

IL LIBRO DI PIETRO LEVERATTO A LETTO CON BACH A TAVOLA CON WAITS

Come curarsi con la musica o trovare il ritmo giusto per ogni stato d'animo
Il jazzista genovese suggerisce **la colonna sonora per la vita** di tutti i giorni

EMANUELA SCHENONE

COME si sopravvive a una lunga, interminabile notte insonne? Basta passarla in compagnia di Bach e delle sue "Variazioni Goldberg", capolavoro insuperato della musica «anche di quella che deve ancora essere scritta». E per combattere la paura di volare? Semplice, c'è la "Samba do avião" di Antônio Carlos Jobim, un vero inno alla gioia per frequent flyer. Vi sentite soli? Nessun dubbio, Duke Ellington è quel che fa per voi e per un colpo di tosse improvviso, aggiungete a latte e miele qualche nota del tema dei "Looney Tunes" di Carl Stalling, magari non sarà taumaturgico ma l'effetto balsamico del ritorno all'infanzia è garantito.

Forse le risposte non sono così scontate per tutti, ma di certo sono le migliori possibili per chi ama davvero la musica. E infatti i consigli, ironici e divertiti, a metà tra musicoterapia e playlist di una vita passata ad ascoltare dischi di ogni genere, arrivano da un professionista come Pietro Leveratto, genovese, classe 1959, contrabbassista jazz, compositore e docente al conservatorio, che attraverso il libro "Con la musica" (Sellerio, 340 pagine, 16 euro) ha voluto condividere con i lettori, ricordi, esperienze, aneddoti. Con tanto di suggerimenti per chi è in cerca della colonna sonora più adatta per ogni momento della propria vita. «Che siano i Beatles, Kurt Cobain o Gustav Mahler poco importa» spiega Leveratto «perché la musica è tutta utile e tutti ne abbiamo bisogno, anche se non ce ne rendiamo conto. I più grandi artisti riescono a usare i suoni per esprimere esigenze che scandiscono i vari momenti della nostra vita. Così, con i loro brani ci

fanno ballare, divertire, dormire ma fanno anche darci conforto o energia. A volte semplicemente si limitano a sottolineare uno stato d'animo, come la malinconia o la noia». In altri casi una canzone basta a saziarci, in ogni senso, è proprio il caso di dirlo. Prendiamo, ad esempio, "Eggs and Sausage" di Tom Waits un brano che, secondo Leveratto, «ci porta direttamente in un Diner uscito dal pennello di Edward Hopper» e quindi in grado di appagarci da ogni punto di vista. Come si è visto, l'autore non pone limiti né storici né di genere alle sue prescrizioni, «spazio da Alice Cooper a Giuseppe Verdi, dipende dai casi». O dai disturbi, proprio come in una vera terapia. E nel libro ne esamina davvero tanti: agorafobia, emicrania, nostalgia, mali dell'anima e del fisico. A ogni sindrome il suo rimedio, o più semplicemente il suo leitmotiv, accompagnato da divagazioni e curiosità.

Ma con un unico, doveroso avvertimento che Leveratto ricorda di continuo come la precisazione di un vero e proprio bugiardo: «Alla musica non si fugge perché è dentro di noi: è il battito del cuore, è una pulsazione. Non è concreta, non si può toccare e non si tiene in mano. Eppure è parte della nostra vita, della nostra memoria». Perché è ovunque, non ci lascia mai soli, ci segue, ci raggiunge dove meno ce l'aspettiamo, in un negozio, in una sala d'aspetto, nel messaggio registrato di una segreteria telefonica. C'è sempre una melodia al centro di ogni emozione. E non è solo un rumore di fondo. Ad esempio, per i Pigmei Aka che vivono tra la Repubblica Centrafricana e il Congo è il segreto per un'esistenza lunga e serena. «Questa popolazione seminomade, che per lo più si dedica alla caccia e alla raccolta di frutti e radici»

spiega Leveratto «lavora circa due ore al giorno e impiega il resto della giornata a cantare e a suonare: il risultato? pochissimi gli episodi di violenza, inesistenti i casi di suicidio mentre, secondo l'Organizzazione internazionale del lavoro, in Giappone, dove il 28,1% dei cittadini lavora più di 50 ore a settimana si superano i 5.000 suicidi ogni anno».

Insomma, il lavoro fa male, ma se si arriva agli estremi della dipendenza, niente paura: c'è il ritmo giusto per guarire. «Ai workaholic consiglio di ascoltare "Dikoboda sombe" con le voci e i suoni degli Aka, serve a rallentare, a guardare alla vita e alla natura in modo diverso». E a capire che, forse, stiamo sbagliando direzione. Già, la musica fa anche questo. Piccoli miracoli quotidiani, a volte impercettibili, ma che possono salvarci. O aiutarci a ritrovare noi stessi, come sarà successo al compositore austriaco Carl Gustav Schmitt che compose l'inno nazionale dell'isola di Tonga. «Ascoltandolo ci possiamo sentire per un attimo orgogliosamente Tonghiani» spiega l'autore «come sarà capitato a Schmitt mentre, così lontano dalla sua terra, guardando il cielo australe, cercava di riconoscere le costellazioni che ricordava di aver visto da ragazzo, magari a Königsberg, dove ebbe il primo incarico di direttore». E l'elenco delle situazioni, con relative note di sottofondo, può continuare anche all'infinito, oltre le pagine del libro. E il sito dell'editore Sellerio dà la possibilità ai lettori di aggiungere nuove voci e nuovi brani da condividere per la salute dell'umanità, con la possibilità di ascoltarli direttamente online. Per un immediato e sicuro beneficio.

schenone@ilsecoloxix.it

© RIPRODUZIONE RISERVATA

Dolci armonie quotidiane



Gelosia

La Jalousie taciturne, sous le Domino gris de maure (1720), di François Couperin

Terapeutico perché fa rivivere, e aiuta a superare, la sensazione di essere rosi da una feroce gelosia senza poterla esprimere con una piazzata

Jealous Guy, John Lennon

Una presa di coscienza dell'inutilità della gelosia. Il modo migliore per liberarsene

Inappetenza

Si consiglia una bella abbuffata a base di:

Hot Dog dei Led Zeppelin

Cheeseburger In Paradise, Jimmy Buffett

Junk Food Junkie, Larry Grace

Eggs and Sausage, Tom Waits

Rabbia

You Suffer, Napalm Death

L'effetto è immediato e liberatorio, quanto tirare i piatti contro il muro. Ci si sente subito meglio

Paura di volare

Music for airports, Brian Eno

Rilassante primo esempio di musica ambient

Samba do avião, Antônio Carlos Jobim

A Jobim interessa l'atterraggio, del volo non gliene frega niente: «Slacciate le cinture, arriviamo». Un inno alla voglia di tornare a casa



Insonnia

Variazioni Goldberg, Johann Sebastian Bach
Per far passare il tempo in una notte insonne

Amore finito

When Did You Stop Loving Me,
When Did I Stop Loving You, Marvin Gaye

Resoconto straziante di un amore finito, a partire dal primo incontro fino all'aula del tribunale

Dipendenza dal lavoro

Dikoboda sombe, Pigmei Aka

Come imparare a vivere da un popolo che lavora solo due ore al giorno

Mal d'amore

No More «I Love You's», Annie Lennox

Una liberatoria presa di coscienza dell'impossibilità di amare quando l'altro non corrisponde o lo fa nel modo errato

Timidezza

Ask, The Smiths

Morrissey dice al ragazzo che essere timido non gli permetterà di raggiungere i suoi obiettivi, anche se la timidezza è bella

GRAFICI **IL SECOLO XIX**

GLI U2 A TORINO

Gli U2 scelgono il Pala Alpitour di Torino per aprire il loro nuovo tour europeo, il 4 e 5 settembre, le uniche due date italiane dell'iNNOcence + eXPERIENCE Tour 2015. Biglietti in vendita dall'8 dicembre su www.livenation.it e www.ticketone.it. Già da oggi al 6 per gli iscritti al Fan Club ufficiale.

