

ЦЕЛИТЕЛЬНЫЕ ЗВУКИ МУЗЫКИ.

**«Все может музыкой звучать: планеты и трава,
И сердца грустного печаль, и неба синева.
Всю гамму чувств на миражи в ней можно разложить,
Ведь музыка - тот храм души, где ей привольно жить!»**

Могущество музыки безгранично! Все, чем живет душа человеческая, выражается в звуках музыки и понимается каждым человеком без перевода.

Музыка- это универсальный язык. Она обращается ко всем, она наше общее достояние. Язык музыки понятен каждому человеку- мужчине, женщине, ребёнку, богатому или бедному, счастливому или несчастному- каждому, кто способен воспринимать её зов!

Нашу жизнь постоянно окружает различные звуки и музыка. Практически невозможно представить без них нашу жизнь . Да и не нужно это делать, ведь музыка и разнообразные звуки украшают и , делают ее более яркой и запоминающей. Музыка способна влиять на нашу жизнь как положительно, вдохновляя нас, так и способна уничтожить нас, расстроить нашу психику.

Каждый по своему воспринимает музыку, по разному реагирует на неё.

Многие исследования посвящены исследованию влияния музыки на человека и на все живые организмы.

2. ПОНЯТИЕ МУЗЫКА.

Музыка- это искусство стройного и согласного сочетания звуков, это красота проявляющаяся в этих сочетаниях, их гармонии, созвучии, мелодии.

Музыка- это вид искусства, который действует на человека звуковыми образами, и вызывает у него различные чувства и переживания.

3. Применение целебных свойств музыки в древности.

Впервые научное объяснение влияния музыки на здоровье человека прозвучало из уст древнегреческого ученого и философа Пифагора – «Всякая мелодия синхронизирует работу внутренних органов человека. Происходит это, потому что любой из наших органов это источник энергии и электромагнитных волн заданной частоты, а так как звуки музыки тоже являются волнами они входят с ними в резонанс – и настройки нашего тела меняются.»

Пифагор излечивал многие как душевные, так и физические заболевания, с помощью специально составленных им композиций. Каждое утро он начинал с пения, по его словам это помогала ему возбудить активность к дневной жизни и освободить свой ум ото сна. А вечером он пел песни, дабы успокоить нервы и настроиться на отдых. Пифагор ничуть не колебался относительно влияния музыки на организм человека, и повсеместно доказывал огромное ее воздействие на чувства и эмоции человека, на ум и тело.

Он даже ввел такое понятие как — «музыкальная медицина».

«Душа должна быть очищена от противных рассудку влияний торжественным и величественным песнопением, которому полагается аккомпанировать на лире» — говорил древнегреческий ученый.

Однако Пифагор был не единственный, кто в древние времена лечил людей с помощью музыки. Так еще в египетских папирусах были найдены упоминания о том, как древние жрецы оздоравливали египтян с помощью мелодий и звуков. А в Ветхом Завете говорится, что Давид игрой на арфе лечил нервное помешательство царя Саула. Да и в самой Греции кроме Пифагора были другие мудрецы, верившие в целительные свойства музыки и ее влияние на здоровье человека. Например, греческий врач Эскулап, больных радикулитом лечил громкой игрой на трубе. Были и другие «лекари-музыканты» одни игрой на флейте снимали боли, другие пением умирляли психически больных. Так что человечество издревле знакомо с лечащим действием музыки.

Древнегреческие рукописи гласят: "Музыкальное воспитание - самое мощное оружие, поскольку ритм и гармония проникают в самые сокровенные глубины человеческой души.

В древности выделяли три направления влияния музыки на человеческий организм:

- 1) на духовную сущность человека;**
- 2) на интеллект;**
- 3) на физическое тело.**

На корпусах музыкальных инструментов средневековых итальянских мастеров до сих пор можно прочесть надпись: « Музыка лечит душу».

Великие композиторы всегда чувствовали связь между музыкой и нравственным, духовным здоровьем человека.

Гендель не раз говорил, что он не хочет развлекать слушателей своей музыкой, он хочет «сделать их лучше».

4. Влияние музыки на человека.

Современная медицина о воздействии музыки на здоровье людей.

А что же говорит современная медицина о воздействии музыки на здоровье людей? За последние десятилетия проведены сотни экспериментов, написано множество научных трудов, опубликованы тысячи статей в серьезных медицинских изданиях. Вот некоторые факты из мира медицины, подтверждающие положительное влияние музыки на интеллектуальное, эмоциональное и физическое здоровье человека.

Влияние музыки на интеллектуальное состояние человека.

Психологами выполнялся эксперимент. Отобрали кандидатов в и дали им послушать современную музыку в стили тяжелый рок. До и после прослушивания им дали тесты на запоминание слов. И выяснили, что до прослушивания люди с лёгкостью выполняли этот тест. А вот после прослушивания тяжелого рока, люди с трудом могли вспомнить слова. И только через час, люди возвращались к нормальному состоянию. Из этого можно сделать вывод, что современная «тяжелая» музыка негативно влияет на интеллектуальные способности человека.

Профессор Чепфилдского Университета Кэйти Овери сформулировала аспекты так называемых **«интеллектуальных выгод» от музыки:**

- 1. повышение уровня читательских навыков**
- 2. повышение уровня речевых навыков**
- 3. улучшение навыков, необходимых для решения пространственных и временных задач**

4. улучшение вербальных и счетно-арифметических способностей

5. улучшение концентрации внимания

6. улучшение памяти

7. улучшение моторной координации.

Влияние музыки на настроение человека

То, как музыка помогает человеку справиться с трудными жизненными ситуациями, вряд ли сопоставимо с каким-либо другим воздействием внешних факторов. Музыка способна создать и поддержать нужное настроение. Она помогает расслабиться (не удивительно, что после работы некоторые люди, первым делом переступая порог собственного дома, включают любимые композиции), а может наоборот зарядить энергией.

По утрам лучше слушать бодрящую и ритмичную музыку, она поможет проснуться и заставит вас соскочить с постели в желании изменить свою жизнь к лучшему. Также веселая и энергичная музыка влияет на психику человека и заставляет его сменить грусть на радость, а печаль на оптимизм и жизнелюбие. А вот спокойная и плавная музыка поможет расслабиться и успокоиться, отвлечься от повседневных забот, уменьшить количество мыслей в голове и сосредоточиться на саморегуляции. Медленная и релаксирующая музыка влияет на человека как снотворное, поэтому если вас мучает бессонница и вы не знаете как быстро уснуть, используйте этот факт.

Какое бы настроение вы не хотели задать с помощью музыки важно выбрать те композиции и мелодии, которые вам нравятся, и которые будут ласкать ваш слух. Сила музыки заключается в том, что ее влияние обусловлено психоэмоциональным состоянием человека. Она способна положительно воздействовать и сделать человека счастливее, если будет гармонировать с этим состоянием. В противном случае влияние музыки на человека может оказаться негативным.

Что касается стилей и направлений музыки то здесь не все так просто. С одной стороны человек должен слушать ту музыку, которая ему по душе, с другой стороны исследования ученых говорят о том, что различные направления музыки способны воздействовать на физическое и эмоциональное состояние человека по-разному.

Как стиль и направление музыки влияет на человека? Самое всестороннее влияние на человека оказывает классическая музыка. Именно о влиянии классической музыки на человека говорится больше всего. Ученые приписывают классическим произведениям просто чудодейственный эффект.

Больше всего разговоров ведется вокруг творений таких признанных гениев как Бах, Вивальди, Моцарт, Бетховен, Шопен, Чайковский, Шуберт, Григ, Дебюсси и Шуман. Принято считать, что музыка Моцарта способствует быстрому усваиванию информации и влияет на умственную работоспособность. Если не знаете что делать с плохой памятью, вам должно помочь периодическое прослушивание произведений входящих в цикл «Времена года» Вивальди.

Музыка Баха и Генделя, написанная в стиле барокко, обладает расслабляющим эффектом, улучшает память, помогает при изучении иностранных языков. Большинство произведений Моцарта, Вивальди, Баха имеют идеальный ритм – 60 ударов в минуту, что соответствует естественному биению сердца.

5. ВИДЫ МУЗЫКОТЕРАПИИ.

А) Учеными ведутся эксперименты в нескольких направлениях, таких как:
ВЛИЯНИЕ ОТДЕЛЬНЫХ МУЗЫКАЛЬНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ НА ЖИВЫЕ ОРГАНИЗМЫ.

Ученые убеждены, что не только жанр, ритм и тональность произведения имеют значение, а и то, на каком именно музыкальном инструменте было сыграна мелодия. Звучание отдельно взятого музыкального инструмента влияет на определённый орган человеческого организма.

Так, например :

- **Струнные инструменты** -скрипка, гитара, арфа и виолончель – оказывают оздоровительный эффект на работу сердечнососудистой системы. Помимо этого, звучание струнных вызывает у человека чувство благодарности, сострадания и жертвенность. – лечит душу, помогает самопознанию, очень благотворно действует на меланхоликов,

- **Орган** – звуки органа нормализуют энергетические потоки в позвоночнике и стимулируют мозговую активность приводит ум в порядок.

Это- проводник между космосом и землей!

- **Игра на пианино и рояле** гармонизирует психику, очищает щитовидную железу, приводит в норму работу мочеполовой системы, – воздействует на почки, мочевой пузырь, очищает щитовидную железу.

- **Духовые инструменты** очищают бронхи и улучшают работу дыхательной системы, а также положительно влияют на кровообращение.

Флейта – очищает бронхолегочную систему, лечит несчастную любовь, снимает раздраженность и озлобленность

- **Баян, аккордеон** – активизирует работу брюшной полости

- **Ударные** – восстанавливает ритм сердца, стимулирует кровеносную систему.

Б) ВЛИЯНИЕ МУЗЫКИ ВЕЛИКИХ ГЕНИЕВ ЧЕЛОВЕЧЕСТВА, ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ВОЗДЕЙСТВИЕ ОТДЕЛЬНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ КОМПОЗИТОРОВ.

Вот некоторые из них:

* Музыка Чайковского, Таривердиева и Вивальди избавляет от неврозов и раздражительности.

* «Вальс цветов» Чайковского хорошо влияет на больных язвой желудка.

* «Утро» Грига, «Времена года» Чайковского рекомендуют для профилактики утомляемости.

* Творческий импульс стимулируют «Марш» из кинофильма «Цирк» Дунаевского, «Болеро» Равеля, «Танец с саблями» Хачатуряна

* Нормализует кровяное давление и сердечную деятельность маршевая музыка.

* Снимает головную боль «Полонез» Огинского, нормализует сон и работу мозга сюита «Пер Гюнт» Грига.

* Соната №7 Бетховена излечивает от гастрита.

* Музыка Моцарта способствует развитию умственных способностей у детей.

* Успокаивает нервы, снимает стресс Соната соль мин.Баха, Соната №3 соч.4 Шопена, 1 концерт 1 ч.Рахманинова, Ноктюрн ми бемоль маж.соч.9 Шопена, 7 симф.2 ч.Шуберта, Времена года Чайковского, Ноктюрн №3 Листа, 25 симф.2 ч.Моцарта, Вальс №2 Шопена.

* Духовные песнопения, музыка Баха, Вивальди, Бетховена Моцарта, 2 конц. Рахманинова изменяют структуру обычной воды и она приобретает целебные свойства.

* «Ave Maria» Шуберта, «Лунная соната Бетховена, «Лебедь» Сен-Санса, «Метель» Свиридова вместе с гипнозом и иглоукалыванием излечивают от алкоголизма и курения

В) ВОКАЛОТЕРАПИЯ.

Заметным оздоровительным эффектом обладает пение, особенно хоровое. Мелодичные, распевные народные или духовные песни благотворно влияют на нервную и дыхательную систему, гармонизируют внутренние биоритмы организма, увеличивают психическую энергию. Медики проводили исследования среди детей, которые занимались хоровым пением, и установили, что ребята, поющие в хоре, меньше болеют простудными заболеваниями и лучше переносят учебные нагрузки в школе. Они спокойнее и собраннее на уроках. Пение имеет не только дыхательный, но и эмоциональный аспект. Оно влияет на настроение и в целом на состояние нервной системы. Здесь нет места депрессии, унынию, даже если песня была печальной. А эмоциональное сопереживание обогащает и развивает душу поющего человека, дает возможность творческой самореализации.

Распевка разных звуков даёт оздоровительный эффект!!!

Звук "А" заставляет вибрировать грудь и приводит в действие всю звуковую гамму в организме, дает команду всем клеткам настроиться на работу В то же время происходит углубление потребления кислорода.

Звук "И" вибрирует голосовые связки, гортань и уши, возникают колебания в голове, выводятся из тела вредные вибрации, улучшается слух.

«Е» особый вибрационный звук. Он используется практически во всех сочетаниях. Этот звук - чистильщик нашего организма от грязи. Он создает вокруг человека энергетический барьер для защиты от энерго-информационного загрязнения.

Звук "О" вибрирует грудь, но уменьшается глубина дыхания. Звукосочетание "ОУМ" резко уменьшает глубину дыхания, а звуки "ОО-ХАМ" оказывают выраженный лечебный эффект

Звук "У" вызывает колебания в глотке, гортани. Укрепляет уверенность в своих силах.

Звук "Э" вызывает колебания в железах, мозгу. Его используют в народе для снятия слеза и порчи.

Звук "Я" Укрепляет уверенность в своих силах. На звук "Я" работают семь рефлексов. Этот звук - резонатор и генератор психологических процессов, он восстанавливает связь через разум с больными органами.

Звук "Н" » заставляет вибрировать головной мозг, активизирует правую правую половину и лечит болезни мозга, а также активизирует интуитивные процессы и творческие способности.

Звук "В" » исправляет неполадки в нервной системе, головном и спинном мозге.

Звук "М" » замечательный звук. Не случайно одним из первых слов в жизни ребенок произносит слово "МАМА": этот звук определяет энергетическую связь матери и ребенка. Если нарушаются вибрации этого звука, нужно подумать об отношениях матери и ребенка. Этот звук - любовь и покой. Особенно важна эта вибрация в подростковом возрасте, когда перераспределение энергии. Кроме того, звук "М" действует на сосуды головного мозга. Поэтому звуки "М-ПОМ" оказываются полезными при склерозе мозговых сосудов.

Особенно эффективна вокалотерапия при лечении хронических заболеваний легких, бронхов, сердечно-сосудистых заболеваний, снижении иммунитета и общей сопротивляемости. Есть данные о пользе пения при синдроме Альцгеймера.

Метод вокалотерапии приводит к положительной динамике показателей сердечно-сосудистой и дыхательной систем, к повышению адаптивно-приспособительных функций организма, к увеличению жизненной емкости легких, к нормализации электрической активности мозга, положительно воздействует на психоэмоциональную сферу человека и значительно улучшает «качество жизни».

6.ФАКТЫ УДИВИТЕЛЬНОГО ВЛИЯНИЯ МУЗЫКИ НА ЧЕЛОВЕКА, ВОДУ, РАСТЕНИЯ И ЖИВОТНЫХ.

Проведены тысячи экспериментов на воде, растениях, животных и людях, доказывающих влияние звука на живой организм.

Музыка действует на организм не только на рефлекторном уровне, но и на уровне клетки, что делает ее важным экологическим фактором. Действуя на клетку акустическим полем, музыка способна изменять ритмы мозга, нормализовать мозговое кровообращение, синхронизировать активность полушарий мозга., менять скорость протекания межклеточных процессов и биохимию клеток. Эти наблюдения подтвердились в различных исследованиях.

Давайте познакомимся с некоторыми из них. Они говорят сами за себя!

РАСТЕНИЯ.

Мимоза и петунья от мажорных мелодий растут гораздо быстрее и расцветают на две недели раньше положенного срока.

Штат Колорадо. Дороти Ретеллек провела эксперимент: она выращивала садовые растения под звуки классической музыки и под музыку в стиле хард – рок. Результат оказался сенсационным: там, где звучала классика, были высокие урожаи, а там где звучала рок – музыка, все растения погибли!

Голландия. Эксперимент провели голландские ученые: три поля одинаковых по всем биофизикохимическим показателям почвы, засеяли одним и тем же культурным растением. После того, как ростки взошли и вытянулись, одно поле стали «озвучивать» рок- музыкой, второе- классической, а третье – фольклорной.

Спустя некоторое время на 1- ом поле, часть растений пропала, остальные поникли.

На 2-ом и 3-ем полях у растений начался бурный рост.

Ученые сделали вывод: рок – музыка убивает живые клетки!!!

А озвученные классической музыкой растения содержат гораздо больше витаминов и питательных веществ!!

ЖИВОТНЫЕ.

У собак породы Пинчер кровяное давление в зависимости от мелодии может меняться на 70 мм ртутного столба.

В 19 веке в монастыре в Бретани монахини исполняли музыкальные произведения для домашнего скота. Они заметили, что после «прослушивания» музыки Моцарта коровы давали в 2 раза больше молока, чем обычно.

К такому же открытию в 20 веке пришли в Германии, и других странах мира. Практичные фермеры стали использовать классическую музыку на своих фермах для повышения удоев молока!

Финляндия. В городе Котка жители вдруг обнаружили очень низкое качество мяса. Оказалось, что рядом с фермой поселилась рок- группа. Она репетируя, включала динамики на полную мощность, отчего бурёнки были в шоке. Находясь в таком страхе, они давали прогорклое молоко, и мясо у них наполнялось биохимическими соединениями, которые выделяются при стрессе, и качества мяса от этого было очень низким!»

ЗАПАДНАЯ ЕВРОПА.

Известен эксперимент на одной из птицефабрик. Рядом с курицами установили динамик и включили тяжёлый рок. Курицы забеспокоились, потом стали совершать беспорядочные движения, прятать голову, а затем и вовсе повалились и их лапки начали судорожно скрючиваться!

Африка. Такие гиганты, как слоны тоже подвержены пагубному влиянию рок – музыки. Они любят полакомиться плодами деревьев, которые содержат алкоголь. Когда они наедаются ими, то превращаются в очень буйных и нападают на селения людей! Как вы думаете, каким способом их удаётся оттуда выпроводить?

Не стрельбой, а звучанием рок- концерта!!!!

ВОДА.

Фото кристаллов воды

Опыты Эмото Масару показали, что результатом воздействия духовной и классической музыки, молитв и слов несущих положительную энергетику, является образование в обычной воде снежинок поразительной красоты. Напротив, при воздействии рок музыки, нецензурных выражений, слов, несущих отрицательную энергетику, в обычной воде кристаллическая структура не образовывалась вовсе, а предварительно хорошо сформированная кристаллическая структура воды разрушалась. Структура воды копирует энерго-информационное поле, в котором она находится, а мы на 90 % состоим из воды.

ЧЕЛОВЕК.

Положительная или отрицательная энергетика звуков речи или музыкального произведения воздействует на весь организм целиком, вплоть до структуры клеток. Российские ученые Института общей генетики доказали, что ДНК воспринимает

человеческую речь и музыку. Если человек в своей речи использует нецензурные выражения, слушает или исполняет агрессивную музыку- его хромосомы начинают менять свою структуру, в молекулах ДНК начинает вырабатываться своего рода отрицательная программа, которую можно назвать «программой самоликвидации», и это передается потомкам человека. Ученые зафиксировали: бранное слово вызывает мутагенный эффект, аналогичный радиационному излучению мощностью в тысячу рентген!

И наоборот: под воздействием молитв и слов, духовных песнопений и классической музыки несущих положительную энергетику ускоряется рост растений и улучшается эмоциональное и физическое состояние людей и животных.

Проведены тысячи экспериментов на растениях, животных и людях, доказывающих влияние звука на живой организм.

ЯПОНИЯ. Тесто в пекарне поднимается в несколько раз быстрее и становится пышнее и вкуснее от музыки Моцарта. Теперь это открытие активно используется японцами в пекарском деле.

В Японии провели эксперимент, в котором участвовали 120 кормящих матерей. Одна половина из них слушала классическую музыку, вторая – популярную. В первой группе количество молока у женщин увеличилось на 20%, во второй группе – уменьшилось на половину.

Ученые установили, что звуки, исходящие с различной периодичностью и в определенной тональности, способны убивать болезнетворные микробы. Когда в средние века города охватывала эпидемия чумы, что бы справиться с ней народ не переставая звонил в колокола. И это действительно помогало. Сегодня достоверно известно, что активность микробов в организме человека падает на 40%, после того как он продолжительное время слушает церковную музыку или колокольный звон.