

SILVIA MASERATI

Arparama
राम

**Dispensa di Teoria
Musicale e Armonia di Base
per il Corso di Introduzione
all'Arpaterapia**



SILVIA MASERATI



Dispensa di Teoria Musicale e Armonia di Base per il Corso di Introduzione all'Arpaterapia

CONTENUTI:

Il Tono e il Semitono - I Segni di Alterazione	pag. 1
Gli Intervalli	pag. 2
Consonanze e Dissonanze.....	pag. 4
I Suoni Armonici.....	pag. 5
La Scala.....	pag. 7
<i>Un po' di storia.....</i>	pag. 7
<i>La Scala Maggiore.....</i>	pag. 8
<i>I Gradi della Scala.....</i>	pag. 9
I Giri Armonici.....	pag. 10
Le Scale Modali ed Etniche nell'Arpaterapia.....	pag. 11
<i>La Scala Eolia di La.....</i>	pag. 12
<i>La Scala Dorica di Re.....</i>	pag. 14
<i>La Scala Misolidia di Sol.....</i>	pag. 16
<i>La Scala Ionica di Do.....</i>	pag. 17
<i>La Scala Pentatonica Maggiore e Minore.....</i>	pag. 19
<i>La Scala Hijaz di Mi.....</i>	pag. 23
Il Ritmo e il Tempo.....	pag. 24
L'Arpaterapia in Sintesi.....	pag. 26

Il Tono e il Semitono - I Segni di Alterazione

Si definisce **SEMITONO** la **più piccola DISTANZA che intercorre tra due suoni** diversi e attigui, su strumenti a tastiera (es.: il pianoforte), a corda libera (es.: l'arpa), a corda pizzicata o strofinata con tasti (es.: la chitarra, la viola da gamba), a fiato con fori o chiavi (es.: il flauto), e su alcuni strumenti a percussione (xilofono, marimba, vibrafono).

Il semitono è quindi **il più piccolo intervallo tra due note** utilizzato nel sistema musicale occidentale su moltissimi strumenti.

La voce umana, alcuni strumenti a fiato e gli strumenti a corda strofinata privi di tasti (ad es. il violino) possono produrre due suoni diversi la cui distanza è inferiore al semitono.

Si parla allora di microtoni, distanze ancora più piccole del semitono, usate in sistemi musicali extra-europei, quali ad esempio quello indiano e mediorientale, e non realizzabili sull'arpa.

Il semitono si definisce **diatonico**, quando le due note hanno nome diverso (es.: mi - fa, si - do, re - mi *b*) e si definisce **cromatico**, quando le due note hanno lo stesso nome (es.: do - do#, mi *b* - mi).

Si definisce **TONO** la **somma di due semitoni**.

Il tono è quindi una distanza tra due note ed equivale a due semitoni (es.: do - re=1 tono, perchè do - do#=1 semitono, do#- re=1 semitono, totale=1 tono).

I **segni di alterazione** sono il **diesis #** e il **bemolle *b***

Essi sono simboli grafici posti prima di una nota, sullo stesso rigo o spazio del pentagramma su cui si trova la nota.

Il **diesis alza la nota** davanti a cui è posto di **un semitono**.

Il **bemolle abbassa la nota** davanti a cui è posto di **un semitono**.

Entrambi, quando sono posti nel corso di un brano, valgono solo per la singola battuta in cui si trovano.

Il segno **bequadro *♮*** annulla gli effetti dei segni di alterazione.

Esistono inoltre degli schemi di diesis o di bemolle che compaiono subito a destra della chiave di violino e/o di basso (si dice che compaiono "in armatura di chiave") e vengono ripetuti ad ogni nuova riga della composizione. Questi schemi di alterazioni identificano le diverse tonalità in cui il brano è scritto e sono validi per tutto il brano.

Nel corso Arparama ci occupiamo prevalentemente di composizioni che non hanno segni di alterazione in chiave.

Gli Intervalli

L' **intervallo** è la **distanza** tra **due suoni**, classificata in base all'ampiezza e alla "qualità" dell'intervallo stesso.

Per convenzione, nel nostro corso trattiamo le distanze tra due note partendo sempre dalla nota più bassa, dunque ci occupiamo di classificare intervalli ascendenti.

Se le due note vengono suonate contemporaneamente, abbiamo un intervallo armonico o bicerdo, se vengono suonate una dopo l'altra, abbiamo un intervallo melodico.

Per classificare un intervallo in base alla sua **ampiezza**, è sufficiente enumerare sulle dita delle mani la nota di partenza, seguita dalle note successive in scala, fino alla nota di arrivo inclusa.

Il numero di dita adoperate corrisponde all'ampiezza dell'intervallo, come nei seguenti esempi:

- do - re = intervallo di **seconda**
- sol - si = intervallo di **terza**
- mi - la = intervallo di **quarta**
- do - sol = intervallo di **quinta**
- si - sol = intervallo di **sesta**
- la - sol = intervallo di **settima**
- re - re = intervallo di **ottava**
- do - re dell'ottava successiva = intervallo di **nona**
- do - mi dell'ottava successiva = intervallo di **decima**

L'unisono (ad es. do - do, intendendo lo stesso suono) non è un vero e proprio intervallo, anche se esistono teorie discordi a riguardo.

Più complesso il discorso relativo alla "qualità" dell'intervallo, che si esprime attraverso gli aggettivi **maggiore**, **minore** o **giusto**.

IMPORTANTE: ai fini della nostra trattazione è fondamentale sapere che un intervallo di **due toni** tra due note si chiama intervallo di **terza maggiore**, mentre un intervallo di **un tono e mezzo** tra due note si chiama **terza minore**. Le altre classificazioni sono espone per completezza e ai fini del corso non è necessario memorizzarle.

*Gli intervalli di **seconda**, **terza**, **sesta**, **settima**, **nona** e **decima** possono essere **maggiori** o **minori**.*

*Gli intervalli di **quarta**, **quinta** e **ottava** si definiscono **giusti**.*

Un esempio pratico chiarirà la differenza e le motivazioni dell'uso di questi aggettivi.

Prendiamo l'intervallo do-la e cerchiamo di classificarlo: si tratta di un intervallo di sesta.

Prendiamo ora l'intervallo do-la \flat : si tratta ancora di un intervallo di sesta, solo leggermente più "stretto" di quello precedente, perchè conta un semitono in meno.

L'intervallo do-la prende il nome di sesta maggiore e infatti si trova nella scala di do maggiore (do-re-mi-fa-sol-la-si-do), tra la prima e la sesta nota della scala.

L'intervallo do-la \flat prende il nome di sesta minore e infatti si trova nella scala di do minore naturale (do-re-mi \flat -fa-sol-la \flat -si \flat -do), tra la prima e la sesta nota della scala.

L'intervallo do-fa prende il nome di quarta giusta, perchè si trova identico nella scala di do maggiore e nella scala di do minore, e lo stesso vale per do-sol, intervallo di quinta giusta, e per do-do, intervallo di ottava giusta.

Fa eccezione l'intervallo di seconda maggiore, do-re, che si trova in entrambe le scale, maggiore e minore, ma prende il nome di intervallo maggiore ed è rappresentato dalla distanza di un tono.

L'intervallo di seconda minore è invece identico al semitono diatonico, ad esempio do-re \flat è una seconda minore, ma non compare nella scala minore.

La piena capacità di classificare all'istante un intervallo si acquisisce nel tempo con la pratica e con un accurato studio delle tonalità e delle loro alterazioni.

In alternativa, è possibile studiare l'esatto numero di toni e semitoni che caratterizza i singoli intervalli, per classificarne correttamente ampiezza e qualità. Di seguito una tabella esaustiva:

Tabella degli intervalli

INTERVALLO	NUMERO DI TONI (T) E SEMITONI (S)	ESEMPIO
seconda minore	1 S	mi-fa
seconda maggiore	1T	mi-fa #
terza minore	1T + 1 S	do-mi \flat

<i>terza maggiore</i>	$2T$	<i>do-mi</i>
<i>quarta giusta</i>	$2T + 1 S$	<i>fa-si \flat</i>
<i>quinta giusta</i>	$3T + 1 S$	<i>re-la</i>
<i>sesta minore</i>	$4T$	<i>do-la \flat</i>
<i>sesta maggiore</i>	$4T + 1 S$	<i>do-la</i>
<i>settima minore</i>	$5T$	<i>la-sol</i>
<i>settima maggiore</i>	$5T + 1 S$	<i>la-sol #</i>
<i>ottava giusta</i>	$6 T$	<i>do-do</i>

**la nona e la decima si comportano come la seconda e la terza all'ottava superiore.*

*Esiste la possibilità di ampliare gli intervalli maggiori e giusti, "allargandoli" di un semitono, per ottenere intervalli **augmentati** o **eccedenti**, o, viceversa, la possibilità di "rimpicciolire" gli intervalli minori e giusti di un semitono, ottenendo i corrispondenti intervalli **diminuiti**. Un famoso intervallo eccedente (o aumentato) è l'intervallo di **quarta eccedente**, ovvero una quarta giusta a cui è stato aggiunto un semitono, per un totale di **tre toni** interi (es.: fa-si): si tratta del **tritono**, anticamente detto "diabolus in musica" perchè dissonante e capace di dividere l'ottava in due parti uguali (dall'etimologia della parola "diabolus", dal greco "diaballo"="io divido")*

Consonanze e Dissonanze

Secondo la moderna teoria musicale, gli intervalli si dividono in consonanti e dissonanti, come segue:

Consonanze perfette: ottava giusta, quinta giusta

Consonanze imperfette: terza e sesta maggiori e minori

Consonanze miste: quarta giusta

Dissonanze: seconda e settima maggiori e minori, intervalli eccedenti e diminuiti

N.B. la percezione della consonanza o dissonanza dell'intervallo presuppone che le due note che lo compongono vengano suonate contemporaneamente, sotto forma di bicordo (anche detto "intervallo armonico")

La consonanza perfetta garantirebbe la massima sensazione di stabilità e stasi, le consonanze imperfette e miste sono progressivamente meno stabili, per giungere all'instabilità della dissonanza.

Nei secoli, il gusto musicale occidentale si è mosso da una preferenza per ottava, quinta e quarta (dal Medioevo al Cinquecento), seguita da una preferenza per terze e seste, fondamento della tonalità (Seicento, Settecento e parte dell'Ottocento), e da una successiva tendenza ad esplorare sonorità dissonanti, con abbondanza di seconde, settime e none (tardo Ottocento, musica colta del Novecento, jazz).

Nell'hard-rock hanno invece trionfato le quinte e soprattutto le quarte, che, in forma di bicordi successivi e paralleli, hanno dato vita, con il loro carattere ruvido, ai più celebri "riff" della storia, motivi ritmico-melodici caratteristici di un brano, spesso presentati all'inizio dello stesso (si pensi al riff di "Smoke on the Water" dei Deep Purple).

E' evidente come la preferenza per un intervallo o l'altro sia stata dettata in buona misura da ragioni estetiche legate allo spirito delle diverse epoche, di conseguenza, la divisione degli intervalli in consonanti e dissonanti è in parte soggettiva e non necessariamente universale. Come vedremo, alcuni intervalli sono particolarmente indicati per l'uso in abbinamento ad alcune scale, con le quali condividono e delle quali potenziano uno specifico effetto emozionale.

I Suoni Armonici

Ogni suono presenta quattro caratteristiche distintive:

altezza, intensità, timbro e durata.

*L'**altezza** è la caratteristica che ci permette di percepire che un suono è più acuto o più grave di un altro.*

La misura dell'altezza di un suono si esprime in Hertz (abbreviato in Hz) e corrisponde alla frequenza principale e udibile contenuta nel suono.

*L' **intensità** del suono è il suo essere percepito più o meno forte o debole. L' **intensità** si esprime in Decibel (Db).*

*La **durata** del suono è il suo permanere nel tempo, ed è legata ai valori di durata tipici della scrittura musicale (vedi schede di lettura ritmica).*

Il **timbro** del suono è la caratteristica che ci permette di **distinguere** un violino da un pianoforte, una voce da un'altra.

Le differenze di timbro tra strumenti e voci diverse sono dovute al fenomeno dei suoni armonici.

I **suoni armonici** sono suoni normalmente **non udibili nella loro altezza**, ma compresenti in un suono principale (quello che noi udiamo), del quale **determinano il timbro**.

Ad esempio, quando la nostra voce produce un Do, nel suono che emettiamo, oltre alla frequenza del Do che intendiamo produrre e che udiamo, sono presenti altre frequenze superiori, ad intervalli ben precisi, come nella serie che segue:

Do (fondamentale) - Do (ottava superiore) - Sol (ottava + quinta) - Do (due ottave sopra il fondamentale) - Mi (due ottave e una terza maggiore) - Sol (due ottave e una quinta giusta sopra il fondamentale).

La serie continua, arrivando a coprire tutte le frequenze possibili, ed esistono anche suoni armonici inferiori al fondamentale, ma a noi interessa conoscere **i primi cinque suoni armonici superiori** al fondamentale, per trarre le opportune conclusioni: la Natura ha inserito nei singoli suoni che produciamo altre frequenze, secondo una serie molto estesa, in cui le prime frequenze rappresentate distano dal suono fondamentale intervalli di **ottava, quinta e terza** maggiore.

Non è un caso che questi primi armonici siano da noi percepiti come consonanze e siano stati utilizzati come base naturale dell'armonia, andando a formare quello che chiamiamo l'accordo maggiore.

Ora, se tutti noi, nel produrre ad esempio un Do, produciamo inconsapevolmente anche altre frequenze, uguali per tutti, cosa distingue una voce dall'altra? E' la "quantità", ovvero l'intensità di ogni suono armonico a determinare le differenze di timbro tra diverse voci e diversi strumenti.

Nelle tradizioni sciamaniche di culture molto diverse nel tempo e nello spazio, sono spesso presenti particolari tecniche di canto che consentono di **rendere udibili anche nella loro altezza i suoni armonici**.

Si tratta del cosiddetto "**canto armonico**", o, in inglese "overtone singing": mediante un accurato posizionamento degli organi fonatori e in particolare della lingua, il cantante può produrre una sonorità in cui sono percepibili sia il suono fondamentale che alcuni armonici superiori (o

I-II (La-Si)= seconda maggiore

I-III (La-Do)= terza minore

I-IV (La-Re)= quarta giusta

I-V (La-Mi)= quinta giusta

I-VI (La-Fa)=sesta minore

I-VII (La-Sol)=settima minore

I-VIII (La-La)= ottava giusta

La presenza di un intervallo di terza minore (=un tono e mezzo) tra il I e il III grado della scala è sufficiente a qualificare questa scala come "scala minore". La qualità minore di questa scala è inoltre rafforzata da numerosi altri intervalli minori in essa presenti (sesta, settima).

La scala eolia è anche detta "**scala minore naturale**", essendo, appunto la "più naturalmente minore" di tutte le scale modali, a causa di questa forte presenza di intervalli minori tra il primo grado e i successivi.

In arpa terapia, la scala eolia è utilizzata per esprimere un paesaggio emotivo **malinconico e sognante, triste ma non tragico**, adatto ad accompagnare momenti di **ansia e dolore fisico, psicologico o spirituale**.

La scala eolia è associata all'elemento acqua ed la migliore risorsa per le **ultime ore di vita**, specialmente se usata insistendo su note come il Si, il Re e il Fa accompagnate dal basso La, per creare un senso di **disorientamento** e mancanza di una melodia di senso compiuto, sensazioni utili per aiutare il malato a "lasciar andare".

E' bene alternare la scala eolia alla scala ionica, di carattere più neutro, in quei casi in cui, dall'osservazione delle reazioni dei presenti, emerga un'eccessiva accentuazione del clima deflesso e malinconico durante l'offerta di musica nel modo eolio.

L'intervallo che maggiormente si sposa con la scala eolia è l'**intervallo di terza**. E' quindi possibile produrre dei bicordi di terza, pizzicando due corde intervallate da una corda, con la mano destra, durante l'improvvisazione nel modo eolio. Le terze che si creano saranno maggiori

o minori a seconda delle coppie di note utilizzate.

I **giri armonici** efficaci per l'improvvisazione nel modo eolio sono i seguenti:

I - I - VII - I

I - I - IV - I

I - IV - V - I

La scala dorica ha molti intervalli in comune con la scala eolia, dalla quale differisce solo per la presenza di un intervallo di sesta maggiore, anziché minore, tra il I e il VI grado.

Questa particolare **presenza della sesta maggiore in una scala di per sé tendenzialmente minore, crea la sensazione di "anomia"** che proviamo quando nel suonare le note della scala di re dorico incappiamo nel Si.

A livello psicoacustico, ci aspetteremmo un Si \flat , perché il nostro cervello ha maggiore familiarità con la scala minore naturale (cioè eolia), che non con la scala dorica.

La nota "strana", il sesto grado, è anche responsabile della qualità **"arcaica"** che molti di noi riconoscono alla scala dorica.

In arpaterapia, la scala dorica è utilizzata per creare una sensazione di solido **radicamento alla materia e alla terra**, specialmente se abbinata a ritmi semplici binari (vedi paragrafo sul ritmo), contrastando sensazioni di mancamento e smarrimento temute dal paziente.

Questa scala è controindicata per il fine vita, in quanto non aiuta a "lasciar andare" il mondo materiale. Alcuni operatori la utilizzano tuttavia anche in questo contesto, a causa della forte connotazione spirituale che porta in sé.

La scala dorica è infatti il primo degli otto modi ecclesiastici, denominato "protus", utilizzato in molte melodie del repertorio gregoriano.

Gli intervalli che meglio si sposano alla scala dorica sono **le quinte e le quarte**, capaci di dare un senso quasi architettonico di verticalità monolitica.

Le **qualità arcaiche, spirituali e solenni** della scala dorica possono suscitare inquietudine e disagio in alcuni pazienti, soprattutto dopo un'esposizione di lunga durata a musica nel modo dorico.

In questi casi, l'osservazione attenta delle reazioni - che deve sempre essere praticata dall'arpaterapeuta - consiglia di passare ad una scala neutra, come quella ionica.

I **giri armonici** efficaci per l'improvvisazione nel modo dorico sono i seguenti:

I - I - VII - I

I - I - IV - I

I - IV - V - I

connotazione personale, caratterizzata da una solarità che evita la grande tensione tra il settimo grado e l'ottava, ponendo tra questi due gradi una distanza di tono e placando così il loro rapporto.

La sensazione che ne scaturisce, è quella di un dinamismo estatico e meditativo, diverso dal dinamismo razionale e direzionato della scala ionica.

In arpa terapia, la scala misolidia è associata a sentimenti di **spinta energizzante**, utile a supportare momenti decisivi di guarigione, **nascita, rinascita** e speranza.

La scala misolidia è associata all'elemento fuoco ed è del tutto inadatta nel fine vita e in tutte le condizioni che comportano aumento della temperatura corporea e febbre.

Sul piano psicoacustico e storico, anche la scala misolidia, come la scala dorica, porta un contenuto di arcaicità (è uno dei modi ecclesiastici) e spiritualità, generalmente percepito dalla maggior parte dei pazienti come meno cupo e solenne rispetto al modo dorico, in ragione della presenza di una "solare" terza maggiore.

I **giri armonici** efficaci per l'improvvisazione nel modo misolidio sono i seguenti:

I - I - VII - I

I - I - V - I

E' possibile, come per le altre scale, trovare altri giri che funzionano, facendo attenzione all'uso del IV grado in questa scala (il basso Do), che può essere fuorviante e portare involontariamente al passaggio dalla scala misolidia a quella ionica.

LA SCALA IONICA DI DO

Per "scala ionica di do" o "scala di do ionico", si intende una scala senza alterazioni che parte e finisce con la nota do, come segue:

Do, Re, Mi, Fa, Sol, La , Si, Do

In questa scala, priva di alterazioni, il Do è la nota fondamentale o tonica, e lo schema di toni e semitoni tra una nota e la successiva è il seguente:

I-II (Mi-Fa)= seconda minore (unico caso tra le scale qui studiate)

I-III (Mi-Sol#)= terza maggiore

I-IV (Mi-La)= quarta giusta

I-V (Mi-Si)= quinta giusta

I-VI (Mi-Do)=sesta minore

I-VII (Mi-Re)=settima minore

I-VIII (Mi-Mi)= ottava giusta

La mescolanza di intervalli maggiori e minori (in particolare la seconda minore), nonostante la presenza della terza maggiore, fa di questa scala una scala peculiare, fuori dagli schemi e poco classificabile come "maggiore" o "minore".

In arpa terapia la scala Hijaz è usata con parsimonia, data la sua alta valenza stimolante e la **passionalità** che esprime.

Rappresenta una risorsa preziosa in tutti quei casi in cui occorre portare un'**azione incisiva e fortemente energizzante**, o quando è necessario incontrare il gusto musicale di pazienti di **etnie** cui questo tipo di sonorità risulta familiare.

Questa scala stimola in particolare il muscolo **psoas**, sbloccando la **zona pelvica** e l'intestino, con effetto benefico ed energizzante per tutta la persona.

I **giri armonici** efficaci per l'improvvisazione nella scala Hijaz sono i seguenti:

I - I - II - I

I - IV - II - I

Il Ritmo e il Tempo

Data come premessa la presenza di un perpetuo "battito cardiaco" della musica, simile ad una serie ininterrotta di pulsazioni isocrone (=equidistanti nel tempo), si definisce ritmo l'**organizzazione gerarchica** di questi **battiti nel tempo**, suddivisi in accenti forti e deboli, in battere ed in levare, sulla base di schemi simmetrici e regolari o irregolari, reiterati nel tempo e sempre uguali anche nella loro eventuale irregolarità.

Dunque l'arpaterapia nei luoghi dedicati al benessere è una pratica molto diversa dall'arpaterapia clinica, ma costituisce un buon banco di prova per arpisti non ancora formati alla clinica, che desiderino sperimentarsi nelle tecniche oggetto del loro studio in ambienti meno estremi e rivolgendosi ad un pubblico generalmente ben disposto e consapevole dei benefici delle esperienze fondate sul suono.

Questa dispensa è dedicata a tutti coloro che, desiderosi di migliorare la propria vita e quella degli altri, si avvicinano al mondo dell'arpaterapia.

Il mio augurio è che possiate progressivamente approfondire e consolidare la conoscenza pratica e teorica di quell'universo sconfinato che è la musica, consapevoli che non si finisce mai di imparare.

Preparandovi con costanza ed integrità, vi sentirete pronti per offrire questo servizio ai sofferenti, i nostri più grandi maestri, di musica e di vita.

Silvia Maserati