

Novinky „Hudba „Proč poslouchat hudbu? Proč poslouchat hudbu?

Napsal Ing. Valdemar Navrátil
Tuesday, 25 March 2008

Žijeme ve světě zvuků vznikajících vibrací těles. Frekvence kmitů určuje výšku tónu, zvuková vlna uvádí do kmitavého pohybu ušní bubínek, ovšem neslyšíme pouze ušima, nýbrž vibrace vnímáme povrchem celého těla i vnitřními orgány. Zvuk způsobuje změny krevního tlaku, tepu a krevního oběhu, ovlivňuje vylučování žaludečních šťáv, pohyb střev a psychomotoriku. Zatímco hluboké tóny působí na dlouhé kosti, vysoké mají přímý vliv na jednotlivé buňky a neurony. Zvukové impulsy působí přímo na vegetativní nervový systém, řídící základní biologické funkce. Naším nejdůležitějším smyslem proto není navzdory všeobecně rozšířenému přesvědčení zrak, ale sluch. Oko je nepřesné, tékavé, hledající, zatímco ucho se umí soustředit a nalézá, jak tvrdili indiští a čínští myslitelé.

Pro naše předky znamenala hudba základní složku života. Léčila choroby, harmonizovala emoce, sloužila k navozování jiných stavů vědomí. Byla mostem mezi lidmi a bohy. Ve všech nábožensko- kulturních systémech nacházíme zvuk a rytmus. Důležitou roli hraje dodnes, její ozvuky nacházíme v etnické hudbě všech kontinentů. Ať jde o zvuk australské píšťaly, africké bubnování nebo japonskou klasickou hudbu. Obyvatelé "západní civilizace" jsou často překvapeni neznámými pocity, které u nich tato hudba vyvolává - uvolňuje zábrany způsobené intelektem a vzděláním, potlačuje ostych a nedůvěru. Hudba všechny kteří mají zájem, zbavuje fyzického i psychického napětí a posiluje představitost a kreativitu.

V devadesátých letech minulého století probíhaly experimenty, které měly otestovat vliv hudby na rozvoj inteligence. Po poslechu Mozartovy hudby se u zkoumaných osob asi na 15 minut výrazně zlepšily výsledky prostorových a inteligenčních testů. Poté se hodnoty vracely k původnímu stavu. Ukázalo se také, že u dětí trvale zapojených do hudebních programů, ve kterých hudbu nejen poslouchaly, ale i provozovaly, se projevilo zvýšení matematických dovedností, zlepšení paměti a prohloubení abstrakce. Na těchto základech vzniklo několik vzdělávacích systémů.

Funguje však pouze hudba exotická? Nebo i současná? Zhruba před třemi sty lety, kdy došlo k rozvoji hudební teorie a ke zdokonalování výroby hudebních nástrojů, vyvstal problém se sladěním všech nástrojů klávesových, dechových a smyčcových. Vzniklo tzv. Bachovo „temperované ladění“. Některé tóny jsou uměle dolaďovány, aby si v daném akordu "sedly" s ostatními nástroji. To ochudilo hudbu o určité frekvence, právě ty nejpřirozenější a pro člověka potřebné. Těmito nedostatky trpíme dodnes a protože každé frekvenci odpovídá nějaký orgán, lze vysledovat souvislost s celou řadou nemocí. Potom poslech asijské a jiné etnické hudby má na nás tak silný účinek, protože používá přirozené frekvence, po kterých touží každá buňka našeho těla. Většina lidí je přesvědčena, že je neslyší, přesto je podvědomě vyhledává. Jsou velmi příjemné a blahodárné pro tělo i duši. Jsou to tóny alikvotní (harmonické). Jejich nejdelší řadu vytvářejí nástroje kovové (zvonky, gongy), nástroje s kovovými strunami (piano, kytara), ale také gregoriánský chorál nebo zpěv tibetských mnichů. Právě tato hudba zpívaná skutečnými mnichy nás nabíjí množstvím energie a uvolňuje skryté možnosti lidského mozku.

Která je tedy ta léčivá? Přeci každá, kterou máme rádi. Nemusí to být šamanské bubny ani japonská flétna. Stačí když bude zahráná bez stresu a negativních emocí, bude upřímná, neagresivní a opravdová. Možnost využít magie hudby má každý z nás. Chce to však, jako všechno na světě, mnoho tisíc hodin každodenního poslechu, mnoho desítek let vývoje vlastní osobnosti při vnímání a obohacování těla i ducha. Proto jsme se rozhodli přinášet Vám recenze hudebních nahrávek, protože věříme, že hifi bez dobré hudby je jen soubor obvodů a drátů, dřeva a kovu. Startujeme tedy seriál o zajímavých nahrávkách a doufáme, že obohatíme Vaše hudební obzory. Hudbě zdar!