

Исцеление музыкой

Светлана СУХАЯ

О том, что звуки музыки помогают излечению, люди знали давно. Ещё Пифагор, Аристотель и Платон утверждали, что музыка восстанавливает нарушенную болезнями гармонию в человеческом теле. Искусство и медицина веками шли рядом. Гиппократ даже провозгласил медицину “поистине самым благородным из всех искусств”. А в Древней Греции студенты, обучавшиеся врачебному делу, в обязательном порядке занимались и музыкой. И всё же в течение многих столетий союз музыки и целительства был основан прежде всего на интуиции и личном опыте лекарей. В XX веке целебные свойства музыки получили подтверждение в результате разных научных исследований. И вряд ли стоит спешить иронизировать по сему поводу...

Сегодня более чем в 20 странах есть профессиональные ассоциации музыкальной терапии, существует даже Всемирная ассоциация музыкотерапии. В США использование музыки в медицине впервые получило широкое признание после второй мировой войны. Тогда она успешно применялась при лечении эмоциональных расстройств и фантомных болей у ветеранов войны. Сейчас в Соединённых Штатах работает около 3500 профессиональных музыкальных терапевтов.

Недавно в Москве без большого шума произошло замечательное событие: в Российской академии музыки имени Гнесиных состоялся I конгресс “Музыкотерапия и восстановительная медицина в XXI веке”. В сущности, можно сказать, что это официальное объявление о заключении некоего “союза” между музыкой и медициной в России.

Оказывается, музыкотерапией у нас в стране занимаются давно и небезуспешно. Есть разные виды такой терапии: при активной пациент сам играет на каком-то инструменте, при пассивной — получает сеансы прослушивания специально подобранной музыки. Например, в Карелии уже пять лет ведутся лечебные занятия с использованием народного струнного инструмента кантеле, напоминающего гусли. Они дают положительные результаты у детей с детским церебральным параличом, задержкой психического развития, слабовидящих. А в Московском институте традиционной медицины разработаны и активно применяются музыкальные программы, которые так и называются: “антистрессовая”, “бронхиальная астма”, “язвенная болезнь желудка”, “гипертония”. Одна из форм музыкотерапии — активные вокальные упражнения, то есть пение. Установлено, что во время пения возникает особая вибрация внутренних органов. С одной стороны, она помогает диагностике, с другой — активизирует функции дыхания и кровообращения.

В одной из клиник Тамбова проводились исследования влияния музыки на улучшение работы сердца и мозга. Они показали, что ежедневные (в течение десяти дней) сеансы прослушивания специально подобранной музыки помогают нормализовать сердечный ритм. Приборы зафиксировали явную активизацию работы мозга.

Интересные результаты были получены в Санкт-Петербурге, в Институте физиологии имени А. Ухтомского и Военно-медицинской академии. Здесь было изучено влияние на больных духовной и классической музыки, которая воспроизводилась на специальной стереофонической системе. Оказалось, музыка оказывает фиксируемое приборами комплексное воздействие на человека, а не только на слух. Из духовных произведений максимальный эффект, как утверждают экспериментаторы, производят православные песнопения, колокольный звон. После серии музыкальных сеансов врачи наблюдали длительное улучшение состояния пациентов: нормализацию сна, снижение уровня тревожности, улучшение памяти и работоспособности. У кормящих матерей происходило усиление лактации, то есть увеличение количества вырабатываемого организмом молока.

Одним из методов, который уникально сочетает древние традиции восточной медицины и современные технологии, признана электростимуляция — воздействие электрических

импульсов на определённые “активные” точки тела. Медики Новосибирска решили сочетать этот метод с музыкальной терапией, совмещая воздействие электроимпульсов и прослушивание музыки. Проведено лечение пациентов с самыми разными диагнозами, например, с остеохондрозом и аллергиями. При лечении остеохондроза острые болевые ощущения снижались после третьего сеанса, исчезали после пятого-седьмого. Жалобы при аллергических заболеваниях исчезали после второго-пятого сеанса.

Уже многие века музыку используют как целебное средство при беременности. В последние годы и эти методы получили определённую научную базу. Французские учёные убедительно показали, что плод активно реагирует на музыку, которую слушает мать. Например, Бетховен и Брамс, как считают, действуют на ещё не рождённого ребёнка возбуждающе. Моцарт и Вивальди его успокаивают, а рок-музыка вызывает крайнее беспокойство. Опыт подобной работы с будущими матерями уже есть и в России, например, в московском роддоме № 2 и Научном центре восстановительной медицины.

Одним из организаторов форума по музыкотерапии стал доктор медицинских наук, профессор Сергей Ваганович Шушарджан. Одновременно он ещё и оперный певец. Его собственные исследования в области воздействия музыки на организм человека поразительно интересны. Автор множества научных работ по музыкотерапии, Шушарджан задался целью изучить влияние разной музыки на клеточном уровне. Один из экспериментов заключался в том, что музыку “слушали” клетки, полученные из опухоли человека. Подопытные культуры опухолевых клеток помещали в пространство между наушниками и по очереди подвергали воздействию четырёх программ: классическая музыка, эстрадно-симфоническая, рок-музыка и средневековые духовные песнопения. Самым сильным оказалось влияние духовной музыки, самым слабым — эффект рок-музыки. Получается, что разная музыка по-разному влияет на рост клеток. Пока это скорее чисто теоретические изыскания. Но кто знает, возможно, ещё через несколько лет именно здесь отыщется дополнительный ключ для понимания механизма возникновения и лечения раковых опухолей? Похожие опыты были проведены с некоторыми бактериями. И тоже показали, что музыка способна подавлять или, наоборот, усиливать активность микроорганизмов. Это значит, что в перспективе музыкотерапия, видимо, сможет участвовать в лечении инфекционных заболеваний.

Многие сложнейшие исследования, связанные с воздействием звука на человека, находятся лишь в начальной стадии. Но то, что уже достоверно известно, необходимо использовать прямо сейчас. Уже сегодня музыка способна помочь людям сохранить или восстановить здоровье. А потому с сентября на базе Российской академии музыки имени Гнесиных начнёт внедряться обширная программа подготовки специалистов по музыкальной терапии.

Повторим: люди издавна искали резервы исцеления в музыке и молитве. На Руси рождение, жизнь и смерть православного человека веками сопровождалось звоном колоколов, а сам колокол называли “звучащей иконой”. На конгрессе прозвучало интереснейшее выступление руководителя Московского колокольного центра при храме Святого Николая. Он говорил о лечебном воздействии колокольных звонов. Оказывается, звуки колоколов способны влиять на работу кровеносной и лимфатической систем человека, известны даже опыты по лечению с их помощью психических заболеваний. О том, что колокольный звон “убивает” микробы и бактерии, на Руси знали давно. И совсем не случайно в период эпидемии в храмах неустанно звонили в колокола. Только теперь учёные поняли, что этот эффект связан с ультразвуком, который излучают колокола.

Многие десятилетия колокола России молчали. Сегодня колокольный звон возвращается в нашу жизнь. Учёным ещё предстоит разобраться в природе воздействия на организм этих удивительных звуков. Но то, что они целебны для человека, кажется несомненным. И может быть, именно с колокольного звона, плывущего в небе, и начнётся для многих из нас музыкальная терапия, исцеляющая душу и тело?..

Труд. 24 июня. 2000