



**SERGEI ZAGNY**  
**THE NORTH**

**FANCYMUSIC**

## SERGEI ZAGNY

### The North

music for breathing normalization  
2011-2013

1. The North 34:17

WARNING. This music will not benefit everyone. Please read the following text carefully.

"The North" was finished and I was listening to this recording before falling asleep, already in bed, lying on my back and wearing headphones. I noticed an unexpected "side effect": while listening, my breathing became regular and felt right. The same effect was repeated later. And so I learned with surprise that "The North" is also a therapeutic tool.

*Sergei Zagny, October 4th, 2013*

Source material (12 parts for soprano block flute) was performed by Sergei Zagny in 2002.

Recorded, edited and mixed by Sergei Zagny.

Cover photo by Alex Yocu [alexycou.com](http://alexycou.com)

## СЕРГЕЙ ЗАГНИЙ

### Север

музыка для нормализации дыхания  
2011-2013

1. Север 34:17

ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ. Эта музыка будет полезной не для всех.  
Пожалуйста, внимательно прочтите следующий текст.

«Север» был завершён, и я слушал эту запись вечером перед сном, лёжа на спине в наушниках. Я обратил внимание на неожиданный «побочный эффект»: по ходу слушания моё дыхание становилось ровным и по ощущению правильным. То же повторялось и потом. Так с удивлением я узнал, что «Север» – это ещё и терапевтическое средство.

*Сергей Загний, 4 октября 2013 г.*

Исходный материал (12 партий для блокфлейты сопрано)  
исполнил Сергей Загний в 2002 году.

Звукозапись, редактирование и сведение: Сергей Загний.

Фотография обложки: Алекс Йоку [alexycou.com](http://alexycou.com)

