

AKADEMIE ALTERNATIVA

OLOMOUC

studijní obor: Muzikoterapie

Absolventská práce

Možnosti a využití klavírní improvizace
v muzikoterapii
Klavírní terapie

René Král

2011

*Prohlašuji, že jsem absolventskou práci vypracoval samostatně, s použitím uvedené literatury.
Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna ke studijním a propagačním účelům.*

V Semilech dne 30. 4. 2011

Podpis:.....

Děkuji především paní Mgr. Marii Beníčkové, Ph.D., za její přínos do vzdělávání v oblasti terapií a za možnost studia muzikoterapie, kterou Akademie Alternativa poskytuje; za trpělivé, vstřícné a přátelské vedení po celou dobu studia, za inspiraci a cenné poznatky. Tato skutečnost se zásadním způsobem podílí na zhmotnění tohoto díla, které by jinak zůstalo nejspíš pouze v rovině idejí a myšlenek.

Děkuji také klientům a respondentům za to, že jsou se mnou ochotni spolupracovat. Jejich prostřednictvím mohu mnohé poznávat a dále rozvíjet.

Děkuji i svým blízkým za trpělivost, kterou se mnou měli, když jsem psal...

Abstrakt:

Absolventská práce se zabývá možnostmi a využitím klavírní improvizace v muzikoterapii a představuje vlastní model „Klavírní terapie“.

Teoretickou část tvoří seznámení s klavírem a jeho možnostmi, uvedení do problematiky improvizace, složek hudby z pohledu hudební teorie, nauky o člověku a hudební psychologie. Dále se věnuje tématu afektů a emocí v hudbě, přičemž vedle psychologického a hudebně psychologického pojetí, čerpá z odkazu afektové teorie a hudebně teoretického díla Leoše Janáčka. Závěr teoretické části tvoří náhled do muzikoterapie (především v souvislosti s modely využívajícími klavírní improvizaci) a pohled na člověka jako na bio-psycho-socio-spirituální bytost.

Praktická část popisuje využití klavírní improvizace v muzikoterapeutické praxi, uvádí projekt vlastního modelu „Klavírní terapie“ a zkoumá možnosti jeho využití.

Abstract:

The graduate work focuses on the possibilities and the use of piano improvisation in music therapy and presents its own model “Piano Therapy”.

The theoretical part consists of an introduction to the piano and its possibilities and an introduction to improvisation, elements of music in terms of music theory, anthropology and music psychology. It also deals with the issue of affections and emotions in music drawing not only on the psychological and music psychology concepts, but also on the legacy of Doctrine of the affections and music theory works by Leoš Janáček. Conclusion The theoretical part is the view of music therapy (especially in connection with models using piano improvisation) and the view of man as a bio-psycho-socio-spiritual being.

The practical part describes the use of piano improvisation in music therapy practice, presents a project of its own model “Piano Therapy” and explores the possibilities of its use.

Klíčová slova:

Klavír, improvizace, klavírní improvizace, akordové značky, hudební formy, hudební tektonika, složky hudby, nauka o člověku, psychologie, hudební psychologie, psychologie umění, afekt, emoce, afektová teorie, hudebně teoretické dílo Leoše Janáčka, muzikoterapie, klavírní terapie

Keywords:

Piano, improvisation, piano improvisation, chord symbols, musical forms, musical tectonics, elements of music, anthropology, psychology, music psychology, psychology of art, affection, emotions, Doctrine of the affections, music theory works (theoretical works) by Leoš Janáček, music therapy, piano therapy

Obsah:

I. část

1	Úvod	10
2	Klavír	12
2.1	Popis nástroje	12
2.1.1	Historie a vývoj nástroje	13
2.1.2	Stavba nástroje a jeho rozsah	14
2.2	Zvukové a výrazové možnosti nástroje	15
3	Improvizace	17
3.1	Fenomén improvizace	17
3.2	Formy improvizace	18
3.2.1	Volná improvizace	18
3.2.2	Strukturovaná improvizace	20
3.2.3	Shrnutí	22
3.3	Akordové značky	22
3.3.1	Vývoj akordových značek	23
3.3.2	Výklad akordových značek	23
3.3.3	Využití akordových značek	26
3.4	Tektonické struktury a hudební formy	27
3.4.1	Přehled tektonických struktur a hudebních forem	27
3.4.2	Shrnutí	28
4	Složky hudby	30
4.1	Hudební tektonika – uvedení do problematiky	30
4.1.1	Složky hudby z pohledu hudební tektoniky	31
4.1.1.1	Rytmus	31
4.1.1.2	Metrum	32
4.1.1.3	Tempo	32
4.1.1.4	Hybnost	32
4.1.1.5	Artikulace	32
4.1.1.6	Agogika	32
4.1.1.7	Dynamika	33
4.1.1.8	Barva a světlost zvuku	33
4.1.1.9	Tónová výška	33
4.1.1.10	Faktura	34

4.2	Složky hudby z pohledu nauky o člověku	34
4.2.1	Základní údaje o nauce o člověku	34
4.2.2	Význam hudebních prvků a složek hudby	35
4.2.2.1	Tón	35
4.2.2.2	Intervaly	36
4.2.2.3	Stupnice, mody, tóniny	37
4.2.2.4	Melodie	37
4.2.2.5	Harmonie	38
4.2.2.6	Rytmus	38
4.2.3	Dodatek	38
4.3	Hudební jevy z pohledu hudební psychologie	38
4.3.1	Základní údaje o hudební psychologii	38
4.3.2	Psychologické aspekty hudebních jevů	39
4.3.2.1	Tonalita	39
4.3.2.2	Modulace	40
4.3.2.3	Dur – moll	41
4.3.2.4	Konsonance – disonance	42
4.3.2.5	Melodie	43
4.4	Shrnutí kapitoly	44
5	Afekty a emoce v hudbě	45
5.1	Emoce z pohledu psychologie a hudební psychologie	45
5.1.1	Emoce	45
5.1.1.1	Afekt	46
5.1.1.2	Nálada	46
5.1.1.3	Vášeň	46
5.1.1.4	Vyšší emoce	47
5.1.2	Emoce v hudbě	47
5.1.2.1	Pojetí emocí	47
5.1.2.2	Prožívání hudebních emocí	49
5.1.2.3	Zdroje emocí v hudbě	49
5.1.3	Poruchy emocí	50
5.1.3.1	Afekty	50
5.1.3.2	Poruchy nálad	51
5.1.3.3	Poruchy vyšších emocí	52
5.2	Afektová teorie a nauka o hudebně rétorických figurách	52
5.2.1	Afektová teorie	53
5.2.2	Podstata a přínos afektové teorie	53
5.2.3	Využití poznatků afektové teorie v současnosti	55

5.3	Afekty z pohledu Hudebně teoretického díla Leoše Janáčka	56
5.3.1	„Myslná, psychologická podstata hudebních představ“	56
5.3.1.1	Tón	56
5.3.1.2	Souzvuk	57
5.3.1.3	Tónina	58
5.3.1.4	Afekt (vášeň) a vůle v hudbě	59
5.3.2	„O spojích souzvuků“	59
5.3.2.1	Pocit, pacit.....	59
5.3.2.2	Spletna, rozuzlení.....	59
5.3.2.3	Spojovací forma.....	60
5.3.2.4	Ráz spoje.....	61
5.3.2.5	Přehled spojů souzvuků.....	61
5.3.2.6	Citová plastika harmonická.....	64
6	Muzikoterapie	65
6.1	Uvedení do problematiky muzikoterapie.....	65
6.1.1	Historie.....	66
6.1.2	Současnost.....	67
6.2	Koncepty a přístupy.....	68
6.3	Improvizace v muzikoterapii.....	70
6.3.1	Druhy improvizace.....	71
6.3.2	Techniky improvizace.....	72
6.4	Využití klavíru v muzikoterapii.....	74
6.5	Modely muzikoterapie využívající klavírní improvizaci nebo cílenou práci s některými složkami hudby.....	75
6.5.1	Anthroposofická muzikoterapie a terapie zpěvem.....	75
6.5.2	Kreativní muzikoterapie (Nordoff-Robbins).....	75
6.5.3	Analytická muzikoterapie.....	76
6.5.4	Receptivní muzikoterapie (Schwabe).....	76
6.5.5	FMT-metoda (Hjelm).....	77
6.5.6	Improvizáční muzikoterapie dospělých (Langdon).....	77
6.5.7	Hlasová terapie (Barraqué).....	78
7	Člověk jako bio-psycho-socio-spirituální bytost	79
7.1	Oblast bio.....	79
7.2	Oblast psycho.....	80
7.3	Oblast socio.....	81
7.4	Oblast spirituální.....	81

II. část

8	Využití klavírní improvizace v muzikoterapii	85
8.1	Charakteristika cílové skupiny.....	85
8.2	Způsoby terapeutické práce s cílovou skupinou.....	86
8.3	Využití hudebních nástrojů a klavíru.....	87
9	Projekt „Klavírní terapie“	94
9.1	Popis projektu.....	95
9.1.1	Základní údaje.....	95
9.1.2	Výklad.....	96
9.2	Metody, techniky a metodická doporučení.....	100
9.2.1	Základní metoda klavírní terapie.....	101
9.2.2	Harmonizační sestava.....	101
9.2.3	Metoda práce s harmonií.....	104
9.2.4	Nápěvková metoda.....	106
9.2.5	Principy afektové teorie.....	107
9.2.6	Improvizace v klavírní terapii.....	110
9.2.7	Hudba a slovo – hudební a verbální část terapeutického setkání.....	112
9.2.8	Verbální techniky a další využitelné metody.....	113
9.3	Otázky a hypotézy.....	115
9.4	Experimentálního šetření.....	116
9.4.1	Použité metody.....	116
9.4.2	Organizace a průběh.....	116
9.5	Kazuistiky.....	117
9.5.1	Ivona.....	118
9.5.2	Monika.....	120
9.5.3	Pavel.....	123
9.5.4	Hana.....	126
9.6	Výsledky a jejich interpretace.....	129
9.6.1	Terénní fáze experimentálního šetření.....	129
9.6.2	Interpretace výsledků a dílčí závěry.....	130
10	Závěr	140
	Summary	
	Seznam tabulek, grafů, obrázků	
	Literatura	
	Přílohy: písně, formová schémata, grafický plán, dotazník	

Motto:

*„Slova mohou klamat,
lidé se mohou přetvářovat,
jen hudba není schopna lži.“*

(S'-ma Čchien)

I. část

1 Úvod

Klavír je jedním z nejvšestrannějších hudebních nástrojů, k čemuž jej předurčuje jeho velký tónový rozsah, činící v chromatickém rozsahu zhruba 7 oktáv. V tomto ohledu jej předčí pouze varhany. Také dynamické možnosti tohoto nástroje jsou značné – od nejtisšího *pianissima* až po bouřlivé *fortissimo*. Ne nadarmo dostal tento pozoruhodný nástroj název *pianoforte* nebo *fortepiano*. Po technické stránce umožňuje klavír také jakkoliv složitou hru v rámci homofonní i polyfonní sazby, jejíž omezení spočívá pouze v možnostech samotného hráče. Ani výrazové a zvukomalebné (zvukobarevné) možnosti nástroje nejsou zanedbatelné, a tak se z tohoto pohledu jeví využití klavíru jako příhodné v mnoha oblastech hudebního života.

Kromě vlastní sólové hry bývá klavír také součástí různých komorních souborů. Jako partner vystupuje po boku pěveckého sboru i sólového zpěváka. Neztratí se ani jako sólista ve velké koncertní síni, kde jej doprovází symfonický orchestr. Když nevystupuje s orchestrem jako sólista, zastává v něm příležitostně úlohu orchestrálního nástroje, rovnocenného s nástroji ostatními. Zdá se být tato jeho všestrannost pozoruhodnou vlastností? Snad ano, ale tím možnosti využití klavíru zdaleka nekončí.

V praxi je využíván jako pomocník skladatelů při jejich tvůrčí činnosti, nepostradatelným se stává pro dirigenty a sbormistry při studiu a přehrávání partitur, pro korepetitory při nácviu skladeb se zpěváky či instrumentalisty nebo i tanečníky v rámci jejich přípravy. Dále je využíván v hodinách hudební výchovy a dalších hudebních disciplín na všech typech škol.

Klavír tedy bývá využíván nejrozmanitějším způsobem. Někdy však tento způsob není příliš vhodný a působí spíše škodlivě. Typickým příkladem může být využití – či spíše zneužití – klavíru v elementární hudební výchově. Obdobná situace se může jevit i v oblasti muzikoterapie, kde mívá klavír buď výsadní postavení nebo je odstaven na vedlejší kolej, pokud není vůbec z nejrůznějších důvodů zatracován. Některá odůvodnění bývají objektivní a vycházejí z příslušných konceptů, jež muzikoterapie svým různorodým zaměřením následuje. V jiných případech je však nezřídka možno pozorovat sklon k určité povrchnosti v hodnocení využitelnosti klavíru.

Příčinu tohoto stavu lze spatřovat v malé informovanosti a nedostatečné znalosti klavíru, jakož i ve škodách napáchaných nevhodným příkladem právě ze strany hudební

výchovy¹. Pociťovaný odpor k nástroji získaný v dobách docházky na hodiny klavíru, může mít skutečný původ v jednostranném a málo zajímavém školení. To však není nedostatkem nástroje samotného – tuto situaci způsobilo „selhání lidského faktoru“.

Klavír má – na rozdíl od velmi populární kytary – přinejmenším jednu nespornou výhodu. Tou je relativně snadná ovladatelnost nástroje a možnost hry i jedním jediným prstem. Orientace na klaviatuře je vizuálně přehledná. Nic z toho nelze tvrdit o kytáře, která i v elementární fázi hry vyžaduje koordinaci obou rukou a přesnou motoriku prstů. Z této skutečnosti plyne, že klavír nabízí v tomto ohledu vhodnější prostor pro improvizaci a rozvoj kreativity, a to právě již od prvního okamžiku, kdy i člověk bez předchozí hudební zkušenosti, stiskne klávesu a ozve se první tón, vybízející k objevování dalších². Co všechno může následně tato zkušenost v člověku probudit? I tomuto tématu bude příležitostně v této práci věnován prostor.

Improvizace v rámci muzikoterapie má více podob, a to jak bez klavíru, tak i s jeho využitím. Může být součástí rozličných terapeutických metod a může se zaměřovat na určité cíle, což ve výsledku představuje poměrně široké spektrum možností terapeutického působení, odpovídající konkrétním potřebám rozmanité muzikoterapeutické klientely.

Zaměřením se tato práce zabývá přednostně otázkou afektů v hudbě, přičemž vychází velkou měrou především z hudebně teoretického díla Leoše Janáčka, rozvíjí jeho nauku "O spojích souzvuků" a vlastním pozorováním tyto poznatky převádí do muzikoterapeutické praxe, vytvořením osobitého muzikoterapeutického modelu, pracovně nazvaného „Klavírní terapie“.

1 Problematice HV se věnoval již v r. 1969 např. Poš a kol., 40

2 Není zde přihlíženo k alternativním možnostem přízpůsobení kytary, umožňujícím hru např. prstem jedné ruky, příp. plektrem (trsátkem) nebo smyčcem, neboť to ve většině případů vyžaduje asistenci druhé osoby, praktikující tyto alternativy s vědomím směřování k určitým dílčím cílům, poněvadž jinak by taková asistence mohla vyústit ve slepé uličce. I v případě klavíru lze využít jisté alternativy, avšak již od prvopočátku se nabízí dostatečně velký prostor k rozvoji kreativity, a to bez dodatečných zásahu do dispozic klavíru.

2 Klavír

Z organologického hlediska³ patří klavír mezi chordofony, tj. strunozvučné (nebo též strunné) hudební nástroje. Skupina těchto nástrojů je zastoupena velkým počtem rozmanitých i zcela odlišných druhů, které se vzájemně liší nejen počtem strun a celkovou stavbou, ale především způsobem tvoření tónu. Společná všem strunným nástrojům je však skutečnost, že k tomu, aby byla struna rozechvěna, musí být napnuta mezi dvěma pevnými body⁴.

Starší muzikologie (Hutter, 14, s. 26) člení strunné nástroje do dvou tříd, a to sice na *nástroje chudostrunné (oligochordické)* a *nástroje mnohostrunné (polychordické)*. Dále pokračuje utřídovací soustava v sestupném sledu *řádem, čeledí, podčeledí a rodem*, v němž jsou již zastoupeny jednotlivé a jim příbuzné nástroje. Toto členění je sice zajímavé, především pro hlubší studium dané tematiky, avšak pro praktické rozlišení strunných nástrojů je zbytečně složité. Z tohoto pohledu se jeví rozdělení hudebních nástrojů novější doby (Modr, 35, s. 16) poněkud přehlednějším.

Strunné nástroje jsou podle tohoto autora rozděleny do třech skupin:

- smýkácí (*smyčcové, kolové*)
- drnkací (*s hmatníkem, bez hmatníku, s klaviaturou*)
- úderné (*s klaviaturou, paličkové*)

Podle této klasifikace patří tedy klavír mezi strunné nástroje *úderné s klaviaturou*.

2.1 Popis nástroje

Klavír je strunný hudební nástroj, jehož struny se rozechvívají úderem dřevěných paliček, mechanicky spřažených s klaviaturou. Tyto paličky bývají potaženy filcem a zajišťují nástroji měkčí a příjemnější zvuk. Struny i složitý mechanismus nástroje jsou umístěny v dřevěné skříni, která se vyskytuje ve dvou odlišných tvarech. První připomíná stojatou obdélníkovou skříň, druhý spíše stůl ve tvaru ptačího křídla opatřený třemi nohami na malých kolečkách, usnadňujících přemísťování nástroje. Obě varianty téhož nástroje jsou dobře známé a běžně se lze s nimi setkat.

Jedná se sice o dva odlišné konstrukční typy téhož nástroje, avšak za klavír se považují obě varianty. Je-li potřeba upřesnit, o který typ se jedná, pak název **klavír** platí

3 Organologie je vědní obor zabývající se hudebními nástroji. Viz *Organologie (hudba)* [online]. Wikipedie, otevřená encyklopedie. Dostupná z WWW: <[http://cs.wikipedia.org/wiki/Organologie_\(hudba\)](http://cs.wikipedia.org/wiki/Organologie_(hudba))>.

4 Příkladem takového řešení může být napjatá tětíva u luku.

pouze pro nástroj se skříní ve tvaru ptačího křídla, které se neoficiálně nazývá „*křídlo*“, kdežto nástroj ve tvaru stojaté skříně se správně jmenuje **pianino**, i když v hovorové řeči se běžně užívá název „*piáno*“. Jím se ovšem často míní klavír i pianino. Někdy se lze také setkat s tvrzením, že *křídlo* označuje klavír a *piano* pianino. To je však z organologického hlediska nesprávné. Terminologie pro oba typy klavíru je v různých jazycích různá; srovnání přináší následná tabulka:

Tab. 1 Typy klavíru a jejich označení v různých jazycích

česky ⁵	klavír (<i>křídlo</i>)	pianino
italsky ⁶	pianoforte (~ <i>orizzontale</i>)	pianoforte (~ <i>verticale</i>)
anglicky ⁷	piano (<i>grand piano</i>)	piano (<i>upright piano</i>)
německy ⁸	das Klavier (<i>Flügel</i>)	Pianino
francouzsky ⁹	piano	piano droit moderne
španělsky ¹⁰	piano	piano vertical
rusky ¹¹	fortepiano (<i>rojal'</i>)	pianino

Z této tabulky lze vyzorovat jednu skutečnost – přídomky *orizzontale* a *verticale* poukazují na odlišnou konstrukci obou typů klavíru. Zatímco u **klavíru** je skříň – včetně rámu, strun, a kladívkové mechaniky – uložena ve vodorovné poloze, spočívající na nohách, u **pianina** je naopak toto umístění v poloze svislé.

2.1.1 Historie a vývoj nástroje

Z jakého nástroje se klavír vlastně vyvinul do dnešní podoby, není dosud uspokojivě objasněno. Za jeho pratvar je všeobecně považován monochord¹², avšak mezi klavírní typ, tj. nástroj opatřen klávesami, lze řadit hned několik podobných nástrojů.

Prvním z nich je *klavichord*, vyskytující se již koncem 14. století, u něhož vznikl tón úderem tzv. tangentu do struny. Souběžně s ním existovalo také *klavicembalo*, u něhož však docházelo k tvorbě tónu pomocí trnů z havraních brk nebo kovu, které po stisku klávesy trsaly

5 Viz Modr, 35, s. 70,78.

6 Viz *Pianoforte* [online]. Wikipedia. Dostupná z WWW: <<http://it.wikipedia.org/wiki/Pianoforte>>.

7 Viz *Piano* [online]. Wikipedia. Dostupná z WWW: <<http://en.wikipedia.org/wiki/Piano>>.

8 Viz *Klavier* [online]. Wikipedia. Dostupná z WWW: <<http://de.wikipedia.org/wiki/Klavier>>.

9 Viz *Piano* [online]. Wikipédia. Dostupná z WWW: <<http://fr.wikipedia.org/wiki/Piano>>.

10 Viz *Piano* [online]. Wikipedia. Dostupná z WWW: <<http://es.wikipedia.org/wiki/Piano>>.

11 Viz *Фортепиано* [online]. Википедия. Dostupná z WWW: <<http://ru.wikipedia.org/wiki/Фортепиано>>.

12 Původně jednostrunný nástroj s ozvučnou deskou, využívaný starořeckými teoretiky k určování matematických poměrů mezi tóny.

prostřednictvím trsacího sloupku o strunu.

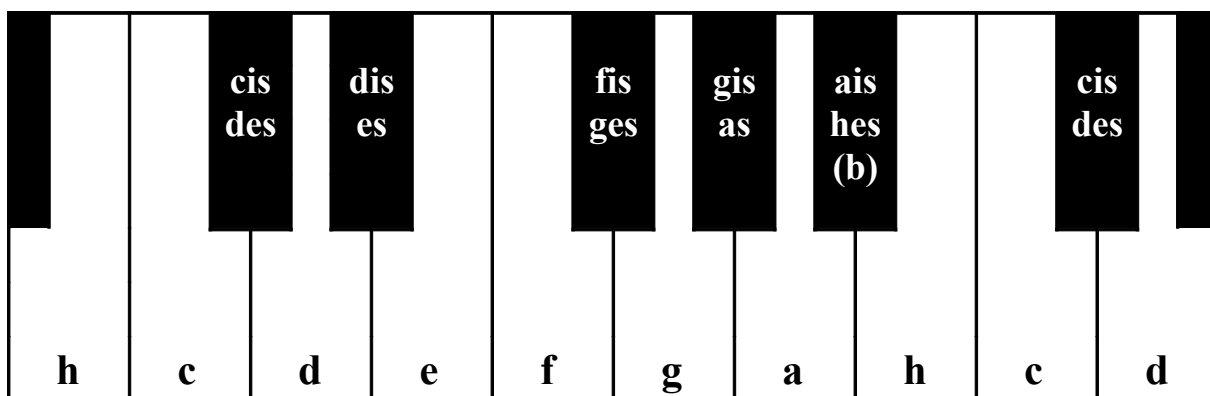
Kolem roku 1700 se vedle klavichordu a klavicembala (*jež se zdokonalilo v cembalo*) objevuje další nástroj klavírního typu, jímž je *kladívkový klavír*. Jak název napovídá, tón se u tohoto nástroje tvořil úderem dřevěného kladívka do struny. Toto kladívko mělo paličku potaženou kůží a nahrazovalo tangent či trsací sloupek oněch dvou příbuzných nástrojů. Historické prameny uvádějí hned tři autory, kteří se v rozmezí několika let k této myšlence přihlásily a postavily nástroje opatřené kladívky. Z těchto dobových idejí docházelo v následujícím období k dalšímu zdokonalování kladívkového klavíru, pro který se vžil název *pianoforte (fortepiano)*¹³, později *piano*.

Ještě téměř sto let však souběžně vedle sebe existovaly jak klavichord, tak i cembalo a piano. V tomto období docházelo k různým vylepšením a vynálezům klavírní mechaniky, které se v pozdější době ustálilo na dvou základních typech. Jedná se o tzv. *vídeňskou* a *anglickou* mechaniku. Obě se od sebe konstrukčně liší a při stavbě klavíru se v dnešní době již vídeňská mechanika nepoužívá.

2.1.2 Stavba nástroje a jeho rozsah

Klavír je nástrojem konstrukčně velmi složitým, skládajícím se z několika set dílů. Nejsložitější je přitom jemná kladívková mechanika, která zajišťuje přenos impulsů od stisku klávesy, až po úder kladívka do strun. Na tom se podílí zhruba 50 různých součástí, spřažených zvlášť s každou klávesou, kterých je celkem 88, tj. tolik, kolik lze zahrát na klavíru tónů. Soustava kláves se nazývá *klaviatura*. Skládá se z bílých a černých kláves, které jsou určeny pro samotnou hru.

Obr. 1 Detail klaviatury, s rozmístěním jednotlivých tónů



¹³ Název je odvozen od možnosti nástroje hrát potichu (*piano*) i nahlas (*forte*).

Důležitou součástí klavíru jsou také struny¹⁴, jež jsou napjaté pomocí ladících kolíčků a trnů na ocelovém rámu, umístěném spolu se strunami v dřevěné skříni nástroje. Dno této skříně tvoří rezonanční deska z kvalitního dřeva, zajišťující nástroji dobrý zvuk. Přední desku (víko) lze odklopit a podepřít speciální podpěrrou, jež je součástí nástroje¹⁵. Tím je umožněno, aby se zvuk z nitra klavíru mohl šířit v celé své kráse a síle do prostoru.

Další součást nástroje představují pedály. Bývají 2 až 3 a jejich sešlápnutím lze měnit zvuk klavíru. Každý z nich má jinou funkci – *pravým* se docílí uvolnění filcových dusítek ze strun, takže všechny se pak mohou rozeznít. Naopak *levým* pedálem se docílí slabšího, utlumenějšího zvuku, což se děje buď tak, že se mechanika nástroje posune o kousek do strany, takže kladívka při úderu bijí jen do jedné struny nebo se všechna pomocí důmyslné mechaniky přiblíží více ke strunám – jak je tomu u pianina – a při úderu nemají takovou razanci. Prostřední pedál na mnoha starších nástrojích chybí – jeho funkce není pro běžnou hru nezbytně nutná. Sešlápnutí tohoto pedálu má podobný efekt jako u pravého pedálu, avšak s tím rozdílem, že se uvolní dusítka jen z těch strun, na kterých se právě zahrálo, takže tím se prodlužuje jejich znění, nezávisle na další hře.

Rozsah klavíru činí 7 oktáv: $A_2 - c^5$.

2.2 Zvukové a výrazové možnosti nástroje

Jak již bylo poznamenáno, zvukové a výrazové možnosti klavíru jsou značné. Netýká se to jen dynamiky, kdy je možno okamžitě přecházet z nejnižšího pianissima do hřmotného fortissima a naopak. Tón se sice v průběhu znění nemůže dotvářet tak jako u jiných strunných nástrojů, např. u houslí či kytary, avšak použitím pedalizace je možno docílit různě odstíněné hry. Klavíristé dokáží vytvořit pomocí různých úhozů¹⁶ širokou škálu výrazových odstínů, což jim umožňuje střídat a v případě potřeby náhle vyjádřit nejrůznější nálady. Tím je možno docílit jak bohatě rozeznělého zvuku, tak i znění sotva slyšitelného, matně suchého a bezvýrazného. Lahodně zpěvného, splývavého, ale i ostře řezaného, útočně bojovného. Na jedné straně dovede klavír zaznít tak, že dává posluchači prostor pro rozjímání či snění, avšak na straně druhé dokáže být nesmlouvavě direktivní, stavíc posluchače do nejtvrďší reality, bez možnosti jakékoliv odmluvy. Ovšem nejsou to jen krajní polohy – rejstřík nálad, které lze

14 Pro každý tón jsou určeny dvě až tři shodně naladěné struny, pro tóny v hluboké poloze pak je to vždy pouze jedna, která bývá opředena měděným drátem (všechny struny jsou kovové).

15 U pianina lze víko v horní části pootevřít jen zčásti.

16 Úhozem se rozumí způsob stisku klávesy.

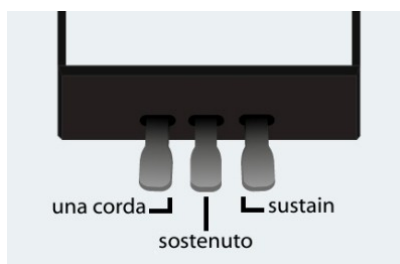
prostřednictvím klavíru vyjádřit, je vskutku mnohotvárný a obsahuje všechny polohy. Ve zvuku klavíru se tak skutečně snoubí protiklady forte a piano, černobíle znázorněné – jako by snad mimoděk symbolicky – i na klaviatuře.

Použití jednotlivých pedálů se v notovém zápise vyznačuje následujícím způsobem:

Tab. 2 Způsob notace klavírních pedálů

Pedalizace	Pokyn k sešlápnutí	Pokyn k uvolnění
Levý pedál	<i>Una corda</i>	* (<i>Tre corde</i>)
Střední pedál	<i>Sostenuto</i>	*
Pravý pedál	<i>Ped. (P)</i>	*

Obr. 2 Zobrazení a popis pedálů¹⁷



Obr. 3 Notace levého pedálu¹⁸



Obr. 4 Notace středního pedálu¹⁹ Obr. 5 Notace pravého pedálu²⁰



17 „The Three Piano Foot Pedals“. Piano Foot Pedals: An Illustrated Walk-Through, By Brandy Kraemer, About.com [online]. Dostupný z WWW: <http://piano.about.com/od/partsofthepiano/ss/3_pedals.htm>.

18 „Una Corda Pedal“. Piano Foot Pedals: An Illustrated Walk-Through, By Brandy Kraemer, About.com [online]. Dostupný z WWW: <http://piano.about.com/od/partsofthepiano/ss/3_pedals_2.htm>.

19 „Sostenuto Pedal“. Piano Foot Pedals: An Illustrated Walk-Through, By Brandy Kraemer, About.com [online]. Dostupný z WWW: <http://piano.about.com/od/partsofthepiano/ss/3_pedals_3.htm>.

20 „Sustain Pedal“. Piano Foot Pedals: An Illustrated Walk-Through, By Brandy Kraemer, About.com [online]. Dostupný z WWW: <http://piano.about.com/od/partsofthepiano/ss/3_pedals_4.htm>.

3 Improvizace

Improvizace je pozoruhodný fenomén společný jakémukoliv lidskému konání. Představuje činnost prováděnou bez přípravy, spontánně. Slovo improvizace pochází z latinského *improvisus* a jeho význam je nepředvídaný, netušený, narychlo připravený²¹.

3.1 Fenomén improvizace

Improvizací v hudbě se rozumí „*hudební projev prováděný bez zvláštní přípravy a bez použití not. Znamená spontánní vymyšlení hudby a její současné provádění. Improvizace je běžným jevem např. ve folklóru a v jazzu, i když lze i zde připustit, že hudebník improvizuje na dané téma, jež si nějak uchoval v paměti a znovu je v četných obměnách provádí...*“ (Vysloužil, 57, s. 126).

Improvizace představuje starší typ hudebního tvoření, bezprostředně reagujícího na nejrůznější vnitřní i vnější podněty. Avšak dnešní podoba improvizace je zajisté v mnohem odlišná než byl onen její prvotní typ. Tyto úvahy vycházejí z hypotéz zabývajících se vývojem hudby a jejího významu v životě tehdejšího člověka. Jak uvádí Geist (8, s. 51): „*Prahudba musela mít společenskou funkci, musela pomáhat pračlověkovi v boji o život...*“.

Na hudbu této doby – či spíše ještě *protohudbu* – bývá podle různých teorií nahlíženo odlišně, avšak např. právě Geist se přiklání k názoru, že na jejím formování se podílelo vícero faktorů. Tím podstatným byl magicko-kultický význam hudby.

Jak asi vznikaly první obřadní písně? Jak byly zaznamenávány a předávány dále?

Pokud byli tehdejší lidé více propojeni s přírodou i nadpřirozeným světem, pak i jejich spontánní hudební projev, který lze považovat jako souznačný s improvizací, musel pravděpodobně odpovídat tomuto vnitřnímu stavu. Funkční součástí života byl proto, že reflektoval všechny důležité události, které lidé prožívali, pomáhal uvolňovat a zprostředkovávat ty síly, které člověku dodávaly všechny vlastnosti potřebné k přežití, což se dělo při různých obřadech, zasvěcování, uctívání atp. Funkční součástí života mohl také zůstat jen do té doby, dokud lidé dokázali touto, víceméně intuitivní, cestou zaznamenávat dění, které se jich bezprostředně týkalo, podobně jako je tomu u dětí, když do určitého věku jednají intuitivně a spontánně, než je u nich tato schopnost zatlačena do pozadí nastupujícími rozumovými schopnostmi a rozvojem myšlení. Toto je pro pochopení rozdílu ve formách

21 *Slovník cizích slov* [online]. Dostupný z WWW: <<http://www.slovník-cizich-slov.cz/improvisus.htm>>.

improvizace staršího a současného typu podstatná informace.

3.2 Formy improvizace

Z předchozích řádků je zřejmé, že improvizace nepředstavuje pouze jeden určitý způsob hudebního tvoření. Dnešní podoba improvizace vychází z různé potřeby a velkou roli zde jistě hraje i ta skutečnost, že do této bezprostředně intuitivní činnosti zasahují vedle čistě emocionálního prožívání i vlivy odborného hudebního školení, které celý proces více či méně kontrolují, ovládají a strukturalizují.

V případě prvotní improvizace (šamana) by se jednalo vlastně o podvod, tj. o odklon od původnosti a pravdivosti, neboť původní sdělení (z nadpřirozeného světa) by bylo tímto kontrolním zásahem ať už záměrně či nezáměrně pozměněno (znevěrohodněno).

Tato skutečnost není jistě v současném pojetí improvizace takto hodnocena, avšak do forem improvizace zasahuje významným způsobem. S formou blízkou prvotní improvizaci se lze více setkat u hudebníků, kteří neprošli žádným hudebním školením, kdežto forma podléhající kontrole bude naopak doménou hudebníků s vysokým stupněm odborné hudební přípravy. V obou případech se zde promítají dva faktory, jimiž jsou – řečeno slovy Leoše Janáčka – *afekt a vůle v hudbě*. První případ poukazuje na improvizaci *volnou*, druhý na improvizaci *strukturovanou*. V hudební praxi se však obě formy často prolínají a v případě velkých hudebních osobností nelze hovořit jen o vlivu vysokého školení, neboť zde hraje velkou roli i nadprůměrné nadání.

3.2.1 Volná improvizace

Při volné improvizaci není spontánně probíhající hudební dění nějakým vnějším způsobem řízeno. Výsledek nemusí být esteticky nijak zajímavý, především jako celek, i když to se nevyklučuje. Na druhou stranu – nepojímá-li se toto tvoření jen čistě hudebně – může dojít k velmi pozoruhodným a nečekaným momentům, které mohou být zajímavé z hudebně-psychologického hlediska. Na podobných základech vybudoval Janáček celé své hudebně teoretické dílo. Jak o tom sám velmi poeticky píše (16), všímal si při nejrůznějších příležitostech všech zvuků, se kterými se lze v běžném životě setkat – přirozeně tedy i těch nehudebních. Naslouchal řeči, jak ji běžně kolem sebe slychal, a z těchto poznatků vystavěl náspěvkovou teorii.

Výsledek volné improvizace může mít tedy, paradoxně k hodnotě estetické, velkou

hodnotu vypovídající, neboť ta je v daný okamžik pravdivá. To je zásadní hodnota pro oblast muzikoterapie, jak bude dále rozvedeno v kapitole věnující se právě muzikoterapii. Ale ani pro oblast čistě hudební, především v oblasti kompozice, nemusí být výsledek volné improvizace nezajímavý, jak ostatně dokazuje příklad Janáčkův.

Zde však přichází na řadu určitá odnož volné improvizace, jíž je *experimentování*. Jestliže lze na volnou improvizaci pohlížet jako na činnost při níž se improvizující osoba hudebně realizuje, a to neohledně na předchozí hudební zkušenosti, pak experimentování představuje činnost, jejíž význam lze spatřovat v seznamování se s hudebním prostředkem (tj. nástrojem, hlasem), hudebním terénem (tj. soustavou tónů), příp. dalším faktorem (např. dozvuk prostoru, spoluhráč), který je k dispozici. Toto experimentování umožňuje získávat dílčí hudební zkušenosti a v rámci volné improvizace může probíhat v různých interakcích. Např.:

- improvizující osoba začíná experimentem, tj. seznamováním se s nástrojem, jež nezná; pokud ji nástroj nezaujme, pravděpodobně jej po chvíli odloží, v opačném případě bude pokračovat dále, a to buď spíše *informativním* způsobem a nebo více *kreativním*, kde vzniká předpoklad k samotné improvizaci. Pokud k improvizaci dojde, pak její průběh může vykazovat vícero podob, které se budou lišit v závislosti na tom, má-li – a pokud ano, pak jaké – improvizující osoba předchozí hudební zkušenosti.

Zde může improvizace probíhat buď zcela *atonálně* – tj. bez zakotvení na nějakém vnímatelném centrálním tónu (*podobnou neurčitost mohou vykazovat i další složky hudby*²²), *aleatorně*²³ – tj. výběrem určitých tónů (*nebo jiných složek hudby*), který bude v rámci volné improvizace vycházet z právě získané (a dále získávané) hudební zkušenosti, přičemž může být v průběhu improvizace dále obohacován, variován a rozvíjen ad lib., dle momentálních dispozic improvizujícího. Tento případ může vést k větší či menší organizovanosti hry, čímž dochází ke strukturalizaci improvizace.

V rámci atonálního a aleatorního průběhu improvizace mohou nastat různé situace, např. vývoj směřuje od atonálního k aleatornímu způsobu hry a ukotvuje se v určité struktuře nebo je opět atonálně rozkládán a posléze aleatorně fixován

22 Podrobně budou popsány v následující kapitole.

23 Alea (lat.) - vrhací kostka; aleatorně - strukturně volně, blíže improvizaci, nahodile, tzn. více či méně volné nakládání s danými prvky hudby.

v zárodku nové struktury. V tom je možno již zřetelně spatřovat základní princip hudební tektoniky²⁴, který se zde však objevuje spíše bezděčně, spontánně (což ovšem není z hudebně-psychologického pohledu nezajímavé).

Pokud se po celou dobu pohybuje průběh improvizace pouze v rámci atonality, bývá její analýza obtížnější a je proto záhodno přihlédnout k dalším hudebně-tektonickým prvkům, předně k rytmu, zda alespoň tam nedochází k nějaké strukturalizaci.

- improvizující osoba začíná samotnou improvizací (předpokládá se již relativní znalost nástroje a předchozí hudební zkušenost), jež přejde do experimentu. Proč? Někjaký hudební prvek v probíhající improvizaci zaujal improvizujícího natolik, že mu stálo za to se jím cíleně zabývat a dále jej zpracovávat, hledat možnosti, hudební zákonitosti (typické u skladatelů, muzikologů).

3.2.2 Strukturovaná improvizace

Tam kde volná improvizace již začíná vykazovat zárodky určité strukturalizace, nastává její (pozdvolný) přerod v *improvizaci strukturovanou*, a to především tehdy, dochází-li k této strukturalizaci vědomě²⁵. A o to zde především jde. Jaké znaky má strukturovaná improvizace? Jaké prostředky využívá v praxi?

Strukturovaná improvizace má mnoho stupňů, pro něž je charakteristická míra, jakou se v nich při sktrukturalizaci využívá vedle intuice i racionální myšlení.

Podrobí-li se výsledky volné improvizace, v níž jsou patrné alespoň nějaké náznaky strukturalizace, podrobnějšímu rozboru, je možno zaznamenat určité archetypální zákonitosti, které se zde mohou v méně či více vědomé rovině objevit; např. princip kontrastu (*kdy rychlé pasáže střídají pomalé, hluk střídá ticho, vysoké zvuky zase hluboké*), princip korespondence, (*kdy nějaký /proto/hudební motiv působí jako podnět na něž je reagováno buď opakováním, variováním nebo dalšími možnostmi, příznačnými v podstatě pro jakýkoliv „rozhovor“*) atd. Výsledky takových rozborů vedou k utřídování a katalogizaci těchto opakujících se jevů, což znamená vytvoření určitého systému, teorie či nauky (jak tomu bylo např. i v případě afektové teorie, o níž bude pojednáno v kapitole 5.2). Pro improvizaci samotnou z toho vyplývá snaha o postižení všech faktorů, které mohou významně ovlivnit její průběh, používá-li se jí spíše

24 Tektonika – nauka o stavbě skladeb.

25 Může totiž nastat případ, kdy volná improvizace vykazuje vysoký stupeň vnitřní organizovanosti, přičemž tohoto výsledku nebylo docíleno racionálním způsobem, nýbrž – podobně jako v případě prvotní improvizace – maximálně intuitivně.

racionálním, tj. rozumovým způsobem.

Takovéto snahy povstávají z otázek zabývajících se tím, zda je improvizace čistě intuitivní záležitostí závislou na určitém talentu nebo zda je možno se jí naučit. Vždyť vedle lidových hudebníků se improvizací zabývali (a zabývají) i význační umělci a jejich improvizace vykazovaly (vykazují) známky vysoké strukturalizace. Pověstným improvizátorem byl např. J. S. Bach, o jehož improvizacním mistrovství se dodnes tradují legendy: „*Bach hrál před pruským králem Friedrichem Velikým v Postupimi a improvizoval na téma, které mu určil sám hudby znalý král. Bach z jeho tématu bez jakékoliv přípravy okamžitě vystavěl – k úžasu krále i všech přítomných – šestihlasou fugu. Něco takového působilo opravdu jako zázrak lidského ducha a umění.*“

(Kuna; Lockerová; Šmerda, 28, s. 10).

Fuga představuje po stránce hudebně-tektonické nejsložitější hudební formu, přičemž její struktura je navíc přísně racionální. Improvizovat v takovéto formě znamená mít neustále pod kontrolou průběh všech zúčastněných hlasů, nehledě k tomu, že jen správně vypracovat fugu v písemné podobě je sám o sobě náročný úkol, k jehož dokonalému zvládnutí je potřeba mít dobrou teoretickou i praktickou průpravu. Nicméně i v současnosti patří improvizace v složitějších hudebních formách k dovednostem, které se při studiu varhanní hry vyučují²⁶.

Ovšem improvizace není jen doménou varhaníků a patří k praktickým dovednostem mnoha jiných hudebníků napříč všemi hudebními žánry. Úroveň či stupeň improvizace se různí a vychází mimo jiné i z čistě praktických potřeb. Pokud se nejedná o improvizaci celých skladeb, přichází v úvahu tvorba různých predeher, meziher, sólových částí (vyhrávek) a především doprovodu písní, kdy tento doprovodný part není zaznamenán notovým záznamem a bývá standardně realizován ze zápisu *akordových značek* (viz dále). Tato forma improvizace patří mezi nejobvyklejší, především zásluhou masového rozšíření kytary. Je přístupná jak začínajícím hudebníkům a pokročilým amatérům, tak i profesionálním hráčům. Specifická je v tomto ohledu jazzová improvizace, jež klade na hráče nároky nejen v oblasti jejich hudební invence, ale i v oblasti harmonicko-melodického myšlení²⁷, což může někdy vyústit až do extrémní situace, kdy hudebník při hře více myslí na harmonickou²⁸ strukturu improvizace a podstupuje tím riziko újmy emocionálního provedení celé skladby.

26 Viz např. studijní plány HAMU v Praze. [online].

Dostupné z WWW: <<http://studijniplany.amu.cz/cs/predmet104IMP4.html>>.

27 Srv. článek "Jak jde na to Joe Lovano". [online].

Dostupný z WWW: <<http://www.kopjazz.cz/kopjazz/clanky2.html>>.

28 harmonická, tj. týkající se akordů. Harmonie - nauka o stavbě a vzájemném spojování akordů.

Pokud se týče pohotové realizace předeher a dalších částí hudby, je možné pomocí odborné přípravy ozřejmit některé zákonitosti výstavby hudební skladby, jejichž pochopením lze snáze proniknout do tajů improvizace. Vedle harmonie, reprezentované nejčastěji právě akordovými značkami se jedná o *tektonické struktury a hudební formy*.

3.2.3 Shrnutí

Jak vyplývá z předchozích úvah, problematika improvizace představuje zajímavé téma. V procesu improvizace se ovšem neuplatňuje jen intuice a myšlení, ale je to ještě paměť. Jde o to, že do tohoto procesu se promítají předchozí zkušenosti – buď právě čerstvě získávané, anebo již nasbírané dříve. Představují stavební kameny improvizace a mohou se vybavovat velice rychle, spontánně. Především se zde jedná o model *motorické paměti*, kdy se zcela automaticky vybavují některé zažité prstokladové postupy, spojené se zafixovanými svalovými pohyby (Köhler 25, s. 251; Franěk 7, s. 92). Než se však mnohé z pohybů zafixují a zautomatizují, trvá to různě dlouhou dobu, v případě hry na hudební nástroj vyplněnou efektivním cvičením a opakováním. Při těchto kognitivních procesech dochází k vytváření nových neuronových spojení v příslušných částech mozku (Franěk, 7, s. 125, 126).

Pokud jde o paměť, je zajímavé povšimnout si ještě skutečnosti, o které píše Franěk (7, s. 92). Všechny zautomatizované činnosti se ukládají do *procedurální paměti* a mohou být prováděny nezávisle na dalších činnostech, při čemž zůstávají v paměti uloženy i řadu let. Pokud hudebník při improvizaci navíc přemýšlí o možnostech jejího dalšího hudebního rozvedení, zapojuje také *deklarativní paměť*. Ta zprostředkovává vybavování teoretických znalostí, jimiž mohou být např. poučky o spojování akordů, vedení hlasů, stavbě melodie atd.

Tyto skutečnosti snad mohou vést k lepšímu pochopení Bachovy geniální schopnosti improvizace – neboť i taková složitá fuga se jistě snadněji improvizuje, když se do tohoto procesu vloží procedurální paměť – a mohou snad přispět k lepšímu pochopení improvizace jako osobitého fenoménu.

3.3 Akordové značky

Jak již bylo předznamenáno, akordové značky představují jednu z cest, po níž se současná praxe improvizace ubírá. Jsou přístupné jakkoliv vyspělým hudebníkům, lze podle nich hrát nejen na kytaru, ale i na další drnkací strunné nástroje a také na nástroje klávesové. Nepřikazují direktivně hudebníkům jak a co mají hrát, v tom jim ponechávají značnou volnost

a tvůrčí svobodu. Tato jejich velká univerzálnost může však být na druhou stranu někdy nevýhodou, především pro skladatele, neboť jeho tvůrčí záměr je akordovou značkou vyjádřen jen nedostatečně. Hudebníky samými může být dešifrován různě, a to i na základě dalších složek hudby, jež jsou ve skladbě latentně přítomny. To se nemusí podařit vždy, a tak výsledek pak může být shodný s definicí improvizace – tj. nepředvídatelný. ...A pokaždé jiný, což může být ovšem výhodou např. právě v oblasti muzikoterapie.

3.3.1 Vývoj akordových značek

Akordové značky se začaly sice masově využívat až v průběhu 20. století, avšak svoji obdobu i podobnou praxi interpretace měly již v dřívějších dobách. Tuto předlohu představoval *číslovaný bas* (*generálbas*, *basso continuo*)²⁹, což byl zjednodušený notový zápis pro doprovodné nástroje (varhany, cembalo, loutnu), zavedený do hudební praxe v době barokního slohu. Tehdy se vypisoval pouze basový part a akordy zaznívající nad basovým tónem se označovaly čísly, doplněnými o další symboly³⁰. Pozdějším vývojem a modifikacemi se nakonec dospělo až akordovým značkám, jak se běžně používají v současnosti. Mezi číslovaný bas a akordové značky však nelze klást rovnítko. Společnou mají především myšlenku zjednodušení zápisu a určitou realizační volnost, spočívající v improvizaci praxi. V lecčems se však liší.

3.3.2 Výklad akordových značek

Akordové značky se skládají:

- z velkého písmena, označujícího základní tón akordu
- z čísel udávajících z jakých intervalů³¹ se akord skládá
- ze zkratk a symbolů upřesňujících dané údaje

Následné tabulky uvádějí do praxe značení intervalů v akordových značkách. Je nutno zdůraznit, že tato praxe vycházející z tradičního pojetí jazzové a taneční hudby, využívá pro zjednodušení některé terminologické nepřesnosti, které by v oblasti "klasické" hudební teorie byly považovány za chybné. Značení navíc prošlo svým vývojem a není na rozdíl od číslovaného basu tak důsledné a především jednotné. Lze se tak setkat s různými variantami

29 Viz *Basso continuo* [online]. Wikipedie, otevřená encyklopedie.

Dostupná z WWW: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Basso_continuo>.

30 Srv. např. Kofroň, 21, s. 44; Šín, 48, s. 19; Šolc, 50, s. 55, 56.

31 Interval - vzdálenost od jednoho tónu k druhému.

akordových značek. Soudobá jazzová praxe přináší některé zvláštnosti v podobě přidaných symbolů. Problematikou akordových značek se u nás zabýval Milan Šolc (50), jeho pokynů je zde důsledně dbáno.

Tab. 3 Intervaly a jejich značení v systému akordových značek

Interval	Značení v ak. značce	Tóny intervalu	Poznámka
prima (čistá)	<i>neznačí se</i> *) **)	C - C	<i>všechny intervaly</i>
malá sekunda	2mi	C - Des	<i>jsou pro přehlednost</i>
velká sekunda	2	C - D	<i>odvozeny</i>
malá tercie	mi **)	C - Es	<i>od základního tónu C</i>
velká tercie	<i>neznačí se</i> *)	C - E	
čistá kvarta	4	C - F	
zvětšená kvarta	4 ⁺ (<i>běžně se neužívá</i>)	C - Fis	
zmenšená kvinta	5 ⁻	C - Ges (<i>příp. Fis</i>)	
čistá kvinta	<i>neznačí se</i> *) **)	C - G	<i>*) základní tóny akordu dur</i>
zvětšená kvinta	5 ⁺	C - Gis (<i>příp. As</i>)	<i>**) zákl. tóny akordu moll</i>
malá sexta	6mi (<i>běžně se neužívá</i>)	C - As	
velká sexta	6	C - A	
zmenšená septima	7 ⁻ <i>nebo dim (v akordu)</i>	C - Heses (<i>zní jako A</i>)	<i>oba tóny zní shodně</i>
malá septima	7	C - Hes (<i>čili B</i>)	<i>B - častější název pro Hes</i>
velká septima	7maj	C - H	
oktáva (čistá)	<i>neznačí se</i>	C - C	<i>intervaly v rozpětí oktávy</i>
malá nóna	9mi	C - Des	<i>a výše</i>
velká nóna	9	C - D	
čistá undecima	11	C - F	
zvětšená undecima	11 ⁺	C - Fis	
malá terdecima	13mi	C - As	
velká terdecima	13	C - A	

Tab. 4 Přehled a výklad nejběžnějších akordových značek

Akordová značka	Tóny akordu	Poznámka
C	C - E - G	<i>Všechny akordy</i>
Cmi	C - Es - G	<i>jsou pro přehlednost</i>
Cmi⁵⁻	C - Es - Ges	<i>odvozeny</i>
C⁵⁻	C - E - Ges	<i>od základního tónu C</i>
C⁵⁺	C - E - Gis	
C_{2sus}	C - D - G	2sus (D) vylučuje 3 (E)
C_{4sus}	C - F - G	4sus (F) vylučuje 3 (E)
C⁶ nebo C^{add6}	C - E - G - A	
Cmi⁶	C - Es - G - A	
Cdim	C - Es - Ges - Heses (A)	
Cmi⁷	C - Es - G - Hes	
C⁷	C - E - G - Hes	
C^{7maj}	C - E - G - H	
Cmi^{7/5-}	C - Es - Ges - Hes	
C^{7/5+}	C - E - Gis - Hes	
C⁹	C - E - E - Hes - D	
C^{add9}	C - E - G - D	
Cmi⁹	C - Es - G - Hes - D	
C¹¹	C - E - G - Hes - D - F	
C¹³	C - E - G - Hes - D - F - A	
C^{6/4sus}	C - F - G - A	
C^{7/4sus}	C - F - G - Hes	
C^{9/7maj}	C - E - G - H - D	

Zkratky *sus*, *add* se užívají ve spojení s čísly a obě označují tóny *neakordické*, tj. ty, které netvoří základní součást akordu dur nebo moll. Jejich používání mění strukturu i charakter akordu, do něhož vnášejí nový prvek – napětí. Toto napětí může být buď *pohybové* nebo *klidové*³². Zásadní rozdíl spočívá – a tím se význam obou zkratek stává naprosto učitým i protikladným – v tom, zda *neakordické* tóny vylučují některý základní tón akordu (3, mi, příp. 5, 8), tj. *zastupují jej* (buď trvale nebo dočasně), anebo zda jsou k základním tónům akordu přidané navíc, tj. *obohacují jej*, a tím akord „zahušťují“³³.

32 Viz Risinger, 42, s. 33.

33 Zahuštěné akordy -viz Risinger, 42, s. 31.

Rozdíl ve významu zkratky *sus* a *add*:

- *sus* (*suspension - průtah*) – zastupuje, vytváří napětí *pohybové*, jeví tendenci postupovat k chybějícímu akordickému tónu
- *add* (*připojení, obohaceni*) – *zahušťuje*, vytváří napětí *klidové*, tendence postupovat k tónu akordickému je eliminována přítomností tohoto akordického tónu v zaznívajících akordu

Značení obrátů akordu v akordové značce:

Z tab. 5 je patrné, že všechny akordy byly vystavěny od svého základního tónu, tj. základní tón byl zároveň i tónem nejhlubším, basovým. Tomu tak nemusí být ovšem vždy. Tóny, ze kterých je akord složen, mohou být libovolně přeskupeny, např.:

Tab. 5 Obraty akordu

C	E	G	H				C⁷maj
	E	G	H	C			<u>C</u>⁷maj E
		G	H	C	E		<u>C</u>⁷maj G
			H	C	E	G	<u>C</u> H

Pokud dojde k takovému přeskupení a akord není ve svém prvotvaru, tj. nemá-li v basu základní tón, jedná se o druhotvary, tj. *obraty*. Z akordové značky je patrné, jak se tyto obraty akordu zaznamenávají. Charakter druhotvarů je sice zvukově poněkud odlišný od výchozího prvotvaru, avšak tato skutečnost bývá v praxi

brána na zřetel různě. Akordová značka však umožňuje vložit pod lomítko velké písmeno, označující basový tón. V případě složitějších akordů, akordických kombinací může být písmenem (příp. i symboly) vyjádřen ne pouze basový tón, ale celý akord, tj. pod a nad lomítkem jiný, přičemž oba zaznívají současně jako jeden celek.

3.3.3 Využití akordových značek

Akordové značky mají v praxi široké pole využitelnosti. Lze podle nich realizovat doprovodný part v písni nebo i v rámci instrumentální skladby. Lze jich využít také při skladatelské a aranžérské práci jako pomůcky při skicování nějakého nápadu, kde slouží ke zkratkovitému zápisu harmonické osnovy, jež může být ve finále rozepsána mezi jednotlivé nástroje. Rovněž tak může být akordových značek užito v rámci improvizace – a to buď jako příprava strukturalizované improvizace nebo jako dodatečný záznam průběhu improvizace samotné, kdy je příhodné nějakým jednoduchým způsobem zachytit důležité okamžiky v jejím průběhu. Akordová značka, jako nositelka harmonie, umožňuje vystihnout zamýšlené

či již proběhlé dění, s ohledem k jeho emocionální působivosti³⁴.

3.4 Tektonické struktury a hudební formy

Jak již bylo popsáno výše (3.2.1, 3.2.2), dochází v rámci strukturované i volné improvizace k určitému dění, probíhajícímu v čase i prostoru. Toto dění má určitou charakteristiku a podílí se na něm řada prvků. Tím vším se zabývá *hudební tektonika*, jinými slovy nauka o stavbě skladeb.

Improvizace – ať už volná nebo i strukturovaná – nahlížena zpětně, představuje svébytný celek, jehož uspořádání či členění může být rozmanité. Hlavními činiteli této rozmanité podoby jsou *zvuk* a *ticho*. Jejich vzájemná interakce, probíhající právě v časoprostoru, má z hlediska výstavby prvořadý význam na formování celku. To zcela zákonitě probíhá dle základních tektonických principů *identity* a *kontrastu*, představujících základní hierarchizační prostředky. Z této skutečnosti vycházejí všechny typy *tektonických struktur* či *hudebních forem*³⁵.

3.4.1 Přehled tektonických struktur a hudebních forem

V následující tabulce je naznačeno jakým způsobem dochází k formování hudebních celků a z čeho se odvíjí jejich následná hierarchizace do nadřazených stupňů:

Tab. 6 Přehled tektonických struktur – podle Risingera (43, s. 22, 23)

Struktury	Charakteristika	Formy	Formové schéma
I. stupeň	drobná věta, perioda i neperiodická věta (nekontrastní)	jednodílné: píseň bez refrénu, kánon, nejmenší preludium	a
II. stupeň	malé útvary z jednoho tématu s mírným kontrastem	malá "písňová": píseň s refrémem, malé rondo, rozsáhlejší kánon, malé preludium či fughetta, invence	a b; a b a
III. stupeň	malé útvary z jednoho tématu nebo velké z dvou nebo více témat (kontrastní)	velká dvou, třídílná: menuet s triem, sonatina, jednoduše. vyšší rondo; roz. preludium, fuga, jednodušší variace	A B (A) a b c d (a b) a b a c d c (a b a)
IV. stupeň	velké útvary (kontrastní)	sonátová, složitější rondová, sonátové rondo, rozsáhlejší fuga, variace	viz tab. 7, 8, 9
V. stupeň	rozlehlé útvary vyššího typu (kontrastní)	jednovětý sonátový cyklus, cyklická sonátová	sonátová f. + jiné v jednověté skladbě

34 O tom bude pojednáno v kapitole 5.

35 Obecně lze sice tektonické struktury a hudební formy považovat téměř za totožné, neboť mají společné rysy, avšak Risinger (43, s. 19) je rozlišuje. Termín „hudební formy“ užívá jen v případě tradičních formových schémat (např. sonátová forma), kterým jsou tektonické struktury nadřazené. Podobně se k tomuto tématu vyjadřuje i Zenkl (61, s. 10, 11): „*Tektonika zahrnuje různé stránky výstavby hudebního díla a forma jakožto celkový tvar skladby představuje pouze jednu z nich.*“

Tab. 7 Schéma sonátové formy

SONÁTOVÁ FORMA								
INTRODUKCE	EXPOZICE			PROVEDENÍ	REPRÍZA			KODA
i	A	B	C (m)	X (Y, Z)	A'	B'	C'	k
	hlavní téma	vedlejší téma	závěr. téma	práce s materiálem, zpracovávání témat	hlavní téma	vedlejší téma	závěr. téma	

Tab. 8 Formové schéma – nižší sonátové rondo

NIŽŠÍ SONÁTOVÉ RONDO						
I			II	III		
A	B	A	C	A	B	A (koda)

Tab. 9 Formové schéma – vyšší sonátové rondo

VYŠŠÍ SONÁTOVÉ RONDO						
EXPOZICE			PROVEDENÍ	REPRÍZA		
A	B	A	X	A	B	A (koda)

Uvedená formová schémata představují v zjednodušené podobě zažité typy, vyznačující se rysy charakteristickými pro konkrétní formu. Tak lze konstatovat, že např. *sonátová forma* je charakteristická svým členěním a průběhem: skládá se ze tří dílů, jež může rámovat krátký úvod, tj. *introdukce* a závěrečná „tečka“, zvaná *koda*.

V prvním díle, *expozici*, dochází postupně k uvedení všech hudebních myšlenek, se kterými lze – mnohdy i velmi dramaticky a kontrastně – pracovat ve střední části, tzv. *provedení*. To je nejzávažnější část a vrchol této formy. Pak se vše navrácí do relativně výchozí podoby a myšlenky se zopakují ve více či méně původním tvaru. V této závěrečné části tj. *repríze*, dochází k určitému zaokrouhlení, rekapitulaci známých skutečností a uzavření formy.

3.4.2 Shrnutí

I takováto na pohled složitá forma může být v podstatě podkladem ke strukturované improvizaci. Lze ji využít např. jako určitého archetypu při výstavbě dějově nebo dynamicky orientovaného útvaru, jenž může být intermediální podstaty, tedy nejen hudební. Avšak spíše než s hudební formou se zde nabízí práce s tektonickými strukturami, které lze považovat za skutečné stavební kameny každého díla. Kromě toho se lze setkat vedle konkrétních

formových schémat i s hudebními formami *volnými*. Jejich výstavba je osobitá, avšak odvíjí se tak či onak od zákonitosti identity a kontrastu, a to právě nejen v rámci formálního členění, nýbrž i v oblasti ostatních složek hudby³⁶. Jejich praktická znalost umožňuje pracovat s nimi i v rámci improvizace, čímž ji může obohatit o další výrazové prostředky. Seznámení s tímto tématem přinesou následující kapitoly.

³⁶ Spíše než prvoplánová architektoničnost se však při improvizaci (přednostně pak v rámci muzikoterapie) uplatňuje procesualnost vytvářené hudby, tzn. že rodící se hudba je výsledkem určitého procesu (v terapii terapeutického), odvíjejícího se na základě právě probíhajících interakcí mezi zúčastněnými osobami a dalšími spolupůsobícími faktory.

4 Složky hudby

Vývoj evropské hudby se v posledních několika stoletích odvíjel na základě *rytmicko-polymelodicko-harmonického*³⁷ hudebního myšlení. Z tohoto pohledu se za hlavní složky hudby nejčastěji považuje *rytmus*, *melodie* a *harmonie*. Avšak tato trojice představuje spíše významné fenomény, které se v evropské hudbě vyskytují. Nebylo tomu tak vždy a není tomu tak vždy ani v případě hudebního myšlení mimoevropských kultur. Hudební vývoj však zasáhl ve 20. století do hudebního myšlení velmi pronikavě a rozšířil tak tuto oblast o další složku, o práci se *sónikou*, tj se zvukově-barevnou stránkou hudby. Tato složka se v mnohých soudobých, sónicky orientovaných skladbách stala natolik dominantní, že naprosto zatlačila do pozadí ostatní složky hudby, s hudbou již tradičně a neodmyslitelně spojované, což se týká právě oně zmiňované trojice rytmus, melodie, harmonie.

Z těchto důvodů se současná hudební teorie snaží rozšířit již nedostačující rozřídění složek hudby, které již přestalo postihovat jevy vyskytující se v soudobé hudbě. Složky hudby pojímané z pohledu hudební tektoniky zasahují za hranice vlastností tónu, neboť se zabývají zvukem širěji, tedy jako základním prvkem soudobé hudby. Protože tématem této práce je improvizace v muzikoterapii, zdá se být seznámení se se složkami hudby logicky jako velmi přínosné, neboť ani muzikoterapie nepracuje pouze s tóny, nýbrž se zvukem obecně, jak bude uvedeno v kapitole 6.

4.1 Hudební tektonika – uvedení do problematiky

Hudební tektonika představuje nauku o vnitřní stavbě hudebního díla. Kulka se této problematice věnuje z hudebně-psychologického hlediska a do souvislosti uvádí vztah tektonika – forma (27, s. 278). Podobně jako Zenkl (61, s. 10, 11) spatřuje v tektonice záležitost vnitřní výstavby, kdežto ve formě naopak záležitost vnějšího tvaru, přičemž jednota obou pak tvoří celkovou kompozici. Poukazuje na tektonické principy (*viz již zmiňovaný princip identity a rozdílnosti, kontrastu, dále pak princip proporcionality, hierarchičnosti, princip vrcholu a vyváženosti dostředivých a odstředivých sil*). Dále si všímá makrotektoniky (*průběhu díla jako celku, v souvislosti s narůstáním a uvolňováním napětí*) a mikrotektoniky (*v souvislosti průběhu drobnějších skladebných útvarů*). V tomto ohledu zmiňuje Janečka,

37 Srv. Kohoutek, 22, s. 105.

významného českého skladatele, pedagoga a především hudebního teoretika 20. století³⁸. Janeček vytvořil velké a přínosné dílo v oblasti hudebně teoretických disciplín a hudební tektonika patří mezi jeho dílo objevitelské, ve světě v tomto ohledu svým způsobem ojedinělé. Na Janečka navázal rozměrem svých hudebně teoretických prací Risinger. Z jeho „Nauky o hudební tektonice 20. století“ vychází i následující část textu.

4.1.1 Složky hudby z pohledu hudební tektoniky

Jak již bylo zmíněno, vychází třídění hudebních složek v hudební tektonice ze základních vlastností zvuku³⁹. Toto třídění dělí uvedené složky *jednohlasé* a *vícehlasé* a dále pak ještě podle dalších hodnotících kritérií na:

- složky vertikální (*zvuko-prostorově organizované*)
- složky horizontální (*časově organizované*)
- složky vertikálně horizontální (*kombinovaně organizované*)

Představitelem vertikálních složek může být např. souzvuk, akord, tedy to, co zaznívá v daný okamžik společně. Horizontální složky pak představuje např. rytmická struktura či melodie, tedy to, co plyne v čase. Složky vertikálně horizontální jsou syntézou obou předchozích možností.

Jak již bylo předesláno, hudební složky netvoří jen rytmus, melodie a harmonie, a tak je jistě na místě seznámit se s touto problematikou podrobněji.

4.1.1.1 Rytmus

Patří jednak mezi složky horizontální, související s časovou délkou a z tohoto pohledu představuje zvuk strukturovaný v čase, pro který je charakteristické směřování od minulosti přes přítomnost k budoucnosti. V rovině vertikálně horizontální lze pracovat s různě členěnými rytmickými strukturami. V tomto ohledu může docházet k jevům jako je *komplementární rytmus*, který vzniká tak, že v souběhu různě členěných rytmických struktur zaznívá na určitých časoměrných jednotkách zvukový impuls z té či oné struktury a tímto vzájemným doplňováním vzniká pravidelná pulsace. Protikladem může být *polyrytmika*,

38 Viz *Český hudební slovník osob a institucí*. [online]. Dostupný z WWW: http://www.ceskyhudebnislovník.cz/slovník/index.php?option=com_mdictionary&action=record_detail&id=8333.

39 Srv. Risinger, 43, s. 24 – 42.

vznikající v souběhu dvou (tj. *birytmika*) a více nezávislých a různě členěných rytmických pásem.

4.1.1.2 *Metrum*

Představuje uspořádání rytmické složky do taktů, tj. do sledů přízvuchných a nepřívuchných dob. Toto uspořádání může být pravidelné i nepravidelné, avšak pokud by nepravidelnost znamenala neustálou proměnlivost, bez náznaku nějaké hierarchizace, pak může dojít k *metrice volné* nebo *ametrii*, což znamená de facto popření metra. I metrické, stejně jako rytmické složky lze vrstvit a pracovat s nimi ve vertikálně horizontální rovině, což může vést k *polymetrice*.

4.1.1.3 *Tempo*

Určuje rychlost realizace základních metrických jednotek, tj. dob (nebo vteřin v případě rastrové notace). Udává se v široké škále od velmi pomalého až po velmi rychlé.

4.1.1.4 *Hybnost*

Souvisí s tempem a představuje množství zvukových prvků připadajících na základní metrickou jednotku (tj. 1 dobu nebo 1 vteřinu). U tempa může dojít k zajímavému paradoxu, kdy např. ve velmi rychlém tempu zní málo členěné zvukové struktury na relativně dlouhé ploše nebo obráceně. Hybnost tyto jevy pomáhá podchytit a objektivizovat.

4.1.1.5 *Artikulace*

Představuje způsob vyznění určité zvukové struktury. Způsobů může být celá řada, což představuje celý rejstřík výrazových prostředků, např. *legato*, *staccato*, *glissando* (čili *vázaně*, *odráženě*, *klouzavě*) atd.

4.1.1.6 *Agogika*

Představuje časově volné zpomalování nebo zrychlování základní metrické jednotky. Představuje též výrazové prostředky, prostřednictvím nichž lze ovlivnit působivost dané skladby.

4.1.1.7 *Dynamika*

Týká se hlasitosti zvuku a podobně jako v případě tempa se udává ve škále od zvuků co možná nejnižších až po zvuky maximálně hlasité. Také spadá pod výrazové prostředky. Navíc s ní lze pracovat nejen v rovině horizontální, ale též v rovině vertikální a vertikálně horizontální, což představuje velkou plasticitu a prostorovou hloubku. V této souvislosti lze hovořit o *polydynamice*.

4.1.1.8 *Barva a světlost zvuku*

Barva i světlost zvuku souvisí s ténbrem, tj. zabarvením, které je rozdílné u jednotlivých skupin nástrojů i lidských hlasů. Barva je charakteristická pro zvuky s určitou výškou, tj. tóny, kdežto světlost pro zvuky s výškou neurčitou, tj. pro ostatní zvuky využívané v hudbě, např. bicí nástroje. Hlubší zvuky jsou temnější, vyšší světlejší. Barva a světlost mají také velký výrazový potenciál.

4.1.1.9 *Tónová výška*

Udává se pouze u zvuků s určitou tónovou výškou, tj. tónů, neboť pouze u nich je možno určit jejich kmitočet přesně (např. *komorní tón* $a^1 = 440 \text{ Hz}$), neboť se chová konstantně, což u zvuků s neurčitou výškou neplatí. V rovinách vertikálně horizontálních se objevují hudební fenomény označované jako *melodie*, (*až polymelodie*), *souzvuky*, *akordy*.

Ve složce vertikální je to:

- jednohlasý tón
- současně znějící souzvuky (*interval*, *akordy*, *klastry*⁴⁰).

Ve složce horizontální je to:

- *melodie (jednohlasý sled různých tónů plynoucích v čase)*

Ve složce vertikálně horizontální je to:

- dvoj a vícezvuky v časovém sledu homofonní povahy (*harmonie*)
- souběh dvou nebo více melodií polyfonní povahy (*kontrapunkt*)

Všechny uvedené složky lze hierarchizovat následujícími způsoby:

- tonálně
- modálně

40 Klastř, též cluster = tónový shluk.

- akordicky
- atonálně

4.1.1.10 Faktura

Týká se hustoty současně znějících zvuků, což souvisí jednak s dynamikou, tj. hlasitostí (zesilování či zeslabování) a dále s množstvím současně znějících zvuků (současně hrajících nástrojů).

4.2 Složky hudby z pohledu nauky o člověku

Dosud uvedené skutečnosti z oblasti složek hudby představují určitý vhled do zákonitostí výstavby hudebního díla, avšak tento vhled se týká spíše vnější stránky věci, přičemž podstata uměleckého díla spočívá především v jeho esteticko-psychologickém působení na posluchače⁴¹. Pro oblast terapie je to pak obzvlášť důležité.

Touto problematikou se zabývá hudební estetika, psychologie, psychologie umění, hudební psychologie, sémantika či hudební sémiotika. Avšak pozornost věnovaná významu a působení hudby je prokázána již v dobách vyspělých kultur starověku. Cenné poznatky, ze kterých čerpaly i pozdější generace, se v tomto ohledu dochovaly v dílech antických autorů, jejichž jména jsou všeobecně známa: Pythagoras, Platón, Aristoteles, Diogenos a další.

Nauka o člověku (obecně *antropologie*), z níž bude v následujícím oddíle čerpáno, vychází z duchovně vědeckého poznání, jak je zformuloval Steiner⁴². Ze stejných impulsů vychází i anthroposofická muzikoterapie, o níž bude pojednáno v kapitole 6. Nauka o člověku vycházející z anthroposofických impulsů se také nazývá *anthroposofická antropologie*.

Pro tuto práci je zajímavé porovnání; jak na složky hudby či prvky hudby pohlíží hudební věda a jak např. duchovní věda, zastoupená právě anthroposofickou antropologií a zní vycházející muzikoterapií, jež s nimi pracuje navíc terapeuticky.

4.2.1 Základní údaje o nauce o člověku

Základním kamenem nauky o člověku je vnímání člověka v jeho trojčlennosti. Jednotu lidské bytosti tvoří tělo – duše – duch. Každý z článků lidské bytosti je zároveň určitým způsobem spojen se silami působícími v přírodě, kosmu a nadmyslovém božsky-duchovním

41 Srv. Kulka, 27, s. 15 - 29

42 Rudolf Steiner [online]. Wikipedia, otevřená encyklopedie.

Dostupná z WWW: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Rudolf_Steiner>.

světě. Tato trojčlennost se pak promítá ve všech člancích lidské bytosti a nakonec i na fyzické úrovni v lidském těle, kde se projevuje v myšlení, cítění a ve vůli. Myšlení je přitom spojeno s oblastí hlavy a nervově smyslovým systémem, cítění s oblastí hrudi a s činností srdce a plic, a vůle s oblastí břicha a souvisí se systémem látkové výměny a končetinami⁴³.

Toto je jen velmi obecný a zjednodušený nástin východiska, ze kterého nauka o člověku vychází. Představuje spíše nezbytné minimum pro pochopení následujícího textu.

4.2.2 Význam hudebních prvků a složek hudby

Hudba z pohledu duchovní vědy, jejíž součástí je tedy i nauka o člověku, vychází také z trojčlennosti. Zde navazuje na trojjediné rozdělení hudby, vycházející z raně středověkých pramenů⁴⁴:

- musica mundana – hudba sfér (*hudba, kterou zní světy*)
- musica humana – hudba lidského těla a duše (*hudba nitra člověka*)
- musica instrumentalis – znějící hudba (*instrumentální i vokální*)

Nauka o člověku učí pohlížet na hudební prvky a složky hudby fenomenologicky, tj. prostřednictvím naslouchání a prožívání je umožněno poznávat jejich působení.

4.2.2.1 Tón

Je základním hudebním prvkem. Z něho se utváří melodie a harmonie. Vedle sedmi hlavních tónů, které i hudební teorie považuje za základní (tj. C, D, E, F, G, A, H), existuje ještě dalších pět tónů, hudební teorií označovaných za odvozené. Těchto dvanáct tónů⁴⁵ je podle duchovní vědy odrazem zvěrokruhu a každý z nich je formován působením síly jednoho z nich. Základní tóny jsou navíc formovány působením sedmi planet (*jak jsou známy z astrologie*).

Z tohoto pohledu nepředstavují tedy jednotlivé tóny jen souhrn akusticko-fyzikálních poznatků, nejsou to jen fyzikální síly, které v lidském organismu vyvolávají fyziologické reakce, nýbrž jsou to především kosmické síly, které v trojčlenném člověku vyvolávají nějaký prožitek. Každý tón je tak osobitým nositelem určitých sil, vlastností a kvalit, které mohou být také určitým způsobem prožívány.

43 Srv. Krček, 26, s. 24, 25; Felber - Reinhold - Stückert, 6, s. 35.

44 Srv. např. Vysloužil, 57, s. 185; Krček, 26, s. 14, Schullerová, 46, s. 15 – 32.

45 Viz Obr. 1 *Detail klaviatury, s rozmístěním jednotlivých tónů.*

4.2.2.2 *Intervaly*

Jak již bylo naznačeno⁴⁶, představují intervaly vzdálenost od jednoho tónu k druhému. Tyto dva tóny mohou zaznít buď současně, tj. v souzvuku (harmonicky), nebo v krátkém časovém odstupu, tj. „po sobě“, melodicky. Vzdálenosti dvou tónů mohou být různé a jejich názvy se odvozují od toho, jak jsou jednotlivé tóny uspořádány v tónovém systému. Toto uspořádání je stupňovité, od nejhlubšího tónu po nejvyšší. Hudební teorie intervaly třídí do několik skupin, tradičně podle akustických a psychologických souvislostí.

Podle nauky o člověku je každý interval osobitý svým charakterem a jeho kvalita má pro člověka svůj význam. Zazní-li dva tóny, něco se mezi nimi odehrává – stejně jako při setkání dvou lidí, kdy se mezi nimi utváří vzájemnou interakcí nějaký vztah. Tento vztah je oním charakterem každého intervalu.

Alespoň ve velmi stručném náhledu jsou zde uvedeny některé charakteristiky intervalů, jak je uvádí Krček⁴⁷:

- prima pramen
- sekunda pohyb
- tercie prožitek
- kvarta hranice
- kvinta hranice
- sexta prožitek
- septima touha a napětí
- oktáva cíl

Z hudebně-akustického hlediska⁴⁸ jsou vzdálenosti mezi tóny odvozeny z určitého řádu a odpovídají následujícím matematickým poměrům:

- oktáva 2:1
- kvinta 3:2
- kvarta 4:3
- velká tercie 5:4
- malá tercie 6:5 atd.

46 Viz Tab. 3 *Intervaly a jejich značení s systému akordových značek.*

47 Krček, 26, s. 77 více též na s. 40 – 43, 74 – 76 aj.

48 Hudební akustika - věda o zvuku, jeho vzniku a šíření. Viz Zenkl, 60, s. 108 – 115.

Nauka o člověku v těchto poměrech spatřuje ještě jiný význam a nachází v nich také souvislost s uspořádáním lidského těla, kde některé tělesné proporce těmto poměrům odpovídají⁴⁹.

Obecně lze k charakteristice intervalů dodat, že jinak působí vzestupné a jinak sestupné, jinak malé nebo naopak velké (tj. v rámci oktávy představené tóny vzdálenostně navzájem bližšími nebo vzdálenějšími).

4.2.2.3 *Stupnice, mody, tóniny*

V souvislosti s tímto tématem lze poznamenat, že stupnicím není v dostupné literatuře věnován takový prostor jako intervalům. Krček píše o souvislosti každého z dvanácti tónů s určitou tóninou⁵⁰. Sedm hlavních tónů, se základním tónem C, představuje základní tónovou řadu, shodně s hudební teorií. Z ní se odvozují intervaly. Zmínka je o tzv. „planetárních“ stupnicích, což představuje spíše prostor pro nové objevy a praktické využití v budoucnosti. Avšak je známo, že ve waldorfské pedagogice, která vychází z poznatků nauky o člověku⁵¹, se doporučuje využívat v rámci hudební výchovy nejprve *pentatoniku (tóny d e g a h d)*⁵², později (kolem 9 roku věku dítěte) *církevní mody* a až po té *heptatoniku*, s charakterem polarit dur – moll. Tato posloupnost je odůvodněna přirozeným vývojem dítěte podle nauky o člověku.

4.2.2.4 *Melodie*

Melodie představuje v hudbě ten nejpodstatnější jev. Je vytvářena z jednotlivých tónů té či oné stupnice. V melodických postupech se odráží také intervaly a otiskují do melodie svůj osobitý charakter. Podle nauky o člověku souvisí melodie s myšlením⁵³. Stoupající a klesající melodie mají opačný charakter. Stoupající působí dle Krčka⁵⁴ svobodně a spíše uvolňují vyšší články lidské bytosti. Klesající naopak spíše spojují s fyzickým tělem a obecně s tím, co s ním souvisí.

49 Srv. Felber - Reinhold - Stückert, 6, s. 28, 42 – 44.

50 Srv. Krček, 26, s. 39.

51 Srv. „*Stručně o waldorfské pedagogice*“ [online]. Waldorfské školy. Dostupný z WWW: <http://www.iwaldorf.cz/wald_ped.php?menu=ped-owa>

52 Srv. Pulchertová, 41, s. 89 – 93 a Konvalinková, 23.

53 Srv. Felber - Reinhold - Stückert, 6, s. 31.

54 Krček, 26, s. 44.

4.2.2.5 Harmonie

Harmonie, druhý ze základních jevů, představuje svět akordů s jejich vzájemnými vztahy i působením. Spojuje se zde charakter tónů z různých stupnic, intervalů a melodií plynoucích v různých tóninách. Oblast, se kterou je harmonie spojována je hrud' a souvisí s cítěním. V rámci tóniny mají i podle hudební teorie jednotlivé akordy určitou funkci (*jak bude blíže popsáno v následující kapitole*), což má velký vliv na emoce a na celkové prožívání hudby.

4.2.2.6 Rytmus

Představuje poslední v trojici základních jevů. Řečí hudební tektoniky lze říci, že strukturalizuje melodii v čase. Dodává konkrétní impulsy, ohraničuje, upevňuje. Podle nauky o člověku souvisí s končetinami (*ty se pohybují rytmicky, např. při chůzi, při pracovních činnostech, a používají se také při hře na bicí nástroje. Lze jimi také rytmus vyjádřit, např. tleskáním, podupy atd.*) a jsou ve vztahu s vůlí, s volným jednáním.

4.2.3 Dodatek

V souvislosti s hudebními fenomény se nauka o člověku ještě zabývá vztahem dur – moll, disonance – konsonance, dále pak významem trojzvuku, taktu, metra, tempa a dynamiky aj. Příležitostně na to bude v textu poukázáno.

4.3 Hudební jevy z pohledu hudební psychologie

Jiný pohled na danou problematiku přináší hudební psychologie, jež je definována jako hraniční disciplína muzikologie a psychologie⁵⁵.

4.3.1 Základní údaje o hudební psychologii

Hudební psychologie představuje vědu zabývající se specifickými psychologickými procesy, vyplývajícími z interakcí mezi hudbou (*jakožto podnětem*) a člověkem.

Hudební psychologie souvisí s obecnou psychologií, psychologií umění, akustikou, fyziologií, hudební pedagogikou, estetikou i dalšími obory. Její pole působnosti je značně rozsáhlé a provázané s uvedenými obory. Podle Poledňáka tato problematika souvisí jednak s procesem společenské existence hudby, kdy se předmětem hudebně-psychologických

55 Viz Poledňák, 38, s. 79 – 86; též Vysloužil, 57, s. 238, 239

výzkumů stávají otázky týkající se *produkce, interpretace a recepce* hudby, a dále pak s rozmanitostí psychického dění, spjatého s hudbou jako ústředním jevem.

Na jedné straně se tedy jedná o problematiku vnímání zvuku z fyziologického hlediska, tj. z pozice sluchu; zde hudební psychologie popisuje neurofyziologické základy *hudebních činností*, psychologii hudebních schopností, psychologické aspekty hudební tvořivosti atd. Na druhé straně se její pozornost obrací také k otázkám *prožívání hudby* a psychologickým pohledům na jednotlivé hudební jevy (*strukturalisticko-fenomenologický pohled*). Tato disciplína (*představující v souvislosti s touto prací klíčovou oblast*), se však rozvíjela až později, na základě mezioborové spolupráce s hudební teorií.

4.3.2 Psychologické aspekty hudebních jevů

Hudební jevy (složky hudby, hudební prvky) nahlížené zorným úhlem hudební psychologie a příbuzných oborů vystupují zcela v jiném světle. Nejedná se v první řadě o fyzikální vlastnosti uvedených jevů, popisovaných např. v hudebně teoretických disciplínách či v akustice, nýbrž zde se výrazně promítá to „co je pod povrchem“ čili spíše se jedná o vnitřní kvality (rysy, charakter) působící určitým způsobem v hudbě samotné a jejím prostřednictvím pak i v lidském životě.

4.3.2.1 Tonalita

Představuje oblast vztahů mezi tóny, potažmo i mezi akordy⁵⁶. Tón, jako základní hudební prvek, je podle své výšky (čili hierarchicky) spojován s dalšími tóny v určité tónové řadě, tj. *stupnice* či *mody*, jejichž uspořádání je *stupňovité*. Stavba stupnic či modů může být různá⁵⁷, což vždy ovlivňuje jejich charakter, zabarvený navíc složením jednotlivých tónů, z nichž každý z nich má také různou kvalitu. V rámci stupnice jsou již předjíhány některé možné vztahy mezi tóny (*odvislé právě na charakteru konkrétní stupnice*), avšak pouze ve statické rovině. Teprve uvedením těchto tónů do pohybu dochází ve vzájemných interakcích k vytváření určitých vztahů. Pohyb znamená pro stupnici přerod v *tóninu*. Lze říci, že stupnice je pouze určitým způsobem utříděná řada tónů, sama o sobě nepohyblivá, kdežto tónina je charakteristická různým tvarem, utvářeným pohybově proměnlivým využíváním těchto tónů. Každý tón v tónině nemá stejné postavení. Některé mají větší význam, např. *tónika*, představující základní, centrální tón tóniny. Tak stojí každý tón podle svých kvalit

⁵⁶ Srv. Grigová, 12, s. 68.

⁵⁷ Touto tematikou se obšírně zabývá Grigová, 12, s. 68 – 125.

v hierarchickém žebříčku na různém stupni – v rámci stupnice je tím činitelem tónová výška, v rámci tóniny jsou to pak vzájemné vztahy, které se mezi tóny utvářejí, tj. na základě jakéhosi hudebního „sociogramu“. Vztahy mezi jednotlivými tóny již byly naznačeny v souvislosti s intervaly a platí jak pro tvorbu melodií, tak pro tvorbu akordů, které z nich vycházejí. Tomuto tématu bude věnována větší pozornost v kapitole 5.3. V této souvislosti lze také odkázat na kapitolu 4.1, a doplnit, že tyto vztahy se týkají narůstání a uvolňování napětí.

4.3.2.2 *Modulace*

Tonalita může být narušována nedoškálnými (tj. *tónině cizími*) tóny. Tato skutečnost může na jedné straně vést až k takovému stavu, kdy jsou tonální vztahy narušené či uvolněné do té míry, že již nelze danou tóninu jednoznačně určit, neboť se její vztahová jednoznačnost stává nestabilní, rozostřenou a neurčitou. Na druhé straně může zavádění nedoškálných tónů dojem tonality naopak umocnit. Dochází k tzv. *rozšířené tonalitě*, kdy je původní tonalita obohacována nedoškálnými tóny o nové kvality, jež utvářejí v takto rozšířené tonalitě nové vztahy, vedoucí paradoxně k jejímu přesvědčivějšímu a působivějšímu dojmu utvrzení. Význam těchto nedoškálných tónů tedy spočívá ve zvýšeném napětí mezi nimi a doškálnými (tj. *tónině vlastními*) tóny, což se projevuje velkou dostředivou silou s tendencí směřovat k nim a být jimi „usmířeni“⁵⁸.

Jiný jev představuje *modulace*⁵⁹, tj. změna tóniny za jinou, kdy již nelze hovořit pouze o narušování původní tonality. To se může dít také jen krátkodobým *vybočením* do jiné tóniny, kdy v určitém úseku hudby přichází zřetelně v platnost vztahy jiné tóniny. Ty působí právě svojí zřetelnou určitostí jako vsuvka, na rozdíl od jiných tónů či akordů vnášejících do tóniny svojí neurčitostí a nesouvztažností stojící mimo nějaký hmatatelný kontext chaos. Avšak modulace, tak je chápána, nepředstavuje vsuvku, nýbrž skutečnou změnu tóniny. Tato změna je umožněna na základě přehodnocení některých tonálních vztahů mezi tóny či akordy výchozí tóniny a tóny či akordy nedoškálnými.

Z psychologického a psychoakustického hlediska se jedná o značně složitý proces⁶⁰, počínající identifikací původní tóniny, v níž hudba zní. To je spojeno s utvořením vnitřní představy vztahů vytvářejících charakter této tóniny. Změna tóniny představuje také změnu charakteru a tonálních vztahů, tzn. že dochází k jejich *přehodnocení*. Ty, jenž byly vnímány

58 Janáčkův termín, viz kapitola 5.3

59 Modulací se velmi podrobně a především prakticky zabývá Popovič, 39.

60 Viz Franěk, 7, s. 73.

ve výchozí tónině již pozbyly platnosti a v nové tónině musí být znovu identifikovány. S novou tóninou je spjato i odlišné emocionální prožívání. V průběhu modulace tak dochází i k určitému „*emočnímu přeladění*“. Správně a uspokojivě provedená modulace probíhá zpravidla plynule, takže změna tóniny se může dostavit nenápadně a zcela nepozorovaně.

Jiná situace však nastává v případě *tóninového skoku*, kdy je přechod z jedné tóniny do druhé proveden náhle, bez přechodu. Jestliže pro správnou modulaci je charakteristické trojdílné schéma, tj. *výchozí tónina – modulační část (přechod, přehodnocení) – cílová tónina*, pak tóninový skok představuje z toho pohledu pravý opak. Tomu odpovídá i psychologický účinek, jenž bývá v tomto případě provázen výraznější reakcí, spojenou s momentem překvapení, neočekáváním a nepředvídatelností, což vede tak či onak k aktivizaci posluchače a vzbuzení jeho pozornosti.

Míra účinnosti modulace či tóninového skoku závisí také na charakteru výchozí a cílové tóniny. Je-li jejich charakter příbuzný, nebude změna tak kontrastní, na rozdíl od případu, že výchozí i cílová tónina jsou si charakterově velmi vzdálené⁶¹. Zde bývá provedení uspokojivé modulace obtížnější a probíhá vícestupňově, přes tzv. *zprostředkující tóniny*. Tato obtížnost se může jevit jako nevýhoda a komplikace (z hlediska náročnosti skladatelské práce), avšak na druhou stranu představuje kontrast obou tónin výrazný hudebně tektonický prostředek, jehož účinek může být na správném místě a ve správný okamžik dramaticky velice působivý.

4.3.2.3 *Dur – moll*

Tento pojem úzce souvisí s tonalitou. Polarita dur – moll představuje jeden z hlavních pilířů vývoje evropské hudby několika posledních století. Souvisí také, více než jiné hudební jevy s emocemi. „*Durovost*“ nebo „*mollovost*“ představuje rozlišovací prostředek, přičemž první je tradičně spojován s radostí a veselím, druhý se smutkem a vážností⁶². Tento archetypální vztah se tedy dotýká náladovosti v hudbě. Při pohledu do tab. 4 (*viz kapitola 3.3.2*), lze pozorovat, který interval je pro charakter dur nebo moll určující. Je jím *tercie*. Durovost určuje *velká tercie*, mollovost *malá tercie*. Krček se zmiňuje o tom, že: „*Celý náš prožitek dur – moll je možný jen přes prožitek tercie.*“ (26, s. 45).

61 Srv. 4.1 Identita a kontrast

62 Srv. Poledňák, 38, s. 17, 64. Této problematice se bude věnovat následující kapitola.

4.3.2.4 Konsonance – disonance

Představuje další vztahovou polaritu. Konsonance i disonance souvisí se současně znějícími souzvuky a akordy. Základem jsou zde vztahy založené na souzvuku dvou tónů, tj. na jednotlivých intervalech. *Konsonance* je chápána jako libozvuk, soulad; *disonance* naopak jako nelibozvuk, nesoulad. Konsonance je spojována s příjemnými, uvolňujícími pocity, kdežto disonance bývá pocíťována jako nepříjemná, dráždivá, drsná, vzbuzující napětí.

Členění souzvuků na konsonance a disonance není jednoznačnou záležitostí a v průběhu staletí docházelo k proměnám v nazírání na tuto problematiku. V podstatě se zde jedná o klasifikaci akusticko-fyzikální, odvozenou od matematických vztahů mezi zaznívajícími tóny (*viz kapitola 4.2.2.2*), a hudebně-psychologickou, odvozenou od prožívání kvalit jednotlivých souzvuků. Problematika konsonantnosti a disonantnosti se dále komplikuje v závislosti na dalších faktorech, jak upozorňuje např. Risinger (42, s. 23 – 33). Zároveň třídí intervaly do následujících skupin:

- **intervaly identické**

čistá prima, čistá oktáva a její násobky

- **intervaly neidentické**

- ◆ psychologicky konsonantní (*obsahují vnitřní klid, resp. postrádají vnitřní napětí*)

- *intervaly prázdné* - čistá kvinta, čistá kvarta
- *intervaly plné* - malá a velká tercie, malá a velká sexta

(*obě skupiny jsou zároveň i konsonantní akusticky*)

- ◆ psychologicky disonantní (*obsahují vnitřní napětí*)

- malá a velká sekunda, tritonus (*zvětšená kvarta nebo zmenšená kvinta*), malá a velká septima

(*tyto intervaly mohou být zároveň disonantní či konsonantní akusticky, v závislosti na určitých faktorech*)

Dále uvádí, že všechny neidentické intervaly lze sčítat s čistou oktávou. Z *psychologického* pohledu mají takto utvořené intervaly charakter intervalů jednoduchých. Z *akustického* pohledu se jejich charakter do určité míry mění.

Psychologická konsonance a disonance se jeví v hudební praxi důležitější než akustická, i když i ta má v soudobé hudbě své opodstatnění.

4.3.2.5 *Melodie*

Také podle Fraňka (7, s. 73) je melodie základní složkou hudby. Zabývá se tímto tématem z několika zorných úhlů. Nejprve se zamýšlí nad obecnou definicí, která charakterizuje melodii jako v čase probíhající sled tónů, uspořádaných podle nějaké vnitřní logiky. Janeček uvádí, že melodie je „*hudební myšlenka vyjádřená řadou v čase rozložených tónů*“ (17, s.17). Melodie je tedy charakteristická svým obsahem, tj. hudební myšlenkou, a poněvadž probíhá v čase, souvisí také s rytmem. *Rytmus strukturalizuje melodii v čase* (viz 4.2.2.6). Melodie tak představuje strukturovaný hudební celek.

Hudební psychologie hledá odpověď na to, čím se musí řada tónů vyznačovat, aby byla vnímána jako melodie. Prvky, které ji tvoří musí být určitým způsobem schopné soudržnosti. Lze na tuto skutečnost opět nahlížet z pohledu zákonitosti identity a kontrastu. Franěk (7, s. 74 - 76) uvádí tři principy, které mají na formování melodie podstatný vliv:

- princip similarity (podobnosti)
- princip proximity (sousedství)
- princip pokračování

Podobné, přibližně stejné prvky bývají vnímány a sdružovány do celků, obdobně jako prvky nějak blízké, příbuzné. To se děje i v případech, kdy je řada sdružených prvků narušena (vystřídána) nějakým jiným prvkem (viz 3.4.1 Přehled tektonických struktur a hudebních forem).

Franěk si všímá i dalších vlastností melodie, dle kterých bývá vnímána. Jedná se o určitá *schémata*, *prototypy* či *archetypy*, jenž ji pomáhají lépe chápat a činí ji snáze zapamatovatelnou. V této souvislosti srovnává práce různých badatelů z nichž vyplývají zajímavé skutečnosti. Stavba melodií se podle těchto prací vyznačuje určitými zákonitostmi, charakteristickými nejen pro evropskou hudbu. Ukázalo se, že ve stavbě melodií převládají malé melodické intervaly nad velkými. Zároveň bývají malé intervaly častější v sestupné podobě, kdežto velké naopak ve vzestupné. Po velkém intervalu bývá směr melodické linie obrácen a dochází k vyplnění vzniklé trhliny malými intervaly. Tento jev bývá vysvětlován různě, nejčastěji však pragmaticky nežli psychologicky.

Velká pozornost stavbě melodií byla věnována již v renesanci, v době rozkvětu *vokální polyfonie* a řídila se přísnými pravidly. Jedním z požadavků bylo, aby melodie po velkém intervalovém skoku plynula opačným směrem v malých intervalových krocích⁶³.

63 Srv. Hůla, 15, s. 15 – 19.

Janeček píše v knize věnované speciálně melodice o tomtéž principu a dokládá jej navíc ukázkami několika melodií umělé i lidové hudby⁶⁴.

Pro vnímání melodie je podle Fraňka ještě důležitý prvek *očekávání*. Je to děj probíhající v čase, odvíjející se od toho, co již zaznělo a tím současně předznamenalo jednu z možností budoucího vývoje průběhu melodie. K dobrému zapamatování vedou ovšem jak melodie s očekávaným průběhem, tak i s neočekávatelným, přičemž nejhůře se zapamatovávají melodie středně očekávatelné.

Janeček rozlišuje melodie *svébytné* a *vázané* (17, s. 18, 27 – 33). *Svébytná melodie* může být uvedena samostatně a není závislá na jiných složkách hudby (předně na harmonickém doprovodu), kdežto *vázaná melodie* je závislá na jiných složkách hudby, se kterými úzce souvisí; její samostatné uvedení pozbývá více či méně svojí původní působivost.

Toto je dobré si uvědomit, především pak v muzikoterapeutické praxi, kde bývá melodie spojována s myšlením. Avšak doslovně to platí pouze v případě svébytné melodie. U melodie vázané na harmonii, případně vzešlé z harmonie jako její druhotný produkt (např. melodie improvizovaná nad daným harmonickým doprovodem či vytvořená z příslušných akordů pomocí tzv. harmonických a melodických tónů⁶⁵) se mohou tyto vztahy měnit.

4.4 Shrnutí kapitoly

Uvedené hudební jevy představují jen malé nahlédnutí do problematiky, jíž se zabývají disciplíny spjaté s hudební psychologíí. Je to problematika tak obšírná, že postižení všech hudebních jevů je nad rámec této práce.

V závěru této kapitoly budiž uvedeno, že rozmanitý pohled na složky hudby, jak byl zde představen, má napomoci k utvoření celostního obrazu, tzn. že uvedené poznatky se vzájemně nevylučují, nýbrž naopak doplňují, přestože – a nebo právě proto, že si všímají různých rovin existence složek, utvářejících hudbu.

64 Janeček, 17, s. 60 – 62

65 Viz např. Kofroň, 21, s. 93 – 104

5 Afekty a emoce v hudbě

Tematika afektů a emocí obecně zaujímá v hudbě významné místo. Bez nich je hudba či jakékoliv jiné umění jen těžko představitelné. Bez emocí si lze jen těžko představit i život samotný, neboť jsou reakcí na vnitřní i vnější podněty a úzce souvisí s jejich prožíváním. Jak píše Nakonečný (37, s. 7): „*Emoce jsou psychickým prafenoménem, který má zásadní význam pro regululaci chování, neboť jsou podstatou jeho motivace (mají povahu pohnutek) i jeho organizace na základě individuálních zkušeností (učení); určují vzorce apetencí a averzí, tedy toho, co nás přitahuje a co odpuzuje, toho, co bude naučeno, a co nikoli. Jako takové mají vliv na duševní život člověka, jemuž citění dává jedinečný zážitkový akcent*“.

Tato kapitola představuje pro celou práci nejdůležitější část, a to jak pro oblast improvizace (nejen klavírní), tak i pro oblast jejího využití v muzikoterapii, konkrétně v překládaném modelu Klavírní terapie.

5.1 Emoce z pohledu psychologie a hudební psychologie

Afekty⁶⁶ představují jednu z forem emocí, a poněvadž ty se týkají lidského chování a prožívání, spadají do oblasti, již se zabývá psychologie. Hudební psychologie a psychologie umění si všímají těchto psychických jevů v souvislosti s uměním; tedy tím, jak se v umění projevují, jak jsou uměleckými prostředky vyjadřovány a jak se dotýkají vnímatele uměleckého díla.

5.1.1 Emoce

Emoce⁶⁷ představují složitý jev, provázený fyziologickými projevy (*změna dýchání, tepu, mrazení, husí kůže, slzení*), motorickými projevy (*mimika, gestikulace*), změnami zaměření pozornosti. Projevy emocí jsou spontánními reakcemi na vnitřní i vnější podněty a bez těchto podnětů je nelze rozumově přivodit; objevují se bezděčně. Dotýkají se prožívání i chování a mají vliv také na další psychologické procesy.

⁶⁶ Z lat. *affectus* - „*hnutí mysli*“

⁶⁷ Z lat. *motion*, znamenající pohyb, potažmo z francouzského *émotion*, s významem podobným. Běžně se o emocích hovoří jako o *hnutí mysli, pohnutí (citovém)*.

Afektivita – pohotovost k emočním reakcím. Viz *Poruchy emocí* [online].

Dostupné z WWW: <<http://www.lpolach.cz/2009/08/poruchy-emoci/>>.

Emotivita – celkové citové naladění, citovost, citová složka osobnosti. Viz *Velký lékařský slovník On-Line* [online]. Dostupný z WWW: <<http://lekarske.slovníky.cz/pojem/emotivita>>.

Emoce tedy nelze považovat za samoúčelné. Jejich funkce spočívá v regulaci psychické činnosti lidské bytosti, směřující k utváření příznivých životních podmínek, především v biologické a sociokulturní oblasti (Nakonečný, 37, s. 29). Toto směřování souvisí s adaptací, tj. s přizpůsobením se konkrétním (životním) podmínkám, což je podmíněno poznáním a vyhodnocením nastalé situace. Funkce emocí je tedy i *hodnotící*, přičemž hodnocení se pohybuje v různých rovinách mezi protikladnými póly *např. libost – nelibost, příjemné – nepříjemné, silný – slabý, aktivní – pasivní, atd.* (Franěk, 7, s. 170,171).

Otázky týkající se emocí jsou ovšem provázeny nejednotnými i rozporupnými výklady, jejichž srovnávání je nad rámec možností této práce, jelikož představují problematiku značně obšírnou⁶⁸.

5.1.1.1 *Afekt*

Za afekt je považována krátkodobá, avšak velmi silně prožitá emoce. Jedná se o prudkou a nepředvídanou reakci na nějaký podnět, představující spouštěč vzniklého emočního napětí. Tato reakce může být provázena nekontrolovatelnými a v dané situaci těžko ovladatelnými projevy či zkratovitým jednáním (*smích, pláč, výbuchy hněvu apod.*). Afekty se zabýval již Platón či Aristoteles, později pak Descartes. Podrobnější výklad bude podán v souvislosti s afektovou teorií v kap. 5.2.

5.1.1.2 *Nálada*

Nálada bývá provázena menší intenzitou než afekt, avšak oproti němu představuje dlouhodobější emocionální stav. Příčina tohoto stavu nemusí být tak jasně rozpoznatelná a souvisí spíše s povahovými rysy, podílejícími se na přijímání a následném zpracovávání přicházejících situací. Sklon k určité náladě může být u člověka dán temperamentem a dalšími spolupůsobícími faktory. Krajiní póly zde představuje povznesená, bujará nálada (elace) a na druhé straně hluboká sklíčenost (deprese) (Nakonečný, 37, s. 136).

5.1.1.3 *Vášeň*

Představuje dlouhodobé a intenzivní emociální zaujetí pro určitou věc, myšlenku, či ideu, citový vztah k druhému člověku apod. Není to záležitost pouze citová, poněvadž se zde promítá i myšlení a volní jednání, avšak vášeň je „hnacím motorem“ pro ono zaujetí a dodává

⁶⁸ Svr. Poledňák, 38, s. 57 – 59 i Franěk, 7, s. 170 – 176. Nejobsáhleji Nakonečný, 37.

mu energii, s níž získává na intenzitě a pro vášeň příznačné vytrvalosti.

5.1.1.4 Vyšší emoce

Emoce lze dělit na *nižší (základní)* a *vyšší*. Toto rozlišování je však poněkud umělé, jak uvádí Nakonečný (37, s. 291). V této souvislosti hovoří o nižších a vyšších citech. **Nižší city** považuje za obvykle vrozenou složku emocí vztahující se k vitálním funkcím organismu a k sociálnímu rozměru života. **Vyšší city** jsou mladší a vznikají až v pozdějším ontogenetickém vývoji a souvisí s kulturními hodnotami jako je *dobro, krása, pravda*.

Na téma nižších a vyšších emocí (citů) existují opět různé a nejednotné názory, přičemž v některých případech dochází alespoň k náznaku shody v tom, že nižší city jsou považovány za smyslové stavy, podmíněné libostí či nelibostí a vyšší city jsou oproti tomu spojené právě s „vyššími“ hodnotami, souvisejícími s hledáním a poznáváním pravdy, respektováním a dodržováním určitých etických zásad z vnitřního přesvědčení (*např. cit pro spravedlnost, právo a povinnost, odpovědnost, mravnost, lidskost*), jež se stává základem pro vytváření svědomí.

5.1.2 Emoce v hudbě

Hudba je bezesporu médiem o jehož emocionální působivosti není pochyb. Dokonce bývá považována za nejpůsobivější umění vůbec. Ovšem původ hudebních emocí není dosud zcela objasněn (Franěk, 7, s. 171, 172) a myšlenka svébytnosti hudby jako emocionální řeči není přijímána jako samozřejmost. Otevřenou otázkou také zůstává souvislost hudebních a každodenních emocí.

5.1.2.1 Pojetí emocí

Emocionální působení hudby bývá popisováno prostřednictvím všeobecně užívaných pojmů každodenních emocí (*např. radostné, smutné, vážné, klidné, vzrušené, ...*), vycházejících z kategoriálního či dimenzionálního přístupu. Této skutečnosti se dotýká Franěk (7, s. 170, 171) a uvádí Russellův dvojdimenzionální model emocí⁶⁹. Tento model je

69 James A. Russell – prof. psychologie. *James Russell – Boston College* [online].

Dostupné z WWW: <http://www.bc.edu/schools/cas/psych/faculty_staff/russell.html>.

Russell Circumplex Model (of Affect) [online].

Dostupný např. z WWW: <http://www.nature.com/nrn/journal/v2/n5/box/nrn0501_352a_BX1.html>,

originální text dostupný z WWW: <<https://www2.bc.edu/~russeljm/publications/Russell1980.pdf>>,

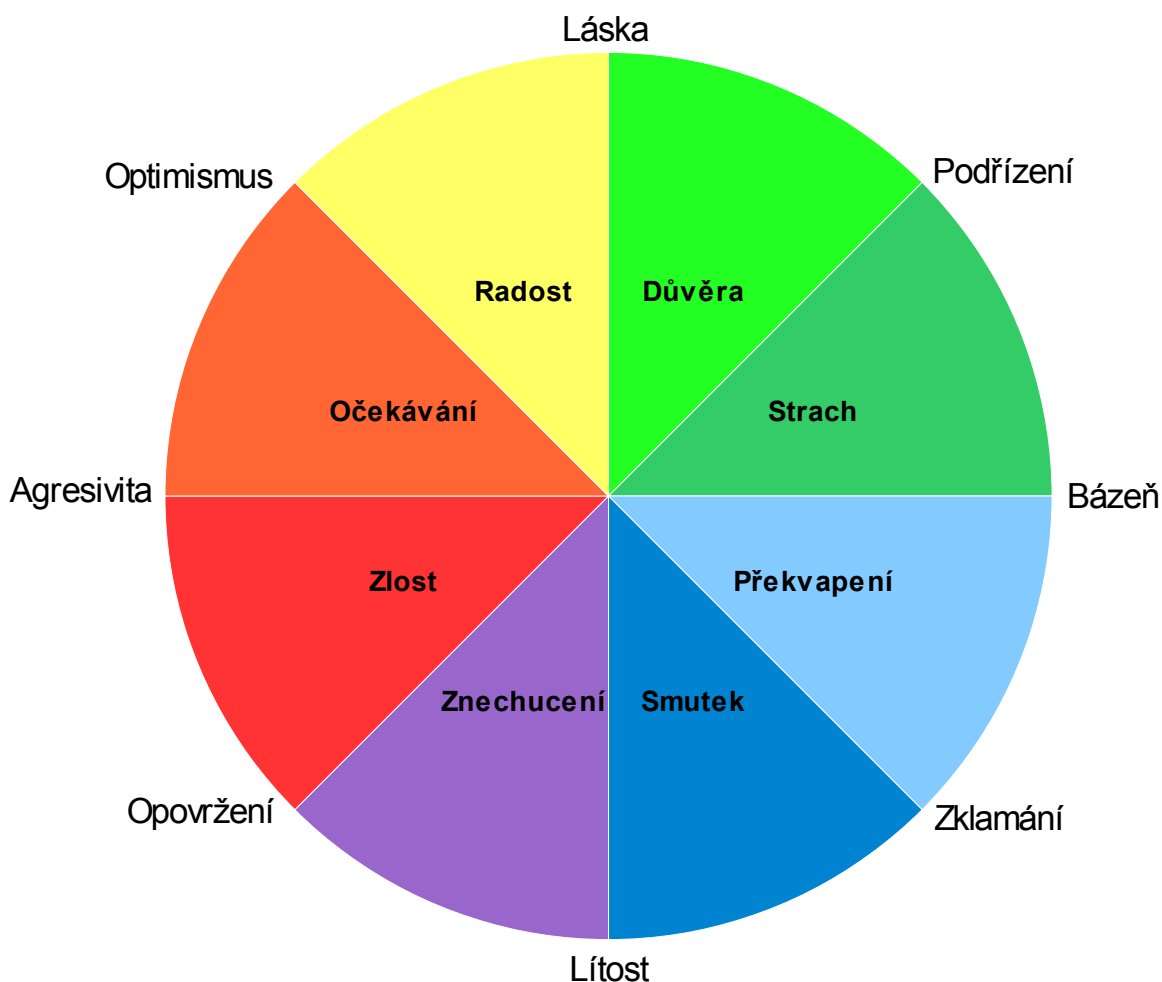
více informací též dostupných z WWW: <<https://www2.bc.edu/james-russell/>>.

založen na rozmístění emocí ve vertikálně-horizontálním prostoru, a to podle jejich intenzity a valence (tj. stupně vzrušení – uvolnění a libosti – nelibosti).

Kromě Russellova modelu se užívá také model Plutchikův⁷⁰, vycházející z psychoevoluční teorie emocí. Základem jsou zde primární (vrozené) emoce, jejichž míšením – podobně jako v případě barev, jejichž fenomenologií se Plutchik inspiroval – vznikají emoce sekundární, terciální atd. V praxi se lze často setkat s různými modifikacemi obou modelů.

Následující obrázek (je pouze ilustrativním příkladem) znázorňuje rozložení primárních emocí (uvnitř kruhu) a z nich odvozených emocí sekundárních (vně kruhu); (*např. radost + důvěra = láska, důvěra + strach = podřizení, atd.*).

Obr. 5 Plutchikův model emocí (úprava)



⁷⁰ Robert Plutchik – prof. psychologie. *Robert Plutchik* [online].

Wikipedia. Dostupná z WWW: <http://en.wikipedia.org/wiki/Robert_Plutchik>.

Plutchik's Wheel of Emotions [online].

Dostupný např. z WWW: <<http://www.fractal.org/Bewustzijns-Besturings-Model/Nature-of-emotions.htm>>, v češtině dostupný z WWW: <<http://ei.czechian.net/webs/emoce/plutchik.php>>.

5.1.2.2 *Prožívání hudebních emocí*

Ani na tuto otázku nemá zatím současná hudební psychologie jednoznačnou odpověď. Ukazuje se, že prožívání hudby a emocionální reakce na ní bývají různě intenzivní. Je zde možno pozorovat dvě protikladné skutečnosti: někdy bývají emoce v hudbě pouze rozpoznány a popisovány, ale bez odpovídající emocionální reakce, zatímco jindy může tatáž hudba u stejné osoby spustit velmi silné autentické emoce, o čemž se zmiňuje Franěk (7, s. 174). Dále poukazuje na Slobodův výzkum, z něhož vyplývá, že hudba spíše umožňuje přístup k emocionálnímu prožitku, než že by sama o sobě emoce vytvářela či měnila.

5.1.2.3 *Zdroje emocí v hudbě*

Branou k emocionálnímu prožitku hudby jsou její výrazové prostředky. Ty obsahují řadu psychologických informací⁷¹, jež mohou být *vnitřní* či *vnější* povahy (Franěk, 7, s. 176).

Vnitřní zdroje emocí souvisí se strukturou dané skladby, tedy s těmi prvky hudby, které skladatel ve svém díle použil s určitým záměrem a představou emocionálního působení na posluchače⁷². Reakce na tyto užité hudební postupy bývají u většiny posluchačů podobné, takže je lze považovat za poměrně objektivní. Jedná se především o již zmiňované *tektonické principy* (viz kapitola 4.1), tj. princip kontrastu, vyváženosti odstředivých a dostředivých sil atd. Franěk píše o *strukturních indikátorech* (7, s. 177) a uvádí, že souvisí se stupňováním a uvolňováním napětí, s konflikty mezi očekáváním a skutečným průběhem skladby.

Vnější zdroje emocí souvisí spíše s mimohudebním obsahem hudebního díla a mohou být často vnímány velmi subjektivně. V této souvislosti se hovoří o *asociacích*, kdy se posluchači vybavují určité vzpomínky, obrazy, situace atp., takže si do hudby vnáší vlastní zkušenosti a jeho hudební prožívání je jimi ovlivněno (jedná se o *epizodické asociace*). Jiným příkladem je vztah určitých hudebních výrazových prostředků k nějakým mimohudebním jevům s emocionálním významem (*např. různé zvukomalebné prvky napodobující dění v přírodě, v dětském světě, v běžném životě apod., různé hudební nástroje nebo hudební postupy připomínající určité mimohudební situace*). Tato skutečnost vede k situacím, kdy se určité hudební prvky stávají součástí univerzální hudební řeči, srozumitelné hudebníkům i posluchačům (*ikonické asociace*).

Zajímavým fenoménem je spojitost mezi **emocionálním výrazem řeči a hudby**. Podle Fraňka (7, s. 184) jsou některé hudební postupy emocionálně rozpoznatelné a využívané

71 Viz kapitola 4, zvláště 4.2 a 4.3

72 V kapitole 4 byly tyto prvky zevrubně popsány.

podobně jako jevy známé z vokální komunikace (hlasový projev předcházející řeči).

5.1.3 Poruchy emocí

V souvislosti s emocemi je třeba věnovat pozornost i problematice, spadající do oblasti psychopatologie⁷³. Pokud je hudba médiem působícím na lidské emoce, naskytá se otázka, zda je možno využít hudbu terapeuticky právě u poruch emocí. Hledání odpovědi na tuto otázku je předmětem kapitoly zabývající se muzikoterapií.

Poruchy emocí se vyznačují překročením hranice běžné afektivity a emotivity, považované za normální projev. Stanovení této hranice je mnohdy obtížné, protože lidé se ve svém emocionálním prožíváním mohou značně lišit.

5.1.3.1 Poruchy afektů

Běžné afekty jsou sice intenzivní a nepředvídatelnou reakcí na nějaký podnět, avšak jejich průběh nepřekračuje určitou hranici. Pokud ano, může se již jednat o poruchy afektů s následnou charakteristikou⁷⁴:

- **nezvládnutý afekt** – nedochází při něm k ovládnutí chování v přijatelné míře, jeho průběh však není provázen poruchou vědomí či ztrátou paměti (amnézií)
- **patický afekt** – velmi silný emoční výbuch, na vrcholu jeho průběhu dochází k poruše vědomí a amnézii, většinou končí únavou, vyčerpáním či spánkem; projevy neodpovídají osobnosti dotyčného; častou příčinou bývá oslabení (*opilst, vyčerpání, hladovění, ponižování*) poškození mozku (*např. epilepsie*), demence
- **afektivní stupor** – vyznačuje se strnutím, neschopností pohybu, řeči, mimiky či gestikulace; bývá reakcí na nějakou ohrožující či hrůznou situaci
- **afektivní ztlum** – odsunutí afektu po nadměrném podnětu; okamžitá reakce bývá klidná, avšak emocionální odpověď se plně projeví až s odstupem
- **afektivní raptus** – mimořádně vystupňovaný a déletrvající afekt, projevující se značnou intenzitou
- **paroxysmální afekt** – dostavuje se náhle jako záchvat, bez zjevné příčiny (*např.*

73 Psychopatologie – jedna ze základních disciplín psychologie, zabývající se otázkami normality a abnormality lidské psychiky. Viz *Psychopatologie* [online]. Wikipedie, otevřená encyklopedie. Dostupná z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Psychopatologie>>.

74 Srv. *Poruchy emocí* [online]. Dostupné z WWW: <<http://www.lpolach.cz/2009/08/poruchy-emoci/>> a *Poruchy emocí (emotivity)* [online]. Dostupné z WWW: <<http://www.lidske-emoce.com/poruchy-emoci/>>.

úzkost, vztek), může trvat i několik hodin; často se objevuje jako důsledek organických onemocnění.

5.1.3.2 *Poruchy nálad*

O náladě již bylo napsáno, že představuje dlouhodobější emocionální stav; vnitřní „naladění“. Poruchy nálad se však od výkyvů běžných nálad liší intenzitou a délkou trvání, jež může dosahovat rozpětí týdnů až měsíců. Výrazněji také zasahují do myšlení, jednání, motivace a rozvoje osobnosti. Oproti běžným náladám bývají také vyhraněnější:

- **expanzivní nálady** – vyznačují se zvýšenou emoční pohotovostí, projevující se přehnanou aktivitou, energičností, razancí, nepřiměřeným sebevědomím.
 - ◆ *euforie* – povznesená nálada, pasivní spokojenost (*není spojena se zvýšenou aktivitou*); vyskytuje se např. při intoxikacích, u některých typů demencí
 - ◆ *manická nálada* – nepřiměřená rozjařenost, veselost, či zvýšená bystrost, postřeh, někdy hádavost či podrážděnost
 - ◆ *extatická nálada* – pocit blaženosti, vytržení, štěstí, povznesenosti
 - ◆ *zlobná nálada* – podrážděnost, nevlídnost, arogance
 - ◆ *explozivní nálada* – sklon k zlobě, vzteku, agresivita
 - ◆ *moria* – veselá nálada s nemístným a vulgárním žertováním, obtěžování okolí
 - ◆ *dysforie* – rozladěnost, mírnější než zlobná nálada, bez přehnaného sebevědomí
- **depresivní nálady** – vyznačují se skleslostí, útlumem, smutkem, strachem, neklidem
 - ◆ *depresivní nálada* – extrémní smutek, bezútěšnost, celkový útlum
 - ◆ *bezradná nálada* – bezradnost a neschopnost rozhodování
 - ◆ *anhedonie* – neschopnost prožívat štěstí, radost, nešťastnost z tohoto stavu
 - ◆ *morózní nálada* – zlostná, mrzutá nálada, s vyšším rizikem k sebevraždám
 - ◆ *apatická nálada* – celková vyhaslost a nezájem o cokoliv, snížená aktivita a nechť k jakékoliv činnosti; časté u demence a závažných somatických onemocněních
- **úzkostné (anxiózní) nálady** – vyznačují se chorobným strachem a obavami
 - ◆ *anxieta* – úzkost, nepříjemné obavy a strach bez zjevných příčin
 - ◆ *fobie* – vtíravé strachy (*z hadů, pavouků, výšek, uzavřených prostorů, volných prostranství, tmy, sociálních situací, nemoci, nečistoty, ...*)

5.1.3.3 *Poruchy vyšších emocí*

Jedná se převážně o bezcitnost, egoismus, bezohlednost, neschopnost citového vztahu, mizení morálních zábran a stupňování pudového jednání (v důsledku celkového úpadku osobnosti). Mezi další poruchy může být počítán např. i fanatismus (*do krajnosti vystupňovaná vášeň*), žárlivost, atd. Některé poruchy mohou být vrozené, jiné mohou mít příčinu v dětství a nevhodném sociálním prostředí. V dalších případech se jedná o snížení či ztrátu vyšších emocí v důsledku vážného onemocnění či alkoholismu (*úraz hlavy, demence, schizofrenie, poruchy osobnosti*).

5.2 Afektivní teorie a nauka o hudebně rétorických figurách

Význam hudby v evropské kultuře se v průběhu staletí vyvíjel a měnil. Prakticky po celé první tisíciletí n. l. je umělá hudba záležitostí jednohlasého chorálního zpěvu a slouží bohoslužebným účelům. Ideálu raného křesťanství byl smyslový zážitek, zprostředkovaný také hudbou vzdálený, a tak je tento chorální zpěv výsledkem oproštěnosti od vnějšího smyslového (tj. emocionálního a subjektivního) a tudíž i rušivého působení⁷⁵.

Situace se mění ve vrcholném a pozdním středověku, kdy je hudební tvorba již poněkud rozmanitější, na scénu přicházejí také hudební nástroje a s nimi i zvuková barevnost, jako důležitá složka hudby. Protiváhou rozumové spekulativnosti (i když druhořadou) se stává zkušenost získávaná smyslovým poznáním. Přesto a nebo právě proto v tomto období hudba stále ještě plyne ponejvíce nad textem spíše jako ornament, aniž by bylo bráno na zřetel emocionální působení textu.

Teprve až z rozkvětem renesance dochází k nebývalému rozvoji i v této oblasti. Kromě jiného se začínají objevovat i první samostatné instrumentální skladby. To představuje velkou změnu, neboť až do této doby byla hudba pevně spjatá se slovem. Co se týče spojení hudby a slova, je možno podotknout, že se zde počínají vytvářet užší vztahy. Takovým příkladem je využití zvukomalebných prostředků⁷⁶ k napodobení zvuků běžného života (*ptačí zpěv, bouře, lov, bitva či ruch na tržišti apod.*). Jiným příkladem je snaha o respektování textu hudebním napodobováním slov⁷⁷, což se týkalo i obsahu textu. Počáteční hudební praxe se ubírala ještě cestou spekulativní symboliky, avšak na sklonku renesanční epochy se již uplatňuje výrazovost hudby a sluchově vnímatelné vyjadřování afektů obsažených v textu. „*A snahy o*

75 Srv. Kouba, 24, s. 22, 24 a dále s. 55 – 57, 64 – 66, 71.

76 Viz *Tónomalba* srv. Kouba, 24, s. 85 a Schullerová, 46, s. 11.

77 Viz *Slovomalba* srv. Schullerová, 46, s. 12 a Kouba, 24, s. 86.

vyjadřování obsahu afektů skrytých v textu pak tenkrát dokonce ohlašují jeden z největších převratů v dějinách evropské hudební kultury: namísto ornamentu zdobícího slovo se hudba začíná stávat výrazem lidského citění v tónech. To je cesta, na níž pak dále pokračuje barokní epocha.“ (Kouba, 24, s. 90).

5.2.1 Afektová teorie

Snahy o umocnění působivosti vokální a později i instrumentální hudby se v době baroka ubírá různými cestami. Jednu z nich – tam kde je hudba ještě silně spojována se slovem – představuje systém **hudebně rétorických figur**, jež hudebníci přejímají z oblasti antické rétoriky a přizpůsobují je hudebnímu umění⁷⁸. Tyto figury (s mimohudebním významem) mají víceméně spekulativní ráz, kdy určitým slovům odpovídají určité hudební postupy, a je nesnadné určit do jaké míry byly v praxi skutečně užívány. Druhou cestou se ubírá **afektová teorie**, usilující o přesvědčivý a emocionální účinek hudby. Hudba má podle dobových estetických idejí *dojmout a přesvědčit* posluchače, jinak je k ničemu⁷⁹.

5.2.2 Podstata a přínos afektové teorie

Afektová teorie vychází především z dobového pohledu na emoce, jako na objektivně popsitelné duševní stavy člověka, které je možno hudbou vyjádřit (*např. radost, bolest, smutek, touha atd.*) a u posluchače je pak i vyvolat. Na vznik afektové teorie má vliv Descartesova filosofie a především jeho spis „Vášeň duše“⁸⁰.

Afektem v hudbě se ovšem rozumí emocionální působení hudby obecně, na rozdíl od psychologie, kde je afekt pojímán úžeji⁸¹.

Ovšem myšlenka působení hudby na člověka má kořeny již v antice, v nauce o étosu, především u druhé větve pythagorejců, zastoupených Damonem a Platónem. Význam hudby je spatřován v jejím etickém působení⁸²: „*Od Damona po Aristotela hudba představovala jednu z nejúčinnějších výchovných metod, která při správném použití vede k osvojení ctností.*“, uvádí Dykast (53, s. 86) a dále přibližuje princip **katharsis**: „*Katarzí, tedy ‚očišťením‘ se uzdravuje duše. Působí zde princip analogie – harmonie hudby se projevuje v*

78 Srv. Kouba, 24, s.136, 137 a Schullerová, 46, s. 7.

79 Viz Schullerová, 46, s. 10.

80 Pozn. „*Les passions de l'âme*“, 1649. René Descartes (1596 – 1650) – francouzský filosof, matematik a fyzik [online]. Wikipedie, otevřená knihovna.

Dostupná z WWW: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Ren%C3%A9_Descartes>.

81 Srv. kapitola 5.1.1.1

82 Srv. Vičar; Dykast, 53, s. 85

harmonii duše. Jestliže ovšem později u Aristotela očistění a vyléčení duše je založeno na nápodobě pocitů soucitu, strachu, tedy pocitů, které nás utlačují, pak katarze v rámci teorie hudebního étosu napravuje pochybené sklony tím, že napodobuje ctnosti, jež mají být duši vtisknuty.“ (53, s. 86).

Harmonikové, jež se odvolávali na Aristotela, považovali hudbu za „krásnou a ušlechtilou disciplínu“, jak píše Dykast: „Nejušlechtilejším úkolem hudby je vyplnit naše volné chvíle činností, která má všechny znaky toho, co je vnitřně dobré.“ (53, s. 90).

Souvislost s etickým působením hudby má i princip *mimésis* – *napodobování*⁸³. Podle Dykasta „Hudba jako napodobivé umění přirozeným půvabem vštěpuje dětem ctnostné návyky.“ (53, s. 91).

Již v době renesance se nauka o étosu dostává do středu zájmu, a později se taktéž podílí na vzniku afektové teorie. Ovšem rozdíl mezi renesančními a barokními estetickými ideály je značný. Jestliže renesance uznávala klasický ideál krásy a souměrnosti, vyznačující se vyrovnanými afekty; pak ideálem barokní doby byla záliba v kontrastech, nepravidelnosti, provázená vypjatými „vášněmi“.

Role afektové teorie spočívala ve snaze o racionální podchycení všech důležitých fenoménů spojených s emocemi a jejich vyjádření hudebními prostředky. Potřeba vyjadřování a vzbuzování afektů u posluchačů je nedílnou součástí barokního slohu; avšak ani přesto se nepodařilo vytvořit jednotnou afektovou nauku a pokyny dobových teoretiků se značně rozcházejí⁸⁴.

Afektová teorie a nauka o hudebně rétorických figurách byla ovšem důležitým prvkem při osamostatňování instrumentální hudby, neboť uplatněním těchto prostředků mimo hudbu spjatou po staletí s textem byla prokázána opodstatněnost čistě instrumentální hudby a její schopnost vyjadřovat afekty hudebními prostředky, nezávislými na vokální a textové složce⁸⁵.

I když nedošlo v této oblasti k všeobecné názorové shodě a obě disciplíny (tj. afektová teorie a nauka o hudebně rétorických figurách) s nástupem osvícenectví postupně ztrácejí na významu, jejich přínos lze spatřovat především v pohledu na hudební prostředky, jimiž byly afekty vyjadřovány⁸⁶. Zvláštní pozornost byla věnována výběru hudebního tématu v souvislosti se znázorněním zamýšleného afektu, dále pak použitému modu či tónině, metru,

83 Srv. Černý, 5, s. 202 a Vičar; Dykast, 53, s. 91, 92.

84 Srv. Schullerová, 46, s. 32.

85 Srv. Schullerová, 46, s. 81, 82.

86 Viz Schullerová, 46, s. 56 – 68.

rytmu a tempu. Dobová doporučení se dotýkala i využití intervalů a jejich vztahu k afektům.

Pohled, jenž obě disciplíny nabízely, byl především inspirací, a to i pro takové skladatele jakými byli J. S. Bach nebo G. F. Händel.

5.2.3 Využití afektové teorie v současnosti

Lze využít prvků afektové teorie v současnosti? Aplikovat je např. v hudební terapii? Tato práce se již zabývala pohledem na složky hudby i emoce z různých zorných úhlů. Afektová teorie byla ve své době pokusem o spojení a systematické utřídění všech prostředků podílejících se na celkové působivosti uměleckého díla. Nesporně může být i přes všechny překonané názory inspirací pro současnost. Mnohá tehdejší doporučení se mohou stát v souvislosti s hudbou výzvou k hledání a ujasňování si dosud nedostatečně zodpovězených otázek.

Např. podle afektové teorie neměl skladatel hudbou vyjadřovat své pocity, nýbrž afekty obsažené ve skladbě. Tento požadavek určitého objektivismu je v přeneseném smyslu důležitý i pro oblast terapeutickou. V hudebně-terapeutickém procesu by terapeut neměl sklouzávat do subjektivní roviny⁸⁷.

Dalším pravidlem se stalo, že skladba (nebo její část) měla vyjadřovat pouze jeden afekt. V mnohých barokních skladbách je tento princip skutečně uplatňován. V hudební terapii lze tento princip také cíleně využít, neboť snáze lze pojmenovat a zpracovat jedno téma než změt' několika dalších.

Doporučení k pozorování, smyslovému poznání a hledání podstaty ve vlastní zkušenosti je v terapeutické oblasti praktikováno sebezkušenostním výcvikem. Podle afektové teorie je skladatel nabádán, aby takto objevil souvislosti mezi afekty a jednotlivými složkami hudby, což je i soudobým požadavkem ve vzdělávání terapeutů.

Podobná srovnávání by bylo možno uvádět i dále. Další část této práce se pokusí ukázat, zda a co je možno z oblasti afektové teorie přenést do hudebně terapeutické praxe.

⁸⁷ Problematice hudební terapie (muzikoterapie) se bude věnovat následující kapitola.

5.3 Afekty z pohledu hudebně teoretického díla Leoše Janáčka

Janáčkovy teoretické dílo lze stejně jako jeho hudbu považovat za zcela originální. Na rozdíl od klasických vědeckých prací nebo učebnic hudebně teoretických předmětů (hudební nauka, harmonie, kontrapunkt, hudební formy aj.) představuje spíše průnik obou disciplín. Praktickým zaměřením se obrací k studentům ve snaze pomoci jim v osvojení si látky daného předmětu (zde předně harmonie), avšak podaná vysvětlení se opírají o poznatky vědeckých výzkumů tehdejší doby v oblasti fyziologie, psychologie a dalších oborů⁸⁸. Ovšem nejedná se o nějaké strohé a suchopárné výklady. Naopak – Janáčkovy pojetí je rázovité, poetické, názorné, doslova nabité „afektem“ (tj. emocionalitou) a cele odráží jeho uměleckou i lidskou osobnost. Pro Janáčka není žádný hudební jev samoučelný, vždy za ním spatřuje cosi „ze života“⁸⁹. Následující část přibližuje toto nesmírně inspirativní Janáčkovy nazírání.

5.3.1 „Myslná, psychologická podstata hudebních představ“⁹⁰

Janáček si všímá průběhu hudebních představ a snaží se přiblížit jejich cestu od počátečního podnětu až k zvědomění si celkového obrazu. Při tom všem zdůrazňuje význam citovosti, jakožto výrazu „*životní nálady*“, zrcadlí se v tónu, souzvuku, tónině: „*Hle, jediný tón: co zmůže v nás? A přeci někdy po jeho ostrí mráz námi probíhá – a jindy až podruhé, potřetí se ozve, si ho teprve všimneme.*“ (Janáček, 16, s. 166).

5.3.1.1 Tón

V krátkém okamžiku trvání jednoho tónu je podle Janáčka někdy obtížné vytvořit si určitou představu o všech jeho složkách. Dále se zmiňuje o tom, že nejvýrazněji se tón jeví ve své střední části, kdy je nejrozvinutější, avšak – jak upozorňuje – důležitý je jeho počátek i zakončení, poněvadž i těchto nepatrných úsecích, v nichž jeden tón pohasíná a další se rodí, se odehrává cosi důležitého, i když to navenek uniká pozornosti. Tato skutečnost se nejvýrazněji projevuje při vzájemném spojování souzvuků, jak bude dále rozvedeno.

88 Přelom 19. a 20. stol. - především jde o díla H. v. Helmholtze, W. Wundta, L. Landoise. Např. výraz „*afekt*“ používá Janáček až po seznámení se s dílem W. Wundta (viz pozn. Blažek in Janáček, 16, s. 167).

89 „*Janáček vidí přímo etické základy volní činnosti v požadavku, aby byl život posvěcením každého uměleckého díla.*“ (pozn. Blažek in Janáček, 16, s. 167).

90 Janáček, 16, s. 163 – 167.

5.3.1.2 Souzvuk

Souzvukům (intervalům a akordům) již v této práci byla věnována pozornost, avšak Janáčkův postřeh jde opět o kousek dál, když spatřuje za akustickými jevy konsonance a disonance, určujícími zákonitosti harmonie (*myšleno nauky o spojování akordů*), opět onu citovost: „*Je to citovost jednotlivých tónů v souzvuku, jednak jeho vlastní, jednak ono napětí citové vůbec, jehož on je výrazem – jež vábí pojmání tónu, jež v mysli ho vyvolává, do nejjasnějších neb méně jasných výplní vědomí ho ukládá.*“ (Janáček, 16, s. 164).

To důležité dění odehrávající se při pohasínání a rození dalšího tónu v rámci jednohlasu (*tj. v horizontální rovině – časové*) je zde tedy znásobeno jednak o vztahy mezi současně zaznívajícími tóny souzvuku samotného (*vertikální rovina – prostorová*), a dále o vztahy jednotlivých tónů tohoto souzvuku vůči tónům souzvuku následujícího (*vertikální rovina navrstvená počtem tónů obsažených v obou souzvucích*). Tóny obsažené v souzvuku vytvářejí společně jeho „*náladovost*“, a tak při vzájemném spojování souzvuků dochází navíc k spojování nebo spíše předávání si různé „*náladovosti*“, což může způsobovat *splývavost* nebo naopak *odtažitost*, *podobnost* či *rozdílnost*, *uvolňování* či *stupňování* napětí, *libost* či *nelibost*, *uspávající jednotvárnost* či *oživující kontrast* atd⁹¹.

Jde tady tedy o několikanásobné vzájemné vztahy v *horizontálně-vertikální rovině*. Který z nich bude určující a nakonec převládne nad ostatními? I toho se Janáček dotýká, když píše: „*Dejme odchylnou citovost jedinkému tónu, hrejme ho slaběji neb silněji, barvou jiného nástroje, podložme mu nějaké slovo – a už vypadne z oné plochy souzvuku. Nasloucháme mu zvlášť, sledujeme ho zvlášť. (...)*“ a dále: „*I touto svou citovostí padá a stoupá celý souzvuk neb jednotlivé jeho části do různých stupňů (vrstev) jasnosti našeho vědomí; přece ale jednotlivé ponořené neb vyplulé tóny jeho neztrácejí následkem zažitého stejného jasů všech svých částí a plynulosti citové svaz souzvukový. Čím hlouběji noří se souzvuk neb jednotlivé jeho části do spoře osvětleného pozadí vědomí, tím více volnosti dostávají nové kombinace souzvuků, na jichž hluboké zřídlo a pojítka se až zapomíná.*“ (16, s. 164).

5.3.1.3 Tónina

Janáček srovnává tóninu s citovostí, jak se promítala do vnímání průběhu tónu a souzvuku. Na tomto místě je nejprve třeba odkázat na kapitolu 4.3.2.1 (*Tonalita*) a 4.3.2.3 (*Dur – moll*) pojednávající o dané problematice, na jejíž vysvětlení zde není prostor.

91 To vše odkazuje na tektonické principy, jak o nich bylo pojednáno v kapitole 4.1.

Charakter tóniny „váže (se) na citovost velkého neb malého trojzvuku“, píše Janáček (16, s. 165). Je všeobecně známo, že durovou nebo mollovou tóninu určuje interval velké nebo malé tercie⁹², tvořící durový nebo mollový kvintakord jako její základní akord (tzv. tóniku). Ovšem – což Janáček dále rozvádí – k tomu, aby byla daná tónina rozpoznána zcela jasně, je potřeba od základního akordu vycházet, často se k němu vracet a uvádět ho i v závěru. Zkrátka všechno harmonické dění se tak či onak vztahuje právě k tomuto akordu. Lze hovořit o vzdalování se a přibližování k harmonické základně tóniny a vzrůstání či uvolňování napětí, jak o tom už byla několikrát zmínka.

„Taková tónina je výhni citovou a je přirozeno, když se srovnává se zjevy mimo hudbu, jež živě budí citovost. Srovnání s jasem slunečním – kolikrát v literatuře hudební východ slunce váže se na C dur tóninu – i měsíční záře na cis moll (Beethoven)! A barvy vyhledávají si zrovna tóniny a proto i jisté tóny. Zima a teplo halí se do zvláštních tónin. Tónina vůbec zahřívá tělo, je pařeníštěm myšlenek.“ (Janáček, 16, s. 165).

Janáček se také věnuje **modulaci**, tj. změně tóniny, přechodu jedné tóniny do druhé⁹³: *„Měnit ji (tóninu)! Někdy hravě to jde, jindy jak by kořeny naší mysli se vytrhávaly. (...) Zasahujeme tím hluboko do dějů v naší mysli; tento průběh modulace tóninové, dosáhne-li náležitě hloubky, strhává s sebou všechny proud citění našeho. (...) Ant. Dvořákovy skladby uvlékají nás oněmi ‚zázračnými‘ modulacemi tónin. Kdo jich složil, též jich prožil: (...).“* (16, s. 165).

5.3.1.4 Afekt (vášeň) a vůle v hudbě

Vůle v hudbě je podle Janáčkových skladatelských zkušeností přeceňovaným fenoménem. Myslí tím tedy ono chtěné, postavené pouze na racionálním, rozumovém základu, postrádající předchozí prožití. Jak již bylo uvedeno (v Blažkově poznámce), Janáček staví vůli až na samý závěr či vrchol průběhu hudebních představ a její účelnost spatřuje teprve v okamžiku, kdy je prodchnuta a oživena předchozí zkušeností. Nabádá ke kreativě a spontánnosti při tvůrčím procesu: *„Volný let nápadu, volnost proudu harmonického, volnost svitu tóninového: to leží v podstatě afektu.“* (16, s.167).

V působení samotné vůle spatřuje určité riziko: *„Na scestí vůle láká nota ce. Co napíše, již v mysli bylo jasné. Noty jsou výkladem v ‚dílňě duševní‘. Nota zabírá tón, jenž je již*

92 Viz Tab. 3 Intervalů a jejich značení v systému akordových značek a též Tab. 4.

93 Viz kapitola 4.3.2.3, v ní je problematika modulace vysvětlena.

na výsluní našeho vědomí, a všechen horečný ostatní průběh v mysli pomíjí.“ nebo jak dále pokračuje: „Výchova hudební, jež nezná jiného prostředku než *notu*, nevyjasňuje, ale zatemňuje.“ (16, s. 166).

Lze-li to tak vyjádřit, pak je tedy vůle potřebná pro uskutečnění daného záměru; k dovršení průběhu hudebních představ, jež ovšem nejprve vytryskly jako projev „životní nálady“ v „afektu“, posléze se prožitím zvědomily a nakonec se chtěním vůle zhmotnily v notovém zápise. Je-li postup obrácený, tedy nejprve *nota* a teprve pak *tón*, může být celý průběh hudební představivosti neživotný, mdlý, chladný, vykalkulovaný, ochuzený o vnitřní prožitek a tím i odtržený od skutečného života.

5.3.2 „O spojích souzvuků“⁹⁴

Následující oddíly uvádějí hlouběji do Janáčkovy hudebního myšlení a přinášejí i obeznámení s odbornými termíny, jichž Janáček sice běžně v textu užívá, avšak pro jejich originalitu a neopakovatelnost jich není možno bez vysvětlení užít, přestože poukazující na důležité jevy, jichž si Janáček svým osobitým způsobem všímá, studuje je a posléze i využívá ve své skladatelské praxi. Ve své podstatě jsou jen jeho termíny neobvyklé, neboť co se za nimi skrývá, to lze snadno vlastním pozorováním objevit a zvědomit si to.

5.3.2.1 *Pocit, pacit*

Každý tón je nějak *pocitován*, a tento prožitek v sobě nese i určité doznívání, pro něž Janáček užívá termín *pacit*. Je to právě ten okamžik dohasínání tónu, na něž bylo již poukázáno. Zmíněným dozníváním nejsou myšleny akustické zákonitosti, ale v první řadě se jedná o psychologické vnímání daného tónu. Jaký význam má pro tvoření a prožívání nápěvu (melodie), na vzájemné spojování souzvuků atp. již také bylo upozorněno. Janáček pokládá *pocitovou* a *pacitovou* formu tónu za základ nauky „o souzvučích a jejich spojích“ (16, s. 179).

5.3.2.2 *Spletna, rozuzlení*

Tam kde se dotýká doznívající tón (*tj. jeho „pacitové doznívání“*) s dalším, dochází k jevům, pro které Janáček používá termín *spletna* a *rozuzlení*. „*Spletna je sice velmi krátká, ale přece působivá sama o sobě i v rozuzlení svém. Rozuzlí se, jakmile vymizí*

94 Janáček, 16, s. 175 – 263.

pacit předcházejícího tónu.“, píše Janáček a také poznamenává, že: *„Tóny jsou dotud spojeny, dokud je lze v mysli srovnávat; i páska pouhé vzpomínky stačí. (...) Nejcitlivější místa na stupnici jsou tam, kde se objevuje PŮLTÓN.“* (16, s. 179).

5.3.2.3 Spojovací forma

Harmonie, jakožto nauka o spojování souzvuků, si všímá postupu mezi tóny jednoho a druhého souzvuku. Souzvuk tvoří – jak již bylo vysvětleno – současné znění několika tónů⁹⁵. Tyto tóny jsou navrstveny v hlasech nad sebou a při spoji s následným souzvukem se současně spojují tóny v jednotlivých vrstevách (hlasech). *Pocitový a pacitový tón, spletna a její rozuzlení* vytvářejí v každém hlasu určité vazby a Janáček je nazývá *spojovacími formami* (16, s. 183).

„Spojovací forma má dvě části: SPLETNU a její ROZUZLENÍ. Účin spojovacích forem není stejný; (...).“ píše Janáček (16, s. 190) a vysvětluje účinek spojovacích forem, odvíjející se od charakteru intervalu ve spletně vůči charakteru intervalu v rozuzlení; viz následující tabulka:

Tab. 10 Spojovací formy a jejich účinek – podle Janáčka (16, s. 190)

SPLETNA	ROZUZLENÍ	ÚČINEK
větší disonance	menší disonance	SMÍR
menší disonance	větší disonance	VZRUCH
malý rozdíl (konsonance či disonance)	malý rozdíl (konsonance či disonance)	ZÁMĚNA
shoda intervalů	shoda intervalů	ZESÍLENÍ

Vyjádřeno v intervalech, způsobem typickým pro Janáčka, např:

⑦ – 8	smír
④ – 3	vzruch
⑤ – 1	záměna
<u>⑤ – 5</u>	zesílení

Číslice v kroužku znamenají intervaly⁹⁶ ve **spletně** (*jedná se o jednotlivé tóny a jejich vzdálenost od I. stupně dané stupnice*), číslice bez kroužků pak v **rozuzlení** a podtržené číslice znamenají nejhlubší hlas, čili *bas*.

⁹⁵ V nauce o harmonii se souzvuky (tj. akordy) tradičně upravují do čtyřhlasé podoby, přičemž jednotlivé hlasy jsou pojmenované stejně jako hlasy smíšeného pěveckého sboru, tj.: S – soprán, A – alt, T – tenor, B – bas

⁹⁶ Viz Tab. 11 Přehled tónů stupňů, atd.

5.3.2.4 Ráz spoje souzvuků

Spojovací formy jsou také charakteristické určitým „afektem“. V souzvuku má každý hlas vlastní spojovací formu a ve společném souznění všech hlasů tak vzniká jedinečný charakter, tzv. *ráz spoje*. „*Cit závislý na tónech každého hlasu vyvinuje a zakončuje se ve spojovací formě v afekt. V každém spoji čtyřhlasých souzvuků dospívá množství průběhů afektů.*“, vysvětluje Janáček a dále uvádí:

„Má-li být vazba souzvuků (spoj) pevná, nedostačí, aby jen části souzvukové (hlasy) byly spojeny; třeba, aby každý hlas měl styk (současné znění) i se základným tónem, fundamentem⁹⁷ druhého souzvuku.

Tomu tak je. Základný tón druhého souzvuku nezní jen současně se všemi tóny svého souzvuku, ale i s pacitovými tóny předcházejícího.

To je onen tmel, ona silná SPLETNA tónů, jež váže oba souzvuky; její rozuzlení, tj. uvolnění druhého souzvuku od pacitových tónů prvního, dává zář krásy i RÁZ spoji souzvuků.“ (16, s. 183).

5.3.2.5 Přehled spojů souzvuků

Každý spoj souzvuků je tedy charakteristický svým *rázem*, což Janáček komentuje velmi poetickými příměry a rozvádí ve své práci dále.

Aby bylo možno srozumitelně přiblížit tuto tematiku, je třeba se ještě jednou zastavit u pojmů *základní tónová řada, stupnice, stupně stupnice, intervaly* aj. V obecné rovině jim již byla věnována pozornost, ovšem nyní je třeba uvést některé podrobnosti konkrétněji, především s ohledem na pozdější praktickou potřebu.

V následné tabulce je uvedena nejprve základní tónová řada, což představuje hudební abecedu, základní tóny, od nichž se odvíjí a odvozuje další dění. Jejím doplněním o další tón (tj. „*oktávu*“), jménem shodný s prvním (tj. „*primou*“) vznikne stupnice (v tomto případě C dur). Dále je patrné, že stupně ve stupnici jsou pojmenované, což vyplývá z praktické potřeby hudební teorie – na daných stupních lze postavit různé akordy, jež jsou v tabulce znázorněny akordickými značkami. S nimi se bude v rámci následujícího textu i klavírní improvizace hojně pracovat. Stupně ve stupnici tak představují z hlediska harmonie určitou harmonickou funkci, i když pojetí Janáčkovy je v tomto ohledu více propracováno a umožňuje proniknout do psychologické podstaty harmonických spojů (*spojů souzvuků*). Pro potřeby a cíle klavírní

⁹⁷ Základní tón akordu; srv. Kapitola 3.3.2 odst. „Značení obrátů akordu v akordové značce“ a Tab. 5 - Obraty akordu.

improvizace se k akordům značeným akordickými značkami tato práce obrací především a Janáčkově číselně-intervalové značení spojovacích forem je zde uvedeno spíše pro názornost, aby bylo zřejmé, z čeho Janáček vychází a proč uvažuje o charakteru spojů souzvučků, tak jak uvádí.

Tab. 11 Přehled tónů, stupňů, atd.

Základní tónová řada	C	D	E	F	G	A	H	
Stupnice (C dur)	C	D	E	F	G	A	H	C
Stupeň	I	II	III	IV	V	VI	VII	(VIII)
Harmonická funkce ⁹⁸	T			S	D			
Akordické značky	C	Dmi	Emi	F	G	Ami	Hmi^{7/5}-	
Interval (ozn. číslice) (slovní označení)	1 prima	2 sekunda	3 tercie	4 kvarta	5 kvinta	6 sexta	7 septima	8 oktáva

Kvintový spoj: *vzruch, otázka, stoupání* (napětí)

základní spoj	T – D	C – G
odvozené spoje	II – VI	Dmi – Ami
	III – VII	Emi – Hmi ^{7/5} -
	S – T	F – C
	D – II	G – Dmi
	VI – III	Ami – Emi
	VII – S	Hmi ^{7/5} - – F

Kvartový spoj: *smír, odpověď, klesání* (uvolnění)

základní spoj	D – T	G – C
odvozené spoje	VI – II	Ami – Dmi
	VII – III	Hmi ^{7/5} - – Emi
	T – S	C – F
	II – D	Dmi – G
	III – VI	Emi – Ami
	S – VII	F – Hmi ^{7/5} -

⁹⁸ Hlavní harmonické funkce, tj. hlavní akordy se obvykle značí tzv. *funkčními značkami*, označujícími funkci akordu z hlediska harmonie; T – tónika (základní akord), S – subdominanta, D – dominanta. Vedlejší akordy se značí různě, nejčastěji však římskými číslicemi podle stupňů stupnice, praxe je nejednotná – např. Janáček (16) používal pouze římské číslice pro všechny stupně, Šín (48) naopak užíval pouze funkční značky, Kofroň (21) zase kombinaci, jak byla popsána výše.

Tercový spoj: „*líbezný smír*“

základní spoj	VI – T	Ami - C
odvozené spoje	VII – II	Hmi ^{7/5} - – Dmi
	T – III	C – Emi
	II – S	Dmi – F
	III – D	Emi – G
	S – VI	F – Ami
	D – VII	G – Hmi ^{7/5} -

Sextový spoj: „*Tak jest!*“

základní spoj	III – T	Emi – C
odvozené spoje	S – II	F – Dmi
	D – III	G – Emi
	VI – S	Ami – F
	VII – D	Hmi ^{7/5} - – G
	T – VI	C – Ami
	II – VII	Dmi – Hmi ^{7/5} -

Septimový spoj: (*Janáček neuvádí bližší charakteristiku*)

základní spoj	II – T	Dmi – C
odvozené spoje	III – II	Emi – Dmi
	S – III	F – Emi
	D – S	G – F
	VI – D	Ami – G
	VII – VI	Hmi ^{7/5} - – Ami
	T – VII	C – Hmi ^{7/5} -

Sekundový spoj: „*jak by hlazené kameny k sobě přirazily*“

základní spoj	VII – T	Hmi⁵- (nebo Hmi^{7/5}-) – C
odvozené spoje	T – II	C – Dmi
	II – III	Dmi – Emi
	III – S	Emi – F
	S – D	F – G
	D – VI	G – Ami
	VI – VII	Ami – Hmi ⁵ - (nebo Hmi ^{7/5} -)

Primový spoj: spoj shodných akordů

5.3.2.6 Citová plastika harmonická

Pod tímto názvem se skrývá další Janáčkův objev⁹⁹. Všímá si totiž účinků různých spojů, uvedených výše. Ty se samozřejmě ve skladbě vyskytují různě, a tím se podílejí na jejím emocionálním působení. Janáček na toto působení poukazuje a uvádí názorné příklady. Akord na I. stupni čili tónika představuje *harmonické dno*, tedy základ od něhož jsou ostatní akordy postavené na dalších stupních různě vzdálené. Jak je patrné z uvedené tabulky, neodpovídá to stupňovitému uspořádání. Vysvětlení je jednoduché – stupňovité uspořádání představuje kvantitativní měřítko, kdežto uvedené uspořádání se odvíjí od kvalitativního měřítka a vychází právě z vypořádaných účinků spojů souzvuků, jak se jimi Janáček zabýval.

Tab. 12 Citová platika harmonická – podle Janáčka (16, s. 194) upraveno

S						
	VII					
		III				
			VI			
				II		
					D	
Harmonické dno: I. Stupeň – Tónika						T

Nejvzdálenější od harmonického dna je subdominanta (souzvuk na IV. stupni), od ní lze k tónice i k akordům jiných harmonických funkcí již jen klesat. Naopak nejbliže k harmonickému dnu se nachází dominanta (souzvuk na V. stupni); její cesta vede buď vzhůru od tóniky a působí vzruch, narůstání, stoupání anebo jen malým krůčkem sestoupí k tónice a uzavře smírem kruh hudebního dění.

Odtud se tedy bere ona síla harmonické kadence **T – S – D – T**, základního schématu nauky o harmonii! Avšak to vše je předmětem praktické části této práce.

⁹⁹ Viz Janáček, 16, s. 194, 195

6 Muzikoterapie

Muzikoterapie¹⁰⁰, jiným pojmenováním též hudební terapie, představuje využití hudby (nebo obecně zvuku) jako léčebného prostředku. Všeobecně se má za to, že se jedná o velmi starou praxi, jejíž kořeny spadají až do prehistorického období lidských dějin. Geist, ve své práci zabývající se původem hudby, o tom píše: „*A tak se také z životní praxe, podobně jako ostatní umění, zrodila hudba, která měla svou společenskou funkci. (...) Zpěvák této doby zajisté nebyl ‚umělec‘, producent krásna, nýbrž více méně praktický pomocník společnosti, která ho pověřila potřebnými úkony, jako bylo například ‚přivolávání‘ deště, nebo naopak jeho ‚odvolávání‘, ‚přivolávání‘ slunce, ‚přivolávání‘ zvěře z chudnoucího revíru, dobré úrody, vítězství, bohatého lovu, plodnosti žen atd. Nebudeme daleko od pravdy, řekneme-li, že tento hudební praktik byl také využíván pro individuální účely jako léčení nemocí, získání přízně milované ženy (či muže) apod., jak to ještě dnes nacházíme v praxi málo vyvinutých kultur.*“ (8, s. 51).

6.1 Uvedení do problematiky muzikoterapie

Současné možnosti využití hudby (či zvuku) jako léčebného prostředku jsou velice rozmanité. Zvláště v posledních letech dochází k celosvětově zvýšenému zájmu o tuto oblast, a tak není divu, že jí je věnována pozornost jak mezi laickou, tak i odbornou veřejností. Představy o muzikoterapii jsou však i přesto mezi běžnými lidmi často nejasné, zmatené a kusé. Není se co divit. Muzikoterapie, jak se prezentuje dnes, je stále ještě mladým oborem a stanovení její jednoznačné a přesné definice zatím naráží na řadu úskalí. Proč? Určitou roli zde hraje rozdílnost úhlů pohledu na danou problematiku, rozmanitost přístupů a z toho se odvíjejících cílů léčebného působení prostřednictvím hudby. Podrobněji se touto problematikou zabývá Zeleiová, přičemž upozorňuje, že snaha o definování muzikoterapie může vést k určitému zkreslení, neodpovídajícímu skutečnosti; některé definice již nemusí být v důsledku probíhajícího vývoje také platné nebo mohou být subjektivní. Současnou podobu muzikoterapie vnímá v rovině *léčebně-, speciálně-, sociálně-pedagogické, a psychoterapeutické* (59, vše s. 27).

¹⁰⁰Muzikoterapie – z lat. *musica*, tj. hudba a řec. *therapeiá*, tj. starat se o někoho, doprovázet, léčit, vzdělávat.

Pozn. řecké muziké, tj. vztahující se k Múzám, podle Platóna znamená působení hudby v jednotě s řečí na mravní vývoj člověka (srv. Výsloužil, 57, s. 187). Pro hudbu se užíval název *músiké*, tj. nauka o hudbě (srv. Černý, 5, s. 275) a *techné*, tj. řemeslo, dovednost, umění zacházet s nástrojem (srv. Výsloužil, 57, s. 293). Výraz *technité* označoval hudebníky a všechny ostatní „múzické umělce“ (srv. Černý, 5, s. 44, 229, 231).

6.1.1 Historie

O počátcích léčebného využití hudby v prehistorické době již byla zmínka. Úloha tehdejší hudby tedy měla – jak se předpokládá – magicko-kultický význam. Byla součástí různých obřadů a lze si představit, že její působení mělo – stejně jako i dnes – především psycho-sociální rozměr. Zeleiová uvádí: „*Etnické rituály plnily roli psychosociální hygieny. Jejich léčivý aspekt spočíval v uvolňování emocí. Protože fyziologie a funkčnost sluchového orgánu jsou těsně propojeny s neurovegetativním systémem a projevy emocí jsou vyjadřovány tělesně, jednota hudby, tance a rituálu umožňovala uvolnění. Dnes bychom hovořili o léčbě psychosomatických poruch.*“ (59, s. 17).

Co se týká výrazu tehdejší hudby, zmiňuje se Kohoutek o tom, že: „*Je pozoruhodné i vzhledem současnému hudebnímu vývoji, že se dají rozlišit z psychologického hlediska již od samých počátku mezi hudebními projevy dva druhy hudebního výrazu a jeho působení: převládající typ expresivního neklidu, směřující k extázi, ale i typ až klasické vyrovnanosti, vážného patosu (zvláště např. v indiánských obřadech za mrtvé).*“ (22, s. 108).

V období označovaném jako starověk, tedy v období vyspělých starověkých kultur byla hudbě věnována zvláštní pozornost. Potřeba zkoumat a vysvětlovat hudební jevy dala vznik uceleným hudebním soustavám, vycházejícím z mytologie, kosmologie, číselných vztahů a jejich symboliky. Hudba – jako odraz harmonie Nebes – se tak stala součástí filosofie, náboženství, politiky a hrála tudíž důležitou roli i v chodu státu¹⁰¹.

Např. ve staré Číně byla pro provozování hudby stanovena přísná pravidla, na jejichž dodržování dohlíželo zvláštní ministerstvo. Hudbě byla přisuzována schopnost etického a emocionálního působení. K podobnému poznání dospěli později i staří Řekové, jak již bylo uvedeno v kapitole 5.2.2.

Významu hudby v dějinách středověké i novověké Evropy byla již také věnována pozornost. V souvislosti s ideály a filosofií křesťanství, vztahujícími se prakticky po celý středověk i na hudbu, lze poukázat na antické dědictví, jež toto období provázelo¹⁰². Smyslové působení hudby bylo považováno za méněcenné, stejně jako samo provozování hudby, avšak vysoce ceněno bylo naopak rozumové poznání hudby, vycházející z číselných vztahů a jejich zákonitostí. V nich se promítala neměnná harmonie a řád. A všude, kde se tato harmonie

101 Srv. Kohoutek, 22, s. 128 a Šnejerson, 49, s. 34, 58.

102 Viz Vičar, Dykast, 53, s. 100 – 119.

projevovala, byla zároveň přítomna hudba (*tj. musica mundana – hudba sfér*). Toto spekulativní pojetí však po několik století nepřálo příliš rozvoji znějící hudby. Působivost gregoriánského chorálu a pak i renesanční vokální polyfonie spočívá v zachování oné harmonie a řádu. Smyslovost je zde druhotnou záležitostí; krása a lahodnost zvuků vychází pouze z proporcí a číselných vztahů a představuje nadpozemskou dokonalost. Takto vede hudba člověka přímo k cíli, k tomu nejušlechtlejšímu čeho může jako člověk dosáhnout, a pomáhá mu osvojit si ctnosti¹⁰³.

V průběhu 17. a 18. století se s rozvojem afektové teorie uvažuje i o léčebném využití hudby, na podobných základech jako kdysi v antickém Řecku. Jak uvádí Poledňák: „*Byla to tzv. iatromusica, spjatá hlavně s učením A. Kirchera (viz spis Phonurgia nova, 1673). Vycházelo se zde z fyzikalistické představy vibrací způsobovaných hudbou, jež z nemocného těla vypuzují jedovaté látky (mezi pozdějšími představiteli možno připomenout z hudebníků J. Matthesona – Kern melodischer Wissenschaft..., 1737, z lékařů E. A. Nicolaie – Die Verbindung der Musik mit der Arzneygelahrtheit, 1745). V této době byly podávány charakteristiky hudby k různým tancům apod. ve vztahu k jejich různým léčebným efektům, komponovány speciální skladby zdůrazňující zejména rytmus, apod. S nástupem exaktnějších přírodovědeckých přístupů do medicíny v 2. pol. 19. stol. byla muzikoterapie zavržena jako cosi nevědeckého, šarlatánského.* (38, s.207).

6.1.2 Současnost

Počátky soudobé muzikoterapie spadají do 1. poloviny 20. století. Mezi první impulsy lze pokládat působení Rudolfa Steinera, jehož duchovně-vědecká bádání stojí na počátku anthroposofického hnutí, zasahujícího do duchovní obrody všech oblastí bytí pozemského člověka, tedy i umění a pedagogiky. Z tohoto proudu vzešla waldorfská pedagogika, a stejně tak i muzikoterapie a další umělecko-terapeutické obory. Nepřímo o tom píše autoři knihy „*Muzikoterapie, Terapie zpěvem*“: „*Ze jmenovaných důvodů je srozumitelné, že snaha o kvalitně jemnější poslouchání, tak jak je podněcována anthroposofií, mohla dát také impuls ke stavbě nových nástrojů. Na prvním místě bychom měli jmenovat lyru, vyrobenou roku 1926 Edmundem Prachtem, kterou začala nová kultura poslechu.*“ (Felber; Reinhold; Stückert, 6, s. 57) nebo dále: „*Již od roku 1905 pracovala paní Werbeck, svého času známá švédská zpěvačka, na metodě léčby vlastního hlasu, který byl stále více zatěžován obvyklými*

¹⁰³ Z tohoto pohledu je pozoruhodné dílo Hildegardy z Bingen (1097 – 1179), zejména *Ordo Virtutum (Řád ctností)* [online]. Dostupné z WWW: <<http://gasbag.wz.cz/hvb/virtutum.html>>.

technikami zpěvu. Povzbuzována a utvrzována Rudolfem Steinere, vypracovala později tuto metodu ve všeobecně platný způsob cvičení.“ (Felber; Reinhold; Stückert, 6, s. 159).

O další cestě počátků muzikoterapie ve 20. století se zmiňuje Sack: *„Přestože moc hudby byla známá po tisíciletí, idea formální hudební terapie vystala teprve koncem čtyřicátých let, zejména v reakci na velké množství vojáků vracejících se z bitevních polí druhé světové války se zraněním hlavy a traumatickým poraněním mozku či ‚traumatem z boje‘ (nebo také ‚poválečnou depresí‘, jak se to nazývalo po první světové válce, dnes bychom tento stav kategorizovali jakožto ‚posttraumatickou stresovou poruchu‘).*“ (44, s. 242). Dále uvádí, že: *„První formální program muzikoterapie byl vytvořen v roce 1944 na Michigan State University a v roce 1950 vzniklo National Association for Music Therapy (Národní sdružení pro hudební terapii). Ještě dalších pětadvacet let však muzikoterapii sotva kdo uznával.*“ (44, s. 242).

To byla situace v Americe; v Evropě se muzikoterapie dále rozvíjela především ve Skandinávii (tzv. „švédská škola“), kdy v roce 1942 zakládá ve Stockholmu A. Pontvik psychoanalyticky zaměřený institut muzikoterapie. V Anglii pak roce 1958 vzniká British society for music therapy, spjatá se jménem J. Alvinové. Později se šíří muzikoterapie i do dalších zemí, což vyústí v roce 1990 založením Evropské muzikoterapeutické konfederace, jehož členy jsou od roku 2010 také muzikoterapeutické asociace z České republiky. Rozvoj muzikoterapie v bývalém Československu se počíná v roce 1960 a v roce 1975 zakládá J. Schánílcová-Vodňánská a V. Zappner při psychotherapeutické sekci psychiatrické společnosti ČLS „Pracovní skupinu pro muzikoterapii“¹⁰⁴. Nejvýznamněji se zde v muzikoterapii uplatňuje vliv tzv. „lipské školy“ Ch. Schwabeho.

V současné době se i České republice těší muzikoterapie velké oblibě. Je možno studovat ji v několika akreditovaných programech a dalších specializovaných kurzech. Muzikoterapeuté se mohou sdružovat v několika asociacích, které tu byly založeny.

6.2 Koncepty a přístupy

Soudobá muzikoterapie nepředstavuje jednu ucelenou metodu, jak již bylo naznačeno v úvodu této kapitoly, spíše naopak. Aby bylo možno orientovat se v dané problematice, je potřeba ujasnit si z čeho dnes muzikoterapie vychází, z čeho se odvíjejí její koncepte a přístupy. Z praktických důvodů nebude uveden celkový přehled všech vyskytujících se

104 Srv. Poledňák, 38, s. 208.

přístupů, neboť tím by se tato práce značně rozrostla. Spíše budou popsány muzikoterapeutické modely pracující s improvizací, klavírní improvizací či cíleným využitím některých složek hudby.

Podle Zeleiové¹⁰⁵ lze koncepty současné muzikoterapie rozdělit do tří skupin:

- **pedagogický koncept** – podpora učení, sociální integrace, komunikace
- **medicínský koncept** – ovlivnění fyziologických funkcí, rehabilitace, paliativní péče
- **psychoterapeutický koncept** – reedukace, resocializace, sebepoznání, rozvoj osobnosti, komunikace

Muzikoterapeutické přístupy a modely lze členit podle určitých podmínek: např. jakou roli v nich zastává hudba¹⁰⁶, jakou další prvky, techniky, metody, prostředky a cíle apod.

Z tohoto pohledu se jednotlivé přístupy a modely dělí podle formy a počtu klientů¹⁰⁷:

- **individuální** – určeny pro klienty nebo muzikoterapeutické modely u nichž je tento přístup nejefektivnější
- **párové** – vhodné při řešení vzájemných vztahů, v rodinné terapii apod.
- **skupinové** – práce se skupinou klientů; max. 12 –15 osob
- **hromadné** – od skupinové se liší větším počtem klientů a dynamikou skupiny; nad 30 osob

dále podle angažovanosti klientů v průběhu terapie:

- **aktivní (produktivní, kreativní)** – klienti se aktivně zapojují do různých terapeutických cvičení a sami se hudebně projevují
- **pasivní (receptivní)** – klienti naslouchají hudbě
- **kombinované** – v nichž jedna forma přechází v druhou

105 Srv. Zeleiová, 59, s. 49.

106 Centrální postavení (*hudba jako terapie*), podpůrné postavení (*hudba v terapii*) (Bruscia in Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 25).

107 Srv. Beníčková, 3, s. 15 a Zeleiová, 59, s. 47.

podle způsobu vedení terapie¹⁰⁸:

- **direktivní** – vede terapeut, nabízí klientům rady, doporučení; zaměřené na plnění rozmanitých úkolů¹⁰⁹ atd.
- **nedirektivní (na osobu zaměřené)** – vede klient, terapeut jej doprovází, motivuje, zrcadlí jeho projevy, vytváří prostředí pro kreativitu a seberealizaci klienta

podle zaměření terapie:

- **kauzální** – zaměřují se na hledání příčin potíží a jejich odstraňování, s cílem uzdravení klienta
- **symptomatické** – zaměřují se na odstraňování či zmírnění příznaků potíží klienta, např. tam, kde se jedná o nevléčitelné choroby, apod.

podle východiska:

- **psychodynamicky orientované** – zaměřují se na zvědomění nevědomých témat klienta a práci s nimi (psychoanalyticky, analyticky)
- **behaviorálně orientované** – zaměřují se na změnu vzorců chování klienta
- **kognitivně a kognitivně-behaviorálně orientované** – zaměřuje se na změny v oblasti myšlení a chování
- **humanisticky orientované** – zaměřují se na rozvoj osobnosti klienta, na jeho růst a seberealizaci, na vytváření podmínek pro nalezení jeho vlastní životní cesty¹¹⁰

6.3 Improvizace v muzikoterapii

Tématu improvizaci byla věnována samostatná kapitola. V muzikoterapii představuje improvizace jednu z hlavních metod práce, disponující velkým terapeutickým potenciálem, jak pro klienta, tak i pro terapeuta (diagnostika, komunikace, konfrontace, spolupráce, kreativita, seberealizace, sebezkušenost, sebepoznání apod.). K improvizaci v muzikoterapii se také vztahuje velké množství technik, jak hudebních, tak verbálních i jiných. Následující řádky přinášejí jejich bližší popis.

108 Srv. Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 120

109 Např. jedna z metodik Beníčkové (viz Beníčková, 3, s. 44, 45)

110 Srv. Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 55

6.3.1 Druhy improvizace

Improvizaci v muzikoterapii a její metodologické rozdělení představuje Zeleiová¹¹¹:
Základní rozdělení improvizace¹¹²:

- **volná** – nepřipravená
- **strukturovaná** – připravená

Následující tabulka přináší metodologické rozdělení improvizace (podle Zeleiové) v závislosti na jejím průběhu.

Tab. 13 Rozdělení improvizace – podle Zeleiové (59, s. 148) upraveno

←	IMPROVIZACE	→
volná		strukturovaná
→	fázově-specifická	←
→	situační	←
xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx	tematická	←
→	asociační	xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx
→	uvolňující (relaxační)	←
xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx	intermediální	←
xxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxxx	rolová	←
→	integrační	←

Charakteristika jednotlivých druhů improvizace, jak je uvádí Zeleiová (59, s. 146):

- **fázově-specifická improvizace** – reaguje na aktuální skupinovou dynamiku (myšleno v rámci celého terapeutického procesu, tedy na tom, v jaké fázi se skupina nebo klient nachází a co s ní souvisí, *např. seznamování, hledání důvěry, konfrontace, spolupráce, sebezřetiví*)
- **situační** – reaguje na probíhající dění, vznikající situace
- **tematická** – pracuje s tématem klienta, skupiny
- **asociační** – pracuje na principu představ a mimohudebním obsahu přítomným v improvizované hudbě
- **uvolňující (relaxační)** – přináší uvolnění, odreagování

111 Srv. Zeleiová, 59, s. 146, 148 (resp. s. 104 – 107, 141 – 164)

112 Obě formy byly popsány v kapitole 3.2.1. a 3.2.2

- **intermediální** – pracuje s dalšími uměleckými prostředky (pohyb, tanec, dramatizace, malování apod.)
- **rolová** – umožňuje zvukové ztvárnění rolí, do nichž klienti vstupují
- **integrační** – umožňuje začlenění předchozích zkušeností, vztahů, postojů či vlastností klienta do připravené improvizace

6.3.2 Techniky improvizace

Velké množství využívaných technik improvizace se pokusil systematicky utřídit Bruscia¹¹³ a rozdělil je podle hlavních oblastí zaměření následovným způsobem:

- **techniky empatie** – zaměřují se na klienta a vzájemnou interakci mezi ním a terapeutem; patří mezi ně *imitování* (nápodoba reakcí klienta), *synchronizování* (sladění terapeuta s klientem a jeho projevy), *zařazování* (terapeut včlení a rozvine klientův motiv ve své improvizaci), *stimulování* (terapeut zrcadlí dynamiku projevů klienta a tím jej stimuluje k zvědomění si toho, jakou silou působí navenek), *reflektování* (terapeut zrcadlí emocionální projevy klienta), *přehánění* (terapeut zveličuje, nadsazuje nějakou činnost klienta a tím mu pomáhá zvědomit si ji)
- **techniky strukturování** – zaměřují se na strukturování terapeutické činnosti; patří mezi ně *rytmické kotvení*, *tonální centrování*, *tvárování* (uvedenými technikami pomáhá terapeut klientovi upevnit se v rytmické struktuře, v tónině a v určité hudební formě, neztratit se v nekonečnosti možností, využitím konkrétních prostředků získat jistotu, důvěru ve vlastní schopnosti)
- **techniky vyvolávání** – zaměřují se na vyvolávání reakcí klienta na nabízené podněty; patří mezi ně *opakování* (terapeut opakuje nějaký motiv ve snaze vzbudit zájem klienta), *modelování* (terapeut předvádí nějakou činnost a vyzývá klienta k jejímu napodobování), *vytváření prostoru* (terapeut vytváří vhodné podmínky pro klientovu aktivitu), *vstupování* (terapeut vstupuje do improvizace pouze při klientově nečinnosti, např. když přestane reagovat, udělá přestávku atd.), *prodlužování* (terapeut na konci nějaké společné činnosti přidá krátký dovětek, z hudebního pohledu se tedy jedná o kodu, důležité završení obsahu prováděné činnosti), *dokončování* (terapeut doplňuje činnosti, motivy, které klient započal

113 In Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 186 – 194

nebo je nechal otevřené)

- **techniky přesměrování** – zaměřují se na změnu a proměnu; patří mezi ně *iniciace, odlišování, modulování, zesilování, zklidňování, přerušování, reagování, užívání analogií* (při těchto technikách se jedná o využití principu kontrastu)
- **techniky navázání důvěry** – zaměřují se na utváření prostoru k navázání důvěry; patří mezi ně *sdílení nástrojů, darování* (terapeut daruje klientovi symbolicky nějakou drobnost; tj. píseň, nástroj atd.), *propojování* (terapeut uvede nějaký motiv, píseň apod. v níž se odráží vztah mezi ním a terapeutem), *mluvení k sobě samému* (terapeut ve své improvizaci hovoří sám k sobě o klientovi, který je sice přítomen, ale není ještě připraven na přímý dialog)
- **techniky procedurální** – zaměřují se na proces a procesualnost terapeutických činností; patří mezi ně *umožňování* (terapeut klienta vede buď instrukcemi nebo fyzickou podporou a tím mu umožňuje zapojit se do nabízené činnosti), *přesouvání* (terapeut využívá různé prostředky k tomu, aby pomohl klientovi překonat případné překážky a zapojit se do nabízené činnosti), *pozastavení* (terapeut pozastaví improvizaci, aby umožnil klientovi zvědomit si předchozí činnost), *ustupování* (terapeut ustupuje do pozadí a dává prostor klientovi), *experimentování* (terapeut uvede nějaký motiv a klient má prostor s tímto motivem kreativně pracovat), *dirigování* (terapeut nebo klient se stávají dirigentem, podle jehož pokynů se odvíjí improvizace), *nacvičování* (příprava konkrétní hudební či jiné improvizace), *poslech vlastní nahrávky* (tj. nahrávky improvizace), *referování* (sdílení konkrétních prožitků po improvizaci), *působení* (celkový dojem z improvizace), *vystupování* (provedení předem nacvičené improvizace)
- **techniky vztahování** – zaměřují se na rozmanité vztahy (tedy i terapeutický) a souvislosti mezi hudbou a klientovým životem; patří mezi ně *párování* (asociace určitého klientova chování s hudebním motivem), *symbolizování* (symbolizace reálných životních situací prostřednictvím hudby), *vzpomínání* (klient si vybavuje si určité události a snaží se vyjádřit hudebně), *volné asociace* (improvizace terapeuta zaměřená na vyvolání určitých představ, vzpomínek či asociací u klienta), *projekce* (klientova improvizace zpracovává nějaké konkrétní téma z jeho života), *fantazírování* (klientova fantazijní seberealizace), *vyprávění příběhu* (hudba jako příběh – improvizované spojení hudby a slova)

- **techniky práce s emocemi** – zaměřují se na práci s emocemi; patří mezi ně **držení** (terapeut reaguje v improvizaci na klientovy pocity a umožňuje jejich vyjádření), **zdvojení** (terapeut zrcadlí klientovy emoce a zaměřuje se při tom na jejich skrytý obsah, jehož si klient není vědom, tím mu pomáhá zědomit si je), **přechod** (hledání způsobů, jimiž lze dospět k emočnímu či myšlenkovému přeladění), **protiklad** (motivace k improvizovanému vyjádření opačných emocí než těch, které jsou právě prožívány), **řazení** (smysluplná strukturalizace určitých činností jako pomoc při hledání souvislostí), **integrování** (spojování kontrastních prvků v klientově improvizaci), **štěpení** (protiklady v klientově prožívání), **převádění** (improvizační cvičení zaměřená na hudební znázornění určitých vztahových situací), **hraní rolí** (střídání rolí v rámci hudebně-terapeutické činnosti – posluchač, dirigent, hráč), **kotvení** (uchování zažité zkušenosti získané v improvizaci)
- **diskuse v terapii** – zaměřují se na vedení verbální části muzikoterapeutické intervence; patří mezi ně **vztahování se** (souvislosti), **sondování** (diagnostika, získávání informací potřebných k terapii), **objasňování** (ujasňování a upřesňování získaných informací), **zpětné informace** (terapeut podává klientovi zpětnou vazbu, avšak neinterpretuje získané informace), **interpretování** (terapeut interpretuje klientovy prožitky a přibližuje možná vysvětlení jejich podstaty), **zpracovávání** (terapeut pomáhá klientovi zpracovávat jeho prožitky), **posilování** (terapeut motivuje klienta k určitému chování), **konfrontace** (terapeut upozorňuje klienta na to, že to co říká, není v souladu s jeho chováním), **odhalování** (terapeut se svěřuje s něčím osobním, co má souvislost s prožíváním klienta), **shrnutí** (terapeut shrne a ukončí diskusi)

6.4 Využití klavíru v muzikoterapii

O mnohostranném využití klavíru bylo již také pojednáno a ohledně jeho využití v muzikoterapii lze napsat totéž. Následující odstavec přináší shrnutí nejčastějších možností:

- **hraje terapeut** – v receptivních (poslechově zaměřených) programech, v produktivních programech doprovází zpěv či hru nebo jiná terapeutická cvičení klienta (klientů)¹¹⁴
- **hraje klient** – může se jednat např. kontakt s nástrojem v symbolické rovině, o

¹¹⁴ Např. pohyb, tanec, dramatizaci příběhu, malování na hudbu apod.

volnou improvizaci nebo o seberealizaci (s terapeutickým cílem) na různém stupni klavírní hry

- **hraje klient a terapeut** – společná hra, sledující různé terapeutické cíle; terapeut klienta doprovází, poskytuje mu fyzickou či psychickou podporu (např. při různých postiženích)
- **hrají dva klienti (příp. tři či více)** – součást různých sociálně-terapeutických cvičení, podporujících vytváření a upevňování vzájemných vztahů

6.5 Modely muzikoterapie využívající klavírní improvizaci nebo cílenou práci s některými složkami hudby

Klavírní improvizace představuje specifickou oblast muzikoterapie. Jakým způsobem je využívána, s jakým cílem a jakými prostředky je tohoto cíle dosahováno? Tyto otázky jsou pokládány v souvislosti s projektem klavírní terapie, jak bude popsán v II. části této práce. Hledání odpovědí na ně má proto i srovnávací charakter. Následující přehled vybraných modelů muzikoterapie, založené na klavírní improvizaci nebo cílené práci s některými složkami hudby, přináší ve zkratce stručný popis jejich způsobu práce.

6.5.1 Anthroposofická muzikoterapie a terapie zpěvem

Anthroposofická muzikoterapie sice nepracuje přímo s klavírní improvizací (pro poslechově zaměřená cvičení a terapie využívá jako hlavní nástroj lyru), avšak klavír zde není zavrhován – bývá používán spíše příležitostně, jako nástroj spíše objektivní, tj. všestranný a univerzální. V anthroposofické muzikoterapii je kladen důraz na vědomé zacházení s hudebními prvky a hudebními nástroji. To platí i pro terapii zpěvem, kde hlavním terapeutickým prostředkem není nástroj, ale hlas. Zde se požadavek vědomého zacházení týká kromě hudebních prvků i samohlásek a souhlásek, slučovaných do slabik za účelem jejich konkrétního působení na určitou oblast, již je potřeba terapeuticky ošetřit.

6.5.2 Kreativní muzikoterapie (Nordoff-Robbins)

Tento terapeutický model je na klavírní improvizaci založen. Při terapeutickém setkání spolupůsobí dva terapeuti – jeden se plně věnuje klientovi (nebo skupině klientů), pomáhá mu zapojit se hrou na různé hudební nástroje, vyjádřit se zpěvem či pohybem a druhý terapeut hraje po celou dobu setkání na klavír. Jeho improvizovaná hra reaguje na nejrůznější podněty

přicházející od klienta (mimika, gesta, pohyb, nálada, emoce, řeč, zpěv, hra na nástroje) a zároveň jej podněcuje k tvořivé interakci. Jde tu o vytváření podmínek k vzájemné komunikaci všech zúčastněných prostřednictvím hudebního dialogu. Na základě dlouhodobého pozorování videonahrávek pořizovaných v průběhu terapeutických setkání byla popsána řada fenoménů, od nichž se odvíjí terapeutická práce tohoto modelu. Terapeutické využití hudebních prvků má zde základ v těchto pozorováních.

6.5.3 Analytická muzikoterapie

Analytická muzikoterapie využívá klavírní improvizaci terapeuta a klienta (ten může hrát na libovolně vybraný nástroj a to i bez hudební účasti terapeuta). Cíle této improvizace bývají dosahovány různými prostředky, v závislosti na psychoanalytických a analytických východiscích, z nichž terapeut různou měrou vychází¹¹⁵.

Patří mezi ně **katarze**, umožňující uvolnit potlačované emoce, usměrnit je a zušlechtit (J. Alvin). K tomuto účelu se využívá práce s hudebními prvky a celkovým působením hudby.

Jiným prostředkem je **regrese** (H. Wills, R. Benenzon), tj. naladění se na aktuální stav klienta, jako na výchozí bod terapeutického procesu, z něhož se pak vývoj (tj. **progrese**) ubírá k vyšším stupňům (komunikace – integrace).

Další prostředek představuje **přenos** a **protipřenos** (M. Priestley). Podnětem k přenosu je zde (hudební) stimulace směřující k oživení nějakých pocitů, emocí, vztahů, situací apod. z dřívějšíka a jejich projekci na terapeuta (tj. terapeut vstupuje do role a stává se objektem, s nímž si klient víceméně nevědomě ztotožňuje své dřívější prožitky). Protipřenos je zde nástrojem sloužícím výhradně klientovi. Terapeut poukazuje na to, co v něm klientova reakce vyvolala a pomáhá mu tak lépe pochopit jaký vlastně je a jak působí na druhé. Toto poznání může být pro některé klienty důležité, a někteří z nich dokonce podvědomě tyto informace od terapeuta očekávají. Následně má klient možnost uvědomit si svoje chování, připustit si je a pracovat na jeho zušlechtění.

6.5.4 Receptivní muzikoterapie (Schwabe)

Tento klasický model, rozšířený v 70. – 80. letech i v bývalém Československu, představuje poslechově zaměřenou muzikoterapii, kdy klient (nebo klienti) naslouchají hudbě podle určitého terapeutického záměru. Hudba může být buď reprodukována nebo živě hraná

115 Srv. Zeleiová, 59, s. 66, 67 a Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 210 – 212

(především „vážná“ hudba). Muzikoterapeutická setkání mohou být skupinová nebo individuální. Podle terapeutického záměru se pak tento model člení na¹¹⁶ **individuální muzikoterapii komunikativní** (jejímž cílem je poslech hudby s následnou reflexí, tj. sdílením prožitků při hudbě) a **reaktivní** (jejímž cílem je umožnění emočního přeladění prostřednictvím katarze); **skupinovou muzikoterapii regulativní** (zaměřenou na ovlivnění emocí, myšlenek apod. a změnu chování), **reaktivní a dynamicky orientovanou** (zaměřenou na řešení vzájemných vztahů ve skupině).

6.5.5 FMT-metoda (Hjelm)

FMT-metoda je založena na společné hře terapeuta a klienta (*zde označovaného výrazem adept*). Terapeut hraje na klavír jednoduché melodické kódy a adept na sestavu bicích nástrojů. Nejprve se postupuje od jednodušších až po složitější rytmické varianty, s využitím celé sady bicích nástrojů. Důraz je kladen právě na rytmickou složku terapeutických cvičení, jejichž cílem je rozvíjet motoriku, kognitivní schopnosti, koncentraci a koordinaci končetin, v součinnosti s dalšími smyslovými funkcemi (tj. hmat, zrak, sluch). Tato metoda se často uplatňuje u poruch vývoje mozku (Downův syndrom, Tourettův syndrom, DMO, ADHD, ADD) a také při poškozeních mozku v následku mozkové příhody či po úrazu.

6.5.6 Improvizační muzikoterapie dospělých (Langdon)

Podstata tohoto muzikoterapeutického modelu spočívá v interakci mezi klientem a muzikoterapeutem, k níž dochází prostřednictvím různých improvizačních technik, jež klientovi umožňují na jedné straně získat sebezkušenost a na druhé straně mu pomáhají posilovat kognitivní a sociální dovednosti. Kromě hudební improvizace jsou zde důležitými prostředky i ticho, slova a pohyb. Ty se v průběhu terapeutického setkání využívají podle potřeby a konkrétní situace, např. od hudební improvizace je možno přejít k verbálnímu rozhovoru nebo opačně. Na hudbu je možno reagovat opět hudbou, na slova zase slovy a je také možno využít i ticho, především ve chvílích, kdy může být nejpůsobivějším terapeutickým prostředkem¹¹⁷.

116 Srv. Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 209

117 Srv. Kantor; Lipský; Weber a kol., 20, s. 219

6.5.7 Hlasová terapie (Barraqué)

Hlasová terapie využívá léčebných účinků hlasu k léčení a odstraňování psychosomatických potíží. Vychází z tradičních a osvědčených postupů různých kultur, opírá se také o výzkumy v oblasti působení zvuku na restrukturalizaci buněk, jeho účincích na energetický a endokrinní systém člověka, a vlivu na změněné stavy vědomí¹¹⁸. Na těchto základech je vypracován soubor terapeutických indikací, kde jednotlivým vokálům (hlásky nebo slabiky) odpovídá jejich terapeutické využití u konkrétních potíží. Jedná se o esotericky, léčebně zaměřený přístup, využívající působení zvuku na jemnější, energetické rovině¹¹⁹.

118 Srv. Barraqué 2, s. 188

119 Viz následující kapitola.

7 Člověk jako bio-psycho-socio-spirituální bytost

Teoretickou část této práce uzavírá kapitola zabývající se pohledem na člověka, tak jak bývá v současné době prezentován v pomáhajících profesích. Toto pojetí vychází především z existenciálně a humanisticky, tj. na člověka a jeho potřeby zaměřeného přístupu. Východiskem je zde člověk, jako jedinečná, myslící, cítící, prožívající, přející (si) a tvořící bytost, již byl dán do vínku velký tvořivý potenciál, jenž ovšem nebývá nebo nemůže být vždy z nejrůznějších důvodů správně vyžíván. Pomoc a řešení životních situací je založena na vnímání člověka jako bio-psycho-socio-spirituální bytosti, tedy člověka v jeho celistvosti.

Pohled na jednotlivé články tvořící celistvost lidské bytosti, čili na oblasti bio-psycho-sociální a spirituální může být různý, stejně jako jejich vymezení, poněvadž spektrum škol, institucí, poskytovatelů služeb, a jiných subjektů využívajících uvedený bio-psycho-socio-spirituální model ve své práci je vskutku rozmanité. Předností tohoto modelu je jeho univerzálnost, neboť může být využit v prostředí přísně vědeckém, kde jsou důležitá fakta a měřitelné údaje, stejně jako např. v prostředí esoterickém, kde se často pracuje s fenomény, současnými vědeckými metodami těžko měřitelnými. V přístupu zaměřeném na člověka je to nakonec on – člověk, kdo stojí v popředí zájmu, a jsou to jeho potřeby, jenž naplňují jednotlivé oblasti jeho bytosti obsahem.

7.1 Oblast bio

Tato oblast se týká fyzického těla a všeho, co s ním souvisí a co je vyživuje a oživuje, tedy jedná se i o oblast životních sil v esoterním smyslu, tj. o oblast jemnějších energií, spojovaných s takovými pojmy jako *čchi*, *meridiány*, *prána*¹²⁰, *čakry*¹²¹, *aura*¹²².

Z biologicko-medicínského pohledu je oblast fyzického těla dostatečně prozkoumána, avšak některé jevy s ním spojené se současnými vědeckými metodami nedají uspokojivě vysvětlit, i když na základě empirických zkušeností jsou využívány po staletí i tisíciletí.

Tak je to např. u akupunktury, jedné z pradávnych léčebných metod klasické čínské medicíny. Ta pracuje s neviditelnou životní energií *čchi* a harmonizuje její tok vpichováním jehel do neviditelných bodů na neviditelných drahách zvaných *meridiány*, procházejících

120 Prána – ze sánkrtu *dech*, to samé co *čchi*, tj. životní nebo absolutní energie.

121 Čakry – ze sánkrtu *kolo*, energetická centra v nichž se soustřeďuje prána.

122 Aura – energetické pole či obal vyzařující kolem lidského těla. Jedná se o souhrn vyzařování různé podstaty, vlastní také všem formám živé i neživé přírody (zvířata, rostliny, nerosty, atd.)

lidským tělem. Orientální filosofie o těchto neviditelných jevech hovoří naprosto samozřejmě: „*Čchi je prapůvodní hybná síla, která dává život lidskému organismu. Veškerá činnost našich orgánů se opírá o činnost čchi.*“ (Li-tchang, 29, s. 16).

Nebo na jiném místě: „*Čchi a krev proudí v drahách podobně jako voda teče kanály; když narazí na překážku (vzniklou z vnitřní nebo vnější příčiny), nemohou volně pokračovat ve svém toku, a z toho vzniká nemoc.*“ (Li-tchang, 29, s. 163).

O tom, že akupunktura je účinná, není pochyb. Kromě subjektivních vjemů a pocitů pacienta, lze provést různá fyziologická měření, podporující hypotézy o existenci akupunkturních bodů a drah, ale: „*V místech jejich průběhu se nenalezlo nic, co by nebylo i na jiných místech povrchu těla nebo v jeho větší hloubce. Žádný čtvrtý systém podle Kim-Bonghana nebyl prokázán. Přesto bylo zpracováno mnoho vědeckých prací o vlastnostech drah. Při vpichu nebo jiném podráždění AB¹²³ nemocný subjektivně udává šíření charakteristického pocitu (echa) převážně ve směru dráhy. V různých bodech dráhy byl měřen potenciál stejnosměrného proudu a bylo prokázáno, že je měřitelný a klesá ve směru dráhy.*“ (Marek, 30, s. 40).

Podobně jako v uvedeném příkladu akupunktury je to i v jiných oblastech, kde se fenomén jemnějších energií stává (třebas i bezděčně) každodenní skutečností – např. v lidovém léčitelství nebo i v muzikoterapii¹²⁴.

7.2 Oblast psycho

Tato oblast se týká emocí, pocitů, citů, nálad, prožívání, chování, myšlení, vnímání, poznávání – tedy všech psychických jevů a projevů, které mohou být vědomé i nevědomé. Mohou se zviditelňovat v chování, životních postojích nebo mohou být „*součástí nepozorovatelného vědomí jedince*“ (Vágnerová, 52, s. 9).

Oblast psychologická nebo též duševní je ve své podstatě ještě méně hmatatelná než projevy jemnější energie, spojované s fyzickým tělem. Řeč je tu o psyché, tedy o duši, avšak moderní věda tento výraz neužívá, stejně jako psychologie (tj. původně nauka o duši¹²⁵). Hovoří se o psychice a zkoumají se její projevy – existenci nesmrtelné duše a její podstatu se však vědeckými metodami prokázat a objasnit dosud nepodařilo. To, co je z duševního, čili psychického života pozorovatelné a měřitelné, se odráží v chování. Myšlenky a prožívání jsou

123 Tj. akupunkturního bodu

124 Viz kazuistiky – kapitola 9.4

125 Srv. Vágnerová, 52, s. 9

však považovány za subjektivní a tudíž i za obtížně uchopitelné. Ví se o nich, že jsou, že se projevují a působí, ovlivňují chování a dokonce i zdravotní stav člověka, ale to je vše. Duše je pro moderní vědu a materialistický vědecký přístup záhada.

7.3 Oblast socio

Tato oblast souvisí s rozmanitými vztahy člověka – k sobě samému, k druhým, k prostředí v němž žije. Souvisí s postoji, které zaujímá, s komunikací, s postavením a rolemi, v nichž se jako společenská bytost ocitá.

Pozemský člověk, jako osobnost představující ve své celistvosti bio-psycho-socio-spirituální bytost, je celým svým bytím vystaven nepřetržité řadě situací na něž musí určitým způsobem reagovat. Narozením do tohoto světa se učí rozeznávat a poznávat vše, s čímž přichází do kontaktu – lidi, zvířata, rostliny, předměty, prostředí v němž žije, postoje a zvyky lidí a jejich řeč. Učí se v tom všem orientovat a přizpůsobit se daným podmínkám. Učí se komunikovat s druhými, neboť jde také o jeho vlastní přežití. Tím vším sbírá zkušenosti a postupně si osvojuje určité dovednosti, rozvíjí osobní kompetence, jejichž prostřednictvím může naplňovat svoje životní potřeby. Také se učí poznávat sám sebe – své tělo a jeho možnosti, pocity na něho doléhající, city v něm ožívající.

Je to neustálý příval informací, na něž musí zareagovat, poznat, zda jsou pro jeho život prospěšné a využitelné, zaujmout k nim nějaký postoj, nalézt k nim odpovídající vztah. Je to děj neustálého hledání rovnováhy, harmonie. Je to vzájemná polarita vztahů mezi dáváním a bráním, výdechem a nádechem, činností a odpočinkem, dnem a nocí, světlem a tmou, atd.

Když člověk nerozumí sám sobě, pak je porušena rovnováha v něm samém, tedy mezi některými složkami jeho bytosti. Když člověk nerozumí druhým nebo situacím s nimiž přichází do styku, pak je porušena rovnováha mezi ním a vnějším světem. Dochází k nedorozuměním, konfrontacím, hádkám, konfliktům, těžkým krizím, násilí či válkám. Cíle různých terapií, včetně muzikoterapie, se často zaměřují právě na tuto oblast.

7.4 Oblast spirituální

Tato oblast souvisí s tím, co dělá člověka skutečným člověkem a odlišuje jej od ostatních tvorů. Je to oblast hledání smyslu života, spravedlnosti, pravdy, Boha, odpovědi na důležité životní otázky.

Ve své podstatě je to oblast velmi osobní a niterná. Člověk je podroben zákonům, jenž

určují jeho osud. Tyto zákony však nejsou totožné s těmi, které ustanovili lidé. S jakými tedy? S těmi samými, jimiž se řídí veškerý vznik, formování, běh, zánik i proměna celého viditelného i neviditelného vesmíru – jinými slovy, jedná se o zákony pronikající celým stvořením. Jsou dokonalým a spravedlivým projevem Boží vůle. Poznávat je lze na každém kroku, tedy i ve všem, co se zde projevuje viditelným způsobem. Hudební zákonitosti, o nichž zde bylo na mnoha místech pojednáno, jsou těmto zákonům také podrobeny, jsou tedy jejich zrcadlením.

Je možno o těchto věcech kohokoliv přesvědčovat? Je možno kohokoliv od nich zrazovat?

Pokud člověk nemá správný vztah k této oblasti své bytosti, pokud ji v sobě potlačuje, přehlíží, neuznává, bojí se jí apod., žádné přesvědčování nepomůže. Pokud v sobě člověk nese světlo živého přesvědčení, nic jej nemůže naopak odradit. Ovšem na obou stranách se může vyskytnout slepé následování a fanatismus (což je v protikladu s živým přesvědčením, které se utváří na základě otevřeného, avšak objektivního a věcného přístupu ke všem skutečnostem), a tak se spiritualní oblast dotýká i těchto záležitostí, neboť ty nakonec významně zasahují do oblastí bio-psycho-socio a formují osobnost člověka.

Různorodé ideologie – ať duchovního nebo materialistického rázu – se snaží ovlivnit člověka právě v této, tj. spirituální oblasti jeho osobnosti. Která je správná a která ne? Která v člověku zotročuje a potlačuje jeho individualitu, jeho ducha, jeho svobodnou vůli a vlastní odpovědnost za jeho konání? Má kterákoliv z nich právo stavět se do role prostředníka mezi ním a Bohem a stavět se do role svrchované autority, nebo tvrdit, že Bůh neexistuje a určovat tak, co je správné a co nikoliv?

To jsou jistě provokativní otázky. Každého člověka však zcela zákonitě potkává jeho vlastní osud. Je zrcadlením toho, jak se člověk **sám osobně** staví k oněm zákonům, působícím v celém stvoření. Dává mu najevo, zda je respektuje či nikoliv. Dává mu nesčetné možnosti, aby jej poznal, aby vůbec poznal ony zákony a mohl podle nich žít. **Kdo je chce skutečně poznat, zcela určitě je pozná; kdo ne, musí jejich účinky pocítit sám na sobě** – než přijde k poznání, mnohdy i dost bolestivou cestou. Dnešní nelehká doba dává jistě mnoho podnětů i příležitostí k hledání odpovědí na vážné životní otázky, k probuzení opravdové spirituality.

Je-li pohled na člověka zúžen jen na bio-psycho-sociální oblast, nemůže být obraz o člověku úplný. Teprve přijetím spirituální oblasti jako skutečnosti, lze objasnit záhadu

lidského osudu. Ten se různou měrou zrcadlí ve všech člancích lidské bytosti. Vždy však zcela zákonitě. Některé diagnostické metody užívané i v muzikoterapii z těchto zákonitostí vycházejí.

II. část

8 Využití klavírní improvizace v muzikoterapii

Tato část práce vychází z několikaletých zkušeností v oblasti muzikoterapeutické praxe, kde klavír různou formou hojně využívám. Od roku 2001 praktikuji muzikoterapii převážně u lidí s mentálním a kombinovaným postižením v zařízení pro osoby se zdravotním postižením¹²⁶.

8.1 Charakteristika cílové skupiny

Klientelu tvoří dospělí muži s mentální retardací různé úrovně a s různou mírou přidružených chorobných stavů¹²⁷ (*autismus, Downův syndrom, epilepsie, tělesné postižení, poruchy řeči, motoriky, chování aj.*). Někteří klienti (*jinak též uživatelé muzikoterapie, v obecnější rovině bez konkrétního vztahu k poskytovaným službám pak obyvatelé Domova*) vůbec nemluví a téměř se hlasově neprojevují; u ostatních je různou měrou přítomna porucha řeči. U několika klientů se vyskytuje smyslové postižení (*hluchota – 2 klienti, slepota – 1 klient, hluchoslepota – 1 klient*). Častým jevem jsou u některých klientů problémy až poruchy chování a emocí¹²⁸.

Uživatele muzikoterapie tvoří 2 skupiny klientů. Do 1. skupiny lze zařadit soběstačnější obyvatele Domova, z nichž většina je schopná alespoň částečné verbální komunikace a úroveň jejich sebeobslužných a sociálních dovedností jim umožňuje pestřejší zapojení se do volnočasových a sociálně-terapeutických aktivit (*sociálně-terapeutické dílny, vzdělávání, kultura, sport, duchovní život, podpora chráněného zaměstnání a bydlení, atd.*). Do 2. skupiny patří obyvatelé, jejichž zdravotní stav je oproti předchozí skupině více či méně znevýhodňuje. Mentální retardace u těchto obyvatel dosahuje těžší úrovně a závažněji se projevují i přidružené zdravotní problémy, především tělesné postižení a omezené sebeobslužné, kognitivní a sociální dovednosti. Přestože je všem obyvatelům Domova v rámci možností poskytována komprehenzivní péče, bývá zapojení takto znevýhodněných obyvatel do nějakých aktivit dosti problematické. Kromě tělesné a sebeobslužné rehabilitace bývá právě muzikoterapie jednou z mála dostupných aktivit, jichž mohou využívat. Do této

126 Domov Maxov viz WWW: <<http://www.domovmaxov.eu>>.

127 Srv. *Mentální retardace* [online]. Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů. V. kapitola – Poruchy duševní a poruchy chování (F00-F99). Dostupná z WWW: <<http://www.uzis.cz/cz/mkn/F70-F79.html>>.

128 Srv. *Poruchy chování a emocí se začátkem obvykle v dětství a v dospívání* [online]. Mezinárodní statistická klasifikace nemocí a přidružených zdravotních problémů. V. kapitola – Poruchy duševní a poruchy chování (F00-F99). Dostupná z WWW: <<http://www.uzis.cz/cz/mkn/F90-F98.html>>.

skupiny lze zařadit i obyvatele s problémy až poruchami chování a emocí, kteří se společných aktivit straní, projevují se vzdorovitě, agresivně, úzkostně, nekomunikativně, sebepoškozujícími tendencemi apod.

Zhruba 23 obyvatelům je poskytována individuální forma muzikoterapie. Skupinových setkávání, jež jsou zaměřena i jako volnočasové a sociálně-terapeutické aktivity s volnou přístupností všem zájemcům z řad obyvatel Domova (tzn. nízkoprahově), se ve 3 různých programech účastní celkem asi 40 obyvatel, tj. zhruba asi 2/3 z celkového počtu obyvatel Domova. Některá z forem muzikoterapie je tedy poskytována celkem asi 45 obyvatelům¹²⁹. Aktivních je přitom asi necelá polovina, ostatní se do programu přímo nezapojují. Věkový průměr obyvatel Domova je asi kolem 40 let, u nichž převažuje střední až těžka mentální retardace.

8.2 Způsoby terapeutické práce s cílovou skupinou

Při sestavování programů muzikoterapeutických setkání (skupinových) se nám příliš neosvědčily činnosti zaměřené primárně reedukačně, tj. zacílené na procvičování a prohlubování kognitivních schopností (*např. koordinace a motorika končetin, paměť, koncentrace, rozpoznávání, vnímání*). Mnohem lepších výsledků se daří dosahovat při strukturovaných improvizčních činnostech, kde jde v první řadě o prožitek společného setkávání a prohlubování vzájemných vztahů.

Komunikačním prostředkem prvořadého významu je zde píseň a práce s ní. Píseň zahajuje a končí naše setkávání a každý klient již ví, která je ta „naše úvodní“ a všichni bezpečně poznají konec setkání podle závěrečné písně. Lze říci, že minimálně tyto dvě písně přispívají k lepší orientaci klientů ve struktuře setkání, a to nejen těch s poruchou autistického spektra. Tyto písně obsahují i určité emocionální poselství, klienty vřele přijímané, takže prostřednictvím tohoto působení se obě písně stávají jejich důvěrnějším „vlastnictvím“ a mnohem lépe si pamatují jak je, tak i doprovodné činnosti, které s nimi mají spojené¹³⁰. Písně se ovšem nesou celým setkáním. Jednak společně zpívané, což oživuje a posiluje skupinovou

129 Pozn. mnozí obyvatelé se účastní individuální muzikoterapie i skupinových setkávání.

130 Pozn. ukázkovým příkladem je projev jednoho klienta v písni „Čížečku, čížečku, ptáčku maličký“, kdy pohyby znázorňuje události, jež píseň popisuje. Přestože je nevidomý, podobným způsobem doprovází i další písně, z nichž většinu se naučil již před mnoha lety. Lze pozorovat, že na stejných místech v písni používá i stejná gesta, s čehož lze odvodit, že má tyto informace uloženy v procedurální paměti. Podobné projevy lze pozorovat i u některých dalších klientů, mezi něž patří i některé jejich stejně se opakující reakce na stejných místech určitých skladeb (tedy nejen písní) bývající spíše asociativní povahy, tzn., že mají pro daného klienta zvláštní emocionální význam.

dynamiku a jednak zpívané sólově, kdy některý z klientů přijde ke klavíru a zpívá před ostatními, což je oblíbená a motivující činnost. Dostane se přitom i na ty klienty, kteří v rámci svých možností dokáží text písně jen dozpívat závěrečnou slabikou některých slov nebo jej doprovází různými zvukomalebnými zvuky. Jeden výrazně tvořivý klient s poruchou řeči využívá kreativní zpěv různých vokálů, doplněných mimikou, gesty a pohybem k vyjádření příběhu, o němž má evidentně zcela jasnou představu, což nám ostatním muze sdělit převážně právě jen prostředky uměleckých terapií. Dalšími oblíbenými činnostmi je poznávání předehrávaných písní, píseň na přání apod.

Lze tedy říci, že rozvoj kognitivních schopností zde i tak probíhá, avšak ne prvoplánově.

8.3 Využití hudebních nástrojů a klavíru

Využití hudebních nástrojů při zpěvu písní je ze strany klientů spíše zaměřeno na rytmické nástroje a nebývá nějak koordinováno, tj. nepracujeme s nimi až na výjimky cíleně. Zájem o ně jeví převážně klienti s relativně dobrým rytmickým cítěním. Klienti hrající na nějaký melodický nástroj se však do společného muzicírování mohou zapojit, pokud to jejich možnosti a technické možnosti nástroje umožňují.

Hlavním nástrojem, který celé setkání svými rozmanitými možnostmi provází je klavír, resp. piano. Obstarává doprovod zpěvu písní nebo instrumentálních skladeb, které hrají někteří klienti na melodické nástroje (tj. na zobcovou flétnu, foukací harmoniku a také na samotný klavír nebo klávesy). Dále zde klavír využívám k různým improvizovaným instrumentálním vsuvkám, sloužícím k dílčímu strukturování setkání; při společné improvizaci s oním tvořivým klientem, kdy ze vzájemné interakce (kreativní zpěv + klavírní improvizace) vzniká hudebně-dramatický příběh; nebo při hře písní či skladeb na přání.

Poněvadž se jedná – jak jsem se již zmínil – o piano, postavené zády (tj. rezonanční deskou) do prostoru, mohu k němu posadit i klienty se sluchovým postižením a zpřístupnit jim alespoň takto zážitek ze společného hudebního setkání. Klient, jehož se to konkrétně týká má navíc kombinované smyslové postižení (hluchoslepota). Je ovšem výrazně muzikální, umí naprosto dokonale zacházet s hudebními nástroji (*gesta, držení a způsob hry na nástroj, včetně např. nanášení kalafuny na žíně smyčce*) a jeho odezvy na somatický poslech (*tj. vnímaný celým tělem*) jsou mnohdy překvapující¹³¹.

131 O tom více později.

Kromě skupinových muzikoterapeutických činností využívám klavír v individuální muzikoterapii, a to v podstatě všemi způsoby uvedenými v kapitole 6.3.2. Praktické provedení těchto muzikoterapeutických technik bylo již částečně popsáno výše, neboť i ve skupinové muzikoterapii se využívají prvky individuální podpory klienta, uplatňované ovšem právě v prostředí skupinového klimatu, což pro klienta (klienty vzájemně) představuje jinou zkušenost.

Z využívaných technik v rámci **produktivní individuální muzikoterapie** uvedu ještě praktické provádění společné hry klienta a terapeuta. Zde se věnuji několika různým klientům, u nichž stupeň psycho-fyzické podpory při hře bývá rozdílný:

- 1. klient** – hudebně velmi nadaný, hraje na foukací harmoniku a pravidelně se hudebně zúčastňuje různých společenských akcí. Kromě střední mentální retardace má smyslové postižení, jímž je slepota. Na klavír hraje ukazováčkem pravé nebo levé ruky, přičemž oba prsty zapojuje jen při volných improvizacích. Jinak v průběhu hry nějaké písně prsty většinou nestřídá. Orientace na klaviatuře je v důsledku zrakového postižení ztížena. Klient se orientuje podle sluchu a dokáže bezpečně najít počáteční tón dané písně, tak aby mohl využít hru na bílých klávesách, což je pro něho dostupnější. Má také dobré tonální citění a podle předebraných akordů určité písně se dokáže bezpečně do její tóniny „trefit“, tj. stupňovitým přehráním několika tónů nalézt ten správný. Podpora tohoto klienta spočívá ve vedení jeho prstů, při nácviku nové písně, především v obtížnějších místech, kde melodie neplyne stupňovitě, ale ve větších skocích. Systematický nácvik je však obtížný, klient je spíše improvizací, vynalézavé povahy a někdy se u něho projevují znaky snížené sluchové percepce, tj. nenaslouchá a ignoruje požadavek pomlky v mezihře (častěji hraje na foukací harmoniku) nebo hraje tvrdošíjně v jiné tónině, tj. na jinou harmoniku, aniž by si vzal či požádal o tu správnou.
- 2. klient** – jeho doménou je hra na zobcovou flétnu, s níž se podobně jako 1. klient zúčastňuje nejrůznějších vystoupení. To je pro jeho osobnostní rozvoj a začlenění do běžného života velmi důležité, neboť je velmi společenský, přátelský, pozoruhodně galantní k ženám a příležitosti ke komunikaci vyhledává, přestože působí poněkud nesměle a verbální vyjadřování mu činí jisté potíže. Komunikaci s publikem přes

hudební nástroj si dovede patřičně užít a ocenit, takže mu otvírá dveře k srdcím druhých lidí aniž by musel užívat slova. Tento klient má lehkou mentální retardaci a Downův syndrom. Dobře tančí, avšak dodržování rytmu při hře na nástroj není jeho silnou stránkou a potřebuje oporu klavírního doprovodu s jasnou melodickou linkou. Doprovod akordickou hrou na kytaru se ukázal jako nedostatečný. Lze zde pozorovat jistou souvislost mezi verbálním vyjadřováním, kdy klient obtížně hledá slova, což se projevuje ve hře na nástroj, když zapomíná některé hmaty, obtížně si je vybavuje a někdy se hůře orientuje ve struktuře písni. Delší soustředění a myšlení jej unavuje a vede k frustraci a nezdarům ve hře. Hru na klavír využíváme jako příležitostné odreagování. Tehdy klient na klavír volně improvizuje a já se připojuji hrou na zobcovou flétnu. Klientova hra bývá rytmicky rozvolněná, spíše harmonické povahy (myšleno akordicky), bez jasné melodické linky a působí spíše relaxačně. Nelze však říci, že by byla zcela atonální, ametrická a atematická. Znaky určité strukturalizace a hierarchičnosti nepostrádá. Důležité však je, že tato společná hra klienta naplňuje (klient se při ní seberealizuje), motivuje, pomáhá utužovat vzájemný vztah a přináší mu radost.

- 3. klient** – je druhým nejstarším obyvatelem Domova. V Domově vyrůstal od jeho vzniku, avšak pak žil řadu let v jiném ústavu sociální péče a do Domova se vrátil teprve asi před 3 lety. Je velmi muzikální, má velký přehled o dění v běžném životě, pamatuje si spoustu událostí, které ve svém životě prožil. Hraje na klavír nebo klávesy. Při hře používá obě ruce a všechny prsty a hraje v různých tóninách. Má-li k dispozici mikrofon (např. při různých společenských akcích), dokáže své vystoupení pohotově konferovat. Tvrdí, že na klavír hraje od dětství, avšak v předchozím zařízení kde dlouhá léta žil, neměl mnoho příležitostí k rozvoji a seberealizaci. Nyní se k jeho věku přidružují různé zdravotní potíže, takže i hra na nástroj je poněkud omezenější. Levá ruka je méně pohyblivá, což se projevuje v těžkopádnějším akordickém doprovodu melodické linky, hrané pravou rukou. Při společné hře – ať už na klavír nebo na klavír a klávesy – pomáhám klientovi obstarat doprovod a nechávám jej hrát melodii, což přispívá k dobrému výsledku. Klient toto společné hraní dokáže ocenit, seberealizuje se při něm, vystupuje jako rovnocenný hudební partner, což je pro jeho osobnostní rozvoj motivujícím poznáním. Radost je v tomto případě oboustranná.

4. **klient** – muž se střední mentální retardací (blíže k těžší) a problémy chování. Nemluví, ale často se hlasově projevuje, v rozrušení i velmi hlasitě. Pokud je aktivní, chodí po prostoru a hledá něco k jídlu, v rozrušení kromě zvukových projevů luská prsty, bouchá pěstí do stěn, stolu, předmětů i lidí, nebo k bouchání používá vlastní hlavu. Muzikoterapeutická práce s tímto klientem se jeví jako velmi problematická. Komunikačním prostředkem je jeho oblíbená píseň (Andulko, mé dítě), která dovede vzbudit jeho zájem, ovšem ne vždy a ne na dlouho. Jednou z metod práce s tímto klientem je i společná hra na klavír, kdy pravou rukou vedu jeho prst a vyťukáváme melodii oblíbených písní a levou rukou hraju jednoduchý doprovod. Tato činnost se mu líbí, což dává najevo úsměvem a překvapivě snadno se nechá vést po klávesách. Ovšem vydrží jen krátce a ne vždy lze tuto metodu využít.
5. **klient** – muž s lehkou mentální retardací a poruchou autistického spektra. Když chce, dovede být velmi komunikativní. Ocitne-li se v prostředí neznámých lidí, ožívá, obchází jednoho po druhém a ptá se každého na jméno (křestní i příjmení). Jinak je většinou pasivní a do jakýchkoliv činností se zapojuje většinou až po několikeré výzvě. Na jednoduché otázky odpovídá většinou až po důrazné domluvě. Jeho hra na klavír byla zpočátku terapeutickým cvičením, při němž měl zahrát vzestupně a sestupně všechny tóny na bílých klávesách. Tuto činnost však vykonával mechanicky, bez vnitřní účasti. Jeho schopnosti jsou však větší – nedávno se velice snadno naučil hrát píseň „Kočka leze dírou“, na požádání ji zahraje a zazpívá. Doprovázím jej hrou akordů. Terapeutickým cílem zde není ovšem hra sama, ale komunikace, motivace a spolupráce.

Další možnosti využití klavíru se naskýtají při **individuální muzikoterapii receptivní**. Ta je poskytována převážně těm klientům, kteří se nechtějí nebo nemohou účastnit aktivní muzikoterapie. Většinou se jedná o klienty s obtížemi v komunikaci nebo k mentální retardaci přidruženými problémy chování. Receptivní muzikoterapie se zde jeví jako jedna z mála možností navázání terapeutického vztahu. Ne vždy k dosažení tohoto cíle využívám klavír¹³², především u klientů upoutaných na lůžko nebo u těch, kteří se zpočátku zdráhají opustit svoji domácnost a také u těch, kterým zvuk klavíru není příjemný. Zde volím spíše

132 Porovnání bude uvedeno v příslušné kapitole.

kytaru, kantele¹³³, tenorovou zobcovou flétnu, altovou zvonkohru (metalofon), případně jiné (zvukomalebné) nástroje. Někteří klienti však evidentně klavír kladně přijímají a také z pohledu zvoleného terapeutického cíle se jeví jeho využití u těchto klientů jako opodstatněné. Uvádím tedy několik příkladů využití klavíru v rámci **receptivní individuální muzikoterapie**, ve všech případech se jedná o metodu klavírní improvizace:

6. klient – tento muž se držel vždy v ústraní a o žádné hudební činnosti nejevil zájem, kontakt s nástroji odmítal a nabízené nástroje rychle odkládal (odkládá). Do muzikoterapie byl doporučen sestrou z ambulance, poněvadž ta s tímto obyvatelem měla mimo jiné i pozitivní hudební zkušenost, kdy kladně přijímal její hru na klavír. V rámci úvodního setkání, kdy jsem mu hrál na klavír se nám podařilo navázat vztah, což se projevilo v závěru setkání, kdy mi sám od sebe podal ruku, což se do té doby nikdy nestalo. V průběhu dalších setkání docházelo někdy k zajímavé situaci, kdy mi bez zjevné příčiny zavíral klavír v průběhu hry (později to ustalo). Lze to přičítat celkovému vnitřnímu ladění klienta. Kromě střední mentální retardace (blíže k těžší) a spasticidy horních končetin se u něho projevují neurotické obtíže – napětí, neklid, úzkost. Mezi jeho nápadné projevy chování patří časté vstávání a usedání, změna mimiky (grimasy), chvilkové přitažení horních končetin se zařatými pěstmi více k tělu, provázené celkovým napnutím horní části těla. Ruce má stále v pěsti, otočené k hrudníku a používá je jen v nezbytných sebeobslužných situacích. Nemluví, je-li neklidný vydá ojedinelý neartikulovaný zvuk. Z nabízených nástrojů se teprve nedávno (téměř po 4 letech muzikoterapeutické intervence) osmělil ke hře na kantele („hlazení“, tj. přejíždění prsty po strunách), ostatní nástroje i nadále odmítá. Cíl receptivní muzikoterapie je tedy zřejmý – prostřednictvím klavírní improvizace působit relaxačně a anxioalgolyticky¹³⁴.

7. klient – výrazně muzikální muž se střední mentální retardací (blíže k lehčí) a hluchoslepotou, o němž jsem se již zmínil v úvodu této podkapitoly. Prostřednictvím poslechu za zády (tj. zády k „zádům“ klavíru) a klavírní improvizace je mu umožněn

¹³³ Strunný nástroj podobný citeře, hojně využívaný především v anthroposoficky orientované muzikoterapii. Blíže o tomto nástroji píše např. Beníčková (1, s. 17 – 19, 80 – 82) a uvádí některá muzikoterapeutická cvičení.

¹³⁴ Anxiozní – úzkostný, algo – bolest, bolestivý, -lytický (lysis – z řečtiny) – vedoucí k rozpouštění; Anxioalgolytická hudba – hudba odstraňující nebo zmírňující úzkost, strach z bolesti. Více o této hudbě: Kantor, Lipský, Weber a kol. (15, s. 59 – 61, 145) nebo Wigram, Pedersen, Bonde (40, s. 144, 145).

somatický poslech. Často se dotýká rezonanční desky klavíru a celkem dobře reaguje na průběh improvizované hudby. To se netýká jen rytmických a dynamických pasáží, ale i poměrně tichých a rezonančně málo pronikavých zvuků. Někdy si vyťukává rytmus na opěradlo židle, brouká si nebo znázorňuje plynutí hudby plynulými gesty. Rád se zapojuje, dobře komunikuje, získává nové zkušenosti a potřebuje být stále aktivní. Když se nenaplní jeho představy, bývá velmi rozladěn, takže cílem klavírní improvizace bývá i emoční přeladění. Za to, že využívám kantele i klavír také rezonačním způsobem, vděčím právě tomuto klientovi – byl prvním, s kým jsem tyto možnosti začal využívat a rozvíjet.

8. **klient** – muž, nezapojující se do žádných společných aktivit, byl doporučen do individuální muzikoterapie asi před 4 lety. Vedle neurčené mentální retardace a poruchy autistického spektra se u něho projevují poruchy chování s agresivními a sebepoškozujícími tendencemi. Někdy bývá navíc vzdorovitý a jeho chování se těžko udržuje v přijatelných mezích. Osvědčenou strategií bývá direktivní přístup, jenž klientovi poskytuje bezpečné hranice, omezuje neúčelné vzorce chování a je pomocí před stupňujícím se neklidem, dříve než propukne v záchvat zuřivosti. Ovšem je potřeba tuto intervenci empaticky zvážit, poněvadž v jiných případech může tento přístup naopak záchvatovou reakci spustit. Někdy totiž klidný a vstřícný přístup pomáhá klienta zklidnit. V užití uvedených strategií nelze stanovit žádné pravidlo, vše záleží na pozorování a osobních zkušenostech. Práce s tímto klientem je často psychicky velmi náročná, avšak vyznačuje se prohlubujícím se vzájemným vztahem a mírným rozvojem. V počátcích byla při muzikoterapeutických setkáních přítomna jeho asistenta, po několika týdnech už to však nebylo třeba. Neustálá však byla naše vzájemná konzultace a s psychologkou, která mě motivovala k další práci s tímto vzdorujícím klientem. Díky tomu dochází do muzikoterapie i nadále. Je mu poskytována pouze receptivní individuální muzikoterapie. Klavírní improvizace s cílem zklidnění, relaxace a emočního přeladění se osvědčuje. Klient je poslední dobou klidnější a lépe spolupracuje.
9. **klient** – muž se střední mentální retardací (a přidruženou epilepsií?). Nemluví, avšak hlasově se příležitostně projevuje (smích, různé citoslovce, melodické pobrukování).

Jeho nejoblíbenější činností je poslech hudby, jehož se v domácnosti často dožaduje i násilím. Do individuální muzikoterapie byl přijat před 4 lety. Ze všech muzikoterapeutických činností jej nejvíce naplňuje poslechově zaměřený program. Přestože dokáže být vzdorovitý až agresivní při vyžadování a dosahování svých potřeb, docházku do muzikoterapie neodmítá ani když má zrovna puštěnou hudbu na CD a musí ji tedy přerušit. Živě hrané hudbě založené na vzájemném kontaktu dává přesto přednost. Poslech hudby prožívá emocionálně, někdy reaguje úsměvem či smíchem. Nikdy se neposadí, prakticky neustále točí trupem ze strany na stranu (nejen při muzikoterapii)¹³⁵; zajímavě reaguje v pasážích některých známých skladeb a někdy i při improvizaci – tančí, doprovází je gymnastickými cviky, poskoky, již zmíněnými hlasovými projevy apod. Klavírní improvizace musí být v případě tohoto klienta vhodně strukturovaná a fázově-specifická, aby se předešlo epileptickým záchvatům (pokud se v jeho případě o epilepsii skutečně jedná) a dalším situacím, vedoucím k nepřiměřené aktivizaci (jisté riziko, že by mohl upadnout a zranit se nebo by v krajním případě mohla tato aktivizace vyústit v nezvládnutelný afekt nebo afektivní raptus, což je sice méně pravděpodobné, ale vyloučit to nelze).

10. klient – muž s těžkou mentální retardací (blíže k střední) a přidruženou kvadruparézou (nekoordinovaná pohyblivost končetin) a stabilizovanou poruchou štítné žlázy. Také se u něho projevují určité problémy chování – při neklidu se bije do obličeje, zavírá opakovaně dvěře nebo s nimi prudce bouchne. Nemluví, avšak v určitých emocionálních situacích se hlasově projevuje. Rozumí všemu. Tento klient má velice rád hudbu a reaguje na ní velmi citlivě. Zapojuje se do všech hudebních činností, je rád, když se někdo věnuje jenom jemu. Individuální muzikoterapie je mu poskytována 4 roky. I když rád používá hudební nástroje, nejvíce jej naplňuje poslechově zaměřená receptivní muzikoterapie. Při tom u něho často dochází ke katarzi (psycho-fyzickému uvolnění) a emočnímu přeladění. V rozvoji klavírní improvizace je mi velkým zdrojem inspirace a poznání a lze říci, že předkládaný projekt „Klavírní terapie“ se odvíjel z velké míry především v terapeutické práci právě s tímto klientem.

¹³⁵ Nejedná se ovšem o mimovolné pohyby, tj. dyskinézi. Někdy se u něho objevují záškuby hlavy, (vypadající jako mimovolné), domníval jsem se, zda nešlo o projev epilepsie, avšak tato domněnka nebyla potvrzena, přestože v jeho anamnéze z dřívějších let byly právě tyto pohyby, vyskytující se denně, za epilepsii považovány.

9 Projekt „Klavírní terapie“

Předkládaný projekt „Klavírní terapie“ se nezrodil v jednom okamžiku a není dílem jednoho jediného nápadu. Stojí za ním mnoholeté hledání hudebních zákonitostí, pozorné naslouchání a objevování hudebních archetypů, prostřednictvím nichž se hudba stává tak působivým uměním. Studium hudebně teoretických předmětů (harmonie, kontrapunkt, dějiny hudby, kompozice aj.) mi zpočátku mělo pomoci orientovat se ve světě hudby tak, abych byl schopen uplatnit získané poznatky při skládání hudby.

Velkým zdrojem inspirace – i když zdaleka ne jediným – mi při tom bylo a stále je hudebně teoretické dílo Leoše Janáčka. Nejde tu ovšem o jeho hudbu samotnou, jež je na něm vystavěna. Tím nejdůležitějším je pohled na složky hudby, v nichž je možno spatřovat něco víc než jen tóny a ticho, měnící se přepisem do notového systému v nehybně zkamenělou materii not a pauz, s nimiž se pak studenti učí pracovat sice podle staletými zažitých pravidel, avšak většinou mechanicky a nevědomě, bez hlubšího pochopení. Janáčkův tvůrčí duch jde dále – hledá to skryté a chce se dopídit podstaty působivosti hudby, přičemž podnět k hledání dává i druhým.

Soubor prostředků, s nimiž hudba pracuje; škála prvků, díky nimž ožívá a tak či onak působí, představuje obrovský balík jevů, jimž je ovšem i při vši té rozmanitosti společná dokonalá zákonitost. Tak se z pouhých 12 tónů naší evropské tónové soustavy formují pod tlakem oněch kosmických zákonitostí takové hudební útvary, nad jejichž možnostmi a nekonečností jejich proměn se tají dech, podobně jako při pohledu na noční oblohu, posetou miliardami zářících hvězd. To vše – nebo lépe řečeno ani něco málo z toho – nelze vstřebat během několika chvil. Je však možno do tohoto světa jevů trvalým úsilím pozvolna pronikat.

Za klavírní terapií tak stojí první neumělé pokusy o „muzikoterapii“ nejprve s reprodukovanou hudbou a později stále více s hudbou „živou“, hranou v rámci poslechově zaměřených programů zpočátku na kytaru, zobcovou flétnu, a až později i na další nástroje, mimo jiné tedy i na klavír. Teprve tehdy se počala škála prostředků rozvíjet a v klavírní improvizaci jsem začal využívat poněkud systematictěji, k čemuž mě nepřímo vedli (a vedou) i klienti samotní. Ale až studium muzikoterapie, jehož završením je tato práce, mi pomohlo ujasnit si mnohé zásady, důležité pro cílenou terapeutickou činnost a usadit tak klavírní improvizaci na pevnou základnu hudební terapie. S tím souvisí i hlubší zájem o studium dalších disciplín – především psychologie, psychologie umění a hudební psychologie. I zde

nacházím cenné informace, inspiraci a podněty k dalšímu rozvoji klavírní terapie. Některé informace také potvrzují mé domněnky, plynoucí z praktických zkušeností; v jiných nalézám upozornění a varování před omyly a hrubými přehmaty, jichž bych se mohl dopustit. To vše považuji za velmi důležité. Nemyslím si totiž, že mnou předkládaný projekt „Klavírní terapie“ přináší něco zcela nového. I když v zavedených modelech muzikoterapie se mi dosud nepodařilo najít přesně totéž, opírám se o základní principy a východiska terapeutické práce, jak je uvádím v kapitole 6, věnované muzikoterapii.

Ovšem celé to mnoholeté úsilí by bylo neúplné bez duchovního podnětu k hledání a pronikání do zákonů stvoření, zrcadlících se i v hudebních zákonitostech; bylo by neúplné bez poznávání sebe samého a překonávání vlastních slabostí a omylů, těžkých osudových okamžiků i beznaděje po řadě neúspěchů. Tato osobní biografie, nazývaná „Sebezkušenost“, dává klavírní terapii spirituální rozměr.

9.1 Popis projektu „Klavírní terapie“

9.1.1 Základní údaje

Jedná se o: improvizálně-aleatorní model receptivní muzikoterapie

založený na:

- vzájemné interakci mezi terapeutem, klientem (příp. klienty) a hudbou
- empatii, intuici, kreativitu a erudovanost terapeuta
- nedirektivním, na osobu zaměřeném přístupu
- individuální formě (příp. též párové nebo skupinové)

využívající:

- nápěvkovou metodu v práci s melodií, intervaly a rytmem
- principy afektové teorie
- cílenou práci s harmonií, tj. akordy
- vokalizaci (prvky hlasové terapie)
- hudební i verbální složku

za účelem:

- diagnostiky – poznání a sebepoznání klienta, jeho potřeb
- poradenství – podpora klienta v jeho osobnostním rozvoji
- terapie – zprostředkování síly, potřebné k vnitřní proměně

zaměřený na: dospívající a dospělé osoby – s handicapem i bez
usilující o:

- zdravý životní styl (wellness)
- sebepoznání, seberealizaci a osobnostní rozvoj
- nalezení vztahu – k sobě samému, k druhým, k životu
- nalezení smyslu života a východiska z těžkých životních situací

využitelný a kombinovatelný s:

- psychologickou biografii
- uměleckou tvořivostí, využívající principy a prvky uměleckých terapií
- psychoterapií
- logoterapií
- socioterapií aj.

9.1.2 Výklad

Pojmem **improvizačně-aleatorní** se rozumí klavírní improvizace terapeuta, která ovšem není zcela nahodilá, neboť pracuje cíleně s určitými prvky (především pak s harmonií), což celou hudební část terapeutického procesu pomáhá poměrně jasně strukturovat. Tyto prvky nebo-li složky hudby¹³⁶ jsou v podobě více či méně předpřipravených „prefabrikátů“ (tj. bloků hudby) volně k dispozici a lze je různě skládat, kombinovat, variovat, inovovat atd. (tj. využívat aleatorním způsobem¹³⁷). K tomu dochází na základě procesualnosti terapeutického setkání (tj. v závislosti na dynamice setkání), na niž terapeut svoji hrou reaguje, což od něho ovšem vyžaduje značnou dávku empatie, intuice i hudebních zkušeností, poněvadž se jedná o část neverbální. Hudební reakce vychází ze zákonitostí výstavby hudebního díla, tj. z tektonických principů¹³⁸. Poněvadž zmíněné principy mají psychologickou podstatu, stejně jako procesualnost terapeutického setkání, lze na jejich základně hudebními prostředky poměrně věrně kopírovat probíhající dění.

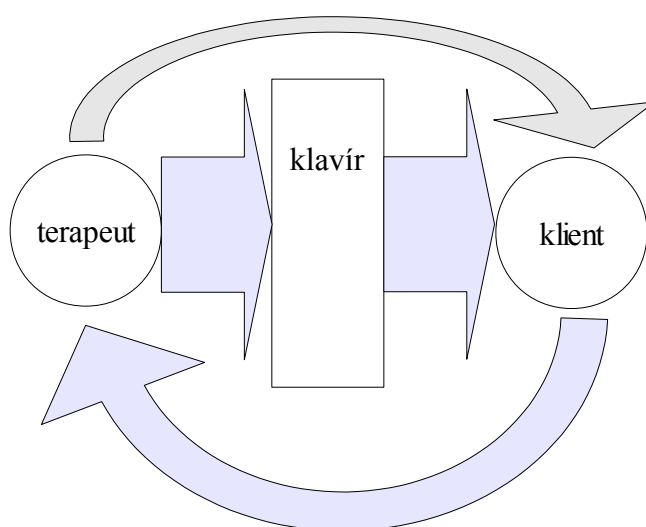
136 Lze je hierarchicky seřadit podle stupně organizovanosti následovně: zvuk, tón x ticho, pomlka – souzvuk (dvoj-, troj-, vícezvuk, tj. intervaly a akordy, příp. klastry) – spoje souzvuků – motiv (skladebný impuls, drobný nápěvek, potažmo afekt) – téma (skladebný model, nápěv, melodie, tj. svazek afektů, nálada) – téma v polyfonii (téma kánonicky zaznívá ve více hlasech – 2 nebo více nezávislých témat v různých hlasech, psychologicky se jedná o komplikovanější vztahy). Další důležité prvky představuje tzv. podmotivický materiál, tj. složky hudby sloužící ke spojování jednotlivých tektonických struktur (viz kapitola 3.4) do rozmanitých hudebních forem.

137 Typům a možnostem aleatoriky se věnuje Kohoutek, 22, s. 385 – 401

138 Viz kapitola 4.1

Není to ovšem jen terapeutova hudební reakce na klientovy podněty, neboť on sám vysílá svojí hrou a také svojí přítomností podněty ke klientovi, jenž na ně určitým způsobem reaguje či naopak nereaguje, takže jde o vzájemnou interakci, jak ji znázorňuje následující obrázek:

Obr. 6 Vzájemné interakce při klavírní terapii



Mapa vzájemných interakcí zůstává v podstatě stále stejná v uvedeném směřování, ovšem osobnostní podnět ze strany terapeuta může být klientem vnímán různou měrou, neboť není vyvoláván záměrně (terapeut působí na klienta skrze nástroj a znějící hudbu. Podnět od klienta je však pro terapeuta klíčový.

Podnět od klienta může přicházet a být vnímán jako:

- osobnostní (stálý)
- reagující na hudbu (přechodný)
- reagující na terapeuta (přechodný)
- reagující na prostředí
- smíšený

Podnět od terapeuta může přicházet a být vnímán jako:

- hudební – cíleně směřující ke klientovi (buď *stimulačně* nebo *reakčně*)
- osobnostní (stálý) – nezáměrný, samovolný
- nehudebně reagující na klienta – empatická součást terapeutického vztahu
- smíšený

Podněty mohou být u obou účastníků různě přijímány a dešifrovány, takže může dojít k následujícím situacím¹³⁹:

- podnět byl vnímán a pochopen – došlo k přiměřené reakci (*identifikace*)
- podnět byl vnímán a pochopen – k reakci nedošlo (*ignorace, intermise*)
- podnět byl vnímán, ale nebyl správně pochopen – došlo k nepřiměřené reakci (*inkoherence*)
- podnět byl vnímán, ale nebyl pochopen – k reakci nedošlo (*inertizace, ignorace, intermise*)
- podnět nebyl vnímán a nebyl proto ani pochopen – k reakci nedošlo (*inertizace*)

Smysl stimulační nebo reakční hudební (hudebně-terapeutické) intervence lze charakterizovat podle toho, za jakým účelem je prováděna.

Diagnostika – zde je cílem terapeutické intervence zmapování a zvědomění klientových potřeb, které se mohou projevat v různých oblastech lidské bytosti:

- **oblast bio** – somatické příznaky, často poukazující na energeticky oslabená místa, energeticky nezhojená onemocnění či zranění; někdy mohou též signalizovat přicházející vážnější onemocnění, bývají spojeny také s dalšími oblastmi lidské bytosti a reflektují naše životní postoje, zažitě vzorce chování, přání a potřeby
- **oblast psycho** – emocionální reakce reflektují různá témata klienta, která si může touto cestou zvědomit; dále s nimi může pracovat buď samostatně nebo v rámci terapeutického procesu
- **oblast socio** – reakce ve vztahové rovině mohou pomoci reflektovat to, jaký má klient přístup a vnímání sám k sobě, k druhým, k prostředí v němž žije a k životu vůbec
- **oblast spirituální** – případné reflexe mohou klientovi pomoci zjistit skutečné příčiny jeho prožívání a ukázat mu směr jeho životní cesty

¹³⁹ Muzikoterapeutické interakci (u klientů s SPU) se věnuje Beníčková, 3, s. 48 – 50. Podnět zde nazývá *intencí* a uvádí čtyři možné projevy následné reakce: *identifikace* – rozpoznání, ztotožnění, *inkoherence* – zmatečná reakce, *inertizace* – neschopnost reakce, *ignorace* – nereagování, nespolupráce. Ze strany klienta může dojít k *ignoraci*, ze strany terapeuta naopak k *intermisi* – dočasnému zastavení či nereagování na klientův podnět, reakci.

Poradenství – zde je cílem zpracovávání informací získaných v diagnostické části. To je možno provádět verbálně nebo kombinovaně, tj. hudebně i verbálně (případně ve spolupráci s druhým terapeutem, tj. koterapeutem, zaměřeným na danou oblast:

- **oblast bio** – konzultace a doporučení směřující k podpoře fyzického zdraví; k vyhledání odborníků na danou oblast a toho, co se k ní vztahuje – doporučení k lékaři nebo k léčiteli, specialistovi na alternativní či celostní medicínu, na fyzioterapii, shiatsu, reflexní terapii, rezonanční (muziko)terapii (klavírní terapie, kanteleterapie¹⁴⁰, fonoforéza¹⁴¹ atd.), muzikoterapii pracující s tělovým schématem¹⁴², terapii zpěvem, pohybově-taneční terapii, do jiných terapií pracujících s energetickým systémem (aura-soma, světelná terapie, čchi-kung, tchaj-ťi), doporučení k využití možností podpůrné samoléčby (přírodní prostředky, akupresura aj.)
- **oblast psycho** – zaměření se na práci s osobními tématy klienta; doporučení do psychoterapie nebo jiných uměleckých terapií, v závažnějších případech do odborné péče psychologa, psychiatra
- **oblast socio** – zaměření se na vztahovou rovinu, hledání vlastní identity, stanovení vlastních hranic, spolupůsobení a spolupráce ve skupině, rozvoj sociálního citění, překonávání sociální izolace; doporučení do skupinových sociálně-terapeutických aktivit, rodinné terapie, zapojení se do zájmově společenských činností apod.
- **oblast spirituální** – podpora duchovního růstu klienta, hledání zákonitostí života, ideálů, životních možností, příležitostí, nadání, příčin současného prožívání; doporučení do logoterapie, psychologické biografie, dalších uměleckých terapií, podnět k seberozvíjení, umělecké tvořivosti, obecně prospěšné činnosti apod.

140 Vlastní muzikoterapeutická metoda, jejímž propracováním a rozšířením jsem dospěl ke klavírní terapii.

141 Harmonizace energetického systému pomocí rezonujících ladiček o různých frekvencích (zvolených dle terapeutické indikace).

142 Viz Beníčková, 3, s. 91 – 95.

Terapie – zde je cílem vlastní léčení hudbou, tj. zprostředkování síly, potřebné k vnitřní proměně klienta:

- **oblast bio** – prostřednictvím hudby pomoci ošetřit oslabená nebo zablokovaná místa energetického systému klienta, harmonizace
- **oblast psycho** – relaxace, abreakce, katarze a emoční přeladění, stimulace a regulace kognitivních funkcí
- **oblast socio** – posilování osobních kompetencí, rozvíjení sebedůvěry, odvahy k vstupování do vzájemných vztahů a jejich budování, k řešení konfliktů, k sebevyjádření a asertivitě, motivace k překonávání sociální izolace, k zájmu o dění ve vlastním životě, životě druhých, empatie, sociální citění apod.
- **oblast spirituální** – hudebním působením probouzet a podporovat klientovu touhu po poznání jeho skutečného životního poslání – toho, co se má v tomto životě zde na zemi naučit, co odčinit, co má vykonat a čím může svět obohatit

Charakteru klavírní terapie spíše odpovídá její uplatnění u dospívajících a dospělých. V případě užití u dětských klientů je potřeba zvážit vhodnost a případně terapii přizpůsobit. Pro děti se však nabízejí vhodnější a šetrnější možnosti receptivní (poslechové) muzikoterapie (např. kanteleterie, anthroposofická muzikoterapie, harfová terapie).

Je-li klavírní terapie využívána u klientů s nimiž není možno pracovat verbálně, její cíle se zaměřují na dosažitelné oblasti a přiměřené metody terapeutické intervence, jak bude dále uvedeno.

9.2 Metody, techniky a metodická doporučení

Klavírní terapie využívá různé metody terapeutické intervence, jak bylo naznačeno v předchozí části. Záleží na tom, zda se jedná o první setkání, při němž jde o navázání terapeutického vztahu a vstupní diagnostiku nebo o část v již rozvinutém terapeutickém procesu, kdy se zvolenými prostředky nastiňuje a zpracovává konkrétní klientovo téma nebo jeho dílčí část. Důležité faktory pro zvolení konkrétních metod a technik představují:

- **fáze terapeutického procesu**, tj. diagnostika – poradenství – terapie
- **oblasti zaměření terapeutické intervence**, tj. bio-psycho-socio-spirituální

9.2.1 Základní metoda klavírní terapie

Základní metoda klavírní terapie spočívá v klavírní improvizaci terapeuta. Jedná se tedy o poslechově zaměřenou terapii. Klavírem je zde myšleno pianino, které svými rozměry a stavbou plně vyhovuje potřebám klavírní terapie. Klient při ní zpravidla sedí otočen zády k ozvučné desce pianina, tj. za jeho zadní stranou – tou bývá v běžném provozu často postaveno u zdi, avšak v klavírní terapii je směřována do prostoru, s myšlenkou využití dobrých rezonančních vlastností nástroje. Z toho důvodu je klientům doporučováno, aby se usadili zády co nejbližší k nástroji. To však není striktní požadavek, poněvadž pro někoho může být tato blízkost nevyhovující, stejně jako poslech za zády, a proto má klient možnost zvolit si sám místo a polohu, která mu nejvíce vyhovuje. Důležité také je, zda primárním cílem terapie je působení v oblasti bio (kde se rezonance nástroje využívá podobně jako v jiných rezonančních terapiích) nebo se pracuje spíše v oblasti psycho např. s emocemi, kde je důležitější výrazová stránka hudby.

Základní metoda klavírní terapie je tedy záležitostí dvou odlišně zaměřených přístupů, jež je možno pracovním způsobem prolínají a doplňují, poněvadž z běžného klavírního zvuku nelze izolovat jen jeho emocionální nebo vibračně-rezonanční složku, stejně jako jednotlivé články lidské bytosti nelze od sebe odělit, tak aby na sebe vzájemně nespolečnily.

9.2.2 Harmonizační sestava

Harmonizační sestava představuje základní hudební proceduru klavírní terapie, používanou při úvodním setkání za účelem diagnostiky. I kdyby nebylo možno setkání z nejrůznějších důvodů začínat rozhovorem nebo reflexí a klient by o sobě nic neřekl, harmonizační sestavu nebo její část lze využít jako odrazový můstek v mnoha případech i jako preterapeutický, přípravný prostředek.

Kompletní harmonizační sestava je složena ze 3 částí:

1. **část** je nejdelší a obsahuje 5 na sebe navazujících sekvencí, při nichž se využívá vokalizace, inspirovaná hlasovou terapií. Každá sekvence začíná od jiného tónu, v tomto pořadí – **C, D, E, F, G**. Jedná se o jednoduchý repetitivní model kyvadlové kinetiky, jenž je možno exponovat po různou dobu, potřebnou k dosažení terapeutického efektu. Expozice, tj. délka přehrávání jedné sekvence je u každého

klienta (v závislosti na jeho stavu) individuální; lze říci, že trvá průměrně kolem 2 – 3 minut. Poslední sekvence graduje na tónu **G** a přechází v 2. část. V žádném případě však není striktně dáno, že je nutno dojít až sem – každou sekvenci je možno exponovat jednak různě dlouhou dobu (v úvahu přichází spíše její zkrácení než prodloužení) a přejít z ní na základě potřeb klienta hudebně (i psychologicky) zcela jinam nebo v její „náladovosti“ naopak setrvat a improvizaci ji rozvíjet.

2. **část** sestupuje článkovitě po třech tónech od tónu **d²** k tónu **d** (tj. **d²-c²-h¹, c²-h¹-a¹, h¹-a¹-g¹**, atd.). Podle tektonických principů má tato část význam přechodový, dělicí a připravující nové významnější dění. Psychologicky představuje určité odreagování po 1. části, avšak zároveň v sobě nese i prvek očekávání z toho, co bude vzápětí následovat. Pokračovat lze snadno a bezprostředně dvěma způsoby. První z nich postavený na improvizaci melodii nad **kvartovým spojem** akordů **C – F**, má charakter spíše uvolňující, v procesualnosti harmonizační sestavy pak harmonizující, vyrovnávající. Obvykle však následuje až po 3. části, a tak bude uveden v později. Druhý způsob má charakter více oživující, stimulační a představuje vlastní 3. část.
3. **část** je gradační a kulminační. Charakteristické je pro ni číslo **3. Trojí transpozice stoupající sekvence** rozložených akordů **C / Dmi / Emi / F-G** / pokaždé do vyšší oktávy, **trojí transpozice** odpovídající **klesající sekvence** akordů **C / Ami / F / Dmi-Emi** / pokaždé do nižší oktávy. Tento celek se zopakuje také **3x**, pokaždé v jiném tempu, tj. **andante – allegro – vivo**, přičemž k jeho oživování (zrychlování) dochází pozvolna, v průběhu každé sekvence. Gradace a kulminace však není dosahováno pouze zrychlujícím se tempem – to koresponduje s ostatními využitými složkami hudby. Stoupající sekvence je založena na postupu akordů v **sekundových spojích**. Jaký je jejich charakter? Krácející odhodlaně a radostně vzhůru? Možná však i poněkud překotně, a rozjařeně – také zásluhou rytmizace spojů, zrychlujícím se tempem a transpozic do vyšších oktáv. Klesající sekvence tří **sextových spojů**, vyvážená jedním stoupajícím **sekundovým spojem** a následnými transpozicemi do nižších oktáv, dodává onomu odhodlání určitou pevnost, utvrzení. Charakter 3. části je možno vyjádřit např. i takto: Nalezení cesty (po době tápaní v hlubinách) – Konečně! – Vděčnost, nadšení, radost – Spěchající vpřed – Odhodlání, utvrzení – Ano, chci (jít dál naznačeným směrem)! Jedná se

však o osobní interpretaci – důležité je jakou odezvu tato část vzdudí u samotného klienta. Sekundové stoupající spoje hovoří o kráčení vpřed, sextové zase o vědomém rozhodnutí vůle a síle přesvědčení.

Zde je také třeba upozornit na opatrnost při exponování 3. části a možná rizika s tím spojená – tato část není zcela určitě vhodná pro každého, takže je na místě uvést možné **kontraindikace**:

- poruchy afektů – riziko spuštění některého z afektů
- poruchy nálad (expanzivní i depresivní) – u klientů s expanzivní poruchou může dojít k ještě větší aktivizaci, kdežto u klientů s depresivní poruchou může dojít k prohloubení jejich stavu (oživující a stimulační charakter 3. části může být vnímán jako příliš optimistický, rozjařený, hlučný atd., tj. neodpovídající jejich naladění a vnitřní dynamice)
- akutní psychotické stavy, schizofrenie, epilepsie, hyperaktivita

V každém případě je důležité postupovat velmi citlivě, vnímavě volit a stupňovat tempo i dynamiku a snažit se přizpůsobit hru klientovu naladění. Tak lze předejít mnoha nepříjemnostem, takže k negativním reakcím ze strany klienta nemusí ani dojít a to i v případě, že se na něho některá z kontraindikací vztahuje.

Po 3. části následuje zklidňující, vyrovnávající spojka, vystavěná na improvizaci nad **kvartovým spojem** akordů **C – F**. Z ní je možno přejít k volnější improvizaci nad jinými spoji akordů nebo podle okolností harmonizační sestavu tímto ukončit.

Harmonizační sestava – ať už je exponovaná celá nebo některá její část či sekvence (nejčastěji 1. sekvence s vokalizací) – poskytuje dostatek materiálu pro diagnostiku. Pokud se jedná o klienty, u nichž je verbální reflexe prakticky neuskutečnitelná, lze mnohdy jen usuzovat o účinku terapeutické intervence na základě pozorování jejich projevů a chování v průběhu setkání. Záleží také na tom, jak je u konkrétního klienta rozvinuta neverbální komunikace a jak je možno ji interpretovat. Důležitým prvkem je ovšem i dynamika klienta v průběhu setkání, na níž se klavírní improvizace snaží empaticky navázat. Dařilo se naladit se na klienta? Zareagoval na nabízené hudební podněty? Byl klidný, rozrušený nebo apatický?

Bylo možno pozorovat změnu chování před a po setkání? Docházelo k nějakým změnám i v průběhu setkání? Kde jsem jako improvizující terapeut pozoroval soudržnost a propojení klienta s hudbou; sebe, klienta a hudby; sebe a klienta? Kde jsem pozoroval napětí, nesoulad hudby s klientem, hledání, ztrácení se, nezájem, nesouhlas, uzavřenost, znučenost, atd?

Poněkud jiná je situace u klientů s nimiž je možno uskutečnit verbální reflexi. Projevilo se něco v průběhu harmonizační sestavy? Kde, v které její části? Jak to klient prožíval, v jaké oblasti své bytosti? Bio-psycho-socio-spirituální? Většinou se projeví to, co je pro klienta právě aktuální a čemu třeba ani on sám nevěnoval dostatečnou pozornost. Na to by se měl tedy zaměřit. To také představuje styčný bod pro terapeutickou práci v rámci následujícího setkání¹⁴³ nebo pro stanovení celkového terapeutického plánu klienta.

Harmonizační sestavu lze využívat i nadále – především její první část s vokalizací je vhodná pro dosažení vzájemného naladění se nebo při práci v oblasti bio, v „rezonačním přístupu“, zaměřeném na odstraňování konkrétních obtíží (např. energetické blokády v zápěstích, opožděná menstruace atd.). Také lze cíleně využít jakýkoliv prvek harmonizační sestavy, pokud z reflexe vyplyne, že by bylo vhodné se jím dále terapeuticky zabývat.

9.2.3 Metoda práce s harmonií

Na více místech již bylo naznačeno, že cílené využití harmonie, tj. akordů a jejich spojů představuje stěžejní metodu práce v klavírní terapii. To se týká především „emočního přístupu“, který je na práci s harmonií založen. Prostřednictvím této metody lze při práci s emocemi dospět k rozmanitým cílům, jak bude v zápětí uvedeno:

- **kvartový spoj** – (např. C – F) již mu byla věnována pozornost, lze s ním pracovat tam, kde je potřeba navodit důvěru, navazát kontakt, zmírnit úzkost a napětí, stabilizovat rozrušenou mysl, zjitřené emoce, apod.
- **kvintový spoj** – (např. C – G) je opakem kvartového spoje, spíše pomáhá aktivizovat, probouzet, vést do přítomnosti.

143 Příklady budou uvedeny v konkrétních kazuistikách (kapitola 9.5)

- **tercový spoj** – (např. **C – Emi**) probouzí citovost, vede do nitra, do dětství, pomáhá oživit vzpomínky na všechno, co souvisí s naším vnitřním životem, s našimi ideály, vizemi, touhami, přáními, nadáním, s tím, co jsme chtěli kdysi uskutečnit, ale nakonec se nám to nepodařilo – třeba proto, že jsme se toho vzdali, nechali to v sobě zakrtnět ... a tím jsme přišli o to nejcennější, co mohlo náš život učinit vnitřně bohatým a zajímavým i pro druhé. Pomáhá nalézt to, co jsme ztratili. Tercový spoj může být proto některými klienty prožíván i velmi bolestně, nostalgicky a katarzně nebo naopak odmítavě jako nesnesitelný.
- **sextový spoj** – (např. **C – Ami**) citovost tohoto spoje je jiná než u tercového spoje, zde se více projevuje duch, tedy to živé v nitru člověka, a svojí vůlí vědomě působí navenek. Je zde přítomno odhodlání jít za svým cílem, rozvinout své nadání, uskutečnit své vize, naplnit ideály. Této vůli však nechybí pokora, nepostrádá vřelost.
- **sekundový spoj** – (např. **C – Dmi**) vyvolává dojem kráčení vpřed nebo vzhůru po stupních, čemuž odpovídá i vžitá hudební terminologie, kdy sekundové postupy bývají nazývány kroky (např. „*melodie plyne v sekundových krocích*“). Jedná se tedy o plynulé kráčení. Sekundový spoj, zvláště zřetězený s dalšími (např. postup **C – Dmi – Emi – F**), může být jemnou a laskavou pobídkou k vykročení na životní cestu – třeba po překonaných obdobích zoufalství a beznaděje, skleslosti, nejistoty, ...
- **septimový spoj** – (např. **Dmi – C**) představuje také plynulé kráčení, ovšem v sestupném směru. Nejlépe to lze vyjádřit zřetězením několika septimových spojů (např. **F – Emi – Dmi – C**). Je to jako návrat z cest, návrat domů, sestup z výšin snů a ideálů zpět do přítomnosti. Vracíme se proto, abychom v bdělém stavu, plně účastni přítomného dění mohli své sny a ideály uskutečnit. K tomu je však potřeba vidět přítomnost takovou, jaká skutečně je a neidealizovat si ji. Tento spoj může také zájem o přítomnost probouzet, rozvíjet jej a učit nás vnímat ji jako pozoruhodnou součást života, poskytující netušené možnosti seberealizace.

Práce s uvedenými spoji je v praxi rozmanitá – lze užít cíleně pouze jeden spoj a kyvadlově jej po nějakou dobu opakovat, lze cíleně pracovat s jedním zřetězeným spojem a umocnit tak jeho účinek, a konečně lze také jednotlivé spoje mezi sebou různě kombinovat, což představuje mocný nástroj k dosažení přesvědčivé působivosti hudby. Tomu však napomáhají i další složky hudby.

9.2.4 Nápěvková metoda

Nápěvková metoda – jak ji prezentuje Janáček – se opírá o nápěvky mluvy. Ty jsou plné života, neboť z něho vycházejí. Přirozeně zpracované je najdeme v dětských říkadlech, v lidových písních. Lze říci, že mají váhu ikonických asociací¹⁴⁴. Proto jsou také snadno srozumitelné a lze je využít i v instrumentální podobě, beze slov, jako hudebních motivů, témat (nápěvů). Slovo samozřejmě celkovou působivost umocňuje a svým způsobem i konkretizuje, avšak i v čistě instrumentální podobě přináší takový hudební motiv silné poselství, protože není jen pouhou rozumovou konstrukcí. Navíc jsou-li v něm slova přítomna jen latentně, působí jaksí otevřeně a ponechává posluchači volnost v jeho interpretaci, tj. aby v něm mohl sám najít, co se jej bytostně týká.

V klavírní terapii lze nápěvkové metody využít několika způsoby:

- v instrumentální podobě – hudební motiv se stává nositelem mimohudebního významu,
- při práci s nápěvkem jako takovým – nápěvek vzniká tak, že nějakému slovu, verbálnímu sdělení emocionálního charakteru je přiznána zvlášť významná důležitost, vyjádřená zpěvem. Takové slovní sdělení v sobě často již nese vlastní melodii, je jen třeba ji najít. Při improvizaci k tomu dochází často spontánně.
- strukturně – nápěvek, hudební motiv se náhle může vynořit ve své prostotě, bez harmonického doprovodu, což kontrastuje s plochami hudby, kde jsou nosným prvkem emocionálního výrazu harmonické spoje. Takto svébytné melodie mají schopnost „promlouvat“ k jiné části lidské bytosti, a to spíše k té, jež souvisí s myšlenkovou činností, tj. s důležitou součástí kognitivních procesů. Ty, jako

144 Viz kapitola 5.1.2.3

celek, lze podpořit i tak, že se účinek harmonických spojů obohatí o další prvek, jímž je právě melodie.

- kreativně – původní nápěvkovou metodu lze kombinovat s metodou intervalovou. Intervalová metoda je cíleně využívána především v anthroposofické muzikoterapii, kde je každý interval chápán a prožíván jako nositel určitého významu a působení¹⁴⁵. Při hledání nápěvků lze přihlídnout k rozdílnému působení různých intervalů a obráceně – při práci s intervaly lze stavět na zkušenostech s nápěvkovou metodou.

9.2.5 Principy afektové teorie

Aby byl obraz o využívaných a využitelných metodách v hudební části klavírní terapie úplný, je třeba jej doplnit o další principy, které zde hrají důležitou roli. Afektové teorii již byl věnován samostatný prostor a souvislost s jejím možným uplatněním v muzikoterapii byla již také nastíněna. Zde se pokusím popsat, jak konkrétně mohou být její principy v rámci klavírní terapie využívány.

Princip Katharsis – katarze může být dosaženo dvěma způsoby, tj. podle **principu analogie** (*kdy je hudebními prostředky napodobováno klientovo chování, postoje a emocionální reakce*) nebo podle **principu múzického étosu** (*kdy jsou hudebními prostředky zprostředkovány ctnosti, tedy to nejušlechtilejší, k čemu může jako člověk dospět*).

Člověk se – jak známo – nejlépe učí prožitím, v obou případech je mu to umožněno. Jedná se zde vlastně o *princip zrcadlení*, avšak rozdíl mezi nimi je značný – v prvním případě je zrcadlo nastaveno na člověka (klienta) a ukazuje mu, jaký ve skutečnosti je; v druhém případě je zrcadlo nasměrováno vzhůru do Nebes a ukazuje člověku (klientovi), jaký by být mohl, bude-li s vytrvalým úsilím pracovat na zušlechtění své duše. Jak to na dotyčnou osobu zapůsobí a co z toho vzejde, to už je druhá věc – někomu stačí lehká pobídka, nepatrný náznak, náhled; jiný se nepoučí jinak, než že dostane pořádný kopanec. Tak mají v praxi oba způsoby dosažení katarze své cílové klienty.

145 Viz kapitola 4.2.2.2

Princip Unitas – jednota a ucelenost výrazových prostředků užitých v rámci jedné skladby nebo její části umožňuje cíleněji pracovat s určitým prvkem (afektem), snáze jej rozpoznat a sledovat jeho vývoj. V klavírní terapii lze tento princip využít velmi dobře, především tam, kde se chceme plně soustředit na jedno konkrétní klientovo téma a přehledným způsobem s ním pracovat. Jedná se vlastně o určité zjednodušení a výběr několika málo prvků, jejichž působivosti se záměrně využívá k dosažení stanoveného cíle. Tímto výrazným prvkem může být v případě klavírní terapie harmonický spoj nebo nápěvek.

V mnohosti se mnohdy ztrácí to podstatné, třští se síly, myšlenky a emoce odbíhají různými směry. Podaří-li se z rozptýlené, chaotické mnohosti to podstatné zachytit a vybrat, sjednotit to a scelit, získáme tím mocný prostředek, jenž lze dále využít. Je jako semeno, z něhož může při správné péči vyrůst nádherná rostlina. V tom spočívá podstata *principu Unitas*.

Princip Varietas – je založen na zákonitosti kontrastu. Jestliže *princip Unitas* staví na jednotě při výstavbě určitých hudebních úseků, tak na základě *principu Varietas* se pak tyto jednotlivé úseky mohou spojovat s dalšími, a to i odlišnými a kontrastními, čímž dochází k poměrně jasné strukturalizaci celku.

V klavírní terapii lze tohoto principu využívat v rámci procesuality hudebně-terapeutické setkání¹⁴⁶, kdy jedno téma po určitou dobu hudebně zpracováváme, abychom plynulým (hudebním) vývojem dospěli na cestě klienta o kus dále a umožnili mu (např. kromě emočního přeladění) pohlédnout za jeho současná prožívání, tj. přes horizont jeho životních postojů, zkušeností, domnělých možností. Pokud se to podaří, je možné přejít hudebně k jinému tématu, což představuje využití *principu Varietas* v praxi. Improvizálně-aleatorní model klavírní terapie umožňuje v takových případech využít některý z předpřipravených bloků hudby (tj. „prefabrikátů“). Tím může být i téma s nímž již bylo terapeuticky pracováno v předchozích setkáních nebo i parafráze nějaké skladby či písně, k níž má klient určitý vztah. To může klientovi pomoci vidět mnohé zcela jinak a mnohdy i v překvapivých souvislostech.

Inventio – lze charakterizovat jako proces shromažďování podkladů pro skladatelskou práci – v rámci klavírní terapie tedy hudebně-terapeutickou. Na základě známých (nebo zjištěných) skutečností je zvoleno téma, vystihující terapeutický záměr. S tím souvisí výběr

146 Viz „Práce s afekty – ukázka procesuality“ v příloze

hudebně výrazových prostředků (složek hudby), s nimiž budeme pracovat – tónina, metrum, rytmus, nápěvek, harmonické spoje, atd.

Tento obecný princip nepředstavuje nic nového – běžně je využíván v každodenním životě, stejně jako při vytváření jakékoliv projektové dokumentace nebo v terapii při sestavování terapeutického plánu.

Loci topici – neboli oblasti tématu, představují systém otázek zaměřených na zjištění skutečností, potřebných k naplnění určitého záměru. V terapii jsou za tímto účelem využívány různé diagnostické prostředky – v klavírní terapii např. harmonizační sestava. V praxi barokních hudebníků však *Loci topici* představovaly prostředek k nalezení potřebných podkladů pro skladatelskou práci, takže jsou součástí *Inventia*. Slouží pro snadnější orientaci ve složkách hudby a práci s nimi. Týkají se však všech okolností, spjatých s danou hudbou, tedy i toho pro koho je určena a v jakém prostředí má být provozována.

V rámci terapie je konkrétním ekvivalentem *Loci topici* metodika, pomáhající sestavit terapeutický plán nebo volit vhodnou strategii v průběhu terapeutického setkání. V procesu klavírní terapie mohou *Loci topici* přispět k pohotovější reakci při samotné improvizaci, a to tím, že pomáhají okamžitě zužitkovat různé složky hudby, předpřipravené bloky hudby, představující bohatou zásobárnu hudebně vyjadřovacích prvků.

Regrese a progrese – pro princip stupňovitého opakování, transpozici hudebního motivu (buď vzestupně nebo sestupně) se v hudební terminologii používá termín *sekvence*. V barokní hudbě je tento princip hojně využíván a představuje důležitý prvek pro práci s motivem (tj. *s afektem*). Postup je následovný:

- **model** – uvedení motivu (představujícího určitý afekt) v základní poloze
- **transpozice** – přenesení motivu o stupeň výše nebo níže, k čemuž dochází i několikanásobně (doporučuje se nejvýše 3 x)

Sekvence představuje někdy laciný technický prostředek k modulaci, tj. přechodu do jiné tóniny, avšak pravá podstata sekvence spočívá v jejím psychologickém účinku. Tomu spíše odpovídá starší název *progrese* (resp. *progrese*¹⁴⁷), jak jej používá např. i Janáček. *Progrese* představuje určitý vývoj, k němuž při transpozici modelu dochází. Při postupu

¹⁴⁷ Ještě v učebnici harmonie vydané v roce 1944 rozlišuje její autor (Spilka, 39, s. 35) *sekvenci* a *progrési*. *Sekvenci* míní přenášení melodického motivu, *progrési* pak přenášení harmonického spoje. Ovšem dodává, že v jeho době dochází k záměně obou pojmů. V dalších dvou učebnicích harmonie, vydaných shodou okolností v tomtéž roce již jejich autoři (Modr, 30, Šín, 40) užívají pouze pojem *sekvence*.

směrem nahoru se stupňuje jeho emocionální působení, stává se naléhavější a ve výrazu vzrušenější. Při postupu dolů se vše naopak spíše uvolňuje.

Regrese a *progrese* spíše odkazuje k principu využívaném v analytické muzikoterapii¹⁴⁸. V praxi klavírní terapie to znamená, že se hudebně přizpůsobíme ladění klienta, takže sestoupíme na úroveň v níž se právě nachází (*regrese*), nalezneme motiv (*afekt*) odpovídající tomuto ladění a pak jej zpracováváme s cílem dosažení určitého vývoje (*progrese*). Hudebně můžeme postupovat podle uvedených *principů afektové teorie*.

9.2.6 Improvizace v klavírní terapii

Improvizaci již bylo v této práci věnováno dostatek prostoru – nejprve byla představena jako obecný fenomén, poté jako důležitá metoda v muzikoterapii, dále v podobě klavírní improvizace s konkrétními příklady z muzikoterapeutické praxe. Nyní se pokusím přiblížit improvizaci v klavírní terapii a poukázat na její specifickou podobu, která je dána tím, že je využita v rámci *receptivního* modelu muzikoterapie a improvizace se tedy fyzicky týká jen *terapeutovy hry*. Další důvod představuje *aleatorní základ* této improvizace, což nahrává spíše strukturované *improvizaci* a určité vnitřní organizovanosti improvizované hudby. Vlastně se zde ani tak nejedná o čistě terapeuticky orientovanou improvizaci, jako spíše o improvizaci hudební nebo hudebně-terapeutickou, neboť klavírní improvizace (i volná) představuje určitou uměleckou stylizaci, reagující na změny v klientově stavu podle tektonických principů. Z tohoto pohledu vždy vykazuje znějící hudba určitý soulad a harmonii.

Jak již tedy bylo na více místech uvedeno, může být improvizace buď **volná** nebo **strukturovaná**. I v klavírní terapii se obě tyto formy uplatňují. Někdy může docházet k jejich prolínání. Přidržím se při tom metodologického rozdělení podle Zeleiové, které jsem v této práci také již popsal¹⁴⁹.

- **Fázově-specifická improvizace** – *volná* i *strukturovaná*; při volné se spíše využije nepřipravená hra, méně cílená, více hledající, což může korespondovat s fází terapeutického procesu, v níž se klient i terapeut společně nacházejí. Strukturovaná umožňuje zaměřit se cíleněji na právě probíhající fázi, v souvislosti s tím, co ji provází.

148 Viz kapitola 6.4.3

149 Srv. kapitola 6.3.1

- **Situační improvizace** – *volná i strukturovaná*; volnou lze využít všude tam, kde okamžité dění při terapeutickém setkání vytváří nečekané situace, na něž je vhodné zareagovat byť jen krátkou hudební vsuvkou (např. ve verbální části setkání); příkladem strukturované může být třeba harmonizační sestava, jejíž průběh se odvíjí od dané situace a přizpůsobuje se jí. *Situační a fázově-specifická* improvizace jsou si podobné, rozdíl je prakticky jen v tom, že fáze terapeutického procesu se vyvíjejí víceméně pozvolna, kdežto situace uvnitř tohoto procesu mohou být více proměnlivé a proměňovat se mohou téměř okamžitě.
- **Tematická improvizace** – *volná i strukturovaná*; využití volné či strukturované záleží na povaze tématu, jež chceme hudebně zpracovávat, oba způsoby ovšem využijeme spíše v pokročilejší fázi terapeutického procesu, při intenzivní práci s klientem; při strukturované lze využít cílenou práci s harmonickými spoji nebo jinými prvky, v nichž se zrcadlí klientovo téma, jež se rozhodl zpracovat. To pro něho ovšem nemusí být vždy příjemné (proto je vhodné postupovat citlivě a dávkovat přiměřeně).
- **Asociační improvizace** – *volná i strukturovaná*; v rámci hudební části klavírní terapie může docházet u klienta k asociacím, jež jsou však spíše spontánní, neplánované. Lze ovšem v rámci pokročilejšího terapeutického procesu pracovat s určitými harmonickými spoji (příp. i jinými složkami hudby) se záměrem vyvolání určitých asociací. Předpokládá to však znalost klienta a jeho souhlas k práci s konkrétním tématem (např. když se v terapii již dříve ukázalo, že klient má potíže s přijetím určitého harmonického spoje, protože mu přijde moc melancholický, smutný); postup je prakticky totožný jako u tematické improvizace.
- **Uvolňující (relaxační) improvizace** – spíše *strukturovaná*; při volné hrozí nebezpečí bezcílného „preludování“ při němž se spíše uvolňuje terapeut a vytrácí se cíl terapeutického setkání, strukturovaná nabízí cílenou práci se složkami hudby a tím i jistější dosažení relaxačního účinku.

- **Integrační improvizace** – *strukturovaná*; v klavírní terapii ji lze využít tak, že témata klienta, s nimiž jsme již pracovali, můžeme včlenit do improvizace v následných terapeutických setkáních. Zde se ukáže, do jaké míry již klient toto téma přijal a zpracoval a jak je třeba postupovat dále.

9.2.7 Hudba a slovo – hudební a verbální část terapeutického setkání

Hudební část terapeutického setkání představuje v klavírní terapii hlavní složku. Na hudbě je založeno celé terapeutické působení. Důležitou úlohu má zde ovšem i slovo. Cílem verbální části je vyjádřit pomocí slov to, co by vyjádřeno pouze hudbou mohlo zůstat příliš neuchopitelné, nejasné a víceznačné. Někdy k tomu stačí krátký rozhovor mezi klientem a terapeutem. Mnohé se může ujasnit, ozřejmit, posunout vpřed.

Pokud je to možné, pak slovo je na počátku terapeutického setkání. V rámci úvodního setkání pomáhá oběma stranám utvořit si představu o potřebách, očekáváních, nabídkách a možnostech terapie a domluvit se na vzájemné spolupráci. V rámci dalších setkání se pak jedná o reflexi, založené na sdílení prožitků a postřehů souvisejích s terapeutickým procesem. Terapeut se může dovědět k čemu klient od předchozího setkání dospěl, co v něm uzrálo, co je mu naopak třeba nejasné, jaké jsou jeho potřeby, na co by se chtěl právě zaměřit apod. Získává tím od něho cenné podněty pro další terapeutickou práci. Sám může naopak klientovi sdělit něco, co třeba v závěru předchozího setkání nebylo vysloveno, co ještě nebylo zřejmé, k čemu dospěl až později. Může to být otázka, návrh, zkratka cokoliv týkající se terapeutického procesu.

Po hudební části terapeutického setkání se význam verbální části obrací k prožitkům souvisejícím s právě doznělou hudbou. Nejspíš málokdy se stane, že by hudba u klienta nezbudila žádnou odezvu. Pokud však taková situace přece jen nastane, je možno společně hledat odpověď. Tato část přináší každopádně řadu zajímavých a důležitých podnětů, postřehů, vyústění apod. Sdělení klienta jsou nesmírně cenným ukazatelem pro vedení a směřování terapeutického rozhovoru.

Terapeut si při tom může všimnout:

- toho jak je klient sdílň
- zda a jak je schopen o prožitcích hudební části hovořit
- zda je pravdivý v tom, co říká

- zda u něho nastala nějaká (dílčí) proměna
- co na něho v průběhu poslechu nejvíce zapůsobilo a kde se to projevilo
- zda to vnímá jako pozitivní nebo ne, atd.

Někdy to mohou být okamžiky silných prožití a je na místě využít místo slov chvíli ticha. To je možno podpořit i drobnou hudební vsuvkou, podpořit klienta a pomoci mu „postavit se na nohy“ nebo s ním sdílet prožitou radost. Hudba může také na okamžik zaznít i v rámci rozhovoru, jako připomínka místa, o němž se právě bavíme. Možnosti využití hudby a slova jsou v rámci terapeutického setkání rozmanité a odvíjejí se od průběhu konkrétního setkání. Základní struktura je v podstatě trojdílná, tj. **slovo – hudba – slovo**, avšak v žádném případě se nejedná o neměnnou šablonu. Někdy může nastat situace, že klient na setkání přijde v takovém stavu, že není schopen ze sebe vydat hlásku. Očividně je na něm znát, že si tentokrát přišel „jen posedět“, s nadějí, že „jeho terapeut“ ho pochopí a vyjde mu hudebně vstříc. To, že vůbec přišel, je možná možno považovat za úspěch. Třeba by za všech jiných okolností zůstal doma. Tak je možno pohlížet různě na různé situace a přizpůsobit jim průběh terapeutického setkání. V uvedeném případě by bylo možné postupovat podle principu **regrese** a **progrese** a využít katarzních účinků hudby – tentokrát bychom se ovšem mohli obejít i bez harmonizační sestavy. Hudba v klavírní terapii dovede také vyprávět i jiné příběhy...

9.2.7 Verbální techniky a další využitelné metody

Mezi verbální techniky využitelné v klavírní terapii patří (terapeutický¹⁵⁰) rozhovor. Je to forma komunikace mezi terapeutem a klientem, v některých případech nenahraditelná jinými prostředky, jak bylo již uvedeno. V rámci muzikoterapie se zaměřuje na konkrétní cíle a podle toho lze rozhovor vymezit následovně:

- **informační rozhovor – před započetím terapeutického procesu** pomáhá objasnit s čím klient přichází, jaké jsou jeho potřeby, představy o terapii apod. Terapeut informuje klienta o tom, co mu může nabídnout, jaké přístupy (v čem spočívají, jejich výhody či nevýhody, možnost seznámení se s nimi, vyzkoušení). Na základě toho si klient může zvolit konkrétní přístup (mohu nabídnout kanteleterapii, klavírní terapii, produktivně zaměřené programy s využitím hry na hudební

150 Myšleno obecně, jako rozhovor, diskuse v terapii, tedy ne jako dílčí metoda tohoto rozhovoru

nástroje). Dále jsou součástí tohoto rozhovoru i informace o terapeutické etice, způsobu poskytování muzikoterapie atd., jež jsou předmětem vzájemné dohody.

V průběhu terapeutického procesu může být využit jako krátká reflexe.

- **diagnostický rozhovor** – pokud si klient vybral klavírní terapii, využije se převážně až po hudební složce, slouží – jak již bylo dříve popsáno – k zmapování a zvědomění klientových potřeb
- **terapeutický rozhovor** – probíhá v průběhu terapeutického procesu, po konkrétních hudebních procedurách (v poradenství) a je spíše nediagnostického a neinformačního charakteru. Pomáhá sice klientovi zvědomit si určité skutečnosti z jeho života, ale jeho náplní je především práce s nimi.

Způsoby vedení (terapeutického) rozhovoru mohou být různé. Klavírní terapie v tomto ohledu nepředstavuje uzavřený model a umožňuje vést rozhovor podle různých psychoterapeutických či poradenských přístupů¹⁵¹. Záleží na osobnosti a kompetencích terapeuta a také na klientele, s níž pracuje. Je také možno – jak jsem již uvedl – pracovat v týmu s druhým terapeutem, zaměřeným na konkrétní psychoterapeutický směr.

Kromě verbálních technik lze v rámci celkového terapeutického plánu klienta klavírní terapii kombinovat s dalšími umělecko-terapeutickými metodami a technikami, jejichž cílem je aktivní zapojení klienta do terapeutického procesu a přeneseně i do aktivního a plnohodnotnějšího prožívání jeho života. Může se jednat o:

- **hru na terapeutické aj. hudební nástroje** – rozvoj a osvojení si určitých schopností a dovedností, seberealizace; kombinaci klavíru a jiných nástrojů je nutno zvážit individuálně, některé terapeutické nástroje lépe souznějí s kytarou, lyrou či harfou
- **vokální techniky a zpěv** – lze je využít i při konkrétní proceduře v samotné klavírní terapii nebo při samostatném terapeutickém cvičení, s cíli podobnými jako v předchozím případě
- **tanečně-pohybové aktivity** – lze je využít i při klavírní terapii, např. přeje-li si klient vyjádřit se takto na improvizovanou hudbu, cílem zde může být odreagování, potřeba spontánní reakce na určité prožitky apod.

151 Některé přístupy, možnosti a techniky byly popsány v kapitolách 6.2, 6.3.2, 6.5 a v souvislosti s klavírní terapií i v kapitole 9.1.1.

- **výtvarné aktivity** – může se jednat o kreslení či malování při improvizované hudbě s cílem získání dalších podkladů k následné terapeutické práci
- **dramaterapeutické aktivity** – spontánní dramatické (spíše neverbální, pantomimické) ztvárnění improvizované hudby, cílem zde může být sebezkušenost, empatie, získání podkladů pro další terapeutickou práci
- **uměleckou tvořivost v obecné rovině** – tyto činnosti překračují rámec uměleckých terapií a představují seberealizaci klienta, dávají jeho životu nový rozměr a mohou působit profylakticky, tj. jako ochrana před sklouznutím k dřívějšímu nenaplňujícímu způsobu života.

Všechny uvedené činnosti lze provádět jako příležitostnou součást muzikoterapie nebo se různé druhy terapií mohou vzájemně doplňovat, např. v rámci komprehenzivní péče¹⁵², jež je klientovi poskytována.

9.3 Otázky a hypotézy

Klavírní terapie je v současné době ve fázi ověřování a na skutečné rozšíření do praxe teprve čeká. Nepříliš čtené využití je spojeno s postupným objevováním možností, z čehož vyplývá (nebo mu i předchází) řada předpokladů i důležitých otázek. Mezi ty základní patří:

1. Jak vhodný je poslech v těsné blízkosti a zády ke klavíru?
2. V čem je klavírní terapie přínosná a jak bude přijímána potenciálními klienty muzikoterapie?
3. Jaké výhody a nevýhody má v porovnání s jinými modely muzikoterapie?
4. Jak terapeuticky účinné jsou metody klavírní terapie a v jaké oblasti lidské bytosti se jejich účinky projevují (tj. bio-psycho-socio-spirito)?
5. Je jejich terapeutické působení kauzální nebo spíše symptomatické?
6. Jaké cílové skupině je klavírní terapie určena?
7. Jaké jsou terapeutické indikace a kontraindikace?
8. Je forma klavírní terapie ryze individuální nebo může být i párová či skupinová?

¹⁵² Komprehenzivní péče – komplexní, ucelená péče o všechny složky lidské bytosti. Vychází z bio-psycho-socio-spirituálního pohledu na člověka a jeho potřeby.

K hlavním předpokladům, tj. hypotézám lze počítat následující:

1. Metody klavírní terapie zaměřené na práci s harmonickými spoji mohou příznivě působit na zvládání emocí (oblast psycho).
2. Harmonizační sestava může příznivě působit na psychosomatické obtíže (oblast bio-psycho).
3. Klavírní terapie je nejúčinnější v individuální formě, především v oblasti bio a psycho (příp. spirituální); v párové nebo skupinové formě bude její účinek v oblasti bio oslaben, avšak výrazněji se projeví v oblasti socio.

9.4 Experimentální šetření

Součástí projektu klavírní terapie bylo i experimentální šetření, jehož cílem je nalézání odpovědí na uvedené otázky a potvrzení či vyvrácení současných hypotéz.

9.4.1 Použité metody

Mezi použité metody experimentálního šetření patřilo:

- **pozorování** – bylo využíváno jako hlavní prostředek získávání potřebných informací především u klientů, s nimiž je obtížné nebo nemožné komunikovat verbálně;
- **dotazování** – *písemné*; dotazník s připravenými otázkami, sloužil k získání odpovědí na základních hypotézy klavírní terapie (kvantitativní metoda);
– *osobní*; individuální rozhovor s respondenty, byl využíván k získávání důležitých informací, objasňujících příčiny působení klavírní terapie (kvalitativní metoda);
- **experimentování** – bylo užito za účelem ověřování účinků klavírní terapie.

9.4.2 Organizace a průběh

Experimentální šetření se ubíralo dvěma cestami. Tu první představoval dotazník se souborem otázek, na něž odpovídali respondenti, ochotní zapojit se do tohoto projektu. Druhou cestu představovala cílenější terapeutická práce s vybranými respondenty. V obou případech se jednalo o individuální přístup ke každému respondentovi, s požadavkem

absolvování muzikoteapeutického setkání. Ve variantě s dotazníkem se jednalo o jednorázové, spíše orientačně-experimentální setkání; v druhé variantě o opakovaná setkání se zaměřením na průběh a vývoj zkoumaného případu.

Variantu s dotazníkem představovala samotná klavírní improvizace, již předcházelo krátké vstupní seznámení s předmětem, průběhem a cílem experimentálního šetření. V závěru setkání byl prostor pro diskusi, spojenou s instrukcí ohledně vyplnění dotazníku. Ten bylo možno vyplnit na místě nebo jej odevzdat později. Každé setkání trvalo zhruba 30 minut.

Varianta s cílenější terapeutickou prací byla založena na kompletní klavírní terapii, s podrobnou reflexí na začátku setkání a po doznění hudební části. Každé setkání trvalo zhruba 60 minut. Z těchto setkání byly po skončení experimentálního šetření zpracovány případové studie. Experimentální šetření obou variant probíhalo s přestávkami zhruba 12 měsíců.

Výběr respondentů experimentálního šetření se odvíjel na základě jejich možné docházky do místa, kde mělo experimentální šetření probíhat. Taková místa, s místností zařízenou pro potřeby klavírní terapie, byla k dispozici dvě. Na základě tohoto požadavku bylo vytipováno a osloveno několik desítek možných respondentů, z nichž se však šetření nakonec zúčastnilo jen poměrně malé množství, jak je následovně uvedeno:

- **Dotazník** – jeho vyplnění se na základě absolvovaného setkání klavírní terapie zúčastnilo 22 respondentů, z toho 11 žen a 11 mužů.
- **Případové studie** – v rámci experimentálního šetření byly zkoumány účinky klavírní terapie na 4 případech.

Respondenty experimentálního šetření představovali dospělí lidé – ženy i muži bez vážnějších zdravotních komplikací, převážně pracující v sociální sféře. V několika případech i někteří klienti – muži s mentálním postižením – jímž je již muzikoterapie poskytována. Předpokladem zde ovšem bylo, aby jejich rozumové a komunikační schopnosti byly na úrovni umožňující odpovídat (alespoň s asistencí) na otázky dotazníku.

9.5 Kazuistiky

Tato část přináší případové studie neboli kazuistiky vybraných respondentů, s nimiž jsem v souvislosti s projektem klavírní terapie cíleněji terapeuticky pracoval. Poněvadž se nejedná o skutečné klienty, uvádím jejich anamnestické údaje jen v nezbytně nutné míře, s

ohledem k zvolenému způsobu práce.

Práce s těmito respondenty se primárně týkala hledání odpovědí na otázky týkající se možností využití klavírní terapie. Měla také podvrdit nebo vyvrátit vyřčené hypotézy. Jejím záměrem však nebylo shromažďování dat kvantitativními výzkumnými metodami. Zde se jednalo o experimentální šetření, jehož cílem bylo ověřit si, zda a jak bude klavírní terapie účinná; ne pouze v rámci jednoho terapeutického setkání, ale jak se její účinky budou projevovat v průběhu terapeutického procesu.

9.5.1 Ivona – 38 let (Kozoroh)

Paní Ivona je spíše klidnější, přátelské, avšak ostražitě povahy. Dění kolem sebe vnímá a pozoruje, avšak výrazně do něho nezasahuje, především ne verbálně. Ve vzájemné komunikaci je vstřícná a empaticky naladěna, často navazuje a udržuje oční kontakt. Ráda fotografuje a cestuje, nejraději po horách a severských zemích. Z ročních období ji nejvíce vyhovuje zima. Je bezdětná, žije sama. Pracuje v sociální oblasti jako asistentka v přímé péči. Usiluje o sebepoznání a osobnostní rozvoj.

Paní Ivona má ráda hudbu, především její jemnější, harmonizující tóny, a proto jsem ji požádal o spolupráci na projektu klavírní terapie, s čímž souhlasila. Absolvovala 3 setkání v průběhu zhruba 1 roku. Z hlediska terapeutické praxe by se jednalo o proces zaměřený na osobnostní rozvoj, kdy relativně zdravý člověk je schopen pracovat na svých životních úkolech samostatně. Občasná terapeutická setkání mu pak mohou pomoci získat hlubší sebnáhled, poukázat na silné a slabší stránky osobnosti, naznačit směr a možnosti dalšího rozvoje, motivovat a povzbuzovat jej k němu, dodat sílu potřebnou k uskutečnění další vnitřní proměny. Přesně o to u paní Ivony šlo.

Bylo ji tehdy 37 let a nacházela se v období nějaké víceméně tušené změny. O co konkrétně by se mohlo jednat ještě nevěděla, avšak seznámení se zákonitostmi lidského života (jak je prezentuje Psychologická biografie) ji umožnilo vnímat a uchopit toto dění vědomě.

1. setkání – mělo za cíl navázat vztah, příp. zmapovat současnou situaci respondentky.

Průběh klavírní improvizace: výchozí tónina **C dur**;

- úvod – práce s kvartovým spojením **C – F** a improvizovanou melodií nad těmito akordy;

- druhá část – práce s nápěvkem nad basovou prodlevou z tónů **C₁**, **C**, nápěvek: **c¹ / d¹, g¹ / h¹, g¹, h¹ / c², h¹, a¹, f¹ / g¹, c¹, f¹, e¹, d¹** / – klidná, vyrovnaná a statická část;
- třetí část – rytmizovaná basová prodleva na tónech **C₁**, **G₁**, **C**, melodie z tónů: **c¹, b, g, a, f, d** – živější, odvážnější část, rytmicky připomínající dusot koňských kopyt mongolských bojovníků. Tento dojem posílen zpěvem na vokále „m“;
- závěr – opět improvizace nad kvartovým spojem **C – F / C** – zklidnění, harmonizace.

Pro paní Ivonu byl zvuk klavíru příliš silný a poslech za zády nevyhovující, a tak si zvolila jiné místo. Po hudební části nasledovala reflexe, v níž vyjadřovala své dojmy a pocity z doznělé hudby. Některé části ji připadaly melancholické (kvartový spoj). Druhá část svým emocionálně vyrovnaným a klidným průběhem pro ni představovala ideál. Třetí část k ní hovořila o odvaze.

Z tohoto setkání tak vzešla pro další terapeutickou práci 3 témata: **melancholie, klid, odvaha**.

2. **setkání** – následovalo krátce po prvním a jeho cílem tentokrát bylo experimentální šetření zaměřující se na obecné otázky a hypotézy týkající se klavírní terapie. K tomuto účelu slouží dotazník, jež je součástí této práce.

Respondentka na připravené otázky odpověděla kladně: zvolila by si tento model muzikoterapie, souhlasí s tím, že by mohl pomoci buď jí samotné nebo i dalším lidem, působení hudby se u ní v průběhu setkání projevilo a vnímá to pozitivně. Uvádí, že účinky se projevily ve všech oblastech její bytosti, tedy v bio-psycho-socio i spirituální. Klavír ji prý pozitivně překvapil.

Těžištěm klavírní improvizace zde byla především **harmonizační sestava**.

3. **setkání** – se uskutečnilo s odstupem téměř jednoho roku od obou předchozích setkání. Od samého začátku bylo zřejmé, že u paní Ivony došlo za tu dobu k určité vnitřní proměně. Tentokrát si chtěla sednout zády ke klavíru a do jeho blízkosti.

Průběh klavírní improvizace: výchozí tónina **C dur**;

- úvod – práce s kvartovým spojem **C – F** a improvizovanou melodií nad

těmito akordy;

- druhá část – harmonické schéma: **Dmi – Emi – F – Emi /**
Dmi – Emi – F – G //;
- třetí část – harmonické schéma: **Ami – G – F – G //**;
- závěr – opět improvizace nad kvartovým spojem **C – F / C**.

Paní Ivona uvedla v úvodní i závěrečné reflexi mnoho cenných skutečností. Uvědomila si, že poslech za zády, který ji byl při 1. setkání nepříjemný, může souviset s potřebou kontroly (je spíše vizuálním typem, takže potřebné informace získává převážně zrakem). Svůj dojem z 1. poslechu v těsné blízkosti klavíru se pokusila charakterizovat jako příliš hlasitý, pohlcující, ovládající. Vidí také spojitost mezi melancholií a potřebou volit spíše „neutrální tóny“. S tím souvisí i téma odvahy, jistoty, důvěry.

Toto, již 3. setkání, ji překvapilo. Její prožívání hudby se poněkud změnilo. To se neprojevovalo jen tak, že se odvážíla posadit se zády ke klavíru a do jeho blízkosti. Náhle ji oslovily i barevnější a pestřejší „tóny“ a zjistila, jak jsou krásné (úvodní a druhá část). Ve třetí části se ozvaly vyšší tóny (pro ni trochu úzkostné) o nichž vyprávěla, že ji připomínají obavy ze starého. Promítají se v nich zkušenosti z předchozích prožitků? Snad ano. Je zde trochu i strach ze změny (co přinese?). Hovoří o důvěře a sebedůvěře. Paní Ivona se nevzdává. Říká, že si potřebuje prožít oba póly. Tedy to příjemné i nepříjemné. Potřebuje si tedy sahnout na dno? Vyhovuje jí to? Potřebuje adrenalinové situace? Shodneme se na tom, že ve svém životě potřebuje ticho a klid, a stejně tak i dobrodružné a vzrušující situace. Že zkrátka potřebuje aby její život harmonicky a dynamicky plynul, v pulzující polaritě.

Závěrem lze říci, shodně s paní Ivonou, že se podařilo získat si důvěru introvertního Kozoroha (kterému prý nějaký čas trvá, než se rozpovídá) a dát mu prostor ke sdílnosti.

9.5.2 Monika – 38 let (Býk)

Paní Monika je přátelská, citlivá, sociálně a esteticky založená žena. Je také velice komunikativní a sdílná (dokáže otevřeně hovořit o svém životě), což má kromě světlé stránky i tu stinnou. Snadno se seznamuje a má potřebu svěřovat se druhým se svými starostmi. To ji

opakovaně přináší různá zklamání a nejistotu. Přestože ví sama, jaké životní postoje má zaujmout, není v tom pevná a snadno se nechá ovlivnit. Nad vším příliš přemýšlí, vytváří si fiktivní scénáře různých situací, které různě rozebírá a předbíhá tím sled skutečných událostí, který bývá většinou naprosto odlišný.

Je velmi emotivní a vše velmi silně prožívá (nápadné jsou její časté proměny nálad – náhlý přechod od manické rozjařenosti do depresivní anhedonické či morózní nálady), což se u ní projevuje různými psychosomatickými potížemi (nespavost, trávící potíže, napětí, stres atd.). Následkem toho pak propadá stavům, ve kterých není téměř schopná postarat se o běžné denní záležitosti, což pak dohání překotným způsobem a chvatem, nezřídka i dlouho do noci. Z toho důvodu žije pod neustálým, dlouhotrvajícím vnitřním tlakem. Všude dobíhá na poslední chvíli. Chybí jí pevný denní řád. Tento neuspořádaný životní styl ji provází již od dětství.

Je rozvedená, má 2 děti (chlapec 10 let, dcera 7 let), o které se stará sama. Před mateřskou dovolenou pracovala dlouho dobu v sociální oblasti jako asistentka v přímé péči. Vystřídala rovněž řadu zaměstnání, která ji ovšem nenaplňovala. Poslední zaměstnání musela ze zdravotních důvodů ukončit. V současné době hledá nové zaměstnání nebo klientelu – chtěla by se věnovat domácímu pečovatelskému o seniory a zdravotně postižené klienty, na což bylo i náplní kvalifikačního kurzu, který před nedávnem absolvovala. Tuto práci si mohla vyzkoušet v terénu, vyhovuje jí, má ji ráda.

Jelikož se s paní Monikou známe už mnoho let a její biografie je mi také dobře známá, navrhoval jsem ji již před několika lety některé možnosti řešení její situace, do nichž byla zařazena i muzikoterapie. Za tu dobu absolvovala několik příležitostných setkání (celkem méně než 10), při nichž ji byla poskytnuta kanteleterie. Teprve v posledním setkání byla paní Monice poskytnuta klavírní terapie.

Přestože v předchozích setkáních nebyla užita klavírní terapie, rozhodl jsem se zařadit některé výsledky z nich do této práce, neboť se domnívám, že do kazuistiky patří. Kanteleterie je také metoda příbuzná s klavírní terapií, která z ní vzešla a je vystavěna na stejných principech. Využívá také harmonizační sestavu. Nástroj kantele se při hře pokládá ležícímu klientovi na záda.

1. setkání – kanteleterie, harmonizační sestava.

V průběhu tohoto setkání došlo u paní Moniky ke katarzi a uvolnění, k vyjasnění a

určitému vnitřnímu náhledu. Poprvé se jí při tom spontánně vynořilo slovo „NALÉHAVĚ“ ...změnit svůj život. Uvědomovala si, že je to tak. Jednou ze změn, které pak uskutečnila byl rozvod, po němž se jí poněkud ulevilo. Také ji skončila mateřská dovolená, ze syna se stal školák a dcera začala docházet do mateřské školy. Paní Monika našla vhodné zaměstnání (MŠ, autobusová zastávka i pracoviště – vše v těsné blízkosti bydliště). Její psycho-sociální situace se však i přes tyto příznivě vyhlížející okolnosti příliš nezměnila.

2. setkání (v pořadí asi 3. a 4.) – kanteleterapie, harmonizační sestava.

Tato setkání byla zvláštní, neboť paní Monika mě navštívila v souvislosti s menstruací, která se u ní v důsledku oslabené a zablokované energie nedostavila v termínu, na nějž byla zvyklá. Paní Monika na sobě účinky kanteleterapie již měla možnost před tím prožít, takže si byla jistá, že pomoc ji může přijít i v tomto případě. Setkání se konala dva dny po sobě, a trvala vždy asi 20 minut. Další návštěva již nebyla potřebná, neboť menstruace se dostavila.

3. setkání (v pořadí asi 6.) – klavírní terapie, kompletní harmonizační sestava;

- první část – C (wun), D (tho), E (khe), F (jam), G (aham);
- druhá část – přechod (sestup);
- třetí část – kulminační, gradační C / Dmi / Emi / F-G // C / Ami / F / Dmi-Emi //;
- závěr – improvizace nad kvartovým spojem C – F / C.

Paní Monika byla v následující reflexi velmi sdílná a detailně popisovala všechno, co při hudební části pociťovala a prožívala.

První část harmonizační sestavy vnímala jako prohřívající. Pociťovala teplo v zádech, které se šířilo od šíje k ledvinám a do dolních končetin. Zároveň také směřovalo přes paže k dlaním. Paní Monika opakovaně užila tato slovní spojení: „přirozené teplo“, „přirozené proudění energie“, „pocit zdravého krevního oběhu“, „rovnováha organismu“.

Oblast hrudníku (průdušky) je choulostivým místem, kde ulpívá nahromaděný stres (to nelze v jednom setkání ošetřit, neboť se jedná o dlouhodobou záležitost – jak je patrné z anamnézy – a nedaří se změnit životní postoje, potřebné ke

skutečnému uzdravení). Zásadním zdravotním problémem je však vybočená páteř a bolest pravé ruky (důsledek neustálého přetěžování). To vše si paní Monika uvědomuje, sama hovoří o psychosomatických souvislostech, avšak svoji situaci řeší jen velmi pozvolna, s opakovanými fázemi úspěchů a neúspěchů.

Třetí část harmonizační sestavy (kulminační) v ní vzbuzovala dojem skotačení, prožívala radost a sepjetí s dětmi (tj. s rodinou).

Závěrečná část (kvartový spoj C – F) přinesl paní Monice uklidnění. Měla při něm asociace – šplouchání vody (moře), příjemná blankytně modrá barva, „symbolika toho, že jsem tam mohla být sama“, „...úleva, ...trošku smutek, ...velká úleva, ... ale i útěk a strach, ...dnes více smutku, ale nevím proč. ...Maminka na mě byla dnes do telefonu moc ošklivá...“.

Celkově: u motivu dětí prožívala paní Monika radost a vnímala je jako oporu. Blankytně modrá pro ni znamenala teplo, nadechnutí. Nejlépe ji dělalo to teplo, harmonizace, „jako když někdo léčí“ (myslela léčitele), „nejprve vyvážení a potom vyplutí emocí“. „Hodně mě dojalo, že nemohu dělat svoje povolání v němž nacházím uspokojení, sebevědomí, dělám ho dobře.“ Myslela pečovatelsví; za krátkou dobu praxe v terénu si ji lidé oblíbili a přicházely na ni příznivé reference. Nemá však zatím vlastní klientelu.

Protože v uplynulých měsících procházela důležitým životním mezníkem (podle Psychologické biografie), upozornil jsem ji na tuto skutečnost a zeptal se ji, zda v této souvislosti neprožila něco důležitého. Potvrdila, že ano, ale blíže o tom nehovořila. Uvědomuje si však, že nějaká změna v jejím životě nadchází.

9.5.3 Pavel – 39 let (Panna)

Pan Pavel je statný muž, pevného ruky stisku a stejně pevného životního postoje. Dobře si uvědomuje své možnosti. Lze o něm říci, že stojí nohama pevně na zemi, s hlavou v oblacích – takovým dojmem alespoň na druhé působí. Je ženatý, otec 3 synů. Působí jako učitel, speciální pedagog – etoped a psychoterapeut. Vzájemně nás spojuje dlouholeté přátelství, stejná spirituální východiska, podobné zájmy a terapeutické zaměření.

Pana Pavla jsem požádal o spolupráci na projektu klavírní terapie, s čímž rád souhlasil. Poněvadž jsem věděl, že asi před dvěma lety prodělal vážný úraz hlavy (prý to potřeboval, aby se mu v ní konečně rozsvítilo), seznámil jsem jej se záměrem využít klavírní

terapii k harmonizaci a rozpuštění případných energetických bloků jako reziduálních následků prodělaného úrazu¹⁵³. Zatím se uskutečnila 3 setkání; 1. setkání bylo spíše informačního rázu a jeho výsledkem byl vyplněný dotazník. Asi o měsíc později, v týdenním intervalu následovala další 2 setkání, jejichž cílem byla práce zaměřená na konkrétní obtíže. Ta se u pana Pavla projevují v oblasti bio.

1. setkání – harmonizační sestava.

Poslech v těsné blízkosti a za zády – ano. Působení se projevilo v oblasti bio. Celkově vnímal pan Pavel klavírní terapii pozitivně a souhlasí s tím, že by mohla pomoci jemu nebo dalším lidem. Na závěr jsem se jej zeptal zda nepocíťoval něco v oblasti hlavy. Prý ne, ovšem v pažích a zápěstích pocíťoval velké pnutí a tlaky, které v průběhu procedury odezněly. Zatím co hlava se jeví po úraze bez znatelných energeticky reziduálních potíží, o zápěstích se to říci nedá. Obě souvisí s úrazem hlavy – došlo u nich k zlomeninám. Z hlediska Psychologické biografie je zajímavé, že k tomuto úrazu došlo někdy mezi 37. – 38. rokem věku respondenta. Jak jsem již poznamenal, pan Pavel si skutečnost, že šlo v jeho životě o zásadní událost, dobře uvědomuje.

2. setkání – v jeho úvodu proběhla reflexe. Měl jsem připravené otázky, které se v souvislosti s předchozím setkáním vynořily a požádal jsem pana Pavla, zda by mi na ně mohl odpovědět. Týkaly se zápěstí a nějakých posttraumatických potíží:

- Projevovaly se před 1. setkáním potíže v této oblasti? – Ano.
- Na obou zápěstích? – Ano.
- Co se projevilo při 1. setkání? – Obě zápěstí, levé více.
- Pocity po setkání (tj. „úzdavné reakce“ – bolest, únava, atd.)? – Nevybavuje si je.
- Kroky ke změně? – Zatím ne. Obě ruce prý byly v současnosti zatěžovány fyzicky namáhavou prací.

Průběh klavírní improvizace: výchozí tónina **C dur**;

- úvod – část z harmonizační sestavy **C** (wun);

¹⁵³ Z praktických zkušeností s kanteleterapií vyplynulo, že k takovým případům dochází. Jedna asi 35 letá respondentka popisovala, že se v průběhu procedury ozvala místa, kde došlo v dětství k drobnějším úrazům (loket, kostrč), přičemž nyní ani po úraze k žádným zjevným potížím nedocházelo.

- druhá část – drobný nápěvek na basové prodlevě **C₁**, **C** (přechod k další části);
- třetí část – improvizace nad kvartovým spojem **C – F**;
- čtvrtá část – improvizace nad harmonií: **C / Dmi / Emi / F //**
Ami / G / F / Emi / Dmi //;
- závěr – opět improvizace nad kvartovým spojem **C – F / C**.

Pan Pavel v následující reflexi uvedl, že pocítoval tlak do obou zápěstí, ale ne tak silný, jako v 1. setkání. Také se přidala bolest nad pravým kotníkem. Z dalších projevů líčil teplo na čele, celkové zahřívání organismu, proudění energie kolem hlavy, prohloubení dechu. To se týkalo úvodní části. Při třetí části u něho došlo k proudění energie z rukou, kdy odezněla bolest v obou zápěstích, (a také nad kotníkem). Účinek vyjadřuje slovy „jemné brnění“, „léčivá síla“.

Při čtvrté části prožíval radost z přátelství, které mezi námi je. Také mu zde vystupovaly různé barevné obrazy, které jsme ovšem neinterpretovali.

Celkově: uvolnění.

V závěru jsem panu Pavlovi doporučil cviky na zápěstí – buď eurytmické cvičení s hůlkou (kroužení střídavě jedním a druhým směrem) nebo jednoduché pohyby pažemi, při nichž se harmonicky zapojují i zápěstí a dochází k zprůchodnění energetických drah¹⁵⁴.

- 3. setkání** – následovalo týden po 2. setkání a mělo zajímavý průběh. Seznámil jsem pana Pavla s tím, že bych chtěl provést určitý experiment, vedoucí k vyvrácení nebo potvrzení jedné z hypotéz. Jde o hledání odpovědi na tyto otázky: jak ovlivňuje místo kde respondent (klient) sedí (resp. Leží) působnost klavírní terapie? Je pro působení v oblasti bio důležité, aby respondent (klient) seděl zády v těsné blízkosti klavíru? Pan Pavel s tímto experimentem souhlasil a ulehl na lůžko, vzdálené zhruba 2,5 m od zadní strany pianina.

Průběh klavírní improvizace: výchozí tónina **C dur**;

- úvod – část z harmonizační sestavy **C** (wun);
- druhá část – improvizace nad kvartovým spojem **C – F**;
- třetí část – improvizace nad septimovým spojem **C – B**;

154 Např. cvičení čan-čuang z umění pěstování čchi (tj. čchi-kung) – srv. Li-tchang, 27, s. 125 – 132 i jinde.

- čtvrtá část – práce s nápěvkem nad basovou prodlevou z tónů C_1 , C , nápěvek: c^1 , g^1 / f^1 , e^1 , d^1 , e^1 / c^1 , g / – zklidnění, spočinutí;
- pátá část – opět improvizace nad kvartovým spojem $C - F / C$.

Celkový průběh byl tentokrát jiný. Před začátkem hudební části jsem se s panem Pavlem domluvil, že kdyby nedocházelo k předpokládanému účinku, přerušíme hru a začneme obvyklým způsobem. Nebyl však stanoven žádný konkrétní signál, naznačující, že k takové situaci došlo, takže vše záleželo jen na vzájemné neverbální interakci. V jedné chvíli (zhruba asi ve druhé části) jsem chtěl pana Pavla vyzvat, zda by se mohl přemístit, ale tento tlak naštěstí povolil. Naštěstí proto, neboť následující dění se odvíjelo v uvolňující atmosféře.

Pan Pavel vnímal toto setkání také jinak. Působení klavírní terapie bylo prý intenzivnější a více je vnímal celým tělem (tomu odpovídá i poměrně dlouhé a intenzivnější exponování úvodní části harmonizační sestavy). Energie tentokrát výrazněji proudila přes nohy – od nártů po holeně (více je „cítí“ – ta místa jsou namáhána při sportu, a proto si je maže hojivou masťou), ozvala se opět obě zápěstí, levé více.

Ukázalo se také, jak ošemetná může být poloha, kdy klient leží na zádech: pan Pavel líčil svůj stav vědomí, kdy se nacházel v relaxovaném stavu mezi bdělým vědomím a spánkem. Tento stav byl spojen s vnímáním zvláštních obrazů, znějící hudby a vlastního těla. Při tom si – podle svých slov – tento stav uvědomoval a dokázal v něm setrvat, zná jej.

Zde je tedy potřeba velké opatrnosti. Při obvyklém sezení na židli, zády ke klavíru, s nohama spočívajícími na zemi, k změněným stavům vědomí pravděpodobně tak snadno nedojde. Ovšem to je předmět dalších šetření, na nichž se pan Pavel rozhodl spolupracovat.

Toto setkání tedy celkově přineslo nečekané výsledky a podněty k dalším experimentálním šetřením.

9.5.4 Hana – 39 let (Vodnář)

Paní Hana je pečlivá žena se smyslem pro pořádek. Mezi její vlastnosti patří pracovitost, obětavost a svědomitost. Často však dělá více věcí než by musela, což ji na jedné straně může přinášet uspokojení, zvláště pokud si toho někdo všimne a dovede to ocenit,

avšak v opačném případě je to pro ni zraňující a nepochopitelné, zejména když její úsilí vychází vniveč. Potřebuje mít dobré mezilidské vztahy a je pro to ochotná vykonat skutečně mnoho. Někdy i to, co je pod její důstojnost. Zřejmě proto, aby v očích druhých „byla dobrá“, aby se jim zavděčila. Asi málokdy a málokde se dovede skutečně uvolnit. Pracuje jako asistentka v sociálně terapeutických dílnách. Je bezdětná, žije s druhem.

Paní Hana prodělala zhruba před měsícem dekompresní operaci karpálního tunelu na levém zápěstí. Pravé zápěstí provází syndrom karpálního tunelu a operace zde bude pravděpodobně také nevyhnutelná.

Požádal jsem paní Hanu o spolupráci na projektu klavírní terapie a vysvětlil ji, oč se bude jednat. V minulosti na sobě prožila účinky kanteleterie (tehdy se jednalo myslím o bolavá záda) a klavírní terapie se před několika měsíci zúčastnila jako respondentka, takže ji nepřekvapilo, že bychom se nyní mohli terapeuticky zaměřit na její zdravotní potíže a souhlasila s mým návrhem (možná i proto, že ví, jak je pro její práci takové experimentální šetření důležité).

1. setkání – těžiště převážně v harmonizační sestavě.

Cílem tohoto setkání bylo experimentální šetření a získání pokladů k vyplnění dotazníku. Paní Haně poslech za zády a v těsné blízkosti klavíru vyhovoval. Klavírní terapii jako model muzikoterapie by si vybrala a souhlasí s tím, že by buď jí nebo někomu druhému mohla pomoci. Účinky se u ní projeví v psychosociální oblasti a vnímala to pozitivně.

V závěru krátké reflexe jsem paní Haně pověděl, že sice chápu její potřebu dokonalosti (perfekcionismu) – jsem na tom svým způsobem podobně, avšak druzí lidé mohou být na jiné úrovni, a tak jeví-li se nám jako nepořádní a nedůslední, nemusí to být z nedostatku dobré vůle – prostě jsou jací jsou, a ať dělají, co dělají, nebudou zkrátka jako my, zcela určitě však mají jiné přednosti. K vlastní spokojenosti a vyrovnanosti je potřeba naučit se tuto skutečnost respektovat a být k druhým více tolerantní, vstřícnější a mít pro ně větší pochopení. Také jsme hovořili o uvolnění a odpočinku. Paní Hana tyto informace sice přijímala, avšak její pozornost těsně před koncem setkání se obrátila k uschlým listům květiny, kterou v době její nepřítomnosti nikdo nezalil...

2. **setkání** – uskutečnilo se v současné době, po operaci, a bylo zaměřeno na případné pooperační potíže energetického rázu.

Průběh klavírní improvizace: výchozí tónina **C dur**;

- úvod – část z harmonizační sestavy **C** (wun);
- druhá část – improvizace nad kvartovým spojem **C – F**;
- třetí část – improvizace nad sekundovými a septimovými spoji: **C / Dmi / Emi / F / Emi / Dmi / C //**;
- čtvrtá část – opět část z harmonizační sestavy **C** (wun);
- závěr – improvizace nad kvartovým spojem **C – F / C**.

Paní Hana v následné reflexi uvedla, že „to cítila v hlavě“, prý má pylovou alergii a hlava ji před začátkem setkání bolela, v průběhu procedury však tato bolest odezněla. Ruce nebyly tak dominantní jako hlava, levá (ta operovaná) se jevila jako klidnější a průchodnější než pravá. Levou si teď více šetří, avšak pravou namáhá o to více. V průběhu setkání však došlo k uvolnění i této ruky.

V závěru reflexe jsem paní Haně důvěrně řekl, že si myslím, že ji druzí budou mít rádi, i když nebude ze svého pohledu naprosto dokonalá a udělá jen polovinu toho, co dělala dosud. Také zaznělo téma odpočinku. Po něm se rozhovor stočil k Maroku, kde byla paní Hana před časem na dovolené. Cítila se tam prý velmi dobře a prožívala velké uvolnění. Hovořila o svobodě. Změna prostředí a kultury ji prospěla. Lidé tam byli sice chudí, ale zato bezprostřední a pohostinní. Zjistila, že když bude respektovat jejich určité místní zvyklosti, může se všude pohybovat volně a bezpečně. Zdá se, že zde se vynořilo její osobní téma: „**být sama sebou**“.

3. **setkání** – uskutečnilo se následující den po 2. setkání. Verbální část se tentokrát omezila jen na ta nejnutnější sdělení. Paní Hana měla levé zápěstí stažené ortézou, což předchozí den neměla. Ptal jsem se ji, zda se po včerejší proceduře něco přihodilo. Večer prý ji začala bolet jizva.

Průběh klavírní improvizace: harmonizační sestava;

- první část – **C** (wun), **D** (tho), **E** (khe), **F** (jam), **G** (aham);
- druhá část – přechod;
- třetí část – improvizace nad sekundovými spoji: **C / Dmi / Emi / F / G //**;
- závěr – improvizace nad kvartovým spojem **C – F / C**.

Paní Hana hovořila o tlacích v hlavě (podobně jako předchozí den), které mohou mít souvislost i s nadcházející premenstruační tenzí. Také se prý trochu ozvalo pravé koleno, u něhož se do budoucna jeví potřeba operativního zákroku. Tlaky v rukou dnes nepociťovala.

Celkově: dnes více intenzivní působení, paní Hana vnímala proudění energie v celém těle. Druhý den mělo následovat další setkání, ale nevyšlo nám to. Pokračovat v započatých setkáních však budeme podle potřeby i dále.

9.6 Výsledky a jejich interpretace

Experimentální šetření přineslo řadu důležitých poznatků týkajících se možností a využití klavírní terapie. Výsledky dotazníkového šetření jsou uvedeny v následujících grafech a představují spíše obecnou rovinu zkoumané problematiky. Případové studie oproti tomu přinášejí výsledky z terapeutického procesu, kde byly zkoumány účinky klavírní terapie v souvislosti s konkrétními případy, na nichž byla klavírní terapie aplikována.

9.6.1 Terénní fáze experimentálního šetření

Terénní fáze experimentálního šetření byla založena na dvou odlišných metodách přístupu ke zkoumané problematice. Ukázalo se, že v době, v níž mohlo probíhat dotazníkové šetření, se nepodařilo zajistit větší počet respondentů, než oněch 22. Částečně je to dáno tím, že jsem pečlivě vybíral koho oslovím, přičemž mi šlo o to, aby se dotazníkového šetření zúčastnili především ti respondenti, pro něž by klavírní terapie mohla představovat zajímavou zkušenost i účinnou pomoc, pokud by ji v budoucnu potřebovali. Velkou část této doby také bylo k dispozici pouze jedno místo, kde se mohla klavírní terapie uskutečňovat, a to představovalo řadu realizačních omezení – časových i organizačních (např. pro některé potenciální respondenty bylo prakticky nemožné, aby se se mnou v nějaký konkrétní čas a na daném místě sešli). Zajištěním druhého místa vznikl prostor pro terapeutickou i experimentální činnost, která se ovšem teprve počíná rozvíjet, takže její výsledky už nebude možno zahrnout do současného experimentálního šetření.

Souběžně s dotazníkovým šetřením probíhalo i hlubší šetření, představující opakovaná terapeutická setkání s vybranými respondenty a cílenější práci na jejich „případu“. Výhodou zde byla relativní znalost těchto respondentů a jejich dřívější účast na přechodných šetřeních, na něž jsem mohl navázat a sledovat jejich případné proměny ve zkoumaných oblastech.

9.6.2 Interpretace výsledků a dílčí závěry

Výsledky dotazníkového šetření umožňují lépe zacílit klavírní terapii, neboť přinášejí odpověď na některé základní otázky. První z nich zní:

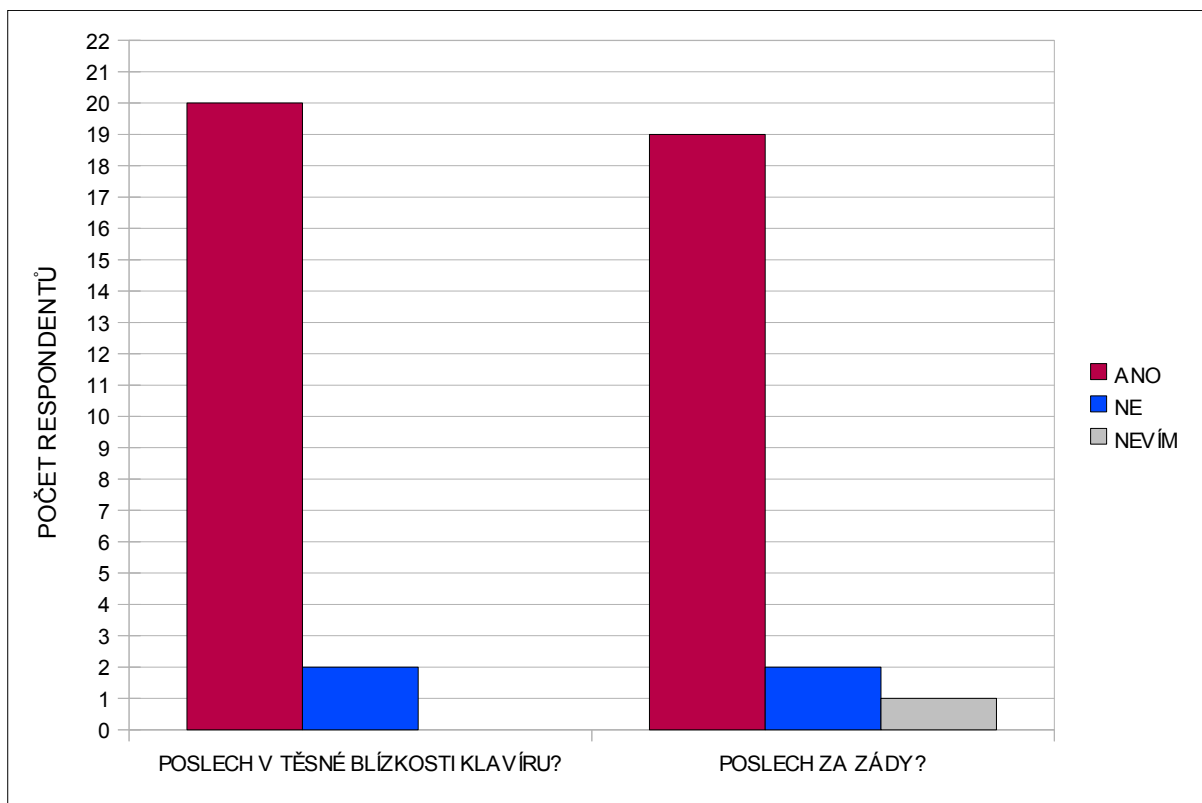
● Jak vhodný je poslech v těsné blízkosti a zády ke klavíru?

Cílem této otázky bylo zjistit, zda klavírní zvuk exponovaný v bezprostřední blízkosti není pro respondenty příliš silný a není-li spojen s nepříjemnými vjemy, zvyšujícími psychofyzické napětí.

Z Grafu 1 je patrné, že v drtivé převaze respondentům jak poslech v těsné blízkosti, tak i za zády **vyhovuje**. Vyjádřeno v procentech:

poslech v těsné blízkosti klavíru.....	Ano 91%	Ne 9%	Nevím 0%
poslech za zády.....	Ano 86%	Ne 9%	Nevím 5%

Graf 1 Poslech v těsné a blízkosti klavíru a poslech za zády



Někteří respondenti uvedli, že pro ně blízký kontakt s klavírním zvukem představoval intenzivnější prožitek. V rámci zachování objektivity je zde nutno přihlídnout k specifčnosti improvizace v klavírní terapii – hudba se zpravidla pohybuje ve střední dynamice, hudební

proud bývá plynulý, bez prudkých dynamických a tempových výkyvů. V artikulaci převažují vázané tóny (legato) a ostrá staccata se téměř nevyskytují. Taková tendence alespoň v případě prováděného experimentálního šetření převažovala.

U respondentů, jimž poslech v blízkosti klavíru nevyhovoval, se může jednat o celou řadu příčin, které lze diagnostikovat a zpracovávat terapeuticky – pokud spadají do kompetence muzikoterapeutické intervence. To samé platí i v případě problémů s poslechem za zády. Tato domněnka se ukázala jako oprávněná v případě kazuistiky paní Ivony (kapitola 9.5.1). Někdy může být (i zjevnou) příčinou také přechodný (právě aktuální) stav respondenta, kdy je momentálně indisponován (je např. zvýšeně citlivý, unavený, podrážděný, napjatý, ovlivňují jej symptomy přicházejícího onemocnění apod.). Tuto skutečnost sledovala další otázka:

● **Jak ovlivňuje aktuální stav klienta (respondenta) vhodnost poslechu v těsné blízkosti a zády ke klavíru?**

Pro více respondentů byla tato otázka těžko pochopitelná a bylo třeba jim dovysvětlit, že jde spíše o předpoklad, založený na vlastním sebepoznání. Někdo o sobě ví (má to vyzorované), že je spíše povahy stálejší a jeho nálady se v závislosti na vnějších i vnitřních faktorech výrazně neproměňují. Někdo je naopak mnohem citlivější k působení těchto faktorů a jeho nálady bývají proměnlivé.

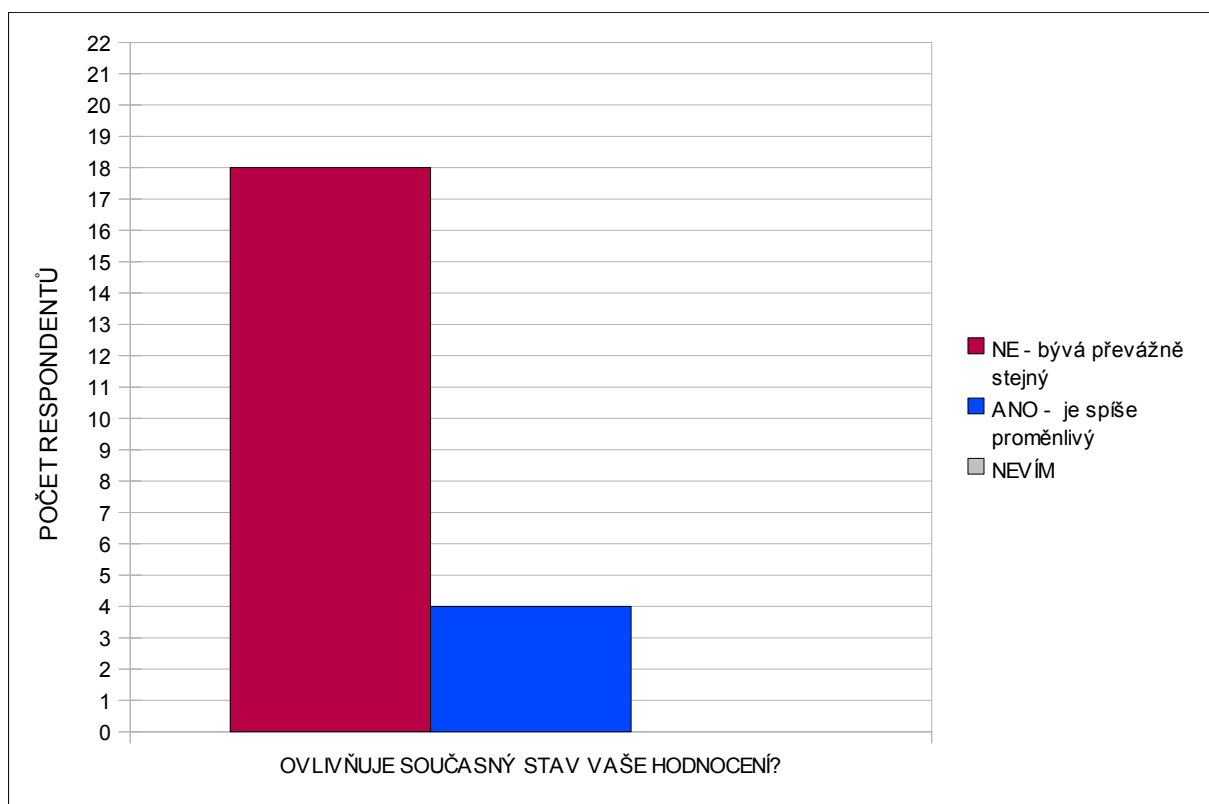
Šetření v této oblasti poukazují na skutečnost, kdy většina respondentů se domnívá, že jejich aktuální stav **nemá podstatný vliv** na hodnocení vhodnosti zvolené metody poslechu.

Poněvadž se však jedná o předpoklad a respondentům prakticky chybí konkrétní zkušenost s jiným průběhem klavírní terapie, než který většinou v rámci experimentálního šetření jednorázově zažili, je nutno vzít na zřetel i tuto skutečnost. I lidé, které téměř nic nevyvede z míry, mohou být překvapeni. Hudba je – jak známo – v tomto ohledu velmi silným prostředkem.

Graf 2 přináší srovnání:

Ne – stav bývá převážně stejný.....	82%
Ano – stav je spíše proměnlivý.....	18%
Nevím.....	0%

Graf 2 Vliv aktuální stavu respondenta na hodnocení vhodnosti poslechu v těsné blízkosti a zády ke klavíru.



Cílem dalších otázek bylo zjistit, jak respondenti vnímají a přijímají klavírní terapii:

- **Může být klavírní terapie pro potenciální klienty nějak zajímavá a může jim prospívat?**

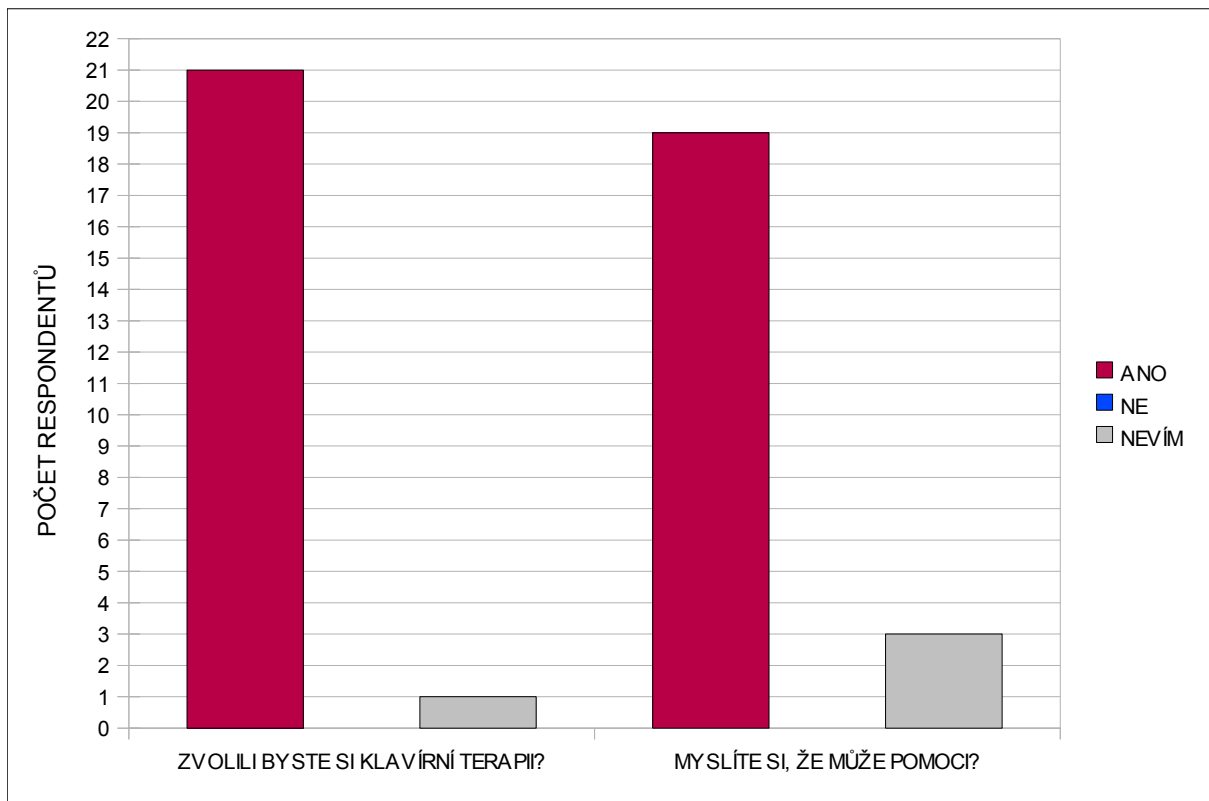
Zvolili byste si klavírní terapii?..... Ano 95% Ne 0% Nevím 5%

Myslíte si, že může pomoci?.....Ano 86% Ne 0% Nevím 14%

Respondenti na první z těchto dvou otázek odpověděli až na jednoho z nich **kladně**. **Klavírní terapie** jim podle jejich slov **přináší nevšední zážitek**¹⁵⁵. Žádné negativní ohlasy nebyly zaznamenány. Respondent, který uvedl, že neví, zda by si klavírní terapii zvolil, přistupoval k této otázce zodpovědně – byla to jeho první zkušenost a nezná tedy všechny souvislosti a „tváře“ klavírní terapie na to, aby mohl hodnotit jinak. Ovšem na druhou z těchto otázek odpověděl souhlasně, tedy „Ano“ – myslí si, že klavírní terapie může pomoci jemu nebo nebo někomu druhému. Na tuto otázku odpověděli 3 respondenti „Nevím“, zbývajících 19 uvedlo „Ano“. Opět tedy většina odověděla **kladně**. Srovnání viz Graf 3:

¹⁵⁵ Některé odpovědi respondentů souvisejí s otázkou „Jaký je Váš vztah ke klavíru?“ a budou citovány u ní.

Graf 3 Atraktivita a terapeutická potřeba (využitelnost) klavírní terapie



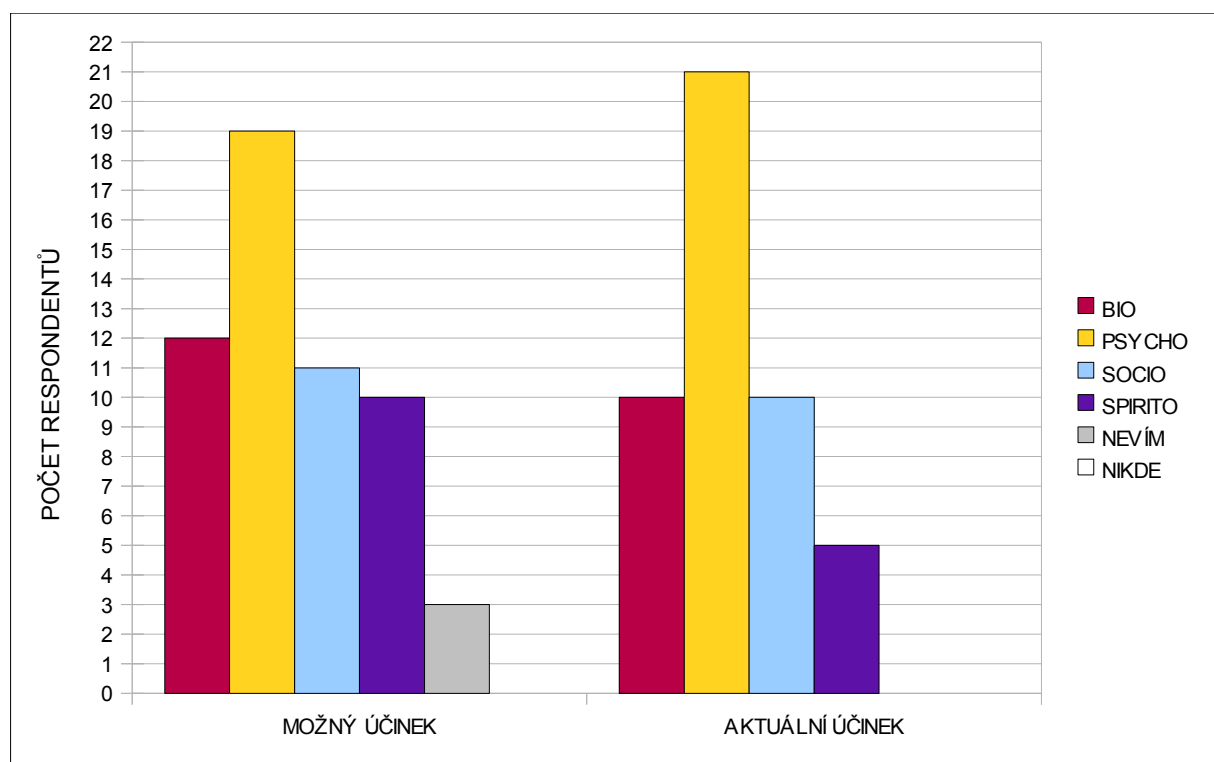
Na druhou z předchozích dvou otázek navazovaly další dvě:

- **Pokud klavírní terapie může pomoci, v jaké oblasti lidské bytosti?**
- **Pokud se účinky klavírní terapie v jejím průběhu projeví, v jaké oblasti lidské bytosti?**

Zde se **splnil** předpoklad uvedený v hypotéze, totiž že klavírní terapie je nejúčinnější v oblasti psycho, tedy v práci s emocemi. Zajímavé srovnání pak přináší Graf 4:

Působení v oblasti	Předpokládané účinky	Aktuálně pocíťované účinky
Bio.....	56%	45%
Psycho.....	86%	91%
Socio.....	50%	45%
Spirito.....	45%	23%
Nevím.....	14%	0%
Nikde.....	0%	0%

Graf 4 Porovnání účinků klavírní terapie – působení v oblasti bio-psycho-socio-spirito; možný a aktuální účinek



Zde se ukazuje zajímavý fenomén, z něhož vyplývá, že **klavírní terapie působí ve všech oblastech lidské bytosti**. V rámci jednoho experimentálního setkání se samozřejmě nepromítne to, co se by se mohlo projevit až v průběhu terapeutického procesu.

Také je zajímavé, jak uvažují jednotliví respondenti o možných účincích klavírní terapie. Někteří na základě získané zkušenosti uvádějí jen ty oblasti, v nichž se jich samotných dotkl účinek klavírní terapie (což může např. znamenat, že na základě této osobní zkušenosti by doporučili či nedoporučili klavírní terapii druhým), kdežto jiní (těch je mírně nadpoloviční většina) uvádějí i oblasti, v nichž sami sice nepocítli přímý účinek, avšak dovedou si nějakým způsobem představit a odvodit, že za jiných okolností by k němu mohlo dojít – buď u nich samotných nebo i někoho jiného.

Z tohoto šetření také vychází jednoznačná odpověď na následující otázky:

- **Projevují se nějaké účinky při aplikování klavírní terapie?**
- **Lze je vnímat pozitivně?**

V obou případech byla odpověď **u všech** respondentů jednoznačně **kladná**:

Projevily se u Vás nějaké účinky klavírní terapie?...Ano 100%

Vnímáte je pozitivně?..... Ano 100%

Z hlediska prováděného experimentálního šetření jsou zajímavé i odpovědi respondentů v druhé části dotazníku, kdy byli vyzváni aby svými slovy vyjádřili svůj vztah ke klavíru. Následující citace vybraných odpovědí ponechávám bez komentáře:

● **Jaký je Váš vztah ke klavíru?**

„Rozechvěje srdíčko, pohladí dušičku. Utváří děj, vypráví životní příběh. Děkuji.“

„Velmi pozitivní, klavír při vhodném užití, radostné a vzletné melodie, na mne působí vzdušně a uvolňujícím pocitem na srdce i na celé tělo.“

„Klavír mám rád, jeho hudba ve mně vyvolává vize krásných světů. (...)“

„Mám klavír ráda, od mala na něj hraju, prožila jsem si období, kdy jsem na něj hrála z povinnosti a to způsobilo mou odtazítost. Dnes se k němu však ráda vracím, vyhovuje mi jeho široký rozsah oktáv. Poslech zády byl pro mě 1. zkušenost s tak intenzivním vnímáním zvuku klavíru. Byl to příjemný zážitek.“

„Pozitivně mě překvapil.“

„Velice pozitivní, hraju i sama.“

„Můj vztah je velmi kladný, od mala jsme měli klavír doma, na který hrál otec, a vždy bylo pro mě příjemné, když nám hrál.“

„Z hudebních nástrojů patří k těm oblíbeným (lahodícím uchu).“

„Kladný. Klavír je ušlechtilý nástroj, působí na mě velmi pozitivně. (...)“

„Pozitivní. Klavír je pro mě jeden z nejhezčích a nejkompletnějších nástrojů. Mám jej moc rád.“

„Rád si na klavír improvizuji – má mnoho krásných tónů.“

„Kladný, oblíbený hudební nástroj.“

„Božský nástroj, dokáže krásně pracovat s emocemi, potřebuje velmi citlivého člověka. Krása.“

Kromě dotazníkového šetření přinesly řadu podnětných výsledků i kazuistiky zkoumaných případů. I když jsou tato šetření, týkající se možnosti a využití klavírní terapie, teprve v samých začátcích, tak i přesto lze pozorovat určité tendence, k nimž klavírní terapie inklinuje. Na tomto místě tedy považuji za vhodné opět si připomenout otázky a hypotézy a pokusit se na ně na základě výsledků experimentálního šetření odpovědět.

1. Jak vhodný je poslech v těsné blízkosti a zády ke klavíru?

Experimentální šetření a výpovědi respondentů poukazují na to, že je hodnocen jako pozitivní. V průběhu šetření se však ukázala jako možná a celkově intenzivněji působící varianta s poslechem mimo bezprostřední blízkost klavíru.

2. V čem je klavírní terapie přínosná a jak bude přijímána potenciálními klienty muzikoterapie?

Nosným prvkem klavírní terapie je hudba. To, že se jedná o tektonicky vyvážený hudební celek a ne o neharmonickou tříšť zvuků, pomáhá využívat její léčebný potenciál a obnovovat harmonii tam, kde byla porušena. Respondenti, kteří měli možnost absolvovat klavírní terapii, byli většinou mile překvapeni a přijímali ji kladně.

3. Jaké výhody a nevýhody má v porovnání s jinými modely muzikoterapie?

Mezi výhody patří: živě hraná a improvizovaná hudba na „živý“ nástroj s velkým tónovým rozsahem, velkými výrazovými možnostmi a vynikajícími rezonančními vlastnostmi. Cílená terapeutická práce s hudbou.

Nevýhody: nemožnost využít klavír v „terénu“ (např. u imobilních klientů, ve zdravotnických zařízeních atd.) a nutnost docházky klientů na konkrétní místo, potřeba a závislost na odborné péči o nástroj (ladění, servis).

4. Jak terapeuticky účinné jsou metody klavírní terapie a v jaké oblasti lidské bytosti se jejich účinky projevují (tj. bio-psycho-socio-spirito)?

Ukázalo se, že účinky klavírní terapie jsou překvapivě výrazné a působí ve všech oblastech lidské bytosti; nejvýrazněji se projevily v oblasti psycho a bio. Nějaké pozitivně hodnocené účinky se dostavily bez výjimky u všech respondentů.

5. Je jejich terapeutické působení kauzální nebo spíše symptomatické?

Na tuto otázku nelze odpovědět zcela jednoznačně. Ukázalo se, že klavírní terapie působí výrazně i v oblasti bio, tj. že působí na obnovení a hamonizaci toku životní energie. Její působení prochází celým člověkem a dotýká se i oblasti spirito, takže potenciál či impuls k uzdravení klienta tu je. Záleží ovšem na druhu onemocnění, zda vůbec trvalé uzdravení přichází v úvahu. Je také na klientovi, jaký postoj ke svému zdraví, nemoci a životu obecně zaujme. Praxe klavírní terapie ani experimentální šetření nejsou dosud rozvinuty do té míry, aby bylo možno přinést objektivní závěry.

6. Jaké cílové skupině je klavírní terapie určena?

Tato otázka zatím zůstává víceméně otevřená, neboť teprve praxe ukáže více. Klavírní terapie byla podle předchozích, celkem nepatrných zkušeností zaměřena především na práci s emocemi, její předpokládané působení v oblasti psycho se také potvrdilo, ovšem z šetření vyplývá, že její působení je výrazné i v oblasti bio. Zatím je tedy klavírní terapie určena dospívajícím a dospělým lidem, kteří usilují o svůj osobní rozvoj nebo mají nějaké psychosomatické potíže.

7. Jaké jsou terapeutické indikace a kontraindikace?

Na základě současného stupně vývoje klavírní terapie ji lze využít tam, kde se objevují symptomy (energetické) nerovnováhy v lidském organismu (různé bolesti v průběhu energetických drah, způsobené energetickými bloky), emocionální výkyvy (rozladění, proměny nálad). Další a především vážnější případy nejsou zatím praxí ani experimentálním šetřením podepřeny.

Kontraindikace: symptomy a akutní bolesti nejasného původu a všechny ostatní případy, vyžadující neodkladnou lékařskou péči. Zda sem zařadit i epilepsii či srdeční vady, to se zatím nepodařilo potvrdit ani vyvrátit.

8. Je forma klavírní terapie ryze individuální nebo může být i párová či skupinová?

Bylo experimentálně zjištěno, že při párové formě došlo k ovlivnění dynamiky setkání jedním respondentem na úkor druhého. To sice nebylo úmyslné, avšak

aktuálně se vyvíjející stav dotyčného respondenta, k němuž docházelo v průběhu setkání, se promítl i do průběhu klavírní improvizace¹⁵⁶. Při cíleném působení v oblasti bio je tedy na místě individuální forma. Při cíleném působení v oblasti socio (či psycho-socio) však párová nebo skupinová forma může podpořit požadovaný terapeutický záměr, jak nepřímo dokazují zkušenosti z muzikoterapeutické praxe. K cíleným šetřením s konkrétním využitím klavírní terapie však zatím nedošlo.

K uvedeným hypotézám:

1. Metody klavírní terapie zaměřené na práci s harmonickými spoji mohou příznivě působit na zvládání emocí (oblast psycho).

Tato domněnka se podle experimentálního šetření **potvrdila**.

Vycházela především z teoretických poznatků (afektivní teorie, Janáčková „Nauka o spojích souzvuků“) a praktických zkušeností (poslech a analýza skladeb, hudební a terapeutická praxe), však teprve dlouhodobá a cílená terapeutická práce (a další experimentální šetření) s klienty může přinést odpovídající kvalitativní výsledky.

2. Harmonizační sestava může příznivě působit na psychosomatické obtíže (oblast bio-psycho).

Tato domněnka se ukázala jako **opodstatněná**, neboť k tomuto působení skutečně opakovaně docházelo a je zdokumentováno i v uvedených kazuistikách, avšak ukázalo se také, že k harmonizaci dochází i při exponování pouze úvodní části harmonizační sestavy na tónu C a vokálu **wun**. Dosud ovšem neproběhla šetření, při nichž by bylo srovnávací metodou ověřováno působení harmonizační sestavy s jinými typy hudby.

3. Klavírní terapie je neúčinnější v individuální formě, především v oblasti bio a psycho (příp. spirituální); v párové nebo skupinové formě bude její účinek v oblasti bio oslaben, avšak výrazněji se projeví v oblasti socio.

¹⁵⁶ Tehdy se jednalo o manželský pár, kdy žena seděla za klavírem (a procedura byla určena jí), zatím co muž seděl asi ve vzdálenosti 5 m od klavíru a v průběhu harmonizační sestavy určené ženě pocíťoval velké tlaky v hlavě (ty však po chvíli odezněly).

Tato domněnka, vychází z obecných zkušeností, kdy individuální pomoc lze zacílit na konkrétní potřeby konkrétního klienta. V případě klavírní terapie se ukazuje jako **opodstatněná**, avšak jaké možnosti se naskýtají při využití párové či skupinové formy **nebylo zatím experimentálně ověřeno**.

Z uvedených výsledků vyplývají následující závěry:

- Klavírní terapie se jeví jako využitelný a účinný model hudební terapie, s účinky působícími ve všech člancích lidské bytosti.
- Metody hudební části klavírní terapie poukazují na fenomén bezprostředně působících sil, jejichž potenciál nebyl dosud experimentálně ověřen a využit, neboť se v takovém rozsahu ani nepředpokládal.

10 Závěr

Tato práce byla zpočátku myšlena jako hledání možností a využití klavírní improvizace v muzikoterapii. V úvodu kapitoly 3, věnované improvizaci, jsem napsal toto: „*Improvizace je pozoruhodný fenomén společný jakémukoliv lidskému konání.*“. Do určité míry tomu bylo u psaní tohoto díla také tak. Tím nemá být ovšem řečeno, že by práce na něm od samého začátku postrádala jasnou strukturu, neboť celou dobu jsem měl na zřeteli jasný cíl – poukázat na ne zcela probádané a vědomě využívané oblasti složek hudby. Tušil jsem, že v nich je skryto velké tajemství působnosti hudby, poněvadž jsem se jich celé roky dotýkal, v touze po poznání. Příhodilo se při tom ovšem cosi pozoruhodného.

Každá kapitola, v níž jsem se vzevrubně zabýval určitým tématem, by se dala přirovnat ke krajině, kterou jsem znal dosud více či méně jen povrchně. Nyní jsem ji mohl proputovat, poznat ji důvěrněji a odnést si sebou nabyté zkušenosti. Tak jsem se někde setkal s tím, co mi již bylo známo, neboť jsem se vracel do krajiny, kterou jsem už dříve navštívil. Jinde jsem spatřil to, co jsem spontánně také objevil. Avšak ještě na jiných místech se přede mnou rozkrývaly zcela nové obzory.

Jinými slovy – mnohé jsem se při práci na tomto díle naučil. Objevil jsem pro sebe řadu poznatků, které se mi staly podnětem k formování jedinečné podoby klavírní improvizace. To bylo oním pozoruhodným fenoménem, improvizací – nebo řekněme kreativitou, jež oživila toto dílo nepředvídatelnými prvky. Tak se vlastně zrodila klavírní terapie a posléze se začala projevovat jako svébytný model hudební terapie. Ukázalo se také, že její léčebný potenciál bude asi větší, než jsem předpokládal, ...a než budu moci v krátké době experimentálně ověřit a prokázat.

Žel, nepodařilo se mi zatím uspokojivě ověřit, zda působí harmonické spoje a práce s nimi tak, jak předpokládám. Zda se naplní předpoklady o užití principu regrese a progresu v procesualnosti terapeutického setkání, např. v případech emočního přeladění. Pouze na základě dosavadních zkušeností se současnými klienty, u nichž verbální zpětná vazba není reálně proveditelná, se neodvážuji vyslovovat ukvapené a nepodložené závěry.

Píšu-li o životní energii, o jejím proudění, jak je popisují respondenti, pak se rozhodně nejedná o něco, co bych chtěl nějak zveličovat a cíleně vyhledávat. Je to zcela přirozeně vyskytující se jev, působící spontánně, podle určitých zákonitostí. Nechci jej záměrně vyvolávat ani do zákonitostí jeho plynutí uměle zasahovat. Nemám dosud vhled ani znalosti

činského lékaře. Zatím se osvědčuje působení založené na zákonitostech hudebně tektonických principů. K účinkům, které jsem popsal v kazuistikách a ve výsledcích dotazníkových šetření, jsem dospěl prostým užitím docela jednoduchých prvků. Lze říci, že dosud jsem využil možností práce s jednotlivými složkami hudby jen v nepatrné míře. Domnívám se, že do budoucna bude v tomto ohledu záležet i na klientele, kterou si klavírní terapie získá.

Často si pokládám otázku na téma „jak je u nás v současné muzikoterapii využívána hudba“. Už jenom skutečnost, že akreditované studium muzikoterapie může být v současnosti plnohodnotně uznáno pouze speciálním pedagogům a psychologům, leccos napovídá o směřování české muzikoterapie. O kompetencích těchto specialistů v jejich oborech není pochyb. Kde je však hudba, pokud uchazeči o studium muzikoterapie nemusí mít předchozí hudební zkušenosti? Lze tento nedostatek během dvou či tří let studia muzikoterapie dohnat?

Pokud bude absolvent využívat v terapii hudbu (či její elementární prvky) jako pomocného prostředku, tj. „hudba v terapii“, pak zcela jistě vystačí s hudebními zkušenostmi, jimiž jej studium muzikoterapie vybaví. Zde se nabízí řada přístupů a těžiště terapeutické práce je především v (re)edukační a (pro)sociální oblasti. Pokud by chtěl ovšem využívat hudbu jako hlavního prostředku, tj. „hudba jako terapie“, pak by jistě narazil na řadu úskalí, jež by bez praktických hudebních zkušeností a hlubšího pronikání do tajů a zákonitostí hudby těžko překonával.

Tato práce je zaměřena na využití skutečného potenciálu hudby jako terapeuticky svébytného fenoménu.

Prameny a citovaná literatura:

1. **Abd-ru-shin:** Ve Světle Pravdy. Poselství Grálu (Stiftung Gralsbotschaft, Stuttgart 1990)
2. **Barraqué, Philippe:** Léčivá síla hlasu. Techniky léčení hlasovou terapií (Eugenika, Bratislava 2002)
3. **Beníčková, Marie:** Muzikoterapie a specifické poruchy učení (Grada Publishing, Praha 2011)
4. **Břicháčková, Marie:** Problémy sluchové percepce z pohledu muzikoterapie (disertační práce, MU PedF, Brno 2006) [online]. Dostupná z WWW: http://is.muni.cz/th/68902/pedf_d/
5. **Černý, Miroslav, Karel:** Hudba antických kultur (Academia, Praha 2006)
6. **Felber, Rosmarie; Reinhold, Susanne; Stückert, Andrea:** Muzikoterapie. Terapie zpěvem (Fabula, Hranice na Moravě 2005)
7. **Franěk, Marek:** Hudební psychologie (Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum 2009)
8. **Geist, Bohumil:** Původ hudby (Editio Supraphon, Praha - Bratislava 1970)
9. **Gillernová, Ilona; Malotínová, Miriam:** Psychologie pro střední školy (SPN, Praha 1996)
10. **Gjuričová, Šárka; Kubička, Jiří:** Rodinná terapie. Systemické a narativní přístupy (Grada Publishing, Praha 2009)
11. **Goleman, Daniel:** Emoční inteligence (Columbus, Praha 1997)
12. **Grigová, Věra:** Všeobecná hudební nauka (ALDA, Olomouc 2001)
13. **Hrabica, Miroslav:** Co nám tělo říká aneb Po stopách nemocí (M. Hrabica, Zlín 1997)
14. **Hutter, Josef:** Hudební nástroje (Nakladatelství František Novák, Praha 1945)
15. **Hůla, Zdeněk:** Nauka o kontrapunktu (Editio Supraphon, Praha 1985)
16. **Janáček, Leoš:** Hudebně teoretické dílo II - Studie, Úplná nauka o harmonii (Editio Supraphon, Praha 1974)
17. **Janeček, Karel:** Melodika (SNKLHU, Praha 1956)
18. **Jílek, Zdeněk:** O klavíru (AMU, Praha 1996)
19. **Jiráček, Karel Boleslav:** Nauka o hudebních formách (HMUB, Praha 1946)
20. **Kantor, Jiří; Lipský, Matěj; Weber, Jana a kol.:** Základy muzikoterapie (Grada Publishing, Praha 2009)
21. **Kofroň, Jaroslav:** Učebnice harmonie (Editio Supraphon, Praha 1991)
22. **Kohoutek, Ctirad:** Hudební kompozice (Editio Supraphon, Praha 1989)
23. **Konvalinková, Jana:** Pentatonická stupnice, tónina starověké Číny, její historie a

použití ve waldorfské pedagogice pro výchovu předškolního a mladšího školního věku (text ke konferenci OSU 2009) [online]. Dostupný z WWW:
<http://konference.osu.cz/khv/2009_3/file.php?fid=45>

24. **Kouba, Jan:** ABC hudebních slohů (Editio Supraphon, Praha 1988)
25. **Köhler, Jiří:** Umění kytarové hry (Panton, Praha 1984)
26. **Krček, Josef:** Musica Humana (Fabula, Hranice na Moravě 2008)
27. **Kulka, Jiří:** Psychologie umění (Grada Publishing, Praha 2008)
28. **Kuna, Milan; Lockerová, Jiřina; Šmerda, Ondřej:** Skladatelé světové hudby (Fragment, Praha 1993)
29. **Li-tchang, Ma:** Umění pěstování čchi a ozdravení těla (Svítání, Hradec Králové 1998)
30. **Loudová, Ivana:** Moderní notace a její interpretace (AMU, Praha 1998)
31. **Marek, Jiří a kol:** Akupresura a přírodní prostředky v domácí léčbě (Grada Publishing, Praha 1997)
32. **Marek, Vlastimil:** Hudba jinak (Eminent, Praha 2003)
33. **Mazurek, Jan:** Stručné dějiny evropské hudby (Montanex, Ostrava 1992)
34. **Modr, Antonín:** Nauka o harmonii v otázkách a odpovědích (Edition Č. H., Praha 1994)
35. **Modr, Antonín:** Hudební nástroje (Editio Supraphon, Praha 1982)
36. **Müllerová-Paloučková, Marcela; Palouček, Jan:** Cesta k životu (Dona, České Budějovice 1991)
37. **Nakonečný, Milan:** Lidské emoce (Academia, Praha 2000)
38. **Poledňák, Ivan:** Stručný slovník hudební psychologie (Editio Supraphon, Praha 1984)
39. **Popovič, Mikuláš:** Modulace (UJEP, Ústí nad Labem 1998)
40. **Poš, Vladimír a kol.:** Perspektivy Orffovy školy v hudební výchově (sborník studií Comenium Musicum 7) (Editio Supraphon, Praha – Bratislava 1969)
41. **Pulchertová, Lena:** Metodické poznámky k tvorbě pentatonických písní ve waldorfské škole (in sborník AUPO Musica VIII, Hudební věda a výchova 10, PdF UP, Olomouc 2006) [online]. Dostupný z WWW:
<http://www.upol.cz/fileadmin/user_upload/Veda/AUPO/AUPO_Musica_VIII_Hudebni_veda_a_vychova_10.pdf>.
42. **Risinger, Karel:** Nauka o harmonii XX. století (Editio Supraphon, Praha 1978)
43. **Risinger, Karel:** Nauka o hudební tektonice XX. století (AMU, Praha 1998)
44. **Sack, Oliver:** Musicophilia (Dybbuk, Praha 2009)
45. **Sharamon, Shalila; Baginski, Bodo, J.:** Základní kniha o čakrách (Pragma, Praha 1993)
46. **Schüllerová, Silvie:** Afektivní teorie a hudebně rétorické figury (disertační práce,

MU PedF, Brno 2007) [online]. Dostupná z WWW:

<https://is.muni.cz/th/21482/pedf_d>

47. **Spilka, František:** Stručná nauka o harmonii (Ústav pro učební pomůcky průmyslových a odborných škol, Praha 1944)
48. **Šín, Otakar:** Úplná nauka o harmonii (HMUB, Praha 1944)
49. **Šnejerson, G., M.:** Hudební umění Číny (SNKLHU, Praha 1955)
50. **Šolc, Milan:** Tajemství akordových značek (Editio Supraphon, Praha 1989)
51. **Tichý, Vladimír:** Úvod do studia hudební kinetiky (AMU, Praha 2002)
52. **Vágnerová, Marie:** Základy psychologie (Univerzita Karlova v Praze, Nakladatelství Karolinum 2007)
53. **Vičar, Jan; Dykast, Roman:** Hudební estetika (AMU, Praha 2001)
54. **Vítek, Bohuslav:** Přehled dějin hudby (Agentura Šorm Luděk, Pardubice 1994)
55. **Vollmann, Herbert:** Vědění pro svět zítřka (Stiftung Gralsbotschaft, Stuttgart 1991)
56. **Vymětal, Jan a kol.:** Obecná sychoterapie (Grada Publishing, Praha 2004)
57. **Vysloužil, Jiří:** Hudební slovník pro každého (Lípa, Vizovice 1995)
58. **Wigram, Tony; Pedersen, Inge, Nygaard; Bonde, Lars, Ole:** A comprehensive Guide to Music Therapy (Jessica Kingsley Publishers, London 2002)
59. **Zelevová, Jaroslava:** Muzikoterapie. Východiska, koncepty, principy a praxe (Portál, Praha 2007)
60. **Zenkl, Luděk:** ABC hudební nauky (Editio Supraphon, Praha 1986)
61. **Zenkl, Luděk:** ABC hudebních forem (Editio Supraphon, Praha 1990)