

GLAZBOTERAPIJA

Moja iskustva u glazboterapiji

Mirta Budak, Zagreb

Glazboterapija je kao grana medicine, tj. pomoćno sredstvo uz liječenje određenom terapijom (medikamentima) poslije ustanovljene dijagnoze u hospitalnim objektima primjerice stacionarnog tipa u nas je takvo liječenje ne samo nedovoljno istraženo nego i nepoznato. Nažalost, radi se o nezainteresiranosti kad se radi o nužnoj suradnji.

Kad se govori o takvoj vrsti terapije, odmah suradnici upućuju glazboterapeuta na odjel psihijatrije kao jedini odjel na kojem se to eventualno provodi. Ne znaju da je glazba nužno sredstvo prije i poslije operacije, također i stalno prateća na svim kirurškim odjelima. Ne isključujem i intenzivne i poluintenzivne sobe, dakle, bolesnike neposredno nakon kirurškog zahvata, prije nego budu premješteni na odjel, kasnije u oporavilište (HV). Ondje sam nailazila na veliku zainteresiranost u obavljanju ankete o pripremi pacijenata za operaciju u posebnim sobama; ondje im se daju umirujući sedativi, a pogotovo pri uvodu u anesteziju. Tada je nužno opuštanje pacijenata, pa i kirurga koji se kao i cijela ekipa duboko koncentrira na zahvat. Dakle, u takvim prostorijama bi trebali biti postavljeni zvučnici s nenametljivom, tihom, nježnom glazbom.

Nadalje, potrebno bi bilo postaviti zvučnike na odjelima za intenzivnu njegu, primjerice, gdje su najteži bolesnici, na hematologiji, obično su stalno podvrgnuti kemoterapijama i sl. Velika je greška kad je pacijent u "šoku" pod respiratorom, ne daje vidljive znakove života, kao da ne osjeća sve oko sebe. Za takve sam se pacijente bila posebice zainteresirala, za njihovo reagiranje na glazbu, primjerice za Mozartova duhovna djela – *Misu* i *Requiem*. Razlog je u tome što je Mozartov *Requiem* najznačajnije djelo koje je ikad čovjek uglazbio, velika snaga duhovnosti, poglavito pak neki dijelovi kao što su *Sanctus*, *Rex tremendae Majestatis* i poznata *Lacrymosa*, no zbog toga što se i sam skladatelj bližio smrtnom času. Pacijenti su se najčešće poistovjećivali s glazbom, pa i ako su u kliničkoj smrti, lakše dožive prijelaz. Tomu raspoloženju odgovara i *Koncert za violinu i orkestar u D-duru* P. I. Čajkovskog.

Na ideju o glazboterapiji sam došla pri radu na odjelu kardiologije kao pomoćna sestra, kada sam uz redovitu njegu pružala potporu i u duhovnom smislu; nije bilo

dovoljno samo njegovati i davati medikamente bolesniku, nego ga je jednako važno podržavati razgovorom. Nalaze se isprike da je mnogo posla u sobama prenapučenim pacijentima, ali radi se o nedostatku osobnosti, intelekta i nedovoljnoj prosvijećenosti osoblja u kojega se javlja istovremeno i strah od kontakata s onima koji ovise samo o njima, a nerijetko su konflikti u samoj osobi koja se u bilo kojem smislu brine o bolesniku.

Nevjerojatno je koliko se pacijenti za vrijeme hospitalizacije vežu za njegovatelje, liječnike. Kasnije se pismom zahvaljuju na onom što je najdragocjenije – na komunikaciji. Uz redovite nedjeljne svete mise u bolničkoj kapelici, idući hodnicima, gurajući invalidska kolica, dvoje se sa strane redovito drže uz mene. Na susret s Bogom putem ih pripremam objašnjavanjem što doživljavaju na sv. misi, kasnije pak komentarima o nedjeljnoj propovijedi. Često su takva druženja s pacijentima izazvala suze sreće i blagi pogled kad sam ih vraćala na bolesnički krevet. Pojedinaac kao da s bolešću s kojom se susreće prolazi pokoru te ga treba razumjeti. Treba imati na umu kako većina bolesti polazi od duhovne ranjenosti na psihogenoj bazi, da bi se na kraju odrazila i fiziološki. Česte su indikacije čira na želucu kod duboke depresije, no na kraju se ustanovljuje da je samo jače nadražena stijenka želuca. Primjer: (29-godišnja djevojka koju sam danima razgovorima provedenim uz šalu nastojala nasmijati; rad je trajao tjednima). Brojni su pacijenti s kojima sam radila premješteni na psihijatriju. Tako je bilo predloženo u bolnici, jer su pretpostavljali da je terapija glazbom samo za psihijatrijske pacijente. Razgovori uz slušanje tihe glazbe su nematerijalne naravi, pa se često ne zamjećuju promjene na licima pacijenata. Dovoljno je primjerice da je poboljšana krvna slika, EKG i sl. No, ne proučava se prapočetak bolesti.

Kako se liječiti glazbom na psihijatriji?

Kao i svi bolesnici, tako i koji su specifični, već po tome kako okolina na njih podrugljivo reagira, pa i na osoblje koje se njima bavi, trebaju neprimjetan uvodni razgovor koji služi za upoznavanje osobnosti.

Primjerice: ujutro za vrijeme njege uputiti par toplih riječi, također i pri djelidbi doručka. Kada stignu novi pacijenti, to im je prvi kontakt, privikavanje na moju nazočnost. Uglavnom, skupina s kojom sam radila teža je skupina neurotičara i raznih psihoza na odjelu poluzatvorenog tipa. Radilo se o introvertiranim osobama. S pacijentima na "dnevnoj" psihijatriji lakše je raditi, jer se oni rado spuštaju u svakom vidu komunikacije (većina njih se obratilo na "dnevnu" zbog samooće, nerazumijevanja i nemogućnosti uklapanja u svakodnevnicu). Uglavnom sam s njima kontaktirala,

nekad i bez glazbene podloge, razgovorima koje su oni sami inicirali čak i u hodnicima su mi sami prilazili, iznosili svoje probleme, htjeli su se nekome povjeriti. Spominjem glazboterapiju s muškom skupinom u dobi od 20 g. do 60 godina – hrvatski vojnici (“vijetnamski sindrom”) – ženskom skupinom (psihičke promjene kod žena srednje dobi), kao i razna maltretiranja okoline, uže obitelji, na poslu, što je vrlo zastupljeno u većini pacijentica.

Služila sam se unaprijed snimljenim kazetama s određenim redoslijedom glazbenih točaka. Pacijenti s dijagnozom psihoze boje se relaksacije u bilo kojem vidu, jer se “sastanu sa sobom”, a karakteristično je da izbjegavaju realne situacije. Primjerice, mirno slušanje glazbe. Obično sam morala dopustiti slobodnije ponašanje – pušenje, ulazak i izlazak iz prostorije, suprotno onom od čega se sastoji “Stankovićeve metoda” glavne terapije, a isključeno je primjerice ritmičko disanje 5 minuta u tišini. U tom poslu treba obratiti pozornost svakom pojedincu. U nekim situacijama nisam inzistirala na skupnom slušanju glazbe, jer držim da s individualnim slušanjem postizem bolje rezultate, sa svakim pa i s najtežim bolesnicima. Svaki je pacijent poseban slučaj, unatoč brojnim međusobnim sličnostima. Kratkim upitom izabire se glazba – ako se radi o individualnoj terapiji. Slučaj: razgovor s jednim dvadesetgodišnjim mladićem, najbolje proveden uz slušanje grupe “Depeche Mode” i “Front 242”. Na sve drugo je reagirao vrlo agresivno i nezainteresirano. No nužno je poznavanje i upotrebljavanje svakakve glazbe, od klasike do “alternative”.

U izboru glazbe treba imati na umu:

- a) sredinu iz koje potječe pojedinac; naobrazbu što utječe na glazbeni izbor. Pretpostavlja se da pacijente iz seoskih sredina, sa završenom pučkom školom, pa i zanatom, ne privlači klasična mirna glazba,
- b) starosnu dob; mlađi će više voljeti rock-glazbu, ali ona ne pridonosi terapijskom rezultatu. Bilo je pokušaja u inozemstvu s terapijom uz pokret, ples uz glazbu, za što je ženska skupina bila vrlo zainteresirana, jer bi ih prema njihovim izjavama to izdiglo iz duboke monotonije svagdašnjice. No, glazboterapeut uz glazbu u takvom postupku treba dobro vladati plesom (klasičnim i modernim, kao i plesnom rekreacijom). Također mora znati napraviti “štimung”. Spomenuti postupak je rezultirao općim veseljem pacijentica, no sve je ostalo samo “na riječima”.

Zajedničko slušanje glazbe

Uz uvodnu riječ prije slušanja pripomenula sam o kojoj se vrsti glazbe radi, uz redoslijed:

- a) početak – relaksirajuća glazba, sa zvukovima iz prirode, kao uvod u takvu vrstu slušanja. (Glazba izražava razna duševna stanja kompozitora). Do istih se najbrže dolazi kod pacijenata koji svoje reakcije slušanjem momentalno prenose na papir. Najpodobnije je sredstvo papir za iznošenje problema pacijenata koji sjede, slušaju i pišu. Pitanje je hoće li se sjetiti ili usmeno htjeti iznijeti važne činjenice koje su im na-došle, potrebne za dalju terapiju.

Najvažnija su trenutna reagiranja, koja su najbitnija da se najbrže pomogne ranjenoj duši. U toj vrsti terapije najuspješnije je da sudjeluje, uz glazboterapeuta, i psiholog koji potom lakše dolazi do rezultata, psihotestova, psihijatar (lakše donosi opće zaključke o pacijentu), kao i sestre koje su svakodnevno sa pacijentima.

Sve se to odvija u zamračenoj prostoriji, sa plavim svjetlom u kutu uz nastojanje da se ostvari što veća tišina i mir. (Za vrijeme slušanja sam zapisivala vidljive reakcije pacijenata).

Čajkovski: *Violinkoncert* – izraz je dubokih emocija; kompozitor je načinom skladanja izražavao duboke patnje prouzrokovane životnim prilikama i neshvaćanjima okoline u kojoj se kretao. S time se pacijent, i slušač općenito poistovjećuje.

– Uvijek sam tim, nekad i nepovezanim mislima, tražila uzroke ne samo proživljenim strahotama u ratu, nego u razdoblju od 1.–3. godine života. Česte traume izazivane naglim rastankom majke i djeteta, u kojem se održava nesigurnost osobnosti.

Pacijenti su pri slušanju često spominjali dom, topli kutak i slično.

Prilikom jedne terapije uz uobičajeno četiri glazbena primjera, u sredinu sam slušanja umetnula *Gregorijansku melodiju*, posebno proučavajući i bilježeći svaku promjenu ponašanja pacijenata prilikom slušne percepcije, prijavujući se spontanih reakcija s obzirom na značajke koralne glazbe koja izražava duboku duhovnost; često sam u razgovoru, osjetila konflikte u duši pacijenata, jer su se većina njih udaljila od Boga, a sami su znajući to kroz svoj život neposredno prije liječenja, suprotstavljali se spoznaji otuđenja. Crtežima, koje su prilikom slušanja crtali, jer drugačije se nisu neki od njih htjeli iskazivati, pokazivali su zanimljive stavove, nevjerovatnu mirnoću i pažljivo slušanje. I bez većeg znanja o toj vrsti glazbe odmah su konstatali “da se radi o crkvi”.

Reagiranja su bila različita:

Muška skupina – HV

40-godišnji H. I. mirne naravi: “Nebo se crni i čuju se zvuci gavrana, šumovi u glavi, ne mogu misliti, sklapam oči i vidim križeve i kolonu u crnini”.

35-godišnji B. G.: “Maštam o divljini i treba kretati u borbu”.

(Crta pištolj i čovjeka u ležećem položaju.)

35-godišnji Ž. A.: “Ne mogu konkretno opisati, jer se to doima jako daleko i nerazumljivo.”

T.HJ.: “Osjećaj vjere u Boga”.

T.S.: “Melodija asocira na ugođaj u crkvi za vrijeme sv. mise”.

B.A. također misli isto.

– Dakle, osjetili su spokojstvo, svečanost, prisutnost Boga i slično. Interesantno je iskazanje 20-godišnjaka (dakle, bez “podloge” iz djetinjstva od kojih problema nedostataka pate mnogobrojni mladi).

23. g. K.D.: “Ako dugo traje – tuga, smrt, pogreb, vjera (religija) – eventualno nada.”

Najtipičniji iskaz 22. god. D. I. – sa kojim sam radila s posebnim interesom, ali i velikom pažnjom. Kroz razgovore prije te glavne terapije spominjao je Isusa. (Posljedica je rat, ali i patološka veza sa majkom). Uz zanimljiv crtež, na cijeloj stranici – čovjek proboden visi na kolcu, a sa strane uz crtež poruke: “Nećeš me ... ne vjerujem Ti, je O Bože moj, Oče moj, zašto si me ostavio”.

Uz to izjavljuje da se mržnjom sve pobjeđuje; dakle, sve suprotno od onoga kako nas je Isus učio.

Poslije tog slušanja sam upalila svjetlo i uz veselu glazbu 50-tih godina, počeli smo raspravljati o svemu. Neočekivano je koliko su htjeli čuti moje mišljenje o vjeri, zašto su bili vjerski ratovi, rat općenito, i raspitivali se o važnosti i smislu ispovijedi, ali i moje mišljenje, kako ja tumačim činjenice, jer su mi vjerovali, pa sam s tim povjerenjem, nadam se položila klicu nade u tim izgubljenim mladićima, koristeći priliku pohoditi s njima sv. Misu u bolničkoj kapelici.

ETNOMUZIKOLOGIJA

MEĐIMURSKI ORGULJAŠI

Ivan Toplek

Miroslav Vuk, Zagreb

Jedan je od poznatijih seoskih orguljaša i zborovođa na početku tridesetih godina našega stoljeća u čakovečkoj župi bio Ivan Toplek, seljački sin, u ono vrijeme za kulturološke i socijalne prilike na selu vrlo zanimljiva osoba. Rodio se 24. veljače 1912. g. u međimurskom selu Mačkovcu od oca Ivana, ratara i majke Marije r. Bernat, domaćice. Njegovu bistrinu uma, ljubav za crkvenu glazbu i oduševljenje za samoizobrazbu i prosvjetiteljski rad među šesnaestogodišnjacima, njegovim seoskim vršnjacima, zapazio je na svojim putovanjima po međimurskim selima ondašnji prof. učiteljske škole u Čakovcu Ljuboslav Kuntarić. 1929. g. uključio ga je među slušače glazbenoga tečaja za orguljaše u čakovečkoj učiteljskoj školi koju su vodili prof. Janko Slogar i Franjo Pokaz.

Naime, već od prvoga dana svoga boravka u Čakovcu od 1. studenoga 1923. g. Kuntarić je razvio vrlo uspješno djelovanje među seljacima, posebice mladim ljudima, na gospodarsko-prosvjetnom i vjersko-nacionalnom polju. Diljem Međimurja osnivao je seljačke kreditne zadružne štedionice i okupljao mladež na različitim predavanjima. Kako je mladi Ivan bio posebno marljiv i vidno napredovao u učenju glazbe, unatoč žuljevitim ratarskim rukama, jer se u ono vrijeme teška međimurska zemlja obrađivala rukama, mladić je, umoran od napornoga dnevnog rada, marljivo učio u kasne noćne sate uz svjetlo svijeće i redovito svladavao predviđeno gradivo, tako da ga je prof. Kuntarić predložio za seoskoga orguljaša. Kako u selu koje je pripadalo župi Čakovec nije bilo sv. mise svake nedjelje to se mladi orguljaš, školnik Ivo, kako su ga prozvali suseljani, priključio župnom crkvenom zboru u Čakovcu. Naime, nova kapelica u selu bila je posvećena sv. apostolima Petru i Pavlu 29. lipnja 1929. g. Poslije posvete nabavljen je i harmonij na kojem je školnik Ivo neumorno vježbao sviranje hrvatskih pučkih popjevaka, a pjevajući u župnome zboru sticao je nova znanja o vođenju pjevačkih zborova. Godine 1932. Toplek osniva seoski crkveni zbor¹ i od tada počinje njegov službeni orguljaški nastup pred vjernicima sela. Godinu dana pjevalo se jednoglasno da bi se zatim, na prijedlog prof. Kuntarića, počele učiti i višeglasne crkvene skladbe. Kako su se za duhovni život u selu brinuli braća franjevci, zapazili su da se počeo preko crkvene popijevke buditi duhovni život u selu, a da je glavni pokretač mladi školnik Toplek. Zapazivši njegovu