Il campo di udibilità dell'orecchio va dai 16 ai 20000 Hz, i suoni con frequenza inferiore ai 16 Hz si definiscono infrasuoni mentre quelli con frequenza superiore ai 20000 Hz si definiscono ultrasuoni.

. **L'Intensità** è la caratteristica che ci permette di distinguere i suoni forti da quelli deboli; in pratica ciò che chiamiamo comunemente volume del suono. L'intensità dipende dall'ampiezza della vibrazione del corpo elastico e si misura in decibel (Db); un suono appena percepibile ha un'ampiezza di appena 0 db, una conversazione normale intorno ai 60 db, un suono molto forte a 120 db e dai 140 db inizia la soglia del dolore.

. **Il timbro** è il "colore del suono" cioè quella qualità del suono che ci permette ad esempio di distinguere il suono di una tromba da un violino. Ogni suono è formato da un fascio di suoni

che comprende il suono fondamentale ed altri suoni secondari detti suoni **armonici** o **ipertoni**.

I Suoni Armonici sono una successione di suoni le cui frequenze sono multiple di una nota base chiamata fondamentale; gli armonici presenti e le loro intensità determinano le caratteristiche sonore che definiscono il timbro di qualsiasi strumento o suono.

1.3 Il processo di ascolto fisico-psicologico del suono

La natura vibratoria del corpo umano ci permette di farci percepire all'interno di esso i suoni di diversi apparati, solamente tappandoci le orecchie possiamo sentire il suono della circolazione del sangue, il suono della respirazione, il suono del sistema nervoso, digerente, il suono delle pulsazioni cardiache, il suono generato dai movimenti delle ossa.

L'apparato uditivo è formato anatomicamente da tre principali componenti: l'orecchio esterno, l'orecchio medio, l'orecchio interno. Il padiglione auricolare ha la funzione di raccogliere e convogliare le onde acustiche, riflettendole e concentrandole dentro il condotto uditivo facendo vibrare una membrana flessibile, il **timpano**, saldata attorno al margine interno del condotto uditivo. Il timpano quindi oscilla impercettibilmente seguendo le variazioni di pressione delle onde sonore penetrate nel condotto.

L'orecchio medio ha la funzione di trasmettere l'energia sonora all'orecchio interno. Questa trasmissione è permessa da una catena di tre ossicini (martello, incudine e staffa) che hanno anche la funzione di amplificare la vibrazione del timpano. Il martello collega il timpano all'incudine, che, a sua volta, è collegata attraverso la staffa ad una membrana flessibile chiamata finestra ovale.

L'orecchio interno, detto anche labirinto auricolare, è composto da due parti funzionali:

- l'organo dell'udito o coclea

- l'organo dell'equilibrio o apparato vestibolare, composto dai tre canali semicircolari del vestibolo.

La coclea è un canale osseo a forma di chiocciola diviso in tre camere contenenti del liquido simile a quello cerebrospinale, il perlinfa, e quello della scala media contiene un liquido simile a quello intracellulare, endolinfa. I fluidi ricevono le vibrazioni della staffa trasmettendole all'organo del Corti che converte l'energia meccanica in energia elettrochimica.

Esso contiene cellule ciliate a contatto con fibre nervose del ganglio spirale che permettono al segnale di giungere al cervello dove viene decodificato l'impulso.

La nostra mente è in grado di concentrarsi su un singolo suono nell'ambiente in cui siamo immersi dove ce ne sono tanti secondari che si sovrappongono a quello che ci interessa e questo determina l'innata capacità della mente di concentrarsi sui suoni che ritiene "principali".

Questo fa comprendere il ruolo fondamentale che ha la percezione conscia nel processo di ascolto in quanto la nostra memoria viene coinvolta in tutte le fasi del processo uditivo. Quando decidiamo di prestare attenzione ad un suono mettiamo in moto un processo personale, influenzato dalla nostra esperienza sonora e la valutazione di quel suono porta ad una reazione psicologica che provoca approvazione o disapprovazione, suscitando una risposta fisica, emozionale, comportamentale; per esempio attraverso l'interruzione o la continuazione dell'ascolto.

IL SUONO NELL'ARTE ELETTRONICA il rapporto intrinseco suono/immagine

Ad un livello profondo sembra esistere un nesso che collega il suono, pensiero e linguaggio. La stessa facoltà del suono, soprattutto della parola, sembra radicarsi nella possibilità di costruire rappresentazioni, di vedere e di pensare immagini.

A considerazioni simili giungono anche gli studi di psicologia cognitiva di Jean Piaget (1896-1980). E' significativa la metafora utilizzata dallo stesso Piaget per spiegare i processi attraverso cui, nella primissima infanzia si sviluppa la capacità di coordinazione dei movimenti, avviando l'acquisizione del linguaggio. Dagli stimoli percettivi immediati si produce un insieme d'immagini mnemoniche correlate tra loro come in un film, visionate in continuazione dal bimbo sino all'identificazione di relazioni dotate di senso.

L'immagine, del resto, è condizionata profondamente dalla parola, al punto che il grado di realtà di ciò che si vede è strettamente correlato alla possibilità di una sua descrizione sonoro-verbale.

Tra il suono e l'immagine vi è dunque un nesso profondo e inestricabile. Da un lato è in qualche modo necessario che ai margini del sonoro vi sia dell' "immagine", dall'altro è parimenti necessario riuscire a verbalizzare-sonorizzare le immagini, per dar loro un significato. Devono poter essere concepite per essere visibili e i concetti devono poter essere immaginati per essere pensabili.

2.1 Immagini come suono: i pionieri Vasulka e Paik.

Una delle prime scoperte da parte di vari teorici e vari artisti, che negli anni '60 si erano dotati delle attrezzature portatili di ripresa e registrazione video, fu che le immagini e i suoni provenivano dalla stessa sorgente : che le immagini erano formate da tensioni e frequenze e che anche i suoni, almeno quelli elettronici, lo erano . La cosa importante è che immagini e suoni differivano solo nel modo in cui tensioni e frequenze di base erano organizzate nel tempo.

Steina e Woody Vasulka furono tra i primi artisti a sperimentare questo mezzo; Steina, violinista, nel 1978 realizzò un video, *Violin Power*, che mette in scena un dialogo tra uno strumento antico e una tecnologia moderna: in una serie di brevi performance dimostrative l'autrice fa interagire i segnali visivi e i segnali sonori in modo che le immagini si deformino a seconda delle modulazioni sonore mostrando così diversi punti di vista nel medesimo istante rendendo lo spazio e il tempo una cosa sola; il suono, che si amalgama con il tempo in movimento nello spazio, e l'immagine diventano duttili e inscindibili, suonando così le immagini.

Nam June Paik (1932-2006) uno dei pionieri della videoarte artista statunitense di origine sudcoreana, aveva conosciuto e frequentato il grande compositore e teorico musicale del '900 **John Cage** (celebre la sua composizione *4'33"*), dal quale prese spunto nei suoi lavori. Paik insieme alla violoncellista Charlotte Moorman, nella sua celebre performance del 1969 "*Tv Bra for a Living Sculpture*", affermò che il suono è la manipolazione del tempo: tutte le forme sonore sono strutturate ed organizzate in modi diversi .

Ora, è evidente come questa caratteristica della tecnologia elettronica rendesse possibile le ricerche sognate dai cineasti delle "sinfonie visive", che avevano voluto materializzare sullo schermo il ritmo sonoro musicale, o l'affinità tra forme in movimento e suono.

Le possibilità elettroniche del "tempo reale", di manipolazione in diretta del suono e d'interazione effettiva, fatta di segnali affini, fra suono e immagini, aggiungeva a queste ricerche una possibilità nuova, l'esplicitazione di un rapporto più organico.

Questo carattere astratto della codificazione elettronica e questa temporalità avvicinano l'immagine elettronica alla composizione sonora.

2.2 Il movimento Fluxus e le Group de Recherche Musicale Pierre Schaeffer.

Per il movimento Fluxus , nel quale si sono formati artisti video come Nam June Paik e Wolf Vostell, la distanza fra arte e vita va azzerata e vanno sovvertiti i modi e i luoghi della fruizione artistica.

I componenti di Fluxus erano Neo-dadaisti mossi da spirito dissacratorio e ludico che sostenevano che era un'esperienza artistica anche un lungo e attento giro su un autobus cittadino, o l'ascolto del silenzio, come nella performance di John Cage *4'e33"*, già sopra citato, o del rumore non organizzato.

Nel suo happening in esterni del 1952, Cage chiudeva il pianoforte nel momento di iniziare il concerto in modo da valorizzare l'ascolto dell'ambiente circostante; il suono è anche silenzio, l'immagine filmica è anche solo luce, l'immagine televisiva è anche solo segnale. Nella valorizzazione del silenzio ci si ispirava al concetto di "vuoto" e Cage aveva trovato nelle filosofie orientali relazioni con la sua idea dell'aleatorio e dell' inconcluso nel sonoro.

Qualunque rumore può essere musica, qualunque fonte visiva può diventare immagine all'interno di un'opera video.

Molti lavori di Nam June Paik danno quest'impressione di "collage" composto in diretta, come improvvisato musicalmente, aperto all'imprevisto.

Nel suo intervento video all'interno della serie *Videovariations* (1972), brevi brani di musica eseguiti dalla Boston Symphony Orchestra e affidati, per la parte visiva, a una serie di artisti, Paik non solo deforma e prende giocosamente a schiaffi un busto di Beethoven, ma alla fine mostra anche il modellino di un pianoforte che brucia e si accascia su sé stesso.

Questo episodio della videoarte crea un ponte fra le sperimentazioni video e la radio, che intorno agli anni '50 è stata una delle sedi più vivaci di ricerche d'avanguardia: in Germania, a Colonia, lo studio elettronico della *WDR*(*radio della Germania Occidentale*), divenne negli anni '50 un punto di riferimento importante per l'attività creativa e di ricerca di compositori.

In Italia, lo studio di Fonologia Musicale (sede RAI di Milano), nella seconda metà degli anni '50, era diretto da Luciano Berio , a Parigi il Groupe de Recherche Musicale dell'ORTF, ente radiotelevisivo francese, diretto da Pierre Schaeffer, era una fucina altrettanto vivace di ricerche e sperimentazioni sonore e musicali .

Alla ricerca di un sonoro adatto al medium portano nuove risorse le tecnologie di registrazione del suono, dalla trasmissione esclusivamente in diretta, si passa alla possibilità, grazie alle tecnologie di registrazione e trattamento del suono, di modificare e modellare il materiale originario.

Il racconto di queste esperienze e di queste ricerche linguistiche, a partire dalla possibilità non solo di generare suoni sintetici ma anche di sottoporre a metamorfosi i suoni registrati, offre molte occasioni di confronto con le ricerche che di lì a poco si svilupperanno in ambito videartistico oltre a delineare un clima di appassionate ricerche creative che si intrecciano come ad esempio, le sperimentazioni sonore condotte da John Cage o la sperimentazione sul "rumore" e sul silenzio come elemento musicale.

Anche in ambito video artistico sono frequenti il lavoro sul "grado zero" dell'immagine (il pixel, il segnale, la trama luminosa), o sulla rappresentazione visiva del rumore, o l'amplificazione del rumore stesso di un'immagine quando viene accelerata o rallentata.

Dziga Vertov (1896-1954) ha intrapreso il suo itinerario creativo a partire da un "Laboratorio

dell'udito" e dal sogno di poter registrare assieme rumori dell'ambiente e immagini. Del resto il film di Vertov "*Entuziazm*" (Entusiasmo) del 1930, definito dall'autore "documentario sonoro e visivo" (che sperimenta procedimenti innovativi di registrazione del suono in sincrono con le riprese, e un montaggio con effetti contrappuntistici e di a-sincronismo), fa largo uso di rumori e cita in vari modi, a più riprese, proprio la radiofonia. Vengono, dunque, suggerite affinità profonde fra alcune modalità di trasmissione radiofonica e di elaborazione dell'immagine, rappresentando una polifonia cui corrisponde il trattamento visivo, costituito da passaggi che evocano il percorso da una stazione radio all'altra. Nascono così "ambienti sonori" e musica concreta.

2.3 Musica concreta e Opere sinestesiche.

Robert Cahen è uno dei più importanti artisti video a livello internazionale fra i primi sperimentatori delle valenze artistiche dell'immagine elettronica.

Si formò al conservatorio parigino negli anni '70 con Pierre Schaeffer il quale era il creatore della "musica concreta" e dirigeva il GRM, settore di ricerca dell'ente, facendone una delle sedi più avanzate della sperimentazione sonora.

È importante capire l'apporto della musica concreta all'arte del video perché, se l'influenza del Fluxus riguarda più le poetiche dell'apertura dell'opera, dell'evento effimero, dell'assemblaggio casuale e della dissacrazione dei rituali dello spettacolo, l'influenza della musica concreta ha una rilevanza più specificamente tecnico-linguistica, che investe le modalità di lavoro sul materiale preesistente e la distanza cercata e voluta fra il dato di partenza, la realtà, e la sua rappresentazione.

La "concretezza" è quella del supporto, che permette di elaborare il materiale sonoro, trasformandolo, considerando i suoni come "oggetti sonori" da modellare liberandoli da ogni riferimento troppo naturalistico alla realtà di partenza.

Riproducibilità, ripetizione, reversibilità, scivolamenti e sovrapposizioni, sfasature, lavoro sulla tessitura sonora, alterazioni della velocità, stiramenti del suono, permettono di elaborare sia i rumori sia i suoni captati dal mondo reale che creazioni di suoni artificiali e quindi di guardare un'immagine senza che questa ci rinvii direttamente e unicamente al suo referente o al suo significato primo alterando, modellando, trasformando ritmi, timbri, colori, tessiture.

A tutto questo va aggiunto il peso della lunga ricerca sulla combinazione e l'intreccio di varie arti e di varie modalità percettive. Questa ricerca trova nel video un terreno di coltura ricettivo e fecondo a partire dal fatto che l'immagine elettronica è insieme suono e immagine, riproduzione e trama astratta, visioni in movimento e componente di un modulo scultoreo e architettonico: spazio e tempo.

In particolare le videoinstallazioni propongono una percezione dell'opera non solo visiva ma corporea e tattile, includendo lo spettatore nel dispositivo, talvolta nell'immagine stessa, creando esperienze sensoriali complesse, che oltrepassano la classica postura immobile davanti allo schermo cinematografico.

Non è più solo l'occhio ad essere saturato, ma la percezione audio-visiva si distribuisce ad altri sensi nel tentativo di creare una fruizione più articolata e intellettualmente meno passiva; i suoni, i rumori, le immagini ma anche il percorso fisico e spesso il tatto sono componenti basilari di questo tipo di esperienza.

Sinestesia, sinergia, sincretismo designano la complessità di un'esperienza spettatoriale non passiva, antitetica a quella prodotta dal cinema narrativo e di intrattenimento.

In conclusione, gran parte della videoarte usa il suono come "corpo sonoro".

2.4 Suono come fenomeno pervasivo nella videoinstallazione a circuito chiuso.

Il suono in quanto "corpo sonoro" è stato motivo di ricerca non solamente nello stesso campo videoartistico ma anche in ambito psicoemozionale come studio del comportamento delle emozioni umane in relazione ad una videoinstallazione, nella quale, come si è visto, la persona diventa parte integrante del suono in immagini, assistendo di conseguenza al fenomeno pervasivo del suono.

Lo spettatore, infatti, è racchiuso in un involucro di immagini, testi e suoni entro cui può spostarsi a piacimento, mentre la sua ricezione dell'evento non avviene soltanto sul piano della contemplazione, poiché il passaggio delle immagini e dei contesti concettuali e esse relativi attraversa varie dimensioni, coinvolgendolo esplicitamente a livello percettivo.

La videoinstallazione deve essere intesa come messa in atto di una situazione, come vero e proprio evento che prende corpo grazie alla complicità dello spettatore, un evento fatto per essere vissuto e non guardato soltanto.

La situazione innescata dall'installazione video è costruita per essere fruita dallo spettatore come un'esperienza concreta e reale per mezzo della quale, a causa delle sollecitazioni percettive cui deve rispondere, è messo nella particolare condizione di sperimentare fisicamente il potere di mediazione della realtà esercitato dalle immagini su cui è regolato il mondo contemporaneo.

La contemplazione dell'opera d'arte si trasforma in un'esperienza condizionata dall'ambiente illusorio e tuttavia reale creato dall'installazione.

Dentro un contesto tridimensionale che collabora attivamente alla produzione del senso delle immagini trasmesse, lo spettatore della videoinstallazione si trova coinvolto in una pratica di lettura e di visione che è, nello stesso tempo, un' esplorazione concettuale dell'iconografia dell'immagine sonora legata ad un'esperienza sensomotoria di orientamento attraverso lo spazio creato dalle immagini video.

In un'installazione a circuito chiuso lo spettatore non può sfuggire all'occhio della telecamera, che diviene uno specchio che lo intrappola; la telecamera trasmette in diretta sui monitor o sugli schermi, dislocati secondo schemi precisi nello spazio dell'installazione, l'immagine e il sonoro dello spettatore alterati e distorti a seconda delle intenzioni dell'artista. L'immagine appare e scompare sui monitor e nelle proiezioni, oppure viene spostata e poi rimessa a posto, o ingrandita o rimpicciolita .

La proiezione che lo spettatore ha di sé, legata normalmente all'esperienza cosciente del corpo, viene in questo modo separata visivamente dalla sua fisicità, giungendo a fluttuare in luoghi improbabili, compiendo movimenti impossibili e trasformando lo spettatore in un'altra persona, all'interno dello spazio-tempo dell'installazione, uno spazio-tempo continuo, senza interruzioni e conforme a quello della realtà.

Il circuito chiuso rende soggetto e oggetto di una visione del mondo creata per lo spettatore e attraverso di lui, ma si tratta di un mondo a misura diretta e chiuso in sé, che crea una situazione narcisistica.

E' la struttura della tecnologia che riproduce e funziona secondo una struttura intersoggettiva di questo tipo, poiché essa, a sua volta, è costruita secondo una precisa visione del mondo.

Grazie all'introduzione del corpo vivo dello spettatore all'interno del dispositivo stesso, il circuito chiuso permette di mettere in gioco una determinata realtà unitamente alla sua percezione, attivando un sistema di eco e di interrelazioni complesse tra il dispositivo, installato in uno spazio dato, e il pubblico che penetra questo spazio. Così facendo, il circuito chiuso tende a dirigere l'attenzione dello spettatore non tanto su sé stesso come protagonista dell'opera in quel momento quanto, soprattutto, sul ruolo che le tecnologie dell'immagine hanno nella costruzione dell'ordine sociale vigente.

L'ordine sociale è infatti legittimato e sostenuto dall'ordine visivo e sonoro costruito e

regolato dai dispositivi videosonori in uso in una data società, poiché attraverso ciò che si può o meno far vedere si alimenta l'adesione inconscia e incontrollata all'esistente così com'è, frenando all'origine il desiderio di cambiamento.

E' da qui che la mia ricerca si sposta dal video-suono allo studio del suono in relazione all'essere umano.

IL CORPO COME MEDIATORE DEL SUONO

In questo capitolo mi soffermerò ad analizzare le strutture biologiche del corpo umano che rispondono per risonanza alla legge del suono che si propaga attraverso i tessuti non uditivi. Un esempio che rende bene l'idea di tale fenomeno è dato dalle risposte cardiache fetali evocate da suoni esterni che attraversano la parete intra uterina influenzando sul feto, che recepisce il suono attraverso il corpo nella sua totalità.

3.1 La legge di risonanza e risonanza cellulare

Si definisce Risonanza il processo che facilita un trasferimento di energia tra due sistemi vibratori, sistema sorgente e sistema risonante, che oscillano con una frequenza uguale o vicina e definisce il trasferimento della vibrazione da un mezzo ad un altro.

Se prendendo due diapason della stessa frequenza affiancandoli l'un l'altro ne percuoto uno dei due, la vibrazione del diapason percosso creerà onde di compressione e rarefazione nell'aria che faranno vibrare il secondo diapason.

I diapason sono risonatori di tipo meccanico a sistemi semplici caratterizzati da un'unica frequenza di risonanza, ma esistono anche risonatori a sistemi più complessi caratterizzati da più frequenze di risonanza, come ad esempio le casse armoniche degli strumenti musicali.

La cassa armonica è infatti progettata in modo tale da vibrare, insieme all'aria contenuta, alle stesse frequenze generate dal materiale sollecitato (es. corde, pelli...) che emettono il suono.

Il nostro corpo quindi, può essere considerato un risonatore a sistemi complessi.

Il ricercatore Fabien Maman condusse una serie di esperimenti su cellule sane e cancerose sotto l'effetto del suono; scattando delle fotografie dopo ogni emissione sonora si notò un'esplosione delle cellule cancerose causata dalla stimolazione di frequenze sonore diverse, mentre le cellule sane entravano in risonanza con la struttura armonica del suono rivelandosi flessibili, in grado di ricevere e assorbire e restituire energia. Inoltre l'energia trasmessa dal suono le rivitalizza migliorando l'integrazione con le altre cellule rallentandone anche i processi degenerativi .

La struttura armonica del suono rende più "coerente" l'organismo umano.

3.2 Tutto è vibrazione

Tutta la materia dell'Universo è costituita da onde di energia che vibrano a differenti velocità. La materia è costituita da struttura molecolare e spazio, nessun oggetto è realmente solido ma è la sua velocità di vibrazione a farcelo apparire tale; il nostro corpo, ogni singola nostra cellula che ci compone vibrano a specifiche frequenze.

La fisica moderna ci insegna che non esiste nulla nello spettro del reale che non sia contemporaneamente informazione, materia ed energia.

Informazione, energia e materia sono collegate tra loro in quanto la materia non esiste senza l'energia che non può aver forma senza informazione ed è proprio grazie all'informazione, che la materia sa come deve comportarsi in quanto matrice che governa l'universo in cui è scritto che quegli atomi devono vibrare a quella frequenza.

3.3 Memoria dell'acqua ed effetti sull' acqua biologica

Nel corpo umano l' acqua mediamente rappresenta il 70/85% del peso corporeo, se invece consideriamo il numero complessivo di molecole presenti nel nostro organismo la percentuale di molecole d'acqua raggiunge addirittura il 99%.

Nel 1975 il fisico tedesco Popp realizzò una serie di esperimenti che mostrarono che tutte le cellule emettono radiazioni elettromagnetiche e che agiscono tra di loro e quindi se, come ha mostrato Einstein, la materia ha una dimensione energetica, l'organismo vivente può ricevere e cedere energia; quest'energia essendo connessa a determinate frequenze è portatrice d'informazioni.

Ci troviamo di fronte ad un nuovo paradigma fisico che rivoluziona la rappresentazione più comune sugli organismi viventi, tutto questo è stato supportato anche da altri esperimenti d'immunologia del ricercatore francese Jacques Benveniste (1935-2004) che mostrò che la reazione di degranolazione dei basofili continuava anche quando la soluzione di anticorpi era iperdiluita.

La degranolazione è quel fenomeno riconoscibile al microscopio come perdita di quei granuli presenti nel citoplasma (porzione della cellula) dei granulociti basofili (tipologia di globuli bianchi) da parte delle cellule esaminate.

Anche se nella provetta della soluzione, da una prospettiva chimica, era contenuta sola acqua, quest'ultima venendo a contatto con gli anticorpi aveva imparato da questi a degranulare i basofili; pertanto l'acqua ha memorizzato questa informazione assumendo lo stesso comportamento degli anticorpi, divenendo essa stessa anticorpo.

Ciò significa che si può ottenere un effetto biologico altamente specifico anche se la sostanza sia stata presente (anticorpi diluiti).

Molto importanti furono anche gli esperimenti condotti dal medico ricercatore italiano Citro che, negli anni novanta, mise a punto una metodologia chiamata "Trasferimento Farmacologico Frequenziale" con cui si possono trasferire in modo diretto (sull'organismo) o indiretto (es. "informando" l'acqua) le proprietà terapeutiche di vari tipi di medicinali senza somministrare il farmaco in forma molecolare. Ciò può avvenire dato che qualsiasi sostanza, in accordo con la fisica quantistica, emette spontaneamente dei segnali contenenti tutte le informazioni atte a definirne l'identità.

Dai molteplici esperimenti di scienziati negli anni novanta, inoltre, si evince che l'organismo umano è costituito da cellule che devono funzionare all'unisono come unico apparato pur mantenendo le funzioni e caratteristiche di ogni singolo organo, tessuto, viscere, tramite il principio di risonanza.

3.4 Tessuti mediatori del suono: sentire attraverso il corpo

I tessuti che mediano le onde acustiche a livello corporeo sono la pelle, le fibre del tessuto muscolare e il sistema cellulare ciliato, le cellule tappezzate da microvilli dell' apparato digerente e dei ventricoli cerebrali, le ossa.

La pelle può percepire i suoni sotto forma di sensazioni vibrazionali soprattutto a frequenze basse, questo avviene grazie alle proprietà piezoelettriche della pelle e ai corpuscoli di Pacini che, attraverso il loro strato membranoso, amplificano tutti gli stimoli meccanici tattili, vibrazionali esterni.

Nel tessuto connettivo muscolare la trasmissione di vibrazioni meccaniche viene esercitata dal "Sistema Bioconduttivo Connessionale" che presenta struttura diversa a seconda del tipo di tessuto:

- Tessuto connettivo : fibre di collagene
- Fibrocellule muscolari: filamenti di actina e miosina
- Citoscheletro: filamenti di actina e miosina e microtuboli

Il sistema di cellule ciliate, invece, viene rappresentato dalle cellule capillate della coclea che avvertono diverse frequenze, quelle presenti nel vestibolo e nei canali semicircolari che spiega come l'apparato vestibolare rientri tra le strutture mediatrici del suono in quanto un'esposizione prolungata al rumore può causare turbe dell'equilibrio.

Anche i microvilli intestinali sono in grado di percepire in modo chiaro frequenze anche se non in grado di catturare informazioni più complesse per decodificarne il suono, rispetto a quelle cocleari.

Le cellule presenti nei ventricoli cerebrali chiamate cellule ependimali sono costituite da microtuboli sensibili alle onde elettromagnetiche, alle onde acustiche e sollecitazioni meccaniche.

Anche le ossa, infine, sono mediatrici del suono dato che il tessuto osseo stesso è composto da tessuto spugnoso.

IL "MASSAGGIO" SONORO CON CAMPANE TIBETANE COME METODO OLISTICO

Il suono è il primo dei fenomeni che viene avvertito dall'essere che si sta creando nel ventre della madre, è il primo momento in cui l'essere umano percepisce un qualcosa di "altro da sé" . I primi suoni che il feto avverte sono il battito cardiaco della madre, il fruscio del sangue, il rumore delle articolazioni e così via e comincia a stabilire un nesso di causa-effetto sul suono; quando comincia a sentire i movimenti peristaltici dello stomaco della madre sa che arriverà per esperienza il nutrimento e comincia di fatto questa prima concatenazione.

Esistono processi di formazione logici e del pensiero della persona che traggono origine dall'esperienza sonora.

La capacità del suono di entrare nell'individuo e mettere in vibrazione il corpo, non deve essere necessariamente legato ad un fenomeno acustico ma, come già approfondito, assolutamente pervasivo: coinvolge l'intero corpo.

Ogni volta che sentiamo un suono attraversa tutto il corpo in quanto siamo fatti prevalentemente di acqua, che trasmette molto bene il suono e ciò consente alla persona di entrare in un profondo stato di rilassamento che lo mette ad intimo colloquio con sé stesso, ciò avviene ad esempio con il suono armonico delle campane tibetane.

4.1 Il suono armonico delle campane tibetane

Il suono delle campane tibetane è ricco di armonici udibili; gli armonici, come visto nei precedenti capitoli, ci permettono di distinguere il timbro degli strumenti musicali, voci e suoni diversi; quando ascoltiamo un suono in realtà non ascoltiamo una singola nota ma un insieme di note (i suoni armonici) di cui la più riconoscibile è il primo degli armonici, detto armonico fondamentale.

Quando udiamo il suono di una campana tibetana non è facile individuare la nota fondamentale perché ad essa si aggiungono altre note (armonici udibili) di simile intensità, ecco perché il suono delle campane tibetane sembra essere un coro di più voci, riproducono il canto armonico dei monaci tibetani il canto difonico, diplofonico o triplofonico che, sfruttando le risonanze del tratto vocale, crea degli accordi ad una voce ovvero due o più suoni distinti contemporaneamente.

Una campana tibetana "efficace" deve avere un suono composto da:

- Una nota fondamentale,
- La stessa nota collocata alle ottave superiori,
- Terzo e quinto armonico avente rispettivamente un intervallo di terza o di quinta dalla fondamentale,
- Avere almeno un armonico udibile compreso tra il settimo e il sedicesimo della serie generata dalla fondamentale .

Una campana tibetana può produrre sino a otto armonici udibili.

Andando a posizionare le campane tibetane sul corpo si stimola l'organismo a risintonizzarsi sulla sua struttura armonica originaria sappiamo, infatti, che ,con il passare del tempo, l'essere umano a contatto con le avversità dell'esistenza perda la propria direzione vibrazionale; un organismo malato è un sistema che si trova in squilibrio, in disorganizzazione e quando è stimolato da "informazioni vibrazioni sintoniche" inizia il processo di miglioramento.

4.2 Caratteristiche fisiche e tecniche esecutive delle campane tibetane

Le campane tibetane, o ciotole sonore, hanno un colore dorato ed un diametro ed un peso variabile dai cinque ai settanta centimetri per centocinquanta grammi sino a diciannove chilogrammi.

Quelle più utilizzate hanno un diametro dagli otto ai trenta centimetri.

A livello simbolico la parte cava della ciotola indica una pluralità semantica che, partendo dal significato fisico del grembo materno, indica allegoricamente la nascita, la fertilità, il principio femminile.

Il battente con cui vengono percosse le campane tibetane invece rappresenta il principio maschile, pertanto quando si suona una ciotola sonora si viene a creare simbolicamente un atto di creazione, visto che dall'incontro del principio maschile (battente) con quello femminile (ciotola) scaturisce una vibrazione, mentre la forma circolare della campana rappresenta la totalità e perfezione universale.

Sono composte da una lega di sette metalli corrispondenti simbolicamente ad un pianeta:

Oro (corrispondente al Sole)
Argento (corrispondente alla Luna)
Mercurio (corrispondente a Mercurio)
Rame (corrispondente a Venere)
Ferro (corrispondente a Marte)
Stagno (corrispondente a Giove)
Piombo (corrispondente a Saturno)

La presenza di questi metalli determina il loro caratteristico timbro; possono essere suonate sia a percussione che a sfregamento.

Nella modalità a percussione vengono percosse qualche millimetro dal bordo con un mazzuolo cilindrico di legno rivestito che permette di bilanciare lo spettro sonoro della campana senza enfatizzare gli armonici più acuti che produrrebbero un suono metallico fastidioso.

Sfregando un mazzuolo cilindrico di legno attorno al bordo della ciotola sonora si genera un suono continuo caratterizzato dalla predominanza dell'armonico fondamentale.

Con la tecnica a percussione si generano più armonici, circa sei udibili, rispetto alla tecnica a sfregamento in cui è presente un solo armonico.

4.3 Suono delle ciotole sonore e frequenze delle onde cerebrali

Il suono delle ciotole sonore è in grado di influenzare le frequenze delle onde cerebrali, infatti, stimolando dall'esterno il cervello con impulsi sonori la sua tendenza, per il principio di risonanza, è quella di sintonizzarsi sulla frequenza dello stimolo ricevuto; questo effetto viene chiamato "risposta in frequenza".

Per quanto riguarda le frequenze al di fuori dello spettro udibile si ha lo stesso effetto attraverso il fenomeno dei "battimenti"; producendo due suoni distinti contemporaneamente si generano note aggiuntive di varie frequenze definite suoni di combinazione, i battimenti si producono quando due onde sinusoidali aventi la stessa ampiezza, ma con frequenze leggermente diverse l'una dall'altra si sovrappongono.

Il nostro orecchio quando è sottoposto a due frequenze molto simili non è in grado di recepire due suoni distinti ma uno solo, il suono "battente", il nome di questo fenomeno è dovuto alla fluttuazione di intensità percepita che fa assomigliare il suono ad una pulsazione regolare dovuta ad un alternarsi nel tempo di interferenza tra due suoni in fase e controfase che si manifesta come un salire e scendere dell'intensità del suono, con un frequenza di ripetizione pari alla differenza delle due frequenze iniziali.

Vi è, quindi, analogia tra la forma circolare della campana tibetana ed il suono che ritorna ciclicamente su di sé.

MEDICINA VIBRAZIONALE E SUONOTERAPIA

La medicina vibrazionale vede la materia come manifestazione energetica e gli esseri umani come reti di campi energetici che si interfacciano con sistemi fisico-cellulari.

Questa rete è organizzata e alimentata da strutture di energia sottile che collegano la forza vitale con il corpo.

Questi sistemi energetici sono influenzati dalle nostre emozioni, dai nostri pensieri, dal livello di equilibrio spirituale, dai fattori ambientali, nutrizionali.

Einstein dimostrò che materia ed energia sono i due aspetti della stessa sostanza universale, tale sostanza è l'energia primaria o vibrazione di cui anche noi siamo composti.

La Suonoterapia è l'applicazione di precise frequenze sonore allo scopo di creare uno stato di armonia e salute nel corpo/mente e spirito della persona per facilitare le relazioni dell'interlocutore con gli altri e con sé stesso.

Ciò è in conformità con la definizione della figura professionale dell'operatore olistico: "L'Operatore olistico è un facilitatore dell'equilibrio energetico, dell'evoluzione e della crescita personale che lavora con competenze pluridisciplinari e approcci integrati attraverso l'uso di tecniche naturali, energetiche, artistiche e meditative.

L'operatore olistico agevola il naturale processo di trasformazione, consapevolezza globale della persona e promuove uno stile di vita ecologico e sostenibile.

5.1 Applicazione della Suonoterapia

La Suonoterapia può essere "applicata" con diverse modalità e strumenti:

Attraverso l'uso della propria voce ;

Attraverso l'uso della propria voce insieme ad altre voci;

Usando la propria voce mentre si ascolta un brano musicale;

Ascoltando la voce di un'altra persona o più voci contemporaneamente;

Attraverso l'uso di strumenti musicali;

Ascoltando della musica amplificata o con l'uso di cuffie

5.2 Strumenti utilizzati

I suoni di strumenti quali diapason, campane tibetane, il gong, gli strumenti a corde e la voce umana, producono una serie di Risonanze, Intervalli, e Armonici che conducono in modo naturale ad uno stato di benessere sia del corpo, nella mente, nel cuore e nello spirito.

Nello specifico i diapason vengono utilizzati nella Suonopuntura Vibrazionale che prevede una stimolazione attraverso una profonda vibrazione sui biopunti, sulle zone dolenti e sui diversi sistemi energetici.

Si favorisce, così, il ripristino di condizioni ottimali di equilibrio energetico volto al mantenimento dello stato di salute.

5.3 I Sistemi Energetici nell'Essere Umano

Secondo le medicine orientali, l'Essere Vivente oltre che da organi, ossa e visceri é composto anche di vibrazioni, frequenze ed onde di energia.

Nella medicina vibrazionale se un corpo é sano vibra ad una giusta frequenza, é "ben accordato" con sé stesso e con il mondo esterno.

Esiste una corrispondenza precisa tra corpo, mente e spirito come anche tra energia, emozione e salute. La maggioranza delle patologie ha la sua origine nei conflitti emozionali, dai quali derivano le cosiddette malattie psico-somatiche. Secondo questa visione conflitti emozionali si formano prima nel corpo energetico evidenziandosi come blocchi di energia accumulata in specifici punti/zone che impediscono il libero fluire della corrente energetica e finiscono per somatizzarsi in zone specifiche a seconda del tipo di conflitto che le ha generate.

L'energia fluisce attraverso i corpi sottili, i chakra, i canali energetici, il sangue, i tessuti, gli organi, ecc. Quando si hanno uno o più blocchi in questo flusso energetico viviamo in uno stato di disarmonia. Tali blocchi hanno una particolare forza di coesione che unisce l'energia che li costituisce e a tale forza di coesione corrisponde una frequenza di coesione.

Il sistema energetico umano é formato da :

I Corpi sottili - campi di energia originati dagli stati di coscienza.

Il Sistema Energetico Centrale (Chakra) - composto da 7 centri Energetici che troviamo lungo la linea mediana del busto.

Il Sistema Energetico Periferico (Meridiani Energetici) - composto da 12 Canali Energetici situati sulla superficie e all'interno del corpo e che servono a mettere in connessione tra loro parti differenti e distanti del corpo.

Il Sistema Energetico Straordinario - composto da 8 Canali Straordinari la cui funzione è di mantenimento e sostegno al fluire armonico del *Qi*.

5.4 Diapason Armonious

Applicando un diapason su specifici punti del corpo, si crea un segnale che viaggia attraverso il nostro corpo energetico, riportando le frequenze disturbate ad un giusto equilibrio attraverso una frequenza pulita in grado di arrivare in profondità, interagendo sia con il corpo fisico sia energetico.

Nella procedura di trattamento viene appoggiato lo stelo del diapason sul corpo e la vibrazione arriva in profondità e velocemente all'interno del corpo fisico, internamente negli organi interessati, le ossa e la struttura cellulare.

Possono essere utilizzati uno alla volta oppure in coppia creando intervalli per intervenire sui Corpi Sottili, sui Chakra e sui Meridiani Energetici.

Simultaneamente la vibrazione delle forcelle avrà maggiore impatto a livello energetico.

I Diapason Armonious possono essere usati per:

- . Calmare, sedare dolori acuti, infiammazioni o agitazione
- . Tonificare in caso di stanchezza e debolezza, sensazione di freddo
- . Pulire l'Aura

- . Equilibrare i Chakra
- . Pulire il campo mentale
- . Calmare la mente
- . Trattare una particolare zona del corpo

Il set di Diapason Armonious è composto da 8 Diapason che compongono una scala maggiore da DO a DO. I diapason hanno le seguenti note identificate con la nomenclatura internazionale:

- C corrisponde al Do
- D corrisponde al Re
- E corrisponde al Mi
- F corrisponde al Fa
- G corrisponde al Sol
- A corrisponde al LA
- B corrisponde al Si

I due C (Do) hanno diverse frequenze: al C4 corrisponde il Do centrale del pianoforte, al C3 il Do dell'ottava più bassa.

- Primo Chakra, parti fisiche correlate: ano, organi genitali, coccige, basso ventre gambe, piedi, ginocchia - C
- Secondo Chakra, parti fisiche correlate: organi genitali, osso sacro, plesso ipogastrico, plesso pelvico - D
- Terzo Chakra, parti fisiche correlate: organi della digestione, zona lombare, plesso ipogastrico, ombelico, diaframma - E
- Quarto Chakra, parti fisiche correlate: plesso cardiaco, zona toracica, spalle, braccia, gomiti, mani - F
- Quinto Chakra, parti fisiche correlate: gola, collo, mandibola, vie respiratorie, naso, zona cervicale - G
- Sesto Chakra, parti fisiche correlate: fronte, occhi - A
- Settimo Chakra, parti fisiche correlate: testa, cervello - B

5.5 Gli Intervalli

Gli intervalli musicali possono avere effetti sostanziali sulle nostre emozioni e sul nostro stato di salute, Fabien Maman, ricercatore, musicista e agopunturista, afferma che un intervallo è la risonanza di uno spazio musicale, creato dall'esecuzione di due note suonate simultaneamente o separatamente.

Più precisamente, si definisce intervallo la differenza d'altezza tra due suoni, esprimibile in fisica acustica con il rapporto delle frequenze dei suoni stessi.

Ogni intervallo ha un suono diverso e i loro nomi si basano sulle note della scala maggiore. Per quanto riguarda il trattamento con i diapason distingueremo gli intervalli basandoci sul

loro effetto sulla persona e sul campo energetico. Avremo così intervalli consonanti e dissonanti.

Con il termine consonanza (dal latino condonare, "suonare insieme") si indica, in genere, un insieme di suoni eseguiti simultaneamente e tali che l'effetto complessivo risulti gradevole, si definisce consonante un intervallo caratterizzato da stasi armonica mentre dissonante è quell'intervallo che dà l'impressione di movimento armonico, di dover risolvere con un successivo intervallo consonante.

Gli intervalli dissonanti possono essere utilizzati per smuovere emozioni e portare in superficie blocchi emozionali per poi essere risolti attraverso, appunto, un'intervallo consonante successivo.

INTERVALLO FONDAMENTALE/UNISONO (DO/DO)

Dona sensazione di riposo mentale e fisico e tende a riportare alla luce ricordi sedimentati a livello inconscio, sostanzialmente la risonanza di una nota suonata due volte, troviamo quest'intervallo molto presente nei mantra cantati in modo monotonale. Sempre consonante

INTERVALLO DI SECONDA (DO/RE)

L'intervallo di seconda è dissonante, crea tensione, tende a smuovere molto a livello energetico emozionale creando movimento, molto difficile da mantenere a lungo.

INTERVALLO DI TERZA (DO/MI)

L'intervallo di terza è un intervallo consonante ed evoca leggerezza e gioia andando ad agire sulle emozioni.

INTERVALLO DI QUARTA (DO/FA)

Questo intervallo è lievemente dissonante, nel senso che crea una lieve tensione che si risolve con l'intervallo successivo di quinta (DO/SOL), tale intervallo si sente nelle campane tibetane ed è un intervallo che tende a stimolare i due lobi cerebrali donando una sensazione di risveglio.

E' facile ritrovare quest'intervallo nei cori bulgari femminili.

INTERVALLO DI QUINTA (DO/SOL)

Questo intervallo crea apertura ed espansione in ogni direzione provocando un ampio movimento energetico nello spazio.

Molto stimolante, utile in apertura per il riequilibrio del sistema energetico centrale (Chackra), porta al massimo i livelli di consapevolezza. Fortemente consonante.

INTERVALLO DI SESTA (DO/LA)

E' mediamente consonante ed è l'intervallo più piacevole da ascoltare, molto utilizzato nelle ninne nanne dei bambini, crea pace e benessere senza alcuna tensione o movimento.

INTERVALLO DI SETTIMA (DO/SI)

Questo intervallo è fortemente dissonante e crea molta tensione ma non in maniera paralizzante come quello di seconda, crea, infatti, una tensione che porta ad una crescita della consapevolezza, rappresenta l'ultima dissonanza prima della risoluzione con l'intervallo di ottava. Ha un ruolo fondamentale per l'evoluzione dell'individuo.

Afferma Maman nelle sue ricerche sul comportamento delle cellule cancerogene con il suono: "Le cellule cancerogene non possono sopportare la dissonanza di un intervallo di settima. Durante tutto l'esperimento le cellule apparivano rigide, inflessibili e sembravano combattere contro ogni nota della scala musicale fino a che letteralmente non esplosevano al raggiungimento del settimo intervallo. Le cellule sane, dal momento che potevano respirare in risonanza con il suono, rimanevano intatte ed alcune di esse addirittura si rivitalizzavano con l'aggiunta dell'intervallo di settima". (Fabien Maman - The Role of Music in Twenty first Century - 1997).

INTERVALLO DI OTTAVA (DO/DO un'ottava sopra)

L'intervallo di settima viene risolto in una nuova ottava, completamente consonante, quiete e pace le sensazioni che vengono avvertite con questo intervallo.

Un'ottava superiore di pace interiore in espansione verso tutto ciò che è in una nuova dimensione che non vede un ritorno di tipo nostalgico verso il passato.

5.6 I Diapason HO/SHA

I diapason Ho/Sha hanno un'azione di Tonificazione e Dispersione.

Il diapason Ho pesato 128 Hz rafforza il sistema immunitario, migliora la circolazione e la mobilità delle articolazioni, viene utilizzato in tonificazione che, secondo la Medicina Tradizionale Cinese, significa nutrire il deficit di qi (soffio vitale) e si rapporta quasi sempre ad una situazione cronica.

I sintomi di Vuoto energetico sono:

- . Stanchezza e astenia
- . Sindromi che peggiorano con il movimento e migliorano con il riposo
- . Debolezza negli arti
- . Fiato corto allo sforzo

Il diapason Sha 136,10 Hz viene impiegato per i disturbi contrassegnati da stasi e accumulo. Il pieno, inteso come stasi o eccesso, si riferisce in genere ad una stasi di qi e solitamente a situazioni acute come ad esempio dolori articolari che migliorano con il movimento . Molto utile per il trattamento di crampi muscolari e spasmi.

I diapason Ho/Sha vengono usati direttamente sulle zone doloranti per alleviarne la sintomatologia dolorosa agendo di conseguenza sia sul corpo fisico, sia su i punti specifici dei canali energetici che interessano la zona trattata.

In sintesi, i diapason Ho/Sha, essendo pesati, andranno ad agire più sul corpo fisico, mentre gli Armonious andranno ad agire sui corpi energetici e maggiormente sui corpi sottili.

5.7 Gli Stiper

Gli Stiper sono dischetti di cristallo di quarzo composti da silicio cristallizzato (SiO₂) che possono essere utilizzati sui punti di agopuntura per un'azione di riequilibrio permanente. Gli Stiper a contatto con la pelle hanno diversi tipi di azione:

- Azione fisica
- Azione biologica
- Azione energetica

Azione fisica: apportano maggiore sangue, ossigeno e nutrienti ed hanno azione antinfiammatoria, indicati per tutti i tipi di dolore fisico (schiena, emicranie, ecc)

Azione biologica: migliora il metabolismo, accelera reazioni enzimatiche, aumenta la produzione di ossigeno attivo, eliminazione tossine.

Azione energetica : potente effetto nel correggere i modelli energetici squilibrati che possono essere causa della manifestazione di disturbi e malattie

SUONOPUNTURA VIBRAZIONALE OSTEOARTICOLARE E MEDICINA TRADIZIONALE CINESE

La Suonopuntura Vibrazionale Osteoarticolare è la stimolazione attraverso una vibrazione profonda sui biopunti del sistema energetico periferico “ Meridiani ” attraverso l'applicazione dei diapason Ho/ Sha e l'applicazione degli stiper per risolvere le sindromi Bi.

6.1 Le Sindromi Bi

In Medicina Tradizionale Cinese (MTC) si tiene conto delle diverse sindromi ostruttive o sindromi bi.

“Bi” significa ostruzione della circolazione del Qi e del sangue, che di solito deriva dall'invasione dei canali energetici da parte di vento, freddo e umido (i cosiddetti “Fattori Patogeni Esterni) a causa della debolezza del Qi difensivo (Wei Qi); ciò può avvenire se, per esempio, dopo aver sudato, ci si espone al vento o si abita in un posto umido oppure si cammina nell'acqua a lungo; situazioni in cui si è a contatto per un tempo prolungato o repentinamente con un fattore esterno.

Vi sono vari tipi di sindromi bi, come la **bi migrante** (in cui predomina il vento), la **bi dolorosa** (in cui predomina il freddo), la **bi fissa** (in cui predomina l'umidità) e la **bi febbrile** (in cui vento, freddo e umido si sono trasformati in caldo).

La sintomatologia, ad esempio, nella bi migrante da Vento sarà data da dolore migrante, reumatismo, avversione ed aggravamento con il vento; nella bi dolorosa da freddo sarà presente dolore intenso persistente con rigidità, aggravamento con il freddo e miglioramento con il caldo; nella bi fissa da umido vi sarà indolenzimento e dolore accompagnato da senso di pesantezza ed intorpidimento con localizzazione fissa del dolore e gonfiore, con un

aggravamento nei giorni di pioggia e con l'umidità.

La **bi febbrile-calda**, di solito, è data dalla conversione in calore delle energie patogene freddo, vento e soprattutto umido, che sono penetrate all'interno e ristagnano e portano dolore intenso, urente, calore, gonfiore locale e limitazione dei movimenti ed eventuale febbre.

La **bi cronica ossea** è l'aggravamento delle precedenti che vede deformazione di ossa, tendini e cartilagini, nelle bi croniche si verificano accumuli di flegma e ristagno di sangue, deformazioni articolari, noduli, calli ecc.

Inoltre nelle forme croniche è indispensabile valutare l'indebolimento complessivo delle energie.

Per questa tipologia di applicazione si utilizzano i diapason Ho/Sha e l'aggiunta di Stiper, (STimolazione PERmanente) che consentono una regolazione costante del biopunto, della zona dolorante o del sistema energetico periferico.

Una delle cose importanti da prendere in considerazione quando si affronta un trattamento è verificare se la persona è trattabile o non trattabile nella zona del dolore. Quando non è trattabile, bisogna agire distalmente in modo da alleviare il dolore sulla zona per renderla disponibile al trattamento. L'azione distale è indicata anche nel caso di una rigidità articolare per sbloccare un'articolazione. I biopunti sono delle chiavi di accesso presenti sulla superficie del corpo che servono a stimolare i canali del sistema energetico periferico.

I biopunti più utilizzati sono i punti Shu antichi, i punti Shu del dorso, i punti Xi e i punti Hui.

6.2 Punti Shu antichi Punti Xi, Punti Hui e Punti Shu del dorso

Punti Shu antichi: si chiamano Shu antichi perché sono stati i primi punti ad essere utilizzati per valutare lo squilibrio energetico. Sono dislocati nella parte terminale dei meridiani compresa fra le estremità delle mani o dei piedi e le articolazioni di gomito o ginocchio, cioè nella parte più superficiale del percorso del meridiano.

Punti Xi fessura : hanno la proprietà di trattare malattie acute che si verificano nelle aree servite dai rispettivi canali, trattano dolori acuti importanti dovuti al ristagno energetico sbloccandoli.

Punti influenza, riunione Hui: ciascuno di essi si riferisce a specifiche problematiche legate a specifici tessuti.

Punti Shu del dorso: situati sul dorso lungo i lati della colonna dove passa anche uno dei rami del canale di vescica percorso del meridiano di Vescica, si utilizzano per espellere la pesantezza dal corpo e i dolori articolari. La loro funzione è quella di drenare e di portare all'esterno.

SUONOPUNTURA VIBRAZIONALE OSTEOARTICOLARE
NELLE PATOLOGIE A CARICO DELL'ARTO INFERIORE DELLO SPORTIVO
ED ESEMPI DI TRATTAMENTO

Durante la pratica sportiva il giocatore può andare incontro a diversi tipi di traumi o incidenti sul campo che coinvolgono tutto l'apparato muscolo scheletrico.

A causa delle caratteristiche dello sport che comporta cambiamenti di posizione molto rapidi con il piede aderente al suolo, i traumi relativi all'arto inferiore sono tra i più frequenti.

7.1 Cenni di analisi delle patologie legate allo sport a carico dell'arto inferiore e intervento di riabilitazione

.Anca

Pubalgia

Il termine si riferisce ad una sindrome dolorosa del distretto pubico che raggruppa sotto la stessa denominazione:

. **malattia degli adduttori** (1. ileopsoas, 2. pettineo, 3. otturatore esterno, 4. grande adduttore, 5. piccolo adduttore, 6. adduttore lungo, 7. adduttore breve, 8. grande gluteo, 9. semitendinoso, 10. semimembranoso, 11. gracile).

. **patologia della parete addominale** è l'espressione di una lesione, più spesso congenita, della porzione inferiore dei muscoli larghi dell'addome e soprattutto degli elementi costitutivi del canale inguinale in cui si fanno strada ernie.

Riabilitazione nelle patologie dell'anca

La riabilitazione delle patologie dell'anca comprendono:

- . Riposo: calibrato secondo il grado dell'infortunio
- . Terapie fisiche (crioterapia, laserterapia, massaggio trasverso profondo)
- . Stretching della catena muscolare anteriore e posteriore
- . Rinforzo muscolare

.Ginocchio

Rientrano nelle patologie distorsive del ginocchio:

- . Distorsione
- . Rottura legamenti (distorsione di terzo grado)
- . Sovraccarico e sollecitazione a carico del menisco

Riabilitazione del ginocchio

- . Riposo sportivo a seconda della gravità del danno
- . Terapie fisiche
- . Esercizi propriocettivi
- . Rinforzo muscoli stabilizzatori del ginocchio

.Caviglia

Distorsioni tibio-tarsica

Possono coinvolgere il comparto laterale o mediale ovvero il legamento laterale esterno (LME)

.Legamento laterale esterno è costituito da diversi fasci legamentosi: fascio peroneo-astragalico anteriore, capsula anteriore dell'articolazione tibio-tarsica, fascio peroneo-calcaneare, capsula e legamenti dell'articolazione sotto astragalica, guaina dei peronieri, fascio peroneo astragalico posteriore.

.Legamento mediale esterno è formato da tre fasci disposti a delta, da cui il nome di legamenti deltoidei.

Traumi in inversione o eversione possono stirare o lacerare i legamenti di supporto dell'articolazione e creare un'instabilità importante (in caso di lesione completa è necessaria l'immobilizzazione della caviglia e l'intervento chirurgico).

Patologie del tendine d'Achille

Diverse sono le patologie che interessano il tendine d'Achille:

il corpo del tendine è sede di tendinosi, localizzata o diffusa, con micro rotture delle fibre di collagene, che possono formare dei noduli (tendinite semplice o nodulare);

le guaine peri o iuxta-tendinee con infiammazione che realizza vere e proprie peritendiniti e tenosinoviti con edema e crepitio;

l'infiammazione delle borse sierose può dare origine a borsiti o tenoborsiti retro o pre-achillee:

. il passaggio tenoperiosteale sul calcagno con microfratture, infiammazione (entesite) o calcificazioni

. il passaggio mio tendineo con micro lacerazioni, miotendinite, o lacerazioni rotture che esulano dal quadro delle tendinopatie propriamente dette.

.Riabilitazione caviglia

- . Riposo secondo la gravità del danno
- . Terapie fisiche
- . Esercizi di propriocettiva
- . Mobilizzazioni passive

Dopo un breve periodo di riabilitazione nelle strutture protette è necessario iniziare la riabilitazione in campo: semplici esercizi di stretching, propriocezione, rinforzo muscolare, e corsa lenta, hanno maggior efficacia se eseguiti durante l'esecuzione del gesto tecnico e

nell'ambiente sportivo, sotto la diretta supervisione dell'allenatore in accordo con il medico riabilitatore.

7.2 Diapason Armonious sulle contratture muscolari con esito risolutivo

Durante il percorso in Accademia di Medicina Vibrazionale ho avuto modo di effettuare diversi trattamenti di pratica con i Diapason Armonious su persone che presentavano contratture cervicali, dorsali e lombari e dell'arto inferiore al quadricipite.

Trentuno riceventi su trentadue hanno tratto giovamento fino a completa risoluzione della contrattura; la persona che non ha tratto giovamento dal trattamento ha riscontrato nel contempo problematiche di natura posturale a carico del piede che ha risolto con intervento chirurgico e calzatura con apposito plantare.

Di queste trentuno persone: cinque avevano contratture dei muscoli cervicali, ventitré contratture dei muscoli lombari e le rimanenti tre persone contratture dei muscoli dorsali .

In particolare vorrei approfondire il primo trattamento di Michele e di Martina di età rispettivamente di 40 e 31 anni perché, a differenza delle altre persone, avevano necessità di avere un riscontro nell'immediato, in termini di tempistiche di recupero in quanto sportivi e lavorare con aspettativa di risultato è sempre più difficile per una serie di motivi soprattutto quando i riceventi sono persone pragmatiche come loro.

Come intervento d'aiuto per le loro problematiche ho utilizzato i diapason Armonious, per due motivi: la localizzazione (zona cervicale e lombare) che vedeva coinvolto il Sistema Energetico Centrale (Chakra) e per l'impatto psicoemozionale che la contrattura arrecava loro.

Michele:

Michele ha 40 anni è uno sportivo che pratica corsa non a livello agonistico, fa l'agente immobiliare che lo vede costretto a trascorrere diverse ore seduto davanti al computer; da qualche giorno lamenta contrattura al collo e la sua situazione incide anche a livello emotivo in quanto anche la corsa sta diventando non più un piacere ma un faticoso impegno a causa del dolore acuto al collo che sembra non volere proprio passare e lo stare fermo lo rende ancora più teso e nervoso.

Durante la prima seduta, dopo precedente valutazione energetica, ho eseguito trattamento con gli intervalli appoggiando il Diapason sulla contrattura.

Per creare l'intervallo ho utilizzato il diapason con la nota fondamentale del chakra relativo alla zona da trattare, ovvero il diapason G corrispondente alla nota Sol, che ho appoggiato sul punto dolorante, muovendo il diapason A, corrispondente alla nota Si, in senso orario verso l'esterno creando un'intervallo dissonante di seconda in dispersive per placare il dolore acuto.

Durante il trattamento Michele si è addormentato riferendo, al risveglio, "come se un cavatappi in senso antiorario mi tirasse su il dolore, fino a provare una sensazione di benessere immediato, mi sento come se avessi dormito un sacco di tempo, riposato e più tranquillo anche emotivamente".

La zona del collo contratta e bruciante prima, ora è tiepida e più sciolta e il dolore che prima era a dieci, in una soglia da 0 a 10 , subito dopo è 4.

Michele ripete il trattamento mirato alla contrattura del collo per altre 4 volte sino a completa risoluzione del problema.

Il suono non è solamente intervenuto a livello fisico, come dicevo, anche a livello emotivo è

come se avesse "ripulito i pensieri" come afferma Michele che ora ha ripreso a correre e cerca di passare più tempo da dedicare a sé stesso.

Martina:

Martina è una ragazza di trent'anni, fa ginnastica artistica di professione e insegna questa disciplina. La sua schiena, soprattutto a livello dorsale risente parecchio ultimamente per le posizioni, esercizi e allungamenti che tale disciplina richiedono.

Ha una brutta contrattura ai muscoli lombari e proviamo a lenire il dolore con i diapason e gli intervalli,

Fa fatica quasi a trovare una posizione comoda sul lettino perché "ogni muscoletto contratto mi provoca un dolore trafittivo da togliere il respiro".

Durante la prima seduta, dopo precedente valutazione energetica, ho eseguito trattamento con gli intervalli appoggiando il Diapason sulla contrattura.

Per creare l'intervallo ho utilizzato il diapason con la nota fondamentale del chakra relativo alla zona da trattare, ovvero il diapason D corrispondente alla nota RE, che ho appoggiato sul punto dolorante, muovendo il diapason E, corrispondente alla nota MI, in senso orario verso l'esterno creando un'intervallo dissonante di seconda in dissonanza per placare il dolore acuto.

Durante il trattamento Martina ha sentito inizialmente il dolore concentrarsi nel punto subito sotto dove ho appoggiato il diapason per poi lentamente dissolversi sino a diventare un dolore sordo e sopportabile.

La vedo per tre giorni di seguito per lavorare in modo intensivo sulla contrattura e dopo il terzo trattamento la contrattura è completamente passata.

Durante l'ultimo incontro Martina parla molto e dice che forse sta tirando troppo la corda con l'allenamento e così ha deciso di fare un viaggio con il suo fidanzato per distrarsi un po'.

Ancora una volta non solo il suono si è rivelato un balsamo lenitivo al dolore fisico ma ha messo in risonanza il corpo fisico con quello emozionale della persona che si è presa più cura di sé stessa ascoltando i messaggi del suo corpo.

7.3 Trattamento post-acuto prima e durante il rientro in attività calcistica: storia di Andrea.

In questo caso, invece, ho utilizzato i diapason Ho/Sha data la problematica di una sintomatologia dolorosa osteoarticolare specifica che vede coinvolti punti precisi di Canali Energetici del Sistema Energetico Periferico.

Inoltre, dato che nel frattempo, durante le esercitazioni, a lezione si è affrontato il tema dell'Analisi Energetica in Medicina Tradizionale Cinese, ho avuto modo di approfondire notevolmente altri aspetti importanti.

Scheda di valutazione:

Maschio, 28 anni, di professione calciatore.

Motivo della consultazione: presenta dolori molto forti al ginocchio a livello rotuleo e rigidità al piegamento.

Ha tendenza a sviluppare tensione muscolare. Da sempre presenta problematiche alle ginocchia ed ha sempre fatto molto sport prima ancora di fare lo sportivo di mestiere.

E' molto irrigidito e la camminata ha un andamento zoppicante, migliora con il movimento in

quanto il ginocchio sembra sciogliersi ma alla sera il ginocchio è dolente. Il dolore a livello rotuleo si presenta come una fitta tagliente continua, con un senso di torpore come se avesse un corpo estraneo all'interno del ginocchio. Il dolore si accentua in movimenti di torsione e piegamento.

Altri disturbi: per anni ha sofferto di otiti recidivanti.

Sudorazione - abbondante durante lo sport o quando sotto pressione, inodore.

Appetito – abbondante, gli piace mangiare e non ha problemi digestivi ma vive l'alimentazione in riferimento allo sport, pochi sgarri e paura di perdere la forma fisica.

Sonno - leggero, disturbato dal dolore al ginocchio. Riesce a dormire 7 ore di fila altrimenti. Non sogna.

Sensibilità freddo caldo – d'estate soffre il caldo perché suda molto ma soffre anche il freddo intenso.

Feci – una volta al giorno, compatte, di odore più intenso quando mangia in modo sregolato.

Urine – minzioni abbondanti ma inodori.

Sete - qualche volta di notte tende a bere di più ma di solito dopo ingestione di cibi particolarmente salati e saporiti.

Lingua - patina sottile, corpo della lingua un po' scuro, bordi un po' arrossati, venule sublinguali ingrossate e bluastre.

Palpazione delle zone - zona lombare fredda e piedi freddi.

Valutazione energetica Sindrome Bi da Vento Freddo con Stasi di Qi e Xue .
Deficit di qi del rene .

Principio di Trattamento: eliminare il freddo e calmare il dolore, rimuovere la stasi, disostruire i meridiani. Tonificare il qi del rene.

Punti scelti BL23-40-57-59-60 – GV14 – KI3 – GB 34-41 e ST 41 e i punti interessati dal dolore ovvero ST 35 ed ST36, con applicazione di Stiper e utilizzo dei diapason Sha in dispersione in quanto dolore acuto.

Il ricevente si è dichiarato soddisfatto di questo primo trattamento e quindi si è concordato di avviare un percorso di dieci sedute con almeno un incontro settimanale.

Al secondo trattamento, circa una settimana, dopo il ricevente riferisce che il ginocchio va meglio ma permane il dolore alla rotula e il senso di contrattura e rigidità ed ha avuto difficoltà a dormire.

Si è lavorato a rimuovere la stasi di Qi che si manifesta con tensione muscolare in generale all'arto inferiore ed oggi l'umore è piuttosto irrequieto.

Inizio trattamento in posizione supina lavorando in dispersione sempre con applicazione degli Stiper 12 direttamente sulle zone doloranti e con i diapason Sha ho lavorato in dispersione direttamente su i punti doloranti per poi lavorare in tonificazione sui punti distali

GB 34-41 e ST 41.

Al fine di calmare il dolore, rimuovere la stasi e disostruire i meridiani, sono stati scelti i punti lungo i livelli energetici interessati per favorire lo scorrimento dell'energia nelle zone di rigidità muscolo scheletrica. I punti sono stati scelti per l'efficacia riconosciuta nel trattamento delle sindromi dolorose che si manifestano con dolori e spasmi, grazie alla loro capacità di attivare e rendere fluida la circolazione di qi e xue. Altri punti sono stati scelti con l'obiettivo di andare a sostenere il qi del rene (BL 23-40-57-59-60- KI3-GV14).

Dato che il ricevente con la stimolazione dei punti descritti ha trovato molto giovamento ripeto stesso trattamento anche al terzo incontro. Era molto rilassato e l'andatura iniziava a migliorare molto e il dolore ad ogni incontro era sempre inferiore rispetto alle volte precedenti.

Alla quarta seduta, dato il miglioramento non solo riferito dal ricevente ma anche visibile come mobilità del ginocchio, decido di iniziare a lavorare anche sui punti di riflessologia plantare relativi alle aree interessate dei trattamenti precedenti. Reni e arto inferiore sulle zone corrispondenti del piede.

Lavoro con il diapason Sha per quanto riguarda le aree inerenti all'arto inferiore- ginocchio e con il diapason ho per la parte corrispondente all'apparato urinario.

La tecnica è stata gradita ed è stata ripetuta anche nel trattamento successivo con il risultato che il ricevente si sente sempre meglio: il dolore nettamente diminuito, il dolore alla torsione è sparito, il dolore notturno non si è più verificato e inizia a stendere meglio il ginocchio e l'intorpidimento è svanito.

Dato che buona parte dei problemi inerenti al ginocchio si sono attenuati passo ad una fase di tonificazione una fase di tonificazione più intensa del sistema del qi del rene mediante l'utilizzo degli stiper nei punti relativi (gli stessi delle prime due sedute) in tonificazione con i diapason Ho.

Eseguo stesso trattamento per altre due sedute e il ricevente riferisce "sensazione di gambe nuove".

Nel complesso molti sintomi sono stati risolti e i tempi di rientro in campo si sono rivelati notevoli, in quanto era stata stimata una prognosi di molti mesi.

Sono stati forniti Stiper al ricevente in modo tale che potesse applicarli poco prima di iniziare l'attività fisica sui biopunti interessati dal dolore con grande successo.

CONCLUSIONI

Questo viaggio sonoro che mi ha fatto approdare in Accademia di Medicina Vibrazionale, mi ha donato nuovi strumenti importantissimi.

Approfondire la Suonoterapia, i suoi strumenti e i campi di applicazione mi ha dato la possibilità di trovare finalmente tutte quelle risposte che da tempo cercavo.

Quando cominciai ad utilizzare le campane tibetane, nonostante siano uno strumento meraviglioso e pieno di potenzialità, mi resi subito conto che agivano molto a livello globale in una visione d'insieme ed ero alla ricerca di uno strumento o di un qualcosa che mi permettesse di lavorare su una situazione più specifica, in modo più specifico.

I Diapason sono stati per me quel tesoro che cercavo: riuscivo finalmente ad intervenire in modo più mirato e specifico.

Sicuramente ho anche scoperto la mia passione per tutto ciò che ha a che fare con situazioni di tipo osteoarticolare dei giovani sportivi; rendersi conto che si riusciva ad avere un miglioramento quasi immediato, soprattutto in termini di riduzione del dolore, mi dava subito riscontro di quanto siano strumenti potenti ed efficaci.

Come ex istruttrice di aerobica e danzatrice conosco bene quanto sia importante poter ridurre i tempi di ripresa per poter tornare al più presto a far esprimere il proprio corpo in tutta la sua vitalità ed energia.

Portando qualcosa di me in questo elaborato, oltre all'approfondimento tecnico del mio percorso, posso dire che il suono conduce ovunque; è il vettore per ogni situazione, ambiente, argomento.

La mia poliedrica formazione che prima sembrava essere l'insieme di pezzi sparsi di puzzle, ora mi appare come un disegno pieno di tasselli colorati, come in un mandala, uniti tra loro dal suono, che ha un nome: Suonoterapia.

Rendersi conto di questo è per me motivo di commozione, soprattutto per averci creduto fino in fondo con passione. Del resto certi percorsi non si possono spiegare prima di averli tracciati e per comprenderne il significato bisogna aspettarne la conclusione.

Anche la fiducia all'ennesima potenza è alla base del lavoro con il suono che mi ha ripagato oltremodo dandomi risposte precise, in armonia con il mio "sentire".

La vita è suono, l'Universo è suono e il silenzio è il più assordante dei suoni.

Concludo con l'inizio del mio percorso; una poesia che scrissi a vent'anni, all'inizio di questa ricerca:

Spirale

*Nella danza esprimo il mio corpo
con l'arte la mia essenza e quel guizzo di follia
Le tre dimensioni dell'essere si toccano in me attraversando il cuore
mano che trema
occhi di luce vibrante,
respiro di salsedine nei polmoni
Tutto finisce laddove tutto comincia ma sempre un po' più in là
in un movimento spirale di crescita
che culla il giardino dell'anima dei sensi
in un caos ordinato di suoni per ora incomprensibili
ma che un domani troveranno il loro nome*

BIBLIOGRAFIA

- “Manuale di agopuntura”, P. Deadman, M. Al-Khafaji, K. Baker, 2000, Casa Editrice Ambrosiana
- “Massaggio Cinese – una pratica antica per la salute di oggi”, G. Bottaro, Fu Bao Tian, 1996, MEB
- “I fondamenti della Medicina Tradizionale Cinese”, G. Maciocia, 1996, Casa Editrice Ambrosiana
- “I tre poteri segreti del Taiji Quan: corpo-mente-energia”, F. Daniele, 2001, Luni
- Boschi G., “Medicina Cinese La Radice e i fiori, CEA- Casa Editrice Ambrosiana
- Bottalo F.- Brotsu R.,” Fondamenti di Medicina Tradizionale Cinese, Xenia Edizioni
- Athias G., “Il corpo punto per punto”, Venexia Edizioni
- Hempfen C.H. “ Atlante di agopuntura”, Hoepli
- Martini F.H.- Nath J.L , “Fondamenti di anatomia e fisiologia, Edises Edizioni
- 101 Storie Zen. Ed. Adelphi. Milano 1993
- Emoto M. “L’insegnamento dell’acqua” Ed. Mediterranee Roma 2005
- Emoto M. “L’insegnamento dell’acqua” Ed. Mediterranee Roma 2005
- Maman F. “Quando la musica guarisce” ED. Amrita. Torino 2001
- Goldman J., “Il potere di guarigione dei suoni” Ed. Il punto d’incontro. Vicenza. 2007
- Amaducci A. “Il video: l’immagine elettronica creativa”Lindau, Torino,1997
- Amaducci A. “Anno Zero: Il cinema nell’era digitale”,Lindau,Torino, 2007
- Amaducci A. “Il video digitale creativo”, Nistri-Lischi, Pisa 2003
- Lischi.S “Il respiro del tempo: cinema e video di Robert Cahen, Edizioni ETS 1998
- Pigaianni L. “Bagno armonico” Massaggio sonoro con le campane tibetane”,2013
- Valdera, Gatta, Medicina Fisica e Riabilitazione: Basi, valutazione funzionale e diagnostica, Utet
- Boccardi, Ruggeri, Guizzardi “I muscoli-Arto inferiore Vol 1-2” Masson
- Dispense del corso Suonoterapia, Accademia di Medicina Vibrazionale 2016/2017 Sesto S.Giovanni (MI)