

Самый большой эффект от музыки – это профилактика и лечение нервно-психических заболеваний. Она снимает меланхолию, последствия депрессий и стрессовых состояний.

Музыка может умиротворять, расслаблять, активизировать, облегчать печаль и вселять веселье; усыплять или вызывать приток энергии, будоражить, создавать напряжение, вызвать агрессивность.

Излишне громкая музыка с подчеркнутыми ритмами ударных инструментов вредна не только для слуха, но и для нервной системы.

