

Гармоничные мелодии, звуки в буквальном смысле слова перезаряжают наши внутренние аккумуляторы жизненной энергии. Для этого достаточно просто слушать игру на определенных музыкальных инструментах. А можно воспользоваться и самым простым и близким нам инструментом — нашим собственным голосом! Вот результаты исследований воздействия музыкальных инструментов на организм человека:

**Скрипка** – лечит душу, помогает самопознанию, вызывает сострадание, очень благотворно действует на меланхоликов,

**Орган** – приводит ум в порядок, гармонизирует энергопоток позвоночника, это- проводник между космосом и землей

**Пианино** – воздействует на почки, мочевой пузырь, очищает щитовидную железу

**Барабан** – восстанавливает ритм сердца, стимулирует кровеносную систему

**Флейта** – очищает бронхолегочную систему, лечит несчастную любовь, снимает раздраженность и озлобленность

**Баян, аккордеон** – активизирует работу брюшной полости

**Арфа и струнные инструменты** - гармонизируют работу сердца, лечат истерию, кровяное давление

**Саксофон** – активизирует сексуальную энергию, половую систему

**Кларнет, флейта-пикколо** – подавляет уныние, улучшает кровообращение



**Контрабас, виолончель, гитара** – воздействуют на сердце и тонкую кишку, лечат почки

**Цимбала** – уравновешивает печень



**Балалайка** – лечит органы пищеварения



**Труба** – лечит радикулит

На наш организм воздействует не только музыка, но и **пение**.

Человеческие голоса являются мощным инструментом, который уравновешивает энергетику не только тела, но и дома. Песнопения проникают в застойную энергию дома и улучшают ее. Поэтому позаботьтесь, чтобы у вас в доме всегда была гармоничная обстановка, звучала приятная музыка, смех и царило хорошее настроение.

Предлагаем вам методику пропевания звуков. Эта методика действует тонизирующее, повышает бодрость и настроение. Можно использовать ее по утрам, в середине дня для поднятия тонуса, при утомлении и упадке сил. Продолжительность зарядки сначала 10 минут, по мере тренировки 5 мин.

В заключение хочется отметить, что музыка – самое безопасное профилактическое средство. Она не вызывает побочных явлений и негативных последствий. Она показана всем без исключения. Это то средство, которое доступно каждому и никогда не принесет вреда.. В человеке заложено стремление к прекрасному, духовному. К тому, что могло бы подпитывать, поддерживать и дать вдохновение. Музыка позволяет услышать самого себя, обрести гармонию с природой, окружающей жизнью.

