

# La voce è la gioia dell'animo

(Versione più estesa)

Il Canto Gregoriano nasce nel secolo VIII, a Metz, in Lorena, dall'incontro tra la tradizione liturgico-musicale romana e quella gallicana (francese) a sostegno e ornamento di testi liturgici per la gran parte di origine biblica. Tuttavia anche una analisi superficiale fa intuire radici musicali ben più profonde, ad esempio nella tradizione della preghiera cantata dell'ebraismo e attraverso di essa nella dimensione sonora dell'oriente religioso e profano. Di questi legami sono testimonianza, tra l'altro, le scale arcaiche pentatoniche.

La crescita del C.G. avviene gradualmente, nell'ambito di una grande riforma delle feste e delle cerimonie liturgiche, sotto la spinta del Re dei Franchi Pipino e poi di suo figlio Carlo Magno con la collaborazione dei dotti dignitari della loro corte, primo fra tutti il vescovo Crodegango di Metz (+ 766) ma assieme a lui, possiamo legare anche nomi famosi come quelli di Alcuino di York (+ 804) e di Paolino d'Aquileia (+ 802).

Il repertorio nei secoli si è allargato e modificato diventando il canto liturgico universale della chiesa di lingua latina. La complessità delle formule melodiche e l'allargamento incredibile del numero dei brani e delle forme musicali ne ha favorito una precoce decadenza, aggravatasi nei secoli, nonostante i ripetuti tentativi di riforma.

Dopo un'ennesimo sfortunato e maldestro intervento di correzione, tentato in seguito alle richieste del concilio di Trento (1542-1563), le edizioni ufficiali a stampa riportano, al posto delle melodie originali, soltanto striminziti moncherini che non hanno più alcun rapporto con gli originali. Ormai le scritture neumatiche sono, anche per i musicisti, illeggibili e le antiche melodie risultano del tutto incomprensibili o per lo meno superflue.

Appena nel secolo XIX i monaci benedettini, specialmente quelli di Solesmes (Francia), dopo studi seri e documentati su più di 3000 codici manoscritti, ridanno una veste dignitosa ad un repertorio ormai divenuto irriconoscibile e forniscono, tra gli ultimi anni dell'800 e i primi anni del '900, alle comunità cristiane un repertorio, in buone edizioni musicali, presto universalmente noto e praticato.

L'ingresso delle lingue locali nella liturgia, negli anni '60 del secolo appena trascorso, spinge il Canto Gregoriano fuori dalle chiese; ma l'amore e la nostalgia di molti per questa altissima eredità artistica e storica ne hanno mantenuto vivo il ricordo e la pratica, grazie anche agli studi appassionati di tanti ricercatori e alle esecuzioni di numerosi cori, soprattutto laici.

I monaci benedettini, sulla base dei loro studi semiologici e della pratica liturgica quotidiana, hanno potuto ricostruire con buona approssimazione anche uno stile di canto, divenendone in breve tempo un modello con cui confrontarsi. Sulla base dello studio e dell'ascolto di questo **canto gregoriano ricostruito**, alcuni studiosi del **canto religioso** hanno formulato delle teorie molto interessanti: Marius Schneider, per quanto riguarda l'origine e lo scopo del canto in assoluto e di quello religioso in particolare, dom Joseph Gajard sullo scopo della preghiera cantata e sul modo di eseguirla e Alfred Tomatis sulla funzione terapeutica dell'ascolto e dell'esecuzione del canto gregoriano. J. Goldman in anni più recenti, approfondisce il discorso sul rapporto tra cantare Gregoriano bene e salute e Serge Wilfart infine, sulla base del suo metodo di canto, traccia nella teoria e nella pratica le linee di un canto-preghiera, radicato in una crescita umana totale ed equilibrata.

**Marius Schneider**, Musicologo tedesco (1903 – 1982), ha dedicato i suoi studi iniziali alla comparazione tra la polifonia extraeuropea e quella europea medievale, dedicandosi, poi, allo studio dell'origine delle tradizioni popolari, alla ricostruzione delle antiche cosmogonie e alla ricerca delle relazioni esistenti tra l'architettura medievale e la musica. Nella sua opera, *Il significato della musica*, egli inserisce un saggio apparso già nel 1936 e dedicato a *Il Canto Gregoriano e la voce umana*.

Fin dall'inizio egli prende le mosse da una illuminante definizione del Canto Gregoriano: "Il canto gregoriano è una forma di orazione, pertanto la sua essenza non si può cogliere per un tramite puramente musicale ma soltanto attraverso la pratica stessa dell'orazione. Esso occupa un termine medio tra la lettera pronunciata della preghiera e la pura contemplazione mistica, poiché si basa su parole concrete il cui senso logico sottende in certi casi ed in altri amplifica, fino ai confini del pensiero iperlogico."

Per far meglio capire quanto grande è la forza del C.G. e in che modi essa si esprime, lo Schneider ricorre ad una metafora presa dall'esperienza (molto nordica) dell'acqua incanalata e trattenuta da una chiusa. Ecco le sue parole:

"Il carattere più specifico del C.G. è la capacità di arginare le forze della devozione, *come una chiusa*, per incanalarle modellandole, dopo averle prima sollevate di livello e poi averle messe in movimento. Dinanzi a questa metafora l'immaginazione romantica sarebbe tratta a raffigurarsi una piena di sentimenti repressi i quali, all'apertura dei due battenti della chiusa, precipiterebbero liberi e appassionati come un fiume torrenziale fuor dalla sua prigione."

Continuando, così chiarisce il significato della metafora: "Il C. G. non racchiude nulla di patetico o violento, e neanche di blando o dolce. Il sentimento non gli dà né origine né corpo, ma anzi ne costituisce soltanto l'ombra, cioè una conseguenza. Il C.G. è un *cammino*, un mezzo di trasporto. Il simbolismo pre-cristiano lo avrebbe chiamato un *carro*, una *nave* o un *fiume* sul quale avrebbero camminato le *luminose sillabe sonore*."

Lo Schneider poi, addentrandosi nelle pieghe dell'immagine dell'acqua la cui forza viene trattenuta e incanalata, spiega nei particolari come l'accostarsi al C.G. deve essere preceduto da un *profondo lavoro di consapevolezza e purificazione*.

"Nella nostra metafora i due battenti della chiusa simboleggiano *la cultura religiosa e il dominio di sé stessi*, che contengono le acque di un lago formato dalla pioggia della *grazia divina* e dai fiumi che dagli alti monti del *raccoglimento* corrono al deposito del *subconscio*. La superficie comincia a sollevarsi e a cantare allorché la piena fa traboccare le acque della chiusa dopo aver depositato sul fondo tutte le materie impure." Infatti poco più avanti nota: "All'opposto della musica romantica, ... il canto gregoriano ha una castità ed un carattere (per la concezione musicale moderna) troppo riservato." ... "La forza espressiva del Canto Gregoriano non si afferma col parossismo, ma **con la sobrietà, la sincerità, la cortesia e la castità delle sue formule.**"

Il grande filologo, dopo aver delineato il percorso di maturazione dell'esecutore, si addentra in dettagli tecnici di estremo interesse riguardanti i *neumi* e il *testo sacro*:

"E' ovvio che per potersi dedicare alle linee melodiche del canto gregoriano è imprescindibile possederle tecnicamente, cosa, impossibile a raggiungersi in una o in quattro letture rapide, ottenibile soltanto con uno studio coscienzioso. Dobbiamo abituarci ad ogni suono e ad ogni gruppo di suoni, come un cieco scopre un oggetto progressivamente palmandolo con la massima cautela. Una volta compenetrati dalle formule melodiche di questo canto, ci si impone il suo ritmo e subito mutiamo atteggiamento, essendo trasportati in una zona superiore alla nostra personale e limitata fantasia. Data l'unione specificatamente gregoriana della lettera e della musica, la nostra attenzione si rifugia subito in parole che dianzi parevano di scarsa importanza e trascorre su altre che sembravano occupare il primo posto. **Così forte è il rilievo che la linea melodica conferisce alla lettera, che il canto, a volte, sembra abbia la funzione di una esegesi mistica. Il suo compito specifico consiste nel perpetuare la parola nel suono e nel dare la giusta misura alla parola rivolta a Dio.**"

A proposito dello scopo del canto religioso ed in particolare del canto gregoriano egli fa alcune dovute distinzioni: "Ci sono canti rituali con gridi di fiere ed alte voci, i cui ritmi progressivamente accelerati creano nel cantore uno stato di estasi violenta;... ce ne sono altri, di pura magia, i quali mediante un canto monotono e percotente pretendono di esercitare un'influenza diretta sugli dei e sulle forze della natura." ... "Il canto gregoriano non ha queste pretese di potenza: chiama Dio addormentato (Exsurge, quare obdormis Domine? – Destati, perché dormi, o

Signore?), però col dovuto rispetto. Sa perfettamente che tutto dipende dalla grazia divina e pertanto non tenta con la sua supplica di esercitare una violenza.”

La sua analisi continua delineando i poteri di questo canto misterioso ed a conferma di ciò, cita l'opinione di alcuni grandi Padri.

Di S. Agostino cita una famosa frase delle *Enarrationes in psalmos* (99,4): “ Qui iubilat, non verba dicit, sed sonus quidam est laetitia sine verbis; vox est enim animi diffusi laetitia, quantum potest, experimentis affectum, non sensum comprehendentis”. – Quindi “lo júbilus è la gioia senza parole” e “la voce è la gioia di un animo che trabocca”.

Le citazioni dei padri continuano con Atanasio e Ilario di Poitiers. Atanasio (Epist. ad Marcell.,28) testimonia che **“la salmodia ben cantata infonde una forza moralizzatrice straordinaria e questa forza non si comunica soltanto ai cantori ma anche agli ascoltatori che, col debito consenso interiore, si abbandonano al ritmo delle orazioni cantate”**. Ilario di Poitiers (Proleg. in libro psalm., cc. 19-20) dice che le orazioni chiamate semplicemente “salmi” fomentano le buone opere, mentre i salmi detti “cantici” respirano qualcosa del sapore celeste. Però nella “salmodia”, e cioè nel salmo cantato, si compenetrano il sapere e l'operare, e pertanto la salmodia costituisce un'espressione di fede attiva.

Anche S. Gregorio e S. Basilio considerano la salmodia un'unione della fede contemplativa e di quella attiva. Con il tempo, il termine *psallere* (cantare i salmi) finì col diventare sinonimo di *vivere cristianamente* o di eseguire gli ordini divini mediante le buone opere.

Così il musicologo tedesco sintetizza, in fine, quanto approfondito dai commentari dei Padri:

” Essendo la salmodia la forma più arcaica del Canto Gregoriano, sembra legittimo dedurre che la sua ideologia corrisponda a ciò che questo canto significa primitivamente: il sacrificio dell'individualismo compiuto col cantore nel coro (cioè il sacrificio dell'álito vitale), al fine di schiudere il cammino allo Spirito Santo, di compiere opere buone e vivere cristianamente.

Anche in un'altra sua opera e precisamente in “ *Le pietre che cantano*”, (un saggio sulla musica descritta in tre chiossi spagnoli) lo Schneider, affrontando il problema del canto nella Chiesa, così si esprime:

“ E' accertato che i Padri della Chiesa e molti teologi medievali combatterono la musica profana: ma sarebbe del tutto falso trarne la conclusione che essi, in genere, abbiano tollerato malvolentieri la musica nel culto. E' vero piuttosto il contrario nel caso della musica religiosa, in cui trovava espressione la *moralitas artis musicae*.

Anche numerose idee precristiane sopravvivono nel Medioevo. L'eredità antica ( e preantica) della musica delle sfere celesti, con la quale il Creatore ordinò il cosmo come armonia, e l'analogia dei rapporti numerici e cinetici che intercorrono tra l'armonia universale e l'anima umana, è rimasta viva anche nel medioevo cristiano. I Padri della Chiesa interpretano la musica delle sfere come il canto delle legioni celesti.

Non meno importante è il suono per gli gnostici. Sia nel *Corpus hermeticum*, sia negli *Atti di Giovanni* (Atti Apocrifi) incontriamo nuovamente l'antica concezione della musica come cibo, concezione che troviamo continuamente nei *ṛgveda*.

Secondo Giovanni Crisostomo (*Epist. ad Coloss. III, 9,2*) e Gregorio (*Hom. In Ezechiel, 1,1*) il salmo cantato pervade tutte le sfere, l'inno, invece, è rivolto soltanto a forze mediatrici.

L'uomo che, ascoltando la musica, si ricorda delle armonie celesti che la sua anima percepì già prima della nascita del corpo (Giamblico, *De myst. Lib.*) e Proclo (*Comm. In Euclid.*), diventa egli stesso strumento musicale, di cui Dio si serve per annunciare la sua parola. Un tale strumento musicale è soprattutto il Cristo Crocifisso, che è definito da Agostino (*Serm. 363,4*) un tamburo che canta, ossia pelle destinata al sacrificio, da cui sgorga il canto della grazia (*In ligno ...caro extenditur, ut tympanum fiat et ex cruce discant suavem sonum gratiae confiteri*)”.

Così lo Schneider conclude il suo *excursus* sul rapporto tra i Padri e la musica e il canto, citando Nicomaco, Porfirio e altri: “ Solo a pochi uomini tuttavia è concesso percepire chiaramente la

musica della grazia o entrare in rapporto con i celesti mediatori che ricevettero un riflesso della musica celeste e che per primi portarono la musica sulla terra”.

**Dom Joseph Gajard**, musicologo francese e monaco benedettino, (1885 – 1972), direttore degli studi di paleografia nell’abbazia di Solesmes e, dal 1914, direttore dei cori della stessa Abbazia, scrisse numerose pubblicazioni sul ritmo nel canto gregoriano e collaborò alla edizioni ufficiali di libri liturgici con musica.

Nel libretto *Il metodo di Solesmes*, al di là delle polemiche datate e superate, egli fa costante riferimento alla pratica corale ed alla preghiera liturgica e afferma che solo in esse si è in linea con la consacrata tradizione che vuole il canto gregoriano preghiera. A questo proposito egli, nelle prime pagine, cita le parole di Mons. Anglès: “ Bisogna che la ricerca nei manoscritti musicali sia unita alla pratica corale assidua, ed alla vita liturgica praticata ogni giorno. Il musicologo potrà possedere tutta la scienza storica e paleografica; ma se egli non pratica e, nello stesso tempo, non vive la vita liturgica ed il culto divino della Chiesa, io non credo che egli possa dare delle direttive e schiarimenti sulla questione della esecuzione della melodia gregoriana al momento presente”. Verso la parte finale dello scritto egli detta alcune regole di stile che mi sembrano ancora di estrema attualità.

La prima regola, a cui fa riferimento, è quella del legato. “Il legato- dice dom Gajard – è una caratteristica dell’arte gregoriana, che è anzitutto *preghiera* e rifiuta per principio tutto ciò che potrebbe turbare il raccoglimento e la pace.”

La seconda è quella della ‘dolcezza delle note superiori’. “ E’ incontestabile che il canto dolce delle note acute contribuisce in gran parte ad assicurare al canto un valore religioso, in quanto implica la scomparsa della persona dell’ “ io “, davanti a Colui al quale e per il quale canta”. Allargando il tema, poi, si inoltra in dettagli tecnici e spiega come evitare di mettere troppo in evidenza la nota acuta, cantando troppo forte, o di non cantarla affatto, per troppo smorzando.

La terza regola, prendendo in considerazione le “distinzioni” verbali o melodiche, pone l’accento sul fraseggio. Ecco le parole dell’autore: “ Non si tratta di emettere dei suoni successivi... ..la musica è un linguaggio...il canto è un atto di intelligenza e non un esercizio vocale, esso deve essere eseguito umanamente, *in modo umano* (in corsivo nell’originale) e mettere in opera tutte le forze vive dell’interprete ”.

Nella conclusione, ed è questa la parte che mi preme più sottolineare sintetizzando il suo pensiero, egli definisce il canto gregoriano una preghiera, un modo per andare a Dio. Per questo motivo, esso deve essere eseguito con molto rispetto della tecnica e dello spirito, evitando, da una parte, ciò che può togliere fermezza, nobiltà e purezza e dall’altra ciò che può renderlo rigido.

Le regole di tecnica assicurano l’ordine e la pace, l’unità e la vita; le regole di stile correggono ciò che potrebbe esservi di troppo austero, di troppo meccanico nell’osservanza della tecnica e introducono quel elemento di immaterialità e di spiritualità che si addice così bene a questo linguaggio spirituale che è la preghiera.

I due aspetti di arte e preghiera nel Canto Gregoriano sono intimamente legati per ottenere sobrietà, robustezza, serenità, discrezione, perfetto equilibrio e raggiungere profondità e interiorità.

E ancora, se le regole tecniche e di stile sono essenziali, altre disposizioni sono richieste dall’interprete, quelle stesse disposizioni che la melodia Gregoriana traduce così perfettamente: disposizioni di umiltà vera, fede e amore.

Soltanto a tutte queste condizioni essa può produrre nelle anime i suoi frutti benedetti di pace e di santificazione, e diventa non solamente una sorgente inesauribile di gioie artistiche profonde, ma ancora uno strumento meraviglioso capace di formazione interiore, morale e soprannaturale, e di fecondo apostolato.

**Alfred Tomatis**, otorinolaringoiatra francese, recentemente scomparso, inventore del metodo che porta il suo nome, ha scelto il canto gregoriano, assieme alla musica di Mozart, come parte fondamentale degli ascolti rieducativi e curativi. Nel libro *Ascoltare l’universo* parlando del

**suono sacro**, dopo averne definito la sacralità secondo la visione degli antichi e dopo aver descritto il frutto del canto dell' "Ohm" per gli indiani, ci offre quanto egli pensa del C. G. e del potere terapeutico del suo suono:

“ Tra i suoni sacri, il canto gregoriano occupa certamente un posto di prestigio. E' uno dei più preziosi fra i canti che portano al sacro....Se è vero che non esiste un suono sacro di per sé, del gregoriano tuttavia possiamo dire che è quello che meglio prepara l'anima ad aprirsi a Dio. E' noto che durante le mie sedute di educazione all'ascolto utilizzo essenzialmente brani di Mozart e di gregoriano dell'abbazia di Solesmes. Ho spesso spiegato questa mia scelta. Oltre al fatto che vi trovo un piacere che si rinnova sempre, sono stato indotto a privilegiare questi due universi musicali perché i risultati riscontrati durante gli esercizi di educazione all'ascolto erano di gran lunga i più notevoli. Lo erano rispetto a quelli riportati con altre composizioni musicali; inoltre la continuità delle risposte agli effetti indotti dai suoni è tale che si conoscono in anticipo le reazioni che gli interventi provocheranno. Queste due considerazioni mi sono parse sufficienti a giustificare il loro impiego sistematico”.

“Quando il canto gregoriano raggiunge un grado di esecuzione ottimale, come sotto la direzione di dom J. Gajard, maestro del coro dell'abbazia di Solesmes, durante le sedute di educazione uditiva, il cui scopo è di accrescere le possibilità di apertura dell'orecchio, dà effetti praticamente identici in tutti coloro che lo ascoltano. Il soggetto **si sente immediatamente più tonico** e al tempo stesso si raddrizza e **ritrova effettivamente la sua verticalità**”.

“Bisognerebbe dunque , continua il Tomatis, auspicare un ricorso quotidiano al canto gregoriano, ma sappiamo che un'incomprensibile decisione della Chiesa ha sospeso questa modalità espressiva, così che oggi sono rari i luoghi in cui il canto gregoriano rapisce e sostiene ancora il fedele nella preghiera.

Oggi si registra una vera infatuazione per il gregoriano al di fuori della Chiesa. Questo orientamento è dei più felici, perché **il gregoriano è alla portata di tutti coloro che vogliono acquisire un'insospettata energia e desiderano aprirsi alla loro propria dimensione metafisica.**”

Alla luce della sua esperienza professionale e delle ricerche condotte sulla natura e sviluppo dell'ascolto A. Tomatis può ora avventurarsi nella definizione di “ Canto Sacro “.

“ Ormai siamo in grado di comprendere meglio i suoni sacri. Quanto basta per affermare che hanno innegabilmente delle qualità intrinseche e che le devono ad una ragione principale: sono fonti di energia. Infatti la corteccia cerebrale del meditante ha bisogno di un tono straordinario per lanciarsi nella ricerca del divino, e il mantra o il canto gregoriano glielo procurano. Porteranno colui che li recita allo stato di preghiera che egli cerca. La ripetizione regolare di questi suoni dinamizzanti permetterà di calmare le onde di fondo che agitano la sua anima vacillante.

Quasi non vi è differenza fra la produzione di un mantra e lo stato particolare indotto dalla preghiera, quale essa sia. Questa, come il suono sacro, può essere paragonata ad un modo energetico che provoca l'accelerazione del pensiero e trasporta il meditante là dove l'Ineffabile manifesta la propria presenza.

E' vero che l'orante dispone generalmente di poche informazioni e che è con i propri mezzi che cerca di accedere alla preghiera. Questo è certamente un peccato, almeno all'inizio dell'esperienza. Sarebbe molto più utile potergli suggerire quali disposizioni di spirito dovrà assumere. Infatti, anche i minimi dettagli riguardanti la **postura corporea** o l'**atteggiamento mentale** avranno la loro importanza.

A questo punto, a chi fosse intenzionato di proseguire nella ricerca sulla voce e sull'ascolto, suggerisco di studiare anche l'altro testo del Tomatis citato a conclusione dell'articolo.

**Jonathan Goldman**, in *Il potere dei suoni*, ricorda che la musica nelle chiese era stata bandita perchè strumento di godimento sensuale ed era rientrata come preghiera cantata, fin dagli inizi. Nell'evoluzione del canto, nella liturgia, il secolo VIII° fu certamente il punto più alto

nell'uso consapevole di tutte le potenzialità della musica ed è di questo periodo il riflettere, quasi prodigioso, del canto gregoriano.

Una testimonianza ci viene portata a conferma dei benefici influssi del cantare gregoriano, dal sorgere di problemi di salute nei monaci che, dopo la riforma liturgica degli anni '60, avevano smesso di cantarlo.

Sono noti agli studiosi gli studi sull'influsso della musica ed in particolare del canto gregoriano, legati alla ricerca in psico-neuro-immunologia. A proposito di questo argomento cito soltanto un illuminante articolo del professor **Franco Panizzon**, apparso nella rivista Medico e bambino nel maggio del 1997.

All'inizio egli così si esprime: "Io non ho argomenti per dire che cantare guarisce; posso dire soltanto che è possibile che cantare guarisca e cercare di spiegare il come". E, più avanti, dopo aver descritto i processi che avvengono nelle due esperienze che vanno sotto il nome di *euforia del buon samaritano* e di *euforia del maratoneta* con l'entrata in circolo di sostanze come le endorfine, l'ormone ACTH e la prolattina, egli afferma: "Non ci sono dubbi sul fatto che il canto abbia a che fare con la produzione di queste molecole." Per spiegare come questo possa avvenire egli fa riferimento a quattro diverse situazioni che nel canto si realizzano; l'effetto specifico della musica, il significato espressivo del canto, l'importanza della disciplina nel canto e il significato specifico del cantare in coro. E addentrandosi nei meandri del mito e della storia egli aggiunge: "tra tutte le manifestazioni artistiche, la musica è certamente la più antica, la più primordiale e quella che più è in grado di sciogliere i cuori."

Avviandosi verso la conclusione del suo articolo così sintetizza il suo pensiero:

"Il canto è un esercizio fisico e un esercizio di autodisciplina non senza difficoltà e non senza fatica, per molti versi, dunque, simile ad un esercizio sportivo. Se tutto quello che abbiamo detto è vero, dunque, il canto deve unire *l'euforia del samaritano* (o meglio l'euforia dell'artista) all' *euforia del maratoneta* (o meglio all'euforia dell'esercizio fisico).

Il coro è di tutte le manifestazioni artistiche la più immediata, la più diretta, la più coinvolgente. La sensazione di appartenenza, che ci è data da qualunque comunicazione intima (a partire da quella amorosa per finire con quella legata alla produzione o alla contemplazione dell'opera d'arte), è rinforzata dal fatto di produrre l'evento assieme ad altri (sottolineato nell'originale). E' qualcosa che nessun'altra attività ci può dare se non la partecipazione ad eventi "di massa", certamente altrettanto ricchi di emotività, ma assai più poveri di armonia e di umanesimo e assai meno personalizzanti".

**Serge Wilfart**, autore del libro "*Il Canto dell'Essere*" ed inventore del metodo "*analizzare, costruire, armonizzare attraverso la voce*", ha lavorato a lungo nei monasteri benedettini in Francia e il suo libro ne porta traccia: l'autore ha inserito nel testo la testimonianza di un monaco e di una monaca (pagg. 192 – 214) che hanno avuto la fortuna di seguire un percorso di crescita vocale sotto la sua guida.

Padre Emmanuel Latteur e Suor Mechtilde parlano con sorpresa ed entusiasmo della riscoperta che hanno potuto fare, durante e dopo il corso con il M° Wilfart, di un canto totale in cui spirito e corpo risuonano finalmente in unità, collaborando nella preghiera e nel favorire la maturazione del monaco, uomo o donna, nella sua completezza.

Già nelle prime pagine, Wilfart, a proposito di ciò, apre una discussione sul modo di cantare nei monasteri, aveva affermato: "Faccio fatica ad immaginare il bravo monaco, agricoltore, costruttore o artigiano del medioevo, cantare il gregoriano con le voci di oggi – lo si può escludere categoricamente". "La pratica attuale del canto sacro...mantiene le voci arroccate sugli acuti in modo del tutto innaturale e così facendo spinge gli esecutori a censurare la parte inferiore del corpo". "La verità del canto spirituale, sotto questo aspetto, è rappresentata nel mondo cristiano dall'ortodossia che accetta la piena fioritura del corpo nella spiritualità e della spiritualità nel corpo".

Da queste considerazioni del M° Wilfart, frutto di esperienza e di studio, filtrate dalla mia pluridecennale pratica del C. G., mi pare possa nascere un progetto di crescita per chi vuol intraprendere la strada della pratica del canto gregoriano.

Questo percorso deve passare attraverso **due porte** egualmente importanti.

**La prima porta**, prima anche in ordine temporale, conduce alla riconquista della piena espressione corporea attraverso la respirazione profonda, la corretta verticalità, l'ascolto totale (esterno ed interno) e la piena capacità di risuonare con tutto il corpo.

A questo proposito, la lettura del libro di Jean-Yves Leloup “ *L'Esicasmò* “, ci fornisce alcune linee guida per comprendere la spiritualità del respiro e del corpo.

L'autore ci racconta l'esperienza di un giovane francese salito presso un eremita del monte Athos. Egli si era recato fin lassù per farsi insegnare la preghiera del cuore e cioè la preghiera basata sulla respirazione e sulla invocazione ripetuta (fino a 12000 volte in un giorno) del nome di Dio (ad esempio: Signore abbi pietà di me). Il monaco che lo aveva preso in custodia, alla sua domanda, aveva risposto: “ Prima di parlare di preghiera del cuore, impara a meditare come una montagna “. E, indicando una roccia aveva aggiunto: “ Chiedile come fa a pregare. Poi torna da me”.

Parecchie settimane di meditazione nell'immobilità, seduto sulla roccia, lo convinsero, per iniziare, della necessità di un buon radicamento, di ‘vedere’ senza giudicare e contemporaneamente essere un uomo vivo.

Nelle settimane successive gli fu consigliato di meditare in altri modi, per imparare ad essere flessibile ed orientato come il papavero; immobile come le profondità dell'oceano; vibrante, con tutto il corpo, come una tortora; distaccato da sé stesso e pronto ad intercedere per gli uomini come Abramo ed infine gli fu consigliato di meditare come Gesù per imparare ad essere tutto ciò e contemporaneamente chiamare con tutto il cuore, nella notte: “ Abba, papà “.

Alla fine di questa lunga esperienza si è accorto di aver imparato che colui che ascolta attentamente la sua respirazione non è lontano da Dio e che, soprattutto **meditare, è respirare cantando**.

**La seconda porta**, attraverso lo studio filologico approfondito dei neumi, conduce al canto ben memorizzato, alla totale comprensione del testo ed alla disponibilità a trasportare nella vita quanto la parola cantata fa rivivere.

A questo punto ci può soccorrere il monaco camaldolese Innocenzo Gargano con il suo testo *Iniziazione alla “Lectio divina”*.

Il testo biblico è il pane quotidiano del cantore di Canto Gregoriano. Non si può immaginare un buon esecutore che si accontenti di una sommara traduzione di ciò che canta.

Il testo che verrà cantato, ci insegna il padre Gargano, deve essere studiato in ogni sua minima parte, a livelli sempre più approfonditi secondo i gradini classici, dal significato letterale sempre più su attraverso la *meditatio*, l'*oratio* e la *contemplatio*. Lo studioso perciò, per raggiungere questi livelli di comprensione, sviscererà profondamente i quattro sensi tradizionali della Scrittura: letterale, allegorico, morale e anagogico.

Siccome - dicono i Padri - che la Parola di Dio è stata data per tutto l'uomo, in ogni testo della Scrittura dovremmo riuscire a scoprire ciò che serve al corpo, ciò che serve alla psiche e ciò che serve allo spirito dell'uomo.

Mi permetto di aggiungere un'notazione a quanto sopra, paragonando il lavoro del cantante studioso di C. G. al lavoro che l'attore di teatro fa, su di sé, prima di entrare in scena.

L'attore, e qui ci aiuta lo Stanislavski, sceglierà le parole più importanti di ciascuna frase e ci lavorerà sopra a lungo con tutti i sensi.

Se il cantore troverà un testo in cui la parola più importante è “ lattante “ come nell'Introito “ Quasimodo geniti infantes, lac concupiscite “, dovrà rivivere il proprio vissuto nei confronti del latte, attraverso i sensi. Rivivrà perciò, l'odore, il gusto, il colore, la consistenza e ogni altra esperienza sensoriale legata al latte, materno o non, e così con ogni parola importante. La voce dopo

questa esperienza non sarà più la stessa perché dopo questo lavoro tutto il corpo sarà risvegliato e rivitalizzato dal ripercorrere l'esperienza dei sensi.

La voce esprime le emozioni se entra in contatto con le parti del corpo ad esse collegate e questo avviene attraverso il respiro e le altre tecniche di risveglio del corpo nella sua completezza.

Non saremo dolci se il nostro cuore sarà freddo e bloccato e la consistenza della nostra voce sarà rigida se sarà appoggiata alla schiena e alla rabbia in essa nascosta e così per le altre parti del corpo.

Visto così il cantare C. G. potrà sembrare un percorso ad ostacoli ma sarà certamente un percorso di crescita e di maturazione totali.

*Se il canto, in generale, è una strada di consapevolezza, il Canto Gregoriano lo è, senza dubbio, all'ennesima potenza.*

*L'ascolto della propria voce ma soprattutto di quella degli altri, ci costringe ad un continuo lavoro di sincerità con noi stessi.*

*L'attenzione a fonderci nel suono del coro ci obbliga a non metterci in mostra ma ad essere pronti a collaborare con la nostra qualità vocale al lavoro comune.*

*Il respiro consapevole e profondo ci pone a contatto con le nostre più intime sorgenti di energia vitale.*

*Il Canto Gregoriano, così praticato, sarà uno strumento totale di crescita da cui, se e quando Dio lo vorrà, ci distaccheremo solo per passare al canto mistico alla Sua presenza.*

Paolo Loss

Per saperne di più

Marius Schneider *Il significato della musica*, pagg. 183 e segg. Milano 1981

*Pietre che cantano*, ed. SE SRL, Milano 2005

Dom Joseph Gajard *Il metodo di Solesmes*, Venezia 1960

A. Tomatis *Ascoltare l'universo*, Baldini e Castoldi editori, Milano, 1998

A. Tomatis *L'orecchio e la vita*, Baldini e Castaldi editori, Milano, 1992

J. Goldman *Il potere dei suoni*, ed. Il punto d'incontro, Vicenza, 1998

F. Panizzon *Canto e guarigione*, in Medico e bambino, 05/1997; pagg. 63-64

Wilfart *Il Canto dell'Essere*, pagg. 91-92 e segg.

Jean-Yves Leloup *L'esicasmò*, Gribaudi, Torino 1993

Innocenzo Gargano *Iniziazione alla "Lectio divina"*, EDB, Bologna 1993

K. S. Stanislavskij *Il lavoro dell'attore su se stesso*, Editori Laterza, Bari 1999

Immagini / didascalie

1. ***Trittico di Rogier van der Weyden*** ( Chiesa Matrice / Polizzi Generosa , Palermo)
2. ***Angeli musici***. H. e J Van Eyck, Polittico di Gand, San Bavone, Gand.
3. ***Reminiscere***, pagine di Corale miniato di Martino da Modena, Museo della Basilica di San Petronio, Bologna
4. ***Angeli cantori***, Andrea Mantenga, particolare della Pala di San Zeno. Verona, Chiesa di S. Zeno