

Małgorzata A. Szyszkowska<sup>1</sup>

## Między *katharsis* a *pathos*. Terapeutyczne aspekty śpiewu<sup>2</sup>

Autorka wychodzi z założenia, że w muzyce to, co estetyczne nie zawsze daje się odzielić od tego, co społeczne lub polityczne. Przedstawia estetyczne kategorie *pathos* oraz *katharsis*, które odnosiły się do społecznej funkcji sztuki, a które jednocześnie stanowiły i wciąż stanowią narzędzia oceny estetycznej. Wiele aspektów znaczenia muzyki ma charakter społeczny: terapeutyczny wymiar muzyki jest jednym z takich aspektów, w którym to, co społeczne wynika z tego, co estetyczne i na odwrót: co estetyczne nadbudowuje się nad tym, co społeczne. Autorka odwołuje się do tych form muzyki, które mają silny społeczny, a zarazem estetyczny wymiar. Oddziałują one indywidualnie, oddając ból i cierpienie wykonawcy (*pathos*), ale także wzbudzają silne odczucia emocjonalne u słuchaczy (*katharsis*). Przykłady, do jakich odwołuje się autorka, to muzyka tradycyjna – szczególnie muzyka żałobna, muzyka improwizowana oraz muzyka chóralna. Autorka przekonuje o przydatności kategorii *pathos* i *katharsis* do przedstawienia muzyki jako dziedziny rozwoju, ulepszania i kształtowania tego, co społeczne w tym, co indywidualne.

**Słowa kluczowe:** muzyka, *pathos*, *katharsis*, improwizacja, muzyka żałobna

Between catharsis and pathos. The therapeutic aspects of singing

Author starts with a premise that isn't always possible in music to the aesthetics and the social from one another. The categories of pathos and catharsis that are used to describe the social uses of music are nonetheless equally useful for aesthetics. Many aspects of the meaning of music are social – one of those is the therapeutic aspect, where that, which is social grows out this, which is primarily aesthetics and the aesthetics is based on the social. Examples, which author gives are traditional music – especially the funeral music,

---

<sup>1</sup> Uniwersytet Warszawski; m.a.szyszkowska@uw.edu.pl.

<sup>2</sup> Praca powstała w wyniku realizacji projektu badawczego o nr 2016/23/B/HS1/02325 finansowanego ze środków Narodowego Centrum Nauki.

improvised music and choral music. Author presents categories of *pathos* and *catharsis* as especially helpful in describing music as the area of growth, development and creating the social in that, which is individual.

**Key words:** music, *pathos*, *catharsis*, improvisation, funeral music

## Wstęp

Alan P. Merriam pisał w *Antropologii muzyki*, że „funkcje i zastosowania muzyki są tak samo ważne dla zrozumienia funkcjonowania społeczeństwa jak każdy inny aspekt kultury” (Merriam 1964: 15). Badając tradycje muzyczne, funkcje śpiewu, analizując kategorie, jakimi posługuje się przy ocenie muzyki dana kultura czy grupa, dowiadujemy się czegoś o społeczeństwie, którego część stanowi. Także wtedy, kiedy posługujemy się kategoriami estetycznymi, społeczny aspekt sztuki jest nie do zanegowania, tkwi bowiem w jej materiale (tj. zespole dźwięków, akordów, w całym systemie muzycznym, z którego korzysta kompozytor). Sama sztuka, jak mówi Adorno, jest jednak bezfunkcyjna (1994: 583). Inaczej dzieła sztuki, które oddziałują społecznie, i to nie dlatego, że autor tak zamierzył, ale dlatego, że materia dzieła jest wynikiem oddziaływania społecznego; jego treść jest społecznie zapośredniczona. Twierdzić, że dzieło jest niezależne od społeczeństwa, to tyle samo, co nie zauważać wzajemnych wpływów kontekstu społecznego czy środowiska na autora. Jednak tworzyć dzieło społecznie zaangażowane, to znowu zadanie karkołomne, ponieważ, jak twierdzi Adorno, społeczny sens dzieła ujawnia się pomimo czy też niezależnie od artystycznych ambicji dzieła oraz jego estetycznych wartości (1994: 439, 440). Zdarza się także, że dzieło, które powstaje dla wypełnienia funkcji społecznej (np. pieśni pracy), zyskuje wartość estetyczną i staje się sztuką, pomimo swej funkcyjności.

To, co estetyczne, nie zawsze daje się oddzielić od tego, co społeczne lub polityczne. Przykładem tego są estetyczne kategorie starożytności *pathos* oraz *katharsis*, które odnosiły się do społecznej funkcji sztuki, określały nawet nie samą sztukę, ale sposób jej oddziaływania, a które jednocześnie stanowiły i wciąż stanowią narzędzia oceny estetycznej.

Przedstawiany tekst chciałabym umieścić w kontekście oddania sprawiedliwości muzyce poprzez zwrócenie uwagi na jej społeczny, przede wszystkim terapeutyczny wymiar, a co za tym idzie, na społeczne znaczenie muzyki. Jednocześnie chciałabym zwrócić uwagę, że w pewnym podstawowym sensie to, co estetyczne nigdy nie przestało być tym, co społeczne (por. Adorno 1994: 459). Wartości estetyczne takie jak piękno, harmonia, ład, chociażby na gruncie estetyki kantowskiej, realizują jednocześnie potrzebę porozumienia, sąd piękna

jest sądem subiektywnym, a jednocześnie sądem, który postuluje uniwersalną rozpoznawalność piękna, nie jako przymus czy empiryczną realność, ale jako postulat. Również terapeutyczny sens muzyki, który jest tak wyraźnie obecny choćby w muzyce ludowej, może być rozumiany jako kontynuacja sensu muzyki jako narzędzia porozumienia. Działanie muzyki nie jest jednak ewidentne, a raczej dyskretne. Pomimo wielu lat działań terapeutycznych opartych na uprawianiu lub słuchaniu muzyki oraz wielu klasycznych prac z dziedziny muzykoterapii, trudno byłoby z pewnością stwierdzić, że muzyka, a nie dźwięki, które ją tworzą, a zwłaszcza, że to właśnie to konkretne dzieło muzyczne oddziałuje w sposób, który zmienia zachowania czy stan pacjentów (Janiszewski 1998: 20). Tia DeNora i Gary Ansdell, pisząc na temat oddziaływania muzyki oraz jej zakładanej terapeutycznej funkcji, proponują przemyślenie, a w konsekwencji zmianę kategorii, za pomocą których muzyka i jej działanie może być opisane i rozumiane (deNora, Ansdell 2014 oraz deNora 2013). Ich propozycje idą w kierunku rozważania muzyki w kontekście szerokiego zakresu relacji oraz interakcji, jakie wiążą się z jej doświadczaniem. Zauważają oni, że próby przedstawienia procesów przyczynowo-skutkowych, jakie są udziałem muzyki, rzadko kiedy odnoszą sukces. Jednocześnie muzyka, być może nawet bardziej niż inne sztuki, angażuje i wpływa na relacje międzyludzkie. W tym sensie oraz w tym zakresie muzyka staje się wyjątkowo wartościowym narzędziem oraz środkiem (Pavlieviz, Ansdell 2004: 11).

Autorzy stawiają postulat badania terapeutycznego „oddziaływania” muzyki w kategoriach indywidualnego dobrostanu (*wellbeing*) oraz odczuć „poprawy” raczej niż w kategoriach (obiektywnej) zmiany, wpływu czy nawet przyczyny i skutku. Wynika to z uznania, że przyjmowane często w badaniach nad muzyką kategorie najczęściej nie umożliwiają uchwycenia ważnego i w rzeczywistości zaświadczonego od dawna w kulturze oddziaływania muzyki (Pavlieviz, Ansdell 2004: 65). Muzyka jest sferą złożonych oddziaływań wzmacniających więzy i relacje pomiędzy ludźmi, ułatwiających nawiązywanie nowych relacji oraz określających te już istniejące. Indywidualny, a także społeczny – grupowy – „uzdrawiający” wpływ muzyki można „zaobserwować” zwłaszcza wówczas, gdy umieścimy muzykę w siatce interpersonalnych relacji, dla których jest ona mediatorem. O ile jednak muzyka jako sfera działania dźwiękami jest w sposób naturalny przedmiotem badań, to muzyka artystyczna często wymyka się badaniom, zarówno w sensie teoretycznym, jak i praktycznym (Aldridge 2008: 63).

Postępując się estetycznymi kategoriami *katharsis* oraz *pathos* chciałabym zaakcentować społeczny oraz wspólnotowy wymiar doświadczeń muzyki. Kategoriami, dodam, których tradycyjne użycie wskazuje na ścisły związek pomiędzy tym co estetyczne i artystyczne oraz tym co społeczne. Chciałabym także wskazać na doświadczenie śpiewu jako na obszar, w którym pojawiają się doświadczenia

„ulepszenia” własnego stanu, rozwoju wewnętrznego, a nawet zdrowienia jako na procesy stanowiące część indywidualnej lub grupowej – wspólnotowej – terapii. Będę się odwoływać do przykładów z obszaru muzyki ludowej we współczesnych wykonaniach, do artystycznej muzyki improwizowanej oraz do muzyki chóralnej. Z punktu widzenia estetyki istotne jest zwrócenie uwagi na terapeutyczne oddziaływanie muzycznych dzieł artystycznych, które działają w sposób kształtujący, rozwijający zarówno wykonawców, jak i na odbiorców. Chodzi zatem o subiektywne odczucie poprawy, odzyskanie pewności siebie, poczucie przyjemności i spełnienia, poczucie przynależności lub bycia częścią, emocjonalne nasycenie czy rozwój wewnętrzny.

I właśnie tak rozumiane terapeutyczne działanie muzyki – bez względu na to, czy eksperymentalne zbadanie tego oddziaływania jest w ogóle możliwe – będzie przedmiotem tego tekstu.

## I

Przykładem muzyki, która funkcjonuje w wyraźnie określonej funkcji społecznej i która stanowi indywidualne narzędzie poprawy stanu emocjonalnego lub nawet uśmierzenia psychicznego czy fizycznego bólu (terapii indywidualnej), są pieśni żałobne. W tym samym kontekście można by również wymienić pieśni przejścia, pieśni sieroce, pieśni przywoływania duchów zmarłych i wiele innych wyróżnianych w kulturze muzycznej właśnie ze względu na ich istotną funkcję społeczną. Oddziaływanie pieśni żałobnych może jednak wydawać się najbardziej oczywiste i powszechne. Pieśni te w estetyce mogą być określane w nawiązaniu do kategorii *pathos* lub *katharsis* w zależności od tego, czy myślimy o nich w odniesieniu do ich znaczenia dla indywidualnego wykonawcy czy też w związku z doświadczeniami, jakie oferują odbiorcom. Stanowią one niewątpliwie narzędzie zarówno uzdrowienia w sensie społecznym (*katharsis*), jak i stają się przyczyną indywidualnie odczuwanego i wyrażanego bólu (*pathos*). Są one wyrazem indywidualnego cierpienia, ale także sposobem na podzielenie się bólem. Jedną z pieśni żałobnych, znaną dziś dobrze za sprawą filmu *O Brother, Where Art Thou* (2000), jest pochodząca z rejonu górskiego Appalachów pieśń *O Death*. W wykonaniu tradycyjnego muzyka Ralpha Stanleya, którego nagranie znalazło się w filmie, pieśń ta w przejmujący sposób oddziałuje na słuchacza. Jest to dialog ze śmiercią, a jednocześnie próba jej odroczenia. Pieśń ta oddziałuje nie tylko poprzez odwołanie do śmierci, ale poprzez elementy *pathosu* i strachu również silnie związane z muzyką co z tekstem (Lindahl 2004).

O, Death  
 O, Death  
 O, Death  
 Won't you spare me over 'til another year  
 Well what is this that I can't see  
 With ice cold hands takin' hold of me  
 Well I am Death, none can excel  
 I'll open the door to Heaven or Hell  
 (...)

Przykładem polskiej pieśni żałobnej o podobnym charakterze mogłaby być pieśń kurpiowska *Przyjdzie Panie zaginać*. Przykład pieśni żałobnych jest dość oczywisty, pełnią one funkcje społeczną dla słuchaczy, a jednocześnie odgrywają ważną rolę dla śpiewającego. Tak w tradycyjnej kulturze ludowej, jak i praktyce miejskiej pieśni żałobne oddziałują na słuchaczy, niosąc ładunek, który można by określić w kategoriach *pathos*, choć w kontekście tradycyjnym jest on pewnie wyraźniej obecny.

Innym przykładem pieśni o określonej funkcji społecznej, do którego chciałybym się odwołać, jest pieśń sieroca. Pieśni te stanowią często element cyklu weselnego. Panna młoda śpiewa swą pieśń przy rozstaniu z rodzicami (Bielińska-Gardziel 2012: 398). Pieśń sieroca pełni funkcję konsolacyjną dla panny młodej, która nie ma matki i której nie ma kto żegnać. Jedną z bardziej znanych dziś pieśni tego typu jest kurpiowska pieśń *Któż tam po komorze* spisana na początku XX w. przez ks. Władysława Skierkowskiego (Skierkowski 1929: 25–115) i wykorzystana przez Karola Szymanowskiego w cyklu *6 Pieśni kurpiowskich na chór a capella* (1928), a wykonywana dziś z dużym powodzeniem przez wielu artystów. Pieśń opowiada o poszukiwaniach matki przez córkę, a w końcu staje się także przywoływaniem matki, na które ta odpowiada, że nie może towarzyszyć córce, która musi radzić sobie odtąd sama. Charakterystyczne zdrobnienia imion oraz opis sytuacji pochowanej matki („ja na trzy zameczki jestem pochowana”) robi chyba największe wrażenie na odbiorcy.

Kto tam po komorze, chodzi i stuka  
 To nasza Kasiunia matuli szuka  
 Wyjdźże matulu z ciemnego grobu  
 Pobłogosław córkę jedzie do ślubu  
 A nie powstanę bom zamurowana  
 Ja na trzy zameczki jestem pochowana  
 Pierwszy zameczek ze trzech deseczek  
 Drugi zameczek biały piaseczek  
 Trzeci zameczek zielona murawa  
 O moja córuniu jedź do ślubu sama.

Pieśni żałobne, a także pieśni sieroce, nie tylko występowały w funkcji pocieszającej, ale faktycznie wzbudzały odczucie smutku, żalu i współczucia, dzięki którym odczuwane cierpienie bywało uśmierzane. Istotnym elementem oddziaływania tych pieśni był właśnie *pathos* – uczucie i oddanie tekstem lub głosem cierpienia lub krzywdy. W *Poetyce* 1452b Arystoteles określa *pathos* jako „przedstawione naocznie” zabójstwo, mękę lub zranienie (Arystoteles 1989: 333). Podczas słuchania pieśni żałobnej uczucie współuczestniczenia w cierpieniu oraz odczucie żalu łągodziło faktyczny, jednostkowy ból, a także było dowodem istnienia więzi społecznych, które przy tej okazji były nie tylko przywoływane, ale też, jak można sądzić, wzmacniane. Wspomniane przed chwilą pojęcie *pathos* oznacza jednak nie tylko uczucie, ale łączy się z całym złożonym zadaniem wyzwolenia czy też wyładowania (niechcianych) emocji w doświadczeniu *katharsis*. W nawiązaniu do arystotelesowskiej definicji, ale jednocześnie używając kategorii *katharsis*, nieco swobodniej można powiedzieć, że umożliwia ono rozpoznanie „uzdrawiającego” potencjału muzyki w emocjonalnym „oczyszczeniu”, jakie następuje dzięki kumulacji uczuć. W efekcie bolesne i trudne doświadczenie katarktyczne pozwala odzyskać stan wewnętrznego spokoju, harmonii, jednostkowego dobrostanu. Wzbudzone emocje zostają odrzucone lub przewyciężone przez emocjonalne uniesienie lub czynności tańca czy nawet grupową ekstazę, jakie często opisywali etnologowie. Zgodnie z koncepcją Arystotelesa oddziaływanie *katharsis* w tragedii związane było z trzema elementami fabuły: perypetią, rozpoznaniem i *pathosem*. Z tego najważniejszy w kontekście pozaliterackim wydaje się właśnie *pathos*. Kategoria *pathos* jest związana z doświadczeniem bólu i cierpienia, z byciem świadkiem śmierci lub okaleczenia, i stanowi ostatni, i być może najbardziej brutalny, etap katarktycznego oddziaływania fabuły w arystotelesowskiej koncepcji *katharsis*. Jeśli odniesiemy te uwagi do pieśni żałobnych, możemy zauważyć, że *pathos* pojawia się w tekście pieśni w odwołaniu do cierpienia lub w unaocznieniu bólu. To co zostaje wyrażone jako lęk przed śmiercią czy też jako żal i skrucha stanowi element patetyczny oddziałujący zarówno na śpiewającego, jak i na słuchaczy. Podobnie elementy wizualizujące śmierć, np. „ice cold hands, taking hold of me” lub w przypadku pieśni kurpiowskiej „jak liść zielony, który mrozem zdjęty, od rodzajnego drzewa bywa precz odcięty”, oddziałują na słuchaczy emocjonalnie, przejmując ich strachem i żalem, a jednocześnie odwołują się do wcześniej wzbudzonego współczucia. *Pathos* zarówno jako kategoria wyrażająca cierpienie, emocjonalne zaangażowanie czy też uświadomienie i wizualizację cierpienia odnosi się jednoznacznie do pieśni żałobnych, ale także przecież do pieśni sierocych. W pieśniach tych zarówno cel – wspólne przeżywanie nieszczęścia, wyraz żalu po stracie kogoś oraz w efekcie ukojenie owego żalu – jak i sposób działania – a więc posłużenie się muzyką – ma charakter społeczny. Jednocześnie pieśni te (i wiele innych tego typu), powstając w ramach oraz dla wypełnienia konkretnej funkcji

społecznej, zyskują znaczenie estetyczne. Ich artystyczne walory muzyczne, teksty, nie mówiąc już o wykonaniu w ramach danego stylu, okazują się estetycznie znaczące ze względu na swoje jakości estetyczne i artystyczne. Pieśń *O Death* w wykonaniu Stanleya została włączona do występów koncertowych śpiewaka zupełnie poza przynależnym jej kontekstem. Podobnie kurpiowska pieśń *Któż tam po komorze* stała się elementem poszukiwań artystycznych niewątpliwie ze względu na swoje walory estetyczne, a nie oryginalną funkcję społeczną<sup>3</sup>.

## II

O ile pieśni żałobne, jak się wydaje, oddziałują silnie na samego wykonawcę oraz w nieco mniej ewidentny sposób na słuchaczy, samo doświadczenie wspólnego śpiewu pełni jeszcze inną funkcję. Buduje ono pewną silną, nawet jeśli chwilową więź, która umożliwia przetrwanie tego, co bolesne, trudne, przerażające. Śpiew związany jest, nie tylko w kulturze ludowej, z doświadczeniem samoleczenia, uzdrawiania lub wewnętrznego oczyszczenia. Liczne przykłady z etnomuzykologii wskazują na to, że właśnie śpiew, wspólne podśpiewywanie, a także rozmaite formy tańca i transu wywołanego tańcem, a także pojedynki muzyczne, służyły w wielu kulturach temu, aby przywrócić zachwianą równowagę tak fizyczną, jak i psychiczną, rozstrzygnąć pierwszeństwo czy nawet ukarać winnego (Merriam 1964: 1999). Do takich właśnie pozytywnych, choć może bardziej dyskretnych, doświadczeń samoleczenia nawiązują kolejne podane tu przykłady oddziaływania muzyki. Śpiewający razem doznają uczuć spełnienia, polegania na sobie, przynależenia czy wspólnego budowania. To z kolei wiąże się z „polepszaniem” stanu śpiewającego, a także umożliwia mu nawiązanie głębokiej relacji z innymi. Dobrym przykładem tego typu oddziaływania pieśni, tym razem spoza obszaru muzyki ludowej lub etnicznej, mogłyby być improwizujące działania amerykańskiego wokalisty Bobby McFerrina. W latach dziewięćdziesiątych powołał on do istnienia orkiestrę złożoną ze śpiewaków o nazwie *Voicestra*, z którą rozpoczął improwizowane działania koncertowe. Zebrana przez McFerrina grupa solistów-wokalistów znakomicie nadawała się do tego celu. *Voicestra* składając się w przeważającej mierze ze śpiewaków profesjonalnych, często z dużym doświadczeniem (w grupie tej znajdowali się nauczyciele akademicki, śpiewacy sesyjni oraz soliści), dawała prowadzącemu możliwości komponowania muzyki w trakcie występu. McFerrin korzystał z tego potencjału głosów, aby tworzyć występ oparty za każdym razem na długim, improwizowanym śpiewie poszczególnych głosów – grup. Występy *Voicestry* mogą służyć za przykład artystycznego działania, którego cel jest terapeutyczny. Jest to

<sup>3</sup> Por. np. wykorzystanie wspomnianej pieśni w Projekcie Arboreum z 2014 r., <https://www.youtube.com/watch?v=Uhl1tPvKznM> (dostęp: 29.09.2018).

z jednej strony realizacja potrzeby bycia wspólnie, a z drugiej nawiązanie głębokiej relacji bycia razem oraz bycia dla siebie, ale jest to także możliwość uwolnienia nagromadzonej energii i poczucia się „lepiej”, możliwość „uleczenia się”, „nakarmienia”. McFerrin mówi także o wędrówce, jaką oferuje muzyka, o doświadczeniu przemiany i zdrowienia (McFerrin 2013; Lewis 2010: 2).

W jeszcze inny sposób przedstawia interpretację chóralnych projektów McFerrina Lawrence Kramer (Kramer 1999). Działania McFerrina interpretowane są w kontekście porozumienia opartego na momencie narracyjnej jedności (*narrative moment*) i skoncentrowania na tworzeniu wspólnej opowieści (Kramer 1999: 59). Porozumienie, na które wskazuje Kramer, a które staje się udziałem muzyków, wykracza poza techniczne zgranie czy wzajemne zaufanie, na jakim z konieczności opiera się wspólne tworzenie muzyki. Wykracza także poza typowe wyuczone poleganie na sobie, które musi towarzyszyć np. tworzeniu muzyki kameralnej. Porozumienie, o którym jest tutaj mowa, wytwarza szczególny rodzaj przekazu umożliwiającego wyrażenie wspólnej historii: „Mamy salę pełną obcych ludzki i jedynym, co nas spaja, jest muzyka, która tworzy z nas natychmiast wspólnotę” (Lewis 2010: 1).

W przypadku opowiadania Jamesa Baldwina *Sonny's Blues*, do którego odwołuje się Kramer, historia jest rzeczywiście wspólna – jest to historia czarnej mniejszości zamieszkującej południe USA oraz historia dwóch braci. W opowiadaniu przedstawiono muzyczny proces, którego zwieńczeniem staje się wyrażona w muzyce, pełna emocji, bólu i osobistego znaczenia historia (Kramer 1999: 59).

Na pewnym poziomie, schemat ten przypomina typową podróż bohatera, zwróconą ku samemu aktowi narracji; transcendencja, tutaj transcendująca ekspresja, osiągnięta zostaje dzięki rytualizacji procesu inicjacji, który wymaga od bohatera zarówno odwagi, jak i intuicji (Kramer 1999: 61).

Przedstawienie złożonego, ekspresyjnego procesu dokonuje się u Baldwina w formie literackiej, jednak sam proces jest, co podkreśla Kramer, właściwy muzyce i osiągnięty przez muzykę. Dokonuje się w ramach słuchania, a także podczas wykonywania muzyki, kiedy to co indywidualne staje tym co wspólne; przetworzone przez indywidualne doświadczenia staje się elementem wspólnej historii i podstawą porozumienia.

Wtedy wszyscy zebrali się wokół Sonnego i Sonny zagrał. Co jakiś czas, wydawało się, że któryś z nich mówił „amen”. Palce Sonnego napełniały powietrze życiem, jego życiem. (...) A potem zaczął ją [muzykę] czynić własną. Było to piękne, ponieważ nie było pospieszne i nie był to już lament. I wydawało mi się, że słyszę, dzięki jakiemu żarowi uczynił ją swoją, dzięki jakiemu będzie mógł uczynić ją naszą, jak udało mu się przestać lamentować. Wolność wyzierała dookoła i zrozumiałem, że mógłby pomóc nam wszystkim stać się wolnymi, o ile będziemy go słuchać, ale też, że nigdy nie będzie wolny, dopóki nie zaczniemy (1957: 122).



Kramer przedstawia muzyczną improwizację poprzez kategorię *narrative moment* jako proces zmierzający do osiągnięcia społecznej i indywidualnej prawdy, która zostaje poznana dopiero w momencie dotarcia do celu (Kramer 1999: 60). We wspomnianym przed chwilą przykładzie koncertów *Voicestry* autor widzi realizację takiego właśnie procesu dochodzenia do tego co indywidualne poprzez to co społeczne (tj. historię, narrację wspólną). We wspólnym działaniu, jakim jest muzyczna narracja ujawnia się to, co najbardziej osobiste, indywidualne, artystyczne: „solowy głos żeński opowiada historię całej grupy, która zostaje rozpoznana jako cel procesu poszukiwań”. Słowa i gesty „podejmują narrację nie pomimo, ale właśnie dzięki temu, że słowa zastąpione zostały bezsłownością” (Kramer 1999: 61). Moment narracji jest momentem porozumienia osiąganego poza i zarazem ponad wszelką werbalną komunikacją; jest to moment jedności i poczucia artystycznego spełnienia, które będąc poczuciem wspólnotowym staje się źródłem radości wielokrotnie przekraczającym indywidualne zadowolenie. W programie telewizyjnym *Sessions at West 54th* w rozmowie z prowadzącym McFerrin mówi, że celem występów muzycznych nie jest jedynie zainteresowanie publiczności, ale nakarmienie (*nourishing*) samego siebie. Jest nim także osiągnięcie celu, jakim jest głęboka komunikacja artystyczna, a także radość płynąca z bycia z innymi (McFerrin 2011).

### III

Improwizacja jest szczególnym działaniem i szczególną umiejętnością. Jest ona, być może, jak twierdzi Roger Scruton (1999), początkiem i źródłem wszelkiego tworzenia. Gdy odbywa się wspólnie, jest ona także przykładem działania społecznego, opartego na porozumieniu i zakładaniu wspólnoty celów, ale jest także zawsze wyrazem indywidualnej artystycznej potrzeby, kreacją *ad hoc*. Jeszcze innym przykładem terapeutycznego działania muzyki oraz przywracania dobrostanu własnej osobie poprzez wspólne, a więc społeczne działanie, może być śpiew chóralny. Sam śpiew pełni tutaj bardzo ważną, jeśli nie najważniejszą rolę, ponieważ to właśnie dzięki śpiewaniu, tj. dzięki fizycznemu wymiarowi śpiewu, właściwemu oddychaniu i pracy mięśniami przepony, dokonuje się przywrócenie wewnętrznej harmonii lub nawet terapeutyczna praca nad sobą. Odpowiednio głęboki oddech doprowadza zapas tlenu do mózgu, dzięki czemu wytwarzana jest energia i śpiewający czuje się zarazem zrelaksowany i gotowy do działania. Wspólny śpiew jest działaniem, które jest osobiste, choć stanowi również element wspólnej zestrojonej pracy. Radość śpiewu wiąże się zarazem z indywidualnie przebiegającego procesu cielesnego, jak również z uczestnictwa we wspólnym działaniu, ze słuchania innych i poczucia należenie do jednego wspólnego mocnego śpiewu (samo

doświadczenie bycia częścią silnego dźwięku daje prawdziwie niezwykle uczucie). Istnieją badania, które wskazują, że słuchanie muzyki podczas koncertu lub z nagrań oraz wykonywanie muzyki, a przede wszystkim grupowy śpiew, zmniejsza wydzielanie hormonów stresu, a także, pośrednio, właśnie przez obniżenie poziomu stresu uwalnia mechanizmy immunologiczne odpowiedzialne za procesy zdrowienia w chorobach rakowych (Fancourt *et al.* 2016).

Zazwyczaj mówiąc o chórze myślimy o wspólnym śpiewie, który dokonuje się w tej samej przestrzeni i czasie. Wspólne są tutaj zarówno okoliczności, środowisko, czas i miejsce, jak i emocje, doznania, czasem nawet drobne momenty niezwyklej harmonii. Chciałabym odwołać się jednak do zupełnie innego typu chóru, w którym uczestniczenie może być paradoksalne, a opiera się i odwołuje również do wzajemności, przynależności i poczucia bycia razem. Mam na myśli *virtual choir* Erica Whitacre'a. W roku 2001 amerykański dyrygent i kompozytor Eric Whitacre w odpowiedzi na nadesłane wideo z wykonaniem jednego ze swoich utworów *Sleep* postanowił udostępnić poszczególne głosy swojego innego utworu i zaprosił śpiewaków do nadsyłania nagrań zawierających własne wykonanie utworu określonym głosem. Pierwszy Chór wirtualny (VC1) powstał w wyniku połączenia ze sobą 185 indywidualnych nagrań. Czwarta edycja wirtualnego chóru (VC4) zgromadziła już 8 409 nagrań z ponad stu krajów. Projektów podobnych do wirtualnego chóru Whitacre jest oczywiście więcej. Za równie ciekawą propozycję wokalne współpracy internetowej można uznać projekt młodego polskiego kompozytora Jakuba Neske. Neske ogłosił projekt polskiego wirtualnego chóru w 2015 r. Zaproponował w nim nadsyłanie nagrań własnych wykonań partii chóralskich utworu *Mironczarnia*. Podobnych prób jest niewątpliwie więcej<sup>4</sup>.

Fenomen wirtualnego chóru Whitacre'a oraz podobnych przedsięwzięć wydaje się interesujący, przede wszystkim dlatego, że pomimo względnej izolacji poszczególnych uczestników (którzy się przecież w większości przypadków nie znali), twierdzą oni w komentarzach dostępnych na stronie kompozytora, że sam proces był dla nich niezwykle rozwijający, ponieważ czuli się częścią czegoś ważnego. Poczucie przynależności jest jedną z cech charakterystycznych dla doświadczenia śpiewania w chórze. Wirtualny chór Whitacre'a przyczynił się, jak się okazuje, do stworzenia kolejnej otwartej przestrzeni wymiany artystycznej. Chór ten okazał się być nie tylko wydarzeniem medialnym (w każdej z kolejnych swych odsłon), ale umożliwił włączenie się w artystyczne działania z własnym talentem pomimo przeszkód, jakimi są odległość lub brak środków. W dalszej perspektywie sugeruje to możliwość zmiany praktyki muzycznej, np. w dziedzinie zatrudniania muzyków do konkretnych projektów, ale przede

<sup>4</sup> Na portalach wideo można obejrzeć wiele mniej lub bardziej udanych prób tego rodzaju. Por. <https://www.youtube.com/watch?v=JYtYCNkR1Yo> (dostęp: 22.04.2019).

wszystkim rozszerza pojęcie wspólnoty oraz wspólnych projektów na działania za pośrednictwem Internetu<sup>5</sup>.

Muzyka chóralna Whitacre'a ma charakter terapeutyczny także w innym sensie. Dyrygent wykorzystuje w swoich kompozycjach współbrzmienia, także dysonujące, które pozwalają osiągnąć pewien poziom czy też stworzyć akustyczną przestrzeń najbardziej przyjazną i relaksującą wpływającą na słuchacza (Hall 2012). Badania wykorzystujące chóralne utwory Whitacre'a oraz słuchaczy koncertu jego muzyki wskazywały na istotne zmniejszenie wydzielania hormonów stresu (Nass 2015).

## Zakończenie

Śpiewanie jest szczególnym doświadczeniem cielesnym, które zarówno w swoim wysoce artystycznym kształcie, jak i jako proste doznanie własnego ciała jest doświadczeniem przywracania centrum, harmonizowania, umacniania swojego ja. Zaświadcza o tym choćby wywiady z muzykami (Lewis 2010). Doświadczenie muzyki jako wspólnego śpiewu okazuje się uzdrawiające tak z perspektywy indywidualnego odbiorcy, jak i z perspektywy uczestnika działań grupowych, członka wspólnoty. Śpiew okazuje się pomocny w sensie indywidualnego doświadczenia cielesnego oraz doświadczenia wspólnoty, szczególnie w przypadkach trudnych społecznie przeżyć. Estetyczne kategorie *pathos* i *katharsis* wskazują na więzi społeczne, jakie tworzą się i wzmacniają podczas doświadczania muzyki, a zatem pośrednio wskazują na społeczne znaczenie muzyki. Poczucie przynależenia, budowanie więzi z innymi, uczestniczenie w kreowaniu czegoś wartościowego oraz samo doświadczenie cielesne, jakie wiąże się np. ze śpiewem, daje muzykowi większe poczucie pewności i stabilności, a także, jak wskazują badania, przyczynia się do budowania indywidualnej odporności (Krutz *et al.* 2004).

W zarysowanym tutaj kontekście widać, że oddziaływanie śpiewu w doświadczeniu odbiorczym oraz twórczym (śpiewaczym) posiada wyraźnie terapeutyczny charakter. Co ważniejsze, być może nie jest to rzecz wyjątkowa ani wynikająca z dodatkowych zabiegów, ale naturalna konsekwencja oddziaływania muzyki. Społeczna funkcja muzyki jest jej pierwotną funkcją. To co estetyczne zawsze związane było z tym co społeczne; to co artystyczne z tym co wychowujące

<sup>5</sup> Mam na myśli przyłączanie się do różnych projektów artystycznych za pośrednictwem Internetu, nagrań video, videoczatu, videokonferencji itd. Taka forma prowadzenia rekrutacji do profesjonalnych orkiestr czy chórów mogłaby przecież stanowić element praktyki. Por. (Tjan 2011). Jak się okazuje, takie formy współpracy oraz włączania muzyków w praktykę koncertową już zaczynają się pojawiać. W 2018 r. Eric Whitacre zaprosił wszystkich śpiewaków od wystąpienia razem z nim na scenie Carnegie Hall 28 kwietnia 2019 r. Zgłaszanie się następuje za pośrednictwem strony internetowej <https://pub.s7.exacttarget.com/ababj3foghj> (dostęp: 11.10.2018).

(pajdetyczne); to co indywidualne z tym co wspólnotowe. W tym sensie, kiedy McFerrin mówi o swoich koncertach z *Voicestrą* jako o prawdziwym tworzeniu muzyki (*music making*) (Lewis 2010: 2), możemy to rozumieć także w odwołaniu do starożytnego rozumienia muzyki (*mousike*) jako kształtowania siebie, kultury, wspólnoty. W tym sensie śpiew w sposób najbardziej czytelny wiedzie poprzez to co artystyczne i to co estetyczne ku indywidualnym i społecznym celom terapeutycznym – uzdrawiania siebie.

#### Literatura

- Adamski J., 1994, *Polskie pieśni pogrzebowe*, Twórczość Ludowa, nr 3–4, <http://kultura-ludowa.pl/artykuly/polskie-piesni-pogrzebowe-jan-admowski> (dostęp: 31.03.2018).
- Adorno T.W., 1994, *Teoria estetyczna*, tłum. K. Krzemieniowa, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Aldridge G., Aldridge D., 2008, *Melody in Music Therapy. A Therapeutic Narrative Analysis*, London: Jessica Kingsley Publishers.
- Arystoteles, 1989, *Poetyka*, tłum. H. Podbielski, Wrocław: Ossolineum.
- Baldwin J., 1965, *Sonny's Blues* [w:] *idem, Going to meet the man*, New York: Dial Press.
- b.a., 2014, *Jakub Neske poprowadzi pierwszy polski wirtualny chór*, Polskie Radio, <https://www.polskieradio.pl/10/601/Artykul/1209158,Jakub-Neske-poprowadzi-pierwszy-polski-Wirtualny-Chor> (dostęp: 11.10.2018).
- b.a., 2015, *New scientific study shows that singing and attending classical music concerts physically reduces stress*, Gramophone, 1.07, <https://www.gramophone.co.uk/feature/scientific-study-shows-classical-music-concerts-reduce-stress> (dostęp: 29.09.2018).
- b.a., 2016, *Science says music is good for you – and Eric Whitacre has proved it*, *Classicfm*, 13.04, <https://www.classicfm.com/composers/whitacre/news/science-experiment/> (dostęp: 29.09.2018).
- Bielińska-Gardziel I., 2012, *Pieśni sieroce w kontekście kulturowym*, *Acta Universitas Wratislaviensis*, t. 23.
- Dahlig P., 2005, *Lament – między przeżywaniem a teatralizacją* [w:] K. Dadak-Kozicka *et al.* (red.), *Polskość – europejskość – uniwersalizm muzyki*, Warszawa: Sekcja Muzykologów Związku Kompozytorów Polskich.
- Dayme Bunch M., 2009, *Dynamics of Singing Voice*, New York: Springer.
- deNora T., 2013, *Music Asylum. Wellbeing Through Music In Everyday Life*, Burlington: Ashgate Publishing Company.
- deNora T., Ansdell G., 2014, *What Can't Music Do*, *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, vol. 4, no. 23, <http://www.psywb.com/content/4/1/23> (dostęp: 22.04.2019).
- Dziemidok B., 2002, *Katharsis jako kategoria estetyczna* [w:] *idem, Główne kontrowersje estetyki współczesnej*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Fancourt D., Williamon A., Carvalho L.A., Steptoe A., Dow R., Hubbard B., 2018, *Muzykoterapia: metoda Tomatisa, efekt Mozarta. Muzyka leczy!*, <https://oczymlekarze.pl/profilaktyka-i-leczenie/1481-muzykoterapia-metoda-tomatisa-efekt-mozarta-muzyka-leczy> (dostęp: 22.04.2019).

- Gacek G., 2012, *Etnofonie. Tribute to K. Szymanowski i W. Skierkowski*, Meakultura, <http://meakultura.pl/recenzje/etnofonie-kurpiowskie-tribute-to-szymanowski-and-skierkowski-123> (dostęp: 22.04.2019).
- Hall A., 2012, *Added-Tone Sonorities in the Choral Music of Eric Whitacre*, Saint Louis: Doctoral Dissertation.
- Janiszewski M. (1998), *Muzyka w profilaktyce, leczeniu i rehabilitacji*, Łódź: Akademia Muzyczna.
- Kramer L., 1999, *The Narrative Moment*, Lenox Avenue: A Journal of Interarts Inquiry, vol. 5.
- Kreutz G., Bongard S., Rohrmann S., Hodapp V., Grebe D., 2004, *Effects of Choir Singing or Listening on Secretory Immunoglobulin A, Cortisol, and Emotional State*, Journal of Behavioral Medicine, vol. 27, no. 6.
- Launay J., Paerse E., 2015, *Choir singing improves health, happiness – and is the perfect icebreaker*, The Conversations, 28.10, <https://theconversation.com/choir-singing-improves-health-happiness-and-is-the-perfect-icebreaker-47619> (dostęp: 29.09.2018).
- Lewin I., 2016, *Singing modulates mood, stress, cortisol, cytokine and neuropeptide activity in cancer patients and carers*, E cancer, no. 10.
- Lewis J., 2010, *Bobby McFerrin gets vocal*, The Guardian, 23.05.
- Lindahl C., 2004, *Thrills and Miracles: Legends of Lloyd Chandler*, Journal of Folklore Research, Indiana University Press, vol. 41, no. 2–3.
- Lorent L., 2017, *Rytuał i transgresja w sztuce perkusyjnej*, Warszawa: Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina.
- Maluga J., Lorent L., 2017, *Sacrum i profanum w chóralno-perkusyjnej muzyce XXI wieku*, Bydgoszcz: Akademia Muzyczna im. F. Nowowiejskiego.
- McCarthy J., 2018, *Choir master*, Gramophone, <https://www.gramophone.co.uk/features/focus/choir-master> (dostęp: 11.04.2018).
- McFerrin B., 2011, *Bobby McFerrin with the Voicestra on “Sessions at West 54<sup>th</sup>”*, <https://www.youtube.com/watch?v=CnlKyb305OE> (dostęp: 11.10.2018).
- McFerrin B., 2011, *Catching song with Bobby McFerrin” z Kristą Tippett*, On Being, <https://www.youtube.com/watch?v=DWM6Qu-q-Xs> (dostęp: 19.04.2017).
- McFerrin B., 2013, *Extended Interview*, Religion and Ethics NewsWeekly, <https://www.youtube.com/watch?v=dLMRHpw-QBs> (dostęp: 19.04.2017).
- Merriam A.P., 1964, *The Anthropology of Music*, Evanston: Northwestern University Press.
- Mikołajko A., 2017, *Doświadczenie transgresji poprzez muzykę [w:] L. Lorent (red.), Rytuał i transgresja w sztuce perkusyjnej*, Warszawa: Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina.
- Munteanu LaCourse D., 2012, *Tragic Pathos. Pity and Fear in Greek Philosophy and Tragedy*, New York: Cambridge University Press.
- Nass D., 2015, *Health benefits of singing – and listening to singing*, Classical MPR, <https://www.classicalmpr.org/story/2015/08/18/health-benefits-of-singing--and-listening-to-singing> (dostęp: 11.10.2018).
- Pavliceviz M., Ansdell G., 2004, *Community Music Therapy*, London: Jessica Kingsley Publishers.
- Salamon E., Kim M., Beaulieu J., Stefano G.B., 2003, *Sound Therapy Induced Relaxation: down regulating stress and pathologies*, Med Sci Monit, vol. 9(5).
- Scruton R., 1999, *The Aesthetics of Music*, Oxford: Oxford University Press.

- Shaper E., 1968, *Aristotle's Catharsis and Aesthetic Pleasure*, *The Philosophical Quarterly*, vol. 18, no. 71.
- Skierkowski W., 1929, *Puszcza kurpiowska w pieśni*, *Rocznik Towarzystwa Naukowego Płockiego*, nr 1.
- Sutton J.P. (ed.), 2002, *Music, Music Therapy and Trauma. International Perspectives*, London: Jessica Kingsley Publishers.
- Tjan A.K., 2011, *Eric Whitacre Garnd Experiment in Virtual Collaboration*, *Harvard Buissiness Review*, March 2<sup>nd</sup>.
- Unwin M.M., Kenny D.T., Davis P.J., 2002, *The Effects of Group Singing on Mood*, *Psychology of Music*, no. 30.
- Zalewski I., 2017, *Perkusja i rytuał transgresyjny* [w:] L. Lorent (red.), *Rytuał i transgresja w sztuce perkusyjnej*, Warszawa: Uniwersytet Muzyczny Fryderyka Chopina.

#### Źródła internetowe

- <http://performancescience.ac.uk/singwithus/> (dostęp: 28.03.2018).
- <https://ericwhitacre.com/the-virtual-choir/about> (dostęp: 27.03.2018).
- <https://www.facebook.com/wirtualnychor/> (dostęp: 11.10.2018).
- <https://www.youtube.com/watch?v=JGQkqD2R7lo> (dostęp: 30.09.2018).
- <https://www.youtube.com/watch?v=JYtYCNkR1Yo> (dostęp: 30.09.2018).