

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI MILANO

Facoltà di Studi Umanistici

Corso di Laurea Magistrale in Musicologia



SUONO E PAROLA: L'EQUILIBRIO PERFETTO
L'ESPERIENZA DI *SAHAJ* PRESSO LA COMUNITÀ SIKH DI
LISBONA

Relatore:

Chiar.mo Prof. Nicola Scaldaferrì

2° Relatore:

Chiar.mo Prof. Filippo Bonini Baraldi

Correlatore:

Chiar.mo Prof. Emilio Sala

2° Correlatore:

Chiar.mo Prof. Giovanni Cospito

Tesi di Laurea di:

Floriana Frida Asperti

Matr. n. 826824

Anno Accademico 2016/2017



*A Viola,
alle corde dell'oceano.*

INDICE

INDICE DELLE IMMAGINI	5
RINGRAZIAMENTI	8
NOTE PER LA TRASLITTERAZIONE E LE TRADUZIONI	9
INTRODUZIONE	10
CAPITOLO 1 La sottigliezza del linguaggio	21
1.1 Sikhismo o <i>Sikhismo</i> : l'importanza delle parole	21
1.2 Śrī Gurū Granth Sāhib: la parola scritta	25
1.3 Sahaj: l'equilibrio perfetto	32
CAPITOLO 2: <i>Śabad kīrtan</i>, la performance musicale	43
2.1 Poesia e musica: i versi cantati nella tradizione sikh	43
2.2 <i>Śabad kīrtan /Gurbānī kīrtan e Gurmat sangīt/Gurbānī sangīt</i> : ancora una questione di termini	45
2.3 Repertorio poetico: <i>śabad</i> , inni	46
2.4 Repertorio musicale: <i>rāga-tāla</i> , strutture melodiche-cicli ritmici	49
2.5 Le performances di <i>Śabad Kīrtan</i>	58
2.6 <i>Sunia-gavia</i> , ascoltare-cantare	64
2.7 L'esperienza estetica di <i>Amrit rasa</i>	69
CAPITOLO 3: <i>Seva</i>, il servizio disinteressato	75
3.1 Il binomio io-l'altro	75
3.2 La vita al gurdwārā: l'individuo e la comunità una simbiosi attiva	76
3.3 Azioni cantate	80
3.4 Analisi di <i>wahegurū</i>	81
3.4.1 Analisi testuale	82

3.4.2 Analisi musicale	83
3.4.3 Analisi acustica	85
3.4.4 Analisi gestuale	85
3.5 Il ruolo del canto nel <i>seva</i>	88
3.6 La comunità fuori dal <i>gurdwārā</i>	92
CAPITOLO 4: Analisi di un brano di śabad kīrtan	96
4.1 Il principio di equilibrio organico	96
4.2 Il brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i>	100
4.3 Analisi testuale	103
4.4 Analisi musicale	107
4.5 Analisi acustica	116
4.6 Analisi gestuale	121
CAPITOLO 5: Jāpa, ripetere	128
5.1 Dall'esterno all'interno, dall'interno all'esterno	128
5.2 Il libro sacro: il gurū vivente	131
5.3 <i>Jāpa</i> : la parola recitata, cantillata, meditata	135
5.4 La pratica di <i>Wahegurū simran</i>	136
5.5 La pratica personale	140
5.6 Il paradosso come condizione di vita	146
CONCLUSIONI	149
APPENDICE	152
GLOSSARIO	204
BIBLIOGRAFIA	207

INDICE DELLE IMMAGINI

1. Un momento della cerimonia di <i>Nagar Kīrtan</i> , canto devozionale in processione nella città, ad Odivelas il 30 aprile 2017	2
2. Lo stato del Punjab in India, luogo d'origine dei sikh	12
3. Il comune di Odivelas, nella periferia di Lisbona, dove si trova il tempio sikh	13
4. Il <i>Śrī Gurū Granth Sāhib</i> , il libro sacro dei sikh	25
5. Tabella 1. Struttura del <i>Śrī Gurū Granth Sāhib</i>	27
6. Tabella 2a. Le connotazioni del termine <i>Nām</i> utilizzate nel libro sacro	30
7. Tabella 2b. Le relazioni tra i termini riferiti alla “parola”, utilizzati nel libro sacro	31
8. Tabella 3. Le connotazioni del termine <i>sahaj</i> utilizzate nel libro sacro	40
9. Tabella 4. Schema della relazione fra musica e linguaggio di B. Lortat-Jacob	45
10. Tabella 5. Nomi e definizioni delle principali composizioni poetiche del libro sacro	47
11. Il testo del libro sacro in alfabeto originale <i>gurmukhi</i>	48
12. Tabella 6. Le note della musica indiana	50
13. Tabella 7. Le principali ornamentazioni della musica indiana	51
14. Tabella 8. I 31 <i>Rāga</i> del <i>Śrī Gurū Granth Sāhib</i> e le rispettive variazioni	54
15. Tabella 9. Esempio di titolo degli inni del libro sacro	55
16. <i>Śrī Harmandir Sāhib</i> , il Tempio d'Oro di Amritsar	58
17. La sala principale, <i>darbar</i> , del tempio di Odivelas durante la sostituzione delle decorazioni	59
18. Tabella 10. Schema esecutivo generale di un inno con la successione di strofa e ritornello e di parti cantate e parti strumentali	62
19. Tabella 11. Schema degli elementi costitutivi di una performance situata di <i>śabad kīrtan</i> , in termini di binomi di opposti	66
20. Tabella 12. I <i>rasa</i> indicati nel <i>Nāṭyaśāstra</i> con l'aggiunta di quello indicato da Abhinavagupta e nel <i>Srī Gurū Granth Sāhib</i>	70
21. Ingresso del <i>Gurdwārā Sikh Sangat Sāhib</i> , il tempio sikh di Odivelas	76
22. Refettorio del <i>gurdwārā</i> di Odivelas durante il momento del pranzo della domenica	78
23. Trascrizione del canto <i>wahegurū</i> durante il lavoro nella cucina del tempio	82
24. I contorni melodici dei 4 temi analizzato	84
25. Finestra di lavoro di EAnalysis dell'analisi del brano <i>wahegurū</i>	86
26. Still da video di due riprese simultanee del momento del canto <i>wahegurū</i>	87
27. Pianta della sala principale del tempio di Odivelas con la disposizione delle riprese	99

28. Tabella 13. I due temi del brano analizzato <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> , trascritti in notazione indiana	102
29. Il primo tema (B) trascritto in notazione occidentale	103
30. Il secondo tema (A) trascritto in notazione occidentale	103
31. Tabella 14. Calcolo del numero di <i>mātrā</i> per ogni verso dell'inno	105
32. Immagine tratta dalla finestra di lavoro di EAnalysis: le strutture grafiche dei contorni melodici dei due temi A e B	109
33. Schema esecutivo del brano analizzato costruito con le immagini tratte da EAnalysis	110
34. Frammento del brano analizzato con la cadenza del tablista	111
35. Frammento del brano analizzato con variazioni di intonazione	113
36. Frammento del brano con microvariazioni dovute al testo	113
37. Tabella 15. Schema dell'espressione dei due parametri "circolare" e "lineare" in termini musicali	114
38. Esempio della forma a spirale in natura: conchiglia del nautilus	116
39. Esempio della forma a spirale in natura: broccolo romanesco	116
40. Finestra di lavoro di EAnalysis dell'analisi del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i>	117
41. Spettrogramma del suono vocalico <i>i</i> di <i>sarnāī</i> tratto da Praat	119
42. Frammento del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> con ornamentazioni (battute 7-8)	119
43. Spettrogramma del suono vocalico <i>a</i> in <i>Rāmdās</i>	120
44. Frammento del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> con ornamentazioni (battute 284-285)	121
45. Schema degli indicatori gestuali dello sguardo relativi al cantante	122
46. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia il pubblico poco partecipe	124
47. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia il pubblico partecipe	124
48. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia il movimento della testa all'indietro dei musicisti	124
49. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia lo sguardo frontale dei musicisti	125
50. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia lo sguardo verso il basso e uso del telefono	125
51. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia il coinvolgimento del pubblico	126

52. Still dal video dell'esecuzione del brano <i>Ek ardās Bhātt Kīrat kī</i> in cui si evidenzia l'asincronicità di coinvolgimento tra pubblico e musicista	126
53. I musicisti durante una performance di <i>śabad kīrtan</i> al tempio di Odivelas	131
54. Sala principale del tempio di Odivelas durante una cerimonia della domenica mattina: particolare della circumambulazione attorno al libro sacro	132
55. Rishipal Singh, musicista del tempio, durante l'esecuzione della pratica di <i>wahegurū simran</i>	136
56. Spettrogramma sillaba <i>wa</i> tratto da Praat	137
57. Spettrogramma sillaba <i>he</i> tratto da Praat	137
58. Spettrogramma sillaba <i>gu</i> tratto da Praat	137
59. Spettrogramma sillaba <i>ru</i> tratto da Praat	137
60. Una devota che recita le preghiere quotidiane nella stanza adiacente alla sala principale del tempio	140

RINGRAZIAMENTI

La realizzazione di questo studio è stata laboriosa e ha visto la collaborazione e il sostegno di più persone, senza le quali non sarebbe stato certamente possibile. Mi sento di ringraziare in modo particolare:

Filippo Bonini Baraldi per la pazienza, la condivisione e i preziosissimi consigli che hanno contribuito a sviluppare la mia professionalità e che conservo con grande cura; Salwa Castelo-Branco per la grande disponibilità e gentilezza e per la voglia di condividere le sue conoscenze; Giovanni Cospito per la sensibilità al suono che sa trasmettere e per i suoi insegnamenti come persona e come docente; Nicola Scaldaferrì per la comprensione e i consigli che hanno aperto possibilità inaspettate; Mario Garuti per l'apertura e la voglia di mettere a disposizione il suo sapere; Giovanni Brincivalli per la generosità, l'aiuto e il sostegno che ha saputo darmi in quest'ultimo anno; Shiv Charan Singh per la condivisione della sua saggezza e l'amore che regala a ogni persona, sempre; Satya Kaur per la vicinanza e l'esempio della sua presenza; Eugenia Paramatma Kaur Alcaraz per il sostegno, la vicinanza, il confronto e la voglia di camminare insieme in questa vita; Elvio Manuzzi per le riprese e l'assistenza tecnica e per la voglia di scambio; Eddy Cattaneo, Stefano Tadini, Isabel Henn, Paolo Bertoni, Manuela Bonfanti, Fatima Barahona, Johannes Krieger, Lili Kedves, Manuel Attanasio, Tiziano Asperti per l'altruismo e la prontezza all'aiuto; tutte le persone dell'Inet-MD e del laboratorio audiovisivo dell'università Nova di Lisbona sempre disponibili e accoglienti; Rishipal Singh per la voglia di comunicare e condividere; Kuldeep Singh, Kushal Singh, Ranjit Singh, Amarjit Singh e tutte le persone del *gurdwārā* di Odivelas per la benevolenza e l'amabilità con cui mi hanno accolto; tutte le persone dell'Ashram di Quinta do Rajo per la sensibilità e la comprensione; Mujtaba Hussain per la generosità che ha reso possibile il mio soggiorno in India; Gurnam Singh, Ali Akbar, Kanvaljit Singh, Varvinder Kaur per la pazienza nel rispondere alle mie domande e per l'ospitalità che mi hanno riservato; tutte le persone del dipartimento di musicologia della Punjabi University sempre affabili e gentili; Kirit Singh per la grandezza d'animo e la semplicità con cui mette a disposizione le sue preziose conoscenze; Viola Asperti, Luna Tadini, Gabriel Arthur Giovanni Latreille, Adriano Krieger, Laura Krieger per la luce e la voglia di vita che sanno portare attorno a loro; Fernanda Vittoria Conti Asperti e Luigi Asperti per la presenza e il sostegno costante; tutti gli amici e tutti gli amanti della musica e della poesia.

NOTE PER LA TRASLITTERAZIONE E LE TRADUZIONI

Per la traslitterazione ho fatto riferimento alle convenzioni delle norme scientifiche internazionali nel sistema esposto in “*Outlines of hindi grammar*” di McGregor (1986).

La pronuncia delle vocali e delle consonanti sia in hindi che in punjabi corrisponde a quella italiana, con alcune eccezioni:

ā, ū, ī sono pronunciate con un prolungamento del suono.

ay, corrisponde alla “e” con accento grave italiana, con pronuncia aperta.

c è dolce come nella parola “cesto”.

g è una consonante velare esplosiva e si pronuncia come nella parola “gatto”.

j è una consonante per-palatale fricativa, corrisponde alla *g* dolce come nella parola “gelato”

ṭ è una consonante esplosiva che si pronuncia con la punta della lingua retroflessa, così che la parte posteriore della lingua tocchi il palato.

ḍ come *ṭ*, ma sonora.

ṇ è una consonante retroflessa nasale usata nelle parole di derivazione sanscrita.

ṛ come in *ṭ* e *ḍ*, la lingua si trova in zona retroflessa e si muove verso i denti con un battito in avanti.

ś è una consonante fricativa pre-palatale non sonora; si pronuncia come il digramma *sc* nella parola “sci”.

ṣ è usata solo nelle parole sanscrite e si pronuncia come *ś*.

h è pronunciata evidenziando l’espiazione.

gh, bh, dh, sono pronunciate con forte emissione dell’*h* finale.

kh è una consonante velare fricativa non sonora usata per rendere i suoni delle parole di origine araba e persiana. Si pronuncia come nella parola tedesca “Bach”.

INTRODUZIONE

Questo lavoro si occupa della particolare esperienza della relazione di equilibrio tra parola e suono nella tradizione della musica sacra sikh. L'obiettivo dell'indagine è mostrare come la musica rivesta un ruolo essenziale per incorporare (embody) tale equilibrio poiché proprio attraverso la musica si vive questa esperienza. Il canto devozionale è inteso come evento performativo contestualizzato, così da individuare eventuali indicatori che possano essere generalizzati e validi in senso metodologico e teorico per ulteriori ricerche etnomusicologiche. In particolare ho affrontato diverse situazioni in cui l'equilibrio si esprime con la musica, per poi espandere la riflessione alle pratiche sociali e culturali in cui la musica ha un ruolo rilevante.

Le ipotesi di partenza, su cui si basa il lavoro, sono due:

- 1) Esistono dei caratteri specifici del canto devozionale sikh che sono espressione del "perfetto equilibrio".
- 2) Studiando gli effetti del canto devozionale si acquisiscono informazioni importanti sui meccanismi di attribuzione dei significati da parte di una comunità alle proprie pratiche musicali.

Il mio interesse per la musica sacra sikh prende avvio dall'esperienza artistica di manipolazione dei suoni. Formatami in scultura all'accademia di belle arti, la mia ricerca si è rivolta al concetto di smaterializzazione fino ad arrivare a installazioni audiovisive e interventi diretti sullo spazio acustico. La riflessione si è focalizzata sull'influenza del paesaggio sonoro (Schafer 1985) sulle nostre forme di pensiero. Nel corso degli anni mi sono avvicinata alla disciplina dello yoga e della meditazione per esplorare tecniche di conoscenza ed esperienza di stati mentali diversi dalla quotidianità a cui siamo abituati. Ho iniziato a sperimentare l'utilizzo di mantra e formule ripetitive per raggiungere situazioni emotive specifiche. Secondo alcuni maestri spirituali sikh (cfr. Yogi Bhajan, 1929-2004, fondatore del movimento "3HO" negli Stati Uniti) esistono dei collegamenti diretti tra alcuni punti del palato e il cervello: il movimento della lingua durante l'atto linguistico dà delle stimolazioni per creare uno stato preciso. La mia curiosità si è rivolta alla funzione della musica rispetto ai meccanismi di concettualizzazione, memoria e condizionamento.

Il progressivo contatto con il mondo della musica indiana attraverso viaggi e incontri, ha costruito l'esigenza di approfondire lo studio della musica in generale e di quella indiana in particolare. Mantenendo il duplice approccio teorico-pratico dell'artista, ho deciso di iscrivermi al corso di musicologia dell'università di Milano e contemporaneamente di frequentare le lezioni di

bāṅsurī, flauto traverso indiano, con il maestro Lorenzo Squillari. Durante gli anni di studio ho intrapreso dei viaggi in India in cui ho visitato il Tempio d'Oro di Amritsar e ho sperimentato la maestosità e la potenza della musica sacra dei sikh, in grado di elevarsi al di sopra della confusione della città e farsi simbolo del perfetto funzionamento dell'organizzazione sikh. Il tempio di Amritsar è un luogo complesso, molto grande e frequentato in cui le attività si susseguono ininterrottamente. Le persone vanno e vengono: c'è chi rende omaggio al libro sacro, chi svolge un servizio volontario per il mantenimento del tempio, chi recita inni sacri, chi li canta, chi chiacchiera, chi ti chiede di fare una foto insieme perché un'occidentale è una rarità... La dimensione acustica domina in ogni momento; costantemente si sente il ripetere di formule o parole che fanno parte di un libro sacro e venerato, il *Śrī Gurū Granth Sāhib*. La musica presso i sikh ha un ruolo predominante, ma non è l'unica forma di fare esperienza "sonora" della parola.

Nel 2015 ho avuto l'opportunità di soggiornare presso il dipartimento di musica sacra *Gurmat Sangīt* della Punjabi University di Patiala per svolgere delle prime ricerche di campo sugli effetti del canto devozionale. Durante il soggiorno ho preso lezioni di canto con Ali Akhbar e Mujtaba Hussain. Sotto la guida di Gurnam Singh, direttore e fondatore del dipartimento, ho intrapreso una serie di letture di testi della biblioteca del dipartimento e sono entrata in contatto con docenti, allievi e ricercatori. L'esperienza è stata altamente formativa in termini di acquisizioni teoriche e pratiche. Per la prima volta mi presentavo come etnomusicologa in un contesto totalmente differente da quello a cui ero abituata. Le persone del dipartimento sono state molto accoglienti e collaborative: hanno risposto alle mie domande e ai miei dubbi, mi hanno invitata ad incontri formali ed eventi celebrativi culturalmente rilevanti, si sono resi disponibili ad essere ripresi ed intervistati; Oltre, naturalmente, a offrirmi la possibilità di soggiornare all'interno del campus dell'università. Il mio è stato un approccio etnomusicologico piuttosto classico: ho raccolto dati sotto forma di appunti, testi, riprese audiovisive. L'utilizzo del video ha fatto scaturire una prima riflessione, che permane tuttora aperta, rispetto alle sue potenzialità investigative, ma anche alle sue limitazioni. A volte inibisce le persone, a volte, invece, conferisce un riconoscimento di professionalità inaspettato. Mi sono accorta che il materiale audiovisivo è particolarmente ricco e richiede una buona preparazione precedente le riprese, che consente una selezione di partenza. In generale la lacuna più forte che ho avvertito in questa prima esperienza di campo è stata la mancanza di confronto e condivisione. Costruire delle relazioni, prendere appuntamenti, essere operatore della macchina da presa e tecnico del suono, sono tutte operazioni complesse che necessitano di pratica.

Con l'aiuto di Nicola Scaldaferrì ho individuato l'Istituto di etnomusicologia Inet-MD di Lisbona diretto da Salwa Castelo-Branco. L'opportunità di un soggiorno presso un'istituzione specializzata in tematiche etnomusicologiche è stata feconda per l'acquisizione di un metodo

investigativo fondato sull'interdisciplinarietà e lo scambio. L'area di Lisbona, inoltre, si è rivelata un luogo particolarmente felice per la mia ricerca: nella sua periferia si trova un tempio sikh piuttosto importante e frequentato, mentre ad una quarantina di chilometri si trova l'*ashram* guidato dal maestro di kundalini yoga Shiv Charan Singh, che seguo da molti anni.

La presenza presso l'Inet-MD di Filippo Bonini Baraldi, specializzato nelle questioni di musica ed emozioni, ha assicurato un forte sostegno alla tematica degli effetti e delle intenzioni emotive che mi apprestavo ad indagare. Il suo contributo e la sua esperienza sono stati decisivi dal punto di vista sia metodologico che dei contenuti. Mentre la presenza di altri ricercatori e la possibilità di confronto e scambio hanno sopperito a quel senso di isolamento percepito in India, dove la diversità di approccio, potrei genericamente dire, orientale ed occidentale, è evidente. Il lavoro di campo si è così "trasferito" in Portogallo presso la comunità sikh di Odivelas, Lisbona.

Contesto etnografico

I sikh sono una comunità religiosa originaria del Punjab, stato nord-occidentale del subcontinente indiano, che ha come punto di riferimento della propria dottrina gli insegnamenti racchiusi in un libro sacro. Il testo risale ad un periodo compreso tra la fine del 1400 e l'inizio del 1700 e racchiude più di un migliaio di composizioni poetiche sia di Guru sikh che di altri santi e mistici dell'Islam e dell'Induismo. Gli inni descrivono l'esperienza primaria della realtà come Uno: si esaltano le qualità di Dio e si esorta a cantare il Suo nome, *Nām*, e le sue lodi per ricongiungersi a Lui. Il ruolo del canto si inserisce nella tradizione medievale indiana dei santi cantori in cui è finalizzato al raggiungimento dell'estasi mistica.



Figura 2. Lo stato del Punjab in India, luogo d'origine dei sikh.

Ho svolto il lavoro di campo presso il tempio di Odivelas, nella periferia di Lisbona per un periodo di circa 8 mesi. Il luogo costituisce un punto di riferimento per tutta la comunità ed è molto frequentato dai fedeli di tutto il Portogallo, pur non essendo l'unico¹. Oltre ad essere la sede delle attività religiose, contribuisce attivamente a rafforzare l'identità e il senso di appartenenza dei devoti e fornisce sostegno a livello burocratico e legale.



Figura 3. Il comune di Odivelas, nella periferia di Lisbona, dove si trova il tempio sikh.

Fin dall'inizio sono stata ben accolta dalla comunità sikh che si è dimostrata curiosa e disponibile. Ho preso contatti con i musicisti del tempio e ho iniziato a frequentare le lezioni di canto sacro sotto la loro guida. Immediatamente ho sperimentato un problema linguistico non indifferente che, nell'ottica di un proseguimento della ricerca, mi spinge all'apprendimento della lingua punjabi: le persone residenti nel tempio, come i musicisti, molto spesso non hanno padronanza né della lingua inglese, né di quella portoghese o di altre lingue a parte hindi e punjabi. In generale, la disponibilità e la volontà di scambio hanno sopperito a tale mancanza; per le interviste e le conversazioni più specifiche mi sono avvalsa di traduttori indicati dai miei interlocutori. Ho, comunque, partecipato alle lezioni di lingua organizzate dal tempio per i bambini,

¹ Attualmente sul territorio portoghese sono presenti altri due templi sikh, uno a Porto e l'altro ad Albufeira in Algarve.

e ora sono in grado di riconoscere i caratteri dell'alfabeto e leggere. Conosco alcuni vocaboli, ma ho bisogno di pratica assidua per integrare un sistema linguistico così diverso.

Rispetto alla raccolta dati ho utilizzato semplici appunti, interviste, registrazioni audio e video, testi teorici, conversazioni, pratica personale. In particolare per le riprese video ho fatto riferimento al metodo di ripresa adottato da M. Clayton (2013) e a quello dei "videographs" o "videocharts" usato da R. Qureshi, utilizzando con più telecamere in simultanea e da diversi punti di vista. Questo tipo di riprese si è rivelato molto efficace ai fini dell'analisi per comprendere meglio l'esperienza esecutiva e l'interazione tra i musicisti e musicisti-ascoltatori. La tematica di riferimento che ho scelto per le immagini è stata la relazione, che ho suddiviso secondo 4 filoni di indagine:

- relazione poesia/musica;
- relazione ascoltatore/esecutore;
- relazione interiore con il proprio sé;
- relazione con il contesto di esecuzione;

Anche l'audio è stato registrato su più tracce utilizzando più punti di ripresa e microfoni diversi.

Ho poi rivisto i materiali video insieme ai musicisti, secondo una pratica "quasi" consueta dell'etnomusicologia (Feld 2105; Qureshi 1986) che si è rivelata un buon mezzo per captare al meglio i loro commenti, così da approfondirne il punto di vista e la sensibilità rispetto alle esecuzioni effettuate. La presenza di un supporto fisico di riferimento consente conversazioni più ricche e inaspettate. L'efficacia del metodo di riprese simultanee, sia audio che video, è particolarmente evidente per l'indagine sulla sincronizzazione, come ben espresso da M. Clayton (2013), e anche rispetto alla lettura delle intenzioni espressive. Il canto devozionale sikh si caratterizza per sobrietà e moderazione: il musicista ricerca il perfetto equilibrio tra il significato della parola e la sua espressione musicale. In questo canto la centralità è accordata al messaggio racchiuso dalle parole dell'inno, ma una performance ben riuscita è quella in cui musica e poesia sono complementari. Gli indicatori delle intenzioni espressive, a cui possono fare capo degli stati emotivi, non sono immediati: il video si rivela uno strumento in grado di avvicinarsi notevolmente e soffermarsi su dettagli che potrebbero passare inosservati.

L'equilibrio perfetto degli opposti

Lo studio della relazione tra parola e suono in termini di funzione attributiva e affettiva ha una storia lunga e complessa nella musica occidentale (Feld 1994; 2004; Lortat-Jacob 2010), basti

pensare all'importante passaggio alla polifonia durante il medioevo o all'invenzione del melodramma con la nascita dell'opera, fra cinquecento e seicento. In questo senso ho compiuto le mie osservazioni nell'ambito teorico del delicato rapporto fra poesia e musica. Ma la ricerca si inserisce maggiormente nella serie di questioni aperte dell'emozione musicale (Bonini Baraldi 2010; Cler 2010; Surralles 2000; Blacking 1973) e tiene in particolare considerazione la teoria degli affetti indiana del *rāga-rasa*. (Perinu 1982; Singh Lallie 2012). Nonostante la complessità e la difficoltà di definire cosa sia esattamente un'emozione, gli studiosi convengono nel riconoscere la capacità della musica di influenzare la sfera affettiva. La relazione specifica tra i due rimane ancora un campo di indagine aperto.

Nel suo excursus sulla tematica musica ed emozioni, F. Bonini Baraldi cita studiosi che si sono occupati sia di situazioni in cui l'emozione è particolarmente intensa, per esempio il fenomeno di *arousal* (eccitazione psicologica) indagato da J. Becker 2004, sia situazioni cosiddette di *anthi-pathos* in cui l'emozione non è espressa, ma è comunque presente (Cler 2010). Il concetto di manipolazione della risposta emotiva è alla base delle mie osservazioni nel percorso di individuazione di un metodo adatto di indagine. Se l'emozione è presente, ma non espressa per svariati motivi, si pongono per il ricercatore una serie di problematiche nel definire l'esperienza del vissuto musicale. Innanzitutto si è reso necessario mantenere ben presente il contesto e considerare ogni evento musicale come situato nel tempo e nello spazio. Il lavoro di campo ha permesso di entrare in contatto prolungato con un diverso codice espressivo e iniziare a comprenderlo così da poterlo comunicare nel corso di questa dissertazione. Mi sono avvicinata alle categorie di pensiero della comunità oggetto della mia ricerca e ho cercato di spiegare il fenomeno musicale sia dall'interno che dall'esterno combinando i due aspetti di emico ed etico individuati da K.L. Pike (1967).

Ho individuato una specifica categoria di indagine che ha costituito la prospettiva di tutta la ricerca: l'equilibrio. Questo concetto si sviluppa in due ambiti paralleli: uno relativo all'esperienza di equilibrio vissuta, denominata dai sikh *sahaj*; l'altro relativo a come si esprime il vissuto interiore, come si manifesta. L'esperienza racchiusa dal termine *sahaj* è uno stato di spontaneità e perfetta connessione con la natura divina dell'universo in cui tutto è perfetto così come è e che costituisce il fine ultimo del cammino spirituale. Si tratta di un particolare equilibrio mentale e spirituale caratterizzato da una totale trasformazione della natura egoica della mente affinché non crei divisioni e dualità. Osservando le performances di musica sacra, ciò che più mi ha sorpreso è stato il grande senso di moderazione e controllo nel modo di raggiungere ed esperire lo stato mistico, sia da parte dei musicisti che degli ascoltatori.

Il criterio metodologico dell'equilibrio mi ha permesso di focalizzare l'attenzione sulla musica e sul suo ruolo sia nel suscitare l'esperienza emotiva sia nell'esprimerla. Il canto devozionale è profondamente connaturato al modo di vivere sikh e accompagna e scandisce ogni aspetto importante della vita individuale e comunitaria. Il costante riferimento al messaggio delle scritture sacre attraverso l'utilizzo di versi, più o meno lunghi, musicati e cantati durante il lavoro manuale o come semplice espressione di un pensiero, evidenzia come la pratica musicale rivesta un ruolo preponderante nella quotidianità. Ho preso in considerazione situazioni musicali diverse in cui l'equilibrio si manifesta o in cui il suo raggiungimento risulta essere l'obiettivo principale. Ho osservato la specifica relazione tra gli elementi costitutivi: musica e poesia svolgono un ruolo fondamentale, ma non sono gli unici ad essere coinvolti. Durante il lavoro di campo ho potuto osservare come la predisposizione dei partecipanti giocasse un ruolo fondamentale. Come già osservato da P. Juslin e J. Sloboda lo studio delle emozioni musicali non può prescindere dal contesto (Juslin e Sloboda 2011) e la natura della connessione tra emozioni e specifiche caratteristiche dell'oggetto musicale costituisce un ambito che necessita di approfondimenti. Nella sua introduzione alla "Storia della musica indiana" E. Anselmi afferma che

la musica comunica solo all'interno di una comunità sociale, solo se è caricata di significati simbolici tacitamente accettati dai membri della comunità [...] Non possiamo dire con certezza se le sinestesie tra *rāga* e immagine visiva, colore, ora del giorno e, in Cina, tra i cinque suoni della scala musicale e politica, stagioni, colori, pianeti, siano vera sinestesia o sinestesia stimolata dalla cultura. La sinestesia può essere data da *abitudini* associative, cioè può essere determinata culturalmente e costituire un fenomeno simbolico. (Anselmi 2010: 61-62).

Nel caso del canto devozionale sikh la relazione poesia-musica si rivela, comunque, centrale sia nella pratica performativa sia nella teoria filosofica. A questo proposito si è tenuta una conferenza internazionale dal titolo "Ermeneutica di musica (*rāga*) e parola (*śabad*) sikh" tenutasi alla Hofstra University di New York dal 21 al 23 maggio 2010, a cui hanno partecipato 17 tra studiosi e musicisti di diversi paesi. Nel corso del mio studio ho fatto particolare riferimento alla pubblicazione degli atti di questa conferenza che si è dimostrata una grande fonte di stimolo e riferimento.

Il testo è suddiviso in cinque capitoli principali e si conclude con un'appendice che contiene la partitura del brano analizzato e le interviste eseguite sia in India, durante il mio soggiorno, che ho considerato molto pertinenti, sia in Portogallo.

Nel primo capitolo introduco il concetto di *sikhismo* e fornisco un inquadramento generale soffermandomi in modo particolare sul libro sacro e sulla definizione dello stato di *sahaj*.

Il tema principale riguarda la parola e il suo utilizzo all'interno della filosofia e della pratica sikh. Inizio a tracciare la complessità dell'indagine attraverso riflessioni sui termini e i diversi significati che ne determinano gli usi. Presso i sikh il linguaggio, nelle sue diverse sfaccettature, è un'azione specifica dalla doppia direzionalità: dall'interno all'esterno esprime uno stato emotivo, mentre dall'esterno verso l'interno provoca uno stato emotivo. Lo stato di *sahaj* possiede un linguaggio specifico determinato dalla sua stessa definizione come stato di equilibrio in cui gli opposti sono compresenti. Nel libro sacro viene descritto come la particolare situazione degli amanti in cui si è una cosa sola pur mantenendo la propria identità. Il fondamento teorico da cui prende spunto l'intera dottrina sikh è costituito dalla necessità di fare esperienza del principio di unità della realtà, che può essere sintetizzato dal termine *Nām*, letteralmente nome divino. Sperimentare il *Nām* equivale a sentirsi uno con il tutto, poiché Dio permea totalmente la realtà. Nel momento in cui si fa esperienza del *Nām* si entra nello stato di *sahaj*, tracciando una sorta di parallelismo con gli ultimi sviluppi della filosofia rispetto al concetto di cognizione incorporata (*embodied cognition*, Leman 2007; Varela 1992). I sikh indicano tre modi, basati sul ricordo del nome, per raggiungere questa esperienza: il canto devozionale, *śabad kīrtan*; il servizio disinteressato, *seva*; la ripetizione, *jāp*.

Il secondo capitolo prende in considerazione il primo modo di ricordare il nome ed entra nella specificità della performance musicale fornendo un'introduzione generale alla musica indiana. Facendo riferimento alle ricerche di B. Lortat-Jacob rispetto alla relazione tra poesia e musica, metto in evidenza le caratteristiche dell'oggetto musicale in sé: il repertorio poetico costituito dagli inni racchiusi nelle sacre scritture sikh e il repertorio musicale basato sul sistema della tradizione classica dell'India del nord insieme ad alcune composizioni della tradizione popolare e folkloristica indiana, soprattutto del Punjab. Descrivo poi i caratteri generali delle performances di *śabad kīrtan* eseguita presso il tempio di Odivelas e proseguo individuando gli elementi costitutivi in termini di binomi di opposti in costante relazione. Oltre a poesia/musica, un'esecuzione di canto devozionale è caratterizzata dai suoi partecipanti in qualità di esecutori/ascoltatori e dalla loro volontà personale contrapposta alla volontà divina (predisposizione/grazia). La definizione dello stato di *sahaj* come stato di equilibrio implica l'osservazione dell'interrelazione di questi elementi all'interno del contesto. L'ultima parte del capitolo si sofferma sull'esperienza estetica sottesa allo stato di equilibrio di *sahaj* e su quali sono i principi formali adottati per esprimerla al meglio.

Nel terzo capitolo descrivo il contesto del lavoro di campo e analizzo il ruolo della musica nelle attività del tempio spesso scandite dal canto o dall'ascolto. Il secondo modo indicato dalla filosofia sikh per ricordare il nome e creare l'opportunità per entrare nello stato di perfetto equilibrio, è il servizio disinteressato, *seva*, spesso esercitato all'interno del luogo di culto. In questo caso i binomi di opposti considerati per l'osservazione sono io/l'altro e individuo/comunità: lo stato di *sahaj* si pone come la capacità di mantenere la giusta distanza fra il sé e l'altro nel rispetto della diversità e dell'uguaglianza.

Nella parte centrale del capitolo analizzo un estratto video del lavoro nella cucina del tempio, adottando la metodologia degli studi e delle ricerche svolte da M. Clayton (2013) sul fenomeno di "entrainment" (sincronizzazione) che risulta opportuno e apre ulteriori possibilità di indagine. Il ritmo e la sincronizzazione giocano un ruolo importante per la coordinazione dei gesti, secondo una caratteristica comune a tutti i canti di lavoro. Le tematiche e il messaggio del testo aiutano a predisporre il meccanismo del ricordo per cui chi canta ricorda a sé stesso e agli altri l'origine divina della propria azione e la necessità di renderle onore mantenendola del tutto disinteressata e pura. La pratica musicale crea un riferimento generale e unificante collegato ad un credo ed un senso di appartenenza comune (Freeman 2000; Becker 2004). La comunità, infatti, esercita un ruolo importante nella vita dei sikh poiché è una delle vie indicate nel libro sacro per entrare in comunione con Dio, nella quale l'individuo sperimenta il sentirsi uno con gli altri apprendendo a mantenere il proprio sé. A conclusione fornisco un quadro generale sulla condizione dei sikh in quanto emigrati in Portogallo, paese vissuto molto spesso come luogo di passaggio in vista di trasferimenti in altri paesi d'Europa o del continente nord americano (Myrvold 2012; Correia e Bastos 2006). I sikh si contraddistinguono per essere particolarmente aperti e accoglienti (Restelli 2013) e per seguire una strategia di integrazione definita da J. Bastos (2000) "dell'invisibilità" in cui occidentalizzano il loro aspetto, ma, contemporaneamente avviano processi di rafforzamento della propria identità religiosa e culturale.

Il quarto capitolo è incentrato sul lavoro di analisi di una performance di *śabad kīrtan* e sul ruolo della musica rispetto alle intenzioni espressive.

La performance è stata videoregistrata con tre telecamere simultanee e due registratori digitali su cinque canali differenti. Anche in questo caso il riferimento metodologico è costituito da M. Clayton e R. Qureshi (Clayton 2013; Qureshi: 1986). La documentazione della molteplicità di azioni durante l'evento musicale aiuta ad entrare nella complessità della musica in contesto.

L'integrazione di dati provenienti da fonti diverse ha facilitato l'osservazione e l'interpretazione permettendo di mantenersi consapevoli della propria soggettività e della difficoltà di aprire

realmente la mente alla diversità. Personalmente ho adottato la scelta di “tradurre” la musica indiana anche su pentagramma con la consapevolezza del dibattito intrinseco all’etnomusicologia rispetto alla scrittura delle musiche non scritte (England: 1964; Scaldaferrì 2005; Seeger 1958). La mia scelta è stata motivata dalla volontà e necessità di utilizzare tutti i supporti possibili per creare un linguaggio comune e favorire lo scambio e l’interdisciplinarietà. La trascrizione effettuata è una trascrizione di sintesi in cui la specifica intonazione e le ornamentazioni sono riportate solo parzialmente. Non è, infatti, obiettivo di questo studio entrare nel merito esclusivamente della sonorità della musica indiana. L’analisi si suddivide in: testuale, musicale, acustica e gestuale e mantiene la prospettiva del concetto di equilibrio, nelle sue diverse sfaccettature, come linea guida. Individuo due parametri funzionali all’interpretazione e che potranno essere oggetto di futuri approfondimenti: circolarità e linearità.

Nonostante riesca a costruire una griglia di possibili indicatori e sottoponga la visione dei video delle performances ai miei informatori, non è possibile specificare chiaramente e inequivocabilmente il momento in cui qualcuno raggiunge lo stato di *sahaj*. La difficoltà è dettata dal fatto che i gesti cosiddetti indicatori, come gli occhi chiusi o l’oscillazione della testa e del torso o la posizione della testa all’indietro o in avanti, non sono solo espressione dell’esperienza mistica, ma vengono effettuati anche per propiziarla. L’equilibrio osservato nell’analisi si consolida come una sorta di capacità di sostare contemporaneamente nella propria interiorità e nell’esteriorità, mettendo in relazione gli opposti e abbracciando il paradosso come condizione di vita reale.

Nel capitolo cinque proseguo ad indagare il terzo modo di ricordare il nome e mi soffermo sulla pratica della ripetizione, *jāpa*. Il binomio considerato è interiorità/esteriorità attraverso il concetto di sintonizzazione. Sulla base degli ultimi sviluppi delle scienze cognitive, metto in rilievo come la reciproca influenza tra esperienza interiore, linguaggio e azione trovi un corrispondente nel termine “intossicazione” professato dalla dottrina sikh. Intossicarsi con il *Nām* significa incarnarlo, attuarlo dentro di sé (*embody*, *enact*), attraverso un doppio passaggio che va dal gesto (esterno) al linguaggio (soglia) fino allo stato mentale (interno) e viceversa.

Mi soffermo sul ruolo della parola nella tradizione sikh sia rispetto al libro sacro, come parola rivelata, sia nella pratica personale, come parola attualizzata (*enact*). Passo in rassegna la liturgia sikh e analizzo una pratica di meditazione attraverso la ripetizione continua della parola, *wahegurū*, uno dei termini usati dai sikh per indicare Dio. L’analisi mette in luce l’importanza della fonazione, osservata secondo i parametri di circolarità e linearità, e della ripetizione per raggiungere particolari stati psico-emotivi (Qureshi: 1986; Racy: 2003). Lo stato di *sahaj* consiste in una sorta di

trasparenza totale fra interno ed esterno, in cui la sintonizzazione della propria mente sul *Nām* si esprime nei pensieri, nelle parole e nelle azioni, senza alcuna differenza tra il fare e l'essere.

Il lavoro di campo che ho svolto presso la comunità sikh di Lisbona si occupa delle pratiche contemporanee del canto devozionale nel contesto specifico del tempio. A questo proposito individua ed analizza il ruolo degli elementi costitutivi di una performance e li inserisce nella prospettiva più ampia dell'intera dottrina sikh.

Le domande di partenza dello studio sono due:

1. Cosa provi quando canti?
2. Quali elementi di questo canto ti permettono di entrare in quello stato?

Le ipotesi apertesesi attraverso l'analisi dei dati riguardano la fonazione e il ritmo, due ambiti diversi che possono essere integrati in una sorta di doppio sguardo che aiuta e sostiene la ricerca. I continui rimandi all'interiorità e all'esteriorità che mi sono trovata ad affrontare durante la stesura della tesi hanno rafforzato l'idea della necessità non solo di osservare il movimento, in un senso o nell'altro, nei miei interlocutori, ma di compierlo a mia volta durante la riflessione. Lo studio fonologico si configura, infatti, come uno studio di un ordine di grandezza microscopico, volto a giungere al materiale base dell'oggetto musicale, mentre l'indagine sulla sincronizzazione permette di mantenere ben presente il contesto e la natura dell'ambiente in cui si trova ad operare: un complesso sistema di elementi in costante interazione fra loro.

In questo senso auspico una metodologia interdisciplinare in cui la condivisione dei saperi e il dialogo fra studiosi di diversi ambiti faciliti e consolidi la ricerca, poiché credo che:

la molteplicità [degli approcci] sia una forza (attraverso la conversazione interdisciplinare) piuttosto che una debolezza (attraverso la frammentazione) (Clayton 2013: 15).

CAPITOLO 1: La sottigliezza del linguaggio

1.1 Sikhismo o *Sikhismo*: l'importanza delle parole

La precisazione dei termini caratterizzerà tutto il corso di questa dissertazione. In alcune sottigliezze, che potrebbero passare inosservate, risiedono, infatti, importanti divergenze di visione dei due pensieri, occidentale e orientale, su cui mi sono ritrovata a riflettere.

Il sikhismo è definito, comunemente, una religione monoteista originatasi nel Punjab, uno stato settentrionale del subcontinente indiano, attorno alla fine del XV secolo CE. Attualmente, nonostante la maggioranza dei fedeli risieda in India, i sikh nel mondo sono all'incirca 1.000.000¹. Secondo lo studioso Arvind-Pal Singh Mandair (2013), la parola sikhismo è stata inventata dagli inglesi che furono i colonizzatori del subcontinente indiano dalla fine del XIX secolo CE fino a metà del XX CE: quando nel 1947 fu dichiarata l'indipendenza dell'India come nazione. I sikh, adottando il termine sikhismo, hanno acquisito e rivendicato una propria identità in funzione dei modi di pensiero dei dominatori, ma nella loro lingua, il punjabi, si definiscono *sikhi*. Questa parola deriva dal verbo *sikhna*, apprendere, ed ha una connotazione fortemente temporale, poiché sottende un cammino di apprendimento nel senso di esperienza vissuta. L'identità di un sikh, dunque, non è indicata in quanto un oggetto, come i termini in -ismo denotano, ma piuttosto come un processo². Mandair suggerisce di indicarlo allora con un piccolo accorgimento grafico, al quale anch'io mi atterrò, che rende conto della denotazione specifica: *sikhismo*. (Mandair 2013: 13) Un sikh è colui che ha intrapreso un cammino di auto-perfezionamento attraverso la guida di un maestro spirituale denominato Gurū. Anche in questo caso è bene fare una precisazione di termini. In India, Gurū indica generalmente un insegnante o maestro che possiede una determinata conoscenza in un certo campo, i sikh, invece, usano il termine con la lettera maiuscola e con esso si riferiscono a:

- 1) i dieci maestri spirituali che si sono succeduti tra la fine del 1400 e l'inizio del 1700, ciascuno dei quali ha apportato importanti contributi allo sviluppo e all'evoluzione della filosofia sikh;
- 2) gli inni in versi composti dai maestri spirituali racchiusi nelle sacre scritture sikh;
- 3) l'ispirazione divina che è sottesa nei due casi precedenti.

Nel tentativo di spiegare il *sikhismo* si pone decisamente in evidenza come l'esperienza vissuta ne sia un concetto chiave. (Mandair 2013: 3-10)

¹ Di questi circa 400.000 in Gran Bretagna, 300.000 in Canada e 100.000 negli Stati Uniti. In Italia, secondo il Ministero per la Cooperazione Internazionale e l'Integrazione, sono circa 60.000, mentre in Portogallo sono 6-7.000. (cfr. www.cesnur.com/gruppi-di-origine-sikh/la-religione-sikh e www.sikhiwiki.org/index.php/Sikhism_in_Portugal)

² In questo modo gli si attribuisce una connotazione temporale e una dinamicità. (Mandair 2013: 3).

Il primo maestro e fondatore del *sikhismo*, Gurū Nānak, nato nel 1469 in un paese vicino a Lahore, attuale Pakistan, visse in un momento di particolare fermento spirituale in cui si affermò il movimento denominato *bhakti*, costituito da diversi santi o maestri spirituali detti *bhagats* o *sants*. Questi, avendo sperimentato stati elevati di illuminazione spirituale e con l'intenzione di aiutare altri a raggiungere la stessa esperienza, divulgavano i propri insegnamenti in forma di poesia cantata in lingue locali, incuranti dei rituali o delle restrizioni sociali³. Le origini del movimento *bhakti* risalgono al VII secolo CE in India meridionale: da qui si è successivamente diffuso in tutto il subcontinente, arrivando fino alle zone più a nord come il Punjab. Tradizionalmente è considerato una sorta di riforma sociale all'interno dell'induismo in quanto promotore di una visione egualitaria della spiritualità, al di là delle caste o del genere, ma alcuni studiosi lo ritengono, invece, un'attualizzazione della tradizione vedica, una sorta di revival. (Prentiss 2014: 15-16). Altri ancora lo interpretano come una risposta alla dominazione islamica che ha formalmente inizio con la conquista di Delhi nel 1526 da parte della dinastia *Mughal*. Al di là delle polemiche e delle difficoltà di stabilire una ricostruzione univoca della complicata storia indiana mi interessa qui sottolineare come la tradizione di poeti santi e cantori abbia radici molto lontane e come la nascita del *sikhismo* avvenga in un contesto sociale e religioso particolarmente variegato, sia per la posizione geografica che per il momento storico.

Gurū Nānak fu senza dubbio influenzato da *bhagats* appartenenti a generazioni precedenti, come Sheik Farid, Kabir o Namdev⁴, ma il suo pensiero si è sviluppato in una forma del tutto originale creando una netta distanza fra il movimento sikh, a cui ha dato vita, e altri cammini spirituali o religiosi. Fin dalle sue origini, attraverso le complesse relazioni con il mondo islamico della dinastia *Mughal*, il *sikhismo* ha manifestato la forte esigenza di rivendicare una propria identità specifica ed un riconoscimento ufficiale. Verso la fine del XIX e l'inizio del XX secolo sono nate diverse organizzazioni politico-religiose⁵ con il dichiarato scopo di individuare i caratteri distintivi dei sikh e, soprattutto, evitare l'assimilazione a una delle sette dell'induismo. Lo sforzo di circa un secolo, che ha visto il susseguirsi di alterne vicende e soprattutto l'incontro con il pensiero occidentale, ha portato alla definizione del *sikhismo* come religione monoteista⁶.

La concezione di Gurū Nānak si basa sull'esperienza interiore e trasformativa che gli ha consentito di raggiungere uno stato di consapevolezza caratterizzato da un senso di fusione con tutta

³ I *bhagats* compongono in lingue vernacolari in chiara opposizione alla poesia colta e alla letteratura religiosa composta in sanscrito.

⁴ i versi di questi *bhagats* sono inseriti nel libro sacro dei sikh.

⁵ per esempio il movimento Singh Sabha nato nel 1873 o il Shiromani Gurdwara Parbandhak Committee SGPC nel 1920. (Mandair 2013: 76-104)

⁶ Per un approfondimento sulla concezione religiosa sikh e sul rapporto tra potere temporale e religioso si rimanda a Mandair 2103.

l'esistenza e di un amore infinito e incondizionato verso ogni essere. La natura della realtà in quanto unità, *Ek* (uno), è una verità che deve essere esperita: la sua conoscenza non è sufficiente.

In funzione di questo primato dell'esperienza si può parlare di esperienza sovrana, nella quale risulta fondamentale la messa in discussione del senso di individualità proprio dell'essere umano, denominato ego⁷. Secondo Gurū Nānak chi raggiunge questo stato sovrano della mente, o della consapevolezza, o dell'esistenza,⁸ è libero dalle paure e dalle ansietà dell'esistenza sociale, e viene chiamato *gurmukh*, colui il cui viso o linguaggio è quello di un Gurū. Ad esso si contrappone il *manmukh*, colui il cui viso o linguaggio è quello centrato su di sé, ovvero la persona che agisce a partire dal proprio ego e dall'attaccamento al sé individuale, credendo di essere libera. Come già visto per i *bhagats*, l'esperienza mistica viene espressa attraverso il linguaggio poetico e, più precisamente, in forma di poesia devozionale, in cui si esorta instancabilmente al raggiungimento di questo stato di consapevolezza poetica (Mandair 2013: 29) attraverso la ripetizione del nome di Dio.

In quale forma, precisamente, si esprimono le lodi di Dio? Si tratta di una poesia cantata, recitata, letta o ascoltata? Inizio a fare una precisazione che riguarda la rilevanza del suono nella cosmogonia indiana, la cultura in cui si sviluppa il *sikhismo*.

Secondo la concezione indiana, tramandata dalle scritture sanscrite, tra cui i Veda, il mondo attraversa ciclicamente quattro diverse epoche dette *yuga* che, insieme, costituiscono un *mahayuga* o era cosmica. L'era attuale, iniziata nel 3102 BCE, è quella cosiddetta del ferro o *kaliyuga*; si tratta di un'età oscura nella quale il carro del *dharma*, simbolo del grado di consapevolezza, ha tre ruote nel fango.⁹ Ciò significa che gli esseri umani hanno una percezione della spiritualità molto sopita. Durante questa era il mezzo più potente indicato dai maestri spirituali per entrare in contatto con il divino è il canto.¹⁰ Le mortificazioni del corpo, l'ascetismo, il sacrificio non sono più necessari poiché il potere del canto delle lodi di Dio è sufficiente ad ottenere un'esperienza mistica.

Ora, l'epoca oscura del kaliyuga è giunta.

Pianta il *Nām*, il nome dell'Unico Signore.

Non è la stagione di piantare altri semi.

⁷ L'ego è qui inteso come l'identificazione con i propri pensieri, desideri e la propria personalità filtrati dalla mente e dai suoi condizionamenti. In questo senso è un falso senso dell'io. In psicologia indica l'io e prende diverse accezioni in base alla corrente di pensiero in cui viene utilizzato. (cfr. Freud; Jung)

⁸ Secondo Mandair i termini sono intercambiabili. (Mandair 2013: 28)

⁹ In alcune scritture ci si riferisce alla consapevolezza con l'immagine del toro, che, nel *kalyuga*, ha tre zampe nel fango.

¹⁰ Il mistico viśnuita Mahāprabhu Chaitanya, a cui si ispira il movimento Hare Krishna, esorta al costante canto del nome di Dio come soluzione per l'età oscura del kaliyuga. Una pratica che distrugge i peccati e purifica i cuori garantendo la pace universale. (https://en.wikipedia.org/wiki/Kali_Yuga)

Non vagare perso nel dubbio e nell'illusione¹¹ (SGGS: 1185).

La tradizione sikh si inserisce perfettamente in questa concezione del cammino spirituale. Gurū Nānak, secondo l'agiografia racchiusa nei *janamsākhī*, storia della nascita, ha viaggiato per vent'anni in diverse parti dell'India e oltre i suoi confini per diffondere i suoi insegnamenti, performando canti devozionali accompagnato da un suonatore di rabab, l'amico Mardana¹². Anche la maggior parte dei Gurū successivi ha proseguito nella composizione di inni di lode a Dio, secondo la via indicata da Gurū Nānak. Il *sikhismo* ha scelto di utilizzare il linguaggio poetico per comunicare ed esprimere al meglio la propria concezione filosofica. La liturgia è incentrata sul canto delle composizioni poetiche dei Gurū, ma, nonostante questo forte accento sulla parola cantata, essa prevede anche la recitazione attraverso la cantillazione degli inni; la loro semplice lettura da parte del devoto in forma di preghiera personale; il puro ascolto sia esso in forma di canto o recitazione.

La parola poetica, presso i sikh, si costituisce a tutti gli effetti come il mezzo primario di espressione e divulgazione del messaggio di elevazione spirituale, ma in cosa consiste la sua efficacia? Se può essere indifferentemente cantata, recitata, letta o ascoltata bisogna concludere che il contenuto è l'unico aspetto rilevante?

Nei prossimi capitoli prenderò in considerazione diverse situazioni di fruizione e utilizzo della parola poetica per trovare una risposta a questi quesiti. Per ora mi limito all'inquadramento storico e filosofico del pensiero sikh, così che sia un riferimento per le riflessioni successive.

L'esperienza mistica dell'Uno è il contenuto del messaggio poetico dei Gurū. In origine essa viene cantata con l'intento di comunicarla agli altri indiscriminatamente e aiutarli a viverla essi stessi. Si tratta, dunque, dell'espressione di un'esperienza sotto forma di poesia cantata che sgorga dall'ispirazione divina del cantore. (Ricordo che l'ispirazione divina corrisponde alla terza delle accezioni di Gurū elencate all'inizio del capitolo, p 1). Poco a poco la parola poetica non si limita ad essere improvvisata e ispirata dal momento, ma viene fissata in forma scritta. Secondo la tradizione il secondo Gurū iniziò a porre su carta le composizioni poetiche del primo aggiungendo anche le proprie. In un graduale percorso di esigenza di preservare l'autenticità del messaggio, dall'oralità si passa alla scrittura fino a dare origine alla compilazione di un libro sacro: il *Śrī Gurū Granth Sāhib*. Il libro verrà designato dal decimo Gurū come Gurū vivente ponendo fine alla successione di Gurū in quanto persone fisiche; in esso è racchiusa la saggezza della consapevolezza

¹¹ "Now, the Dark Age of Kali Yuga has come / Plant the Naam, the Name of the One Lord / It is not the season to plant other seeds / Do not wander lost in doubt and delusion".

¹² Bhai Mardana (1459-1534), di origine musulmana, è stato l'amico e primo discepolo di Gurū Nānak; secondo la tradizione, lo ha seguito nei suoi numerosi pellegrinaggi accompagnandolo al canto con il rebab. (per la presenza di musicisti musulmani nella tradizione sikh cfr. Van Der Linden 2011: 385)

poetica scaturita dall'esperienza mistica dei suoi autori. La scrittura permette di conservare il contenuto del messaggio così da essere un riferimento codificato e inalterabile. Le scritture divengono il fulcro della vita spirituale dei sikh tanto che il *sikhismo* è anche detta religione del libro¹³. (Mandair 2013: 3)

L'oralità e, nello specifico, la musica quale ruolo occupa in questo percorso di progressiva sistematizzazione?

1.2 Śrī Gurū Granth Sāhib: la parola scritta

Il *Śrī Gurū Granth Sāhib* si presenta nella forma moderna, dopo l'introduzione della stampa in Punjab nel XIX secolo, costituito da 1430 pagine e scritto nell'alfabeto *gurmukhi*, utilizzato anche per scrivere il moderno punjabi¹⁴. Il testo appare in forma di linee continue, interrotte solo per le sezioni più ampie in cui è suddiviso il libro.



Figura 4. Il *Śrī Gurū Granth Sāhib*, il libro sacro dei sikh.

A partire dall'esperienza primaria messa in versi da Gurū Nānak, gli inni iniziano a costituirsi come una vera e propria liturgia praticata dalle prime comunità Sikh. Le prime raccolte di inni, i

¹³ Su questo tema si ritornerà nel capitolo 5.

¹⁴ Il *gurmukhi* è un alfabeto più semplice del *devanāgarī* con cui si scrive l'hindi e il sanscrito; secondo la tradizione è stato inventato da Gurū Angad, il secondo Gurū, selezionando caratteri già esistenti nell'India settentrionale. L'adozione di un alfabeto proprio ha favorito lo sviluppo di un senso di comunità e specificità per i sikh. (Mandair 2013: 36).

pothīs, comprendevano composizioni di Gurū Nānak, Gurū Angad (secondo Gurū Sikh dal 1539 al 1552), Gurū Amar Das (terzo Gurū Sikh dal 1552 al 1574), e di *bhagats* sufi e hindu. Il quinto Gurū, Gurū Arjan (dal 1581 al 1606) contribuì ad una prima edizione di quel che sarà poi il *Śrī Gurū Granth Sāhib*, raccogliendo i diversi *pothīs*, autenticando gli inni e inserendo i suoi e quelli del padre, Gurū Ram Das (quarto Gurū dal 1574 al 1581). Questo primo testo sacro, detto *Adi Granth* “scritture originarie” fu installato nel tempio di Amritsar, il cosiddetto Tempio d’oro, nel 1604 e costituì un passo importante per il consolidamento identitario della comunità sikh.¹⁵ Successivamente, nel 1706, Gurū Gobindh Singh (decimo Gurū dal 1675 al 1708) aggiunse gli inni del padre, Gurū Teg Bahadur (nono Gurū dal 1664 al 1675) realizzando la seconda e definitiva edizione¹⁶; nel 1708 decreta la fine dell’era dei Gurū in forma umana, nominando lo stesso testo sacro come undicesimo ed ultimo Gurū e attribuendogli il nome di *Gurū Granth Sāhib*, “libro sacro che è il Gurū”. Attualmente il libro sacro viene chiamato *Adi Śrī Gurū Granth Sāhibji*, “libro sacro primario amato (o rispettato) che è il Gurū”¹⁷ (McLeod 2005: 2).

La costituzione delle sacre scritture comporta, così, un processo di ri-semantizzazione del termine Gurū secondo cui il ruolo di guida può essere esercitato sia da un essere umano che dalla parola stessa. Tale connotazione, seppur intrinseca negli insegnamenti di Gurū Nānak, diviene un tassello imprescindibile degli sviluppi della religione sikh. Il libro sacro è collocato nel luogo centrale del *gurdwara*, il tempio sikh, e gli è attribuito l’importante ruolo di punto di riferimento per tutti gli aspetti della vita di un sikh: sia per momenti di difficoltà, sia per scegliere il nome di un bambino appena nato¹⁸ (Mandair 2013: 109).

Strutturalmente il *Śrī Gurū Granth Sāhib* si presenta suddiviso in tre sezioni principali. La prima, dall’inizio fino a pagina 13, è una sezione introduttiva costituita da quattro inni, appartenenti a Gurū Nānak, che i devoti Sikh cantano o recitano quotidianamente secondo la prescrizione liturgica.¹⁹ La seconda sezione, da pagina 14 a pagina 1353, forma il corpo principale dell’intero libro e può essere definita la sezione musicale a cui sono applicati diversi principi organizzativi. Gli inni sono in prima istanza raggruppati in categorie che corrispondono ai 31 *rāga* (strutture melodiche) in cui devono essere eseguiti. All’interno di ogni categoria è applicato un secondo

¹⁵ Il primo manoscritto, dettato direttamente da Gurū Arjan tra il 1603 e il 1604 al suo amanuense Bhai Gurdas, è detto *Kartarpur bir*, volume di Kartarpur, ma sulla sua autenticità ci sono discordanze. (McLeod 2005: 109; Van Der Linden 2011: 385).

¹⁶ Secondo Mandair (2013: 108) vi sono poche righe anche del decimo Gurū, ma non ho trovato altri riscontri di questa affermazione. Gli inni del decimo Gurū, invece, sono stati raccolti dai suoi devoti nel *Dasam Granth*.

¹⁷ *Adi*, primario, *Śrī*, amato o grande, *Granth*, libro o scritture, *-ji*, termine di affetto e rispetto.

¹⁸ È abituale formulare una domanda al cospetto del libro e poi aprirlo in modo casuale per ricevere la risposta; solitamente si considera il primo *śabad* della pagina di sinistra; lo stesso procedimento viene utilizzato per dare il nome ad un nascituro.

¹⁹ Tali inni liturgici sono il *Japjī*, considerato il compendio dell’intero libro da recitarsi nelle prime ore del mattino, il *Sodar* e il *So Purkh Rahīras*, preghiere della sera, e il *Kīrtan Sohila*, preghiera recitata poco prima di coricarsi o addirittura nel letto. Si veda capitolo 5.

criterio di organizzazione: la forma poetica. Si inizia con le composizioni più corte, che occupano poche righe, fino ad arrivare a composizioni di più pagine. L'autore degli inni costituisce, infine, il terzo criterio adottato all'interno delle singole forme poetiche. Dapprima gli inni dei Gurū sikh, secondo l'ordine cronologico, successivamente i poeti precedenti al periodo dei Gurū, indicati generalmente come *bhagats*. Per i Gurū non sono indicati i nomi specifici, ma si utilizza l'appellativo di *mahala*²⁰ abbreviato con la lettera M e seguito dal numero corrispondente all'ordine di successione. I Gurū non usano mai il loro nome nei loro versi, ma tutti si firmano come Nānak, sottolineando la continuità del pensiero sottesa in ogni composizione poetica e riconoscendo in lui la fonte di ispirazione²¹.

La terza ed ultima sezione va da pagina 1353 a pagina 1430 e contiene composizioni poetiche di stili diversi appartenenti sia ai Gurū che ad altri, fra i quali poeti di corte, i *Bhātt*²².

Il libro si conclude con il *Rāgamala*, pagina 1429-1430, una composizione di dodici versi che fornisce una sorta di indice dei *rāga*. Rispetto all'autenticità di questa parte del libro, contrariamente al resto, ci sono opinioni diverse poiché l'elenco dei *rāga* non corrisponde a quello usato nell'organizzazione del libro stesso.

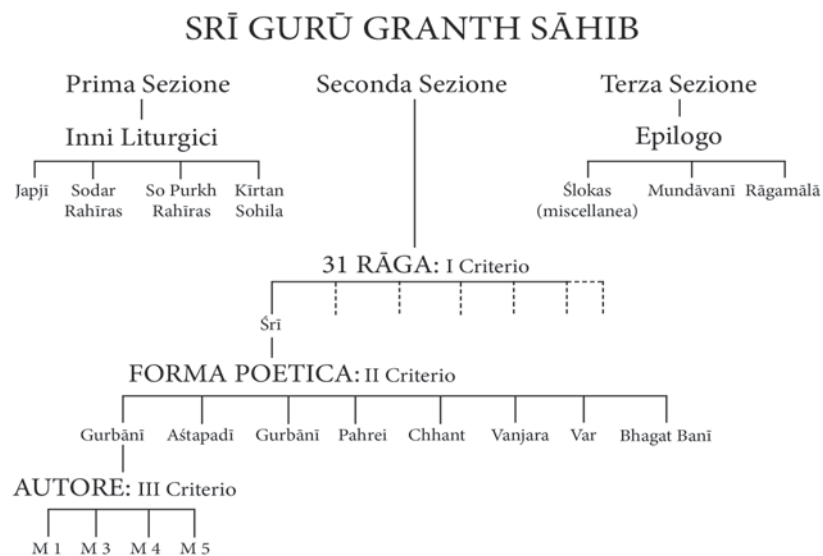


Tabella 1. Struttura del *Śrī Gurū Granth Sāhib*

²⁰ L'origine del termine è oscura: potrebbe riferirsi al termine usato dai *Mughal* per indicare il principato, o al significato di residenza, sottintendendo il luogo dove risiede Dio. (McLeod 2005: 123).

²¹ Nella poesia indiana in generale vi è l'usanza di indicare il nome dell'autore negli ultimi versi delle composizioni.

²² I Bhatt erano poeti, discendenti di Koshish Rishi e legati ai brahmini Sarshat. I poeti i cui inni sono inclusi nel *Śrī Gurū Granth Sāhib* sono 11: Kalshar, Jalap, Kirat, Bhika, Salh, Bhalh, Nal, Gyand, Mathura, Bal e Harbans. Essi composero nella forma poetica *Swaiya Chhand*, in lode ai primi cinque Gurū. (vedi <http://www.sikhiwiki.org/index.php/Bhatts>).

Gli inni contenuti nel *Śrī Gurū Granth Sāhib* sono approssimativamente 6000; la maggior parte di essi appartiene ai Gurū sikh.

La lingua usata nel *Śrī Gurū Granth Sāhib* risente della particolare collocazione storica e geografica dei suoi autori. Durante l'epoca *Mughal*, per esempio, il persiano era la lingua usata per questioni amministrative e per la poesia di corte, mentre il sanscrito era la lingua dei rappresentanti religiosi induisti, i *brāhmaṇa*. Contemporaneamente erano presenti diverse lingue provenienti dal sanscrito e che si sono evolute nelle lingue indo-ariane moderne come l'hindi e il punjabi, oltre ad innumerevoli dialetti regionali. Il linguaggio poetico letterario più importante dell'India settentrionale dell'epoca precedente a Gurū Nānak è il cosiddetto *braj bhāṣā* proveniente dalla regione vicino ad Agra e associato alla poesia devozionale dedicata a Krishna²³. *Bhagats* come Kabir o Ravidas, provenienti da caste basse e in aperto contrasto all'autorità brahmanica, utilizzano una lingua basata sull'antico hindi della regione di Delhi incorporando numerose inflessioni o termini dialettali, così da rendere i propri versi comprensibili ad un maggior numero di persone di diversa provenienza. Gurū Nānak prosegue il sincretismo linguistico dei *bhagats* e, grazie alla sua formazione letteraria, lo arricchisce di termini provenienti anche dal sanscrito e dal persiano insieme all'antico punjabi, sua lingua materna. La combinazione dell'antico punjabi con l'antico hindi costituisce il nucleo del linguaggio dei primi Gurū, quello che lo studioso Christopher Shackle definisce "il linguaggio sacro dei Sikh" (Shackle 1983). Tuttavia, da un punto di vista cronologico, si assiste ad una progressiva acquisizione di forme linguistiche più sofisticate. Gli inni di Gurū Arjan, infatti, includono porzioni maggiori del vocabolario del *braj bhāṣā* e del sanscrito, mentre quelli di Gurū Teg Bahadur sono composti totalmente in *braj bhāṣā*. Se da un lato il linguaggio delle scritture è ampiamente comprensibile per chi parla il punjabi moderno, dall'altro esso mostra una maggiore presenza di inflessioni che vengono ignorate nella pronuncia attuale a causa dei cambiamenti fonetici, ma che sono determinanti per il significato complessivo del testo (Shackle e Mandair 2005: XXII). Per quel che riguarda le traduzioni del *Śrī Gurū Granth Sāhib* in lingua inglese si segnala una prima traduzione pubblicata nel 1877 a cura di Ernest Trumpp, un missionario tedesco, fortemente influenzata dalla visione induista dei suoi collaboratori (Shackle e Mandair 2005: XXXVIII). In epoca successiva, Macauliffe ha eseguito una seconda traduzione delle scritture nel suo *The Sikh religion* del 1909, pubblicazione in sei volumi, dove le ha intervallate a storie e leggende sui Gurū sikh. Shackle e Mandair, che a loro volta si sono occupati di uno studio approfondito delle scritture e della loro traduzione, sottolineano le difficoltà terminologiche strettamente legate alle categorie di pensiero dell'occidente e in particolare della

²³ L'area compresa tra Vrindavana, Mathura e Agra è la zona dove Krishna è nato e ha trascorso l'infanzia.

teologia cristiana in cui esse sono profondamente radicate²⁴, che si sommano alla complessità della resa di un testo poetico²⁵.

La questione della traduzione²⁶ è determinante per la chiara comprensione del messaggio e lo è ancora di più per un testo che è considerato un Gurū vivente e che viene consultato per ricevere una risposta o delle indicazioni rispetto a questioni e dubbi della vita quotidiana.

La quasi totalità degli inni insiste sul ruolo della parola, ma di quale “parola” si tratta?

Ritorno alla necessità di precisare dei termini: i Gurū utilizzano cinque vocaboli in modo più o meno intercambiabile: *Nām*, *śabad*, *nād*, *bānī* e *sat*, ai quali aggiungono anche delle specificazioni. La loro traduzione è complessa: le diverse accezioni con cui sono usati nel libro sacro e a cui farò riferimento nel corso di questa dissertazione sono le seguenti (riassunte e schematizzate nelle tabelle 2a e 2b):

- 1) *Nām* letteralmente significa nome; designa la natura e l’essere di Dio che, per i sikh, è contemporaneamente trascendente e immanente. Perciò tutto ciò che a lui si riferisce può essere un aspetto del *Nām*, per esempio amore, onniscienza, infinito, immortale, parola, messaggio... Una delle espressioni più comuni utilizzate come sinonimo di *Nām* è *Wahe Gurū*, che approfondirò nel capitolo 3 e 5. Inoltre, poichè Dio è dappertutto e pervade tutto, *Nām* non si limita ad indicare il nome di Dio e i suoi attributi, ma si estende anche all’esperienza stessa di Dio da parte degli esseri umani (McLeod 2005: 137; Mandair 2013: 153-154);
- 2) *Śabad* significa sia la parola che rivela e comunica il messaggio del *Nām*, e dunque è parola divina, sia gli inni composti dai Gurū che sono considerati i comunicatori ispirati della *śabad* in quanto parola divina rivelata (McLeod 2005: 185); spesso si trovano anche le espressioni:
 - *śabad gurū*, la parola divina come maestro, che attribuisce alla parola poetica rivelata il ruolo di guida per fare esperienza di Dio. In questo senso il suo significato a volte abbraccia anche quello di esperienza;

²⁴ La precisazione sul termine sikhismo o *sikhismo*, riportata all’inizio del capitolo, costituisce un caso esemplare.

²⁵ I due studiosi citano, per esempio, la difficoltà di conservare la rima in lingua inglese. (Shackle&Mandair 2005: XXXVIII)

²⁶ Attualmente la traduzione integrale del *Śrī Gurū Granth Sāhib* è interamente disponibile sul web. In particolare i siti di sikhwiki.org, searchgurbani.com, srigranth.org (dove si può leggere il *Śrī Gurū Granth Sāhib* pagina per pagina) sono quelli a cui spesso faccio riferimento e che mi sono stati indicati anche dai miei interlocutori sia in India che a Lisbona. Non mi risulta, invece, una traduzione integrale in lingua italiana. Segnalo, inoltre, la presenza di numerose applicazioni per smartphone, come *igrant* o *searchgurbani*, utilizzate comunemente dai sikh per una facile e quotidiana consultazione del libro sacro, ma anche come testo durante le performance musicali. Per gli accorgimenti da adottare durante la consultazione vedi capitolo 5.

- *anahat śabad*, la parola non colpita, ovvero non pronunciata, con cui si intende la parola divina non udibile dall'orecchio umano, ma percepibile attraverso l'esperienza mistica;
- 4) *Nād*, suono, inteso come vibrazione cosmica che pervade l'universo; è tradotto anche come corrente sonora e si trova spesso l'espressione *anahat Nād*, suono non colpito, per indicare un flusso sonoro che non è prodotto da nessuno strumento della realtà fisica; per traslazione il termine sottende Dio.
 - 5) *Bānī*, suono o discorso sonoro, indica gli inni e le composizioni poetiche ispirate sia dei Gurū sia dei *bhagats*. (McLeod 2005: 31); spesso si trova l'espressione *gurbānī*, per indicare i soli inni dei Gurū sikh;
 - 6) *Sat*, verità, è l'attributo primario di Dio. Mi limito a considerare l'accezione di *satgurū*, vero maestro, che designa l'esperienza interiore e personale di Dio come maestro e guida. (Mandair 2013: 152);

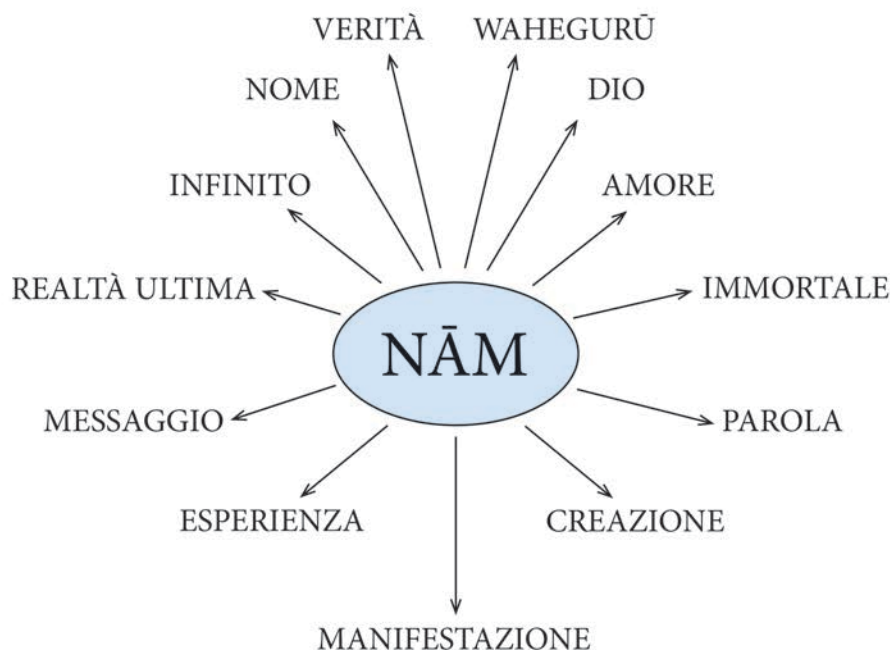


Tabella 2a. Le connotazioni del termine *Nām* utilizzate nel libro sacro.

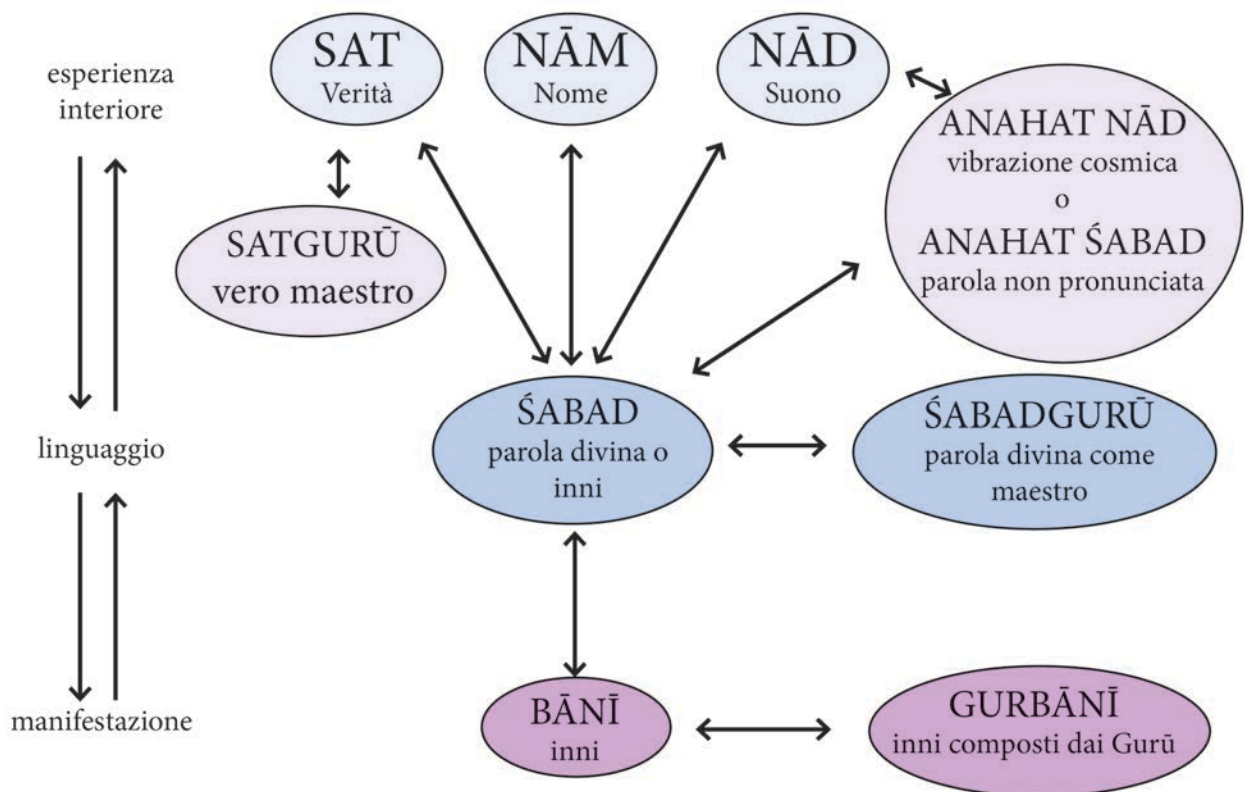


Tabella 2b. Le relazioni tra i termini che si riferiscono alla “parola”, utilizzati nel libro sacro; nello schema sono ordinati secondo un’idea di progressiva manifestazione dall’immateriale al tangibile.

Come si vede dalla complessità delle traduzioni, l’atto linguistico, la comunicazione attraverso il linguaggio, molto spesso, per i sikh, coincide con l’esperienza: le parole che una persona utilizza nel suo discorso sono indicatori di quel che sta sperimentando interiormente. Già ho affermato la loro intercambiabilità: per esempio è molto facile trovare *satgurū* come sinonimo di *śabad* o di *Nām*, poiché chi fa esperienza di trasformazione dell’ego fa esperienza di Dio e della verità, e non può far altro che parlare la verità che è parola divina e attributo di Dio.

Da un lato, come mi è stato più volte spiegato nel corso delle mie frequentazioni della comunità sikh, gli insegnamenti di Gurū Nānak e dell’intero libro possono essere riassunti dal solo e semplice verso di inizio che appare nelle scritture: *Ek ong kar*, tutto è uno. Dall’altro la necessità di sviluppare questo concetto in forme sempre più diversificate, ripetendolo e riattualizzandolo infinitamente, costituisce la motivazione fondamentale dei componimenti racchiusi nel libro e rende conto delle difficoltà manifestate anche dai miei interlocutori di trovare un linguaggio appropriato per descrivere l’esperienza e rispondere, così, alla mia domanda: “cosa provi quando canti?”.

Sto trattando di un intreccio sottile e raffinato tra l’esperienza vissuta e l’esperienza comunicata. I Gurū sikh si sono affidati in primo luogo alla parola poetica, ma dando una grande importanza anche alla musicalità della parola e per questo dotandola di un vero e proprio

accompagnamento musicale che approfondirò nel secondo capitolo. Ma cosa si può dire in più rispetto all'esperienza sovrana? Sperimentare la realtà come Uno permette a ogni essere umano di raggiungere quello stato di profonda pace e beatitudine a cui Gurū Nānak dà il nome di *sahaj*.

1.3 Sahaj: l'equilibrio perfetto

Sahaj è un termine che deriva dal sanscrito *saha*, insieme, e *ja*, nato; si può tradurre come “nato insieme” o anche “innato”. La parola prende così il significato di un sé naturale e spontaneo privo dei condizionamenti che ostacolano l'anima nel suo cammino spirituale di piena espressione. In questo senso si amplia fino ad indicare lo stato di liberazione dell'anima che, in linea con la filosofia della reincarnazione²⁷, costituisce la salvezza dal ciclo delle rinascite e la conseguente unione con Dio. L'evoluzione del suo significato passa attraverso diverse tradizioni, fra cui quelle maggiormente rilevanti sono il Buddismo Sahajayana, il Nath Sampradaya, il Vaishnavismo tantrico²⁸.

In alcuni testi degli esponenti del Buddismo Sahajayana si rintraccia l'uso del termine *sahaj*, all'interno della descrizione dei quattro stati di gioia estatica:

Dalla gioia arriva la beatitudine, dalla gioia perfetta (ne arriva) ancora di più. Dalla gioia della cessazione arriva uno stato privo di passione. La gioia di *sahaj* è lo stadio conclusivo. La prima viene dal desiderio del contatto, la seconda dal desiderio della beatitudine, il terzo dal superamento della passione, e, attraverso questo, il quarto (*sahaj*) si compie. La gioia perfetta è il *samsara* (unione mistica). La gioia della cessazione è il *nirvana*. Poi c'è una gioia pura tra i due. *Sahaj* è privo di tutte queste. Poiché non c'è né desiderio né assenza di desiderio, né uno stato intermedio da ottenere. In *sahaj* non c'è né conoscenza né espedienti, paragonabili alla consapevolezza della realtà vera. *Sahaj* non può essere spiegato da qualcos'altro, né si può trovare in qualcosa. Deve essere conosciuto intuitivamente da ciascuno, come il risultato di un merito e attraverso il servizio e la presenza presso un maestro (Gurū)²⁹ (Noyce 2012: 3).

²⁷ La reincarnazione è una credenza diffusa in ambienti legati all'induismo, al giainismo, al *sikhismo* e al buddhismo. Con essa si intende la rinascita dell'anima, dopo la morte, in un altro corpo in base alle azioni compiute nella vita precedente.

²⁸ Il termine a volte si trova con una *a* finale, mentre in alcune traslitterazioni è indicato come *sehaj*. Nonostante queste discrepanze linguistiche, non rare nello studio di antichi testi indiani, si è di fronte allo stesso vocabolo. Per facilitare la comprensione utilizzerò sempre *sahaj*.

²⁹ “From Joy there is some bliss, from Perfect Joy yet more. From the Joy of Cessation comes a passionless state. The Joy of Sahaja is finality. The first comes by desire for contact, the second by desire for bliss, the third from the passing of passion, and by this means the fourth [Sahaja] is realized. Perfect Joy is *samsara* [mystic union]. The Joy of Cessation is *nirvana*. Then there is a plain Joy between the two. Sahaja is free of them all. For there is neither desire nor absence of desire, nor a middle to be obtained. In Sahaja there is neither insight nor skillful means, compared to the realization of correct reality. Sahaja cannot be explained by something else, nor is it found in anything. It is to be known intuitively by oneself, as a result of merit and through service and attendance on the teacher(Gurū)”

Altre tracce del concetto di *sahaj* si ritrovano nella tradizione degli yogi Nath, nata attorno all'XXI secolo CE nell'India del Nord; in un dialogo tra il fondatore Gorakhnath e Matsyendranath si trova nell'accezione di unione degli opposti:

Gorakhnath: Se non fosse esistita la notte, da dove sarebbe venuto il giorno? Senza il giorno, dove sprofonderebbe la notte? Quando la lampada si spegne, dove dimora la luce?

Matsyendranath: Senza la notte, il giorno si sarebbe unito al *sahaj*; se non fosse esistito il giorno, la notte si sarebbe trasformata in (*sahaj*); allo spegnersi della lampada, la luce si trasforma nell'onnipresente (*nirantar*); se non fosse esistito il respiro vitale, allora il corpo del respiro vitale (*pran purus*) avrebbe dimorato nel vuoto³⁰ (Gorakhbodh: versi 29-30).

Un'altra accezione di *sahaj* sempre presso gli yogi Nath è lo stato di liberazione in vita come ciò che è naturale, spontaneo. Secondo questa tradizione, infatti, esso si consegue attraverso una serie di pratiche del corpo racchiuse nei processi dell'*hatha yoga*.

L'uomo è nato con un istinto per la spontaneità. Non ha mai dimenticato i giorni della sua perfezione primordiale, eccetto quando la memoria viene sepolta dalla sovrastruttura artificiale della civilizzazione e dai suoi concetti artificiali. *Sahaj* significa naturale... L'albero cresce in base a *sahaj*, naturale e spontaneo, completamente conforme alla legge naturale dell'universo. Nessuno gli dice cosa fare o come crescere. Non ha *swadharma* o regole, doveri e obbligazioni causati dalla nascita, ha solo *svabhava* - il suo essere innato o essenza - a guidarlo. *Sahaj* è quella natura che, quando è consolidata interiormente, porta lo stato di assoluta libertà e pace³¹ (Mahendranath 2002).

Il concetto di spontaneità e di ciò che è naturale, in contrasto con ciò che invece sono le regole costruite dall'uomo, viene approfondito dalla tradizione *Vaishnava-Sahajiya* o vaishnavismo tantrico che risale al XVI secolo CE, ma che ha avuto il suo maggior sviluppo nel XVII. I

³⁰ "Gorakhnath: Had there been no night, where would the day have come from? Without the day, where would the night merge? When the lamp is extinguished, where does light dwell?"

Matsyendranath: Without night, the day would have merged into Sahaj; had there been no day, the night would have passed into (Sahaj); on the extinguishing of the lamp, the light passes into the omnipresent (*nirantar*); had there been no vital breath, then the body of vital breath (*pran purus*) would have resided in the void" Il *gorakhbodh* è un testo oscuro degli yogi Nath in forma di dialogo tra Gorakhnath e Matsyendranath. (cfr www.shivashakti.com/gorakh.htm nella traduzione di Mike Magee).

³¹ "Man is born with an instinct for naturalness. He has never forgotten the days of his primordial perfection, except inasmuch as the memory became buried under the artificial superstructure of civilization and its artificial concepts. Sahaja means natural... The tree grows according to Sahaja, natural and spontaneous in complete conformity with the Natural Law of the Universe. Nobody tells it what to do or how to grow. It has no *swadharma* or rules, duties and obligations incurred by birth. It has only *svabhava* - its own inborn self or essence - to guide it. Sahaja is that nature which, when established in oneself, brings the state of absolute freedom and peace". (cfr. <http://www.mahendranath.org>).

vaishnaviti tantrici ricercano l'esperienza religiosa attraverso i cinque sensi detti *panchamakara* (lett. le cinque M) e, in particolar modo, attraverso la sessualità, considerata del tutto analoga all'amore divino. Uno dei poeti ispiratori di questa tradizione canta il suo particolare amore per una donna, di una casta più bassa della sua, affermando che l'amore può condurre alla salvezza e alla liberazione solo se ci si attiene ad un atteggiamento di moderazione e controllo, identificato come *sahaj*. Si tratta, dunque, di un amore libero dal desiderio, che non ricerca nessun beneficio personale e che non offre nulla perché già completo in sé. Il termine *sahaj*, oltre che fare riferimento alla natura in contrasto con le convenzioni sociali, assume il significato di perfetta unione degli opposti ed è simboleggiato dall'amore fisico umano. Anche A. K. Coomaraswamy, in apertura del capitolo dedicato a questo termine, accoglie questa accezione:

L'ultima conquista del pensiero nella sua totalità è il riconoscimento dell'identità di spirito e materia, soggetto e oggetto; e questa riunione è il matrimonio tra paradiso e inferno, l'estendersi dell'universo contratto verso la libertà, in risposta all'amore dell'eternità per la produzione del tempo. Non c'è, dunque, né sacro né profano, spirituale o sensuale, ma ogni cosa che vive è pura e vuota³² (Coomaraswamy 1918: 103).

Anche Kabir, poeta del XV secolo proveniente da Varanasi, che avrà una grande influenza nello sviluppo del pensiero e della filosofia sikh, utilizza *sahaj* nel senso di sintesi degli opposti e perfetto equilibrio:

Dove non c'è né mare o pioggia, né sole o ombra;
dove non c'è né creazione né dissoluzione;
dove non prevale né la vita né la morte, né il dolore né il piacere,
oltre gli stati di Sunn³³ o di trance;
oltre le parole, oh amico, c'è quello stato unico di *sahaj*.
Non può essere né pesato né esaurito, non è né pesante né leggero;
non ha né zone alte né zone basse;
non conosce né l'aurora del giorno né l'oscurità della notte;
dove non c'è né vento né acqua né fuoco, lì abita il Maestro perfetto;
è inaccessibile, lo è e sempre lo sarà;
raggiungilo attraverso la grazia del Maestro;
dice Kabir: mi arrendo ai piedi del Maestro

³² "The last achievement of all thought is a recognition of the identity of spirit and matter, subject and object; and this reunion is the marriage of Heaven and Hell, the reaching out of a contracted universe towards its freedom, in response to the love of Eternity for the productions of time. There is then no sacred or profane, spiritual or sensual, but everything that lives is pure and void."

³³ Lo stato di *sunni* è uno stato di consapevolezza in cui la mente è senza pensieri. (cfr. Bhamra 2015)

e rimango assorto in sua sincera compagnia³⁴ (SGGS: 333).

In altri poemi di Kabir *sahaj* indica il centro dell'esistenza di ogni essere e, di conseguenza, la sua reale e naturale identità, secondo la già individuata connotazione di spontaneità. Nonostante una delle caratteristiche fondamentali del linguaggio di Kabir sia la semplicità, così da poter essere compreso da persone comuni ed arrivare a toccare i loro cuori, in molti dei versi in cui descrive lo stato di *sahaj* utilizza espressioni paradossali ed indovinelli. L'usanza di questo tipo di linguaggio è piuttosto comune nel misticismo indiano e si può ritrovare già nei Veda e successivamente nel Buddismo tantrico.³⁵ Esso afferma la difficoltà di descrivere l'esperienza mistica in una forma chiara e razionale, sottolineando i limiti delle parole stesse.

Senza fiorire, un albero porta il frutto, senza la mano la tromba è suonata;
una donna riempie la sua brocca senza acqua: così è come avviene *sahaj*³⁶
(Sundarajan e Mukerji 2003: 488).

Nella tradizione Sikh il concetto di *sahaj* corrisponde al fine ultimo del cammino spirituale, ovvero la realizzazione della liberazione dell'uomo. Nel suo *Historical dictionary of sikhism*, McLeod definisce *sahaj* come “la condizione di beatitudine ineffabile che è l'apogeo del *Nām Simran* (ricordo del nome di Dio); eterna beatitudine in unione con *Akāl Purakh* (Dio)”. Mentre il vocabolario di sikhwiki traduce il termine come “stato di pace ed equilibrio, tranquillità, spontaneo, naturale – con il flusso, in armonia con l'Infinito³⁷”, aggiungendo, così, la sfumatura del “come le cose dovrebbero essere” che si può ricavare dalla sua etimologia.

Nel *Śrī Gurū Granth Sāhib*, il libro sacro dei sikh, vi sono numerosissimi riferimenti allo stato di *sahaj* da parte di tutti i Gurū. Innanzitutto è uno stato di equilibrio in cui si trova pace e tranquillità:

³⁴ “Where there is neither sea or rains, nor sun nor shade; / where there is neither creation nor dissolution; / where prevails neither life nor death, nor pain nor pleasure, / beyond the states of Sunn and trance; / beyond words, O friend, is that unique state of Sahaj. / It can be neither weighted nor exhausted, is neither heavy or light; / it has no upper regions nor lower ones; / it knows not the dawn of day nor the gloom of night; / where there is neither wind nor water nor fire, there abides the perfect Master. / It is inaccessible, it is, and it will ever be; / Attain it through the Master's grace. / Sayeth Kabir: I surrender myself at the feet of the Master, / I remain absorbed in his true company.”

³⁵ I buddhisti tantrici, nei loro testi, utilizzano un linguaggio detto “crepuscolare” che abbraccia diverse forme comunicative (per esempio visiva, verbale, non-verbale) e risulta difficilmente comprensibile a non iniziati. (Bucknell e Stuart-Fox 1986).

³⁶ “Without blossoming, a tree bears fruit, without a hand, the trumpet is being played;
A woman fills her pitcher without water: this is how one realizes Sahaj.”

³⁷ “State of peace and balance, tranquility, spontaneous, natural - with the flow, in tune with the Infinite”. (http://www.sikhwiki.org/index.php/Gurmukhi_to_English#S; ultimo accesso il 16 dicembre 2016).

Nello stato di equilibrio intuitivo, pace e tranquillità si creano. Senza l'equilibrio intuitivo, la vita è inutile ||2||³⁸ (SGGS: 68).

La traduzione del libro sacro a cura del Dr. Sant Singh Khalsa, responsabile del sito sirigranth.org e in generale della maggior parte delle traduzioni inglesi che si trovano in rete, utilizza l'aggettivo "intuitivo" in combinazione con *sahaj* evidenziando quella sfumatura di naturalezza e spontaneità insita nel suo significato e puntualizzando lo stretto legame con le funzioni mentali.

La beatitudine giunge alla mente in modo naturale. [...]

Le loro anime si deliziano naturalmente del sermone del Signore³⁹ (SGGS: 237).

La spontaneità è una spontaneità delle azioni, del discorso e del pensiero. In questo stato l'agitazione della mente si acquieta e si affronta l'esistenza in una forma creativa, libera: non vi sono desideri né bisogni.

La mente e il corpo sono ringiovaniti attraverso il *sahaj*

Oh Nānak! attraverso il nome restiamo in sintonia con le corde del suo Amore⁴⁰ (SGGS: 1173).

Al contrario quando si è solo centrati su di sé si è schiavi di quelli che il *Śrī Gurū Granth Sāhib* indica come i cinque ladri, *Panj Dosh* o *Panj Vikar: kām* (bramosia), *krodh* (rabbia), *lobh* (avidità), *moh* (attaccamento) e *ahankār* (ego o orgoglio eccessivo). La schiavitù si origina da un fenomeno ben preciso che può essere definito di separazione e che avviene all'interno della mente. Il termine *man*, mente, è usato negli inni dei Gurū con due significati che, insieme, costituiscono i due aspetti della totalità della psiche (Mandair 2013: 144); essi sono:

- 1) la mente-in-quanto-ego;
- 2) la mente-in-quanto-l'altro;

L'attività della mente-in-quanto-ego è l'autocoscienza attraverso la separazione, ovvero è l'aspetto che postula la realtà in quanto dualità e afferma la propria esistenza differenziandosi e creando nel sé un senso di individualità contrapposto a tutto ciò che è altro-da-sé.

La mente-in-quanto-l'altro è l'aspetto che percepisce il senso di fusione insito nella totalità della realtà e a cui Gurū Nānak si riferisce come "la vera casa".

³⁸ "In the state of intuitive balance, peace and tranquility are produced. / Without intuitive balance, life is useless."

³⁹ "Bliss comes naturally to their minds. / [...] Their souls naturally delight in the Lord's Sermon".

⁴⁰ "The mind and body become rejuvenated with intuitive ease (*sahaj*) / O Nānak, through the Naam, the Name of the Lord, we remain attuned to the String of His Love".

La relazione tra questi due aspetti può essere identificata come quella dell'amato (mente-ego) e dell'amante (mente-altro). In essa la mente-ego sente il forte anelo all'unione con la mente-altro, ma, poiché la sua stessa natura è autoaffermarsi per mezzo della separazione, non riconosce l'amore della mente-altro e alimenta maggiormente il suo senso di distacco. Si crea, così, un circolo vizioso in cui l'amato accusa l'amante di disamore e rifiuto, proiettando la causa della sua sofferenza nell'altro-da-sé. Quando la mente-ego, invece, è in grado di riconoscere l'amore incondizionato della mente-altro, la relazione è equilibrata: i due amanti sono su uno stesso piano di rispetto e riconoscimento e possono essere uno, anche se separati. Questo stato di equilibrio dei due aspetti della mente conduce allo stato di *sahaj* (Mandair 2013: 150-152). Alla luce di queste considerazioni si può capire come al *gurmukh*, definito all'inizio di questo capitolo come colui che ha fatto l'esperienza della realtà come Uno, si opponga il *manmukh*, nel senso di colui che affronta l'esistenza dal punto di vista della mente-in-quanto-ego.

I risoluti *manmukh* sono assorbiti dall'attaccamento emotivo; non sono equilibrati o distaccati⁴¹ (SGGS: 29).

Lo stato di *sahaj* implica, dunque, non solo la pace, ma anche la neutralità che nasce dalla liberazione dall'attaccamento:

In pace ed equilibrio (*sahaj*), sono distaccati; in pace ed equilibrio (*sahaj*), ridono. [...]

In pace ed equilibrio (*sahaj*), incontrano e si fondono con Dio il Signor Supremo. ||4||

Sono in pace nelle loro case, e sono in pace quando sono distaccati⁴² (SGGS: 236).

L'attaccamento primario è l'auto-attaccamento, *haumai*, che consiste proprio in quel senso di identità e individualità sviluppato dalla mente egoica. Gurū Nānak nella seconda strofa del *Jappī*, l'inno con cui inizia il *Śrī Gurū Granth Sāhib*, dice *Haumai kahai na koe*, cioè lascia che l'ego non dica "io sono me stesso". Se l'io non si identifica in opposizione all'altro, non crea dualità e non percepisce l'Uno come due, *dubida* (Mandair 2014: 138).

Ecco che "la distinzione fra il sé e l'altro, io e non-io, amante e amato, è scomparsa lasciando il posto ad una forma di esistenza estatica e puramente spontanea (*sahaj*)" (Shackle e Mandair 2005: XXIX). Nonostante, dunque, si ripeta continuamente che questo sia uno stato di non sforzo, è evidente come, per gli esseri umani, non sia facile raggiungerlo e renderlo consistente nella propria vita. I Gurū indicano in modo molto chiaro come la disciplina sia il mezzo attraverso cui liberarsi,

⁴¹ "The self-willed manmukhs are engrossed in emotional attachment; they are not balanced or detached".

⁴² "In peace and poise, they remain detached; in peace and poise, they laugh / [...] In peace and poise, they meet and merge with the Supreme Lord God. ||4|| They are at peace in their homes, and they are at peace while detached."

ma si oppongono profondamente alla via della razionalità filosofica, ai rituali e all'austerità. Essi reputano che tutte queste pratiche siano frutto dell'ego che tende a rappresentare la divinità, mantenendola separata, invece di sperimentarla dentro di sé. Il problema è la natura stessa della mente-in-quanto-ego e la sua risoluzione può avvenire solo da una sua trasformazione. La disciplina proposta nel *Śrī Gurū Granth Sāhib* è la costante ripetizione del *Nām*, nome, con tutte le accezioni che sono state descritte nella tabella 1a; una pratica non nuova e di cui già si parlò a proposito degli insegnamenti dei *bhagat*, che esortavano alla ripetizione del nome di Dio.

Il *Nām* diviene, così, contemporaneamente il mezzo per fare esperienza di fusione e di non dualità e il mezzo per liberarsi dall'auto-attaccamento dell'ego. Nel momento in cui la mente riconosce che non esiste dualità e che, dunque, non c'è separazione fra sé e l'altro, allora si può esperire direttamente la verità dell'Uno Assoluto ed entrare in questo stato di perfetta e naturale spontaneità. La pratica del *Nām Simran*, "ricordare il nome", è la forma di disciplina con cui la mente può raggiungere questa consapevolezza. La parola *simran* deriva, etimologicamente, dall'indo-europeo *smr-* ricordare, tenere in mente, ma anche dal sanscrito *mr-* e *maran*, morire. L'atto del ricordare è insieme un atto di rinuncia, un lasciar andare (Shackle e Mandair 2005: XXXIII). Il ricordo del nome divino porta sistematicamente alla rinuncia del meccanismo di auto-attaccamento dell'ego. Mantenere la mente costantemente concentrata sul *Nām* diventa una forma di meditazione in cui il senso di unità si pone a fondamento dell'azione dell'individuo. La separazione attraverso cui il sé-egoico affermava la sua esistenza scompare e la psiche nella sua totalità può, così, accogliere l'*hukam*, la volontà di Dio, e agire di conseguenza. L'imperativo divino è anche tradotto come il principio che regola l'esistenza in quanto impermanente e continuamente soggetta al cambiamento (Mandair 2013: 143). Ritornando, così, alla questione delle traduzioni indicate per il termine *sahaj* si può comprendere meglio come la libertà e la spontaneità coincidano con il "come le cose devono essere": spontaneo perché il volere del sé è in linea con il volere dell'Assoluto, perciò fluido. Accettare la legge dell'impermanenza permette di riconoscere come tutto sia illusorio, perfino il tempo, perfino la morte.

Questo è il segno dell'unione con Dio:

nella mente, il comando del Vero Signore (*hukam*) è riconosciuto.

Pace ed equilibrio intuitivo (*sahaj*), contentezza, soddisfazione durevole e beatitudine giungono attraverso il piacere della volontà del Signore ||3||⁴³ (SGGS: 106).

⁴³ "This is the sign of union with God:/ in the mind, the Command of the True Lord is recognized. / Intuitive peace and poise, contentment, enduring satisfaction and bliss come through the Pleasure of the Master's Will".

Il *sahaj* è uno stato di equilibrio mentale e spirituale e di estrema beatitudine che si ottiene attraverso la disciplina del continuo ricordo della fusione con l'Assoluto. Ma la ripetizione della Parola solo costituisce lo strumento: non c'è nessuna garanzia rispetto al suo raggiungimento. Secondo la tradizione sikh è necessaria una guida, un Gurū, e solo attraverso la sua grazia avviene la trasformazione:

Ognuno anela ad essere centrato ed equilibrato, ma senza il Gurū, nessuno può.

I *Pandit* e gli astrologi leggono e leggono finché non ne hanno abbastanza, mentre i fanatici sono illusi dal dubbio.

Incontrando il Gurū, si ottiene l'equilibrio intuitivo (*sahaj*), quando Dio, per sua Volontà, concede la sua Grazia. ||1||

O fratelli del destino, senza il Gurū, non si ottiene l'equilibrio intuitivo (*sahaj*).

Attraverso la parola della *śabad*, scaturiscono la pace intuitiva e l'equilibrio, e si ottiene il vero Signore ||1||Pause||⁴⁴ (SGGS: 68).

Già si è visto come il termine Gurū possa avere diverse accezioni secondo cui è:

1. un essere umano che ha vissuto l'esperienza di fusione (*gurmukh*);
2. i versi che descrivono l'esperienza (*śabadgurū*);
3. l'esperienza stessa (*satgurū*);

Osservando la relazione fra le tre accezioni si può affermare che Gurū Nānak si è investito dell'autorità di primo Gurū sikh poiché, avendo fatto esperienza di auto-cancellazione dell'ego senza che esso sia annientato, ha comunicato la sua esperienza attraverso i suoi versi poetici.

L'esperienza che porta allo stato di *sahaj* è, così, un'esperienza personale, interiore, o si potrebbe dire anche personificata, ma che permette di aprirsi all'esterno, all'impersonale, all'altro:

Risiedendo nella casa del tuo proprio essere interiore, troverai la casa della pace intuitiva (*sahaj*)⁴⁵ (SGGS: 227).

⁴⁴ "Everyone longs to be centered and balanced, but without the Gurū, no one can./ The Pandits and the astrologers read and read until they grow weary, while the fanatics are deluded by doubt./ Meeting with the Gurū, intuitive balance is obtained, when God, in His Will, grants His Grace. ||1|| O Siblings of Destiny, without the Gurū, intuitive balance is not obtained. / Through the Word of the Shabad, intuitive peace and poise wells up, and that True Lord is obtained. ||1||Pause||".

⁴⁵ "Dwelling in the home of your own being within, you shall find the home of intuitive peace."



Tabella 3. Le connotazioni del termine *sahaj* utilizzate nel libro sacro.

Se da un lato l’esperienza di fusione avviene per volontà e grazia divina, dall’altro la disciplina della ripetizione del *Nām* può creare le condizioni perché avvenga. Ma considerati le innumerevoli connotazioni di *Nām* come si traduce in senso pratico la sua ripetizione?

Già ho sottolineato la stretta relazione e, molto spesso, la sovrapposizione dei concetti di esperienza e linguaggio con cui essa è comunicata. La trasformazione dell’esperienza mistica è totale: essa avviene a livello del pensiero, del linguaggio, delle azioni. I sikh, come la cultura indiana in generale, concepiscono l’origine “sonora” dell’universo⁴⁶, secondo cui vi è una vibrazione primaria cosmica che tutto pervade e che identificano come *anahat nād* o *anahat śabad* indifferentemente. (Vedi tabella 2b). Ripetere il *Nām* significa agire sulla mente affinché si sintonizzi su questa corrente sonora e si crei la possibilità di fare l’esperienza di fusione. A partire

⁴⁶ Secondo la filosofia indiana i testi che racchiudono la conoscenza divina, la *sruti*, ciò che è ascoltato, sono stati ascoltati dai poeti che poi li hanno messi in versi e resi visibili.

dalla mente in cui l'ego si è trasformato, la vibrazione risuona attraverso ogni forma di comunicazione del sé individuale. Le melodie esteriori risuonano e innescano il *Nād* interiormente. Anche il *Gurbānī*, gli inni dei Gurū, afferma:

Canta le dolci lodi d'ambrosia del canto devozionale del Signore; giorno e notte, la corrente sonora del *Nād* risuonerà e riecheggerà⁴⁷ (SGGS: 1219).

La ripetizione del *Nām* è ciò che unisce l'interiorità dell'esperienza mistica con l'esteriorità dell'azione, in un percorso a due sensi: l'azione della ripetizione conduce all'esperienza mistica, l'esperienza mistica si riflette in ogni azione.

Nello specifico il *sikhismo* indica tre modi di ripetere e ricordare il *Nām*, permettendo alla mente di ottenere l'esperienza di fusione e di conseguenza lo stato di *sahaj*:

1. il canto devozionale degli inni delle scritture sacre, *kīrtan*;
2. il servizio disinteressato, *seva*;
3. la recitazione degli inni delle scritture sacre, *jāpa*;

I prossimi capitoli approfondiranno più dettagliatamente questi tre argomenti nei quali il linguaggio, in forma pensata, parlata o scritta, assume un rilievo fondamentale sia per creare le condizioni e la possibilità dell'esperienza primaria, sia come indicatore dell'avvenuta esperienza.

In particolare i tre casi analizzati mostrano come la vocalizzazione assuma il ruolo chiave per la sintonizzazione della mente.

In conclusione voglio ricordare che l'esperienza dell'Uno non si raggiunge negando il contrasto, né attribuendo la superiorità di uno dei due termini sull'altro: l'unità è una compresenza paradossale degli opposti. Diversi sono i termini che possono identificare le contrapposizioni: io/altro, esistenza/non esistenza, forma/senza forma, vita/morte, finito/infinito, uno/molti.

Quando il sé e l'altro coincidono avviene *birha*: il sé e l'altro sono uniti, ma a rischio continuo di separazione. In *birha* la separazione è unione e l'unione è separazione, il termine viene anche tradotto come una separazione in cui è incluso l'anelo al ricongiungimento (Lajwanti 1938). Allo stesso modo può essere interpretato come un'unione in cui vi è la consapevolezza della possibile separazione. Le immagini più ricorrenti utilizzate nel *Śrī Gurū Granth Sāhib*, il libro sacro, per descrivere questo stato sono quelle della moglie che aspetta il ritorno del marito: da un lato soffre per la separazione, dall'altro pregusta la felicità dell'incontro; o della promessa sposa che immagina l'abbraccio dell'amato nella prima notte di nozze. Il sentimento vissuto è un insieme di emozioni contrastanti, la sofferenza della separazione e la gioia estatica della fusione. Il dolore è

⁴⁷ Sing the Sweet Ambrosial Praises of the Lord's Kirtan; day and night, the Sound-current of the Naad will resonate and resound".

necessario per mantenere quel senso del sé separato che non deve annullarsi nella fusione, come fosse intrinseco all'esistenza. L'estasi della fusione lo contiene come in una sorta di antinomia vitale. Il linguaggio di questo stato della mente è totalmente libero da intenzioni o desideri e caratterizzato da un senso del meraviglioso verso l'intera esistenza. È il linguaggio del *sahaj*.

CAPITOLO 2: *Śabad kīrtan*, la performance musicale

2.1 Poesia e musica: i versi cantati nella tradizione sikh

Il *sahaj* è uno stato mentale che si raggiunge attraverso un'esperienza ben precisa: l'unione degli opposti o, come si è visto alla fine del capitolo precedente, la fusione nella separazione e viceversa. Le questioni che hanno mosso la mia indagine e mi hanno spinto a riflettere sul ruolo della pratica musicale nel cammino spirituale dei sikh, sono le seguenti:

1. Esistono degli elementi che possono essere considerati indicatori di questo stato? Quali sono? In quali specifiche situazioni è osservabile?
2. Considerati i binomi di opposti già citati nel primo capitolo (finito/infinito, io/l'altro, l'uno/la molteplicità, io /non-io...), quali sono i binomi specifici che caratterizzano le situazioni in cui lo stato di *sahaj* si manifesta?

Gurū Nanak, il primo Gurū, canta l'esperienza primaria di fusione vissuta in prima persona e, attraverso la continua ripetizione del *Nām*, nome divino, invita tutti a predisporre a vivere quella stessa esperienza. Il *Nām*, inteso in tutta la sua ambiguità e in tutte le connotazioni fornite dallo schema della tabella 1a, costituisce l'elemento centrale della filosofia sikh. In questo termine si sente la deliberata volontà di espandere un concetto, nel tentativo di abbracciare più situazioni possibili affinché esso sia compreso da più persone possibili, ognuna con la propria storia, la propria sensibilità, la propria cultura. Il sincretismo linguistico, osservabile sia per le lingue utilizzate sia l'intercambiabilità dei termini, sottende un forte intento universalizzante nel momento stesso in cui Gurū Nanak afferma che l'esperienza è possibile per ogni essere umano.

In questo capitolo entrerò nel merito della pratica musicale vocale presso la comunità sikh, basata sul libro sacro. L'intreccio tra linguaggio e musica¹ è stato scelto dai sikh come mezzo privilegiato per la divulgazione del messaggio divino. I Gurū sikh in linea con i poeti cantori, *bhagats*, del tempo, esortano al canto della parola divina che, nonostante non sia l'unico modo per giungere all'esperienza mistica², costituisce uno degli aspetti principali delle pratiche spirituali sikh. Possiamo considerare poesia e musica come il binomio di opposti principali attraverso cui si manifesta l'esperienza di *sahaj* nel canto devozionale sikh? Come si configura lo studio della pratica musicale focalizzato sul particolare effetto che essa suscita? A questo proposito mi rifaccio alle considerazioni di B. Lortat-Jacob (2010) in cui dimostra la complessità della relazione fra i due elementi in questione. Lo studioso smentisce lo schema semplicistico che assolutizza la separazione

¹ Considero qui il linguaggio verbale nel suo aspetto sia sociale che individuale, nel senso della langue e parole di de Saussure. (de Saussure 2009 [1916]).

² Vedi capitolo 1, pag. 21, per approfondimenti, invece, vedi capitolo 4 e 5.

e l'opposizione tra linguaggio, inteso come depositario della funzione attributiva (concetto), e musica, intesa come depositaria della funzione affettiva (emozione). Il significato di un atto comunicativo emerge dall'interazione di almeno 4 fattori poiché a ciascun componente del binomio linguaggio/musica si sovrappone quello della doppia funzione (concetto/emozione). Nel nuovo schema da lui proposto gli elementi sono tre: linguaggio, musica e significato; quest'ultimo frutto della messa in relazione dei primi due (Lortat-Jacob 2010: 250).

Con queste premesse intendo analizzare il canto sacro dei sikh. La mia attenzione si rivolge alla vocalità, intesa come “intreccio fenomenologico ed esito di un gioco fra suono e senso, cioè simultanea realizzazione della natura sensibile e delle proprietà di significazione del suono vocale” (Feld & Fox 1998 in Duranti 2002: 218). Consapevole del fatto che il rapporto tra musica e linguaggio sia un vasto campo di indagine di diverse discipline (fra cui l'etnomusicologia, l'antropologia del linguaggio, l'antropologia della musica e le scienze umane in generale) mi propongo di iniziare la riflessione sul canto devozionale dei sikh facendo una netta distinzione fra due concetti chiave: dualità e polarità.

1. Polarità: due elementi si dicono polari, quando, nonostante siano in contrasto, esiste fra di loro una relazione, che spesso è di complementarità (come nel caso dello schema perfezionato di Lortat-Jacob);
2. Dualità: due elementi si dicono duali, quando non intercorre una relazione fra di loro e uno esclude l'altro in senso assoluto e assolutizzante.

Quando Gurū Nanak, in uno delle pagine del libro sacro, dice: “Canta la melodia dell'Uno”³ (SGGS: 885) esprime un'idea del rapporto fra poesia e musica in senso di polarità. Il buon musicista è in grado di dosare i due elementi in funzione del significato. In una delle interviste che ho fatto in India nel 2015, durante il mio soggiorno presso il Dipartimento di *Gurmat Sangīt* della Punjabi University di Patiala, la dott.ssa Varvinder Kaur, responsabile dell'insegnamento di canto sacro dei sikh, ha confermato che una delle abilità richieste è proprio il saper dosare la musica per rendere comprensibile il significato del messaggio. Reputo perciò che lo schema di Lortat-Jacob, in cui il terzo elemento emerso è proprio quello del significato, assuma una chiave di lettura fondamentale per la mia indagine.

³ “He sings the song of the One Universal Creator; he sings the tune of the One Lord.”

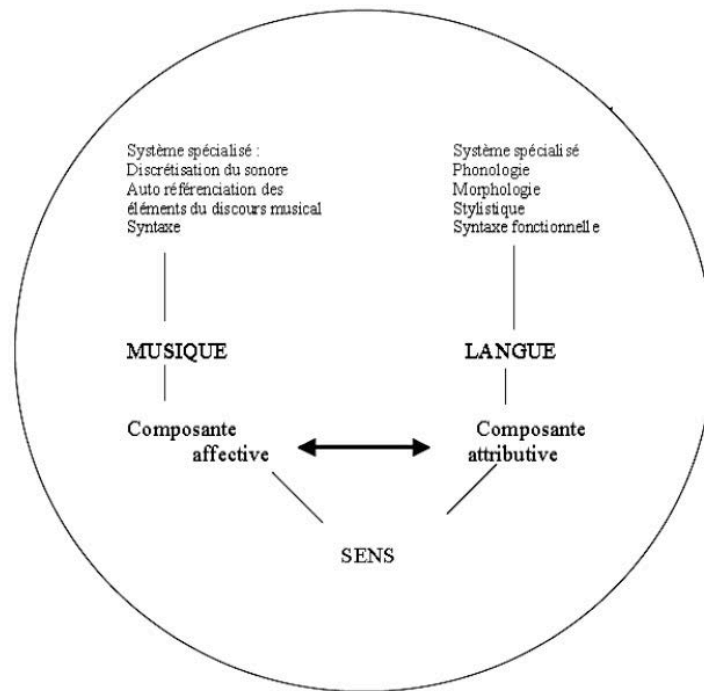


Tabella 4. Schema di B. Lortat-Jacob (Lortat-Jacob 2010: 250) relativo all'inversione delle polarità, attributiva e affettiva, per la musica e il linguaggio.

Per introdurre il materiale musicale in oggetto, è necessario fare una precisazione dei termini. Mi occuperò del canto devozionale dei sikh, *śabad kīrtan*, il cui nome è stato, ed è, oggetto di diverse discussioni tra gli studiosi per ragioni non solo musicali.

2.2 *Śabad kīrtan /Gurbānī kīrtan e Gurmat sangīt/Gurbānī sangīt:* ancora una questione di termini

Durante la mia esperienza sul campo, sia a Lisbona che in India, ho incontrato una serie di difficoltà e fraintendimenti per l'uso impreciso dei termini. Per questo sento la necessità di giustificare la mia scelta con un breve accenno all'etimologia e ai significati, rimandando ad approfondimenti di altri studiosi sulla questione. Una prima distinzione significativa è tra i termini:

- *Sangīt* (dal sanscrito *sam*, con, e *gai* o *ga*, cantare): indica, nell'India attuale, la musica in generale, nonostante la stretta connessione etimologica con la musica vocale.
- *Kīrtan* (dal sanscrito *kirt*, dire, raccontare, nominare, celebrare, glorificare): indica genericamente il canto devozionale accompagnato da strumenti che può assumere diverse forme a seconda delle regioni.

Kīrtan è un genere del *sangīt*, cioè il canto devozionale è un genere della tradizione musicale.

I termini *śabad*, *Gurbānī* e *Gurmat* sono termini di specificazione relativi al tipo di canto devozionale o di sistema musicale e appartengono strettamente alla filosofia sikh.

- *Gurmat*, lett. la saggezza del Gurū, si riferisce alla dottrina sikh in generale;
- *Gurbānī*, lett. il discorso dei Gurū, si riferisce agli inni delle scritture sacre dei sikh;
- *Śabad*, il termine è già stato incontrato nel primo capitolo nella sua doppia accezione di composizione poetica o diretta manifestazione del divino sotto forma di discorso sonoro.

Secondo Bhai Baldeep Singh, esponente della XIII generazione di musicisti della tradizione sikh (Singh 2011), il termine:

- *Gurmat sangīt* è stato introdotto agli inizi del XX secolo e poi adottato negli anni novanta. Esso si riferisce alla musicologia della tradizione sikh e può essere adatto ad indicare il sistema musicale di riferimento delle performance di *kīrtan* contemporanee.
- *Gurbānī sangīt* indica la tradizione musicale sikh dell'epoca medievale e pre-moderna.

In quest'ottica *Gurbānī kīrtan* definisce il materiale musicale praticato dai primi cinque Gurū (Cassio 2015; Singh 2010), mentre il termine *śabad kīrtan* comprende la pratica del canto devozionale degli inni sacri delle scritture sikh nella sua evoluzione temporale.

Fatta questa precisazione posso procedere con la presentazione del repertorio poetico e musicale racchiuso nel libro sacro dei sikh.

2.3 Repertorio poetico: *śabad*, inni

Il repertorio di *śabad kīrtan* è costituito principalmente dagli inni sacri contenuti nel *Śrī Gurū Granth Sāhib*, il principale libro sacro, a cui si aggiungono quelli del *Dasam Granth*, il libro con gli inni del decimo Gurū sikh, e altri due lavori minori⁴. Gli inni sono componimenti poetici con forme diverse e, come si è detto, per quelli del *Śrī Gurū Granth Sāhib*, oggetto di questa tesi, proprio la forma costituisce uno dei principi di organizzativi: dai componimenti più corti a quelli più lunghi. Le forme principali sono riassunte nella tabella 5.

⁴ Bhai Gurdas, contemporaneo del quinto Gurū e Bhai Nand Lal, famoso poeta persiano, contemporaneo del decimo Gurū. Le fonti del repertorio di *śabad kīrtan* sono state stabilite dal codice di condotta sikh (*Sikh Rehat Maryada*) consultabile, solo in punjabi, al sito: www.sgpc.net.

NOMI FORME POETICHE	DEFINIZIONI	
<p style="text-align: center;"><i>Śabad</i> o <i>Bānī</i></p>	Composizioni religiose in versi di numero variabile:	
	dūpade (2 versi)	chhepade (6 versi)
	tepade (3 versi)	aśtapadī (8 versi)
	chaupade (4 versi)	sohila (16 versi)
	panchpade (5 versi)	
<p style="text-align: center;"><i>Paurī</i></p>	Composizione lunga in versi che può avere o non avere uniformità	
<p style="text-align: center;"><i>Var</i></p>	Composizione lunga che celebra le lodi di un eroe (ballata); contiene paurī e śloka	
<p style="text-align: center;"><i>Chhant</i></p>	Composizioni dai 4 ai 6 versi; a volte preceduti da śloka	
<p style="text-align: center;"><i>Swaiya</i></p>	Composizioni di lode usate dai <i>Bhatt</i> (bardi) per lodare i Gurū	
<p style="text-align: center;"><i>Pahrei; Bara Mah; Thhitti; Rutti</i></p>	Composizioni lunghe usate in occasioni particolare come le ore del giorno, i giorni della settimana, i mesi dell'anno, le date lunari, le stagioni	
<p style="text-align: center;"><i>Śloka</i></p>	Composizione di solito in due versi; si trova all'inizio o alla fine di un inno	

Tabella 5. Nomi e definizioni delle principali composizioni poetiche del *Śrī Gurū Granth Sāhib*.

Una forma tipica utilizzata nel canto devozionale è la *śabad*, costituita da un ritornello e da un numero variabile di strofe con, a loro volta, un numero variabile di versi, detti *pad*, in base al quale prende denominazioni diverse (vedi tabella 5). La poesia in forma strofa-ritornello, in India, appartiene alla tradizione della letteratura devozionale post-classica del tardo sanscrito⁵ e del periodo medioevale in lingue vernacolari, “piuttosto diversa dalla più antica poesia sanscrita classica in cui ogni quartina è un’entità indipendente”. (Powers 1980: 305). Questa forma presuppone una struttura ancora più antica che è quella della domanda-risposta tipica della musica popolare in generale e che ha una stretta correlazione con l’atto comunicativo primario dell’essere umano⁶.

Nel libro sacro dei sikh il ritornello è indicato dal segno grafico || e dalla parola *rahaō*, pausa, mentre alla fine di ogni strofa, detta *ank*, si trova un numero che indica l’ordine successivo con cui cantare le strofe.

⁵ Si pensi, per esempio, al *Gītagovinda* di Jayadeva del XII secolo, che descrive la relazione tra Krishna e Rādhā e le *Gopī* in generale.

⁶ Proprio nel senso di un’affermazione o di una domanda come espressione della propria esistenza in quanto individuo. (cfr. Attili 2011).



Figura 11. Il testo del libro sacro in alfabeto originale *gurmukhi*. Si evidenzia il segno grafico || che indica la pausa e corrisponde al nostro punto fermo.

A livello semantico il ritornello racchiude in sé il tema principale dell'inno, mentre le strofe sono una sua espansione e arricchimento, “spesso con riferimenti a fenomeni naturali, come è tipico della poesia indiana” (comunicazione personale di Shiv Kumar, docente di hindi presso la Faculdade de Letras da Universidade di Lisbona). A volte il ritornello si trova dopo la prima strofa, altre la precede; a volte è assente, altre se ne possono trovare due: “tipicamente il primo in forma di domanda, e il secondo nella forma della sua risposta (Kaur 2011: 266). In generale si considera che ogni inno sia completo in sé stesso e che vada rispettato l'ordine e il formato con cui cantarlo.

Se da un lato i testi degli inni costituiscono un repertorio ben codificato perché scritto e tramandato con fedeltà, senza suscitare alcuna riserva fra gli studiosi⁷, la parte musicale si presenta soggetta a interpretazioni diverse e a volte contrastanti. “Il canto dei *bānī*, inni, non è scritto nel *gurbānī*; cioè, il *gurbānī* non contiene nessuna notazione musicale o note musicali dei 31 *rāga*, o nessuna traduzione del *gurbānī*. Solo i nomi dei *rāga* sono inclusi”⁸ (Singh 2011: 246).

Quale è, dunque, il sistema musicale di riferimento?

⁷ Riguardo al linguaggio sacro dei sikh e la sua attuale comprensibilità cfr. Van der Linden 2011: 393-394.

⁸ “The singing of the *bani* is not written in *gurbānī*; that is, *gurbānī* does not contain any musical notation or the musical notes of any of the 31 *rāgas*, or any translations of *gurbānī*. Only the names of the *rāgas* are included.”

2.4 Repertorio musicale: *rāga-tāla*, strutture melodiche-cicli ritmici

La musica indiana ha una tradizione millenaria e peculiare che si è evoluta senza soluzione di continuità. Secondo Perinu si possono individuare tre grandi momenti di trasformazione⁹ che hanno portato ai due sistemi musicali attuali e geograficamente localizzati: il sistema indostano, al nord, influenzato dalla tradizione arabo-persiana; e il sistema carnatico, al sud. La musica dei sikh fa maggiormente riferimento al sistema classico indostano con alcune precisazioni che faremo più avanti. Entrambi i sistemi si fondano su due concetti: *rāga* e *tāla*, strutture melodiche e cicli ritmici.

Un *rāga* è un'entità musicale con caratteristiche specifiche, che costituiscono le regole per costruire la melodia; tra queste ne evidenzio sette principali:

- 1) scala musicale;
 - 2) gerarchia musicale;
 - 3) frasi caratterizzanti;
 - 4) intonazione;
 - 5) ornamenti;
 - 6) momento di esecuzione;
 - 7) esperienza estetica (*rasa*);
- 1) La scala musicale di un *rāga* si compone di almeno 5 note, *svara*, (vedi tabella 3 per i nomi delle note) e si suddivide in ascendente, *āroha*, e discendente, *avaroha*; queste non sono necessariamente coincidenti: a volte l'ascendente può iniziare su una nota o due sotto la tonica, mentre, solitamente, la discendente termina sulla tonica; i suoni possono essere naturali in un senso e alterati nell'altro; o ancora una può contenere più o meno suoni dell'altra (Perinu 1982: 48).
 - 2) La relazione tra le note della scala musicale di un *rāga* segue una gerarchia specifica secondo i principi estetici del *rāga* stesso. Vi sono una nota principale, detta *vādī* (che parla), e una secondaria, detta *samvādī* (che parla insieme), che appartengono a tetracordi differenti. Esse costituiscono i due poli su cui si costruiscono i movimenti melodici e, solitamente, si trovano ad un intervallo di quarta o quinta tra di loro (Perinu 1982: 48).
 - 3) La consonanza e la dissonanza, nella musica indiana, sono da intendersi relative alla successione e non al rapporto armonico di due suoni eseguiti contemporaneamente. Le altre note della scala possono avere delle relazioni, per così dire, privilegiate tra di loro: alcuni suoni implicano dei percorsi obbligati verso altri venendo così a formare delle frasi tipiche,

⁹ I tre momenti sono: fase vedica (dal II-III millennio BCE fino all'inizio dell'era cristiana); fase *mārga* o *gāndharva* (dalla fine della precedente fino all'VIII-IX secolo CE); fase *desī* (dalla fine della precedente fino ad oggi) (Perinu 1982: 9).

dette *pakar*, che caratterizzano il *rāga* e lo rendono immediatamente riconoscibile per un ascoltatore esperto. “Il *rāga* ha un suo modo di incedere particolare che ne definisce il carattere [...] Esattamente come il modo nel quale una persona cammina e si muove è un elemento che la identifica rispetto agli altri” (Saterini 2013: 112).

- 4) L’ottava è suddivisa in 12 note, *svara*, e in 22 *śrutis*, microtoni, che indicano degli intervalli e non delle altezze assolute. La tonica, intesa come il primo grado della scala, è mobile e il rapporto intervallare tra essa e le altre note varia in base al *rāga*. Gli unici due intervalli intonati sempre allo stesso modo sono quello di ottava e di quinta. “Così, non è inusuale sentire i musicisti indiani parlare del “DHA di Bhairavi” e del “GA di Darbari” per indicare specifiche note con una intonazione peculiare a questo o quel *rāga*” (Saterini 2013: 113)

Nello schema seguente sono riportati i nomi delle note della musica indiana e la suddivisione per quarti di tono.

Svara (nome e grafia delle note)	Nome esteso	Corrispondenza sistema occidentale	Śruti (microtoni)
SA	<i>ṣaḍja</i>	DO	TĪVRĀ
			KUMUDVATĪ
			MANDĀ
			CHANDOVATĪ
re (komal)		REb	DAYĀVATĪ
RE	<i>riṣabha</i>	RE	RAÑJANĪ
			RAKTIKĀ
ga (komal)		Mib	RAUDRĪ
GA	<i>gandhāra</i>	MI	KRODHĪ
ma	<i>madhyama</i>	FA	VAJRIKĀ
MA(tivra)		FA#	PRASĀRIṆĪ
			PRĪTI
			MĀRJANĪ
PA	<i>pañcama</i>	SOL	KṢITĪ
			RAKTĀ
			SAMDĪPANĪ
			ĀLĀPINĪ
dha (komal)		LAB	MADANTĪ
DHA	<i>dhaivata</i>	LA	ROHIṆĪ
			RAMYĀ
ni (komal)		Sib	UGRĀ
NI	<i>niṣāda</i>	SI	KṢOBHIṆĪ

Tabella 6. Le note della musica indiana. (Perinu 1982).
Il termine *komal* corrisponde al bemolle occidentale e *tivra* al diesis.

- 5) Le prassi esecutive vocali e strumentali che costituiscono le ornamentazioni, *alankāra*, sono elementi caratteristici di un *rāga* e contribuiscono a “evocarlo” insieme al *rasa* associato (vedi più sotto). Le ornamentazioni principali sono esposte nella tabella 7¹⁰.

<i>Gamaka</i>	oscillazione breve, secca e rapida di una nota
<i>Andolan</i>	oscillazione lenta, misurata e delicata di una nota che può arrivare a toccare le note adiacenti
<i>Khaṭkā</i>	esecuzione rapida e doppia della nota superiore a quella principale
<i>Kampan</i>	piccola oscillazione della nota sfiorando i microtoni circostanti
<i>Mīnd</i>	glissando tra una nota e l'altra toccando i microtoni compresi nell'intervallo
<i>Kana</i>	esecuzione di una nota sfiorando prima quella che la precede o la segue
<i>Murki</i>	esecuzione veloce di due o tre note attorno alla nota principale
<i>Zamzamā</i>	serie di <i>murki</i> veloci che creano un effetto a zigzag ascendente o discendente

Tabella 7. Le principali ornamentazioni della musica indiana (Saterini 2013).

- 6) Secondo la concezione indiana la musica ha un forte legame con gli elementi della natura. Ogni *rāga*, infatti, sembra avere un momento più o meno propizio per essere eseguito. Sia il sistema indostano, che quello carnatico mostrano una sensibilità alla connessione fra il *rāga* e le stagioni, i momenti della vita, le cerimonie. Ma il sistema dell'India settentrionale si spinge oltre ed accoglie la cosiddetta *time theory* secondo cui la giornata è suddivisa in 8 momenti principali di 3 ore ciascuno, a cui corrispondono determinati *rāga*. Attualmente questa teoria non è del tutto rispettata (nota È facile ascoltare concerti in cui vengono eseguiti *rāga* non consoni all'orario prestabilito) (cfr Perinu 1982: 74).
- 7) Il termine *rāga* deriva dal sanscrito *rañj*, colorare, e viene tradotto come “ciò che colora la mente” conferendogli la capacità di avere particolari effetti e influire, così, sulle emozioni.

¹⁰ La trattatistica musicale indiana li ha descritti minuziosamente: nel *Nāṭyaśāstra* ne sono elencati 33, mentre nel *Saṅgītaratnākara* 63 (Saterini 2013: 113).

A dispetto della sua presumibile origine popolare, il *rāga* si è evoluto fino a divenire un modello melodico puramente teorico, quasi separato dalla sua stessa esecuzione concreta. [...] Il *rāga* è astratto a tal punto che si senti la necessità di unirlo ad un sentimento, proprio perché il modello musicale, frutto di elaborazione puramente intellettuale, risultava arido e, paradossalmente, separato dall'esecuzione musicale stessa (Perinu 1982: 12).

Il *rāga* si completa nell'esperienza estetica che suscita, il cosiddetto *rasa*, succo o essenza. Sulla teoria *rāga-rasa* ritornerò più avanti trattando del particolare *rasa* indicato dalla tradizione sikh. Il secondo concetto fondamentale della musica indiana è il *tāla*, ciclo ritmico. Il tempo è pensato come un cerchio in cui la pulsazione iniziale coincide con quella finale, sviluppando un dinamismo di continuo ritorno. Questa prima pulsazione detta *saṃ* diviene, così, il punto di riferimento principale poiché indica il momento di incontro tra il solista e il percussionista. Ogni ciclo ritmico è costituito da *mātrā*, unità temporali o pulsazioni, che sono raggruppate in unità maggiori dette *vibhāga*, simili alle battute della musica occidentale, che, a loro volta, sono riunite per formare un intero ciclo, *āvarta*. I *tāla* si caratterizzano per:

- -numero di *mātrā*, pulsazioni;
- -accenti battuti, *tālī*, o vuoti, *khālī*;
- -sezioni, *vibhāga*;

Il ritmo viene espresso con sillabe onomatopeiche, dette *bol*, che riproducono i suoni dei colpi sulle membrane dei tamburi e, perciò, variano in base allo strumento.

La musica indiana ha sviluppato il ritmo in modo estremamente sofisticato. Forse perché lo ha connesso strettamente con il linguaggio. La frase ritmica è come una frase poetica, è un racconto che si esprime ritmicamente (Saterini 2013: 127).

Chiariti i concetti di base della musica indiana e ritornando alla tradizione musicale sikh, si è detto che il sistema principale di riferimento è la musica classica indostana. Ma l'osservazione di Bhai Baldeep Singh (Singh 2011: 246) rispetto alle indicazioni musicali racchiuse nel testo sacro, ci riporta alla questione dell'autenticità all'interno di una tradizione musicale prettamente orale il cui sapere è stato tramandato da maestro a discepolo. In questo senso il concetto di musica indostana è piuttosto generico: le diverse sistematizzazioni che si sono susseguite, nonostante gli sforzi e le buone intenzioni, non ricevono la conferma di tutti gli studiosi e, al contrario, vi sono numerosi pareri discordanti. Per esempio accanto alla generica assunzione che il canto sikh sia basato sul

*dhrupad*¹¹ si sta avanzando l'ipotesi che sia esistito un genere di *dhrupad* peculiare ai Gurū sikh e precedente agli altri quattro generi di *dhrupad* tradizionalmente accettati (cfr Cassio 2015: 5). La volontà di istituire una musicologia sikh che possa approfondire le questioni aperte sta portando dei risultati, ma è un percorso solo ai suoi inizi. Il periodo dei Gurū sikh è stato un periodo di grandi trasformazioni in ogni campo dell'arte: l'influenza islamica e il successivo incontro con l'occidente ha necessariamente avuto un forte impatto sulle pratiche e sul pensiero indiano in generale (cfr. Eliade 2005 [1974]). L'intento di divulgazione dichiarato fin dal primo Gurū sikh si è espresso, come già ribadito, in forme sincretiche che hanno investito sia le lingue utilizzate, sia le forme poetiche, includendo ballate eroiche tipiche della cultura popolare accanto a modelli della lirica sanscrita, sia le forme musicali, utilizzando per esempio sia *rāga* della tradizione del nord che alcuni tipici del sud, sia classici che popolari. Nella tabella 8 sono elencati i 31 *rāga* del *Śrī Gurū Granth Sāhib* e le loro varianti, anch'esse indicate nel libro nei titoli degli inni costituiscono una sottocategoria di classificazione.

¹¹ Il *dhrupad* è uno dei generi principali della musica classica dell'India del Nord. Nasce come canto devozionale nel XV secolo, si evolve in musica di intrattenimento presso le corti musulmane e hindu. Segnalo a questo proposito il lavoro di ricerca di alcuni studiosi sulla questione dell'autenticità come Cassio 2000; 2015; Singh 2011; Van Der Linden 2011.

Nome del <i>rāga</i>	Variazioni del <i>rāga</i>	Nome del <i>rāga</i>	Variazioni del <i>rāga</i>
1. <i>Śrī</i>		15. <i>Sūhī</i>	
2. <i>Mājh</i>			1. <i>Sūhī Kāfī</i>
3. <i>Gaurī</i>			2. <i>Sūhī Lalit</i>
	1. <i>Gaurī Guārerī</i>	16. <i>Bilāwal</i>	
	2. <i>Gaurī Dakhanī</i>		1. <i>Bilāwal Dakhanī</i>
	3. <i>Gaurī Chetī</i>		2. <i>Bilāwal Mangal</i>
	4. <i>Gaurī Bairāganī</i>		3. <i>Bilāwal Gonḍ</i>
	5. <i>Gaurī Pūrabī Dīpakī</i>	17. <i>Gonḍ</i>	
	6. <i>Gaurī Pūrabī</i>	18. <i>Rāmkalī</i>	
	7. <i>Gaurī Dīpakī</i>		1. <i>Rāmkalī Dakhanī</i>
	8. <i>Gaurī Mālawā</i>	19. <i>Nat</i>	
	9. <i>Gaurī Mālā</i>		1. <i>Nām Nārāyan</i>
	10. <i>Gaurī Mājh</i>	20. <i>Mali Gauṛā</i>	
	11. <i>Gaurī Sorath</i>	21. <i>Mārū</i>	
4. <i>Āsā</i>			1. <i>Mārū Dakhanī</i>
	1. <i>Āsā Kāfī</i>		2. <i>Mārū Kāfī</i>
	2. <i>Āsāwarī</i>	22. <i>Tūkhāri</i>	
	3. <i>Āsāwarī Sudhang</i>	23. <i>Kedārā</i>	
5. <i>Gūjarī</i>		24. <i>Bhairo</i>	
6. <i>Devchandārī</i>		25. <i>Basant</i>	
	1. <i>Devchandār</i>		1. <i>Basant Hiṇḍol</i>
7. <i>Bihāgaraṛā</i>		26. <i>Sārang</i>	
8. <i>Waḍhans</i>		27. <i>Malār</i>	
9. <i>Sorath</i>		28. <i>Kānarā</i>	
10. <i>Danhāsarī</i>		29. <i>Kalyāṇ</i>	
11. <i>Jaitsrī</i>			1. <i>Kalyāṇ Bhopalī</i>
12. <i>Todī</i>		30. <i>Prabhātī</i>	
13. <i>Bairārī</i>			1. <i>Prabhātī Dakhanī</i>
14. <i>Tilang</i>			2. <i>Prabhātī Bibhās</i>
	1. <i>Tilang Kāfī</i>		3. <i>Bibhās Prabhātī</i>
		31. <i>Jaijāvantī</i>	

Tabella 8. I 31 *Rāga* del *Śrī Gurū Granth Sāhib* e le rispettive variazioni (Protopapas 2014: 67).

Oltre a chiedersi se i *rāga* del libro sacro corrispondano a quelli che si conoscono oggi con quello stesso nome, è lecito riflettere sugli stili di canto utilizzati. A questo proposito mi soffermo un momento sulla struttura dei titoli delle diverse sezioni del testo, utilizzando l'esempio di titolo seguente: *Mahj Mahala 5 chaupade Ghar 1* || (SGGS: 96).

Mahj	Mahala 5	Chaupade	Ghar 1
Nome del <i>rāga</i>	Autore: quinto Gurū	Forma poetica	Indicazione musicale incerta

Tabella 9. Esempio di titolo degli inni del libro sacro. (SGGS: 96).

Come si può vedere dalla tabella 9, le prime informazioni musicali contenute nei titoli sono le strutture melodiche, ovvero i nomi dei *rāga*. In secondo luogo vi sono le forme poetiche che, secondo lo studioso Gurnam Singh, direttore del dipartimento di *Gurmat sangīt* della Punjabi University di Patiala, corrispondono a precisi stili di canto, rispetto ai quali non ci sono pareri unanimi¹². Continuando nella lettura del titolo mostrato nell'esempio, si nota un'ulteriore informazione musicale che ci porta a fare una precisazione rispetto al ritmo. Secondo alcuni autori il *tāla*, ciclo ritmico, si deduce dall'prosodia dei singoli inni (Kaur, I.N. 2011: 306, Cassio 2015: 27); secondo altri è il termine *ghar* (vedi tabella 9) a costituire un indicatore del ritmo (Protopapas 2014: 74); secondo altri ancora la parte ritmica era direttamente collegata ai generi e agli stili tradizionali, ma questa conoscenza è andata perduta, relegando il *tāla* a puro "tenere il ritmo". (Singh 2011: 249). Rendo conto della comunicazione personale di Gurnam Singh secondo il quale rispetto al termine *ghar* vi sono molte incertezze e al momento non è stata trovata una spiegazione soddisfacente (Intervista gennaio 2015).

Da queste considerazioni si può notare come il repertorio musicale con cui vengono interpretati gli inni, non possa essere racchiuso in forme fisse e definite, a maggior ragione quando il materiale appartiene ad una tradizione orale che abbraccia diversi secoli¹³. In questo senso vorrei precisare che il campo della mia indagine non verte esclusivamente sull'oggetto musicale in sé e sui suoi principi formali, ma sulla pratica musicale inserita nel suo contesto. Dal punto di vista etnoantropologico ho potuto osservare come la musica assuma un ruolo primario sia nelle relazioni fra i membri della comunità sikh che nella relazione con il proprio sé. Reputo, comunque, importante problematizzare la questione del materiale musicale che mi sono trovata ad analizzare, per dare conto della complessità di un discorso sulla musica e sui suoi effetti nell'ambito della

¹² Rispetto agli stili di canto si veda: Singh 2010; Cassio 2015; Singh 2011: 268.

¹³ Il tentativo di risalire alle sue origini e di ricercare le sue forme antiche trova un corrispondente nel movimento occidentale della "Early music" (Cassio 2015: 6).

sacralità. L’atteggiamento scientifico si è scontrato con un ambito di credenze non del tutto misurabili. Uno dei miei interlocutori principali, in risposta alla mia domanda su quale fosse l’esperienza attraverso questa musica, mi ha regalato il *nitnem*, il libretto delle preghiere sikh, raccomandandomi di recitare il primo inno tutti i giorni, appena sveglia. “Fai l’esperienza se vuoi conoscerla: non posso dirti come è il dolce del miele, devi provarlo!” (conversazione personale con Rishipal Singh, giugno 2016).

È cruciale capire che l’adozione del sistema di Bhātkande¹⁴ ha segnato l’inizio di una nuova era, quando una cultura musicale nazionale ha sostituito le tradizioni preesistenti. Un effetto di questo cambiamento è che attualmente la linea che distingue i generi (come per esempio il *kīrtan* dei sikh, i *bhajan* degli hindu, i *bandīs* in *khyāl* classico, o perfino il *qawwālī* dei sufi) appare confusa. Le differenze tra i generi non sono più basate su un idioma musicale peculiare, ma piuttosto su elementi esterni come i testi, la lingua, il contesto e la funzione della performance. Alcuni dei tratti musicali comuni riscontrabili nelle loro esecuzioni contemporanee sono:

- un ristretto numero di *tāla* (basati sul *khyāl*);
- uso della grammatica dei *rāga* così come definita da Bhātkande;
- *tān* (ornamentazioni vocali così come usate nel *khyāl*);
- *sargam* (solfeggio);
- uso di strumenti sviluppati nel diciottesimo-diciannovesimo secolo (così come il *sītar*, l’*harmonium* e i *tablā*)¹⁵ (Cassio 2015: 26-27);

Se da un lato convengo con quanto affermato dalla Cassio in queste righe rispetto alla difficoltà di accedere al repertorio tradizionale dell’epoca dei Gurū, dall’altro ho preso atto fin dall’inizio della mia ricerca di quanto fosse difficile attribuire delle definizioni chiare agli effetti suscitati dalla musica e dal canto. Con l’aiuto dei miei interlocutori, ho sentito l’esigenza di dare delle parole all’esperienza vissuta nella performance musicale, cercando di fare un po’ di chiarezza sulla relazione tra musica ed emozioni nell’ambito della musica sacra dei sikh. In base alle

¹⁴ Bhātkande è stato uno dei maggiori teorici della musica indiana vissuto tra la fine del 1800 e l’inizio del 1900. Ha raccolto e classificato numerosi canti e composizioni ed ha creato, per la prima volta, un sistema di notazione per la musica indiana.

¹⁵ It is crucial to understand that the adoption of Bhātkande’s system marked the beginning of a new era, when a national musical culture replaced pre-extant traditions. One effect of this change is that nowadays the line that distinguishes different genres (such as the Sikh *kīrtan*, Hindu *bhajan*, classical *khyāl bandīs*, or even a Sufi *qawwālī*) appears blurred. Differences among genres are no longer based on the peculiar musical idioms, but rather on the external elements such as lyrics, language, context, and function of performance. Some of the common musical features found in their contemporary renditions are:

- restricted number of *tālas* (*khyāl* based);
- use of *rāgas*’ grammar as defined by Bhātkande;
- tāns* (vocal ornamentations as used in *khyāl*);
- sargam* (solfeggio);
- use of instruments developed in the eighteenth-nineteenth century (such as *sītar*, *harmonium*, and *tablā*).

conversazioni e osservazioni posso affermare che lo stato di *sahaj* che le persone del mio campo di indagine cercano di perseguire non si trova in un “luogo” preciso: non sembra appartenere ad un genere musicale, ma nemmeno è totalmente disconnesso da questo; non risiede esclusivamente nell’interiorità dei presenti, ma la loro predisposizione e la loro volontà gioca un ruolo fondamentale; a volte “succede” di entrare in questo stato, a volte no.

R: È come un click...

F: Quando avviene quel click? Come lo riconosco?

R: Non te lo so dire: avviene. In un momento succede, e basta.

(Rishipal Singh, comunicazione personale, settembre 2016)

La questione dell’autenticità del repertorio che va di pari passo con quella degli strumenti¹⁶ (Singh 2011; Cassio 2015) non costituirà il focus della mia ricerca, ma sarà uno degli aspetti importanti della riflessione.

I sikh attualmente eseguono il canto sacro, *śabad kīrtan*, utilizzando stili diversi e melodie diverse per uno stesso inno, pur dando preminenza al testo. Il genere principale è il *khyāl*, più ricco di ornamentazioni, e il *tāla* privilegiato è in 8 pulsazioni, *kaharvā*, o 6 pulsazioni, *dādrā*. “Si suona in *kaharvā*, perché alla gente piace di più: è più simile al ritmo della danza...” (Kuldeep Singh, comunicazione personale, luglio 2016). Gli strumenti utilizzati sono generalmente l’harmonium e i *tablā*; in alcuni *gurdwara*, templi sikh, dell’India si utilizzano gli antichi strumenti a corde¹⁷ da soli o insieme ad harmonium e *tablā*; in alcune registrazioni, invece, si possono ritrovare tipici strumenti occidentali con arrangiamenti del tutto avulsi dalla tradizione musicale indiana. Il mercato discografico di *śabad kīrtan* è, infatti, piuttosto florido. I sikh ascoltano questa musica nella loro quotidianità, a casa o in auto: molte persone da me intervistate hanno confermato come esso sia uno dei generi musicali da loro più ascoltato, spesso per ritrovare calma e tranquillità dopo una giornata di lavoro. Fra i modi di fruizione vanno annoverate anche le suonerie del telefono direttamente scaricabili da internet, per esempio al sito www.ringtones.gurudwara.net (Linden 2011: 392). Inoltre vi sono alcuni siti che trasmettono in streaming, sia audio che video, *kīrtan*, canto devozionale, di vari templi sikh del mondo (per esempio SikhNet Radio).

Nella mia indagine ho cercato di inserire le pratiche contemporanee sia nel contesto spaziale in cui si svolgono sia in quello temporale legato alla tradizione da cui provengono e al presente in cui si attualizzano. In che modo l’esperienza di *sahaj* può essere vissuta in un luogo a migliaia di

¹⁶ Per gli strumenti originari di *śabad kīrtan* vedi Singh 2011; Cassio 2015.

¹⁷ Alcuni di questi strumenti antichi sono il *taus*, uno strumento ad arco dalla forma di pavone, il *rebab*, strumento a corde pizzicate, il *sarangi* e la *dilruba*, strumenti ad arco. (cfr. Singh 2011; Cassio 2015; Mansukhani 1982). Il Golden Temple ha introdotto questi strumenti regolarmente nelle performance di *śabad kīrtan*. (cfr. Linden 2011: 387-388)

chilometri da quello di origine e in un ambiente culturale totalmente differente? Come questa condizione influenza i musicisti e a sua volta gli ascoltatori? Se non esistono degli elementi formali caratterizzanti della musica sacra sikh, quali sono i fattori extramusicali che intervengono?

2.5 Le performances di *Śabad Kīrtan*

Una performance di *śabad kīrtan* ha luogo generalmente in un *gurdwara*, lett. la porta del Gurū, il tempio dei sikh, aperto a tutti indipendentemente da religione, classe sociale o sesso. Il primo che ho visto e a cui ho avuto accesso è stato il Golden Temple, *Harimandir Sāhib*, ad Amritsar, in India nel 2010. Uno dei più famosi templi sikh, con un'architettura ampia e sfarzosa il cui marmo bianco è quasi accecante nei giorni estivi e l'oro (vero) della costruzione al centro risalta per il suo incredibile splendore. Alla periferia di Lisbona, a Odivelas, nonostante l'aspetto esterno sia quello di un edificio industriale ben tenuto e dipinto di fresco totalmente bianco, si trova il *gurdwara Sikh Sangat Sāhib*. Una volta varcata la soglia si ha l'impressione di annullare le distanze ed essere approdati in terra indiana. L'utilizzo degli spazi dell'edificio è in perfetta consonanza con la ricostruzione dello spazio sacro che mi è familiare. Anche l'attenzione per le decorazioni lo rendono suggestivo, tanto che da fuori è difficile immaginare gli archi a sesto acuto lungo le pareti della sala principale.



Figura 16. *Śrī Harmandir Sāhib*, il Tempio d'Oro di Amritsar.

Altri luoghi in cui si esegue *śabad kīrtan* sono case private, in cui si radunano i devoti per un'occasione speciale, o in processioni durante le quali l'ensemble strumentale è ridotto alle sole percussioni e prende il nome di *nagar* (città) *kīrtan* (Kaur 2011: 259).

In un tempio sikh il libro sacro si trova al fondo della sala principale in posizione centrale. Generalmente al suo fianco vi è un palco rialzato dove siedono i musicisti. Faccio notare che sia nel tempio che in luoghi privati i musicisti sono seduti a terra, mentre nelle processioni, generalmente, camminano: attualmente vi sono casi in cui, invece, siedono su carri.



Figura 17. La sala principale, *darbar*, del tempio di Odivelas durante la sostituzione delle decorazioni.

Nel tempio di Odivelas la performance principale di *śabad kīrtan* avviene la domenica mattina, giorno in cui vi è la maggior affluenza di fedeli da tutto il Portogallo, mentre durante la settimana vi sono esecuzioni la mattina presto e la sera prima di cena. A seconda del luogo, dell'affluenza e della disponibilità ogni tempio decide la programmazione: al Golden Temple vi sono esecuzioni di continuo da prima dell'alba fino alla sera tardi. (Vedi capitolo 4).

I musicisti, generalmente professionisti, costituiscono un ensemble detto *rāgi jatha* formato da tre elementi: un cantante principale, seduto al centro, che suona l'harmonium, un cantante di supporto anch'esso con harmonium e un tablista che a sua volta partecipa al canto¹⁸. Ad Odivelas vi sono, attualmente, un cantante e un tablista professionisti che vivono nel tempio e sono stipendiati

¹⁸ Anticamente la formazione prevedeva quattro musicisti: due cantanti, un percussionista e un suonatore di strumento a corde melodico; per questo prendevano il nome di *kīrtan chaukī*. (Kaur 2011: 270).

come è usanza per i *kīrtankār*, musicisti di *kīrtan*, che lavorano presso i *gurdwārā* o che sono chiamati per eventi privati¹⁹. Il cantante si chiama Rishipal Singh, mentre il tablista Kushal Singh e sono stati i due interlocutori principali della mia ricerca sul campo. Solitamente nelle performances durante la settimana sono soli, mentre la domenica, la formazione può arricchirsi di altri cantanti e suonatori di harmonium, tra i quali:

- musicisti sikh di passaggio, residenti in città vicine²⁰ o in altre nazioni europee che si trovano a Lisbona per motivi personali o invitati per una festività particolare del calendario sikh;
- musicisti non professionisti fra i devoti frequentatori del tempio, che hanno espresso la volontà di eseguire uno *śabad* a loro caro, o semplicemente che conoscono;
- apprendisti musicisti più o meno giovani, che stanno imparando a cantare e suonare questo genere di musica;

In questi casi, dopo l'esecuzione di uno o due inni in cui il posto della voce principale, al centro, è occupato dal cantante residente e quello della voce di supporto dal musicista ospite, vi è uno scambio di ruoli indipendentemente dalla bravura o dalle capacità.

La durata totale di *śabad kīrtan* ad Odivelas è di circa un'ora la domenica con l'esecuzione di circa 4 inni e di mezz'ora durante la settimana con l'esecuzione di 2 o 3 inni. Naturalmente non si tratta di uno schema fisso, dipende dalle occasioni e dalle ricorrenze.

Un'esecuzione segue la struttura poetica dell'inno in forma di strofa-ritornello. Questa struttura ha un suo corrispondente melodico nelle due parti del genere *khyāl*, che è attualmente uno dei più diffusi anche per *śabad kīrtan*; l'*aśthāī*, ritornello, utilizza materiale melodico dell'ottava medio-grave e corrisponde al ritornello; l'*antarā*, strofa, melodicamente resta nell'ottava medio-alta e corrisponde alla strofa dell'inno.

Per iniziare i musicisti pronunciano insieme *Wahe Gurū ji ka khalsa, Wahe Gurū ji ki fateh*, sorta di saluto all'assemblea dei presenti²¹. Successivamente il cantante principale canta un'invocazione, *manglācharan*, senza accompagnamento ritmico e in forma di *alāp*, improvvisazione che funge da presentazione del *rāga*. A volte può essere l'inno con cui si apre il libro sacro, detto *mul mantra*, a volte una coppia di versi a cui, senza soluzione di continuità, si aggiunge il titolo completo dello *śabad* con tutte le informazioni musicali in esso racchiuse. Molto spesso il tablista verifica l'accordatura dei *tablā* in questo momento. Si passa, poi, al canto

¹⁹ Non è considerato appropriato fare concerti pubblici di *kīrtan* a pagamento o in ambienti non consoni, ma non sempre questa regola è rispettata. (cfr. Linden 2011: 385).

²⁰ È il caso di Kuldeep Singh, altro mio interlocutore, che risiede a 70 km da Lisbona e viaggia per esibirsi in concerti in diversi *gurdwārā* d'Europa.

²¹ “Il khalsa (purezza) appartiene a Dio, la vittoria appartiene a Dio.” È una forma di saluto utilizzata normalmente all'interno del *gurdwara*, fra sikh, mentre il saluto generico delle persone del Punjab è *Sat Śrī Akal*, lett. Verità Grande Immortale.

dell'intero *śabad*. Il cantante principale introduce il *rahao*, ritornello, ripetendolo più volte. Dopo la prima volta, che funge da presentazione, si uniscono al canto sia i musicisti che l'assemblea dei devoti, in modo molto libero: appena la persona "lo sente" può incorporarsi nonostante si sia metà di una frase. Anche la forma responsoriale di domanda e risposta non è rispettata: a volte i presenti ad una performance cantano tutto il tempo senza rispettare alcun ruolo. Lo stesso vale per i musicisti: non sempre aspettano la risposta del pubblico, a volte semplicemente ripetono la frase appena eseguita. "Dipende dalle situazioni, se vi è molta partecipazione oppure no..." (Rishipal, comunicazione personale maggio 2017).

L'esecuzione continua alternando strofe e ritornello, ma anche parti strumentali e parti cantate. Per concludere si utilizza la tecnica del *tihāī*, una sorta di cadenza che consiste nel ripetere tre volte solo la prima parte della frase del ritornello per poi, alla terza volta, risolvere sul *saṃ*, la prima pulsazione, aggiungendo la seconda parte della frase. La composizione finisce e, di nuovo, i musicisti salutano recitando insieme *Wahe Gurū ji ka khalsa*, *Wahe Gurū ji ki fateh*, o solo *Wahe Gurū*.

Il canto, nonostante vi siano dei musicisti professionisti, è un momento collettivo e comunitario. Solitamente durante la performance della domenica, una persona incaricata si occupa di proiettare su uno schermo il testo degli inni così che tutti possano leggerlo e unirsi al canto.

L'alternanza strofa-ritornello e la relazione fra la parte strumentale e la parte vocale segue una precisa struttura schematizzata dalla tabella 10 che riassume le parti dell'esecuzione. Secondo lo schema vi sono due melodie che corrispondono a 1 e 2 e, rispettivamente, ai colori verde e blu; con "voce" si intende la parte cantata, con "strumentale" la parte solo suonata all'harmonium. Ogni melodia è, a sua volta, suddivisa in due parti: verde chiaro e scuro (1); blu chiaro e scuro (2). Le lettere si riferiscono al testo. Il ritornello, *rahao*, corrisponde a AB, AB, CD, CD, AB, AB.

I due musicisti residenti sono gli incaricati dell'insegnamento e della trasmissione di *śabad kīrtan*, sia rispetto al canto che rispetto alla parte strumentale: harmonium e *tablā*. Nel periodo in cui ho frequentato il *gurdwāra* di Lisbona ho chiesto di prendere parte alle lezioni che, essendo il momento delle vacanze scolastiche estive, si svolgevano tutti i giorni. L'insegnamento è rivolto per lo più a bambini e ragazzi, ma non è raro vedere adulti che si cimentano nell'apprendimento del canto e dell'harmonium. È molto più difficile, invece, che scelgano di suonare i *tablā*. Quasi ogni tempio sikh, sia in India che all'estero, ha una propria scuola di trasmissione del sapere musicale e, spesso all'estero, l'insegnamento si estende anche alla parte linguistica. Molti bambini emigrati in età prescolare sono in grado di parlare il *punjabi*, la lingua di appartenenza, perché è la prima lingua usata in famiglia, ma non la sanno né scrivere né leggere. Il tempio sopperisce, così, a questo bisogno facendosi carico di un compito che la famiglia non può svolgere e nemmeno la scuola del paese di accoglienza che, naturalmente, provvede all'insegnamento della lingua ufficiale.²²

Il ruolo del tempio in rapporto al senso identitario verrà analizzato nel prossimo capitolo.

Partecipare alla vita del tempio mi ha permesso di adottare una duplice prospettiva: una "esterna" in qualità di osservatrice e una "interna" come partecipante. L'esperienza diretta insieme alla documentazione e alla raccolta dei dati mi ha condotto nella complessità delle dinamiche performative. Molto spesso mi è capitato di assistere a lezioni, ma anche a performances, in cui il cantante non aveva una buona intonazione e non sempre riusciva a riprodurre vocalmente la nota eseguita all'harmonium, eppure nessuno dei due musicisti o dei presenti aveva una reazione di critica o disappunto.

Se, dunque, la parte melodica non è così rilevante, cosa è importante in questa tradizione musicale?

Śabad kīrtan è una musica incentrata sul testo, *śabad pradhan* (Cassio 2015), per cui gli studiosi concordano nell'affermare che la comprensione delle parole deve essere favorita sia dalla melodia che dal ritmo. Come si è visto il testo è costituito dalle composizioni poetiche racchiuse e codificate nel libro sacro, mentre per la musica vi sono indicazioni di massima che dipendono dalle prassi esecutive tramandate e soggette a innumerevoli influenze nel corso del tempo. Nella mia esperienza di apprendista-studiosa la preminenza della parola è stata più volte confermata sia in conversazioni private sia con l'insistenza sulla memorizzazione degli inni che mi sono stati insegnati e sulla loro perfetta pronuncia.

²² Per approfondimenti sull'apprendimento della lingua portoghese da parte della comunità punjabi segnalo lo studio di tesi di laurea di Dimple Rajput sulla comunità di Lisbona nel 2012.

Bhai Baldeep Singh, nel suo articolo su cosa sia *Kīrtan*, individua i 4 “ingredienti” fondamentali per l’esecuzione del *Gurbānī kīrtan* (Singh 2011: 262), che sono:

1. *rāga*, strutture melodiche;
2. *tāla*, cicli ritmici;
3. *śabad*, parola poetica;
4. *citt*, necessario intento;

Secondo le affermazioni sin qui fatte si può evidenziare come lo scopo di *śabad kīrtan* sia esprimere e far “risuonare” il significato della parola poetica degli inni. La musica (strutture melodiche e cicli ritmici) si costituisce come un supporto e un veicolo alla corretta comprensione del messaggio. Qual è il ruolo di *citt*, necessario intento? Come lo si deve intendere alla luce delle diverse precisazioni fin qui fatte sulla pratica attuale di *śabad kīrtan*?

2.6 *Sunia-gavia*, ascoltare-cantare

L’intento necessario, *citt*, è definito anche come “consapevolezza” o “presenza” da parte dell’esecutore (Singh 2011: 249), e, nel contesto religioso sikh, significa un atteggiamento di consapevolezza della costante presenza divina. L’esecutore, durante la performance ha “la mente rivolta a Dio”, ovvero è ispirato da qualcosa di elevato, al di sopra di tutto.

Quando stavo cantando lo *śabad*, io ero nello *śabad*. Ho cercato di fare del mio meglio per connettermi con lo *śabad* e nello stesso tempo stavo cercando di far sì che il resto della *sangat* (comunità) seduta ad ascoltare, si unisse a me e si collegasse allo *śabad*.
(Rishipal Singh, intervista 8 settembre 2016).

In questa semplice dichiarazione il mio interlocutore mostra come *citt*, l’essere consapevolmente presenti, sia una condizione necessaria per integrare e fare proprio il messaggio degli inni sacri: “essere nell’inno” si può tradurre come un condividere pienamente il significato della parola poetica e “incorporarlo” nella pratica musicale. L’atteggiamento di apertura e presenza permette la comprensione del testo che a sua volta alimenta l’attenzione particolare verso la figura dell’ascoltatore, come ben espresso dalle parole di Rishipal. L’esecuzione musicale, infatti, è strettamente legata alla sua ricezione non solamente in termini estetico-formali, ma anche esperienziali e cognitivi. La trasformazione dell’ego, che porta allo stato di *sahaj*, si esprime direttamente nella relazione con l’altro: quando tutto è sentito come uno, non ci sono differenze o divisioni. L’attenzione all’ascoltatore e il dialogo instaurato fra gli attori dell’evento musicale sono il frutto di un atteggiamento preciso, che si potrebbe anche definire come predisposizione

all'incontro: con il divino, con l'altro, con il proprio vero sé. Questo atteggiamento è *citt*: l'intento che si richiede è di aprirsi all'altro-da-sé. L'esecutore si impegna a ricercare la propria esperienza trasformativa attraverso il canto, ma con lo scopo di condurre con sé l'assemblea a quello stesso senso di unione sia personale che collettivo con il divino.

In *śabad kīrtan* sia l'esecutore che l'ascoltatore hanno uno stesso scopo: lasciare che, attraverso il canto, il *Nām*, la parola divina, penetri nella propria mente e la occupi totalmente. L'*habitus* all'ascolto (Becker 2004) è, nel caso di *śabad kīrtan*, una predisposizione consapevole e voluta. Il concetto di intento necessario, *citt*, può essere assimilato all' "orecchio interno" citato da Agamennone e Giannattasio nella presentazione di *Sul verso cantato*. I due studiosi sottolineano come, nell'esecuzione poetica, vi sia un pre-ascolto interiore da parte dell'esecutore che anticipa la fonazione e la percezione sia dell'ascoltatore che dell'esecutore stesso. (Agamennone & Giannattasio 2002: 14). Nella musicologia sikh "l'orecchio interno" corrisponde ad una sorta di sintonizzazione della mente, che i sikh descrivono come un essere in ascolto e lasciare che accada quel momento di assoluta unità con il tutto. (Kuldeep Singh, comunicazione personale, gennaio 2017). Con questa affermazione si delinea un atteggiamento basato sull'equilibrio di un binomio di opposti: la predisposizione all'ascolto interiore (*citt*, orecchio interno) e l'accettazione della volontà divina (grazia). Il canto devozionale di per sé non garantisce l'esperienza di unione. Anche se tutti gli elementi sono presenti (*rāga*, *tāla*, *śabad*, *citt*) il momento di connessione avviene sempre per volontà divina, è la sua grazia a intercedere e a mediare l'esperienza mistica. Alla luce delle affermazioni sin qui fatte, evidenzio come il quarto ingrediente di una performance di *śabad kīrtan* è una predisposizione particolare che presuppone il giusto equilibrio tra l'intenzione e la grazia, intesi come volontà propria e individuale e la volontà divina e universale. Il binomio intenzione/grazia il cui punto di equilibrio è il *citt*, o "orecchio interno", viene a costituirsi come elemento costitutivo del canto devozionale sikh considerato nel suo contesto.

Nella tabella 11 sono rappresentati graficamente i 4 elementi principali di una performance di *śabad kīrtan*:

1. Il contesto, che assume un ruolo importante e fa da recettore di tutti e tre gli altri elementi costitutivi dell'evento musicale. Si può dire che "ogni ascolto è situato" (Becker 2004: 69), spazialmente e temporalmente;
2. Gli attori, ascoltatori ed esecutori, entrambi con un ruolo attivo di partecipazione. Il senso di appartenenza è uno degli effetti del canto collettivo che verrà indagato nelle analisi secondo il concetto di *entrainment* (Clayton 2013);
3. L'oggetto, l'esecuzione di inni cantati;

4. L'atteggiamento, che, come descritto sopra, corrisponde ad una predisposizione alla resa alla volontà divina.

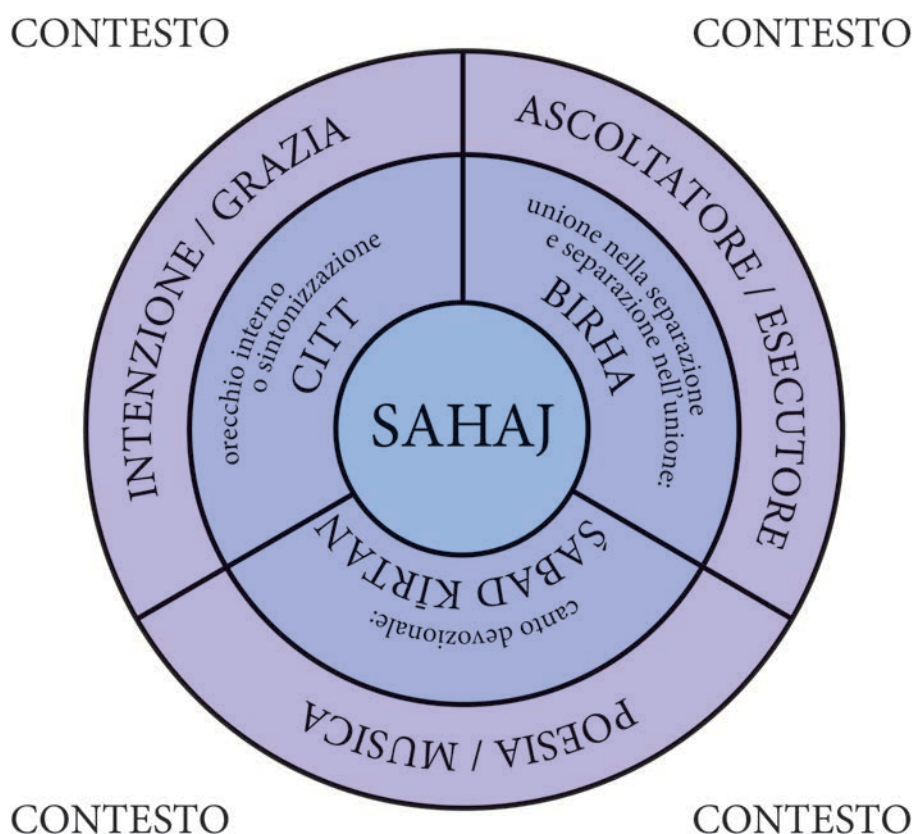


Tabella 11. Schema degli elementi costitutivi di una performance situata di *śabad kīrtan*, sotto forma di binomi di opposti. Quando tutti gli elementi sono in equilibrio fra loro si raggiunge lo stato di *sahaj* (al centro). In questo stato ogni binomio, a sua volta, manifesta una situazione di equilibrio al suo interno che si esprime rispettivamente come: canto devozionale (*śabad kīrtan*), sintonizzazione o orecchio interno (*citt*), unione nella separazione e separazione nell'unione (*birha*).

L'analisi del brano presentata nel prossimo capitolo prende spunto dalla distinzione di Benamou rispetto alla musica come oggetto e alla musica come attività. Lo schema grafico della performance (tabella 10) aiuta a ricordare l'importanza della connessione fra i diversi elementi e la necessità di studiare la loro interdipendenza. (Benamou 2010: XV) Ognuno degli elementi costitutivi è in relazione con l'altro: il centro rappresentato dal *sahaj* indica il perfetto equilibrio fra questi elementi, la situazione particolare in cui:

- la musica è la giusta espressione del messaggio della parola;

- l'esecutore e l'ascoltatore si sentono individualità parte di una sola unità (stato di *birha*, unione nella separazione e separazione nell'unione);
- l'esperienza mistica avviene per grazia divina;

L'analisi deve, quindi, esplorare sia il regno delle percezioni che quello della sintassi musicale (cfr. Racy 2003: 143).

Il coinvolgimento dell'assemblea dei devoti è una componente fondamentale delle pratiche attuali di *śabad kīrtan*.²³ In questo senso si può affermare che la performance di *śabad kīrtan* è una combinazione di presentazione e partecipazione (Kaur 2011: 258).

Pacciolla nel suo libro *Il pensare musicale indiano* parla di un processo dinamico in cui

Essenziale a questo tipo di "rapimento" estetico è la condivisione volontaria con gli altri, o una predisposizione e un'attesa identiche. L'esperienza in questione [estetica] si verifica o si realizza solo quando il messaggio o l'emozione di cui è motore l'artista trova ospitalità nel fruitore, il pubblico, che accogliendone l'*input*, lo trasforma e lo restituisce all'esecutore attraverso la propria partecipazione (Pacciolla 2011: 29-30).

L'interconnessione fra ascoltatore ed esecutore è una relazione comune nelle pratiche musicali, dal concerto di musica rock o classica alle performances di musica sufi o ai riti di possessione. È la magia della musica e delle arti performative: la risposta del pubblico che alimenta e incoraggia l'artista che, spesso, sentendosi più sicuro si esprime al meglio e così via; in una sorta di situazione spazio-temporale esclusiva e autoregolata. Considerando *śabad kīrtan* come evento musicale, il binomio ascoltatore ed esecutore si mostra in qualche modo speciale o particolare?

La relazione di reciprocità è la stessa:

Quando canto lo *śabad* e vedo la *sangat* (comunità) seduta che a sua volta è connessa, questo mi motiva a fare meglio e così a essere più connesso. Più io sono connesso, più la *sangat* (comunità) è connessa. Questo dà motivazione: le persone ascoltano veramente quando chiudono gli occhi. Tu sai che il canto è da qualche parte nel paradiso, nell'atmosfera e loro vi sono connessi. Questo va bene perché lo sentiamo²⁴ (Rishipal Singh, intervista settembre 2016).

²³ Lo studioso Bhai Baldeep Singh avanza l'ipotesi che *śabad kīrtan* fosse in origine una pratica individuale e che la sua trasformazione in pratica collettiva sia stata del tutto incidentale (cfr Singh 2011: 266-267).

²⁴ "When I'm singing the shabd and I see the sangat sitted that is also connecting, this motivate me to do better and so to be more connected. So the more connected I am, the more the sangat is connected. That gives the motivation: the people are really listening when they close their eyes. You know the singing is somewhere in the heaven, in the atmosphere and they are connected with it. This is good because we feel it"

Ma l'importanza che i Gurū sikh attribuiscono all'ascolto è, se non esclusivo²⁵, un elemento distintivo della filosofia sikh. Se dovessimo fare un parallelismo tra il ruolo della musica rispetto alla parola e il ruolo del canto rispetto all'ascolto, direi che *śabad kīrtan*, oltre a essere centrato sulla parola, è centrato sull'ascolto.

Il Gurū dice che una persona che ascolta è tre volte migliore di una che canta perché tutta la sua concentrazione è sull'ascolto²⁶ (Rishipal Singh, intervista settembre 2016).

Come esecutori siamo più centrati e concentrati sulla presentazione, sull'intonazione musicale, sulla composizione, sull'accuratezza della composizione e della pronuncia, sull'originalità del messaggio divino. Penso che quando eseguiamo una performance siamo un po' lontani dal divino perché l'esecutore deve concentrarsi sullo stato del pubblico e sulle sue abilità. Ma quando ascoltiamo, siamo liberi da queste formalità e semplicemente ci piace ascoltare, apprezzare le sue lodi. Penso che la benedizione di *Akal Purakh*, dell'Onnipotente, ci si mostra di più quando ascoltiamo. Quando eseguiamo va bene, ma la nostra mente è distratta anche dalla presentazione²⁷ (Kavaljit Singh, Intervista presso Punjabi University, India gennaio 2015).

Sia il cantante che l'ascoltatore sono liberati, quando come *Gurmukh*, bevono nel Nome del Signore, anche solo per un istante ||1||²⁸ (SGGS: 1336).

Se in questa centralità dell'ascolto il sikhismo può essere paragonato all'islam (Becker 2004: 81-82) dal quale certamente ha subito delle influenze (Mandair 2013: 17; Singh 2011: 266) il concetto di equilibrio aiuta a trovare un piccolo filo rosso nell'osservazione di come si esprime l'esperienza di unione presso la comunità sikh. Fino ad ora ho applicato il concetto di *sahaj* come messa in relazione di elementi contrapposti, secondo un generale orientamento all'equilibrio e alla misura, nell'ambito dell'oggetto musicale (poesia-musica) che trova la sua esplicitazione nella forma del canto o poesia cantata. Pensando ad altre tradizioni di esperienze estatiche, come per

²⁵ La studiosa Judith Becker parla dell'Islam come della religione dell'ascolto. (cfr Becker 2004: 81-82).

²⁶ "Gurū says that a person who is listener is three times better than a person who is singing because all his concentration is on listening."

²⁷ As performers we are more centered and our concentration goes more to the presentation, musical tuning, the composition, the accuracy of the composition, the accuracy of the pronunciation, the originality of the divine message. I think when we are performing we are a little bit away from the divine because the performer has to keep in mind the state of the audience and his ability. But while we are listening we are free from these formalities and we just love to listen, admire his praises and I think that the blessing of the Akal purkh, Almighty shows us more when we are listening. When we are just performing it is good but our mind is diverted to the presentation also.

²⁸ "Both the singer and the listener are liberated, when, as Gurmukh, they drink in the Lord's Name, even for an instant".

esempio il sufismo della musica *qawwali*, una delle prime cose che ha suscitato il mio stupore è la moderazione dei sikh sia nella musica che nella gestualità.

Cosa si può dire a proposito degli effetti della pratica performativa? Si può estendere il concetto di *sahaj* anche all'esperienza estetica? Come si inserisce *śabad kīrtan* nella generale teoria estetica indiana del *rāga-rasa*?

2.7 L'esperienza estetica di *Amrit rasa*

Nel *Śrī Gurū Granth Sāhib* si usa spesso il termine *rasa*, succo, gusto, essenza, con riferimento esplicito agli effetti del canto di *śabad kīrtan*. Secondo la tradizione indiana il *rasa* è l'esperienza estetica psico-emotiva (Protopapas 2013: 72), vissuta in seguito a degli stimoli emozionali detti *bhāva*. Alcuni autori definiscono i *rasa* come emozioni impersonali e i *bhāva* come emozioni personali:

Il fatto è che, a teatro, l'esperienza dei *bhāva* è purificata da ogni sentimento egoistico al nostro "io" limitato; è un'esperienza, per così dire, disinteressata, e per questo è causa di piacere. I *rasa* ("sapori") sono appunto i *bhāva* divenuti oggetto di piacere estetico (Mazzarino 1983: XV-XVII).

La teoria estetica indiana si origina da una concezione dell'arte prettamente spirituale dalla valenza trasformativa e catartica assimilabile alla tragedia greca.

Sperimentare il *rasa* nell'arte corrisponde a sperimentare uno stato mistico. Su questo principio poggia tutta la ragione d'essere dell'arte indiana e le sue regole sono quelle su cui sono costruite tutte le sue forme [...]. Da questo si può dedurre che lo scopo dell'arte non è l'oggetto, ma lo stato che ne deriva: un'ottica diametralmente opposta a quella della concezione moderna occidentale (Saterini 2013: 46)

La tradizione musicale di *śabad kīrtan*, considerato l'esplicito intento devozionale, mostra espressamente le qualità trasformative in essa racchiuse.

Le diverse canzoni, melodie, ritmi sono falsi.

Intrappolate dalle tre qualità, le persone vanno e vengono, lontane dal Signore.

Nella dualità il dolore della loro mente diabolica non li abbandona.

Ma il *Gurmukh* si libera prendendo la medicina, e cantando le lodi gloriose del Signore²⁹
(SGGS: 832).

Il canto è inteso come “medicina” in grado di riportare la persona al vero e unico senso di realtà che è quello dell’unione nella separazione o *sahaj*. *Śabad kīrtan* si inserisce così nella teoria *rāga-rasa* introducendo un nuovo *rasa* che corrisponde a quel senso di trasporto ed estasi a seguito dell’esperienza di unione con il divino e che in altre tradizioni prende il nome generico di *bhakti rasa*. Negli inni dei Gurū il nuovo *rasa* è definito *amrit* (nettare) *rasa* (Mansukhani 1982: 52), ovvero l’effetto dell’interiorizzazione del canto del nome di Dio, indicato a volte come *Nām* a volte come *Har*. Il *rasa* stesso a volte prende il nome anche di *Nām* o *Har rasa*, ma per comodità lo indico solo come *amrit rasa*.

Ascoltando il nome del Signore, il Signore che tutto pervade, la mia mente è ricoperta di gioia.
Il nome del Signore, Har. Har è nettare d’ambrosia, l’essenza più dolce e sublime;
attraverso gli insegnamenti del Gurū, bevila con equilibrio intuitivo ||1||Pausa||³⁰ (SGGS: 1323).

Nella tabella 12 sono elencati gli 8 *rasa* descritti dal trattato principale della tradizione scenica indiana, il *Nāṭyaśāstra* di Bharata Muni (datato tra il 200 B.C.E. e il 200 C.E.), ai quali è stato aggiunto il nono (*śānta*) indicato in epoca successiva (fine del XI secolo) dal teorico Abhinavagupta. Secondo Mansukhani, i Gurū, pur mantenendo l’*amrit rasa* come fine ultimo e principale di *śabad kīrtan*, utilizzano altri tre *rasa* fra quelli elencati: *śṛṅgāra*, amore, *vīra*, eroismo, *śānta*, pace, arricchendo di sfumature la descrizione del cammino spirituale.

²⁹ “The various songs, tunes and rhythms are false. / Trapped by the three qualities, people come and go, far from the Lord. / In duality, the pain of their evil-mindedness does not leave them. / But the Gurmukh is emancipated by taking the medicine, and singing the Glorious Praises of the lord”.

³⁰ “Hearing the Name of the Lord, the All-pervading Lord, my mind is drenched with joy.
The Name of the Lord, Har, Har, is Ambrosial Nectar, the most Sweet and Sublime Essence; through the Gurū’s Teachings, drink it in with intuitive ease”.

	Nome del rasa	Traduzione in italiano
01	<i>śṛiṅgāra</i>	amore
02	<i>hāsya</i>	comicità
03	<i>karuṇa</i>	compassione
04	<i>raudra</i>	ira
05	<i>vīra</i>	eroismo
06	<i>bhayānaka</i>	terrore
07	<i>bībhatsa</i>	disgusto
08	<i>adbhuta</i>	stupore
09	<i>śānta</i>	pace
10	<i>nām o amrit</i>	devozione

Tabella 12. I *rasa* indicati nel *Nāṭyaśāstra* più quello indicato da Abhinavagupta (9) e il *rasa* (10) indicato nel *Srī Gurū Granth Sāhib*. (Singh Lallie 2012)

Lo scopo del canto devozionale dei sikh è l'autorealizzazione spirituale senza fare una distinzione fra chi canta e chi ascolta, ma privilegiando, come abbiamo visto, l'ascolto interiore. In questo senso i Gurū utilizzano il sincretismo non solo a livello linguistico, ma lo estendono anche a quello musicale attingendo sia dalla tradizione di musica sacra che profana. F. Cassio precisa, infatti, che il *Gurmat Sangīt*, la musicologia sikh, rappresenta l'unico caso in cui tutte e tre le categorie della musica indiana si combinano insieme (Cassio 2011: 324). Queste tre categorie corrispondono alla musica di intrattenimento che si suddivide in popolare, *Deśi*, e di corte *Śastriya*, e la musica sacra, *Margiya*, il cui fine è la liberazione spirituale.

Ma cosa significa *rāga-rasa*? Come lo si deve interpretare?

Secondo Perinu la tradizione musicale indiana intende il binomio *rāga-rasa* come un tutt'uno: esso “non risulta dalla semplice giustapposizione di due elementi complementari, ma costituisce un tutto unico e inscindibile”. Lo studioso spiega che nonostante sia ovvio che il fatto musicale possa essere studiato separatamente da quello emotivo, la prospettiva indiana concepisce il *rasa* come

l'elemento che garantisce alla musica la sua stessa vitalità estetica. Il termine indica inequivocabilmente la reazione affettiva che la musica suscita, senza la quale non avrebbe neppure senso parlare di musica. Ciò significa che, mentre il *rāga* rappresenta la potenzialità di tingere insita in un determinato nucleo musicale, il *rasa* ne garantisce l'attuazione, in quanto modo in cui l'effetto musicale si manifesta ed effetto musicale ad un tempo (Perinu 1982: 76).

L'autore precisa che la teoria dei *rasa* è nata in ambito drammaturgico consentendo una descrizione dettagliata di ogni *rasa* adatta alla rappresentazione scenica, mentre in ambito musicale l'associazione di un *rāga* a delle precise e ricorrenti emozioni risulta una semplificazione non condivisa nemmeno dall'attuale musicologia indiana. “L'evoluzione del *rasa* nel campo musicale, dunque, ha attraversato tre fasi: quella dell'immissione, quella dello sviluppo, quella dell'estromissione” (Perinu 1982: 76).

A questo proposito altri studiosi sostituiscono la teoria *un rāga-un'emozione* con la teoria *un rāga-più emozioni* (Linden 2011: 390; cfr. Singh Lallie 2012). Come si può interpretare in senso musicale l'*amrit rasa* evocato dallo *śabad kīrtan*? Come si relaziona con gli altri *rasa* utilizzati dai Gurū?

Lo studioso e musicista Bhai Baldeep Singh ipotizza che lo scopo specifico di *śabad kīrtan*, volto a suscitare un'esperienza spirituale, sia proprio ciò che lo rende unico:

Gurbānī kīrtan, forse, è diverso perché è cantato diversamente - non diversamente in senso musicale - ma con un atteggiamento del tutto diverso da quello che si ritrova in altri generi musicali. *Gurbānī kīrtan* non solo rende una persona un grande musicista (*sangītaya*) ma un saggio, un santo!³¹ (Singh 2011: 248).

Lo studio degli effetti e dell'esperienza estetica indotti dalla musica sikh da un lato deve porsi la questione dell'atteggiamento e della predisposizione, *citt*, e dall'altro deve considerare la presenza di assoluto rilievo dei testi. Uno degli argomenti addotti nello studio di Singh Lallie (2012) per confutare la teoria *un rāga - un'emozione* è stato verificare la presenza di diversi *rasa* espressi dai testi degli inni all'interno di uno stesso *rāga* con cui è indicizzato il libro sacro. La parola in quanto composizione poetica non solo espande gli effetti associati ad un unico *rāga*, ma conferisce al concetto di *rasa* una nuova connotazione. Il *rasa*, infatti, non si limita solo al campo delle emozioni e dei sentimenti, ma si estende anche a quello della comprensione. In quest'ottica *śabad kīrtan* agisce sia sulla sfera della sensibilità che su quella dell'intelletto. L'esperienza estetica conduce ad una nuova comprensione della realtà, che a sua volta si ripercuote sul sentire nei termini dello stato di *sahaj*. Come il binomio poesia-musica è in relazione continua in *śabad kīrtan* così la sensibilità e la comprensione sottesi a questo binomio sono coinvolti in un continuo e reciproco scambio. *Amrit ras* è l'esperienza estetica della conoscenza del principio di unità della realtà, sia fisica che trascendente, e la sua definizione di nettare racchiude il carattere di estrema soddisfazione e pace dei sensi di questa esperienza. Lo stato di *sahaj* è, quindi, il risultato della compresenza

³¹ “*Gurbānī kīrtan* is different perhaps because it is sung idfferently – not differently musically – but with an altogether different attitude from that found in other music. *Gurbānī kīrtan* does not merely make a person a great musician (*sangītaya*) but a sage, a saint!”

dell'aspetto sensibile, emotivo, e dell'aspetto intellettuale, vissuto in totale spontaneità ed equilibrio. La stessa intercambiabilità dei termini *amrit* e *Nām* denota l'estrema vicinanza tra i due aspetti nella filosofia sikh. L'esperienza trasformativa si verifica su diversi piani dicotomici (concettuale-emotivo; fisico-spirituale; interiore-esteriore) e consiste proprio nell'aprirne e sfumarne i confini.

La parola poetica assume un doppio ruolo: da un lato si pone come guida che limita e dirige l'utilizzo della musica nel senso dell'appropriato di Benamou³², dall'altro espande gli effetti del canto alla coscienza e all'intelletto.

Il *rasa* è anche una facoltà che può essere appresa e sviluppata: “Esiste in India un tipo di ascoltatori detti *rasika*, in grado di apprezzare nei minimi particolari quegli aspetti dell'esecuzione concertistica che hanno a che fare con il *rasa*” (Anselmi 2010: 299). Il ruolo della memorizzazione attraverso la ripetizione diviene fondamentale: l'esecutore ha bisogno di immergersi totalmente e di lasciarsi penetrare dal *rāga* così da essere in grado di esprimere al meglio l'effetto associato. “[quando canti a memoria] si è impregnato realmente nelle tue ossa e nel tuo midollo”³³ (Benamou 2010: 102).

Nell'ambito della ricerca sul rapporto tra musica ed emozioni sono state elaborate diverse teorie per individuare diversi fattori di influenza in grado di evocare un certo effetto, fra cui:

- la memoria, la personalità e la cultura dell'ascoltatore (Wieczorkowska 2010);
- gli aspetti psicofisici come: tempo; contorno melodico; complessità melodica, ritmica e armonica; articolazione; dinamiche; consonanza/dissonanza; registro di frequenza; timbro; ma anche le reazioni all'eccitamento e le variazioni di valutazione estetica (Balkwill & Thompson 1999: 43-45);
- il ritmo (Hevner 1936)
- un gruppo di note che evoca suoni della natura creando una profonda empatia psicologica (Raffé 1952: 113);
- la frequenza delle note della scala di un *rāga* e/o le frasi caratteristiche (Yardi & Chew 2004: 2; Perinu 1982: 77);

Per la musica indiana non tutti i fattori elencati sono significativi:

³² “Rasa in the sense of “understanding” depends on a knowledge of what is appropriate in a given musical situation. [...] This is why it is misleading to contrast rules or analysis with rasa: many rules are made for the express purpose of bringing out the appropriate affect” (Benamou 2010: 105-106)

³³ “[when you sing from memory] it has soaked into your very bones and marrow”

Per esempio la definizione strutturale di un *rāga* non esprime mai il tempo, la complessità ritmica o la valutazione estetica- tutte caratteristiche evocative vitali per l'emozione/umore³⁴
(Singh Lallie 2012: 189).

In *śabad kīrtan* le indicazioni generali rispetto alla musica, affinché sostenga il testo ed esprima il sentimento di trasporto mistico, sono quelle di limitare il virtuosismo e le ornamentazioni.

La melodia e il ritmo non devono negare o sminuire il testo, ma piuttosto essere in sintonia con il significato del testo, e rafforzarlo³⁵ (Kaur 2011: 308).

Le improvvisazioni, *alāp*, sono limitate e, comunque, pertinenti all'intento di creare uno stato meditativo e raccolto. Sono sconsigliate le rapide successioni di note, *tan*, così come i solfeggi, *sargam*. La scelta del ritmo deve essere consona alla corretta comprensione del testo: non troppo veloce, né troppo lento. Come già accennato la prosodia del testo fornisce un riferimento importante rispetto alla scelta migliore. In ogni caso tutte queste sono indicazioni di massima che non sempre vengono rispettate. La capacità di dosare gli elementi melodici e ritmici deriva dall'esperienza e dalla profonda comprensione del testo. Senza dimenticare, come già accennato, che le attuali esecuzioni di *śabad kīrtan* sono le più svariate e non è raro trovare casi in cui viene dato spazio a virtuosismi musicali: si trovano esempi fra i numerosi cd o i video disponibili in rete. Inoltre nonostante quanto affermato e ribadito rispetto all'importanza del testo è doveroso aggiungere che la musica esercita, comunque, un grande potere espressivo che consente di superare il problema linguistico ed esperire l'emozione (Towsend 2011: 220).

Quali sono i principi formali adottati dai musicisti del tempio di Odivelas per raggiungere lo stato di *sahaj*? Nel prossimo capitolo descrivo il contesto del lavoro di campo e analizzo il ruolo della musica nelle attività del tempio.

³⁴ “For example the structural definition of a raga never states the tempo, the rhythmic complexity or the aesthetic evaluation- all vital emotion/mood- evoking characteristic.”

³⁵ “The melody and rhythm should not negate or overpower the text, but rather, be consonant with the textual meaning, and reinforce it.”

CAPITOLO 3: *Seva*, il servizio disinteressato

3.1 Il binomio io-l'altro

In questo capitolo focalizzo la mia attenzione sul binomio di opposti io/l'altro in relazione alla parola cantata e pronunciata. Riprendo alcune considerazioni fatte a proposito della simbiosi tra ascoltatore ed esecutore in una performance di *śabad kīrtan* e lo sviluppo cercando di dare maggior risalto al contesto della mia indagine.

I sikh sono una comunità religiosa che ha subito una forte migrazione dal paese di origine fin dal 1849, con la caduta dell'impero sikh del Khalistan, ma soprattutto negli anni 60, poco dopo la suddivisione del Punjab. Cosa significa per un sikh cantare *śabad kīrtan* in un paese lontano e totalmente differente da quello di origine? Come vive la comunità sikh di Odivelas la propria condizione di emigrante? In che termini si può parlare dell'inserimento di questa comunità nell'ambito socio-culturale del Portogallo?

Per un sikh, come già abbiamo visto a proposito della relazione ascoltatore-esecutore, la *sangat*, la comunità, è fondamentale. Durante la performance l'esecutore pone l'intenzione di elevare non solo la propria consapevolezza, ma anche quella dell'assemblea dei partecipanti, per entrare insieme nello stato di fusione della realtà. Il concetto di unione con Dio non è limitato al livello individuale e trascendente: i sikh credono in un Dio contemporaneamente trascendente e immanente, che si trova dappertutto. La fusione, perciò, è totale e comprende sia tutto ciò che appartiene alla realtà fisica percepibile attraverso i sensi, come le persone e le cose, sia la realtà trascendente. Lo stato di *sahaj* si manifesta come uno stato della mente non esclusivamente in senso estatico e ascetico, ma anche nella concretezza delle azioni e degli stili di vita. I Guru sikh hanno predicato la via dei capifamiglia, cioè di persone che coltivano la propria spiritualità vivendo pienamente nel mondo e non allontanandosene. L'equilibrio dello stato di *sahaj* (vedi tabella 3) si caratterizza per il non attaccamento al mondo dei sensi, che è molto diverso dal suo rifiuto. Vivere la gioia dei sensi senza esserne travolti significa accogliere la legge di impermanenza ed essere totalmente presenti nel qui e ora, con la consapevolezza dell'infinito divino racchiuso in ogni aspetto dell'esistente. L'orecchio interno, o predisposizione, che accomuna l'ascoltatore e l'esecutore permette loro di andare oltre l'attività o la passività del canto e sentirsi uniti nello stato di *sahaj*. Nel capitolo 1 ho parlato di *Nām simran*, ripetizione del nome, come di una sintonizzazione della mente che permette di aprirsi e fare esperienza dell'altro-da-sé.

Come si evince dall'analisi, l'apertura e l'incontro con l'altro, in una performance di *śabad kīrtan*, è un'esperienza che si colloca a metà tra interiore ed esteriore. Il canto collettivo in forma di

domanda e risposta si configura come una rappresentazione simbolica dello scambio continuo tra interno ed esterno osservabile nelle dinamiche tra esecutori e pubblico e tra gli stessi esecutori. Nella vita comunitaria dei sikh, invece, assume una manifestazione prettamente esteriore ed attiva e costituisce un passaggio fondamentale nel processo di trasformazione dell'ego per raggiungere la liberazione. I sikh coltivano il principio di vita attiva e di comunità attraverso il *seva*, servizio disinteressato, che è una delle tre forme del ricordo del nome, *Nām simran*, come indicato al capitolo 1. Cosa significa ricordare il *Nām* mentre si svolge un'attività? Di che attività si tratta? Il *seva* si svolge in un luogo specifico? Prima di descrivere le azioni in sé, le contestualizzo prendendo in esame in modo più approfondito l'architettura del tempio sikh, strettamente legata alla sua funzionalità.

3.2 La vita al gurdwārā: l'individuo e la comunità una simbiosi attiva

Il *gurdwārā*, tempio sikh, è un luogo di culto e di incontro, ma anche di attività. La sua architettura non ha degli specifici obblighi estetici o strutturali, ma pur nelle innumerevoli varianti, mantiene la suddivisione degli spazi che rispecchia la filosofia e i valori sikh.



Figura 21. Ingresso del *Gurdwārā Sikh Sangat Sāhib*, il tempio sikh di Odivelas.

In tutti i templi vi sono due luoghi specifici:

1. *Darbar*, la sala principale in cui è collocato il libro sacro e dove l'assemblea dei devoti può riunirsi per ascoltare il canto o la recitazione o la spiegazione delle sacre scritture. Solitamente il libro è collocato su un trono o su un palco rialzato rispetto a dove stanno i devoti;
2. *Langar*, la sala adibita a cucina e refettorio, dove si prepara e si offre il cibo a chiunque entri nel tempio.

Un ulteriore simbolo comune a tutti i templi è la bandiera sacra dei sikh, *nishan sahib*, su cui è raffigurato il simbolo del *sikhismo* formato da due scimitarre, un pugnale a doppio taglio e un disco, e che rappresenta il potere creativo universale.

Vi possono essere poi altri spazi come biblioteche, sale per l'insegnamento, alloggi per i visitatori. La principale idea sottesa è che il tempio sia luogo del cibo sia per l'anima che per il corpo, secondo una concezione pragmatica della spiritualità. A questo proposito Marco Restelli, in un'intervista rilasciata a radio3 nell'aprile del 2014, ha definito la religione sikh come una "religione del fare", e non solo del libro (vedi capitolo 1).

Il *gurdwārā*, tempio, di Odivelas, come in parte ho già accennato, è un edificio industriale di tre piani, che la comunità sikh di Lisbona ha acquistato nel 2010. La distribuzione degli spazi nei rispettivi piani è la seguente:

Al terzo piano si trovano:

1. il *darbar*, la sala principale, con al centro sul fondo il trono su cui è collocato il libro sacro e, alla sua destra, il palco dove si esibiscono i musicisti per *śabad kīrtan*.
2. una stanza dove il libro sacro viene portato durante la notte;
3. una stanza di servizio usata come guardaroba per libri, strumenti e decorazioni;
4. una stanza adibita a museo della storia dei sikh ancora in allestimento e usata anche come sala di insegnamento di *gurmukhi* (alfabeto sikh) e musica.

Al secondo piano vi sono:

1. un ufficio dove si ricevono eventuali ospiti o visitatori;
2. gli alloggi dei residenti: i musicisti e il gestore del tempio, il *granthi*;
3. uno o due alloggi per gli eventuali visitatori.
4. un negozio di beni alimentari che possono essere acquistati in forma di donazione al tempio;

Al primo piano:

1. la cucina;
2. il refettorio comunitario, dove tutti si siedono a terra lungo delle linee e ricevono il cibo;

3. i bagni;
4. due stanze in cui si lasciano le scarpe;

Durante le mie frequentazioni del tempio di Odivelas ho potuto osservare lo svolgersi della vita della comunità in diversi momenti. Le lezioni di *śabad kīrtan* sono il sabato pomeriggio (nel periodo estivo si svolgono, invece, quotidianamente), un giorno molto movimentato in vista della cerimonia della domenica. Varcato il cancello bisogna attenersi ad alcune regole in segno di rispetto della sacralità del luogo: si spogliano le scarpe, si sciacquano mani e piedi, ci si copre il capo. Si entra nel refettorio dove, spesso, un gruppo di persone sedute per terra si accinge alla preparazione delle verdure per il pranzo del giorno dopo: a volte sbucciano una innumerevole quantità di cipolle, a volte tagliano melanzane o patate; altre persone vanno e vengono dalla cucina tra pentole fumanti e sacchi di riso; qualcun altro pulisce i pavimenti o lava i piatti. A volte chiacchierano, altre cantano, altre ancora ascoltano *śabad kīrtan* o la recitazione del libro sacro dal televisore collocato nella sala.



Figura 22. Refettorio del *gurdwārā* di Odivelas durante il momento del pranzo della domenica. Il televisore è collegato da una telecamera posta nella sala principale così che i devoti possano seguire le funzioni anche durante il lavoro.

Ognuna di queste persone sta dedicando il suo tempo e il suo lavoro alla comunità. Anche gli insegnanti di musica o di lingua *gurmukhi* sono volontari: nonostante la mia richiesta di contribuire economicamente alle lezioni mi è stato sempre risposto che non era necessario perché “questo è *seva* e funziona così”.

Il servizio che i sikh prestano, per essere considerato *seva*, deve essere eseguito secondo delle condizioni prestabilite, che sono: 1) senza desiderio; 2) con franchezza; 3) con umiltà; 4) con intenzione pura; 5) con sincerità; 6) con completo altruismo¹.

Secondo la filosofia sikh vi sono 3 modi per svolgere *seva*:

1. il **lavoro fisico**: in un certo senso i sikh danno dignità e santificano il lavoro, per cui ogni tipo di lavoro è un'opportunità per fare *seva*. Nel tempio di Odivelas vi sono opportunità quotidiane di prestazione di servizio, come il lavoro di cucina per la preparazione dei pasti che sono serviti ogni giorno a qualsiasi persona si presenti al tempio; la pulizia degli ambienti e degli utensili; il cambio e la pulizia delle decorazioni che adornano la sala e il trono del libro sacro. Nel periodo estivo ho assistito anche a grandi lavori di manutenzione e ammodernamento del tempio: sono state cambiate le porte, dipinte le facciate, creata la pavimentazione del cortile adiacente all'edificio. Nei miei viaggi in metro mi è capitato di conversare con alcuni devoti e tutti mi hanno confermato con un sorriso che il lavoro che stavano svolgendo al tempio era puro *seva* e lo facevano nelle ore libere.
2. la **disposizione mentale di condivisione** sia delle proprie facoltà intellettuali e creative sia del proprio dolore e di quello dell'altro: la solidarietà e la sensibilità verso il benessere dell'altro costituiscono la base del principio comunitario. I sikh, in generale, mostrano un atteggiamento di grande disponibilità e accoglienza che ho potuto verificare anche attraverso la mia esperienza. L'insegnamento è una forma di condivisione di un sapere che da un lato aiuta la comunità a trasmettere i propri valori e, di conseguenza, a mantenere la propria identità, dall'altro permette allo studente di acquisire strumenti di conoscenza personale spendibile anche in altri ambiti.
3. la **donazione di beni materiali**: la comunità si regge sulle offerte e le donazioni dei suoi membri. Ogni persona che entra nella sala principale si reca di fronte al libro sacro per rendergli omaggio, si inginocchia portando la fronte a terra in segno di rispetto ed elargisce una donazione collocando del denaro in un forziere posto ai piedi del libro o lasciando del cibo acquistato al negozio interno al tempio che servirà per i pasti comunitari o delle stoffe decorative con cui si copre il libro.

I sikh sono invitati a rivolgere il proprio servizio volontario non solo verso la propria comunità religiosa, ma anche a quella esterna, sia presso istituzioni come ospedali o ospizi o altro, sia verso qualsiasi persona incontrata (cfr sikhwiki, 12/4/2017).

¹ In punjabi: nishkam; nishkapat; nimarta; hirda suddh; chit lae; vichon ap gavae. (<http://www.sikhwiki.org/index.php/Seva> consultato il 18 febbraio 2017)

Ho spiegato in cosa consiste il *seva* e con quali qualità interiori deve essere svolto: nel prossimo paragrafo evidenzierò come la musica intervenga nello svolgimento di un'azione.

3.3 Azioni cantate

L'attività di *seva*, abitualmente, è accompagnata dall'ascolto o dal canto di *śabad kīrtan*, canto devozionale. Il fatto di svolgere *seva* nel tempio facilita la presenza costante di musica sacra: sia eseguita dal vivo sia registrata e diffusa in tutti gli ambienti annessi. Nel tempio di Odivelas non è onnipresente come al Golden Temple, il tempio sikh di Amritsar (Punjab), dove si succedono esecuzioni dal vivo dall'alba fino all'inizio della notte, ma ha comunque una sua consistenza. In assenza delle esecuzioni del canto sacro, che, come già detto, nei giorni feriali avvengono solo la mattina presto e al tramonto, mentre la domenica anche verso il mezzogiorno, mi è capitato di ascoltare registrazioni o trasmissioni da canali radio e televisivi. Ma l'intonazione di canti sia individuali che in gruppo da parte delle persone che stanno svolgendo *seva* è ancora più abituale. Non necessariamente si tratta di canti strutturati: molto spesso si utilizza la formula *wahegurū* o *sat nām wahegurū*, essere supremo meraviglioso o vero nome dell'essere supremo meraviglioso. L'espressione utilizzata dai sikh per indicare il nome di Dio. (vedi capitolo 1 a proposito delle accezioni di *Nām*).

Nella formula più estesa, *sat nām wahegurū*, ancora una volta si nota la giustapposizione di termini fra loro sinonimi e intercambiabili per i quali rimando alla tabella 1a e 1b del capitolo 1. A volte la formula *wahegurū* è utilizzata in modo fugace: per esempio, nel pranzo della domenica, chi serve il cibo passa tra le file di persone sedute a terra, in attesa, dicendo cosa sta servendo e aggiungendo la parola *wahegurū* finale o anche *wahegurū -ji*, dove *ji* è un suffisso che significa rispetto e onorificenza, in un modo molto rapido e meccanico. Il tutto suona in italiano come “verdure, *wahegurū!*” “legumi, *wahegurū*” “pane, *wahegurū*”.

Dalle videoregistrazioni che ho effettuato durante la mia ricerca si osserva come nella sua forma cantata può assumere la struttura del canto congregazionale nello schema di domanda e risposta: una persona intona la melodia ripetendo *wahegurū* o *satnām wahegurū* più volte e le altre persone impegnate nel lavoro rispondono ripetendo la stessa melodia. Si tratta di melodie semplici dal ritmo regolare. Dal punto di vista etnomusicologico, credo sia un canto del tutto assimilabile alle diverse tradizioni di canti di lavoro. L'analisi di un frammento di questo canto mi permette di approfondire la riflessione in questo senso rendendo più chiaro il suo utilizzo durante il *seva*. La registrazione è stata effettuata un sabato pomeriggio nella cucina del tempio durante la preparazione

del pranzo del giorno successivo. Erano presenti 5 *sevadars*, le persone che svolgono *seva*, oltre ad Amarjit Singh che è, al momento, il responsabile della cucina del tempio.

3.4 Analisi di *wahegurū*

Il canto si è svolto in forma di domanda-risposta; il solista era Amarjit, gli altri ripetevano a volte tutti insieme a volte no, in base all'azione che stavano facendo. La porzione di video utilizzata ha una durata di circa 50 secondi. La prospettiva d'analisi si è avvalsa del concetto-chiave di sincronizzazione. In particolare il fenomeno fisico di coordinazione di azioni è stato inteso come una specifica forma di equilibrio dell'interazione tra io e l'altro. Per gli strumenti d'analisi utilizzati rimando alla descrizione dettagliata del prossimo capitolo.

Wahegurū

Canto durante il seva

The musical score consists of three systems, each with a vocal line and an accompaniment line. The lyrics are written below the notes.

System 1:
 Vocal: wa - he - e - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū
 Accompaniment: wa - he - e - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū

System 2:
 Vocal: wa - he - e - gu - rū wa - he - gu - rū wa - e - gu - rū - u
 Accompaniment: wa - he - e - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū

System 3:
 Vocal: w - a - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - e - gu - rū
 Accompaniment: w - a - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - e - gu - rū

13
wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū

14
wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū

15
wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū

16
wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū wa - he - gu - rū

Figura 23. Trascrizione del canto *wahegurū* durante il lavoro nella cucina del tempio.

3.4.1 Analisi testuale

Il termine *wahegurū* è l'espressione con cui i sikh indicano il nome di Dio. Anche se nel libro sacro appare poche volte, e solo nei poemi di *bhātt* Gayand, alcuni studiosi moderni² attribuiscono il termine già a Guru Nanak. La sua traduzione corrisponde a "Signore meraviglioso" e viene fatta a partire dalla scomposizione della parola in:

- *wah*, termine persiano usato per indicare meraviglia o ammirazione;

² cfr. Surinder Singh Sodhi http://globalsikhstudies.net/r_link/articles.htm (consultato il 19 giugno 2017)

- *gurū*, termine sanscrito che già ho tradotto come maestro spirituale (vedi capitolo 1), ma che acquista un ulteriore significato dalla scomposizione della parola in *gu*, oscurità spirituale, e *rū*, luce in grado di eliminare l'oscurità: un *gurū* è colui che elimina l'oscurità e porta la luce;

Bhai Gurdas, studioso sikh del XVI secolo, spiega l'origine e la sua funzione associando le consonanti alle iniziali dei nomi di Dio appartenenti alle diverse ere cosmiche, gli *yuga*:

1. W o V di Visnu, nella prima, *Satyuga*;
2. H di Hari nella seconda, *Dvaparyuga*;
3. R di Ram nella terza, *Tretayuga*;
4. G di Gobind nella quarta, l'attuale, *Kaliyuga*;

Secondo questa interpretazione la pronuncia di *wahegurū* unisce le quattro ere cosmiche che vengono, così, integrate dall'animo umano.

La parola è indicata anche come *gurmantra*, il mantra dato dal guru, e viene utilizzata in forma di ripetizione continua associata alla respirazione. Questo metodo verrà trattato e analizzato nel capitolo 5.

3.4.2 Analisi musicale

Il canto è in forma responsoriale ed è costituito da 4 moduli melodici (A, B,C,D) di durate diverse: in A e B il gurmantra è ripetuto 3 volte nello spazio di 2 battute e in C e D è ripetuto 4 volte in una sola battuta.

La scala utilizzata è quella di Do maggiore:

1. il tema A utilizza l'intervallo di terza maggiore ascendente e discendente a partire dal 5° grado;
2. il tema B utilizza un intervallo di quarta discendente; parte dal 1° grado dell'ottava superiore e discende zigzagando al 5°;
3. il tema C si sofferma sull'intervallo di seconda ascendente e discendente tra il 7° grado e il 6° per chiudere poi sul 5°;
4. il tema D utilizza l'intervallo di seconda ascendente e discendente, ma a partire dal 5° grado su cui chiude passando dal 3° grado.

Nella seguente figura di EAnalysis si possono osservare i diversi temi in rappresentazione grafica:

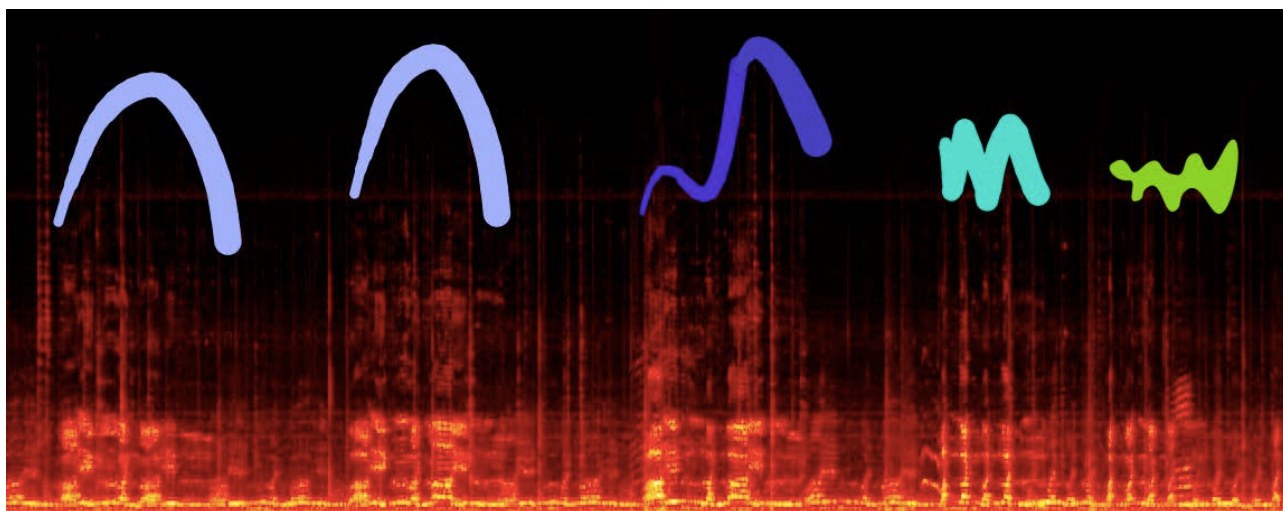


Figura 24. I contorni melodici dei 4 temi individuati nell'estratto analizzato.

Il ritmo è abbastanza regolare, semplice e piuttosto lento. Nei primi due temi si basa sulla cellula ritmica quarto-ottavo-ottavo-quarto, mentre nei temi C e D la cellula di base sono i sedicesimi.

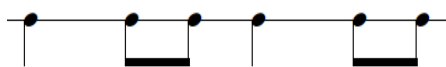


Figura 25. Cellula ritmica temi A e B



Figura 26. Cellula ritmica temi C e D

In generale sia il ritmo che la melodia intonati dal solista vengono rispettati e ripetuti nello stesso modo. Nell'estratto analizzato si nota una variazione tra la seconda battuta e la quarta. Il solista scende dal 7° grado al 5° per gradi congiunti per poi fare una cadenza dal 6° al 5°, mentre il coro risponde con un salto di terza (7°-5°), per poi tornare al 7° grado per gradi congiunti e fare una cadenza di nuovo con intervallo di terza. Questa variazione può essere interpretata semplicemente come non voluta, dettata dalla somiglianza delle melodie. Anche in altre parti della registrazione si nota come qualcuno fra i presenti si ostini a cantare il tema B in risposta al tema A intonato dal solista. Interpellati a proposito, i miei interlocutori mi hanno semplicemente risposto con un sorriso.

Nella trascrizione ho indicato solo le ornamentazioni principali. Ricordo che, come nel capitolo precedente, questi canti vengono intonati "scivolando" da una nota all'altra (glissando). In questo estratto vi è un momento di inflessione significativo effettuato dal solista alla battuta 6 sulla ultima *u* di *gurū*, tenuta lunga ed effettuando un *andolan*, un'oscillazione lenta tra 5° e 6° grado.

3.4.3 Analisi acustica

L'analisi acustica riguarda principalmente il timbro delle voci e la fonologia. La voce di Amarjit è una voce chiara e squillante. Nel canto si sente la potenza della voce piena, mentre le altre voci sono piuttosto sommesse e non molto chiare. Non tutti i *sevdar* rispondono e non sempre, per cui anche dal sonogramma si può vedere come lo spettro di frequenza delle risposte cambia, mentre si mantiene costante quello della domanda.

In corrispondenza delle vocali tenute si nota l'utilizzo del vibrato che si può nuovamente condurre all'idea della ricerca di un suono mobile, che oscilla attorno ad una nota principale.

Rispetto alla fonologia, la domanda che mi sono posta è la seguente: quale è la relazione tra articolazione e andamento del suono rispetto alle categorie di interno ed esterno? Mi limito in questa sede ad individuare un possibile andamento direzionale dei suoni rispetto all'apparato vocale, mentre rimando al capitolo 5 per un approfondimento sulle frequenze coinvolte insieme al movimento del respiro.

Nel *gurmantra* sono presenti quattro consonanti e tre vocali:

- *w* semivocale bilabiale seguita dal suono vocalico *a* che è il più aperto e grave;
- *h* consonante gutturale fricativa seguita dal suono vocalico *e*, aperto e acuto;
- *g* consonante gutturale sonora seguita dal suono vocalico *u*, grave e chiuso;
- *r* consonante dentale vibrante seguita dal suono vocalico *u*, grave e chiuso;

Secondo la fonologia il termine può essere suddiviso in due parti: una con suoni vocalici aperti (*wahe*) e una con suoni vocalici chiusi (*gurū*). Rispetto alla produzione delle consonanti si nota un andamento del suono dall'esterno verso l'interno in *wahe* e dall'interno verso l'esterno in *gurū*. La pronuncia del mantra stesso si ripropone come figura simbolica della relazione fra interno ed esterno intesa come spazio percorribile nei due sensi.

3.4.4 Analisi gestuale

L'analisi dei gesti è stata condotta secondo una prospettiva ritmica, studiando la relazione tra i movimenti delle persone presenti e il ritmo del canto. Ho proceduto come segue:

1. Con l'aiuto delle riprese video ho individuato un elenco di gesti effettuati dai singoli;
2. Ho assegnato una finestra ad ogni persona cosicchè i gesti potessero essere visualizzati sincronicamente e in forma immediata;
3. Ho evidenziato alcuni principi di relazione tra gesto e forma musicale;

I gesti sono complessi e costituiti da più parti; per effettuare l'analisi ho tenuto conto più della ripetizione di un movimento complesso che della sua qualità. I corpi sono piuttosto statici, l'azione è spostata sulle mani, lo sguardo prettamente rivolto all'azione in svolgimento.

Nell'immagine seguente si può vedere la finestra di lavoro di EAnalysis durante lo studio.

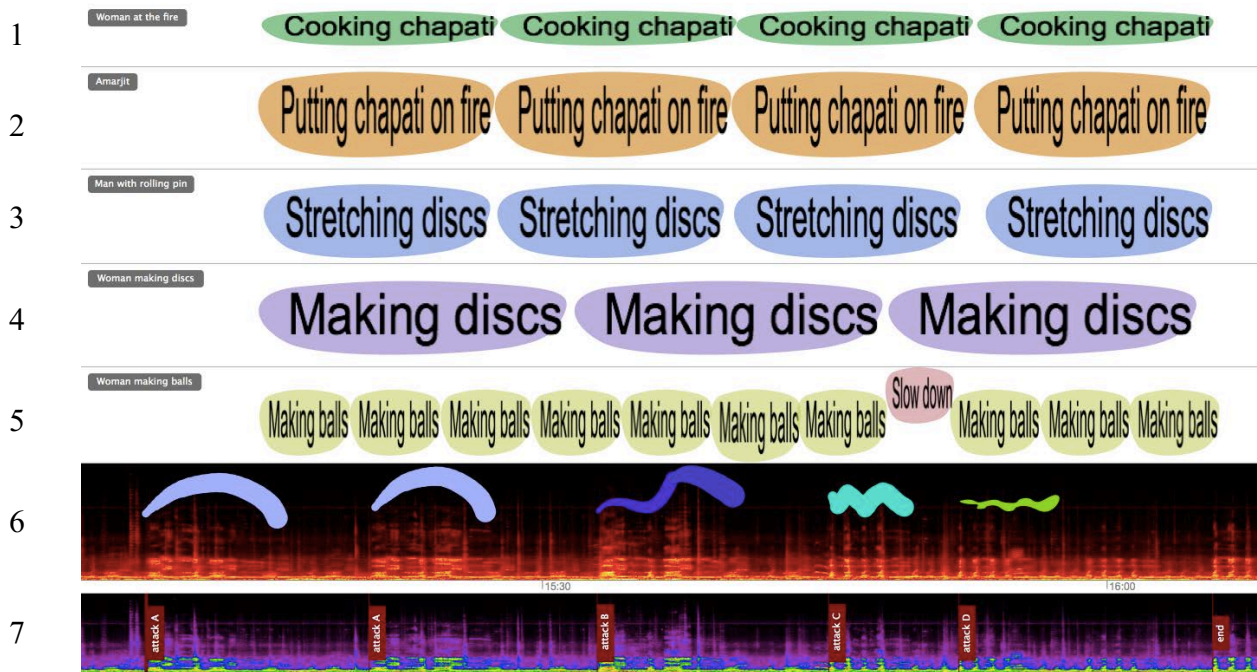


Figura 25. Finestra di lavoro di EAnalysis. I riquadri 1-5 indicano i gesti delle persone presenti e le volte in cui sono ripetuti. Gli ultimi due riquadri rappresentano il sonogramma su cui sono indicati rispettivamente i temi melodici (6) e gli attacchi (7).

Le persone presenti sulla scena sono 5; qui di seguito l'elenco dei loro gesti:

1. Donna che fa le palline:

- prende la pasta; la batte fra le mani girandola su se stessa; la appoggia.
- pausa per sistemarsi il copricapo;

Il movimento va dalla sua destra verso sinistra. Compie il gesto 10 volte con una leggera pausa per sistemarsi il velo dopo la settima ripetizione (minuto 15.47.10-15.52.19).

2. Donna che fa i dischi:

- prende una pallina; la schiaccia in un contenitore di farina; prende un'altra pallina e fa lo stesso; unisce i due dischi e li schiaccia ancora di più girandoli su se stessi; li separa; li appoggia;

Il movimento va dalla sua destra a sinistra. Durante l'estratto compie l'intero gesto 3 volte in modo continuo, senza pause né apparenti cambiamenti di durata del singolo gesto.

3. Uomo con il mattarello:

- prende il disco; lo stira con il mattarello leggermente; lo ripassa nella montagna di farina che ha di fronte; lo ristira con il mattarello alla grandezza giusta; lo appoggia;

Ripete il gesto 4 volte con un movimento dalla sua destra a sinistra.

4. Amarjit:

- prende il *chapati*, piadina, crudo, si pone di fronte al fornello rigirandolo sulle mani; sposta il *chapati*, piadina, dalla prima piastra alla seconda; appoggia sulla prima piastra il *chapati*, piadina, che ha in mano; si gira verso il bancone dietro di sé;

Il movimento di torsione è dalla sua sinistra verso destra; compie il gesto completo 4 volte.

5. Donna ai fornelli:

- prende il *chapati*, piadina, dalla seconda piastra, lo sposta sulla terza, lo rigira sulla terza schiacciandolo, lo sposta nel contenitore;

Il movimento va dalla sua sinistra verso destra; ripete il gesto 4 volte.



Figura 26 . Still da video di due riprese simultanee del momento del canto durante il lavoro nella cucina del tempio.

Come si può vedere dall'immagine i gesti elencati sono tra loro sincronizzati. Hanno una regolarità nella durata e solo una volta capita che vi sia un'interruzione (donna che fa le palline). Non si nota una relazione particolare con il cambio di ritmo che avviene nel canto: ogni movimento ha un suo proprio andamento e la relazione è più sottile. Si nota che l'esistenza di una pulsazione aiuta a mantenere una regolarità nella ripetizione, ma ogni gesto ha un suo proprio ritmo dettato dalla sua stessa natura. Il fatto che il lavoro si svolga in catena giustifica ancora di più la presenza di un canto che aiuti ad armonizzare un elemento con l'altro. Ogni persona è assorta in quel che fa, mantiene lo sguardo sull'azione e ha movimenti fluidi e continui. Lo studio dettagliato dei singoli movimenti che compongono i gesti complessi indicati potrebbe essere un campo di sviluppo dell'indagine atto ad individuare meglio gli indicatori delle emozioni degli attori.

3.5 Il ruolo del canto nel *seva*

Alla luce dell'analisi credo sia piuttosto calzante il parallelo tra i canti di lavoro e il canto durante il *seva*. Il canto di lavoro nasce da un'esigenza sia relativa alla mansione in sé (mantenere il ritmo, coordinare le azioni di gruppo) sia relativa allo stato d'animo del lavoratore (rendere il lavoro più sopportabile, canalizzare la propria rabbia o la propria tristezza). Allo stesso modo per i sikh il canto utilizzato nella forma del *gurmantra* costituisce un mezzo efficace per mantenersi fedeli alle qualità del *seva* come azione del tutto disinteressata e pura, elencate più sopra. La ripetizione continua aiuta il singolo a ricordarsi dell'atteggiamento e della predisposizione con cui affrontare la situazione che sta vivendo e che non sempre è fluida e facile, ma, anzi, proprio perché si tratta di un fare insieme ad altri, vi possono essere dei contrasti o degli imprevisti.

Come mantenersi in contatto con il divino nel momento in cui qualcuno rovescia una pentola? Come accogliere il pensiero di chi vuole pulire il pavimento gettando a terra un secchio d'acqua e di chi, invece, pensa sia meglio bagnare lo straccio e strizzarlo ogni volta?

Il semplice atto del cantare crea una disponibilità ad entrare in relazione con l'altro in modo disinteressato e accogliente, favorendo la condivisione e la comprensione durante il lavoro, e l'azione in generale. Per i sikh non è un canto qualsiasi: le parole cantate hanno un significato ben preciso e sono sacre. La melodia ed il ritmo, anche in questo contesto, "rivestono" il messaggio del testo e aiutano a interiorizzarne e integrarne l'informazione. Riprendendo il concetto di *Nām simran*, ricordo del nome, il canto permette di connettersi, in modo veloce e inequivocabile, alla memoria dell'esperienza sovrana di Gurū Nānak. Il messaggio fondamentale della realtà come Uno viene, così, rievocato dentro di sé e propiziato. L'apertura verso l'altro non implica necessariamente l'elusione di un conflitto: ho osservato, naturalmente, delle divergenze nella comunità, ma allo stesso tempo una grande disponibilità al dialogo e un tentativo di mantenere un equilibrio tra il personale e l'impersonale. Questo atteggiamento che definisco di non attaccamento proviene dalla forte moralità basata sull'uguaglianza e la fratellanza che il *sikhismo* professa. La condivisione, *vand ke chakna*, è uno dei 3 elementi fondamentali degli insegnamenti dei Gurū; gli altri due sono *Nām simran*, ricordo del nome, che sto trattando più approfonditamente, e *kirat karni*, il vivere come un capofamiglia, guadagnando dal proprio lavoro. Il *seva*, servizio disinteressato, è una pratica spirituale che permette alla psiche di riconoscere la natura divina dell'altro ed entrare nel processo di trasformazione di quell'aspetto definito egoico, giungendo all'esperienza dell'unità del reale. Per un sikh servire l'altro significa servire Dio, il quale si manifesta attraverso le sue creature.

Centra la tua cognizione sul *seva*, servizio disinteressato, e focalizza la tua consapevolezza sulla parola dello *śabad*

Sottomettendo il tuo ego, troverai una pace duratura, e il tuo attaccamento emotivo a maya sarà dissipato ||1||³ (SGGS: 110).

Il ricordo dell'esperienza primaria di unione con Dio è veicolata dal canto, ma più nel senso di detonatore di una predisposizione. Cantando si eseguono due operazioni contemporaneamente:

1. incarnazione del ricordo: la ripetizione eseguita con l'atto del cantare è una pratica di ricordo continuo;
2. esortazione al ricordo: il contenuto del testo (significato) si pone come metalinguaggio in grado di esercitare un'azione di autoregolazione. Ricordando si ricorda di ricordare: di conseguenza più si pratica il canto più ci si avvicina ad uno stato di ricordo costante, ovvero è più facile raggiungere l'esperienza mistica.

Il canto o la pronuncia di *wahegurū* o *satnām wahegurū* possono essere interpretati come vibrazioni informate, nel senso di melodie portatrici di un messaggio preciso. Nel contesto sikh il messaggio coincide con il racconto dell'esperienza mistica di unità del tutto. L'ascolto di *śabad kīrtan* o il canto di *wahegurū* durante il *seva* sono in grado di connettere chi ascolta o canta alla totalità degli insegnamenti racchiusi nel *Śrī Gurū Granth Sāhib*, il libro sacro. In altre parole si può dire che la mente si sintonizza sulla vibrazione cosmica, definita *anahat nād* o *anahat śabad* (vedi capitolo 1). Allo stesso modo anche l'atto del servire l'altro agisce sullo stato mentale permettendo di sperimentare il senso di fusione a livello esteriore. In questo senso, riprendendo l'apertura del capitolo rispetto al *seva* come pratica esteriore di *Nām simran*, si può parlare di una sorta di espansione, o meglio risonanza, dell'esperienza di fusione tra pensieri, parole, azioni. Ma il movimento di trasmissione dell'esperienza di unità con il tutto avviene nei due sensi: sia dall'interno verso l'esterno, ovvero da uno stato mentale al linguaggio e alle azioni, sia al contrario, dalle azioni allo stato mentale. Riconsiderando la particolarità della sovrapposizione tra esperienza in sé e il linguaggio atto alla sua comunicazione, che già si è incontrata nei termini (vedi tabella 1a e 1b), è qui ancora più evidente come vi sia una dinamica di reciprocità nel tentativo di mantenersi in contatto con il divino da parte dei sikh.

Questo corpo è addolcito dalla parola degli inni del Guru;
troverai pace facendo *seva* (servizio disinteressato);
Il mondo continua in un andirivieni di incarnazioni;
nel mezzo di questo mondo, fai *seva* (servizio disinteressato);

³ “Center your awareness on seva-selfless service-and focus your consciousness on the Word of the Shabad. / Subduing your ego, you shall find a lasting peace, and your emotional attachment to Maya will be dispelled”.

e ti verrà dato un posto d'onore alla corte del Signore;
dice Nanak agita le tue braccia per la gioia⁴ (SGGS: 25-26).

Lo stato di *sahaj* si pone, in questo contesto, come la capacità di mantenere la giusta distanza fra il sé e l'altro nel rispetto della diversità e, insieme, dell'uguaglianza. Una diversità di forma, che sottintende pensieri, storia, carattere, abitudini, cultura, religione, ma un'identica natura divina che accomuna ogni essere, animato e non, dell'universo. Secondo Singh Sodhi la *sangat*, comunità, è un mezzo di elevazione morale e spirituale, poiché offre l'opportunità di relazionarsi con l'altro e fare esperienza di servizio (Sodhi: 418). Anche nel libro sacro si dà molta importanza alla comunità e si parla della comunità dei santi come della scuola del Gurū dove si possono praticare le qualità divine (SGGS: 1136). Il senso di comunità dei sikh aiuta ad osservare il fenomeno di *sahaj* includendo il contesto e le persone presenti indipendentemente da chi raggiunge questo stato. La trasformazione dell'ego è in atto nel momento stesso in cui ci si rende disponibili (consapevolmente o no). Il contributo di ognuno è importante anche se in gradi diversi. Studiare la relazione significa mantenere l'osservazione in uno spazio di mezzo che non è il singolo o il gruppo, ma il gruppo-e-il-singolo e il-singolo-e-il-gruppo. Il concetto di accoppiamento strutturale, *structural coupling*, dei sistemi nervosi di cui parlano Maturana e Varela come fenomenologia di relazione tra organismi, può essere applicato alla visione sikh della spiritualità in senso pragmatico: l'idea di svolgere servizio disinteressato per giungere ad una nuova forma di conoscenza e grado di consapevolezza è del tutto assimilabile alle istanze dei due studiosi (Maturana e Varela 1987). Secondo i due studiosi le strutture degli organismi e i loro ambienti sono "accoppiati", *coupled*, interagiscono, per cui i processi cognitivi non possono prescindere dalle strutture della realtà che li ha generati e che, forse, si predispongono a mettere in dubbio. L'idea di interdipendenza sancita da queste riflessioni trova corrispondenza nel concetto di co-dipendenza buddhista al cui approfondimento Varela si è dedicato formulando il concetto di neurofenomenologia (Varela 1996). L'interrelazione tra percezione e azione assume il ruolo di oggetto di studio principale: come si esprime questa relazione nelle pratiche sociali? Quale è il ruolo della musica?

Nella relazione individuo-collettività la musica si costituisce come un veicolo di comunicazione e apertura in grado di creare uno spazio di incontro. Nella performance di *śabad kīrtan* si è vista la forte attenzione posta nei riguardi della risposta del pubblico da parte dell'esecutore, in un rapporto di mutualità e nell'espresso tentativo di condurre tutti i presenti alla possibilità di sperimentare lo stato di *sahaj*. Si potrebbe definire, con le parole dell'etnomusicologa J. Becker, che l'evento

⁴ "This body is softened with the Word of the Guru's Bani; / You shall find peace, doing seva (selfless service). / All the world continues coming and going in reincarnation. ||3|| In the midst of this world, do seva, / And you shall be given a place of honor in the Court of the Lord. / Says Nanak, swing your arms in joy!"

musicale costruisce un ambiente d'ascolto coordinante che avvolge tutti i partecipanti, unificandoli in una sola consapevolezza.

Gli ascoltatori di musica così come i musicisti subiscono un processo di apprendimento in cui imitano i gesti fisici e mentali che essenzialmente trasformano sia le loro strutture interne che le loro reazioni ad ogni cosa oltre i confini della loro pelle⁵ (Becker 2004: 124).

Allo stesso modo, per i sikh, la relazione così permeabile fra il fare e l'essere costituisce un punto centrale della pratica volta alla liberazione spirituale; ad essa si aggiungono il linguaggio e l'intercambiabilità dei termini tracciando una corrispondenza con il concetto di attuazione (enactment):

Come il linguaggio, l'emozione, il fare musica, entrare in trance è una messa in atto, non una rappresentazione nella mente. È un modo di essere-nel-mondo, non un modo di pensare-al-mondo⁶. (Becker 2004: 127).

Nell'azione del servizio disinteressato, *seva*, la musica è in grado di creare una sorta di linguaggio comune che ricorda reciprocamente ai partecipanti cosa stanno facendo e, soprattutto, con che atteggiamento lo devono fare perché possa essere definito tale. L'apertura verso l'altro attraverso delle pratiche sociali come quelle del *seva* trova un doppio stimolo: dall'azione in sé del fare insieme e dalla Secondo Freeman (2000) la musica, o meglio la sincronizzazione musicale, ha contribuito a costruire un senso di gruppo tra gli individui inducendo una fuga da quello che lo studioso definisce come "solipsismo del cervello" (Becker 2004: 153; Freeman 2000). Con questo termine intende identificare il fenomeno di rappresentazione della realtà come un costrutto mentale frutto di stimoli esterni che si mescolano con fattori interni legati alla personale storia dell'individuo. L'impossibilità di percepire il reale "così come è" è, dunque, superata dall'apertura all'altro che, secondo Freeman, la musica veicola.

Questo concetto può avere diverse applicazioni nel contesto sikh: l'autorealizzazione spirituale altro non è se non un essere-nel-mondo con verità, con la consapevolezza di "ciò che è realmente", senza condizionamenti e nella sua nudità. Il cammino di un sikh per raggiungere lo stato di *sahaj* passa attraverso la *sangat*, la comunità, dove si può sperimentare l'essere una cosa sola pur mantenendo la propria individualità. Durante il *seva*, a cui partecipano sia uomini che

⁵ "Music listeners as well as musician undergo a learning process in which they imitate physical and mental gestures that ultimately transform both their inner structures as well as their reactions to everything beyond the boundaries of their skins".

⁶ "Like languaging, like emotion, like musicking, trancing is an enactment, not a representation in the mind. It is a way of being-in-the-world, not a way of thinking about the world".

donne, sia giovani che vecchi, ogni individuo mantiene una sorta di autocontrollo: non vi sono schiamazzi o risate eccessive. Da un'osservazione esterna e a distanza prevale il principio di collaborazione e di funzionalità, ognuno svolge il proprio lavoro con un fare assorto eppure rilassato. La sensazione è quella di una macchina efficiente, fatta di gesti ben allenati e codificati, di chi è abituato a lavorare in gruppo. Si potrebbe definire un caos ordinato dal grande senso di responsabilità di tutti. La concentrazione e la presenza con cui viene svolto il lavoro induce la percezione chiara che le persone osservate siano consapevoli di non eseguire solamente un compito, ma di coltivare anche il proprio spirito. Lo stato di *sahaj* si raggiunge con la trasformazione del proprio ego apprendendo ad abitare uno spazio di mezzo tra l'io e l'altro, finito e infinito, pensiero ed emozione... nel quale l'estasi è canalizzata in azioni concrete. I caratteri esteriori dei sikh, dal modo di vestire ai vari simboli che utilizzano⁷, mostrano quanto sia forte il senso di identità e appartenenza alla propria fede religiosa. La piena funzionalità ed efficienza dei loro templi, inoltre, è un indice molto chiaro di un'alta partecipazione da parte dei devoti.

Tutto questo che vedi è stato fatto con i soldi della comunità (Sukhvinder Singh, comunicazione personale, 12 febbraio 2017).

Eppure il *sikhismo*, in generale e non solo in Portogallo, si distingue per essere una comunità molto accogliente: io stessa, come ho già affermato, ho sentito una grande disponibilità e una voglia di conoscere e farsi conoscere. Cosa si può dire, dunque, della loro condizione di immigrati? Come sono le relazioni tra la comunità sikh e il Portogallo e, nello specifico, la comunità di Odivelas?

3.6 La comunità fuori dal *gurdwārā*

L'emigrazione più recente dei sikh avviene a partire da metà degli anni ottanta, quando nel paese vi furono forti tensioni con il governo dell'India che hanno portato ad eventi sanguinosi e violenti. In Portogallo la presenza dei sikh è minima rispetto all'intera comunità indiana (10%) e, in generale, la maggior affluenza del flusso migratorio è coincisa con la richiesta di manodopera non qualificata che ha caratterizzato gli anni novanta e con la particolare politica di accoglienza che ha contraddistinto il Portogallo, in particolare dal 2007 (Myrvold 2012: 2). I lavori svolti sono,

⁷ Ricordo, fra gli altri, il turbante e le cinque *K*:

- *kes*, divieto di tagliare i capelli e i peli del corpo;
- *kangha*, piccolo pettine di legno che tiene fermi i capelli sotto il turbante;
- *kachera*, pantaloni larghi serrati alle ginocchia;
- *kara*, braccialetto di ferro;
- *kirpan*, pugnale.

soprattutto, nel campo della costruzione e dell'agricoltura, per gli uomini, e delle pulizie per le donne. Vi sono anche casi di imprenditorialità nella ristorazione e nella telefonia mobile.

Dalle persone che ho conosciuto frequentando il tempio, ho potuto verificare la presenza sia di famiglie ben integrate residenti sul territorio da 20-30 anni, sia di persone che vivono il Portogallo come un paese di passaggio, in cerca di migliori impieghi in paesi del nord Europa più ricchi, ma dove il conseguimento del permesso di soggiorno è molto più difficile.

Shiv Kumar Singh, docente di hindi presso la facoltà di lingue dell'Università di Lisbona, in una comunicazione personale mi ha confermato il fatto che il Portogallo sia solo un paese di passaggio, soprattutto dopo la crisi del 2008 a seguito della quale la ricerca di un impiego è sempre più ardua. Personalmente ho potuto osservare alcune dinamiche dell'immigrazione: nel piccolo gruppo di apprendimento di *śabad kīrtan* e in un lasso di tempo di pochi mesi, ho assistito al passaggio di diverse persone. Una ragazza la cui famiglia dopo due anni di residenza in Portogallo si è trasferita in Inghilterra; un ricongiungimento familiare tra una giovane donna in attesa del marito ancora residente in Punjab; Rishipal, l'insegnante di musica, mio interlocutore principale, che all'inizio del nuovo anno, si è trasferito in Italia.

Dalle mie osservazioni posso dire che i sikh, sia che siano in visita per pochi giorni, sia in attesa di un trasferimento, sia con l'intenzione di permanenza in Portogallo, riconoscono il tempio come un punto di riferimento in senso religioso, ma anche come appoggio per qualsiasi tipo di problema burocratico. Ranjit Singh, il *granthi*, gestore del tempio di Odivelas, afferma che il tempio si occupa di fornire assistenza di diverso tipo: dichiarazioni dell'identità religiosa sikh per i bambini sikh, così che sia loro assicurato il pasto vegetariano presso la mensa scolastica; altrettante dichiarazioni per chi fa domanda di cittadinanza o passaporto portoghese, affinché gli sia concesso di indossare il turbante nella foto; certificati e mediazioni per il riconoscimento di matrimoni tra sikh portoghesi da parte sia del governo indiano che di quello portoghese (Myrvold 2012: 6). Per quanto riguarda l'inserimento e l'integrazione della comunità sikh a Odivelas, nei sobborghi di Lisbona, le autorità locali affermano una piena collaborazione e dialogo da entrambe le parti che ha dato luogo ad un buon inserimento (comunicazione personale del presidente della Junta de Freguesia -comune- di Odivelas). Ciò nonostante segnalo il caso di un attacco al tempio, che in quell'epoca, 2005, era situato a Pontinha; il fatto che fosse condotto da persone appartenenti a vari gruppi etnici non specificati, fa pensare più ad ostilità politico religiose riconducibili alla storia dei sikh, come per esempio le complicate relazioni con hindu e musulmani⁸ (Bastos 2010: 291). Seguendo l'idea del trauma storico che caratterizza la comunità sikh, alcuni studiosi hanno dato una lettura del sostegno da parte dei sikh alla squadra del Portogallo negli Europei del 2004 avanzando

⁸ Si ricorda la cosiddetta operazione Blue Star del 1984 in cui persero la vita sia sikh che militari indiani.

l'ipotesi che i portoghesi "siano visti principalmente come un alter-ego", nel senso di gruppo piccolo e sfavorito che lotta contro i più forti e vince. Anche le tensioni sorte all'interno della comunità, per esempio nella gestione del tempio, sono analizzate nel contesto di dinamiche di frammentazione e competizione dovute alla mancanza di una minaccia esterna che fornisca un motivo di forte coesione. Nonostante il grande senso di comunità predicato dalla fede sikh si può verificare che "le differenziazioni intra-gruppali, che siano per casta, per condizioni socio-economiche, per origine regionale o per settarismo religioso, tendono a ricrearsi (Correia e Bastos 2006: 181). L'assolutizzazione del principio di uguaglianza è minacciata dai fatti e dalle pratiche⁹. Anche rispetto alla questione della parità dei sessi nella comunità sikh, uno degli emblemi del *sikhismo*, ci si scontra con la realtà dei fatti della cultura indiana, in cui, generalmente, prevale l'autorità maschile su quella femminile (cfr. Correia e Bastos 2006).

Ritornando alla questione dell'integrazione sul territorio portoghese, i sikh seguono la strategia di invisibilità (J. Bastos e S. Bastos 2000), per cui mantengono rapporti diplomatici con il paese ospitante e occidentalizzano il loro aspetto rinunciando o riducendo alcuni simboli religiosi come il turbante o il taglio dei capelli, ma contemporaneamente avviano un processo di rafforzamento dell'identità religiosa e culturale (Correia e Bastos 2006: 181). José Bastos riporta, infatti, un'espressione dei sikh in Portogallo: *Jessa desh, bessa desh*, nel paese degli altri, siamo come gli altri. Per quel che ho potuto osservare quasi tutti i giovani e, in generale, di sesso maschile non portano il turbante e vestono in modo occidentale, mentre è più facile vedere uomini di una certa età che mantengono chiaramente un aspetto tradizionale. Le donne tendono a vestire in modo tradizionale. L'occidentalizzazione è un fenomeno che ho, comunque, riscontrato anche in Punjab nei miei periodi di residenza tra il 2010 e il 2015.

Nelle mie frequentazioni del tempio spesso mi sono trovata ad essere l'unica occidentale presente; anche le coppie miste sono poco frequenti: posso dire di averne contate solamente due. Dai casi-studio riportati in Correia e Bastos 2006, si evince la forte preoccupazione per la messa in discussione di valori tradizionali, come l'autorità dei genitori rispetto alle frequentazioni dei figli, soprattutto in vista di possibili matrimoni, che potrebbero pregiudicare l'eventuale rientro in Punjab. In questo senso l'alta possibilità di emancipazione delle giovani donne, cresciute nel contesto portoghese, è vissuto come una vera minaccia all'idea di famiglia sikh. Le dinamiche sociali e culturali, quindi, da un lato minacciano la tradizione del *sikhismo* dall'altro pongono nuove questioni che esigono delle risposte sulla base dei suoi valori fondanti. Non è obiettivo di questo

⁹ Per tutto il tempo che ho frequentato il *gurdwārā* mi è stato ripetuto che non c'è nessuna differenza fra gli esseri umani, ma ho avvertito qualche malcontento non tanto da parte dei sikh quanto da parte di esponenti di altre sette religiose presenti a Lisbona, come i Ravidassia. Ma il mio tempo di osservazione è stato minimo e con un altro focus, per cui mi limito a riportare il fatto che potrebbe anche essere solo personale: uno studio sociologico più approfondito in questo senso è auspicabile.

studio affrontare tali questioni, ma posso fare una riflessione alla luce di quanto detto rispetto alla relazione io-l'altro.

Il cammino spirituale sikh si basa sul principio della realtà come Uno e il processo di raggiungimento di questa consapevolezza segue diversi gradi e si scontra con le resistenze dell'ego, sia personale che collettivo, che tende a far risaltare le differenze. L'accoglienza e la disponibilità che i sikh mostrano, attraverso l'offerta di cibo e la prontezza all'aiuto, è genericamente riconosciuta da chi si è trovato a frequentare questa comunità (Restelli 2013). D'altra parte se Dio è dappertutto e sempre, né il luogo né il momento sono così importanti per chi vuole vivere in uno stato di unione continua. Ogni luogo, ogni momento sono un'opportunità. Quando ho chiesto a Rishipal se ci fosse una differenza nell'eseguire *śabad kīrtan* in Portogallo e in India, mi ha risposto semplicemente che:

Gurbānī kīrtan è la stessa ovunque tu scegli di farla: in India o in Portogallo o in qualche altro paese. È solo il tuo sentimento, come canti *gurbānī*, come lo senti, come vuoi soddisfare il servizio di *kīrtan* dopo aver preso *l'ardās*, preghiere, di *Maharaj*, il grande re (Rishipal, intervista).

Ha poi aggiunto che in India ci sono più persone che frequentano il tempio soprattutto in settimana, mentre, in Portogallo, la maggior parte delle persone riescono a venire solo la domenica. Credo, inoltre, che i giovani sikh che si ritrovano al tempio a lavare i piatti tutte le domeniche praticano un intenso allenamento al servizio, anche se lo fanno per tradizione o abitudine. Nel libro sacro si afferma che anche la ripetizione meccanica del *Nām* può, poco a poco, essere integrata e trasformarsi in esperienza piena e consapevole.

In questo capitolo ho discusso dell'utilizzo del canto del nome di Dio, secondo i sikh, durante lo svolgimento di un lavoro. La componente musicale agisce in modo ampio: sia a livello fisico di coordinazione dei movimenti sia a livello psicologico come dispositivo del ricordo; in entrambi i casi si propone come modello strutturale da integrare: per esempio rispetto alla qualità di regolarità ritmica. Il concetto di integrazione introduce la riflessione su come lo stato interiore si esprime nelle pratiche. Nel prossimo capitolo presento l'analisi di una performance di *śabad kīrtan*, in quanto pratica sociale situata e partecipativa, in cui approfondisco il ruolo della musica in relazione alle intenzioni espressive.

Servi il Guru e fagli visita, mentre lavori mantieni il timore di Dio.

Mentre Lo servi, diverrai come Lui, poiché cammini in accordo alla sua volontà¹⁰ (SGGS: 549).

¹⁰ "Serve the Guru, and wait upon Him; as you work, maintain the Fear of God. / As you serve Him, you will become like Him, as you walk according to His Will".

CAPITOLO 4: Analisi di un brano di *śabad kīrtan*

4.1 Il principio di equilibrio organico

Una performance di *śabad kīrtan* si caratterizza per la ricerca di un'esperienza mistica sia collettiva che personale. Nel capitolo 2 ho individuato gli elementi costitutivi di questo evento musicale in termini di binomi contrapposti che entrano in relazione. In particolare al verificarsi dell'esperienza di connessione con Dio la relazione tra gli elementi è di perfetto equilibrio.

L'analisi si focalizza, perciò, sulle qualità formali e sulle questioni teoriche della psicologia delle emozioni al fine di verificare l'ipotesi di come la pratica musicale sia espressione di questo stato di equilibrio. Questo lavoro vuole essere un piccolo passo in direzione di una maggiore comprensione dell'esperienza estetica e trasformativa del *sahaj*, nelle sue diverse sfaccettature. Attraverso l'analisi cerco di rintracciare tratti osservabili dell'esperienza sovrana di unione del tutto, cantata da Gurū Nanak. Il tipo di equilibrio espresso dallo stato di *sahaj* è una particolare forma di distacco pur stando nella relazione: il concetto di interdipendenza in questo contesto assume un ruolo fondamentale, tanto che potrebbe essere definito come equilibrio organico. Trovare indicatori plausibili di questo stato non è facile, soprattutto a causa dell'impossibilità di darne una definizione univoca e razionale. In questo senso l'incrocio dei dati è stato necessario per comprendere più nel dettaglio le forme di espressione di questo stato ed ampliare la capacità di lettura dell'evento.

Per le riprese sia audio che video ho utilizzato come tematica di riferimento la relazione; basandomi sugli elementi costitutivi di una performance (vedi tabella 10 del capitolo 2), ho individuato 4 filoni di indagine:

- relazione poesia/musica;
- relazione ascoltatore/esecutore;
- relazione interiore con il proprio sé;
- relazione con il contesto di esecuzione;

L'analisi prende in esame quattro aspetti fondamentali: testuale, musicale, acustico, gestuale. L'osservazione parte dall'oggetto musicale per poi cercare di ampliarsi all'azione musicale situata e alle sue "incorporazioni" (embodied)¹.

¹ Ricordo a questo proposito le ricerche di Martin Clayton sulle dinamiche di interazione musicale che si concentrano prettamente sul gesto come forma di espressione (incorporazione) dei processi di produzione e ricezione musicale. (Clayton 2013)

Il brano scelto è stato eseguito nella performance di domenica 23 ottobre 2016, in cui si celebrava l'anniversario della nascita del quarto Gurū, Gurū Rāmdās.

La mia scelta è stata dettata da tre motivazioni principali:

- essendo il brano di apertura della performance, viene introdotto da un canto libero che potrebbe fornire indicazioni significative rispetto al brano;
- è una delle composizioni che mi sono state insegnate durante la mia esperienza di campo: il duplice punto di vista di ascoltatore e musicista, insieme a una minima familiarità di linguaggio rispetto alla pronuncia e ai significati, credo sia significativo e utile ai fini della ricerca;
- è uno dei brani di cui possiedo audio e video-registrazioni multi-canale.

Queste motivazioni hanno prevalso sulla lacuna a livello formale poiché non si tratta di un inno che fa parte del corpus di composizioni ordinate secondo i *rāga*.

Per effettuare l'analisi mi sono avvalsa di:

- registrazioni audio e video della performance con più punti di ripresa contemporanei; questa tecnica si è rivelata interessante ed efficace, con notevoli sviluppi potenziali (cfr. Clayton 2013; Qureshi: 1986);
- trascrizione su pentagramma con il software Finale;
- software open source EAnalysis sviluppato da Pierre Couprie; il software fornisce una buona rappresentazione dei dati e permette interventi grafici intuitivi. In questo senso si rivela un ottimo strumento in grado di facilitare riflessioni immediate. Un'ulteriore caratteristica rivelatasi fondamentale è stata la possibilità di incorporare dati provenienti da fonti differenti quali immagini video, dati audio, segni grafici.

L'utilizzo contemporaneo di diverse forme di rappresentazione dei dati permette un facile confronto basato su accostamenti diversi e flessibili, come può essere un sonogramma e un'immagine o un segno grafico relativo ad un andamento. Allo stesso modo l'approccio interdisciplinare dell'etnomusicologia risulta il più auspicabile e necessario per approfondire il tema complesso della relazione tra musica ed emozioni. Rispetto alla trascrizione da me effettuata in notazione occidentale ho preso in considerazione la questione in senso etnomusicologico e le sue implicazioni evidenziate dagli studi di Seeger (1958) e dalla conferenza del 1963. Nei termini del dibattito ho operato una scelta di partitura in senso descrittivo funzionale al taglio della mia analisi. Ho incontrato una certa difficoltà nel "tradurre" (Scaldaferri 2005) la musica indiana nel linguaggio musicale occidentale, soprattutto nel senso di connotazioni intrinseche del pentagramma che pregiudicano l'interpretazione. Nell'operazione di trascrizione ho rivissuto l'incontro con la

diversità di “menti musicali” che ho esperito frequentando il tempio, verificando la profonda connessione tra pensiero, linguaggio e azioni.

Il brano eseguito si basa su prassi esecutive conosciute e codificate la cui annotazione appesantisce notevolmente la partitura. Ho scelto di riportare in appendice una trascrizione di sintesi dell'intero brano, in cui intonazioni e ornamenti sono sottintesi. Il metodo adottato consiste nell'utilizzo del suono fondamentale Do, riportando gli accidenti lungo il brano. All'inizio della trascrizione si dà l'incipit reale, che fungerà da riferimento.

Tecnologie utilizzate:

Le riprese video sono state effettuate con i seguenti dispositivi:

- 1) videocamera Canon Legria HF G25;
- 2) videocamera Canon Legria HF R706;
- 3) macchina fotografica Canon 5d;

per le riprese audio ho utilizzato due registratori digitali portatili e tre microfoni:

- 1) Zoom H6;
- 2) Roland R26;
- 3) Microfoni AKG CK 91 a condensatore, stereo, con capsula a cardiode;
- 4) Microfono direzionale Rode;

I dispositivi sono stati dislocati nel modo seguente:

1) Video:

La macchina fotografica (A) ha ripreso i due musicisti durante la performance in piano americano alternandosi ora sull'uno ora sull'altro.

Le altre due macchine da presa sono state dedicate rispettivamente una (B) alle riprese sul pubblico e una (C) alle riprese ravvicinate di particolari dei musicisti.

La decisione di non avere un'immagine totale della performance è stata presa con l'intento di creare un'immagine più significativa e meno dispersiva in senso cinematografico, ma sacrificando l'interazione fra musicisti. In un'ipotesi di lavoro futuro opterei per l'integrazione di una quarta macchina per la ripresa totale, o forse, alla luce delle considerazioni emerse dall'analisi, sacrificerei la ripresa in piano americano.

2) Audio:

Un registratore (D) era situato vicino al palco ed ha ripreso l'audio su tre diversi canali, dei quali:

- 1) collegato ai microfoni interni del dispositivo;
- 2) collegato al microfono direzionale;
- 3) direttamente collegato con l'uscita del mixer;

L'altro registratore (F) è stato posto nel centro della sala ed ha ripreso l'audio su due canali, dei quali:

- 1) collegato ai microfoni a condensatore;
- 2) collegato ai microfoni omnidirezionali interni del dispositivo;

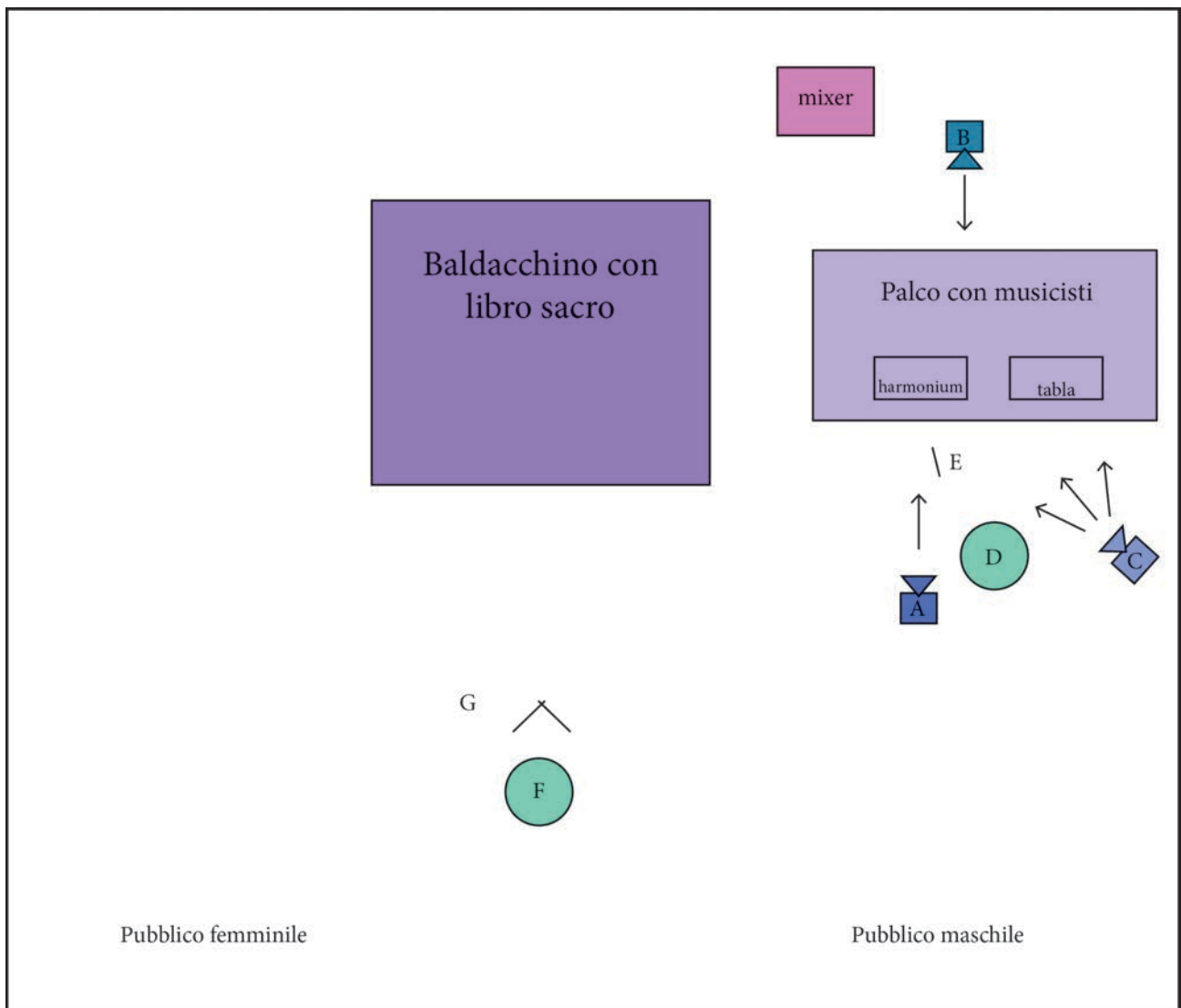


Figura 27. Pianta della sala principale del tempio di Odivelas con indicata la disposizione degli apparecchi di riprese audiovisive:

- A: macchina fotografica Canon 5d;
- B: videocamera Canon Legria HF R706;
- C: videocamera Canon Legria HF G25;
- D: registratore digitale Zoom H6;
- E: microfono direzionale Rode;
- F: registratore digitale Roland R26;
- G: microfoni AKG CK 91 a condensatore, stereo, con capsula a cardiode;

Un'osservazione rispetto alle estetiche musicali della comunità sikh che ho frequentato e che trova riscontro nella mia generale esperienza con musicisti indiani, riguarda il sistema di amplificazione.

Posso affermare che, nonostante la loro musica prediliga un'attenzione meticolosa all'intonazione, vi è una generale tendenza all'utilizzo di volumi alti che spesso hanno effetti di distorsione a cui, in particolare nell'ambito del gurdwara di Odiveelas, si aggiunge del riverbero.

4.2 Il brano *Ek ardās Bhātt Kīrat kī*

Ho deciso di considerare il brano a partire dal saluto dei musicisti e dalla sua introduzione attraverso il *manglācharan*, che si può considerare come un preludio di invocazione o protezione cantato all'inizio della performance. Spesso, come in questo caso, l'introduzione è eseguita sottoforma di *alāp*, ovvero improvvisazione melodica sul *rāga* in ritmo non misurato, ma può essere eseguita anche all'interno di cicli ritmici. Il testo è costituito da versi del libro sacro senza particolari indicazioni: la scelta è guidata principalmente dalla consonanza semantica con i brani destinati all'esecuzione. La melodia acquista, a sua volta, un carattere introduttivo al materiale melodico dell'inno che verrà successivamente intonato e varia proprio in base ad esso: mi è capitato di assistere all'utilizzo degli stessi versi musicati in modo differente.

Nella performance analizzata Rishipal, il cantante principale, sceglie di iniziare con l'invocazione-saluto *wahegurū* per poi proseguire con il *mulmantra*, i primi versi del libro sacro, e aggiungere l'ultima strofa di una composizione di Gurū Rāmdās le cui tematiche si avvicinano al brano analizzato.

Alfabeto <i>Gurmukhi</i> <i>Manglācharan</i>	Traslitterazione <i>Manglācharan</i>
Saluto ਵਾਹਿਗੁਰੂ	Saluto Wahe Gurū
Inno di inizio del libro sacro ੴ ਸਤਿ ਨਾਮੁ ਕਰਤਾ ਪੁਰਖੁ ਨਿਰਭਉ ਨਿਰਵੈਰੁ ਅਕਾਲ ਮੂਰਤਿ ਅਜੂਨੀ ਸੈਭੰ ਗੁਰ ਪ੍ਰਸਾਦਿ ॥	Inno di inizio del libro sacro Ekonkār Satnām Karatā Purakh Nirabho Niravair Akāl Mūrat Ajūnī Saibhan Gur Prasād

Strofa dell'inno di Gurū Rāmdās

ਜੋ ਹਮਰੀ ਬਿਧਿ ਹੋਤੀ ਮੇਰੇ ਸਤਿਗੁਰਾ ਸਾ ਬਿਧਿ ਤੁਮ
ਹਰਿ ਜਾਣਹੁ ਆਪੇ ॥
ਹਮ ਰੁਲਤੇ ਫਿਰਤੇ ਕੋਈ ਬਾਤ ਨ ਪੂਛਤਾ ਗੁਰ ਸਤਿਗੁਰ
ਸੰਗਿ ਕੀਰੇ ਹਮ ਥਾਪੇ ॥
ਧੰਨੁ ਧੰਨੁ ਗੁਰੂ ਨਾਨਕ ਜਨ ਕੇਰਾ ਜਿਤੁ ਮਿਲਿਐ ਚੂਕੇ
ਸਭਿ ਸੋਗ ਸੰਤਾਪੇ ॥੪॥੫॥੧੧॥੪੯॥

Brano

ਹਮ ਅਵਗੁਣਿ ਭਰੇ ਏਕੁ ਗੁਣੁ ਨਾਹੀ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਛਾਡਿ
ਬਿਖੈ ਬਿਖੁ ਖਾਈ ॥
ਮਾਯਾ ਮੋਹ ਭਰਮ ਪੈ ਭੂਲੇ ਸੁਤ ਦਾਰਾ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ
ਲਗਾਈ ॥
ਇਕੁ ਉਤਮ ਪੰਥੁ ਸੁਨਿਓ ਗੁਰ ਸੰਗਤਿ ਤਿਹ ਮਿਲੰਤ
ਜਮ ਤ੍ਰਾਸ ਮਿਟਾਈ ॥
ਇਕ ਅਰਦਾਸਿ ਭਾਟ ਕੀਰਤਿ ਕੀ ਗੁਰ ਰਾਮਦਾਸ
ਰਾਖਹੁ ਸਰਣਾਈ ॥੪॥੫੮॥

Strofa dell'inno di Gurū Rāmdās

Jo hamarī bidh hotī mere satgurā sā bidh
tum Har jāṇahu āpe ॥
ham rulate firate hoī bāt na pūchatā gur
satgur sang kīre ham thāpe ॥
dhan dhan Gurū Nānak jan kerā jit miliai
chūke sabh sog santāpe ॥4॥5॥11॥49॥

Brano

Ham avguṇ bhare ek gun nāhī amrit chāḍ
bikhai bikh khāi ॥
Māyā moh bharam pai bhūle sut dārā siu
prīt lagāi ॥
Ek utam panth sunio gur sangat tih milant
jam trās miṭāi ॥
Ek ardās Bhātt Kīrat kī Gur Rāmdās rākho
sarṇāi ॥4॥58॥

Traduzione

Mantra di protezione

Saluto

Essere supremo meraviglioso

Inno di inizio del libro sacro

Tutto è uno; questa è la verità; un essere creativo personificato; senza paura; senza odio; immagine dell'immortalità; oltre la nascita; auto-esistente; per grazia del Gurū.

Strofa dell'inno di Gurū Rāmdās

La mia condizione, oh mio vero Gurū, questa condizione, o Signore, è nota solo a te; Mi rigiravo nella sporcizia e nessuno si curava di me. Nella compagnia del Gurū, il vero Gurū, io, il verme, sono stato elevato ed esaltato.

Benedetto, benedetto è il Gurū del servo Nanak; incontrandolo, tutti i miei dolori e problemi sono cessati. ॥4॥5॥11॥49॥ (SGGS: 167).

Brano

Trabocco di peccati e demeriti; non ho per niente meriti né virtù; ho abbandonato il nettare d’ambrosia e ho bevuto veleno al suo posto.

Sono attaccato a Maya, e illuso dal dubbio; sono infatuato dall’amore per i miei figli e la mia sposa.

Ho sentito che il cammino più rispettato di tutti è quello del Sangat, la comunità del Gurū. Unendomi ad esso la paura della morte svanisce.

Kirat, il poeta, offre quest’unica preghiera: oh Gurū Ram Das salvami! Portami nel tuo santuario.² ||4||58|| (SGGS: 1406)

Trascrizione

Per la trascrizione completa del brano e della sua introduzione rimando all’appendice, qui mi limito a riportare i due temi principali sia nella notazione della musica occidentale, sia in quella della musica indiana che si basa su una griglia in cui ogni suddivisione verticale rappresenta un battito del ciclo ritmico. Nelle suddivisioni si riportano i nomi delle note e il testo corrispondente. La lettura si effettua in senso orizzontale da sinistra a destra e dall’alto verso il basso.

Pulsazioni	1	2	3	4	5	6	7	8
1° tema: B	ma	ma	Pa	Pa	Ga	Re	Sa	Sa
	<i>Gu-</i>	<i>-r</i>	<i>Rā-</i>	<i>-m</i>	<i>-dā-</i>	<i>-ā-</i>	<i>-s</i>	<i>-</i>
	Ni	Pa	Ni	Ni	Sa	-	Sa	-
	<i>rā-</i>	<i>-kho</i>	<i>sa-</i>	<i>-r-</i>	<i>nā-</i>	<i>-ā-</i>	<i>-ī-</i>	<i>-ī</i>
2° tema: A	Sa	Sa	Ga	ma	Pa	-	Pa	-
	<i>E-</i>	<i>-k</i>	<i>a-</i>	<i>-r-</i>	<i>-dā-</i>	<i>-ā-</i>	<i>-s</i>	<i>-</i>
	Pa	ma	Dha	Dha	ma	ma	Ga	Re
	<i>Bhā-</i>	<i>-at</i>	<i>Kī-</i>	<i>-ī-</i>	<i>-ra-</i>	<i>-t</i>	<i>Kī-</i>	<i>-ī</i>

Tabella 13. I due temi A e B trascritti in notazione indiana. In corrispondenza di ogni pulsazione sono indicate le note (in grassetto) e il testo. La lettura è dall’alto verso il basso e da sinistra a destra.

² “Wahe Gurū. One universal creator God, the name is truth, creative being personified, no fear, no hatred, image of the undying, beyond birth, self-existent. By Gurū’s grace.
My condition, O my True Gurū – that condition, O Lord, is known only to You / I was rolling around in the dirt, and no one cared for me at all; in the company of the Gurū, the true Gurū, I, the worm, have been raised up and exalted / Blessed, blessed is the Gurū of servant Nanak; meeting Him, all my sorrows and troubles have come to an end. ||4||5||11|| I am overflowing with sins and demerits; I have no merits or virtues at all. I abandoned the ambrosial nectar, and I drank poison instead. / I am attached to maya, and deluded by doubt; I have fallen in love with my children and spouse. / I have heard that the most exalted path of all is the sangat, the Gurū’s congregation. Joining it, the fear of death is taken away. / Kīrat the poet offers this one prayer: O Gurū Rāmdās, save me! Take me into your sanctuary!” ||4||58||

Nella trascrizione in notazione occidentale da me effettuata, il ciclo ritmico di 8 battiti corrisponde a due battute di 4/4.

Primo tema, denominato nel corso dell'analisi come B:



Figura 29. Il primo tema (B) trascritto in notazione occidentale.

Secondo tema, denominato nel corso dell'analisi come A:



Figura 30. Il secondo tema (A) trascritto in notazione occidentale.

Questi due temi costituiscono la struttura su cui si basa l'intero brano. Anche se può sembrare un controsenso, ho scelto di indicare il primo tema come "B" e il secondo come "A" poiché nella composizione poetica il verso sotteso al tema B viene dopo quello del tema A. Questa denominazione risulta perciò funzionale alla lettura del gioco di alternanze dell'intero brano.

4.3 Analisi testuale

L'autore dell'inno non è uno dei Gurū sikh, ma è *bhātt* Kīrat, vissuto tra la fine del 1500 e l'inizio del 1600, poeta presso la corte di Gurū Arjan e soldato presso l'esercito del sesto Gurū, Hargobindh Singh. (http://www.sikhiwiki.org/index.php/Bhatt_Kirat, 24/04/2017).

I *bhātt* sono i poeti che hanno composto inni in lode ai primi cinque Gurū. Le loro composizioni sono dette *bhātt bānī* distinguendole dai *Gurbānī*, gli inni poetici composti dai Gurū e dai *bhagat bānī*, inni composti dai *bhagat*, poeti-santi. Nel libro sacro dei Sikh sono incluse otto composizioni del poeta Kīrat, quattro in lode a Gurū Rāmdās e altre quattro a Gurū Amardas.

Secondo gli studiosi Sahib Singh e Rattan Singh Jaggi questi poeti sono di religione Hindu e sono giunti alla corte di Gurū Arjan con un impulso di ricerca spirituale ulteriore. Nei loro versi celebrano i Gurū sikh utilizzando immagini simboliche appartenenti alla tradizione puranica,

letteratura sacra hindu successiva ai Veda. Il linguaggio dei *bhātt* è un insieme di Braj, lingua dei devoti di Krishna diffusa nella zona di Delhi, e Punjabi dell'epoca.

Il giorno in cui sono state effettuate le registrazioni, come già detto, era dedicato al compleanno di Gurū Rāmdās, il quarto Gurū. I quattro versi analizzati in questa sede sono parte di un inno più ampio, di 4 strofe, di cui costituiscono la strofa finale. È piuttosto abituale che questa ultima strofa venga eseguito come inno autonomo. Nell'intera composizione l'autore evidenzia la continuità dal primo Gurū al quarto, sottolineando le virtù specifiche di ciascuno.

Nella strofa oggetto dell'analisi, si ritrovano i temi chiave dell'intero testo sacro; in particolare:

- il primo verso introduce il tema dell'intossicazione/essere intossicati di cui già si è parlato a proposito del *Nām*. L'autore gioca sulla contrapposizione tra veleno e *amrit*, il nettare d'ambrosia, usandoli come figure simboliche di due ambiti inconciliabili: rispettivamente quello del peccato e della virtù. (A proposito del concetto di nettare come conseguenza della pratica del *Nām* rimando al capitolo 1)
- il secondo introduce un pensiero complesso rispetto al tema dell'attaccamento e dell'illusione. Il poeta dichiara come i sentimenti sinceri e umani, quali l'amore per i propri figli e la propria moglie, universalmente riconosciuti come "naturali", possano costituire un ostacolo all'esperienza di unione divina. L'attaccamento, *moh*, si insinua subdolamente nella mente dell'uomo che finisce per elevare l'esperienza che sta vivendo in questa vita come unica, al di sopra dell'esperienza di Dio, considerata, invece, come vera realtà.
- il terzo afferma la possibilità di una soluzione alla devianza praticata dall'autore: la comunità dei santi riuniti attorno al Gurū. Il poeta usa il termine *panth*, traducibile come cammino (spirituale), via, rafforzando il concetto dello stare in comunità come pratica spirituale in grado di portare all'esperienza divina di unità del tutto.
- il quarto costituisce la supplica del poeta a Gurū Rāmdās stesso, affinché possa ascoltare la sua preghiera ed essere accolto presso la sua corte. Questo verso finale, che conclude l'intero inno, è utilizzato come ritornello nell'esecuzione musicale.

La selezione di una sola porzione di un inno, ai fini dell'esecuzione musicale, è una pratica comune presso la comunità sikh in genere, come quella di scegliere un ritornello diverso da quello indicato nel testo del libro sacro. Tutti i musicisti a cui ho chiesto spiegazioni in proposito mi hanno confermato che la scelta segue il principio di equivalenza di significato dei versi.

L'inno analizzato è un inno molto praticato ed eseguito. I partecipanti si identificano con il poeta Kīrat, sia ammettendo le proprie debolezze e i propri errori sia supplicando la protezione di Gurū Rāmdās affinché li accolga nella propria comunità. In un certo senso il concetto di comunità, come via e pratica spirituale, trova un'immediata corrispondenza con il rituale vissuto durante la performance di *śabad kīrtan*: tra i devoti partecipanti si conferma e rafforza il senso di appartenenza ad una stessa collettività come principio identitario fondamentale. Ma la comunità sikh può estendersi simbolicamente all'intera comunità umana: Kīrat diviene la figura dell'uomo e dell'umano in generale. L'invocazione finale richiama una forma usuale di chiusura degli inni del libro sacro con cui i Gurū, attraverso l'appellativo di Nānak, parlano in prima persona.

La forma poetica di questa composizione è detta *swaiya*, definita dallo studioso Bhai Kahan Singh Nabha nella sua *Enciclopedia della letteratura sikh* come un metro di quattro versi che si distingue in innumerevoli tipologie (34) in base al numero di sillabe e alla loro successione.

Le sillabe in punjabi sono da intendersi come lettere sonore, che devono contenere al loro interno una sola vocale e possono essere lunghe o corte. Le forme poetiche si differenziano in base alla successione di sillabe brevi e lunghe secondo schemi predeterminati. Generalmente, però, più che in termini di brevi e lunghe, il verso si identifica per numero di *mātrā*, l'equivalente della mora, l'unità di misura ritmica più piccola, per cui una sillaba lunga corrisponde a due *mātrā* e la corta a uno solo. Calcolando le diverse eccezioni che regolano la determinazione della lunghezza di una sillaba ho individuato il numero di *mātrā* per ogni verso del brano.

Come si vede dalla tabella 14 il numero non è regolare ed oscilla tra i 30 e i 33 *mātrā*.

versi	<i>Mātrā</i> (unità di misura ritmica equivalente alla mora)																																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	
I	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
II	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
III	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
IV	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Tabella 14. Calcolo del numero di *mātrā* per ogni verso dell'inno. Ogni trattino corrisponde ad un *mātrā*.

La figura retorica dell'allitterazione, ovvero la ripetizione di uno stesso suono a inizio di parola, è molto usata nella poesia indiana classica in cui la riuscita di un testo poetico è misurata dalla "capacità del suono di comunicare un supplemento di significato, intonato e coerente con quello comunicato dal senso, supplemento di cui è depositario il suono in se stesso" (Boccali 2000: 396). In particolare in questo brano si trovano le seguenti allitterazioni suddivise per versi:

1. **bikhai/bikh**: in questo caso si assiste ad un'ambiguità per sovrapposizione di significati. *Bikhai* può essere sia la variazione di *bikha*, veleno, sia l'indeclinabile "dentro". Il gioco di parole potrebbe rafforzare il concetto di intossicazione interiore.
2. **māyā/moh** (maya/attaccamento); **bharam/bhūle** (illusione/errore, sono sinonimi) **sut/siu** (figli/con)
3. **suniou/sangat** (ascolto/comunità); **tih/ trās** (simile/paura); **milant/mitāi** (unirsi/rimuovere);
4. **kīrat/kī** (nome proprio/di); **Rāmdās/rākho** (nome proprio/proteggi);

Altre figure retoriche che si possono ritrovare in questa composizione sono:

- rima: ogni verso di questa strofa rima in āī. Considerando il resto dell'inno si nota come la rima percorra l'intera composizione, ma nelle prime due strofe la rima è con il suono ās e nelle ultime due con āī.
- antitesi: nella seconda parte del primo verso si trovano due vocaboli "amrit, nettare" e "bikh, veleno". La disposizione simmetrica all'interno del verso sottolinea la loro contrapposizione divenendo i simboli delle conseguenze del cammino intrapreso;
- apostrofe: figura molto usata alla fine delle composizioni che permette all'ascoltatore di identificarsi con l'autore, simbolo dell'uomo e dell'umanità in generale.

Alla luce dell'importanza che l'aspetto fonologico assume nelle composizioni poetiche, come sottolineato anche da Boccali (2000), ho ritenuto opportuno prendere come riferimento la metodologia delle ricerche di Carpitella, Sole e Sassu rispetto alla musica sarda (Carpitella e Sole e Sassu 2010 [1973]), per indagare meglio la relazione tra suono e significato. Ho così iniziato a catalogare l'utilizzo di vocali e consonanti del brano. Rispetto al vocalismo si nota la predominanza della vocale "a", che si trova in numero di 31 su un totale di 68 vocali (a: 31; e: 5; ai (e aperta): 2; ya: 2; i: 15; o: 4; u: 9). In generale predominano i suoni gravi (a, o, u) e aperti (a). Tra le consonanti prevalgono le dentali: 31 su un totale di 85 consonanti, delle quali 8 sono sibilanti e 3 semivocali

(gutturali: 15; palatali: 2; cerebrali:17; dentali: 31; labiali:20). Le dentali sono consonanti che si articolano nella parte più esterna dell'apparato fonatorio e, secondo le parole dello studioso Heyse in un saggio del 1864, "indicano qualcosa al di fuori del soggetto" (Heyse 1864: 110). Seguendo questa idea, il carattere indicatorio delle dentali contribuisce a costruire la contrapposizione tra il dentro e il fuori che metaforicamente trova corrispondenza con il binomio soggetto/oggetto. Nel brano si può ritrovare il concetto di contrapposizione nella presenza di due modi di vivere: uno legato al peccato e ai vizi e uno virtuoso, guidato dagli insegnamenti del Gurū. L'autore loda Gurū Rāmdās e la sua comunità criticando fortemente il suo personale comportamento.

4.4 Analisi musicale

Le domande che mi sono poste affrontando il lavoro d'analisi musicale sono state: è possibile trovare nella forma musicale il concetto di *sahaj*? E nell'interpretazione? Quali sono gli aspetti formali di un'esecuzione di *śabad kīrtan* che denotano la ricerca di messa in relazione e unione degli opposti?

Il brano è in forma responsoriale, strofa-ritornello. Essendo la porzione di una composizione poetica più ampia, i musicisti hanno scelto un verso come ritornello e hanno eseguito il pezzo secondo la prassi classica di alternanza fra strofa e ritornello per poi concludere cantando tutte le strofe una di seguito all'altra e terminando con il ritornello che corrisponde proprio al verso finale dell'intero inno.

Il materiale melodico è piuttosto semplice. I poemi dei *bhātt* non sono in *rāga*, per cui non vi è un vincolo specifico. Nell'esecuzione analizzata i musicisti hanno confermato di suonare in *bilāwal* che corrisponde alla scala maggiore occidentale, ma non hanno dato molto peso a questa affermazione. Essendo il primo *śabad* che mi è stato insegnato durante la frequentazione del tempio, posso affermare che anche io l'ho appreso secondo questo *rāga*, pur in una versione più semplice e meno ricca di abbellimenti. Ciononostante riscontro una divergenza importante rispetto al *rāga* per ciò che riguarda le note principali attorno cui ruota la struttura melodica. Secondo i canoni classici il *rāga bilāwal* ha come nota principale il *dha*, cioè il 7° grado, re, ma il brano analizzato si sviluppa, a mio parere, attorno al *sa*, ovvero il primo grado, mi³.

Il brano può essere suddiviso in tre momenti fondamentali, che trovano una corrispondenza nella struttura esecutiva del canto *khyāl*, forma di canto della musica classica indostana che risale alla prima metà del 1700.

1. *Alāp*: la presentazione del materiale musicale del *rāga*. In questo caso coincide con il *manglācharan*, cioè la formula cantata senza accompagnamento, come presentazione

libera di tutto il materiale musicale del brano. Il tempo, solitamente, è lento e le ornamentazioni sono maggiormente presenti. Il testo è una formula fissa, mentre la melodia cambia a seconda del *rāga* dell'inno che segue. Personalmente ho la registrazione di questa stessa formula utilizzata in un'altra occasione e cantata con melodia diversa.

2. *Asthāī* e *antarā*: la composizione vera e propria in forma di ritornello, *asthāī*, e strofa, *antarā*. Solitamente per il ritornello si utilizza materiale musicale dell'ottava medio bassa, mentre per la strofa quello appartenente all'ottava medio alta. Nel brano considerato ogni verso è suddiviso in due parti delle quali la prima corrisponde alla struttura melodica dell'*antarā* e la seconda a quella dell'*asthāī*. La formula BBAABB (vedi figura 7) è utilizzata come ritornello per la prima parte del brano costruendo un'accumulazione;
3. *Tihāī*, cadenza finale di un pezzo che, qui, corrisponde alla ripetizione della prima parte dell'*asthāī* due volte per poi cantarlo completo alla terza volta, con un rallentando finale.

In termini temporali *l'alāp* ha una durata di circa 2 minuti, la composizione di circa 9 minuti, mentre la conclusione è di circa 20 secondi. Sottolineo come durante *l'alāp* sia consuetudine accordare i *tablā* senza alcun problema: nessuno lo vive come mancanza di rispetto verso il cantante che sta cercando di sentire ed esprimere il *rasa*, sapore, del *rāga*. Questi gesti racchiudono una forte affermazione di priorità dell'intonazione degli strumenti, che spesso viene negata e sottomessa al testo nelle parti vocali o contraddetta dal mal utilizzo degli impianti di amplificazione. A questo proposito ricordo gli esempi del capitolo 2 in cui mi è capitato di assistere a esecuzioni evidentemente dissonanti rispetto all'harmonium, senza che suscitasse alcun disturbo per gli ascoltatori.

La struttura melodica di tutto il brano si basa su due temi principali denominati A e B (vedi figure 4 e 5): anche le parti soliste dell'harmonium improvvisano su questo materiale.

Il tema B è costruito su un intervallo di 4° discendente, mentre il tema A su un intervallo di 5°; le strutture grafiche che i contorni melodici dei due temi disegnano sono molto differenti, come messo in evidenza dalla figura 32.

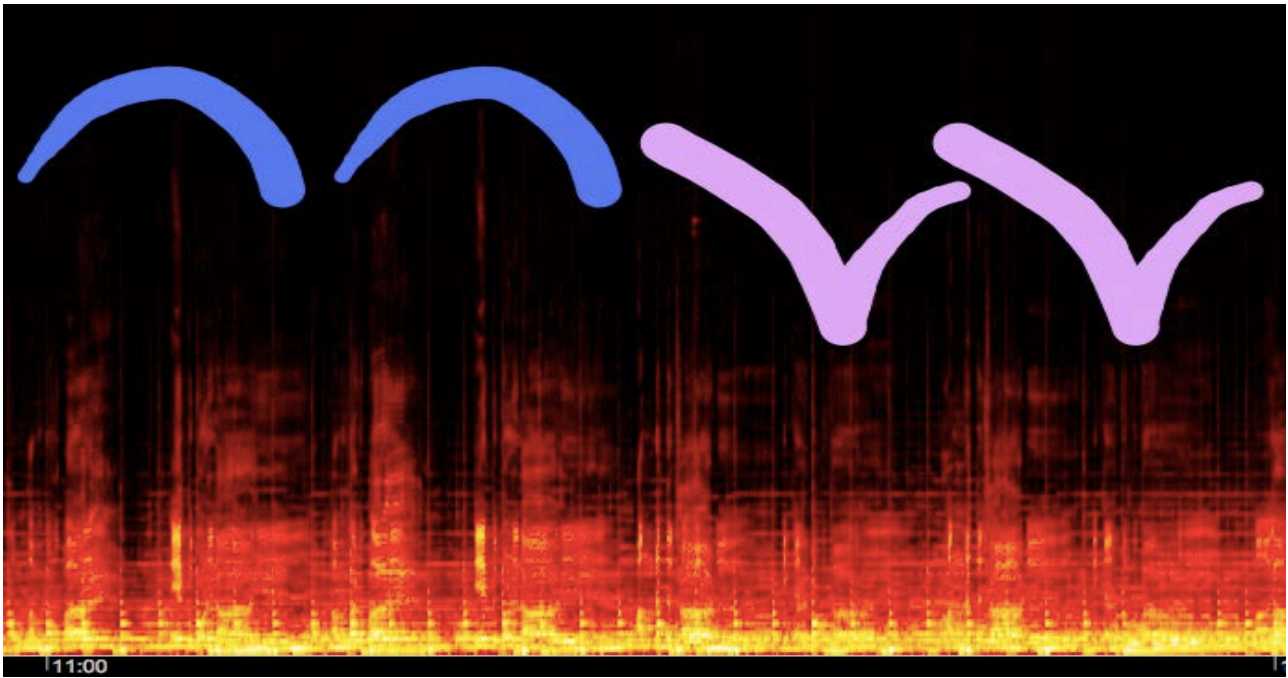


Figura 32. Immagine tratta dalla finestra di lavoro di EAnalysis: le strutture grafiche dei contorni melodici dei due temi A (blu) e B (lilla) sono disegnate in corrispondenza al sonogramma.

Considerando la trascrizione in appendice si nota la forma responsoriale del brano in cui:

- la domanda (strofa) è posta utilizzando due intervalli successivi di 5°: il primo ascendente e il secondo discendente;
- la risposta (ritornello) è data utilizzando tre intervalli di 4°: i primi due discendenti, a partire dal 4° grado, e l'ultimo ascendente, passando dal 7° e concludendo sul 1° grado.

In una “classica” composizione di *śabad kīrtan* il materiale melodico del ritornello è diverso da quello della strofa, che di solito viene eseguita sul tetracordo superiore.

Come mostrato nella figura 7 sia il ritornello che la strofa si suddividono in due parti, le quali a volte sono eseguite una di seguito all'altra, a volte, invece, intervallate da una parte strumentale che anticipa la melodia della seconda parte. In questo caso il materiale melodico è lo stesso sia per le strofe che per il ritornello, come a creare una sorta di raddoppiamento della sua ripetizione.

Nel pezzo analizzato il ritornello è costituito dalle frasi A e B, i due temi, che vengono eseguiti in forma completa secondo lo schema: BBAABB.

Le strofe, invece, sono 3 e, anch'esse melodicamente costituite dai due temi A e B.

Lo schema esecutivo è il seguente:

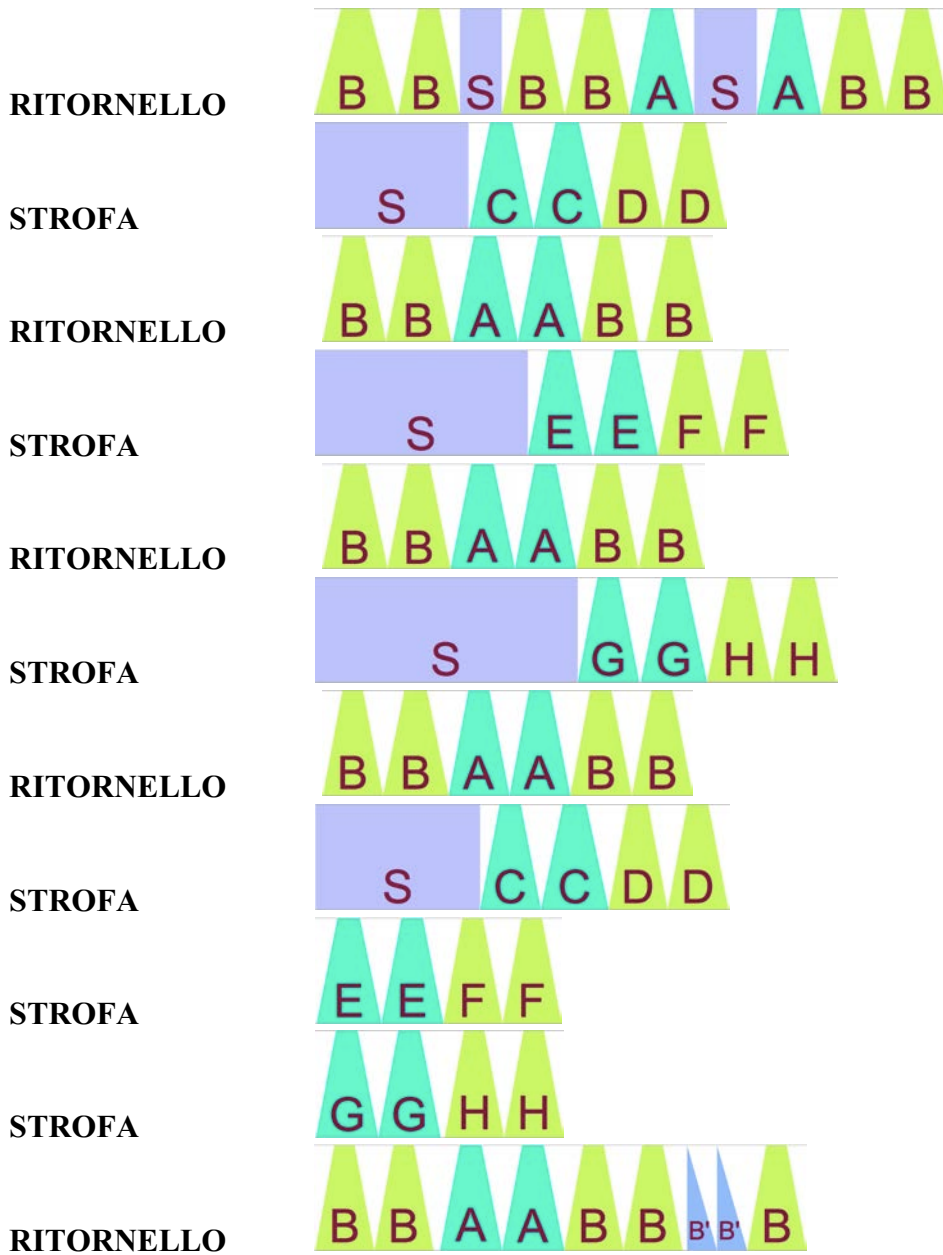


Figura 33. Schema esecutivo dell'inno *Ek ardās bhātt Kīrat kī* costruito con le immagini tratte da Eanalysis:

- i trapezi rappresentano le parti cantate;
- i rettangoli rappresentano le parti strumentali;
- i colori rappresentano le melodie;
- le lettere *A-H* rappresentano i versi dell'inno;
- la lettera *B'* rappresenta la prima metà del verso *B*;
- la lettera *S* indica la parte solo strumentale (*harmonium e tablā*).

Nell'immagine tratta da Eanalysis (figura 33) si può vedere meglio il rapporto tra strutture melodiche e testo.

La ripetizione continua della stessa struttura melodica in forma di domanda e risposta crea una sorta di accumulazione attorno al 1° grado. In questo senso si avverte un oscillare al di sopra e al di sotto della nota di riposo, continuo e protratto nel tempo: finché la ripetizione dell'intervallo di 4° discendente non si risolve con la cadenza 7°, 5°, 7°, 1° in modo definitivo. Questa cadenza corrisponde alle rime dei versi che cadono sempre sul 1° grado, sottolineando una sorta di punto di arrivo e di quiete.

Dall'immagine si può altrettanto osservare come vi sia una certa omogeneità di distribuzione delle parti: la vocale e la strumentale si alternano con regolarità. La parte ritmica segue tutto il pezzo ed esegue alcuni colpi caratteristici introducendo gli assoli di harmonium e la ripresa della parte vocale. A volte interviene anche a introduzione della ripresa della parte B del ritornello. I due musicisti cantano all'unisono e solo verso la conclusione del pezzo e sulla parte B del ritornello il tablista esegue il raddoppio della voce all'ottava superiore o una cadenza dal 3° grado al 1°, invece che tenere la nota lunga sul 1° sulla parola *sarnāī*.

Figura 34. Frammento del brano con la cadenza del tablista (battute 90-91).

Il gesto con cui esegue la seconda voce è tipico e codificato: chiude gli occhi, reclina la testa all'indietro, e lascia che la voce entri in maschera usando i risuonatori del capo. Alla mia domanda su quando sente che sia il momento di eseguire la seconda voce, Kushal Singh, il tablista, ha risposto che non sa dire il momento esatto, ma che è qualcosa che si può fare solo in certi momenti e bisogna sapere o "sentire" quali sono appropriati. L'apparire della seconda voce sul tema B del ritornello, a circa metà del brano, denota l'inizio di una fase di maggior eccitamento e intensità, sottolineato da una scansione ritmica un po' più marcato e con volume più alto. Verso la fine del brano si ritorna a una fase di calma e dolcezza, come se si ribadisse la medesima risposta alla domanda iniziale: una supplica di protezione a Gurū Rāmdās.

Gli spazi virtuosistici sono pressoché inesistenti: i *tablā* generalmente non assumono parti soliste, l'harmonium o altri strumenti di accompagnamento si limitano a qualche variazione sui motivi di strofa e ritornello; rispetto, invece, alla voce ho assistito ad esecuzioni in cui prende degli spazi più o meno ampi di improvvisazione ripetendo parole significative o a volte i nomi delle note o a volte la sola formula *wahegurū* a ritmo piuttosto elevato come incitamento al coinvolgimento del pubblico. L'intermezzo con la formula *wahegurū* non è molto praticato dal mio insegnante, mentre è abbastanza abituale per l'altro musicista che ho intervistato (Kuldeep Singh) e anche per l'attuale sostituto del mio insegnante, che nell'arco del periodo della mia ricerca si è trasferito in Italia.

Il ritmo adottato equivale ad un ciclo di 8 pulsazioni eseguito nella forma di 4+4, detto *kaharvā*. Durante la trascrizione la questione del ritmo è emersa varie volte e anche il compositore con cui mi sono confrontata mi ha confermato un'imprecisione nel ritmo che ha stupito entrambi. Il pezzo viene eseguito in 4 + 4 trascritto da me in 4/4 con il quarto a 130BPM, per cui ogni tema è costituito da 4 battute. Considerando che i *mātrā*, le unità di misura ritmica minime che costituiscono i versi, variano tra i 30 e i 33 per verso, la scelta di un tempo di 8 pulsazioni, il cui multiplo è 32, è una soluzione adatta per la prosodia del testo. Nell'esecuzione ogni verso ha la durata di 4 cicli ritmici (8 battute nella trascrizione) che vengono rispettati abbastanza rigorosamente. Evidenzio che l'inizio del ciclo ritmico rispetto alla parte vocale corrisponde ad una pausa, il testo inizia sul secondo quarto. Durante gli assoli di harmonium, spesso, la conclusione cade sull'ultimo quarto della seconda battuta, che corrisponde al 4° battito del ciclo ritmico di 8: esattamente a metà del ciclo. La ripresa della parte vocale ignora lo sfasamento ritmico e riprende dal *sam*, ovvero il primo battito del ciclo, sicché il *tablista* si adatta e salta mezzo ciclo ritmico.

Questo sfasamento, e immediato riaggiustamento, ritmico crea una sorta di accelerazione e tensione che precede la sensazione di riposo e rilascio, creata al momento della ripresa della parte cantata. Insieme alla ripetizione, l'irregolarità ritmica, intenzionale o meno, rafforza il concetto di ciclicità e di dinamismo e meriterebbe uno studio molto più approfondito. Nel brano si crea un andamento di oscillazione tra una fase di tensione in cui si anticipa (disequilibrio) e di riposo in cui si mantiene regolarità ritmica (equilibrio). La sistematicità della ripresa della fase ritmica semplicemente eludendo delle parti costruisce un'abitudine al cambio, tanto che l'oscillazione continua fra i due poli di equilibrio e disequilibrio porta a formulare il concetto di equilibrio dinamico, ovvero un equilibrio che si riattualizza incessantemente.

La ripetizione permette delle variazioni ritmiche e melodiche minime, ma continue come di una ciclicità che non si ripete in modo propriamente uguale. A volte è la sola intonazione di una

Questi due movimenti possono essere equiparati metaforicamente ai due principi opposti del femminile (circolare) e del maschile (lineare) con tutte le implicazioni simboliche che racchiudono. Se si considerano come due semplici forze fisiche si nota come la loro combinazione dia origine ad una rotazione che si sposta lungo una linea. Un chiaro esempio è rappresentato dal movimento della terra attorno al sole: ruota su sé stessa, ma si sposta lungo un'orbita precisa. La proiezione di questo movimento risulta essere una spirale, in cui è immediatamente osservabile il contemporaneo concetto di ritorno e progressione.

Applicando queste riflessioni alle pratiche musicali quali parallelismi si possono fare? A cosa corrispondono i due parametri circolare e lineare? Si può parlare di suoni circolari e suoni lineari?

PARAMETRI	CIRCOLARE	LINEARE
andamento	1. forma responsoriale 2. ripetizione del ritornello	1. l'irregolarità ritmica; 2. pausa sul <i>sam</i> ;
melodia	1. intonazione mobile	1. microvariazioni;
fonologia	1. vocali: il suono è determinato solo dalla lunghezza delle corde vocali e dai risuonatori: quindi è prodotto dall'oscillazione delle particelle attorno ad un "ipotetico centro". Il movimento oscillatorio può essere paragonato alla proiezione di un movimento circolare, nel senso di andata e ritorno allo stesso punto	1. consonanti: il suono è prodotto da "accidenti" o "eventi" che creano una direzione e una "gerarchia" tra prima e dopo l'evento. La lingua, il palato, le labbra assumono un ruolo importante. L'articolazione delle consonanti corrisponde ad una direzione.

Tabella 15. Schema dell'espressione dei due parametri "circolare" e "lineare" in termini musicali.

L'utilizzo dei due parametri nell'analisi del brano permette di verificare come si combinano nell'arco temporale. Il brano può essere interpretato come una combinazione di fattori circolari e lineari. In particolare la forma responsoriale, la ripetizione, l'intonazione mobile e i suoni vocalici contribuiscono a creare un senso di movimento circolare e di continuità. L'irregolarità ritmica, la

pausa sul *sam*, primo battito del ciclo ritmico, le microvariazioni melodiche e ritmiche e i suoni consonantici creano un movimento lineare di avanzamento che contraddice la ripresentazione del materiale uguale a sé stesso. In questo senso, stabilendo una corrispondenza con l'esempio delle forze fisiche, si può dire che il brano si muove con un andamento "a spirale", secondo il quale alcuni elementi costruiscono la ciclicità mentre altri l'avanzamento. Dal punto di vista dell'andamento musicale la ripetizione con variazioni dà origine ad una progressione ciclica con un intento specifico che è quello di favorire il raggiungimento dello stato di *sahaj*. L'accumulazione di materiale melodico e semantico crea il "momentum" necessario affinché avvenga la connessione e si riviva l'esperienza sovrana originaria dell'unità del tutto. Come già affermato, il canto propizia lo'esperienza mistica, ma non la garantisce. In questo senso la pratica musicale assume la connotazione di dispositivo del ricordo: si ricorda l'esperienza di unità della realtà tutta. Questo particolare ricordo istituisce dei legami identitari in senso trasversale nello spazio e nel tempo: sia con le persone e il contesto del luogo e momento presente, sia con persone e contesti di luoghi del passato sia con persone e contesti di luoghi dell'altrove.

Anche dal punto di vista melodico si possono utilizzare i due parametri come chiavi di lettura.

Nell'esempio di figura 35 l'intonazione della *G* di *Gurū* nel ritornello avviene raggiungendo la nota con un glissando dal basso: il movimento è lineare, ha una direzione; mentre sulla seconda vocale *a* della parola *Rāmdās* si nota un volteggiare della voce attorno alla nota sia con ornamenti sia con piccole oscillazione di un semitono o quarto di tono, così che non sia mai un suono fisso: il movimento in questo caso è circolare, di andata e ritorno.

Il concetto di spirale può essere ampliato ancora di più fino ad interpretarlo come una metafora del mondo organico. In natura si possono trovare numerosi esempi morfologici in cui prevale il movimento a spirale. In botanica vi è una disciplina che si occupa della distribuzione spaziale delle parti della pianta, detta fillotassi, che ha verificato la tendenza della natura alla forma a spirale: le varie parti di una pianta tendono a distribuirsi secondo una linea ad elica attorno ad un asse di simmetria verticale. Queste osservazioni hanno portato studiosi come Goethe a concepire la spirale come "legge fondamentale della vita" che rappresenta il movimento di sviluppo e crescita (Goethe 1996 [1790]: 292). Altri esempi sono rappresentati dalla forma spiraliforme della conchiglia dei gasteropodi univalvi o del nautilus.

Il respiro stesso può essere rappresentato come una combinazione di circolarità e linearità: il movimento di riempimento e svuotamento dei polmoni corrisponde all'andamento circolare di continuo ritorno, mentre la variazione tra un respiro e l'altro determina una direzione precisa e lineare del susseguirsi dei respiri.



Figurea 38. Esempi della forma a spirale in natura:
conchiglia del nautilus (mollusco).



Figure 39. Esempi della forma a spirale in natura:
Broccolo romanesco.

Il mondo organico offre una serie di esempi esplicativi a cui si può applicare la simbologia dei due parametri individuati. Come in natura così in un brano musicale ogni elemento è interdipendente e trova piena realizzazione nello sviluppo temporale delle relazioni. La musica indiana concepisce il dispiegarsi di un *rāga*, struttura melodica, come lo sbocciare di un fiore durante il quale non si perde mai il contatto con il seme che potenzialmente lo conteneva. Il suono fondamentale non costituisce solo un riferimento per i rapporti tonali, ma racchiude in sé un'idea musicale con caratteristiche specifiche. Un *rāga* è “un ‘entità musicale dinamica con una forma unica, che incarna un'unica idea musicale” (Bor 1999: 1). L'oscillazione attorno ad una nota di riposo principale, *Sa*, rappresenta simbolicamente questa connessione stretta tra atto (musica/fiorire) e potenza (*sa*/seme) in senso aristotelico. Il suono cercato in questa musica è un suono vivo ed espressivo, che respira, esita, ma non si spinge agli estremi e si mantiene vicino alla propria origine, *Sa*, punto di riferimento: per coglierne le minime variazioni bisogna osservarlo o ascoltarlo con attenzione.

I parametri individuati, circolare e lineare, costituiscono due principi antitetici dalle numerose valenze simboliche che risultano funzionali alla ricerca sul canto devozionale sikh come rappresentazione della messa in relazione di binomi di opposti. Ipotizzando uno sviluppo di lavoro futuro in senso interdisciplinare, credo che possano essere ulteriormente approfonditi e combinati con approcci maggiormente matematico-scientifici.

4.6 Analisi acustica

L'analisi acustica delle caratteristiche timbriche e fonologiche si è rivelata doverosa e utile per il ruolo principale attribuito al testo in una performance di *śabad kīrtan*.

L'utilizzo di uno spettrogramma combinato con dati visivi mi ha permesso di ricreare più punti di vista di uno stesso evento. In figura 40 è rappresentata una finestra tipo del lavoro di analisi.

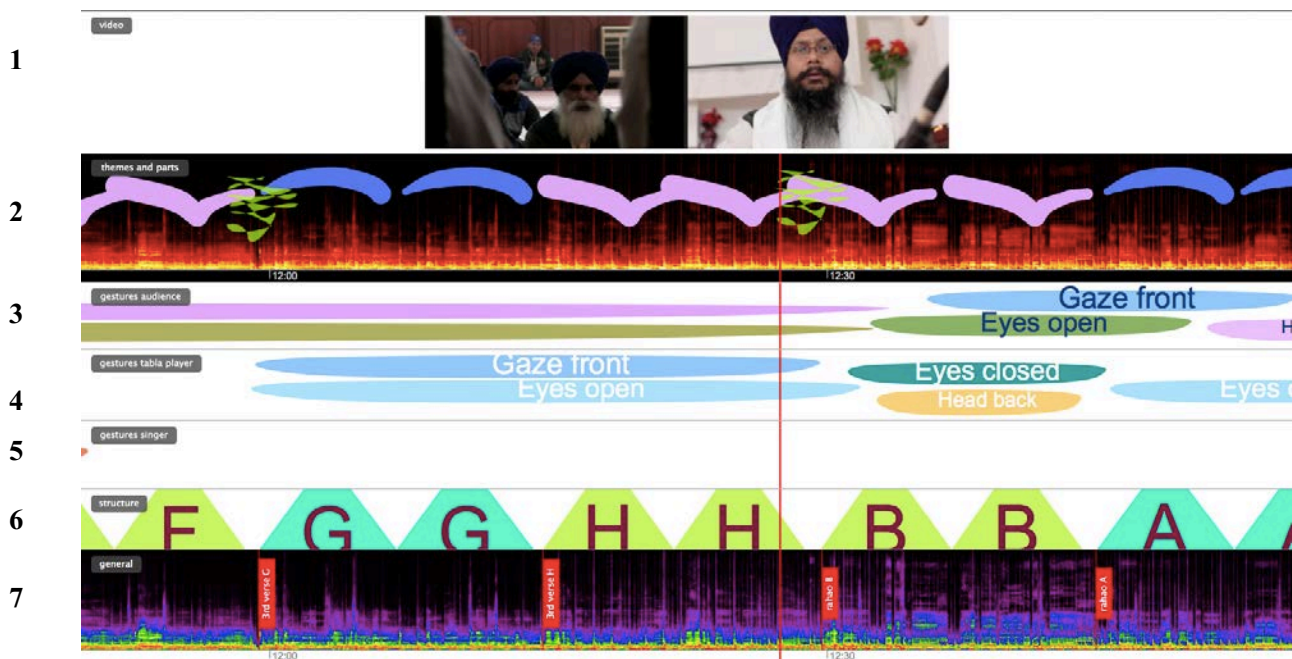


Figura 40. Finestra di lavoro di Eanalysis; ogni riquadro rappresenta una prospettiva diversa:

1. still da video;
2. spettrogramma con parti cantate e parti strumentali;
3. gesti del pubblico in ascolto;
4. gesti del tablista;
5. gesti del cantante principale;
6. la struttura del brano;
7. spettrogramma con attacchi.

Le finestre di cui mi sono avvalsa sono le seguenti e rappresentano 7 prospettive diverse:

1. foto delle riprese contemporanee estratte dai video;
2. spettrogramma su cui sono evidenziati i temi A e B, gli interventi dei *tablā*, gli assoli di *harmonium*;
3. forme grafiche che rappresentano i gesti del pubblico in ascolto;
4. forme grafiche che rappresentano i gesti del tablista;
5. forme grafiche che rappresentano i gesti del cantante principale;
6. forme grafiche che rappresentano la struttura del brano: il trapezio indica le parti cantate e il rettangolo le parti strumentali; i colori distinguono i temi della voce e dell'*harmonium*; le lettere indicano il materiale testuale dell'inno (A-H) e i soli di *harmonium* (S);
7. spettrogramma in cui ho indicato gli attacchi;

La molteplicità delle dimensioni analitiche mi ha consentito di trovare delle linee guida rispetto alle qualità timbriche delle due voci in relazione all'emoività specifica dello stato di *sahaj*. A partire dal video ho isolato alcuni momenti che mi sono sembrati significativi di diversi stati e ho approfondito evidenziando eventuali microvariazioni nella produzione sonora.

Riassumo brevemente il video dei musicisti in termini dell'emoività da loro espressa. Ogni inizio di verso è caratterizzato da un ritorno alla quiete, sottolineato sia dagli occhi chiusi del cantante principale, che con questo gesto sembra cercare una concentrazione particolare per incarnare al meglio il canto, sia dall'intensità moderata con cui avviene la ripresa della strofa dopo la parte solista dell'harmonium. Il piano dell'inizio della strofa costituisce un punto di riferimento del brano alternativo al ritornello e al tema B; dal punto di vista delle emozioni rappresenta un punto di maggiore calma e linearità espressiva.

L'inizio del brano, in cui si elencano colpe e demeriti, viene eseguito con un atteggiamento distaccato ma allo stesso tempo profondamente sentito, paragonabile al senso di accettazione insieme a una grande umiltà. Anche nella terza strofa in cui si propone la soluzione della comunità del Gurū, questo atteggiamento viene mantenuto da entrambi i musicisti. Nella seconda parte del brano, in corrispondenza del ritornello, dove il poeta supplica Gurū Rāmdās, si sente una generale eccitazione che crea un vero e proprio climax la cui intensità diminuirà sul finale.

I segnali musicali di questo climax sono dati da:

1. presenza della seconda voce in raddoppio all'ottava da parte del tablista;
2. un ritmo più marcato dovuto ad un aumento di volume dei *tablā*;
3. un aumento del volume generale sia degli strumenti che delle voci.

Il tablista esegue la seconda voce con la testa reclinata all'indietro e gli occhi chiusi come già descritto, il volume della voce è alto ed esprime un certo sforzo che fa sconfinare il canto a piena voce verso il gridato. In alcune esecuzioni è capitato che non potesse raggiungere la nota, creando una sensazione d'incompiutezza. La soglia tra la voce propriamente sonora e quella un po' strozzata del grido costituisce un elemento timbrico di grande pathos durante la performance. Dal confronto con altre esecuzioni posso affermare che generalmente la seconda voce appare dopo la metà del brano contribuendo a creare un picco di intensità emotiva. La drammaticità della voce di Kushal, il tablista, è penetrante e crea un andamento dinamico piuttosto comune a tutte le esecuzioni. Un inizio sommesso da cui il dispositivo della ripetizione prende le mosse per creare un'accumulazione che sfocia in un picco di intensità per poi concludersi nuovamente con toni sommessi.

Attraverso l'ascolto e la visione di gesti in modo ravvicinato ho individuato due esempi di microvariazioni delle qualità timbriche che possono dare indicazioni delle intenzioni espressive.

Nella figura 41 è rappresentata l'intonazione della vocale *i* della parola *sarnāī* nella seconda ripetizione del tema B all'inizio del brano.

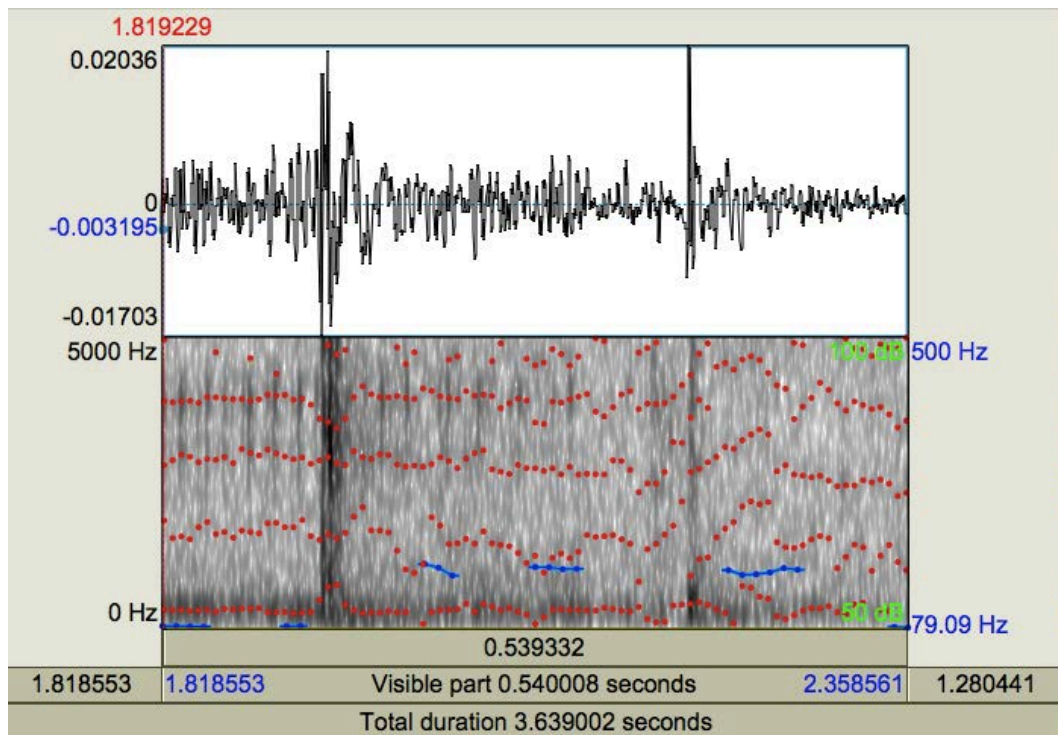


Figura 41. Spettrogramma del suono vocalico *i* di *sarnāī*.

In questo estratto si nota come la voce si spegne all'esaurirsi del respiro, facendosi più roca, ma eseguendo, comunque, un *gamaka*, ornamentazione di oscillazione rapida e secca su una nota.

In notazione occidentale:



Figura 42. Frammento del brano con ornamentazioni (battute 7-8).

Come si vede nello spettrogramma il suono vocalico *i* appare secco e discontinuo, indicato dalle righe nere verticali in corrispondenza della formante più acuta. Il suono si mantiene sulla frequenza del mib2 smorzando la sua intensità. Il momento di esecuzione corrisponde, come si è detto, all'inizio del brano, momento in cui il cantante, con un lieve accompagnamento

dell'harmonium fisso sulla nota fondamentale, si sta intonando con il *rasa*, il sapore, del *rāga*, la melodia. Si accinge a cantare le lodi del quarto Gurū, la cui virtù celebrata è il *seva*, il servizio disinteressato a favore della comunità. L'atteggiamento è di concentrazione assorta, gli occhi sono chiusi, l'esecuzione indugia su alcune ornamentazioni facendo trasparire un senso di trasporto. La relazione della voce con il respiro è evidenziata da questo spegnersi del suono, come un immergersi nel silenzio, in cui il cantante sembra compiacersi o comunque soffermarsi come a lasciarsi guidare dal suono stesso senza alcuna fretta per l'attacco successivo. La voce di Rishipal appartiene al registro medio, con un timbro chiaro e un'estensione piuttosto ampia anche se si mantiene nel registro di due ottave. Qui la voce si rivela nella sua nudità, come umile e consapevole dei propri limiti, facendosi figura simbolica dell'uomo. È un momento importante in cui il musicista afferma la propria intenzione a farsi veicolo dell'esperienza di unità.

Nella figura seguente, invece, appare la rappresentazione spettrografica dell'esecuzione del suono vocalico *a* sulla parola *Rāmdās* da parte del tablista verso la fine del brano.

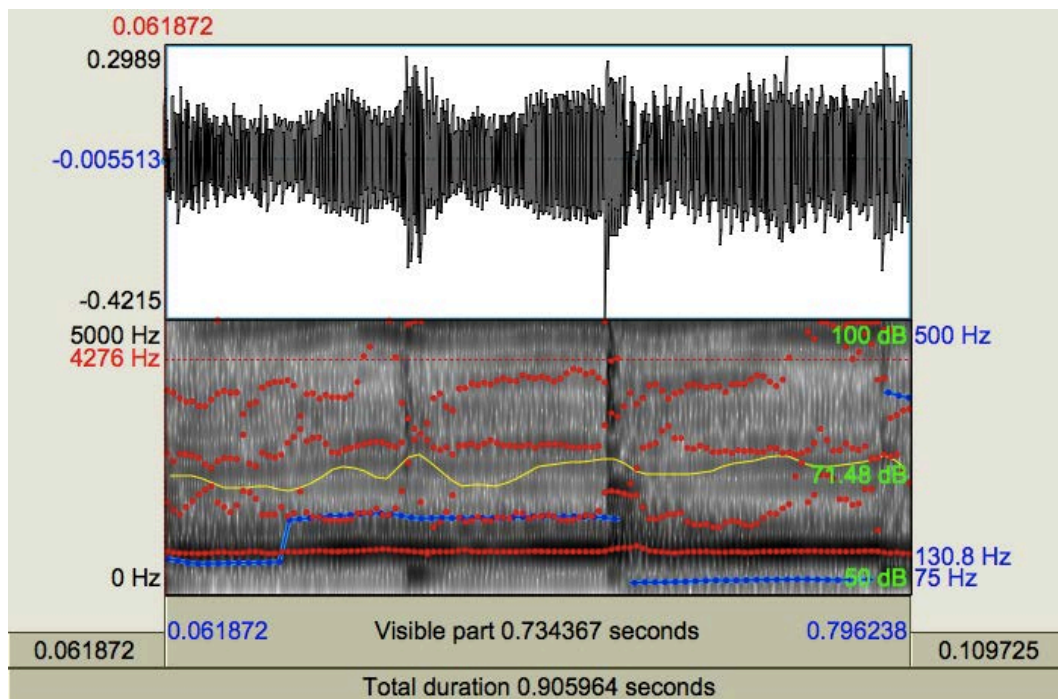


Figura 43. Spettrogramma del suono vocalico *a* in *Rāmdās*.

In questo estratto il tablista sta cantando in raddoppio all'ottava superiore ed esegue un'ornamentazione muovendosi dal lab3 al mib3. Le note eseguite sono molteplici e creano un effetto a zigzag discendente detto *zamzamā*. Nella trascrizione ho cercato di rendere al meglio la modalità esecutiva. Ho aggiunto anche i *kana*, le ornamentazioni in cui si esegue una nota sfiorando prima quella che la precede o la segue, per rendere conto della complessità di intonazione.

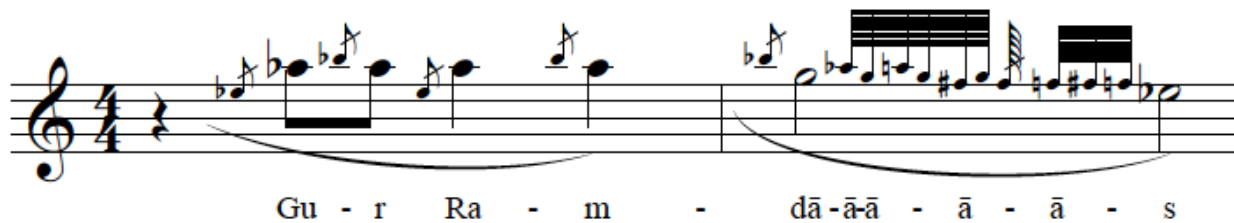


Figura 44. Frammento del brano con ornamentazioni (battute 284-285).

Nello spettrogramma di figura 43 si possono osservare le formanti caratteristiche della seconda voce, che creano il movimento circolare, di oscillazione attorno ad una nota e allo stesso tempo il movimento lineare di discesa dal lab3 al mib3.

Come anticipato a conclusione dell'analisi del testo, credo sia auspicabile un approfondimento dell'analisi timbrica soprattutto in senso fonologico. I due estratti sono solo due piccoli esempi del lavoro che si potrebbe fare per cercare indicatori sempre più significativi delle intenzioni espressive che a loro volta potrebbero rivelare stati emotivi soggiacenti. Anche in questo ambito si tratta di considerare microvariazioni basate sulla raccolta di numerosi dati. La voce in queste pratiche musicali possiede delle sfumature delicate che richiedono la creazione di metodi di indagine in grado di rispondere con adeguata sensibilità.

4.7 Analisi gestuale

L'osservazione dei gesti prende spunto dalle riflessioni di Martin Clayton e Laura Leante (Clayton, Dueck e Leante 2013) sul ruolo del corpo e dei gesti nella performance ai fini dell'attribuzione dei significati. Il taglio espresso dai due studiosi riguarda nello specifico il ritmo e il fenomeno di "entrainment", che, tradotto come sincronizzazione, fa riferimento al fenomeno fisico del trascinarsi, secondo cui le particelle di sistemi vibranti tendono, nel tempo, a vibrare in fase. Applicato al campo delle scienze umane questo concetto cerca di spiegare fenomeni di sistemi complessi come, per esempio, possono essere considerate delle performance rituali. Come si è visto nel capitolo precedente il ritmo costituisce un parametro importante rispetto al concetto di "fare insieme".

Come suggerisce M. Clayton (2013), ho osservato le immagini prive di audio per favorire la mia concentrazione su gesti anche minimi, in grado di fornire informazioni sui significati della performance. Il mio sguardo si è concentrato maggiormente su dettagli del viso come occhi e bocca e sui movimenti del corpo che si limitano al torso poiché i musicisti sono seduti e così anche il

pubblico. Ho seguito la metodologia che L. Leante (2013) ha adottato per la sua indagine sulla gestualità di musicisti indiani e ho individuato degli indicatori significativi:

1. occhi aperti o chiusi;
2. direzione dello sguardo;
3. movimento della testa: all'indietro; in avanti; oscillazione a destra e sinistra;
4. movimenti di oscillazione del corpo;

Per l'analisi dei gesti dei musicisti e del pubblico mi sono avvalsa del software FinalCut, una delle cui ultime versioni consente la visione di più tracce video contemporaneamente secondo l'idea di uno studio televisivo che ricrea punti di vista molteplici. La dislocazione dei dispositivi illustrata all'inizio del capitolo (vedi figura 27) denota, di fatto, l'intenzione di raccogliere dati audiovisivi secondo diverse prospettive. Sincronizzando le tracce video su un'unica traccia sonora ho annotato il più accuratamente possibile i gesti significativi e ho costruito la griglia degli indicatori.

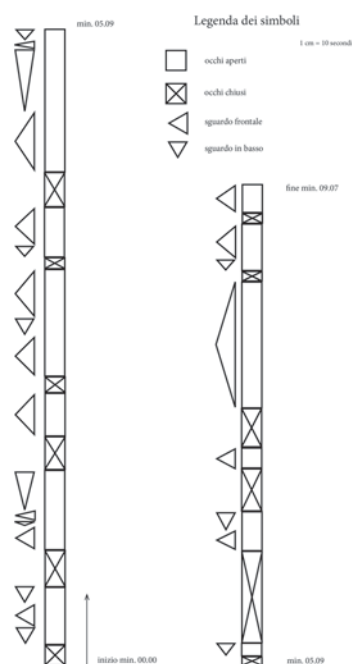


Figura 45. Schema dei gesti indicatori del cantante principale, ispirato al metodo Laban; relativo a:
 - apertura e chiusura degli occhi (rettangoli);
 - direzione dello sguardo (triangoli).

Non credo che lo studio sia esaustivo: avrebbe bisogno di comparazioni con brani diversi eseguiti dagli stessi musicisti, o con esecuzioni degli stessi brani da parte di musicisti diversi o, ancora, esecuzioni degli stessi brani da parte degli stessi musicisti, ma in momenti diversi. Rispetto al mio lavoro di campo l'individuazione di questi indicatori si colloca come un punto di arrivo dell'osservazione e della frequentazione dei miei informatori e del tempio in generale. Considerando che l'analisi ricerca l'espressione di equilibrio negli elementi formali musicali e in

quelli extramusicali, l'osservazione dei gesti permette di riconoscere alcune manifestazioni di intenzioni espressive riconducibili allo stato di *sahaj*. Ma nonostante la griglia degli indicatori e la visione dei video delle performance con i miei informatori, non è possibile individuare chiaramente e inequivocabilmente il momento in cui qualcuno raggiunge lo stato di *sahaj*. Come già descritto dai musicisti si tratta, spesso, di un avvenimento repentino, di un “click” secondo cui un momento si assapora questo stato e il momento dopo tutto è già svanito. L'individuazione è complicata dal fatto che i gesti cosiddetti indicatori, come gli occhi chiusi o l'oscillazione della testa e del torso o la posizione della testa all'indietro o in avanti, vengono effettuati non solo nel momento in cui ci si trova nello stato di *sahaj*, ma anche per propiziarlo.

Il concetto di grazia divina, già incontrato nei capitoli precedenti, si propone come spiegazione dell'impossibilità di avere una garanzia di raggiungere il *sahaj*, nonostante la codificazione delle tecniche di *simran*, ricordo attraverso la ripetizione, che questa dissertazione vuole approfondire. Chiudere gli occhi può, dunque, aiutare a concentrarsi, a sospendere il controllo della mente egoica e a lasciare che il “canto agisca da sé”; anche le leggere oscillazioni del capo o del torso sono gesti che insieme favoriscono lo stato di *sahaj*, ma che anche lo esprimono. L'ambiguità gestuale e la complessità di una performance di *śabad kīrtan*, rendono difficilmente evidente una corrispondenza diretta tra il materiale musicale e i gesti dei musicisti e del pubblico.

Dalle mie osservazioni risulta che i musicisti non si guardano mai in faccia durante l'esecuzione, ma mantengono un'altissima attenzione reciproca basata sull'ascolto. All'interno della dinamica di relazione tra gli esecutori, le immagini confermano una stretta corrispondenza con i loro ruoli. Pur non essendoci un vero e proprio solista, il tablista ha solitamente un ruolo di accompagnamento ritmico e seconda voce. Il ruolo del tablista si conferma nei gesti più frequenti ed evidenti in cui ascolta il cantante e adatta il ritmo, come si è visto nel paragrafo dell'analisi musicale. Tra i musicisti si instaura una forte sinergia che si esprime nel equilibrio rispettoso delle parti e nella sensibilità di risposta allo svolgersi della performance da cui si deduce una ricerca esecutiva con presenza e intenzione. La parte melodica e la parte ritmica si costituiscono come ennesima coppia di opposti che entra in una particolare relazione di complementarità.

Tu sai che questa musica, se non c'è il *tablā*, è incompleta.

(Rishipal Singh, conversazione personale 13 aprile 2017).

All'inizio del brano Rishipal, cantante principale, intona il tema B del ritornello con l'intento di esprimere e stabilire il *rasa*, il sentimento estetico del brano (figura 46). Le riprese mostrano la sua concentrazione e dedizione, mentre si possono osservare le diverse reazioni del pubblico maschile, piuttosto scarno in quel momento della performance. Qualcuno si guarda intorno,

qualcuno guarda fisso verso il basso, qualcun altro guarda verso la macchina da presa, un altro ancora chiude ogni tanto gli occhi. In generale posso dire che alcune persone conservano un apparente atteggiamento di poco coinvolgimento, non cantano e sembrano limitarsi ad essere fisicamente presenti; mentre altre persone si mostrano più partecipative fin dall'inizio per esempio cantando o, comunque, mantendo un atteggiamento introspettivo con gli occhi sia chiusi che aperti (vedi figura 47).



Figura 46. Still da video: pubblico poco partecipe



Figura 47. Still da video: pubblico più partecipe.

Un gesto ripetuto dai musicisti ad ogni inizio strofa è un leggero movimento della testa all'indietro con gli occhi chiusi (figura 48).

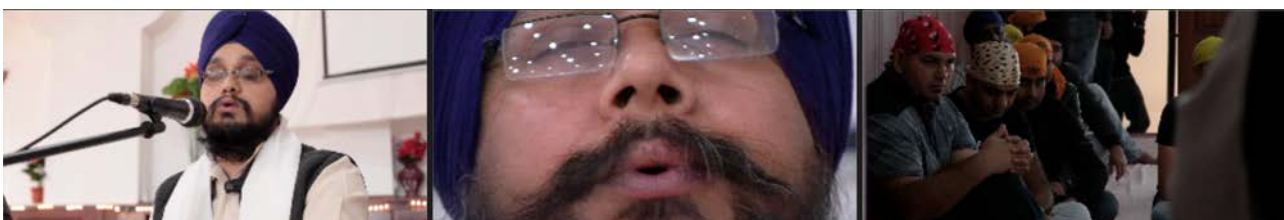


Figura 48. Still da video: movimento della testa all'indietro.

Come già sottolineato nel paragrafo precedente, questo gesto associato alla ripresa della strofa ad un volume basso evidenzia la ricerca dei musicisti di mantenere, o eventualmente recuperare, il

sentimento di estrema devozione originario del brano, concentrandosi su di sé nel momento presente.

Quando gli occhi sono aperti lo sguardo dei musicisti si dirige in direzione frontale, verso il pubblico, ma senza soffermarsi su qualcosa in particolare: solitamente è uno sguardo che si può definire aperto, lineare e non focalizzato, ma assorto. (figura49)



Figura 49. Still da video: sguardo frontale dei musicisti.

Altre volte, invece, i musicisti guardano verso il basso: Kushal, tablista, raramente guarda i tablā e si limita ad uno sguardo fisso verso il basso e leggermente davanti a sé, mentre Rishipal, cantante, guarda le dita sulla tastiera, soprattutto, nei momenti di assolo dell'harmonium o il telefono, posto sullo strumento, che utilizza come fonte del testo dell'inno (figura 50).

Il tablista non ha nessun testo di supporto durante l'esecuzione e si affida esclusivamente alla propria memoria, molto probabilmente perchè segue il cantante principale.



Figura 50. Still da video: sguardo verso il basso e uso del telefono (particolare).

La questione della direzione dello sguardo e la sua qualità suscitano delle riflessioni rispetto al concetto di *sahaj* in termini di interno ed esterno. Se l'atto di chiudere gli occhi denota immediatamente un'intenzione di introspezione e di immersione nella propria individualità interiore, il tipo di sguardo rivolto al pubblico non si può definire come unicamente proiettato verso l'esterno. Questo sguardo che ho definito "aperto" si configura come un tentativo di mantenere la

propria concentrazione e presenza, pur nella consapevolezza dell'ambiente circostante. Anche in questo caso si ritrova l'aspetto di messa in relazione tra due opposti, racchiuso in una formula in grado di abbracciare il paradosso.

In una performance di *śabad kīrtan* le esperienze di relazione e in particolare di unità degli opposti, sembrano essere molteplici e ognuna di esse concorre alla costruzione di un'opportunità di connessione divina. La molteplicità di situazioni e individui, pur con un intento comune, crea una situazione complessa e diversificata in cui ogni persona vive la sua esperienza. È piuttosto comune che durante una performance vi siano persone che vanno e vengono continuamente; che i bambini corrano e giochino, più o meno rispettosamente, per il tempio; che qualcuno consulti il telefono; che qualcuno faccia foto o riprese; che qualcuno canti; che qualcuno sia assorto. In un sistema così complesso non è semplice individuare la risposta del pubblico in relazione allo stato emotivo dei musicisti. Nella figura 51 si può vedere come lo spettatore in secondo piano, preso come riferimento in uno dei punti di vista di EAnalysis, canta con un atteggiamento assorto e gli occhi chiusi. La ripresa è estratta dall'ultima parte del brano, giusto qualche secondo prima che il tablista (Kushal Singh) esegua la seconda voce sul ritornello. A prima vista lo spettatore sembra molto concentrato, ma quando Kushal Singh reclina la testa all'indietro per raddoppiare all'ottava superiore (figura 52), apre gli occhi e si guarda attorno.



Figura 51. Still da video: Kushal (tablista) sta per entrare in eseguire la seconda voce in raddoppio all'ottava; l'uomo del pubblico in secondo piano è assorto e canta.



Figura 52. Still da video: Kushal (tablista) esegue la seconda voce in raddoppio all'ottava; l'uomo del pubblico in secondo piano apre gli occhi e si guarda in giro nel momento di massimo *pathos*.

Il contrasto con l'andamento del brano che ha raggiunto il suo picco di maggior intensità e con lo stato del tablista che raccoglie la propria concentrazione per creare e sostenere il *pathos* del momento, è molto forte. Eppure non è un'esperienza spaesante per chi è abituato alla collettività e ha familiarità con il subcontinente indiano: la presenza massiccia di individui determina la compresenza di azioni e situazioni che creano l'immagine del "caos" indiano. Nella mia esperienza di frequentazione del tempio ho potuto notare come la capacità di condividere uno stesso spazio dedicandosi ad attività diverse sia una prerogativa piuttosto comune, con livelli di sopportazione molto elevati al rumore. Le lezioni di canto che ho frequentato non erano minimamente strutturate ed era molto facile che ogni studente praticasse individualmente pur stando nella stessa stanza.

Alla luce di queste ultime considerazioni sul modo di vivere ed esperire la relazione tra interno ed esterno facilitato da una performance di *śabad kīrtan*, mi chiedo quale possa essere il meccanismo alla base e i fattori che collaborano al consolidamento di questa capacità di mantenersi dentro e fuori allo stesso tempo. Se i due poli di intenzione e grazia giocano un ruolo fondamentale nel raggiungimento dello stato di *sahaj*, come anche l'analisi sembra dimostrare, che ruolo riveste la musica esattamente? Il prossimo capitolo si occupa del concetto di intossicazione descritto nel libro sacro attraverso la ripetizione, il *jāpa*.

CAPITOLO 5: *Jāpa*, ripetere

5.1 Dall'esterno all'interno, dall'interno all'esterno

Recenti studi della psicologia cognitiva (Heysenk & Keane 2012: 287) hanno confermato che alcune aree del nostro cervello sono attivate da esperienze pregresse secondo linee di collegamento di eventi compreso il linguaggio. Una parola ha il potere evocativo in grado di attivare i canali neuronali collegati con le associazioni che si sono costruite e stratificate nel tempo della nostra vita. Le azioni compiute ogni giorno hanno un impatto sulla nostra forma di pensare e sulla nostra visione del mondo. Scardinare questi percorsi prestabiliti è il compito di molte terapie psicofisiche volte al ripristino del benessere della persona. Di fatto la teoria dei neuroni specchio mostra come la semplice osservazione dell'azione di un'altra persona corrisponde all'attivazione delle stesse aree del cervello necessarie all'azione, senza che questa sia compiuta dal soggetto (Heysenk & Keane 2012: 106). La sovrapposizione tra esperienza interiore, linguaggio e azione che si è, più volte, incontrata nel corso di questa dissertazione a proposito del *sikhismo*, mi induce a fare una riflessione tenendo conto delle ultime teorie di studio sul funzionamento del nostro cervello.

La via indicata da Gurū Nānak, il primo Gurū sikh, per raggiungere lo stato di *sahaj* è quella del *Nām simran*, il ricordo del Nome; a questo proposito ho affrontato i primi due modi, dei tre indicati nel capitolo 1, in cui si può praticare il ricordo: *kīrtan*, il canto devozionale, e *seva*, il servizio disinteressato. In entrambi si è visto come l'azione effettuata abbia una serie di ripercussioni sullo stato mentale dell'individuo, il quale, a sua volta, influenza il significato dell'azione stessa e la sua lettura dall'esterno. Si è riflettuto, inoltre, su alcuni fattori importanti del processo, quali l'intenzione o la predisposizione all'esperienza di unione, e il rapporto di reciproca influenza tra i partecipanti all'evento, sia nel senso della performance musicale che di un lavoro.

Il concetto di sintonizzazione si dimostra fondamentale in questo movimento bidirezionale tra interno ed esterno. Nel *Śrī Gurū Granth Sāhib* si trovano diverse espressioni in riferimento, fra le quali:

- *citt*, intento, consapevolezza, cuore, mente;
- *surat*, consapevolezza o attenzione;
- *liv*, concentrazione profonda e continua o amore profondo e continuo;
- *rātī*, immerso, assorto;

Nelle traduzioni, spesso, sono accompagnati dall'aggettivo "in armonia con" o "accordato con" o "in sintonia con" proprio per sottolineare la stretta relazione fra lo stato mentale e il suono¹.

Il *Gurmukh* è in sintonia con la Parola dello *Śabad*, come suo emblema² ||1|| (SGGS: 414).

Oh mente mia, sintonizzati sul *Nām*, troverai pace³ (SGGS: 38).

Questa relazione si fa così stretta che in innumerevoli passi del libro si utilizza l'espressione "intossicarsi" o "essere intossicato" dal *Nām* per indicare la totale integrazione degli insegnamenti della parola divina.

L'anima-sposa che è senza il suo amato Sposo, è completamente sola.

È ingannata dall'amore della dualità, senza la Parola degli inni del Gurū.

Senza la Parola del suo Amato, come può attraversare l'infido oceano? L'attaccamento a Maya, l'ha portata alla deriva.

Rovinata dalla falsità, è abbandonata dal suo Signore sposo. L'anima-sposa non raggiunge la dimora della sua Presenza.

Ma colei che è in sintonia con la Parola del Gurū, è intossicata da amore celestiale; notte e giorno, resta assorta in Lui.

Oh Nanak, quell'anima-sposa che rimane costantemente assorta nel Suo Amore, è unita dal Signore a sé stesso⁴ (SGGS: 244).

Già ho accennato all'immagine simbolica della relazione d'amore che metaforicamente rappresenta l'anelo dell'anima al ricongiungimento con Dio. Anche in questo caso la parola divina in forma di composizione poetica è il mezzo che rende possibile l'unione, sovrapponendo il concetto di sintonia con quello di intossicazione. In questo altro passo di Gurū Arjan si nota come i termini amore/parola siano intercambiabili: si può essere intossicati dall'amore o dalla parola, ma lo stato mentale è simile, confermando la correlazione tra esperienza e linguaggio dovuto alle diverse accezioni di *Nām*, come si è mostrato più volte.

¹ Ricordo che secondo la cosmologia indiana vi è una vibrazione cosmica che pervade ogni cosa, *Nād*, ed equivale all'Intelligenza suprema, Dio.

² "The Gurmukh is attuned to the Word of the Shabad, as his Insignia".

³ "Oh my mind attuned to the Naam, you shall find peace".

⁴ "The soul-bride who is without her beloved Husband is all alone. / She is cheated by the love of duality, without the Word of the Gurū's Shabad. / Without the Śabad of her Beloved, how can she cross over the treacherous ocean? Attachment to Maya has led her astray. / Ruined by falsehood, she is deserted by her Husband Lord. The soul-bride does not attain the Mansion of His Presence. / But she who is attuned to the Gurū's Śabad is intoxicated with celestial love; night and day, she remains absorbed in Him. / O Nanak, that soul-bride who remains constantly steeped in His Love, is blended by the Lord into Himself".

Devi essere pervaso (*rāṭī*) dall'amore del Signore, e intossicato con il nettare del *Nām*⁵ (SGGS: 259).

Ma riprendendo l'idea di un movimento tra interiorità ed esteriorità, cosa significa essere sintonizzati al punto da definirsi intossicati dal *Nām*? Da un lato la ripetizione di un gesto, e intendo in questo caso sia un atto linguistico che fisico, contribuisce ad indurre uno stato mentale, dall'altro l'esperienza interiore vissuta si manifesta nei gesti che si compiono.

Come si esprime (riconosce), dunque, una persona intossicata dal *Nām*?

In *śabad kīrtan* si è osservato che lo stato di *sahaj* è sia indotto che espresso da una forma di contenimento da parte dell'esecutore. I musicisti, dosando il manierismo e le proprie emozioni, creano una sorta di silenzio interiore per ascoltare una voce superiore, assimilabile ad un creare vuoto per fare spazio, per rendere possibile la connessione costante. La delicatezza e la sottigliezza dei gesti (chiudere gli occhi, reclinare leggermente il capo in avanti o all'indietro, dondolarsi) sottolinea la precarietà dello stato stesso, confermata anche dai miei interlocutori. Come se il limite tra l'essere in contatto e il non esserlo fosse così sottile che ogni minima distrazione è una minaccia alla perdita di connessione. Nell'analisi dei brani è stato descritto come un equilibrio dinamico, una sorta di zona liminale di grande movimento in cui in un attimo ti trovi da un lato o dall'altro del confine. Anche nel *seva*, dove la fisicità è molto più prominente poiché si tratta, il più delle volte, di un lavoro che coinvolge il corpo e l'interazione tra individui, lo stato di *sahaj* si manifesta come un essere totalmente assorti e immersi in ciò che si sta facendo. Le chiacchiere sono minime, non regna il silenzio, ma sono molto rari i momenti di eccesso. Si può dire che la compostezza e la cura mantenuta nell'eseguire il proprio compito dà origine ad una sorta di eleganza e fluidità anche nei momenti di confusione più alti, come quello del lavaggio dei piatti durante il pranzo. Dai video si nota come la maggior parte delle azioni sono ben codificate ed eseguite con concentrazione e in una sorta di sincronia elastica. Con questo ultimo termine intendo sottolineare la qualità di un ritmo non meccanico e sempre uguale a sé stesso, ma un ritmo fatto da elementi interdipendenti in grado di aspettarsi o rincorrersi per costruire al più presto una regolarità, come ci fosse una tendenza comune.

⁵ "You shall be imbued with the Lord's Love, and intoxicated with the Nectar of the Naam".



Figura 53. Performance di *shabad kirtan* al tempio di Odivelas: da sinistra Rishipal Singh (mio interlocutore principale), Kuldeep Singh, Kushal Singh.

In questo senso si può parlare di incorporazione (embodiment) del *Nām* attraverso un doppio passaggio: dal gesto (esterno) allo stato (interno) e viceversa. Riprendendo le parole dei Gurū il *Gurmukh*, colui che ha il volto rivolto a Dio, e che, quindi, ha fatto l'esperienza di unione, non può fare altro che esprimere la sua trasformazione nei suoi pensieri, nel suo linguaggio e nelle sue azioni, ovvero in un movimento di espansione verso l'esterno. Il *Nām*, la parola, si incarna, prende corpo negli esseri umani e questo fenomeno dà origine al concetto di Gurū in quanto essere umano. Ma, come si è detto, non è il solo modo in cui il *Nām* si incarna. Il libro sacro, frutto della creatività e del lavoro mentale di uomini che hanno vissuto la trasformazione del proprio ego, è, a sua volta, un'incarnazione del *Nām* e per questo i sikh lo hanno "umanizzato" e lo trattano con altissimo rispetto.

5.2 Il libro sacro: il gurū vivente

Il *sikhismo* condanna l'idolatria e concepisce Dio contemporaneamente come *nirgun*, senza attributi, (trascendente) e *sargun*, con attributi, (immanente) per questo bisogna fare una distinzione rispetto al concetto di venerazione del libro sacro. Quando i devoti sikh si inchinano di fronte alle sacre scritture, non credono che il libro in sé sia divino, ma mostrano il profondo rispetto per il messaggio divino, cioè le idee e i valori in esso espressi.

Il *Nām* incarnato nel libro sacro, il *Śrī Gurū Granth Sāhib*, occupa il posto centrale del tempio sikh. Ogni devoto che entra nel tempio per rendere omaggio al libro segue un rituale prestabilito:

- In segno di rispetto si toglie le scarpe e si copre il capo: dei fazzoletti appositi si trovano all'entrata, messi a disposizione per chi non ne è fornito.
- Sempre all'ingresso del tempio sikh, si lava le mani e i piedi.
- Quando entra nella sala principale dove si trova il libro, il *darbar*, si mette in fila al centro, aspettando il suo turno, generalmente con le mani giunte; quando è di fronte al libro, se vuole, lascia un'offerta e si inginocchia portando la fronte a terra.
- Rialzatosi, può prendere posto nella sala oppure eseguire la circumambulazione, ovvero camminare attorno al libro in senso orario, come è diffusamente praticato nell'Indusimo (*pradakśina*).
- Una volta seduti si riceve il *prasād*, un budino dolce fatto di farina, ghee (burro chiarificato) e zucchero, simbolo della grazia ricevuta da Dio. Chi riceve pone entrambe le mani giunte a coppa e attende che una persona incaricata lasci cadere una porzione di cibo nelle sue mani⁶.



Figura 54. Sala principale del tempio di Odivelas durante una cerimonia della domenica mattina. Al centro si trova il baldacchino con il libro sacro attorno al quale si esegue la circumambulazione. Sulla destra il palco con i musicisti.

⁶ Il *prasād* è un cibo benedetto preparato nella cucina del tempio recitando inni del libro sacro e, una volta pronto, è collocato nei pressi del libro sacro, coperto da un panno. Qui riceve la benedizione del canto sacro e della preghiera della liturgia sikh ed in seguito è distribuito ai presenti indistintamente ricordando loro l'uguaglianza e l'unità.

Il libro, considerato come un Gurū vivente, riceve una serie di attenzioni secondo un preciso rituale che va dal momento del risveglio, all'alba, fino a sera. Durante le ore notturne il libro viene chiuso, avvolto in diversi panni di cotone bianco e ricoperto da un pezzo di stoffa rettangolare di seta ricamata, la *rumalla*. In alcuni templi, come si è visto nel capitolo 3 nella descrizione degli spazi del tempio di Odivelas, vi è una stanza, detta *sachkhand*, adibita al “riposo” del libro sacro, che è collocato su un vero e proprio letto.

Il rituale che accompagna il libro sacro nella sua giornata tipo presso il tempio di Odivelas è scandito in tre momenti principali:

- 1) la mattina, alle prime ore del giorno, si celebra la cerimonia del *prakash*, per portare il libro dalla stanza da letto alla sala principale del tempio. Questa cerimonia si suddivide in ulteriori momenti:
 - a. l'officiante, che può essere il *granthi*, gestore del tempio, o un *sevadar*, volontario, solleva il libro con entrambe le mani e lo posiziona sulla testa su cui è collocato un pezzo di stoffa di cotone e lo trasporta alla sala principale, mentre i presenti recitano o un inno o semplicemente *sat nām wahegurū*. Il libro è, quindi, collocato su dei cuscini sul palco rialzato, *manji sahib*, al centro della sala principale;
 - b. il libro viene aperto in modo casuale e l'officiante legge il primo inno della pagina di sinistra, il quale costituisce il cosiddetto *hukam*, messaggio quotidiano;
 - c. si esegue il canto devozionale, *śabad kīrtan*;
 - d. si recita una preghiera, l'*ardās*, in cui i devoti si alzano in piedi e l'officiante, dopo aver invocato Dio e i Gurū sikh e aver ricordato la devozione sikh, pronuncia una preghiera improvvisata a seconda della circostanza e delle necessità.
- 2) Durante il giorno il libro sacro rimane aperto, ma coperto da due *rumalla*, stoffe di seta ricamate. In qualsiasi momento e per qualsiasi esigenza può essere consultato da chiunque, rispettando gli accorgimenti necessari del canone.
- 3) Alla sera il libro è accompagnato nella sua stanza con un altro cerimoniale che consiste in:
 - a. lettura del *raharās*, il secondo inno del libro sacro che corrisponde alla preghiera della sera;
 - b. performance di *śabad kīrtan*, canto devozionale;
 - c. recitazione dell'*ardās*, preghiera;
 - d. chiusura del libro avvolto con diversi panni di cotone e trasporto sulla testa dell'officiante seguito dai partecipanti che cantano nuovamente *satnām wahegurū* e suonano percussioni (*Mṛdang*, tamburo cilindrico a due pelli, *manjīrā*, cimbali di

metallo, *khartal*, due blocchi di legno con sonagli di metallo, *cimṭa*, sonaglio a tenaglia);

- e. collocazione del libro sul letto della stanza; la porta della stanza viene chiusa e la cerimonia si conclude con il saluto *Wahegurū ji ka Khalsa, Wahegurū ji ki Fateh*.

Sia al passaggio del libro trasportato dall'officiante che di fronte alla stanza chiusa, i devoti si inchinano a terra in segno di rispetto e saluto.

Il libro, oltre ad essere consultato su richiesta o ad essere letto durante le cerimonie della mattina e della sera, quasi tutti i fine settimana viene letto ininterrottamente dall'inizio alla fine. Questo rituale è chiamato *akhand pāth*, lettura ininterrotta: i lettori si alternano ogni due ore sia di giorno che di notte. Solitamente inizia il venerdì verso le dieci e termina alla stessa ora della domenica a cui segue la cerimonia abituale. Durante la lettura, che ho potuto osservare almeno una ventina di volte nel corso della mia ricerca, spesso vi è un *sevadar*, volontario, che agita cortesemente il *caur*, un bastone con dei lunghi peli di yak ad una delle estremità, al di sopra del libro sacro in segno di rispetto e devozione. Questa usanza deriva dall'antica tradizione delle famiglie indiane in cui i membri più giovani eseguivano questo servizio verso i più vecchi durante la stagione calda. Agitando il *caur* creavano una brezza per rinfrescare la persona e scacciavano le mosche. Lo stesso trattamento si ritrova presso le corti dell'impero Mughal e presso i Gurū: è simbolo di rispetto ed onorificenza. Nell'epoca moderna, pur non essendo necessario poiché molti templi sono dotati di aria condizionata o ventilatori, è rimasto il valore simbolico di questo gesto e, nel contesto del *sikhismo*, rafforza l'idea del libro trattato e rispettato come fosse una persona.

A questo proposito altri segni di rispetto che gli sono riservati durante la lettura sono: il lavaggio delle mani prima di iniziare la lettura; l'uso di una stola sulle spalle, una estremità della quale viene tenuta davanti alla bocca per evitare contaminazioni del libro con la saliva; lo spolvero accurato di ogni pagina non appena questa viene voltata. Le attenzioni e la cura sono innumerevoli e assimilabili a quelle riservate ad una persona importante: i sikh chiamavano spesso i Gurū con l'appellativo di "vero re", il libro è l'incarnazione dello spirito di tutti i Gurū e i santi i cui inni vi sono inclusi⁷.

Considerati tutti questi rituali dedicati al libro, quale è la relazione con l'oggetto in sé? Quale è il rapporto con la parola divina nel mondo moderno in cui, come già accennato, si trova la versione integrale del *Śrī Gurū Granth Sāhib* in rete?

Di fatto si deve fare una distinzione tra il libro cartaceo in un solo volume e altre edizioni o formati. Quando la parola scritta del *Śrī Gurū Granth Sāhib* è in un solo volume gli viene riservato questo trattamento in qualità di essere vivente, ovvero il cerimoniale di risveglio e riposo; quando,

⁷ http://www.sikhiwiki.org/index.php/Chaur_sahib; consultato a gennaio 2017.

invece, è in più volumi o in formato elettronico si usano accorgimenti di rispetto, ma non il cerimoniale suddetto. In molte applicazioni si raccomanda di leggere a capo coperto e in un ambiente tranquillo; spesso si bloccano automaticamente le chiamate entranti per evitare disturbi durante la consultazione. Nelle lezioni di musica che ho frequentato sia i libri degli inni che i quaderni degli allievi non dovevano essere lasciati a terra o toccare i piedi poiché, contenendo le parole sacre, gli si deve portare rispetto. Quando mi è capitato di appoggiare a terra il mio quaderno, prontamente una mia compagna lo ha raccolto e si è portata la mano alla fronte in segno di riverenza alla sacralità della parola divina. Considerando, invece, altri formati, anche quando gli inni sono ascoltati o attraverso la radio o attraverso altri media (video o audio) è raccomandato di mantenere un atteggiamento consono, agendo in conformità ad una situazione di raccoglimento e preghiera. Questi accorgimenti e gesti ribadiscono la venerazione per il messaggio degli insegnamenti dei Gurū aldilà degli oggetti in sé: la parola è considerata divina ed efficace sia che essa sia scritta, pronunciata, cantata, ascoltata.

Quali riflessioni si possono ulteriormente fare rispetto alla recitazione della parola?

5.3 *Jāpa*: la parola recitata, cantillata, meditata

Il terzo modo di praticare *Nām simran* è la recitazione o la lettura delle scritture, che generalmente prende il nome di *jāpa*, ripetere. Secondo alcuni si dice *jāpa* quando è collettiva o ad alta voce, e *simran* quando è mentale; ma non vi è una definizione stretta e precisa e l'interpretazione varia da comunità a comunità. Nell'ambito della recitazione collettiva vi sono delle varianti all'*akhand pāth*, lettura ininterrotta dell'intero libro, e sono:

- *saptahik pāth*: la lettura completata in una settimana;
- *sahaj pāth*: la lettura lineare, ma senza limiti di tempo;

I sikh si recano al tempio sia per partecipare alle cerimonie e vivere un momento comunitario sia per praticare il momento di preghiera in modo individuale e personale. La fede sikh richiede ai devoti di recitare gli inni dei Gurū quotidianamente. In particolare l'ultimo Gurū, Gobind Singh, ha indicato 5 inni da recitare la mattina presto e 2 la sera, che vanno sotto il nome di *Nitnem*, la routine quotidiana⁸. Oltre alla lettura di inni, il *jāpa* viene eseguito con la ripetizione di parole di poche sillabe in forma di mantra. Nel capitolo 4 già si è incontrata l'espressione più utilizzata dai sikh per indicare il nome di Dio. Alcune sette sikh praticano la ripetizione di *wahegurū* in associazione a

⁸ Gli inni che appartengono alla pratica quotidiana sono i seguenti:

- mattina: Jap-ji Sahīb, Jāp Sahīb, Tav Praśad Swayya, Beynti Chaopai, Anand Sahīb;
- sera: Rahīras, Kīrtan Sohila.

particolari forme di respirazione, molto simile alla pratica del *dhikr*⁹ presso i musulmani. Ripropongo qui un'analisi di questa pratica così come mi è stata mostrata e spiegata da Rishipal, mio interlocutore principale.

5.4 La pratica di *Wahegurū simran*

Durante il nostro incontro presso il tempio di Somma Lombardo (provincia di Milano) a marzo 2017, dove in questo momento risiede, Rishipal mi ha illustrato come lui pratica il *wahegurū simran*. Innanzitutto ha specificato che non c'è un solo modo di pronuncia, questo dipende dalla situazione.

Ti siedi di fronte a Dio e inizi a ripetere. Dopo un po' senti dentro quale versione adottare, quale ti fa sentire più vicino a Dio. [...] ogni cosa cambia, dipende da ciò che senti nella situazione.

(Rishipal, intervista 28 marzo 2017)

Nell'analisi presentata la ripetizione del termine *wahegurū* viene eseguita con una particolare associazione al respiro: pronunciando *he* si inspira, mentre su *wa* e *gurū* si esira. Vi può essere anche una breve inspirazione appena prima di *wa*.

Il suono aspirato *he* assume così il ruolo di chiave di volta d'andamento della direzione del respiro. Rishipal ha sottolineato più volte l'importanza di questa rapida inspirazione.



Figura 55. Rishipal Singh, musicista e mio interlocutore, durante l'esecuzione di *wahegurū simran*

⁹ Questa pratica consiste nella ripetizione continua del termine Allah insieme ad una respirazione forte, spesso accompagnata da oscillazioni del torso avanti e indietro. L'ossigenazione dovuta alla forma di respirazione consente di entrare in stati alterati della coscienza.

Il *wahegurū simran* viene pronunciato in altri modi che il mio informatore mi ha mostrato:

- una versione cantata;
- la suddivisione della parola nei due movimenti del respiro: inspirando si pronuncia *wahe*, espirando *gurū*;

Presento qui l'estratto di una sola ripetizione della parola *wahegurū*. Ho utilizzato il software Praat, dedicato alla voce per approfondire la relazione tra l'aspetto sonoro e il significato del termine.

Le linee guida per l'analisi riguardano essenzialmente l'aspetto fonologico e il movimento del suono.

5.4.1 Analisi fonologica

Nelle figure sottostanti sono visibili gli spettrogrammi delle 4 sillabe che compongono la parola:

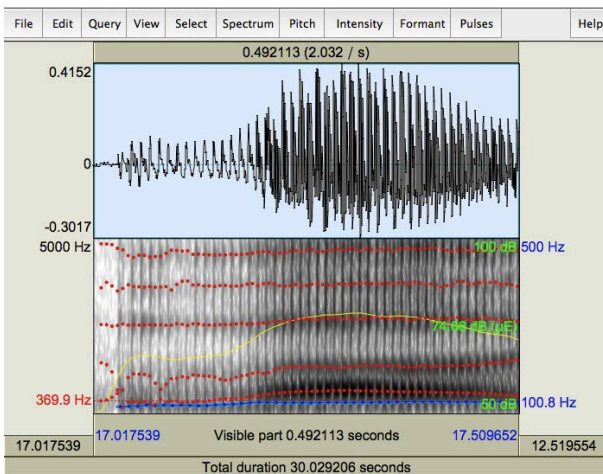


Figura56. Spettrogramma sillaba *wa*. (Praat)

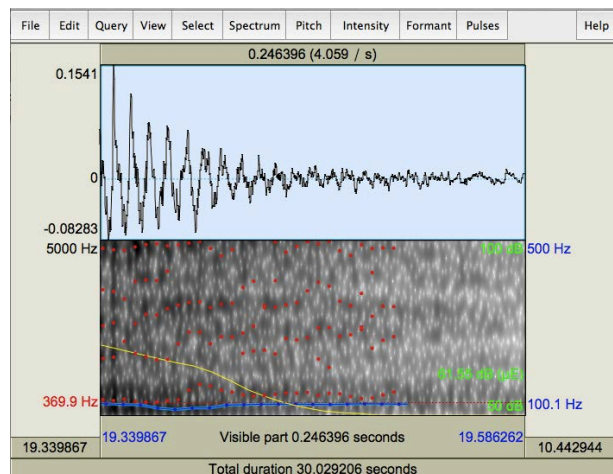


Figura 57. Spettrogramma sillaba *he*. (Praat)

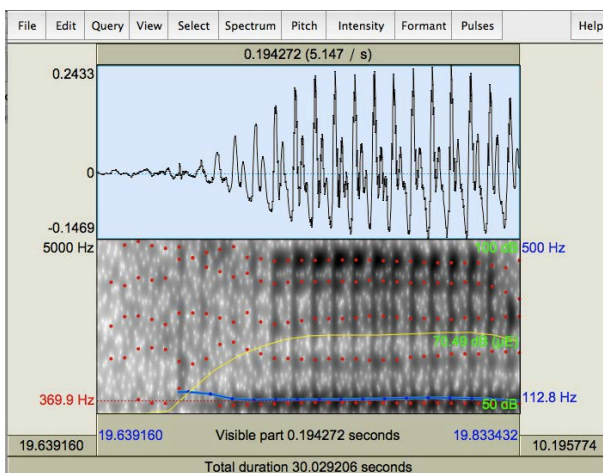


Figura58. Spettrogramma sillaba *gu*. (Praat)

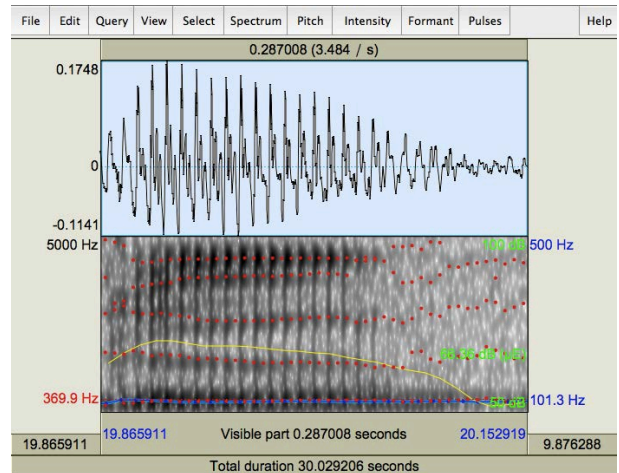


Figura 59. Spettrogramma sillaba *ru*. (Praat)

Dal punto di vista musicale la melodia della ripetizione si basa su un intervallo di seconda maggiore: le sillabe *wa* e *he* formano un intervallo di seconda minore ascendente a partire dal *fa#2*, mentre le sillabe *gu* e *ru* formano un intervallo di seconda discendente che termina sul *sol2*, un semitono sopra la frequenza di partenza.

Dagli spettrogrammi si osserva chiaramente la distinzione fra suoni vocalici, ricchi di formanti ben delineate, e consonanti dove, invece, il suono è meno polarizzato.

In punjabi la *w* è una semivocale bilabiale; per produrla le labbra si arrotondano e si protendono leggermente, ma mantengono uno spazio vuoto, non si chiudono totalmente. La lingua non interviene. È un suono che si produce nella parte più esterna dell'apparato fonatorio.

La *h* è una gutturale fricativa; per produrla la lingua si solleva nella sua parte posteriore e si avvicina al palato molle, restringendo il canale vocale, avvertendola così come un fruscio; L'aspirazione aumenta la sensazione di fruscio e contemporaneamente provoca l'abbassamento del diaframma e una sensazione di movimento del suono verso la profondità della gola e delle viscere.

La *g* è una gutturale sonora; si produce per il contatto della parte posteriore della lingua con il palato molle.

La *r* è una dentale vibrante; per produrla la punta della lingua si solleva leggermente e vibra toccando la parte posteriore degli incisivi.

La vocale *a* è una vocale aperta e centrale; la *e* è semichiusa e anteriore; la *u* è chiusa e posteriore.

Rispetto all'andamento del suono, le consonanti costruiscono un percorso che si può semplificare nel modo seguente: esterno-interno-interno-esterno; mentre le vocali: centro-esterno-interno-interno.

In entrambi i percorsi, il punto di svolta è costituito dal suono consonantico *h* e il suono vocalico *e*, la sillaba su cui avviene l'inspirazione. Mettendo in relazione queste osservazioni con il significato semantico della parola *wahegurū* verifico l'ipotesi di partenza rispetto alla relazione di equilibrio tra forma e contenuto. La parola *wah*, meraviglia, si esprime con il movimento dall'esterno, come di una realtà che entra in contatto con il soggetto e viene assorbita. Le labbra si dischiudono per pronunciare la consonante e insieme la mandibola si abbassa per creare la vocale lasciando che la bocca sia completamente aperta e libera. La conclusione della parola sul suono *he* costruisce un evento di conflitto: il suono si sposta ancora più verso l'interno, ma inizia già un movimento opposto con il suono vocalico *e*. Il conflitto è acuito dall'inspirazione per cui l'aria entra anziché fuoriuscire, lasciando percepire l'intenzione del suono *e* di procedere verso l'esterno, ma di fatto bloccandolo, o meglio lasciandolo sospeso. La meraviglia trova completa espressione in

questa sorta di sussulto del suono che si fa simbolo di uno stato d'animo. Rispetto alle consonanti, la parola *gurū* riprende dal suono sospeso interno e si muove verso l'esterno. Nonostante la dentale *r* occupi una posizione posteriore rispetto alla labiale *w*, il suono vocalico *u* sembra far concludere l'enunciazione su un punto ancora più esterno di quello di inizio della parola. La protrusione delle labbra per creare la vocale, infatti, crea un allungamento della cavità orale che può trovare una corrispondenza simbolica nella traduzione di *gurū* come "ciò che elimina l'oscurità": il percorso del suono di questa parola, dalla profondità della gola alle labbra, è un viaggio verso la luce. L'articolazione di *wahegurū*, nella sua complessità, ricrea una rappresentazione simbolica dell'esperienza di conoscenza. Il punto critico di svolta e trasformazione è interno all'individuo, nella mente egoica. La pronuncia del nome di Dio secondo il *sikhismo* porta con sé un ricordo intrinseco del processo trasformativo del *sahaj*. Ancora una volta si può notare come la parola, cantata o pronunciata o solo pensata, si costituisce sia come dispositivo di un'esperienza mistica in grado di propiziarla, sia come l'espressione diretta di tale esperienza. Come già visto nel capitolo precedente a proposito dell'analisi del brano, in questa pratica è necessario considerare la ripetizione come fattore assolutamente non trascurabile rispetto al raggiungimento di un particolare stato psico-emotivo. La parola ripetuta per un tempo piuttosto lungo (anche più di un'ora) crea una situazione paradossale in cui giunge a svuotarsi di senso nel momento stesso in cui viene integrata e assorbita dal corpo fisico. Come se la sua attualizzazione presupponesse un superamento della mente razionale focalizzata solo sull'aspetto semantico. Intossicarsi con la parola significa incarnarla (*embodied*) e agire la trasformazione di sé per giungere alla liberazione dai condizionamenti dell'ego.

Rispetto al ritmo con cui eseguire la recitazione, Rishipal ha nuovamente sottolineato che dipende dalla situazione: la propria sensibilità e l'ascolto di sé si collocano come fattore chiave per predisporre all'esperienza.

Tu metti l'intenzione, il resto è *gurprasad*, volere divino (Rishipal, intervista 28 marzo 2017).

Credo che lo studio della fonologia possa essere un punto chiave che merita di essere approfondito nel contesto del libro sacro dei sikh, soprattutto in sinergia con altri campi di studio. Il *sikhismo* è molto sfaccettato e possiede al suo interno correnti in stretto contatto con l'ascetismo e lo yoga¹⁰ a cui appartengono pratiche specifiche di meditazioni attraverso la recitazione di formule associate al respiro e a posizioni. Auspicio, perciò, di poter prendere in esame un maggior numero di composizioni per garantire una miglior verifica dei dati e di poter entrare nel merito della relazione

¹⁰ Il figlio di Gurū Nanak, Baba Sri Chand, è stato un famoso yogi che ha dato origine all'ordine ascetico degli Udasi.

tra articolazione linguistica e stati emotivi. Gli ultimi sviluppi di discipline come le neuroscienze o la psicologia cognitiva e gli studi sui sistemi complessi possono essere dei riferimenti validi per un proseguimento del lavoro di indagine.

5.5 La pratica personale

In un tempio sikh è piuttosto abituale osservare persone che stanno svolgendo la recitazione individuale e quotidiana delle preghiere, anche durante le cerimonie. Ognuno è libero di frequentare il tempio in base alle proprie possibilità: non vi sono obblighi particolari e la relazione personale con il luogo di culto è ben vista e praticata. Come si è visto durante una performance di *śabad kīrtan*, le persone vanno e vengono: qualcuno si sofferma di più nell'ascolto, qualcun altro, semplicemente, rende omaggio al libro. A maggior ragion nei momenti al di fuori delle cerimonie, il tempio si conferma essere un luogo che pullula di eventi diversi, ma che mantengono lo stesso spirito e intento di ricerca di unione con Dio.



Figura 60. Una devota che recita le preghiere quotidiane nella stanza adiacente alla sala principale del tempio.

La contemporaneità di azioni individuali in uno stesso spazio è un ambito di riflessione che ha accompagnato la mia ricerca. Durante le lezioni di *śabad kīrtan* è accaduto spesso che ognuno si

esercitasse sul proprio inno incurante degli altri, costruendo una cacofonia per me difficilmente sopportabile o condivisibile. Non era raro che nonostante fosse lo stesso inno gli studenti lo praticassero in tempi diversi, sfasati anche solo di pochi secondi, il che era ancora più incomprensibile. Le persone a cui ho chiesto il motivo di questa mancanza di sistematicità e cura per l'altro, si meravigliavano della mia domanda e non ne capivano il senso. A volte è capitato che qualcuno cambiasse stanza o si allontanasse per potersi ascoltare, ma, in generale, il livello di sopportazione del caos era molto elevato. È interessante rilevare che la sincronizzazione con Dio, nel senso di connessione, non corrisponde ad un'altrettanta sincronizzazione generale degli individui come ci si potrebbe aspettare. In questo senso il concetto di vibrare insieme (sincronizzarsi) assume un'accezione molto più sottile, legata alla filosofia sikh secondo cui l'esperienza mistica di unione è personale e perciò simile, ma diversa per ogni individuo.

La mia riflessione si è spinta ad un paragone con il luogo di origine. Ho ricordato la confusione generale con cui l'India investe tutti i sensi: odori, colori, quantità di persone o animali, suoni. Ho avanzato, così, l'ipotesi che la capacità di trovare il proprio spazio e di mantenere la propria concentrazione aldilà di ciò che succede attorno sia una qualità sviluppata per le contingenze e fatta propria, come se fosse un fatto culturale¹¹. Ritornando all'indagine sulla recitazione del *gurbānī*, il concetto di concentrazione e sintonizzazione torna ad essere centrale. Secondo Mansukhani, in *śabad kīrtan*, la mente di chi esegue gli inni, per ottenere i migliori benefici, deve collegarsi al significato dell'inno e al suo spirito così da condividere il sentimento con cui il Gurū lo ha composto (Mansukhani 1982: 52). Allo stesso modo chi recita focalizza la propria consapevolezza sulle parole che sta pronunciando e lascia risuonare il loro significato dentro di sé. L'attenzione richiesta da tale operazione è alta: la persona deve essere totalmente presente e assorta in ciò che sta facendo così che il messaggio divino possa essere integrato.

Mi viene in mente mio nonno che di solito cantava forte e l'intera casa si riempiva della sua voce. Quando faceva il bagno cantava *waho waho Gurū granht sahīb ji*. Mentre recitava il *nitnem*, la pratica quotidiana delle preghiere, il verso o la strofa che quel giorno sentiva più vicina al suo cuore, la ripeteva più e più volte e solo dopo un po' continuava la recitazione per completare la preghiera¹² (Kavaljit Singh, India, intervista del 23 gennaio 2015).

¹¹ A questo proposito credo che sia auspicabile indagare maggiormente la relazione tra questa capacità e le contingenze. In India è difficile stare da soli: il paese è sovrappopolato ed è abituale fare la fila per qualsiasi cosa. Anche il senso della distanza è diverso: il contatto non è mal visto e del tutto normale.

¹² "I recall my grandfather used to sing loudly and all the house was filled with his voice. While he was taking bath he was singing *waho waho Gurū granht sahīb ji*. When he was reciting the *nitnem*, the daily prayer, the line or stanza that he felt was very near to his heart that day, he would repeat it several time and then go for the completion of the prayer."

Porre la propria attenzione sia verso l'esterno sulle parole lette o recitate e il loro significato sia verso l'interno sulle sensazioni che esse suscitano nel profondo di sé, si configura come il concetto di essere presenti. Attraverso l'abilità di mantenersi sulla soglia e mettere in relazione i due opposti interno/esterno, la routine quotidiana è continuamente attualizzata, vissuta, esperita consapevolmente. La capacità del libro sacro di parlare in modo diverso ogni giorno dimostra la profondità degli insegnamenti racchiusi nelle scritture che stimolano molteplici gradi di comprensione. L'integrazione del messaggio è un processo trasformativo che implica l'esperienza, o meglio il farsi esperienza del messaggio stesso. Considerando il significato di *jāpa*, ripetere, è importante sottolineare che la ripetizione può essere totalmente meccanica, inconsapevole, ma questo non può che essere uno stadio iniziale di possibilità dell'esperienza di unione.

Tenendo conto di quanto detto rispetto all'influenza delle azioni sulla mente, poco a poco l'automaticità costruisce l'eventualità del sopraggiungere della consapevolezza e della trasformazione interiore. Parlo di eventualità e possibilità poiché, come precedentemente accennato, non vi è nessuna garanzia: la disciplina indicata da Gurū Nānak predispone ogni essere umano all'esperienza di unione, ma non la assicura.

Tutti ripetono il nome di Dio Ram Ram, ma con la sola ripetizione, il Signore non si raggiunge. Per la grazia del Gurū , il Signore viene a dimorare nella mente, e, allora, si ottengono i frutti¹³ (SGGS: 491).

In questo movimento dall'esterno verso l'interno, dal meccanico al consapevole, la comprensione aiuta, ma la vera autorealizzazione del sé avviene per Grazia divina. Come dallo schema della tabella 10 del capitolo 2, l'individuo raggiunge lo stato di *sahaj* solo predisponendosi (sintonizzandosi) e arrendendosi alla volontà divina, imprevedibile e incomprensibile. In particolare nello stato di *sahaj* il ricordo di Dio viene interiorizzato e mantenuto continuo. La semplice ripetizione meccanica si trasforma nello stato di intossicazione già citato nel quale la ripetizione non è più necessaria perché il nome di Dio risiede nella consapevolezza, ovvero la connessione è continua; questo stato è chiamato nel libro sacro *ajāpa jāp*, ripetere senza ripetere.

Nello stadio più elevato, il processo viene interiorizzato e il *Nām simran* (ricordo del nome) continua automaticamente (*ajāpa jāp*). Questo è lo stadio in cui si ascolta la musica (*dhuni*) della parola divina dentro di sé¹⁴ (Singh 2006: 148).

¹³ “Everyone chants the Lord's Name, Raam, Raam; but by such chanting, the Lord is not obtained. / By Gurū 's Grace, the Lord comes to dwell in the mind, and then, the fruits are obtained”.

¹⁴ “At the highest stage, the process becomes internalized and *nām simran* continues automatically (*ajāpa jāp*). This is where one listen to the music (*dhuni*) of the divine word within one's self.”

In questo senso di continuità e consapevolezza acquisita attraverso il processo di interiorizzazione dell'azione si comprende meglio l'espressione di "tenere nella mente" che Gurū Nānak utilizza insieme al canto e all'ascolto: *Gaviay suniai man rakhiay bhao*, canta (l'amore a Dio) e ascolta e tieni l'amore (a Dio) nella mente. Anche in questo caso si osserva un'equivalenza tra i termini, non solo fra il canto e l'ascolto come già si è incontrato a proposito della performance di *śabad kīrtan*, ma anche con l'attenzione della mente. Riprendendo il binomio ascoltatore ed esecutore ho messo in luce come la relazione tra i due facesse emergere un terzo elemento che ho denominato orecchio interno, o *citt*. Credo che la mente che rivolge la sua attenzione a Dio o, per dirlo con il termine con cui ho aperto questo capitolo, sintonizzata, di cui parla Gurū Nānak corrisponda perfettamente all'idea di orecchio interno. In un contesto cosmogonico centrato sul suono come, si è visto, quello indiano, sul quale si inserisce la particolarità dell'ideologia sikh secondo cui la parola è vibrazione informata, la sovrapposizione tra canto, ascolto e sintonizzazione, o tra parola recitata, ascoltata, cantata o pensata acquisisce una rilevanza fondamentale che si traduce nella pratica del ricordo del *Nām*. Si canta o si ascolta o si medita o si fa volontariato per ricordare l'esperienza primaria di unione con Dio e creare l'opportunità di ripeterla in questa vita. Ciò che si ricorda, di fatto, è la propria finitezza, la propria mortalità al fine di trasformare l'identificazione dell'ego con sé stesso e aprirsi all'altro-da-sé.

Perché *Nām simran* non è un concetto metafisico, ma una concreta pratica di sacrificio per trasformare la memoria, in quanto funzione della mente che intesse il tempo nelle strutture che manipolano la nostra esistenza e il pensiero; può anche essere visto come un modo di trasformare il tempo mondano e l'esistenza. Fornisce un mezzo all'individuo di partecipare e fare cambiamenti nel mondo¹⁵ (Mandair 2013: 155).

Quale ruolo assume la musica, o sarebbe meglio dire genericamente il suono, rispetto alla memoria? Cosa ricorda un sikh quando recita o ascolta o canta i versi dei Gurū?

Il canto della parola poetica si costituisce come un dispositivo del ricordo: sia esso puramente mentale o manifesto. Nel *sikhismo*, nonostante la musica "musicata" abbia un ruolo preminente, si sottolinea con rigorosa puntualità come essa sia un mezzo per innescare un processo interiore. A questo proposito, nelle scritture, vi è un'insistenza particolare sul ruolo dell'ascolto nel senso di sviluppare l'orecchio interiore, o anche di trasformarsi in "ascoltatori profondi" (deep listeners)

¹⁵ "Because *Nām simran* is not a metaphysical concept but a concrete sacrificial practice for transforming memory, as that function of mind which weaves time into the structures that manipulate our existence and thinking, it can also be viewed as a way of transforming worldly time and existence. It provides a means for the individual to participate and make changes in the world".

usando il concetto della studiosa J. Becker. L'inno di apertura del libro sacro è considerato una sorta di concentrato del credo sikh (Shiv Charan Singh, maestro spirituale sikh dell'Ashram di Quinta do Rajo, Portogallo; comunicazione personale); in esso si trovano diverse strofe dedicate al potere dell'ascolto interiore, da me anche anche definito come sintonizzazione.

Ascoltare... santi, eroi, maestri.

Ascoltare... la terra, il potere, gli eteri.

Ascoltare... i regni superiori e inferiori, gli oceani di luce.

Ascoltare... oltre il tempo.

Oh Nanak! Gli amanti di Dio sbocciano per sempre.

Ascoltare... distrugge ogni dolore ed errore.

Ascoltare... gli uomini divengono divini.

Ascoltare... le lodi vengono dalla bocca della persona più negativa.

Ascoltare... la via dello yoga e i segreti del corpo.

Ascoltare... tutti i libri sacri e le scritture.

Oh Nanak! Gli amanti di Dio sbocciano per sempre.

Ascoltare... distrugge ogni dolore ed errore.

Ascoltare... la verità, la pazienza, la saggezza.

Ascoltare... bagnarsi ad ogni luogo sacro.

Ascoltare... leggere e leggere rende onore.

Ascoltare... la concentrazione si fa facile.

Oh Nanak! Gli amanti di Dio sbocciano per sempre.

Ascoltare... distrugge ogni dolore ed errore.

Ascoltare... profondi oceani di grazia.

Ascoltare... i re, gli imperatori, i santi.

Ascoltare... chi non vede trova la via.

Ascoltare... l'ignoto è conosciuto.

Oh Nanak! Gli amanti di Dio sbocciano per sempre.

Ascoltare... distrugge ogni dolore ed errore¹⁶ (SGGS: 2-3).

¹⁶ "Listening-the Siddhas, the spiritual teachers, the heroic warriors, the yogic masters. / Listening-the earth, its support and the Akaashic ethers. / Listening-the oceans, the lands of the world and the nether regions of the underworld. / Listening-Death cannot even touch you. / O Nanak, the devotees are forever in bliss. / Listening-pain and sin are erased. ||8|| / Listening-Shiva, Brahma and Indra. / Listening-even foul-mouthed people praise Him. / Listening-the technology of Yoga and the secrets of the body. / Listening-the Shaastras, the Simritees and the Vedas. / O Nanak, the devotees are forever in bliss. / Listening-pain and sin are erased. ||9|| / Listening-truth, contentment and spiritual wisdom. / Listening-take your cleansing bath at the sixty-eight places of pilgrimage. / Listening-reading and reciting, honor is obtained. / Listening-intuitively grasp the essence of meditation. / O Nanak, the devotees are forever in bliss. / Listening-pain and sin are erased. ||10|| / Listening-dive deep into the ocean of virtue. / Listening-the Shaykhs, religious scholars, spiritual teachers and emperors. / Listening-even the blind find the Path. / Listening-the Unreachable comes within your grasp. / O Nanak, the devotees are forever in bliss. / Listening-pain and sin are erased ||11||".

Il canto, vocalizzato o mentale, acquisisce una doppia valenza. Da un lato permette ad un sikh di ricollegarsi alla memoria dell'esperienza sovrana che unisce ogni essere come parte della creazione e abbatte, così, ogni confine e differenza. Dall'altro gli ricorda la propria appartenenza ad una comunità religiosa e la professione della sua fede nel cammino spirituale intrapreso. Paradossalmente, nel momento stesso in cui il canto afferma l'appartenenza, la nega: secondo la dottrina sikh, per raggiungere l'esperienza di unione e lo stato di *sahaj*, il senso di comunità deve necessariamente aprirsi all'inclusione di qualsiasi essere e universalizzarsi. Secondo lo studioso Balbinder Singh Bhogal (2011) i Gurū sikh non hanno mai reclamato la proprietà esclusiva della verità, ma al contrario hanno visto la verità in più individui e gruppi diversi per geografia, epoca, tradizione, casta, lingua. Il *sikhismo* può essere, così, visto come una tradizione di tradizioni il cui centro non è di proprietà di un solo gruppo o individuo. (Bhogal 2011: 218). La dimensione del canto individuale, silenzioso e meditativo è complementare a quella del canto partecipato e collettivo, mantenendo i due aspetti, individuale e collettivo, compresenti nella pratica religiosa. In quest'ottica la vibrazione della parola poetica risulta essere un unico punto di riferimento che rafforza i legami sociali, in grado di fornire la sensazione di essere parte di un'unica comunità globale. Con riferimento agli studi di Benzon, Maturana e Varela sugli effetti della musica a livello neuronale, si può applicare il concetto di accoppiamento dei sistemi nervosi, secondo cui la partecipazione di individui ad un evento musicale che li vede immersi in una sincronicità ritmica determina la costruzione di un solo spazio sociale umano. (Benzon 2001).

Se tutto il villaggio sta ascoltando e ballando, allora l'intero villaggio sta attuando un solo schema di attività musicale, anche se sono individui fisicamente distinti con distinti sistemi nervosi. Ciò che rende possibile questa comunione sonora è che tutti questi sistemi nervosi distinti sono ricavati dallo stesso modello, e tutti sono in sintonia con lo stesso schema di suono¹⁷ (Benzon 2001: 43).

L'idea di sintonizzarsi, di interiorizzare il messaggio cantato nel rispetto della propria individualità acquista ancora più forza alla luce di queste considerazioni. Secondo i sikh questo stato di comunione con il tutto può essere ottenuto pur essendo in situazioni spazio-temporali differenti. In questo caso agisce il ricordo: la memoria associata al *Nām* permette di superare l'individualità pur mantenendola, minando le stratificazioni mentali subconscie e gli schemi di comportamento costruiti su di esse (Bateson 1972: 301-307 in Becker 2004: 154): in altre parole trasformando l'ego ed entrando nello stato di *sahaj*.

¹⁷ "If the whole village is listening and dancing, then the whole village is enacting a single pattern of musical activity, even though they are physically distinct individuals with distinct nervous systems. What makes this sonic communion possible is that all these physically distinct nervous systems are cut from the same mold, and are attuned to the same pattern of sound".

Ma se *sahaj* è uno stato di perfetto equilibrio in cui gli opposti sono giustapposti, come si può interpretare il concetto di vivere in questa situazione paradossale in modo continuo?

5.6 Il paradosso come condizione di vita

La condizione del paradosso si dimostra sottesa all'analisi delle diverse situazioni che ho affrontato e intrinseca alla filosofia sikh. In *śabad kīrtan* ho considerato il binomio poesia/musica inserito nel contesto specifico dell'evento musicale e in relazione con altri fattori altrettanto dicotomici: ascoltatore/esecutore e intenzione/grazia. Lo stato di *sahaj* si è delineato come la pratica di un'esperienza intersoggettiva della soglia, un sostare in una zona liminale di scambio tra il sensibile e l'intellettuale, tra la propria volontà e l'incontrollabile, tra la partecipazione e la solitudine. Il perfetto equilibrio vissuto in una performance di *śabad kīrtan* è l'integrazione di "ecstasy" ed "enstasy", intesi come i due stati meditativi indicati da Mircea Eliade (2005 [1974]): rispettivamente l'uscire da sé e l'entrare in sé (Bhogal 2011: 222). Si è visto come la manifestazione di questo stato si dispieghi in piccoli gesti (la chiusura degli occhi, il chinare del capo, l'oscillazione della testa...) e in una generale pacatezza e contenzione sia negli ascoltatori che negli esecutori.

Nel binomio io/l'altro l'azione del *seva*, servizio disinteressato, si pratica in un'area di confine in cui le differenze sono sfumate e in un certo senso abolite. Eppure lo stato di *sahaj*, in questo contesto, si ottiene sperimentando il senso di appartenenza ad una comunità nel totale rispetto delle diversità e delle individualità, compresa la propria. La sfida risulta ancora più emblematica in un contesto di emigrazione in cui le differenze culturali creano forti interrogativi sulla propria identità e sulla tradizione.

In quest'ultimo capitolo, invece, considerando il binomio interno ed esterno in funzione della recitazione degli inni e della ripetizione del nome di Dio, si può dire che lo stato di *sahaj* consista in una sorta di trasparenza totale fra interno ed esterno. La sintonizzazione della propria mente sulla vibrazione cosmica (*anahat nād* o *anahat śabad*) si esprime nei pensieri, nelle parole e nelle azioni e si può dire lo stesso del movimento inverso, come non vi fosse alcuna differenza tra il fare e l'essere. La perfetta naturalità della coincidenza di questi termini sottolinea come il vero sé, la propria natura divina, possa esprimersi in completa spontaneità, senza alcuno sforzo in forma di uno stato meditativo continuo (*ajāpa jāp*).

Gurbānī kīrtan sta, così, puntando sempre oltre sé stessa in quanto testo o libro o *śabad*, per mezzo della struttura musicologica e della cornice del *rāg-tāl* (melodia-ritmo), verso la sorprendente e rivoluzionaria intimità di un essere in costante divenire¹⁸ (Bhagal 2011: 226).

Prendendo spunto dall'idea di divenire, che colloca l'esperienza dell'evento musicale in una dimensione di continuità temporale, approfondisco il discorso sul concetto di polarità iniziato nel capitolo 2. Ho definito come polari gli opposti fin qui analizzati nel senso che la loro messa in relazione costituiva la chiave e lo scopo del raggiungimento dello stato di *sahaj*. Dalle analisi e osservazioni sin qui eseguite credo sia ancora più efficace interpretare i binomi considerati in qualità di forze opposte e inseparabili, in cui la presenza dell'una legittima l'altra.

In questo senso si instaurano delle relazioni complesse, per esempio:

1. la musica muove e indirizza il sentimento rompendo la fissità della parola e attualizzandola; la poesia agisce sull'intelletto e dà un contenuto all'ambiguità della musica;
2. l'esecutore anima gli inni dei Gurū, ricercando il contatto con il messaggio in essi racchiuso e lo incarna in qualità di linguaggio sonoro; l'ascoltatore riceve e si lascia penetrare dai suoni emessi. A sua volta partecipa attivamente alla performance predisponendosi alla possibile esperienza mistica, accompagnando con gesti o unendosi al canto;
3. l'intenzione pone il soggetto in una condizione di sforzo volontario per conseguire l'esperienza; la Grazia costringe il soggetto ad arrendersi e sottomettersi all'imprevedibilità della vita;
4. l'individuo costruisce il senso del sé e la sua identità come appartenenza; l'altro decostruisce e interroga il sé in un'ottica di apertura all'ignoto;
5. la ripetizione di azioni, sia nell'ambito di gesti che di linguaggio utilizzato, costruisce una forma mentis che a sua volta determina un modo di essere; lo stato psicologico si propaga e condiziona la prospettiva con cui si affronta la vita e tutte le azioni intraprese;

Proseguendo nell'idea di forze antitetiche, lo stato di *sahaj* risulta possedere una dinamicità intrinseca che si esprime nella co-azione delle suddette forze. Il paradosso di un dio trascendente e immanente allo stesso tempo, privo di qualità ed ineffabile (*nirgun*) e che si manifesta con attributi (*sargun*) presuppone una contraddittorietà anche nella sua esperienza. La stessa trasformazione dell'ego, che vede la sua conservazione e non il suo annientamento, costituisce una situazione paradossale. La coincidenza del sé e dell'altro prende il nome di *birha* (vedi capitolo 1), che nelle

¹⁸ “*Gurbānī-Kīrtan* is thus forever pointing beyond itself as text, as book, as shabad, via its musicological structure and frame rag-tal, towards the surprising and revolutionary intimacy of a being in constant becoming.”

parole di Gurū Nanak è definita come l'unione nella separazione e la separazione nell'unione, sottolineando la sua natura incomprensibile per la mente razionale. L'equilibrio e la pace che caratterizzano il *sahaj* si originano da un'oscillazione continua tra diversi poli. In questo senso vivere il paradosso si rende possibile solo attraverso il doppio movimento di cui ho parlato nell'analisi del brano:

- circolare, che va da una polarità all'altra;
- lineare, che si origina da una direzione precisa dell'individuo che sceglie attivamente e con responsabilità.

La combinazione di questi due movimenti, di ripetizione (circolare) e di progressione (lineare), dà origine ad un terzo movimento spiraliforme che costituisce il divenire, dove è possibile la continua ri-attualizzazione della parola divina nel vissuto del qui ed ora. La composizione poetica, che esprime l'esperienza originaria di uomini illuminati fissata dalla scrittura, ritrova così fluidità e vitalità nella sua enunciazione attraverso il canto, la recitazione o il pensiero, indistintamente.

Gli insegnamenti della verità sono sempre nuovi; l'amore della parola divina è sempre fresco.

Oh Nanak, attraverso lo sguardo della Grazia del vero Signore, si ottiene pace celestiale (*sahaj*); incontriamoLo o sorelle mie e compagni¹⁹ ||3|| (SGGS: 242).

¹⁹ “The Teachings of Truth are forever new; the love of the Śabad is forever fresh. / O Nanak, through the Glimpse of Grace of the True Lord, celestial peace is obtained; let's meet Him, O my sisters and companions”.

CONCLUSIONE

Il *sahaj* è uno stato di pace e beatitudine che si raggiunge attraverso l'esperienza mistica di unione con Dio. Si tratta di una particolare forma di equilibrio: perfetto, naturale, spontaneo, in cui gli opposti sono compresenti e in relazione reciproca. La mente dell'individuo si trasforma e diviene capace di vivere in consapevole e profonda interdipendenza con ogni forma di esistenza.

L'obiettivo di questo studio è stato mostrare lo stretto rapporto tra pratica musicale, esperienze emotive e dinamiche sociali: nella tradizione sikh la musica riveste un'importanza particolare poiché è il mezzo privilegiato per vivere l'esperienza di perfetto equilibrio.

Il lavoro di campo ha così messo in luce come la pratica musicale sia un veicolo per raggiungere il *sahaj*, che può essere inteso in modi diversi. Innanzitutto la musica per i sikh agisce sulla memoria collettiva creando un riferimento codificato capace di istituire un senso di appartenenza fra i partecipanti. La performance di musica sacra sikh si costituisce come un dispositivo del ricordo per cui, in qualsiasi luogo e momento, chi esegue o ascolta questi canti si collega immediatamente all'identità sikh, intesa sia come insieme di storia, cultura, luoghi, valori, ma anche solo come espressione dell'esperienza del principio di unità della realtà cantato da Gurū Nānak.

La funzione del ricordo dell'esperienza originaria è sistematizzata nelle sacre scritture, come dimostra l'esortazione continua a cantare il nome di Dio, racchiusa negli inni che lo compongono.

Ricordare il nome di Dio, *Nām simran*, significa agire sulla mente affinché entri in un processo di totale trasformazione e si renda disponibile all'esperienza di fusione.

Nella dissertazione ho usato il concetto di sintonizzazione perché nella sua forma più ripetitiva si nota come vi sia un preciso intento di costruire la capacità collegarsi e adeguarsi al messaggio del testo in senso esperienziale e non solo intellettuale. La mente esce dalla sua autoreferenzialità e abbraccia la complessità del paradosso.

Un ulteriore risultato dell'indagine che merita di essere messo in evidenza riguarda la sovrapposizione e l'intercambiabilità dei termini. I sikh utilizzano parole che indicano indifferentemente il concetto di Dio, la sua esperienza o il suo linguaggio. Il pensiero sotteso a questa pratica è la capacità di totale trasformazione dell'esperienza mistica. Nel momento in cui l'individuo fa esperienza di Dio, il suo linguaggio e le sue azioni mutano ed entrano in perfetta consonanza con lo stato raggiunto, il *sahaj*. La musica crea una profonda e strettissima intimità fra pensieri, parole e azioni in una sorta di continuum tra interno ed esterno. Il canto del *Nām* è ciò che unisce l'interiorità dell'esperienza mistica con l'esteriorità dell'azione, in un percorso a due sensi:

l'azione della ripetizione conduce all'esperienza mistica, l'esperienza mistica si riflette in ogni azione, compreso il linguaggio. La parola poetica cantata dei sikh assume la connotazione di "vibrazione informata", cioè portatrice di un messaggio in grado di trasformare il nostro modo di essere-nel-mondo. La ripetizione su cui è costruito il canto devozionale sikh nella forma di strofa e ritornello o di una sola parola è uno dei fattori che contribuisce a creare l'atteggiamento di apertura al verificarsi dell'esperienza mistica. La pratica musicale non garantisce il raggiungimento della connessione con Dio, ma utilizza il meccanismo dell'accumulazione, in termini di materiale melodico e semantico, ma anche emotivo e gestuale, per creare il momentum e cogliere l'opportunità. Lo stato di *sahaj* avviene solo per grazia divina, ma è propiziato dal canto.

Le domande da cui ha preso avvio questa ricerca sono state "Cosa provi quando canti?" e "Quali elementi di questo canto ti permettono di entrare in quello stato?"

Dalle analisi da me effettuate è risultato che i tratti distintivi di una performance di *śabad kīrtan* non risiedono nell'oggetto musicale in sé, ma nell'oggetto situato nel contesto. L'interazione fra gli elementi costitutivi della performance crea un sistema complesso che si autoregola in base alle intenzioni dei partecipanti. La predisposizione sia degli esecutori che degli ascoltatori acquisisce un ruolo chiave per raggiungere lo stato di *sahaj* e può essere del tutto paragonata all'*habitus* all'ascolto di cui parla J. Becker (2004). L'emozione musicale è studiata non tanto come risposta ad uno stimolo quanto come relazione soggetta ai fenomeni di risonanza, identificazione, affinità, proiezione (Bonini Baraldi 2010: 382).

D'altra parte la musica riflette l'organizzazione generale della società. Essa è rappresentativa dei modi di essere, dei valori e delle norme sociali che vi sono presentati nella forma più diretta ed essenziale (Anselmi 2010: 62).

La musicologia che ho applicato ha tenuto conto di questo aspetto e ha individuato dei parametri funzionali e pertinenti all'analisi della performance musicale nel suo contesto, ma reputo che la questione di strumenti di indagine adatti alle tematiche dell'emozione musicale meriti ulteriori approfondimenti nell'ottica di una molteplicità degli approcci e dell'interdisciplinarietà.

Affermando che le spiegazioni del comportamento umano devono iniziare con una completa comprensione del corpo come sistema fisico totale, non sto suggerendo che l'antropologo debba divenire uno psicologo o un fisiologo. La nostra preoccupazione principale riguarda i processi e i prodotti culturali che sono esternazioni ed estensioni del corpo al variare del contesto dell'interazione sociale. La suddivisione tra antropologia fisica e culturale non è più utile, poiché è

chiaro che la forma del corpo umano è stata influenzata dalla cultura, e un fenomeno apparentemente culturale come il linguaggio è fondato sulla biologia¹ (Blacking 1977: 2).

L'equilibrio perfetto tra parola e suono è stato indagato nei termini di forze antitetiche in relazione ed è stato definito come un equilibrio organico e dinamico che necessita un'attualizzazione continua. La parola, cantata, recitata, pensata, ascoltata, scritta, è in grado di ricollegare direttamente la mente del soggetto all'informazione in essa contenuta. Allo stesso tempo la musica prende corpo nella voce e si fa ponte tra il principio-informazione e la persona, rafforzando i legami identitari sia in senso geografico che storico. La capacità della musica di rendere presente e attuale il messaggio del libro sacro conferisce a *śabad kīrtan* la qualità di un'esperienza della soglia, in cui il puro atto dell'ascolto o del canto ricongiunge direttamente con l'incanto del divenire.

¹ “In claiming that explanations of human behaviour must begin with a full understanding of the body as total physical system, I am not suggesting that anthropologist should become psychologist or physiologists. Our chief concern is with the cultural processes and products that are externalizations and extensions of the body in varying context of social interaction. The division of physical and cultural anthropology is no longer useful, since it has become clear that the shape of the human body has been influenced by culture, and an apparently cultural phenomenon such as language is biologically based”.

APPENDICE I: Citazioni

Citazioni tratte dal *Śrī Gurū Granth Sāhib* in caratteri *gurmukhi* originali e traslitterate, tratte dal sito www.searchgurbani.com. Le traduzioni in italiano dall'inglese sono a cura dell'autrice di questo studio.

Capitolo 1

1. p. 24 nota 11 (SGGS: 1185):
ਅਬ ਕਲੂ ਆਇਓ ਰੇ ॥ ਇਕੁ ਨਾਮੁ ਬੋਵਹੁ ਬੋਵਹੁ ॥ ਅਨ ਰੂਤਿ ਨਾਹੀ ਨਾਹੀ ॥ ਮਤੁ ਭਰਮਿ ਭੂਲਹੁ ਭੂਲਹੁ ॥
Ab Kaloo Aaeiou Rae ॥ Eik Naam Bovahu Bovahu ॥ An Rooth Naahee Naahee ॥ Math Bharam Bhoolahu Bhoolahu ॥;
2. p. 35 nota 34 (SGGS: 333):
ਤਹ ਪਾਵਸ ਸਿੰਧੁ ਧੂਪ ਨਹੀ ਛਹੀਆ ਤਹ ਉਤਪਤਿ ਪਰਲਉ ਨਾਹੀ ॥ ਜੀਵਨ ਮਿਰਤੁ ਨ ਦੁਖੁ ਸੁਖੁ ਬਿਆਪੈ ਸੁੰਨ ਸਮਾਧਿ ਦੇਉ ਤਹ ਨਾਹੀ ॥੧॥ ਸਹਜ ਕੀ ਅਕਥ ਕਥਾ ਹੈ ਨਿਰਾਰੀ ॥ ਤੁਲਿ ਨਹੀ ਚਢੈ ਜਾਇ ਨ ਮੁਕਾਤੀ ਹਲੁਕੀ ਲਗੈ ਨ ਭਾਰੀ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਅਰਧ ਉਰਧ ਦੇਉ ਤਹ ਨਾਹੀ ਰਾਤਿ ਦਿਨਸੁ ਤਹ ਨਾਹੀ ॥ ਜਲੁ ਨਹੀ ਪਵਨੁ ਪਾਵਕੁ ਫੁਨਿ ਨਾਹੀ ਸਤਿਗੁਰ ਤਹਾ ਸਮਾਹੀ ॥੨॥ ਅਗਮ ਅਗੋਚਰੁ ਰਹੈ ਨਿਰੰਤਰਿ ਗੁਰ ਕਿਰਪਾ ਤੇ ਲਹੀਐ ॥ ਕਹੁ ਕਬੀਰ ਬਲਿ ਜਾਉ ਗੁਰ ਅਪੁਨੇ ਸਤਸੰਗਤਿ ਮਿਲਿ ਰਹੀਐ ॥੩॥੪॥੪੮॥;
Theh Paavas Sindhh Dhhoop Nehee Shheheea Theh Outhapath Paralo Naahee ॥ Jeevan Mirath N Dhukh Sukh Biaapai Sunn Samaadhh Dhoo Theh Naahee ॥1॥ Sehaj Kee Akathh Kathhaa Hai Niraaree ॥ Thul Nehee Chadtai Jaae N Mukaathee Halukee Lagai N Bhaaree ॥1॥ Rehaao ॥ Aradhh Ouradhh Dhoo Theh Naahee Raath Dhinas Theh Naahee ॥ Jal Nehee Pavan Paavak Fun Naahee Sathigur Thehaa Samaahee ॥2॥ Agam Agochar Rehai Niranthar Gur Kirapaa Thae Leheei ॥ Kahu Kabeer Bal Jao Gur Apunae Sathasangath Mil Reheei ॥3॥4॥48॥;
3. p. 36 nota 38 (SGGS: 68):
ਸਹਜੈ ਹੀ ਤੇ ਸੁਖ ਸਾਤਿ ਹੋਇ ਬਿਨੁ ਸਹਜੈ ਜੀਵਣੁ ਬਾਦਿ ॥੨॥;
Sehajai Hee Thae Sukh Saath Hoe Bin Sehajai Jeevan Baadh ॥2॥;
4. p. 36 nota 39 (SGGS: 237):
ਜਾ ਕੈ ਸਹਜਿ ਮਨਿ ਭਇਆ ਅਨੰਦੁ ॥ [...] ਸਹਜ ਕਥਾ ਮਹਿ ਆਤਮੁ ਰਸਿਆ ॥;
Jaa Kai Sehaj Man Bhaeiaa Anandh ॥ [...] Sehaj Kathhaa Mehi Aatham Rasiaa ॥;
5. p.36 nota 40 (SGGS: 1173):
ਮਨੁ ਤਨੁ ਹਰਿਆ ਸਹਜਿ ਸੁਭਾਏ ॥ ਨਾਨਕ ਨਾਮਿ ਰਹੇ ਲਿਵ ਲਾਏ ॥੪॥੪॥;
Man Than Hariia Sehaj Subhaaeae ॥ Naanak Naam Rehae Liv Laeae ॥4॥4॥;
6. p. 36 nota 41 (SGGS: 29):
ਮਨਮੁਖੁ ਮੋਹਿ ਵਿਆਪਿਆ ਬੈਰਾਗੁ ਉਦਾਸੀ ਨ ਹੋਇ ॥;
Manamukh Mohi Viaapiaa Bairaag Oudhaasee Na Hoe ॥;
7. p. 37 nota 42 (SGGS: 236):
ਸਹਜਿ ਬੈਰਾਗੁ ਸਹਜੇ ਹੀ ਹਸਨਾ [...] ਸਹਜਿ ਮਿਲਿਓ ਪਾਰਬ੍ਰਹਮੁ ਨਿਸੰਗੁ ੪ ਸਹਜੇ ਗ੍ਰਿਹੁ ਮਹਿ ਸਹਜਿ ਉਦਾਸੀ ;
Sehaj Bairaag Sehajae Hee Hasanaa ॥ [...] Sehaj Miliou Paarabreham Nisang ॥4॥ Sehajae Grih Mehi Sehaj Oudhaasee ॥;
8. p. 38 nota 43 (SGGS: 106):
ਪ੍ਰਭ ਮਿਲਣੈ ਕੀ ਏਹ ਨੀਸਾਣੀ ॥ ਮਨਿ ਇਕੋ ਸਚਾ ਹੁਕਮੁ ਪਛਾਣੀ ॥ ਸਹਜਿ ਸੰਤੋਖਿ ਸਚਾ ਤ੍ਰਿਪਤਾਸੇ ਅਨਦੁ ਖਸਮ ਕੈ ਭਾਣੈ ਜੀਉ ॥੩॥
Prabh Milanai Kee Eaeh Neesaanee ॥ Man Eiko Sachaa Hukam Pashhaanee ॥ Sehaj Santhokh Sadhaa Thripathaasae Anadh Khasam Kai Bhaanai Jeeo ॥3॥;

9. p. 39 nota 44 (SGGS: 68):
 ਸਹਜੈ ਨੋ ਸਭ ਲੋਚਦੀ ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਪਾਇਆ ਨ ਜਾਇ ॥ ਪੜਿ ਪੜਿ ਪੰਡਿਤ ਜੋਤਕੀ ਥਕੇ ਭੇਖੀ ਭਰਮਿ ਭੁਲਾਇ ॥
 ਗੁਰ ਭੇਟੇ ਸਹਜੁ ਪਾਇਆ ਆਪਣੀ ਕਿਰਪਾ ਕਰੇ ਰਜਾਇ ॥੧॥ ਭਾਈ ਰੇ ਗੁਰ ਬਿਨੁ ਸਹਜੁ ਨ ਹੋਇ ॥ ਸਬਦੈ ਹੀ ਤੇ
 ਸਹਜੁ ਉਪਜੈ ਹਰਿ ਪਾਇਆ ਸਚੁ ਸੋਇ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥;

Sehajai No Sabh Lochadhee Bin Gur Paaeiaa N Jaee || Parr Parr Panddith Jothakee Thhakee
 Bhaekhee Bharam Bhulaaeae || Gur Bhaettae Sehaj Paaeiaa Aapanee Kirapaa Karae Rajaae
 ||1|| Bhaaeae Rae Gur Bin Sehaj N Hoe || Sabadhahi Hee Thae Sehaj Oopajai Har Paaeiaa Sach
 Soe ||1|| Rehaao ||;

10. p. 39 nota 45 (SGGS: 227):
 ਨਿਜ ਘਰਿ ਬੈਸਿ ਸਹਜ ਘਰੁ ਲਹੀਐ ॥;

Nij Ghar Bais Sehaj Ghar Leheei ||;

11. p. 41 nota 47 (SGGS: 1219):

ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਰਸੁ ਕੀਰਤਨੁ ਹਰਿ ਗਾਈਐ ਅਹਿਨਿਸਿ ਪੂਰਨ ਨਾਦ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥;

Anmrith Ras Keerathan Har Gaeeai Ahinis Pooran Naadh ||1|| Rehaao ||;

Capitolo 2

12. p. 44 nota 3 (SGGS: 885):

ਓਅੰਕਾਰਿ ਏਕ ਧੁਨਿ ਏਕੈ ਏਕੈ ਰਾਗੁ ਅਲਾਪੈ ॥;

Ouankaar Eaek Dhun Eaekai Eaekai Raag Alaapai ||;

13. p. 68 nota 28 (SGGS: 1336):

ਗਾਵਤ ਸੁਨਤ ਦੋਊ ਭਏ ਮੁਕਤੇ ਜਿਨਾ ਗੁਰਮੁਖਿ ਖਿਨੁ ਹਰਿ ਪੀਕ ॥੧॥;

Gaavath Sunath Dhoo Bhae Mukathae Jinaa Guramukh Khin Har Peek ||1||;

14. p. 69 nota 29 (SGGS: 832):

ਗੀਤ ਰਾਗ ਘਨ ਤਾਲ ਸਿ ਕੂਰੇ ॥ ਤ੍ਰਿਹੁ ਗੁਣ ਉਪਜੈ ਬਿਨਸੈ ਦੂਰੇ ॥ ਦੂਜੀ ਦੁਰਮਤਿ ਦਰਦੁ ਨ ਜਾਇ ॥ ਛੂਟੈ
 ਗੁਰਮੁਖਿ ਦਾਰੂ ਗੁਣ ਗਾਇ ॥੩॥;

Geeth Raag Ghan Thaal S Koorae || Thrihu Gun Oupajai Binasai Dhoorae || Dhoojee
 Dhuramath Dharadh N Jaee || Shhoottai Guramukh Dhaaroo Gun Gaee ||3||;

15. p. 70 nota 30 (SGGS: 1323):

ਰਾਮਾ ਰਮ ਰਾਮੋ ਸੁਨਿ ਮਨੁ ਭੀਜੈ ॥ ਹਰਿ ਹਰਿ ਨਾਮੁ ਅੰਮ੍ਰਿਤੁ ਰਸੁ ਮੀਠਾ ਗੁਰਮਤਿ ਸਹਜੇ ਪੀਜੈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥;

Ramaa Ram Raamo Sun Man Bheejai || Har Har Naam Anmrith Ras Meethaa Guramath
 Sehajae Peejai ||1|| Rehaao ||;

Capitolo 3

16. p. 89 nota 3 (SGGS: 110):

ਸੇਵਾ ਸੁਰਤਿ ਸਬਦਿ ਚਿਤੁ ਲਾਏ ॥ ਹਉਮੈ ਮਾਰਿ ਸਦਾ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਮਾਇਆ ਮੋਹੁ ਚੁਕਾਵਣਿਆ ॥੧॥;

Saevaa Surath Sabadh Chith Laeae || Houmai Maar Sadhaa Sukh Paaeiaa Maeiaa Mohu
 Chukaavaniaa ||1||;

17. p. 90 nota 4 (SGGS: 25-26):

ਇਤੁ ਤਨਿ ਲਾਗੈ ਬਾਣੀਆ ॥ ਸੁਖੁ ਹੋਵੈ ਸੇਵ ਕਮਾਣੀਆ ॥ ਸਭ ਦੁਨੀਆ ਆਵਣ ਜਾਣੀਆ ॥੩॥ ਵਿਚਿ ਦੁਨੀਆ
 ਸੇਵ ਕਮਾਈਐ ॥ ਤਾ ਦਰਗਹ ਬੈਸਣੁ ਪਾਈਐ ॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਬਾਹ ਲੁਡਾਈਐ ॥੪॥੩੩॥;

Eith Than Laagai Baaneeaa || Sukh Hovai Saev Kamaaneeaa || Sabh Dhuneeaa Aavan
 Jaaneeaa ||3|| Vich Dhuneeaa Saev Kamaaeai || Thaa Dharageh Baisan Paaeeai || Kahu
 Naanak Baah Luddaeeai ||4||33||;

18. p. 95 nota 10 (SGGS: 549):

ਗੁਰ ਕੀ ਸੇਵਾ ਚਾਕਰੀ ਭੈ ਰਚਿ ਕਾਰ ਕਮਾਇ ॥ ਜੇਹਾ ਸੇਵੈ ਤੇਹੋ ਹੋਵੈ ਜੇ ਚਲੈ ਤਿਸੈ ਰਜਾਇ ॥;

Gur Kee Saevaa Chaakaree Bhai Rach Kaar Kamaae / Jaehaa Saevai ThaeHo Hovai Jae
 Chalai Thisai Rajaae ||;

Capitolo 5

19. p. 129 nota 2 (SGGS: 414):
ਗੁਰਮੁਖਿ ਸੁਰਤਿ ਸਬਦੁ ਨੀਸਾਨੁ ॥੧॥
Guramukh Surath Sabadh Neesaan ॥1॥;
20. p. 129 nota 3 (SGGS: 38):
ਮਨ ਮੇਰੇ ਨਾਮਿ ਰਤੇ ਸੁਖੁ ਹੋਇ ॥;
Man Maerae Naam Rathae Sukh Hoe ॥;
21. p. 129 nota 4 (SGGS: 244):
ਧਨ ਏਕਲੜੀ ਜੀਉ ਬਿਨੁ ਨਾਹੁ ਪਿਆਰੇ ॥ ਦੂਜੈ ਭਾਇ ਮੁਠੀ ਜੀਉ ਬਿਨੁ ਗੁਰ ਸਬਦ ਕਰਾਰੇ ॥ ਬਿਨੁ ਸਬਦ
ਪਿਆਰੇ ਕਉਣੁ ਦੁਤਰੁ ਤਾਰੇ ਮਾਇਆ ਮੋਹਿ ਖੁਆਈ ॥ ਕੂੜਿ ਵਿਗੁਤੀ ਤਾ ਪਿਰਿ ਮੁਤੀ ਸਾ ਧਨ ਮਹਲੁ ਨ ਪਾਈ ॥
ਨਾਨਕ ਕਾਮਣਿ ਸਦਾ ਰੰਗਿ ਰਾਤੀ ਹਰਿ ਜੀਉ ਆਪਿ ਮਿਲਾਏ ॥੩॥;
Dhhan Eaekalarree Jeeo Bin Naah Piaarae ॥ Dhoojai Bhaae Muthee Jeeo Bin Gur Sabadh
Karaarae ॥ Bin Sabadh Piaarae Koun Dhuthar Thaarae Maaeiaa Mohi Khuaaee ॥ Koorr
Viguthee Thaa Pir Muthee Saa Dhhan Mehal N Paaee ॥ Gur Sabadhae Raathee Sehajae
Maathee Anadhin Rehai Samaaeae ॥ Naanak Kaaman Sadhaa Rang Raathee Har Jeeo Aap
Milaaeeae ॥3॥;
22. p. 130 nota 5 (SGGS: 259):
ਰਾਤੇ ਰੰਗ ਨਾਮ ਰਸ ਮਾਤੇ ॥;
Raathae Rang Naam Ras Maathae ॥;
23. p. 142 nota 13 (SGGS: 491):
ਰਾਮ ਰਾਮ ਸਭੁ ਕੇ ਕਹੈ ਕਹਿਐ ਰਾਮੁ ਨ ਹੋਇ ॥ ਗੁਰ ਪਰਸਾਦੀ ਰਾਮੁ ਮਨਿ ਵਸੈ ਤਾ ਫਲੁ ਪਾਵੈ ਕੋਇ ॥੧॥;
Raam Raam Sabh Ko Kehai Kehiai Raam N Hoe ॥ Gur Parasaadhee Raam Man Vasai Thaa
Fal Paavai Koe ॥1॥;
24. p. 144 nota 16 (SGGS: 2-3):
ਸੁਣਿਐ ਸਿਧ ਪੀਰ ਸੁਰਿ ਨਾਥ ॥ ਸੁਣਿਐ ਧਰਤਿ ਧਵਲ ਆਕਾਸ ॥ ਸੁਣਿਐ ਦੀਪ ਲੋਅ ਪਾਤਾਲ ॥ ਸੁਣਿਐ ਪੋਹਿ
ਨ ਸਕੈ ਕਾਲੁ ॥ ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੮॥ ਸੁਣਿਐ ਈਸਰੁ ਬਰਮਾ ਇੰਦੁ
॥ ਸੁਣਿਐ ਮੁਖਿ ਸਾਲਾਹਣ ਮੰਦੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਜੋਗ ਜੁਗਤਿ ਤਨਿ ਭੇਦ ॥ ਸੁਣਿਐ ਸਾਸਤ ਸਿਮ੍ਰਿਤਿ ਵੇਦ ॥ ਨਾਨਕ
ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੯॥ ਸੁਣਿਐ ਸਤੁ ਸੰਤੋਖੁ ਗਿਆਨੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਅਠਸਠਿ ਕਾ
ਇਸਨਾਨੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਪੜਿ ਪੜਿ ਪਾਵਹਿ ਮਾਨੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਲਾਗੈ ਸਹਜਿ ਧਿਆਨੁ ॥ ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥
ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ ॥੧੦॥ ਸੁਣਿਐ ਸਰਾ ਗੁਣਾ ਕੇ ਗਾਹ ॥ ਸੁਣਿਐ ਸੇਖ ਪੀਰ ਪਾਤਿਸਾਹ ॥ ਸੁਣਿਐ ਅੰਧੇ
ਪਾਵਹਿ ਰਾਹੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਹਾਥ ਹੋਵੈ ਅਸਗਾਹੁ ॥ ਨਾਨਕ ਭਗਤਾ ਸਦਾ ਵਿਗਾਸੁ ॥ ਸੁਣਿਐ ਦੂਖ ਪਾਪ ਕਾ ਨਾਸੁ
॥੧੧॥;
Suniai Sidhh Peer Sur Naathh ॥ Suniai Dhharath Dhhaval Aakaas ॥ Suniai Dheep Loa
Paathaal ॥ Suniai Pohi N Sakai Kaal ॥ Naanak Bhagathaa Sadhaa Vigaas ॥ Suniai Dhookh
Paap Kaa Naas ॥8॥ Suniai Eesar Baramaa Eindh ॥ Suniai Mukh Saalaahan Mandh ॥ uniai
Jog Jugath Than Bhaedh ॥ Suniai Saasath Simrith Vaedh ॥ Naanak Bhagathaa Sadhaa
Vigaas ॥ Suniai Dhookh Paap Kaa Naas ॥9॥ Suniai Sath Santhokh Giaan ॥ Suniai Athasath
Kaa Eisanaan ॥ Suniai Parr Parr Paavehi Maan ॥ Suniai Laagai Sehaj Dhhaan ॥ Naanak
Bhagathaa Sadhaa Vigaas ॥ Suniai Dhookh Paap Kaa Naas ॥10॥ Suniai Saraa Gunaa Kae
Gaah ॥ Suniai Saekh Peer Paathisaah ॥ Suniai Andhhae Paavehi Raahu ॥ Suniai Haathh
Hovai Asagaahu ॥ Naanak Bhagathaa Sadhaa Vigaas ॥ Suniai Dhookh Paap Kaa Naas ॥11॥;
25. p. 148 nota 19 (SGGS: 242):
ਸਾਚ ਕੀ ਮਤਿ ਸਦਾ ਨਉਤਨ ਸਬਦਿ ਨੇਹੁ ਨਵੇਲਓ ॥ ਨਾਨਕ ਨਦਰੀ ਸਹਜਿ ਸਾਚਾ ਮਿਲਹੁ ਸਖੀ ਸਹੇਲੀਹੋ ॥੩॥;
Saach Kee Math Sadhaa Nouthan Sabadh Naehu Navaelou ॥ Naanak Nadharee Sehaj
Saachaa Milahu Sakhee Sehaleeho ॥3॥;

APPENDICE II: Trascrizione

Trascrizione in notazione occidentale del brano *Ek ardās Bhātt Kīrat kī*. Qui di seguito viene fornito l'incipit in notazione reale con i due temi A e B, mentre il brano è trascritto in Do.

Primo tema (B):

Gu - r Rā - m - dā - ā - s ra-kho sa - r - nā - ī

Secondo tema (A):

E - k a - r - dā - s Bhā-tt Kī - ī ra - t kī - ī

Ek Ardās
Gur Rāmdās Bhātt Kīrat

$\text{♩} = 130$

Harmonium

Tablas

2 Ek Ardās

11

15

Hrnm.

Hrnm.

simili (se non indicato)

21

E-k a-r - da - s Bha-tt Ki - i - ra - t - ki - i

Hmn.

27

E-k a-r - da - s Bha-tt Ki - i - ra - t - ki - i

Hmn.

33

Gu-r Ra - m - da - s ra-kho sa - r - na - i Gu-r Ra - m - da - s

Hmn.

39

ra-kho sa - r - na - i

Hmn.

44

Hmn.

49

Ha-m av-gun

Hmn.

dha - na - na - dhn dha dha ge na thin

53

bha - re e-k gu - n na - a - hi - i Ha-m av-gun bha - re e-k gu - n

Hmn.

59

na - a - hi - i a-m-ri - t cha - d bi-kh bi - kh ka - i a-m-ri - t

Hmn.

65

cha - d bi - kh bi - kh ka - i Gu - r Ra - m -

cha - d bi - kh bi - kh ka - i Gu - r Ra - m -

Hmn.

69

da - s ra - kho sa - r - na - i Gu - r Ra - m - da - s

da - s ra - kho sa - r - na - i Gu - r Ra - m - da - s

Hmn.

74

ra - kho sa - r - na - i E - k a - r - da - s

ra - kho sa - r - na - i E - k a - r - da - s

Hmn.

78

Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i -

Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i -

Hmn.

83

ra - t ki - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

ra - t ki - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

Hmn.

88

Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

Hmn.

93

Hmn.

97

Hmn.

102

mo - h bha-ram pay - ay bhur - u - le - e su - t dha - a ra - sir - u

Hmn.

106

Ma - y - a - mo - h bha-ram pay - ay bhur - u - le - e Ma - y - a

Hmn.

122

Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i Gu - r Ra - m - da - s

Hmn.

128

ra - kho sa - r - na - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i

Hmn.

111

mo - h bha-ram pay - ay bhur - u - le - e su - t dha - a ra - sir - u

Hmn.

116

pri - t la - ga - i su - t dha - a ra - sir - u pri - t la - ga - i

Hmn.

134

E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i Gu - r Ra - m - da - s

Hmn.

140

ra - kho sa - r - na - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

Hmn.

145

na - i

na - i

Hmn.

150

Hmn.

155

Hmn.

161

Hmn.

162

E - k ut - am

E - k ut - am

Hmn.

166

pa - nt sun - io Gu - ru sa - n - ga - t E - k ut - am pa - nt sun - io Gu - ru

pa - nt sun - io Gu - ru sa - n - ga - t E - k ut - am pa - nt sun - io Gu - ru

Hmn.

172

sa - n - ga - t te - h mil - an - t - (a) ja - m tra - s mi - ta - i te - h mil - an -

sa - n - ga - t te - h mil - an - t - (a) ja - m tra - s mi - ta - i te - h mil - an -

Hmn.

178

t - (a) ja - m tra - s mi - ta - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r -

t - (a) ja - m tra - s mi - ta - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r -

Hmn.

184 Ek Ardās 19

na - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i E - k a - r -

na - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i E - k a - r -

Hmn.

190

da - s Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i -

da - s Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i -

Hmn.

20 Ek Ardās

ra - t ki - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r -

ra - t ki - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r -

Hmn.

200 dha ge na thin na ke dhin

na - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

na - i Gu - ru Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

Hmn.

206 Ek Ardās 21

Hmn.

211

Hmn.

22 Ek Ardās

Ha - m av - gun bha - re e - k gu - n na - a - hi - i Ha - m av - gun

Ha - m av - gun bha - re e - k gu - n na - a - hi - i Ha - m av - gun

Hmn.

221

bha - re e - k gu - n na - a - hi - i a - m - ri - t cha - d bi - kai bi - kh

bha - re e - k gu - n na - a - hi - i a - m - ri - t cha - d bi - kai bi - kh

Hmn.

227 Ek Ardās 23

ka - i a - m - ri - t cha - d bi - kai bi - kh ka - i

ka - i a - m - ri - t cha - d bi - kai bi - kh ka - i

Hmn.

232

Ma - y - a mo - h bha - ram pay - ay bhu - u - le - e Ma - y - a

Ma - y - a mo - h bha - ram pay - ay bhu - u - le - e Ma - y - a

Hmn.

24 Ek Ardās

mo - h bha - ram pay - ay bhu - u - le - e su - t dha - a ra - siu - u

mo - h bha - ram pay - ay bhu - u - le - e su - t dha - a ra - siu - u

Hmn.

242

pri - i - t la - ga - i su - t dha - a ra - siu - u pri - i - t la -

pri - i - t la - ga - i su - t dha - a ra - siu - u pri - i - t la -

Hmn.

247 Ek Ardās 25

ga - i E - k ut - am pa - nt sun - io Gu - ru

ga - i E - k ut - am pa - nt sun - io Gu - ru

Hmn.

251

sa - n - ga - t E - k ut - am pa - nt sun - io Gu - ru sa - n - ga - t te - h mil - an -

sa - n - ga - t E - k ut - am pa - nt sun - io Gu - ru sa - n - ga - t te - h mil - an -

Hmn.

26 Ek Ardās

t - (a) ja - m tra - s mi - ta - i te - h mil - an - t - (a) ja - m tra - s

t - (a) ja - m tra - s mi - ta - i te - h mil - an - t - (a) ja - m tra - s

Hmn.

261

mi - ta - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r -

mi - ta - i Gu - r Ra - m - da - s ra - kho sa - r -

Hmn.

267 Ek Ardās 27

na - i Gu-r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i E - k a - r -

na - i Gu-r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i E - k a - r -

Hmn.

273

da - s Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i -

da - s Bha - tt Ki - i - ra - t ki - i E - k a - r - da - s Bha - tt Ki - i -

Hmn.

279 Ek Ardās

ra - t ki - i Gu-r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i Gu-r Ra - m -

ra - t ki - i Gu-r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i Gu-r Ra - m -

Hmn.

285

da - s ra - kho sa - r - na - i Gu-r Ra - m - da - s Gu-r Ra - m -

da - s ra - kho sa - r - na - i Gu-r Ra - m - da - s Gu-r Ra - m -

Hmn.

291 Ek Ardās 29

da - s Gu-r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

da - s Gu-r Ra - m - da - s ra - kho sa - r - na - i

Hmn.

APPENDICE III: Interviste

RISHIPAL SINGH

Musicista presso il tempio sikh di Odivelas, Lisbona

RS: I'm Rishipal Singh and I'm a *kīrtankar*, musician of *śabad kīrtan*.

FFA: [We watch the video recording of a sunday performance in Odivelas' *gurdwārā*, where he is performing together with Kuldeep Singh at the *harmonium* and Kushal Singh at *tablā*] **Was the performance well done? What do you think?**

RS: When I was reciting the *śabad* I was in it, in the *śabad*. I try my best to connect with the *śabad* and, in the same time, I was trying that the rest of the *sangat* who was sitting listening, join me and connect with the *śabad*.

FFA: **Which was the moment of most intensity during the performance of *śabad kīrtan*?**

RS: Sometimes when we are singing the *śabad*, a moment comes in which we forget everything around us and we are totally connected with the *śabad* and God.

FFA: **Can you identify when it happened in that *kīrtan*?**

RS: When I recite a *śabad* I have also to see the person sitting with the *tablā* and I have also to maintain the rhythm with the *harmonium*, I have to see which line of the *śabad* I'm reading, so... it happened but I cannot say "Ok this is the moment that I'm connected". It is very rare to connect. When you are connected you can't explain.

FFA: **I heard singing next to me: is it ok if people sing? And is there any difference in listening only and singing as a *kīrtankar*?**

RS: *Gurū* says that a person who is listening is three times better than a person who is singing because all his concentration is on listening.

FFA: **But is it good to sing and get involved and participate?**

RS: It's something interconnected: when I'm singing the *śabad* and I see the *sangat* sitted that is also connecting, this motivates me to do better and so to be more connected. So the more connected I am, the more the *sangat* is connected. That gives the motivation: the people are really listening when they close their eyes. You know the singing is somewhere in the heaven, in the atmosphere and they are connected with it. This is good because we feel it.

FFA: How did you learn to sing *kīrtan*? Can you speak about your training?

RS: I started my training in Anandpur Sāhib in Punjab. Before I was in Rishikesh because I need to learn the *bānī* and the pronunciation; then I've been in Anandpur Sāhib for two months and after I started to sing *śabad kīrtan*.

FFA: Do you think there is any difference between singing in India and now in Portugal? Do you “feel” any difference?

RS: *Gurbānī* kīrtan is the same wherever you choose to do it, whether in India or in Portugal or in some other country. Its just your feeling, how you sing *gurbānī*, how you feel it, how you want to fulfill the *kīrtan seva*, selfless service, having taken *ardās*, prayer, of *Maharaj*, great king.

I feel only one difference: in India people were coming daily. Here they come on Sundays. The mood, which is created here on Sundays, is created daily in India because daily the *sangat* is there, morning and evening. So there, the *sangat* is more as in the way that here lots of people come on Sundays. So one difference is having that experience daily rather than just if lots of people come on Sunday.

FFA: So there is a difference when you sing alone and when you sing with a *sangat*, community. Can you say something more?

RS: When I sing alone I have more time like a meditation, but when I do *kīrtan* in the *sangat*, I feel better because the impression or feedback I take from the *sangat*, motivates me to do better. *Gurū Sāhib* says that God resides in the *sangat*.

FFA: As a teacher, do you think it's important to teach to students?

RS: Yes, it's important because it has to pass to the next generation and the next generation have to be prepared for it. So they should also know about the *bānī* and the *kīrtan*. For me it's important to have students so that I can pass what I know to them.

FFA: You always insist on memorize the *bānī*, hymn, why is it so important?

RS: When you know the *bānī* you learn the meaning of it: this is one reason why you should learn it. A second reason is that sometimes you go in some places where you have not the laptop, but if you remember the *bānī* you can sing what you remember.

FFA: So before you teach the text and then the melody? Is it like this?

RS: I ask people going step by step and the first thing I ask to students is to know *bānī* by heart. Then it is easier for them to learn, because they don't have to concentrate on two things in one time: they know the *bānī* and they can come to the *harmonium* and practising.

FFA: So the meaning of the words is important, but do you think that people like me that don't understand the language, if they sing without knowing the meaning do they have some effects?

RS: If you don't know the meaning and recite you have an effect, but if you know the meaning then it has another kind of impact, it's a stronger impact.

[Gagan Deep Singh, the translator: In this I want to add one thing... In sikh history there was an example of a sikh who says "I'm reading everyday the *bānī* but I don't know the meaning. Do you think this still affect me?" The Gurū was walking and on the earth there was a pot of clay which was broken. He took the part broken from the ground and says "Smell this, it has the smell of butter. The butter was preserved in this. You removed it but still it has the smell" So the *bānī* has always effect.]

FFA: It's my experience: when you explain me the meaning, I feel a bigger impact, a more powerful effect...

RS: When you think what you are reading, it has always more impact.

FFA: I read a book about *kīrtan* music, which says that *kīrtan* is associated with peace and happiness and pleasure. Can you comment on this?

RS: *Kīrtan* is very important both if you sing alone or in *sangat*: as we said in *sangat* is three times better to connect. And the Gurū said that in this era, *kīrtan* is the most powerful source you have to connect with God. It has more effect than normal study of the *bānī*. Music has more effect.

FFA: So we can say that the aim of *śabad* is connecting with god and that in this connection one reaches peace of mind and happiness?

RS: yes

FFA: Can you tell me which words in Punjabi you use to describe the state of this connection?

RS: All *bānī* connects you with him. There is no one important *śabad* in the *bānī*, every word is important. But sometimes when you are reciting *bānī* or doing *kīrtan* it happens naturally that something just clicks you.

FFA: Can we speak about *sukh* or *anand*?

RS: When you want to see God or to feel Him, you have to go to *sangat*, because *Gurūśabad* says that God lives in *sangat* and being with other people gives you the pleasure. Being part of *sangat* you become part of Him. *Seva* is the most important pillar of *sikhism*. You went to Harimandir Sāhib, Golden Temple, and you saw many people cleaning and helping: this is the pleasure that you take. The person who is doing *seva*, knows the condition. As we said, those conditions of those people you can't explain.

FFA: Which words do you use to speak about this pleasure?

RS: This is something that word can't explain. *Jin har paya, tina chapaya. Jin har pāya* means a person who connected with Him, *tina chapaya* he has to preserve it for himself, and not to tell anybody else, because he can't.

FFA: So doing *seva* means to be in this state...

RS: No. Doing *seva* brings humility in you. For example, when you take something sweet, I can try to explain you in thousands of ways, but you can only understand when you have that experience.

FFA: I have some technical question: there is an *alāp* in this *kīrtan*. How do you decide the melody and which part of the *śabad* to use? Because I didn't find the text of the *alāp* you made in the hymn...

RS: When we take a *śabad* there is a line that ends with the *rahao*, which has all the meaning of the entire *śabad*. Normally we use to take *alāp* from that so the people or any person understand the meaning and go in the depth of it. When you know the *bānī*, it comes automatically.

FFA: And what about the melody?

RS: There are 31 *rāga* in the *bānī*. Normally it happens that when we are practicing some *rāga* and as we know, as we remember the *bānī*, we try to put that *śabad* in that *rāga*. And this is how we make the melody.

FFA: But about the *alāp*. Do you decide the melody respecting the *rāga*?

RS: Yes, for the *alāp* we have to take only those melody tunes that are in the *rāga*.

FFA: **So were you singing in the written *rāga*? *Rāga Sorath*?**

RS: *Gurū Sāhib* said that this is the *rāga sorath*: you cannot change the *rāga*. But for the melody you can mix, so that it sounds better.

FFA: **Can you explain more?**

RS: When you sing a *rāga* you cannot change it, but when you are making a melody in a *rāga* you can change the rhythm, for example, and makes different melodies form a single *rāga*.

FFA: **Can you tell me something about the disposition of the musicians? At the beginning of the performance you were sitting in the centre because you were leading the *śabad*? Or it hasn't any meanings?**

RS: I change the disposition because Kuldeep Singh had also some *śabad* he wants to recite, so he came in the centre. The person in the centre is the person who is reciting and the other are supporting him. But all three are the same, just because he is reciting, he is in the centre.

FFA: **Kushal Singh usually makes the second voice in the higher octave; can you speak about it? How does it happen? Are there any prescriptions about this?**

RS: Yes, Kushal Singh was in a loud pitch. Sometimes when you are reciting you came to a point where you go loud, but the person needs to know when going loud. The person who goes loud gives you more pleasure, *anand*. And that's why is doing it.

FFA: **I make you listen another short piece of the other *śabad* ... [we watch the video recording] In that moment you make ornamentation...**

RS: When we do *kīrtan* we do *sargam*, solfeggio, like in *alāp* and it sounds good, that's why I do it.

FFA: **Is there a specific motivation to do it in that point?**

RS: When we are doing *kīrtan* there are a lot of things happening in the mind. There is not a particular point where you have to do it: you can do it in any line. It just comes.

FFA: **Do you remember how did you feel in that moment that it came?**

RS: A lot of tunes were in my mind and I was not particularly prepared for that, but in that moment it just happened that I say to myself "I want to put that tune over there" and I did it. Normally I do a

prayer in front of the *Gurū*, before I go for the *kīrtan*, so that God could help me to join more the *sangat* in the *kīrtan* and connect. If the *sangat* says that I played well and they enjoyed, it means that god was in there and I can get that pleasure. The only objective of *kīrtan* is that we should connect with Him and also connect the *sangat* with Him and so we connect all.

FFA: I show you another short piece...[we watch the video recording] in that piece were you improvising?

RS: Normally every *bānī* is an *ardās*, prayer; it's like a supplication in front of God to protect us. What you make me listen is also saying the same. The message was the same: "Oh God, Nanak has come here at your door: protect me!".

FFA: ...but was it an improvisation?

RS: Sometimes many lines have the same meaning and because they have the same meaning we try to put them in a same rhythm. And this is what happened there.

FFA: But listen here [listening to the performance], what is Kuldeep (the other singer at the harmonium) doing? Can you make a comment?

RS: In any line you can go with *alāp*, but generally we use that lines that are easy to understand and we make them longer, so that the people can think about that for a moment.

FFA: So it was a way to underline the meaning of the śabad. Did you decide it before or does it just come?

RS: Sometimes it happens just like that, it clicks to you and you just do it. There is nothing like preparation.

FFA: Do you listen to other kind of music? Which ones?

RS: I used to listen to Sufi music and of course there is music that need to be listen because you get a lot of knowledge from it.

FFA: Do you play other kind of music a part kīrtan?

No

FFA: Do you play in other context a part from the gurdwārā?

RS: Yes, I play in other places like houses, but that places should be clean and has to be respected the fact that we are going to recite *kīrtan* and *Gurū Sāhib* should be present there.

FFA: The other day we were speaking about changes as rhythms or melodies that people like more etc. Do you think it's good to change or it is better to stay with the tradition?

RS: *Kīrtan* should be recited as *Gurū Sāhib* told us. Normally there is one more instrument called *rabāb*, which is very old and also very soothing. If you put to many instruments in it people get distracted by the music and don't go with the rhythm of what I am singing. So it should be simple and not be changed.

Odivelas, 8th september 2017

KULDEEP SINGH

Musicista di *śabad kīrtan*.

KS: My name is Kuldeep Singh, I'm a *kīrtankar*, a musician of *kīrtan*, and I live in Portugal.

FFA: **When did you start?**

KS: When I was learning in India I pursue Sikh Missionary College

FFA: **You were very young when you start?**

KS: 24 years.

Were there other musicians in your family?

KS: No, no. There is no tradition of musicians in the family

FFA: **What do you think is the aim, why Sikh sing *śabad kīrtan*?**

KS: I don't know. My grandfather told me to start with Machinery college, mechanic.

While I was going there I change my mind, I did Sikh Missionary College, not machinery. I talk with the director and after 5 minutes my mind changed from machinery to missionary. For preaching. I've been learning music for 2 months and everything changed. Now music is my favourite hobby.

FFA: **About a performance you made, how can you say that it was good and well done?**

KS: When I sing is always good, when I learn, listen is good; silence. When I talk, I don't feel so good. It's important the attention, it's important the feeling of the people. When they feel good, I feel good.

FFA: **Before starting to play, do you do something?**

KS: I talk, 5-10 minutes about the meaning of *śabad*, comprehension of the *śabad*, what is good and what not. When I walk with *Gurū-ji*, this is good. When I don't walk without *Gurū-ji*, this is not good for my life.

FFA: **What does it mean to stay with *Gurū-ji*?**

KS: Stay with *Gurū-ji* is to stay with God. *Gurū-ji* and God are the same. God is one for everyboy. When I think with *Gurū-ji*, this is good. If not my thinking is not good. I don't know a lot; I can only know with *Gurū-ji*. *Gurū-ji* is the truth, the way of truth.

FFA: What is your feeling when you are with Gurū-ji?

KS: My father says that when he's close to *Gurū-ji* he's close to God. *Gurū-ji* is a very good guidance. For example, I have doubts: I don't know what is good and what is not, but *Gurū-ji* knows. When I go with *Gurū-ji*, I go better because *Gurū-ji* knows everything.

This is *Gurū-ji* teaching: for me, for all Sikh. The problem is that so many people are fighting, in temples there are also fighting. Why are they fighting? Because they are not with *Gurū-ji*, not completely.

FFA: How do you choose which *śabad* to sing?

KS: It depends on the program

FFA: Who decides the program?

KS: The President tells me one week in advance. Gurū Rāmdās celebrations, etc. I've been in this field since 12 years and I remember 500 *śabad*. Wedding program, funeral program, etc. They are fixed. *Gurū-ji* says which one is the best. For example, they told me my son is dead and I thank God, for coming and going.

FFA: Does *śabad kīrtan* help?

KS: Yes, for knowledge, for people to know what is the truth.

FFA: What is the effect of listening or playing *śabad kīrtan*?

KS: It's the same. It's like one line with one person singing and one person listening. *Gurū-ji* in this case, is the same. Singing and listening is the same because once I sing, I sing from here, listen from here[he put his hand on his heart]. The meaning is in the inside. Teaching is learning, that's the way of *Gurū-ji*. It depends on the program.

FFA: Is it different playing here in Europe or in India?

KS: Here is better, it's always better because in India they don't understand what *Gurū-ji* says, in India they do not explain. Indian people understand music, but not the language. When I sing *śabad kīrtan*, the feeling is good, but people don't really understand. The language when I sing is not the same as common punjabi: it's like urdu for the people. They don't know what I sing, they understand me when I talk, but not when I sing. In India when you sing you don't talk, in Portugal you can explain.

FFA: Do you play other music?

KS: No. I am a person of the church, with the beard.... I can sing Indian music, but if I sing Indian music, I can't sing religious music. I work with the music as a preacher. *Gurū-ji* says Indian music is good, but the relation is not good, because they are two different things. When I sing in India, people take whisky and beer, they behave bad, also with ladies... In this case the message is corrupted, but when I sing religious music the message is always true. The President [of the temple] *Baba-ji* says that if I sing outside the temple, I can't sing in the temple because it's not a good message.

Last week I talked with a friend of mine, he's a writer. I said, "You give me one song with good message, for people of Europe, America, Canada. I only sing songs with a good message for people, because I am a preacher, I stay with *Gurū-ji*, my way is *Gurū-ji*."

FFA: Do you listen to other kind of music?

KS: Yes. I like some other music. The problem is that I don't understand the words. My son always sings in Portuguese. He is learning the harmony and sings Portuguese songs.

FFA: For you it's very important the meaning of the words in every song...

KS: Yes, in every song. In *śabad* is always good, I'm sure 100% *Gurū-ji* says the Truth. It's the way of God. I learn the *śabad*, remember it and then I sing it and explain it, because I understand that 100% of what *Gurū-ji* says is Truth.

FFA: When I learn some *śabad* or I listen to *śabad*, I don't understand what they say. Do you think it is affecting me anyway, also if I don't know the meaning?

KS: If you don't understand, then the teacher is not good.

FFA: But do you think that even if I don't understand the words it has a good effect on me?

KS: Every year I do a camp in Europe, 10 days, I teach *Gurū-ji* words to children.

FFA: Where do you teach?

KS: In Italy as well in Sweden, but only to Indian students, because I cannot speak other languages, only Punjabi. I give very good explanation for *Gurū-ji* in Punjabi. When you ask me a question, I give you the answer slowly slowly: it takes 1 hour for any question. My problem is that I don't speak a lot of Portuguese neither English very well, so I work only with Indian people, always. This

is my job, *gurdwārā* pays for my work a lot of money: 200-300 euro for *harmonium* and beside 400-500 euro for one week and tickets are also included.

FFA: **Each *gurdwārā* has its own musicians?**

KS: Each of them. There are 40 *gurdwārā* in Germany, 57 in Italy, England, Spain...

FFA: **How do you decide when it is better to do improvisation in the middle of the *śabad*?**

KS: When I practice, I try 2 or 3 different versions, and then I decide the best. But it depends when I sing, it's not really planned: it's at the moment, I don't know before. *Gurū-ji* helps me.

FFA: **Is it possible to describe what happens when *Gurū-ji* helps?**

KS: *Gurū-ji* is always close to us. When I sing, I always think that *Gurū-ji* is close to me.

FFA: **And when improvisation comes, that's a magic moment; what happens there?**

KS: You know when it is possible, there's energy, *Gurū-ji* is energy.

FFA: **Can you explaining what is *sahaj*?**

KS: *Sahaj* means calm, *shanti*. Not doing this thing and that thing, only one thing. *Sahaj* means to think with calm and fresh mind.

FFA: **Can we say that *śabad kīrtan* helps to stay calm?**

KS: Yes. When everything is loud or quick I don't understand. Singing helps to slow down.

FFA: **Do you sing *khyāl*?**

KS: *Khyāl* is ancient. When I sing, it depends on what people like and Indian people don't like *khyāl* because they don't know *khyāl*, maybe only 10% of the people knows. But if they know *khyāl*, then they appreciate it. So it depends on the people I have in front, I adapt my singing to what people like, it is important. I respect all.

Odivelas, 12nd february 2017

SHIV CHARAN SINGH

Spiritual Teacher and director of the Ashram Quinta do Rajo, Portugal.

SSC: I'm Shiv Charan Singh, I was born in Scotland and now I live in Portugal.

FFA: What do you think is the aim of *śabad kīrtan*?

SCS: I think there are a lot of small little aims along the way, but the main aim is self-realization and liberation from the cycle of reincarnation.

FFA: Can you explain which is the effect?

SCS: Effect... Part of the effect depends on your intention, what you bring in to it. It carries a message, so it brings understanding, awakening through a message. It's poetry, so it's awakening feeling of love, devotion inside the person. It has got primary sound quality in it, it's placed in languages that are like the soul of the language: most of European languages come from there, so it reaches very deep inside of you, almost like awaking memory inside. It has a kind of purifying effect, cleansing, healing.

FFA: Do you usually sing or play or listening to this music?

SCS: I sing sometimes; I listen to it sometime; I play some recordings sometimes; I should say that sometimes I just read it.

FFA: Can you describe your experience? Do you find any difference when you just read or sing or play it?

SCS: Listening is more a kind of surrendering, it's more passive it's a kind of letting go into the sound all around you: it's like taking a bath in some way. Sing it brings the heart a lot into it, you can read also with your heart as well, but singing is more likely to bring that feeling. So it's kind of catching your emotions and transforming your emotional energy. Reading it it's more like an active meditation, it creates the vibration. Still so it is experience: some how I'm more focus.

FFA: Can you understand the meaning of the words of the *śabad*?

SCS: Some *śabad* I understand 80% maybe, some other with not so common terms have being used then I maybe understand 20%. I think it's important to understand: it does make a difference when I'm reading or singing a *śabad* that I'm more in touch with also the meaning. The self is more involved so it is more absorbing, deeper...

FFA: Do you usually go to the *gurdwārā*?

SCS: Not regularly for my personal circumstances: I travel and teach, I don't have that much the opportunity. I had in the past.

FFA: Do you sing in other context apart from the *gurdwārā* ...

SCS: When I'm teaching sometimes I take some part of *gurbānī*: one hymn or one *śabad and* share to the class; we sing part of it every morning in *sadhana* with our community; I'm listening to it when I'm driving sometimes and I might sing it; If I'm listening to it on the airplane just with the headphone I'm not singing it. So singing is not so common, listening is more often because it's easier. I might read it anywhere anytime.

FFA: Do you find any difference when you sing/listen by yourself or in a group, with other people?

SCS: If I'm reading by myself is more like focus and meditation and more reflection on the meaning; if I'm with others usually it is more singing and it's not something clear to describe. It's less focus, more open and around you. I think that's important feel it around you and not only in you. That's what happens when you are with others. It's not easy to put in words. The difference is not so strong for me, because I practised a lot of *gurbānī* and so there is something consistent every time: just a connection really, recognition, familiarity, respect, it's something I love very much, so in any form, that part for me is there all the time. The difference is not so strong for me, but there is a difference.

Every morning I read either from one source or another: emails from the golden temple or... to have like a *hukam*. I try to be in touch with it every day: not to have a day passing where I didn't read something from *gurbānī*.

FFA: How did you learn to sing?

SCS: Earlier in my life I used to go to the *gurdwārā* regular: you learn just listening and copying. Some of the people in the community when they sing they give out some sheets with the transcriptions. But I learn to read *gurbānī* quite early: I went to *gurdwārā* and ask someone to teach me and I learned to read the *gurmukhi* script and that makes it easier also because when you learn the good pronunciation then it's easier when you listen to somebody singing *kīrtan*. In London and Birmigham you still often go to some people's houses to sing *kīrtan* not only in the *gurdwārā*: many time somebody will be having an evening *kīrtan*, celebrating some family birthday or

something else and then they do *kīrtan*. But because I learned to read it and understand the pronunciation better it was easier for me to listen and then to repeat the sounds.

FFA: Do you listen or sing other kind of music? Which kind?

SCS: Very little nowadays. Sometimes a musician does something just expressing his mastery and I appreciate art. It's just excellence and I appreciate it one or two time, but I'm not busy listening on regular basis to other music.

FFA: There is a difference between *gurbānī* and other kind of music...

SCS: Yes definitely. I appreciate every piece of music for what it is; whether it's from a traditional culture or an artist that produced something just really inspiring in the words or in the quality of the music but it's always different from *gurbānī*. I think *gurbānī* has something quite unique: it has different root, the way is out together, the poetry of it; the all combination of it...it's definitely distinct. *Gurbānī* is devotional music, devotional poetry and there are many forms of devotional expression in music and poetry, different traditions and I'm not qualified or even wishing to make some value judgement about that. But *gurbānī* has a unique infrastructure I think is the word, in his DNA which I find quite distinct. I think it is a personal element to that: some people just feel at home, it feels recognition, it feels familiar, it talks to the soul: that's one side of it and I recognize that sense in my self. At the same time how much is that unique resource belonging to *gurbānī* itself independently of why does it speak to me, that's the personal part. But what does it contain within it in terms of its own infrastructure. I think that's not easy to describe but there is a mystical element in how Gurū Nānak initiated something which is quite unique really. The combination of what he brought together in his words that was then followed by the other Gurū is almost like saying it's a mutation of language into another level of being and therefore it brings our consciousness also into another level. So there is something unique in *gurbānī* itself in addition to the fact I might personally find it something that I prefer rather than other kind of devotional music. It's not easy to define, but I think there's something to point to.

FFA: Can you say few words to describe the state of mind while you are listening or singing *gurbānī*?

SCS: Peaceful, open, more perceptive, more aware, more sensitive, happier: not in a bubbling kind of way but just quietly happy, feel at home, feel thankful.

Tapoban Ashram, Udaipur, 8th february 2015.

GURNAM SINGH

Director *Gurmat Sangīt* department of Punjabi University of Patiala

GS: My name is Gurnam Singh and I'm the founder and director of sikh musicology department in Punjabi University, Patiala.

FFA: Dr. Gurnam Singh, can you tell me what's the aim of *śabad kīrtan*?

GS: First of all, you should define what is *śabad kīrtan*. There are so many *kīrtan* like *nām kīrtan*, *bhajan kīrtan*, *yatra kīrtan*, but in *sikhism* the form is *śabad kīrtan* because *śabad* is the word, is the Gurū. *Śabad* is our master and for that we perform *kīrtan* of *Śri Gurū granth Sāhib*, which is in the form of *śabad*. *Śabad* represent the complete *bānī*, the complete of divine verse of *Śri Gurū Granth Sāhib*. For this reason, we call this *kīrtan* as *śabad kīrtan*, our tradition is *kīrtan* of *śabad*: recitation of *śabad*. Completely based on musicology of *Śri Gurū Granth Sāhib*. So your question was: "What's the aim of *śabad kīrtan*?" This is a different tradition from Hindu tradition. In hindu tradition there are different forms of *kīrtan* but in *sikhism* the divine verse is our Gurū, is our master and we follow the complete philosophy of that scripture, Sikh's scripture *Śri Gurū Granth Sāhib* and when we sing the *bānī* of *Śri Gurū Granth Sāhib* we connect with the philosophy of *Śri Gurū Granth Sāhib*. There are two aim of *śabad kīrtan*: first is the praise of the Lord, second, you must to have heard the term *mokśa*, is to achieve that state when we sing/recite *kīrtan*. And how it happens? We recite *kīrtan* in music, according to Sikh ancient tradition which has been established by Sikh Gurū and according to the musicology of *Śri Gurū Granth Sāhib*. According to that we recite *kīrtan*. So one aim is appreciations and praises of God and to achieve that state, to connect with god and the other is to integrate the philosophy of *Śri Gurū Granth Sāhib* in yourself. For that, in sikh tradition we have various styles, various forms, various *kīrtan* presentations.

The enlightenment of our mind, with divine verse: that's the clear impact of *kīrtan*. How it happens? It's the same process we follow in music: first we compose a verse, then we sing that verse in many ways then we got that repetitive effect on our mind and slowly we reunite ourselves with the meaning of that divine verse.

FFA: Can we call that state *anahat nād*?

This is different from hindu *kīrtan*. In hindu *kīrtan* we recite *rām rām rām*, but in this tradition we recite *śabad* according with our tradition that has a specific meaning and philosophy and that philosophy enlighten our mind. Not an orthodox repetition, this is the difference between the two tradition. And Sikh Gurū have communicated their message through music. Gurū Nānak delivered his religious message through music: only through *śabad kīrtan*; and that message has a specific

philosophy which enlighten our mind. You are seeking the effect, the impact in our mind, in my words it enlightens our mind with the philosophy, the knowledge of that divine verse.

FFA: The meaning of the words is so important to really understand and let our mind to be enlightened... but if I don't understand the meaning and I recite: has it an effect on me?

GS: It definitely has an effect on you. First of all you have the effect of music, effect of rhythm, effect of *rāga*, then slowly you may understand the meaning of that. You will be on that path so that you should know the meaning of this. We don't do anything without knowing without realizing anything.

FFA: Actually this is my experience: when I was reciting I felt something but when I acknowledge the meaning the impact was bigger...

GS: A musician can sing any composition any tune that's our musical scale but if we know the meaning of a *śabad* then we express it in a more accurate way or experience in more accurate form. But you want to know if *śabad kīrtan* has effect without knowing the meaning: religiously speaking this has effect on our mind because music has effect on plants and body and everything. You have the music background effect, but only that can't have this effect. The effect is music and *bānī* to completely enlighten our mind.

FFA: The word "equipoise" means balance: I found it a lot of time when I was reading the text you suggest me...

GS: In *sikhism* the model of spiritual communication is *śabad kīrtan*; Gurū Nānak communicate his message as *dhadi*, as *vars* (ballads) singer and he is explaining, he is performing what he had from the Almighty. In my thesis you must have read this. When we perform *kīrtan* we also do the same act. We perform the *bānī* of our Gurū, written in *Śri Gurū Granth Sāhib* and the same model we carry, the *bānī* the music and we perform in our congregation and we experience the same kind of feeling when we perform music. As performer. When we listen... there is a complication or musical formation, one is *śabad* in which the religious message lies, and third is the listener. There are three different parts of our performance. When I'm acting as a performer I'm doing the process of musical communication of our spiritual message. And when I listen then I'm receiving. When we perform we completely unify with that message: completely in tune with that message completely in tune with that music, completely in tune with the atmosphere and completely in tune with the listener. If I got that enlightenment, if I got that *anand* (bliss) then I can sing for my listener. The motivation is that I have to convey the message as our Gurū convey the message to his followers. We act as messenger of our Gurū and this is my personal experience.

FFA: Do you sing or perform other kind of music?

GS: According to *gurmat sangīt* while we are singing the divine verses we should avoid other kind of music. We should tune ourselves to that divine music. I don't perform other kind of music; I want to tune myself only with that divine music. According to our tradition we should not try different styles, we have to stay with one style if we want achieve consistency to our goals.

FFA: Do you think there is any difference between singing alone or with others?

GS: In Sikh tradition our singing is a choral singing we sing as *ragi jata*, as a group of *kīrtankar*, usually two or three; and we have different styles that need the help of other. We can sing individually but in our congregation we recite our *śabad kīrtan* in a group, we join a group.

When we sing in group that helps a lot, that is according to specific style of *Śri Gurū Granth Sāhib* for example we sing *Āsā Di Vār*: for that we need a group...It's a sort of participation: if you sing a *śabad* and other people join it, means that everybody is participating: singing or listening.

FFA: So it is important to sing and not only listening? Can we say that singing is an active role and listening a passive one?

GS: That depends on the form of *kīrtan*. In *śabad kīrtan* we have different styles and different forms, but usually in our sikh tradition we have particular performers of *kīrtan* as Bhai Merdana, Gurū Nānak, second Gurū and third and *rabābī* (*rabāb* players) ... it's a vast tradition of *kīrtankar* with special training of *rāga* and instruments... when we ask in our congregation other people to sing that's to create an environment. Basically we are performing.

FFA: I was in Amritsar and there were the performers but also there were people singing with the performers or something else, like reciting...

GS: Yes, there are different styles: that's according to that form. We should see: are they singing *śloka* are they singing *swayya* This are different form of *kīrtan*, of our religious oral conventions...

FFA: I understand, but everything was happening at the same time: singing, recitation...

GS: That's recitation, we call it *pad*, it's not *kīrtan*. They are doing their own activity; they are not taking part of the *kīrtan*. They came for their individual prayer. When we are sitting in *kīrtan* congregation we should be involved in that activity. But if I went there for my individual prayer this is open in *sikhism*, there is no problem. If I go early in the morning and I have some religious books and recite *pad*: you can!

FFA: How did you learn to play *śabad kīrtan*?

GS: I learned from a family of Sikh musician: my father was also a Sikh musician and I learned music and *śabad kīrtan* from my childhood. After that I got a particular and formal training in music and then, after completing, my studies I joined as a music teacher at the University.

FFA: Do you teach at the moment?

GS: At the moment I teach to PhD students: all the people here are my students. We started from zero in this department. Before I was in music department, then in 2003 we create this department. *Gurmat sangīt* was not an academic discipline in the university: this is the first university to introduce it. In 2003 we established the *Gurmat sangīt* chair and in 2005 we established this department of *Gurmat Sangīt* for the teaching of undergraduate and postgraduate course and in the short span of twelve years we create all this. I'm the founder professor of this and I motivate the students to come to this field, and I teach them, they do research under my guidance and some of them become teacher or technical assistant. And now we also started online teaching. Then we create this online library in which we digitalize all the material and literature about *Gurmat sangīt*. and by the grace of god we have this building with the financial aid of some supporters of *Gurmat sangīt* and the university that gave us for free. We are proud because this is the first university in the world which has introduced this subject and we try to do our best in this field. Before 2003 there was no academic studies in *Gurmat sangīt*.

FFA: Which is the teaching method you adopt to transmit this kind of music? How do the students learn?

GS: Traditionally: in our *gurdwārā*, in our *Taksal*, but that was not in academies. We don't have formal education; we have traditional education. I learned from a lineage of sikh *kīrtankar* but I got a diploma of classical music and became a teacher of Indian classical music. I found that I was not going on the right track: we should teach our tradition and we should know what is our tradition because Sikh Gurū *have* given this tradition and we should establish it academically, exploring this academically. For that I do my research and analyse the model of musicology of *Śri Gurū Granth Sāhib* and for the first time I sang complete *rāga* of *Śri Gurū Granth Sāhib*.

If you want to experience this tradition, you should learn proper *Gurmat sangīt*, proper vocal music. Without a teacher it's impossible, if you want really experience this *Gurmat* tradition then you have to learn *Gurmat* as well as music as well as *Gurmat sangīt* as well as *śabad kīrtan*. For *śabad kīrtan* we should learn vocal music, then *rāga*, then *tāla*, how to compose a *śabad*, then how to sing a

śabad, then what are other kinds of *śabad kīrtan* performances, various styles, various trends, various instruments, and what's the instrumentation of *śabad kīrtan*.

FFA: It's an established tradition started at the end of the 15th century: what do you think of the time process it has been under to? Has it evolved and transform or...?

GS: In our tradition we have different sources: literatures, our *rāga*, our *tāla* and our singing styles. This is a living tradition: different *kīrtankar* sing in the presence of Gurū, learn from a Gurū, our sikh Gurū ... we sing every day at every moment. This is important: in *sikhism* we sing every day every moment on every occasion. Music is part of our life; I may say music is our life enlightenment, and for us music is *śabad kīrtan*, it represents that music tradition. *Śabad kīrtan* is our enlightenment. In every moment we recite *kīrtan* and that's the effect. Why we recite? We recite so that we got the enlightenment from that *śabad*: what's the religious path, what's the religious experience in this moment. In every moment we got that experience which our Gurū experience before. For this reason, in our life from birth to death we sing in every moment. To unite ourselves with that particular experience, religious experience which we got as a message from our culture: our divine verse, our *Śri Gurū Granth Sāhib*.

FFA: What do you find important to teach to your students?

GS: First of all my students must have basic knowledge of *Gurmat* and music: *Gurmat* is tradition exactly ordered by our sikh Gurū and you know this tradition is completely based on *dhrupad* tradition and we have some particular principles of our *rāga* and singing tradition. According to that we should also learn music and *Gurmat* tradition. After that we should follow our sikh tradition of music, *Gurmat Sangīt*. If you want to experience the same spiritual experience you should understand the meaning of a *śabad* and experience the meaning of the *śabad*: it multiplies your experience and you'll get more results. Without teacher we can sing *Śabad Kīrtan* in congregation. If you know the *bānī*, if you know the divine verses, if you have a sikh background and you recite and listen *śabad kīrtan* every day, you belong to a sikh family. You may sing with no problem. In folk music tradition we don't learn any tradition but anyway we sing.

FFA: What can you tell me about other music tradition? Which are the differences with *śabad kīrtan* performances?

GS: There are many forms of Indian music: classical, *gazal*, *tumri* I can sing; there is no problem. In my case, previously, I was a teacher of Indian classical music and performer. Our *kīrtankar* also sing different form; but according to our tradition we should stay with our *Gurmat sangīt*, our *śabad kīrtan*, because this is a divine tradition and we should completely follow the divine form not the

worldly form, and we should connect ourselves with that. When we sing other form, *gazel*, *gīt* or other worldly form there is the meaning of literature and human emotion. When we sing *śabad kīrtan* that's about God, the Almighty, the inner journey, spiritual journey.

FFA: Do you listen to other kind of music? Do you find any difference in you experience of lisenting *śabad kīrtan* and other kind of music?

GS: I like classical music, instrumental music, I also listen western music and I also understand different folk music traditions of Punjab. But mostly I like classical music because that represents *rāga* and in Sikh tradition we also have *rāga*: that helps a lot. If we listen to classical music or worldly music, then we connect with the object of that form and when we listen to *śabad kīrtan* then we connect with the message of *śabad* which is completely different experience. Listening to *śabad kīrtan* is a spiritual experience, religious experience and listening to worldly music that awake our emotion and has a different impact on our mind.

FFA: Can you tell me some words to describe state of your mind when you are performing *śabad kīrtan*?

GS: We disconnect ourselves from this worldly time and we completely go beyond this world. We completely connect with the message, with the music, with that spiritual aura. And we should achieve that, if we are not achieving that we are not doing real *kīrtan*. If we are not in that spiritual state there is something missing: the *śabad* is not proper, the music is not properly composed and we are not performing in that manner. For that reason, Sikh gurus have established code of conduct and musicology and *rāga* and singing styles...to get to that position and that connectivity with real music of *sikhism*.

FFA: In *bānī*'s title there are different indications. One is *ghar*. Can you tell me something about that? I know some scholars made some hypothesis about the relation between *ghar* and rhythm...

GS: This is still a topic of research and we are trying to find out. In these days we don't use this term. In my thesis you must have read my use according to that.

FFA: But there is a relation between the rhythm of the verse and the *tāla* used in *śabad kīrtan*?

GS: We are still looking for the answer to this question.

FFA: Indian classical music has not fixed notation, it's an improvised music. Is there any kind of improvisation in *śabad kīrtan*?

We have *rāga*, author of the *bānī*, singing style... then refrain: *rahaō* is the central idea and according to this norm we compose a composition. A part from this basic characteristic we have to improvise the meaning of that *śabad* in *alāp* manner. In *khyāl* we improvise, explore and expand *rāga* with the exact form of that *rāga*, but in classical music tradition we improvise *rāga*, melody of *rāga* and in *Gurmat sangīt* we improvise the *śabad*. That's the basic difference, because the purpose is different. When we do *alāp* in this tradition the motive or the object is that we have to explain the meaning to the listener with the help of *rāga* and the help of *tāla*. But in classical music tradition we don't primarily focus on the lyrics, here *śabad* is important, lyrics are important. In classical music they have lyrics but they give importance to *rāga* or the different technical element of that style.

FFA: What do you mean with exploring the *śabad*? How can you do that?

GS: In *śabad kīrtan* we also give lecture and explain the *bānī* but we have different trends and tradition of *śabad kīrtan*. One is completely based on musicology of *Śri Gurū Granth Sāhib* and one is based on folk tradition. In *darbar Sāhib* bone tradition is being present in inner place and again one form of *kīrtan* is completely relate to folk form that called *varyada kīrtan*; or we are doing *kīrtan* with harmonium and string instruments and some people are doing *kīrtan* with folk instruments. This are different trend of *śabad kīrtan*. And what may confuse you some people recite the name of god *Wahe Gurū*. *Wahe Gurū* that's another form of *śabad kīrtan*.

For we example, the other day we get together and thank the Almighty for the completion of that chairman. I choosed that kind of divine verse in which a person presents his thanks to Almighty and say" by the grace of god I've been able to do that". We sang it to just experience it, to enlighten our mind with that experience. Again the purpose is reconnecting with the message of the *śabad*. The only purpose is this.

Patiala, Punjabi University, 27th January 2015.

ALI AKBAR

Music teacher in *Gurmat sangīt* department of Punjabi University of Patiala

AA: My name is Ali Akbar, here in the university I'm teaching *rebab* and I'm doing some audio recording as sound engineer for the *Gurmat sangīt* on line course. I record many compositions of *Gurmat sangīt* in ways of different ragis. I belong to Punjab State from Sangrur, sixty kilometres from Patiala.

FFA: **Do you usually play or listen or sing *Gurmat sangīt* music?**

AA: Since childhood many singers of *Gurmat* tradition came to learn to my grandfather. I belong to a family of musician, any ragis were learning from my grandfather. That's why I used to hear *Gurmat sangīt* lessons, *śabad*.

FFA: **What's the purpose of *śabad kīrtan*?**

AA: Singing the *śabad* is directly linked with meeting God, feeling God and getting His blessing. In *Gurmat sangīt*, *śabad* singing is vital, is essential: by singing the glories of God with *śabad kīrtan* we can feel the grace of God and in *kalyug*, this age period, nowadays period, man can get *mukhti*, liberation from sins, from this world of sins. We can meet easily in *sahaj*, we call it *sahaj avastha* (state), it means with no difficulty, so we can meet or feel God easily with *śabad kīrtan*.

FFA: **You are both a performer and a listener: there is a difference when you sing and when you only listen?**

AA: Actually there is equally importance as we sing and as we listen. There is an importance of the words written in the *Śri Gurū Granth Sāhib* either we sing or hear a *śabad*. They are equally important. We enjoy both things: listening and singing or playing.

FFA: **So the meaning of the words is important, but if someone doesn't understand the meaning, do you think there are some effects from this music?**

AA: Words are pure, *śabad* is pure like *candra* stone, when we connect with these words and we keep them in mind then you feel blissful. Actually as long you practise it, hear it, and learn the *śabad* you feel more and more bliss.

FFA: **Do you usually go to *Gurdwārā*?**

AA: yes

FFA: Do you perform this music in other context?

AA: In *Ardās* ceremonies... *kīrtan* is important in Sikh way of life from childhood to death. When Sikh celebrate a birth they sing *śabad*, when they marry, for a death. In every occasion either the situation is sad either is good, in every occasion we perform *kīrtan*: *kīrtan* is the connection.

FFA: Do you find any difference if you perform alone or in a group?

AA: When we sing in a group we perform and tell the others of the congregation that they have to sing with us then the effect is higher; when we perform at home in solo, that is also good.

FFA: So your first teacher was your grandfather, and after?

AA: After I learnt from many teachers like Pansur Prakash ji, Alkwandar ji, here from Dr Gurnam Singh Ji.

FFA: You are also a teacher, what do you think is important to teach to students?

AA: It's our duty to teach music as this connectivity where, like in yoga, you avoid all other thoughts and directly connect. It's religious but also spiritual.

FFA: Do you perform other kind of music?

AA: Punjabi folk music, Hindi and classical music.

FFA: Do you find any difference when you perform *śabad kīrtan* and other kind of music?

AA: Actually, folk songs are exciting, *śabad kīrtan* is calm. It's devotional music, we offer prayer to God, in folk music we enjoy: dancing... things like this.

FFA: If you have to describe the state of your mind when you sing *śabad kīrtan*, how would you do it?

AA: I feel like if God is blessing me and good waves are coming. I feel some super power: I have the connection. When we sing we don't need anything from Him at that time, we only take his *Nām*, acting his name in music and we feel good: the atmosphere changes because all evil actions or evil feelings disappear. *Nām* is the support of all beings, everything: *Nām* is the root. When God blesses anyone then He gives his *Nām*, because we don't know his name. According to *gurbānī* all male and female are bride of God. With devotion and through *śabad* we try to meet God. *Nām* is the support of all. In Islam there is also one *Nām* when Allah says "*Kun!*" and all worlds appear. Similarly, this *Nām Wahe Gurū*: when all things appear only with *Nām*, we call *Wahe Gurū*.

It's like listening to the *Nām* and tune yourself with the *Nām*: so when you were saying that listening and singing are equal... When you listen with devotion and sing with devotion then they become similar.

FFA: So you have to participate...

AA: When we go this path, slowly we will feel something. When you understand the meaning of the verses, then with music slowly you feel more blissful. The end, the fruit of singing the *śabad* is a blessing: at that time, you don't need anything. By yoga you arrive at that state also, it's the same.

FFA: You belong to a Muslim tradition but you grandfather was singing śabad ...

AA: Actually in India many people respect all religion and way of life. We go to *gurdwārā* or Hindu temple because our friends are there. We can't live without society; this is the main reason: brotherhood. All are living together: we live and enjoy festival together.

FFA: In Śri Gurū Granth Sāhib there are compositions also from Islamic tradition...

AA: Baba Farid Ji is an Islamic saint and his writings are in *Śri Gurū Granth Sāhib*. He was the first who introduced Punjabi, after him Kabir ji, then Gurū *Nānak* ji came. Gurū *Nānak* also respect Baba Farid: he collects *bānī* from him. When you read *Śri Gurū Granth Sāhib* you find many scholar's *bānī* related to different religions. Actually the philosophy of all the saints in *Gurū Granth Sāhib* is related with one God. They collected that philosophy and this is due to Islam.

FFA: Do you sing Sufi music? Do you feel the same effect?

AA: The effect of Sufi music is the same: avoiding the ego. Sufi means one who is away from all sins, who is pure, because God is light. We speak with the power of that light: this is Sufism. *Aval Allah Nūr upāyā*: *Aval*, in the starting, *Nūr*, is light: by the support of light we all speak here. Sufi means the pure heart. When all evil actions eradicate, then light meets light and becomes one: this is Sufism. *Gurbānī* is similar: by singing, playing... actually in Sufism dancing also is a part of the practise. Saints can dance also: whirling, but not in *Gurmat sangīt*.

FFA: In Gurmat sangīt everything is balanced, not extreme. Instead kawwali...

AA: Actually I try to synchronize the voice with others, I can't sing loud. I can reach only the standards the other are singing, I can't go high or low: I try to stay along. *Kawwali* goes high, with passion, like dancing, like wine, with happy spirit.

Patiala, Punjabi University, 26th January 2015.

KANVALJIT SINGH

Music teacher in *Gurmat sangīt* department of Punjabi University of Patiala

KS: I'm Dr. Kanvaljit Singh, assistant professor at department of *Gurmat Sangīt* in Punjabi University of Patiala. I belong to the city of Golden Temple, Amritsar Sahib and my research's work is on the historical perspective of *kīrtan* tradition of Sri Harimandir Sāhib. I completed my education in Amritsar and I'm a researcher in Punjabi University Patiala; Dr. Gurnam Singh is my guide. At present I'm working in department of *Gurmat Sangīt*, Punjabi University of Patiala.

FFA: What do you think is the aim of śabad kīrtan?

KS: *Śabad kīrtan* is not the mere presentation of a composition or a poetry. *Śabad* is a divine message, the message from God, *Akāl Purakh*, the power beyond the time's limits. So *Śabad* is message, divine message and *kīrtan* is the musical presentation and singing of his praises. The aim of *Gurmat Sangīt* is not merely perform or publish our talent or our abilities or our poetry. It is a mean: *Gurmat Sangīt* has been used as a mean to proper get *śabad kīrtan*, divine message, to the people, the devotees. So *Gurmat Sangīt* is a musical tradition published by the Sikh Gurūs to flourish the divine message.

FFA: Do you usually play or sing or listening to *Gurmat Sangīt* music?

KS: I am master of vocal music and I complete my master in Hindustani singing style; then I started playing *tablā* and I am a disciple of Ustad Har Krishan Singh and I belong to *tablā* Punjabi *gharānā* and singing Patiala *gharānā*. After I join the faculty of *Gurmat Sangīt* because that was the phase when we were introducing the *Gurmat Sangīt* at academic level so I decided, with the guidance of Dr. Gurnam Singh, to work in the field of *Gurmat Sangīt* rather than Indian classical music. Before I was the lecturer in vocal music at Khalsa College Patiala. I shifted from Indian music to *Gurmat Sangīt* for the service of the *Gurmat Sangīt* academic level.

FFA: As a performer and as a listener, do you think there are some differences?

KS: As performers we are more centred and our concentration goes more to the presentation, musical tuning, the composition, the accuracy of the composition, the accuracy of the pronunciation, the originality of the divine message. When we are listeners of *Gurmat Sangīt*, we cherish God's blessings. I think when we are performing we are a little bit away from the divine because the performer has to keep in mind the state of the audience and his ability. But while we are listening we are free from these formalities and we just love to listen, admire his praises and I think

that the blessing of the *Akāl Purakh*, Almighty, shows us more when we are listening. When we are just performing it is good but our mind is diverted to the presentation also.

FFA: In *śabad kīrtan* the meaning of the words is very important. Do you think that if someone doesn't understand the meaning there is anyway some effect from this music?

KS: The music is the language of the heart: Sikh music is a comment about every music tradition of the world. So music has an effect on the listener: when you don't know about the language, then the features, the language, the melody, the rhythm and the correct intonation of the *swaras* these are sufficient to depict our idea, our emotion to the person. In the case of *Gurmat Sangīt*, it is a tradition to be recited in the presence of the *Śri Gurū Granth Sāhib*, in the presence of the congregation, the divine assembly. So when we are gathered under the umbrella of the *Śri Gurū Granth Sāhib* and we are sitting together as a *satsangat*, certainly it effects to all and this is evident from the visit in Sri Harimandir Sāhib and other historical *gurdwārās*. There is a supreme power also: when the performance of *Gurmat Sangīt* is going on the effect of the divine force also impact our mind. But if you want to get something and go nearer to *Akāl Purakh* and the *satsangat* then you should learn the poetry and learn the meaning of the words and what the poem is actually saying to you: a word as a word can express anything.

FFA: Do you usually go to the *gurdwārā*? And do you usually sing this music in other context apart the *gurdwārā*?

KS: I used to pray the Almighty, *Akāl Purakh*, daily... Not daily: when I think, I think about god. When I wake up I pick up a line of *gurbānī kīrtan* from *Śri Gurū Granth Sāhib*. I read *Gurbānī*, I write *Gurbānī*, and dozens of books about *Gurbānī* I wrote in different languages: Punjabi, Hindi, English. When I'm teaching, it is also *Gurbānī*; when I'm learning, it is also *Gurbānī*. I think to be very lucky to be in *Gurmat Sangīt* and having 24 hours a day always attached to the divine forces. I've listened and learned other music also: I have knowledge of western music. I do practice, learn and listen other kind of music, like western music, classical western music, Carnatic music, Indian classical music and I love to listen to string instruments: they are nearer to my heart.

FFA: Do you find any differences when you sing or listen by yourself and when you are with others?

KS: When I sing alone I am with my own feelings, but when I sing with a group or I'm accompanying *tablā* with a group, then I've to adjust with the others. So basically the own creation,

the own intention is limited when we are performing with a group. But always the group is better than performing alone: it gives more pleasure.

FFA: You were saying that you are playing other kind of music. Do you find any difference between playing other kind of music than *Gurmat Sangīt*?

KS: Other tradition are only meant to depict our talent in music: what is the building of our *tān*, what are the rhythmic ability between us, how much complex musical levels or notes we can perform or just imagine... but in *Gurmat Sangīt* we use musical techniques only as a limited source to express the supreme and divine message of God. Other music is meant only to express our abilities among the listeners, but *Gurmat Sangīt* is a tradition that enables us not to display our abilities, but to use our abilities to display the divine message. Music in *Gurmat Sangīt* is a vehicle in which the rider is *Gurbānī*.

FFA: How did you learn from the beginning to sing and play *śabad kīrtan*?

KS: I learned it from my family: my mother was a very good *Gurmat Sangīt* performer; she was not a professional, she learned from her family tradition. I got the talent and the taste of *Gurmat Sangīt* from my mother. She used to sing already in friends' congregation, divine assembly. I just used to accompany her and from that I got the taste and develop it to learn harmonium. First I used to learn harmonium then I used to sing *Gurbānī* from *Dasam Granth*. In my student life I was popular for singing *Dasam Granth*'s compositions, which are very rare in these days. Then I shifted to *tablā*, after that I try my best to learn and teach *tanti sāj*, a string instrument from *Gurmat Sangīt* tradition and in these days I have a sufficient number of students for *dilruba*, *rabāb* and *taus* also.

FFA: What do you find very important to teach to your students about this music?

KS: Very important to teach to the students is that one should be very honest in teaching and learning also. If the teacher just goes for money or any other kind of incentive, then the teaching and the learning will be a false practice. I used to try and I'm trying my best, if I'm teaching to someone it should be very fair and nothing should be avoided or hidden. I just display my talent full and fine and I also want the student doing the same.

FFA: If you have to find some words to describe the experience or the state of your mind when you are singing this music... which ones would you use?

KS: When I'm playing and listening I try to do my best to detach from all the worldly attractions and *Akāl Purakh* helps me. I just sit and automatically my eyes are just closed and I will just cherish

the blessing of God. In this way if I am sitting there more than two or three hour it never gives me tiredness, I think it is just a while that I spent and I'm very comfortable and I love listening and performing.

FFA: Can you explain the meaning of *anahat Nād*?

KS: There is a meaning of *anahat Nād* in music tradition and one in religious tradition. In music the sound is everywhere. In every corner of the universe there is a sound: automatic sounds, natural sounds and the thinking process of a person is also sound in the inner of the mind. Musically we use that sounds that are stable, melodious and differentiable. Other sounds are called *anahat Nād* and they are not usable in music but they belong to the divine and the religion. *Anahat Nād* is the inner sounds of the mind, the inner feeling of the mind, the process of thoughts that goes in our mind. If we listen something and we have an idea and we start thinking about that idea, then it is the *anahat Nād*, which is going down us, which affects our body and our mind and we are always thinking about that. When we've got such instinct about god, it is *anahat Nād*. Just remembering the blessing of *Akāl Purakh* this is called *anahat Nād*: the inner feeling in us, going on and on and from which we are acting. In fact, when we do some work we indulge in that, but doing any kind of work we should remember Almighty, the blessing of the Almighty because it's by His grace that we are working. We should never forget God: with the feeling of God, the feeling of blessing of God we are remembering and we are thanking to the supreme power. This is *Anahat Nād*: the inner feeling, the continuous feeling.

FFA: Indian Classical music has a large part of improvisation, is there improvisation also in *Gurmat Sangīt*?

KS: In *Gurmat Sangīt* the amount of improvisation is larger than Indian music. In Indian music we follow just our predecessor form of musical compositions: we improvise only the musical syllables or speed variations. On the basis of the speed variations and the musical syllables we are enacting the songs. But in *Gurmat Sangīt* each *rāgi*, performer, everyday in the morning or evening he will just pick up the title of the *rāga*, he will pick up that portion of *Gurbānī*, divine poetry and he or she will listen or he will recite it daily in a new composition. *Gurū Granth Sāhib* has 1435 pages: it's a large number of divine *ang*, pages. So I just open my book: it is written *rāga Bilāwal*, *śabad* is there. So following the *rāga* I can just start singing the *śabad*. I don't have my proper music band every time because is a *rāgi jatha* from Delhi, which is ever accompanying me. So if someone can play only *kaharvā*, I will sing that *śabad* in *kaharvā* to suit his abilities: if; if someone has the knowledge of *jāp tāl*, I will sing in *jāp tāl*. So even if my composition is in *cār tāl* and he will not

play this, I will not leave this *śabad*, but I will sing as part of the blessing has been provided to me. This is the experience of the all the traditional *kīrtankars* of the *Gurmat Sangīt*. Thousands of composition are being sang or recited daily with this performance: we are just improvising *deśi* composition also. The display of the recitation of *Āsā ki Vār* is the prominent example for the improvisation. The complete *Āsā ki Vār* can be completed in three hours daily. When we recite the large number of *paori* being used for the *Āsā ki Vār*, each one is improvised on the base of the situation and the accompaniments being provided. So there are many chances of improvisation in *Gurmat Sangīt*.

FFA: Can you tell me something about the term *ghar* indicated in *Śri Gurū Granth Sāhib*?

KS: There are technical terms used in *Śri Gurū Granth Sāhib*. The meaning of *ghar* is... just till now the scholars of *Gurmat Sangīt* have not only one view about *ghar*. Some just connect *ghar* with *swaras*, some connect it with *rāgas*, some connect with *tālas*. When we go with the *ghar* there are only seventeen *ghar* used in *Śri Gurū Granth Sāhib*; when we go with *swaras* there are seven *swaras* in *śudda* and twelve in *śudda-tivra-khomal*, and when we go with the *śrutis* it is 22. So neither 7, neither 12, neither 22 go with 17 *ghar*. So it is not possible thinking about *ghar* in connection with *swaras*. And when we go for *rāga*: the number of *rāga* is countless, limitless; so we cannot confine *ghar* for any *rāga*. When some try to link *rāga* to *ghar* they tried with first *śrutis* second *śrutis* ... but what about the *śrutis* after seventeen? *Rāga* can be started from these *śrutis* also. So the number of *śrutis* cannot be also attached with this *ghar*. And there is a large number who just tried to link *ghar* with *tāla*. The number of *tāla* been used in Hindustani Classical music or Carnatic music is traditionally 108, but in these days they are also countless: how can we classify *tāla* in 17 only? Some of our scholar tried to connect *tāla* with *ghar* on the basis of the *tālī -khālī* been used in that *tāla*. But this doesn't also work. There are so many *tāla* having 3 beat, having 3 *vibhāga*, so which *tāla* is *ghar* 3? Many *tāla* have 4 beat: which is the one of *ghar* 4? So these are only assumptions, I think this is another topic for a thesis and I am working on it and I can be more elaborated after the thesis has been submitted. Sorry for that.

FFA: So the *tāla* is decided, as you were saying before, by the performer...

KS: *Tāla* is decided by the performer only. The title of the *ghar* is given only in very limited *śabad*, what about the *śabad* not cover with *ghar*? So if *ghar* is *tāla* we should find *tāla* in every *śabad* but it is not there, so it is evident that *tāla* is decided and defined by the *kīrtankar* only. *Ghar* is not meant for *tāla*.

FFA: Do you think there is a relation between *tāla* and the poetic rhythm?

KS: Yes, it is certainly there. All the *tāla* are formed on the basis of the set number of beats. In poetry there is also a meter having different beats. So *tāla* is definitely connected with the beat and connected with the poetry stanzas, but by enlarging the vowels of the *śabad* we can change it. If any poetry is having 12 beats and having three or four words just enlarging or expanding the vowels of that poetry, we can make any tempo. It would be better to investigate if there is a relation between the meaning of *śabad*, music composition and the temperament of the performer. Otherwise it's just a mere practice of enacting a poetry on musical net.

FFA: Gurmat Sangīt is a very ancient tradition; do you perform this music in other context?

KS: Of course we can recite *Gurmat Sangīt* and *śabad kīrtan* at *gurdwārās*, at our home with this congregation and social gathering and you can perform for Gurū when you are sitting in your room: you start just singing hymns. I recall those days when I was very little, just in first or second school, my grandfather used to sing loudly and all the house was filled with his voice. He was taking his bath and he was singing “*waho waho Gurū Granth Sāhib ji*”. When he was going for his daily routine of *nitnem*, the line or stanza that he felt was very near to his heart that day, he would repeat it several time and then go for the completion of the prayer. So the *Gurmat Sangīt* performance can be at home, informal; nowadays is going also to be a part of social gathering: we are organizing *Gurmat Sangīt* competition and this is a social gathering. I can give you also my personal experience: we were called for a wedding. When we went there it was very decorated, a huge stage was there with the *Śri Gurū Granth Sāhib* and all the people were sitting below with all the wedding clothes. *Kīrtan* was going on all the time; after its completion *Śri Gurū Granth Sāhib* was taken back to *gurdwārā* and after we took meal. Whenever you want or like you just need to follow the tradition: cover your head and remove your shoes; be in a good way to perform it with traditional musical instrument. So it is possible to perform, listen or recite every time every day.

FFA: Can you tell me something about the online teaching project?

KS: Online Teaching Project was introduced by the department of *Gurmat Sangīt* and *Gurmat Sangīt* chair in the leadership of Dr. Gurnam Singh-Ji. He thinks that *Gurmat Sangīt* should be an inseparable part of the academics of Sikh way of life and society should be particularly aware of this. To spread the message, he just prepared the syllabus, but for the students who are not able to come here for classes he started *Gurmat Sangīt* through distance education. Nowadays life is very fast and we want to spread *Gurmat Sangīt* to each and every corner of this world, so we started online teachings. We prepared lessons for theory and practice also. Traditional composition of

Gurmat Sangīt are recorded in vocal, instruments and *tablā* also: the department has prepared practical lesson for *tablā, jorī, dilruba, taus, rabāb...*, singing lessons for male and female, with different scales. It's the first experience of any university. We are giving this practical tradition through our online teachings. We give lessons through Skype and by videoconferences we get the interviews for the examination process.

Patiala, Punjabi University, 23rd January 2015.

VARINDER KAUR

Music teacher in *Gurmat sangīt* department of Punjabi University of Patiala

VK: My name is Varinder Kaur, I teach in *Gurmat sangīt* Department, Punjabi University Patiala and my designation is assistant professor. I have experience of fifteen years of teaching; undergraduate and post graduate in music as well as *Gurmat sangīt*. Before join this department I spent seventeen years in Mata Gujri College Fatehgarh Sāhib in music department and *Gurmat sangīt* Department. As a resident of Patiala, it's a godly opportunity for me to serve *Gurmat sangīt*, which is a specialization of my fieldwork, so I'm here in this department to teach for undergraduate, postgraduate and for research scholar of PhD.

FFA: What's the aim of *śabad kīrtan*?

VK: *Śabad kīrtan* is a practical form of *Gurmat sangīt* tradition. The main motive of *Gurmat sangīt* is to unite the soul with the Almighty.

FFA: Can you describe your experience when you sing or listen to *śabad kīrtan*?

VK: It soothes me, when I listen or perform. It gives me peace of mind. It gives me spiritual experience.

FFA: Is there any difference when you listen or perform?

VK: As a performer I perform *śabad kīrtan* according to the *bānī*, according to my style and this make me able to understand the *śabad* and to understand the Almighty through the words He gave to us. I make it convenient by myself to know my Gurū through *śabad kīrtan*.

When I listen it depends upon the performer: how he sings, what is his style... as everybody has a particular style.

FFA: The meaning of the words is very important. Do you understand it?

Yes

FFA: Do you usually go to *gurdwārā*?

Yes

FFA: Do you sing only in *gurdwārā* or in other context?

VK: I sing in our Sikh congregation, in *kīrtan darbars*, the Sikh religious ceremony of our relatives, friends: I perform there.

FFA: Is it different singing alone or with other people?

VK: As I told you, when I sing by myself I sing according to me, to amuse myself. But with others sometimes it creates a disturbance. It's momentary: when we feel the *śabad* we feel the Almighty's words. It's momentary so there shouldn't be any disturbances in that moment. Because that moment is a spiritual one: so there is only god and words. There is a conversation between our soul and *śabadgurū*.

FFA: How did you learn to sing *śabad kīrtan*?

VK: I studied in school college and university music as subject, but I learnt *śabad kīrtan* in my childhood with my mother and after that I learnt from Dr. Gurnam Singh.

FFA: And now it's a long time you are a teacher, what do you think is really important to teach to your student about *śabad kīrtan*?

VK: *Gurmat sangīt* is devotional music, so it is divine music we can say. It's divine word based in music style, so there should be a balance between *rāga* and *śabad*. This is the main ingredient in this tradition: how much we are able to put accurate ratio of music in our divine word based music.

FFA: Do you perform other kind of music?

VK: Classical music, traditional Punjabi songs, old classical Hindi songs.

FFA: Do you find difference when you perform *śabad kīrtan* and other kind of music?

VK: *Śabad kīrtan* is devotional music, it is related with Almighty, it is related with spiritual experience, but other music is meant to entertain ourselves by ceremonies. It gives us pleasure. Actually music means to give pleasure to ourselves and to others.

FFA: If you have to find few words to describe the state of mind when you perform *śabad kīrtan*, which ones would you use?

VK: It's a spiritual experience which calms me and soothes me and teach me how I could be balance in my life according to my Gurū.

Patiala, Punjabi University, 22nd January 2015.

KIRIT SINGH

Musician

I'm Kirit Singh. I was born and brought up in London. At the moment I'm spending time in India studying the Indian classical vocal form of music known as *dhrupad*. Beyond that, I don't know

FFA: For you, what is the aim of *śabad kīrtan*?

KS: For me, you know, the contents of *śabad* is a very kind of lofty idea of message for humanity to live by, and *kīrtan* comes from *kīrat* which means praise; so it's praise of the Divine, also containing message for humanity.

FFA: Which is the effect?

KS: The effect can be quiet varied, if I'm honest, because it is made of different styles of *kīrtan*. So depending how it is performed the music, the singing, all the aspects of performing will effect how the effect of the *śabad* comes to us. In my experience, of course, you need devotion, *śabad* should not be sang like a duty or like a job, *kīrtan* is praise and praise has to be inspired from devotion, so when it's sang in that way there's always going to be a touching effect and it's going to be healing. But also the style of music, the choice of instruments and the style of composition, what kind of music has been used, they will all change how the *śabad* effects us.

FFA: Do you usually sing or listen to this music? Could you describe the experience?

KS: Personally, my experience is: when I sing I try to think about the words; the meaning is sometimes very touching and it kind of strikes through to the soul. It can be very evoking of certain emotions, but, even putting the meaning to a side, just the act of singing with devotion is already something which is very meditative, is very freeing for the soul, in my experience.

FFA: Do you find that there is difference when you sing or when you listen?

KS: There's definitely a difference, I think. In singing, one is able to put a lot more into it and singing is also a form of self-expression. Our voice is the main mean for expressing ourselves, so with singing you can express the longing of the soul and the love inside. Whereas listening, you hear someone else's soul, kind of expressing itself, and that has its own affecting power. Both are very powerful but there's definitely a distinction.

FFA: You can understand the meaning of the words of *śabad*?

KS: Yeah, yeah, more or less I mean.

FFA: Do you usually go to the *gurdwārā*?

KS: From time to time. It's not like a weekly thing, but maybe when I'm in London, for example.

FFA: Do you sing this music in other contents apart from the *gurdwārā*?

KS: Yeah, apart from the home and during practice, I also meet with other people and we play together and sing: sometimes informally, sometimes for a more kind of formal program and other people would be invited. But mostly in houses.

FFA: Do you find any difference when you sing by yourself or when you sing with other? Can you describe this kind of difference?

KS: Definitely, singing in a group has more power, and it's the sound that comes much stronger when you have multiple voices, from my experience. Singing alone, in a way, initially it's easier, because there's no one to judge you, there's no one to please: it's just you singing to God. There's no other audience. It's also a lovely experience, but if you're able to bring that into a group and still imagining that you're just singing for God, lots of people doing that together, it's much more powerful.

FFA: How did you learn to sing *śabad kīrtan*?

KS: I started maybe over ten years ago. Actually, I started learning an instrument called *sarangi* and the teacher was just teaching it as a form of accompaniment for *kīrtan*. So I start learning on this instrument some different kind of *śabad* and having an exposure to that, I said to myself: let me explore more. Since then I spent time with different teachers and then learn more compositions and *śabad*.

FFA: Do you teach at the moment?

KS: No, no

FFA: Do you perform other kinds of music?

KS: No, no

FFA: Do you listen to other kinds of music?

KS: Yes. I listen to *dhrupad* music, which is used sometimes in *kīrtan*; it's the traditional form of *kīrtan* actually. But it also goes into other homes of Indian poetry and a praise of Hindu Gods and different themes in Indian culture. So I listen to that music, sometimes.

FFA: Do you find any differences between *dhrupad* music and *śabad kīrtan*?

KS: When *śabad kīrtan* is sang in *dhrupad* style, then it's very similar in fact. But there's certainly some kind of flavour in *śabad kīrtan*, which is very pure and devotional. Even in *dhrupad* you have a similar kind of feeling: very peaceful music will be there, but maybe in praise of God Krishna, maybe about themes of love, other themes which are not necessarily purely devotional. There is some kind of different character.

FFA: Could you find few words to describe the state of your mind when you sing or listen to *śabad kīrtan*?

KS: When I'm listening to someone who's singing really in love and devotion, it's something very humbling to hear, it's just touching, very touching to hear. Singing, when I sing freely, without any inhibitions, without busy mind, or something else, then it's really meditative practice. For me it's the best way, which I can meditate.

Tapoban Ashram, Udaipur, 7th February 2015

HARINAM SIMRAN KAUR

Kundalini yoga teacher

HSK: I'm Harinam Simran Kaur and I come from Moscow. I work as an editor in television and we work with children.

FFA: What do you think is the aim of *śabad kīrtan*?

HSK: I guess my silence is perfectly what it gives, when I sing *śabad* I don't have inner dialogue: It seems to me that I'm really...I'm the One. When I used to sing songs in a band I was projecting myself as a singer, as a person. That was like a show. But when I start singing mantras and especially *śabad*, All disappeared and it gave me the connection with myself. It gave the understanding that it's not necessary to shine from the ego, but it 's absolutely possible to shine from my heart and to give this light to others.

FFA: Do you usually sing or play or listen to this music?

HSK: I usually sing and I usually listen to this music.

FFA: Can you describe the experience?

HSK: The experience has an abundance of everything. And I guess I am not the only one who will say that, because, actually, we all say the same things. It is an amazing feeling to share: not to grab, not to feel myself as the centre of the universe as a human being but the centre of the universe as the soul that is an amazing experience. And there are no thoughts.

FFA: Do you find any difference between singing and only listening?

HSK: Yes, I guess I see the difference between listening and between singing, because when I sing I have more responsibility. It seems to me: I am responsible. Not "I" as a person, but... It is difficult to explain, but I guess it is about responsibility. Because when I am listening to the music, I am just myself. When I am a singer, anyway, I have to understand the limits or... it is not just the singing in a stage where I can do everything that I want. We shouldn't forget about it. It is not a show. In some cases, this is a responsibility. Of course I can get high or I can be very serious in singing mantras or relaxed, but at the same time being somewhere not understanding the main purpose of what I am doing. But that is the great gift to share; that is the responsibility; these teachings are a responsibility.

FFA: Can you understand the meaning of the *śabad kīrtan*?

HSK: I guess I feel the meaning. Understanding does not necessarily give you the opportunity to feel. And feelings, sometimes, do not give you the opportunity to understand.

FFA: When you acknowledge the meaning of the word, do you find a difference, any change in your listening or in your singing?

HSK: Yes, the answer changes. That is true. That is the difficulty: the connection between the understanding and the feeling. That is the main difficulty. I can feel but do not understand. But when I understand, it is some kind of responsibility. It is not just a game; it is not just about getting high. It is about how I can use it in my personal life, because this knowledge came to me: it just came.

FFA: Where do you listen or sing this music? In which context?

HSK: It usually happens in *gurdwārā*, sometimes at kundalini yoga's classes or in different festivals. In Russia I would not say it's not so popular, but even among the kundalini yoga community, *śabad kīrtan* is something we do not make too much attention to.

Kundalini yoga is just the exercises and perhaps mantras. Perhaps: it is really "perhaps", because sometimes teachers just give *kriya*. They think physical exercises and the boy are the most important thing. Singing *śabad kīrtan* is a great responsibility. You can't just sit and sing.

FFA: Do you find any difference when you sing on yourself or listen on yourself and between other people?

HSK: It's about the connection. Because when I sing by myself, I can easily lose this connection. Finally, I realize that I am thinking about my job or something... The same thing happens when I sing with other people, but there somebody's voice just takes me out of my thoughts, like "Come on! Wake up! Be aware!". So it gives the awareness, but, at the same time, there is this inner dialogue. Sometimes somebody sings not well and this is true, this is the reality: some people can't sing. But it is not about the "beautiful thing"... well it is about the "beautiful thing", but still, if a person can't sing, it doesn't mean that he shouldn't do it. It is about acceptance. Again and again: acceptance and responsibility.

FFA: How did you learn to sing a *śabad kīrtan*?

HSK: Everything somehow connected with the singing, has no formula with me. I didn't learn, I didn't do anything, honestly. It doesn't mean I can sing perfectly *śabad*, but I can catch the idea.

FFA: Do you listen to other kind of music? Do you find any difference?

HSK: Definitely, there is a difference. I listen to different kind of music. Everything: jazz, trance... For me it is very important what music gives when I listen to it. When I understand it, then it get me high: I feel perfect, I have an inspiration. Or if I feel sad and I want to write something, then I listen to “that” kind of music. If it destroys me, of course, I wouldn't do it. The difference between mantras and *śabad kīrtan*, or just usual texts and *śabad kīrtan*, is in the taste of a word. It is like cuisine, high fusion cuisine: it has its amazing taste, you don't want to eat it fast, you eat it very slowly. That is the main difference.

FFA: If you have to use some words to describe the state of your mind when you sing or listen *śabad kīrtan*?

HSK: It is hard to explain the state of my mind. Sometimes I want to laugh: laughing, laughing laughn, nothing else. Another day I want to cry. I don't want to say something simple like “I feel connection” because it's something else, like overtones. It's something beyond understanding: the real truth. The state of my mind when I'm singing *śabad kīrtan* is the emptiness, which is totally fulfilled.

Tapoban Ashram, Udaipur, 6th February 2015

SADA ANAND KAUR

SAK: My name is Sada Anand Kaur or Anastasya and I'm from San Petersburg (Russia). I'm yoga teacher, translator and tour guide.

FFA: **What do you think is the aim of *śabad kīrtan*?**

SAK: The aim might be the wakening of the soul: the wakening of the most important part of ourselves. Relating to the feeling of our soul and giving it space, to let it be heard. Let the soul speak.

FFA: **Do you usually sing, play or listen to this music? Can you try to describe your experience?**

SAK: I do often listen to *śabad kīrtan* as well as sing it. The experience ... Generally, since I've started practicing Kundalini Yoga, I found that my approach to the sound and singing changed a lot. I find it is much deeper. As a part of my meditating practice I use *śabad kīrtan* and maybe *jāpa* of verses of *Japji* and other sacred Sikh scriptures. The experience I get sometime is accumulative; sometime I just feel the beauty of the word, of the poetry of the sacred texts. I start practicing it and 6 months later or one year later, the deep meaning start to reveal itself in my life. This happens quite often: I start with the beauty and then the deep meaning and deep sense come.

FFA: **Do you find any difference when you sing or when do you just listen to?**

SAK: Yes, I do. They are two different experiences. They have a lot in common, but they are different.

When I just listen, I can do other things and it is kind of infiltrating in my all life. When I sing, I feel more focused and present in the moment of the spiritual practice.

FFA: **Can you understand the meaning of the words of the *śabad kīrtan*?**

SAK: I do my best to do so. Whenever I practice it I read the translation as well as I try to identify the keywords in the lines.

FFA: **Do you experience any change when you sing or listen and you know the meaning of the words?**

SAK: I guess I almost don't have an experience without the meaning of the words. I'm always contemplating the meaning. So I'm always reading the translation and I usually use *śabad* sheets,

which are written in both languages. It is a part of the practice, I would say so, because it shows a deeper meaning and it gives the mind its food.

FFA: But it can happen that you listen a *śabad* that you do not know...

SAK: Yes, yes it can happen and I just let it be in the flow.

FFA: Where do you sing this music? In which context?

SAK: I don't have a *gurdwārā* in my city. Whenever I'm in a yoga community or yoga festival where there is a *gurdwārā* or just a gathering of people, I do my best to attend it and participate. And I have a lot of recordings... Basically, I like practicing on my own at home.

FFA: Can you describe the difference when you sing or listen by yourself and among other people?

SAK: Yes, it gives the feeling of the community: between me and the divine there is a middle step of the community and it is very joyful to feel the presence of the people around you sharing the same attitude and same feelings.

FFA: How did you learn to sing a *śabad kīrtan*?

SAK: I have not some kind of learning degree, but basically in *kundalini* and *karam kriya* community.

FFA: Do you listen to a kind of music?

SAK: I listen to different kind of music. I like soul music, fusion and electronic music as well as pop music. The difference is huge, but it shows the different facets of how I feel. Sometimes listening to silly songs... why not? But it's totally different from the spiritual music.

FFA: If you have to use some words to describe the state of your mind when you sing or listen to *śabad kīrtan*?

SAK: I feel that singing this music is like my soul is speaking to god. At that time my mind relaxes into it and just enjoys the beauty of it.

Tapoban Ashram, Udaipur, 6th February 2015

GLOSSARIO

Ādi Granth let. il testo primo e originario, che costituisce il libro sacro dei sikh.

Akāl purakh let. l'Essere immortale; Dio.

Akal Takht il principale centro dell'autorità temporale sikh; situato vicino al Tempio d'Oro.

Ākar vocalizzo eseguito con la vocale *a*.

Ālāp parte introduttiva del *rāga* che precede l'esposizione della composizione.

Amrit let. il nettare dell'immortalità; acqua zuccherata usata nella cerimonia di iniziazione sikh.

Anahat śabad let. suono o parola non colpita; linguaggio poetico in cui non vi sono tracce della mente egoica.

Antarā la seconda sezione della composizione *dhrupad*.

Āroha movimento melodico ascendente del *rāga*.

Avaroha movimento melodico discendente del *rāga*.

Bhagat esponente della *bhakti*.

Bhakti forma di devozione amorevole verso una divinità personale o impersonale.

Brahman l'Assoluto come descritto nelle *Upaniṣad*; casta più elevata del sistema induista.

Darshan l'atto di vedere o avere udienza con il divino.

Dasam Granth libro sacro sikh la cui compilazione è attribuita al decimo Gurū, Gobind Singh.

Dharam (dharma) dovere, virtù, legge, dovere sacro.

Dhrupad dall'espressione sanscrita 'dhruva' 'pada', il *dhrupad* è una composizione musicale organizzata su una struttura poetica definita. Il termine *dhrupad* indica tuttavia sia il genere musicale che trae origine dalla medesima forma di canzone, sia il ciclo ritmico (in dodici pulsazioni) su cui è articolata la composizione *dhrupad*.

Giān (jnāna) saggezza o conoscenza.

Gamak se lento è un delicato glissato, mentre, se eseguito velocemente, consiste in brevi e ripetute emissioni delle note con una forte aspirazione all'inizio.

Gharānā corrente stilistica corrispondente, in genere, ad un lignaggio.

Gurbāni let. discorsi del Gurū; composizioni poetiche dei Gurū sikh.

Gurdwara tempio sikh.

Gurmat insegnamenti dei Gurū sikh.

Gurmat sangīt musicologia sikh; musica sacra dei sikh.

Gurmukh colui che vive in accordo con gli insegnamenti del Gurū; colui che ha superato l'ego.

Gurmukhi let. dalla bocca del Gurū; alfabeto Punjabi.

Gurū guida spirituale: persona o principio mistico interiore che aiuta il discepolo a liberarsi spiritualmente.

Gurū Granth Sāhib l'Ādi Granth nel suo ruolo di Gurū.

Gurū Panth la comunità nel suo ruolo di Gurū.

Harimandar Sahib il Tempio d'Oro.

Hatha-yoga yoga di esercizi fisici praticato dalla tradizione Nath.

Haumai let io sono me stesso; auto-referenza.

Hukam comando.

Ik ong kar l'essere manifesto come parola; parole di inizio del libro sacro sikh tradotte come "tutto è uno".

Janamsākhī agiografia basata sulla vita di Gurū Nānak.

Jāp l'atto di ripetere il nome divino, mantra o testi sacri.

Kāl tempo o morte.

Khalistan let. terra dei Puri; nome usato dai sostenitori di uno stato sikh indipendente.

Khalsa ordine spirituale e militare fondato da Gurū Gobind Singh nel 1699.

Khyāl genere di musica classica dell'India del Nord, fiorito successivamente al *dhrupad*. Apprezzato per la vivacità ritmica e il carattere prevalentemente sentimentale dei versi, è tuttora

il genere di musica classica più diffuso in India e in Occidente.

Kīrtan canto di inni.

Laya tempo musicale o velocità di esecuzione.

Man mente; termine indiano per indicare il complesso di cuore, mente e spirito,

Manmukh let. colui che agisce in accordo a desideri egoici; intrappolato dalla struttura dell'ego.

Mantra formula religiosa, la cui efficacia è basata sulla correttezza dell'intonazione degli accenti e del ritmo nella scansione delle sillabe.

Mārga sangīt categoria impiegata nei trattati sanscriti per definire la musica indiana antica, classica, contrapposta al *deśi sangīt*, *musica popolare*.

Mat intelletto.

Maya lo stato illusorio della realtà.

Mind abbellimento equiparabile al *glissato*.

Miri-piri dottrina che combina l'autorità temporale e quella spirituale adottata dai Khalsa

Mukti (mokṣa) libertà ultima; liberazione dal ciclo delle reincarnazioni.

Nām let. nome; un termine che esprime l'attributo principale di una divinità paradossale che è sia esistente che non esistente allo stesso tempo.

Nāda suono.

Nāda yoga unione con il divino attraverso il suono, ovvero la tradizionale "scienza del suono" indiana in cui sono studiati e analizzati la produzione e l'ascolto del suono, in relazione alla dottrina yoga.

Nām jāpana ripetizione del Nome divino.

Nām simaran pratica devozionale di meditazione sul Nome divino attraverso la ripetizione inizialmente vocalizzata, poi interiorizzata.

Nath tradition praticanti di *hatha yoga*; una setta yogica molto influente in Punjab nel periodo precedente e contemporaneo ai Gurū sikh.

Nirban (nirvana) fine della sofferenza; senza forma.

Nirgun (nirguna) senza qualità o attributi, non incarnato.

Nitnem preghiere quotidiane della liturgia sikh.

Om (aum) la sillaba primaria che si ritiene contenga l'intero alfabeto sanscrito in forma di seme.

Pada verso poetico e, in senso lato, la composizione poetico-musicale.

Pakar frase melodica che caratterizza e distingue un dato *rāga* dagli altri.

Pakhāwaj tamburo con pelli orientate orizzontalmente, utilizzato nel *dhrupad*.

Panth let. la via; la comunità sikh.

Path recitazione o lettura del libro sacro dei sikh.

Prāna forza vitale, respiro.

Purana letteratura indiana antica che contiene mitologie e riti.

Rāga archetipo melodico associato ad un sentimento, sulla cui base si sviluppa la musica classica indiana.

Rasa sentimento, o stato d'animo, al quale viene associato un *rāga*.

Śabad parola, linguaggio; verso o inno del libro sacro dei sikh.

Śabadgurū la parola-come-Gurū; il Gurū-come-parola.

Sādhanā metodo o tecnica a scopi spirituali.

Sadhu rinunciante, asceta, mendicante.

Sahaj condizione di equilibrio o beatitudine raggiunta naturalmente, spesso come risultato della pratica di *Nām simran*.

Sahajdhari un sikh non-Khalsa.

Sam primo colpo del ciclo ritmico.

Samādhi stato di profonda concentrazione, soprattutto nello *yoga*.

Sampradāya setta che mantiene determinate credenze; dottrina tradizionale; scuola di pensiero.

Samsāra il mondo materiale; ciclo delle rinascite.

Sangīt termine in origine riferito al canto accompagnato da musica e danza. Attualmente è

impiegato per definire la musica in senso generico.

Sant persona che ha scoperto la verità dell'esistenza e non-esistenza; insegnate del *Gurmat*.

Sargam solfeggio.

Sargun let. con qualità; che possiede forma o attributi.

Sat verità, esistenza.

Satnām let. la verità è il (tuo) Nome.

Satsang congregazione sikh.

Seva servizio disinteressato.

SGPC Shiromani Gurdawara Prabandhak Committee – un comitato che controlla i luoghi di culto sikh.

Siddh Gosht composizione del libro sacro dei sikh in cui avviene un dialogo tra Gurū Nānak e gli adepti dello yoga detti *Siddha*.

Śruti let. ciò che è udito; i *Veda* e le *Upaniṣad*; microtono.

Sufi membro dell'ordine mistico musulmano.

Sūtra testo conciso che espone un insegnamento.

Svara nota musicale.

Tāla ciclo ritmico.

Udasi membro degli *Udasi*, un ordine di asceti che fa riferimento a Śri Chand, il figlio più vecchio di Gurū Nānak.

Vak let. dire; passaggio scelto a caso dal libro sacro dei sikh; nell'Induismo: antico termine vedico per indicare la parola divina o la dea del discorso.

Varna let. colore; gerarchia delle caste; singola lettera della lingua sanscrita.

Veda conoscenza; testi antichi indiani.

Virha (o *birha*) brama o anelo verso l'amato da cui si è separati.

Vismad meraviglia; stupore.

Vraj (o *Braj*) regione compresa nell'attuale Stato dell'Uttar Pradesh, ritenuta dagli studiosi il luogo di origine del *dhrupad*.

Vrajbhāṣā (o *Braj*) lingua vernacolare del Vraj.

Yoga let. unire; sistema della filosofia e della pratica indiana in cui la mente è posta sotto controllo.

BIBLIOGRAFIA

- Agamennone, Maurizio Serena Facci e Giovanni Giuriati. 1991. *Grammatica della musica etnica*. Roma: Bulzoni.
- Agamennone, Maurizio e Francesco Giannattasio (a cura di). 2002. *Sul verso cantato*. Padova: Il Poligrafo.
- Angelillo, Maria (a cura di). 2013. *La famiglia nelle culture e nelle società dell'Asia*. Accademia Ambrosiana, Asiatica Ambrosiana 5. Milano-Roma: Biblioteca Ambrosiana-Bulzoni Editore.
- Anselmi, Enrico. 2010. *Storia della musica indiana*. Milano: Globalprint.
- Arom, Simha. 1969. Essai d'une notation des monodies à des fins d'analyse. In *Revue de Musicologie* 55: 172-216.
- Arom, Simha. 1976. The Use of Play-Back Techniques in the Study of Oral Polyphonies- In *Ethnomusicology* XX (3): 483-519.
- Arom, Simha. 1981. New Perspectives for the Description of Orally Transmitted Music. In *The World of Music* XXIII (2): 40-60.
- Arom, Simha. 1992. À la recherche du temps perdu: Rythme et métrique en musique. In J.J. Wunenburger *Les rythmes, lectures et théories*. Paris: L'harmattan. p 195-205.
- Attili, Grazia. 2011. *Psicologia Sociale*. Bologna: Il Mulino.
- Atre, Prabha. 2000. *Enlightening the listener: Contemporary north Indian classical vocal music performance*. New Delhi: Munshiram Manoharlal.
- Balkwill, Laura-Lee & Thompson, William F., 1999. A cross-cultural investigation of the perception of emotion in music: Psychophysical and cultural cues. *Music perception* 17 (1): 43-64.
- Barrier, N.G. 2007. Tradition and history: Modern communication and 'Sikh-diaspora'. In Tony Ballantyne (a cura di). *Textures of the Sikh past: New historical perspectives*. New Delhi: Oxford University Press. p. 282-311.
- Bastos, José Pereira. 2010. Different children of different gods: a structural-dynamic approach to using religion in processes of differentiated social insertion. In Charles Westin, José Bastos, Janine Dahinden e Pedro Góis (ed.). *Identity processes and dynamics in multi-ethnic Europe*. Amsterdam: Masterdam University Press. p. 279-311.
- Bastos, José Pereira e Susana Pereira Bastos. 2000. Gypsies in Portugal today. In Toth, H. (ed.). *Kisebbségek Európában 2000*. Pécs: Pécsi Tudományegyetem. Col. Studia Europea. 8: 99-113.

- Baumgartner, Hans. 1992. Remembrance of thing past: Music, autobiographical memory and emotion. In *Advances in Consumer Research* 19: 613-620.
- Beck, Guy L. 1995. *Sonic theology. Hinduism and sacred sounds*. Delhi: Motilal Banarsidass.
- Beck, Guy L. (a cura di). 2006. *Sacred sounds: experiencing music in world religions*. Waterloo, ON: Wilfrid Laurier University Press
- Becker, Judith O. 2001. Anthropological perspectives on music and emotion. In P. N. Juslin e J. A. Sloboda (a cura di) *Musica and emotin: theory and research*. Oxford: Oxford University Press. p. 135-160.
- Becker, Judith O. 2004. *Deep listeners. Music, emotion and trancing*. Bloomington: Indiana University Press.
- Becker, Judith O. 2009. Ethnomusicology and empiricism in the twenty-first century. In *Ethnomusicology* 53 (3): 478–501.
- Benamou, Marc. 2010. *Rasa: Affect and intuition in javanese musical aesthetics*. Oxford: Oxford University Press.
- Bertolani, Barbara. 2003. I templi sikh e indù in provincia di Reggio Emilia come luoghi per l'autogestione di servizi sociali e assistenziali. In R. De Vita, F. Berti (a cura di). *Pluralismo religioso e convivenza multiculturale*. Milano: Franco Angeli. p. 262-273.
- Bertolani, Barbara. 2004. I sikh in provincia di Reggio Emilia: processi di ridefinizione dell'appartenenza religiosa. In *Religioni e Società* XIX (50). p. 31-38.
- Bertolani, Barbara. 2005. Gli indiani in Emilia: tra reti di relazioni e specializzazione del mercato del lavoro. In D. Denti, M. Ferrari e F. Perocco (a cura di). *I Sikh, storia e immigrazione*. Milano: Franco Angeli. p. 173-176.
- Bertolani, Barbara. 2006. Indiani punjabi in provincia di Reggio Emilia: conflitto e mobilitazione del sostegno nei reticoli etnico-parentali. In F. Decimo e G. Sciortino (a cura di). *Stranieri in Italia. Reti migranti*. Bologna: Il Mulino. p. 181-210.
- Bertolani, Barbara. 2013. Etica Sikh e processi di integrazione nel contesto locale: riflessioni a partire da uno studio di caso. In M. C. Giorda, S. Palmisano, M. G. Turri (a cura di). *Religioni & Economie. Idee ed esperienze*. Milano: Mimesis. p. 197-216.
- Bertolani, Barbara. 2013. I Sikh. In E. Pace (a cura di), *Le religioni nell'Italia che cambia. Mappe e bussole*. Roma: Carocci. p. 31-45.
- Bertolani, Barbara e Alberto Tarozzi. 2005. Reciprocità e meticcio: la costruzione sociale del territorio multi-etnico per gli indiani punjabi nel reggiano. In Alberto Magnaghi (a cura di). *La rappresentazione identitaria del territorio. Atlanti, codici, figure, paradigmi per il progetto locale*. Firenze: Alinea Editrice. p.169-180.

- Bigand, Emmanuel, Sandrine Vieillard, François Madurell, Jeremy Marozeau e A. Dacquet. 2005. Multidimensional scaling of emotional responses to music: the effect of musical expertise and of the duration of the excerpts. In *Cognition and Emotion* 19: 1113-1139.
- Bhamra, Rabinder Singh. 2015. *Sikhism and spirituality*. Bloomington: Xlibris.
- Bhokal, Balbinder Singh. 2011. Hermeneutic of sikh music (*rāga*) and word (*śabd*). In *Sikh Formations* 7 (3): 211-244. London: Routledge.
- Blacking, John. 1973. *How musical is man?* Seattle: University of Washington Press.
- Bohlman, Philip V. 2002. *World music: a very short introduction*. Oxford: Oxford University Press.
- Bonini Baraldi, Filippo. 2003. *An experiment on the communication of expressivity in piano improvisation and a study toward an interdisciplinary research framework of ethnomusicology and cognitive psychology of music*. DEA sotto la direzione di B. Lortat-Jacob & C. Drake. Paris: IRCAM. Pubblicato in <http://recherche.ircam.fr/equipes/repmus/MemoiresATIAM0203/Bonini.pdf> (ultimo accesso 13 giugno 2017)
- Bonini Baraldi, Filippo. 2009. All the pain and joy of the world in a single melody: a Transylvanian case study on musical emotion. In *Music Perception* 26 (3): 257-261.
- Bonini Baraldi, Filippo. 2010. *L'émotion en partage. Approche anthropologique d'une musique tsigane de Roumanie*. Tesi di dottorato in etnologia (specialità etnomusicologia), sostenuta il 24 settembre 2010. Università Paris Oust Nanterre-La Défense. Thèse de doctorat en ethnologie (spécialité ethnomusicologie), soutenue le 24 septembre 2010 à l'Université Paris Ouest Nanterre – la Défense.
- Bonini Baraldi, Filippo Giovanni De Poli e Antonio Rodà. 2006. Communicating expressive intentions with a single piano note. *Journal of New Research* 35 (3): 197-210.
- Bonte, Pierre e Michel Izard (a cura di) *Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie*. Paris: Presses Universitaires de France.
- Borio, Gianmario. 2015. *Musical listening in the age of technological reproduction*. Burlington, VT: Ashgate Publishing Limited.
- Bucknell Roderick, Martin Stuart-Fox. 1986. *The Twilight Language: Explorations in Buddhist Meditation and Symbolism*. London: Curzon Press.
- Caillois, Roger. 1976. *Cohérence aventureuses*. Paris: Gallimard.
- Carpitella, Diego, Pietro Sassu e Leonardo Sole. 2010 [1973]. *Musica sarda. Canti e danze popolari*. Udine: Nota.
- Caracchi, Pinuccia. 1999. *Ramānanda e lo yoga dei sant*. Alessandria: Edizioni dell'Orso.
- Caracchi, Pinuccia. 2007. *Grammatica hindī*. Torino: Magnanelli Editore.

- Caracchi, Pinuccia. 2017. *Ramānanda. Un guru tra storia e leggenda*. Alessandria: Edizioni dell'Orso.
- Cassio, Francesca. 2000. *Percorsi della voce. Storia e tecniche esecutive del canto dhrupad nell'India del nord*. Bologna: Ut Orpheus.
- Cassio, Francesca. 2005. La tradition vocale féminine en Inde du Nord. In L. Aubert (a cura di) *Cahier de Musiques Traditionnelles* 18. Geneve: Atelier d'Ethnomusicologie.
- Cassio, Francesca. 2011. The Music of the Sikh Gurūs' Tradition in a Western Context. Cross-Cultural Pedagogy and Research. In *Sikh Formations* 7 (3): 313–337. Routledge: London.
- Cassio, Francesca. 2011. Il nada yoga: la scienza del suono nella tradizione musicale indiana. In A. Addressi, I. Macchiarella, M. Privitera e M. Russo (a cura di) *Conscientia musica: Contrappunti per Rossana Dalmonte e Mario Baroni*. Lucca: LIM. p. 265-278.
- Cassio, Francesca. 2014. Tradition des courtisanes de l'Inde du Nord: passé et présent. In A. Tauzin (a cura di) *Les Colloques d'Ambronay*. Lyon: Ambronay Press.
- Cassio, Francesca. 2014. Female voices in Gurbānī Sangīt and the Role of the Media in Promoting Female Kīrtanīyas. In *Sikh Formations* 10 (2) London: Routledge.
- Cassio, Francesca. 2015. Gurbānī Sangīt: Authenticity and Influences. In *Sikh Formations* 11 (1-2) London: Routledge.
- Cavarero, Adriana. 2005. *For more than one voice. Philosophy of vocal expression*. Stanford: Stanford University Press.
- Clayton Martin, Byron Dueck & Laura Leante. 2013. *Experience and meaning in musica performance*. Oxford: Oxford University Press.
- Cler, Jérôme. 2010. Anthi-pathos. L'affect proprement musical dans une société d'ascendance nomade, en Turquie méridionale. In *Cahiers de Ethnusicologie* 23.
- Correia, André Clareza e Susana Pereira Bastos. 2006. Quando ela estuda aqui, ela não faz como eu quero: vulnerabilidade Sikh em Portugal in *Filhos de diferentes de deuses Diferentes*. Lisboa: Acime. p.179-188.
- Coomaraswamy, Ananda. 1918. *The dance of Shiva*. New York: The sunwise Turn.
- Damasio, Antonio. 1994. *L'errore di Cartesio. Emozione, ragione e cervello umano*. Milano: Adelphi.
- Danielou, Alain. 1991. *Yoga. Mastering the secrets of matter and the universe*. Rochester: Inner Tradition Internationals.
- Decimo, Francesca e Giuseppe Sciortino (a cura di). 2006. *Stranieri in Italia. Reti migranti*. Bologna: Il Mulino.
- Deleuze, Gilles e Félix Guattari. 1980. *Mille piani*. Roma: Castelvecchi.

- Denti, Domenica, Mauro Ferrari e Fabio Perocco (a cura di): *I Sikh. Storia e immigrazione*. Milano: Franco Angeli, Collana Politiche Migratorie.
- De Saussure, Ferdinand. 2009 [1916]. *Corso di linguistica generale*. Bari: La Terza.
- De Vita, Roberto e Fabio Berti (a cura di). *Pluralismo religioso e convivenza multiculturale*. Milano: Franco Angeli.
- Duranti, Alessandro (a cura di). 2002. *Culture e discorso: un lessico per le scienze umane*, Roma: Meltemi Editore.
- Duranti, Alessandro (a cura di). 2004. *A Companion to Linguistic Anthropology*. Malden, MA: Blackwell Publishing.
- Durkheim, Émile. 2013 [1912]. *Le forme elementari della vita religiosa. Il sistema totemico in Australia*. Milano: Mimesis Edizioni.
- Dusenbery, Verne A. 2008 [1992]. The word as Guru: Sikh scripture and the translation controversy. In Dusenbery, Verne A. *Sikhs at large: Religion, culture, and politics in global perspective*. New Delhi: Oxford University Press. p. 72–91.
- Eliade, Mircea 1995. *Lo yoga. Immortalità e libertà*. Milano: BUR.
- Eliade, Mircea. 2005 [1974]. *Lo sciamanesimo e le tecniche dell'estasi*. Roma: Edizioni Mediterranee.
- England, Nicholas M. 1964. Introduction. In *Ethnomusicology* 8 (3): 223-233. Champaign, IL: University of Illinois Press.
- Feld, Steven. 1982. *Sound and sentiment. Birds, weeping, poetics, and song in Kaluli expression*. Philadelphi: University of Pennsylvania Press.
- Feld, Steven, Aaron A. Fox, Thomas Porcello e David Samuels. 2004. Vocal Anthropology. In A. Duranti (a cura di). *A Companion to Linguistic Anthropology*. Malden, MA: Blackwell Publishing. p. 321-345.
- Feld, Steven. 2015 Listening to Histories of Listening: Collaborative Experiments in Acoustemology with Nii Otoo Annan. In G. Borio (a cura di). *Musical Listening in an Age of Technological Reproducibility*. Burlington, VT: Ashgate Publishing Limited. p. 91-103.
- Feld, Steven. 2017. On Post-Ethnomusicology Alternatives: Acoustemology. In F. Giannattasio e G. Giuriati (a cura di). *Ethnomusicology or Transcultural Musicology?* Udine: Nota. p. 82-98.
- Feldman, Martha e Bonnie Gordon (a cura di). *The Courtesan's Arts: Cross-Cultural Perspectives*. Oxford: Oxford University Press.
- Ferrarini, Lorenzo e Nicola Scaldaferrì. 2014. Filming as Exploring - Researching the musical practice of the Sambla xylophone through documentary film. In *Archivio di Etnografia* IX (1-2): 47-68. Bari: Edizioni di Pagina.

- Flak, Valentina. 2005. *Dissimetria e morfologia in Leitmotiv* in Topics in aesthetics and in philosophy of art - 2004/4. Milano: LED Edizioni Universitarie.
- Fónagy, Iván. 1983. *La vive voix: essais de psycho-phonétique*. Paris: Payot.
- Freeman, W. J. 2000 *How brains make up their minds*. New York: Columbia University Press.
- Gabrielsson, Alf. 1995. Expressive intention and performance. In R. Steinberg (a cura di) *Music and the Mind Machine*. Berlin: Springer-Verlag. p. 35-47.
- Gabrielsson, Alf. 2002. Emotion perceived and emotion felt: same or different?. In *Musicae Scientiae*. supplemento speciale 2001-2002: 123-147.
- Garfias, Robert. 1964. Transcription I. In *Ethnomusicology* 8 (3): 233-240. Champaign, IL: University of Illinois Press.
- Geertz, Clifford. 1973. *Interpretation of cultures*, New York: Basic Books.
- Giannattasio, Francesco e Giovanni Guiriati (a cura di). 2017. *Ethnomusicology or Transcultural Musicology?* Udine: Nota.
- Giorda, Maria Chiara, Stefania Palmisano e Maria Grazia Turri (a cura di). 2013. *Religioni & Economie. Idee ed esperienze*. Milano: Mimesis.
- Goethe, Wolfgang. 1996. *Gli scritti scientifici. Morfologia I: botanica*. Bologna: Il capitulo del sole.
- Greaves, Edwin. 1921. *Hindi grammar*. Allahabad: Indian Press.
- Heyse, Karl Wilhelm Ludwig. 1864. *Sistema della scienza delle lingue*. Torino: Tipografia eredi Botta.
- Heysenk, Michael W. & Mark T. Keane. 2012. *Psicologia cognitiva*. Napoli: Casa Editrice Idelson-Gnocchi.
- Henrich, Nathalie, Bernard Lortat-Jacob, Michelle Castellengo, Lucie Bailly e Xavier Pelorson. 2006. Period-doubling occurrences in singing: the “bassu” case in traditional Sardinian “A tenore” singing. In *International Conference on Voice Physiology and Biomechanics*. University of Tokio.
- Jacobsen, Knut A. e Kristina Myrvold. 2011. *Sikhs in Europe: Migration, Identities and Representations*. New York: Routledge.
- Jakobson, Roman. 1966. *Saggi di linguistica generale*. Milano: Feltrinelli.
- James, William. 1884. What is an emotion?. In *Mind* 9 (34): 188-205.
- Juslin, Patrik N. e Petri Laukka. 2003. Communication of emotions in vocal expression and music performance: different channel, same code? In *Psychological Bulletin* 129: 770-814.

- Juslin, Patrik N., Simon Liljeström, Daniel Västfjäll, Gonçalo Barradas e Ana Silva. 2008. An experience sampling study of emotional reactions to music: listeners, music and situation. In *Emotion* 8 (5): 668-683.
- Juslin, Patrik N. e Daniel Västfjäll. 2008. Emotional responses to music: the need to consider underlying mechanisms. In *Behavioural and Brain Sciences* 31: 559-575.
- Juslin, Patrik N. e John Sloboda John. 2011. *Handbook of Music and Emotion: Theory, Research, Applications*. Oxford: Oxford University Press.
- Kapferer, Bruce. 1979. Emotions and feeling in Sinhalese healing rites. In *Social analysis* 1: 153-176.
- Kaur, Inderjit Nilu. 2008. *Discovering the meaning of ghar in shabad headings of Guru Granth Sahib*. Pubblicato in <http://www.sikhmusicheritage.org> (ultimo accesso 19 giugno 2017).
- Kaur, Inderjit Nilu. 2011. Musical aesthetic in the gurū granth and implications for the performance practice of sikh *shabad kīrtan**. In *Sikh formations* 7 (3): 297-312. London: Routledge.
- Kaur, Inderjit Nilu. 2011. Sikh Shabd kīrtan and Gurmat Sangīt: what's in the name?. In *Journal of punjabi studies* 18: 251-278.
- Kendall, Roger A. e Edward C. Carterrette. 1990. The communication of musical expression. In *Music Perception* 8: 129-164.
- Khalsa, Nirinjan Kaur. 2012. Gurbani Kirtan Reinassance: Reviving Musical Memory, Reforming Sikh Identity. In *Sikh Formations* 8 (2): 199–229. Abingdon: Routledge.
- Khalsa, Nirinjan Kaur. 2014. *The Renaissance of Sikh Devotional Music Memory, Identity, Orthopraxy*. Tesi di dottorato in filosofia dipartimento di lingue e culture orientali, Università di Michigan. Pubblicata in <http://hdl.handle.net/2027.42/107325> (ultimo accesso 20 giugno 2017).
- Kohli, Surindar Singh. 1996. *Dictionary of Guru Granth Sahib*. Amritsar: Singh Brothers.
- Kolinski, Mieczyslaw. 1964. Transcription II. In *Ethnomusicology* 8 (3): 241-251. Champaign, IL: University of Illinois Press.
- Kramer, Lawrence 2002. *Musical meaning. Toward a critical history*. Berkeley e Los Angeles: University of California Press.
- Ladd, D. Robert, Kim E. A. Silverman, Frank Tolkmitt, Günter Bergmann e Klaus R. Scherer. 1985. Evidence for the independent function of intonation contour type, voice, quality, and F0 range in signaling speaker affect. In *Journal of Acoustical Society of America* 78 (2): 435-444.
- Lajwanti, Ramakrishna. 1938. *Punjabi Sufi Poets*. Oxford: Oxford University Press.
- Lakoff, George e Johnson Mark. 1999. *Philosophy in the flesh: the embodied mind and its challenge to western thought*. New York: Basic Books.

- Lakoff, George e Rafael Nuñez. 2001. *Where mathematics comes from: how the embodied mind brings mathematics into being*. New York: Basic Books.
- Lallie, Harjinder Singh, Sandeep Kaur e Keerat Singh. 2012. Emotion in Sikh Musicology. In *Sikh Formations* 8 (2): 171–198. Abingdon: Routledge.
- Lambert, Jean. 1978. *La médecine de l'âme. Le Chant De Sanna Dans La Société Yéménite*. Nanterre: Société d'ethnologie
- Leavitt, John. 1996. Meaning and feeling in the anthropology of emotions. In *American Ethnologist* 23: 514-539.
- Le Breton, David. 2004. *Less passions ordinaires. Anthropology des émotions*. Paris: Payot.
- Le Breton, David. 2011. *Eclats de voix. Une anthropologie des voix*. Paris: Editions Métailié.
- Leman, Marc. 2008. *Embodied music cognition and mediation technology*. Cambridge: The MIT Press.
- Lehman, Andreas C., John Sloboda e Robert H. Woody. 2007. *Psychology for Musicians: Understanding and Acquiring the Skills*. Oxford: Oxford University Press.
- Linden, Bob van der. 2008a. Sikh music and empire: the moral representation of self in music. In *Sikh* 4 (1): 1-15.
- Linden, Bob van der. 2008b. *Moral languages from colonial Punjab: The Singh Sabha, Arya Samaj and Ahmadiyahs*. New Delhi: Manohar.
- Linden, Bob van der. 2011. Sikh sacred music, empire and world music. In *Sikh formations* 7 (3): 383-397. London: Routledge.
- List, George. 1964. Transcription III. In *Ethnomusicology* 8 (3): 252-265. Champaign, IL: University of Illinois Press.
- Lortat-Jacob, Bernard. 1977. Sémiologie, ethnomusicologie, esthétique. In *Musique en Jeu* 28: 92-104.
- Lortat-Jacob, Bernard (a cura di). 1987. *L'improvisation dans les musiques de tradition orale*. Paris: Selaf.
- Lortat-Jacob, Bernard. 1998. *Chants de passion. Au coeur d'une confrérie de Sardaigne*. Paris: Cerf.
- Lortat-Jacob, Bernard. 2006. L'image musicale du souvenir. In *L'Homme* 177-178: 49-72.
- Lortat-Jacob, Bernard. 2010. Quand les affects confondent parole et musique. In *La voix actée. Pour une nouvelle ethnopoétique*. Paris: Kimé.
- Macauliffe, M.A. 1909. *The Sikh religion: Its Gurus, sacred writings and authors*. Oxford: Oxford University Press.

- Magrini, Tullia (a cura di). 1995. *Uomini e suoni. Prospettive antropologiche della ricerca musicale*. Bologna: CLUEB.
- Mahendranath, Shri Gurudev. 2002. *The pathless path to immortality*. Texas: American Electronic Edition International Nath Order. Pubblicato in <http://www.mahendranath.org> (ultimo accesso 16 dicembre 2016).
- Mandair, Arvind-Pal Singh. 2009. *Religion and the Specter of the West. Sikhism, India, Postcoloniality and the Politics of Translation*. New York: Columbia University Press.
- Mandair, Arvind-Pal Singh. 2013. *Sikhism: A Guide for the Perplexed*. London: Bloomsbury
- Mansukhani, Gobind Singh. 1982. *Indian classical music and sikh kirtan*. New Delhi: Oxford & IBH.
- Maturana, Humberto e Francisco Varela. 1987. *The tree of knowledge. The biological roots of human understanding*. Boston e London: New Science Library.
- Mauss, Marcel. 1921. L'expression obligatoire des sentiments (Rituels oraux funéraires australiens). In *Journal de Psychologie* 18: 425-434.
- Mauss, Marcel. 2002 [1938] Une catégorie de l'esprit humain: la notion de personne celle de "moi", in *Journal of the Royal Anthropological Institute* 68: 263-281.
- Mazzarino, Vicenzina (a cura di). 1983. *Ānandavardhana. Dhvanyāloka. I principi dello dhvani*. Torino: Einaudi.
- McGregor, Ronald Stuart. 1986. *Outlines of hindi grammar*. Oxford: Oxford University Press.
- McLeod, William Hewat. 2005 [1995]. *Historical dictionary of sikhism*. Oxford: Scarecrow Press.
- Merriam, Alan P. 1964. *The anthropology of music*. Northwestern University Press.
- Molino, Jean e Jean-Jacques Nattiez. 2007. Typologies et universaux. In J.J. Nattiez (a cura di). *Musique. Une encyclopedie pour le XXI siècle*. Paris: Actes Sud/Cité de la Musique. p. 337-396.
- Monod, Jacques. 2001. *Il caso e la necessità*. Milano: Mondadori.
- Myrvold, Kristina. 2010. *The Death of Sacred Texts: Ritual Disposal and Renovation of Texts in World Religions*. New York: Routledge
- Myrvold, Kristina. 2012. *Sikhs in Portugal*. Pubblicato in <http://lup.lub.lu.se/record/3008242> (ultimo accesso il 20 giugno 2017).
- Nabha Singh, Bhai Kahan. 2006. *Encyclopedia of the sikh literature*. Patiala: Punjabi University.
- Nattiez, Jean-Jacques. 1987. *Il discorso musicale. Per una semiologia della musica*. Torino: Einaudi.
- Nattiez, Jean-Jacques. 2004. Ethnomusicologie et significations musicales. In *L'Homme* 171-172: 53-82.

- Nattiez, Jean-Jacques. 2005. *Enciclopedia della musica V*. Torino: Einaudi
- Nesbitt, Eleanor. 2005. *Sikhism: A very short introduction*. New Delhi: Oxford University Press.
- Noyce, John. 2012. *The origin of sahaja*. Pubblicato in
http://www.academia.edu/5023693/The_Origins_of_Sahaja (ultimo accesso il 17 giugno 2017).
- Pace, Enzo (a cura di). 2013. *Le religioni nell'Italia che cambia. Mappe e bussole*. Roma: Carocci.
- Pacciolla, Paolo. 2011[2005]. *Il pensare musicale indiano*. Lecce: Besa Editrice
- Paintal, Ajit Singh. 1978. The contributions of ragis and rababis to the Sikh devotional music. In Fauja Singh (a cura di). *The city of Amritsar: A study of historical, social and economic aspects*. New Delhi: Oriental Publishers & Distributors. p. 256-281.
- Patel, Aniruddh D. 2010. *Music, language and the brain*. Oxford: Oxford University Press.
- Perinu, Roberto. 1982. *La musica indiana*. Padova: G. Zanibon.
- Perinu, Roberto. 2016a. *Scritti di musica indiana. Vol. 1-2*. Biella: Acta Bugellae.
- Perinu, Roberto. 2016b. *Thesaurus. Lessico di musica indiana*. Biella: Acta Bugellae.
- Picard, Rosalind W. 2000. *Affective computing*. Cambridge: The MIT Press.
- Pike, Kenneth. 1967. *Language in relation to a unified theory of the structure of human behaviour*. The Hague: Mouton.
- Pincott, Frederic. 1999 [1886]. The arrangement of the hymns of the Adi Granth, Holy Bible of the Sikhs. In Darshan Singh. *Western image of the Sikh religion: A source book*. New Delhi: National Book Organization. p. 185-211.
- Powers, Harold S. 1980. Language models and musical analysis. *Ethnomusicology* 24 (1): 303-362.
- Prentiss, Karen Pechilis. 2014. *The embodiment of bhakti*. Oxford: Oxford University Press.
- Prévôt, Nicolas. 2011. Corps, esprit(s), musique... possession au Bastar, Inde centrale. In *Musique, corps, âme*. Paris: Cité de la musique. p.75-87.
- Protopapas, Janice. 2011. Kīrtan Chaunkī: affect, embodiment and memory. In *Sikh formations* 7 (3): 339-364. London: Routledge.
- Protopapas, Janice. 2014. *Sikh Shabad Kirtan: a Reconstruction of Memory*. Patiala: Punjabi University Press.
- Purewal, Navtej. K. 2010. *Shabad kirtan across text, tradition and boundaries: A social history of the rababi tradition*. Versione preliminare presentata alla conferenza "The hermeneutics of Sikh music (*rāga*) and word (*śabad*)". New York: Hofstra University, 21-23 maggio 2010.
- Purewal, Navtej. K. 2011. Sikh/Muslim bhai-bhai? Towards a social history of the *rabābī* tradition of *shabad kīrtan*. In *Sikh formations* 7 (3): 365-382. London: Routledge.

- Qureshi, Regula Burckhardt. 1986. *Sufi Music of India and Pakistan: Sound, Context and Meaning in Qawwali*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Qureshi, Regula Burckhardt. 1993. Sufi Music and the Historicity of Oral Tradition. In S. Blum (a cura di) *Etnomusicology and Modern Music History*: 103-120. Urbana: University of Illinois Press.
- Qureshi, Regula Burckhardt. 2000. How does music mean? Embodied memories and the politics of affect in the Indian sarangi. In *American Ethnologist* 27 (4). AES.
- Qureshi, Regula Burckhardt (a cura di). 2002. *Music and Marx: Ideas, Practice, Politics*. New York: Routledge.
- Qureshi, Regula Burckhardt. 2006. Female agency and patrilineal constraints: Situating courtesans in twentieth-century India. In M. Feldman e B. Gordon (a cura di). *The Courtesan's Arts: Cross-Cultural Perspectives*. Oxford: Oxford University Press. p. 312-321.
- Racy, Ali Jihad. 2003. *Making music in the arab world*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Raffé, W.G. 1952. Raga and raginis: a key to hindu aesthetics. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism* 11 (2): 105-117.
- Restelli, Marco. 2005. Il Sikhismo nell'India di oggi. Fra ortodossia e pluralismo. In D. Denti, M. Ferrari, F. Perocco (a cura di): *I Sikh. Storia e immigrazione*. Milano: Franco Angeli, Collana Politiche Migratorie. p. 89-113.
- Restelli, Marco. 2013. Sikh in Italia. Fra identità religiosa, nuova cittadinanza e riconfigurazioni familiari. In Angelillo, Maria (a cura di). *La famiglia nelle culture e nelle società dell'Asia*. Accademia ambrosiana, Asiatica Ambrosiana 5: 49-67. Milano-Roma: Biblioteca Ambrosiana-Bulzoni Editore. p. 49-67.
- Restelli, Marco. 1997. I due volti del Sikh Panth di fronte al sorgere del movimento nazionale indiano. Un'ipotesi interpretativa. In *Culture. Annali dell'Istituto di Lingue della Facoltà di Scienze Politiche dell'Università degli Studi di Milano* 10: p. 303-311.
- Restelli, Marco. 2005. Il Sikhismo nell'India di oggi. Fra ortodossia e pluralismo. In Denti D., Ferrari M., Perocco F. (a cura di). *Sikh. Storia e immigrazione*. Milano: Franco Angeli, Collana Politiche Migratorie. p. 89-113.
- Restelli, Marco. 2013. I sikh in Italia. Fra identità religiosa, nuova cittadinanza e riconfigurazioni familiari. In M. Angelillo (a cura di). *La famiglia nelle culture e nelle società dell'Asia*. Roma: Bulzoni Editore. p. 49-67.
- Rhodes, Willard. 1964. Transcription IV. In *Etnomusicology* 8 (3): 265-272. Champaign, IL: University of Illinois Press.

- Rizzolati, Giacomo. Luciana Fadiga, Leonardo Fogassi e Vittorio Gallese. 1996. Premotor cortex and the recognition of motor actions. In *Cognitive Brain Research* 3 (2): 131-141.
- Rosaldo, Michelle Z. 1980. *Knowledge and passion. Ilongot Notions of Self and Social Life*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rosaldo, Michelle Z. 1984 Toward an anthropology of self and feeling. In R. A. Sweder e R. A. Levine (a cura di). *Culture theory; essays on mind, self and emotion*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Rouget, Gilbert. 1981. Ethnomusicologie et représentations de la musique. In *Le Courrier du CNRS* 42: 10-11.
- Rouget, Gilbert. 1990 [1980]. *La musique et la transe*. Paris: Gallimard.
- Rudrauf D., Lutz A., Cosmelli D., Lachaux J. P. & Le Van Quyen M. 2003. *From autopoiesis to neurophenomenology: Francisco Varela's exploration of the biophysics of being*. Biol Res. 36: 21–59. Pubblicato in <http://cepa.info/1140> (ultimo accesso 16 giugno 2017)
- Sachs, Curt. 1943. *The rise of music in the ancient world, East and West*. New York: Norton.
- Śarngadeva. 1991. *Sangīta Ratnākara*. New Delhi: Munshiram Manoharlal Publishers.
- Sanyal, Ritwik e Richard Widdes. 2004. *Dhrupad. Tradition and performance in Indian music*. Aldershot: Ashgate.
- Scaldaferri, Nicola. 2005. Perché scrivere musiche non scritte? Tracce per un'antropologia della scrittura musicale. In J.J. Nattiez *Enciclopedia della musica* V: 499-536. Torino: Einaudi.
- Scaldaferri, Nicola. 2014. Voce, corpo, tecnologie: storie da un piccolo paese arbëresh. In *TRANS-Revista Transcultural de Música* 18 (articolo 12). (ultimo accesso il 10 giugno 2017)
- Scaldaferri, Nicola. 2015. Audiovisual ethnography: new paths for research and representation in ethnomusicology. In G. Borio. *Musical listening in the age of technological reproduction*. Burlington, VT: Ashgate Publishing Limited.
- Schafer, Raymond Murray. 1985. *Il paesaggio sonoro. Un libro di storia, di musica, di ecologia*. Milano: Casa Ricordi Edizioni.
- Scherer, Klaus R. 1995. Expression of emotion in voice and music. In *Journal of Voice* 9: 235-248.
- Seeger, Charles. 1958. Prescriptive and descriptive music-writing. In *The Musical Quarterly* 44(2): 184-195. Oxford: Oxford University Press.
- Seeger, Charles. 1964. Report of the chairman-moderator. In *Ethnomusicology* 8 (3): 272-277. Champaign, IL: University of Illinois Press.
- Shackle, Christopher. 1981. *A Gurū Nānak glossary*. London: School of Oriental & African Studies University of London.

- Shackle, Christopher. 1983. *An introduction to the sacred language of the sikh*. London: School of Oriental & African Studies University of London.
- Shackle, Christopher e Arvind-Pal Singh Mandair. 2005. *Teachings of the sikh gurus: selections from the Siri Guru Granth Sahib*. London and New York: Routledge.
- Shweder, Richard A. e Jonathan Haidt. 2000. The cultural psychology of emotions: ancient and new. In M. Lewis e J.M. Haviland-Jones (a cura di). *Handbook of emotions*. 2nd ed. New York: Guilford Press. p. 379-414.
- Singh, Bhai Baldeep. 2011. What is kirtan?. In *Sikh formations* 7 (3): 245-295. London: Routledge.
- Singh, Gurnam. 2010. *Sikh musicology*. Patiala: Gurmat Sangeet Prakashan.
- Singh, Hardev. 2013. *A comparative study of eulogistic works of Bhattas*. Amritsar: Guru Nanak University.
- Singh, Pashaura Singh. 2000. *The Guru Granth Sahib: Canon, meaning and authority*. New Delhi: Oxford University Press.
- Singh, Pashaura. 2006. Sikhism and music. In Guy L. Beck (a cura di). *Sacred sounds: experiencing music in world religions*. Waterloo, ON: Wilfrid Laurier University Press. p. 141-167.
- Singh, Shiv Charan. 2004. *Let the numbers guide you*. Alresford: O Books.
- Sloboda, John A. e Susan A. O'Neill. 2001 Emotions in everyday listening to music. In J. A. Sloboda e P. N. Juslin (a cura di). 2001. *Music and emotion: theory and research*. Oxford: Oxford University Press.
- Sloboda, John A. e Patrick N. Juslin. 2001. *Music and emotion: theory and research*. Oxford: Oxford University Press.
- Sodhi, Surinder Singh e J. S. Mann (a cura di). *Concepts in sikhism*. Pubblicato in http://globalsikhstudies.net/r_link/articles.htm (ultimo accesso 19 giugno 2017)
- Solomon, Robert C. 2003. *What is an emotion? Classic and contemporary readings*. Oxford: Oxford University Press.
- Steinberg, Reinhard (a cura di). 1995. *Music and the Mind Machine. The Psychophysiology and Psychopathology of the Sense of Music*. Berlin: Springer-Verlag.
- Sundararajan K R, Bithika Mukherji. 2003 [1997]. *Hindu spirituality: postclassical and modern*. Delhi: Motilal Banarsidass Publisher.
- Sundberg, Johan. 1982. Speech, song and emotions. In M. Clynes (a cura di). *Music, mind and brain. The neuropsychology of music*. New York: Plenum Press. p. 137-149.
- Surralles, Alexandre. 2000. Emotion. In P. Bonte e M. Izard (a cura di) *Dictionnaire de l'ethnologie et de l'anthropologie*. Paris: Presses Universitaires de France. p. 785-786.

- Thiel-Horstmann, Monika. 1983. *Crossing The Ocean of Existence - Braj Bhāṣā religious poetry from Rajasthan*. Wiesbaden: O. Harrassowitz.
- Trumpp, Ernest. 1978 [1877]. *The Adi Granth or the holy scripture of the Sikhs*. New Delhi: Mushiram Manoharlal.
- Varela, Francisco J., Evan T. Thompson. e Eleanor Rosch. 1992. *The Embodied Mind: Cognitive Science and Human Experience*. Cambridge, MA: The MIT Press.
- Varela, Francisco. 1996. Neurophenomenology: A methodological remedy for the hard problem. In *Journal of consciousness studies* 3 (4): 330-350. <http://cepa.info/1893> (ultimo accesso 13 maggio 2017).
- Vichkhoff, Björn e Helge Malmgren. 2005. Why music move us? In *Philosophical Communication, Web series* 34.
- Wieczorkowska, Alicja, Ashoke Kumar Datta, Ranjan Sengupta, Nityananda Dey, Bhaswati Mukherjee. 2010. On search for emotion in Hindusthani vocal music. In *Advances in Music Information Retrieval*: 285-304. Berlin: Springer-Verlag.
- Yardi Shivani, Elaine Chew. 2004. Giving ragas the time of day: Linking structure, emotion and performance time in North Indian classical music using the harmonic network. Proceedings from the 8th International Conference on Music Perception & Cognition (ICMPC8), August 3-7, 705-708. Evanston, Illinois.
- Zemp, Hugo. 1989. Filming voice technique: the making of “The song of harmonics”. In *The world of music* XXXI (3): 56-85. Berlin: Max Peter Baumann.

SITOGRAFIA

Sito sul *sikhismo* e la dottrina sikh:

<https://www.allaboutsikhs.com>

Biblioteca digitale specializzata sull'Asia del sud, a cura dell'università di Chicago:

<http://www.dsal.uchicago.edu>

Sito dedicato alla lettura e alla comprensione delle sacre scritture sikh:

<http://www.gurbani.org>

Sito dedicato agli studi accademici online della teoria e della pratica della musica sikh a cura della Punjabi University di Patiala:

<http://www.gurmatgyanonlinepup.com>

Biblioteca digitale dedicata alla musicologia sikh a cura della Punjabi University di Patiala:

<http://www.gurmatsangeetlibrary.com>

Sito del dipartimento di musicologia sikh della Punjabi University di Patiala:

<http://www.gurmatsangeetpup.com>

Sito dedicato alle pubblicazioni di H.H. Shri Gurudev Mahendranath, fondatore de International Nath Order:

<http://www.mahendranath.org>

Sito di pubblicazioni sulla comprensione delle scritture sikh:

<http://www.rajkaregakhalsa.net>

Sito di consultazione diretta delle sacre scritture sikh con traduzioni in inglese:

<https://www.searchgurbani.com>

Sito di enciclopedia sikh:

<http://www.sikhiwiki.org>

Sito dedicato al patrimonio musicale sikh:

<http://www.sikhmusicheritage.org>.

Sito dedicato alle pubblicazioni sul *sikhismo*:

<http://www.sikhbookclub.com>