

Każdemu z nas zdarza się słuchać muzyki lub śpiewać po cichu ulubione piosenki. Czynimy to z różnych powodów: a to dla urozmaicenia czasu, a to dla przyjemności. Muzyka jest obecna w naszym codziennym życiu.

W muzyce jest także coś uniwersalnego - podczas jej słuchania zacierają się różnice i podziały między ludźmi - wobec niej jesteśmy równi. Muzyka przekracza granice językowe i kulturowe, np. twórczością Fryderyka Chopina fascynują się ludzie innych narodowości, którzy nie znają kultury i języka, jakim posługiwał się kompozytor, a jednak rozumieją jego muzykę. Zresztą, każdemu z nas zdarza się słuchać z przyjemnością piosenek, których tekstu nie rozumiemy, bo nie znamy ich języka, ale mimo to lubimy je. Dzieje się tak dlatego, że dotyczą one naszego wnętrza.

W starożytności uważano, że muzyka jest darem bogów

Przed tysiącami lat w Egipcie i Grecji muzyka miała sakralny charakter, uważano, że jest ona *Donum Dei* - darem bogów - z tego też powodu muzykowanie uważano za czynność religijną. Wierzano, że za pomocą muzyki można wielbić bogów i błagać ich o łaskę. Dziedziną nauki została uczyniona po raz pierwszy w Egipcie. Tę wiedzę przejęli od Egipcjan Grecy. Co ciekawe, w Egipcie i Grecji muzykami byli tylko kapłani i to oni przekazywali wiedzę oraz jej strzegli. Godność muzyka była równa godności wysokich urzędników państwowych - zdawano sobie doskonale sprawę z tego, że muzyka wpływa na zachowanie ludzi i obyczaje. Aby ustrzec ludzi przed jej zgubnym wpływem, muzyką zajmowały się sprawdzone pod względem moralnym osoby, a więc kapłani. Z tego też powodu muzycy cieszyli się szczególnym szacunkiem w państwie.

Pitagoras, jeden z twórców filozofii greckiej sam stosował muzykę jako lek na najróżniejsze choroby, "cierpienia ciała i duszy uśmierzał rytmem i pieśniami", można powiedzieć, że stosował muzykoterapię. Platon uważał, że muzyka może pełnić rolę wychowawczą: "muzyka jest to sztuka wychowania o najwyższym znaczeniu, ona za pomocą dźwięków rozbudza w duszy i tworzy cnoty".

Starożytni Grecy byli przekonani, że muzyka "trzyma w ryzach ducha, dzięki niej duch dobrze się usposabia w dziedzinie obyczaju", posiada właściwości oczyszczające go ze złych i niepożądanych uczuć, np. złości, gniewu oraz ma charakter odprężający i relaksujący.

Godne podziwu jest to, że naród starożytny potrafił twórczo wykorzystywać walory tkwiące w muzyce.

Pitagorejczycy (uczniowie Pitagorasa), udając się na spoczynek nocny, oczyszczali umysły z niepokoju i zgiełku dnia pieśniami i wybranymi melodiami, dzięki czemu uzyskiwali spokojny sen. Rano zaś po przebudzeniu nie od razu przystępowali do pracy, lecz aby dobrze rozpocząć dzień, grali pieśni pomagające im uwolnić się od sennej ociężałości.

Muzyczne strony Biblii

Biblia dostarcza nam bardzo licznych przykładów potwierdzających, że muzyka wpływa na duszę ludzką i może pomagać człowiekowi w otwarciu się na Ducha Świętego. Np. Prorok Elizeusz właśnie za pomocą muzyki wprowadzał się w stan uniesienia i prorokował: "Teraz przyprowadźcie mi harfiarza. Kiedy zaś harfiarz grał na strunach, spoczęła na nim ręka Pańska i prorokował" (2 Kr 3,15-19). Król Saul natomiast za pomocą gry na lutni bronił się przed demonami - zawsze, ilekroć atakowały go złe duchy w postaci wewnętrznych obsesji, przywoływał Dawida, który grając na harfie wprawiał go w dobry nastrój: "A kiedy zły duch napadał na Saula, brał Dawid cytrę i grał. Wtedy Saul doznawał ulgi, czuł się lepiej, a zły duch odstępował od niego" (1 Sm 16,23).

Ludzie z kart Pisma Świętego wiedzieli, że muzyka stwarza korzystny klimat, dzięki któremu otwierają się "drzwi" naszej duszy.

Nie bez powodu św. Augustyn powiedział, że "Kto śpiewa, dwa razy się modli", bo modlitwa śpiewana, połączona z głęboką wiarą ogarnia całego człowieka, jego serce i umysł, także emocje i wyobraźnię.

Modlitwę najpełniej wyraża śpiew

W wykonywaniu muzyki poświęconej Bogu lub stanowiącej formę modlitwy istnieje dziwny fenomen - Duch Święty jest obecny i modli się z wiernymi "w błaganiach, których nie można wyrazić słowami", mocą słów samego Jezusa: "Gdzie dwaj albo trzej zgromadzeni są w Imię moje, tam Ja jestem pośród nich".

Co więcej - modlitwa śpiewana krzepi ducha. Podczas śpiewania hymnów i pieśni Panu, apostołowie doznawali niejednokrotnie umocnienia i pokrzepienia na duchu. Nawet miejsce, na którym to czynili, zostało uświęcone - czytamy o tym w Dziejach Apostolskich (Dz 15.25-26).

O zaletach modlitwy śpiewanej wspominają także Ojcowie Kościoła - następcy apostołów, żyjący na przełomie I i II wieku:

"Jesteśmy prawdziwymi czcicielami Boga i kapłanami, my, którzy wśród śpiewów hymnów zanosimy przed ołtarz Boży (...). Taka modlitwa wszystko nam u Boga wyjednać zdoła" (Tertulian).

"Śpiewanie hymnów i psalmów jest własnością miłujących (...), chwalcie Boga całą istotą, niech życie śpiewa, niech czyni śpiewają Bogu; wychwalajcie Go całą waszą istotą (...) śpiewajcie głosem, sercem, ustami, śpiewajcie obyczajami waszymi. Niech śpiewa pieśń nową nie tyle język, ile życie (...) Dzięki tej muzyce, tak skutecznej do pobudzenia ducha, wielu stało się członkami Kościoła" (Augustyn).

- "Należy przeto uciekać się do muzyki, dla uszlachetnienia obyczajów i opanowania" (Klemens Aleksandryjski).

Modlitwa śpiewem, pochodząca z tamtych wieków, to muzyka chorałowa, którą modlą się codziennie mnisi np. benedyktyni i cystersi. Ta muzyka jest też dostępna na płytach. Współczesną muzyką modlitewną są kanony z Taize dostępne także w księgarniach katolickich.

Muzyka może leczyć, wprowadzać harmonię...

To, co w muzyce odkryli starożytni Grecy, znalazło potwierdzenie we współczesnej psychologii. Dziś istnieje w medycynie taki kierunek jak muzykoterapia.

W USA prowadzono badania nad tym, w jaki sposób muzyka oddziałuje na zachowanie noworodków. W tym też celu w dwóch oddzielonych salach odtwarzano różne gatunki muzyki. Okazało się, że tam gdzie odtwarzano muzykę Mozarta i Bacha, noworodki o wiele rzadziej płakały i budziły się niż tam, gdzie odtwarzano inny jej rodzaj. Muzyka wpływa na nasz stan psychiczny, wywołuje pozytywne - terapeutyczne skutki. Naukowcy opracowali nawet katalog utworów leczących różne schorzenia, można go znaleźć w książce J. Wieszyłowskiego pt. "Psychologia muzyki".

Muzyka dociera do głębi człowieka, posiada jakiś magiczny klucz do naszej duszy. Możemy porównać muzykę do rakiety kosmicznej, która wynosi ładunek na orbitę. W tym przypadku ładunkiem są treści, jakie muzyka ze sobą niesie, a więc słowa ubrane w melodię. Orbitą zaś jest nasza dusza. Muzyka jest więc bardzo skuteczna, jeśli chodzi o dotarcie do naszego serca. Dlatego tak ważne są treści, które przekazuje. Człowiek "nasiąka jak gąbka" tym, czego słucha, a słuchając muzyki, która np. zawiera treści anarchistyczne, agresywne, szkodliwe pozwala im wchodzić do swojego wnętrza i mieszkać tam. Treści te z kolei kształtują nasze zachowanie, wywołując konkretne emocje, pod wpływem których wielokrotnie działamy. W zależności od tego jakimi "emocjami" wypełnimy swe serce, takie będzie nasze zachowanie. Zatem muzyka, której słuchamy, może wprowadzać w nasze wnętrze albo harmonię i ład, albo chaos i niepokój. Warto więc słuchać takiej muzyki, która wzbudza w nas pozytywne uczucia i pomaga otworzyć się nam na bogactwo otaczającego nas świata.

Nie każda muzyka sprzyja budowaniu pokoju i przyjaźni między ludźmi. Obserwując zachowanie się zespołów metalowych, hardrockowych i ich fanów na koncertach, można odnieść wrażenie, że muzyka może pełnić rolę narkotyku, który wzbudza w słuchaczu tak silne emocje, że muszą być one w jakiś sposób wyładowane.

Nie jest tajemnicą, że po koncertach takich zespołów zdarzają się ranni, a nawet ofiary śmiertelne. Innym przykładem destrukcyjnego wpływu muzyki jest muzyka techno. Berlińska Parada Miłości (będąca manifestacją wyzwolenia seksualnego) obrała sobie ten styl jako swój. Jest to muzyka sztuczna, stworzona po to, aby wywołać u słuchacza odpowiednią reakcję chemiczną w mózgu.

Przykłady te pokazują, że muzyka może zagłuszyć w człowieku naturalny głos sumienia, a nawet przejąć nad nim kontrolę.

Smutne jest to, że wiedzieli już o tym starożytni Egipcjanie i Grecy, a nie wie wielu współczesnych ludzi. To, że muzyka może być używana do niszczenia kręgosłupa moralnego i obyczajowego, nie jest już tajemnicą.

Istotne, aby słuchać muzyki pewnej, tzn. takiej, która wypływa z dobrego serca, a o tym świadczy tekst piosenki, nastrój i emocje, jakie ona wywołuje oraz to, kim jest wykonawca.

Istnienie tzw. subkultur młodzieżowych, związanych z konkretnymi stylami muzycznymi dowodzi, że w muzyce, a więc w melodii i tekście można przemycić "ideologię", która zapadając głęboko w pamięć słuchacza może wpływać na jego osobowość, a przez to na jego zachowanie. Jest to bardzo stara metoda "uczenia" znana już w starożytności, która może mieć także pozytywne zastosowanie, np. istotne wydarzenia zapamiętywano układając do treści muzykę, a całości uczono jak piosenki. Ten sposób przekazywania wiedzy spotykamy również w Biblii - Mojżesz przed swoją śmiercią polecił nauczyć Izraelitów pieśni o wyjściu z Egiptu (Pwt 32,1-44).

W muzyce, a więc w melodii i tekście można przemycić "ideologię", bo tekst podbudowany muzyką trafia do odbiorcy szybciej i skuteczniej.

Lecz

To, co w muzyce odkryli starożytni Grecy, znalazło potwierdzenie we współczesnej psychologii. Dziś istnieje w medycynie taki kierunek jak muzykoterapia.

W USA prowadzono badania nad tym, w jaki sposób muzyka oddziałuje na zachowanie noworodków. W tym też celu w dwóch oddzielonych salach odtwarzano różne gatunki muzyki. Okazało się, że tam gdzie odtwarzano muzykę Mozarta i Bacha, noworodki o wiele rzadziej płakały i budziły się niż tam, gdzie odtwarzano inny jej rodzaj. Muzyka wpływa na nasz stan psychiczny, wywołuje pozytywne - terapeutyczne skutki. Naukowcy opracowali nawet katalog utworów leczących różne schorzenia, można go znaleźć w książce J. Wieszyłowskiego pt. "Psychologia muzyki".

Muzyka dociera do głębi człowieka, posiada jakiś magiczny klucz do naszej duszy. Możemy porównać muzykę do rakiety kosmicznej, która wynosi ładunek na orbitę. W tym przypadku ładunkiem są treści, jakie muzyka ze sobą niesie, a więc słowa ubrane w melodię. Orbitą zaś jest nasza dusza. Muzyka jest więc bardzo skuteczna, jeśli chodzi o dotarcie do naszego serca. Dlatego tak ważne są treści, które przekazuje. Człowiek "nasiąka jak gąbka" tym, czego słucha, a słuchając muzyki, która np. zawiera treści anarchistyczne, agresywne, szkodliwe pozwala im wchodzić do swojego wnętrza i mieszkać tam. Treści te z kolei kształtują nasze zachowanie, wywołując konkretne emocje, pod wpływem których wielokrotnie działamy. W zależności od tego jakimi "emocjami" wypełnimy swe serce, takie będzie nasze zachowanie. Zatem muzyka, której słuchamy, może wprowadzać w nasze wnętrza albo harmonię i ład, albo chaos i niepokój. Warto więc słuchać takiej muzyki, która wzbudza w nas pozytywne uczucia i pomaga otworzyć się nam na bogactwo otaczającego nas świata.

Nie każda muzyka sprzyja budowaniu pokoju i przyjaźni między ludźmi. Obserwując zachowanie się zespołów metalowych, hardrockowych i ich fanów na koncertach, można odnieść wrażenie, że muzyka może pełnić rolę narkotyku, który wzbudza w słuchaczu tak silne emocje, że muszą być one w jakiś sposób wyładowane.

Nie jest tajemnicą, że po koncertach takich zespołów zdarzają się ranni, a nawet ofiary śmiertelne. Innym przykładem destrukcyjnego wpływu muzyki jest muzyka techno. Berlińska Parada Miłości (będąca manifestacją wyzwolenia seksualnego) obrała sobie ten styl jako swój. Jest to muzyka sztuczna, stworzona po to, aby wywołać u słuchacza odpowiednią reakcję chemiczną w mózgu.

Przykłady te pokazują, że muzyka może zagłuszyć w człowieku naturalny głos sumienia, a nawet przejąć nad nim kontrolę.

Smutne jest to, że wiedzieli już o tym starożytni Egipcjanie i Grecy, a nie wie wielu współczesnych ludzi. To, że muzyka może być używana do niszczenia kręgosłupa moralnego i obyczajowego, nie jest już tajemnicą.

Istotne, aby słuchać muzyki pewnej, tzn. takiej, która wypływa z dobrego serca, a o tym świadczy tekst piosenki, nastrój i emocje, jakie ona wywołuje oraz to, kim jest wykonawca.

Istnienie tzw. subkultur młodzieżowych, związanych z konkretnymi stylami muzycznymi dowodzi, że w muzyce, a więc w melodii i tekście można przemycić "ideologię", która zapadając głęboko w pamięć słuchacza może wpływać na jego osobowość, a przez to na jego zachowanie. Jest to bardzo stara metoda "uczenia" znana już w starożytności, która może mieć także pozytywne zastosowanie, np. istotne wydarzenia zapamiętywano układając do treści muzykę, a całości uczono jak piosenki. Ten sposób przekazywania wiedzy spotykamy również w Biblii - Mojżesz przed swoją śmiercią polecił nauczyć Izraelitów pieśni o wyjściu z Egiptu (Pwt 32,1-44).

W muzyce, a więc w melodii i tekście można przemycić "ideologię", bo tekst podbudowany muzyką trafia do odbiorcy szybciej i skuteczniej.

Niebezpieczne jest słuchanie piosenek ze złym tekstem, gdyż te treści zapadają bardzo głęboko w naszą pamięć.

Muzyka a nawrócenie

Każdy z nas do pełni zdrowia psychicznego potrzebuje także spokoju i ciszy. W górach, w lesie, w jakimś spokojnym miejscu odpoczywamy słuchając dźwięków natury oraz coraz wyraźniej słyszymy swoje własne myśli.

Wszyscy też wiemy, że Bóg mówi do człowieka w jego sercu. A ten Głos można rozpoznać tylko wtedy, gdy się go słucha, a w tym pomaga właśnie cisza.

Z tego też powodu Kościół przypomina o tym, aby w okresie zarezerwowanym na osobiste nawrócenie, a więc w Adwencie i Wielkim Poście, poświęcić więcej niż zwykle czasu na wsłuchiwanie się w swoje sumienie, w czym może przeszkadzać również muzyka.

Muzyka kształtuje człowieka i wywiera na niego duży wpływ

Już w starożytności zwracano uwagę na to, jakie treści przemycą. Warto więc zadać sobie pytanie, dlaczego słucham właśnie tego, a nie innego wykonawcy, tej, a nie innej muzyki i jak ona wpływa na moje samopoczucie i zachowanie.

Na pewno "zdrowa" i pożyteczna to ta muzyka, której nie zatruwa bunt przeciwko Bogu i człowiekowi, która jest wyrazem poszukiwań i tęsknoty za Nim.

Powiedz, jakiej muzyki słuchasz, a powiem ci, kim jesteś

Rodzaj muzyki (melodia oraz tekst), jakiej słuchamy, określa naszą wrażliwość na dobro i piękno, określa także to, czego szukamy i ku czemu biegnie nasze serce.

Przeglądając wzorce curriculum vitae - w każdym natknąłem się na to, że w punkcie "zainteresowania" doradcy podpowiadali - muzyka klasyczna. Można odnieść wrażenie, że to, jakiej muzyki słuchasz, świadczy o tobie jako o człowieku.

Żyjemy w czasach, gdy nawet rodzaj muzyki jest ważny dla przyszłego pracodawcy. Innymi słowy, gdy ma do wyboru kandydata, który słucha np. Marlyn Mansona albo klasyki, wybierze tego drugiego. Nie można uznać tego za dyskryminację, ale za przejaw zdrowego rozsądku. Człowiek słuchający muzyki klasycznej uchodzi za tego, który ma lepszy gust i wykazuje większą kulturę osobistą oraz wrażliwość na piękno i harmonię.

Przygotował: Stanisław Młynarski