

История музыкотерапии



Современные ученые так объясняют влияние музыки на здоровье: музыкальные звуки создают энергетические поля, которые заставляют вибрировать каждую клетку нашего организма. Мы поглощаем «музыкальную энергию», и она изменяет ритм нашего дыхания, кровяное

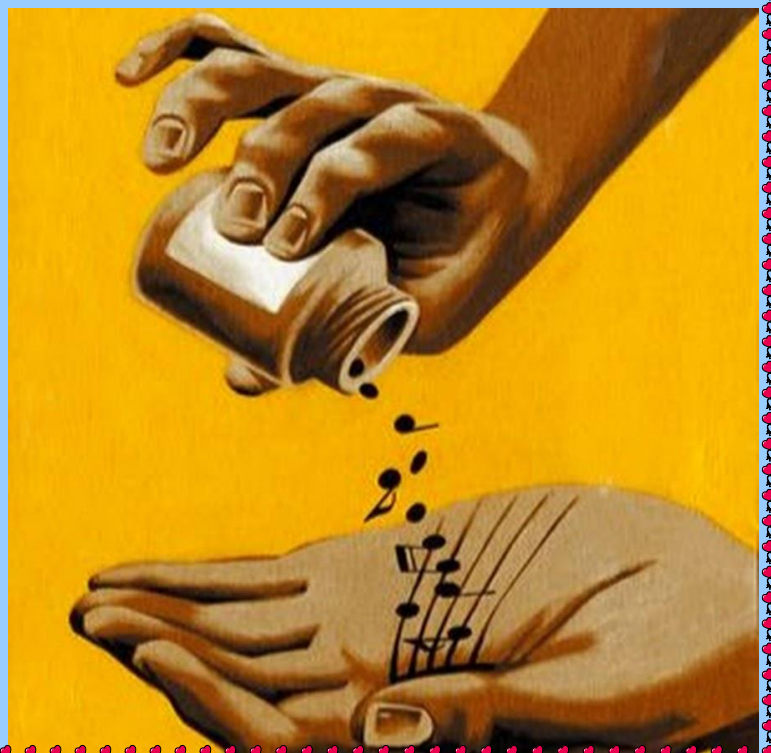
давление, частоту сердечных сокращений. Музыка помогает одолеть трудности, превозмочь боль, обрести душевную стойкость.

Аристотель утверждал, что с помощью музыки можно определенным образом влиять на формирование человеческого характера. Авиценна называл музыку «нелекарственным» способом лечения, наряду с диетой, запахами и смехом.

Британский драматург Уильям Конгрив был убежден, что «музыка обладает магической силой и может усмирить дикаря, смягчить камень и согнуть кряжистый дуб»...

Древние китайцы считали, что музыка избавляет от тех недугов, которые неподвластны врачам. Сегодня в Китае выпускают музыкальные альбомы с весьма неожиданными для европейца названиями: «Пищеварение», «Бессонница», «Мигрень». Есть также «Печень», «Легкие», «Сердце» и даже «Концерт для почки с оркестром». Китайцы «принимают» эти музыкальные произведения, как таблетки или лекарственные травы, чтобы поправить здоровье.

Подобные сборники музыки издаются также в Японии и США. В Индии национальные напевы исполняются как профилактическое средство во многих больницах. А в Мадрасе открылся даже специальный центр по подготовке врачей-музыкотерапевтов. Ими уже найдены музыкальные пьесы для лечения гипертонической болезни и некоторых психических



заболеваний, перед которыми традиционная медицина зачастую бессильна.

А.Томатис пришел к поразительному открытию: «Ухо предназначено не только для того, чтобы слышать, но и чтобы питать энергией разум и тело. Клетки мозга работают как маленькие батарейки-аккумуляторы. Они заряжаются не путем метаболизма тела, а с помощью энергии звуков». Музыка заряжает мозг и улучшает интеллект. Учёные из США выяснили, что музыка помогает в чтении, концентрации внимания и улучшении кратковременной памяти. **Особые результаты были отмечены у детей дошкольного возраста.**

Все, что прекрасно, радует нас и исцеляет наши души. Музыка Моцарта создана для исцеления души, для расслабления и углубления вовнутрь себя. Само явление под названием «эффект Моцарта» приобрело свою популярность благодаря тому, что классическая музыка оказывает не только эстетическое влияние на человека, но и целебное воздействие на весь организм в целом.



Поэтому такому феномену уделили много внимания и времени и пришли к выводу, что слушая музыку Моцарта, можно значительно улучшить свое здоровье. При нервных расстройствах, повышенной возбудимости, склонности к истерикам и капризам наиболее благоприятное воздействие **на ребенка** оказывает музыка Моцарта.

При выборе композиций для малыша руководствуйтесь такими правилами: музыка должна быть светлой, гармоничной, умиротворенной и приятной на слух. Лучше избегать трагических и тревожных звучаний.

Время от времени обращайтесь внимание малыша на произведения, давая короткие характеристики: «Слышишь, какая медленная (быстрая, веселая, грустная...) музыка». «Эту музыку сочинил Моцарт». Подбирайте как можно больше слов для характеристики мелодии. Вовлекайте кроху не только как пассивного слушателя, но и как активного: предлагайте потанцевать под музыку, потопать ножками, похлопать в ладоши.

Несколько советов для ваших музыкальных занятий

- Не давайте малышу слушать музыку через наушники. От направленного звука незрелый мозг может получить акустическую травму.
- Какой бы хорошей ни была ваша подборка классических произведений, никогда не забывайте петь вашему малышу. Ведь мамин голос для него – самая приятная мелодия.