

Zdroje receptivní muzikoterapie v kontextu historie



Pravěk

- * **Kultura a umění** odlišuje homo sapiens od jiných primátů. Reflexe vlastního jednání dává výhodu ve vývoji.
- * Hudba **komunikačním prostředkem** ve všech oblastech života, včetně komunikace s transcendentem. Umožňuje přežití před vývojem jazyka.
- * Základní lidskou dispozicí bylo a je transformovat prožívanou skutečnost do zvuků a rytmů (pohybu, obrazu) a tak je zpracovávat.
- * Proto je pro kořeny lidské kultury příznačná jednotka **umění, náboženství a léčitelství.**
- * Jedinečné spojení nacházejí v **rituálu.**



Rituál

- * **Rituály** provázely přírodního člověka:
narození, dospívání, sexuální zasvěcení, nemoc, smrt, boj, sklizeň

Svou aktivní účastí na rituálu vyjadřoval člověk svou **víru**, jeho prostřednictvím **utvářel svůj život**.

- * **Rituály**
 - Pomáhají člověku navázat kontakt, zpracovat a zvládnout skutečnosti, které ho přesahují
 - Konstituují jistotu, řád, umožňují orientaci v životních krizích
 - Koncentrují síly, sjednocují skupinu
 - Přinášejí psychosomatické uvolnění
- * **Rituály** provázejí člověka významnými životními událostmi také v současnosti. Také dnes můžeme pomocí rituálů získat **uzdravení, duševní rovnováhu, uvolnění, sjednocení s druhými, zážitek transcendentna.**



Fáze rituálu

* 1. Fáze – příprava:

Prostřednictvím předepsaných úkonů se navodí **koncentrace, zvnitřnění, soustředění na cíl rituálu.**

Hudba zde plní funkci sjednocujícího prostředku, uvádí do atmosféry rituálu.

* 2. Fáze – realizace vyvolávající žádoucí změnu:

Děje se pomocí zapálení ohně, přinesení oběti, modlitby, zaříkání.

Tyto formy doprovází bubnování, zpěv a tanec, důraz na **sounáležitost.**

Gradace je vyvolána vrstvením statických hudebních tvarů – zdroj fyziologické reakce navozující **trans, extázi, změněné vědomí.**

Opakování stejného tvaru má zároveň funkci stabilizátoru – navozuje **jistotu, bezpečí.**

* 3. Fáze – reflexe:

Rituál je zhodnocen prostřednictvím vyprávění, lidovou slovesností, zpěvem, malbou, reliéfem, sochou apod.

Plní tak funkci psychosociální hygieny, **uvolňuje emoce** v několika rovinách.



Rituály starověku

- * **Sumerové** provozovali hudbu výhradně k posvátným účelům. Na počest bohů hudby stavěli posvátné chrámy, kde tyto bohy udržovali v dobré náladě zpěvem a hrou na hudební nástroje.
- * **Egyptský** bůh Thot napsal 24 knih o hudbě a vynalezl lyru. Nemocní byli plaveni s hudbou po Nilu.
- * **Féničané** provozovali chrámové rituály, při kterých se shromáždilo až 6 tisíc účastníků, kteří sborově zpívali.
- * **Číňané** vytvořili hudebně kosmologickou soustavu a státní úředníci předepisovali vhodnost či nevhodnost určité hudby pro danou denní nebo roční dobu. Dodržování bylo přísně střeženo.
- * **Indickou** bohyní hudby byla Saraswatí
- * **Léčení hudbou** se vyskytovalo u starověkých Židů (král David), Peršanů. Babyloňanů a Asyřanů.



Magické paradigma

- * **Magické paradigma** je nejstarším pojetím muzikoterapie.
- * **Víra** v ozdravnou moc hudby a rituálů s ní spojených je považována za významný terapeutický faktor.
- * Z pravěkého léčení magickým způsobem prostřednictvím rituálů se vyvinula celá řada **cílených rituálů** současnosti.
- * Jsou důležitým prvkem v sociální práci a psychoterapii.



Léčení hudbou ve starověkém Řecku

- * **Pythagoras** - hudebná léčebná metoda:
Hudba může působit jako prostředník mezi harmonií vesmíru a harmonií člověka. Systémy tónů a ladění jsou vypočítány z číselných poměrů a proporcí přírodních zákonitostí.
Harmonie představuje pořádek kosmu, lidského ducha a hudby.
- * **Platon a Aristoteles** koncipovali dva stěžejní možné muzikoterapeutické postoje.
- * **Platonův etický princip** navozuje žádoucí psychický stav **hudbou stejného ladění** (k rozveselení veselou hudbu, nebo opačně řečeno: nežádoucí stav odstraňuje opačnou hudbou (na rozrušení klidnou hudbu).
- * **Aristotelův katarzní princip** spočívá v tom, že žádoucí stav navozujeme **hudbou opačnou** (chceme-li někoho rozveselit, zahrajeme mu hudbu smutnou, aby se mohl „vystmutnit“, smutek vyplavit), opačně řečeno: nežádoucí stav odstraňuje hudbou stejného ladění (neklid neklidnou hudbou).



Matematické paradigma

- * **Hudba odrazem kosmického pořádku**
 - hudba a čísla představují jednotu. Systémy tónů a ladění jsou odvozeny a propočítány z proporcí přírodních úkazů
 - Harmonie představuje jednotu kosmu, lidského ducha a hudby.
- * Z matematického paradigmatu vychází také nejstarší **gregoriánský chorál** – jedna z archetypálních hudebních forem zasahující biogenní strukturu člověka.
- * Hudba je podle tohoto paradigmatu způrhledněná realita, zpřítomněná **účast na univerzu**. Vtahuje nás do života celého vesmíru.



Středověk

- * Po rozpadu antického světa je hybnou silou společnosti křesťanství.
- * **Svatý Augustin**, církevnímu učitel - Traktát De musica (konec 4. stol.).
- * Hudba vědním oborem a patří k sedmeru svobodných umění: Hudba, gramatika, rétorika, logika, aritmetika, geometrie, astronomie.
- * **O léčení hudbou** ojedinělé zmínky.
Hudebníci a pištcí léčí v ulicích měst.
Roste význam hudby v rámci církevních křesťanských rituálů
- * **Východní obřad řecko-byzantský** ve svých nápěvech přejímá orientální prvky.
- * **Západní obřad reprezentovaný Římem** přejímal také prvky východu, ale je utvářen jednotně pod péčí římských biskupů – pozdějších papežů.



Středověký chorál

- * **Gregoriánský chorál**
obecně platnou normou liturgického zpěvu v římskokatolické církvi.
- * Antifonář Řehoře Velikého, papeže 590 – 602. V Římě vzorová schola, podle jejího příkladu vznikají biskupské a klášterní školy církevního zpěvu všude, kam proniklo křesťanství.
- * Chorál se stává důležitým jednotícím prvkem hudby západní kultury a jako „cantus firmus“ (pevný, stálý zpěv) sloužil vícehlasu od prvních pokusů. Je citován hudebními skladateli dodnes.



Terapeutický význam chorálu

- * Gregoriánský chorál je původně jednohlasý,
- * Rozmístění celých tónů a půltónů v tzv. modech, které hudbě dodávají osobitý výraz.
- * Bohatě vnitřně členitý zpěv působí svou **vznešeností** Melodika zabarvená starobylým tóninovým rázem zní **posvátně**.
- * Rytmus je zcela přirozený – přizpůsobuje se pouze výslovnosti. Navozuje pocity **svobody, nadhledu, nekonečna**.
- * **Chorál je jednou z „archetypálních“ hudebních forem** zasahující biogenní strukturu člověka. Zprostředkovává kontakt se základy lidské existence,
obrací člověka ke kořenům, k důležitým životním hodnotám, dodává duchovní sílu, napomáhá soustředění, uklidňuje, pozvedá, inspiruje – probouzí v člověku naléhavé asociace a pocity.



Hudba baroka

- * Barokní hudební styl je **polyfonicky komplexní** – všechny hlasy mají svou melodickou linku. Po melodické stránce je tedy velice bohatý.
- * V barokní hudbě se dovršil rozvoj vícehlasu a hudba dostala nový rozměr – **harmonii**.
- * Polyfonie a harmonie nacházejí své uplatnění v působení na lidskou psychiku a emoce – zobrazují především **vnitřní bohatost a soulad** vnitřního života člověka.
- * Stává se mocným **náladotvorným prostředkem**.



Johan Sebastian Bach

- * 1685 Eisenach – 1750 Lipsko
- * **Ve všech hudebních formách, do kterých zasáhl, zanechal díla trvalých mimořádných hodnot.** Ve svých skladbách dovršil vývoj dosavadní hudby. Nepřekonatelný je dosud ve formě fugy. Dokonalost vyjádření ale vyzařuje z každého Bachova díla.
- * **Varhaní skladby – preludia, fugy, toccaty.** Zde uplatnil vše, co se doposud v hudbě a jejích formách objevilo – neapolské árie, formy francouzské overture, recitativy a árie opírající se o tradici benátskou
- * **Oratoria** – Vánoční oratorium, Janovy pašije, Matoušovy pašije. V těchto dílech využíval melodie světských skladeb (písní, motet atd., vzniklých v renesanci, k nimž byl přidán náboženský text . Střídají se zde arie, recitativy, sóla a sbory v dokonalém pletivu hlasů, s mistrovským uplatněním koncertních nástrojů.
- * **Mše h-moll** má 24 částí pro sbor, sola, orchestr a varhany a opírá se o gregoriánský chorál. Na díle pracoval 6 let.
- * **Dobře temperovaný klavír, Braniborské koncerty, sólové koncerty pro housle a violoncello.**



Medicínské paradigma

* **Hudba jako terapeutikum**

Ve středověku začíná být hudba chápána jako stimulující a uklidňující terapeutikum – ve smyslu jednorázového farmaka.

Medicínské paradigma hudby počítá s přímým působením na hormonální a neurovegetativní funkce člověka.

* Hudebně-léčebné koncepce 18. a 19. století:

- **1. fyzikálně-fyziologická:** zvukové vlny působí na nervy, což vyvolává otřes celého organismu, tak vzniká léčebná reakce. Afekty vznikají až v důsledku tohoto procesu a nejsou důležité.
- **2. psychofyzilogická:** hudba působí na duši, v níž vzbuzuje afekty a vášně, jejichž důsledkem jsou hnutí nervového systému, jejichž důsledkem je léčebná reakce.



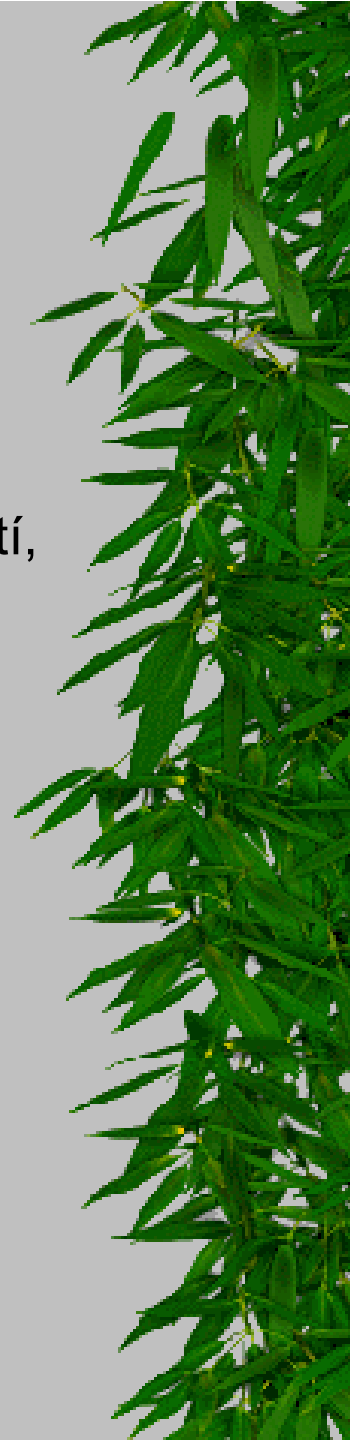
Hudba klasicismu

- * Hudba klasické éry je ve vedení hlasů podstatně jednodušší než barokní. Hlavní melodie a její doprovod jsou jasně odlišeny – **homofonie**.
- * Dramatické napětí v této hudbě tvoří **konflikt mezi dvěma po sobě následujícími tématy** – **symfonie**.
- * Zobrazuje tedy nejen soulad vnitřního života člověka, ale výrazněji také **konflikty, střety a napětí v prožívání člověka**.
- * Dramatický ráz hudby klasicismu vrcholí v hudbě Ludviga van Beethovena.



Wolfgang Amadeus Mozart

- * Narodil se 1756 v Salcburku, zemřel ve 36 letech, roku 1791
- * Jeho dílo se vyznačuje líbeznou zpěvností a bezprostředností, harmonie má průzračnou čistotu, skladby jsou zvukově vyvážené a kompozičně celistvé. Výrazný rytmus dává jeho skladbám jiskřivý pohyb i dramatickou průraznost.
- * Komponuje symfonie, koncerty pro klavír, housle, flétnu, hoboje, klarinet, lesní roh i fagot. Smyčcové kvartety, skladby pro klavír. Opery Únos ze Serailu, Figarova svatba, don Giovanni, Takové jsou všechny, Kouzelná flétna.



Ludvig van Beethoven

- * Narozen 1770 v Bonnu, zemřel tamtéž 1827.
- * Výraz jeho skladeb je vzletný, vypjatý, dramatický až patetický. Uzavřen lidem, snaží se ideál krásy vtělit do hudby a dát svým myšlenkám největší intenzitu a naléhavost.
- * Nejznámější jsou jeho symfonie, složil i řadu koncertních ouvertur, opera Fidelio, balet Stvoření Prométhea.
- * Zcela výjimečným dílem je Missa solemnis D dur.
- * Velkou uměleckou hodnotu mají klavírní koncerty, houslový koncert a triový koncert pro housle, cello a klavír. Napsal také celou řadu sonát.
- * Beethovenem vrcholí etapa hudebního klasicismu a otevírá období romantismu. Vytváří nový ideál umělecké tvorby, v níž hraje důležitou roli velká myšlenka jaké je skladba zasvěcena.



Hudba romantismu

- * Slovo romantismus evokuje **fantazii, spontánnost a citovost**.
- * Romantické nazírání světa: **subjektivnost výrazu, podřízení formálních hledisek tvorby stránce obsahové a výrazové, příklon k fantazijním látkám** (pohádky, exotické příběhy, mýty, pověsti).
- * Umění romantismu je charakteristické důrazem na **emocionální a smyslové vnímání stránky člověka**.
- * Pro MT je důležité především úsilí romantických autorů o hlubokou **emocionální účinnost hudebního vyjádření**.
- * Velkou roli začalo hrát „**hudební vypravěčství**“, díla začala vyjadřovat konkrétní obsah, a to nejen v opeře, ale i v instrumentálních skladbách (symfonické básně). Skladba měla co nejvěrněji vyprávět příběh a zobrazovat konkrétní scénu. Tato idea dala vzniknout tzv. **programní hudbě**. Poetická myšlenka zde určuje nejen obsah díla, ale i jeho vnější podobu a formu. S tímto předpokladem vznikla symfonická báseň a hudební drama s tzv. příznačnými motivy (Richard Wagner).



Autoři romantismu

- * Hlavními formami se staly:
programní symfonie, symfonická báseň, hudební drama
- * Rannou fází romantismu, představují v německé hudbě **Schubert, Mendelssohn a Schumann** (klavírní a pěvecké formy) a ve slovanském prostředí **Chopin**.
- * Pozdější, tzv. novoromantické období, které vzniklo v Paříži, představuje **Berlioz, Liszt, Wagner**.
- * Pak nastupují představitelé četných národních škol. **Verdi, Smetana, Dvořák, Bartók, Glinka**.
- * **Impresionismus** – důraz na náladu, barvu, opouští jasnou melodiku, rytmiku i harmonii. **Debussy, Bartók**.



Psychologické paradigma

* Hudba jako terapie

- Dosáhla rozvoje ve 20. století
- Rozhodující vliv na rozvoj MT měla 2. světová válka a úspěchy léčení válečných traumat pomocí hudební terapie.
- **O fyziologické reakci člověka rozhoduje to, jaký význam připisuje hudbě, kterou slyší** – specifický vztah posluchače k této hudbě.
- Fyziologický a psychický účinek hudby spolu souvisí.
- Hudby se užívá k redukci napětí, k vyvolání určitých emocí s cílem umožnit komunikaci nebo prohloubit zážitky a sebepoznání.



Výběr skladeb

- * Výběr skladeb pro receptivní MT závisí na
 - druhu klientovy specifické potřeby
 - na věku klienta
 - na povaze a fázi onemocnění klienta
 - na předběžné hudební zkušenosti klienta
 - na záměru MT lekce
- * Neexistuje všeobecně platný receptář.



Přehled zdrojů pro MT

- **Vážná hudba** se užívá nejčastěji. Mělo by jít o hudební formy beze slov (koncerty, sonáty, symfonie atd) Logický význam textu snižuje bezprostřednost emocionálního zážitku.
- **Lidová, taneční a jazzová hudba** nachází uplatnění zvláště v určitých věkových kategoriích. Některé skladby a žánry mají „pamětnický“ charakter, jsou připomínkou milých chvil z minulosti (opereta, muzikály, cimbálovou, dudácké muziky, big-beat, rockenroll, folk, counrty).
- **Exotická hudba**, pokud je původní, může dobře sloužit k prožitku zvukového okouzlení, vytržení ze stereotypu do jiného světa, do nového prostoru. Pro tuto hudbu je typická ustálenost, bezvývojovost, nedramatičnost.
- **Meditační hudba**, inspirovaná orientem (hudba New Age), je atematická, silně zaměřená na expresivní stránku výkonu. Často má formu elektroakusticky hrané romantické hudby či pop music se simulovanými přírodními zvuky. Klade si za cíl zharmonizovat psychiku člověka, má zklidnit dech, zpomalit tep srdce, zpomalit frekvenci mozkové činnosti.
- **Meditační hudba** vyznačující se jednoduchou písňovou formou, opakující se nápěv doprovázený jemnou hudbou nástrojů (Mantry, zpěvy Taize).



Zdroje vážné hudby

- * Chorál východu a chorál západu
- * Světská středověká hudba
- * Bach, Vivaldi (baroko)
- * Hayden, Mozart, Beethoven (klasicismus)
- * Chopin, Dvořák, Smetana, Čajkovskij (romantismus)
- * Debussy, Ravel (impresionismus)
- * Martinů, Šostakovič, Britten (hudba 20. století)
- * Philip Glass, Arvo Part (současná hudba, minimalismus)

