

О лечебном воздействии музыки на организм человека.

В чем секрет лечебного воздействия музыки на человека? По этому поводу существуют разные точки зрения. Некоторые ученые, преимущественно врачи-психотерапевты, полагают, что в основе исцеляющих свойств музыки лежит ее способность влиять на психоэмоциональное состояние человека. Склонность людей к таким болезням, как гипертония, стенокардия, язва желудка и др., часто объясняется не физической немощью и не наследственной предрасположенностью, а особенностями характера человека, его мировоззрением и отношением к окружающей действительности. Оказывается, язвой желудка и двенадцатиперстной кишки, гипертонией чаще болеют люди, нетерпимые к ошибкам и "неправильному" поведению других людей, жестко придерживающиеся своих принципов и взглядов, настроенные враждебно и противопоставляющие себя окружающим. Если же человек постоянно заиклен на собственных недостатках, не уверен в себе – это прямой путь к мигреням, аритмии сердца, бронхиальной астме. Чтобы избежать или вылечить психосоматическое заболевание (именно так называется эта группа болезней), нужно изменить если не характер человека, то хотя бы его отношение к своим проблемам и к жизни вообще. И музыка здесь – один из главных инструментов лечебного воздействия. Считается, что прослушивание произведений Бородина, Шопена, Бетховена помогает разобраться в собственных чувствах, лучше познать себя. Симфонии Чайковского освобождают душу от страданий и неприятных воспоминаний. Брамс, медленные произведения Баха и прелюдии Листа помогают преодолеть застенчивость и излишнюю стыдливость, музыка Шостаковича – держать под контролем отрицательные эмоции (злобу, раздражительность). Творения Моцарта и Бизе, танцевальные произведения Штрауса, Кальмана формируют у человека оптимистическое мироощущение, а слушание концертов для фортепиано с оркестром Шопена делает отношение окружающему миру более позитивным и радостным.

Согласно другой теории, основным целебным фактором в музыке является ритм. Ритм считается сердцем музыки, и, по мнению ряда специалистов по музыкотерапии, именно он лежит в основе ее лечебных свойств. В природе все подчинено определенным ритмам, и человеческий организм не исключение. Каждый орган в системе "человек" вибрирует по-своему, и его вибрации совпадают с ритмом энергией вполне определенных звуков и инструментов. Доказано, что когда функции органа нарушаются, он начинает работать в ином ритме, изменяется частота и сила его вибраций.

Больное сердце – яркий пример. И вот тут на помощь приходит музыка. Если знать, с каким инструментом в унисон звучит сбившийся с ритма орган, и регулярно слушать исполняемую на ней музыку, ритмы "исцеляющего" инструмента помогут организму человека вновь обрести прежнее "звучание". Итак, какой инструмент за что "отвечает"? Считается, что: **Скрипка** лечит душу, помогает выйти на путь самопознания, возбуждает в душе сострадание, готовность к самопожертвованию; **Орган** - приводит в порядок ум, гармонизирует энергопоток позвоночника, его называют проводником энергии "космос – земля – космос"; **Пианино** очищает щитовидную железу; **Барабан** восстанавливает ритм сердца, приводит в порядок кровеносную систему; **Флейта** очищает и расширяет легкие; **Арфа** гармонизирует работу сердца; **Виолончель** благотворно действует на почки; **Саксофон**, самый "сексуальный" инструмент, активизирует сексуальную энергию. **Цимбалы** "уравновешивают" печень; **Баян и аккордеон** активизируют работу брюшной полости.

Слушайте музыку и будьте здоровы!