NO.

# 074

心理 音楽と感情

## Why Music Moves Us

音楽はなぜ心を動かすのか

英文の音声

レベル ★★☆ やや難 | 299語 | 熟語12個 | 目標3分 | 読んだ日 | かかった時間 分 秒

1 Why does a simple series of sounds make us cry? A certain song ❶**never fails to** bring back memories of a summer long ago; another makes us want to dance ❷**in the middle of** the street. Music has no words of its own, yet it can ❸**fill a listener with** joy or sadness in seconds.

2 ❹**To begin with**, music plays with our expectations. As we listen, our brains constantly predict what will come next. When a melody goes where we expect, we feel comfortable; when it surprises us, or when a song suddenly ❺**breaks off** into silence, we feel a rush of tension. Many people feel "chills" at such moments. Brain-imaging studies have shown that the brain's reward system, which also responds to food, becomes active during these peak moments.

3 Music also seems to speak across cultures. Songs around the world ❻**range from gentle lullabies to** loud war chants, but listeners can often tell a lullaby from a dance song even when it comes from a culture they have never encountered. Slow, soft music tends to calm us, while fast, loud music excites us. ❼**In the same way** that a soothing voice comforts a crying baby, a quiet song can relax an anxious adult.

4 Musicians and scientists alike ❽**are fascinated by** this power. For many people, playing an instrument is a way to ❾**express themselves** when words are not enough. When we hear a sad song after a loss, we ❿**cannot help but** feel that someone understands us.

5 Music can ⓫**make a difference** in hospitals, too. Some patients with memory loss can still sing the songs of their youth, and music can ease stress and pain, ⓬**to say nothing of** the simple joy it brings. Perhaps music moves us because it reaches parts of the mind that language cannot.

**語注** **expectation** 予想・期待 **tension** 緊張 **reward system** （脳の）報酬系 **lullaby** 子守歌 **soothing** 心を落ち着かせる

## この英文の熟語 IDIOMS 12個｜番号は英文の中の番号と同じ。覚えたら □ に印

**1 never fail to do 必ず～する** □□□

「～し損なうことが決してない」→いつも必ず。always do と同じ意味。二重否定なので肯定の意味になる

例 *He never fails to call his mother on her birthday.* 彼は母親の誕生日には必ず電話する。

**2 in the middle of ~ ～の真ん中に・～の最中に** □□□

場所だけでなく時間や行為にも使う（in the middle of the night＝真夜中に、in the middle of dinner＝夕食の最中に） 例 *The phone rang in the middle of the night.* 真夜中に電話が鳴った。

**3 fill A with B A を B で満たす** □□□

受動態 A is filled with B（A は B でいっぱいだ）は be full of と同じ意味。感情にも使える 例 *The news filled her with hope.* その知らせで彼女は希望でいっぱいになった。

**4 to begin with まず第一に** □□□

理由や論点を並べるときの最初の合図。first of all / to start with と同じ。「最初は」の意味もある 例 *To begin with, the plan costs too much.* まず第一に、その計画は費用がかかりすぎる。

**5 break off (~) （～を）中断する・途切れる** □□□

折れて離れる→急に止まる・止める。話・交渉・関係などを途中でやめるときに使う 例 *She broke off in the middle of her sentence.* 彼女は話の途中で急に黙った。

**6 range from A to B （範囲が）A から B に及ぶ** □□□

種類や数値の幅を示す。vary from A to B と近い。名詞 range（範囲）も頻出 例 *The prices range from 1,000 to 5,000 yen.* 値段は1000円から5000円までさまざまだ。

**7 in the same way 同様に** □□□

前の内容と同じやり方・理屈で。likewise / similarly と同じ。in the same way that S V（～と同じように）の形も多い 例 *In the same way that plants need water, children need love.* 植物に水が必要なのと同じように、子どもには愛情が必要だ。

**8 be fascinated by ~ ～に魅了されている** □□□

fascinate は「魅了する」なので、魅了される側は過去分詞。with も使える。be attracted to と近い 例 *The children were fascinated by the magic show.* 子どもたちはマジックショーに魅了された。

**9 express oneself 自分の考えを表現する** □□□

言葉や芸術で自分の気持ち・考えを伝える。express は他動詞なので oneself が必要 例 *He finds it hard to express himself in English.* 彼は英語で自分の考えを表現するのが難しいと感じている。

**10 cannot help but do ～せずにはいられない** □□□

cannot help ~ing と同じ意味。but の後は動詞の原形。cannot but do という形もある 例 *I couldn't help but laugh at his joke.* 彼の冗談に笑わずにはいられなかった。

**11 make a difference 違いが生じる・影響がある** □□□

大きな効果をもたらす。make no difference（どうでもいい・違いがない）の形も頻出 例 *Your help really made a difference.* あなたの助けで本当に違いが出た。

**12 to say nothing of ~ ～は言うまでもなく** □□□

前の内容に、さらに当然のことを付け加える。not to mention / not to speak of と同じ。let alone は否定文の後で使う点が違う 例 *He speaks French and German, to say nothing of English.* 彼はフランス語とドイツ語を話す。英語は言うまでもない。

## 内容一致問題 QUESTIONS

英文を読んで、それぞれの問いに対して最も適切なものを 1〜4 から 1 つ選びなさい。

**問1** 第2段落によると、音楽を聴いて「ぞくっと」するのはどのようなときか。

① メロディーが予想を裏切ったり、歌が突然途切れたりしたとき
② メロディーが予想どおりに進んだとき
③ 食べ物を食べながら音楽を聴いたとき
④ 知らない文化の音楽を初めて聴いたとき

**問2** 第3段落の内容と一致するものはどれか。

① 子守歌と踊りの歌は、同じ文化の人にしか区別できない。
② 知らない文化の歌でも、子守歌と踊りの歌を区別できることが多い。
③ 世界の歌はどれも子守歌に似ている。
④ 速くて大きな音楽は人を落ち着かせる。

**問3** 第5段落で、病院での音楽について述べられていることはどれか。

① Music makes patients forget their families.
② Some patients with memory loss can still sing the songs of their youth.
③ Music has no effect on stress or pain.
④ Hospitals do not allow patients to listen to music.

## 熟語チェック CHECK 意味に合う英語の熟語を書こう（答えは「熟語」のページ）

1 必ず〜する
2 〜の真ん中に・〜の最中に
3 A を B で満たす
4 まず第一に
5 （〜を）中断する・途切れる
6 （範囲が）A から B に及ぶ
7 同様に
8 〜に魅了されている
9 自分の考えを表現する
10 〜せずにはいられない
11 違いが生じる・影響がある
12 〜は言うまでもなく

**背景知識** 音楽を聴いて「ぞくっとする」感覚は、予想とのずれや盛り上がりの瞬間に起きやすい。脳の画像研究では、こうした瞬間に、食べ物などの快感にも関わる脳の「報酬系」が働き、ドーパミンという物質が出ることが報告されている。また、子守歌や踊りの歌は、知らない文化のものでも聞き分けられる場合が多いという研究もある。音楽療法は、ストレスの軽減や認知症の人の心のケアなどに使われている。

## 全訳 TRANSLATION 色の太字は熟語の部分

1 なぜ単純な音の連なりが私たちを泣かせるのだろうか。ある歌を聴くと**必ず**ずっと昔の夏の思い出がよみがえり、別の歌は道の**真ん中で**踊りたい気持ちにさせる。音楽はそれ自体の言葉を持たないのに、ほんの数秒で**聴く人を**喜びや悲しみ**で満たす**ことができる。

2 **まず第一に**、音楽は私たちの予想をもてあそぶ。聴いているとき、脳は次に何が来るかを絶えず予測している。メロディーが予想どおりに進むと私たちは心地よく感じ、メロディーが私たちを驚かせたり、歌が突然**途切れて**静かになったりすると、一気に緊張を感じる。そうした瞬間に「ぞくっと」する人は多い。脳の画像を使った研究では、食べ物にも反応する脳の報酬系が、こうした最高潮の瞬間に活発になることが分かっている。

3 音楽は文化を越えて語りかけるようにも思える。世界の歌は**優しい子守歌から大声の戦いの歌まで**幅広いが、一度も触れたことのない文化の歌であっても、聴く人は子守歌と踊りの歌を区別できることが多い。ゆっくりした静かな音楽は私たちを落ち着かせ、速くて大きな音楽は興奮させる傾向がある。穏やかな声が泣いている赤ちゃんを慰めるのと**同じように**、静かな歌は不安な大人の緊張をほぐしてくれる。

4 音楽家も科学者も同様に、この力**に魅了されている**。多くの人にとって、楽器を演奏することは、言葉では足りないときに**自分を表現する**方法である。何かを失った後に悲しい歌を聴くと、誰かが分かってくれていると**感じずにはいられない**。

5 音楽は病院でも**大きな違いを生む**ことがある。記憶を失った患者の中には、今でも若いころの歌を歌える人がいるし、音楽がもたらす素朴な喜び**は言うまでもなく**、音楽はストレスや痛みを和らげることができる。おそらく音楽が私たちの心を動かすのは、言葉が届かない心の部分にまで届くからなのだろう。

**要旨** 音楽は予想をもてあそぶことで脳の報酬系を働かせ、文化を越えて人の感情を動かす。言葉では届かない心の部分に届くことが、音楽の大きな力である。

## 解答・解説 ANSWERS

問1 1 問2 2 問3 2

**問1 正解 1** 根拠は第2段落の when it surprises us, or when a song suddenly breaks off into silence, we feel a rush of tension. Many people feel "chills" at such moments.（予想を裏切られたり、歌が突然途切れたりすると緊張を感じ、そうした瞬間にぞくっとする）。よって 1 が正解。2 は we feel comfortable（心地よく感じる）とされる場面で、ぞくっとする瞬間ではない。3 は報酬系が食べ物にも反応するという説明を誤ってつないだもの。4 は第3段落の話で、ぞくっとすることとは関係ない。

**問2 正解 2** 根拠は第3段落の listeners can often tell a lullaby from a dance song even when it comes from a culture they have never encountered（一度も触れたことのない文化の歌でも、子守歌と踊りの歌を区別できることが多い）。よって 2 が正解。1 はこれと逆。4 は fast, loud music excites us（興奮させる）とあり誤り。3 は range from gentle lullabies to loud war chants（子守歌から戦いの歌まで幅広い）と矛盾する。

**問3 正解 2** 根拠は第5段落の Some patients with memory loss can still sing the songs of their youth（記憶を失った患者の中には、今でも若いころの歌を歌える人がいる）。よって 2 が正解。1 の「家族を忘れさせる」という記述はない。3 は music can ease stress and pain（ストレスや痛みを和らげる）と逆。4 は本文にない。