

## Το μυαλό αγαπάει τη μουσική· ένα βίντεο για τη θετική επίδραση της μουσικής στον εγκέφαλο

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Κάθε φορά που βλέπουμε τους

μουσικούς να παίζουν και να είναι απόλυτα συγκεντρωμένοι, αυτό που συμβαίνει μέσα στον εγκέφαλό τους είναι τελείως διαφορετικό. Τη στιγμή που διαβάζουν και παίζουν μουσική, χιλιάδες πυροτεχνήματα εκρήγνυνται στον εγκέφαλό τους. Αυτό συμβαίνει γιατί εκείνη τη στιγμή, πολλαπλές περιοχές τους εγκεφάλου

ανταποκρίνονται και παίρνουν μέρος σε μια νοητική διαδικασία.

Οι επιστήμονες είναι σε θέση να πουν πλέον με σιγουριά πως όταν κάποιος παίζει ένα μουσικό όργανο, η νοητική αυτή δραστηριότητα μοιάζει με πλήρες πρόγραμμα γυμναστικής για το σώμα.

Αυτή η νοητική δραστηριότητα είναι πειθαρχημένη και δομημένη, όπως και κάθε γυμναστική άλλωστε. Αντίθετα, όταν λύνουμε μαθηματικά προβλήματα ή όταν διαβάζουμε, «γυμνάζουμε» συγκεκριμένες περιοχές του εγκεφάλου. Μέσα από αυτό το βίντεο, η Ανίτα Κόλινς αναλύει πόσο ευεργετικό είναι για τον εγκέφαλο να κάνει νοητικές ασκήσεις αυτής της μορφής. TAGS: Επιστήμη, Μουσική, Έρευνα, Ted

Από τα TED, με ελλ. υπότιτλους ΛΕΝΑ ΛΥΔΑΚΗ

**Πηγή:** [www.doctv.gr](http://www.doctv.gr)