

7. Орман Э. Душа человека. М. – 1992.
 8. Кодекс спортивної етики. <http://culture.coe.fr>
 9. Пасанский Д. Неутраченные иллюзии. Юность. – 1991 – №8.
 10. Кларкс М. Człowiek i prawo naturalne. Lublin– 1993.
 11. Кросбі Д. Самість людської особи, як вона розкривається у моральній свідомості. У: Досвід людської особи. Л.– 2000.
 12. Кодекс спортивної етики. <http://culture.coe.fr>
 13. Там само.
 14. Там само.
 15. Там само.
 16. Dworkin G. The Theory and Practice of Autonomy. Cambridge– 1988
 17. Кодекс спортивної етики. <http://culture.coe.fr>

В.І. ЗАКУРДАЄВ

ВПЛИВ МУЗИКИ НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

В статті розглядаються питання про вплив звуків, ритму на різні системи організму людини.

В статье рассматриваются вопросы о выявлении звуков, ритма на различные системы организма человека.

Article considers ways of overcoming of the phenomenon cultural anomaly in the youth environment

Музика є універсальною людською мовою. Вона здатна обходити логічні і аналітичні фільтри свідомості та встановлювати безпосередній контакт з пониклими почуттями з глибини душі, пам'яті і т.д. Тому повага до життя і почуття моральної відповідальності – необхідні чинники для написання музики.

У древній Греції музика, яка мала нести здоровий вплив, старанно відбиралася для збереження здоров'я, чистоти і впевненого характеру. Піфагор, Платон, Аристотель вважали музику необхідною для здоров'я душі, моралі і розквіту культури.

Ще Піфагором були встановлені мелодії і ритми, за допомогою яких на душі молодих людей можна було впливати благодійно. Тут були мелодії проти непомірних пристрастей, зневіри, знецінювання і гніву, а також інших недуг. Підтвердженням цього є утихомирення Піфагором розлюченого юнака музикою. Цей грецький юнак вирішив підпалити будинок своєї невірної закоханої, але відповідна мелодія, зіграна на флейті, заспокоїла його.

Від Піфагора пішла традиція порівнювати громадське життя з музичним ладом і з цілим оркестром, де кожній людині відведена своя роль.

Платон і його послідовники вважали, що в державі припустима тільки така музика, що допомагає піднятися індивідууму до рівня суспільних вимог і усвідомити себе одиницею (частиною) суспільства.

Це яскраво підтверджується словами Платона: “Музичне виховання більш діючий засіб, чим всі інші, тому що ритм і гармонія знаходять свій шлях у глибині душі”.

Музику як засіб гармонізації індивіда слідом за Платоном і Піфагором розвинув Аристотель. Він вважав, що музика має здатність формувати характер і "правильні" почуття.

Аристотель говорив: “Завжди треба застережливо відноситися до введення нового типу музики, як можливої загрози для усєї держави, так як зміни стилю музики завжди відбиваються на важливих аспектах політичного устрою”.

Англійський композитор - піаніст Кирило Скотт у своїй книзі "Музика і її таємний вплив протягом століть" стверджує, що музика впливала на усі фази розвитку людства.

На думку Кирила Скотта, культурні епохи створювалися музикою. Так, композитор Гендель своєю творчістю сприяв формуванню англійської моралі.

Бах мав сильний вплив на спосіб мислення, особливо німців. Своєю музичною логікою Бах сприяв посиленню закладеної в німцях тенденції до філософії.

Бетховен передавав у звуках почуття людей. Його можна вважати найбільшим музичним психологом. "... Бетховен саме і хотів кинути в простір думки про героїзм, і чуйні серця через сторіччя затріпотять на його заклик" (О.Реріх).

Музика Бетховена також викликала почуття жалю. Під її впливом збільшилося число благодійних установ.

Музика Вагнера зіграла революційну роль, тому що стимулювала рух до єднання і братерства.

Музика Скрябіна космічна, про що свідчить його "Поема Вогню", у якій він висловив свою ідею: "Йду сказати людям, що вони сильні і могутні".

Дунаєвський писав: "Яке щастя насолоджуватися музикою!... Насолода музикою - не самоціль, а шлях до внутрішнього удосконалювання в ім'я життя, в ім'я його поліпшення".

Як і всяка сила, музика може служити як добру так і злу. Часом на перший погляд необразлива музика може виявитися руйнівною силою. Життя і смерть тут йдуть пліч-о-пліч. Існує універсальний закон: зайва стимуляція згубна, недостатня - теж. Людина є високочутливою частинкою Всесвіту, тому будь-який звук (музична нога, пташина пісня, звук мови) резонує з його структурами організму.

Ми живемо у світі, наповненому звуками: звуками, як чутними і нечутними, тихими і голосними, незвичними і знайомими, музичними і шумовими, хаотичними і впорядкованими: звуками, які заспокоюють і які дратують, цілющими і негативно впливаючими на здоров'я.

З найдавніших часів люди використовували звук для того, щоб отримати інформацію про оточуючий світ, для спілкування один з одним.

Ще знаходячись у череві матері, дитина слухає її серцебиття, чує її голос і музику, сама створює приглушені звуки.

Звук виникає внаслідок коливань часток і об'єктів: найдрібніших, таких, як атоми та електрони, і гігантських, таких, як планети та галактики.

Він становить собою універсальну могутню небачену силу, яка здатна викликати як приємні (радість, натхнення, зцілення, спокій), так і руйнівні (роздратування, депресію, дезорієнтацію, пригнічення, спустошення, захворювання і навіть смерть) зміни.

Людину можна порівняти з дуже складним унікальним і тонко налаштованим інструментом. Кожні: атом, молекула, клітина, тканина і органи тіла постійно випромінюють частоти фізичного, емоціонального, психічного та духовного життя.

Відповідність частот музичних звуків структурній будові тканин і органів людини, а музичного ритму – ритмам процесів її життєдіяльності призводить до того, що музика здійснює за принципом акустичного резонансу дуже глибокий і різнобічний вплив практично на усі функції в тілі людини (кровообіг, систему травлення, дихання, внутрішню секрецію, діяльність нервової системи і мозку), а також на емоції, бажання, почуття.

Коли звукові хвилі потрапляють у тіло людини, в її клітинах виникають симпатичні коливання. Високий вміст у тканинах води допомагає передавати звук. Загальний механічний ефект при цьому можна порівняти з глибоким масажем на атомному і молекулярному рівнях.

Можна відмітити, що на організм людини музика здійснює як прямий вплив (дія звуку і ритму на клітини, органи, функціональні процеси), так і через вплив на емоції, які в свою чергу впливають на багато фізіологічних процесів.

У музичному мистецтві люди повинні знайти золоту рівновагу між розумом і серцем, інтелектом і духовною сутністю.

Сучасна музика, носячи розважальний характер, не удосконалює людину, а приводить її до дисгармонії, тобто негативно позначається на її психічному і фізичному здоров'ї.

Ритм рок-н-ролу, представленого Джеррі Льюїсом, Стівом Ніксом та групами "Бітлз", "Роллінг Стоунз" був узятий в деяких племенах Латинської Америки і на Гаїті. У ці види такту був узятий весь ритуал заклинань, змов, полових зносин. За даними медичного дослідника Боба Ларсена (США), "низькочастотні коливання, створені посиленням баса-гітари, до яких додаються повторювані удари біту, значною мірою впливають на стан спинномозкової рідини.

Дії біту порушують гармонію емоційної сфери, що приводить до порушення нервової системи людини. Російські вчені зафіксували, що семикласники після сорокахвилинного прослуховування рок-н-ролу на якийсь час забували таблицю множення. Ряд американських медиків говорить однозначно: "Рок не є нешкідливим засобом вбити час, це наркотик більш смертельний, ніж героїн, що обриває життя нашої молоді. Більш того, він використовується як засіб психокодування".

Після трьох самогубств у групі "Лісоповал", психолог Д. Азаров провів на комп'ютері аналіз творчості даної рок-групи. Він прийшов до висновку, що існує деяка подоба "звукової отрути", яка здатна доводити людину до божевілля чи самогубства [5].

Швейцарські медики ввели в лексикон новий діагноз - "музичний наркоман". Швейцарські лікарі стверджують, що після рок-концерту слухачі, що побували на ньому, реагують на подразники в 3-5 разів гірше, ніж звичайно. Професор Б. Раух стверджує, що прослуховування рок-музики викликає виділення так званих стрес-гормонів, що знищують значну частину інформації, що зберігалася в мозку. У Швейцарії з 1969 року було організовано музично-терапевтичне об'єднання, що вивчає вплив музики на організм людини з лікувальною метою.

Ще наприкінці минулого століття російський фізіолог І. Тарханов довів, що мелодії, які викликають у людини задоволення, сповільнюють пульс, збільшують силу серцевих скорочень, сприяють розширенню судин і нормалізації артеріального тиску, а дратівна музика дає прямо протилежний ефект.

Мелодійна, ритмічна музика викликає позитивні емоції, підвищує настрій людини, його загальний тонус і благодійно позначається на його фізичному і психічному стані. Музика стимулює виділення травних соків, знімає втомлення, заспокоює нервову систему. Помічено, що музика діє вибірково, в залежності не тільки від характеру, але і від інструмента, на якому виконується. Гра на скрипці впливає переважно на кровообіг, скрипка і фортепіано найкраще заспокоюють, а декламаторською дією володіє флейта.

Творець музичної фармакології Роберт Шоффлер рекомендує з лікувальною метою слухати симфонії Чайковського й увертюри Моцарта, а також такі твори, як "Лісовий цар" Шуберта чи "Сім радостей" з дев'ятої симфонії Бетховена. Ці музичні шедеври активізують енергетичні резерви людини, захищають його від захворювань.

Найбільший ефект дає музика в профілактиці і лікуванні нервово-психічних захворювань. Відомий російський психіатр С. Корсаков вважав, що музика "впливає благодійно на настрій, а так як настрій складають важливий елемент психологічних хвороб, то корисний її вплив дуже великий". Роль музики в лікуванні неврозів визнавав і В. Бехтерев. У свій час Жорж Санд написав лист до композитору Мейєрберу, що музика лікує його від депресії краще, ніж доктор.

Гарний настрій і позитивний емоційний фон допомагають хворим швидше вийти з хвороби. Лікарі університетської клініки Мюнхена додали до звичайного лікування хворих, що страждають нервовою хворобою, прослуховування творів Бетховена і Моцарта й одержали прекрасні результати.

Досвід дитячого відновлювального Центру (Москва) свідчить, що дітей можна не тільки залучати музикою, але і формувати їхній духовний світ.

Музика - дуже сильний засіб впливу і на плід дитини в череві матері, що має справу зі світом звуку. Він сприймає звуки не тільки органів своєї матері, але і зовнішні звуки. Музикою можна прискорити чи сповільнити, гармонізувати всі процеси розвитку плоду. Звуки формують уявлення дитини про навколишній світ. Якщо звуки гармонійні, то в дитини складуться гармонійні уявлення про світ.

Тому необхідно, щоб жінка протягом усієї вагітності слухала гармонійну, а краще класичну музику. Крім того, майбутня мати повинна сама співати гарні пісні. Її голос для майбутньої дитини буде унікальним музичним інструментом. У Центрі розроблені прості пісеньки для кожної конкретної майбутньої ситуації: умивання, годівля, прогулянка.

В Японії, музика стала одним з елементів допомоги в пологах. Вагітні жінки прослуховують визначені класичні твори. Музика супроводжує і пологи. Помічено, що при цьому зменшується число ускладнень у пологах, а діти з'являються на світ більш спокійні. У палатах для вагітних, що мають отримати народити, шведського міста Хаммстада часто звучить пронизаний радістю фортепіанний концерт Моцарта. Акушери думають, що саме цій музиці вони зобов'язані надзвичайно низьким показником ранньої дитячої смертності.

Завдяки дослідженням японського вченого професора Емото Масару отримано об'єктивне уявлення про якість могутнього перетворюючого навколишній світ енерго-інформаційного впливу музики на прикладі її впливу на воду.

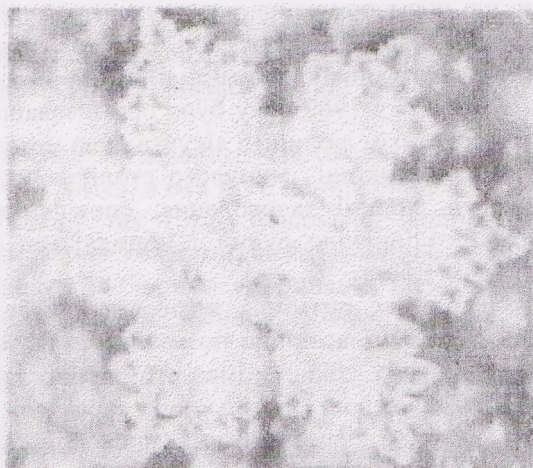
Вода - дуже звична і разом з тим дивна речовина. Внутрішня структура води являє собою ієрархію правильних об'ємних структур, в основі яких лежить кристалоподібний "квант води", що складається з 57 її молекул. Ця енергетично стійка структура, що фізично може бути зруйнована лише в розчині з високою концентрацією спирту чи подібних розчинників.

"Кванти води", можуть утворювати структури другого порядку у вигляді шістигранників з 912 молекул води.

Структура води копіює енерго-інформаційне поле, у якому вона знаходиться.

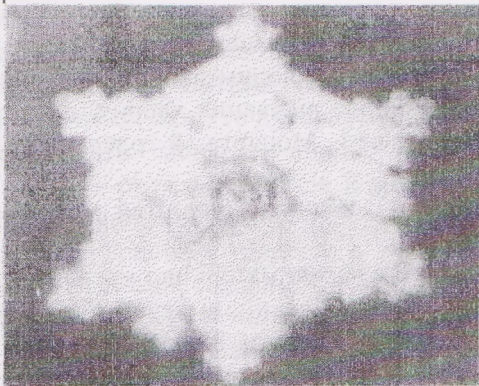


Звичайна вода

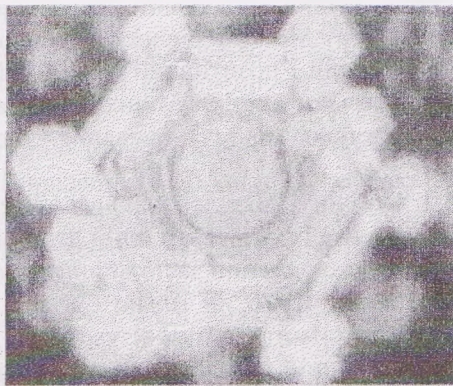


Ключова вода

Дослідження Емото Масару по впливу різної музики на воду показали, що результатом впливу одних видів музики є утворення в звичайній воді різних шістигранних кристалічних структур. Відмінною рисою цих музичних творів є відповідність їхнього музичного малюнка, ритму і звуку законам гармонії - законам структурної будови ритмам процесів розвитку, що властиві фундаментальному порядку Життя у всіх його проявах.



Пастораль Бетховена



Бах, «Вариации Гольдберга»

Це - класична музика, щира народна музика, а також древні григоріанські піснопіння, ширі патріотичні пісні, східні мантри.

Вони налаштовують нас з гармонією Життя, ця музика може зціляти наше тіло і душу; наповнювати енергією і творчою активністю. Якщо ви віддасте перевагу такій музиці, ваша свідомість, ваш внутрішній світ налаштовані на гармонію, творчість, здоров'я і розвиток.

При впливі інших видів музики в звичайній воді кристалічна структура не утворюється зовсім, а попередньо добре сформована кристалічна структура води руйнується.

Якщо прийняти до уваги, що організм людини майже на 80 % складається з води, то можна уявити які наслідки можуть бути від такого впливу музики на всі органи і структури нашого тіла.

Науковими дослідженнями було також доведено, що музика впливає не тільки на людину, але на тваринний і рослинний світ. В експериментах з рибами було виявлено, що класична музика приваблює їх, а рок-музика відлякує. Класична музика стимулює ріст пшениці. Лабораторні дослідження індійських учених Т. Синха і Ч. Боса, американців М. Вогля і Д. Мильштейна, канадців П. Вайнберга і М. Мезюриса показали, що рослинам явно подобаються цілком визначені музичні твори. Їм дуже подобаються скрипкова соната І.С. Баха "Весна", "Пори року" Антоніо Вівальді, індійські мелодії й особливо звуки сітар (струнний музичний інструмент). Стебла тягнуться до джерела звуку, а їхня висота, кількість бруньок і листя збільшуються майже в два рази.



Музика "важкий рок"

На "рок" вони відповідали зниженням ваги зеленої маси, хоча споживали більше води. Американський дослідник Д. Карлсон розробив і запатентував оригінальну методику за допомогою "Освоєна квітка", що гарантує підвищення врожаю на 25-100 відсотків при програванні квіток з музичними записами, що випускається його фірмою.

В наш час науково обгрунтовано, що класичні музичні твори, особливо Баха, Бетховена, Чайковського, Мендельсона, викликають позитивні емоції, нормалізують ряд фізіологічних процесів у багатьох людей, навіть коли вони сплять. Неголосна музика успішно застосовується в клініках внутрішніх хвороб, у стоматології для знеболювання.

Додатково-профілактичний вплив музики є доказальний, тому що емоційне сприйняття доступно всім людям. Учені відзначили, що в дитячих садках, де заняття по малюванню, ручній праці, фізкультурі проводяться з музичним супроводом, проходять більш успішно, виховний ефект підвищується, а стомлення дітей знижується. Помічено також: люди похилого віку в будинках ветеранів краще себе почувають, якщо регулярно слухають музичні програми.

Про вплив співу на здоров'я людини говорить дослідник А. Попов. Він радить співати у всіх сферах життя. У співі людина може звільнитися від усіх своїх турбот і переживань. Коли людина співає, то вона чує відтінки (вібрації) свого голосу, що відбивають усі його проблеми. Спів - це робота органа гортані, що створює голос. Співом людина покращує свою енергетику, вона розкривається духовно (але тільки годі, коли виконує урочисті, радісні пісні).

Між голосом і здоров'ям людини існує зв'язок. Голос є індикатором фізичного, психічного і духовного стану людини. У сумної людини голос "сідає", у слабкого - голос тихий, горе звучить низько, зростаючи та убуваючи по силі. Страх звучить уривчасто, глухо. Радість звучить швидко, переливчасто, ніжність - тихо, на одній ноті.

Закорювання організму людини відбиваються на функції його гортані. Чим краще голос звучить і чим частіше вона співає, тим краще її здоров'я.

Л. Янковська приводить цікаві наукові спостереження у своїй статті "Живі камені духовного Храму". Французький музикант Фабьен Маман, фахівець в області біоенергетики, засновник французької Академії звуку, кольору і руху, у процесі спільної роботи з біологом Э. Гримом установив, що звучання визначеної ноти впливає на зміну не тільки кольору, але і форми клітин крові. З'явилось, що нота "до" змушує клітину крові витягатися в довжину, а нота "ля" впливає на форму ракової пухлини.

Існують слайди, що зафіксували етапи перетворення ракових кліток, що були зняті з інтервалом у 60 сек., під час впливу на них звучанням ноти "ля". На слайдах видно, як поступово розпадалися ракові клітини. Ф. Маман тепер мріє про проведення глобального експерименту, у якому би протягом години по радіо і ТБ передавали би звучання ноти "ля".

Про музику далекого майбутнього англійський композитор і піаніст Кирило Скотт говорить: "Донедавна ми в нашій земній музиці ледь могли передати лише відлуння музики сфер, у майбутньому ж нам буде дано відтворити велику космічну симфонію. У цій винятковій пісні єднання включається синтез любові, мудрості, знання і радості, і якщо людина коли-небудь почує це на Землі і буде проковзана цим божественним впливом, вона придбає вічну свідомість цих якостей".

ЛІТЕРАТУРА

1. Девід Тейм. Секрет Музики.

2. Кирило Скотт, "Музика і її таємний вплив протягом століть"
3. Элизабет Клэр Профет. Звук, ритм и музыка и их воздействие на душу и поток энергии в чакрах. Лекция. Summit Lighthouse, 1977.
4. Элизабет Клэр Профет. Воспитание души вашего ребенка. Духовное руководство для будущих родителей. М.: Лонгфелло, 2001.

А.М. ЗАЧЕПА, Р.Я. КОЛОМИЄЦЬ

ГРИГОРІЙ СКОВОРОДА: ПРОСВІТИТЕЛЬ, ФІЛОСОФ, ПОЕТ

Творчість Г.Сковороди, творця, української філософії життя, предтечі нової української літератури і в наш час має надзвичайно великий вплив на виховання української молоді.

Творчество Г.Сковороды, творца, украинской философии жизни, предтечи новой украинской литературы и в наше время имеет чрезвычайно большое влияние на воспитание украинской молодежи.

The literary work of G.Scovoroda, the creator of the Ukrainian philosophy of life as the forerunner of new Ukrainian literature has the great influence on the bringing up of Ukrainian youth at present.

Григорій Савич Сковорода – це найбільша постать життя 18-го століття.

В його поетичній творчості чути голос мислителя – філософа, а в його філософських трактатах помітна пристрасть поета.

В філософських працях, і в поезії Сковороди відбито естетичні уподобання та погляди, які характеризують переддень нової української літератури. Людина високо моральна не тільки для свого життя, але своїм навчанням виховала кілька поколінь чесних та відважних патріотів українського народу. Його учні були освіченими Українцями, а це мало безпосередній вплив на письменників 19-го століття, між якими були: Котляревській, Квітка-Основ'яненко, Шевченко.

З палицею пілігрима та флейтою, з торбою за плечима пройшов Сковорода цілу Україну в часи скасування Запорізької Січі, насильницького запровадження кріпацтва. Брутальний наступ московського царизму на здобутки, що їх у героїчних боях захищав шаблею та списом українській народ, скасування козацьких вольностей викликали роздуми та гнів передових людей, що прислуховувалися до рідного слова і пісні. Ці роздуми набували філософського узагальнення, в них відбивався дух протесту Григорія Сковороди. Філософія поета-мислителя, етично виховні мотиви його роздумів та певна віра, заглиблювалася в надра національного буття народу.

Філософ-мандрівник дивився на житейську суєту з іронічною усмішкою, в якій криється гумор морально нескореної людини перед владарями світу, а головне перед московськими гнобителями нашої Батьківщини – України. В житті і плідній діяльності талановитого письменника і мислителя відбилися кращі моральні риси, дух і характер народу [1].

М.Рильській в «Словах про рідну матір» згадує Григорія Сковороду ось так:

Благословенні ви сліди,
Не змиті вічності дощами,
Мандрівника Сковороди
З припорошеними саквами,
Що до цілющої води
Простує, занедбавши храми...

Г. Сковорода народився 3 грудня 1722-го року, в селі Чорнухах, на Полтавщині, в козацькій родині. З дитячих років Сковорода прислухався до народних пісень, сприймав народні звичаї. Його приятель Ковалинській, в біографії письменника згадує, як вже від семи років Сковорода відзначався « даруванням до музики, охотою до наук і твердістю духу».

Майже шістнадцятирічний Сковорода вступив до Києво–Могилянської академії, що була славною у ті часи як один із найкращих навчальних закладів у слов'янських країнах. В академії Сковорода здобув знання, що стали основою в його діяльності літератора і філософа. Вчення класичних і новоевропейських мов, філософії, літератури поглибили інтелектуальний розвиток допитливого, енергійного і здібного юнака.