

*Breve storia della Musicoterapia sufi*

di Gabriele Mandel

Partiamo da quattro premesse basilari.

**Prima premessa**) Dice un testo sacro cristiano: «In principio era il Verbo.» Dunque: la creazione dell'Universo partì da un suono: il *Yhy* ebraico, il *Fiat* cattolico, il *Kun* islamico. Per ciò che qui ci riguarda tutto parte dal suono e dalle sue valenze. Il suono non si propaga nel vuoto; si propaga non solo nell'aria ma anche attraverso tutti i mezzi materiali (solidi, gassosi o liquidi), con dipendenza dalla temperatura del mezzo. Si propaga attraverso un mezzo fluido con un'onda longitudinale di compressioni e rarefazioni alternate. La propagazione del suono in un mezzo dà luogo a fenomeni di riflessione, rifrazione, attenuazione, diffrazione. Quando il livello di pressione sonora supera i 100/110 dB, nella materia attraversata iniziano alterazioni misurabili determinate dalle grandezze sia oggettive (o energetiche), sia soggettive. Qui parliamo comunque dei suoni puri, o armonici, e non dei rumori; e in particolare dei suoni musicali che, con determinate varietà di altezza, intensità e timbro sono atti ad alterare o ad influire sull'assetto dell'organismo umano.

D'altra parte consideriamo: le orecchie sono sempre aperte. Dei nostri cinque sensi quindi l'udito è uno dei più necessari.

Nella Bibbia (Samuele, 1°16) «Davide prendeva l'arpa e suonava; ed allora Saul si calmava e i cattivi spiriti si allontanavano da lui.» Già Platone e Ippocrate avevano parlato delle alterazioni e dei movimenti provocati dalle vibrazioni sonore. Platone disse: «La musica riesce a mettere in relazione due anime, facendole vibrare in maniera identica. E' un ponte che getta l'uomo di là da un abisso per raggiungere un altro uomo.» (Leggi 2°653d e 654a). Uno scienziato svizzero, Hans Jenny, sottopose polveri e paste all'influsso delle vibrazioni sonore: l'intensità e la frequenza delle vibrazioni modificò lo stato delle materie; egli descrisse ciò in un testo ponderoso: *Cynatics. The structure and dynamics of waves and vibrations* (Basilius Press, Basel).

**Seconda premessa.** I Sufi (i Sufi sono i mistici dell'Īslām, paragonabili ai frati e alle suore della religione cristiana) partono da due concetti base: di che cosa è costituito il mondo fenomenico e come sono costituiti gli esseri umani. Qualità precipua di Dio ed esclusivamente Sua è quella di essere Creatore; con termini intendibili dalla limitata comprensione umana possiamo dire che Egli crea con l'azione e con il pensiero. Con l'azione crea l'energia, che non è

materia, e con il pensiero crea le infinite leggi divine che conducono l'energia a formare e a diversificare le varie sostanze materiali costituenti l'infinito mondo fenomenico.

I Sufi dichiarano inoltre, sin da mille anni or sono, che l'essere umano è composto di quattro parti distinte e strettamente unite in una interdipendenza che è precipua della vita terrena. Due parti sono materiali, una è spirituale, la quarta è globale.

La parte spirituale è l'anima, goccia di quell'oceano infinito che è Dio, al quale tende ed al quale ambisce tornare. La prima parte materiale è il corpo (compreso il SNC e le sue valenze apoproteiche che ne determinano pulsioni e reazioni), e la seconda è la psiche, sorta di ponte fra anima e corpo, che permette al corpo di attingere a valori spirituali e all'anima di manifestarsi nella materia. Se questo ponte, come tutti i ponti, è stretto, ostacolato, crollante, caduto, il passaggio diventa difficile o addirittura impossibile. La quarta parte, globale, è l'ambiente, che incide considerevolmente nella formazione dell'individuo, come dice il Corano stesso (e 29<sup>a</sup>8).

Pertanto la musica è importante perché di natura molto simile all'energia che costituisce tutto l'universo fenomenico. Al modo di Wilhelm Reich e Alexander Lowen possiamo considerare la sussistenza di una energia psichica (che quindi è tangibile e modificabile dal flusso musicale), e possiamo quindi considerare energia il flusso del pensiero, che è il sistema circolatorio dell'organismo spirituale. Il pensiero è costituito da lettere e da parole, così come la musica è costituita da note e da modi.

**Terza premessa)** La musicoterapia è esistita praticamente da sempre. In Europa già Ippocrate conduceva i devianti psichici nel tempio e faceva ascoltare loro la musica. Presso le genti turche sciamanesimo e musicoterapia son legati da millenni. Lo sciamano era detto, a seconda delle tribù e delle mansioni, *oyun*, *kam*, *başı* o *bahshi*.

La danza e la musica erano molto diffuse fra gli sciamani dell'Asia centrale, e soprattutto strettamente connesse con le loro terapie. Ne sussistono raffigurazioni nei graffiti rupestri preistorici del Kobystan, in Azerbaijan, ma anche nel Kazakistan e lungo il Selenga, e via via sino alle miniature di Siyyin Kalam (conservate alla Biblioteca del Topkapı Saryı Muzesi). Nei primi secoli del primo millennio sia tra i Turchi Tabgaç dei regni della Cina del Nord - cui si deve la diffusione del Buddismo in Cina - sia tra i Turchi delle steppe dell'Asia centrale (in particolare i Gök Türk) era ben diffusa la musicoterapia. Lungo tutto il corso dei secoli un'abbondante letteratura turca, ma anche cinese, ne dà precise relazioni. Ne possego le documentazioni, ma non è il caso che mi dilunghi oltre in questa sede.

**Quarta premessa)** La musica islamica ha tre scuole specificamente musulmane: sono l'araba, la turca, l'iraniana; ha inoltre scuole di derivazione o di compenetrazione (quelle indiane),

e scuole assimilate (le cinesi). Tutte si basano sul *maqâm* (plurale *maqâmât*): modo musicale, base modale, posizione di base; a un dipresso come il *raga* della musica indiana, dalla cui stesura teorica, comunque, il *maqâm* storicamente deriva, pur avendo preso le mosse piuttosto dalla musica greca e bizantina.

Il *maqâm* ingloba il sistema, la struttura, la forma e lo spirito di ogni composizione musicale islamica.

La trascrizione del *maqâm* iniziò per tempo, derivando le modalità annotative dagli antichi trattati di teoria musicale indiani (il più antico dei quali è il *Nāṭyaśāstra* di Bharata, attorno al primo secolo), e si basa sulla scala digitata del liuto (*ʿūd*). Si trattò di una evoluzione che inglobò la scala teorica definente suoni e intervalli, lo studio dei generi tetracordi sulla tastiera del *ʿūd*, e l'elaborazione del sistema/gamma eptatonico all'ottava. Non dimentichiamo, *en passant*, che gli strumenti a corda, dal liuto al violino, presenti nel *ʿIrân-Īrâq* sasanidi, sono stati trasmessi all'Europa dal mondo islamico.

Il primo trattato musicale islamico noto è il *Kitâb alĀghânî* di alKindî (IX secolo), cui seguirono numerosi trattati fra X e XI secolo. Essi si basano sulla scala diatonica pitagorica, e già mostrano la stretta relazione fra musica e speculazioni filosofiche, kabbalistiche e mistiche. Si ebbe così una prima corrente di teorici filosofi, seguita poi, (a partire dal XIII secolo), dai teorici sistematisti, che basavano le loro riflessioni sui diciassette gradi dell'ottava. In seguito la scala teorica si differenziò. Il *segâh* ebbe, ad esempio, 17 comma per i Turchi, 15,7 comma o 7 quarti per gli Arabi, per un totale di otto strutture principali e sei derivate. Si giunse così a riconoscere poco più di 200 *maqâmât*, divisi in quattro classi: semplici; composti; complessi; imbricati.

La prima notazione completa (ossia la prima trascrizione musicale) ebbe origine, nel mondo islamico, con Quṭb alDîn Shîrâzî (1236-1311), che fu uno dei maggiori "sistematisti".

Successivamente furono soprattutto i maestri Mevlevi a svilupparne le modalità. Nella Mevleviyya di Konya abbiamo spartiti musicali con precise annotazioni che risalgono alla fine del XIII secolo.

\*\*Sentiamo quanto scrisse un Maestro sufi del XIV secolo, ʿAbd alRazzâq alQâshânî (?-1329): «Prendiamo una metafora. Il terreno che viene urtato dal suono è esso stesso movimento ondulatorio. L'onda è il metro, il ritmo nasce dalla combinazione dei toni su questa onda [...]. I toni si ripartiscono sulla misura, regolare o non regolare; possono riempirla succedendosi con rapidità, o al contrario lasciare vuoti vasti intervalli. A volte si affastellano, a volte si distanziano [...]. In ragione di questa libertà di ripartizione e di innescamento, i toni possono dare alla forma di base, costantemente sinuosa, un profilo nobile, sempre differente [...]. Questi giochi del tono

sull'onda sonora, questo modellarsi della sostanza dell'onda, la coincidenza e l'opposizione delle due componenti, la loro tensione reciproca e l'adattamento continuo degli uni negli altri, ecco ciò che noi chiamiamo vita.»

Veniamo ora, rapidamente, alla Medicina islamica. 1°) Essa risulta dalla sintesi delle medicine ippocratea e galenica (esercitate soprattutto ad Alessandria d'Egitto), iraniana e indiana (presenti nella città sasanide di Giundishapur, principale scuola del Tardo Antico). 2°) Vi si innestò *La medicina del Profeta (Tibb alNabi)*. 3°) Il centro si trasferì a Baghdad, con una serie di traduzioni dei codici antichi delle varie scuole, e dalle lingue greca, pehlevica e sanscrita. Si stabilì anche un basilare vocabolario tecnico.

Un secondo apporto considerevole fu costituito dalla istituzione dell'Ospedale (*Bimaristan*, o *maristan* – da *bimar*: malato – o anche *dar alMarda*) e, di conseguenza, del manicomio. Il primo Ospedale al mondo venne creato nel 707 a Damasco. Il califfo al Mansûr, morto nel 775, fondò al Cairo un ospedale attivo ancor oggi. Celebre in tutto il mondo islamico fu poi l'Ospedale del principe ayyubide Nûr alDîn, fondato a Damasco nel XII secolo.

Nell'821 il governatore Abbaside del Khurasan scriveva al figlio che in quella regione turco-iraniana esistevano numerosi ospedali. Dal 790 comunque la capitale medica fu Baghdad, con dieci ospedali, e due secoli dopo sessanta, ciascuno con farmacie, biblioteche anche pubbliche, reparti vari. Una grande Facoltà di Medicina, detta *Bayt alHikma* (Casa della Sapienza), fu quella fondata a Baghdâd nell'832 dal settimo califfo abbaside Hârûn alRashîd. Pubblicava un "Giornale dei casi", ed aveva sezioni speciali per gli alienati.

Il primo manicomio specifico venne fondato da Nûr alDîn Mahmud Zanjî ad Aleppo poco dopo il 1157. Rifatto nel 1260 dal mamelucco alNasir, era diviso in tre sezioni: inizio, cura, cronici. Altro importante manicomio fu quello turco di Divriği, creato nel 1228, per conto della principessa Turan Malk. Notevole anche quello di Edirne, un tempo capitale dell'Impero ottomano, fatto erigere da Beyazit II° nel 1498. Evlia Celebi, noto storiografo turco, scrisse che vi si praticava anche la musicoterapia. Oggi questo complesso racchiude il Museo storico della Medicina islamica, e vi si vedono in modo ben definito le sale che erano adibite alla musicoterapia.

Veniamo ora, in breve, alle **grandi figure della Medicina islamica**. La prima opera importante fu scritta da `Alî alTabarî nell'850: *Il Paradiso della sapienza (Firdaus alHikmah)*. Il discepolo di Tabarî, l'iraniano ÂbûBakr Muḥammad alRazî (854-925 o 935), di Rayy appunto, fu

massimo fra i clinici, abile nella prognosi e nell'analisi dei sintomi, eccellente anatomopatologo. Fondatore dell'ostetricia, primo descrittore del vaiolo e del morbillo, con lui nasce la clinica, modernamente intesa. Uno dei suoi testi, il *Kitâb alHâwî fi alTibb* (molto diffuso in Europa col titolo *Continens*, e stampato a Brescia nel 1486) è l'opera più voluminosa in lingua araba. Vi sono compresi 4 capitoli sulla psichiatria; ma anche uno studio sull'effetto placebo e sulla prassi psicosomatica. Nel *Sîra alFalsafîyya (Medicina spirituale)* ben venti capitoli riguardano l'ambito psichiatrico. Suo capolavoro fu il *Trattato sul vaiolo e sulla peste*.

Dopo di lui abbiamo l'iraniano °Alî bn âl°Abbâs âlMajûsî, 906-995, autore del *Kitâb alMalikî (Liber regius)*, di considerevole acutezza clinica.

Tutti questi eminenti medici vennero però eclissati da Avicenna e dal suo *Canone*, l'opera più letta, più influente, di grande penetrazione clinica. Avicenna (Îbn Sînâ, Âbû `Alî), turco uzbeko, nacque nel 980 ad Afshana, Bukhârâ. Morì nel 1037. Sua madre era una principessa della tribù turca delle Sette frecce. Egli scoprì i sistemi della tubercolosi e del diabete, formulò le basi per la corretta comprensione del funzionamento del corpo umano, e studiò a fondo la psicologia umana. Il suo *Qânûn (Canone)* si compone di 14 volumi suddivisi in cinque argomenti, e fu testo di studio anche nelle Università dell'Europa cristiana sino al XVIII secolo. Vi troviamo ampi capitoli su frenite, delirio, letargia, caroco, apatia, melanconia. Egli distingue correttamente la paura (ansia) dalla depressione; e dettò le istruzioni di base per l'epilettologia.

Vediamo ora anche altri campi della medicina islamica. La prima descrizione esatta del meccanismo della circolazione sanguigna fu scritta da Ibn âlNafîs (?-1288), che pubblicò una Enciclopedia medica (*alKitâb alShâmil fi alTibb*) in trecento opuscoli, e *L'epitome del Canone*. Per avere le medesime conoscenze, in Europa occorrerà giungere sino ad Harvey, nel 1628

Altro aspetto della medicina islamica fu quello dell'Oculistica, ed infatti vengono dall'arabo i nostri termini retina e cataratta. Il primo autore importante in questo campo fu âl`Ibadî, morto nell'873. Nel X secolo `Alî bn `Îsâ âlKahhâl, il più noto ed il più seguito degli oculisti, scrisse il *Taccuino degli oculisti (Tadhkirat alKahhâlîn)*. Ulteriori scoperte furono fatte in questo campo dall'irakeno `Ammâr âlMawsilî (XI secolo).

L'andaluso âlKâtîb scrisse un famoso trattato di ginecologia nel X-XI secolo. Âbû âlQâsim âlZahrâwî (Albucasis; tradotto in Europa da Gherardo da Cremona) fu il massimo chirurgo musulmano, ed è inutile dire che furono proprio elaborate nel mondo islamico tutte le forme degli strumenti chirurgici, sin dal X secolo complesse e pertinentemente strutturate. A Siviglia emerse la famiglia di valenti medici Îbn Zuhr, con l'operazione a cuore aperto; in `Irân dopo Avicenna si ebbero soprattutto Îsmâ`il âlJurjânî (morto nel 1136), grande enciclopedista

della scienza medica, e il turco Qutb âlDîn Shîrâzî (1236-1311) commentatore del *Canone*, che spaziarono dalla operazione della cataratta a quella dei calcoli biliari. Molti medici inoltre diedero grande impulso alla veterinaria.

Va considerato, in generale, che molti di questi eminenti medici furono anche chimici, filosofi, a volte astronomi, e tutti appartennero a Confraternite di Sufi.

Importante infine anche la Farmacologia. Secondo il professor Domenico DeMaio, già primario psichiatra al Fatebenefratelli, «la farmacologia è la branca meglio indagata della scienza islamica e certamente fa la parte del leone con i suoi oltre 600.000 manoscritti sparsi per le biblioteche del mondo. Essa infatti è eminente per queste tre ragioni: 1) mancanza di superstizione; 2) comparazione con vaste aree e accettazione di tutti i tipi di medicine estranee all'Îslâm; 3) studio etimologico dei prodotti (botanomia, teoria “della prova e della riprova”).»  
fine citazione

Questo ramo della medicina islamica è in effetti ricco di considerevoli descrizioni e prontuari. Il turco Muḥammad âlBîrûnî (973-1048/50), prolifico matematico, astronomo, fisico, naturalista, cronologo, linguista, grande maestro sufi, scrisse tra le sue 180 opere un *Kitâb âlSaydala fi âlTibb*: trattato di farmacopea con sinonimi in siriano, persiano, greco, afghano, curdo.

Il campo che mi riguarda è comunque quello della **psicoterapia**. Primo trattato di rilevante importanza fu quello di Najab alDin Unhammad di Samarcanda, dell'VIII° secolo. Seguì poi, nell'XI° secolo, il *Risalah fi âlTibb wa âlAhdât âlNaf saniya di Âbû Sa`yd bn Bukhtyshû`*, in cui si trattava di olistica, psicosomatismo e somatopsichismo.

La depressione fu comunque la più descritta. Ad esempio nel *Kitâb âlÂzmina* di Îbn Mâsawayh (793-857), nel *Kitâb âlHudûd* di Âbû âlÂsh`ath (886- 970), nel *Siwân âlHikma* di Îshâq bn Hunayn. del 902, e così via.

Non va poi dimenticato che la medicina islamica del medioevo già studiava le componenti psicosomatiche. Îshâq bn Imrân (883- 970), nel suo *Maqâla fi âlMâlîhûliyâ (trattato della Melanconia)* tradotto poi in latino da Costantino l'Africano, distingueva tristezza, ansia, angoscia secondo componenti psichiche ma anche secondo origini somatopsichiche. In questo ambito âlRazî (854-925 o 935), autore del *Kitab alHawi* tradotto in latino con il titolo *Continens*, affermò che per curare l'anoressia occorre anzitutto distinguere se l'origine è somatopsichica o psicosomatica: nel primo caso è di origine endocrinologica e nel secondo caso psichica, per cui le cure sono del tutto diverse. Nel *Sîra âlFalsafiyya (Medicina spirituale)*, egli tratta anche degli effetti placebo cui si può indurre la psiche.

Îbn Tufayl, morto nel 1185, ci invitava a un lessico in grado di fissarci distinzioni e precisazioni: «Il fisico sente dolore e male; la piche sente strazio e sofferenza; l'anima prova tribolazione, spasimo, tormento, cruccio, supplizio, patimento, dispiacere, pena.» (fine citazione)

Su questa linea Hibatullâh bn Jima<sup>c</sup>y` âlJudî (XII° secolo), nel suo *âlÎrshâd li-masâliq âlÂnfus wa âlÂsjâd* (*Disposizioni che interessano le anime e i corpi*) prescriveva anche l'uso della musicoterapia e della cromoterapia al fine di alleviare i dolori dovuti alle devianze psichiche, dichiarando che la scuola più antica e pertinente di musicoterapia era nata secoli prima nel Centroasia turco.

Si trova nel suo testo anche il concetto di vari tipi e disposizioni di sopportazione del dolore. Egli scrisse: «Il dolor di denti e la colica renale danno due tipi di sensibilità psichica: dal dentista si ha paura ad andare, mentre la colica la si sopporta con rassegnazione.»

Su queste basi la scienza medica dell'Îslâm progredì considerevolmente anche nei secoli di mezzo, fortemente ostacolata nel suo progresso da due avvenimenti nefasti: la conquista da parte dei mongoli gengiskhanidi nel XIII° secolo - dalla quale il mondo islamico faticò notevolmente a riprendersi, ripresa che culminò col vasto e illuminato impero dei turchi ottomani -, e le conquiste coloniali soprattutto da parte dell'Inghilterra, che smembrando e dividendo gli stati islamici (e, in circa duecento anni, l'impero ottomano), – aiutata poi anche dalla Francia – quasi cancellò le glorie dell'Îslâm, Îslâm dal quale quale comunque l'Europa ha tratto considerevoli apporti scientifici anche nel campo della malattia e del dolore.

Va notato che tutti i medici musulmani citati, tutti, furono sufi, appartenendo, nei loro gradi e ordini, a varie Confraternite (*Turuq*).

Comunque, per ovviare alla sofferenza la medicina islamica del Centroasia oltre alla musicoterapia faceva ricorso anche all'agopuntura, alla kinesiterapia, al rilassamento indotto, alla moxa (utilizzo del caldo, ma anche del freddo ad esempio per le infiammazioni del periostio).

Il mio carissimo amico Oruç Güvenç - psichiatra e sufi della nostra stessa Confraternita - ha scritto: «Indipendentemente da danza, musica, e guarigione ottenuta con l'aiuto di queste discipline che hanno un posto importante nella storia e cultura turche, nonché le tradizioni curative e le forme di musica pentatonica Baksi-Kam, il metodo di guarigione con musica di tonalità (Makam Muzigi) che si è sviluppato nei secoli e si è affermato fermamente, ha riguadagnato popolarità nella medicina alternativa odierna. Mille anni or sono nell'Asia Centrale, (regioni Transoxiana - Khorasan - e Uigur) Farabi, Ibn-i Sina (Avicenna), Ebu Bekir Razi, Hasan

Shuri, Hekimbashi Gevrekzade, Hafiz Hasan Efendi e Hashim Bey avevano scritto opere sulla musica tonale che si diffondeva e si sviluppava in quelle zone. Essi avevano fatto il grafico delle tonalità e dei relativi rapporti specifici con le emozioni e con gli organi del corpo. Mentre la musica pentatonica si sviluppava nelle province turche, il sistema tonale che consisteva di sette note in cui un'intera nota era divisa in sette parti aveva dato un grande contributo alla cultura turca con l'introduzione di oltre 400 tonalità differenti.» fine citazione

Abbiamo così una metodologia terapeutica che affonda le radici nel periodo preistorico dello sciamanesimo turco e mongolo, quello sciamanesimo che nel Buddismo ha dato origine alla scuola del Veicolo tibetano e nell'Îslâm al Sufismo e ai relativi *dhikr* e *semâ*. È una metodologia terapeutica che si basa esclusivamente sulla musica pentatonica suonata con strumenti tradizionali (ciò che esclude del tutto le applicazioni empiriche di gran parte delle cosiddette Scuole di musicoterapia occidentale); metodologia studiata soprattutto da tre eminenti musicologi e storici turchi: °Alî Ozaydın, Güner Özkan e Oruç Güvenç. Questa musicoterapia è correttamente praticata nel principale Centro turco, il Tûmata di Istanbul, diretto appunto dallo psichiatra sufi Oruç Güvenç; in sei scuole europee (Rosenau, Zurigo, Berlino, Mannheim, Madrid, Barcellona); e in undici centri nel mondo tutti dipendenti dalla Turchia: Madrid, Barcellona, Zurigo, Vienna, Rosenau, Berlino, Mannheim, Friburgo, Almati, Bîşkek, Izmir. Inoltre la Hochschule für Music di Monaco, il Riosenau Music Therapy Institute e l'Università di Marmara (in Turchia) compiono uno sforzo congiunto per insegnare musica, danza e terapia tradizionali turche.

Tale metodologia a seconda dei periodi collegò le proprie esperienze anche ai quattro elementi che costituiscono il mondo fenomenico (presenti anche nella Medicina greca): aria, fuoco, acqua, terra; ed episodicamente anche ai cosiddetti influssi astrali (in realtà del tutto improbabili) essendo ben presenti allo psicoterapeuta sufi gli effetti placebo e dell'autosuggestione. È una metodologia terapeutica che comunque si è sempre affiancata alla medicina tradizionale turca (non dimentichiamo che la Medicina europea deriva dal *Canone* di Avicenna), ricavandone quindi metodologie sperimentate e sicure, ancor oggi seguite e verificate alla luce delle attuali conoscenze mediche, con scuole tradizionali di comprovata efficacia. Una metodologia terapeutica che alla luce delle attuali possibilità diagnostiche ha dimostrato i propri influssi attraverso la misurazione EEG delle onde alfa e teta.

prof dott Gabriele Mandel Khân, Vicario generale  
per l'Italia della Confraternita sufi Jerrahi-Halveti