

La musicoterapia umanistica: il corpo che vibra, il suono che cura

Intervista a Paola Balestracci Beltrami¹

di Lavinia Contini

Premessa

Ho incontrato Paola per la prima volta alla scuola materna di mia figlia dove svolgeva un laboratorio musicale con i bambini. Ho avuto poi l'opportunità di intervistarla nel suo studio di Santa Maria a Crema dove, sedute accanto al pianoforte a coda e circondate da strumenti di tutti i tipi, ci siamo addentrate nel mondo della musicoterapia e dell'arpa terapia. È stata per me una significativa occasione di apprendimento, riflessione e approfondimento sugli aspetti musicali rituali incontrati nelle mie ricerche di campo. Nell'intervista che qui ho ricostruito Paola inizia sottolineando la centralità del suono e della musica per gli esseri umani sia a livello filogenetico, ovvero della storia della specie umana, sia a livello ontogenetico, ovvero dello sviluppo del singolo individuo a partire dal concepimento. Arriva poi a descrivere le due correnti di musicoterapia che esistono oggi nella nostra realtà contemporanea soffermandosi estesamente sui principi e sui modelli che fondano il filone della Musicoterapia Umanistica cui lei appartiene. Spiega inoltre le teorie e le tecniche che strutturano questa disciplina con rimandi continui alla sua esperienza pratica e concreta di musicoterapeuta. Corpo, movimento, emozioni e linguaggio sono gli elementi chiave che dialogano tra di loro e s'intrecciano costantemente con il suono e la musica caricandosi di significati che permettono ricostruire un'immagine multidimensionale e transdisciplinare dei processi relazionali, comunicativi, terapeutici ed artistici.

Come nasce la musicoterapia?

«La musicoterapia nasce con l'uomo e la donna, sia in quanto umanità sia in quanto individui, e poi si sviluppa nello sciamanesimo con i riti sciamanici. Possiamo dire che la musicoterapia nasce dal suono, dalla musica, che accompagna da sempre l'uomo e la donna in ogni stadio della vita fin dalla gestazione. Infatti ognuno di noi si è formato a suon di musica nel grembo materno. Oggi abbiamo conoscenze specifiche rispetto alla percezione che ha il bambino di tutti i suoni, di tutti i movimenti della mamma, della voce materna, di come lo plasma, di come lo forma durante i nove mesi di gravidanza. Ed anche se questo

1 Paola Balestracci Beltrami è arpista e musicoterapeuta con esperienza trentennale, certificata UNI 11592, socio fondatore della FIM (Federazione Italiana Musicoterapeuti), formatrice in Musicoterapia Umanistica, arpaterapeuta Certified Therapeutic Harp Practitioner e docente dell'International Harp Therapy Program (IHTP).