**Вплив музики на психоемоційний стан людини**

Музика - феноменальне явище. Її стосунки з людиною дивні. Мелодійні звуки вершать дива - в людині пробуджується, перетвориться душа, змінюються стан, настрій. Музика панує над нашими емоціями, які, виявляється, навіть перемагають фізичну біль.

Узбецький учений Мірзакарім Норбеков встановив: здоров'я залежить від емоційного центру людського організму. Він підкреслює: "Хаос не у світі, він усередині нас". І саме музика перемагає цей хаос, гармонізує емоційну сферу людини.

Науково доведено, що музика може зміцнювати імунну систему, призводить до зниження захворюваності, покращує обмін речовин і, як наслідок, активніше йдуть відновлювальні процеси.

Західні вчені, провівши численні дослідження і експерименти, прийшли до переконання: деякі мелодії володіють сильним терапевтичним ефектом. Духовна, релігійна музика відновлює душевну рівновагу, дарує відчуття спокою. Якщо порівнювати музику з ліками, то релігійна музика - анальгетик у світі звуків, вона полегшує біль. Спів веселих пісень допомагає при серцевих недугах, сприяє довголіттю. Але найбільший ефект на людину надають мелодії. Цей музичний феномен, до кінця ще не пояснений, так і назвали - "ефект Моцарта".

Медики встановили, що струнні інструменти найбільш ефективні при хворобах серця. Кларнет покращує роботу кровоносних судин, флейта надає позитивний вплив на легені і бронхи, а труба ефективна при радикулітах і невритах. Але серед музичних інструментів можна виділити лідера по впливу на стан людини це орган.

**Певні ноти впливають на певні органи:**

* звукова частота, що відповідає ноті до, впливає переважно на функції шлунка та підшлункової залози;
* ре - на жовчний міхур і печінку;
* мі - на органи зору і слуху;
* фа - на сечостатеву систему;
* соль - на функції серця;
* ля - легені та нирки;
* сі - на функцію енергообміну, зігріваючи тіло.

Низькі звуки резонують більше з нижньою частиною тіла, високі - з верхньої (головою).

Експериментально доведено, що музичні звуки змушують вібрувати кожну клітину нашого організму, електромагнітні хвилі впливають на зміну кров'яного тиску, частоту серцевих скорочень, ритм і глибину дихання. Не випадково в сучасній медицині все більшого поширення набуває музикотерапія

У цьому велику допомогу надають звуки природних шумів: прибою, співу птахів, рокоту океанічних хвиль, гуркоту грому, шуму дощу.