



## СЕКРЕТ ЦЕЛИТЕЛЬНОЙ ЭНЕРГИИ МУЗЫКИ МОЦАРТА

«Музыка Моцарта мобилизует все природные способности нашего мозга». (Гордон Шоу, нейробиолог и физик из США)

«Мощь Моцарта недоступна другим. Его музыка раскрепощает душу. Целебные свойства ее таковы, что делают Моцарта самым великим среди великих композиторов». (А. Томатис. Из книги «Почему Моцарт?»)

Многочисленные независимые исследования ученых, медиков и психологов всего мира доказывают, что музыка австрийского композитора Вольфганга Амадея Моцарта (1756 - 1791 гг.) по сравнению с произведениями всех прочих композиторов оказывает на людей самое сильное оздоровительное воздействие. Более того, музыкальные произведения этого композитора способны творить просто невероятные вещи в плане исцеления людей от огромного количества самых разнообразных недугов.

Но в чем же скрывается тайна той универсальной по спектру воздействия на человека исцеляющей энергетики, которой обладает только музыка Моцарта? Каковы «секретные механизмы» общепризнанного уникального лечебного эффекта именно этой музыки?

В 1993 г. невролог Франк Роше из университета штата Висконсин (США) первым в мире обнаружил весьма необычное влияние музыки Моцарта на физиологию людей. Его исследования показали исключительно положительное влияние на работу головного мозга человека музыки Моцарта как никакой другой. /Однако до сих пор ученые спорят, является ли это следствием просто хорошего настроения, которое создает гармоничная классическая музыка, или это результат более глубоких физиологических процессов, как-то связанных с особенностями только данной музыки./

В 1995 г. психолог Френсис Раушер (США) провела опыты с крысами (эти животные, как известно, не обладают эмоциональной реакцией на музыку). Группа из 30 крыс была помещена в комнату, где в течение 2 месяцев, но 12 часов в день звучало одно и то же произведение - соната до-мажор Моцарта. Оказалось, что после этого крысы пробегали лабиринт в среднем на 27% быстрее и с меньшим на 37% количеством ошибок, чем другие 80 крыс, развивавшиеся эти 2 месяца среди случайного (естественного) шума или в тишине. /Данный эксперимент подтверждает тот факт, что универсальный «механизм» воздействия музыки на живые организмы (в т. ч. и на человека) имеет как доминантную - нейробиологическую, а не эмоциональную природу./

Американский ученый Гордон Шоу и его коллега из Лос-анжелесского отделения Калифорнийского университета нейролог Марк Боднер использовали сканирование головного мозга с помощью магнитного резонатора (MRI), чтобы получить картину активности тех участков мозга пациента, которые реагируют на прослушивание музыки Моцарта, Бетховена («К Элизе») и поп-музыки 30-х гг. XX в. Как и ожидалось, все виды музыки активизировали тот участок коры головного мозга, который воспринимает колебания воздуха, вызываемые звуковыми волнами (слуховой центр), и иногда возбуждали отделы мозга, связанные с эмоциями. Но только музыка Моцарта активизировала практически ВСЕ участки коры головного мозга (в т. ч. и те, которые участвуют в моторной координации, в пространственном мышлении, в зрительном процессе и в высших процессах сознания). /М. Боднер отметил, что у человека, слушающего музыку именно Моцарта, начинает «светиться» буквально вся кора головного мозга./

Нейробиолог Джон Хьюджес из Медицинского центра при Университете штата Иллинойс (США) утверждает, что самую сильную реакцию в головном мозге человека должны вызывать последовательности звуковых волн, повторяющиеся каждые 20-30 секунд. Данный вывод основан на том, что многие функции центральной нервной системы также имеют цикличность в 30 секунд (такова, к примеру, цикличность волн активности нейронных цепей головного мозга). Д. Хьюджес в сотрудничестве с лучшими музыковедами США проанализировал сотни музыкальных произведений 57 композиторов различных музыкальных направлений. Результаты этих исследований были представлены в виде таблицы, в которой указывалось, как часто поднимаются и опускаются волны громкости музыкального звучания, продолжающиеся 20-30 секунд и более (этот показатель во многом и определяет силу положительного воздействия музыки на головной мозг). /Оказалось, что примитивная поп-музыка располагается в самом низу этой шкалы, в то время как Моцарт - на самом ее верху./ Из всех проанализированных видов музыки именно в музыке Моцарта с ее неожиданными переходами, переливами, перетеканиями звуков, с ее богатством нюансов пики громкости с частотой, наиболее близкой к 30-секундным интервалам, повторяются чаще, чем во всей прочей музыке (именно в произведениях Моцарта чаще всего выдержан этот заветный 30-секундный ритм чередования «тихо-громко», который точнее всего соответствует характеру биотоков головного мозга).

Примечание. Д. Хьюджес провел уникальный эксперимент над 36 пациентами с тяжелой формой эпилепсии, которые страдали от почти постоянных припадков. В процессе наблюдения за больными ученый включал музыку Моцарта и сравнивал энцефалограмму мозга до и во время воздействия музыки. У 29 больных из этой группы волны мозговой активности, возникавшие во время приступа эпилепсии, становились слабее и реже вскоре после включения музыки (эти результаты объективны). Т. е. В 29 случаях из 36 это реально помогло (припадки стали случаться все реже и протекали все спокойнее). Таким образом Д. Хьюджес пришел к выводу, что во время прослушивания музыки Моцарта количество и амплитуда электрических волн, возбуждающих мозг, уменьшаются. /При этом следует отметить тот факт, что когда вместо произведений Моцарта эти же больные слушали музыку

некоторых других композиторов-классиков или полную тишину, у них не наблюдалось никакого улучшения./

Лечебное действие музыки Моцарта обусловлено, в числе прочих факторов, и тем, что в ней очень много звуков высокой частоты. Во-первых, эти звуки укрепляют мускулатуру среднего уха. Во-вторых, звуки частотой от 3 000 до 8 000 Гц и выше вызывают наибольший резонанс в коре головного мозга (это напрямую стимулирует мышление и улучшает память). Изобилие именно высоких частот в музыкальных произведениях Моцарта несет в себе мощнейший энергетический заряд не только для головного мозга, но и для всего организма в целом. /Музыка этого композитора не заставляет мозг «перенапрягаться», распутывая сложные звуковые ряды, которые присутствуют в произведениях, к примеру, Баха или Бетховена. Музыка Моцарта гениально проста, чиста, светла, солнечна, искренна. Не случайно ее автора во всем мире называют «солнечным» композитором. Кстати, большинство своих произведений Моцарт создал в «ключе» РЕ (D)!../

Согласно выводам турецких ученых, исследовавших «эффект Моцарта», в сонатах этого композитора присутствуют все музыкальные частоты, которые активно действуют на слух (а значит - и на головной мозг). Эти ученые занимались данными исследованиями на протяжении многих лет и пришли к выводу, что музыка Моцарта - лучшее лечебное средство при аутизме и дислексии. /Турецкие ученые не без оснований утверждают, что их открытие может стать настоящим прорывом в практике лечения этих двух (и подобных им) недугов./

Примечание. Все секреты целебной силы музыки Моцарта не раскрыты полностью до сих пор и вряд ли когда-либо будут раскрыты, поскольку самые главные из них «скрыты» в непостижимых человеческим разумом сферах.

#### «ЭФФЕКТ МОЦАРТА»

Во 2-й половине XX в. американский ученый-исследователь Дон Кемпбелл написал книгу под названием «Эффект Моцарта», ставшую чрезвычайно популярной во многих странах мира. Первый же составленный им CD-диск с музыкальными произведениями Моцарта (в продажу он поступил под броским названием «Музыка, повышающая Ваш интеллект») сразу угодил в 10-ку самых популярных записей классической музыки, опубликованную в журнале «Билборд». Среди людей, отупевших от рок- и поп-музыки, начался настоящий бум! Все хотели слушать Моцарта! Причем не с целью просвещения, а чтобы лечиться и уметь (ведь быть здоровым и, особенно, умным - это очень престижно в таких развитых странах, как США).

Д. Кемпбелл является одним из ведущих просветителей всего мира в области связи музыки и целительства. Он написал 9 книг, касающихся музыкотерапевтической тематики, среди которых (кроме упоминающейся выше его книги под названием «Эффект Моцарта») такие бестселлеры мирового масштаба, как «Музыка и чудеса», «Эффект Моцарта для детей» и др.

Широкий диапазон медицинских и психологических исследований, проводившихся Д. Кемпбеллом и его коллегами в течение более 20 лет, показал, что музыка Моцарта оказывает очевидное благотворное воздействие на здоровье и умственные способности человека. /Д. Кемпбелл отобрал из произведений Моцарта по собственной авторской методике наиболее целебные и составил из них серию тематических CD-дисков, поступивших в широкую продажу по всему миру./

«Эффект Моцарта» - так Д. Кемпбелл в общем смысле назвал воздействие музыки (любой, не обязательно Моцарта и не обязательно классической) на человека. В узком же смысле термин «эффект Моцарта» относится исключительно к действию на человеческий организм именно музыки Моцарта.

Примечание. Ученые из Института нейропсихологии г. Вены (Австрия) с помощью электроэнцефалограммы смогли определить, как долго у слушателей длится «эффект Моцарта» (точнее - как долго энцефалограф может «улавливать» воздействие данного эффекта на головной мозг слушателя). Так вот, у некоторых людей благотворное действие музыки на мозг прекращалось одновременно с замолканием последних нот музыкальной композиции Моцарта. У других эффект продолжался еще в течение 3 минут, а затем мозг возвращался к первоначальному (до прослушивания) состоянию.

## СПЕЦИФИКА ВОЗДЕЙСТВИЯ МУЗЫКИ МОЦАРТА НА ДЕТЕЙ

Моцарт - «самый подходящий» композитор для малышей. Огромное количество научных исследований, проводившихся во многих странах мира, свидетельствуют о том, что гармоничная, светлая и изысканно простая музыка Моцарта оказывает сильнейшее положительное влияние на развитие детской психики, интеллекта и творческого начала. /Возможно, то, что Моцарт, будучи музыкальным Гением от Природы, стал композитором уже в возрасте 4-х лет, и привнесло в его музыку чистое детское восприятие, которое подсознательно чувствуют все «почитатели» его творчества - в т. ч. и самые маленькие слушатели./

Как показали многочисленные эксперименты, улучшения в работе головного мозга под воздействием музыки Моцарта (впрочем, как и любой другой) у взрослых людей, как правило, носят временный характер, поскольку в головном мозге взрослого человека нейронные связи - т.н. синапсы - уже сформировались. На этом основании некоторые исследователи высказывают предположение, что, возможно, у детей, с их только формирующимися нейронными связями («цепями»), прослушивание музыки Моцарта может вызвать не только кратковременное, но и длительное, устойчивое улучшение мыслительной деятельности. Такого мнения придерживается, в частности, уже упоминавшаяся ранее психолог Френсис Раушер (США), которая обнаружила подтверждение этой идеи в процессе

своего 5-летнего наблюдения за детьми. /У детей, получавших уроки музыки в течение 2 лет подряд, значительно улучшились способности к пространственному мышлению, причем этот эффект не исчезал со временем. На основании данного факта Ф. Раушер выдвинула «революционную» гипотезу о том, что музыка может оказывать СТРУКТУРНОЕ влияние на образование нейронных цепей в детском мозге. /Из этого предположения (если оно верно) следуют выводы о том, что грамотное музыкальное воздействие именно на детей может, во-первых, в терапевтическом плане быть более эффективным (во всех отношениях), чем на взрослых, во-вторых, - значительно быстрее, чем у взрослых, развить в них мощный интеллектуальный потенциал, который (при наличии благоприятных условий) будет активно работать на них на протяжении всей дальнейшей жизни, а в-третьих (как следствие первых двух выводов), - стать альтернативой применению традиционных психотропных химиопрепаратов./

Профессор, доктор биологических наук, главный научный сотрудник Института психологии РАН Владимир Морозов был участником следующего эксперимента, недавно проведенного российскими психологами. Ученые попросили маленьких детей - воспитанников одного из детских дошкольных учреждений г. Москвы - во время прослушивания различных музыкальных произведений нарисовать несуществующее (вымышленное, фантастическое) животное, а сами по характеру этих рисунков определяли, какое настроение вызвала та или иная музыка у каждого конкретного ребенка. Оказалось, что когда звучала музыка Моцарта, то животные на детских рисунках были миленькими, ласковыми и безобидными (наподобие Чебурашки). Когда же включали рок-музыку, дети рисовали страшных и уродливых животных с раскрытой пастью, огромными клыками и острыми когтями.

## ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ ОБ УДИВИТЕЛЬНЫХ СВОЙСТВАХ МУЗЫКИ МОЦАРТА

Ученые США и Болгарии независимо друг от друга выяснили, что музыка Моцарта усиливает мозговую активность и повышает интеллектуальный уровень. Сразу после предания широкой огласке результатов этих научных исследований CD-диски с его музыкальными творениями стали лидерами продаж во многих странах.

Стандартные «IQ-тесты» фиксируют реальное повышение интеллекта у людей после прослушивания именно музыки Моцарта. /Исследования американских ученых показали, что всего лишь 10-минутное прослушивание фортепианной музыки Моцарта повышает IQ («коэффициент интеллекта») людей в среднем на 8-10 единиц./

В 1995 г. нейробиолог Гордон Шоу из Калифорнийского университета (США) и его коллега - психолог Френсис Раушер - опубликовали результаты своих экспериментов над 79 студентами колледжа в г. Ирвине. /Студентов разбили на 3 группы: 1-я группа в течение 10 минут до тестирования сидела в полной тишине, 2-я - слушала аудиозапись какого-то литературного произведения (рассказа), а 3-я - слушала фортепианную сонату Моцарта. Тестирование проводили до и после прослушивания. Результаты таковы: 1-я группа при повторном тестировании улучшила свои результаты на 14%, 2-я - на 11%, 3-я - на 62%.

Примечательно, что уже в день обнародования по колледжу официальных результатов этих тестов студенты, узнавшие о новом необычном «лекарстве для ума», раскупили в магазинах г. Ирвина все CD-диски с музыкой Моцарта.

Как доказали европейские ученые, музыка именно Моцарта повышает умственные способности у всех без исключения людей, которые ее слушают (причем и у тех, кому она нравится, и у тех, кто ее не любит). /Даже после 5-минутного музыкального сеанса у слушателей заметно увеличивается концентрация внимания (сосредоточенность).

Люди, страдающие болезнью Альцгеймера, улучшают свои навыки при регулярном прослушивании сонаты для двух фортепиано до-мажор Моцарта.

Музыка Моцарта как никакая другая оказывает огромное влияние на лечение целого ряда серьезных болезней, среди которых есть и эпилепсия. Ученые экспериментальным путем определили, что звуки сонат Моцарта (особенно соната К 448) способны купировать эпилептические припадки (уменьшить количество эпилептических атак).

В одном из экспериментов, проводимых профессором Джоном Дженкинсом (США), больным, страдавшим серьезными неврологическими заболеваниями, в индивидуальном порядке дали прослушать всего лишь 10-минутный фрагмент одного из музыкальных произведений Моцарта, после чего практически у всех этих людей на какой-то период времени заметно улучшалась способность выполнять тонкие движения рук.

В клиниках Швеции роженицам дают слушать музыку Моцарта, т. к. шведские ученые и медики убеждены, что именно она помогла им резко снизить в своей стране раннюю детскую смертность.

По утверждениям авторитетных специалистов мирового уровня, музыка Моцарта помогает избавиться от любых душевных проблем, улучшает речь и слух. /Если во время еды ежедневно слушать спокойную музыку Моцарта - исчезнут многие проблемы с пищеварением./

Как отмечают ведущие сурдологи (специалисты по дефектам слуха) и логопеды мира, наличие в музыке Моцарта обилия звуков высокой частоты делают ее наиболее целебной среди всей классической музыки. /Во-первых, высокочастотные гармонизированные звуки укрепляют микроскопические мышцы среднего уха. Во-вторых, звуки частотой от 3 000 до 8 000 Гц и выше вызывают наибольший резонанс в коре головного мозга, что способствует улучшению памяти и мышления./

В числе больших поклонников творчества Моцарта - знаменитый врач-отоларинголог Альфред Томатис (г. Париж, Франция). Одним из его пациентов был юный Жерар Депардьё - будущий прославленный французский киноактер. В ту пору - в середине 60-х гг. XX в. - молодой и пока никому не известный артист приехал покорять Париж, и у него были бы для этого все шансы, если бы не серьезные проблемы с его речью (сильнейшее заикание) и памятью. А. Томатис в ходе первого же медицинского осмотра Жерара определил, что у него

серьезные проблемы с правым ухом, и посоветовал ему в ближайшие месяцы ежедневно по 2 часа в день слушать музыку Моцарта. Результат этих самостоятельных сеансов музыкотерапии был просто потрясающим! Жерар Депардьё полностью и навсегда избавился и от дефектов правого уха, и от заикания, и от проблем с памятью, что позволило ему стать в будущем великим киноактером мирового уровня. /Сам Ж. Депардьё спустя годы после своего чудесного выздоровления сказал следующее: «До встречи с Томатисом я не мог произнести до конца ни одного предложения. Он помог придать завершенность моим мыслям, научил меня синтезу и пониманию самого процесса мышления»./

Всему миру известен хрестоматийный случай, когда музыка Моцарта в буквальном смысле «подарила» человеку жизнь. 78-летний тяжелобольной маршал Ришилье Луи Франсуа де Виньро, будучи уже на смертном одре, за несколько минут до своей очевидной и неизбежной кончины попросил исполнить свое последнее желание в этой жизни - чтобы при нем сыграли его любимый концерт Моцарта. Вскоре после того, как музыка отзвучала, с маршалом произошло настоящее чудо! Смерть отступила, и он буквально на глазах окружающих пошел на поправку. В этого человека каким-то неведомым образом быстро вернулись жизненные силы, и в итоге он прожил в полном здравии еще 14 полноценных лет, дожив до 92-летнего возраста.

В Канаде струнные квартеты из специально нанятых музыкантов играют на городских площадях музыкальные произведения Моцарта, чтобы, как считают авторы этой идеи, упорядочить уличное движение и тем самым снизить количество аварий.

/По материалам научных исследований. - © FANCY\_men.