

*Сиротина Т.Б. , кандидат философских наук,
преподаватель кафедры военного института (военных дирижёров)
Военного университета г.Москва;*

*Шевернёв И.В., начальник кафедры Военно-оркестровой службы
военного института (военных дирижёров)*

Военного университета г.Москва,

Заслуженный артист России.

**ФОРМИРОВАНИЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЧЕЛОВЕКА
СРЕДСТВАМИ МУЗЫКАЛЬНОГО ИСКУССТВА.**

Аннотация:

Эмоциональная сторона человека, его духовный потенциал есть неотъемлемая часть здорового образа жизни. Известное выражение: «В здоровом теле - здоровый дух», как нельзя лучше отражает роль духовной культуры в физиологической жизни людей.

Ключевые слова:

Духовная культура человека; эмоциональное восприятие; здоровый образ жизни.

*Sirotina, T. B. , candidate of philosophical Sciences,
teacher of the Department of the military Institute (military conductors)*

Military University of Moscow;

*Shevernev I.V., head of the Military band service Department
military Institute (military conductors)*

Military University of Moscow,

Honored artist of Russia.

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE

BY MEANS OF MUSICAL ART.

Annotation:

The emotional side of a person, his spiritual potential is an integral part of a healthy lifestyle. Known expression: "In a healthy body - a healthy spirit", as well as possible reflects the role of spiritual culture in the physiological life of people.

Keyword:

Spiritual culture of a person; emotional perception; healthy lifestyle.

Значение эмоций в музыкальном восприятии и их проявление.

Формирование способности эстетически воспринимать музыкальные произведения начинается с развития слуховой наблюдательности в условиях сосредоточенного внимания на звучащую музыку. Наблюдение в психологии рассматривается как особый вид целенаправленного восприятия, имеющего свое назначение. Целенаправленное восприятие музыки не что иное, как ее наблюдение или вслушивание, когда общение с музыкой целиком поглощает человека, вызывая душевный отклик и чувство духовного удовлетворения.

Известно, что восприятие музыки, постижение ее содержания осуществляется через эмоции, слух лишь воспринимающий орган чувств, через который в кору головного мозга поступают сигналы внешнего воздействия. Способность в сочетании звуков узнавать чувства – предпосылка к овладению условным языком музыкального искусства. Переживание музыки приводится даже в качестве примера в учебниках психологии при определении, что такое эмоция: «Эмоцией будет, например... состояние наслаждения, восхищения, которое переживает, испытывает человек, слушая хорошую музыку в хорошем исполнении»¹.

Переживание музыки не что иное, как проникновение в ее жизненное содержание. Понять художественное произведение – значит, прежде всего, прочувствовать, эмоционально пережить его и уже на этом основании поразмыслить над ним. С чувства должно начинаться восприятие искусства; через него оно должно идти, без него оно невозможно. Через эстетические переживания происходит освоение человеком художественных произведений. Именно эстетические переживания и влекут его к общению с музыкой, принося ту высшую духовную радость, которую дарит подлинное искусство.

Эстетические эмоции принадлежат к самым высшим человеческим чувствам и неотделимы от его духовных потребностей, уровня культурного развития.

¹ Общая психология / Под ред. А.Петровского. М., 1977, с. 375.

Воздействие музыки на эмоциональное состояние человека было замечено еще в глубокой древности. Аристотелю приписывают слова: когда мы воспринимаем нашим ухом ритм и мелодию, у нас изменяется душевное настроение. Подобные высказывания, как правило, принадлежат людям с высоко развитой эмоциональной сферой, оставившим значительный след в духовном развитии человечества вне зависимости от области их деятельности.

Эмоциональная реакция на музыку, внешне проявляющаяся в вегетативных (то есть связанных с нервной системой, регулирующей основные жизненные процессы, в том числе дыхание и кровообращение) и моторных изменениях, указывает на ту огромную роль, которая принадлежит художественным эмоциям, возникающим при общении с искусством.

Что касается другого условия успеха в воспитании культуры эстетических чувств, эмоциональной реакции на музыку, то здесь необходимо вспомнить то положение психологии, которое устанавливает, что эмоции как физиологическое явление поддаются развитию и планомерная их тренировка должна начинаться уже в детском возрасте.

Общепринято считать, что положительные эмоции благотворно влияют на нервную систему людей, а, следовательно, на жизнедеятельность в целом. Суммируя все вышесказанное, можно сделать вывод, что эмоциональная сторона человека, его духовный потенциал есть неотъемлемая часть здорового образа жизни. Перефразируем известное выражение: «Здоровый дух - в здоровом теле», оно как нельзя лучше отражает роль духовной культуры в физиологической жизни людей.

И в заключении хочется сказать исполненными глубокого нравственного, этического смысла словами В.Сухомлинского: «В минуты наслаждения музыкой ребенок чувствует, что он настоящий человек»².

²Лагутин А. Методика преподавания музыкальной литературы. М., 1982, с.181 // Сухомлинский В. Избр. пед. соч., т.1, с.83.

Список использованной литературы:

1. Общая психология / Под ред. А.Петровского. М., 1977.
2. Лагутин А. Методика преподавания музыкальной литературы. М., 1982.
3. Сухомлинский В. Избр. пед. соч., т.1.