

**ΔΙΗΜΕΡΙΔΑ: «ΠΥΘΑΓΟΡΕΙΑ ΘΕΩΡΗΣΗ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ:  
ΜΑΘΗΜΑΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΦΙΛΟΣΟΦΙΚΕΣ ΠΡΟΕΚΤΑΣΕΙΣ»**  
ΠΥΘΑΓΟΡΕΙΟ ΣΑΜΟΥ 10-11 ΙΟΥΛΙΟΥ 2009.

**“ΜΟΥΣΙΚΗ ΙΑΤΡΕΙΑ:  
ΠΥΘΑΓΟΡΕΙΕΣ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΕΙΣ  
ΤΗΣ ΕΥΕΡΓΕΤΙΚΗΣ ΧΡΗΣΗΣ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ”**

**“ΜΟΥΣΙΚΗ ΙΑΤΡΕΙΑ:  
PYTHAGOREAN ASPECTS  
ON THE BENEFITS OF MUSIC ON HEALTH”**

**Γαρυφαλλιά Ε. Ντζιούνη,**  
Διδάκτορας Τμήματος Μουσικών Σπουδών Πανεπιστημίου Αθηνών

**Χαράλαμπος Χ. Σπυριδής**  
Καθηγητής Μουσικής Ακουστικής, Πληροφορικής  
Διευθυντής Εργαστηρίου Μουσικής Ακουστικής Τεχνολογίας Τμήματος  
Μουσικών Σπουδών Πανεπιστημίου Αθηνών

Ο πρωτεργάτης της εφαρμοσμένης μουσικής

Ο Πυθαγόρας, γιος του Μνήσαρχου και της Πυθαΐδας, γεννήθηκε το 572 π.Χ. στη Σάμο και πέθανε περίπου το 490 π.Χ. στην Κάτω Ιταλία.

Στις μέρες μας είναι γνωστός ως ο θεμελιωτής/εμπνευστής της θεωρίας της μουσικής και της επιστήμης της ακουστικής, αλλά στην εποχή του και για πολλούς αιώνες αργότερα ήταν περισσότερο γνωστός ως ιδρυτής μιας φιλοσοφίας, η οποία ενσωμάτωνε τη μουσική, τις θετικές επιστήμες, τα μαθηματικά, την ιατρική, τη διαιτητική. Μελέτησε την αρμονία της μουσικής και βρήκε την επίδρασή της στην αρμονία του σώματος, με τρόπο που να μπορεί να εφαρμόσει θεραπείες μέσω αυτής για ψυχικά-πνευματικά-σωματικά προβλήματα.

Η σύλληψη της αρμονίας των σφαιρών

Ο Πυθαγόρας είναι ουσιαστικά ο ιδρυτής της μουσικής επιστήμης. Το μαθηματικό μέρος αυτής της επιστήμης ονομαζόταν «Αρμονική».

Ανέπτυξε με μοναδική ζωντάνια και απaráμιλλη γοητεία τις προσωπικές του απόψεις για την αρμονία του αστρικού κόσμου, το Ορφικό δόγμα της αθανασίας της ψυχής και της διαδοχικής μετενάρκωσης κάθε 6<sup>3</sup>=216 χρόνια, τη σχέση φυσικής (έναστρης) ισορροπίας και ανθρώπινης (κοινωνικής) δικαιοσύνης. Ο Ιάμβλιχος (περ. 250-330 μ.Χ.) στο έργο του *Θεολογούμενα Αριθμητικής* (52, 14-15) αναφέρει σχετικά:

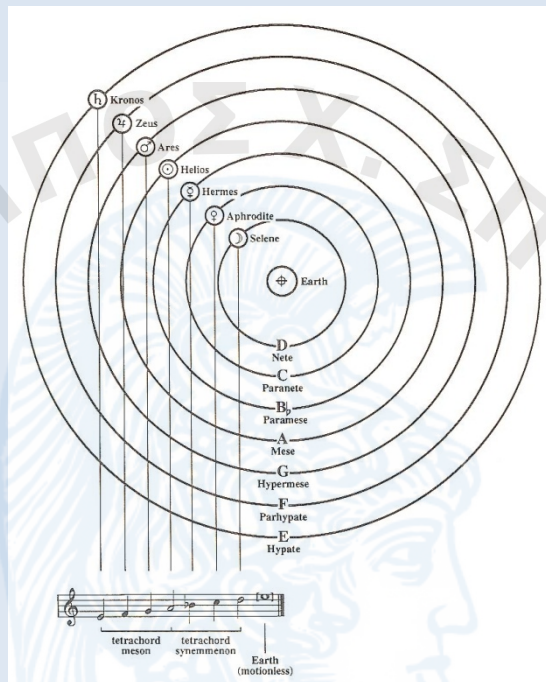
*μετά τήν πρώτην ἀνακύκλησιν καὶ ἐπάνοδον τοῦ ἀπὸ ἕξ ψυχογονικοῦ κύβου.*

Πρέσβευε ότι το σύμπαν προήλθε από το χάος και απέκτησε μορφή με το μέτρο και την αρμονία, γι' αυτό και πρώτος το ονόμασε «Κόσμος», δηλαδή τάξη και αρμονία. τη σχέση φυσικής (έναστρης) ισορροπίας και ανθρώπινης (κοινωνικής) δικαιοσύνης.

Αρμονία, όμως, για το σώμα είναι η ψυχή, η οποία διατηρεί κάποια συμμετρία ανάμεσα στο υλικό και το πνευματικό στοιχείο του ανθρώπου.

Είναι ο πρώτος που μιλάει για την σφαιρικότητα της γης και ότι αυτή αποτελεί μέρος ενός συνόλου ομόκεντρων σφαιρών, όπου οι αποστάσεις μεταξύ τους ρυθμίζονται με μουσικά διαστήματα.

Ο Πυθαγόρας και οι μαθητές του υποστήριξαν την εκπληκτική άποψη ότι από την περιφορά των πλανητών επί των τροχιών τους, εξαιτίας της αέναης τριβής τους με τον γαλαξιακό αιθέρα, παράγονται ήχοι των οποίων το μουσικό ύψος εξαρτάται από την ακτίνα κάθε τροχιάς και την ταχύτητα περιφοράς του κάθε πλανήτη. Το σύνολο αυτών των ήχων το ονόμασε «Μουσική» ή «Αρμονία των Σφαιρών». (Βλέπε εικόνα 1).



Εικόνα 1: Η αρμονία των σφαιρών (του πλανητικού κόσμου) κατά τον Πυθαγόρα.

### Όταν η μουσική ισορροπεί τις αντιθέσεις της ψυχής

Ο Πυθαγόρας πίστευε ότι η ύπαρξη ενός παγκόσμιου νόμου της αρμονίας, που βασίζεται στις σχέσεις των αριθμών, διέπει όχι μόνο τις κινήσεις των ουράνιων σωμάτων και τους νόμους της μουσικής, αλλά και τον εσωτερικό κόσμο –τόσο τον σωματικό, όσο και τον πνευματικό –των ανθρώπινων όντων. Σχετικά ο Ιάμβλιχος στο έργο του *Περί του Πυθαγορείου Βίου* αναφέρει:

*[Ο Πυθαγόρας] δεν συνέθετε [...] ούτε άκουγε μουσική με όργανα ή και με φωνή μαζί, αλλά, χρησιμοποιώντας κάποιον απερίγραπτο και δυσνόητο θειικό τρόπο, τέντωνε τα αυτιά του και επικέντρωνε την προσοχή του στις μεταρσιωμένες συμφωνίες του κόσμου, ακούγοντας, όπως φαινόταν, μονάχα αυτός, και κατανοώντας την παγκόσμια αρμονία και τις συμφωνίες των ουράνιων σφαιρών και των κινούμενων γύρω από αυτές αστέρων, που σφύριζε μια πληρέστερη και πιο βαθιά μελωδία από εκείνη των ανθρώπων, η*

οποία

*ήταν συντεθειμένη από ανόμοιους και ποικιλόμορφους συριγμούς ταχυτήτων, μεγεθών και συνακολουθιών –διατεταγμένων αρμονικά μεταξύ τους με κάποιον μουσικότατο λόγο- και αποτελούνταν από*

*κίνηση και περιφορά πολύ μελωδική και συγχρόνως ποικιλόμορφα ωραία.*

Σχετική αναφορά στον Πυθαγόρα έχουμε και από τον Πορφύριο (τέλη 3<sup>ου</sup>-αρχές 4<sup>ου</sup> αι. μ.Χ., περίοδος ακμής 301-5 μ.Χ.), στο έργο του *Βίος Πυθαγόρα*:

*Άκουγε τη συμπαντική αρμονία, καταλαβαίνοντας την καθολική αρμονία των ουράνιων σφαιρών και των αστεριών που κινούνταν κοντά τους, την οποία εμείς δεν μπορούμε να την ακούσουμε εξαιτίας της ασήμαντης φύσης μας.*

Καθώς οι αρχές της αρμονίας, που ισχύουν για τα ουράνια σώματα, ισχύουν επίσης και για τη μουσική και το ανθρώπινο είδος, η υγεία, σύμφωνα με τον Πυθαγόρα, σχετίζεται με το σωστό εναρμονισμό σώματος και ψυχής με το σύμπαν, μέσω της διατροφής, της μουσικής και μιας ζωής σύμφωνης με τον θείο νόμο. Επομένως, οι νόμοι της μουσικής επιδρούν στον εσωτερικό κόσμο του ανθρώπου μέσω της αρμονίας, η αρμονία του σύμπαντος ταυτίζεται με την αρμονία της ψυχής, δηλαδή του εσωτερικού σύμπαντος της ανθρωπότητας. Αν διαταραχθεί η ισορροπία των αντιθέσεων στην ψυχή, υποστηρίζει ο Πυθαγόρας, τότε εμφανίζονται ψυχικές ασθένειες. Η μουσική έχει τη δύναμη να επαναφέρει την αναστατωμένη ψυχή στις παγκόσμιες αρμονίες και την συμφωνία μεταξύ σύμπαντος και ψυχής. Αυτό σημαίνει ότι οι μουσικές αναλογίες μοιάζουν με τις ψυχικές, οι οποίες μεταβάλλονται με τη βοήθεια της μουσικής, που αναγνωρίζεται ως «σφαιρική θεραπευτική αρχή». Η σχετική παραπομπή από τον Ιάμβλιχο αναφέρει:

*Υπήρχαν και κάποιες μελωδίες τις οποίες είχε επινοήσει ως εξαιρετικά βοηθητικές, για να αποκαθίστανται τα ψυχικά πάθη, η απελπισία και οι οξείς πόνοι και άλλες πάλι (μελωδίες τις επινόησε) για (να καταπραΰνει) την οργή, τον θυμό και για κάθε παρέκκλιση της ψυχής (που νοσεί).*

#### Η μουσική θεραπευτική αγωγή (μουσική ιατρεία)

Πίστευε δε ο Πυθαγόρας, όπως και γενικότερα ο αρχαίος κόσμος, πως για να θεραπευτεί ο άνθρωπος πρέπει να αντιμετωπίζεται ως ολοκληρωμένος, ενιαίος οργανισμός. Η θεραπευτική αγωγή σε ένα μόνο τμήμα αυτής της ολότητας όχι μόνο δεν αποτελεί πραγματική θεραπεία, αλλά μπορεί και να την καθυστερήσει.

Η μελωδία και ο ρυθμός μπορούν να βοηθήσουν την αποκατάσταση της τάξης και της αρμονίας της ψυχής. Όταν αποκατασταθεί η τάξη στην ψυχή, το σώμα ανακτά την υγεία του. Πρέσβευε ότι υπάρχουν κατάλληλοι παιάνες και σωστοί ρυθμοί, που μπορούν να οδηγήσουν στην ίαση, αλλά και στην διατήρηση της υγείας, κάνοντας λόγο για *μουσικήν ιατρείαν*. Από σχετικό χωρίο του Ιάμβλιχου διαβάζουμε:

*Η μουσική συμβάλλει κατά πολύ στην υγεία, αν κάποιος τη χρησιμοποιήσει με τους ορθούς τρόπους.*

*[Ο Πυθαγόρας] συνήθιζε να κάνει χρήση αυτού του καθαρού με σοβαρότητα και μάλιστα για τον λόγο αυτόν τον αποκαλούσε μουσικήν ιατρείαν (δηλαδή «νοσηλεία μέσω της μουσικής»)*

*και καταπιανόταν με αυτήν την καθαρτήρια μελωδία κατά την άνοιξη. Έβαζε λοιπόν να κάθεται στο μέσο ένας που έπαιζε λύρα και γύρω κάθονταν αυτοί που μπορούσαν να τραγουδούν.*

*Έτσι, με εκείνον να παίζει τη λύρα, τραγουδούσαν παιάνες,  
μέσω των οποίων ένιωθαν ότι ευφραίνονταν  
και γίνονταν καλοί στο τραγούδι και στο ρυθμό.  
Χρησιμοποιούσαν μάλιστα τη μουσική για την αποκατάσταση της υγείας  
και κατά τον υπόλοιπο χρόνο.*

Υποστήριζε δε ο Πυθαγόρας ότι το τραγούδι μελωδιών, ηρεμεί τα συναισθήματα και τον νου. Όταν αυτό επιτευχθεί, η εσωτερική ζωτικότητα του σώματος αποκαθίσταται και αρχίζει η θεραπεία. Ο Ιάμβλιχος περιγράφει:

*[Ο Πυθαγόρας] εφάρμοζε, δαιμονικά σκεφτόμενος,  
συνδυασμούς κάποιων διατονικών, χρωματικών και εναρμόνιων  
κλιμάκων,  
με τα οποία εύκολα μετέτρεπε στα αντίθετα τα πάθη της ψυχής  
που είχαν δημιουργηθεί πρόσφατα, και είχαν γεννηθεί χωρίς καμιά  
λογική,  
και τα καθοδηγούσε, μεταστρέφοντας λύπες και οργές,  
παράλογους οίκτους και φθόνους και φόβους, κάθε είδους επιθυμίες  
και δυνατά πάθη, ορέξεις και μαλθακότητες και νωθρότητες και  
βιαιότητες,  
το καθένα από τα πάθη αυτά σε αρετή, με τις αρμόζουσες μελωδίες,  
σαν να ήταν κάποιοι σωτήριοι συνδυασμοί φαρμάκων.*

Το σχέδιο, επομένως, της σχολής του Πυθαγόρα στηριζόταν στην «αλλοπαθητική», μια μέθοδο αγωγής νόσων με την χρήση παραγόντων που επιφέρουν συμπτώματα διαφορετικά από αυτά της ίδιας της νόσου. Η μουσική δεν εντείνει μια συγκινησιακή κατάσταση που ενοχλεί και αρρωσταίνει, αλλά, αντίθετα, την σταματά και την εναρμονίζει.

Ο μεγάλος αυτός φιλόσοφος δεν παραδεχόταν την προσφιλή στον λαό μα απατηλή, πρόσκαιρη απόλαυση, αλλά εκείνη που είναι διαρκής, σεμνή και απαλλαγμένη από κάθε δόλο.

Έλεγε πως υπάρχουν δύο κατηγορίες ηδονών, αυτή που ενδίδει στις απαιτήσεις της κοιλιάς και την παρομοίαζε, λόγω της τρυφηλότητάς της, με τις ανθρωποκτόνες ωδές των Σειρήνων και η άλλη που αναφέρεται στα καλά και τα δίκαια των αναγκαίων του βίου και που είναι και στο παρόν ευχάριστη και στο μέλλον βέβαιη. Την δεύτερη παρομοίαζε με τις αρμονικές ωδές των Μουσών και μόνο αυτήν παραδεχόταν. Η άποψη αυτή επηρέασε καθοριστικά και τον Πλάτωνα, ο οποίος αναφέρει στον *Τίμαιο*:

*Η αρμονία, η οποία έχει κινήσεις συγγενείς με τις περιφορές της ψυχής  
μας (παρόμοια τροχιά με εκείνη της ψυχής στο σώμα μας),  
παρουσιάζεται σ' εκείνον, ο οποίος συναναστρέφεται τις Μούσες  
με σύνεση και όχι για απλή και άλογη διασκέδασή τους,  
αλλά για να επαναφέρει στην τάξη και τη συμφωνία την ψυχή,  
όταν ξεφύγει από την τροχιά της.*

Ο Πυθαγόρας συνιστούσε δε να προσέχει κανείς δύο στιγμές του καθημερινού του βίου, όταν πηγαίνει για ύπνο και όταν σηκώνεται από τον ύπνο. Ο Ιάμβλιχος και ο Κλαύδιος Πτολεμαίος (100-178 μ.Χ.) επισημαίνουν ότι:

*Και όταν το βράδυ οι συνομιλητές του πήγαιναν για ύπνο, τους  
απάλλασσε από τις ανησυχίες και τους θορύβους της ημέρας και  
καθάριζε το θολωμένο μυαλό τους, με κάποιες ωδές και κάποια  
ιδιόμορφα μουσικά μέλη, επιχειρώντας να καταστήσει τον ύπνο των*

ανθρώπων αυτών όχι μόνο ήσυχο και με καλά όνειρα, αλλά ακόμη και προφητικό.

Όταν πάλι σηκώνονται την αυγή, τους απάλλασσε από τον νυχτερινό λήθαργο, τη χαλάρωση και τη νωχέλεια με κάποια ιδιόμορφα τραγούδια και μελωδίες με απλή σύνθεση, καταπραϋντικές, άσματα διαφορετικών μουσικών τρόπων από τα βραδινά –κάποτε πάλι και μελωδίες χωρίς λόγια– έτσι, ώστε η ταραχή της ψυχής τους, που δημιουργείται από το ξύπνημα, να μετατραπεί σε μια καθαρή και τακτοποιημένη κατάσταση, σε μια οργανωμένη πραότητα, εναρμονίζοντας σωστά τις ψυχές τους για τις δραστηριότητες της μέρας.

#### Ηθοπλαστικές και ψυχοθεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής

Η μουσική στους αρχαίους πολιτισμούς ήταν κάτι παραπάνω από ευχαρίστηση για το αυτί. Ήταν η άλγεβρα των μεταφυσικών θεωριών, η γνώση η οποία δινόταν μόνο σε μνημένους, αλλά οι αρχές της, μέσω του συλλογικού υποσυνείδητου, έτρεφαν, επηρέαζαν και εκπαίδευαν τις πλατιές μάζες. Αυτό την έκανε ένα πανίσχυρο όργανο ηθικής διαπαιδαγώγησης.

Ο Πυθαγόρας προβαίνει στην αναγνώριση της μοναδικότητας της μουσικής ως παιδευτικού και θεραπευτικού μέσου, υπογραμμίζοντας με τον τρόπο αυτόν, τις απεριόριστες ηθοπλαστικές και ψυχοθεραπευτικές της ιδιότητες. Έτσι, εισάγονται σταδιακά οι έννοιες της κάθαρσης και της έκστασης, που επιτυγχάνονται μέσω του μουσικού συντονισμού σώματος και ψυχής. Πρόσφερε δε στην ανθρωπότητα ένα “επιτυχημένο πείραμα”, αυτό που αργότερα ο Πλάτωνας θα ονομάσει: εκπαίδευση με Γυμναστική και Μουσική.

Σύμφωνα με τις μαρτυρίες των βιογράφων του ο Πυθαγόρας θεωρούσε τη **λύρα** ως το κατάλληλο παιδευτικό μέσο, που δύναται να θεραπεύσει τα ψυχικά πάθη και να οδηγήσει στη σωφροσύνη. Ο Πορφύριος αναφέρει ότι:

*Ο ίδιος [ο Πυθαγόρας] μελετούσε από τα χαράματα στο σπίτι του προσαρμόζοντας τη φωνή του στη λύρα και τραγουδώντας κάποιους αρχαίους παιάνες του Θαλή. Και τραγουδούσε όσα αποσπάσματα από τον Όμηρο και τον Ησίοδο νόμιζε ότι εξημερώνουν την ψυχή του ανθρώπου. Και χόρευε και τραγουδούσε όσα τραγούδια νόμιζε ότι θα προετοίμαζαν το σώμα, ώστε να γίνει πιο ευκίνητο και υγιές.*

Τεκμηριώνοντας δε όλα όσα αποδίδει στις δυνάμεις της μουσικής και στην επίδρασή της στην σωματική και ψυχική υγεία του ανθρώπου, ο Ιάμβλιχος παραθέτει ένα περιστατικό, κατά το οποίο ο Εμπεδοκλής, μαθητής του Πυθαγόρα, με τη λύρα του και τραγουδώντας το κατάλληλο μέλος καταπράυνε τον θυμό ενός νεαρού άντρα και τον γλίτωσε από το να διαπράξει φόνο:

*Όταν κάποιος νέος τράβηξε το ξίφος του εναντίον του Άγχιτου, ο Εμπεδοκλής, κρατώντας τη λύρα, αφού αναπροσάρμοσε τη μελωδία, χρησιμοποίησε κάποιο κατευναστικό και κατασταλτικό μέλος, γλιτώνοντας από το θάνατο και τον Άγχιτο και τον νέο από το έγκλημα της δολοφονίας ενός ανθρώπου. Εξιστορείται μάλιστα ότι αυτός ο νέος από τότε έγινε ο πιο αξιόλογος από τους μαθητές του Εμπεδοκλή.*

Επιπλέον, ολόκληρη η Πυθαγορική Σχολή έκανε την λεγόμενη “εξάρτυση” και “συναρμογή” και “επαφή”, οδηγώντας επωφελώς, με κάποια κατάλληλα μουσικά μέλη, τις διαθέσεις της ψυχής στα ενάντια πάθη.

Στο έργο του Δειπνοσοφιστές, ο Αθήναιος (3<sup>ος</sup> αι. μ.Χ.), καταγράφει τις απόψεις των Πυθαγορείων για την ευεργετική δράση της λύρας λέγοντας:

*Η μουσική είναι ένας μεγάλος και βέβαιος θησαυρός, για όλους τους ανθρώπους που τη μαθαίνουν και εκπαιδεύονται σ' αυτή.*

*Είναι γεγονός ότι εκπαιδεύει χαρακτήρες και καταπραΐνει τους διαταραγμένους ανθρώπους και εκείνους με δύστροπες σκέψεις. Γι' αυτό ο Κλεινίας ο Πυθαγόρειος, ένας εξαιρετικός άνθρωπος στον τρόπο ζωής και στο ήθος, έπαιζε πάντα τη λύρα του κάθε φορά που εξοργιζόταν. Όταν τον ρωτούσαν γιατί; έλεγε 'καταπραΐνω τον εαυτό μου'. Και ο Ομηρικός Αχιλλέας ηρεμούσε με τη λύρα (I 186), το μόνο πράγμα που ο Όμηρος του επέτρεψε να κατάσχει ως λάφυρο και το οποίο είχε τη δύναμη να καταστείλει τα πάθη του.*

Αντίθετα με την ευεργετική λύρα, ο Πυθαγόρας θεωρούσε τον αυλό ως όργανο αλαζονικό, του οποίου ο ήχος δεν μπορούσε να απελευθερώσει τα ήθη.

Ο Αριστείδης Κοϊντιλιανός (1<sup>ος</sup> αι. μ.Χ.), στο έργο του Περί Μουσικής προβάλλει την συμβουλή του Πυθαγόρα προς τους μαθητές του:

*Αν ακούσουν τον αυλό, να ξεπλένουν τ' αυτιά τους, γιατί το πνεύμα έχει μολυνθεί, και πρέπει να χρησιμοποιούν κατάλληλες μελωδίες τραγουδισμένες από τη λύρα, για να καθαρίζουν την ψυχή από άλογες ορμές.*

*Ο αυλός, υποστήριζε, εξυπηρετεί το χειρότερο μέρος μας, ενώ η λύρα είναι αγαπητή και ευχάριστη φροντίζοντας για τη λογική μας φύση.*

Όταν, όμως, ο αυλός έπαιζε την κατάλληλη μελωδία, μπορούσε να επενεργήσει καταπραΐντικά στην ψυχή του ανθρώπου. Ο Σέξτος ο Εμπειρικός (2<sup>ος</sup>-3<sup>ος</sup> αι. μ.Χ.) στο έργο του Προς Μαθηματικούς, αναφέρει ένα χαρακτηριστικό παράδειγμα, κατά το οποίο ο Πυθαγόρας γλίτωσε πλήθος ανθρώπων από την μανία της μέθης, την οποία παρομοιάζει με παραφροσύνη:

*Κατάσταση βακχικής μανίας, κατά την οποία οι άνθρωποι δεν διέφεραν σε τίποτα από τρελούς, συμβουλευόντας τον αυλητή να τους παίξει τη μελωδία του σπονδείου. Κι εκείνοι αμέσως άλλαξαν και σωφρονίστηκαν σαν να ήταν εξ αρχής σε κατάσταση νηφαλιότητας.*

Επεκτείνοντας τη σκέψη του περιγράφει ότι:

*Με τον τρόπο που το κρασί ή ο ύπνος δεν απαλλάσσει οριστικά από την λύπη, αλλά την αναστέλλει, ελαττώνοντάς την και δημιουργώντας χαλάρωση και λήθη, έτσι και η όποια μελωδία δεν καταλαγιάζει την λυπημένη ψυχή ή την διάνοια που την συνταράζει η οργή, αλλά στην καλύτερη περίπτωση δημιουργεί περισπασμό. Ο Πυθαγόρας υποστηρίζει ότι οι αυλητές έχουν μεγαλύτερη δύναμη από τους φιλοσόφους για να διορθώσουν τον χαρακτήρα.*

Χρήση του σπονδειακού μέλους από τον Πυθαγόρα, αναφέρει και ο Ιάμβλιχος λέγοντας ότι:

*Με την βοήθεια σπονδειακού μέλους, που έπαιξε κάποιος αυλητής, έσβησε την λύσσα ενός μεθυσμένου νεαρού, ο οποίος κατά τη διάρκεια της νύχτας επιτέθηκε με δυνατές φωνές εναντίον της ερωμένης του στην πόρτα του αντραστή του, σχεδιάζοντας να πυρπολήσει το σπίτι. Κι αυτό, επειδή βρισκόταν σε έξαψη και είχε ζωηρέψει εξαιτίας της φρυγικής μελωδίας στον αυλό. Αυτό το πάθος λοιπόν θεράπευσε γρήγορα ο Πυθαγόρας.*

Ο Αθήναιος στους Δειπνοσοφιστές του εξιστορεί την πεποίθηση των Πυθαγορείων ότι:

*Η μουσική θεραπεύει ακόμα και αρρώστιες, υποστηρίζοντας ότι όσοι υπέφεραν από ισχιακούς πόνους θεραπεύονταν μόνιμα, αν κάποιος τους έπαιζε τον αυλό πάνω στο μέρος (που πονούσαν) στην Φρύγια αρμονία,*

άποψη που υποστήριζε και ο Δημόκριτος (460-370 π.Χ.), εξαίροντας τις θεραπευτικές ιδιότητες των ηχητικών παλμών του αυλού και εξηγώντας ότι ο δονούμενος από τους ηχητικούς παλμούς κώνος του αυλού από το παίξιμό του, εφαρμοζόταν κατ' ευθείαν πάνω στο μέλος του σώματος, που έπασχε (στην περίπτωση για παράδειγμα μιας ισχιαλγίας) και, μεταδιδόμενη η δόνηση στους μύες, δρούσε θεραπευτικά. Στη βάση αυτών των δύο εκ διαμέτρου αντίθετων απόψεων για τη χρήση του αυλού βρίσκονται δύο διαφορετικές διδασκαλίες. Η πρώτη (του Πυθαγόρα) αναγνωρίζει την ηθική, παιδευτική αξία της μουσικής. Η δεύτερη (του Δημόκριτου) πηγάζει από τη φυσιοκρατική σκέψη. Και οι δύο θα φτάσουν στις μέρες μας και θα αποτελέσουν δύο βασικές σχολές: η μία έχει ως αφετηρία την αισθητική ποιότητα της μουσικής και την ηθικοπλαστική της επίδραση. Βασίζεται στην Αισθητική και την Ψυχολογία της μουσικής, αποβλέπει στη σωστή αγωγή που εξασφαλίζει φυσιολογική πνευματική και ψυχική ανάπτυξη, ψυχοσωματική ισορροπία και, συνεπώς, διεκδικεί ουσιαστικό ρόλο όχι μόνο στη θεραπεία, αλλά και στην πρόληψη. Η άλλη αξιοποιεί τις γνώσεις της Φυσιολογίας και της Ψυχολογίας της Ακουστικής στοχεύοντας σε άμεσα θεραπευτικά αποτελέσματα.

Ο Πυθαγόρας πρέσβευε, επίσης, ότι η διατήρηση της υγείας βασίζεται και στη χρήση επωδών σε κάποιες αρρώστιες.

Η **επωδή** από το ρήμα *επάδω*, σημαίνει τον έμμετρο ή μελωδισμένο λόγο, που εκφέρεται για να θεραπεύσει έναν άρρωστο. Πολλές είναι οι καταγραφές των βιογράφων του για τις απόψεις του περί των επωδών. Ο Ιάμβλιχος αναφέρει ότι:

*Κατέστησε εξαιρετικά ωφέλιμη την επανόρθωση του ανθρώπινου χαρακτήρα και της ζωής μέσω της μουσικής, θεραπεύοντας και ψυχικά πάθη και σωματικά νοσήματα, σιγοτραγουδώντας μαγικές λέξεις, και πιθανώς από εδώ κάπου να έχει προέλθει ο όρος "επωδή".*

Ο Πορφύριος (232/233-304/305 μ.Χ.) στο έργο του *Βίος Πυθαγόρα*, αναφέρει ότι:

*Κατείχε επωδές για τις αρρώστιες του σώματος, με τις οποίες θεράπευε τους αρρώστους και άλλες με τις οποίες έκανε τους ανθρώπους να ξεχνάνε τις λύπες τους, καταπράυνε την οργή τους και έδιωχνε παράδοξες επιθυμίες.*

Οι Πυθαγόρειοι χρησιμοποιούσαν τις επωδές για την *ίαση* ορισμένων νοσημάτων και παραδέχονταν ότι η μουσική συμβάλλει σε μεγάλο βαθμό στην υγεία, αν κάποιος την χρησιμοποιεί με τους κατάλληλους τρόπους. Προσπαθούσαν δε, σύμφωνα με τον Πλούταρχο (40-110 μ.Χ.) στα *Ηθικά* του να καταπραΰνουν με επωδές και να θεραπεύσουν το εμπασθές και άλογο της ψυχής.

Πυθαγόρεια σχολή και Πυθαγόρειοι: η μουσική ως τρόπος ζωής

Η Σχολή του Πυθαγόρα κατά την παράδοση φαίνεται πως υπήρξε αρχικά ένας θρησκευτικός όμιλος με επίκεντρο τον Πυθαγόρα και τη λατρεία

του Απόλλωνα και των Μουσών, που τις θεωρούσαν ως προστάτιδες της ποίησης και της πνευματικής καλλιέργειας.

Από θρησκευτική άποψη η θεωρία του Πυθαγόρα έχει σχέση με τη θεωρία των Ορφικών. Ο Ορφισμός πρέσβευε ότι μέσω της έκστασης μπορούσε να επιτευχθεί η πνευματική ενόραση στη θείκη καταγωγή και τη φύση της ψυχής. Ενώ, όμως, στον Ορφισμό η κάθαρση του αμαρτωλού γίνεται με τις ορφικές τελετές, στον Πυθαγορισμό γίνεται με τη μελέτη των επιστημών, κυρίως των Μαθηματικών και της Μουσικής. Επίσης υπάρχουν ενδείξεις ότι ο Πυθαγορισμός δίδασκε την κάθαρση της ψυχής μέσω της μουσικής και της φιλοσοφίας, προκειμένου να φτάσει κανείς σε μετενσαρκώσεις ανωτέρου επιπέδου.

Ο Πυθαγόρας θεωρούσε τη μουσική ως άριστο μέσο προς εξέγερση ή καταστολή των παθών. Προσευχόμενοι οι Πυθαγόρειοι έψαλλαν ύμνους προς τους θεούς με συνοδεία λύρας, το σύμβολο της αρμονίας του κόσμου, ζητώντας να τους καταξιώσουν να ζουν με την αρμονία με την οποία εκφάινεται στον κόσμο ο θείος νους. Ουσιαστικά ο Πυθαγόρας ίδρυσε ένα είδος θρησκευτικής αδελφότητας, κάθε μέλος της οποίας κατείχε τον τρόπο, χρησιμοποιώντας ρυθμούς και επωδές, να απαλύνει τα πάθη της ψυχής και του σώματός του.

Ολόκληρη η ζωή των Πυθαγορείων ήταν μια αδιάκοπη άσκηση. Σηκωνόταν πρωί πριν βγει ο ήλιος. Ξαπλωμένοι ακόμα στο κρεβάτι έπρεπε να σκεφτούν τι έχουν να πράξουν όλη τη μέρα. Διαφαίνεται εδώ ένας τρόπος ενίσχυσης της μνήμης ή ακόμα και διέγερσής της, ειδικά σε περιπτώσεις προχωρημένης ηλικίας (με τη σύγχρονη ορολογία Αλτσχάιμερ). Θα 'λεγε κανείς πως η ακρόαση της μουσικής ενεργοποιεί μια εσωτερική φυσική μουσική, που κρατάει σε λειτουργία όλα τα κέντρα του εγκεφάλου. Όσπου να βγει ο ήλιος, σκόρπιοι μέσα στα δάση, έπαιζαν τη λύρα, ο ήχος της οποίας ήταν ξεχωριστός και δημιουργούσε ευεξία στην ψυχή. Την ανατολή του ήλιου την χαιρετούσαν με γονάτισμα. Ύστερα συναθροίζονταν όλοι στο σχολείο, όπου άρχιζε η συζήτηση για διάφορα επιστημονικά ζητήματα, με προτίμηση την αστρονομία, την μουσική και την γεωμετρία. Τη συζήτηση την ακολουθούσε γυμναστική, και την γυμναστική το μεσημεριανό φαγητό. Ύστερα ήταν ελεύθεροι, έως το ηλιοβασίλεμα, να φροντίσουν ο καθένας για τις ατομικές και οικογενειακές του υποθέσεις. Κατόπιν έκαναν λουτρό και έτρωγαν το βραδινό φαγητό τους. Ακολουθούσε η ανάγνωση. Πριν πλαγιάσουν έπαιζαν τη λύρα. Πριν αποκοιμηθούν, ήταν υποχρεωμένοι να σκεφτούν τί καλό έκαναν τη μέρα που πέρασε, τί δεν μπόρεσαν να κάμουν και τί παρέλειψαν.

Οι Πυθαγόρειοι απέδιδαν ιδιαίτερη έμφαση στην ψυχική καθαρότητα, που επιτύγχαναν και μέσω της μουσικής τέχνης, η οποία με την αρμονική της διάσταση, καθορίζει το ήθος της ψυχής. Χρησιμοποιούσαν τη μουσική για τη θεραπεία ψυχικών παθήσεων ήδη από τον 6ο αιώνα π.Χ. Ορισμένα είδη μουσικής ήταν κατά της μελαγχολίας, άλλα, πάλι, είδη γιάτρευαν σφοδρές ψυχικές συγκινήσεις και πάθη και γενικά κάθε είδους ψυχοδιανοητικής ή νευροψυχικής ανωμαλίας.

Διέδιδαν τη μουσική αποκλειστικά σαν ψυχο-υγιεινό και θεραπευτικό μέσο για την επίτευξη μιας ανενόχλητης αρμονίας ανάμεσα στο σώμα και την ψυχή του ανθρώπου και ειδικότερα γιατί αυτή παριστάνει, τόσο συμβολικά, όσο και πρακτικά, την διακήρυξη της παγκόσμιας δικαιοσύνης μέσω των



αναλογικών δομικών νόμων, που βρίσκονται στη βάση της (σειρά των υψηλών τόνων, ακέραιες αναλογίες κ.λπ.).

#### Ο προάγγελος της σύγχρονης μουσικοθεραπείας

Η μουσική συνδέεται στην αρχαία Ελλάδα άμεσα με την ενέργεια και, ως εκ τούτου, με δυνάμεις που χαρακτηρίζονται ως «υπερφυσικές». Οι μελετητές κατανοούν σήμερα τη μαθηματική βάση της μουσικής, αλλά ελάχιστοι συνειδητοποιούν πώς η Πυθαγόρεια μουσική θεωρία ήταν μόνο μια εφαρμογή των αρχών μιας ολιστικής φιλοσοφίας, η οποία δεν ήταν μόνο τρόπος ζωής, αλλά και σύστημα προσέγγισης της απανταχού παρουσίας του Θεού στη φύση, μέσω της μελέτης των αριθμών.

Κρίνοντας από τις μαρτυρίες των βιογράφων του αναφορικά με το θέμα της ευεργετικής και εξαγνιστικής επίδρασης του ήχου στην ψυχή του ανθρώπου, θα μπορούσε κανείς να προβεί στον ισχυρισμό ότι ο Πυθαγόρας υπήρξε ο προάγγελος της σύγχρονης μουσικοθεραπείας. Χάρη στην επιρροή του Πυθαγόρα και των μαθητών του, η μουσική αναδείχτηκε σε ψυχοθεραπευτικό παράγοντα.

