

Tesina I anno

Psicoanalisi e Musica



Allievo

Alfio Alfredo Calandra

Docente titolare della materia

Dott.ssa Gabriella Vincenti

MMXXV

Premessa

La musica, come la psicoanalisi, è un'arte e una scienza che si fonda sull'esperienza dell'ascolto. Entrambe le discipline mirano a decifrare e a dare un significato a ciò che altrimenti resterebbe un flusso indistinto: suoni e silenzi da un lato, parole e non-detti dall'altro. Nella riflessione sul rapporto tra psicoanalisi e musica emerge, tuttavia, un dibattito significativo. I detrattori, infatti, mettono in discussione la solidità di questo legame, evidenziando la mancanza di prove empiriche concrete e sottolineando i rischi di un approccio eccessivamente interpretativo. Dall'altro lato, i sostenitori evidenziano invece il valore terapeutico e simbolico della musica, sottolineando come essa possa facilitare, appunto, la simbolizzazione e promuovere una comunicazione emotiva profonda. Per comprendere la complessità di questo processo interpretativo, è fondamentale partire dai meccanismi di base attraverso cui l'essere umano entra in contatto con la realtà, ovvero il meccanismo della *sensazione* e della *percezione*.

La *sensazione* è il processo mediante il quale entriamo in contatto con il mondo esterno, o con il nostro stesso corpo, attraverso i nostri organi di senso. La *percezione* invece è il processo che ci permette di rappresentarci e interpretare gli oggetti che cadono sotto i nostri sensi. Questa distinzione può sembrare netta se pensiamo alcune situazioni; ad esempio, una luce puntiforme al buio può essere un esempio accettabile di sensazione visiva, mentre per la visione di un volto parliamo piuttosto di percezione. Ma più si studiano questi due processi cognitivi, più diventa chiaro che la distinzione fra sensazione e percezione non è sempre netta. Quando infatti il più semplice stimolo cade sotto i nostri sensi possono intervenire dei processi che sono già di ordine superiore. Sia la sensazione sia la percezione sono dei processi attivi.

Un suono che colpisce il nostro orecchio crea una versione interna, cioè una rappresentazione. Il risultato è un mondo vissuto soggettivamente, a cui si dà il nome di *mondo fenomenico*. Un concetto va nettamente enunciato: neppure a livello di sensazione vi è corrispondenza precisa fra realtà fisica e realtà psicologica.

In altre parole, un oggetto del mondo esterno entra in contatto con i sensi e produce delle modificazioni che vengono interpretate dal nostro cervello secondo il suo specifico modo di funzionare, che non ha molto in comune con le leggi che regolano il mondo fisico. Maria Rosa Baroni, Valentina D'Urso *“Psicologia Generale”* - Piccola Biblioteca Einaudi – Giulio Einaudi Editore s.p.a. Torino 2012.

Un esempio indicativo è quello del suono: mentre la sua intensità fisica può essere misurata oggettivamente, la sensazione soggettiva varia in base allo stato emotivo, all'attenzione e al contesto. Lo stesso stimolo può dunque essere percepito come più o meno intenso, mostrando come la realtà psicologica non corrisponda mai in modo diretto a quella fisica e come ogni esperienza sensoriale sia il risultato di un'attività interpretativa del soggetto.

Psicoanalisi e musica: detrattori

Il rapporto tra psicoanalisi e musica non è stato, e non lo è tutt'oggi, immediato. Nelle fasi iniziali dello sviluppo della disciplina, la musica appariva un oggetto difficile da integrare, perché priva di significato semantico, a-simbolica e strutturata su una temporalità che sembrava poco compatibile con l'a-temporalità dell'inconscio freudiano. Freud stesso dichiarava una scarsa predisposizione all'ascolto musicale, attribuendola alla difficoltà di applicarvi un metodo analitico. Questo suo passo indietro di fronte all'indifferenziato del suono è stato letto da vari autori come il segno di una tensione interna alla psicoanalisi nascente, ancora impegnata a definire con precisione il proprio campo di pertinenza. La costruzione teorica richiedeva infatti confini chiari: l'attenzione era rivolta all'inconscio rappresentabile (o “pensabile” come direbbe Bion) e alle vicende della sessualità infantile, lasciando ai margini forme espressive non facilmente traducibili in simboli. In questo quadro, il linguaggio musicale risultava difficilmente integrabile, poiché privo di un contenuto semantico stabile e non immediatamente avvicinabile con gli strumenti interpretativi dell'epoca (Ludovica Grassi (2022); *“L'inconscio Sonoro – psicoanalisi in musica”* pagg. 26-27).

Oltre a Freud, anche altri psicoanalisti storici mostrarono una certa diffidenza verso l'uso della musica in psicoterapia. Josef Breuer, ad esempio, era cauto nei confronti di esperienze emotive non verbalizzabili, come il transfert (*cfr. infra*), e la musica rientrava in questa categoria di fenomeni difficili da trattare con strumenti basati sulla parola (Breuer, J., & Freud, S. (1895). *Studien über Hysterie*. Leipzig: Deuticke)¹.

Infatti, molti autori, hanno interpretato il passo indietro di Freud di fronte al linguaggio musicale asemantico come simile al ritiro di Breuer davanti all'irruzione del transfert. In entrambe le situazioni ci si trova di fronte a esperienze emotive non pienamente rappresentabili simbolicamente: il transfert², almeno inizialmente, si manifesta come un flusso di emozioni intense non mediato dalla parola, mentre la musica trasmette sensazioni e affetti senza significati stabili o concetti interpretativi. In entrambi i casi, la difficoltà principale risiede nell'assenza di strumenti analitici adeguati per dare forma simbolica a queste esperienze.

Parafrasando il pensiero di Lacan, che comunque non assume posizioni ufficiali contro l'utilizzo della musica in psicoanalisi, si può osservare come tuttavia egli fosse piuttosto diffidente. Secondo Lacan, infatti, l'inconscio è strutturato come un linguaggio e il lavoro analitico si realizza principalmente attraverso la parola e i significanti. La musica, non essendo un linguaggio in questo senso, non agisce sulla catena significante e rischia quindi di bypassare il lavoro simbolico centrale dell'analisi. In altre parole la musica non permette di operare sul linguaggio inteso come strumento privilegiato per comprendere e trasformare l'inconscio (Régnauld, François. "Psychoanalysis and Music". In *The Symptom* 11. (pubblicato su lacan.com).

Più in generale, molti psicoanalisti storici non hanno considerato la musica uno strumento centrale nella cura perché la psicoanalisi si fonda sulla parola e sui simboli, attraverso i quali l'inconscio può essere interpretato. La musica, priva di significati stabili e non facilmente traducibile, non permette di lavorare direttamente su questo

materiale. Inoltre, può suscitare emozioni intense senza offrire strumenti concreti per la loro trasformazione clinica. In generale, la musica è stata considerata poco adatta non per un rifiuto esplicito, ma perché non si integrava con gli strumenti verbali e simbolici della pratica psicoanalitica.

Psicoanalisi e musica: sostenitori

Come può dunque la psicoanalisi, non per niente denominata *talking cure*, essere associata ad un'arte, quella musicale, per la quale la parola è superflua? In realtà la crescente rivalutazione del non-verbale ha progressivamente ridotto lo scarto esistente tra musica e psicoanalisi.

Con l'evoluzione della psicoanalisi, l'approccio tradizionale ha iniziato a cambiare. Grazie al contributo di autori come W.R. Bion e I. Matte Blanco, l'inconscio non è più visto come un codice da decifrare, nascosto dietro simboli o contenuti rimossi, ma come un mondo caotico, "a-simbolico", che gradualmente si mentalizza. È un "modo di essere" diverso dalla coscienza: non parla, non possiede un linguaggio proprio, non ha messaggi segreti da svelare. Per manifestarsi, ha bisogno di una **lingua "in prestito"**, di forme che lo rendano pensabile e dicibile.

Questo cambia profondamente il rapporto tra arte e psicoanalisi. Prima, l'analisi si concentrava sull'opera d'arte per scoprirne un significato nascosto, la storia dell'autore o un messaggio profondo. Oggi, invece, l'arte diventa un mezzo per aiutare l'inconscio a esprimersi: offre forme e linguaggi nuovi che permettono a ciò che è muto, caotico o impensabile di diventare comprensibile. In questo senso, non è chiaro se siamo noi a interpretare l'inconscio o se sia l'inconscio stesso a servirsi di noi per creare la *propria lingua*, usando la nostra mente come strumento.

Sul piano clinico, la costruzione linguistica è cruciale in casi come psicosi o sindromi borderline, dove le capacità verbali sono limitate. Qui non si tratta di decifrare un testo già scritto, ma di costruirne uno insieme. L'analista aiuta il paziente

a inventare forme simboliche, parole, gesti, suoni, immagini per esprimere emozioni che altrimenti non potrebbero essere dette. L'analisi diventa così un lavoro creativo a due, per dare senso a ciò che è impensabile o non ancora detto (Di Benedetto Antonio (2002); “Prima della parola – *L'ascolto psicoanalitico del non detto attraverso le forme dell'arte*” – Franco Angeli Editore).

Secondo Susanne Langer, la musica possiede la straordinaria capacità di trasformare l'esperienza emotiva grezza in forme percepibili e condivisibili, realizzando così un passaggio dall'a-simbolico al pre-simbolico. L'a-simbolico indica ciò che esiste come emozione o sensazione dentro di noi, ma che non può ancora essere espresso o rappresentato: è il puro sentire, spesso confuso e difficile da raccontare. Il pre-simbolico, invece, rappresenta il livello in cui l'emozione comincia a trovare una forma percepibile, senza essere ancora verbalizzata o completamente concettualizzata; in altre parole, rende l'esperienza interna ascoltabile o percepibile, pronta a diventare simbolo o parola. Questo concetto richiama il pensiero di Bion, che distingue tra elementi beta ed elementi alfa. Gli elementi beta sono esperienze emotive crude, frammentarie, difficili da pensare o rappresentare, e corrispondono all'asimbolico. La funzione alfa è il processo mentale che trasforma questi elementi beta in elementi alfa, rendendoli pensabili, percepibili e utilizzabili nella costruzione di significati. Gli elementi alfa, analogamente al pre-simbolico di Langer, costituiscono il materiale su cui si può lavorare simbolicamente, permettendo di dare forma e continuità alle emozioni e alle esperienze interne. La musica agisce proprio su questo passaggio: le emozioni asimboliche del compositore o del musicista vengono tradotte in suoni organizzati, ritmi e melodie, e chi ascolta percepisce queste forme sonore riconoscendo i movimenti emotivi sottostanti senza bisogno di parole. In questo senso, la musica diventa pre-simbolica, offrendo all'ascoltatore – o all'analista, in un contesto psicoanalitico – un contatto diretto con il significato affettivo profondo dell'esperienza, aprendo uno spazio in cui le emozioni grezze iniziano a prendere forma e a essere comprese. Così, la musica non si limita a evocare sensazioni, ma mostra concretamente come un linguaggio non verbale possa rendere

percepibili emozioni asimboliche, costituendo un ponte verso la simbolizzazione e verso la possibilità di raccontarle, pensarle e integrarle nella coscienza, in modo del tutto analogo al lavoro della funzione alfa in psicoanalisi.

Theodor Reik considera la musica come un linguaggio dell'inconscio, capace di esprimere emozioni, conflitti e desideri che sfuggono alla parola. Secondo Reik, le esperienze emotive profonde, se non trovano una via di espressione, rimangono bloccate o sommerse nell'inconscio; la musica, invece, offre un canale privilegiato per far emergere questi contenuti senza doverli necessariamente verbalizzare. Reik sottolinea due aspetti principali: il carattere interpretativo della musica e la sua funzione come rivelatore di significati nascosti. Come nell'analisi, chi esegue o ascolta musica non si limita a ricevere passivamente i suoni, ma li interpreta, cogliendo i movimenti emotivi e i significati impliciti che il compositore ha lasciato nella composizione. In questo senso, la musica diventa uno strumento di scoperta psichica: permette di percepire conflitti, desideri o tensioni inconsce, che altrimenti resterebbero inespressi. Reik evidenzia anche il valore della musica nella relazione tra esecutore e ascoltatore. Proprio come nella psicoanalisi l'incontro tra analista e paziente produce conoscenza e trasformazione, la musica si realizza pienamente solo quando viene interpretata da un esecutore e percepita da un ascoltatore, generando un'esperienza condivisa che rende tangibile l'invisibile del mondo emotivo. Quindi per Reik la musica è un mezzo privilegiato per far emergere l'inconscio, un linguaggio che rende percepibili emozioni e significati nascosti e che funziona, in analogia con la psicoanalisi, come strumento di interpretazione e comprensione della psiche. (Sacchi, Duccio (2010). Theodor Reik e il "terzo orecchio": un'introduzione all'ascolto psicoanalitico. Torino: Centro Scientifico Editore).

Haunting Melody – Caso Clinico

Un contributo particolarmente significativo a sostegno del legame tra psicoanalisi e musica proviene dal lavoro di Theodor Reik, che nel saggio *The Haunting Melody* (1953) presenta un caso clinico divenuto emblematico per comprendere la funzione psichica della musica.

Reik descrive un paziente tormentato da una melodia ricorrente, una sorta di motivo ossessivo che si imponeva alla mente senza che il soggetto fosse in grado di attribuirgli un significato o di ricondurlo a un ricordo preciso. La melodia non veniva trattata come un indizio da decifrare, né come un contenuto simbolico da interpretare secondo una logica analogica; rappresentava piuttosto una modalità attraverso cui un affetto antico, non ancora pensabile, cercava una forma di emergenza psichica. Reik osserva che la qualità emotiva del motivo musicale (malinconica, supplichevole, quasi implorante) anticipa e rispecchia un nucleo affettivo rimasto pre-verbale: la nostalgia per una relazione primaria segnata da distanza e perdita. Nel corso dell'analisi, il paziente inizia infatti a collegare la tonalità della melodia a vissuti infantili di separazione, rendendo accessibile un dolore che non aveva mai potuto essere simbolizzato. La comprensione non deriva da un'interpretazione cognitiva, ma dalla possibilità di trasformare un'esperienza sonora insistente in un pensiero dotato di forma.

La musica, in questo caso, agisce come un dispositivo di traduzione tra l'asimbolico e il rappresentabile, anticipando concetti che saranno poi sviluppati da Bion nella teoria della funzione alfa. Il motivo cessa di perseguitare il paziente solo quando il contenuto affettivo sottostante viene riconosciuto e integrato, a conferma che l'esperienza musicale può costituire un canale privilegiato per l'emergere e la trasformazione di stati emotivi profondi.

Il caso clinico descritto da Reik offre dunque una prova concreta del modo in cui la musica può operare all'interno del processo analitico, non come commento

estetico, ma come forma originaria di pensiero affettivo, capace di favorire la simbolizzazione laddove il linguaggio verbale non è ancora disponibile (Reik, Theodor (1953). *The Haunting Melody: Psychoanalytic Experiences in Music*. New York: Farrar, Straus & Young).

Conclusioni

Anche se il dibattito tra detrattori e sostenitori sull'uso della musica in psicoanalisi resta aperto, non si può ignorare l'apporto significativo che essa può offrire. La musica, in quanto portatrice di emozioni profonde e di esperienze affettive spesso inaccessibili alla parola, costituisce uno strumento prezioso per favorire la percezione, la simbolizzazione e l'integrazione dei contenuti interiori. Pur essendo ancora una dimensione da indagare, la sua considerazione all'interno del contesto psicoanalitico appare, a mio avviso, non solo legittima, ma necessaria.

Note

¹ Il libro *“Studien über Hysterie”* racconta come Breuer si trovò in difficoltà di fronte all'emergere di emozioni intense della paziente (Anna O.) che non potevano essere immediatamente trasformate in contenuti simbolici interpretabili.

² Il transfert può emergere inizialmente come un nucleo affettivo intenso, spesso poco simbolizzato, che solo successivamente trova forma nella parola e nella relazione analitica. Bion sostiene che gli affetti possono emergere allo stato grezzo (“elementi beta”), non ancora pensabili né rappresentabili, e solo nella relazione diventano trasformabili in pensiero e parola (“funzione alfa”). (Bion, W. R. (1962). *Learning from Experience*. Heinemann).

Bibliografia

Bion, W. R. (1962). *Learning from Experience*. Heinemann;

Breuer, J., & Freud, S. (1895). *Studien über Hysterie*. Leipzig: Deuticke

Di Benedetto Antonio (2002); “*Prima della parola – L’ascolto psicoanalitico del non detto attraverso le forme dell’arte*” – Franco Angeli Editore;

Ludovica Grassi (2022); “*L’inconscio Sonoro – psicoanalisi in musica*” pagg. 26-27

Maria Rosa Baroni, Valentina D’Urso; “*Psicologia Generale*” - Piccola Biblioteca Einaudi – Giulio Einaudi Editore s.p.a. Torino (2012);

Régault, François. “*Psychoanalysis and Music*”. In *The Symptom II*. (pubblicato su lacan.com)

Reik, Theodor (1953). *The Haunting Melody: Psychoanalytic Experiences in Music*. New York: Farrar, Straus & Young;

Sacchi, Duccio (2010). “*Theodor Reik e il “terzo orecchio”*”: un’introduzione all’ascolto psicoanalitico. Torino: Centro Scientifico Editore;