«Θεραπείες» μέσω τεχνών: Α΄ Μουσικοθεραπεία (Ελένη Ανδρουλάκη, Καθηγήτρια)

Categories : ΘΕΟΛΟΓΙΑ

Date : 18 Μαΐου, 2007

(Πηγή: ΙΕΡΑ ΜΗΤΡΟΠΟΛΗ ΓΛΥΦΑΔΑΣ, ΠΡΩΤΗ ΔΗΜΟΣΙΕΥΣΗ: "*Παρακαταθήκη*" *ΙΑΝ - ΦΕΒ 2007)*

Αναμφισβήτητη είναι η αξία της τέχνης που αποτελεί για τον άνθρωπο μέσο έκφρασης, επικοινωνίας και δημιουργίας. Παρά τις απόψεις των αρνητών της τέχνης, η μουσική, ο χορός, το θέατρο, η ζωγραφική έχουν τη θέση τους στη ζωή μας και μπορούν να αποτελέσουν εργαλεία καλλιέργειας, έκφρασης, ψυχαγωγίας, ανθρώπινης προσέγγισης. Στην Ορθόδοξη Εκκλησία χρησιμοποιείται η βυζαντινή μουσική και η αγιογραφία για να εκφράσει ο άνθρωπος τη λατρεία του προς το Θεό και την αγάπη του για τους Αγίους. Είναι όμως οι τέχνες θεραπευτικές; Και γιατί όλη αυτή η εμμονή για την «θεραπεία μέσω τεχνών» που έκανε την εμφάνισή της τον 20ο αιώνα; Δε μιλάμε πια για τη χρήση των τεχνών, αλλά για την απολυτοποίησή τους. Όπως επισημαίνεται σε έρευνα για το ρόλο των τεχνών σήμερα, «οι επιστήμονες, βασιζόμενοι σε εθνολογικές και ανθρωπολογικές μελέτες, ανακάλυψαν τις θεραπευτικές ιδιότητες της τέχνης και τις μεθόδευσαν για να αντιμετωπίζουν ψυχοσωματικά προβλήματα. Είναι μάγοι του 20ου αιώνα, που δεν χρησιμοποιούν βότανα, ξόρκια ή άλλου είδους γιατροσόφια, απλώς θέλουν να επαναφέρουν τη χαμένη μαγεία της τέχνης στους ανθρώπους της σύγχρονης ασφυκτικής πόλης, να τους μυήσουν στην τελετουργία της δημιουργίας» [1]. Ο λόγος για **τη μουσικοθεραπεία, τη χοροθεραπεία, τη δραματοθεραπεία και την εικαστική θεραπεία (art therapy)**, γνωστές ως «θεραπείες μέσω των τεχνών», οι οποίες ορίζονται ως «μη ορθόδοξες μέθοδοι ψυχοθεραπείας» [2], ως «εναλλακτικές ή ολιστικές θεραπείες», ως «νέοι δρόμοι στην ψυχοθεραπεία», «νέες θεραπείες» [3]. Ανήκουν στο ολιστικό μοντέλο υγείας [4], έχουν νεοεποχίτικα χαρακτηριστικά και διατείνονται ότι μπορούν να θεραπεύσουν. Οι ίδιοι οι «θεραπευτές μέσω τεχνών» φροντίζουν εξαρχής να διασαφηνίσουν ότι δεν ασχολούνται με την προσθήκη τέχνης στη θεραπεία, ούτε με την προσθήκη θεραπείας στην τέχνη, αλλά με μεθόδους που αποτελούν νέες συνθέσεις, ξεχωριστές οντότητες.

2. Τι είναι η μουσικοθεραπεία

Θα πρέπει να έγινε ήδη σαφές ότι άλλο η μουσική και η αξία της, άλλο η μουσική

αγωγή, άλλο η απλή μουσική ακρόαση και τα πιθανά θετικά αποτελέσματά της και άλλο πράγμα η μουσικοθεραπεία. Η μουσικοθεραπεία ορίζεται ως η χρήση της μουσικής «για να επιτευχθούν θεραπευτικοί στόχοι» [5], οι οποίοι «απευθύνονται στις σωματικές, συναισθηματικές, διανοητικές και κοινωνικές ανάγκες των ατόμων» [6]. Όπως μας βεβαιώνουν οι μουσικοθεραπευτές, η μουσικοθεραπεία «χρησιμοποιείται σε όλων των ειδών τις ψυχικές και σωματικές παθήσεις» [7] και μπορεί να βοηθήσει τον άνθρωπο σε οποιαδήποτε ηλικία και σε οποιαδήποτε ψυχοσωματική κατάσταση: στη σχέση με τον εαυτό του και τους άλλους, στο τρακ, στο άγχος, στην κατάθλιψη, σε συναισθηματικές διαταραχές, σε ψυχοσωματικές διαταραχές, σε εγκεφαλικά, σε καρδιοπάθειες, σε καρκίνο, σε ειδικές ανάγκες, σε ψυχιατρικές παθήσεις κλπ» [8]. Εφαρμόζεται «στη **διάγνωση και θεραπεία** παιδιών και ενηλίκων» που πάσχουν από πλήθος προβλημάτων, μεταξύ των οποίων: «αυτισμός, μαθησιακές δυσκολίες, γεροντική άνοια, φυσικές αναπηρίες, σχιζοφρένεια...» [9], αλλά και σε ασθενείς που κακοποιήθηκαν σεξουαλικά ή είναι φορείς του AIDS [10]. Αξιοπρόσεκτο είναι ότι στους στόχους της μουσικοθεραπείας περιλαμβάνονται «η μεταφυσική θεραπεία» [11], η απόκτηση «αυτογνωσίας» [12], αλλά και η «αυτοπραγμάτωση» [13].

2.1. Οι απαρχές της μουσικοθεραπείας

«Η θεραπευτική δράση της μουσικοθεραπείας έχει τις ιστορικές της ρίζες στην αρχαία Ελληνική παράδοση, αλλά και στις παραδόσεις άλλων λαών της Ανατολής» [14]. Οι αρχαίοι Έλληνες πίστευαν ότι η μουσική είναι δώρο των θεών στον άνθρωπο και ότι αντιπροσώπευε κινήσεις της ψυχής. Ο Απόλλων θεωρείτο ότι «προστάτευε την αρμονία της ζωής με τη μαντική, τη μουσική και την ιατρική τέχνη» [15]. Στα Ασκληπιεία, τους ναούς που ήταν αφιερωμένοι στον Ασκληπιό -υιό του Απόλλωνος- η μουσική χρησιμοποιείτο για θεραπευτικούς σκοπούς. Επίσης, ο Ασκληπιός «με τους ήχους της μουσικής κατεύναζε τις έριδες και αποκαθιστούσε την ακοή σε κουφούς» [16]. Οι Αρχαίοι Έλληνες χρησιμοποιούσαν ειδικούς ύμνους, τις λεγόμενες «επωδούς», για τη θεραπεία ανθρώπων και ζώων [17]. Ο Θεόφραστος θεωρούσε ότι η επιληψία μπορούσε να μετριαστεί από τους ήχους του αυλού, ενώ ο Κέλσος συνιστούσε κύμβαλα για τη θεραπεία της παραφροσύνης [18]. Οι Πυθαγόρειοι υποστήριζαν ότι «το σύμπαν, η ψυχή και η μουσική υπόκεινται στις ίδιες αρμονικές σχέσεις, η διάσπαση των οποίων επιφέρει ψυχικές ασθένειες, που η μουσική έχει τη δύναμη να θεραπεύσει» [19]. Και αυτό γιατί είχαν την αντίληψη ότι «ο κόσμος των ήχων και ο εσωτερικός κόσμος της ψυχής συνδέονται με μια μυστική συγγένεια» [20]. Έτσι λοιπόν χρησιμοποιούσαν μελωδίες για να θεραπεύσουν πάθη -την απελπισία, την οργή κλπ- αλλά και τους δυνατούς πόνους. Οι Ορφικοί, από τη άλλη, «ισχυρίζονταν ότι οι επωδές τους είχαν τόση δύναμη που μπορούσαν να καθάρουν ακόμη και αμαρτίες προγόνων» [21]. Ο Δημόκριτος πίστευε ότι οι ήχοι του αυλού έχουν θετική επίδραση στο πάσχον μέρος του σώματος. Οι προ-επιστημονικές αυτές

αντιλήψεις του Δημόκριτου και των Πυθαγορείων αποτελούν τις βάσεις για τις δύο κύριες σχολές της μουσικοθεραπείας σήμερα [22].
Η Αίγυπτος, η Ινδία και η Κίνα έχουν τις δικές τους παραδόσεις για τον ήχο και τις «θεραπευτικές» του ιδιότητες. Οι Αιγύπτιοι πίστευαν ότι ο θεός Θωθ δημιούργησε τον κόσμο με μόνο τον ήχο της φωνής του [23]. Επίσης, πίστευαν στην ευνοϊκή επίδραση της μουσικής στη γυναικεία γονιμότητα [24]. Για τους Ινδούς «το σύμπαν δημιουργήθηκε από ένα ηχητικό ερέθισμα που πηγάζει από τα βάθη του χάους» [25] -το Ωμ θεωρείται για τους Ινδουιστές ο ήχος της δημιουργίας του κόσμου- και «ο Βράχμα ή η δημιουργική του δύναμη Σαρασβάτι, ήταν αυτός που έδωσε τις αρχές» της μουσικοθεραπείας, «ο δε Ισβάρα, ένα από τα πρόσωπα της Ινδικής Τριάδος ήταν εκείνος που θεμελίωσε το μουσικό σύστημα» [26]. Κατά την αρχαιότητα οι θεραπευτές στην Ανατολή θεράπευαν ασθένειες ψυχολογικής φύσεως με το τύμπανο και το τραγούδι τους, αναγκάζοντας τον ασθενή να ταλαντεύει το κεφάλι του σύμφωνα με το ρυθμό [27]. «Στην αρχαία Κίνα η μουσική [ε]θεωρείτο απεικόνιση της συμπαντικής τάξης... Η κυκλική φύση του σύμπαντος και η αλληλεπίδραση Γιν και Γιανγκ αποτελούν τη βάση της κινέζικης μουσικής θεωρίας» [28]. Κάποιοι θεωρούν πατρίδα της μουσικοθεραπείας το Θιβέτ, όπου εδώ και αιώνες οι ντόπιοι χρησιμοποιούν ορισμένους ήχους για να θεραπεύσουν ασθένειες. Στα μοναστήρια του Θιβέτ μοναχοί «θεραπεύουν» σωματικές ασθένειες παίζοντας φλογέρα ή τύμπανο σε έναν ορισμένο τόνο, χωρίς διακοπή για εβδομάδες [29]. Επίσης, η ισλαμική μυστικιστική παράδοση των Σούφι δίνει στον ήχο και το ρυθμό ύψιστη σημασία. Οι Σούφι έχουν μια ρυθμική άσκηση η οποία υποτίθεται ότι «θέτει σε ρυθμική κίνηση ολόκληρο το μηχανισμό του σώματος και του νου» [30]. Πιστεύουν ότι υπάρχει ένας ήχος ο οποίος διαρρέει ολόκληρο το σύμπαν [31]˙ μάλιστα όσο περισσότερο ένας Σούφι ακούει αυτόν τον ήχο «τόσο περισσότερο η συνείδησή του ελευθερώνεται από τους περιορισμούς της ζωής» [32].
Να αναφερθεί ακόμη ότι ο ήχος έπαιζε πρωταρχικό ρόλο σε διάφορες πρωτόγονες «θεραπευτικές» τελετουργίες, όπως αυτές των σαμάνων οι οποίοι μέχρι σήμερα προσπαθούν με τη μουσική και το χορό να διώξουν τα κακά πνεύματα που θεωρούνται υπεύθυνα για κάθε ασθένεια [33].

2.2. Η εξέλιξη της μουσικοθεραπείας

Από τις θεραπευτικές πρακτικές των πρωτόγονων ανθρώπων και την πρωτόγονη πίστη στη μαγική δύναμη του ήχου εξελίχθηκαν σταδιακά διάφορες εναλλακτικές «θεραπείες» μέσω τεχνών [34]. Την εποχή του Μεσαίωνα, η μουσική χρησιμοποιείτο στα νοσοκομεία για θεραπευτικούς λόγους, αλλά και στην περίοδο της Αναγέννησης πολλοί ήταν εκείνοι που συνέχιζαν να πιστεύουν στη θεραπευτική δύναμη της μουσικής [35]. Τον 20ο αιώνα κάνει την εμφάνισή της η σύγχρονη μουσικοθεραπεία. Το 1926 η Alice Bailey, πρόεδρος της Θεοσοφικής Εταιρείας του Λονδίνου, έγραφε ότι

«η μουσική πρόκειται ν' αναδειχτεί σ' ένα από τα κύρια μέσα θεραπείας ως το τέλος του 21ου αιώνα» [36]. Από το 1950 που εμφανίστηκε η πρώτη οργάνωση Μουσικοθεραπείας στην Αμερική ως τις μέρες μας, τα πράγματα εξελίχθηκαν ραγδαία. Υπάρχουν σήμερα πολυάριθμες εθνικές, Ευρωπαϊκές, Αμερικανικές και διεθνείς οργανώσεις μουσικοθεραπείας, αλλά και ένα ανερχόμενο ρεύμα μεμονωμένων ατόμων και ομάδων μουσικοθεραπείας που «υιοθετώντας ως βάση τους τις πυθαγόρειες και προ-πυθαγόρειες ιδέες, μελετούν τους αρχαίους δυτικούς, τους σαμανιστικούς και τους ανατολικούς πολιτισμούς» [37].

2.3. Επιστημονικές ενστάσεις

Εντύπωση προκαλεί ακόμα και στον μη επιστήμονα το εύρος των παθήσεων που διατείνεται ότι θεραπεύει η μουσικοθεραπεία, το οποίο φτάνει μέχρι τη σχιζοφρένεια και τον καρκίνο. Επικαλούμενοι αόριστες «έρευνες ηχοθεραπευτών και βιολόγων», κάποιοι μουσικοθεραπευτές ισχυρίζονται ότι διάφορες συχνότητες της μουσικής, «εκπεμπόμενες από το διαπασών επιφέρουν μεταβολή του χρώματος και της μορφής των κυττάρων του αίματος» [38]. Στην Αμερική η ιδρύτρια του «Οργανισμού Θεραπευτικής Μουσικής» Amrita Cottrell υποστηρίζει πως «έχει αποδειχτεί ότι η μουσική και ο ήχος σκοτώνουν τα καρκινικά κύτταρα» [39]. Άλλοι μουσικοθεραπευτές που ασπάζονται την Παραδοσιακή Κινέζικη Ιατρική –η οποία έχει έντονο φιλοσοφικο-θρησκευτικό χαρακτήρα- έχουν τις δικές τους θεωρίες περί «αντιστοιχίας μεταξύ του ήχου συγκεκριμένων μουσικών οργάνων και της υγιούς κατάστασης των εσωτερικών οργάνων του ανθρώπου» [40]. Έτσι, για παράδειγμα, το ξυλόφωνο και το φλάουτο ενδείκνυνται για τις παθήσεις του ήπατος και της χοληδόχου κύστης, ο ήχος των εγχόρδων συνδέεται με την καρδιά κ.ο.κ. «Για την εξάλειψη των αρνητικών καταστάσεων» ορισμένοι μουσικοθεραπευτές έχουν καταρτίσει ολόκληρους «θεραπευτικούς καταλόγους» μουσικών έργων [41]. Για τις σωματικές παθήσεις κάποιοι προτείνουν συγκεκριμένες αναπνευστικές, μουσικές και άλλες ασκήσεις οι οποίες πρέπει να εκτελούνται με συγκεκριμένη μουσική συνοδεία που επιλέγεται ανάλογα με την περιοχή του σώματος που πάσχει [42]. Υπάρχουν και εκείνοι που εφαρμόζουν θεραπευτική αγωγή με τη χρήση μεμονωμένων συχνοτήτων διότι πιστεύουν ότι «ο ήχος δρα απ' ευθείας πάνω στο σώμα, οπότε μπορούμε να κατευθύνουμε τις συχνότητες στα συγκεκριμένα μέρη του σώματος που χρειάζονται φροντίδα» [43].
Η Barbara Crowe -η οποία υπήρξε πρόεδρος της Αμερικανικής Ένωσης Μουσικοθεραπείας- μιλά για την θεραπευτική επίδραση της μουσικής και του ρυθμού και επισημαίνει ότι «**υπάρχει μια σαφής, ευδιάκριτη παραλληλία μεταξύ του παραδοσιακού σαμανισμού και των πρακτικών που εφαρμόζουμε στη μουσικοθεραπεία σήμερα**» [44]. Κάποιοι μουσικοθεραπευτές μάλιστα χρησιμοποιούν τη μέθοδο του Αϊτινού Χερνς Ντυπλάν «Πρωτόγονη Έκφραση», η

οποία εστιάζεται στο ρυθμό του πρωτόγονου ταμ-ταμ, τον οποίο κρατούν οι θεραπευόμενοι με τα πόδια τους καθ' όλη τη διάρκεια της συνάντησης [45]. Κάποιοι άλλοι χρησιμοποιούν τεχνικές που συνδυάζουν τη μουσική με τα χρώματα [46]. Η Dorothy Retallac, συγγραφέας του βιβλίου «Ο Ήχος της Μουσικής και τα Φυτά», γράφει: «όταν η μαγική δύναμη του ήχου και του χρώματος ξανα-ανακαλυφθούν και κατευθυνθούν σε συγκεκριμένους στόχους, θα υπάρξουν ενέργειες μιας ανώτερης διάστασης, οι οποίες θα υπερβαίνουν αυτές που έχουν απελευθερωθεί σήμερα» [47].
Το πόσο όλα αυτά έχουν σχέση με επιστήμη μπορεί να το αντιληφθεί ο κάθε σκεπτόμενος άνθρωπος. Ίσως βέβαια όλοι οι μουσικοθεραπευτές να μην ασπάζονται τις ανωτέρω δοξασίες. Εξετάζοντας όμως τα τεκταινόμενα σε μια κλασική «μουσικοθεραπευτική συνεδρία» και παρά την καλή διάθεση που μπορεί να έχουν οι περισσότεροι μουσικοθεραπευτές να βοηθήσουν, προσκρούουμε πάλι σε αμφιλεγόμενες έννοιες και πρακτικές. Καταρχάς για να γίνει η διάγνωση, ο μουσικοθεραπευτής πρέπει να ανακαλύψει την «ηχητική ταυτότητα» του ασθενούς [48]. Γιατί «ο άνθρωπος είναι σα μουσικό όργανο με τη μοναδική του ταυτότητα…Η αναπνοή, οι σφυγμοί της καρδιάς, η χροιά, η τοποθέτηση και ένταση της φωνής και των κινήσεων, καθώς επίσης οι ήχοι των σκέψεων και των συναισθημάτων συνθέτουν τη μουσική ταυτότητα του ανθρώπου» [49]. Η διαδικασία της θεραπευτικής προσπάθειας εξελίσσεται σε τρεις φάσεις: «προετοιμασία και κάθαρση», παρατήρηση του ασθενούς στο μη λεκτικό πεδίο και «ηχητικός διάλογος». Επιπλέον, στο ερωτηματολόγιο που πρέπει να απαντήσει ο καθένας που προτίθεται να ξεκινήσει μουσικοθεραπεία, ο υποψήφιος θεραπευόμενος καλείται, μεταξύ άλλων, να γράψει τις «ηχητικές αναμνήσεις [του] από την περίοδο της εγκυμοσύνης» και τις «ηχητικές αναμνήσεις της γέννησης και των πρώτων ημερών της ζωής» του [50]!
Με το θέμα των ενδομήτριων ήχων ασχολήθηκε ο Alfred Tomatis, ο οποίος επινόησε το 1950 τη μέθοδο της «ακουστικο-ψυχο-φωνολογίας», γνωστή ως **μέθοδος Τοματίς**. Ο Τοματίς, ωτορινολαρυγγολόγος ο οποίος διώχθηκε από τις ιατρικές αρχές το 1977 [51], υποστήριξε ότι «η πρωταρχική λειτουργία του αυτιού δεν είναι να ακούει, αλλά να τροφοδοτεί με ενέργεια τον εγκέφαλο» [52] και ότι οι ήχοι υψηλής συχνότητας «ενεργοποιούν» τον εγκέφαλο, ενώ οι ήχοι χαμηλής συχνότητας εξαντλούν την ενέργεια [53]. Επίσης, ότι τα συμπτώματα διαφόρων διαταραχών όπως οι μαθησιακές δυσκολίες, ο αυτισμός κτλ δεν προκαλούνται από τις συγκεκριμένες διαταραχές, αλλά από ένα πρόβλημα αισθητηριακής ρύθμισης που ξεκινά από το εσωτερικό αυτί. Καμία από τις ανωτέρω θέσεις δεν αποδεικνύεται επιστημονικά και όπως χαρακτηριστικά επισημαίνουν ερευνητές από το πανεπιστήμιο του Vanderbilt στην Αμερική, οι δοκιμασίες και οι μελέτες που συνήθως χρησιμοποιούνται για να προσδοθεί εγκυρότητα στη μέθοδο είναι «ή μη επιστημονικές ή διεξήχθησαν από κέντρα που προσπαθούσαν να 'πουλήσουν' το πρόγραμμα» [54]. Η άλλη θεωρία στην οποία στηρίχθηκε ο Τοματίς ήταν ότι το έμβρυο αναγνωρίζει τη φωνή της μητέρας και η συνακόλουθη θ.epsilon;ραπευτική που ανέπτυξε βασίζεται στην ακρόαση φιλτραρισμένων ήχων σε υδάτινο περιβάλλον. Αυτό γίνεται με τη χρήση μιας συσκευής, γνωστής ως «ηλεκτρονικό αυτί» η οποία

φιλτράρει τον ήχο της φωνής της μητέρας και τη μουσική που ακούγεται, ώστε να απουσιάζουν οι χαμηλές συχνότητες. Κατ' αυτόν τον τρόπο λένε ότι θεραπεύονται μαθησιακές δυσκολίες, διαταραχές ψυχισμού και συμπεριφοράς, υποβοηθείται η εκμάθηση ξένων γλωσσών, γίνεται ηχοθεραπευτική αγωγή της εγκύου ώστε «να ενεργοποιηθεί κατάλληλα το αυτί του εμβρύου» κτλ [55]. Οι προαναφερθείσες θεωρίες και τεχνικές, οι οποίες εφαρμόζονται σήμερα σε 250 κέντρα Τοματίς στον κόσμο, δεν έπεισαν ποτέ τους ειδικούς της ιατρικής και της ακουστικής οι οποίοι τονίζουν ότι η φωνή της μητέρας καταπνίγεται από το φίλτρο του αμνιακού υγρού και την παρουσία άλλων ήχων (καρδιακών παλμών, πέψης κλπ...) καθώς και ότι το αυτί του εμβρύου είναι φραγμένο με βλέννα η οποία εξαφανίζεται μόνο μετά τη γέννηση [56]. Μάλιστα ο ψυχίατρος και εγκληματολόγος Dr Jean-Marie Abgrall αναφέρει ότι μία ασθενής του Τοματίς κατέφυγε στη δικαιοσύνη όταν η εν λόγω μέθοδος απέτυχε να την θεραπεύσει. Το δικαστήριο αποφάνθηκε ότι «το 'ηλεκτρονικό αυτί' είναι απλώς ένα φτηνό ηχόμετρο χωρίς θεραπευτική λειτουργία» [57] και επέβαλε την καταβολή αποζημίωσης.

2.4. Φιλοσοφικο-θρησκευτικές προεκτάσεις

Πόσο επιστημονική, εξάλλου, θα μπορούσε να ήταν μια μέθοδος που απορρέει, ενσωματώνει και επεκτείνεται σε φιλοσοφικο-θρησκευτικές αντιλήψεις; Τι σχέση με επιστήμη έχουν τα γραφόμενα από τους μουσικοθεραπευτές για «**δόνηση θετικής ενέργειας**», «**τσάκρας**», «**ανακατεύθυνση της ενεργειακής ροής**», **μάντρα, γιν-γιανγκ και διαλογισμό** [58];
Πρώτα-πρώτα, η προσπάθεια του μουσικοθεραπευτή να βρει την «ηχητική ταυτότητα» του ασθενούς για να κάνει τη «θεραπεία», μας παραπέμπει στους γιατρούς-μάγους των πρωτόγονων κοινωνιών οι οποίοι «εκτιμούσαν πως μπορούσαν να θεραπεύσουν τους ασθενείς τους μόνο αφού ανακάλυπταν τον τελείως προσωπικό κρυφό τους ήχο» [59]. Πολλοί οπαδοί των ανατολικών θρησκειών διαλογίζονται για να βρουν τον «εσωτερικό τους ήχο», ο οποίος πιστεύουν ότι ταυτίζεται με τον ήχο τον οποίο «ασυνείδητα θυμούνται από τη μήτρα» [60] και ο οποίος θα επιφέρει μεγαλύτερη «ενεργοποίηση». Αλλά και οι γκουρού δίνουν στον κάθε μαθητή το δικό του προσωπικό ήχο. Κάποιες φορές γίνεται «χρήση φωνηέντων ως μέρος της θεραπευτικής αγωγής», τα φωνήεντα χωρίζονται σε φωνήεντα Γιν και φωνήεντα Γιανγκ και διακρίνονται ανάλογα με την περιοχή του σώματος που επηρεάζουν [61]. Επίσης, σε μια άλλη τεχνική που είναι γνωστή ως «**ψυχοφωνία**», «ο θεραπευτής στέκεται πίσω από τον ασθενή, ο οποίος είναι όρθιος και παράγει ήχους τους οποίους κατευθύνει προς τη σπονδυλική στήλη. Ανάλογα με την αντανάκλαση του ήχου γίνονται η διάγνωση και η θεραπεία» [62]. Ο «θεραπευτής» ανεβάζει τη φωνή του «τρεις οκτάβες... χρησιμοποιώντας μια συλλαβή, το '**ΩΜ**' και μετά κατεβαίνει. Οι τρεις αυτές οκτάβες αντιστοιχούν σε όλο το ανθρώπινο σώμα, από τον κόκκυγα, μέχρι την κορυφή του κεφαλιού» [63]. Κι αυτό γιατί στις ανατολικές θρησκείες για

να επέλθει η θεραπεία χρειάζεται η «ενεργοποίηση» των υποθετικών κέντρων «ενέργειας», των τσάκρας, τα οποία «ανταποκρίνονται με συγκεκριμένο τρόπο σε ορισμένους τόνους και συχνότητες» [64].

Ένα άλλο χαρακτηριστικό παράδειγμα που αποδεικνύει το όλο φιλοσοφικο-θρησκευτικό υπόβαθρο είναι **η μουσικοθεραπεία GIM**, μία από τις επικρατέστερες μουσικοθεραπευτικές προσεγγίσεις παγκοσμίως. Πρόκειται για «μια μουσικοθεραπευτική διαδικασία πρόσβασης στην ανθρώπινη ψυχή που οδηγεί στην αυτοπραγμάτωση και τη θεραπεία» [65]. Η μέθοδος αυτή «σχεδιάστηκε για να διευκολύνει την πρόσβαση στα υψηλότερα επίπεδα συνειδητότητας», «εκεί που κείτονται τα βασίλεια της αυτογνωσίας, της αυτοπραγμάτωσης, της μνήμης, των ονείρων και των βαθιών υπερβατικών και πνευματικών εμπειριών» [66]. Υποστηρίζεται ότι «η μουσική επικαλείται τις θεραπευτικές δυνάμεις του σύμπαντος» [67] και γίνεται χρήση πρακτικών διαλογισμού, η πρακτική της καθοδηγούμενης φαντασίας σε μια κατάσταση αλλαγμένης συνειδητότητας [68] και ο σχεδιασμός μαντάλα [69]. Τα μαντάλα, που είναι γεωμετρικά σχήματα θεωρούμενα ότι«αποτυπώνουν εκφράσεις δονήσεων από το Σύμπαν», χρησιμοποιούνται σε θρησκευτικές τελετουργίες και ως βοηθητικά διαλογισμού. Να αναφερθεί ακόμη ότι η δημιουργός της μεθόδου GIM, η Helen Bonny, επινόησε τη μέθοδο «εμπνεόμενη από μια μυστικιστική εμπειρία που είχε με τη μουσική» [70].

Η θρησκευτική πρακτική του διαλογισμού, όπως ασκείται στον ινδουισμό και το βουδισμό, είναι παρούσα στις περισσότερες μουσικοθεραπευτικές προσεγγίσεις [71]. Σε κάποιες περιπτώσεις μάλιστα συστήνεται να γίνεται η μουσικοθεραπεία μαζί με ασκήσεις γιόγκα [72], ή μαζί με αρωματοθεραπεία, βελονισμό [73] κτλ. Νέα κράματα, όπως το «ηχομασάζ» όπου με ήχους «καθαρίζεται η αύρα», ο «ηχοβελονισμός», όπου εφαρμόζονται ήχοι σε σημεία βελονισμού, το «τσάννελινγκ τραγουδιού» που επινοήθηκε από σύγχρονο Αμερικανό μουσικοθεραπευτή, διαδίδονται όλο και περισσότερο.

Όλες αυτές οι μέθοδοι μουσικοθεραπείας και λοιπών παράλληλων πρακτικών συναντώνται σε διάφορες παραθρησκευτικές ομάδες, άσραμ, κέντρα γιόγκα κτλ. Πώς όμως έχουν εισχωρήσει και μέσα σε Πανεπιστήμια; Και πώς προσπαθούν να διεισδύσουν ακόμα και σε χώρους εκκλησιαστικούς; Κάποιοι μουσικοθεραπευτές δηλώνουν ότι προτίθενται να κάνουν «ερευνητικά πειράματα μουσικοθεραπείας πάνω στη βυζαντινή μουσική». Λες και η βυζαντινή μουσική λειτουργεί όπως τα μάντρα που «θεραπεύουν» με τους ήχους τους. Οι χριστιανοί γνωρίζουν ότι η θεραπεία προέρχεται από το Θεό και όχι από τους «θεραπευτικούς ήχους» της μουσικής ή των ψαλμών.

---

[1] Σε έρευνα που εκπονήθηκε στο πλαίσιο προγράμματος Αγωγής Υγείας

[2] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, *Μουσική και Ψυχολογία -Εισαγωγή στη μουσικοθεραπεία*, Θυμάρι, 2003, σελ. 26

[3] *Σύχρονες Ψυχοθεραπείες*, συλλογικό έργο, Π. Ασημάκης, 2001, σελ. 501

[4] Ιωάννης Μακρής & Δήμητρα Μακρή, *Εισαγωγή στη Μουσικοθεραπεία*, Γρηγόρης, 2003, σελ. 31

[5] http://en.wikipedia.org/wiki/Music_therapy

[6] www.musictherapy.org/quotes.html

[7] Οδηγός Σύγχρονης Θεραπευτικής, ετήσια έκδοση για τις εναλλακτικές θεραπείες, 2002-2003, σελ. 197

[8] Ντόρα Ψαλτοπούλου, «Συνεργάτες στην θεραπεία», *Η Καθημερινή (Επτά Ημέρες),* 1 Φεβρουαρίου 2004

[9] http://www.peemde.gr/index2.php?option=com_content&task=view&id=306&Itemid=0&pop=1&page=0

[10] ένθ. ανωτέρω

[11] www.angelfire.com/sc3/smmindex/musictherapyfaqs.html

[12] http://musictherapy.gr/page2.html

[13] Ντόρα Ψαλτοπούλου, «Συνεργάτες στην θεραπεία», *Η Καθημερινή,* ένθ. ανωτ.

[14] Θανάσης Δρίτσας, «Ο Σαμάνος, ο Μάγος και ο θεραπευτής», περιοδικό *Ανεξήγητο*, τεύχος 208, Φεβρουάριος 2006

[15] http://www.peemde.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=306&Itemid=0

[16] Σεργκέι Σαμπουτίν, *Ιατρικές Δυνάμεις της Μουσικής*, PLS, 2005, σελ. 16

[17] http://www.archive.gr/modules.php?name=News&file=article&sid=122

[18]http://www.peemde.gr/index2.php?option=com_content&task=view&id=306&Itemid=0&pop=1&page=0

[19] http://www.peemde.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=349&Itemid=0

[20] Απόστολος Κώστιος, «Μουσικοθεραπεία ανά τους αιώνες», *Η Καθημερινή,* ένθ. ανωτ.

[21] http://www.archive.gr/modules.php?name=News&file=article&sid=122

[22] Απόστολος Κώστιος, «Μουσικοθεραπεία ανά τους αιώνες», *Η Καθημερινή,* ένθ. ανωτ.

[23] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ 19

[24] http://www.peemde.gr/index.php?option=com_content&task=view&id=349&Itemid=0

[25] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ. 19

[26] http://www.nea-acropoli-thes.gr/articles.php?lng=gr&pg=435&prt=2

[27] www.esoterica.gr/articles/alt_med/musicother/musicther.htm

[28] Randall McClellan, *Οι θεραπευτικές δυνάμεις της μουσικής*, Fagotto, 1997 σελ. 120

[29] Walter Gutdeutsch, *Μουσική και Ιατρική*, εκδ. Νέα Ακρόπολη, 1999, σελ. 36-37

[30] Ιναγιάτ Χαν, *Ο μυστικισμός του ήχου*, Πύρινος Κόσμος, 1992, σελ. 81

[31] http://www.nea-acropoli-thes.gr/articles.php?lng=gr&pg=435&prt=2

[32] Ιναγιάτ Χαν, ένθ. ανωτ., σελ. 111.

[33] Παναγιώτης Μαυρόπουλος, *Σαμάνος ή θεραπευτής*, Πύρινος Κόσμος, 2004, σελ. 45-70

[34] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ. 20-21

[35] μεταξύ αυτών και ο Παράκελσος

[36] Randall McClellan,, ένθ. ανωτ., σελ. 114-115

[37] Randall McClellan, ένθ. ανωτ., σελ. 115

[38] Σεργκέι Σαμπουτίν, ένθ. ανωτ., σελ. 35

[39] www.healingmusic.org/Main/What_Is_Healing.htm

[40] Σεργκέι Σαμπουτίν, ένθ. ανωτ., σελ. 79

[41] Σεργκέι Σαμπουτίν, ένθ. ανωτ., σελ. 128

[42] Σεργκέι Σαμπουτίν, ένθ. ανωτ., σελ. 155-159

[43] Randall McClellan, ένθ. ανωτ., σελ.53

[44] www.healingmusic.org/Main/What_Is_Healing.htm

[45] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ. 68

[46] ένθ. ανωτ.

[47] Morton Walker, *Η δύναμη του χρώματος*, Διόπτρα, 1994 σελ. 227

[48] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ. 45

[49] Ντόρα Ψαλτοπούλου, «Συνεργάτες στην θεραπεία», *Η Καθημερινή,* ένθ. ανωτ.

[50] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ. 47

[51] Jean-Marie Abgrall, *Healing or stealing*, Algora, 2001, σελ.145

[52] Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, *Δραματοθεραπεία – Μουσικοθεραπεία*, Ελληνικά Γράμματα, 1999, σελ. 218

[53] Jack Raso, *Expanded Dictionary of Metaphysical Healthcare*, ηλεκτρονική έκδοση

[54] http://www.vanderbilt.edu/AnS/psychology/health_psychology/TOMATIS.html

[55] http://www.thesoundtherapy.gr/html/body_progs_gr.html

[56] Jean-Marie Abgrall, ένθ. ανωτ., σελ. 146

[57] Jean-Marie Abgrall, ένθ. ανωτ., σελ. 149

[58] Δρίτσας, Ευδοκίμου, Πρίνου, Τοματίς, McClellan, Σαμπουτίν, http://www.medicinbio.com/Greek/index-activities-gr.htm κα

[59] Λιάνα Πρίνου-Πολυχρονιάδου, ένθ. ανωτ., σελ.20

[60] www.coloringtherapy.com/find_the_inner_sound.htm

[61] Randall McClellan, ένθ. ανωτ., σελ. 88-92

[62] Ράνια Ευδοκίμου-Παπαγεωργίου, ένθ. ανωτ., σελ. 235

[63] http://www.mariacharlet.gr/gr/complementary-therapies-greece/sound-therapy.html

[64] www.dhyansanjivani.org/music_therapy.asp

[65] http://members.aol.com/kathysl/questions.html

[66] Εύη Παπανικολάου, «Μουσικοθεραπεία GIM», Περιοδικό *Yoga World*, τεύχος 7, Φεβρουάριος-Μάρτιος 2006

[67] http://members.aol.com/gim4life

[68] http://members.aol.com/kathysl/questions.html

[69] Εύη Παπανικολάου, Περιοδικό *Yoga World*, ένθ. ανωτ.

[70] www.archedigm.com/bonny.html

[71] σε πλήθος σχετικών συγγραμμάτων και ιστοσελίδων

[72] www.bellaonline.com/articles/art43119.asp

[73] Σεργκέι Σαμπουτίν, ένθ. ανωτ., σελ. 192-205

(Πηγή: "Παρακαταθήκη" ΙΑΝ - ΦΕΒ 2007)

Σχετικό άρθρο: «Θεραπείες» μέσω τεχνών: Β΄ Χοροθεραπεία

"Αλλη Οψις": Θα θέλαμε να ευχαριστήσουμε την συγγραφέα του άρθρου για την παραχώρησή του προς δημοσίευση.