Автор: admin
08.07.2011 18:36 - Обновлено 01.11.2014 09:37

Что такое «Музыка мозга»?

Ритм нашей жизни постоянно растет, прогресс движется вперед, делая невозможное возможным, невероятное реальным. Время сжимается и ускоряет свой ход так, что нам мало 24 часов в сутках. Вместе со временем бегут и люди, в тщетной попытке догнать эволюцию. Человечество бежит по лестницам, коридорам, кабинетам, станциям, страницам, сайтам, клавишам, лужам, мыслям; бежит утром, днем, ночью… бесконечно.

А когда, наконец, останавливается, то обнаруживает для себя стресс, депрессию, бессонницу, мигрень, тревогу и нарушения сна. Ночь – время, созданное для отдыха, превращается в мучительное ожидание рассвета и возобновления бесконечного бега. Почти каждый пятый житель Земли страдает от бессонницы. В основном это люди после 40 лет, однако все чаще нарушения сна встречаются и у молодых людей 20-30 лет, а также у подростков. Каждый второй человек ежедневно испытывает стресс.

В поисках выхода люди часто прибегают к «помощи» спиртного, снотворного, антидепрессантов и. т. д. Но где бы ни был человек, чем бы ни занимался, он зависим от биоэлектрических импульсов своего мозга, озвучив которые, медики создали новый метод лечения больных с неврологическими и психическими заболеваниями. Это «Музыка мозга», полученная путем преобразования биоэлектрической активности мозга (электроэнцефалограммы - ЭЭГ) пациента. Мозговые импульсы человека обрабатывает специальная компьютерная программа, которая позволяет создать музыку, соответствующую тем же импульсам, что возникают в мозге спящего человека.

Пациент слушает совою персональную музыку, и его мозг, как будто разговаривает с самим собой, распознавая свои колебания, за счет чего улучшается функциональное состояние мозга. Однако до конца механизмы влияния «Музыки мозга» невыяснены.

Стиль и ритм музыки различны и многообразны, но иногда она может напоминать классические произведения. Обычно это фортепьянное произведение, однако возможны записи органной и скрипичной музыки. Все зависит от пожеланий и предпочтений пациента.

«Музыка мозга» применяется также для усиления творческого потенциала, повышения работоспособности и адаптации человека к новым условиям жизни.

Этот метод уже широко используется в России, Франции, Швейцарии, Италии, Израиле. Возможно, «Музыка мозга» – это предложение дышать с жизнью в унисон. Возможно – это шанс услышать себя. Возможно – это просто самообман. Решать вам.

Наша жизнь стремительно несется вперед, раздвигая все мыслимые и немыслимые границы, а нам остается только принять ее ритм, и устоять перед соблазном скатиться на обочину стрессов, депрессий, бессонницы, алкоголя и безысходности.

Пусть нам всегда сопутствует исцеляющая музыка нашей души…

Автор - **Юлия Накошная**

Источник