

Μουσική και Ύγεια.

Παῦλος Κ. Τούτουζας

Καθηγητής - Διευθυντής τοῦ Ἑλληνικοῦ Ἰδρύματος Καρδιολογίας (ΕΛ.Ι.ΚΑΡ.)

Πλούσιο τὸ τραπέζι, ἑορτὴ γάρ, τοῦ Ἁγίου Κωνσταντίνου καὶ τῆς Ἁγίας Ἑλένης. Εὐάριθμοι οἱ προσκεκλημένοι καὶ ὁ ἄρχων τοῦ οἴκου δίνει ἐντολὴ στὸν υἱὸ μὲ δύο λέξεις: *Μετὰ μύρων...* Πρόκειται γιὰ τὸ δοξαστικὸ - ἑωθινὸ τοῦ δευτέρου ἤχου, ὅπερ ἄδεται εἰς τοὺς Ναοὺς πάντα ἀπὸ τὸν πρωτοψάλτη. Ὅμως ὁ υἱὸς μετὰ τὸ δοξαστικὸ θυμᾶται καὶ τὰ παλιά του: *Ἐσούρωσα κι ἀργήσαμε, μὰ ὅσο καὶ νὰ φταίω...* γιὰ νὰ φέρει ἰλαρότητα στὸ κοινὸ καὶ στὴ συνέχεια μὲ ἄλλα δημοφιλῆ τραγούδια Χατζηδάκι καὶ Θεοδωράκη. Ἄλλαξε ἀμέσως ἡ εἰκόνα, ὄλοι εὐχαριστημένοι καὶ μὲ τὴ μουσικὴ «ὑψοῦνται», πολὺ το κέφι. Θὰ συνεχίσουν ὄλοι μαζὶ γιὰ ἀρκετὴ ὥρα μὲ τὶς παραλλαγὰς τῶν ἤχων, ὑψίφωνοι καὶ μπάσοι τῆς ὁμήγουρας.

Κρατᾶει ἡ μουσικὴ καλὰ.

Στὸ Βυζάντιο ὁ σπινθηρ τῆς πίστεως ἦταν ἐντυπωσιακὸς στοὺς πολῖτες καὶ ἡ ἐκκλησιαστικὴ μουσικὴ, ἡ βυζαντινὴ μουσικὴ, πετᾶ ψηλὰ μὲ τὰ φτερά της. Ἦδη ὁ Ἰωάννης Δαμασκηνὸς (676-749 μ.Χ.) ὀνοματίζει καλύτερα τὴν κλίμακα τῆς ἀρχαίας ὀκτάβας Ὑπάτη, Παρυπάτη, Λίχανος, Μέση, Παραμέση, Παρανήτη, Νήτη ἢ Νεάτη. Ἄντ' αὐτῶν σήμερα χρησιμοποιοῦνται τὰ σύμβολα πᾶ, βοῦ, γά, δί, κέ, ζό, νῖ, πᾶ. Κυρίως ὁ Ἰωάννης Δαμασκηνὸς εἰσάγει τὸ ὀκτάηχο, καὶ ἔτσι τὸ ἄσμα προσδιορίζεται καλύτερα εἰς ἤχον πρῶτον, εἰς ἤχον δεῦτερον, τρίτον καὶ τέταρτον, ὡς ἐπίσης εἰς ἤχους πλαγίους καλουμένους: πλάγιον α', πλάγιον β', βαρὺ, καὶ πλάγιον τοῦ δ'. Μὲ τὸν τρόπο αὐτὸ ταξινομεῖται ἡ βυζαντινὴ μουσικὴ καὶ σπουδάζεται καλύτερα.

Ἡ μουσικὴ εἶχε σημαντικὴ ἀνάπτυξη στὴν ἀρχαία Ἑλλάδα. Ὁ **Ἀρχύτας**, ἀπὸ τὸν Τάραντα τῆς Σικελίας (428-347 π.Χ.), διαπίστωσε πρῶτος, ὅτι ὁ ἤχος παράγεται ἀπὸ δονήσεις σωμάτων, συγκεκριμένα τῶν χορδῶν. Γιὰ νὰ ἔχουμε φωνὴ δονοῦνται οἱ χορδὲς στὸ λάρυγγα καὶ σὲ ὄργανο μὲ δύο, τέσσερις, ἑπτὰ ἢ περισσότερες χορδὲς παράγονται ἤχοι διαφόρων συχνότητων. Στὴν κλίμακα τῆς ὀκτάβας οἱ χαμηλότεροι φθόγγοι ἔχουν καὶ χαμηλότερη συχνότητα δονήσεων τῶν χορδῶν, ἐνῶ ὅσο εἶναι μεγαλύτερη ἡ συχνότητα τόσο ἀνεβαίνουμε στὴν κλίμακα τοῦ πᾶ, βοῦ, γά, δι καὶ ὑψηλότερα στὶς νότες κέ, ζῶ, νῖ καὶ (πάνω) πᾶ. Ἀπὸ τὴν ἀρχαία Ἑλλάδα, ἦσαν καὶ λεπτομέρειες στὶς μουσικὲς νότες, ὅπως ἡ δίεση, ἡ ἀποτομή, τὸ κόμμα, καθὼς ἐπίσης, τὰ τρία γένη, ἑναρμόνιο, διατονικό, χρωματικό. Ἡ διαφορὰ ἐνὸς ἐλάσσονος (10/9) ἀπὸ ἓναν μείζονα τόνο (9/8) εἶναι μικροδιάστημα, γνωστὸ ὡς διδύμιον κόμμα. Αὐτὸ κατέγραψε ὁ Δίδυμος ὁ Ἀλεξανδρεὺς (63 π.Χ.-10 μ.Χ.).

Ὑπάρχουν πολλὰ ἀρχαία κείμενα ποὺ ἀναφέρονται στὴ μουσικὴ. Ὁ Ἀριστοξένος ὁ Ταραντίνος (4ος αἰῶνας π.Χ.) ἔγραψε βιβλία γιὰ τὰ Ἀρμονικά καὶ τὰ Ρυθμικά στοιχεῖα. Ἀργότερα, τὸν 3ο αἰῶνα μ.Χ., ὁ Πορφύριος θὰ μιλήσει γιὰ μουσικὲς αἰρέσεις ἢ ἀπόψεις στὴ μουσικὴ. Ὑπάρχουν πολλές, ἀλλὰ δύο εἶναι οἱ ἐπικρατοῦσες: ἡ **Πυθαγόρεια** τῶν μαθηματικῶν καὶ ἡ **Ἀριστοξένεια** τῆς ἐμπειρίας ἢ ἀκουσματικῆ. Ἡ δευτέρη, τῆς ἐμπειρίας, εἶναι συνηθέστερη μουσικὴ ποὺ στηρίζεται στὸ «καλὸ αὐτί».

Τὸ 5300 π.Χ. ὑπῆρξε αὐλὸς μὲ **χορδές**, ὅπως

ἀνακάλυψε τὸ 1995, ὁ Γ. Χουρμουζιάδης, στὴ λίμνη τῆς Καστοριάς. Τὸ 2700 π.Χ. ὁ Κυκλαδικὸς πολιτισμὸς εἶχε τὸν **αὐλητὴ** καὶ τὸν **ἀρπιστὴ** καὶ ἀργότερα στὸ Μινωικὸ πολιτισμὸ, τὸ 2000 π.Χ., ἦσαν διαδεδομένες ἡ **φόρμιγξ** καὶ ἡ **κιθάρα**. Στὰ ἔγχορδα θὰ περιληφθεῖ καὶ ἡ **πάνδουρις**, πρόδρομος τοῦ νεότερου λαούτου. Ὁ Ὅμηρος μαζὶ μὲ τὰ ὄργανα αὐτὰ ἀναφέρει καὶ τὶς **σάλπιγγες** καὶ σ' αὐτὲς προστίθεται ἡ **λύρα**, στὴν ἀρχὴ μὲ τέσσερις καὶ ἀργότερα μὲ ἑπτὰ χορδές. Μὲ τὴ λύρα μοιάζει καὶ ἄλλο μουσικὸ ὄργανο, ἡ **βάρβιτος**. Στὰ πνευστά, πέραν τῆς σάλπιγγος καὶ τοῦ αὐλοῦ, κατὰ τὴν ἀρχαιότητα ὑπῆρχαν ἡ **σύριγξ**, ὁ **δίαυλος** καὶ τὸ **κοχύλι**, ἐνῶ εἰς τὰ κρουστά ἐχρησιμοποιοῦντο τὰ **τύμπανα**, τὰ **κύμβαλα**, τὰ **κρόταλα**, τὸ **σεῖστρο**. Ὑπάρχουν ὕμνοι θρησκευτικοί, ὅπως ὁ **παιάν**, ἀλλὰ καὶ **τραγούδια** ἐνθουσιασμοῦ ἀπὸ τὸ χορὸ καὶ μὲ κιθάρα σὲ ἐορτὴ τοῦ Διονύσου, ὅπως ὁ **διθύραμβος**. Ἐμφανίζονται οἱ νόμοι, ἡγουν μουσικὰ ἔργα ἀπαιτήσεων, ὡς πρὸς τὴ σύνθεση καὶ τὴν ἐκτέλεση. Μὲ τὴν πάροδο τοῦ χρόνου γίνονται μουσικὸι ἀγῶνες, ἀρχικὰ στὰ Πύθια καὶ ἀργότερα στὰ Ὀλύμπια, στὰ Ἴσθια, στὰ Νέμεα, σὲ ὅλες τὶς Πανελλήνιες γιορτές. Τὸν 6ο αἰῶνα π.Χ., ὅπως σημειώνει ἡ Κατερίνα Παπαοικονόμου-Κηπουροῦ στὸ θαυμάσιο βιβλίο της «Ἡ Μουσικὴ στὴν Ἀρχαία Ἑλλάδα», οἱ Ἀργεῖοι ἦσαν οἱ καλύτεροι στὴ μουσικὴ μὲ πρῶτους τὸν **Ἀριστόνικο** καὶ τὸν **Σακάδα**. Στὸ χορὸ (χορωδία) μὲ τὴν πάροδο τοῦ χρόνου διακρινόταν κάποιος ποὺ **τραγουδοῦσε μόνος** ἐπ' ὀλίγον-solo, δηλαδὴ μονωδία. Καὶ ἀργότερα, περὶ τὸ 520 π.Χ., ἐμφανίζεται ὁ **ὑποκριτῆς-ἠθοποιός**, πάντα μέσα στὸ χορὸ, ὁ ὁποῖος συζητᾶ, ὅπως καὶ ὁ solo τραγουδιστής, μὲ τὸν ὑπόλοιπο χορὸ καὶ ἔτσι ἐμφανίζονται οἱ κατευθύνσεις πρὸς τὸ δράμα τοῦ θεάτρου, τὴν **τραγωδίαν καὶ τὴν κωμῶδιαν**. Τότε θὰ ἐμφανιστοῦν ὁ Αἰσχύλος, ὁ Σοφοκλῆς, ὁ Εὐριπίδης, ὁ Ἀριστοφάνης, τῶν ὁποίων ἡ γραφὴ, ὅπως καὶ τοῦ Πίνδαρου καὶ ἄλλων, ἔχει μουσικοὺς κανόνες.

Βασικὸ στοιχεῖο τοῦ θεάτρου εἶναι ἡ μουσικὴ. Παράλληλα μὲ τοὺς μουσικοὺς ἀγῶνες χιτίζονται παντοῦ **θέατρα** καὶ **ὠδεῖα** γιὰ **συναυλίες**. Ὁ Πίνδαρος, πέρα ἀπὸ τὶς ἐπινίκιες ὠδές του, τοὺς ὕμνους καὶ τοὺς θρήνους του, πιθανολογεῖται ὅτι παράλληλα χρησιμοποιοῦσε καὶ μουσικὴ γραφὴ γιὰ διδασκαλία σὲ ἀπομακρυσμένες χῶρες, ὡς ἡ Αἴγυπτος, ὅπου τραγουδοῦσαν τὰ ποιήματά του.

Κατὰ τοὺς ἐλληνιστικοὺς χρόνους, οἱ συνθέσεις γενικότερα τοῦ λόγου ἀλλὰ καὶ τῆς μουσικῆς παρουσίασαν κάμψη. Ὡστόσο ἡ μουσικὴ καθ' ἑαυτὴν εἶχε ἀνθησὴ στὴν Ἀλεξάνδρεια, μὲ Διονυσιακοὺς τεχνίτες, πολλὰ μουσικὰ χειρόγραφα ἀλλὰ καὶ νέα ὄργανα, ὡς ἡ **ὑδραυλὶς**. Πρακτικὰ ἦσαν ἐπαναλήψεις παλαιῶν ἔργων, χωρὶς συνθετικὲς καινοτομίες καὶ αὐτὸ ἀποδίδεται στὸ ὅτι ὁ κόσμος ἔχει παύσει νὰ πιστεύει στοὺς θεοὺς καὶ δὲν ἀναπτύσσεται ἡ τέχνη πρὸς τὸ Θεῖον. Τοὺς ἀρέσει περισσότερο τὸ θέαμα στὸ Κολοσσαῖο μὲ τὶς ἀγριότητές του.

Ποῖος τῷ καιρῷ ἐκείνῳ θὰ περιέμενε τέτοια ἐξέλιξη τῆς μουσικῆς, νὰ ἀνακουφίσει, νὰ προλαμβάνει σπασμοὺς τῶν ἀρτηριῶν μὲ κρίσεις στηθάγχης καὶ νὰ βοηθᾶει σὲ μιὰ ἐπέμβαση ποὺ θὰ ἀποκαταστήσει τὴν στεφανιαία κυκλοφορία, νὰ ζήσει ὁ πάσχων πολλὰ ἔτη! Οἱ λέξεις μουσικὴ καὶ ὅλες οἱ σχετικὲς ὡς ὁ ρυθμὸς, ἡ μελωδία, ἡ ἀρμονία, ἡ λύρα, ἡ ὠδὴ, τὸ θέατρο καὶ ἡ σκηνὴ, μᾶς λέγει ἡ Κατερίνα Παπαοικονόμου-Κηπουροῦ, σχεδὸν σὲ ὅλες τὶς γλώσσες ἔχουν ἀκριβῶς τὴν ἴδια ὀνομασία. Ἐτσι σχετικὰ οἱ Γάλλοι, π.χ. ἀναφέρονται στὴ *musique, rythme, melodie, harmonie, lyre, ode, theatre, scene*.

Στὴν ἀρχαιότητα εἶχαν ἐπιδόσεις οἱ Ἕλληνες στὴ μουσικὴ. Καὶ τώρα, στὸ σύγχρονο κόσμο, ἡ μουσικὴ ἔγινε ἐπίσημη καὶ θεραπευτικὴ-ιατρικὴ. ΓΙΑ τὴν ἐπαγγελματικὴ καριέρα τοῦ ἱατροῦ, τὸ 1944 στὸ Michigan εἶναι ἀπαραίτητο τὸ βιογραφικὸ σημείωμα νὰ ἀναφέρεται καὶ σὲ θεραπεία μὲ μουσικὴ. Τὸ 1945 ἐμφανίζεται τὸ πρῶτο Ἐθνικὸ Συμβούλιο Μουσικῆς Θεραπείας. Στὶς Η.Π.Α., τὸ 1971 ἐμφανίζεται ἡ Ἀμερικανικὴ Ἑνωσὴ Μουσικοθεραπευτῶν.

Πῶς νὰ πάει τὸ μυαλὸ τοῦ αὐλητῆ καὶ τοῦ ἀρπιστῆ κατὰ τὸν Μινωικὸ πολιτισμὸ, ὅτι ἡ μουσικὴ θὰ ἔχει τέτοια ἐξέλιξη! Ἀλλὰ ἐδῶ ὁ Πλάτων ἀποστρέφει τὸ πρόσωπό του ἀπὸ τὴ **μουσικὴ τοῦ μὴ παρέκει**, τὰ μπάμπα -μπούπα καὶ τὰ ἐκκωφαντικὰ μονότονα τὰμ-τὰμ τῆς ἀπωτέρας Δύσης, ἐνῶ δὲν θὰ εἶχε παράπονο ἀπὸ τὰ βυζαντινά, ἐκκλησιαστικά ἄσματα ἀλλὰ καὶ τραγούδια, ὅπως αὐτὰ τῆς Σμύρνης. Κανένα παράπονο ἀπὸ Χατζιδάκι καὶ Θεοδωράκη, τὰ δημοτικὰ καὶ τὰ ἐλαφρά, ποὺ βελτιώνουν τὴν ἀρρώστια, καταπολεμοῦν τὸ ἄγχος καὶ ἐπιταχύνουν τὸ χρόνο τῆς ἀνάρρωσης, μὲ σφυγμοὺς φυσιολογικοὺς καὶ πίεση κανονικὴ.

Ἐδῶ ἔχει μεσολαβήσει ἡ μεγάλη ἐπίδοση τῆς βυζαντινῆς μουσικῆς, πᾶ, βοῦ, γά, δι, κέ, ζό, νι, πᾶ καὶ τῆς δυτικῆς ἀργότερα, do, re, mi, fa, sol, la, si, do.

Ὁ Πλάτων πίστευε, ὡς ὁ Πυθαγόρας, ὅτι ἡ καλὴ μουσικὴ εἶναι καὶ αὐτὴ μαθηματικὰ καὶ

ὁδηγεῖ στὴ γνώση τοῦ ἀγαθοῦ, τοῦ ὀραίου καὶ τοῦ ἀληθινοῦ, στὴν κατάκτηση τῆς ἀρετῆς. Ἐνῶ μὲ τὴν κακὴ μουσικὴ, τὴν ὁποία ἀποστρέφεται ὁ Πλάτων, μπορεῖ νὰ προκληθοῦν παθήσεις.



«Νεκρὴ φύση μὲ λουλούδια καὶ πορσελάνες»

Alexander Golovin