

## Πώς συνδέεται η ψαλτική με τη μακροζωία;

[Πολιτισμός](#) / [Βυζαντινή Μουσική](#)



%lalalaahagagfagaaaerpernagha%

Ο Γιώργος Ναούμ, ειδικός παθολόγος, τ. πρόεδρος της Ομοσπονδίας Συλλόγων Ιεροψαλτών Ελλάδας και Πρωτοψάλτης του Ι.Ν. Αγ. Ελευθερίου Γκύζη μιλάει για την έρευνά του στους ιεροψάλτες, σύμφωνα με την οποία η ψαλτική τέχνη και συγκεκριμένα η ιεροψαλτική επί του αναλογίου αυξάνει το προσδόκιμο ζωής τουλάχιστον κατά 4 έτη. Η έρευνα έγινε σε δείγμα 4.000 ανδρών σε όλη τη χώρα διαπιστώθηκε ότι όσοι ψάλλουν βυζαντινούς ύμνους ζουν περισσότερο.

Όπως τόνισε ο καταξιωμένος ιατρός και πρωτοψάλτης, η βυζαντινή μουσική πρέπει να είναι ενσώματη, να βιώνεται από τον ψάλτη. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα της έρευνας που παρουσιάστηκαν στην Α' Ημερίδα με τίτλο «Ελληνική Μουσική Παράδοση και 21ος αιώνας» που διοργάνωσε η Ομοσπονδία Συλλόγων Ιεροψαλτών Ελλάδος, «τα ηχητικά κύματα της βυζαντινής μουσικής ταιριάζουν απόλυτα με την αρμονική των κυττάρων μας. Ο τρόπος άσκησης των διαφραγμάτων, για να μπορέσει ο ψάλτης να ψάλλει 3 και 4 ώρες σημαίνει καλύτερες αναπνοές, καλύτερη μάλαξη των διαφραγμάτων των σπλάχνων, καλύτερη άσκηση του φρενικού νεύρου».

[Για την εισήγηση του Γ. Ναούμ με θέμα το προσδόκιμο ζωής των ψαλτών βλέπε εδώ](#)

**<http://bit.ly/2vVXhgv>**