

## **SADRŽAJ**

**Spisak ilustracija**

**Predgovor**

**Izrazi zahvalnosti**

**Dejstvo zvučnih vibracija**

**Moć reči**

**Metod pevanja i slušanja**

**Mantra-joga i isceljujuća Božja imena**

**Napomene**

**Rečnik**

## Ilustracije

- 9 Iz rukopisa *Gunjat al-Munja*, 1374-1375. godina
- 15 Pitagora, iz dela *Historia Deorum Fatidicorum*
- 16 Delo gospođe Li Juen Šeng; Gongbi stil slikanja
- 27 Prizor iz prirode; 2002., Laksmi
- 28 Svirač na gitari; 2000., ND Koster
- 30 Kim Voters iz Rase; 2001., ND Koster
- 31 Svete krave; 2003., ND Koster
- 32 Brama i bogovi, delo Indre Šarme; 2001., Mandala Publishing
- 34 Dejstva prirode, iz Fladovog dela *Collectio Operum*
- 39 Gopi svira vinu, delo B. G. Šarme; 1998., Mandala Publishing
- 45 Muža krava, delo B. G. Šarme; 1998., Mandala Publishing
- 46 V. Albert Martinova slika Alberta Ajnštajna; uz pristanak Arhive Kalifornijskog tehnološkog instituta
- 47 Anri David Toro, izvor nepoznat
- 48 Iz *Kuvanja sa Kurmom*; 2000., Chakra Press
- 50 Plovidba božanskog para na mesečini, delo B. G. Šarme, 1998., Mandala Publishing
- 54 Svirač na flauti, delo Anđela Dinotoa
- 55 Lotos; 2002., Laksmi
- 56 Vjasadev, delo B. G. Šarme; 1998., Mandala Publishing
- 57 Narada Muni, delo Dira Lalite; 2000., Mandala Publishing
- 61 Labud, delo Indre Šarme; 2001., Mandala Publishing

- 62 Indijska deca; 2002., Laksmi
- 72 Buda u meditaciji, iz dela Indre Šarme *U svetu bogova i boginja*; 2001., Mandala Publishing
- 75 Rupa Gosvami, nepoznati umetnik
- 81 Keramička figura iz kineske Tang dinastije
- 83 Darwin i Platon, nepoznati umetnici
- 89 Simbol Om-a sa vencem; Georg Feuerstein
- 92 Sveti spisi na palminom lišću, nepoznati umetnici
- 96 Bakta Druva, nepoznati umetnik
- 98 Sveti Jovan se penje merdevinama na nebo, nepoznati umetnik
- 100 Spokojni Buda, iz dela B. G. Šarme *Gospodar Darne*; 2002., Mandala Publishing
- 105 Omkara dijagram; Georg Feuerstein
- 110 Om mani padme hum; Georg Feuerstein
- 112 Iz dela *Bagavad Gita: Njeno ubeđenje i filozofija*; 2002., Mandala Publishing
- 113 Priroda suptilnog tela nalik stablu; Georg Feuerstein
- 116 Šiva Nataradž, delo Indre Šarme; 2001., Mandala Publishing
- 117 Havajski plesač; 2002., Eddy Y.
- 119 Egipćanske plesačice, sa grobnice iz Tebe, 1950. p.n.e.
- 120 Svetleći kanali suptilnog tela; Georg Feuerstein
- 121 Iz Fladovog dela *De Musica Mundana*
- 124 Sadu u molitvi; 2002., Laksmi
- 126 Kaligrafski detalj iz Tadž Mahala, delo Amanata Kana
- 131 Iz knjige Hauarda Bekmena *Mantre, jantre i mitsko drago kamenje*, Balaji Publishing Co.
- 133 Muladara čakra; Georg Feuerstein
- 135 Svadištana čakra; Georg Feuerstein
- 136 Manipura čakra; Georg Feuerstein
- 137 Anahata čakra; Georg Feuerstein
- 139 Višuda čakra; Georg Feuerstein

- 140 Adna čakra; Georg Feuerstein
- 142 Sahasrara čakra i dijagram Om-a; Georg Feuerstein
- 149 Isus, nepoznati umetnik
- 154 Sri Četanja sa drugovima, nepoznati umetnik
- 156 Ravana otima Situ, iz B. G. Šarmine *Ramajane*; 2001., Mandala Publishing
- 157 Sri Četanja i divlje zveri pevaju, nepoznati umetnik
- 158 Javni kirtan Sri Četanje Prabua i Nitjanande Prabua, nepoznati umetnik
- 163 Posvećenik odaje poštovanje; 2002., Laksmi
- 165 Baktivinode Takur, nepoznati umetnik
- 168 Hebrejska slova
- 169 Bađan praćen ektarom, delo B. G. Šarme; 2000., Mandala Publishing
- 172 Buda iz B. G. Šarminog *Gospodara Darne*; 2002., Mandala Publishing
- 173 Krišnin univerzalni izgled, iz dela Indre Šarme *U svetu bogova i boginja*; 2001., Mandala Publishing
- 175 Četanja pleše, nepoznati umetnik
- 185 Zalazak sunca; 2002., Laksmi

## Predgovor

jeste li spremni za podešavanje?

Kao pripadnici savremenog doba masovnih komunikacija, neprestano smo podvrgnuti zvučnom zlostavljanju neskladne buke sveta. Pošto nismo u stanju da se smestimo u prirodno okruženje, mnogi od nas trpe to neumoljivo nasrtanje na čula. Brušenje i mlevenje raznih alata i oruđa, kreštanje kočnica, trubljenje sirena, zvonjava mobilnih telefona i ostale moderne divote postepeno iznuruju naša tela i umove. Povrh toga, popularno shvatanje muzike često odbija beslovesni eho razornih mehanizama koji nas okružuju. Dok stupamo u novi vek, hrapave vibracije, distorzije i krici vrlo često zamenjuju muzičke melodije.

Osim ove baražne vatre buke, čak ni izgovorena reč više nije sveta; ona se sve više koristi za negativne ciljeve. Do koje mere sveukupno dejstvo ovih galama i saopštenja, često prožetih nihilizmom i negativnošću, može da opustoši unutrašnji hram našeg bića? Koliko bolesti, poremećaja, neprilagođenosti i samoubistava ti zvuci proizvode?

I na savremenim kompozitorima leži odgovornost stvaranja takve vrste muzike koja može da pomogne da se zacele rane nanete zvučnim zagađenjem, koje je postalo nesreća modernih vremena. Nova muzička dela ne treba da pružaju samo jednostavnu muziku za opuštanje, nego i zvuke koji dovode do preobražaja. Preobražavanje teskobe u spokojstvo, straha i strepnje u dobrotu i poverenje, neznanja u svesnost, bola u vedrinu – to treba da bude osnovna namera u pozadini ovih dela. Izvor nadahnuća i izbor zvukova treba slušaocu da ispune osećanjem celovitosti. Ovo osećanje nije nametnuto spolja, već proističe iz unutrašnjeg izvora, uvek prisutne večne energije, dostupne svima nama kad god odlučimo da se okrenemo ka unutra i povežemo sa njom, a muzika preobražaja može da nam pomogne u tome.

Pored toga, energije ove vrste muzike mogu pažljive slušaocu da uvedu u natprirodnu atmosferu, koja je spokojna, srećna i miropomazana melemom neuslovljene ljubavi. Ova dimenzija, iako ne može da se opazi okom i uhom, dostupna je putem razmatranja

svetih spisa i putem intuicije ili transpersonalnog (nadličnog) iskustva.

U toj oblasti sve je moguće: svakodnevni stres iščezava, brige i napetosti nestaju i vi kao slušalac prodirete u sferu svog sopstvenog spokojstva i vedrine. U toj sferi, sva vaša čula obuzeta su jedinstvenim užitkom koji zapravo potiče iz vas samih. Na ovoj tački, ključevi univerzuma u vašim su rukama. Treba samo da ostavite vrata svog srca i uma širom otvorena za harmoniju koja će vam pružiti mogućnost da ponovo otkrijete svoje prirodno stanje, dopuštajući vam da se vratite onome što zaista jeste.

## **DEJSTVO ZVUČNIH VIBRACIJA**

### **PLOVIDBA NEUCRTANIM VODAMA**

**Znanje o lekovitom svojstvu muzike seže sve do drevnih vremena. Muzika se koristila da pročisti svest, sa uviđanjem da bolest napada samo tamo gde uočava slabost, a da slabost najčešće potiče od nedostatka ravnoteže ili od nečistoća u telu, umu ili duhu. Izreka 'Snaga je u čistoti' ostaje osnovna istina.**

**Da bi negovali ovu osnažujuću čistotu, i kompozitor i slušalac moraju da razviju takvu umetnost koja je u skladu sa prirodnim zakonima i pravim životnim vrednostima. U odsustvu takve veštine življenja, čovek stvara samo zbrku, nesklad i kaos.**

**Što više nauka o zvuku bude prisutna širom zapadnog sveta, bićemo sve svesniji nebrojenih uticaja koje svi aspekti našeg bića – telo, um i duh – trenutno trpe dok se podvrgavamo, bilo**

dobrovoljno ili prinudno, zapanjujućoj količini buke, zvukova, ritmova i svih mogućih melodija, čije delovanje većina nas još uvek ne razume.

Navešću samo jedan primer. Radio je danas zauzeo takvo mesto u našim životima da je slušalac izložen svakojakom muzičkom materijalu, bilo gde i bilo kada. Postoji opšta nesvesnost u pogledu neizbrisivih posledica zvuka na suptilne elemente svesti i memorije. Kao ni sve ostalo u vasioni, radio sam po sebi nije ni dobar ni loš. Način na koji ga koristimo određuje prirodu dejstava koje on ima na sve nas u celini.

Istoričar muzike Siril Skot u svojoj čuvenoj knjizi *Muzika: njen tajni uticaj kroz vekove*, dokazuje da naše postupke u ovoj oblasti treba da odlikuje izuzetna obazrivost. U svom delu, prvi put objavljenom 1933. godine, Skot podrobno ispituje delovanja muzike na um i na svet osećanja. On nam pokazuje, na primer, do koje mere je Hendlova muzika uticala na viktorijansko doba, kako je "njegova svečana i smerna muzika budila u ljudima određenog temperamenta primetno osećanje preterane ozbiljnosti, izražene u vidu patološke sklonosti ka pogrebnim dekorima", i kako je "to bilo posledica pogrešnog shvatanja religije i duhovnog života uopšte."

(1) On takođe objašnjava da je Betoven bio u isti mah i psiholog i muzičar, i da njegov muzički stil ima moćno oslobađajuće dejstvo na podsvest onih koji slušaju njegovu muziku.

Zvuci doista deluju kao stimulansi koji pobuđuju misaoni proces i oslobađaju energije uskladištene u podsvesti. Upravo to je ono što nam pruža razlog za zabrinutost u današnjem svetu, u kojem postoje naročito agresivne vrste muzike. Kao što su Hendlove muzičke vibracije uticale na njegovu epohu i kao što Betovenove simfonije imaju oslobađajuće dejstvo na umove slušalaca, isto tako i silovito rušilačke vibracije izvesnih sinkopiranih ritmova izazivaju podsvesne nehotične reakcije koje vibriraju usled fenomena rezonance i prilagođene su emocijama povezanim sa nasiljem i uništavanjem.

Obaveza čovečanstva je da započne ozbiljna istraživanja usredsređena na ovu temu, i da o njihovim rezultatima obavesti one nesrećne žrtve koje u ovoj vrsti muzike ne mogu da nađu ništa drugo do ono što ona nudi: frustraciju, patnju, teskobu i razaranje. Svaka muzička vibracija povezuje nas sa odgovarajućim nivoom postojanja. Ukoliko smo svesni ove činjenice, u mogućnosti smo da svesno biramo specifično povezivanje koje odgovara našim željama.

Neka muzička dela su škodljiva, dok druga imaju umirujuća i produhovljujuća dejstva. Neki oblici muzike preterano uzbuđuju i stoga iznuruju, dok drugi takođe podstiču, ali bez iscrpljivanja snage. Prema tvrdnji Sirila Skota, nezasiti karakter sinkopiranog ritma sračunato odbija svaku duhovnu i uzvišenu sadržinu, i umesto toga dovodi do preteranog nadraživanja nervnog sistema i posledičnog slabljenja sposobnosti za koncentraciju i samokontrolu. U svetlu ove informacije, treba još jednom da ispitamo naše zaključke o zabrinjavajuće učestalim samoubistvima, depresijama i procentu maloletnih otpadnika u našoj kulturi.

## DREVNI NAČIN

Starim narodima je bilo poznato da je muzika melem koji blaži dušu. Preko sposobnosti sugestije, određeni ritmovi i melodije pružaju protivotrov za ljudske strasti. Pitagora je smatrao mogućim da ta sugestivna moć značajno doprinese dobrom zdravlju, pod uslovom da se prikladno upotrebljava. (2) On je taj proces izlečenja nazvao 'pročišćavanje'. Bio je prvi koji je osnovao školu za proučavanje uticaja ritma na ljudske strasti, i muziku koja proizvede pozitivne uticaje je nazvao 'muzika sfera'. Verovao je da su nebeska tela suštinski povezana sa zvucima koje ljudi mogu da proizvedu na žičanim instrumentima, i da znanje o toj umirujućoj muzici pruža mogućnost temeljnog izlečenja.

Pitagora je za svoje studente izumeo i primenio ono što se naziva aparat ili pomagalo, odnosno uzorke koji predstavljaju božanstveno skladne mešavine izvesnih dijatoničkih, hromatičnih ili harmonizovanih melodija. Pomoću njih je, tvrdio je, lako da se prenose ili preusmeravaju duševne strasti – tuga, ljutnja, sažaljenje, žudnja, oholost, lenjost i naprasitost – pod uslovom da su uobličene nedavno ili potajno. Svaku strast je ispravljao u skladu sa normama vrline, ublažavajući je podesnim melodijama, koje se mogu porediti sa blagotvornim lekovima. Svake večeri kada su njegovi učenici odlazili na spavanje, Pitagora je izvodio posebne ode i pesme da bi ih oslobodio dnevnih poremećaja i nemira. Pročišćujući im intelekt od nepostojanosti telesne prirode, on im je na taj način obezbeđivao spokojno noćno spavanje sa prijatnim, a ponekad i proročanskim snovima. Dok su se budili, pevao je ili svirao na svojoj liri drugačije kompozicije i prigodne modulacije da bi ih oslobodio tromosti kojom ih je ispunila noć. Prema tome, prema tvrđenju Pitagore, sasvim je moguće pročistiti telo i um koristeći muzičke energije.

Verovanje u preobražavajuću moć zvukova bilo je rašireno i u staroj Kini, u kojoj je muzička veština bila deo obrazovanja plemića. U istorijskim memoarima zen-učitelja Su Ma Tsien-a, koji potiču iz prvog veka stare ere, saznajemo da izvesni tonovi doprinose blagotvornom načinu ponašanja. Tsien je pisao: “Zvuci i muzika pokreću i stimulišu arterije i vene. To proizvodi životvorni dah i srcu pruža sklad i čestitost. Ton *kong* utiče na slezinu i podstiče u čoveku svetost. Ton *kio* deluje na jetru i donosi čoveku skladnost savršene dobrote. Ton *č* deluje na srce i donosi čoveku sklad idealnih običaja i obreda. Ton *jo* utiče na bubrege i pruža čoveku sklad savršene mudrosti.” (3)

Na osnovu ovog rukopisa je jasno da je lečenje fizičkih poremećaja putem zvučnih vibracija u staroj Kini bilo uobičajeno. Osim toga, Su Ma Tsien-ov rukopis pokazuje da su Kinezi verovali da svi muzički tonovi potiču iz srca. Drevni rukopis objašnjava da

se osećanje, nastalo iz duševnog uzbuđenja, manifestuje u spoljnom svetu u obliku zvuka. Kada su zvuci lepi, oni predstavljaju ono što nazivamo muzičkim notama. Stoga su (i tu ovo saopštenje dobija svoje puno značenje) tonovi tegobnog razdoblja nosioci mržnje i razdraženosti. Muzički tonovi zemlje koja propada su žalosni i zabrinuti i tište njen narod. Zvuci i tonovi odražavaju način upravljanja u dotičnom periodu. Analizirajte muziku naroda, nacije, rase, i steći ćete jasnu predstavu o motivacijama, željama i prioritetima pojedinaca. Muzika koju ljudi slušaju govori mnogo toga o tome kakvi su.

Brojni istorijski prikazi kazuju nam da su kraljevi plemenitog srca propisivali staru kinesku muziku. Te vođe bile su svesne ogromnog uticaja muzičkih vibracija na ponašanje ljudi. Shvatali su da nesređen način života vodi društvo u propast. Stoga su obredna umetnost, ples, slikarstvo i ponajviše muzika bili u izvesnoj meri kontrolisani, da bi se pomoću njih uspostavili umereni principi za stanovništvo. Muzika nikada nije bila žestoka, kako ne bi podsticala nasilje. Nije bila ni tužna, kako ne bi slušaoce dovodila u potišteno stanje uma. Nije se usredsređivala na osećanja besa ni straha, kako u narodu ne bi izazivala uznemirenost.

Čovečanstvo je izloženo beskonačnom broju prizora, zvukova i osećanja. Kada ljubav i mržnja nemaju vladajuće norme izražavanja, onda se ispoljavaju u skladu sa podsticajima koji na njih utiču. Samilosna priroda pojedinaca biva potisnuta i njima vladaju prevashodno njihove strasti.

U drevnoj Kini, muzika je objedinjavala telo, srce i um. Danas je najčešći slučaj – pošto u upotrebi muzike vlada anarhija – da muzika ne objedinjuje nego razjedinjuje. To razdvajanje fizičke, emotivne i mentalne osobe jedne od druge dovodi do ozbiljnih neuravnoteženosti, koje zatim uzrokuju teške sociološke probleme. Kompozitori su u poziciji da stvaraju muziku koja ujedinjuje osećanja i proizvodi umirujuće efekte. Oni mogu da nam pomognu da ponovo otkrijemo svoj istinski duhovni identitet i da spreče

izumiranje božanskog principa u našim društvima. Muzika je u stanju da poboljša srce. Ona služi poučavanju, budući da poseduje sposobnost da nas duboko pokrene, i da izazove promenu običaja i navika.

Stari kineski kraljevi su to znali, i zato su vodili brigu da muzika bude dosledna i skladna u ritmu i harmoniji. To ipak ne znači, kao što će nesumnjivo neki ishitreno prigovoriti, da je vladala mračna i stroga atmosfera. Muzika je stvarala radost. Međutim, užitak ispoljen u nedostatku harmonične umetnosti življenja dovodi do zbrke i nemira. Čulni užitak, na primer, kada ne zna za granice, kada nije pod kontrolom svesti, može da uzrokuje ćelijske, pa čak i fatalne bolesti. Prema izveštajima američkog ministarstva zdravlja i socijalne politike, na primer, povišen nivo dopamina u mozgu može da izazove ćelijske poremećaje i neizlečivo oboljenje. (4) Iz tog razloga je drevna Kina ustanovila propis, umetnost življenja, i objavila da je ispravno da zvuci pružaju zadovoljstvo, ali ne do tačke nemara i bezobzirnosti. Oni koji su stvarali muziku činili su to sa namerom da ona slušaocu pruži umerenu radost.

Cilj kompozitora u vezi sa psihičkim formiranjem stanovništva i širenjem njegove svesti uvek je bio da se suprotstave svakoj preteranosti. Delovanje koje vodi ka umerenosti, vladanju samim sobom, blagosti i proširenim vidicima uvek je uspešnije ukoliko zadržava jednostavnost i bezazlenost.

## ZVUK U VREMENU TEHNOLOGIJE

Mi najveći deo vremena ne slušamo muziku, već je samo čujemo. Malo je ljudi sposobnih da slušaju, zato što je slušanje darivanje svoga bića drugima. No, šta se događa kada čujemo muziku? Ona na nas vrši određen uticaj, blagotvoran ili ne. Može da nas osokoli ili da nas učini pospanim. Čak i ukoliko se radi o

pozadinskoj muzici, na koju ne obraćamo naročitu pažnju, ona potajno deluje na naš nervni sistem.

Zamislite, na primer, ulazak u prodavnicu. Muzika se širi iz zvučnika, ali mi je ustvari ne slušamo. Odlazimo pravo do onih proizvoda koji nas zanimaju, ne osvrćući se na pozadinsku muziku. Bez obzira na to, muzika je svesna nas. Ona je zainteresovana za nas. Ona podmuklo prodire u naša tela putem koji je naučnik Tomas Zeberio nazvao 'vrtložna pukotina', odnosno putem elektromagnetskih centara u telu. (5) Preko tih centara muzika se širi i obavlja svoj zadatak: ona slama naše odbrambene mehanizme i podstiče nas da kupimo i one proizvode koji nam zapravo nisu potrebni. Naša razboritost je poremećena i uskoro punimo svoje torbe raznoraznim nepotrebnim stvarima. Takva je uloga muzike kao marketinškog sredstva.

U knjizi o muzičkoj terapiji, *Priručnik za muzikoterapiju*, psihologa pedijatra Rolanda Benenzona, nalazi se i izveštaj o iskustvu italijanskog fiziologa Patrije, koji je obavio vrlo značajne eksperimente koji su utvrdili dejstvo određenih zvučnih kombinacija na dotok krvi u mozak. (6) Između ostalih muzičkih formi, on je koristio i vojne marševe poput 'Marseljeze' i bio je u prilici da konstatuje da se dotok krvi u mozak pojačava kada osoba sluša vojničku vrstu muzike.

Bilo da se koristi za marketing ili u vojne svrhe, neosporno je da muzika utiče na naš ćelijski sistem kao celinu. Kao što je Ralf Tegtmejer napomenuo u svom *Vodiču u novu muziku za unutrašnje putovanje*: "Mi obično ne pokušavamo da zasnujemo potpuno svestan odnos prema muzici. Ona je za nas izvor oslobađanja, često jedinog oslobađanja koje nam je poznato, i iz tog razloga je precenjujemo. A kada dospemo do te tačke, više nismo u stanju da posumnjamo u nju i da se delotvorno zaštitimo od naopakog uticaja koji ona može da vrši." (7)

U svojoj informativnoj knjizi, *Vaše telo ne laže*, Dr. Džon Dajmond objavljuje plodove svog istraživanja – otkrića koja

potvrđuju rezultate mnogih drugih istraživanja – usredsređenog na posledice muzike na biljke i na ljudsko telo. On je došao na ideju da izmeri mišićnu reakciju pacijenata dok slušaju različite vrste muzike. Evo šta je između ostalog saopštio o svojim eksperimentima:

Posle rada sa stotinama ispitanika, ustanovio sam da slušanje rok muzike često dovodi do mlitavljenja svih mišića u telu. Uobičajen pritisak koji je potreban da se kontroliše snažan rameni mišić (trouglasti mišić koji se koristi za podizanje ruke) kod odraslog muškarca iznosi otprilike 18 do 20 kilograma. Kada svira rok muzika, potrebno je samo 5 do 7 kilograma pritiska. Svaki od većih mišića u telu povezan je sa nekim organom. To znači da velika količina popularne muzike kojoj smo svakodnevno izloženi utiče i na sve telesne organe. Ukoliko tome pridodamo i mnoge sate sviranja radija svuda oko nas, možemo da ustanovimo koliko je to grdan problem. Neprirodni ritam rok muzike (trotaktni ritam – da-da-Da) i njen visok nivo šuma prouzrokuju u nama slabost i mlitavost. Štetna muzika smanjuje fizičku energiju, bez obzira na to koliko glasno se sluša. (8)

Druga klinička ispitivanja pokazala su da je pri trotaktnom ritmu čitavo telo dovedeno u jedan oblik stanja pripravnosti. Ovo stanje podstiče hiperaktivnost, nemir, razdražljivost, neprekidnu uskomešanost i smanjenje perioda pažnje. Donošenje odluka postaje otežano i u čoveka se uvlači osećanje da se stvari ne odvijaju onako kako bi trebalo. Potom sledi gubitak energije bez očiglednog uzroka.

U knjizi *Lekovite energije muzike*, autor Hal A. Lingerman piše: “Destruktivna muzika oštećuje ne samo vaše fizičko telo, nego i vaša osećanja i mentalne procese. Takvi zvuci vrše uticaj na čitavu vašu auru, čineći da se osećate psihički rascepkan, nepotpuni, uplašeni, ratoborni, usamljeni, napeti i besciljni. Takvi

stresni, ružni zvuci uz to će rasturiti vaše planove i zamagliti i poništiti vaše ciljeve. Najtragičnije je to što će vas neskladna muzika otuđiti od vašeg unutarnjeg centra rukovođenja, raskidajući vaš samosvesni savez sa Tvorcem, ostavljajući vas sa osećanjem napuštenosti, i podvrgavajući vas dominaciji negativnih vibracija.” (9)

Postoji i alternativni način da izađete na kraj sa savremenim svetom, način koji unapređuje život, a on se sastoji u tome da stalno budete svesni muzičkih energija koje nas okružuju, prodiru u naš organizam, ispoljavaju na nama svoje sugestivne moći i na taj način nas potčinjavaju svome uticaju. Ovaj proces je stanje budnosti i obazrivosti, jer u pitanju su ništa manje nego čovekovo telo i srce. Reč srce ovde upućuje na suptilnu srčanu *čakru* smešteno nešto iza fizičkog srca. Upravo u tom sićušnom živom kompjuteru obrađuju se emotivna i čulna dejstva muzike. Često je neophodno da se bude pažljiv kako bi se čovek zaštitio od, ili pak da bi iskoristio blagotvorne efekte, muzičkih energija i mnogih vrsta zvukova koji ispunjavaju naše trenutno životno okruženje.

Rolando Benenzon postavlja pitanje: “Sa čudesnim razvojem zvuka u našoj današnjoj civilizaciji, kakve su promene nastale u telesnim mehanizmima koji se zasnivaju na enzimima? O tome još nemamo jasnu predstavu, ali po svemu sudeći te promene ne obećavaju ništa dobro u budućnosti.” (10)

Primorani smo da posumnjamo da ogromna većina zvukova proizvedenih u našem savremenom svetu – bilo da se nazivaju muzičkima ili ne – ima za posledicu zabrinjavajuće funkcionalne poremećaje, kako kod odraslih tako i kad su u pitanju deca. Ti zvuci mogu bez oklevanja da se okarakterišu kao štetni za čovekovu dobrobit i za našu daljnju evoluciju. Međutim, da li smo mi svesni dejstva zvukova na naše biće? Mi sa poverenjem, iz dana u dan, upijamo sve moguće ritmove, tonove, melodije i harmonije, koje se ponavljaju u nedogled. Koliko nas je koji shvatamo da jedna te ista muzika koja se stalno iznova sluša u toku dugog vremenskog

perioda proizvodi emocije koje ostavljaju snažan pečat na našoj ličnosti i karakteru, i na taj način utiče na tok našeg života?

Pre nego što razmotrimo delovanje muzike na našu dušu, zapitajmo se ipak u kojoj meri zvuci vrše uticaj na naše fizičko telo.

## KADA MUZIKA ZAGLUŠUJE I OGLUVLJUJE

Razumljivo je da ćemo razmatranje fizičkih dejstava zvuka započeti od uha. Uho se sastoji od tri dela. *Spoljnje uho* (ušna školjka i slušni kanal) sakuplja zvuke iz okoline, koji se zatim pojačavaju u *srednjem uhu* pomoću bubne opne (membrane) i tri koščice koje su međusobno sastavljene. Potom vibracije stižu do *unutrašnjeg uha*, tzv. puža, koji kroz slušni nerv šalje obaveštenje u mozak. Oštećenje jednog od delova ovog izvanrednog akustičkog uređaja ima za posledicu pogoršanje sluha. Trajni osećaj gluvoće i zviždanja u ušima koje čovek oseća dok napušta glasan muzički koncert ili noćni klub predstavljaju znake ćelijskih poremećaja slušnog sistema.

Ukoliko želimo da opazimo suptilne energije nošene zvukom, rečima i muzikom u nekom dužem vremenskom periodu, moramo uvek da zaštitimo svoje uši kako bismo prodrli u oblast dubokog, sadržajnog slušanja. Da bismo se zaštitili od prejakog svetla koristimo sunčane naočare. Nažalost, ne postoji ništa što bi zaštitilo uši. Na nama je da razvijemo dovoljnu svesnost kako bismo izbegli štetnu buku. Česta izloženost nivoima buke iznad 90 decibela (dB) izaziva nepovratna ćelijska oštećenja koja, na anatomskom nivou, dovode do mikro-krvarenja u pužu, a na simptomskom nivou do potpunog gubitka sluha.

Decibel je naučna jedinica za merenje zvuka: *deci*, za deseti deo, i *bel*, po Aleksanderu Grejemu Belu, izumitelju telefona. Za zvuk koji je deset puta glasniji od drugog zvuka kaže se da je za 10

dB jači, i za svako desetostruko povećanje snage zvučni nivo raste za 10 dB. Tako, zvuk koji je hiljadu puta jači od drugog, jači je za 30 dB; ukoliko je jači sto hiljada puta, znači da je jači za 50 dB.

Naučnik Klod Ilu ovako opisuje dejstvo visokih nivoa decibela na uši:

Od 120 dB naviše (uobičajen rok koncert) zvučni uticaj ima isti efekat kao naglo sagorevanje uz pritisak. Nije retkost da se bubna opna pocepa kao opna bubnja u koji je udarano suviše žestoko. Odmah zatim sledi potpuna gluvoća, praćena neobičnim akustičkim fenomenima poput neprekidnog zviždanja i zvonjave u ušima koji nedeljama traju pre no što se smanje i potom nestanu, katkada samo delimično. Unutarnje uvo krije 28 000 vlakana – i nijedno više od toga. Te veoma prefinjene ćelije su minijturni, krajnje složeni kompjuteri. Svaki od njih ima svoju specifičnu funkciju u odabiru informacija, analizi zvukova, rastavljanju frekvencija pre njihovog slanja kroz slušni nerv, izuzetno pouzdan elektro-akustički program, kojeg mozak lako dešifruje... Što je zvuk silovitiji i oštriji, to je verovatnije da će oštetiti vlakna koja, nažalost, nemaju sposobnost da se obnavljaju. Razumljivo, što je manje funkcionalnih vlakana, uvo je manje efikasno.”

Moramo brižno da zaštitimo slušni nerv ukoliko želimo da posedujemo koncentraciju, ravnotežu, budnost i pažnju. Povrh toga, oštećenja unutrašnjeg uha trajna su i nepopravljiva. Krv više ne teče u one delove puža koji su zahvaćeni nekrozom; to je ćelijska smrt. Slušna pomagala namenjena su samo za srednje uho (da bi se ublažile posledice oštećenja na bubnoj opni i/ili koščicama u srednjem uhu), a usled toga što pojačavaju zvuke, ona dodatno povećavaju nivo oštećenja. Važno je da budemo unapred upozoreni.

Kada buka postane preglasna, smesta treba da preduzmemo nešto kako bismo zaštitili svoje osetljive uši. Uvo je organ za ravnotežu. Iznad 90 decibela može da dođe do vrtoglavice i problema sa pamćenjem, a ponekad i do depresije.

Buka može da se definiše kao zvuk koji je glasan, neprijatan i nepoželjan. U SAD, federalni propisi služe ograničavanju nivoa buke na radnom mestu i zaštiti zaposlenih od niže produktivnosti i ozleda. Za neke osobe, pak, stvaranje buke predstavlja znak moći. Iz tog razloga je buka postala nesreća dvadesetog veka. Prema nekim procenama, za industrijalizovanu zemlju sa približno 50 miliona stanovnika, godišnji izdaci za zdravstvenu zaštitu koji mogu direktno da se pripisu posledicama buke dostižu pet milijardi dolara – isto koliko se izdvaja i za borbu protiv štetnih posledica pušačke zavisnosti.

Stvarne cifre su verovatno još veće, pošto mnogi bolesni ljudi ne mogu tačno da utvrde uzrok svojih oboljenja. Pored toga, mnogi lekari još nisu potpuno svesni fizičkih i psiholoških povreda izazvanih prodornim zvucima preterano osetljivih alarma protiv krađe, gromoglasnih motocikala opremljenih nedozvoljenim prigušivačima, napadnog tandrkanja pneumatskih bušilica, zavijanja policijskih kola, vatrogasnih i ambulantnih sirena, i stvarno nepodnošljivih nivoa preglasne muzike. Povrh svega toga, sada imamo i sveprisutne zvuke preobilja različitih mobilnih telefona sa kojima moramo da se nosimo.

Neposredno ili posredno, buka pospešuje nastupanje i napredovanje mentalnih bolesti. Potresajući čitav naš organizam dok ga ne dovede do stanja neuravnoteženosti, buka potajno napada naš nervni sistem, izazivajući zamor, vrtoglavicu, čireve, kardiovaskularne probleme, nezdrave modele ponašanja, hormonske poremećaje i depresiju, ukoliko ne dovede i do stvarnog i potpunog ludila. Značajan deo od 45 miliona Amerikanaca koji redovno pate od glavobolja ističe da je buka jedan od činilaca koji im nanose bol. Prema *Američkim*

*medicinskim novinama*, oko 10 miliona dolara svakodnevno se gubi usled opadanja produktivnosti na radnom mestu. (12) Dalje, prema Nacionalnom institutu za zdravstvenu zaštitu Češke, upotreba sedativa i prepisanih uspavljujućih sredstava znatno je veća u bučnim područjima. (13) Ne postoji fiziološka tolerancija na buku; drugim rečima, živo biće trpi njene posledice a da nikada ne postane naviknuto na njih.

S obzirom na upozorenja koja ove statistike objavljuju, s pravom možemo da se zapitamo nije li jedna od najemitovanijih vrsta muzike u industrijalizovanim zemljama ujedno i najveći uzročnik ćelijskih poremećaja. Nove bolesti, često pripisane 'civilizaciji', izazvane su u većini slučajeva zagađenjem. Uz hemijsko i psihološko zagađenje, sada imamo i zvučno zagađenje.

Ukoliko bismo poneli merni uređaj na rok koncert ili rejev, na kojima se ozvučenje pojačava do njegovih krajnjih granica, uređaj bi bez sumnje zabeležio maksimalne nivoe od 120 do 140 decibela! To je iznad praga bola i lako može da dovede do oštećenja. I drugi oblici slušanja muzike mogu da budu problematični. Ljudi često koriste slušalice za slušanje vrlo glasne muzike u dužim vremenskim periodima. Prema istraživanju sprovedenom 1996. godine, na koje se poziva Kanadsko udruženje patologa specijalista za govor i jezik i audiologa, to takođe izaziva oštećenja. Kada su subjekti tako potpuno uronjeni u zvuk, zapaženi su smanjenje opreznosti, gubljenje ravnoteže i mučnina. (14) Osim toga, izgleda da dolazi i do opadanja sposobnosti za opažanje fizičkih parametara, na primer, ispravno procenjene udaljenosti ili dubine.

Eni Moč, predavač na odseku za psihologiju na Univerzitetu u Parizu, objavila je 1985. godine opsežan naučnoistraživački rad na temu gubitka sluha. Ispitivanja koja je obavila u SAD ukazuje da privremeno opadanje sposobnosti sluha koje se dešava nakon što je osoba izložena drastičnoj buci, obično ne treba da prelazi 10 decibela u periodu od dva minuta nakon izlaganja; u suprotnom,

uslediće trajna gluvoća, tim pre ukoliko se ta trauma uzastopno ponavlja. Pa ipak, merenja koja je doktorka Moč obavila pre i posle slušanja rok koncerata – ili snimljene muzike – pokazuju smanjenje sposobnosti sluha koje dostiže nivo od 30 decibela među tinejdžerima u dobi od 16 do 18 godina. (15)

U studiji o agresiji buke i muzici koja ogluvljuje, istraživač Ričard Kanavo primetio je da sluh muzičara može da bude dobar pokazatelj posledica visokih nivoa buke. On saopštava: “Kod 43 rok profesionalca ispitana od strane naučnika, ustanovljen je prosečan gubitak sluha od 20 dB posle šest godina aktivnosti.” (16) Čak i klasični muzičari moraju da budu na oprezu. Specijalisti koji su ispitali 110 muzičara iz Švajcarskog orkestra izjavljuju da je gotovo polovina njih pokazala pogoršanje sluha i da 30% pati od zvonjenja u ušima, pa čak i od vrtoglavice. (17)

Milioni tinejdžera pate od pogoršanja sluha izazvanog izlaganjem preterano bučnoj muzici. To je Ričarda Kanava navelo da napomene: “Kakva je to ironija! U vreme kada je muzika na vrhuncu svoje moći, kada je sveprisutna i univerzalna, svedoci smo pojavljivanja generacije nagluve dece.” (18)

Dr. Ilu objašnjava da su nivo jačine i dužina perioda slušanja tesno povezani sa degenerativnim procesima. Već su i zvučne vibracije vrlo kratkog trajanja, ukoliko su izuzetno snažne, dovoljne da izazovu akustičku povredu. Suprotno tome, dugotrajna buka može da prouzrokuje trajna oštećenja čak i ukoliko je relativno male snage. Važno je da se napomene da pojačala koja se danas koriste često proizvode nivo buke znatno iznad 120 decibela, naročito u slučaju basovskih tonova. Uzevši u obzir činjenicu da koncerti ponekad traju puna dva sata, nije teško razumeti zbog čega toliki broj ljudi danas pati od značajnih slušnih smetnji.

Problem je utoliko složeniji što ostajemo neobavešteni o svojoj sve većoj gluvoći. Slobodno možemo da tvrdimo da stanovnici velikih modernih gradova pate od oštećenja sluha i raznih neuravnoteženosti koje ono izaziva na ćelijskom nivou.

Propisani lekovi ne predstavljaju rešenje za savladavanje teskobe i stresa savremenog života. Pre će biti da rešenje valja potražiti u tišini, šetnjama u prirodi sa pevanjem ptica i žuborenjem potoka. Medicina treba da se prikloni i muzici koja ima sposobnost da opusti (što je dokazano u ozbiljnim istraživanjima), nadahnutim meditativnim melodijama i svim zvučnim vibracijama koje su u stanju da uklone nevolje povezane sa izlaganjem buci.

Kako bi bila u stanju da primete pevanje atoma ili suptilne elektromagnetske energije životnog spektra, ljudska bića današnjice moraju da prestanu da stvaraju nepotrebnu buku. Bez te svesne odluke ljudi će ostati gluvi za vibracije vlastitih vanvremenskih duša. Kao što Mari-Luiz Očer piše u poglavlju naslovljenom 'Psihofiziologija i psihofonija' u svojoj knjizi *Zvučni čovek*:

Svako ko je video malog belog miša koji, izložen makar i na samo nekoliko sekundi veoma bučnoj sireni, pati od audiogenih epileptičnih napada, smrtonosnih u slučaju osetljivih bića, shvatiće da je buka nešto više od neugodnog utiska na koji se postepeno naviknemo, više od uzročnika profesionalne gluvoće, i da je ona zapravo glavni činilac koji se nalazi iza nervne neuravnoteženosti savremenog sveta. Grčevito dejstvo praćeno je sveopštim uznemirenjem unutrašnjih organa i neurotičnim oboljenjima. Psihofiziolog ovu pojavu tumači kao lokalizovanje dejstva buke u objedinjujućim i regulišućim centrima moždanog stabla, centrima mudrosti tela (uključujući i zdravlje duha), koji usled toga postaju centri telesne mahnitosti. (19)

Bez obzira na rasprostranjenu praksu prepisivanja lekova za suprotstavljanje ludilu današnjeg sveta, možda će u bliskoj budućnosti novi lekari pokazati više zainteresovanosti za dobrobit svojih pacijenata nego za razvoj farmaceutske industrije. Muzika

duše, za razliku od lekova, nije u suprotnosti sa Hipokritovom zakletvom.

## KRAVE KOJE VOLE MOCARTA

U naučnim krugovima postoji pravilo da se podaci prikupljaju na bazi eksperimenata sa biljkama pre no što im se podvrgnu i životinje. Kada su posledice po faunu, floru i životinje dokazane, tek tada se vrše eksperimenti na ljudima. Hajde da ispitamo tu naučničku čestitost, imajući na umu sledeća otkrića, kako ih je opisao Rolando Benenzon:

Farmer iz Ilihoa posejao je u dve staklene bašte potpuno identičnu vrstu semenja, u uslovima iste nađubrenosti, vlažnosti i temperature. U jednom stakleniku postavio je zvučnik koji je danonoćno emitovao muziku. Posle izvesnog vremena, primetio je da je u stakleniku u kojem je svirala muzika usev kukuruza brže iznikao, zrna su bila teža a zemlja plodnija; biljke koje su bile najbliže zvučniku bile su uništene usled dejstva zvučnih vibracija. Ovaj eksperiment pokazao se toliko uspešnim da se u Kanadi muzika sada koristi u više poljoprivrednih pogona. Primećeno je i to da zvučne vibracije uništavaju mikroorganizme (parazite) koji su štetni za kukuruzne useve. U veterinarskoj medicini često se uz smeh izjavljivalo da krave vole Mocarta ali da, s druge strane, Vagner ili džez smanjuju njihovu proizvodnju mleka. U američkim istraživačkim centrima, međutim, ova stvar se sasvim ozbiljno ispituje. Statistike u Ilihoju pokazuju da proizvodnja mleka krava koje se drže u stajama blizu aerodroma sa kojih uzleću i

na koje sleću mlaznjaci pada na nulu usled okolnog nivoa buke.  
(20)

Ukoliko akustičnu viljušku koja vibrira tačno 440 puta u sekundu potopite u čašu vode, budite sigurni da ćete se okvasiti, pošto će akustična viljuška u kontaktu sa vodom proizvesti slapove vodene prašine. U laboratorijama je akustična viljuška odavno zamenjena elektronskim generatorima zvuka, koji su postali psihofizički instrumenti. Ukoliko vibracije proste akustične viljuške mogu da proizvedu slapove vodene prašine, kakvu li tek moć poseduju vibracije koje potiču od simfonijskog orkestra ili snimanja rok muzike?

Nesumnjivo, svi muzički izvori proizvode merljivu energiju koja deluje na nas. Muzika utiče na biljke, životinje i ljude. Ona ih na ovaj ili onaj način 'programira'. Korišćenje melodičnih ili ritmičnih zvučnih vibracija je prastara praksa, i odvajkada se znalo da one održavaju ili menjaju nivo svesti, i da su stoga u stanju da ponovo uspostave ravnotežu u telu kao i u umu.

Više ne možemo da zanemarujemo moćna delovanja svih vrsta zvukova na život u celini. Sviđalo se to nama ili ne, ta vibrirajuća sila nas prožima. Ona se utiskuje u naš organizam, smešta se u svaku našu ćeliju i širi svoju destruktivnu ili kreativnu moć, štetan ili koristan uticaj. Neke vrste muzike imaju moć da nas učine agresivnijim, dok druge mogu da probude naše plemenitije osobine. Isto kao što elektricitet može da proizvede i hladnoću i toplotu, tako i muzika može da bude pokretačka snaga za mir ili za rat.

Energija muzike je sama po sebi neutralna; mi smo odgovorni za njene konačne posledice. Moramo da preuzmemo odgovornost za svoje sopstvene želje; moramo da osvestimo šta je to što zaista želimo. Ukoliko je nasilje ono što želimo, onda slobodno možemo da slušamo muziku koja zvuči agresivno. Ali ukoliko želimo mir, onda treba da se okružimo nežnom i spokojnom muzikom. Izbor je

na nama: da nasrćemo na svoje telo, um i duh ugnjetavajućim, goropadnim vibracijama ili da ih negujemo i hranimo harmoničnim talasima i uzvišenim frekvencijama. Helena Kaja, na kraju svoje izrazito novatorske knjige *Iz zvuka izvire svetlost* izjavljuje: “Što je muzika nežnija, više ljubavi prenosi.” (21)

Biti nežan nikako ne ometa bivanje snažnim. Istinska snaga nije prolazno stanje uzbuđenja koje troši naše rezerve. Naprotiv, ona je blaga i neodoljiva energija, blistava i moćna. Na ovom nivou, ništa nije dobro i ništa nije loše. Na svakome od nas je da sagleda šta je to što želi da postigne slušanjem određene muzičke energije, i da razvije osetljivost potrebnu da bi osetio njeno delovanje na svoje telo i um.

Sve što treba da učinimo jeste da slušamo sa pažnjom, da odbijemo da se slepo potčinimo dejstvu vibracija, i da ispitamo svoje reakcije dok do nas dopiru nevidljivi muzički talasi. Da li smo nervozni? Da li smo pribrani? Želimo li da ostanemo u stanju nervne napetosti? Posle ovakve analize odluka je neodložna. Ukoliko zaključimo da određena vrsta muzičkog talasa štetno deluje na nas, izazivajući nervnu malaksalost, agresiju ili manjak koncentracije, ništa nas ne sprečava da prigušimo ili obustavimo njihov uzročnik kad god je to moguće. Ništa nas ne sprečava da isključimo radio ili televizor, ili da promenimo stanicu odnosno kanal. Ništa nas ne sprečava da napustimo mesto na kojem se pušta muzika koju smatramo nepriličnom. To je pitanje slobodne volje.

## MUZIKA UTIČE NA NAŠA OSEĆANJA

Džozef Stjusi, profesor muzike na Teksaškom univerzitetu u San Antoniju, poručuje nam da budemo na oprezu: “Svaka muzika, ma kakva da je, utiče na naše raspoloženje, naša osećanja, naše osobine, i na ponašanje koje iz njih proističe.” (22)

*Pesma nad pesmama*, taj deo Biblije koji predstavlja jednu od najlepših ljubavnih pesama koje su ikada napisane, kazuje nam povest o ljubavi jedne Sulamićanke prema mladom pastiru. Kralj Solomon, koji je uzaludno pokazivao svu svoju mudrost i lepotu u nastojanju da osvoji srce te mlade žene, ugrozio je njihov brak. Želeći da ostane odana svome pastiru, Sulamićanka moli svoje drugarice da je ne dovode u iskušenje da oseti privlačnost prema kralju koji hoće da joj osvoji srce. Uvidevši da izvesne reči imaju moć da preinače njene želje i da bi se ponašanje koje bi proizašlo iz slušanja tih reči neminovno sukobilo sa njenim odanim osećanjima, ona odbija da ih sluša.

Šta da radimo sa ovakvim stavom i dragocenom poukom koju on sadrži u svetlosti pesama koje nam danonoćno pune uši? O ma kojem muzičkom žanru da se radi, mnoge 'komercijalne' pesme imaju uspeha kod široke slušalačke publike koja je neupućena u dugotrajne posledice muzike na njene slušaoce. Te se pesme emituju mnogo puta na dan, i na taj način stvaraju utisak za utiskom u umu slušaoca. Takvo zvučno bombardovanje utiče na funkcionisanje mozga, a njegove reakcije su u direktnoj vezi sa emotivnom namerom koju su tekstopisci, kompozitori i izvođači svesno ili nesvesno odabrali da je ugrade u svoje delo.

Ne treba ishitreno da zaključujemo da su sve popularne pesme škodljive. Ne može da se porekne da umetnici ponekad stvaraju dela koja nas duhovno nadahnjuju i ritmove koji uzdižu i podstiču telesne energije. Ukupno dejstvo tih inspirisanih melodija je stoga blagotvorno. Pesme koje sadrže autentična osećanja, i ne svode se samo na mehaničko ponavljanje sa nekoliko nakalemljenih akorda, doprinose obnavljanju mira i sklada u duši.

Bez obzira na to, postoji opravdan razlog za brigu ako razmotrimo gnevnu prirodu reči izvesnih 'hitova'. Ti stihovi, bilo da su zaista otpevani ili samo izviknuti, svejedno su otvoreni u svojim namerama. Oni ne nagoveštavaju, nego bez odlaganja predlažu

svojim poslušnim slušaocima bučno negodovanje teskobe i paćeničke krike. Kakvo pustošenje ti zvuci izazivaju u umu!

Na svu sreću, ljudska bića uvek imaju pravo da se poprave, da se preusmere prema uticajima povezanim sa božanskom namerom i smislom, ili barem prema nevinim silama prirode. Iako dejstvo teoretski može da se poništi, privremena šteta je naneta. I, premda i ono što je po svoj prilici štetno može u svoje vreme da postane korisno u evolutivnom smislu – jer svaka poteškoća može da se doživi i kao sredstvo za napredovanje – ostaje činjenica da sociološke reakcije izazvane štetnim uticajima izrazito naginju prema nasilju, prostačkom sladostrašću i depresivnom nihilizmu. Kada muzička tema i stihovi bude radost, nadu, zdravo samopouzdanje i ljubav bez iščekivanja, tada nema kontraindikacija, pošto se na um vrši povoljno dejstvo od kojeg imaju koristi i jedinka i društvo.

Brojni naučni radovi napisani su na temu psihoakustike (psiholoških dejstava zvuka) i oni mogu da posluže kao izvor obaveštenja za proučavanje ove oblasti. Nažalost, mnoga od tih dela napisana su isuviše stručnim jezikom. Pa ipak, nije neophodno da čovek bude ekspert za taj predmet da bi osetio različita delovanja zvučnih vibracija na telo i um. Dovoljno je da zatvorimo oči, da pustimo da određena muzička energija obuzme naša bića i da dozvolimo da nas njeno dejstvo preplavi. Čak i ukoliko su nam nepoznate tajne teorija terapijske muzike, neurologije ili muzičke semantike, naš unutrašnji glas (neki ljudi ga nazivaju i zdravim razumom) odgovoriće na muziku sa jednom od tri osnovne reakcije, zavisno od tri vrste osećanja koja možemo da doživimo.

Obaveštenje o te tri grupe osećanja može da se nađe u sanskritskom tekstu Bagavad Gita. (23) To vanvremensko delo jasno pokazuje kako su ljudi uslovljeni izvesnim silama, ili modalitetima (*gunama*) koji su svojstveni fizičkoj ravni postojanja. Te sile potpadaju pod tri glavne kategorije: sila neznanja (*tama*), sila strasti (*radža*) i sila vrline (*satva*). Prema Giti, celokupna

materijalna priroda sastoji se od te tri energije. (24) Kada ljudska bića imaju posla sa fizičkom prirodom, ona su sistematski uslovljena njome. Na taj način, kombinacija ova tri modaliteta vrši uticaj na svakog ko dođe u ovaj svet. Ponekad će ga mešavina strasti i neznanja naterati da reaguje na određen način. Ponekad će ga, pak, vrlina i strast navesti da reaguje drugačije.

Sve materijalne stvari, uključujući kulturu i umetnost, regulisane su tim energijama, pa ni muzika nije izuzeta od toga. Kompozicija je uvek prožeta trima modalitetima prirode i, shodno tome, ona deluje na slušaoca posredstvom odgovarajuće energije koja se već nalazi u njemu. To je poznato kao fenomen rezonance ili satreperavanja. Energije prisutne u muzičkim vibracijama moguće je raspoznati i razlikovati. Hteli mi to ili ne, bili mi toga svesni ili ne, te energije neprekidno utiču na naše modele ponašanja, naše sklonosti, stavove, osobine i, najzad, na naše sudbine. Osećaji koje doživljavamo dok smo pod utiskom određene muzičke energije su mnogobrojni, ali ipak mogu da se razvrstaju u tri osnovne skupine koje odgovaraju trima gunama:

### 1. Muzičke energije neznanja

Takva muzika čini da se osećamo lenji, neosetljivi, ravnodušni i tupavi. Osećamo se iscrpljeno i potpuno bez energije. Postajemo tromi, pasivni i obamrli. Tonemo u nekakvu omamljenost, nemaran stav... u depresiju. Nedostaje nam volja da bilo šta preduzmemo; nedostaje nam entuzijazam. Osećamo se pesimistično i negativno, ništa za nas nema nikakvu važnost. Osećamo da gajimo iluzije. Sve je mračno i mutno. Ovakve muzičke energije podstiču u nama neznanje ili inerciju.

### 2. Muzičke energije strasti

Ova vrsta muzike budi u nama žeđ za bezgraničnim gorućim željama. Osećamo da nam u srcu bujaju znaci snažne privrženosti i vezanosti, sebičnih ambicija i neobuzdanih žudnji. To čini da se

osećamo pohlepni. Ove muzičke energije podstiču u nama osećanja povezana sa ispoljavanjem strasti.

### 3. Muzičke energije vrline

Ova vrsta muzike nas smiruje, opušta, ali nas ne čini dremljivim i tromim. Istovremeno nas i umiruje i stimuliše. Pospešuje naše samopouzdanje i pomaže nam da se koncentrišemo. Uzdiže naše misli prema lepoti, dobroti, istini i iskrenosti. Uzdiže nas ka višim realnostima, ka ljubavi, ka Bogu. Prosvetljuje nas i pruža nam osećanje sreće. Osećamo kako u nas kroz sve telesne ulaze prodire bujica pročišćujuće svetlosti. Ove muzičke energije ispunjavaju nas vrlinom.

Ponekad preovlađuje modalitet strasti i uklanja vrlinu i njeno dejstvo. U drugim slučajevima, vrlina nadvladava strast. A ponekad, pak, guna neznanja odnosi pobedu nad vrlinom i strašću. Na taj način, te tri energije stalno se međusobno nadmeću. Vedski spisi pokazuju kako su ta tri modaliteta materijalne prirode uključena u sve aktivnosti u svetu. Umaći činima tri gune isto je što i osloboditi se od ograničenja nametnutih materijalnom atmosferom. Otuda se utelovljene individue koje su u stanju da prevaziđu ove sile oslobađaju od lanca smrti i ponovnog rađanja i od nepopustljivih strepnji povezanih sa tim karmičkim kruženjem, i usled toga su sposobne da u ovom životu uživaju u veoma istančanoj sreći. Osobe koje su svesne ove činjenice nastoje da slušaju muziku koja ili neguje vrlinu ili vodi izvan sva tri modaliteta energije, transcendirajući vrlinu, strast i neznanje.

Poslednji deo te knjige razmatra prisustvo zvučnih energija u vibracijama specifičnih mantri i način na koji one, kada se izgovaraju, pevaju ili slušaju, mogu da vode ka čestitom umeću življenja koje karakteriše spokojstvo, zdravlje, uravnoteženost i sreća. Uz to, knjiga obuhvata i znanje o tome kako zvuci Svetih Imena sadrže oblik energije (na sanskritu *param šakti*, uzvišena

unutrašnja energija) koja je sposobna da osujeti nepoželjna dejstva tri vida materijalne prirode. Muzika sa transcendentnom moći izdizanja iznad vrline, strasti i neznanja može vremenom da oslobodi slušaoce iz okova koji ih prikivaju unutar uskih granica njihovih fizičkih bića. Takva muzika otključava vrata u naše unutrašnje biće i privoljava nas da se zaputimo ka neizmernoj širini života duše.

## SLUH I ISHRANA

S obzirom na sposobnost muzike da nam pomogne da postignemo stanje ravnoteže u svojim životima i da povoljno utičemo na telo, um i duh, važno je da učinimo što je u našoj moći da zaštitimo i dodatno poboljšamo svoj sluh. Značajnu pripomoć u preinaci ili poboljšanju sluha predstavlja menjanje naših prehranbenih navika.

Evelin i Mićio Kuši, autori knjige *Makrobiotička trudnoća i nega novorođenčeta*, navode u svojim prikazima da kada su uši novorođenčeta male, zašiljene na vrhu i smeštene visoko na glavi, to predstavlja pokazatelj majčinog preteranog konzumiranja životinjskih namirnica za vreme trudnoće. (25) Kada je nedovoljno razvijena, ušna školjka – vidljivi deo uha – nije u stanju da se usredsredi i da na odgovarajući način odredi odakle zvuk prodire u slušni otvor, znatno umanjujući jačinu talasa na izuzetno zategnutoj membrani bubne opne. Važnost razvitka spoljnog uha može se u prirodi uočiti na primeru male pustinske lisice, feneka, koja noću skita Saharom. Njene velike zašiljene uši hvataju i najslabije zvuke koje u mraku proizvodi njen plen.

S jedne strane vidimo (na primeru feneka) da razvijenost spoljnog uha predstavlja značajan činilac za kvalitet sluha, a sa druge strane (na osnovu istraživanja Kušijevih) da je podesna ili nepodesna razvijenost uha određena pre rođenja, i to

prehranbenim navikama majke. Da bi se podržao razvoj optimalnog sluha, Kušijevi savetuju trudnicama da se uzdrže, barem za vreme trajanja trudnoće, od jedenja životinjskih namirnica (mesa, ribe i jaja), sa izuzetkom mlečnih proizvoda. Oni takođe tvrde da je bojazan od manjka proteina usled lišavanja mesa neosnovan i da, ukoliko ljudi žele da raspolažu i dobrim sluhom i dobrim fizičkim i psihičkim zdravljem dokle god su živi, onda im se svesrdno preporučuje da napuste jedenje životinjskog mesa.

U svojim istraživanjima povezanosti raka i ishrane, Šantal Drole i Ane-Mari Sikot podsećaju nas da je dvadeseti vek doneo radikalne prehranbene promene čitavoj populaciji u industrijalizovanim zemljama. Preterano unošenje masnoća, posebno onih životinjskog porekla, nesumnjivo je najopasnija među tim promenama. U 'Prehranbenim navikama koje ubijaju', tekstu objavljenom u časopisu *Vodič u oblasti resursa*, Drole i Sikot saopštavaju: "Međunarodna proučavanja dokazala su da su meso i životinjska mast hrana koja ima najviše izgleda da stvori povoljne okolnosti za rak." (26) Dakle, čini se da zaista postoji veza između raka, muzike, dobrog sluha i naših prehranbenih navika!

Muzika može da utiče, da umiri pa čak i izleči u nekim slučajevima. Međutim, ona ostaje nemoćna i nedelotvorna ukoliko mi kao slušaoci ne uzmemo sudbinu u vlastite ruke. Ukoliko nastavimo da neobuzdano i bez reda krkamo, ne poštujući zakone prirode, samo ćemo delimično zapažati prefinjene energije ritma i harmonije koje mogu da nas izleče. Kako da raspolažemo dobrim sluhom (da ne govorimo o sposobnosti zapažanja zvukova na veliku daljinu ili zapažanja vrlo suptilnih zvukova) kada je oštećeno funkcionisanje debelog creva i jetra i ćelije tela nisu u stanju da održe potrebni nivo detoksifikacije kako bi celo telo dobro funkcionisalo?

Još 1893. godine, nemački lekar Luj Kune, u svojoj knjizi *Nova nauka lečenja*, objasnio je opšte temelje bolesti i logičnost vegetarijanskog režima. On je zaključio da se uzrok bolesti nalazi u

preopterećenosti tela patogenim proizvodima, nastaloj usled loše probave životinjskih namirnica. Loša ishrana dovodi do loše probave, a loša probava ima za posledicu širenje stranih materija, fermentiranih i gasovitih, po čitavom telu. Te strane materije, proizvedene najvećim delom jedenjem životinjskog mesa, vremenom se talože u izvesnim područjima tela, počev od okoline organa za izlučivanje. Kako vreme prolazi a loša probava se nastavlja, zakrčenost se povećava i širi na udaljenija mesta, najčešće u gornji deo tela, prvenstveno u vrat, glavu i, naravno, uši.

Kada su uši pogođene, to znači da čitavo telo pati od preopterećenosti fermentiranim supstancama. Kada te nagomilane materije prodru do ušiju (koje su eustahijevim trubama povezane sa dušnikom), osetljivi organ sluha je osujećen i postaje sve grublji, pojavljuju se sitna oštećenja na bubnoj opni i ona više ne može normalno da vibrira pod dejstvom zvučnih talasa. To ima za posledicu katar uha, upalu sluznice i preterano lučenje žlezda.

Kao što Dr. Kune objašnjava:

Patogeni produkti jedenja životinjskog mesa talože se naročito u središtu uha. Često se događaju kritična stanja kada pritisak odozdo postane veoma jak. Stvaraju se pravi gnojni čirevi u unutrašnjosti uha, koje stalno mora da odstranjuje gnoj i strane materije u fermentaciji, proizvodeći materije koje su svima poznate. Ukoliko se to kritično stanje ne leči pravovremeno i prirodno, posledica je sve veće nagomilavanje nezdravih materija, a neretko i potpuno propadanje slušnog organa čije stanje se pogoršava pri pokušajima da se na njega utiče lekovima. (27)

Da bi se bolje razumelo šta se događa u uvetu kada je telo preopterećeno, neophodno je da se shvati veliki značaj eustahijevih truba, nazvanih po italijanskom anatomu Bartolomeu Eustahiju. Te trube izjednačavaju vazdušni pritisak sa obe strane

bubne opne, koja je osetljiva na zvučne vibracije. Taj postupak uravnoteženja je automatski i neopaženo se odvija, budući da su promene pritiska obično postupne. Nagle promene pritiska, kao prilikom sletanja aviona ili spuštanja liftom za nekoliko spratova, mogu da se oseće dok čovek ne proguta pljuvačku ili ne zevne da bi otvorio eustahijeve trube, omogućujući vazдушnom pritisku da dostigne odgovarajuće nivo.

Eustahijeve trube nisu u stanju da izjednače pritisak kada ih ometa pretovarenost nezdravim materijama, kao što se dešava pri običnoj prehladi, infekciji ili hroničnoj lošoj probavi. Pritisak u srednjem uhu pada na nivo koji je ispod spoljnog pritiska usled toga što okolno tkivo postepeno uvlači vazduh u srednje uho. Neujednačen pritisak na bubnu opnu prigušuje sluh; stiže se utisak da su zvuci filtrirani kroz vatu. Pomoću vegetarijanske ishrane moguće je da se izbegnu problemi sa sluhom izazvani lošom probavom životinjskih namirnica i posledična preopterećenost čitavog tela nezdravim materijama.

Osim toga, jedenje voća, povrća i integralnih žitarica uzdiže telo i um i osposobljava nas za slušanje prekrasnih univerzalnih vibracija koje neprekidno dopiru do nas, ali koje ne možemo da čujemo kad su nam uši zakrčene. Muziku duše ne može da čuje uho preopterećeno fermentacijama nastalim usled varenja životinjskog mesa. Mesoždersko čovečanstvo postaje nemoćno da shvati uzvišenije istine o svom pravom biću i sprečava sebi pristup dejstvu čudesnih božanskih vibracija. 'Gastronomska' jela, natovarena bolom, čine ljudsko biće gluvim za tanani zov muzičkih energija duše.

Pridržavajući se dijetetskog režima koji je usklađen sa zakonima univerzuma i koji poštuje život, otvaramo se za uzvišenije čulne opažaje i za viša iskustva. Prodiremo u beskrajni svet vrline, predanosti i moći. Oči nam više ne vide iste boje. Uši detektuju najfinije zvuke prirode. Vetar među oblacima, lahor koji šumi u krošnjama i ritam izvora postaju najdivnije od svih simfonija. Vrata

kontemplacije i meditacije širom nam se otvaraju i otkrivamo zadivljujuću muziku unutrašnjeg bića.

Bezmesna ishrana olakšava otvaranje 'trećeg uha', organa istančanog sluha. Taj rafinirani organ vibrira znatno većom brzinom od fizičkog uha i, kada je razvijen, pruža pristup u univerzum dubokog, temeljitog slušanja, slušanja svoga pravog bića, pri kojem doživljavamo najizvrsniju formu muzike: muziku duše.

Unutrašnja muzika stvara izvorno osećanje potpunosti i predstavlja osnovu fizičkog i duhovnog isceljenja. Sve dok ljudi budu i dalje bezdušno ubijali živa stvorenja koja smatraju podređenima, neće znati ni za zdravlje ni za mir i neće biti u stanju da opaze suptilne vibracije muzike duše. Francuski lekar Pol Karton je po tom pitanju nedvosmislen: "Sve dok ljudi kolju životinje, oni će se i međusobno ubijati. Ko seje klice ubistva i patnje ne može da očekuje žetvu ljubavi i radosti. Običaji ubijanja i jedenja mesa neuskladivi su sa nadom u univerzalnu sreću i pravu mudrost." (28)

Da bi čovek bio svestan nebeske muzike sfera, kako je Pitagora nazvao taj istinski lek za sve postojeće nesreće od kojih čovečanstvo pati, svrsishodno je prihvatiti izvesna pravila ishrane i odabrati namirnice koje dušu čine što je moguće čistijom. Vegetarijanstvo nam pomaže da pristupimo pročišćavanju na duhovnom, animističkom i fizičkom nivou – pročišćavanju koje su verovatno praktikovali Hermesovi učenici u drevna vremena.

U izvesnim delovima sveta, preživljavanje neosporno zavisi od sposobnosti za lov; kada je to zaista neophodno, jedenje mesa ne treba potpuno odbaciti. Međutim, u današnje vreme životinje se industrijski ubijaju, u atmosferi nezamislivog užasa. Posledica toga je da su leševi naelektrisani strahom, grozotom, agresijom, gnevom i revoltom. Naši savremenici ne jedu samo meso, nego se i ne znajući hrane svim tim škodljivim osećanjima, uz sve ono što to može da znači za zdravlje njihovog suptilnog i fizičkog tela.

Mnogi naučnici i mislioci shvatili su preteću opasnost za evoluciju čovečanstva koju predstavlja industrijsko jedenje životinjskog mesa. Albert Ajnštajn, fizičar neuporedive genijalnosti, vatreno je zastupao vegetarijanstvo. U svojim tekstovima o ličnom razvoju, izjavio je: "Vegetarijanstvo, po svom čisto fizičkom dejstvu na ljudsku prirodu, može da izvrši veoma blagotvoran uticaj na sudbinu čovečanstva." (29)

Omiljeni filozof Amerike, Anri David Toro, bio je istog mišljenja: "Uveren sam da sudbina ljudskog roda, u njenoj postepenoj evoluciji, predviđa prestanak jedenja životinjskog mesa, isto onako kao što su divlji plemenski ljudi prestali da jedu jedni druge kada su stupili u vezu sa civilizovanijim bićima." (30) Stravičan nesklad klanica daje maha neprekidnom nizu pogrešnih tonova u uzvišenoj evolucionoj muzici ljudskog roda. Da privedemo kraju ovo razmatranje odnosa između sluha, evolucije i ishrane, uzmimo u obzir mišljenje Dr. Pola Kartona, koji je iscrpno proučavao Pitagorine teorije o muzici i životu uopšte:

"Pitagorejska ishrana je moćan činilac u višoj ljudskoj evoluciji zbog toga što obezbeđuje najpotpunije i najskladnije ispoljavanje duhovnih, vitalnih i fizičkih životnih snaga. Pre svega, ona pročišćuje um tako što ga pošteđuje podsticanja na brutalnost i sladostrasnost. Ona podupire intelektualni razvoj pošto nesumnjivo omogućuje pravilno funkcionisanje mozga. Svako ko napusti korišćenje mesa biva zadivljen kada primeti koliko mu um postaje bistriji, sposobnost pronicljivosti i vidovitosti veća a životni ciljevi uzvišeniji. Otmenost, optimizam, staloženost i čista radost življenja stalno rastu. Jedinka se oseća prenetom u viši svet pošto je oslobodila svoj mozak od nezdravih upliva, ojačala svoju moralnu svest, proširila vidike svojih misli, olakšala razvijanje snage volje i uvećala svoje duhovno bogatstvo." (31)

Ne samo da ono što jedemo utiče na našu probavu a time i na naš sluh, nego na probavu može da utiče i ono što slušamo dok jedemo. U svojoj knjizi *Doktor daje muzički recept*, lekar Edvard Podolski razmatra značaj slušanja muzike za vreme obroka. Po njegovom mišljenju, lepa muzika koja svira tokom obedovanja od velike je pomoći u unapređivanju probavnog procesa. U svom delu on opisuje naučno otkriće koje potvrđuje da glavni nerv bubne opne (srednjeg uha) završava u sredini jezika; on je povezan sa mozgom i istovremeno reaguje na dejstva ukusa i zvuka. (32)

Komentarišući ovo naučno saopštenje, Hal A. Lingerman, u knjizi *Lekovite energije muzike*, konstatuje da više nije moguće zanemarivanje bliske veze koja postoji između zdrave hrane i prikladne muzike. (33) Uopšte nije slučajno što su u starim kulturama vešti muzičari bili pozivani da sviraju nežne i ugodne melodije za vreme obeda i gozbi.

Setimo se da se, kada nas obuzmu neugodna osećanja, pilorus, mišićni sklop smešten u dnu stomaka, zatvara. Sadržina iz stomaka više ne može da stigne do creva. Ono što sledi je osećaj nadutosti, težine do koje dolazi kada probavne kiseline prestanu da deluju. Posledice su pospanost i razdražljivost.

Profesor Podolski napominje: "Muzika je najbolji lek za neugodnost za trpezarijskim stolom. Pri slušanju muzike dolazi do izlivanja želučanih sokova. Oni deluju kao sredstvo za ispiranje. Hrana je valjano svarena i odlazi iz stomaka u dvanaestopalačno crevo kroz širom otvoreni pilorus." (34)

Za vreme obroka, muzika treba da bude jednostavna i radosna, bez izrazitih kontrasta i bez intelektualnih ili emotivnih zamršenosti. Hal Lingerman posebno preporučuje flautu i harfu kao izvore takve vrste muzike.

Ja sam lično primetio da muzika za koju se kaže da pripada versajskoj školi, koja obuhvata dela Laliya, Kuprena i Delalanda (*Simfonije za kraljeve obroke*), stvara klimu spokoja, radosti i uzvišenosti koja je potpuno prikladna da prati sveti čin hranjenja.

Vedski spisi objavljuju: "Duhovno buđenje počinje od jezika." Putem pretvaranja inače banalnog čina jedenja u svesnu ponudu Božanstvu, mogu da se oplemene niži nagoni čula. Pomoću vrste naše ishrane i stava sa kojim se hranimo, možemo da otvorimo ili da zatvorimo kristalna vrata muzike duše.

## PROČIŠĆUJUĆA MOĆ LJUBAVI

Kao što smo videli, čestita ishrana može da unapredi pročišćen sluh i slušanje. Bagavad Gita utvrđuje da duhovna ishrana ima moć da pročisti čulne organe, da stvori finije moždane spletove i da razbistri misli. (35) Spiritualna ishrana ne podrazumeva samo vegetarijanstvo, već zahteva i pročišćujuću moć ljubavi: "Ukoliko mi je, sa ljubavlju i predanošću, žrtvovan list, cvet, voćka ili malo vode, Ja ću to prihvatiti." (36)

Dakle, izvorni posvećenički vid Božje sile, Krišna, mistični pesnik Bagavad Gite, objavljuje da posvećivanje hrane otvara vrata u unutrašnji zvuk. Glavni činilac, osnovni sastojak u pripremanju tako nesebičnog gesta jeste žudnja za apsolutnom ljubavlju. Naravno, bezgranična energija koja prožima sve stvari nema potrebu ni za kakvom hranom!

Telo je hram. Ukoliko ga poštujemo, ono će vibrirati u harmoniji sa Apsolutom. Pevaće u sazvučju sa lepotom Beskrajnosti.

## NOVA MUZIČKA ESTETIKA

Može da se kaže da kompozitor kreće na putovanje neucrtanim vodama dok iščekuje nadahnuće. Ono što on prima

može da uzvisi i nadahne, isto kao može da ima i sasvim suprotno dejstvo. Njegova odgovornost je ogromna, premda je on često nesvestan toga. (17)

- Iz knjige Cirila Skota *Muzika: Njeno tajanstveno dejstvo kroz epohe*

Mnogi ljudi, bilo da ih na to navodi proučavanje, najnovija dostignuća stručnjaka za muzičku terapiju, ili intuicija, osećaju neodložnu potrebu za novim usmerenjem muzičkog stvaralaštva. Bilo da se radi o duhovnim tragaocima, specijalistima, muzičarima, ljubiteljima muzike ili naprosto slušaocima, stiglo se do zaključka da je neophodno uspostavljanje nove muzičke estetike. Psihoakustika, koju su praktikovale mnoge stare civilizacije, ponovo dolazi u prednji plan i traži svoju primenu u savremenom svetu.

U toku je velik broj istraživanja koja ciljaju na bolje razumevanje čovekovog reagovanja na fenomen zvuka. I doista je vreme za takvu delatnost. U svetu u kojem je sveprisutno zvučno zagađenje uzrok neuravnoteženosti i bolesti, nameće se imperativ da sam zvuk bude korišćen kao uravnotežujući i obnavljajući element. Prema tome, današnji muzičari i kompozitori imaju odgovornost koja prevazilazi isključivo sviranje ili pisanje muzike. Na njima je obaveza da budu svesni toga kako njihovo stvaralaštvo utiče na pojedince, na one koji su izloženi njegovim posledicama, i da li su one korisne ili štetne. Muzičari i kompozitori su odgovorni za svoju muziku, kao što su baštovani odgovorni za voće koje raste na drveću o kojem vode brigu. Ukoliko je to voće otrovno, šta će baštovan da uradi? Ukoliko drvo ne može da se spase, razborit baštovan će ga oboriti kako bi sprečio da se bolest proširi na ostala stabla.

Uzvišena mudrost vasiona na isti način funkcioniše i u pogledu društava i imperija. Kada njihovi plodovi više nisu zdravi, oni bivaju uklonjeni. A šta je uopšte umetnost – a naročito muzika –

ako ne najočigledniji plod ljudske civilizacije, plod koji najbolje odražava želje, sklonosti i stvarno stanje svake civilizacije? Ukoliko se složimo da je cilj postojanja uzdizanje jedinke pomoću nauke, filozofije i umetnosti, onda je neosporno da čovečanstvo mora da se osposobi da izabere muzičku formu koja podupire duhovni život i sveobuhvatno ponovno usaglašavanje.

Izvrсна muzika je uvek jednostavna. Ako je isuviše složena, ne uspeva da nas pokrene. Sve što se u tom slučaju događa je neka vrsta sterilnog intelektualnog uzbuđenja u kojem srce ne uzima učešća. U *Pozivu na muziku*, Rolan de Kande je o ovoj temi rekao sledeće: "Velika muzika modernog doba je znatno složenija za izvođenje od muzike prethodnih epoha. Prosečni amaterski pijanista nije u stanju da odsvira ništa što su komponovali Bule ili Štokhauzen, pa čak ni dela Šenberga ili Veberna. Deo današnje muzike čak je do te mere nezgodan za izvođenje da zahteva specijalizovane izvođače. Nije na meni da tvrdim da li je to dobro ili ne. To je naprosto vrlo neobična činjenica. Današnja muzika, sa svim svojim teškoćama, ne može da se nada da će i sutra biti klasična." (38)

Da bi iskusili preobražavajuća dejstva muzičkih energija, treba da težimo ka skladnom umeću življenja i takvoj vrsti muzike koja ne iziskuje intelektualnu analizu, nego neposredno dotiče najdublja skrovišta srca – muzike koja se otvoreno obraća duši.

Veoma je važno da postanemo svesni u kojoj meri ritualna, duhovna, meditativna ili pobožna muzika može da nas isceljuje i pruži delotvorno rešenje za razorna i neuravnotežena dejstva kojima je ljudska civilizacija podvrgnuta. Osim toga, moramo da pokušamo da pojмимо koliko ona može da nam pomogne da ponovo otkrijemo glas srca vodeći nas ka višim sferama života, onim iz kojih vodimo poreklo, nezavisno od naše rase ili religijskih uverenja. Tada se pokazuje njena prava uloga i dolazimo do otkrića muzike duše. Ona nam pribavlja sponе koje jedno ljudsko biće povezuju sa drugim tako što ih snabdeva sredstvima za otkrivanje

njihovog izvornog duhovnog identiteta. Najzad, ona pruža i sredstva za uspostavljanje odnosa između unutrašnjeg bića i savršene celine koja je Božanstvo, jer muzika duše je njegov sastavni deo i ima udela u njegovim suštinskim svojstvima.

Bilo kako bilo, nije lako biti selektivan u pogledu onoga što danas slušamo. Muzika je sveprisutna: na ulicama, u prodavnicama, u bankama, u javnom prevozu, u kancelariji, u kući, svugde. Možemo da kažemo da i protiv svoje volje imamo udela u opštem odsustvu obuzdavanja zvuka. Iako je muzika jedan od najmoćnijih sprovodnika društvene promene, njome se koristi bilo ko, bilo gde, na najnemarniji mogući način. Kao što je ranije izloženo, snaga decibela je divljački puštena na nas.

Neki lekari su zazvonili na uzbunu i, na svu sreću, možemo da se osvedočimo u protivnapad na buku: sve više ljubitelja muzike okreće se prema akustičnijoj, prijatnijoj, eteričnijoj muzici – muzici koja godi našoj duši. Iscelitelj i duhovni vođa Mihael Ajvanov izjavljuje:

“Uobičajena muzika budi ljudske strasti. Tako, čim ona počne da svira, osećamo kao da smo gurnuti u idiotizme, postajemo pomalo nastrani. Neki mladi ljudi su mi to priznali. Kada čuju takvu muziku, spremni su da se upuste u bilo kakvu pustolovinu. Ta ih muzika uzbuđuje; ona ih tera u potpuno ludilo. Kada ćemo se okrenuti ka muzici koja pribavlja sponu sa duhovnim svetom, muzici koja umiruje, odobrovoljava i nadahnjuje?” (39)

Muzika koja umiruje, odobrovoljava i nadahnjuje može da uteši svet. Nikakve reči ne mogu da se porede sa tom muzikom. Naše religijske tradicije nalažu nam da budemo istinoljubivi, da budemo srdačni i da sa drugima postupamo onako kako bismo želeli da oni postupaju sa nama. Ali, te reči ne moraju da prodru u dubinu srca. One često ostaju na površini i ideje koje one zastupaju

nisu integrisane u naše živote. S druge strane, muzika koja umiruje i odobrovoljava ostavlja pečat na misaonom procesu, i taj se pečat zatim prenosi i na srce. Počinjemo da žudimo za ostvarenjem u sebi i oko sebe, za odrazom zdravlja, lepote, spokoja, dobrote i čistote koje smo osetili. Donosimo odluku da živimo ono što je dosada ostajalo samo na površini našeg bića.

Instrumentalna muzika, kao meditativna melodija, predstavlja vibraciju koja ima ogromnu prednost utoliko što je neizraziva razumljivim rečima, koje često izazivaju pobude nespojive sa našom istinskom prirodom. U stanju mentalnog spokojstva, duh protivljenja ne dobija priliku da se iskaže. Na taj način, slušanje zvukova koji sadrže nagoveštaje fizičkih ili moralnih kvaliteta može da podrži sticanje samih tih kvaliteta.

## ANTIDOT DECIBELA: PESMA PRIRODE

Osim u lekovitoj muzici, antidot protiv apokaliptičke buke u našem okruženju može se naći i u prirodi. Pesma prirode je najlakši put do zamišljenog vrta harmonije. Kada postanemo osetljiviji za prirodnu lepotu koja nas okružuje, osećamo se bližima božanskoj inteligenciji koja vlada prirodnim silama. Posledica toga je usklađivanje svih ćelija tela. To stanje stvara neuporedivi osećaj koji je sposoban da izleči sve preinake i štete koje nam buka nanosi.

Vodopad može da stvara više buke od mašine za vađenje nafte; ali dok ova zamara, zvuk vodopad umiruje. Hućanje okeanskih talasa nije ništa manje zaglušno od 90 ili 100 decibela saobraćajnog špica, pa ipak opušta. Isti nivoi decibela pronađeni su i drugde. Podjednako glasno puštena, hevi-metal rok pesma čini se mnogo žešćom od Mocartovog koncerta, iako oboje proizvode i emituju istu količinu decibela.

## ŽIVOT JE SLUŠANJE

Iste kompozicije, ili harmonijski i ritmički aranžmani istog karaktera, uvek proizvode iste emocije i osećanja. U tome se nalazi najveća pretnja i najpovoljnija prilika. Izvesna osećanja bude se pomoću muzike, i to iskustvo može da bude doživljeno još mnogo puta. Te emocije stvaraju navike, a navike formiraju ličnost. Naši karakteri određuju našu sudbinu.

Osnovna priroda muzike koju slušamo redovito ostavlja svoj otisak na našim običajima, postupcima i modelima ponašanja. Muzika podražava život, a život podražava muziku. Zbog toga je tako značajno da budemo svesni zvuka kojem se izlažemo. U stvari, jačina zvuka uvek treba da bude prilagođena.

Kontrolisanje zvuka kojem smo izloženi treba isto tako da se proširi i na bebe u materici. Tu potrebu potkrepljuju i drevni spisi i savremena istraživanja. U autentičnom komentaru na čuvenu *Vedanta Sutru*, naslovljenom *Srimad Bagavatam* (ili *Bagavat Purana*), koji je napisao Vjasadev pre nekih 5000 godina, nalazi se nekoliko opisa koji objašnjavaju kako je zametak u stanju da čuje spoljašnje zvuke. Vjasadev, sakupljač Veda, uputio je svog rođenog sina, Sukadeva Gosvamija, u znanje o *bakti jogi* dok se ovaj još nalazio u majčinoj utrobi.

Prema *Brama-vaivarta Purani*, Sukadev Gosvami bio je oslobođena duša lišena zemaljskih briga još pre rođenja. Njegov otac, Vjasadev, naslutivši da njegov sin neće ostati sa njim posle rođenja, postarao se da dete, premda još uvek u majčinoj utrobi, čuje poruku koju treba da prenese i da bude upućeno u principe unutrašnjeg života.

U *Bagavatamu*, opsežnoj istorijskoj freski, priča o Praladi takođe pokazuje do koje mere je zametak u stanju da čuje reči izgovorene u prisustvu svoje trudne majke. Hiranjakašipu, čovek demonske naravi, bio je Praladin otac. Dok je njegova majka

boravila u manastiru mudraca-muzičara Narade Munija, ovaj je iscrpno govorio o pobožnoj filozofiji. Prema knjizi, Pralada ne samo što je čuo tumačenja velikog muzičara, nego ih je i shvatio. Nekoliko godina kasnije, bio je u stanju da svojim školskim drugovima ponovi saopštenje koje je čuo pre rođenja, što je njegovog oca silno razljutilo.

Ova dva izvora koja datiraju nekoliko hiljada godina unazad, navode na zaključak da je čovečanstvo oduvek bilo svesno dejstva pesme i reči na živo biće, posebno na zametak. Valja napomenuti da su sanskritski stihovi poetski tekstovi izvanredne lepote, sa do tančina razrađenim ritmovima i metrikom. Oni se najvećim delom još uvek pevaju. Kada smo u prilici da čitamo ili čujemo te stihove, možemo da razaberemo ponešto od vibracija radosti i spokojstva koje su ta deca mogla da oseće još i pre napuštanja materice.

Naučnim krugovima je sve jasnije da zvučni talasi utiču na zametak. Istraživači su bili zapanjeni kada su otkrili u kojoj meri spoljna galama dopire do nerođenog deteta. Intrauterini mikrofoni razgovetno primaju kompletan raspon zvukova. Pored toga, skorašnje istraživanje objavljeno u *Psihološkoj znanosti* donosi podatak da zametak uči da prepozna majčin glas dok se nalazi u materici, i zato je kada se rodi u stanju da ga razlikuje od drugih glasova. (40)

Među ostalim proučavanjima, Konrad Lorenc ustanovio je da živa bića nešto pre rođenja čuju i tumače zvukove. Njegova iskustva sa pticama navela su ga da se redovno glasno obraća pačjim jajima. Kada su se izlegli, pačići bi mu prilazili kad god je govorio, kao da ga već dobro poznaju. Drugi naučnici koji su se bavili pilićima, pa čak i ljudskim fetusima, koji su se navikavali na glas svoga oca za vreme trudnoće, potvrdili su rezultate ovog specifičnog eksperimenta.

Pokojni Alfred Tomatis, specijalista za uho, grlo i nos pri Pariškoj medicinskoj školi, zaključio je nakon 25 godina proučavanja da sluh prethodi svim oblicima ćelijskog

organizovanja, kao da celokupan proces stvaranja zavisi od njega. Ova zamisao – revolucionarna u očima savremene nauke – samo potvrđuje ono što su vedski tekstovi obelodanili pre više hiljada godina. Tomatis je pokazao kako brzo zametak razvija uho i sluh. Zbog čega? Jednostavno zato što život *jeste* slušanje.

Tomatisa su njegova otkrića podstakla da konstruiše ‘elektronsko uho’, koje je koristio za lečenje duševno poremećene dece. Ta naprava pomaže da se deca veštački vrate u umirujući ambijent materice, filtrirajući glas njihove majke i čineći da on zvuči onako kako je zvučao fetusu dok se nalazio u materici.

Naučnik, sa dokazom u rukama, stiže pomalo kasno. Dok se ne dođe do laboratorijskih rezultata, životvorni proces je već uveliko u toku. Majke su odvajkada znale da zametak poseduje sposobnost opažanja. Kao što je profesor Tomatis napomenuo: “Ono što je bilo koja majka u stanju da nas nauči – da se njeno dete pokreće u utrobi kada čuje muziku, zvuk ili glas – u nekim naučnim krugovima biva doživljeno kao pravo otkrovenje.” (41)

Bez obzira na to, Tomatisovo istraživanje pokazalo je do koje mere je čin slušanja ontogenetski ukorenjen u najdubljoj srži svakog ljudskog bića. Majka i otac treba da budu potpuno svesni ove činjenice ukoliko žele da pomognu svom detetu da razvije u sebi želju da sluša, da živi, da bude slobodno i da voli. Jer, slušanje je, valja se priseliti, prvenstveno otvaranje čovekovog srca ili, po rečima Tomatisa, “stupanje u prisnu vezu sa drugim bićem, vezu punu razumevanja i ljubavi.” (42) Prema tome, slušanje je samo po sebi oblik komunikacije u najširem i najuzvišenijem smislu reči.

Kada govore svom još nerođenom detetu, majka i otac treba da se obraćaju večnom biću koje dolazi sa nekog drugog sveta: biću koje živi hiljadu života, koje ima hiljadu lica i hiljadu roditelja. Sa tim bićem oni treba da opšte. Tada će pronaći reči dovoljne snage, pesme ljubavi, kreativne i pouzdane reči koje će podstaći besmrtnu dušu – koja je našla utočište u majčinoj utrobi i koju roditelji već nazivaju svojim detetom – da zatreperi i zavibrira.

Upućena i posvećena majka u stanju je da iznutra čuje slavopoje koje pevaju atomi bitisanja i da na njih odgovori nečujnom pesmom ljubavi. Biće koje ona nosi u sebi je ritam, a ona je vreme. U tom razotkrivenom obliku, život joj se objavljuje putem sluha; ono što ona opaža ne može da se odbaci kao uzajamno dejstvo hemijskih supstanci. Ono što ona primećuje je 'izvesno nešto' što ne može da bude uništeno, što prožima čitavo njeno telo, što je neizmerno, što ne zna ni za život ni za smrt i što nikada neće prestati da postoji. Nerođeno, besmrtno, praiskonsko i večno, to 'izvesno nešto' nema početak i neće imati kraj.

Ovaj fenomen, nazočan u vidu fetusa, usredsređen je na ljubav svoje majke. To je ono 'izvesno nešto' koje Biblija veliča i koje se obraća Stvoritelju ovim rečima: "Tvoje oči videle su moju građu još dok je bila nedovršena; i u tvojoj su knjizi bili zapisani svi delovi mog tela, koji su neprekidno bili uobličavani, dok još nije bilo nijednog od njih." (43)

Od nas se traži da sklonimo ustranu svoja pogrešna shvatanja o životu u materici i da prihvatimo činjenicu da zametak ne samo da čuje, nego i sluša. On sluša, intuitivno doznaje i shvata. Trebaće još dosta vremena dok ova istina, koju su dokazale i vedska i moderna nauka, ne bude opšteprihvaćena. Ipak, nastupanje ovog novog perioda svesnosti nosi sa sobom trenutno i intimno razumevanje o tome šta treba da se sluša. Taj pojačani osećaj svesnosti promeniće prihvaćeno stanovište. Sa razvojem ove svesnosti, mi grlimo sam život; shvatamo da je u svaki zvuk koji do nas dopire utisnuta poruka Apsoluta. Da bi se duboko slušalo, nije neophodno spoljašnje uho. Tu zapravo srce opaža nevidljivi svet, i dolazi do dijaloga duše sa dušom.

Ta uzvišena komunikacija obelodanjena je u sufijskoj tradiciji Učitelja Kušarija. U svom kratkom traktatu o *sani*, odnosno ezoteričnom sluhu, on piše: "Duhovni sluh je razumevanje skrivenih stvari putem slušanja srdaca, putem primećivanja

realiteta koji su predmet našeg traganja i koji sadrže znake božanskog koje je prisutno u svim stvorenjima.”

## NOVA DECA

U komuniciranju sa zametkom, i zapravo u svakoj komunikaciji, moramo da imamo u vidu da su reči iz svakodnevnog jezika za dušu potpuno lišene značenja, budući da ona primećuje sve ono što prevazilazi reči. Ono što duša oseća je hotimično proizvedena energija, nežna toplina izražena pomoću prijatnog, blagog glasa punog ljubavi i saosećanja. Poput labuda iz grčke mitologije koji poseduje sposobnost da izdvoji vodu iz mleka, živo biće crpi ljubav iz zvuka. Iza zametka i iza ljudskog razgovora nalazi se veličanstveno središte koje transcendirira svaku nauku; ono je u stanju da čuje muziku naših duša, uprkos neprestanom metežu naših svetovnih misli i reči.

Slušanje je postojalo pre ičega drugog, tvrdio je Tomatis, dodajući: “Ljudska vitalnost zasnovana je isključivo na funkciji slušanja.” (44) Sada se cilj ovog razmatranja koje se bavi sluhom sastoji od povinovanja životu onakvom kakav se genetički ispoljava. Znanje o tome kako da ispunjavamo norme života daje nam nadu da ćemo se jednoga dana osloboditi zakona koje je postavio ljudski rod: nestalnih zakona koji nas slepo vode od lošeg ka gore, u pravcu rizične, opasne i neizvesne budućnosti sve dok ostaju odvojeni od univerzalnih zakona.

Slušanje života osposobiće nas da shvatimo univerzalne principe: saosećanje, čistotu, istinoljubivost i trezvenost. Ono će nas voditi ka dobru vladanja znanjem. Ovladavanje veštinom dubokog slušanja biće najveće postignuće ljudske evolucije. Ono će pružiti istinsko bogatstvo koje ljudskim bićima daruje stanje božanske slobode, samostalnosti i potpune zadovoljenosti. Novi roditelji, svesni izvanrednog značaja buke, zvuka, pesme i reči za

razvoj njihovog deteta za vreme trudnoće, doneće na svet novo pokolenje, mnogo naprednije od pokolenja koja su stvorila mučne industrijske i tehnološke svetove. Odgajana uz pomoć nežnih i divnih zvučnih vibracija od samog začeca, ta nova deca najaviće novo doba na Zemlji.

## MOĆ REČI

(...)