

# МИСТЕЦТВО В МЕДИЦИНІ

ВПЛИВ ПІСНІ ТА ТАНЦЮ  
НА ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

***СТУДЕНТИ 202 МН ГРУПИ***



«Музика має здатність захоплювати своїм ритмічним ладом. Слухаючи ритмічну танцевальну мелодію, кожний в свій час невідмінно ловив себе на тому, що його пальці мимоволі сами починають раптом відбивати такт, а ноги не стоять на місці і готові відразу ж зірватися в танок.».

З прадавніх часів танець прикрашає життя людини. У ньому людина виражає свої погляди, почуття, переживання. І немає такого народу, який би не пишався своїми національними танцями.





Танець і життя людини нерозривно пов'язані. Танець - не самоціль, а засіб висловлення думок та почуттів, хвилюючих людину. Він виголошує те, що ховається у затінках підсвідомості і допомагає позбутися психологічного дискомфорту. Любов, ненависть, співчуття, захоплення можна передати через танець. Танці іноді лікують душу краще, ніж слова.



Тіло людини створено для руху. Рух дає енергію, що дозволяє вийти далеко за межі звичайного сприйняття. Воно врівноважує, зцілює, пробуджує енергію та наповнює нею дух людини.

Рух породжує психічну енергію, необхідну для здобуття сили, духовного вдосконалення, життя і навіть смерті.

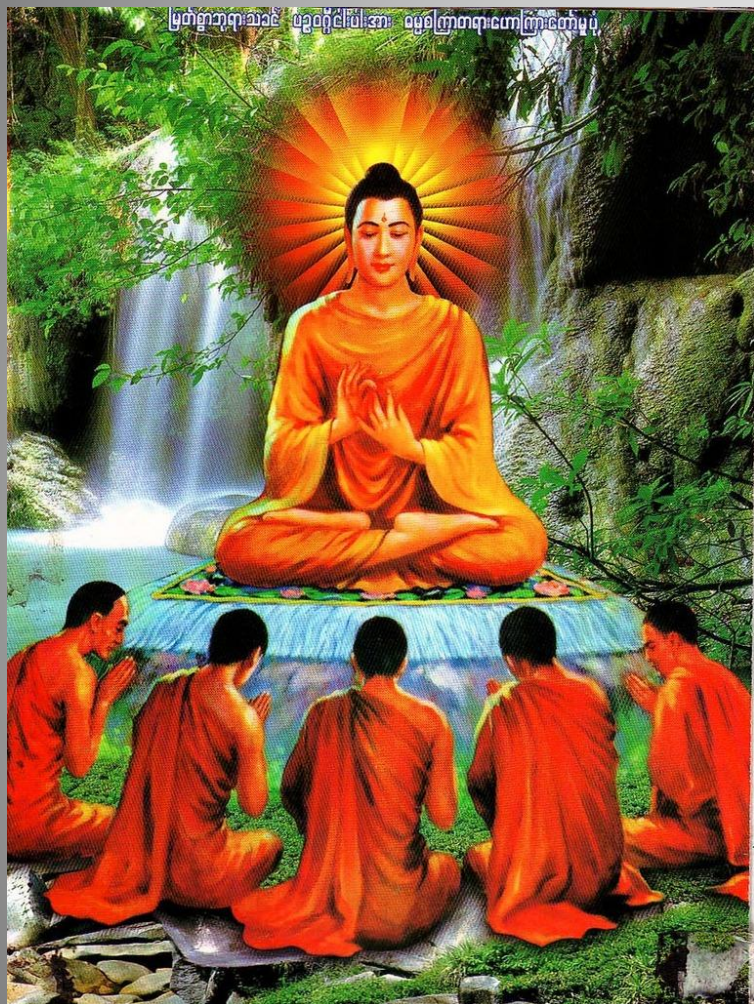




Пісня є певним доповненням танцю. Вона може існувати як самотійно, так і у сукупності з рухами. На протязі всього свого існування український народ складав пісні. Пісня відігравала дуже важливу роль у його житті. Українці надавали пісням магічного значення, супроводжували ними певні обряди, які виконувалися при різних обставинах. Пісня завжди була і є вірним другом людини і в радості, і в горі.







Стародавні китайці вважали, що «коли людина співає зранку, душа її розквітає, як чарівна квітка, і повертає своє обличчя до сонця й світла». У стародавній Індії мешканці завжди покращували здоров'я за допомогою танцю й співу. Є навіть легенда, за якою Тьягараджа, святий музика з півдня стародавньої Індії, співом воскресив померлу людину. У легендах прадавніх слов'ян згадуються дивні птахи, голоси яких неабияк впливають на людину: сирина дарує радість, алконост занурює в смуток, гамаюн відкриває майбутнє.



Вчені з'ясували, що звук, який зароджується під час співу, лише на 15–20% йде назовні. Більша частина звукової хвилі передається всередину, створюючи внутрішню вібрацію. Таким чином відбувається звуковий масаж внутрішніх органів, який стимулює й поліпшує їхню роботу. Спів оздоровлює легені, стимулює імунну систему, позитивно впливає на роботу органів черевної порожнини, зокрема покращує травлення. Крім того, коли людина співає, активно працює діафрагма, її коливання масажують печінку, запобігаючи застою жовчі.





Народна пісня теж славить здоров'я та його складники: чистоту тіла і помислів, чистоту побуту, навколишнього середовища, збереження природи, чистоту рідної мови від лихослів'я тощо. Важливе значення для виховання та здоров'я дитини мала колискова пісня. Обов'язково бажали здоров'я в колядках, щедрівках, веснянках, обрядових дійствах.



- Такої пісенності, яка є в Україні, не мала жодна країна світу. В українському співі виявляється глибока душевність і висока духовність народу, пов'язана з прадавньою культурною традицією. Живий чистий звук є одним із основ життя людини і потреба музики та пісні завжди залишається актуальною.





ДЯКУЄМО ЗА УВАГУ!

