

LA SALUTE NATURALE RACCONTATA DAGLI ESPERTI



L'altra medicina

MAGAZINE

**ALLERGIE
DI STAGIONE
SI POSSONO
AFFRONTARE
CON TRE ERBE**

**HAPPY
GENETICA**
Richard Romagnoli:
la felicità cambia
le carte in tavola

Dossier

**MEGLIO
IL CRUDO
O MEGLIO
IL COTTO?**

**Dall'Ayurveda
alla Cina
(con Franco Berrino)**

**GAMBE
GONFIE
E VENE
VARICOSE**
LA PRIMA CURA
È SEMPRE NEL PIATTO

ESSENZE ANTI-CELLULITE
PER L'AROMATERAPIA TRE
OLI SU TUTTI: ARANCIO
AMARO, CIPRESSO E GERANIO

MACCHIE SULLA PELLE
INTERVIENE UNA PIANTA
DELLE NOSTRE SPIAGGE:
IL GIGLIO MARITTIMO

MUSICOTERAPIA
TUTTI INSIEME SULLE
STESSE FREQUENZE:
ARRIVA L'ECTO MUSICA

I NOSTRI AMICI ANIMALI TROPPIA CHIMICA SU DI LORO, MEGLIO I RIMEDI NATURALI

L'altra medicina

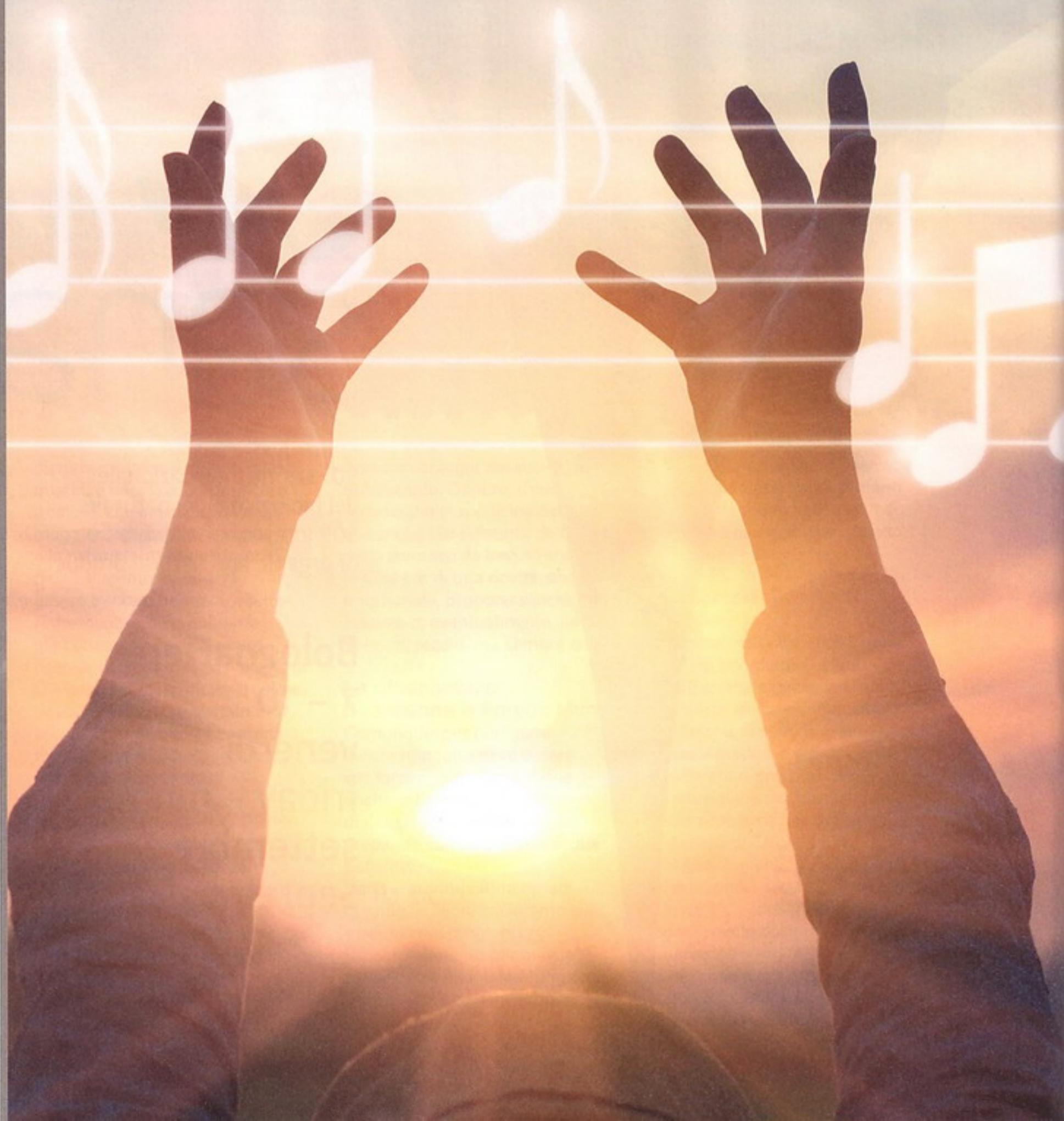
GIUGNO 2018

Periodico mensile - Anno VIII, numero 75/2018 - € 3,90
Poste Italiane - Sped. in A.P. DL 353/2003 conv. L. 46/2004, art. 1, c. 1, LO/MI Prima immissione: 20 maggio 2018



Ecto musica

NON LA SOLITA MUSICA



Parlamo della proposta di un autore, musicista italiano, che da molti anni è attivo nel nostro Paese. Con una lunga storia alle spalle e sempre più seguito: si chiama Fabio Bottaini, pianista, compositore e performer. La sua idea fondamentale – codificata nell'Ecto Musica – è che la musica può dare molto per il nostro benessere. Più di quanto si pensi. E apre modalità di pensiero e di percezione del tutto inedite.

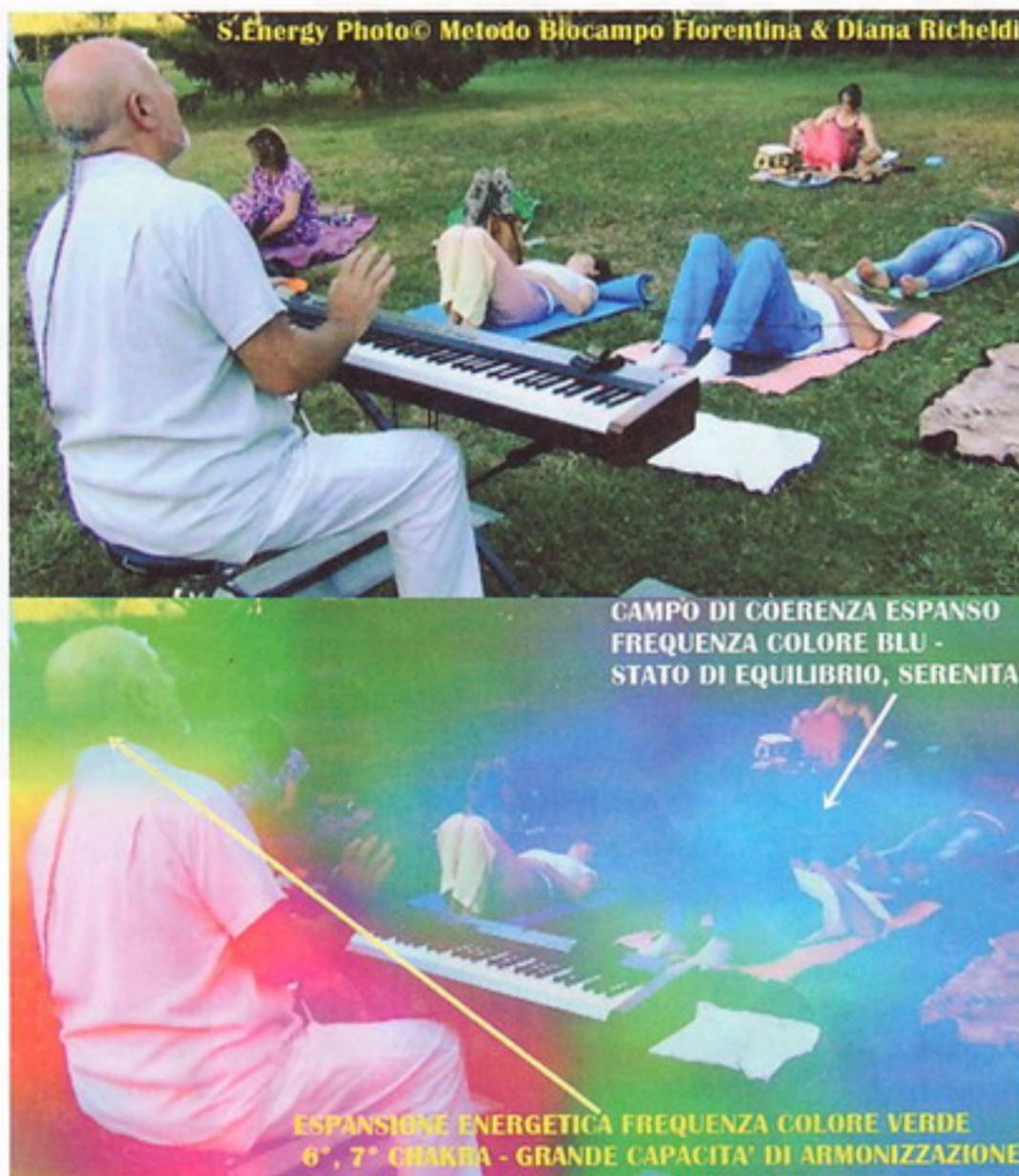
C'è qualcosa dietro l'angolo che non avevamo visto, sempre presi nei nostri soliti pensieri: «Chi partecipa ai miei incontri – ci spiega – diventa compositore della musica che fluisce dallo strumento. Una musica dotata di un forte potenziale riequilibrante sull'insieme psicofisico».

Come può l'ascoltatore diventare compositore della musica che stai suonando?

«Durante l'incontro tutti i partecipanti, io compreso, raggiungiamo uno stato di coscienza non ordinario. Otteniamo uno stato di sincronizzazione interpersonale: un fenomeno dimostrato da diversi neuroscienziati e in particolare dal professor Nitamo Montecucco».

Di che cosa si tratta?

«Attraverso uno strumento denominato Brain Olotester si è visto che le persone in meditazione, o mentre



La foto mostra quello che avviene a "livello sottile" durante un incontro di Ecto Musica. È un'analisi multispettrale eseguita dalla ricercatrice Florentina Richeldi, esperta di fotografia del biocampo.

stanno pregando, arrivano a sincronizzare le onde cerebrali. Si raggiunge uno stato di coerenza: addirittura è stato dimostrato che la sincronizzazione avviene anche quando le persone in meditazione sono molto distanti, in città diverse. In altre parole, si crea un campo di coscienza collettiva che prescinde dallo spazio».

È questo ciò che avviene con l'Ecto Musica?

«Ti faccio un esempio. Pensa all'effetto Larsen: è quel "fischio" che si genera quando il suono entra nel microfono che lo rimanda alla cassa. Si forma un anello, un loop. La stessa cosa avviene durante un incontro di Ecto Musica solo che, in questo caso, l'anello si crea tra la coscienza

L'ascoltatore diventa compositore beneficiando del potere riequilibrante dei suoni: il segreto risiede nella trance e nella generazione di un campo di coscienza collettivo esteso al mondo vegetale, animale e al cosmo intero.

Fabio Fioravanti



collettiva delle persone presenti e lo strumento musicale. Io inizio tamburellando la tastiera in maniera del tutto casuale. Queste note entrano nella coscienza collettiva del gruppo che, a sua volta, influenza fisicamente le mani dell'operatore olistico alla tastiera. Il risultato è un linguaggio musicale articolato che si auto-organizza. Nascono così quelle che io chiamo "fiabe sonore"».

Ad ascoltarle sembra una musica pensata a tavolino, è davvero stupefacente che tutto inizi da un atto puramente casuale...
«È vero, le fiabe sonore possono essere scambiate per composizioni pensate a tavolino: in realtà sono il risultato dell'energia manifestata dalla coscienza collettiva che si è generata. È musica che "viene fuori" da questo campo unificato. Si chiama Ecto Musica, dal greco "Ektos", fuori. All'inizio della sessione è necessario che le note arrivino casualmente. Io non devo avere in testa alcuna armonia, melodia o ritmo predefinito. Devo lasciare che la musica creata

al momento si auto-organizzi e sia completamente libera di prendere la sua direzione».

Viene meno dunque ogni separazione tra il musicista e l'ascoltatore: come in una sorta di impresa collettiva. Ma tu che suoni fisicamente lo strumento come ti potresti definire?

«Io come operatore olistico non sono altro che un canale

ricettivo che permette alla musica di venire fuori. Ciò è possibile raggiungendo quello stato di coscienza non ordinaria di cui accennavo prima. Una sorta di trance».

Ricorda molto una modalità operativa sciamanica...

«Esattamente. Tutto questo è ben descritto nell'ambito dello sciamanesimo, dove si usano strumenti ancestrali,

Chi è Fabio Bottaini

Jazzista professionista dal 1985 al 1993, ha in seguito ideato e sviluppato l'Ecto Musica che offre attraverso incontri di gruppo o individuali. Ha iniziato a suonare da bambino e a 14 anni ha cominciato a interessarsi degli stati non ordinari di coscienza. Poi la scoperta: «A 27 anni, raggiungendo un particolare stato di coscienza non ordinario, mi accorgo che è possibile improvvisare al pianoforte facendomi "guidare" dall'ambiente circostante e, preparando opportunamente eventuali ascoltatori, questi diventano compositori insieme a me». Nasce così l'Ecto Musica. Potete ascoltare e vedere Fabio in azione sul suo canale YouTube. Tutte le informazioni sono disponibili sul sito www.ectomusica.it



come il tamburo. Gli sciamani affermano che non sono loro a suonare la musica ma è la musica che suona loro. Di fatto, l'incontro sciamanico diventa un rituale di divinazione proprio perché permette al campo collettivo di esprimersi. Intendiamoci, in quest'atto creativo non contribuisce solo la coscienza dei partecipanti...».

Cosa intendi dire?

«Attraverso l'Ecto Musica si esprimono anche tutte le entità invisibili, le energie del luogo imbrigliate nei muri della sala dove avviene l'incontro, oppure degli alberi, dei fiori, degli animali se siamo all'aperto. Energie di cui non siamo consapevoli ma che vengono fuori generando una musica».

L'Ecto Musica può essere fatta dovunque?

«No. Si fa in ambienti protetti. Non si può fare in una via o in una piazza trafficata, sarebbe impossibile raggiungere la coerenza delle onde cerebrali. Solo uno yogi potente, abituato a entrare in uno stato di meditazione profonda, riuscirebbe a creare il campo unificato in quelle condizioni avverse. L'ideale è un ambiente buio o almeno in penombra. I partecipanti, poi, entrano in sincronia più facilmente chiudendo gli occhi. Ed è importante che non provino freddo».

Il suono delle ultime fiabe sonore è stupefacente: che strumento usi?

«Negli ultimi anni ho scoperto la tastiera digitale. È possibile ottenere timbri incredibili, voci e cori umani, i suoni delle campane eoliche... in precedenza, per molti anni, pur essendo nato musicalmente sul mini-moog, ho rifiutato l'elettronica. Suonavo solo il pianoforte. Ora uso entrambi gli

strumenti accordati con il LA 432 Hz. Sono due universi paralleli, molto diversi ma bellissimi».

Un'ultima domanda: le fiabe sonore non hanno un titolo ma tu prendi nota di alcuni dati. Per quale motivo?

«In ogni incontro registro i dati delle persone presenti, la data, l'ora, il luogo. Lo faccio appunto perché l'Ecto Musica è

divinazione. Anche la qualità del tempo è importante: la musica che "viene fuori" è influenzata dall'ambiente, dalle persone presenti ma anche da tutto ciò che accade nell'universo. Anche dal movimento dei pianeti e dai loro influssi elettromagnetici che cambiano in ogni momento. Addirittura, un bravo astrologo potrà fare il tema natale di quel determinato brano».

Il simile cura il simile **La musicoterapia di terreno**



È fuor di dubbio che la musica creata da un compositore sia terapeutica prima di tutto per se stesso. «Poiché nell'Ecto Musica – fa notare Fabio Bottaini – chi partecipa all'incontro diventa egli stesso compositore potrà beneficiare pienamente del potere riequilibrante dell'evento sonoro».

I risultati positivi della musica in campo medico sono ormai ben documentati. Un campo d'indagine in costante evoluzione che ha prodotto di recente la cosiddetta musicoterapia di terreno, ideata da Léon Bence e Max Méreaux. «La nuova disciplina – ci spiega Fabio – prevede che, nel programmare la musica per un determinato paziente, venga selezionato il compositore che meglio corrisponde alle caratteristiche caratteriali, costituzionali, fisiche del paziente stesso. La musica quindi risulterà dotata di un effetto riequilibrante non solo per il musicista ma anche per l'ascoltatore». La musicoterapia di terreno si fonda in pratica sulla legge dell'omeopatia, posta da Samuel Hahnemann: "I simili si curino con i simili". O in altre parole: se il paziente è simile al compositore, i benefici della musica riguarderanno anche lui.