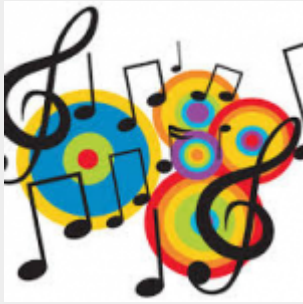


## Musica è...



La musica ci accompagna sempre in ogni stadio della vita, dalla nascita all'adolescenza fino a quando si raggiunge un'età più o meno avanzata. Ma gli effetti che ha sul nostro cervello sono diversi e affascinanti. E' incredibile come già nel grembo materno il feto, che diverrà bambino, reagisca agli stimoli esterni e in particolare alla musica. La musica diventa motivo di aggregazione e condivisione nell'età adolescenziale. Quante volte assistiamo ad un'apoteosi di giovani allo stadio per assistere all'esibizione di qualche gruppo pop, rock o rap? L'adolescente con la musica vuole affermare la propria personalità e lotta per la propria indipendenza dai genitori. Anche negli adulti la musica diventa motivo per fare nuove conoscenze o rilassarsi dopo un'estenuante giornata di lavoro. Cambiano però i gusti musicali e accanto alla musica contemporanea nasce l'amore per il Rythm and Blues o dell'elettronica. Il motivo di questo cambiamento sta nel fatto che l'adulto cerchi di farsi accettare dagli altri e avere relazioni più stabili.

La musica condiziona il nostro stile di vita; mi riferisco al modo di vestire e di atteggiarsi con gli altri, ai luoghi di frequentazione e a volte addirittura la scelta delle amicizie. Questo dimostra che, un'abitudine, un piacere che sembrano banali sono strettamente legati agli aspetti psicologici della nostra personalità.

E' proprio vero che la musica non ha età e che senza di essa vivremmo in un mondo triste e muto.

### ***Mariaelena***

Dagli anni '50 in poi sono stati condotti molti esperimenti in relazione alla produzione di frumento e mais, controllata con ultrasuoni simili a quelli dei pipistrelli che si nutrono di insetti e larve. I terreni non monitorati sono stati danneggiati di quasi la metà dalle tarme e sono meno produttivi. Grazie a queste scoperte anche altre piante come orzo, girasole, abete rosso, piselli, eccetera, avevano con gli ultrasuoni dei benefici effetti e crescevano meglio.

Da qui si è passati a sperimentare l'utilizzo della musica vera e propria, che ha incrementato notevolmente la crescita del frumento e sembra che l'energia accumulata influisca sul metabolismo delle piante. Questi

esperimenti sono molto contrastati dalla scienza ufficiale, ciò non toglie che i risultati siano interessanti. Per esempio la musica rock è poco gradita alle piante, invece la musica classica europea e soprattutto quella indiana suonata sul *sitar* è una manna per le piante. E' altrettanto noto come la musica influenzi positivamente gli animali, per esempio le mucche con la musica classica producono molto più latte.

La musica è soprattutto comunicazione per l'uomo, che sia allegra, melodica o rock. Stimola, calma, fa sognare, è un rifugio per chi ha troppi pensieri, influenza l'umore e rende la vita più piacevole o eccitante. Secondo me non tutto si può spiegare scientificamente, e la musica ha un effetto così potente sulle persone che ha un suo mistero.

### **Loretta**

La musica può indurre sentimenti e reazioni del sistema vegetativo, variazioni cardiache e del respiro. Riduce l'ansia, la depressione e il dolore, nonché rafforza le funzioni sociali. Come si suol dire: "Canta che ti passa".

La musica alza l'umore e può far sentire meno depressi, agisce su diverse aree del cervello tra cui quella sensoriale. Per questo motivo è importante far ascoltare degli stimoli sonori anche al feto, per sviluppare alcuni sensi. La musica serve anche per evadere da alcune situazioni – ad esempio un treno affollato rumoroso e maleodorante – abbandonando l'ambiente circostante e rivolgendosi a un mondo interno privato.

La musica può essere un balsamo e un rifugio. Ascoltare musica che piace evoca pensieri e ricordi personali. La musica è in grado di provocare reazioni emotive forti.

### **Cristina**