Лечение музыкой

29 Мар 2013, Автор: Natali

«Музыка лечит душу и тело»

─ еще в эпоху Ренессанса такую надпись можно было увидеть на некоторых итальянских инструментах. В Древнем Египте врачи лечили больных звуками и хорошо разбирались в этом. Древнекитайские врачи выписывали «музыкальные рецепты» для воздействия на разные органы. Даже растения и животные реагируют на звуки, как подмечено многими. И сегодня исследования позволяют нам с уверенностью относить музыку к факторам, влияющим на наше хорошее самочувствие. Кто предпочтет лечить свою мигрень или плохое настроение таблетками, если достаточно послушать музыку, способную вернуть здоровье и хорошее настроение? Многие отнесутся к такому предложению скептически, но те, кто верит в целительную силу звуков, могут найти для себя действенные способы. Какая же именно музыка помогает организму? В конце XIX века врач-невропатолог Джеймс Корнинг изучая влияние музыки Вагнера при лечении психических расстройств. Результаты понравились, и в больнице стали проводить лечебные концерты. Спустя сто лет целебные звуки использовали врачи Америки и Европы: в стоматологических кабинетах, в операционных, в детских больницах и военных госпиталях. Несколько лет назад Римская Академия наук обнародовала результаты исследований влияния музыки на человека: депрессию, страх, последствия стрессов, сердечные боли, гипертонию с помощью музыки можно вылечить почти на 100%! Сегодня специальная международная ассоциация разрабатывает и выпускает музыкальные «лекарства», готовит специалистов по музыкотерапии, они помогают при бессоннице, депрессии, неврозах, способствуют восстановлению организма после перенесённых тяжёлых заболеваний и операций, облегчают страдания при неизлечимых болезнях. Многие отмечали, что именно классическая музыка помогает излечить болезни. Моцарт, Бах, Бетховен, Чайковский, Шопен, Бородин, Брамс, Лист, Шостакович, Бизе, Штраус, Кальман, Легар ─ вы сами сможете выбрать понравившийся ритм и тональность у композитора. Каждый орган реагирует на ритм, и быстрая музыка способна увеличить концентрацию внимания, медленная нормализовать сон. Известный французский актер вылечил даже заикание с помощью музыки Моцарта.

• Фортепиано хорошо влияют на щитовидную железу.

• Скрипка способна излечить душу, активизирует сострадание, готовность к самопожертвованию.

• Виолончель благотворно воздействует на почки.

• Флейта очищает и расширяет лёгкие.

• Орган приводит в равновесие ум.

• Арфа гармонизирует работу сердца.

• Ударные восстанавливают ритм сердца, помогают работе кровеносной системы. Лечебное воздействие оказывают и музыкальные произведения. При бессоннице рекомендуют музыку, ритм которой немного медленнее частоты сердечных сокращений: пьесы Чайковского, к примеру. Начать свой день приятно и полезно будет с музыки Антонио Вивальди, серенад Франца Шуберта, «Путешествий пешком» Гуго Вольфа. Головную боль отлично снимает прослушивание музыки Бетховена. Поддержать нервную систему способны «Пробуждение птиц» Оливье Мессиана, «Утреннее настроение» Эдварда Грига, «Утро» Рихарда Штрауса, «Море» и «Свет луны» Клода Дебюсси. Восстановить гармонию помогут «Колыбельная» Брамса, «Аве Мария» Шуберта, мазурки и прелюдии Шопена, вальсы Штрауса, «Лунная соната» Бетховена, Гайдн, «Итальянский концерт» и «Кантата № 2» Баха. Почему только классика, спросите вы. И правда, не только классика, но и современные романсы, например, воздействуют на нас своей мелодичностью. И даже выборочно рок-музыка способна стимулировать кровообращение. Направлений музыки много, и каждый предпочитает слушать любимого исполнителя. Но все же как классика в литературе, так и классика в музыке создавалась прежде всего людьми глубоко чувствующими, сложно устроенными, неравнодушными к окружающему миру, тонко понимающими природу человека и любящими природу, и потому создававшими свои произведения на века. И эффект от их творчества тоже глубок. Проверьте на себе, если желаете!