**МУЗИКА МОГО СВІТУ**

Музика, мистецтво богинь Муз – це вид мистецтва, який знайомий кожній людині. Кожен з нас, хто може чути, не може уявити своє життя без музики. Та іноді ми недооцінюємо її вплив.

З народження музика стає нашої мової для комунікації. Плач, крик, сміх немовляти – різножанрова музика, за допомогою якої дитина може показати свої емоції, голос матері – музика особливого тембру, який ми запам’ятовуємо на все життя.

Вчені довили, що тембр голосу має великий вплив на співрозмовника, тембр – може розповісти про емоційний, психологічний та фізичний стан людини, риси характеру. Особливо приємним голосом є той, який має всі частоти, низькі голоси(але в яких присутні середні та високі обертони) вважають більш ніжними.

Та крім голосу є інші джерела музики – кожен звук, що має ритм – це музика. Навколишній фон: шум вітру, гомін цивілізації. і справжня музика: яку створюють музичні інструменти, вона має свій ритм, композицію, особливі комбінації звуків різної висоти.

Перші дослідження впливу музики на наш мозок та емоції розпочались ще [в 1950-их роках](http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1365-2206.2004.00338.x/abstract), коли лікарі почали помічати позитивний вплив музичної терапії на пацієнтів у лікарнях США та Європи. Однак, люди [використовували музику](http://www.nytimes.com/2012/05/29/science/oldest-musical-instruments-are-even-older-than-first-thought.html?_r=0) для комунікації думок та відчуттів між собою впродовж століть.

У 1993 році Френсіс Роше, Гордон Шоу і Кетрін Кі [досліджували вплив](https://www.nature.com/articles/365611a0) прослуховування сонати для двох фортепіано Моцарта на розумову діяльність. Вони дали піддослідним один і той самий тест на просторове мислення, різниця полягала лише в музиці, що супроводжувала виконання завдання. Найкращі результати випробувані демонстрували при прослуховуванні Моцарта(клавесин, ритмічність, точність, чіткість). Тиша або мелодії, що розслабляють, такого ефекту не справляли. На жаль, вплив не постійний, а триває протягом 15 хвилин після прослуховування. Середній просторовий IQ був на 8 і 9 балів вище, ніж за двох інших умов.

Звуки можуть впливати на активність мозкових хвиль. Мозкові хвилі - це ритмічні або повторювані патерни нейронної (електронної) активності в центральній нервовій системі.  І серед усіх жанрів найвідчутніший прилив енергії організму людини дає симфонічна музика. У 2007 році [дослідники зі Стенфорда провели експеримент](https://news.stanford.edu/news/2007/august8/med-music-080807.html): перевіряли здатність випробуваних до концентрації, запам'ятовування і складання прогнозів під час прослуховування різних фрагментів Вівальді. Під час паузи між композиціями вчені фіксували на томографі пікові показники роботи мозку. Виявляється, через непередбачуваність класичної музики наш мозок активно робить припущення щодо можливої комбінації нот в наступному фрагменті.

Тобто під час роботи ритм музики впливає на внутрішні ритми організму та збуджує його.

Британські дослідники з'ясували, що 90% хірургів слухають музику під час проведення операцій. Це створює для них спокійнішу атмосферу, допомагає впоратися зі стресом. А дослідження, опубліковане [Міжнародним журналом хірургії](https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1743919119303334) у 2019 році, показало, що прослуховування Моцарта, Баха або Бетховена може підвищити продуктивність лікарів на 11%.

У [статті вчених](https://psycnet.apa.org/record/2019-10869-001) з Університету Південної Флориди йдеться, що "сумна" музика допомагає людям у пригніченому стані відчути себе краще. Для дослідження запросили 76 студентів, у половини з яких була діагностована депресія. Мінорна музика з суворою енергією та драматичними переходами сприяє активації фізіологічних процесів.

Отже, музика має величезний вплив на життя всього сутнього на землі. Вона одна з кращих видів комунікації, та має великий вплив на здоровʼя, працьовитість та інші риси людини.