

ВЛИЯНИЕ КАЛЛИГРАФИИ НА МОЗГОВУЮ АКТИВНОСТЬ

Лекция
в шутку и всерьез – 2 часть



КАЛЛИГРАФИЯ

(от греч. каллиграфия — «красивый почерк») — одна из отраслей изобразительного искусства;

Искусство красивого письма

Каллиграфия \neq
Чистописание



ha ح	jim ج	teh ث	teh ت	beh ب	alif ا
sin س	zin ز	ra ر	dhal ذ	dal د	kha خ
'ain ع	DHa ظ	Ta ط	Dad ض	Sad ص	shin ش
mim م	lam ل	kaf ك	qaf ق	feh ف	ghain غ
yeh ي	waw و	heh ه	nun ن		

- The Arabic alphabet is read from right to left.
 - Capital letters indicate vocalization.
 - A dot below a letter indicates aspiration.
 - The arrow direction indicates how each letter is written.



ITALIC SWISH CAPITALS

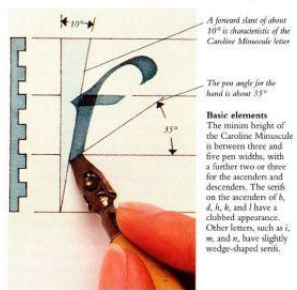
K	L	T
L	U	U
M	V	V
N	W	W
O	X	X
P	Y	Y
Q	Z	Z
R		
S		
B	E	

The final stroke of the L can drop below the baseline.
 The second stroke of the N is drawn just below the baseline.
 The tail of the X extends below the baseline and terminates with a swish.
 The tail of the Y is looped and extends to the right of the line.
 The foot on the stem of the R can be omitted.
 The stem of this simple form of B functions as a wedge cap.
 Upright Swash Capitals, such as this B and E, can replace Italic Capitals (pp. 98-99) in Italic text.
 Alternative B Alternative E

CAROLINE & EARLY GOTHIC SCRIPTS

Caroline Minuscule

THE CAROLINE MINUSCULE is one of the easiest hands for a calligrapher to master. As a reformed script, its original function was to communicate legibly (pp. 38-39). The letters are without embellishments, the word spaces clear, and the ligatures minimal. Although closely related to the Half Uncial, from which it derives (below), the Caroline is always written with a "slanted" pen whereas the Half Uncial is usually written with a "straight" pen.



Caroline Minuscule	Half Uncial
a	a
n	N
g	g
h	H

The Caroline Minuscule is a non-stop, open letter.
 The Caroline n takes a magnificently loose-can form.
 The Caroline Minuscule is written with a "slanted" pen (square-cut only).
 This ascender of the Caroline Minuscule is between three and five pen widths, with a further two or three for the ascenders and descenders. The serifs on the ascenders of h, d, k, l, and j have a clubbed appearance. Other letters, such as i, m, and n, have slightly wedge-shaped serifs.
 This ascender of the Half Uncial is a descendant of the Half Uncial.
 The Half Uncial hand retains the Uncial capital n.
 The Half Uncial is written with a "straight" pen (oblique-cut only).
 Finish the h with this round loop or with a foot (see alternative a, opposite).
 Skew the tail of the i to form a j.



Spencer

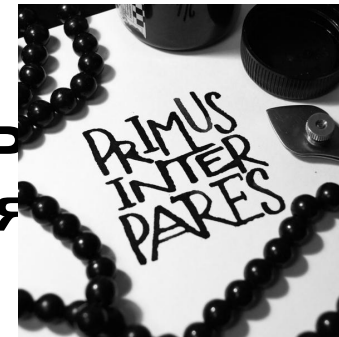
The third stroke of the d could be a continuation of the ascender.
 The serifs of the e could continue upwards to join the bowl.
 The stem of the l can also be made with a single downward stroke.
 The bowl of the g should be left open.
 Finish the h with this round loop or with a foot (see alternative a, opposite).
 Skew the tail of the i to form a j.



Каллиграфия

<https://www.b17.ru/blog/65422/>

НЕБОЛЬШИЕ ФАКТЫ



На Востоке каллиграфия преподаётся наравне с рисованием.

Среди самураев сравни с боевым искусством («Гармония пера и меча» (бунбу итти)).

Каллиграфия отражена и в пиктографии как основе иероглифов (предполагала отображение содержания сообщения в виде рисунка).

В Коране художникам запрещалось изображать окружающий мир. Арабская каллиграфия отражена в арабской вязи.

В дореволюционной России **каллиграфия была одним из основных предметов.**

Введя чистописание в послереволюционной России, власти отказались от каллиграфии, и разрушили остатки



Каллиграфия

Предки обладали более глубокими знаниями, гораздо больше времени проводили за партой, притом обладали идеальной осанкой и здоровым позвоночником.

Каллиграфия имеет к этому самое непосредственное отношение.

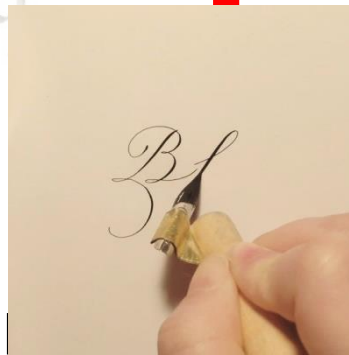
Правописание в современной России - 1 час в неделю

Каллиграфия в Царской России - 18 часов в неделю.

В процессе письма перьевой ручкой вырабатывается моторный автоматизм, сообразный природе эндогенных биоритмов: чередования усилий (нажимов) и расслаблений



Каллиграфия



Доцент и профессор кафедры
графической коммуникации Юань Пу
утверждает, что каллиграфия влияет на
1) мозговую активность в целом и 2) на
продолжительность жизни.

Каллиграфические упражнения по своей
сути напоминают гимнастику цигун,
стимулируя **работу мозга и воображение,**
восстанавливая дыхание.

Каллиграфия, по мнению Юань Пу, даже
продлевает жизнь.

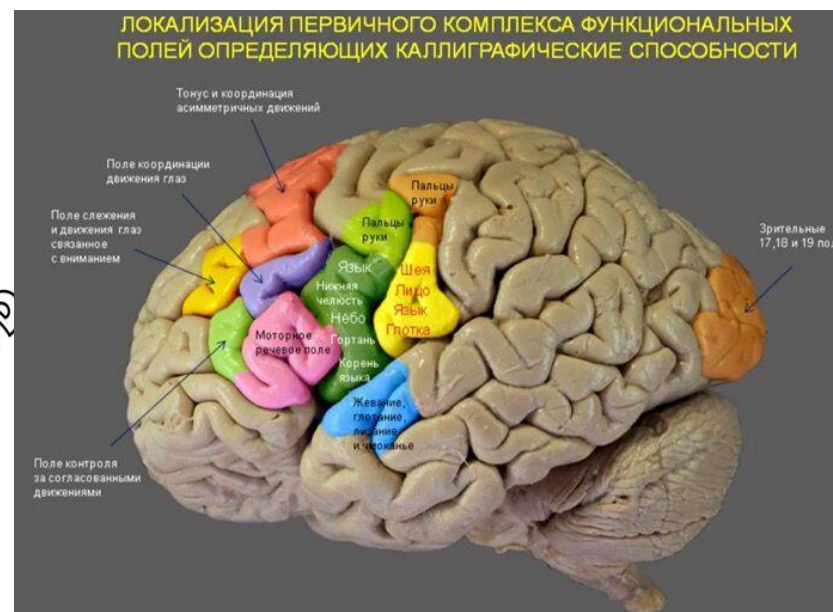
Современный каллиграф Су Цзусиань
прожил 110 лет



Каллиграфия

КАЛЛИГРАФИЯ ПОЗИТИВНО ВЛИЯЕТ НА ПРАВОЕ

ЗА ЧТО ОТВЕЧАЮТ ПОЛУШАРИЯ МОЗГА?



Каллиграфия заставляет правую мозговую долю чувствовать правильность линий, структуру симметрии, ритм и темп, развивает внимательность, наблюдательность и воображение.

Применение каллиграфии позволяет быстрее воспринимать и запоминать информацию.



Каллиграфия

Результативная реабилитация после
нейрофизиологическ
их травм

Индивидуальная изменчивость сосудистой системы мозга



Для лечения можно прожить курс активный
КАЛИГРАФИИ

хотя бы по 2-3 часа в неделю на протяжении 1,5
месяцев. Потом можно заниматься от случая к

каллиграфией
включается такое
количество нейронов,
которое другим
кровообращением в мозге

увеличивается в 2,5
раза, сохраняя и
укрепляя сосудистую

Наилучший способ
давать зарядку для
мозга тем, кто не

прожил курс активный

Заведующий лабораторией развития нервной системы НИИ
морфологии человека Федерального агентства научных организаций С.
В. Савельев



Каллиграфия

Борьба со стрессом

люди, испытывающие стресс на работе и просто записывающие на бумагу то, что с ними происходит, чувствуют себя значительно лучше, и их продуктивность увеличилась **на 29%.**

Во время занятия происходит расслабление, дыхание становится равномерным и спокойным, более глубоким, замедляется пульс, снижается кровяное давление и мускульное напряжение. Улучшается ответная реакция, а также способность к ориентации в пространстве.





Каллиграфия

Лечение

поведенческих расстройств и терапия при дементных

Лечение и поддержание пациентов, страдающих аутизмом, синдромом нарушенного внимания, дефицита внимания и гиперактивности

Сопровождающ ая терапия при

лечении психических заболеваний (шизофрения), депрессии и неврозах, для улучшения эмоционального



дегенеративных процессов) памяти, улучшение концентрации, ориентации в пространстве и координации движений страдающих болезнью Альцгеймера, Паркинсона.



Каллиграфия

— единство мысли и деятельности, где смысл, выраженный словами, заставляет сорганизовать мозг таким образом, чтобы занять свои когнитивные способности, предсказание результата, пространственное осмысление и физическое воплощение. Таких больше нет.

Enaauoo