

LA BIOMUSICA E LE MUSICOTERAPIE

(Mario Corradini)

La Musicoterapia generalmente è presentata in modi diversi secondo l'intenzione di chi la propone. Noi preferiamo parlare di Musicoterapie, con un'E pluralista che permetta di inglobare tutte le metodologie che usano il suono con fini curativi.

Osserviamo che esistono tre tipi di Musicoterapie, in base al rapporto che la persona stabilisce col fenomeno sonoro:

Musicoterapie attive

I loro obiettivi principali sono l'integrazione e la comunicazione. Questi sono perseguiti attraverso la mediazione del suono o la produzione sonora per far sì che la persona si esprima e si senta accettata dagli altri. Utilizzano il canto, l'espressione corporea e gli strumenti musicali. Ognuna di queste tecniche si usa separatamente o affiancata alle altre. In ogni modo il fattore fondamentale è che la persona intervenga direttamente nella produzione della musica.

Musicoterapie ricettive

Si basano sull'ascolto di opere musicali. La persona non interviene nella produzione sonora, ma ascolta soltanto. Si cerca soprattutto di provocare stati di rilassamento e distensione.

Musicoterapie integrative

Si creano dalla combinazione dei due tipi precedenti ai quali si somma diverse altre tecniche. Fra le tecniche complementari si trovano: la fantasia guidata, il training autogeno, il movimento creativo, diversi tipi di rilassamento e tutto un ventaglio di combinazioni possibili. La Biomusica si trova fra questo tipo di discipline.





Inoltre, la Biomusica è chiamata Musicoterapia Evolutiva perché:

- *considera ogni persona come un essere dinamico, in evoluzione permanente e in costante trasformazione, indipendentemente dall'eventuale patologia o apparente normalità.*

- *pensa che l'essere umano abbia la possibilità di andare oltre il suo sviluppo organico e crescere in coscienza.* Questo, ovviamente, è un obiettivo che ci porta a vedere la malattia e/o la sofferenza mentale come una tappa che la persona attraversa e dalla quale può imparare ciò che deve. Gli esercizi ed esperienze che realizziamo in Biomusica vogliono contribuire alla crescita verso la consapevolezza.

