

モーツァルトについて

58期生

I テーマ設定の理由

私の父が、モーツァルトのCDや本を沢山買っていて、私が不思議に思って「何故、そんなに買うの？モーツァルトにこだわるの？」と聞くと、「記憶力も高まるし、健康にも良いから。」と言ってました。私は、その言葉が頭に焼きついて何故モーツァルトにはそのような力があるのか知りたくなりました。それに、私はこれを機に記憶力が良くなれば良いと思ったので今年の自由研究ではモーツァルトについて詳しく調べたいと思いました。

II 研究方法

- ・インターネットや図書館で調べる。
- ・実際に自分でモーツァルトのCDを聞いてみる。
- ・家で、簡単な対照実験をする。

III 研究内容

1. モーツァルトの生涯

1756年1月27日	(0歳)	ドイツのザルツブルクにて誕生
1761年	(5歳)	作曲の試み 4曲を作った。
1762年	(6歳)	最初の病気になる。結節性紅斑
1778年7月3日	(22歳)	母のアンナ・マリア (58歳) 死去
1782年	(26歳)	コンスタンツェと結婚
1783年6月	(27歳)	長男誕生
8月		長男死亡
1784年8月	(28歳)	姉のナンネルが結婚
9月		次男のカール・トーマス誕生
1786年10月	(30歳)	三男誕生
11月		三男死亡
1787年5月28日	(31歳)	父のレオポルト・モーツァルト (67歳) 死去
12月		長女が産まれるがすぐに死亡
1789年11月	(33歳)	次女が産まれるがすぐに死亡
1791年7月	(35歳)	四男フランツ・クサーヴァー誕生
1791年	午前0時55分	ヴォルフガング・アマデウス・モーツァルト死去

モーツァルトについて

58期生

I テーマ設定の理由

私の父が、モーツァルトのCDや本を沢山買っていて、私が不思議に思って「何故、そんなに買うの？モーツァルトにこだわるの？」と聞くと、「記憶力も高まるし、健康にも良いから。」と言ってました。私は、その言葉が頭に焼きついて何故モーツァルトにはそのような力があるのか知りたくなりました。それに、私はこれを機に記憶力が良くなれば良いと思ったので今年の自由研究ではモーツァルトについて詳しく調べたいと思いました。

II 研究方法

- ・インターネットや図書館で調べる。
- ・実際に自分でモーツァルトのCDを聞いてみる。
- ・家で、簡単な対照実験をする。

III 研究内容

1. モーツァルトの生涯

1756年1月27日	(0歳)	ドイツのザルツブルクにて誕生
1761年	(5歳)	作曲の試み 4曲を作った。
1762年	(6歳)	最初の病気になる。結節性紅斑
1778年7月3日	(22歳)	母のアンナ・マリア (58歳) 死去
1782年	(26歳)	コンスタンツェと結婚
1783年6月	(27歳)	長男誕生
8月		長男死亡
1784年8月	(28歳)	姉のナンネルが結婚
9月		次男のカール・トーマス誕生
1786年10月	(30歳)	三男誕生
11月		三男死亡
1787年5月28日	(31歳)	父のレオポルト・モーツァルト (67歳) 死去
12月		長女が産まれるがすぐに死亡
1789年11月	(33歳)	次女が産まれるがすぐに死亡
1791年7月	(35歳)	四男フランツ・クサーヴァー誕生
1791年	午前0時55分	ヴォルフガング・アマデウス・モーツァルト死去

2. モーツァルト

教会記録名簿によりモーツァルトの正式名は、

ヨアンネス・クリュリSTMス。ヴォルフガングス・テ
オーファルス という。

普段は、ヴォルフガング・アマデウス・モーツァルトと呼ば
れていた。ヴォルフガングの早熟ぶりは、父レオポルトの人生
を変え、彼に夢中にさせてしまう。まずヴォルフガングに3年間
の家庭教育を施した。そうしながら、父は息子のいわば召使いとなつて全身全霊を息
子に捧げるのである。父レオポルトは、こう言っている。「奇跡というものがことごとく
嘲られる今、この奇跡を世に示すのが自分の務めになった。」

モーツァルトは、父レオポルトのおかげで、35年間のうちに626以上の曲を作ることが
できた。



3. モーツァルトの曲を聞くと……。

- 血液がサラサラになる。
- 血糖値や血圧の低下
- 不眠症の回復
- 自閉症の子供の改善
- 視力・聴力の回復、耳鳴りの軽減
- ガンやアレルギーに対する免疫力のUP↑↑
- 歯痛、腰痛、膝痛などの痛みの緩和効果
- 老人などのボケ防止になる。
- 痴呆症の予防と改善
- 穏やかな気持ちになる。
- 脳神経系疾患の予防
- 姿勢の矯正になる。
- 感受性を豊かにする。
- ストレスの軽減

4. 実験

(1) 実験をやろうと思った理由

モーツァルトの曲を聞かせると、2つの苗に違いがでるか調べたかったから。

(2) 実験日・場所

7月21日(木)～8月30日(火) 自宅にて

(3) 目的

モーツァルトの曲の効果がどれほどのものかを調べる。

(4) 準備物

モーツァルトの曲の入ったMD5枚・マリービューティー(観葉植物)2つ

(5) 実験方法

- ① 2つのマリービューティーという観
葉植物を用意し、受け皿が茶色い方
は、3階の私の部屋の出窓で育てて
毎日、朝から私が寝ている間もずっ
とモーツァルトの曲を聞かせた。受
け皿が白い方はモーツァルトの曲を
聞かせないようにするために2階の
出窓で育てた。(7月21日)



② 2週間後のマリービューティー (8月3日)



まだ、2週間しか
たっていないので
あまり変化は、み
られない。旅行に
行っていたので、
1週間位、水をや
る事も曲を聞かせ
る事もできなかった。



③ 4週間後のマリービューティー (8月16日)



2週間前に比べると、大きく育つて
くれた。見にくい
かもしれないけれ
ど、右の写真より
左の写真の方が大
きいのは、一目で
分かると思う。



④ 6週間後のマリービューティー (8月30日)

始めの7月21日のマリービュー
ティーよりも、とても大きくな
ったと思う。結果は、やはり
モーツァルトの曲を聞かせ
た方がよく育った。茶色の受
け皿の方より白い受け皿の方
が、苗がとても小さい。



マリービューティーに聞かせた曲は、

パバゲーノのマリア・ロマンス・幻想曲・ロンド・ディヴェルティメント・トル
コ行進曲・フィガロの結婚・春へのあこがれ・短くも美しく燃え・きらきら星・
バター付きパン・セレナーデ・アイネクライネナハトムジーク・メヌエット・ア
レグロなど。

5. トマトニス理論 *アルフレッド・A・トマトニス博士*

ここで明らかにされている事の1つは、人間は成長のある段階までに聴いた経験の無い音は発音できないという事だ。

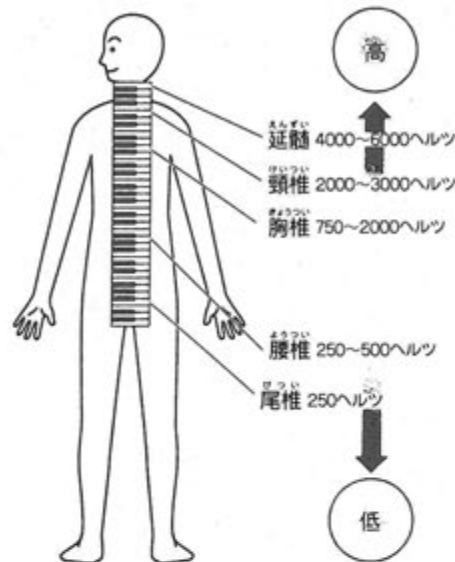
例えば、日本語の周波数は125~1500ヘルツだが米語は2000ヘルツ以上なので、日本人は聞き取れず話す事も困難だ。どんな周波数の音が脳に刷り込まれるかは3才までに決まってしまうので、刷り込まれた以外の言葉を覚えようとする時には、リスニングのトレーニングが必要とされる。

背骨はピアノの鍵盤のように並んでいて、頭頂すら脊椎の1番下の尾椎までそれぞれがある周波数の音に対応して反響するとトマトニス博士は言っている。

反響する部分は、音の高さによって変わってくる。首の上には延髄があるが延髄から頭頂までに反響するのが約400ヘルツ以上の音、首が約2000~3000ヘルツ。胃のあたりが約100ヘルツ。胃の少し下、胸椎と腰椎の間が約500ヘルツだ。

高い音程、頭にひびき、低い音程、お腹にひびくのはこのような仕組みがあるからだ。

音の周波数と脊椎の対応関係



脊椎は鍵盤のように並び、脳に近づくほど周波数の高い音に反応する。およそ4000ヘルツ以上のモーツァルトの音楽は延髄を刺激する。

6. 音楽療法の効果をも高めるポイント

せっかくモーツァルトの透明感あふれる音楽を聴いていても、悲惨なニュースを見たり字のぎっしり詰まった本を読んだりしては効果が半減してしまう。

又、聴く前にコップ一杯の水を飲むとドロドロになっていた血液の流れが良くなり、一層効果的だ。

不眠症の人で寝つきの悪い人は夜にホットミルクを飲んでモーツァルトを聴くと良い。ユーカリ、ティーツリー、ベルガモットなど免疫力を高めるアロマテラピーもお勧めだ。聴きながら、自分の健康な姿や美しい景色などをイメージするのも良い。心が明るい状態であるのが1番良いと思われる。

音楽療法の効果をも高めるポイント



7. もっと詳しく……。

①モーツァルトではなく、他のクラシックやヒーリングミュージックでは効果は無いのか？

ヒーリングミュージックでもα波ミュージックと言われているものには、ベータ・エンドルフィンを分泌させたり、脳を沈静化させる働きがあるのでリラックス効果は期待できる。ただ、その中でも最も高周波音とゆらぎ効果に富んでいるのがモーツァルトの曲なのだ。逆に、現代人にとって良くないのはロックなどの激しい曲だ。

②効果は、どの位で出るのか？

唾液に関して言えば早い人は、聴き始めてから約8秒で出てくる。ドライマウス（口が乾いた状態）が治る。同じくドライアイ（目が乾いた状態）も治る。これは若い人に多くあるオフィス病でしょっちゅう目薬をさしている人がいるが、そういう人には大変効果的だ。最低、10分位は聴く方が良い。

③耳が遠い人は効果が薄れるのか？

耳の機能が正常な人に比べると効果が出るのは遅いと思われる。しかし、ヘッドフォンでダイレクトに聴くと良い。又、聴覚障害の人でも音は耳骨から伝わるので根気強くやっていると大丈夫。

④食前、食後、食間、いつ聴くと効果的？

朝や昼間は、食前に聴くと良い。非常に消化がスムーズになるからだ。夜は、夕食前よりも就寝前の方が良い。よく眠れるし怖い夢にうなされることも無い。

⑤年齢による効果の違いはあるのか？

60才を過ぎると、脳細胞の死ぬ数も増えるので神経伝達が上手くいかなくなるということは避けられない。だが、音楽療法でその進行を遅らすことは可能だ。お年寄りの方々でも耳の構造に問題がなければ効果は期待できる。

⑥長く聴く程、健康になるのか？

1回に30~40分聴けば充分なので、それを目安にする。長時間、空腹のまま続けて聴くと胃酸過多になってしまう。これは、延髄から間脳にかけての部分刺激される事によって体内の体液の分泌能力が高まるからだ。BGMとしてなら1日中聴いてもさしつかえはないが、ヘッドフォンをつけて聴き入る場合は30~40分までにしないとしない。

⑦音質によって効果は違ってくるのか？

普通のCDで聴けば良いのだが、イヤホンよりヘッドフォンを使う方が効果的だ。雑音カットのヘッドフォンは非常に効果がある。逆に、テープは効果が下がる。テープにダビングすると音のトーンがかなり落ち、音質のシャープやゆらぎも数ランク落ちるので、CDかMDで聴く方が良い。

⑧『ながら聴き』でも効果はあるのか？

音楽に集中して聴くのが理想だが、今の現代人は忙しいので何もしないよりはマシだと思える。しかし、ヘッドフォンなどで聴いてもウォーキングなどをしてしまうと、あまり効果は出ない。電車の座席で目をつぶってヘッドフォンで聴くのも一見良いように思われがちだが電車の雑音や振動の影響があるという事があるので、100%の効果は、期待しない方がよい。

一般的には、毎日続けて大体3～4週間で改善が認められる。ゆったりやらなかったりでは効果が出ないので持続する事が大切だ。又、効果が出た時点でやめてしまうのも良くない。原因となる生活習慣を改めない限り、また悪化したり薬で症状を抑えるしかなくなってしまう。

8. 高周波音がもたらす健康効果

交感神経が活性化しすぎると、活性酸素も増加して、免疫系ではガン、アトピーなど、脳神経ではアルツハイマー型の痴呆症、耳鳴り、難聴、脳梗塞など、血液循環系では高血圧、心筋梗塞といった病気が起こりやすくなるが、それらに対してモーツァルトの音楽がプレーキをかける役目を果たしてくれる。

IV 結 論

モーツァルトの曲を聴くと、普通では考えられないような効果が出る。これは、高周波音とゆらぎ効果が富んでいるからである。モーツァルト自身は曲を作っている時、そんな効果があるとは知らずに曲をひたすら作り続けた。中には効果の出ない曲も何曲かあるが、それは約700曲あるうち数少ない。

V 感 想

モーツァルトは35歳という短い生涯でしたが、何もしないで普通に100年も200年も生きるよりも全く違う、極わずかの人にしか経験する事のできない素晴らしい人生だっただろうと思う。改めて、モーツァルトについて自由研究ができて良かったと思った。もっと、信憑性の高い実験がしたかった。これからは今まで以上にモーツァルトの曲を正しい方法で聴こうと思った。

VI 参考文献

- 「MOZART」 The man. Tha Musican
ARTHUR HUTCHINGS SHOGAKUKAN
- 「健康モーツァルト療法」 和合 治久著 春秋社
- 「モーツァルトを聴けば病気になる」 和合 治久著 KKベストセラーズ