



Harmonie et Chorale  
de Gueugnon

# L'actu musicale de Gueugnon

N°17 – Juin 2020

**Edito** - COVID : 19 – Musique : 0

Ce score n'est pas à notre avantage, reconnaissons-le ! Mais nous n'avons pas dit notre dernier mot, la bataille n'est pas finie et nous sentons déjà les prémices d'une remontada... Le déconfinement et maintenant les nouveaux assouplissements dans les règles de vie quotidienne sont autant de signes qui nous montrent que tel le Phoenix, la musique va renaître et terrasser le COVID. Courage !!!



## Jean-Loup Dabadie n'écrira plus de chansons

L'actualité musicale de Gueugnon est bien vide, alors réservons une petite place à cet artiste à la carrière multiforme, dominée toutefois par l'écriture d'innombrables textes de chansons.

Pour Polnareff, *Tous les bateaux tous les oiseaux*, *Dans la maison vide*, *Lettre à France* et, la plus populaire, *On ira tous au Paradis*. Pour Julien Clerc, notamment *Ma préférence* et *Femmes je vous aime*. Pour Reggiani, *Hôtel des voyageurs*, *Le vieux couple*, *l'Italien*. Pour le

film *Les Choses de la vie* de Claude Sautet, *La chanson d'Hélène*.

Il était également journaliste, romancier, auteur de sketches, auteur et metteur en scène dramatique, traducteur, scénariste et dialoguiste... et académicien.

## Ma giberne

*Pour les musiciens, c'est un sac porté en bandoulière où ils rangent leurs partitions. C'est aussi un bavardage sur des choses futiles.*

### **Aujourd'hui : Comment notre cerveau se délecte de la musique.**

Le neuropsychologue Erik Scherder est passionné par l'étude de l'influence de la musique sur notre cerveau. Notre cerveau, c'est bien connu, connaît différentes phases au cours desquelles ses capacités évoluent, le scientifique a donc recherché des solutions pour lutter contre ses pertes de moyens, qui nous pénalisent tous au cours de la vieillesse. La musique fait partie de ces outils. Apprendre à jouer d'un instrument, par exemple, stimule l'activité du cortex préfrontal.

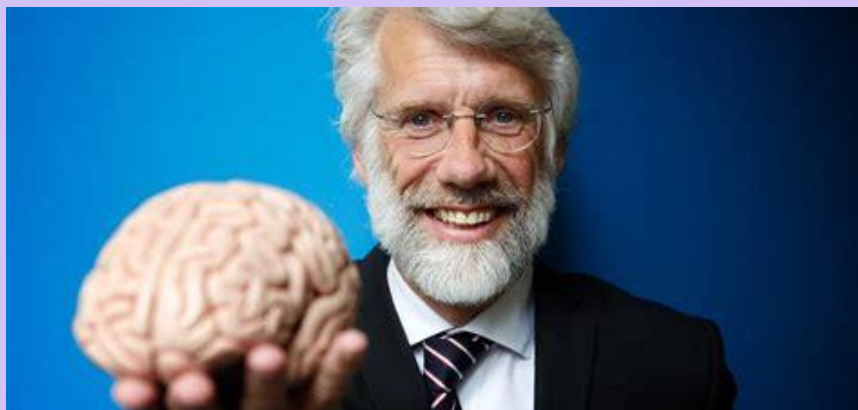
La musique a une influence bien plus importante qu'on peut le croire. Et c'est grâce aux dernières découvertes des neurosciences que nous pouvons constater son influence sur l'organisme.

La musique présente des effets positifs sur notre corps. Le simple fait d'apprendre à jouer d'un instrument permet de créer des liens dans le cerveau. Nul besoin d'être doué, il suffit de pratiquer ! Une étude américaine auprès d'enfants âgés de 6 à 9 ans montre que la pratique musicale a épaissi leur corps calleux, qui joue le rôle de connection entre deux hémisphères cérébraux. Le cerveau était plus flexible, grâce à une meilleure collaboration entre les parties gauche et droite.

## Bien avant la naissance

La musique est un phénomène psychophysiologique qui nous touche à l'état de fœtus. Erik Scherder affirme, dans le magazine « Psychologie positive » que « Dans le ventre de notre mère, notre respiration et notre rythme cardiaque changent dès que nous entendons de la musique ou quelqu'un chanter ».

Il affirme même que les personnes qui écoutent régulièrement de la musique sont moins susceptibles de tomber malades. Selon des études cliniques, elle ralentit notre rythme cardiaque, détend les muscles, diminue les tensions artérielles, freine la production des hormones de stress, peut soulager la douleur, notre endormissement et même renforcer notre système immunitaire.



## La musique optimise notre cerveau

Lorsque nous écoutons de la musique, différentes zones du cerveau sont sollicitées. Elle n'est pas traitée à un seul endroit de notre encéphale, au contraire elle active plusieurs zones simultanément, reliées entre elles par des liaisons nerveuses. Jouer d'un instrument sollicite, en plus de ces zones, les parties cérébrales motrices et visuelles. Comme ces zones sont éloignées les unes des autres, la musique amène les influx nerveux à parcourir de grandes distances. Cela explique pourquoi ces systèmes se trouvent parmi les plus complexes dont nous disposons. Ecouter et jouer d'un instrument maintient et renforce notre système nerveux actif.

Erik Scherder répond aussi à la question : « Comment se peut-il que la musique influence aussi directement nos émotions ? ». Ce sont les mêmes zones cérébrales qui sont chargées de traiter nos émotions et la musique. Quand le tronc cérébral trouve des sons agréables, il libère de la dopamine, un neurotransmetteur galvanisant, vers le « système de récompense » (ou système hédonique). Ce système nous permet d'apprécier la musique que nous écoutons.

## La danse, un effet secondaire de la musique

Il nous arrive à tous de nous mettre à danser en écoutant une musique que nous apprécions. Ce phénomène est expliqué par le fait qu'il existe un lien entre le système hédonique et l'aire motrice (qui gère notre motricité, donc nos mouvements). Lorsque nous écoutons ou jouons de la musique, cette aire est stimulée. La danse est en réalité un effet secondaire positif de la musique. Mais, nous ne réagissons pas tous de la même manière aux mêmes morceaux de musique : notre cerveau associe des souvenirs aux musiques que nous avons écoutées dans notre jeunesse par exemple. Elles génèrent des images intérieures en nous, et permettent aux effets bénéfiques de la musique d'être encore plus plaisants. Erik Scherder fait une exception : le Heavy metal, qui n'a que des effets négatifs sur le cerveau. Mais est-ce bien de la musique ?

## Accordés

Beaucoup de scientifiques cherchent à savoir pourquoi la musique présente une si grande influence sur les êtres humains. Le neuropsychologue assure que « La musique nous aide également à survivre parce qu'elle stimule le regroupement, et que l'on est plus forts à plusieurs. (...) Le mélodie et le rythme nous obligent à nous accorder les uns avec les autres. C'est sans doute l'aspect le plus beau à mes yeux : c'est non seulement bon pour vous, mais cela vous connecte profondément aux autres. La musique dépasse notre propre personne ».

Sources : *Psychologie positive*, numéro spécial 05 et conférences d'Erik Scherder

Sur une idée de Nora Benchaïb

Musique et Flower Power, pour la chorale qui travaillait sur ce chant de Laurent Voulzy... avant.



Musique et détournement : Sweep Walzer by MozArt Group



## Agenda de l'Harmonie et Chorale 2019-2020

**Samedi 6 juin 2020** : Concert par la Chorale autour du thème des animaux

**Annulé**

**Vendredi 12 juin 2020** : Concert de l'Harmonie et de la Chorale à l'église d'UXEAU à 20 h 30, organisé par la Communauté de Communes Entre Arroux, Loire et Somme

**Annulé**

**En juin (à préciser)** : Projets pour la fête de la musique et le concert de fin d'année de l'Ecole de Musique. Participation de l'Association à préciser

**Annulé**

**Samedi 26 et dimanche 27 septembre 2020** : Rencontre avec les associations musicales d'Otterberg (ville jumelée avec Gueugnon) à Gueugnon

**Reporté**

Notre politique de confidentialité – Conformément au règlement général sur la protection des données (RGPD) de l'Union Européenne, nous vous informons que vos coordonnées (nom, prénom, adresse mail) sont conservées dans nos fichiers uniquement pour l'envoi d'informations ou de lettres d'actualité musicale. Nous vous confirmons qu'aucune donnée n'a été, n'est ou ne sera communiquée à l'extérieur à des fins commerciales.

Vous pouvez demander à tout moment de ne plus recevoir nos informations, ou demander l'accès, la rectification ou l'effacement de vos données en envoyant un mél à [Harmonieetchoralegugnon@gmail.com](mailto:Harmonieetchoralegugnon@gmail.com).