

LA STAMPA

Numero 488. Martedì 28 Marzo 1995 20

tutto come

SETTIMANALE DELLA CASA E DEL TEMPO LIBERO

Mozarterapia

Scienziati americani hanno dimostrato che l'IQ si innalza all'ascolto di brani del divino Amadeus

VITA MODERNA

POSSIAMO diventare più intelligenti. La ricetta è alla portata di tutti. Unico ingrediente, la musica del compositore più famoso e geniale: Wolfgang Amadeus Mozart. Non è certo una novità che la musica abbia influenza sulla psiche, un influsso che può manifestarsi anche a livello fisico e mentale. Ma ora tre scienziati americani hanno concluso un complesso esperimento che ha dato risultati strabilianti.

Li ha pubblicati nei mesi scorsi la prestigiosa e serissima rivista scientifica britannica «Nature», che ne ha così avallato l'importanza.

La prova, condotta da Frances H. Rauscher, Gordon L. Shaw e Katherine N. Ky, del Centro di neurobiologia dell'apprendimento e della memoria, University of California, a Irvine, è la prima del suo genere: ha dimostrato che esistono relazioni causa-effetto tra ascolto musicale e capacità di ragionamento.

L'esperimento è stato condotto su un gruppo di studenti. L'indagine standard per l'analisi del quoziente intellettivo (IQ) si basava su prove d'abilità di ragionamento spaziale e matematico.

Le cavie umane sono state sottoposte a tre test d'intelligenza. Ognuno è stato preceduto da un tipo di preparazione della durata di dieci minuti:

- 1) ascolto di una cassetta con la sonata per 2 pianoforti in Re maggiore K448 (che curiosamente su «Nature» è stata definita per errore K488) composta da Mozart ed eseguita da Radu Lupu e Murray Perahia;
- 2) ascolto di una cassetta con voce suadente che guidava il rilassamento guidato;
- 3) in questo caso lo studente era semplicemente invitato a rimanere per dieci minuti nel più assoluto silenzio.

Immediatamente dopo ogni ascolto o il silenzio, gli studenti erano sottoposti alle prove di IQ, usando la scala intellettuale di Stanford-Binet. L'ascolto musicale mozartiano ha dato risultati stupefacenti, di quasi 19 punti sopra il livello normale di IQ, mentre il rilassamento guidato ha dato un miglioramento di 11 punti e il silenzio di 10.

Purtroppo, però, l'aumentata capacità di ragionamento matematico-spaziale e di concentrazione non è irreversibile. Dopo circa un quarto d'ora dalla fine della prova, si è scoperto che l'intelligenza del

Possiamo diventare più intelligenti grazie alle armonie meravigliose di Mozart (qui in un disegno di Levine) che aveva messo nella musica i propri ritmi interni, biologici, quindi universali. La base ritmica si inserisce in un tempo permanente, determinando una modulazione di 120 pulsazioni al secondo, come batte il cuore di un bambino



candidato torna alle condizioni originarie. Dunque l'aumento di intelligenza è solo temporaneo.

Per cercare di scoprire come rendere costante l'incremento di capacità intellettuale, negli anni scientifici non solo californiani sono in corso numerosi altri esperimenti.

Questi esperimenti sono condotti soprattutto su giovani; si suggerisce quindi a genitori e insegnanti l'idea di stimolare la mente degli studenti con l'ascolto di una composizione mozartiana (prima di studiare, oppure prima di una prova in classe che abbia bisogno di notevole prontezza mentale e intuizione logica).

Se ulteriori esperimenti confermeranno la validità di queste conclusioni, ci troveremo di fronte alla possibilità di una vera e propria rivoluzione nell'apprendimento, nello studio e nel lavoro.

Intorno ai poteri positivi della musica mozartiana (che molti terapeuti utilizzano per migliorare il linguaggio, la co-

municazione, la condizione psicologica e la vivacità mentale dei soggetti in terapia) si sono dette e scritte molte parole: dati concreti vengono dai risultati ottenuti, in questi ultimi anni presso i vari centri di terapia dell'ascolto, e dalle statistiche dei centri di fisica acustica e di musicologia applicata.

Il professor Alfred Tomatis, otorinolaringoiatra e musicoterapeuta, inventore del metodo di rieducazione audiofonologica che prende il suo nome, considera quella di Mozart «l'unica musica che dà le stesse risposte psicofisiche in tutte le parti del mondo, indipendentemente dagli aspetti socio-culturali o geografici». Per Tomatis è fondamentale che Mozart abbia cominciato a comporre la sua musica molto giovane: «Prima ancora di usare il linguaggio il piccolo Amadeus usava la tastiera, aveva così modo di suonare senza interferenze esistenziali o inquinamenti linguistici». Fondamentale il fatto poi di

La sua musica, piena di gioia ed energia, ha una struttura fluida, mai noiosa, che tocca il nucleo più profondo dell'ascoltatore e lo aiuta a sentirsi, a scoprirsi

essere nato e cresciuto in una famiglia dove tutto era contraddistinto dalla musica. Inoltre - si sa - è stato un genio precocissimo: a cinque anni era già in grado di comporre al clavicembalo, mentre a sei si era recato in tournée con il pa-

dre Leopold presso le maggiori Corti europee.

Queste situazioni favorevoli permisero a Mozart di rimanere come un bambino. «E avendo messo nella musica i propri ritmi interni, biologici, quindi universali - spiega Tomatis, oltre 40 anni di ricerca e pratica clinica - egli va a toccare il nucleo profondo dell'ascoltatore, lo aiuta ad ascoltarsi, a sentirsi, a scoprirsi. La sua musica ha una struttura fluida, non ripetitiva, mai noiosa; presenta una grande mobilità di suoni che assicurano il lato vivo e spesso giocoso delle composizioni. La base ritmica si inserisce in un tempo permanente, ogni mezzo secondo, determinando così una modulazione di 120 pulsazioni al secondo, come batte il cuore di un bambino. Molte cose lasciano pensare che Mozart abbia mantenuto per tutta la vita il ritmo cardiaco di quando era piccolo. Chi ascolta la sua musica ha un leggero aumento del battito cardiaco, accompa-

gnato da maggiore vigilanza, ma senza che ciò sia seguito da eccitazione nervosa».

Lo studioso mozartiano Karl Barth riassume così la sua ricerca sui «poteri della musica» del grande Amadeus: «La gioia che sa comunicare e l'energia che trasmette nascono quando ci si abbandona a lui, quando si cerca di ascoltare la sua musica con le orecchie ma anche con tutto il corpo, in totale relax».

«Mozart non impone nulla a chi ascolta, non esige decisioni o prese di posizione. Chi ascolta è davvero libero di lasciare fluire tutte le possibilità mentali e fisiche».

Insomma, la salute può stare in una bella manciata di note. La pillola è della WAM, la premiata farmacia bicentennaria del vecchio Wolfy di Salisburgo.

Giorgio Lombardi