

Indice

PREFAZIONE.....	6
CONSIGLI PER LA LETTURA	8
INTRODUZIONE.....	9
Capitolo I.....	11
<i>COS'E' IL "MASSAGGIO SONORO"</i>	11
Capitolo II:.....	17
<i>RICHIAMI SULLA FISICA DEL SUONO UDIBILE E SUL PROCESSO DI ASCOLTO FISICO-PSICOLOGICO</i>	17
2.1 Produzione del suono	17
2.2 Caratteri distintivi del suono: altezza, intensità e timbro	19
2.3 Il rumore.....	25
2.4 Il processo di ascolto fisico-psicologico del suono	28
Capitolo III.....	37
<i>IL CORPO COME MEDIATORE DEL SUONO</i>	37
3.1 Risonanza meccanico-acustica.....	37
3.2 Tutto è vibrazione	38
3.3 Tessuti non uditivi mediatori del suono	40
3.4 L'acqua nel corpo umano.....	43
3.5 Risonanza elettromagnetica	45
3.6 Risonanza cellulare	49
3.7 Sentire attraverso il corpo	51
Capitolo IV	53
<i>LE "CAMPANE TIBETANE" O "CIOTOLE SONORE"</i>	53
4.1 Le campane nella tradizione Orientale ed Occidentale.....	53
4.2 Origini e usi delle campane tibetane o "ciotole sonore".....	56
4.3 Caratteristiche fisiche e tecniche di produzione	58
4.4 Varie tipologie di "ciotole sonore"	62
Capitolo V	65
<i>CARATTERISTICHE SONORE DELLE "CAMPANE TIBETANE" (O "CIOTOLE SONORE")</i>	65
5.1 Tecniche esecutive	65
5.2 Simbologia.....	67

5.3 Il suono armonico delle “ciotole sonore”	70
5.4 Effetti delle “ciotole sonore” sul sistema nervoso	78
5.5 Effetti delle “ciotole sonore” sull’acqua biologica.....	88
5.5.1. Cenni storici ed evoluzione sul tema della “memoria dell’acqua”	88
5.5.2. Il suono che produce “coerenza”	95
5.6 Il “massaggio sonoro” con campane tibetane come metodo olistico	104
Capitolo VI	115
<i>IL “MASSAGGIO SONORO” CON LE “CAMPANE TIBETANE”</i>	115
6.1 Le sessioni individuali.....	115
6.3.1 Il “bagno sonoro” in comunità terapeutica	120
6.3.2 Contesto dell’esperienza	121
6.3.3 Obiettivi del progetto	121
6.3.4 Presentazione del progetto	122
6.3.4 Strumenti sonori utilizzati nel “bagno sonoro”	123
6.3.5 Partecipazione al percorso	124
6.3.6 Metodologia e fasi del progetto-ricerca.....	125
6.3.7 Conclusioni:	127
<i>CONSIDERAZIONI CONCLUSIVE</i>	133
<i>APPENDICE</i>	135
<i>BIBLIOGRAFIA ESSENZIALE</i>	143