

Il potere nascosto della voce

AGOSTINO GIACOMAZZO

L'universo intero risuona. Tu hai solo da aprire la porta delle tue orecchie. Perché soltanto aprendo il tuo orecchio interiore potrai smettere di sentire i suoni esterni. Se lo farai, sentirai la perpetua vibrazione senza fine. Essa è infinita e non ha né inizio né fine; per questo è chiamata *Anhad* (Verbo o Suono senza limiti). Senza questo 'Verbo', che è l'espressione infinita dell'infinito, il mondo non sarebbe potuto esistere. Oh uomo saggio, entra in comunione col Suono Melodioso e perditi dentro di esso" Shah Niaz (filosofo, poeta, musicista sufi, 1742-1834).

Ho dedicato gran parte della mia attività nell'ambito dell'etnomusicologia alla ricerca di una particolare vibrazione, che a me piace definire suono alchemico – denominatore comune di tutte le cose, visibili e invisibili. Ho sempre avuto la certezza che la musica è un veicolo capace di ricongiungere l'uomo con il Verbo, inteso come vibrazione sonora continua della creazione.

L'esperimento

Durante l'attività di armonizzatore di un gruppo etnico, in occasione di alcuni raduni internazionali, ho potuto confrontare etnie musicali appartenenti a culture e tradizioni diverse. In tali occasioni, ove possibile, ho invitato i vari gruppi linguistici a cantare insieme estemporaneamente aree musicali conosciute, sostituendo il testo originale con l'utilizzo di comuni sillabe o vocali. Ciò mi permetteva non soltanto

di superare le differenze linguistiche ma di portare a termine, senza interruzioni, l'aria corale oggetto del canto.

Di volta in volta mi accorgevo che queste diversità etniche e culturali non ostacolavano la comunicazione energetica. La musica, in questo caso il canto corale, diventava uno straordinario strumento che trasferiva a tutti i partecipanti non solo una carica psichica emozionale individuale ma soprattutto uno stato in cui le sovrastrutture mentali svanivano, lasciando spazio a una dimensione più sottile, un *piano coscienziale unitario*. Tutto questo mi confermava l'esistenza di quel *suono* che è la forza di cristallizzazione dell'universo.

Che cosa succedeva durante l'esperimento? Quali suoni si mettevano in movimento? Quali frequenze penetravano la "corazza caratteriale" dell'ego?

Curt Sachs (1881-1959), fra i più importanti storici della musica, ci dice che "... l'evento psicologico musicale interviene, nella sua espressione sociale, attraverso una fase *magica e sovranaturale*, fra ritmo e suono". Era questa la magia che operava durante gli esperimenti.

Il suono alchemico vive nella parte più sottile del nostro io anche se il nostro orecchio non è abituato all'ascolto interiore.

Ristabilire la nostra capacità di ascolto e di percezione vibrazionale ci restituisce l'esperienza diretta dell'*AUM* (fonte sonora primordiale) e la percezione dell'unione con il tutto (Paradigma Olistico).

La voce umana

È opinione comune che la voce umana sia soltanto il veicolo della comunicazione verbale e pochi si soffermano a considerare che essa è un mezzo per l'espressione *artistico-spirituale* capace di fondere il *pathos* soggettivo con quello universale.

La voce non è soltanto un semplice fenomeno acustico, ma è sempre stata lo strumento più potente a disposizione dell'uomo sia per il semplice scambio verbale sia per la trasmissione della *sfera emozionale e spirituale*.

Dopo avere tentato per anni e con successi modesti di abbinare suoni e vocalità nella speranza di trovare quel suono articolato che esprimesse la mia frequenza musicale, ho pensato che forse la scoperta del proprio AUM non poteva avvenire tra le note musicali normalmente udibili ma all'interno di frequenze più sottili, gli armonici.

Partendo dal fatto che l'universo è il risultato cristallizzato di una quantità infinita di suoni sempre in movimento, viene facile dedurre che anche l'uomo, in quanto parte integrante dello stesso e fatto della medesima sostanza quantistica (*Akasha*), è il risultato di una miriade di suoni (toni) generatori di una serie di armonici (ipertoni) che, a loro volta, generano altri armonici, come una catena sonora di causa ed effetto (una sorta di *karma* del suono).

Normalmente, quando il nostro orecchio è raggiunto da un suono, abbiamo la sensazione di udire la vibrazione di una sola nota; in realtà essa contiene in sé una serie di frequenze che vanno dal sottile al non udibile. Ogni volta che emettiamo un suono con la nostra voce cantiamo una nota udibile, detta fondamentale, assieme a una serie di frequenze, man mano non udibili, dette armonici.

Il canto armonico

L'incontro con il canto armonico è stato una vera rivelazione; anche se da un lato mi confer-

mava tutto ciò che gli studi mi avevano suggerito, dall'altro mi apriva un mondo nascosto, pieno di trame musicali che hanno iniziato il mio orecchio ai suoni sottili più intimi. Da quel momento la ricerca del suono articolato fu supportata da un veicolo reale e non più astratto.

Il canto armonico consiste nello sdoppiare un suono nelle sue componenti più nascoste e nella capacità di utilizzo di queste. Esso è il massimo risultato della pratica *Nada Yoga*, cioè la ricerca del suono non manifesto, che gli indù chiamano *Anahata*. Si attua con l'emissione contemporanea di due o più suoni (fondamentale e armonici superiori) i quali, secondo alcune leggi universali e matematiche, formano una scala di sedici note che trova riscontro musicale nel *Sistema Melakarta* dell'India del sud (scala simile al *Modo Lidio* del periodo greco classico).



Scala musicale n. 64 del sistema Melakarta (Vachaspati) dell'India del Sud.

Il canto armonico è una tecnica antica dove il suono è utilizzato nelle sue frequenze più alte. Lo ritroviamo, con nomi diversi, in molte tradizioni etniche sciamaniche e, in particolare, in aree orientali come India, Tibet, Mongolia e Siberia. Questi popoli ne hanno fatto un vero e proprio vettore non soltanto per l'equilibrio psichico, energetico e fisico, ma anche per aumentare la capacità di ascolto interiore durante la meditazione in vista dell'elevazione spirituale e come collegamento con il divino.

Lo strapotere dei grandi sacerdoti, degli oracoli e degli ierofanti consisteva nella capacità di utilizzare la voce nel modo appropriato; questa conoscenza permetteva loro di accrescere la personale egemonia sui regnanti e sul popolo, imponendosi come tramite fra l'umano e il divino.

Mantram, giaculatorie e litanie hanno sicuramente un importante valore mistico, ma la loro azione non sempre riesce a esprimere la giusta potenza che serve a realizzare lo scopo per cui sono enunciati. L'articolazione fonatoria di un *mantra* qualsiasi agisce sempre come elemento liberatorio, ma la sua azione nasce e si esaurisce all'interno del mentale superiore, piano questo dove si sublimizzano i centri energetici inferiori (fisico, eterico, astrale) per intraprendere il cammino verso i centri spirituali superiori (causale, cristico o buddhico, atmico).

La voce come pratica curativa non è una concezione nuova: il *mantra* [vocabolo che in sanscrito significa "pensiero che guarisce"] è sempre servito a questo scopo. Esso può agire anche con la sola ripetizione mentale, ma raggiunge la massima efficacia quando all'intenzione è abbinato un suono. Tutti i *mantra* hanno un significato ben preciso, ma non è quest'ultimo a essere fondamentale; è la qualità della vibrazione emanata che stabilisce il contatto interiore che va oltre la lingua e la religione.

La qualità di un suono dipende dal numero degli armonici che esso rilascia durante l'emissione vocale. Un *mantra* cantato in maniera corretta aumenta la qualità vibrazionale degli armonici interiori.

Da diverso tempo ormai la scienza ufficiale studia il valore del canto corale e dell'utilizzo della voce, riconoscendo in essa la capacità non soltanto di agire verso l'esterno ma anche di intervenire all'interno del nostro corpo per ristabilire gli equilibri psico-somatici alterati.

La rivista scientifica americana *Journal of Behavioral Medicine* [Società Internazionale di Medicina Comportamentale] pubblicava già nel dicembre del 2004 un articolo dal titolo: "Effetti del canto corale o di ascolto sull'immunoglobulina A secretiva, sul cortisolo e sullo stato emotivo".

Termini come *trance*, vibrazione, risonanza, estasi, li ritroviamo come oggetto di studio nell'ambito della psicologia moderna. Alcune

tecniche sciamaniche sono diventate di comune utilizzo nelle terapie psicosomatiche. Ormai la scienza utilizza il suono come terapia nell'induzione degli stati modificati.

Ogni minima parte del nostro corpo vibra ed è l'insieme di queste vibrazioni che cristallizza l'individualità del nostro DNA, diventando una sorta di partitura personale che bisogna imparare a leggere e poi interpretare.

Studi scientifici hanno dimostrato che una vocalità ripetuta, abbinata a una corretta respirazione, dà una carica energetica che supera l'io, lasciando spazio all'esplorazione dell'inconscio.

Gli effetti della respirazione come carica energetica sono ormai ben conosciuti. Wilhelm Reich (1897-1959), medico e psichiatra austriaco (allievo di Freud), padre dell'*energia organica*, ci dice che l'equilibrio dell'intero corpo umano è direttamente legato a un processo di *carica - scarica - rilassamento*.

Questa concezione moderna dell'equilibrio psico-fisico rispecchia esattamente l'antichissima teoria vedica sul cammino della *Kundalini*.

Il processo di carica segue una linea ascendente che, attraverso l'inspirazione, va dal coccige al cranio.

Al contrario il processo di scarica avviene con l'eliminazione dell'energia in eccesso attraverso l'emissione del respiro, che segue una linea discendente dal cranio al coccige.

Il rilassamento è il periodo di stasi fra l'alternarsi dei due movimenti respiratori, che serve a indirizzare l'energia verso i centri energetici, i *Chakra*.

Chakra e armonizzazione

I *Chakra* sono vortici di energia che seguono un movimento rotatorio. Essi non hanno una locazione fisica ben precisa, ma sono *gangli psichici* preposti ad alcune funzioni ghiandolari. Il sistema di riferimento è formato da sette *Chakra*, ai quali vengono abbinare sette note. La scala musicale da cui prende origine tale

abbinamento è la n. 64 del sistema *Melakarta*, costruita sulla propagazione naturale degli armonici procedenti da un'unica nota (fondamentale).

A tutti quelli che non sono musicisti è bene dare qualche dettaglio sulla terminologia dello schema qui riportato.

L'intervallo è la distanza che intercorre fra due note. Ad esempio, fra i primi due DO vi è la distanza di una 8^a (ottava), fra il DO e il SOL vi è una 5^a (quinta giusta), fra il DO e il MI vi è una 3^a (terza maggiore) e così via.

Gli armonici sono suoni sottili che vanno dall'udibile al non udibile, originati da una nota detta tonica.

La frequenza equivale al numero di vibrazioni emesse da una singola nota.

Nella propagazione degli *armonici* notiamo

che più le frequenze si avvicinano fra loro più la distanza fra gli intervalli diminuisce fino ad arrivare al semitono.

Per ciò che riguarda l'assegnazione delle frequenze a ogni singolo *Chakra*, e anche per una migliore comprensione del sistema, è bene fare riferimento alla localizzazione *fisico-teorica* degli stessi *Chakra* adottando la nomenclatura *teosofica e sanscrita*, come nel seguente prospetto (pagina a fianco).

Nel sistema orientale per far risuonare i *Chakra* si utilizzano suoni vocalici con la sequenza U, O (chiusa), O (aperta), A, E, I, M. A ogni vocale corrisponde un *Chakra*, cui viene assegnata una frequenza con l'utilizzo degli armonici. Durante il canto gli armonici cominciano a risuonare mettendo in movimento il sistema ghiandolare, il quale si modifica eliminando le

Schema di propagazione dei primi 16 armonici:

	NOTA	INTERVALLO	ARMONICO	FREQUENZA
1	Do	Unisono	1°	256 Hz
2	Do	Ottava	2°	512 Hz
3	Sol	5 [^] Giusta	3°	768 Hz
4	Do	Ottava	4°	1.024 Hz
5	Mi	3 [^] maggiore	5°	1.280 Hz
6	Sol	5 [^] giusta	6°	1.536 Hz
8	Sib	7 [^] minore	7°	1792 Hz
8	Do	Ottava	8°	2.048 Hz
9	Re	2 [^] maggiore	9°	2.304 Hz
10	Mi	3 [^] maggiore	10°	2.560 Hz
11	Fa#	4 [^] eccedente	11°	2.816 Hz
12	Sol	5 [^] giusta	12°	3.072 Hz
13	La	6 [^] maggiore	13°	3.328 Hz
14	Sib	7 [^] minore	14°	3.584 Hz
15	Si	7 [^] maggiore	15°	3.840 Hz
16	Do	Ottava	16°	4.096 Hz

Prospetto di corrispondenza fra *Chakra* e sistema ghiandolare.

Sanscrito	Significato	Piano teosofico	Localizzazione fisica	Plesso	Ghiandola
<i>Muladhara</i>	Sostegno della radice	Fisico	Coccige	Pelvico	Testicoli e ovaie
<i>Swadhisthana</i>	Proprio posto	Eterico	Vertebre sacrali (sotto ombelico)	Ipogastrico	Surrenali
<i>Manipura</i>	Città gioiello	Astrale	Vertebre lombari (sopra ombelico)	Solare	Pancreas e fegato
<i>Anahata</i>	Suono non vibrato	Mentale	Vertebre toraciche (zona cardiaca)	Cardiaco	Timo
<i>Vishuddha</i>	Purezza	Causale	Vertebre cervicali (area gola)	Faringeo	Tiroide e paratiroidi
<i>Ajina</i>	Comando	Cristico Buddhico	Naso (fra gli occhi)	Naso-Ciliare	Pituitaria
<i>Sahasrara</i>	Loto dai mille petali	Atmico	Fontanella bregmatica (corticale)	Cervello	Pineale

anomalie che impediscono l'allineamento dei *Chakra*. Si assegna la nota SOL al plesso solare. Si ricavano le ultime due note della scala che sono il MI e il FA#, si riportano all'ottava bassa, rispetto alla frequenza di SOL, e si assegnano rispettivamente al plesso pelvico e ipogastrico. Le note LA, Sib, SI e DO si assegnano al cardiaco, faringeo, naso-ciliare, cervello.

Nella pratica della magia cerimoniale kabalistica, ad esempio, si utilizzano particolari suoni vocalici tratti dal codice maestro della parola I E O U A che, cantati con le giuste frequenze, possono avviare a sperimentazioni mistiche. A ogni vocale viene assegnato uno degli elementi del quaternario e una direzione. A questi si aggiunge l'elemento *etere*, rivolto verso tutte le direzioni, che rappresenta il piano di sublimazione dello stesso quaternario:

“A” – elemento Terra direzionato verso il Nord.

“E” – elemento Aria direzionato verso Est.

“I” – elemento Fuoco direzionato verso Sud.

“O” – elemento Acqua direzionato verso Ovest.

“U” – elemento Etere verso tutte le direzioni.

L'utilizzo degli armonici si riscontra anche nel tantrismo e nella costruzione dei mandala sonori (disegni che si ottengono mettendo in atto delle frequenze che modellano polveri di diverso colore, disposte secondo figure geometriche). Anche gli ierofanti dell'antico Egitto sperimentavano il Sacro inneggiando agli dei con sette suoni diversi, allo scopo di allinearsi con le voci divine.

La cimatica (dal greco *kymatika*, studio riguardante le onde sonore), la quale vuole dimostrare l'effetto morfogenetico delle onde sonore, ci insegna che le diverse forme geometriche sono il risultato di frequenze diverse. Il suono è radicato in tutte le forme fisiche esistenti; causa ed effetto del mondo manifestato, può diventare veicolo per la dissoluzione della materia da esso stesso creata. Le onde sonore dunque hanno la capacità di liberare l'uomo dalla stretta della materia che lo imprigiona.

La tecnica

Anche se l'apprendimento e l'utilizzo della tecnica del canto armonico sono relativamente semplici, per evitare l'insorgenza di afonie o addirittura di spiacevoli patologie alle corde vocali, è indispensabile affidarsi a un maestro. In Italia vi sono parecchi siti facilmente rintracciabili su quasi tutto il territorio nazionale.

La tecnica consiste nell'utilizzo delle vocali U O A E I con una particolare postura delle labbra, della bocca, della lingua, del cavo orale e delle corde vocali.

1) Impostate l'apparato orale come se doveste pronunciare le vocali U, O (chiusa), O (aperta), A, E (chiusa), E (aperta), I, senza emissione dei rispettivi suoni.

2) Osservate la posizione di tutto il cavo orale vocale per vocale e memorizzatelo. Noterete che a ogni cambio di vocale cambia anche l'impostazione del cavo orale.

3) Emettete una nota qualsiasi, prevalentemente di bassa frequenza (dai 300 ai 400 Hz); questa sarà la tonica della scala degli armonici che si produrranno.

4) Durante la vibrazione della tonica si cominciano a impostare le vocali una per volta all'interno del cavo orale, senza pronunciarle.

5) Ciò produrrà una serie di armonici diversi secondo le diverse vocali impostate.

A ogni vocale corrisponde un armonico ben preciso, ad esempio: alla vocale U corrisponde il 4° armonico, alla O (chiusa) il 5°, a quella aperta il 6°, alla A l'8°, alla E (chiusa) il 9°, a quella aperta il 10° armonico e alla I il 12°.

La cosa veramente straordinaria è il riconoscimento, pressoché immediato e naturale, fra il suono emesso e il *Chakra* sollecitato.

Considerazioni finali

La voce dunque è il veicolo che consente di raggiungere livelli di consapevolezza normalmente sconosciuti. Questo sprona la volontà a riconoscere la vera identità della nostra voce

che, con l'utilizzo del canto armonico, può ricondurre alla vibrazione energetica del *verbo*.

Inizia così un percorso efficace verso la consapevolezza dell'unicità, un vero e proprio *percorso iniziatico*.

Abbiamo visto come tutto il nostro essere sia plasmato dalla vibrazione unica che, per una serie di concause, dà origine a una partitura individuale, una sorta di *melodia del DNA*.

Tutti noi abbiamo una frequenza personale che deve essere utilizzata per il raggiungimento di un'armonizzazione totale.

Se le frequenze armoniche interiori non sono corrette, si andrà incontro, inevitabilmente, a una serie di stonature nella risonanza della *partitura personale*.

Il canto armonico può condurre verso stati di meditazione e di ascolto profondo ma, oltre alla sperimentazione individuale, è importante realizzare una fusione dei singoli campi energetici personali per sperimentare una catena fatta di energia vibrazionale che possa far sentire la vera sensazione di unità e di appartenenza.

La voce umana dunque è il centro dell'equilibrio vibrazionale che, oltre al raggiungimento di uno stato di salute ottimale, ci può avviare verso una consapevolezza spirituale; un *diapason* naturale che ci consente di esplorare il nostro *tempio sonoro*.

Relazione tenuta in occasione della riunione del Gruppo Teosofico "Iside" di Trapani, del 22 novembre 2019.

Agostino Giacomazzo è esperto di musica e ricercatore nell'ambito della Teosofia.