



## **A SCUOLA DA MUKUNDA**

**Appunti dalle lezioni di Vemu Mukunda  
1990 - 1992**

(Trascrizione a cura di Riccardo Misto)



## IL SUONO EMOTIVO

Quando emettiamo un suono – ci sono **suoni buoni** – rilasciamo nel cosmo un aspetto positivo. Ma cos'è buono, e cos'è cattivo? Se io parlo in una lingua, ad es. l'italiano, posso dire delle cose molto belle, e le onde acustiche che sto emettendo possono arrivare alle orecchie di qualcuno che parla l'italiano e il mio discorso può rendere qualcuno felice: può avvenire addirittura che una persona si senta felice senza sapere il motivo. Questo avviene perché le onde acustiche, viaggiando nell'etere, raggiungono luoghi molto lontani da chi le emette. Quando io dico: "oh, che bella rosa!", molte persone possono sentirsi felici anche se non sono presenti, perché è stato emesso un suono, e quindi una vibrazione positiva li ha raggiunti. Ma un suono buono e positivo in una lingua può essere cattivo in un'altra. Quando diciamo "latte", questa è una buona parola nel suo significato in italiano, mentre in un'altra città straniera (ad esempio a Bangalore in India), ha un diverso significato, contrario: vuol dire, infatti "disastro" ed è una maledizione se detta a qualcuno. Quindi, una parola che ha un significato buono in una lingua, può averne uno cattivo in un'altra. Come possiamo allora parlare di suoni buoni o cattivi?

[Il nome Mukunda vuol dire "salvatore spirituale" o colui che dà la salvezza; lo stesso suono in cecoslovacco ha invece un significato osceno e volgare (si riferisce ai genitali femminili): quando Vemu Mukunda suonò ad uno spettacolo per il primo ministro cecoslovacco lo show venne trasmesso alla TV, ma nei titoli di coda il suo nome venne cambiato in "Mukada", e quando fece notare la cosa in una lettera, gli fu risposto che non si trattava di un errore, ma il suo nome era stato deliberatamente modificato per non creare imbarazzo].

Parlando noi non emettiamo solo dei **suoni**, ma facciamo uscire anche delle **emozioni**: questo è molto importante per capire l'aspetto terapeutico. Un suono collegato ad una emozione è molto importante da capire. Quando io parlo, oltre alla **vibrazione sonora**, trasmetto un' **energia emotiva**: attraverso la mia voce e i miei suoni posso dare un impatto emotivo alle persone che ascoltano. Quindi, per ogni parola che viene emessa c'è un cosiddetto **armonico emotivo**, una frequenza emotiva che si sovrappone a quella udibile, accompagnandola. Ecco che quando dico "che bella rosa" si aggiunge un carattere emotivo collegato all'ammirazione per la bellezza. Noi diamo un'emozione al suono, e quando le onde vibrazionali si espandono, portano un'energia emotiva: quando dico "latte" con il reale sentimento del latte, quando la vibrazione sonora raggiunge Bangalore, verrà percepito più il valore emotivo che quello della sonorità. Così quando io dico "dai del latte al bambino" con un buon intendimento, quando quel suono raggiungerà una città dell'India continuerà a trasmettere la stessa energia positiva.

**L'aspetto emotivo è dunque più forte di quello puro del suono.** Perciò è importante avere un contenuto emotivo buono in quel che si dice. E come potete emettere delle buone emozioni?

Quando c'è un **pensiero buono** c'è anche un' **emozione buona**. Ad un pensiero cattivo corrisponde un'emozione cattiva. Ecco perché tutte le religioni dicono di avere pensieri positivi: buoni pensieri e buone parole sono una parte essenziale dell'insegnamento di tutte le religioni. Quando c'è un pensiero buono si rilascia energia positiva nel mondo



È importante tener presente, che un pensiero negativo può generare un problema a livello psicosomatico. Vediamo allora con un esempio concreto come questo succeda. Se compare un pensiero di rabbia, si verificano mutamenti nella sfera fisica: aumento della pressione sanguigna, della temperatura corporea, cambiamento dell'energia statica, delle forze elettrodinamiche (forze di cui approfondiremo gli aspetti per noi più interessanti), alterazione del livello degli zuccheri ecc.ecc. Il corpo accumula tensione a livello muscolare, dal collo alle spalle: si instaura un *processo psicosomatico*.

Questo non va certo bene per il corpo che deve quindi eliminarlo, **rilasciandolo** o **convertendolo**. Nel primo caso si può ad es. urlare contro qualcuno, scaricando così la rabbia: se questa persona poi non “risponde”, si avrà facilmente l'effetto contrario e cioè un aumento della rabbia.

Quando siamo tristi, possiamo buttarci a letto e piangere sul cuscino, questo ci aiuta un po': ma se possiamo piangere sulla spalla di un'altra persona, allora riusciamo meglio a scaricarci.

**Per eliminare un'energia negativa dentro di noi, infatti, è necessario avere un ricevente che assuma su di sé il nostro carico.** Ma così facendo, trasferiamo su altri il problema, in una catena senza fine.

Sarebbe più utile allora (anche da un punto di vista morale) **convertire le energie negative in positività.**

**Anche le energie positive (ad es. l'amore) hanno bisogno di un ricevente, altrimenti restando bloccate, sono causa di problemi psicosomatici.**

Ma com'è possibile ciò? E soprattutto, come può la *musica* esserci di aiuto?

Prima di vedere bene gli aspetti strettamente *musicoterapeutici*, bisogna andare ancora più a fondo e capire cosa succede quando si lascia andare il pensiero in forma acustica (*anahata*) rendendolo in forma sonora (*vaykari*).

Come viene emesso questo pensiero? Attraverso l'apparato vocale, articolando la lingua e i muscoli facciali, formiamo i suoni e li lasciamo andare all'esterno. Il suono che così esce dal corpo è chiamato *voce*. Ognuno ha una voce: è il mezzo principale per trasformare i nostri pensieri, suoni, emozioni in forma fisica nel mondo. È inoltre un importantissimo mezzo di identificazione della persona. Ancora di più, **la voce è la nostra personalità.**

Quando io parlo, dopo un po' che mi ascoltate, potete attuare un **processo di identificazione** attraverso il riconoscimento della mia voce, per cui anche solo ascoltando la voce, magari al telefono, siete in grado automaticamente di collegare il suono vocale alla mia persona.

La *voce* manifesta anche le **emozioni**: sappiamo tutti che la rabbia altera la frequenza della voce, e così avviene con altri sentimenti o stati d'animo. Capire a fondo la voce e le sue variazioni è molto importante e può aiutare ad avere una *autocoscienza*, una comprensione di come si “muovono” le emozioni. Un approfondimento della conoscenza della propria voce aiuta a migliorare la personalità: l'etimologia stessa del termine **persona (per-sona, attraverso il suono)** testimonia la sua importanza.