



**Е.М. Эпова**

## **Авторский метод музыки Джона Даймонда**

*В статье освещаются некоторые аспекты авторского Метода музыки австралийского ученого Джона Даймонда – одного из создателей нового направления в медицине на базе поведенческой и музыкальной кинезиологии и получившего название «Life-Energy Analysis» (исследование энергии жизни). В основе учения Дж. Даймонда лежит детальный анализ выделенных ученым так называемых «переменных» и исследование их воздействия на организм человека. Главную роль в этой методике играет музыка как особый вид искусства. Данный метод музыки является актуальным, поскольку позволяет выявить причину появления ряда исполнительских проблем при игре на музыкальном инструменте и помогает найти пути их решения. В предлагаемом материале автор рассматривает некоторые из них, а именно: роль композитора, дирижер в современном оркестре, профессиональное «выгорание» музыканта, ответная реакция публики, сценическое волнение и стресс во время исполнения музыкальных произведений. Впервые в научный обиход вводятся сведения, доступные ранее только в иностранных источниках.*

*Ключевые слова: поведенческая кинезиология, музыкальная кинезиология, Метод музыки Джона Даймонда, энергия жизни, сценическое волнение, творчество, исполнительство.*



В непрерывно изменяющемся потоке новых знаний и умений становится недостаточным применение только лишь традиционных способов обучения музыке. Конечно, нельзя утверждать, что формировавшиеся на протяжении многих десятилетий методы совершенно устарели или должны выйти из обихода. Вместе с тем, стоит отметить, что современные тенденции требуют от музыканта поиска новых подходов к исполнительству. Помощь в этом могут оказать знания и

практики, активно используемые в различных областях психологии и педагогики, а точнее — те из них, которые применимы к музыкальной области.

В настоящее время одним из активно развивающихся направлений становится поведенческая кинезиология<sup>1</sup>, в рамках которой в 90-ые годы XX столетия обозначилась и стала самостоятельной ветвью науки музыкальная кинезиология, рассмотренная профессором флейты венской Высшей школы музыки Фурруг Карими [8]. Ее распространение объяснимо нетривиальным взглядом на многие исполнительские проблемы такие, как профессиональное выгорание, стресс во время публичного выступления, освобождение от технических и психологических зажимов во время игры на музыкальном инструменте, недостаточная ответная реакция на исполнение у слушателей. Главная цель этого подхода — научить человека искусству самопомощи.

К сожалению, информация о кинезиологии в целом, как и об отдельных ее направлениях, опубликована преимущественно в иностранных источниках, что затрудняет знакомство с ней российской аудитории. Между тем, успехи в применении музыкальной кинезиологии доказывают ее действенность. Не имея возможности дать развернутую характеристику этому направлению, остановимся на наиболее важных ее особенностях.

Самой яркой личностью, повлиявшей на создание и развитие нового кинезиологического направления, является австралийский доктор Джон Даймонд (John Diamond, род. 1934 г.) — профессор психиатрии в Монт-Синайской медицинской школе Нью-Йорка. Этот врач на протяжении пятидесяти лет проводил исследования, концентрируясь на взаимосвязях психики и физического состояния организма. За долгие годы практики доктор пришел к выводу, что в человеке сконцентрирована некая целительная сила, именуемая им «энергия жизни» [5, с. 7]. Ее изучению и восстановлению доктор Даймонд посвятил всю свою профессиональную карьеру. По его мнению, эту энергию жизни следует «искать в любом виде творчества», так как именно «в творческой природе человека скрыт его жизненный потенциал» [3].

Ученый разработал комплексный подход к проблеме творчества и его влияния на жизнь человека с целью поиска терапевтического эффекта во всех видах

---

1 *Поведенческая кинезиология — это комплексная система оценки воздействия внешних и внутренних раздражителей на организм человека, позволяющая при грамотной работе с раздражителями прийти к гармонизации всей энергетической системы организма [4]. Исключительная особенность данного направления — это не лечение и не диагностирование симптомов тяжелых болезней, а «работа с энергией, образом жизни, мыслей и целями человека через безопасный способ поддержания здоровья и повышения производительности» [2, с. 15].*

искусства — музыки, живописи, каллиграфии, лепки из глины, фотографии, поэзии, композиции, драмы и танцев. В общей сложности австралийским ученым написано более тридцати исследований<sup>2</sup>. Уже сами названия свидетельствуют о том, насколько нетривиален подход доктора к исследуемому им предмету. Приведем некоторые из них: «Пение и хирургия. Пробуждение песней», «Искусство каллиграфии», «Искусство лечения с помощью фотографии», «Душа в глине. Искусство глиняной лепки» и т.п.

Детально изучив воздействие разных видов творчества на здоровье человека, Даймонд пришел к выводу, что наиболее активное воздействие на организм способна оказывать именно музыка. Весьма показательна его знаменитая цитата из первого тома книги «Энергия музыки»: «Чем больше я использую музыку, тем больше понимаю, как я мало знаю о том, что она действительно может сделать с человеком. Нет ни одного случая (!), в котором правильно подобранная музыка не смогла произвести нужный благой эффект на пациента» [5, с. 10-11].

Доктор запатентовал собственный Метод музыки, суть которого состоит в применении терапевтического потенциала, заложенного в ней. Ученым был проведен ряд экспериментов, в ходе которых он исследовал особые параметры, получившие в дальнейшем название «переменные» [5, с. 44]. К ним относятся: композитор; исполнитель и его инструмент; жанр воспроизводимой музыки; акустика; дирижер; системы записи и воспроизведения звука; реакция публики. В результате исследований каждой из названных переменных были получены результаты, позволившие обозначить факторы, препятствующие свободному течению жизненной энергии. Чтобы понять, как работает данный метод, рассмотрим несколько примеров.

Проанализировав около 25 000 записей музыкальных произведений различных композиторов и физиологическую реакцию слушателей на их сочинения<sup>3</sup>, австралийский ученый пришел к выводу, что наиболее высоким показателем жизненной энергии обладают И.С. Бах и Л. ван Бетховен. Даймонд пишет, что эти композиторы являются одними из ярчайших фигур в новейшей истории

---

2 Полный список научных трудов Дж. Даймонда представлен на его персональном сайте [7].

3 Проверка реакции человека на слышимую или самостоятельно исполняемую музыку проводится Дж. Даймондом без специфических приборов: с помощью мускульного тестирования дельтовидной мышцы в трех ее ипостасях [1, с. 23]. Помимо этого, во внимание берутся показатели вилочковой железы, или, так называемого, тимуса, который находится на два продольных пальца ниже яремной ямки. Тимус во многих культурах именуется точкой «океана энергии» [2, с. 23], по своим физиоло-