

## Зачем слушать классическую музыку?

*Морева Наталья Владимировна*

Ребёнок и музыка, в этом особая гармония. Достаточно включить музыку фоном, чтобы она сопровождала все игры малыша. Правильно подобранный музыкальный фон поднимает настроение, помогает сосредоточиться, даёт заряд энергии. А воспитание ребенка надо начинать с себя. И начинать слушать музыку надо и ДО, и ПОСЛЕ рождения ребенка. «Сейчас лежали, экспериментировали с мужем, положили телефон с музыкой у живота, на Бузову, вот вообще затихла, а на рок потолкалась, это что значит? Рок нравится или наоборот - нет? А вы так делали ?))» - пишут мамочки на сайте «Беби.ру». Бузова, конечно, хорошо, а вы попробуйте, включите малышу Моцарта.

В старинные времена, когда люди не знали спешки и мир разворачивался неторопливо, как цветок, люди и думали, наверное, по-другому. И сочиняли, конечно, тоже. До нас дошли самые лучшие произведения, классические, отобранные временем, вечнозеленые. Это наше нетленное, нематериальное богатство. А мы, дети двадцать первого века, готовы к встрече с прекрасным?

К сожалению, сегодня самое простое, что мы можем сделать, придя с работы - это приготовить ужин и упасть. Падаем мы кто перед телевизором, кто перед монитором. Мозг и тело устают за день, и не хотят никакой информации. При нашем современном темпе жизни, когда порой голова кипит от того, что нужно успеть сделать, когда многие страдают нарушениями нервной системы, и как следствие — появляется бессонница, раздражительность, депрессия... В эти моменты классическая музыка — это своего рода - Стоп Негативу!

Иногда кажется, что вокруг один негатив и весь мир против нас, всё не так: постоянная ругань с начальством или ссоры с любимым, - всё это сильно бьет по нашему внутреннему спокойствию. Негативные эмоции чаще всего не принято выплескивать наружу и это приводит к бурлящему вулкану страстей внутри нас, который, в конце концов, находит выход — происходят крупные конфликты, ссоры, стрессы, которые, даже при скором разрешении, все равно не несут полного внутреннего успокоения. Переживания приводят к психическому и физическому истощению человека, и проблема эмоциональной регуляции становится одной из важнейших проблем.

Так что же делать!? Если результатом двух основных способов борьбы с негативом является все равно негатив?

Классическая музыка дарит гармонию нашему организму — на эмоциональном, энергетическом и молекулярном уровне. Начинать слушать музыку надо в выходные. Специально для детей есть аранжировки классической музыки, нежные колокольчики для облегченного восприятия. Ну, а кто-то включит сразу в оригинале — орган! При прослушивании маленькими детьми музыки великого австрийского композитора Моцарта дети быстрее развиваются интеллектуально. Я рекомендую включать сначала веселые мелодии: увертюра из оперы «Свадьба Фигаро», «Маленькая ночная серенада», «Колокольчики» из оперы «Волшебная флейта», конечно, колыбельная - «Спи, моя радость, усни», «Рондо в турецком стиле». «Адажио» и «Фуга до-минор для струнного квартета» - это уже для продвинутых пользователей. Кроме Моцарта, есть еще Шопен, Шуберт, Лист, Паганини, Мендельсон, Григ, Прокофьев, Чайковский, Римский-Корсаков... и это очень не полный список. Я специально не называю конкретные произведения, потому что хочу, чтобы вы сами послушали и решили, подходит эта музыка вашему ребенку или нет. Повторяю, не надо усаживать ребенка и заставлять его слушать. Пусть дитя играет и музыка сопровождает его. Под классику и цветы растут быстрее.

Почему же музыка так сильно «цепляет» человека? Музыкальный звук - это вибрация. Звуковые волны проникают в наши клетки, которые состоят из воды на 70%, и заставляют их трепетать в такт, хотим мы этого или нет. Этот секрет наверняка знали и использовали, и шаманы, и целители, и любящие родители. Звуком можно даже исцелять. И конечно, дарить радость от живого общения с прекрасным.