

ОГЛАВЛЕНИЕ



Выражение благодарности	5
Предисловие	7
Увертюра. Речь ангелов и атомов	11
Интродукция. Целительный бриз звука.....	13
Глава 1. Начало звука.....	29
Глава 2. Слушание звука	57
Глава 3. Исцеление звуком.....	99
Глава 4. Голос звука	135
Глава 5. Звуковая медицина	185
Глава 6. Звуковые образы.....	233
Глава 7. Интеллект звука	263
Глава 8. Душа звука	309
Кода. Вечная песнь	323
Постлюдия. Чудесные истории о лечении и исцелении ...	325

ВЫРАЖЕНИЕ БЛАГОДАРНОСТИ



Я глубоко признателен сотням, а возможно, и тысячам музыкантов, врачей и представителей других творческих специальностей, которые привили мне более широкий взгляд на музыку, чем я мог предполагать, когда был студентом. Особая признательность Наде Буланже, которая дала мне возможность в возрасте тринадцати лет войти в великую «школу Буланже», университет самых талантливых студентов Парижа. Я благодарен также Бесс Йеронимус, которая украсила мои детские годы великолепной хоровой и органной музыкой; Дейлу Петерсу, Меррилл Эллис и Финну Видеро, моим преподавателям в университетские годы. Благодарен Норману Голдбергу, поддержавшему публикации моих материалов по новаторским формам обучения «под музыку» и музыкотерапии, которые донесли новое представление о музыке до многих поколений читателей и слушателей.

Я особенно признателен доктору Альфреду Томатису, который уже почти тридцать лет занимается исследованиями по применению музыки Моцарта. Он познакомил меня с «эффектом Моцарта» более десяти лет назад.

Не имея возможности перечислить здесь сотни других людей, я обязан поблагодарить их всех за те часы бесед и подготовки уроков и лекций о том, какую роль сыграла музыка в их лечении и оздоровлении. Я также

ПРЕДИСЛОВИЕ



*Оглядываясь назад... и забегая вперед
Несколько слов от Дона Кэмпбелла*

Первое издание этой книги увидело свет в 1997 году. Она стала результатом многолетних исследований, изучения теоретических материалов и практических экспериментов. В эту работу вложено огромное количество любви, страсти и искренней веры в удивительную силу музыки. Но я даже не мог предположить, что публикация вызовет столь бурную реакцию и найдет такой отклик в сердцах читателей. Приятно было узнать, что усилия оказались не напрасными. После выхода книги я много ездил по большим и маленьким городам, посещал учебные заведения, общественные центры организации досуга, крупные корпорации и общался с людьми разных возрастов — от малышей до стариков, — имеющих за плечами разный жизненный опыт, но всех их объединял неподдельный интерес к «эффекту Моцарта». Книга, изданная более чем в пятнадцати странах, способствовала созданию целого международного движения благодаря тому, что люди начали использовать совершенно новый, нестандартный, комплексный подход к изучению потенциала звука.

благодарен Видья Шанкару из Мадраса, Пэт Кук из Сиэтла и Джин Хьюстон, которые показали мне всю мощь воздействия музыки на процесс лечения человека в различных исторических культурах. Я также благодарен великолепным музыкантам-импровизаторам, которые показали мне посредством своих импровизаций, что музыку не всегда можно детально структурировать и не всегда удается объяснить, почему она приносит покой и умиротворение в наш хаотичный мир.

Работу над этой книгой вдохновила Эйлин Коуп, мой проницательный литературный агент. Особую благодарность выражаю Алексу Джеку и моему редактору Рэйчел Клейман, которые самым восхитительным образом превратили мои звуки, идеи и голос в слова. Особая моя признательность Лайн Беснер-Лаузон, Уэнди Янг, Бренди Роузен, Мери Майотт, Джанет Бентон и Барбаре Лоуэнштейн, которые благодаря своему замечательному редакторскому таланту улучшили эту книгу. Я благодарен Моцарту, Хильдегарде Бингенской, Вивальди, Баху и Полу Винтеру, чья безмятежная музыка звучала едва слышным фоном все время, пока я работал над большей частью этой книги.

Самый значительный вклад в эту работу был внесен моими студентами и коллегами на протяжении последнего десятилетия, которым благодаря музыке посчастливилось придать больше смысла своему существованию, надеждам и желаниям. Их вера в свое дело, вопросы, которые они помогали решать, а также их колоссальные знания и опыт, которые они накопили как профессионалы в области здравоохранения, искусств и музыки, дали мне возможность осмысленно и с повышенным вниманием странствовать в необъятном океане звуков.

их благотворного воздействия (помимо традиционного удовольствия от прослушивания классики).

В своей последней книге «Эффект Моцарта для детей» я рассказал о появлении многообещающих новых доказательств важнейшей роли музыки в развитии речи, двигательных функций и мышления. Она должна быть признана одним из самых фундаментальных компонентов изучения и обработки блоков визуальной, слуховой, кинестетической и эмоциональной информации.

Вольфганг Амадей Моцарт был гением, вундеркиндом, тонко воспринимающим мир и образно выражающим свое видение. Его музыка, не будучи излишне сентиментальной или эмоциональной, производит на слушателей неповторимый эффект, вызывает ощущение упорядоченности и ясности. Перед уроком, после операции или даже во время приема пищи слуховая стимуляция может придать моменту «новое звучание». Со временем, по мере того как мы все больше узнаем об этом феномене, техники слушания музыки меняются. Наконец-то общество начинает осознавать, что «эффект Моцарта» — это нечто гораздо большее, нежели простой способ кратковременного улучшения концентрации внимания.

С незапамятных времен музыка играла важнейшую роль в жизни человека. Я с невероятной радостью наблюдаю за тем, как она начинает занимать центральное место в структуре общества — не просто как форма развлечения или высокого искусства, а как один из ключевых инструментов физического оздоровления, умственного развития, снятия напряжения и выражения эмоций.

Дон Кэмпбелл, 2001, март

Всемирная популярность книги помогла привлечь внимание общественности к малоизвестным любопытным исследованиям, подтверждающим теорию об «эффекте Моцарта». На смену простодушным предположениям о том, что музыка — любая — каким-то образом способствует развитию интеллекта, пришло более глубокое понимание и более обоснованное принятие факта ее влияния на неврологические и физиологические процессы. Музыка начинает использоваться как способ кардинального изменения физического, эмоционального и интеллектуального состояния. Врачи и учителя применяют в своей профессиональной деятельности предлагаемые в этой книге рекомендации; ученые заинтересовались изучением новых способов воздействия на человеческое ухо и развития слуха.

Недавно в британском журнале Королевского медицинского общества появилась очень важная статья об «эффекте Моцарта», в которой говорилось о том, что музыка этого величайшего композитора воздействует на электрические импульсы в головном мозге. При ее прослушивании у двадцати трех из двадцати девяти пациентов с острыми приступами эпилепсии состояние значительно улучшилось. В настоящее время множество других исследований в области образования и медицины сосредоточено на достоинствах слуховой стимуляции и ее влиянии на различные системы нашего организма.

На протяжении трех лет компакт-диски с произведениями Моцарта не покидали десятку самых популярных сборников классики по версии американского журнала «Billboard». Во многих школах музыка теперь занимает более значимое место в учебном плане, а симфонические оркестры учат аудиторию правильно слушать произведения великих композиторов, чтобы расширить диапазон

УВЕРТЮРА

РЕЧЬ АНГЕЛОВ
И АТОМОВ

Как могуч твой чарующий звук!

МОЦАРТ. ВОЛШЕБНАЯ ФЛЕЙТА

Что же представляет собой эта волшебная среда, которая движет нами, вдохновляет нас, заряжает энергией и исцеляет?

В одно мгновение музыка способна возвысить душу. Она пробуждает в нас дух молитвы, сострадания и любви. Она очищает наш разум и делает мудрее.

Музыка способна «затанцевать» и «запеть» наши горести и хандру. Она вызывает в памяти и заставляет заново пережить воспоминания о потерянных возлюбленных и ушедших из жизни друзьях. Она заставляет ребенка внутри нас играть, монаха — молиться, сорванца — пуститься в пляс, а героя — отправиться на подвиги. Она позволяет пережившему инсульт пациенту вернуть речь и память.

Музыка — святое место, храм, столь могущественный и волшебный, что в нем мы можем ощутить вели-