

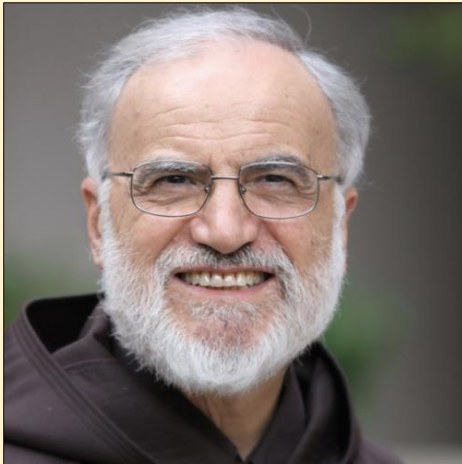
IL SILENZIO E LA MUSICA MUZAK

L'in-civiltà del rumore

di Sebastiano Lo Iacono
31 agosto/25 settembre 2026

www.mistretta.eu

«L'umanità è malata di chiasso», diceva il filosofo Søren Kierkegaard.



Bisogna "indire un digiuno, ma un digiuno di parole".
Bisogna che qualcuno gridi, come fece un giorno Mosè:
«Fa silenzio e ascolta, Israele» (Deuteronomio 27,9).
La citazione è di padre Raniero Cantalamessa.

Raniero Cantalamessa, al secolo Vinicio (Colli del Tronto, 22 luglio 1934), è un cardinale, *teologo e predicatore italiano*, dal 9 novembre 2024 predicatore emerito della Casa Pontificia. Cantalamessa ha svolto il proprio ministero perlopiù all'Eremo dell'Amore Misericordioso, un ex convento dei Cappuccini - poi sede di una piccola comunità di monache claustrali - a Cittaducale, in provincia di Rieti

La riflessione attribuita a Søren Kierkegaard coglie in modo profondo la condizione di distrazione e smarrimento dell'essere umano moderno. Per il filosofo danese, il "chiasso" non è solo l'inquinamento acustico, ma una vera e propria barriera spirituale. Søren Kierkegaard esprime questo concetto nel suo *Diario* (cfr. *Papirer* o *Carte*), e precisamente in un passaggio datato 1846.



La citazione esatta e completa recita: «L'odierno stato del mondo, l'intera vita è malata. Se io fossi un medico e mi si domandasse un consiglio, risponderei: crea il silenzio, porta l'uomo al silenzio.

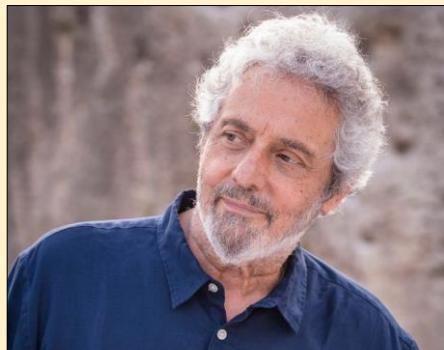
La parola di Dio non può essere udita, e se per mezzo di un chiasso continuo la si vuole gridare così forte da poter essere udita nel chiasso, allora non è più la parola di Dio. Crea dunque il silenzio!»

Ritratto di Søren Aabye Kierkegaard, 1840 circa.
S. Kierkegaard, Copenaghen, 5 maggio 1813 - Copenaghen, 11 novembre 1855) è stato un filosofo e teologo danese.

NICOLA PIOVANI:

«VI PREGO, SPEGNETE LA MUZAK DI SOTTOFONDO»

«Sulle colonne de "la Repubblica" [settembre 2025], espressi per la prima volta in pubblico il mio pensiero



Nicola Piovani (Roma, 26 maggio 1946) è un pianista, compositore e direttore d'orchestra italiano. Oscar per la miglior colonna sonora originale del film *La vita è bella*, di Roberto Benigni.

sulla musica passiva, cioè su quella musica che non ho deciso di ascoltare, ma devo sentirla per forza: o perché sto comprando l'insalata al supermercato, o perché sto per decollare su un aereo, perché sto in una boutique turistica, perché sto prendendo un caffè al bar, perché sto al ristorante chic, a bordo piscina, in palestra, sotto i ferri di un dentista di tendenza...

Scrissi quell'articolo pensando che additare questo costume - per me malcostume - della musica di sottofondo potesse suscitare un qualche consenso, creare un sentimento condiviso che ne rallentasse il dilagare. Invece, (...), il costume (malcostume) ha fatto passi da gigante: ormai non c'è luogo dove ci si possa difendere dal diffondersi straripante di questo blob musicale, da questa musica da parati che implacabilmente si insinua nel nostro vivere, nel nostro parlare, che ci impedisce di goderci in silenzio un bicchiere di vino, una partita a carte, una chiacchierata fra amici. In un bar uno schermo muto trasmette gli orrori di Gaza mentre in diffusione c'è una musicchetta ballabile. L'horror vacui detta legge. Il silenzio sta diventando sempre più raro e prezioso,

Chiasso e fracasso, movida e *vitameternam*

come aveva ben profetizzato Federico Fellini nel 1990, con l'ultima frase del suo ultimo film *La voce della luna*, affidata alla voce di Roberto Benigni: - Eppure io credo che se ci fosse un po' più di silenzio, se tutti facessimo un po' di silenzio, forse qualcosa potremmo capire -.

Trentacinque anni dopo, il silenzio è diventato sempre più un lusso prezioso.

Su questo tema credo che il costume, occidentale e non solo, sia ormai definitivo e allora ho definitivamente rubricato questo tema nel capitolo delle mie battaglie perse (non poche). Oggi mi limito alla difesa personale. Ad esempio, quando vado a fare un concerto fuori Roma, il nostro direttore di scena cerca un ristorante per far cenare dopo teatro tutti noi musicisti e tecnici. E chiede al telefono: - Ce l'avete nel locale la musica di sottofondo? -. Se rispondono sì, cerchiamo un altro luogo. Ma a volte è impossibile, a quell'ora ci dobbiamo rassegnare a mangiare fettuccine con la cassa in quattro nelle orecchie che inquina le nostre chiacchierate dopo concerto.

Sia chiaro: l'inquinamento prescinde dalla qualità della musica che viene diffusa. Usata così, la musica è designificata, una canzone di Cohen vale una di Povia, Perez Prado vale Ravel, Brassens vale Califano. Un pedale di contrabbassi non si distingue dal rumore del frigorifero. Sono tornato in un hotel della scogliera amalfitana dove, anni fa, dalle finestre la sera entrava in camera il suono delle onde marine sulla battigia. Oggi in quella stessa stanza si sente la musica di una vicina discoteca, soprattutto le frequenze basse.

È una battaglia persa, come ho detto, e mi devo rassegnare: perché alla maggioranza dei clienti – dei cittadini – quest'uso della musica piace. La commessa di una jeanseria mi ha detto che la musica in sottofondo per l'intera giornata lavorativa le è di aiuto. Un negoziante mi ha detto che con la musica "vende di più" e un conoscente mi ha detto che con la musica a tavola si parla di meno, e questo per lui è un pregio. Insomma, la maggioranza ha diritto di godersi Arisa e Coltrane in sottofondo mentre sorseggia lo spritz, o aspetta il treno. La maggioranza va rispettata, e noi democraticamente la rispettiamo.

Però, mi è venuta un'idea. Chiedo: sarebbe troppo sperare che i locali senza tappeti musicali – ce ne sono – fossero segnalati, raggruppati nell'informazione? Se sul sito fossero contraddistinti come locali "SMS" – Senza Musica di Sottofondo? – (o "music free" per chi è più trendy.) Potremmo introdurre il simbolo nelle guide, facilitare la ricerca telematica, che ci aiuterebbe a saltare i locali musicarelli, nel rispetto di tutti. Perché in democrazia la sacrosanta maggioranza decide. Ma il sale della democrazia è anche il rispetto delle minoranze».

RUMORE, MUZAK ROMPIKAZ, FICHIDINDIA "OTTURANTI", PURGONI E OSSESSIONI

1° settembre 2026

... e il tu-tun-tu-tùm-tàmm-tàmm tribale e notturno e diurno, ad altissimo volume, dove si sentono solo i bassi, a volume altissimo, sotto casa, ogni notte, con versacci in lingua spagnola, ripetitivi e martellanti, e frasi musicali OSSESSIVE, martellanti e ripetitive, cosa sono Mozart o Bach, Sal Da Vinci o Jovanotti, rumoristi incantatori di serpenti o cantautori di stile come Battiato, Vecchioni, Guccini e De Gregori?

... c'è musica muzak rompikaz, PURO RUMORE, pure nella sala d'aspetto del medico di famiglia...

Alberto Sordi, nel film *Il medico della mutua* (1968), interpretava il ruolo di un medico di famiglia, appunto, che visitava i pazienti e scriveva ricette via telefono fisso: quelli contemporanei utilizzano Wuozzàppi. Consigliano mezza compressa di tachipirina, un salasso e una purga staliniana, ma non li chiamano più "dottor Purgoni", come ai tempi di Molière!...

Nello studio immaginario-reale di quel medico della mutua la musica passiva non c'era. C'è oggi il *doping* a base di farmaci stimolanti, depressivi, da cui siamo dipendenti, che rovinano ciò che intenderebbero guarire e determinano quella che viene detta iatrogenesi. Il termine deriva dal greco *iatròs* (medico) e *génésis* (origine). Indica che la malattia o il peggioramento clinico originano dall'azione di un operatore sanitario o di un rimedio terapeutico. Il sistema sanitario ha "bisogno" di malati per riprodursi e il mercato multinazionale dei farmaci di malattie cronicizzate per incassare miliardi. Più malattia uguale più medicine. Più rumore mediatico e più droga sanitaria. Più musica martellante e più consumo di alcolici.

Hanno escogitato che ci sono le tarantelle dei tarantellari tarantolati (che definiscono "folklore" ciò che è pessimo "folclorismo", le quali, senza effetti collaterali, hanno il potere di condizionare comportamenti e concezioni di vita. Chiamano birra l'olio di ricino di un tempo che fu neroneroneronero (come quello di Nerone imperatore!) e credono di essere nel "paradiso (illusionistico) della felliniana *dolce vita*.

Povero paese! Povera patria!

Non rimane che cambiare condominio, paese, città, nazione. Andare in un monastero francescano o in uno tibetano per trovare pace e quiete. Kategorico (con la kappà!)

Gli **effetti psicologici della Muzak** (la musica d'ambiente o da ascensore) si basano sul concetto di stimolazione subliminale e condizionamento comportamentale, mirati a influenzare lo stato d'animo delle persone senza che queste se ne accorgano attivamente. Nata negli anni '20, questa musica è strutturata scientificamente per agire su specifici meccanismi psicologici e fisiologici.

I principali effetti riscontrati a livello psicologico e aziendale sono la riduzione della fatica e l'aumento della produttività (*Progressione Stimolante*).

Il fulcro della Muzak originale era la cosiddetta "Stimulus Progression" (Progressione Stimolante). Il servizio prevedeva blocchi da 15 minuti di brani strumentali in cui il ritmo, la strumentazione e l'intensità crescevano gradualmente per contrastare i cali fisiologici di attenzione dei lavoratori (tipicamente a metà mattina e a metà pomeriggio). L'effetto riduceva la percezione della noia nei lavori ripetitivi e aumentava l'efficienza, riducendo l'assenteismo e il turnover del personale.

La stessa musica ottiene il controllo dell'ansia e dello stress, essendo progettata per essere "psico-acusticamente neutra", cioè priva di testi, con picchi sonori improvvisi o passaggi emotivamente carichi. Agisce sul sistema nervoso autonomo abbassando i livelli di cortisolo (l'ormone dello stress) e rallentando il battito cardiaco. Questo effetto calmante viene ampiamente sfruttato in ambienti ad alta densità di stress come ascensori, sale d'attesa mediche e aeroporti.

La muzak causa l'alterazione della percezione del tempo, tanto è vero che nei contesti commerciali e nei servizi (uffici pubblici, studi medici ecc.), la musica di sottofondo a ritmo lento dilata o restringe la percezione temporale. Nelle file d'attesa o nei supermercati, un ritmo lento riduce la frustrazione dell'attesa, inducendo le persone a percepire il tempo trascorso come inferiore rispetto a quello reale.

Infine, produce induzione agli acquisti (Marketing Sensoriale). L'architettura sonora viene calibrata in base agli obiettivi commerciali del punto vendita. Brani con ritmi calmi spingono i clienti a camminare più lentamente tra le corsie dei negozi, aumentando il tempo di permanenza e, di conseguenza, la probabilità di effettuare acquisti d'impulso. Nei bar o nelle osterie e taverne, il ritmo accelerato induce al consumo eccessivo di bevande alcoliche. Pare (secondo studi di valore pseudo-scientifico) che la musica di Mozart aumenti la produzione di uova in un pollaio di galline ovaiole. Povero Mozart, dove è andato a finire!

E poi, c'è l'effetto rigetto, una specie di alienazione, accompagnata da reazioni paradossali.

Non tutti gli effetti psicologici sono positivi. Poiché si tratta di una musica "funzionale" e imposta, la Muzak può generare risposte avverse. In soggetti particolarmente sensibili o amanti della musica, l'ascolto passivo e forzato di melodie costantemente piatte e standardizzate può provocare irritabilità, senso di alienazione, devianze, comportamenti anche eversivi: in questo caso il fastidio psicologico è l'esatto opposto del rilassamento desiderato.

«Il rumore è definito come un'emissione sonora indesiderata che presenta componenti fisiche (intensità, frequenza, periodicità, durata, predicibilità) e una componente psicologica di tipo cognitivo, che lo identifica come indesiderato per il suo grado di sgradevolezza. Esiste una grande variabilità interindividuale circa il grado di stress prodotto dal rumore; tale variabilità è in relazione a caratteristiche fisiche come l'intensità e la durata del rumore, ma anche al giudizio individuale sulla necessità del rumore, a quanto esso sia giudicato nocivo per la propria salute, alla possibilità di controllarlo.

Numerose ricerche (Finkelman e Glass, 1979; Moser e Lidvan, 1988; Cohen et al., 1986) hanno preso in esame gli effetti del rumore sulla prestazione dell'individuo nell'eseguire un compito. Gli effetti osservati dipendono dalle caratteristiche del rumore, dal tipo di compito richiesto, dalla tolleranza soggettiva allo stress e alle caratteristiche di personalità dei soggetti. Le ricerche in laboratorio mostrano che i rumori relativamente poco intensi non influenzano la performance in compiti motori o cognitivi semplici; la prestazione è invece notevolmente influenzata quando i soggetti sono impegnati in compiti di vigilanza, di memoria o comunque in compiti complessi. I rumori intensi e non prevedibili producono effetti post-esposizione (*after-effects*) che hanno influenza sulla prestazione anche dopo la cessazione dell'esposizione a causa della persistenza dell'attivazione causata dal rumore. Per quanto riguarda gli effetti del rumore sul comportamento sociale, gli studi hanno preso in considerazione la sensibilità verso l'altro, le condotte di aiuto e l'aggressività. In generale, i soggetti esposti a rumori intensi sono più intolleranti nei confronti degli altri e meno sensibili ai loro problemi (Sauser e Chambers, 1978). La diminuzione delle condotte altruiste e prosociali sotto l'effetto del rumore è imputabile alla tendenza a proteggersi dal rumore e al calo dell'attenzione nei confronti degli stimoli esterni, che portano a prestare meno attenzione ai segnali di richiesta di aiuto (Moser 1995).

Al contempo, il rumore riduce la tolleranza alla frustrazione, favorendo l'ostilità e condotte aggressive. In una ricerca di Konecni (1975), risulta che soggetti esposti a forti stimolazioni sonore risultano più aggressivi di soggetti esposti a rumori lievi; l'autore sottolinea come ciò avvenga attraverso un aumento di eccitazione, che avrebbe un effetto di facilitazione sull'aggressività¹».

Il noto esperimento del cane di Pavlov, difatti, è un celebre esperimento del fisiologo russo Ivan Pavlov che ha dimostrato l'esistenza del riflesso condizionato.

Come funziona l'esperimento

- Stimolo naturale: Pavlov dava del cibo al cane. Il cane iniziava a salivare in modo automatico.
- Stimolo neutro: lo scienziato associava al cibo il suono di un campanello (o di un metronomo).

¹ cfr. Fabio De Santis, *Fattori conflittuali in contesti urbani*, Tesi di Laurea. Facoltà di Psicologia, Università degli studi di Roma "LA SAPIENZA", 2008. cfr. <https://www.psicologoroma-desantis.it/gli-effetti-del-rumore-sulla-psiche/>.

- Associazione: dopo ripetuti tentativi in cui il suono precedeva il cibo, il cervello del cane collegava i due eventi.
- Risposta condizionata: alla fine, il cane iniziava a salivare al solo suono del campanello, anche senza ricevere il cibo. Come dire che rispondeva in maniera condizionata.

Il comportamentismo (o *behaviorismo*) è una corrente della psicologia fondata nel 1913 da John Watson, secondo cui la psicologia deve studiare esclusivamente il comportamento osservabile e misurabile, rifiutando l'introspezione e considerando la mente umana una "*scatola nera*" (*black box*), i cui processi interni non sono direttamente indagabili. La conclusione è questa: la persuasione occulta e/o manifesta avviene a livello comportamentale. L'uomo (a scuola, nella società, in fabbrica, in ufficio ecc.) diventa un automa nelle mani di chi dirige il condizionamento coatto del comportamento: sicché se mettiamo questo meccanismo nelle mani di un dittatore (del tipo Grande Fratello, come nel romanzo distopico di George Orwell), la situazione sarà terrificante.

Il Grande Fratello (*Big Brother* nella versione originale in inglese) è uno dei personaggi più celebri della letteratura mondiale, creato da George Orwell per il suo famosissimo romanzo distopico "1984", pubblicato nel 1949. Nel romanzo, il Grande Fratello è il leader supremo e dittatore dello stato totalitario di Oceania. Nessuno sa se sia una persona reale in carne e ossa o semplicemente un mito, un simbolo immortale creato dal Partito (il regime al potere) per dare un volto umano al controllo totale. Viene descritto come un uomo di circa 45 anni, con folti baffi neri e lineamenti severi ma rassicuranti».

Anche la muzak ha lo stesso obiettivo (come ha stesso scopo occulto e latente il sistema mass-mediatico globale): creare esseri non-pensati, privi di capacità critiche e riflessive, schiavi del Pensiero Unico e "Il Grande Fratello ti osserva" ("*Big Brother is watching you*"): questa è una degli slogan coniato da Orwell per illustrare il potere del Potere.

Non è la stessa cosa della frase che ci dicevano al catechismo "Dio ti vede", ma è simile a quella "Mussolini (il Duce) ti vede e ti ascolta", e ti fa "ascoltare" la "musica del regime al potere che esso vuole".

Se siamo sorvegliati, cioè super-visti da telecamere a distanza, siamo anche "assordati" da chiasso, suoni, musica muzak e rumore super-auditi (anche se in sordina o in sottofondo).



E mettersi la cuffia non basta! La civiltà dell'immagine e delle icone è anche l'in-civiltà del rumore.