О благотворном влиянии классической музыки на человека говорят уже давно. Беременным даже советуют слушать такую музыку, чтобы малыш хорошо развивался и смог раскрыть свои таланты. А с 90-х годов XX столетия появилась просто удивительная информация об уникальном воздействии на человеческий мозг музыки Моцарта. Необычное влияние назвали **эффектом Моцарта**. До сих пор ученые спорят о природе этого явления. Тем не менее, уже собраны очень интересные факты.

Активизация коры головного мозга

Первые опыты в этом направлении были проведены на крысах. Два месяца их “заставляли” по 12 часов в сутки слушать одно и то же – сонату до-мажор Моцарта. В результате крысы “поумнели” и стали пробегать лабиринт на 27% быстрее и делали значительно меньшее ошибок (на 37%), чем обычные крысы.

Что касается людей, то здесь ученые исследовали активность мозга с помощью магнитного резонанса. Исследования показали, что любая музыка воздействует на человеческий мозг. Т.е. она возбуждает тот участок, который является слуховым центром. В некоторых случаях также возбуждались участки мозга, связанные с эмоциями. Но ТОЛЬКО прослушивание музыки Моцарта активизировало практически **ВСЮ** кору. Как образно выразились ученые, практически вся кора головного мозга начинала светиться.

Научные теории

Сила воздействия музыки Моцарта на головной мозг научно доказана по двум направлениям: частоте смены ритма и собственно по частоте звука.

Первое связано с тем, что наш мозг имеет циклы в своей работе. Нервная система, в частности, имеет ритм 20-30 секунд. Ученые предположили, что резонанс в коре мозга как раз могут вызвать звуковые волны, которые колеблются с той же частотой. В Университете штата Иллинойс проанализировали частотные характеристики музыки почти 60-и различных композиторов на предмет того, как часто в произведении встречаются волны длиной 20-30 секунд. Когда свели все данные в одну таблицу, оказалось, что авторы примитивной поп-музыки попали в самый низ, а вот Моцарт занял первое место сверху.

Именно в его музыке с ее неповторимыми нюансами, переливами и перетеканием звуков 30-секундные волны повторяются **ЧАЩЕ**, чем в любой другой музыке. Т.е. в этой музыке выдержан заветный 30-секундный ритм “тихо-громко”, что соответствует биоритмам нашего мозга.

С другой стороны, доказано, что самый большой резонанс в коре мозга получают звуки высокой частоты (3 000 — 8 000 гц). А произведения Моцарта буквально насыщены звуками высокой частоты.

Музыка, повышающая интеллект

Активизация коры головного мозга – не просто научное чудо. Это объективный процесс, который стимулирует мыслительные процессы и улучшает память. Повышенная мозговая активность значительно повышает интеллектуальный уровень человека. Американские ученые показали, что, если

прослушать музыку Моцарта всего лишь 10 минут, то IQ возрастет почти на 8-10 единиц. Так в университете Калифорнии был проведен очень интересный эксперимент, как влияет музыка на прохождение студентами теста. Были отобраны 3 контрольные группы:

1 – сидели в полной тишине;
2 – слушали аудиокнигу;
3 – слушали сонату Моцарта.

Все студенты проходили тест До и После эксперимента. В результате студенты улучшили свои итоги

1 – на 14%;
2 – на 11%;
3 – на **62%**.

Впечатляющие результаты, не правда ли?!

Европейские ученые доказали, что под действием музыки Моцарта умственные способности повышаются, не зависимо от того, как к ней относится (нравится она или нет). Даже после 5 минут слушания у людей заметно увеличивается концентрация и сосредоточенность.

Особенно сильно воздействует эта музыка на детей. Дети развивают свой интеллект значительно быстрее. В США вели наблюдение за детьми в течение 5 лет. У тех детей, которые посещали уроки музыки 2 года подряд, наблюдалось значительное развитие пространственного мышления.

У взрослых же эффект воздействия имеет значительную инерцию. У одних активность мозга пропадала с последними звуками. У других эффект сохранялся дольше, но потом мозг опять возвращался в исходное состояние. Отсюда вывод — надо постоянно поддерживать молодость.

Невиданный пример

Не могла пройти мимо такого поразительного примера торжества воздействия музыки Моцарта. Прежде всего, высокие звуки укрепляют микроскопические мышцы среднего уха, что приводит к улучшению слуха и речи. И наш пример об этом.

Наверное, мало кто знает, что всемирно известный актер Жерар Депардье в 60-е годы имел сильный дефект: он заикался и мало что помнил. К счастью, в его жизни встретился врач, который определил, что у Жерара серьезные проблемы со средним ухом, и приписал ему… несколько месяцев ежедневного слушания по 2 часа музыки Моцарта. Результат был ошеломляющим, и мы все его знаем.

Жерар полностью избавился от заикания, улучшил свою память, что позволило ему стать великим актером. Потом он скажет:

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.

Заключение

Надеюсь, что эта статья вызвала у вас желание слушать Моцарта. В Канаде на государственном уровне на городских площадях играют произведения Моцарта (чтобы снизить количество аварий). У нас же

на улицах вы не услышите классическую музыку. Да у нас даже трудно найти радиостанцию с нормальной музыкой. Но что вам мешает делать себе хотя бы непродолжительные сеансы музыкотерапии из удивительной музыки Моцарта.