# Con la musica gli occhi sono più felici!

## CONTINUIAMO IL NOSTRO PERCORSO SUL FILONE DI ARTE E BENESSERE, ESAMINANDO IL POTERE DELLA MUSICA SUI PROBLEMI DI VISTA. NE PARLIAMO CON LA NEUROPSICOLOGA MARIA CRISTINA ZANDONELLA

"*Educare la persona a vedere in modo equilibrato e preciso, come spontaneamente fa chi vede bene*", questo può essere considerato in senso lato, lo scopo primo della Rieducazione Visiva.

In questo contesto è stato sviluppato il Metodo Zandonella, quale risultato di uno studio sperimentale effettuato presso l'Università di Padova, nell'ambito della Psicologia della percezione.

Lo studio osservazionale, condotto tra il 1984 e il 1989, ha arruolato 800 persone trattate con esercizi di Rieducazione Visiva. Le teorie di riferimento,

gli esercizi applicati e i risultati raggiunti, sono esposti nel 1989 nella Tesi di laurea in Psicologia di Cristina Zandonella *"Anomalie della visione e trattamenti terapeutici"*.

Contemporaneamente all'applicazione clinica del suo metodo, Cristina Zandonella consegue il Diploma di Specializzazione in Psicoterapia, approfondendo l'aspetto psicosomatico dei disturbi visivi, pubblicando nel 1994 la Tesi di specialità sulla Rivista Riza Scienze con titolo "Le infinite possibilità della visione".

Dal 1989 ad oggi il Metodo Zandonella è stato applicato nella pratica clinica in oltre 8.000 soggetti. Oggi la dottoressa Zandonella sta sperimentando un nuovo percorso con l'utilizzo della musica.

**Chi è Maria Cristina Zandonella Necca?**

Nasco come psicologa, con una tesi sperimentale in "psicologia della percezione", a Padova, dedicata alla vista: partendo dal pensiero di William Bates e dalla applicazione delle conoscenze dall'oculista indiano Agarwal, ho proposto il mio metodo, con una casistica di 800 persone.

Divento in seguito psicoterapeuta dei disturbi psicosomatici, con particolare attenzione alla vista e con una pubblicazione che feci su Riza Scienze riguardo le infinite possibilità della visione, per arrivare poi alla neuropsicologia, al tutoraggio per i tirocinanti ed al metodo ZANDONELLA, che viene riconosciuto come metodo di riabilitazione neuropsicologica.

Ultimo step, la mia competenza in psicoterapia mi ha portato ad essere psicotraumatologa: ho iniziato a lavorare sui traumi ed in particolare quelli sottostanti ai disturbi visivi.

**Quindi, i traumi possono portare a problemi oculari?**

Ormai da quasi 15 anni, ho identificato una sindrome visiva, alla quale ho dato il nome di ETOS, Emotional Trauma Ocular Syndrome, in cui si hanno tutta una serie di pseudo patologie visive, che vanno dalla miopia allo spasmo accomodativo e deviazioni oculari, fino al vero e proprio strabismo, che in realtà nascono dall'aver assistito a traumi, quella che in giurisprudenza viene definita "violenza assistita".

Le persone che hanno assistito a traumi spesso sviluppano problemi visivi, che possono degenerare in vere e proprie patologie: grazie al nostro metodo, la terapia ETOS, in diversi casi, siamo riusciti a risolvere completamente ed avere una remissione totale della sintomatologia, arrivando anche ad una risoluzione del trauma pregresso.

Il canale visivo diventa un canale somatico di mediazione per riportare il paziente spazialmente nella situazione traumatica fino all'anno totale risoluzione del trauma.

Si tratta soprattutto di traumi derivanti da qualcosa che il paziente ha visto, ma sono comunque traumi emozionali.

Possono essere traumi banali, come per un bambino uno sconosciuto che lo avvicina o per un ragazzo aver assistito a una lite dei genitori.

**Quindi, come è nato il progetto *Occhi felici*?**

È un progetto di riabilitazione visiva, il cui nome viene dal titolo del mio libro.

Dati gli innumerevoli risultati che abbiamo ottenuto con questo metodo, anche con casistiche differenti, dalle banali presbiopie alle gravi diplopie da ictus, la filosofia che ne è scaturita è quella di far sentire qualsiasi persona, con il proprio problema visivo, accolta, inclusa, e con la possibilità di recuperare, grazie anche alla sua partecipazione attiva.

Per questo nasce lo studio di Rovigo, che è un centro costruito apposta per la rieducazione visiva, dove organizziamo anche corsi, affinché le persone possano incontrarsi e godere dell'esperienza dell'altro, che magari è più avanti nel percorso.

IL SITO

Inquadra il QRcode per il sito ufficiale di Rieducazione Visiva

Ho creato questo kit, che è proprio una scatola con del materiale, che spediamo in giro per il mondo se lavoriamo via web, facendosi supportare da specialisti locali oppure normalmente in presenza. Questo mio metodo di riabilitazione visiva neuropsicologica è basato sulla semplicità, per riuscire a permettere alle persone di eseguire gli esercizi in autonomia da casa.

**So che state lavorando ad un progetto assolutamente pionieristico ed innovativo, legato alla musica…**

Effettivamente, abbiamo avuto una paziente che ha avuto la totale remissione dei sintomi con l'ascolto della musica 8D. Stiamo quindi sperimentando tutti i risultati che possono dare l'utilizzo della vibrazione - come anche il diapason, le campane tibetane, ma anche appunto la musica - per il miglioramento visivo. Si tratta di uno studio osservazionale neuropsicologico: ovviamente, il prossimo step sarà quello dell'indagine medica con apparecchi strumentali.

Stiamo cercando di interessare dei ricercatori per approfondire tramite risonanze magnetiche funzionali ed altri strumenti.

I test oculistici-oftalmologici

e neuropsicologici che stiamo portando avanti hanno evidenziato risultati strabilianti.

Tra l'altro, suono io stessa il piano accordato a 432hz ed anche questo strumento fa parte dei nostri studi osservazionali, per indagare gli effetti che questo tipo di vibrazione ha sul cervello.

I nuclei cerebrali del suono sono molto vicini a quelli visivi e c'è un'influenza diretta tra questi due apparati e la parola chiave di questa relazione è la parola spazio.

**Avete in programma un progetto speciale per maggio?**

Sì, le osservazioni di cui le parlavo sono state effettuate su pazienti singoli e a maggio voglio proporre quelle che noi chiniamo "le giornate occhi felici", sia a Milano che nella sede di Rovigo, in cui mi confronterò con una musicista, Francesca Bascialli, che ha studiato gli effetti dei diapason su tutto il corpo, ed insieme andremo a lavorare utilizzando queste vibrazioni, abbinato all'esercizio visivo.

In queste giornate, avevo già proposto un lavoro sul colore, per l'attivazione del DMT, la dimetiltriptammina, che è una sostanza che secerne la ghiandola pineale e ci permette di vedere i colori anche ad occhi chiusi: è la sostanza che utilizziamo per i sogni e per le allucinazioni, e che viene anche introdotta con la ayahuasca, una pianta allucinogena, ma che può essere stimolata, senza ricorrere a questo mezzo, con degli esercizi visivi appositi, andando a rendere più elastica e flessibile proprio la Pineale.

A questo tipo di lavoro con le tavole colorate, vogliamo aggiungete anche l'utilizzo delle vibrazioni sonore.

**In che modo l'ascolto della musica agisce sulla salute degli occhi?**

In generale l'ascolto della musica porta una vibrazione a livello cerebrale che distoglie tutto il fog, cioè la nebbia dei pensieri.

Bates che fu il pioniere del filone della riabilitazione visiva, e che scrisse un libro rivoluzionario nel 1920, affermava «Tutti i disturbi visivi nascono dalla tensione mentale».

Allora, fu preso per pazzo e fu persino radiato: oggi questo processo è avvalorato dalla oftalmologia ufficiale e tutti i disturbi visivi vengono osservati dal punto di vista neurologico, persino il glaucoma.

Si usa il termine stress, ma preferisco usare la locuzione originale di «tensione della mente»: tutto quello che porta ad una vibrazione che distoglie da questa tensione ha un effetto meraviglioso sulla vista.

Molti pazienti hanno ottenuto questo risultato anche con il «rumore bianco », ma oggi abbiamo a disposizione dei brani meravigliosi, che appagano anche il gusto musicale. • RS