



INTRODUZIONE ¹

Il **modello del mondo** che ci creiamo lo possiamo considerare metaforicamente come una mappa, una carta geografica riferita al territorio che essa rappresenta.

Quindi, come una mappa non è il territorio rappresentato, ma solo una fedele riproduzione su carta, così il nostro modo di vedere la realtà non è la realtà stessa. Le persone costruiscono la propria mappa del mondo elaborando, attraverso complessi processi neurologici, dati provenienti da contesti ambientali, culturali, familiari, e personali.

L'individuo, letteralmente immerso in un fiume di input sensoriali, ha a disposizione una serie di filtri che gli permettono di acquisire in maniera selettiva dall'ambiente, le informazioni utili alla sua sopravvivenza.

È **la percezione** che crea **la mappa del mondo**: in base a questa mappa si affronta e si reagisce al mondo, ma questa mappa non è il mondo oggettivo ed è tendenzialmente autoconfermante.

Tutto ciò che noi consideriamo **il nostro universo interno** e **il nostro modo di vedere la realtà** e di interagire con essa, e' **un'elaborazione** creato da **mentale** di ciò che percepiamo attraverso **i nostri cinque sensi**.

Questa elaborazione mentale non è altro che il nostro modo di vedere il mondo, cioè lo schema-guida dei nostri comportamenti ².

“La nostra mappa del mondo non è quella degli altri.[...] Sovente le mappe sono molto diverse anche tra persone che vivono assieme, perché, nella realtà, anche chi vive assieme spesso non comunica in modo profondo, dall'intimo, ma comunica in modo superficiale, con tante lacune, parlando di cose esterne, cose quotidiane da fare che deludono le aspettative originarie, equivoci mai chiariti che portano a pessimi risultati, a incomprensioni, a barriere e a fratture.

Questi sono i problemi di coppia, ma sono anche problemi di famiglia, dove non esiste una reale comunicazione, perché non vi è condivisione, della comprensione delle diversità, dell'accettazione delle esperienze di comunicazione fuori dagli schemi. [...]

La mancanza di comunicazione vera e profonda ci fa essere insieme fisicamente con qualcuno, anche con molte persone, **ma si è soli profondamente soli**.

Suono e colore

“L'uomo, oltre che composto da **vari elementi chimici e minerali**, può essere paragonato ad **un magnete quadripolare** obbediente alle

leggi dell'elettricità e del magnetismo”

3

.

Ogni parte del nostro corpo ha una sua vibrazione che produce **un suono e un colore**. **La nostra coscienza** si esprime attraverso **varie frequenze**, influenzando ogni parte del nostro corpo.

Il colore e il suono sono quindi **aspetti della vibrazione** e sono intercambiabili.

Ogni individuo ha un proprio **campo di energia elettromagnetica**, che emette **suoni e colori**, che lo inducono ad assumere determinati atteggiamenti e comportamenti e che segnano il **suo carattere**

e

la sua personalità

(si veda la persona a quattro colori di Lüscher).

E' quindi evidente che percependo il mondo attraverso i **cinque sensi**, ogni persona percepisce ed elabora le esperienze in modo diverso da un'altra. Una volta ottenute tutte le informazioni, si attua un processo interno d'elaborazione mentale, che è composto dalle rappresentazioni mentali di quello che si è percepito.

Queste rappresentazioni mentali influenzeranno valori e convinzioni, che a loro volta innescheranno uno stato interno strutturato da emozioni, sentimenti, sensazioni che formano i programmi mentali (metaprogrammi), ossia strategie delle persone ancora sotto forma di rappresentazioni mentali.

“Il colore e il suono, nella nostra percezione, non sono in ogni caso il riscontro oggettivo del mondo esterno, ma un'interpretazione visiva e uditiva di un fenomeno energetico naturale” ⁴.

“Il sentire è un percepire che si colloca sui primi gradini della scala cognitiva: sentiamo un suono, un colore, un odore quando un fenomeno sonoro, visivo od olfattivo è presente alla coscienza” ⁵.

Ogni suono principale ha un rapporto strettissimo con le vibrazioni luminose cromatiche. Le note, dal grave Do all'acuto Si, sono legate alle vibrazioni: lunghe e rade nel caso della prima nota; brevi e frequenti nella settima.

Il rapporto suono e colore, seguendo la scala musicale, è considerato in alcune tradizioni, nel seguente modo ⁶:

Do, con suono basso e vibrazione lunga, coincide col colore **Rosso**, con il pianeta Marte, rappresenta il coraggio e la forza che si trova nella base, nella solidarietà;

Re, coincide con il colore **Arancione**, appartiene anch'esso al fuoco e rappresenta il futuro ed è influenzato dal pianeta Marte;

Mi, corrisponde al **Giallo**, è a metà tra il fuoco e la terra, è influenzato da Mercurio, rappresenta il calore umano, l'amicizia e l'interesse per gli altri;

Fa, corrisponde al **Verde**, appartiene alla terra e subisce l'influenza di Venere, rappresenta l'amore e la compassione, la conoscenza di se stesso e degli altri;

Sol, corrisponde al **Blu**, appartiene all'acqua, viene influenzato da Saturno, armonizza il

pensiero ed i sentimenti;

La, corrisponde all'**Indaco**, appartiene all'acqua-aria, subisce l'influenza di Giove simboleggia la perseveranza e l'efficacia;

Si, corrisponde al **Violetto**, il più etereo, leggerissimo, con vibrazioni alte e brevi, appartiene all'aria. Il suo pianeta è Nettuno, rappresenta il rispetto per gli altri e per il mistero.

Energia e Vibrazione.

Viviamo immersi nel colore: il nostro è **un mondo di radiazioni elettromagnetiche di frequenze e lunghezze diverse**, che agiscono su di noi stimolandoci.

Ciò che chiamiamo **luce** ⁷ è una miriade di piccole particelle, **i fotoni**, diverse tra loro per frequenza di vibrazione.

I **fotoni** interagiscono con gli elettroni degli atomi della superficie degli oggetti, venendo assorbiti oppure riemessi e, arrivando ai nostri occhi in quantità e qualità differenti, provocano diverse sensazioni cerebrali di tipo visivo, alle quali abbiamo dato il nome di colori.

Radiazioni elettromagnetiche di bassa frequenza, riemesse da un oggetto illuminato, danno sensazioni cui corrispondono i nomi di **rosso** e **arancione**.

arancione

Allo stesso modo, radiazioni di **alta frequenza** suscitano **azzurro, blu e violetto**. Le **medie frequenze** danno **giallo e verde**, e così via.

“**La luce ha qualità dinamiche** che ci sono ancora sconosciute, ma è incontrovertibile che **il colore**

ha un

peso

, una

temperatura

, una

forza di penetrazione

, una

densità

e una

base dinamica

”

8

Quando un raggio luminoso colpisce una superficie:

Essa muta di temperatura;

Muta la luminosità della superficie del corpo (per esempio diventa fluorescente) e **il colore** naturale;

Mette in moto processi elettrici e chimici diversi, a seconda della natura del corpo irradiato.

La luce è prodotta dal **ritmo oscillatorio di particelle energetiche elementari**: “**quanti**” o “**fotoni**”

”, è

un'energia radiante visibile

, che si muove nello spazio sotto forma di onde variabili per dimensione ed energia.

Mentre viaggia ad una velocità di **300.000 Km** al secondo, **la luce vibra**, e attraverso **le vibrazioni**

trasmette

energia

9

.

Tanto più corta è la lunghezza d'onda, tanto maggiore è l'energia.

Per visualizzare i **quanti di energia** e capirne l'intrinseca potenza, il fisico inglese **Crooks** ideò nel 1800 il radiometro solare o mulinello fotonico

10

.

Quando le vibrazioni sono **meno di trentadue al secondo**, quest'energia radiante diventa **inudibile**

e

invisibile

.

Le lunghezze d'onda dello spettro elettromagnetico variano da meno di un millesimo a centinaia di chilometri. I colori dello spettro vengono classificati dai fisici a seconda della lunghezza d'onda.

La gamma dei colori si sviluppa dall'**infrarosso** (energia ad alto valore termico ed a lunga lunghezza d'onda, che si espande da 8.000 a 150.000 Angstroms, all'

ultravioletto

(energia, di per sé fredda, di corta lunghezza d'onda, assai efficace nel provocare reazioni biochimiche, si estende tra i 4.000 e i 3.100 Angstroms

11

Il nostro **senso dell'udito** è similmente limitato; vi sono suoni troppo acuti o troppo bassi perché il nostro orecchio possa percepirli.

Il suono è prodotto da ondulazioni nell'atmosfera: **la nota più bassa** di un organo produce **16 1/2 vibrazioni**

al secondo. Mentre alcuni la possono udire, altri non percepiscono note al di sotto delle **40 vibrazioni**

al secondo.

Lo stesso accade per **le più alte note** percepibili; alcuni arrivano a sentire suoni di **40.000 vibrazioni al secondo**

ed altri solo quelli di 20.000.

“Ove esistano suoni che, per qualche imperfezione, non possiamo udire, **“tali suoni non esistono per noi”** :

esistono solo per coloro che reagiscono alle loro vibrazioni”

12

La **tavola di vibrazioni**, qui di seguito, dà un'idea generale degli effetti prodotti in natura dalle vibrazioni nell'aria e nell'etere.

Supponiamo di avere un **pendolo** che faccia **due oscillazioni al secondo**, e che quindi, aumentando di velocità, ne faccia quattro, poi otto, e così via sempre raddoppiando ad ogni successivo passaggio; esso avrà così prodotto un certo numero di vibrazioni per secondo.

Di tutte le vibrazioni producibili nell'aria, **il nostro udito** comincia a percepire soltanto quelle che sono arrivate **al 5° grado** e cessa quando sono **tra il 13° e il 15° grado**

TABELLA VIBRAZIONI, IL PENDOLO A SECONDI¹³

PUNTO DI PARTENZA	
GRADO	VIBRAZIONE
1.....	2
2.....	4
3.....	8
4.....	16
5.....	32
6.....	64
7.....	128
8.....	256
9.....	512
10.....	1.024
15.....	32.768
20.....	1.045.576
25.....	3.554.432
30.....	1.073.741.824
35.....	34.359.738.368
40.....	1.099.511.627.776
45.....	35.184.372.088.832
50.....	1.125.899.906.842.624
55.....	36.028.797.018.963.968
56.....	72.057.594.037.927.936
57.....	144.115.188.075.855.872
58.....	288.230.376.151.711.744
59.....	576.460.752.303.423.488
60.....	1.152.921.504.606.846.976
61.....	2.305.843.009.213.693.952
62.....	4.611.686.018.427.387.904
63.....	9.233.372.036.854.778.608

Dunque **le onde elettromagnetiche** si propagano nell'etere, ma noi **“vediamo”** soltanto **quelle di un determinato ordine di frequenz**

a. **Il filo elettrico che porta la corrente alla lampada è opaco ai nostri occhi**, ma quando incontra una resistenza e produce una maggiore velocità nell'etere (dal 45° al 50° grado), la lampada si accende, il nostro occhio vede la luce e riconosce l'elettricità.

“Dalla infinita gamma di vibrazioni, dice **Mario Stromillo**,varianti per velocità e lunghezza, dalle frazioni di un metro fino a parecchi chilometri, sin qui classificate dalla scienza, i sensi che possediamo sono capaci di rispondere a

poco di più di un'ottava parte di tali vibrazioni

”
13

In altre parole del mondo che ci circonda e che la scienza ha scoperto, noi percepiamo circa un ottavo; **sette ottavi del mondo sfuggono alla nostra percezione**, e questo ci dovrebbe far riflettere.

Esiste quindi una **scala di colori visibili** ed una **scala di colori invisibili**, così come esistono scale di **suoni udibili** e altre fuori dalla portata dell'orecchio umano

Vi sono **sette colori principali visibili** e **sette note base udibili**, che si ripetono di sette in sette finché non escono dalla portata dei nostri sensi.

I colori visibili hanno una propria lunghezza d'onda e frequenza:

Rosso	6200 A (dieci millesimi di millimetro)	1000 - 2000 Hertz (ciclo al secondo)
Arancione	5890 A	950 - 1050 Hz
Giallo	5510 A	500 - 700 Hz
Verde	5120 A	250 - 475 Hz
Blu	4750 A	250 - 275 Hz + 1200 Hz
Indaco	4490 A	100 - 200 Hz
Viola	4230 A	1100 - 2000 Hz

Corpo come strumento musicale

Bisognerebbe tornare a suonare le nostre sette note fondamentali, utilizzando il Nostro Corpo come un **o**

"strumento musicale"

La scelta del Testo musicale (vedi Rito) spetta a coloro che devono condurre il gruppo di

lavoro, Nel Tempio consacrato vi è
un movimento rotatorio orario e antiorario
ed
uno ascendente e discendente

I suoni possono infatti essere avvertiti dal basso verso l'alto o viceversa. Oggi siamo abituati a sentire la nostra "**scala musicale**" in modo ascendente, cioè tra "il do" dell'ottava bassa ed il "do" dell'ottava alta secondo la sequenza:
do>re>mi>fa> sol>la>si
> DO

Sembra che anticamente non fosse così. L'uomo avvertiva i suoni non dal basso verso l'alto, bensì al contrario. in senso discendente e ciò avrebbe consentito di percepire onde e suoni non alla normale portata dell'orecchio, penetrando nel mondo normalmente inudibile, rivelando il mondo spirituale.

La rivelazione dell' "ottava"

del 7+1 avveniva nei Templi in cui si praticavano i vari **Misteri**, come quelli di Apollo e di Orfeo, perché il suono era "un dono degli Dei" che arrivava dall'alto verso il basso, facendo percepire inizialmente i più acuti e quindi, via via, i più gravi: da

"do"

dell'ottava alta al

"do"

dell'ottava bassa:

DO>SI>LA>SOL>FA>MI>RE >do

Fu questa stessa **ottava**, che più tardi, **Sant'Ambrogio** (339-397 d.c.) avrebbe deciso di capovolgere, utilizzando nei canti, detti appunto ambrosiani, la scala ascendente, privilegiando un altro modo di sollecitare il fondamento musicale del corpo umano tramite la preghiera cantata, in modo di innalzare l'uomo dalla terra al cielo e portando ad un progressivo mutamento della coscienza e della sensibilità. Era un modo diverso, ma altrettanto efficace di ottenere, attraverso la personale scala musicale di ogni essere, in questo caso ascendente, la "**Rivelazione dell' Ottava**". Infatti dall'"ottava " musicale un "tono", attraverso sette gradini, "risorge" ad un livello più alto. passando ad un'altra "ottava" di tipo "temporale". E non è un caso che la **Teologia** è solita chiamare il giorno di

"Pasqua" o di "Resurrezione"

"Ottavo giorno"., che messo in orizzontale che altro non è che il **"simbolo dell'Infinito"**, presente anche nella morfologia e nei processi del corpo umano (vedi doppia spirale del DNA,divisione cellulare(mitosi) muscoli orbicolari delle palpebre)

I 5 SENSI: L' U D I T O

Nasciamo in questo mondo emettendo suoni e per mezzo di essi prendiamo coscienza di noi stessi e di quello che sta intorno a noi.

E' il nostro **udito** che ci guida a percepire, riconoscere e classificare le innumerevoli vibrazioni che ci circondano.

I rumori della natura, il suono degli oggetti percossi, la nostra stessa voce e quella degli altri, il canto di alcuni uccelli, tutto ciò ha sempre esercitato su di noi una forte attrazione.

Nel corso della nostra evoluzione abbiamo appreso come alcune vibrazioni agiscano su di noi inducendo degli stati emotivi.

Le vibrazioni a bassa frequenza (toni bassi) agiscono sulle **strutture pelvico-addominali** (chakra della base e plesso solare),

quelle ad alta frequenza

(toni acuti) influenzano

la parte superiore del corpo

(chakra del cuore, della gola e del terzo occhio);

La loro azione può essere stimolante o rilassante a seconda del ritmo.

Il potere del suono e della **voce umana** nell'induzione di **stati emotivi** trovò sbocco nella **magia**

e poi nella

medicina.

.....Ascoltiamo questa **musica del tibet**, suoni grezzi ma coinvolgenti.....cerchiamo di

percepire l'effetto delle sue vibrazioni.....

Si scoprì che alcuni suoni si accordano fra loro producendo sequenze piacevoli all'ascolto, nacque l'**armonia** (dal greco: accordo tra i diversi) .

Pitagora fu il primo a riconoscere i principi matematici che stanno alla base dell'armonia; utilizzando delle sottili corde di diversa lunghezza messe in eguale tensione, egli trovò che erano in armonia tra di loro i suoni prodotti delle corde che avevano rapporti di lunghezza secondo frazioni di numeri interi ($8/9$, $4/5$, $3/4$, $2/3$, $3/5$, $8/15$, $1/2$).

Ne derivarono **le 7 note** della nostra attuale scala musicale, che furono connesse ai **7 pianeti** del firmamento allora conosciuti (sole, luna, marte, mercurio, giovè, venere e saturno).

Per tale motivo **la musica** veniva considerata **la porta di accesso alle sfere celesti** e assumeva quindi un valore religioso.

*.....Ascoltiamo **il canto e la musica religiosa islamica dei sufi**..... il ritmo profondo e incalzante, la suggestione delle voci che sembrano ipnotizzarci, coinvolgendo il nostro corpo nel movimento.....*

*.....Ascoltiamo ora la **musica medioevale e il canto gregoriano** con i riverberi dei vocalizzi nelle grandi navate delle cattedrali.....questa musica parla al nostro corpo emozionale placandone le passioni.....*

Nelle culture occidentali **la musica** seguì uno sviluppo differente rispetto all'oriente.

Si imparò ad associare tra loro suoni prodotti da strumenti diversi, così da ottenere vibrazioni sonore più complesse: si formarono le orchestre.

Identiche note potevano essere suonate contemporaneamente su toni (ottave) differenti, seguendo percorsi armonici paralleli, nacquero **il contrappunto e la melodia**.

Suoni sempre più ricchi di nuovi timbri e sfumature a generare nuove e più profonde sensazioni.

*.....Ascoltiamo questo **concerto di Mozart**: i violini con i loro acuti fremiti che agiscono su i nostri chakra superiori, su i corpi sottili.....*

*.....Ascoltiamo ora questa sinfonia di **Wagner**, musica emozionante, espressiva della forza della natura.....*

in una musica fatta di vibrazioni dissonanti, nello sconvolgimento delle vecchie regole.

*.....Ascoltiamo questa **opera di Stravinsky**.....immergiamoci nel suo magma di musica dalle sonorità caotiche ed inquietanti.....*

Ma tutte queste **vibrazioni** che per mezzo del nostro orecchio penetrano dentro di noi e generano sensazioni, su che cosa agiscono? E in quale modo?

Uno dei fenomeni più sorprendenti del suono è la **risonanza**, due corpi che possiedono la medesima lunghezza d'onda di vibrazione tendono ad attrarsi.

Se eseguo al pianoforte una qualsiasi nota (ad esempio un LA), tutti i LA delle ottave superiori (acuti) ed inferiori (bassi) entrano in vibrazione.

Per gli antichi iniziati (Ermete Trimagistro), come per i fisici di oggi, **tutto nell'universo è vibrazione**, energia che si espande e si contrae come un respiro cosmico.

L'atto della creazione avvenne per mezzo del **suono della voce divina** (...e Dio disse: sia

fatta la luce...), sulla lunghezza d'onda di quella vibrazione iniziale noi siamo stati modellati e su quella lunghezza d'onda noi risuoniamo.

Siamo dunque costituiti da **energia che vibra** con una lunghezza d'onda di base (nota dominante o spirito divino), su cui si innestano le varianti (gli armonici) specifici di ogni singolo individuo.

Ognuno di noi è **una sinfonia di vibrazioni in armonia fra loro**, ma basta poco e questa armonia può andare perduta e soffriamo.

Per ritrovare l'**armonia** dobbiamo tornare alla **vibrazione iniziale**, ma la strada è lunga e difficoltosa perché troppi suoni e rumori assordano il nostro orecchio, affollano la nostra mente e ci disorientano.

Le vibrazioni dello spirito sono sommesse e sottili, per riuscire a percepirle occorre riadattare il **nostro orecchio**

e fare spazio nella nostra mente, liberandoci dai condizionamenti e dalle paure.

Facciamo silenzio dentro, lasciamo che la vibrazione originale, il primo suono, possa espandersi di nuovo in noi e farci risuonare in sintonia con l'universo.

..... *Ascoltiamo ora in silenzio i suoni di queste "campane tibetane".....vibrazioni eteree, suoni non correlati, capaci di oltrepassare le barriere della nostra mente razionale e raggiungere il nostro spirito.....*

Compagno d'Arte:

¹ Osservazioni e schede tratte, con il consenso dell'Autrice, dalla Tesi Dott. Eleonora Salvati "Corpo, Mente, Cuore".

² Robert Dilts, John Grinder, Richard Bandler, Leslie C. Bandler, Judith DeLozier, Programmazione NeuroLinguistica, ed. Astrolabio, Roma 1980, p. 21.

³ Waldo Bernasconi, Colore e bioenergia, ed. Ottaviano, Milano 1986.

⁴ Daniel Levy, Eufonia, il suono della vita, op. cit., 1986, p. 60.

⁵ Franco Cusimano, Cromoterapia, spiritualità e psicologia, ed. Carpineto Romano, 2001, p. 29.

⁶ P. Gentili, Astrologia scienza dello spirito, ed. Acanthus, Milano, 1987, pp. 25, 51, 101.

⁷ Gary Zukav, La danza dei maestri Wu Li, Corbaccio, Milano, 1995, pp. 32, 37, 81 e 86.

Einstein, servendosi dell'effetto fotoelettrico, aveva provato che la luce è di natura particellare e Young, facendo uso del fenomeno dell'interferenza, aveva provato che la luce è di natura ondulatoria. La scoperta di Young lo portò ad ottenere il premio Nobel. www.html.it e www.colordesign.it.

⁸ Waldo Bernasconi, Colore e bioenergia, Ottaviano, Milano, 1986.

⁹ Enrico Miotto, Luce e colori, La Scienza, Roma, 1994, p. 25.

¹⁰ Il dispositivo è costituito da un'ampolla contenente un perno sul quale è appoggiato un mulinello. Ogni paletta del mulinello ha una faccia lucida, riflettente, e l'altra annerita.

Nell'ampolla è stato fatto il vuoto (la pressione del gas residuo è circa un milionesimo di quella atmosferica). Se illuminato, il mulinello comincia a ruotare con la superficie annerita delle palette che segue la superficie lucida nel senso della rotazione. Il movimento del mulinello è sicuramente dovuto alla luce: infatti se il dispositivo non è illuminato non si ha rotazione.

Quando la luce colpisce la superficie annerita di una delle due palette, questa, a differenza della

superficie lucida (riflettente), assorbe la luce incidente e quindi si scalda. Dunque, illuminando il radiometro, si instaura una differenza di temperatura tra le due palette. Si veda il sito:

www.mporzio.astro.it

¹¹ W. Bernasconi, *Colore e bioenergia*, op. cit., 1986, p. 12, 96 e 114; M. L. Lacy, *Conosci te stesso attraverso i colori*, ed. Gremese, 1989; Enrico Miotto, *Luce e colori*, op. cit., 1994, p. 32.

¹² Daniel Levy, *Eufonia, il suono della vita*, ed. Cassiopea, Venezia, 1986, p. 62.

¹³ Tabella e informazioni tratte dal libro di Mario Stromillo, *Guarire con i colori*, ed. Siad, 1984, p. 35.

¹⁴ Ibi., p. 36.

¹⁵ Waldo Bernasconi, *Colore e bioenergia*, op. cit.

i titoli dei brani musicali del CD:

- 1) Musica del Tibet: DUNGCHEN E GYALING (trombe e flauti del Tibet)
- 2) Musica islamica: BISMALLAH AR-RHAMAN (Nel nome di Allah misericordioso)
- 3) Canto gregoriano: LIBERA ME - RESPONSORIUM
- 4) W.A. Mozart: Sinfonia K364 per violino, viola e orchestra
- 5) R. Wagner : DER RITT DER WALKUREN (La cavalcata delle Valchirie)
- 6) I. Stravinsky: THE FIREBIRD (L'uccello di fuoco)
- 7) Campane tibetane: MUSICA DELLO SPIRITO