



## Les 10 cançons més relaxants, segons la ciència



**Les empreses Radox Spa i Mindlab International es van proposar trobar la cançó més relaxant del món.** Per a fer-ho van dur a terme un estudi en què demanaven els participants que resolguessin enigmes complexos mentre escoltaven música de fons.

Després d'analitzar els resultats, van veure que el tema que més havia calmat els voluntaris i els havia ajudat a solucionar els reptes era **Weightless** de Marconi Union.

La cançó d'aquest grup britànic té un ritme tan pausat que aconsegueix fer baixar el nostre ritme cardíac i els nivells de cortisol, segons assenyala l'estudi. A banda d'aquest tema, però, també n'hi ha d'altres que resulten molt relaxants per al nostre cervell d'acord amb altres investigacions científiques. **Us en deixem 10:**

```
[playbuzz](function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.playbuzz.com/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','playbuzz-sdk'));
```

[/playbuzz]

### Versió sense playbuzz

1. Marconi Union - 'Weightless'
2. Airstream - 'Electra'



- 
3. DJ Shah - 'Mellomaniac' (Chill Out Mix)
  4. Enya - 'Watermark'
  5. Coldplay - 'Strawberry Swing'
  6. Barcelona - 'Please Don't Go'
  7. All Saints - 'Pure Shores'
  8. Adele - 'Someone Like You'
  9. Mozart - 'Canzonetta Sull'aria'
  10. Cafe Del Mar - 'We Can Fly'