

# Музыка – прародитель медицины

## СКРИПИЧНЫЙ КЛЮЧ К ЗДОРОВЬЮ

**Приятная музыка улучшает характер, очищает сознание и даёт ощущение красоты. Но догадывались ли вы когда-нибудь о том, что первоначально музыка была создана как способ лечения?**

Специалисты давно отметили, что большинство музыкальных ритмов находится в гармонии с естественными ритмами нашего тела – дыханием, сердечными сокращениями и особенно биотоками мозга. А поскольку этот орган поистине «всему голова», то и происходящие в нём под воздействием музыкальных звуков изменения влияют на любой физиологический процесс в организме.

Происхождение музыки, возможно, берёт начало в период создания Цанцзе китайских иероглифов (2650 г. до н. э.) (Цанцзе – легендарный персонаж древнего Китая). Китайский иероглиф «Яо», что означает «медицина», получен из иероглифа «Юэ», что означает «музыка». Иероглиф «Яо» состоит из двух частей: корень, обозначающий траву или лекарственное растение, и символ музыки. Вдобавок к тому, что он носит смысл «медицина», или «лечение», этот знак может также означать музыку, счастье или удовольствие. Поэтому музыка – прародитель медицины.

В древнем Китае на полях битвы солдаты обычно били в военные барабаны, чтобы набраться храбрости и превосходства над противником. Однажды во время схватки между Хуанди (Жёлтым Императором) и Чи Ю (богом-воином) грохот военных барабанов поразил солдат Чи Ю, заставив их потерять сознание. Чтобы вылечить побеждённых солдат, милосердный Жёлтый Император создал музыкальный инструмент наподобие колокольчика. С его помощью он вернул души солдат Чи Ю, и они возвратились к жизни. Так музыку использовали для исцеления.

Согласно легенде, на основе этого исторического случая Цанцзе создал иероглиф «Юэ». Средняя часть этого иероглифа в древнем стиле китайской каллиграфии означает «белый» и символизирует металл – один из пяти первоэлементов. В древности китайцы верили, что всё во Вселенной, включая тело человека и даже звук, состоит из пяти элементов – металла, дерева, воды, огня и земли.

Позже были найдены травы, оказывающие заживляющий эффект, в результате чего к слову «Юэ» был добавлен корень, превративший



Из всех наук и искусств всех древнее музыка  
Квинтилиан

его в «Яо». Таким образом, первичная цель музыки в древнем Китае заключалась в исцелении людей от болезней.

Древняя музыка служила цели очищения души и сознания. Считалось, что хорошая музыка положительно воздействует на человеческое тело. Вот почему древняя музыка всегда имела медленный темп, – чтобы успокоить человека. Слушая музыку, человек должен был достичь душевного спокойствия вместо эмоционального волнения, которое как будто лишает людей разума.

### Терапия семи нот

Учёные-медики провели исследование медицинских свойств музыки и обнаружили, что музыка состоит из волн, которые могут влиять на органы чувств и входить в резонанс с человеческим телом. В то же время музыка содержит разнообразные ритмы, а движения нашего тела имеют тенденцию следовать ритму музыки. В результате, изменение музыкальных ритмов способно ускорять и регулировать биоритмы человека. Вот почему некоторые талантливые доктора тщательно подбирают музыку разнообразных ритмов, чтобы вылечить пациентов с различными симптомами. По мнению

академика Н. Бехтеревой, в основе врачующих свойств музыки лежит звуковое интонирование. Низкие тона подавляют нервную систему и психику человека, высокие, наоборот, вызывают у него чувство лёгкости, приподнятости, создают ощущение радости. Тонко и точно воздействуя на нашу эмоциональную сферу, а через неё и на весь организм, музыка способна творить чудеса. Ещё в 50-х годах XX века люди, любившие музыку, чаще имели более лёгкий характер.

Но теперь всё изменилось. В современной музыке есть что-то, что пробуждает демоническую природу. Некоторые люди бешено крутят телом под музыку, становясь безумными, или даже теряют сознание от возбуждения. Демоническая музыка может даже заставить людей проявлять тревогу, впадать в депрессию или терять самообладание, что, на самом деле наносит большой вред их здоровью и не оказывает никакого целебного эффекта.

**Колыбельная – старинное «музыкальное средство» против бессонницы!**

Колыбельная песня обладает ярко выраженным успокаиваю-

щим действием, благодаря равномерному звучанию, убаюкивающему ритму, мягкой мелодии. Все типичные признаки колыбельных песен можно найти в медленных частях симфоний, концертов, сонат, скрипичных квартетов композиторов конца XVIII и всего XIX веков. В их числе: «Грёзы» Шуберта, главная часть «Лунной сонаты» Бетховена, «Пролог к ночи» Равеля, «Картинки с выставки» Мусоргского. Эти произведения нормализуют сердечный ритм, снижают кровяное давление и спазмы сосудов.

Из пяти человеческих чувств, способность человека слышать пробуждается первой. Младенец в животе матери может слышать биение её сердца, дыхание и голос, реагировать на музыку. Именно поэтому современным родителям необходимо знать о важности внутриутробного образования своих будущих малышей. Беременным женщинам очень полезно слушать классическую музыку.

*Из всех шумов, какие только известны человечеству, музыка – шум самый дорогой*

Т. Готье

*Музыка вымывает прочь из души пыль повседневной жизни*  
Б. Ауэрбах

### Моцарт делает нас умнее

Недавно учёные установили, что наиболее сильное и благотворное влияние на наш мозг в целом оказывает классическая музыка, даже если слушающий не отдаёт себе в этом отчёт. Она способна не только улучшать работу мозга, но и лечить нервные расстройства. Причём, как показало компьютерное исследование, проведённое профессором Джоном Дженкинсом из Лондонского университета, ритм и высота звука влияют на левое полушарие, отвечающее за логическое мышление, а тембр и мелодия – на правое. На первом месте по силе воздействия на мозг стоит Моцарт. Американский невролог Франк Рушер из Университета штата Висконсин (США) провёл исследование, в ходе которого выяснилось, что музыка Моцарта делает человека умнее. Учёный объясняет это тем, что характерные особенности музыкального рисунка произведений гениального композитора увеличивает активность определённых генов и выработку ряда белков, ответственных за быстроту реакции,

внимание и координацию движений. Рушер провёл обследование нескольких тысяч детей и пришёл к выводу, что те дети, которых родители с пяти лет приучали регулярно слушать классическую музыку, на два года обгоняют своих сверстников по уровню интеллекта.

**«Божественное искусство» даёт людям чистоту истины и милосердие**

Вечером 7 мая 2008 года, как только прозвучала последняя дробь «Победных барабанов», зал Jubilee в Эдмонтоне (Канада) наполнился овациями и одобрительными возгласами, зрители аплодировали стоя. Так закончилось успешное мировое турне представления «Spectacular» 2008 года труппы «Шень Юнь». В переводе с китайского языка «Шень Юнь» означает «Божественное искусство». Древний Китай когда-то называли «Землёй Богов». В те времена люди жили в гармонии с Небом. В награду Боги даровали им богатую культуру, философию, живопись, музыку и танец. Но в коммунистическом Китае большая часть этой культуры была утрачена.

Сегодня труппа «Божественное искусство» из Нью-Йорка возрождает древние китайские традиции. Музыка в этом шоу – яркая, чистая, изящная и мелодичная. Слушатели говорят, что она трогает сердца и порождает добрые мысли.

Сэнди Хэлланд посмотрела спектакль три раза. Она сказала, что не может описать свои чувства словами: «Благодаря этому представлению, прошла моя болезнь позвоночника. Оно не только излечило мою болезнь, но и вселило в меня надежду на будущее». Сэнди повредила позвоночник, когда ей было четыре года, из-за чего стала инвалидом. Иглотерапевт посоветовал ей посмотреть это шоу. Впервые она посмотрела его в Эдмонте 5 мая 2008 года. «Я почувствовала энергию, возвращающуюся в спину, и тепло, которое становилось все сильнее и сильнее. Я полностью излечилась к концу представления, – поделилась она. – Я была так взволнована и счастлива, что посмотрела его еще 6 и 7 мая. Мое сердце наполнено радостью и энергией».

Фацзюнь, буддийская монахиня, следовала за труппой из города Ванкувер в Калгари, а потом в Эдмонтон. Она посмотрела спектакль 11 раз. «Это лучшее представление в истории. Оно несёт спокойствие и красоту, – считает она, – даёт людям чистоту истины и милосердие».

Возможно, часть этого чуда можно отнести к воздействию музыки.

Наталья ЧЕРКАСОВА