

Это полезно:

Музыка лечит

Музыка оказывает непосредственное влияние на здоровье. Ученые даже создали в официальной медицине целое направление — **музыкотерапию**.

Медики советуют:

- скрипичная и фортепианная музыка** — для тех у кого не в порядке нервы.
- арфа** незаменима в кардиологии.
- виолончель** помогает людям с большими почками.
- гобой и кларнет** придут на помощь печени.
- флейта** запросто справится с бессонницей, а также поможет расслабиться.
- саксофон** восстанавливает потенцию.

Психологи заметили, что, прослушав произведения **Гайдна** и **Моцарта**, большинство людей ощущают прилив бодрости. Моцарт же вообще многопрофилен. Его музыке приписывается снятие головной боли, усталости. Депрессии, избавление от простуды. Этот феномен, до конца ещё не объяснённый, так назвали — «эффект Моцарта».

Композиторы-романтики, такие как **Шопен, Шуберт, Лист, Чайковский**, хороши для снятия стресса. Причём неважно, слушаете ли вы музыку или исполняете её сами. Интересен ещё и тот факт, что в последнее время стала подтверждаться теория о потрясающем влиянии **вокального пения** на организм. Во время исполнения песни происходит как бы **мягкий массаж** горла, лёгких, бронхов, диафрагмы, что, безусловно тренирует и укрепляет, а звук, поглощаемый другими внутренними органами, стимулирует их работу. Поэтому неудивительно, что среди оперных певцов так часто

Встречаются долгожители.

—



Это интересно:



Однажды, незадолго до Рождества, в 1903 году, учитель Раиса Адамовна Кудашева сочинила большое стихотворение (в 24 четверостишия) под названием “Елка”. По совету друзей, которым оно очень понравилось, Раиса Адамовна отнесла его в детский журнал “Малютка”. Стихотворение тут же было напечатано.

Через два года известный агроном и большой любитель музыки Л. К. Бекман сочинил для своей маленькой дочурки Верочки песенку “В лесу родилась елочка” на слова Р. А. Кудашевой. Для простоты исполнения (Верочке было всего два года) были оставлены только 6 четверостиший. Девочке так понравилась песенка, что она тут же ее выучила и исполнила перед гостями.

Вскоре вся Москва, а потом и вся Россия распевали эту песенку.