

<http://venissa.salon24.pl/118893,o-muzycznym-wychowaniu-i-politycznym-tresowaniu>

O muzycznym wychowaniu i politycznym tresowaniu

Od kilku dni nie milkną dyskusje na temat corocznie organizowanej imprezy muzycznej "Przystanek Woodstock". Śledząc różne komentarze i tu w Salonie i w innych miejscach internetu, nie mogę wyzbyć się narastającej irytacji, zwłaszcza w tych sytuacjach, gdy czytam chwalebne peany na temat wspomnianej inicjatywy Owsiaaka. W wypowiedziach młodych, albo chcących uchodzić za wciąż młodych, komentatorów, mnóstwo widocznych zaprzeczeń, wypierania tego, czego jest się świadkiem, co istnieje realnie. Tylko dlatego, żeby prawdopodobnie przypodobać się niektórym środowiskom lewicowym, czy liberalnym. Albo najzwyczajniej nie narazić się na „wygwizdanie” za niepoprawnie polityczne „wygadywanie”.

Ponieważ mowa jest tu o muzycznej imprezie, pozwolę sobie i ja podzielić się swoimi refleksjami, jako że już dawno deklarowałam w swoim opisie blogowym, że piszę nie tylko psychoanalitycznie, czy politycznie, lecz również muzycznie.

Zapewne niektórzy Czytelnicy zorientowali się, że podchodzę do wymienionej akcji Owsiaaka bardzo krytycznie. Z różnych powodów. Przede wszystkim dlatego, że corocznie media informują o różnych patologiach obecnych na tej imprezie - giną ludzie, dochodzi do napadów, aktów wandalizmu, kradzieży, nadużywania narkotyków, alkoholu itp. Nie jest to oczywiście dla mnie zaskoczeniem, gdyż każdy kto choć trochę czytał na temat wpływu muzyki na zachowanie człowieka, a także na temat związków między strukturą osobowości słuchacza a strukturą preferowanej przez niego muzyki, wie, że opisywane zdarzenia na przystanku Woodstock nie są przypadkowe. Nie toleruję również tej imprezy ze względu na jej polityczny wydźwięk. Od kilku lat odnoszę wrażenie, że Owsiaak organizuje darmową muzyczną imprezę nie dlatego, by nagrodzić wolontariuszy za społecznikowską aktywność na rzecz Orkiestry Świątecznej Pomocy, ale dla politycznego marketingu, mającego na celu promowanie polityków określonej opcji politycznej; głównie lewicy i liberałów. Muzyka w tym przypadku, ma stanowić silne narzędzie manipulowania nie tyle muzycznymi preferencjami, co politycznymi upodobaniami młodzieży, zwłaszcza, że w wieku dojrzewania, nie ma jeszcze ukształtowanej nie tylko tożsamości psychologicznej, ale i tożsamości politycznej. Muzyka, jako silny środek stymulowania emocjami odbiorcy, ma tu stanowić istotne narzędzie tworzenia nowych połączeń nerwowych, czyli tworzenia ściśle ukierunkowanych konotacji w młodych mózgach: super cool muzyka - super cool polityk/polityka.

Zanim jednak przejdę do głębszego uzasadnienia swojego stanowiska (muzyczna impreza Woodstock, to typowa polityczna działalność propagandowa Jerzego Owsiaaka), pragnę tu opisać i wyjaśnić, jaką to na przestrzeni dziejów, muzyka odgrywała rolę i odgrywa w życiu człowieka.

Rozważania należy rozpocząć od tego, iż muzyka jest szczególną formą ekspresji, która przy użyciu odpowiedniej organizacji dźwiękowej, służy wyrażaniu różnych emocji, jak i wywoływaniu ich u odbiorcy. Wzbogaca ona życie codzienne, dostarcza także wysublimowanych doznań estetycznych. Towarzyszy człowiekowi od zarania ludzkości w różnych sytuacjach życiowych, np. w trakcie wykonywania codziennych czynności, zagrzewania do walki, ale i tzw. przyjemnego używania (rozrywki).

W hinduizmie jak i w greckich misteriach orfickich muzyka stanowiła symbol wyzwolenia człowieka. W misteriach orfickich wierzono w jej właściwości ekstatyczne i narkotyczne, które powodowały katharsis, czyli „oczyszczenie dusz”. Oczyszczeniu i ukojeniu służyły śpiewy i tańce. Wierzono, że przy jego dźwiękach można wpłynąć na stan uczuciowy i fizyczny człowieka. Chodziło tu jednak o taki rodzaj katharsis, któremu towarzyszyło silne

pobudzenie motoryczne, przyspieszony oddech, bicie serca, zwiększone napięcie mięśniowe, zwiększone wydzielanie potu, a czasem i stany halucynogenne. Zwykle po tego rodzaju silnych aktach psychomotorycznych, towarzyszyło poczucie spadku napięcia, odprężenia i poczucie uwolnienia. Do czasu... Gdy znów pojawiły się nowe trudności, problemy życiowe, którym na powrót towarzyszyły różnego rodzaju napięcia i dolegliwości. W takiej sytuacji, powracał głód narkotycznych aktów katarskich.

O wpływie muzyki na emocje, organizm i zachowanie człowieka pisali także starożytni Grecy, m.in. Pitagoras, Arystoteles i Platon. Wszyscy zgodnie zauważali, iż muzyka wywiera znaczny wpływ na psychikę człowieka, a także na jego osobowość. Z tych czasów wywodzi się pogląd, że „muzyka łagodzi obyczaje”. Znalazła ona zastosowanie w procesach dydaktycznych, wychowawczych, a przede wszystkim w działaniach medycznych. Stosowano ją obok ziołolecznictwa i praktyk chirurgicznych jako odrębną metodę leczniczą, bądź wspomagającą inne rodzaje terapii. Przy jej pomocy leczono przede wszystkim osoby cierpiące na różne zaburzenia psychiczne jak i na pewne schorzenia natury psychosomatycznej.

Nie wdając się w złożony filozoficzny opis działania muzyki, podam tu najważniejsze odkrycia filozofów, które są aktualne i po czasy współczesne.

Pitagoras (ok. 582 - 507 p. n. e.). W swoich założeniach teoretycznych dotyczących medycyny, estetyki i etyki nawiązywał do zasady o harmonijnej, opartej na ładzie (liczbie) budowie wszechświata. Niezwykłą moc przypisywał muzyce, opartej na liczbie, stanowiącej „zestawienie rzeczy przeciwnych (...) która rzeczy wrogie czyni sobie przyjaznymi”[1]. Odkrył, iż działa nie tylko na wykonawcę, ale także na słuchacza. Ta o budowie matematycznej miała służyć katharsis duszy. Jednak w tym przypadku znaczenie oczyszczenia przez sztukę było odmienne, niż w misteriach orfickich. Poznaniu zmysłowemu - aisthesis - Pitagoras przeciwstawiał poznanie oparte na rozumie - noesis. Przeżycie muzyczne bowiem rozumiał jako przeżycie liczbowo - proporcjonalnego kosmosu, a muzykę jako zasadę porządkującą - leczniczą. W tym znaczeniu katharsis miało charakter etyczny i służyło poprawie charakteru. Muzyka miała istnieć nie dla „bezrozumnej przyjemności”, czystej zabawy, ale leczyć duszę oraz namiętności, prowadzić do osiągnięcia postawy pełnej umiaru i harmonii, w której część rozumna duszy dominuje nad pożądliwą i popędomą. W trakcie terapii należało słuchać utworów w ciszy i spokoju. Głównie preferował instrumenty o delikatnym, niegłośnym brzmieniu m. in. lirę i kitarę[2].

Według Pitagorasa i jego uczniów rytmy, tonacje i instrumenty miały ogromny wpływ przede wszystkim na postawę moralną człowieka i na jego wolę. Niektóre z nich mogły paraliżować ją lub pobudzać. Mogły łagodzić, usuwać zaburzenia psychiki, bądź wyprowadzać z „normalnego” stanu i wprowadzać w „szaleństwo”[3]. Cenił również walory niektórych pieśni w leczeniu pewnych dolegliwości cielesnych, w uśmierzaniu smutku, łagodzeniu gniewu i tępieniu żądz[4]. Muzyka miała więc ogromny wpływ na rozwój fizyczny, duchowy i moralny człowieka. Wraz z gimnastyką stosował ją w procesach leczniczych i wychowawczych[5].

O wszechstronnych walorach muzyki wspominał również Arystoteles (384 -322 p. n. e.). W podjętej przez niego teorii ethosu widoczne jest pogłębione psychologiczne rozumienie muzyki. Znaczenie etyczne posiadały określone tonacje, instrumenty i rytmy. W wyniku swych przemyśleń dokonał pewnej klasyfikacji elementów kompozycji muzycznej według ich ethosu. Wyróżnił trzy podstawowe tonacje o znaczeniu moralno - psychologicznym: 1. tonacje „etyczne” - wpływały na cały ethos człowieka (skale doryckie swą „surowością”, wytwarzały równowagę etyczną pozostałe burzyły ją), 2. tonacje „praktyczne” - budziły określone akty woli, 3. tonacje „entuzjastyczne” - wyprowadzały ze stanu „normalnego” w ekstazę; dzięki nim dochodziło do „oczyszczenia” duszy (głównie skale frygijskie)[6].

Arystoteles wspominał również o tonacjach miksolidyjskich, przy których słuchacze wpadali w nastrój bardziej smutny i przygnębiony oraz tzw. skoczne, wprawiające w nastrój wesoły[7].

Na szczególną uwagę zasługuje koncepcja katharsis przedstawiona przez Arystotelesa w nowym ujęciu. W odróżnieniu od orfickiej i pitagorejskiej rozumiał ją jako zjawisko o charakterze psychologiczno - biologicznym a nie mistycznym i metafizycznym. W procesach zachodzących w organizmie ludzkim upatrywał się ścisłej zależności psychosomatycznej. Według niego nadmiar afektu ma działanie patologiczne, ponieważ zaburza fizjologiczne funkcje organizmu, przyczynia się do nadmiernego wydzielania któregoś z soków, co w konsekwencji prowadzi do powstania choroby. Dlatego też należy „oczyścić się” z nadmiaru afektu, wzmacniając go odpowiednią muzyką[8]. Katharsis w muzyce wyjaśniał na przykładzie afektu entuzjazmu i zachwytu, odwołując się do opisu działania muzyki w kulcie Dionizosa i Kybele: „Widzimy przecież, że pod wpływem świętych pieśni ludzie tacy, którzy posłyszają melodie wprawiające dusze w stan zachwytu uspokajają się, jakby zażyli jakieś lekarstwo lub środek uśmierzający(...). Wszyscy odczuwają (...) pewne oczyszczenie i ulgę połączoną z rozkoszą”[9]

W przeciwieństwie do poprzednich filozofów, Arystoteles podkreślał, iż muzyka winna służyć zarówno wychowaniu jak i rozrywce oraz „szlachetnemu używaniu”. Powinna wypełniać wolny czas i odprężyć po ciężkiej pracy. Przynosiła ona pożytek w obrzędzie kultowym jak i w czasie wojny. Była dobra w działaniu i w myśleniu. Niosła pożytek moralny i poznawczy [10].

Wybitnym przedstawicielem świata medycyny w Starożytnej Grecji był także Platon (427 - 347 p. n. e.), którego obok Arystotelesa uznano za twórcę terapeutyczno - etycznej koncepcji muzyki, zwanej teorią ethosu. Według niego przy pomocy odpowiednio dobranej muzyki można kształtować osobowość człowieka i rozwijać w nim cechy społecznie użyteczne. Należało stosować ją w nauczaniu i wychowaniu w sensie profilaktyki psychohygienicznej[11]. Podkreślał aspekt etyczny i wychowawczy. Jednocześnie zauważył, że określone tonacje, rytmy i instrumenty muzyczne są nośnikami pożytecznych lub szkodliwych charakterów oraz stanów duszy. W odróżnieniu od Arystotelesa, Platon odrzucał muzykę o silniejszym ładunku emocjonalnym, gdyż jego zdaniem wzbudzała ona silne afekty, a te działały chorobotwórczo, osłabiały charaktery, czyniąc je zniewieściałymi; zalecał tonacje i instrumenty, które wzmagają męźność obywateli, budząc uczucia umiarkowane.

Platon wielokrotnie wspominał o istnieniu dwóch rodzajów muzyki: pożytecznej i szkodliwej. Dobrej sztuce opartej na mierze przeciwstawił złą „liczącą się ze zmysłami i reakcją uczuciową ludu” [12]. Taka „osłabia charaktery, usypia czujność moralną i społeczną obywateli” [13]. Uznawał tylko te dzieła muzyczne i instrumenty, które prowadzą odbiorcę do paidei, rozumianej jako ład i harmonia duszy, budzące uczucia szlachetne i umiarkowane. Kojący wpływ miała muzyka oparta na skalach doryckich i wykonywana na instrumentach strunowych, a ujemne, zbyt pobudzające działanie - muzyka oparta na skalach frygijskich i odtwarzana na instrumentach dętych [14]. Jednocześnie przestrzegał przed łamaniem wszelkich praw obowiązujących w muzyce, gdyż mogłoby to pociągnąć za sobą łamanie praw politycznych. Jakakolwiek zmiana może być już tylko zmianą na gorsze. Świat przecież został stworzony jako doskonały[15]

Badania i obserwacje na temat wpływu muzyki na postawy człowieka kontynuowane były i w późniejszych wiekach. Szczególny ich rozkwit nastąpił na przełomie XIX i XX w., wraz z rozwojem takich dziedzin nauki, jak psychologia, neurologia i psychiatria. W tym czasie wynaleziono taką aparaturę, jak EEG i EKG, co pozwalało prowadzić nie tylko jakościowe, ale i ilościowe pomiary nad związkami między strukturą a działaniem muzyki. Muzykę analizowały i badały wszechstronnie całe sztaby różnych specjalistów. Sztuka muzyczna znalazła się w centrum zainteresowań takich dziedzin nauki, jak: filozofia, estetyka energetyczna, psychologia eksperymentalna, psychologia muzyki, psychologia

komunikatywna muzyki, psychoanaliza, neurologia, psychiatria, teoria muzyki, muzykoterapia, czy wychowanie estetyczne. Rozpoczęte przeszło dwa wieki temu wszechstronne prace nad znaczeniem w muzyce, a kontynuowane w czasach współczesnych, pozwoliły lepiej niż dotychczas rozumieć istotę sztuki muzycznej i skuteczniej ją eksplorować w różnych obszarach działalności ludzkiej. Jednym z istotnych osiągnięć tak szeroko zakrojonych badań było ustalenie, iż o ile pierwotnie muzyce przypisywano znaczenie abstrakcyjne, asemantyczne (w odróżnieniu od innych dziedzin sztuki, np. malarstwa, poezji), to współcześnie zaczęto rozpatrywać ją jako formę komunikatu; choć niewerbalnego, to o konkretnym znaczeniu.

Jak wykazały liczne rozprawy z zakresu teorii muzyki i wychowania estetycznego, muzyka obecnie uznawana jest za formę działalności ludzkiej o konkretnym znaczeniu. Mówiąc najogólniej (i w bardzo dużym skrócie) muzyka jest wyrazicielką różnego rodzaju uczuć, nastrojów i emocji, które są bliskie przeżyciom każdego człowieka. Jednak, jak zauważa E. Galińska (polska muzykoterapeutka i psychoterapeutka), emocje, uczucia zawarte w dziele muzycznym należy traktować jako desygnaty szczególne. Wg autorki, emocje muzyczne nie są emocjami jednostkowymi. "Są to emocje estetyczne stanowiące syntezę (tj. zawierające sumę alternatywnych komunikatów emocjonalnych) i stylizację uczuć indywidualnych, psychologicznych. Stąd tak łatwo przypisać znaczeniom muzycznym różne treści symboliczne, np. dokonać (...) projekcji cech własnej osobowości." [16]

Właśnie ze względu na taką swą naturę, muzyka jest wyjątkowo bliska uczuciom człowieka i stąd posiada ona ogromny wpływ na ich jakość i natężenie. Jak wykazują badania, znacznie większe, niż komunikaty werbalne.

Najnowsze badania wskazują, iż muzyka działa na kilka sfer organizmu człowieka. W zakresie CUN działa na: emocje, procesy poznawcze, procesy neurofizjologiczne, psychomotorykę [17]. Wpływa także regulująco na układ wegetatywny (wywołując zmiany w ciśnieniu tętniczym krwi, sile i szybkość pulsu, procesie oddychania), układ mięśniowy, na przemianę materii, układ hormonalny, czy system immunologiczny [18].

Warto również podkreślić (zwłaszcza w kontekście opisywanej tu imprezy Woodstock), iż muzyka nie tylko wzbudza chwilowe zmiany nastroju. Może wywołać także bardziej trwałe zmiany w psychice odbiorcy i wykonawcy, docierając do głębszych jej pokładów, które nie są dostępne świadomości ludzkiej, a w których gromadzą się wyparte różne przeżycia traumatyczne. Muzyka może więc prowadzić albo do naturalnych przeżyć katarctycznych, czy nawet reparacyjnych, albo do pogłębienia różnych konfliktów patologicznych.

Reasumując, muzyka może działać tonująco, wyciszająco, ale i pobudzająco i aktywizująco na emocje i organizm człowieka. Stąd też ma wykorzystanie w różnych działach lecznictwa, profilaktyce, rehabilitacji, psychoterapii, ale i także w procesie dydaktycznym, czy wychowawczym. W tym ostatnim przypadku, może pełnić ważną rolę w kształtowaniu światopoglądu oraz postaw społecznych i moralnych młodzieży [19]. Jak zauważyła E. Lipska - Przychodzińska: „Wzruszenie wywołane muzyką czyni dziecko podatniejszym na wpływy wychowawcze. Treści, jakie niesie muzyka, przede wszystkim w swej warstwie dźwiękowej, ale i w towarzyszących piosence tekstach, kształtują poglądy młodych słuchaczy na istotne wartości w kontaktach społecznych, w środowisku, w stosunku do rodzinnego kraju, kultury rodzimej i innych narodów. Zespołowe czynności muzyczne tworzą interakcje społeczne, w którym dziecko zajmuje prospołeczne postawy, wykazuje zdyscyplinowanie i odpowiedzialność. Kontakt z muzyką i stosunki społeczne, jakie się przy tej okazji tworzą – kształtują bezinteresowne więzi (...). [20].

Niestety, muzyka nie tylko służyła, czy służy szczytnym i konstruktywnym celom wychowawczym. Była i jest również narzędziem w rękach polityków, służącym do sterowania postawami i zachowaniami obywateli (począwszy od czasów walk

plemiennych, poprzez czasy starożytności, po lata współczesne, np. okres panowania Hitlera, czy Stalina). Na fakt ten zwróciła uwagę m.in. Edith Lecourt, francuska psycholog kliniczny, psychoanalityk muzyczny, która napisała w swej książce: "Muzyka używana była regularnie przez władzę polityczną do wychowania obywatela, sprawowania nad nim kontroli, podporządkowywania go sobie (...). Szkolenie młodzieży hitlerowskiej, podobnie jak to miało miejsce w przypadku ludu czy też wojska, nie mogło obyć się bez tej wielkiej dźwigni, jaką była niezwykle skutecznie kontrolowana muzyka. Posunięto się nawet dalej - stała się reklamą Fuhrera w niektórych obozach koncentracyjnych. Wszystkie państwa totalitarne wiedziały, w jaki sposób wykorzystać muzykę, by zdominować naród.[21]".

Czytając słowa francuskiej psychoanalityczki, nie można oprzeć się wrażeniu, że podobne znaczenie (znaczenie polityczne) nadaje muzyce Jerzy Owsiak na festiwalu Woodstock. Analizując charakter imprezy muzycznej, można tu wyodrębnić następujące jej cele, czyli oddziaływania muzyką na młodych odbiorców: cel rozrywkowy (katarktyczny, odprężeniowy), integracyjny (młodzieży z młodzieżą - poziom jawny; oraz młodzieży z politykami - poziom niejawny), wychowawczy (na poziomie jawnym) i cel polityczny (poziom niejawny).

Dobór utworów jest oczywiście nieprzypadkowy, choć jednocześnie trudno nie zauważyć, że oferowana do słuchania muzyka rockowa nie może służyć powszechnie rozumianym celom wychowawczym. Nie takie jest jej przeznaczenie. Jest zbyt prosta, zbyt mało skomplikowana, o zbyt ubogim przekazie znaczeniowym (w sensie muzycznym, a nie werbalnym), zbyt łatwa w odbiorze, by mogła ona wpływać na doskonalenie charakterów młodzieży. Temu może służyć wyłącznie muzyka artystyczna (nawet nie operetkowa, bo ona także ma charakter rozrywkowy i kojarzona jest z tzw. półświatkiem i hmm, co tu dużo mówić, życiem raczej niezbyt przyzwoitym). Przewaga czynnika metro - rytmicznego w muzyce rockowej, sprawia, że słuchany utwór dociera głównie do ośrodków podkorowych - czyli motorycznych i popędowych. A więc stymuluje głównie ośrodki, które odpowiadają głównie za popędy biologiczne, odczuwanie przyjemności zmysłowej, w tym agresji i seksu. Tego rodzaju muzyka służy tylko krótkotrwałemu rozładowaniu napięć psychobiologicznych, ale i tzw. znieczuleniu; jej charakter pobudzający, pozwala tłumić i znieczulać różne, ważne dla zdrowia psychicznego emocje; ma więc ona działanie narkotyzujące, psychotropowe, podobnie jak alkohol, narkotyki, czy inne używki. Głównie sięgają po nią osoby, potrzebujące silnej stymulacji, by móc cokolwiek poczuć (głównie agresję), ale jednocześnie stłumić inne często bolesne emocje. Jak wykazują współczesne badania kliniczne, głównie utożsamiają się z nią osoby, o cechach osobowości zależnej, czyli skłonne do różnych nałogów, ale także skłonne do uzależniania się od innych ludzi. Muzyka rockowa ma tu służyć egzystowaniu wg zasady przyjemności i jednocześnie odcinaniu się od głębszych przeżyć. Na dłuższą metę, muzyka ta ma charakter destrukcyjny i wyniszczający emocjonalnie. Sprzyja agresji, autoagresji i uzależnieniom. Stąd, jak zauważyłam na początku niniejszego posta, nie dziwią mnie wcale tak częste na imprezie Owsiaaka, akty wandalizmu, agresji, czy sięgania po używki (przypominam, że piffko, to też alkohol i też uzależnia) przez przebywającą tam młodzież.

Zatem czemu ma służyć serwowana na Woodstocku przez Owsiaaka muzyka? Chyba nie wychowaniu i konstruktywnemu rzeczywistości percypowaniu? „Nie ten gatunek, nie to działanie”. Ma przede wszystkim być źródłem dość elementarnych rozkoszy zmysłowych, odczuwania przyjemności, oddalania się od prawdy o sobie i prawdy o życiu (młody człowiek ma funkcjonować nie wg zasady rzeczywistości, lecz zasady przyjemności), złudnego poczucia wolności (p. złudne katharsis w ujęciu orfickim, a w rzeczywistości pogłębianie cech zależności) i łączenia tychże odczuć nie tyle w kontekście relacji z rówieśnikami, czy w relacji z samą organizacją OŚW, lecz może przede wszystkim, w kontekście z konkretnymi opcjami politycznymi. Struktura i znaczenie, serwowanego na talerzach i w kuflach rocka, ma kojarzyć się z nagrodą. Młodzież ma nabierać przekonania, że jedynym źródłem „Miłości, Przyjaźni” i przyjemnego życia w Polsce, mogą być tylko określone ugrupowania tj. lewica bądź liberałowie. Resztę trzeba wystrzelać (p. nawoływanie kilka lat temu przez Owsiaaka do „strzelania przez młodzież do

kaczek” - po dojściu Kaczyńskich do władzy), bo sieje nienawiść., zło i zniewolenie. I takim komunikatom i konotacjom służy rockowa muzyka , oferowana przez Owsiaka na przystanku Woodstock...

- [1] W. Tatarkiewicz, Historia Estetyki. Ossolineum. 1962.
- [2] E. Galińska, W poszukiwaniu dźwięku, który uzdrawia. Poglądy na lecznicze działanie muzyki., „Albo albo - Inspiracje Jungowskie”. Solarium. Warszawa 1992.
- [3] W. Tatarkiewicz, Estetyka starożytna. PAN. Kraków 1960.
- [4] G. M. Hamel, Przez muzykę do samego siebie. Wyd. Sartorius. Wrocław 1995.
- [5] W. Tatarkiewicz, Estetyka starożytna, op. cit.
- [6] Ibidem.
- [7] E. Galińska, op. cit.
- [8] Ibidem.
- [9] Arystoteles, Polityka, 1342 a, rozdz. VII, 5, przeł. L. Piotrowicz. Wrocław 1953.
- [10] W. Tatarkiewicz, Estetyka starożytna, op. cit.
- [11] Ibidem.
- [12] Ibidem.
- [13] Ibidem.
- [14] Ibidem.
- [15] E. Galińska, op. cit.
- [16] E. Galińska, Muzyka w terapii. Psychologiczne i fizjologiczne mechanizmy jej działania W: Człowiek - muzyka - psychologia. Książka dedykowana Profesor Marii Manturzewskiej. Akademia Muzyczna im. Fryderyka Chopina. Katedra Psychologii Muzyki. Warszawa 2000, s.7
- [17] T. Natanson, Wstęp do nauki o muzykoterapii. Ossolineum. Wrocław 1979.
- [18] Ibidem.
- [19] S. Szuman, O sztuce i wychowaniu estetycznym. WSiP. Warszawa 1990.
- [20] E. Lipska, M. Przychodzińska, Muzyka w nauczaniu początkowym. Metodyka. WSiP. Warszawa 1991.
- [21] E. Lecourt, Władza polityczna a muzyka, w: Muzykoterapia czyli jak wykorzystać siłę dźwięku. VIDEOGRAF II. Katowice 2008.