

УДК 78
ББК 85.313
Б87

*Перевод выполнен
при финансовой поддержке NORLA*

Переводчик Дарья Гоголева
Научный редактор Всеволод Баронин
Редактор Екатерина Дунаева

Бреан А.

Б87 Музыка и мозг: Как музыка влияет на эмоции, здоровье и интеллект / Аре Бреан, Гейр Ульве Скейе : Пер. с норв. — М. : Альпина Паблишер, 2020. — 295 с.

ISBN 978-5-9614-2536-9

Мозг знает о нас всё и управляет нами.

А еще наш мозг очень чутко реагирует на музыку — так, что ищет мелодии и ритмы даже в повседневном шуме. Многие из нас считают, что мелодия и гармония — лучшие лекарства от хандры, а прослушивание классических музыкальных произведений может сделать нас умнее и излечить серьезные недуги. Правда ли это? Неужели музыка действительно обладает такой силой воздействия на организм человека?

Норвежские преподаватели нейробиологии музыки Аре Бреан и Гейр Ульве Скейе помогают заглянуть внутрь собственной головы и посмотреть, что там происходит, когда вы слушаете любимую песню.

УДК 78
ББК 85.313

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу tylib@alpina.ru.

© CAPPELEN DAMM AS 2019
© Издание на русском языке, перевод, оформление.
ООО «Альпина Паблишер», 2020

ISBN 978-5-9614-2536-9 (рус.)
ISBN 978-8-2025-6972-3 (норв.)

Оглавление

Вступление.....	9
ЧТО МОЗГ ДЕЛАЕТ С МУЗЫКОЙ.....	17
Когда появилась музыка?	19
От волн в воздухе — к электричеству в мозге.....	29
О важности обертонов	47
От тона — к тембру, мелодии и гармонии.....	65
Ритм.....	81
От музыки — к эмоциям.....	103
ЧТО МУЗЫКА ДЕЛАЕТ С МОЗГОМ	129
Нейропластичность	131
Исполнение музыкального произведения	141
Мозг музыканта.....	163
Эффект музыки	179
МУЗЫКА КАК ЛЕКАРСТВО	197
Музыка и нарушения развития	199
Музыка и инсульт.....	215
Музыка и психические расстройства.....	229
Музыка и болевые синдромы.....	249
Музыка, деменция и болезнь Паркинсона	259
Благодарности	273
Литература.....	275