

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ .....	9
ΜΕΡΟΣ ΠΡΩΤΟ	
Βασικές έννοιες: Ήχος, ακοή και δονητική φύση του ανθρώπινου σώματος .....	15
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1	
Φυσική Εκδήλωση του Ήχου Δόνηση, Κυματική Κίνηση, Σύνθετη Αρμονική Κίνηση, Ταχύτητα ήχου, Μήκος Κύματος, Αρμονική σειρά, Συντονισμός, Ο μικρόκοσμος του Ατόμου .....	17-30
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2	
Η Φυσιολογική και Ψυχολογική Λειτουργία της Ακοής Η Ακοή ως σωματικό-βιολογικό φαινόμενο, Πειράματα για την Προετοιμασία της Ακοής ..	31-42
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3	
Η Δονητική Φύση του Ανθρώπινου Σώματος Εγκεφαλικά Κύματα, Σχέση Σώματος, Νου και Πνεύματος, Το Αιθερικό, Το Συναισθηματικό και το Νοητικό Σώμα .....	43-49
ΜΕΡΟΣ ΔΕΥΤΕΡΟ	
Η Χρήση των Τόνων στη Θεραπεία .....	50
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4	
Αρχές της Ηχοθεραπείας Θεραπευτική Εφαρμογή των Συχνοτήτων, Ηχοκυματική, Αποτελέσματα της Δόνησης πάνω στην Ύλη, Η Αναγκαιότητα της Σύνεσης .....	52-61
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5	
Η Εσωτερική Δύναμη: Διατήρηση της Υγείας με τη βοήθεια της Φωνής Εισαγωγή, Μάντρα, Η Ταντρική Φιλοσοφία και το Σύστημα των Τσάκρα .....	62-73
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6	
Τόνωση Οργάνων και Αδένων με τη βοήθεια της Φωνής Αξιοποίηση της Αναπνοής, Ανατομία του Τραγουδιού, Διεύρυνση της Φωνητικής Γκάμας, Αξιοποίηση των Φθόγγων για την ενίσχυση της Υγείας .....	74-95

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 7

Μέθοδοι και Τεχνικές της Ηχοθεραπείας

Ατομική προετοιμασία, Τεχνικές για δύο, Ομαδικές τεχνικές, Ίσο . . . . . 96-105

ΜΕΡΟΣ ΤΡΙΤΟ

Η Χρήση της Μουσικής στη Θεραπεία . . . . . 106

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 8

Ιστορική Προοπτική

Προέλευση, Σαμανιστικές Πρακτικές, Η Μουσικοθεραπεία στον Αρχαίο Κόσμο,  
την Ελλάδα και τη Δυτική Ευρώπη, Πρόσφατες Εξελίξεις στις ΗΠΑ . . . . . 107-116

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 9

Μουσική Κοσμολογία και Εσωτερικός Ήχος

Η Κινεζική Προσέγγιση, Η Ινδουιστική Προσέγγιση, Γιολάνες Κέπλερ, Η Μουσική  
Κοσμολογία των Ινδιάνων της Αμερικής, Η Ινδική Κυκλική Αντίληψη του Χρόνου,  
Συσχετισμός με την Φυσική Αρμονική Σειρά . . . . . 117-126

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 10

Η Σωματική και Συναισθηματική Επίδραση της Μουσικής

Σωματική Επίδραση της Μουσικής, Ο Ρόλος του Εγκεφάλου για την Κατανόηση της  
Μουσικής, Επίδραση του Μουσικού Συντονισμού, Συναισθηματική Επίδραση της Μουσικής,  
Συσχετισμός των Ψυχικών Διαθέσεων με τη Μουσική, Μουσικές Παράμετροι, Εφαρμογές . . . 127-141

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 11

Διανοητική και Πνευματική Επίδραση της Μουσικής

Διανοητική Λειτουργία Πρόσληψης της Μουσικής, Διανοητικά Επίπεδα Πρόσληψης,  
Μουσική και Τροποποιημένες Καταστάσεις της Συνείδησης, Εφαρμογές, Μουσική  
της Έκστασης, Μουσική του Διαλογισμού . . . . . 142-159

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 12

Συστηματικές Μέθοδοι Προσέγγισης της Μουσικοθεραπείας

Έννοιες της Κινέζικης Φιλοσοφίας και πρόσφατες νεωτερικές προσεγγίσεις . . . . . 160-169

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 13

Χαρακτηριστικά της Θεραπευτικής Μουσικής . . . . . 170-176

ΕΠΙΛΟΓΟΣ

Πεδία Μελλοντικών Ερευνών, Τελευταίες σκέψεις . . . . . 177-179

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α

Μερικές Σκέψεις για το Συσχετισμό Χρώματος και Ήχου . . . . . 181-186

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Β

Βιβλιογραφία . . . . . 187-190

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ . . . . . 191-200