

## ЛЕЧЕБНЫЕ СВОЙСТВА ИГИЛА И ТУВИНСКОГО ГОРЛОВОГО ПЕНИЯ

*З. К. Кыргыз<sup>1</sup>*

*Аннотация:* В статье говорится о лечебных свойствах тувинского музыкального инструмента – игил, а также традиционного пения тувинцев – горлового пения, которые основаны на воздействии на человека звуковых волн особой частоты.

*Ключевые слова:* игил, горловое пение, хоректэр, звуки, волны, музыка, лечебные свойства.

## MEDICAL PROPERTIES OF IGIL AND TUVAN THROAT SINGING

*Z. K. Kyrgys*

*Abstract:* The article reveals medical properties of the Tuvan musical instrument – igil, and also traditional singing of the Tuvans – throat singing, based on influence of sound waves of special frequency on a human being.

*Keywords:* igil, ygyl, throat singing, horekteer, sounds, waves, music, medical properties.

История создания музыкального инструмента игила, который сопровождает горловое пение и является символом тувинской степи, насчитывает около четырех тысяч лет. Из этого можно сделать вывод, что игил стал родоначальником всех тувинских инструментов. С незапамятных времен игил сопровождает певцов, сказителей, хоомейжи. Под мелодии игила народ радуется, наслаждается, грустит. По сообщениям информаторов ни одно событие в жизни кочевника не обходится без наигрышей игила, потому что это способ выражения мировоззрения, сопровождавший всю степную жизнь людей. Игилист – желанный и почетный гость в любой юрте. Всюду дарит он слушателям

---

<sup>1</sup> Кыргыз Зоя Кыргызовна – доктор искусствоведения, директор Международного научного центра «Хоомей» (г. Кызыл).

Постоянный адрес статьи: [http://www.tuva.asia/journal/issue\\_1-2/116-igil.html](http://www.tuva.asia/journal/issue_1-2/116-igil.html)

свою музыку, рожденную в сердце и душе его народа. Душевный звук игила – искусство, которое придется по вкусу не только знатокам и ценителям народной музыки, но и тем, кто хотел бы узнать историю тувинской музыки.

Меня радует, что правительство Республики Тыва нынче находит время, силы и возможности для содействия разным проектам, направленным на возрождение народных традиций и пропаганду национальной культуры. Они определяют новые тенденции развития в этой сфере, которое олицетворяет нашу национальную индивидуальность. Благодаря игилу и тувинскому горловому пению до наших дней донесена история, культура и быт гуннов, тюрков. Чтобы возродить это искусство, необходимо проводить также комплексные научные исследования. По сохранившимся старым экземплярам в тувинском музее мы видим как игил эволюционировал. Оказывается, в конце XIX века встречались игилы длиной до полутора метров.

Звук традиционного игила сегодня исчезает. Среди последних проводников настоящего звука были Ак-оол Кара-сал, Александр Тавакай, Хомушку Идамчап, Кужугет Балган. Если раньше струны его делали из волоса конского хвоста, то сейчас ее заменяет прочная тонкая леска, что естественно меняет звук. Однако, нельзя к этому легкомысленно относиться, потому что звук воспитывает человека. Звуки измеряются через акустику. Поэтому хотелось бы пожелать, чтобы новые мастерские, помимо изготовления собственно инструментов, занимались еще акустикой. Для этого нужно открыть струнный цех, лабораторию с профессиональной техникой для диагностики звука.

Наша музыка целебная, уравновешенная. Каким способом музыка горлового пения и игила влияет на состояние человека?

Научно доказано, что музыка влияет не только на эмоциональное, но и на физическое состояние человека. Конечно музыка – не па-

нация и может служить лишь дополнением к медикаментозному лечению. Это во-первых.

Во-вторых, впервые лечебный эффект музыки научно объяснил Пифагор, утверждая, что любая мелодия синхронизирует работу органов. Каждый из них – источник энергии и электромагнитных волн определенной частоты, а звуки музыки – тоже волны, они входят в резонанс – и настройки организма изменяются. При прослушивании музыки ее акустическое поле накладывается на акустическое поле организма и получается, что мы испытываем на себе как бы клеточный массаж. Поэтому правильно подобранная мелодия ускоряет выздоровление и укрепляет иммунитет. Ученые утверждают, что лучше всего для лечения подходят классические произведения и слушать надо классику в классическом исполнении, а не в современной электронной обработке. Тяжелый рок лечебным эффектом не обладает.

У каждой системы органов должна быть своя «музыкальная партитура» – наиболее эффективная совокупность звуковых колебаний. Например, желудок наиболее чувствителен к низкому регистру, а дыханию и передаче нервного импульса соответствуют высокие частоты. Универсальным лекарством от всех болезней можно считать музыку Моцарта. Потому, что при ее прослушивании меняется состав желудочного сока, значит этой музыкой можно лечить язву и гастрит. Музыка Баха оказывает успокаивающее и общеукрепляющее действие, нормализует нервную систему. Но это общие рекомендации, а прислушиваться надо к своему организму.

В Православии колокола считались издавна исцеляющим «Гласом Божиим». В колоколах ценится, прежде всего, благозвучие и богатство тембров. В Средние века звоном колоколов спасались от эпидемий чумы. На Руси существовал обычай «водить под колокола» бесноватых, так как, якобы, бесы, одолевающие их, не выносили этих зву-

ков. Туда же ставили детей и взрослых после сильного испуга. Колокольный звон считался самым действенным средством против болезней, что подтвердили и современные исследования. А сегодня, в исследованиях ученых утверждается и то, что звуки колокола подавляют рост болезнетворных бактерий. Даже термин такой появился – «колоколотерапия». Исследования подтверждают, что колокольным звоном исцеляются дети с психическими расстройствами и ограниченными возможностями. Благотворное воздействие колокола основано на том, что органы человеческого тела настроены на определенные тона и весь организм, как чуткий музыкальный инструмент, резонирует с окружающим звуковым полем. При этом более низкие тона действуют успокаивающе, а высокие – возбуждают.

Колокольному звону приписывалась способность разгонять тучи и избавлять от нечистой силы и зла. Вспомним колокольчики тувинских шаманов. Человечество знакомо с врачующим действием шаманской музыки издревле. Как представитель языческой религии шаман, как и древние жрецы, лечил людей мелодичными звуками. Пришивал к костюмам маленькие колокола. В народе шаманские колокола всегда воспринимались как живые существа, во многом подобные человеку. Среди исследователей нет единства в понимании сущности музыки шаманов и определение этого явления у разных ученых весьма различно. Шаман выступает в ипостасях как телесноеместилище сверхъестественных сил.

Интересный пример мы получили во время эксперимента тувинского горлового пения в штате Нью-Йорк в поликлинике им. Рузвельта (США). Сжимая воздух при помощи грудных мышц и искусственно создавая сопротивление выходу, горловик формирует и поддерживает концентрацию энергии в грудной клетке и, выдавливая воздух, направляет энергетическую звуковую субстанцию в голову, пока весь

воздух не будет выдохнут. Певческим инструментом управляет сфера сознания певца. Именно благодаря способу создания энергии звука в груди у исполнителя и возник, предложенный мной термин для названия данной вокальной техники – *хоректээр*, обычно исполняемой мелодии без слов.

В данной вокальной технике, присущей именно тувинскому горловому пению, налицо мощная энергетика (недаром приемы *хоректээр* использовали шаманы для гипнотического воздействия на свою аудиторию). Если о грудной части своего певческого инструмента исполнители горлового пения говорят преимущественно как об усилителе мощности своего голоса, «*хоректевит* – используй грудь» (наиболее частая ассоциация – сравнение с органом), то голова ощущается ими как резонатор, обеспечивающий полетное звучание. По сообщению информатора Балгана Кужугета Ленчаевича, 1928 г. р. который сам был шаманом, звуки приема *каргыраа* шаманы также использовали при родах. Общеизвестный факт, который доказывается многими шаманами, эти звуки благотворно влияют на психику, интеллект. Под сопровождение игила именно тувинский исполнитель горлового пения нормализует нервную систему у тех, кто его в данный момент не только слушает, но и окружает.

Я раскручиваю этот тувинский бренд с 1973 года, проводила комплексные исследования у себя дома и за рубежом в США, Японии, Швеции. Разумеется, для раскрутки этого бренда необходимы немалые средства. Правительство помогало. На V симпозиуме «Хоомей» работала целая группа работников министерства культуры Тувы во главе с министром. Нам помогали доктора медицинских наук Новосибирского медицинского университета. Нужно только объединить желания и усилия.

Кое-кто может меня упрекнуть, мол, экономический кризис на дворе, а она опять о горловом пении, о культуре... Двадцатый век был веком тотальной беготни за прибылью. Но, оказывается, не все вопросы можно решать с помощью денег. В средние века в Европе наступил страшный кризис, и выход нашли величайшие деятели культуры и искусства эпохи Возрождения. Благодаря им Европа достигла тех высот, которые имеет сегодня. Поэтому, я считаю, истоки и причины кризиса надо искать в сознании людей. И механизмы его решения не должны быть чисто экономическими.