

### 3. Ontomusica: Essere, Dire, Fare

Ora il mio impegno di musicista è tutto rivolto in questa direzione: suonare come ricerca ontologica. *Suono ergo sum*. Ogni esercizio musicale ha una potenziale proiezione nel campo esistenziale, grazie alla quale diventa scavo psicologico e iter introspettivo.

Secondo la mia personale ermeneutica, *ordinare la mente* significa prendere coscienza del circolo *ESSERE-DIRE-FARE*.

La peculiarità della musica di intervenire in modo così efficace sulle disarmonie della mente dipende, dalla sua sostanziale relazione con il parametro *tempo*. Lavorare sulla percezione del tempo consente di sincronizzare le operatività del *DIRE* e del *FARE*.

La funzione del *FARE*, legata all'azione pratica, mostra solitamente un risultato tangibile di operazioni concrete. Il *FARE* si perfeziona nel *tempo*, che si *solidifica* nell'oggetto prodotto.

La funzione del *DIRE* riguarda invece la mente; siamo nell'ambito dell'astrazione, nel complesso sistema psichico che definisce l'immagine individuale del mondo. Qui possiamo intervenire sulla percezione del tempo, che pertanto diventa *oggetto flessibile*.

*FARE* e *DIRE* operano sinergicamente e reagiscono ad ogni stimolo, ad ogni esperienza conscia o inconscia. *FARE* e *DIRE* sono gli strumenti che l'uomo può usare coscientemente per elaborare la percezione dell'*ESSERE*, funzione estremamente rarefatta e ineffabile, raggiungibile direttamente solo tramite esperienze mistiche. Lo scopo ultimo dell'uomo è di amplificare e consolidare tale percezione allineandosi quanto più possibile alla purezza dell'*ESSERE*.

Affinchè l'interazione *FARE-DIRE* non venga minata, è necessario innalzare il livello di consapevolezza del presente. La *tossina* che impedisce il flusso *FARE-DIRE* è l'inclinazione ad automatizzare, ad eseguire meccanicamente. L'automatismo è una tecnica che la mente usa per risparmiare energia e metterla a disposizione del cervello per le sue innumerevoli operazioni; i meccanismi automatici, quando si sostituiscono al pensare ragionato, abbassano o azzerano il livello di attenzione. Nella vita quotidiana, sono la causa di abitudini, assuefazioni e routine, atteggiamenti che impoveriscono e tolgono colore alle nostre giornate. Compiere meccanicamente un'azione consente di velocizzarla e, se il *DIRE* è connesso al gesto (**Meditazione** pag. 56), si ha un parallelo aumento di efficienza mentale. In pratica l'azione rapida e cosciente impone al cervello di sincronizzare le velocità del *FARE* e del *DIRE* trasformando la parola in un *suono mentale* che controlla e scandisce coscientemente l'azione.

Come nell'esercizio della musica, il *DIRE* mentale (pensare cosciente) deve rapportarsi al *FARE* per oggettivarsi nella realtà dell'azione, per mantenere un salutare stato di attenzione e concentrazione nel quotidiano, dovremmo *DIRE*, ossia *dichiarare* ad alta voce, l'azione che stiamo compiendo nel presente... Fino a quando l'automatismo consentirà di sostituire la voce con il pensiero.

Ecco cosa accade ad esempio nello studio di un brano musicale: si esegue un passaggio lentamente ripetendo le note ad alta voce. Quando la mano impara il meccanismo, le dita cominciano a correre rapidamente sulla tastiera evocando i nomi delle note. La velocità può dunque aumentare trascinando di conseguenza la pronuncia verbale fino a quando sarà troppo elevata da dover essere *mentalizzata* (conio questo termine perchè si addice al processo di trasferimento dalla sfera pratica a quella mentale). In questo modo la funzione *DIRE* mantiene il suo rapporto con il tempo, restando connessa e sincronizzata alla realtà del *FARE*.

*DIRE*, parlare, predicare, ciarlare, blaterare possono diventare sinonimi se, chi li utilizza in *uscita* o in *entrata* non ha coscienza dei danni che la disgregazione del circolo *ESSERE-DIRE-FARE* può causare. Il potere della parola è un'arma a doppio taglio: può illuminarci come può indurci al *malessere*, confondendo la percezione di ciò che è vero da ciò che è falso, sia nei confronti di terzi sia in relazione alle nostre intime e personali risposte. Senza saperlo ci abituiamo a mentire a noi stessi; non ponderando parole e discorsi, cadiamo in equivoci e trappole mentali che ci disorientano distortendo la percezione della realtà. Adeguando la velocità del pensiero cosciente alla velocità dell'azione sincronizzo le due funzioni e mi avvicino di un passo alla percezione dell'*ESSERE*.

Il *DIRE* influenza il *FARE*, e l'incosciente leggerezza con la quale si usano le parole dimostra che questo prezioso nesso è fortemente sottovalutato. Riguardo allo studio del brano musicale, *DIRE* ad alta voce le note significa fortificare la consapevolezza del passaggio e conquistare una chiara intenzione espressiva. Nel quotidiano: se sono distratto, incosciente, in balia di un torpore emotivo che sfuma ogni entusiasmo, se manifesto a me stesso o ad altri indifferenza, malcontento o frustrazione, amplifico il mio malessere contagiando negativamente chi mi è vicino. Associando il *DIRE* e il *BENE* (*Benedire*) posso cambiare il mio stato e persino coinvolgere gli altri nella mia nuova visione positiva del mondo.

*La musica è la medicina dell'anima, il doppio sonoro della vita ben temperata.*

Con questa frase, Marsilio Ficino, filosofo e astrologo, della seconda metà del '400, ci avverte del valore ontologico riconosciuto alla musica nel rinascimento: il suo scopo primario non era ancora lo stimolo emotivo del pubblico, ma la condivisione di un'esperienza profonda tra spettatore e musicista. La musica è una medicina, la proiezione *sonora* dell'*ESSERE*. **{(3) pag. 85}**

Alla luce di queste intuizioni e scoperte, i campi della mia ricerca si moltiplicarono comprendendo la storia, la filosofia, le neuroscienze, i risvolti terapeutici della musica, e persino i risultati delle ultime ricerche in campo fisico e quantistico, mentre il metodo si apriva a tutti e diventava un percorso per chiunque fosse interessato a fruire della musica in modo diverso, cambiando o affiancando il suo approccio con l'arte dei suoni, non più come spettatore in platea ma come parte di un processo sinergico nuovo ed estremamente potente.