

Ще з далеких часів, коли на нашій планеті тільки зародилося життя, з'явилася музика. Її відлуння магічно почало впливати на людину. З її допомогою людина може зупинитися в певний момент, розслабитись і відволіктись від буденної дійсності.

1. Коли ти перевтомився і нервово стомився, слід слухати таку класичну музику:

- «Ранок», Е. Гріга;
- «Полонез», М. Огинського.

2. У разі пригніченого меланхолійного настрою:

- «До радості», Л. Бетховена;
- «Аве Марія», Ф. Шуберта.

3. У випадку роздратування і гніву:

- «Хор пілігримів», Р. Вагнера;
- «Сентиментальний вальс», П.І. Чайковського.

4. У разі зниження уваги:

- «Пори року», П.І. Чайковського;
- «Місячне сяйво», К. Дебюссі;
- «Марення», Р. Шумана.

5. Розслаблення:

- «Баркарола», П.І. Чайковського;
- «Пастораль», Ж. Бізе;
- «Соната соль мажор», Ж.М. Леклера;
- «Лебідь», К. Сен Санса;
- «Сентиментальний вальс», П.І. Чайковського;
- «Овід», Д.Д. Шостаковича;
- «Стара пісня», Ж. Бізе;
- «Історія кохання», Ф. Лея;
- «Учора», Д. Ленона;
- «Елегія», Г. Форе.

6. Тонізуючі:

- «Чардаш», Ф. Монті;
- «Аделіта», Г. Персела;
- «Шербурські парасольки», М. Леграна.