

Prvky muzikoterapie A JEJICH VZTAH K ČLOVEKU

Rosmarie Felber

2.1 Intervally

V první řadě se v hudbě - a odpovídajícím způsobem při jejím terapeutickém užití - setkáváme se zněním. To neznamená, že se stále setkáváme s tím, co je slyšet, spíše bychom mohli říci: setkáváme se s tím, *co je slyšet a co není slyšet*. Jak tomu můžeme porozumět?

Vezměme si například *intervally*. Jsou jednou ze zásadních oblastí v hudební a zejména v muzikoterapeutické práci. Když je uchopíme jako výchozí bod, dají se z nich rozvíjet další prvky a jejich samotná existence souvisí se třemi základními jevy v hudbě: s *melodií, harmonií a s rytmem*. Jimi se budeme zabývat později. Intervally jsou - jednoduše řečeno - různé větší nebo menší odstupy jednotlivých tónů od sebe. V odborné řeči se označují jako

prima vzdálenost mezi jedním tónem a stejně znějícím dalším tónem

sekunda vzdálenost mezi jedním tónem a nejbližším vyšším nebo nižším tónem

tercie vzdálenost mezi prvním a třetím tónem

kvarta vzdálenost mezi prvním a čtvrtým tónem

kvinta vzdálenost mezi prvním a pátým tónem

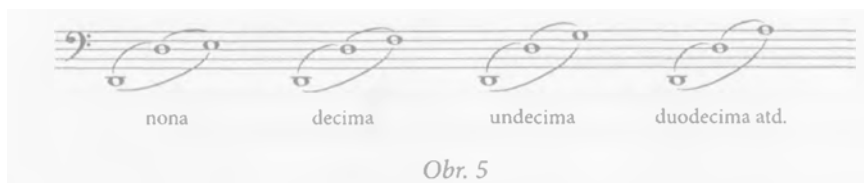
sexta vzdálenost k šestému tónu

septima vzdálenost k sedmému tónu

oktáva vzdálenost mezi prvním a osmým tónem, který se rovná prvnímu, takže se oba tóny jmenují stejně



Je třeba jmenovat i další intervally, např. nonu, decimu, undecimu, duodecimu, které na jiném stupni opakují poměry sekundy, tercie, kvarty, kvinty atd.



Pro muzikoterapii by nemělo žádný význam, kdybychom se zastavili u zjištění vzdálenosti jednotlivých tónů. Co způsobuje, že člověk již tisíciletí v těchto meziprostorech něco prožívá, něco, co se od sebe kvalitativně liší? Samotný interval slyšet nelze, slyšitelné jsou v přesném slova smyslu pouze dva různé tóny. Co tedy přivádí člověka k tomu, aby vytvářel takové vlastně neslyšitelné intervaly a probouzel tak v sobě a v ostatních lidech zážitky?

Interval je duševní výraz pro konkrétní *vztah člověka k duchovnímu světu*, což se ukazuje např. v upřednostnění určitých hudebních intervalů v různých historických epochách a kulturách. Od velkých, širokých intervalů ve starších dobách došel člověk - zejména od klasicismu a romantismu - k hudebnímu citění, které se dá charakterizovat jako citění terciální. Zatímco dříve hudba vyjadřovala prožívání skutků, strastí i slastí božských bytostí¹, má nyní duševně- -duchovní bytost člověka těsnější spojení s tělesností a může hudebně vyjádřit osobní prožívání radosti a bolesti. Moderní člověk může vnímat život a tvorbu božských bytostí jako znějící *hudbu sfér*, ale normálně se to děje nevědomky ve spánku. Pouze ve výjimečných případech se dozvuky pak přenesou také do dne, neboť vědomí tělesnosti a smyslové vnímání ve dne obvykle přehluší jemné duchovní prožitky. Z výpovědí velkých skladatelů víme, že jejich hudební tvorba vždy vznikala za neobyčejných stavů vědomí, ve kterých se hudební zážitek vystupňoval až k zážitku božství. Jednu ilustraci nám k tomu poskytuje přítel Josepha Haydna, který o jeho tvoření píše: Komponování pro něj bylo způsobem bohoslužby, opravdový rituál. Pokaždé, než začal skládat, si oblékl svůj nejlepší oblek a říkal: „Nyní vstupuji do spojení s Bohem a podle toho musím být také oblečen.“

Na hudbu ke konci se blížícího 20. století lze vesměs nahlížet jako na pokusy vedoucí do nejrůznějších směrů, jako na první krok k opuštění terciálního citění. Částečně jsou to pokusy hrubé a násilné, částečně jemné a plné ducha.

To, jak působí život a činnost božských sil až do stavby našeho těla, se nechá velmi dobře ukázat na ztělesněné hudbě sfér, na harmonických *číselných poměrech* uvnitř orgánů a na lidské postavě. Tak najdeme např. ve vnitřní stavbě plic, u dvou levých a třech pravých plicních laloků poměr kvinty 2:3; hudebně znějící proporce odkryjeme v nejrůznějších poměrech lidské postavy.³ „Neslyšitelné“ intervaly mají takřka také své „tělo“: v určitých číselných poměrech, jako např. 1:2 (oktáva), 2:3 (kvinta), 3:4 (kvarta), 4:5 (velká tercie), 5:6 (malá tercie) atd. Tyto číselné poměry se musí přesně zohledňovat při hraní na struny u smyčcových nástrojů, při vrtání dírek u fléten atd. Patří k fyzickým základům muzicírování.

Tak jako pochází každá forma, orgán i nástroj z tvořícího pohybu, můžeme to, co bylo ztělesněno a zformováno, proměnit zpátky v duševní a duchovní pohyb. Tak se hraním převádí pevná forma hudebních nástrojů do jemně sladěné hry duševně-duchovního pohybu; při hudbě můžeme tančit; zákonitosti tkvějící v hudbě můžeme zviditelnit eurytmií; hudba nás může duševně uvést do pohybu, duchovně nás povzbudit či podnítit; může změnit náš postoj k životu a celý tělesný stav, ať už vlastním hraním nebo intenzivním poslechem. V každém případě je možné hudbou silně podnítit *vůli*, vnější nebo vnitřní pohybové schopnosti. V určitém smyslu bychom mohli naše poznatky shrnout takto: čím dospělejší a rozvinutější člověk je, tím více bude jeho vůle (při hudbě) činná v *nitru*, to znamená, že převezme změny na sobě a svůj vývoj do vlastních rukou a bude je vést.

Tak může také hudba více a více vyjadřovat čistě vnitřní, duchovně-duševní prožitky. Nejdříve zde uvedeme dva popisy prožívání kvalit intervalů: starší představu z 18. století, která krátce a výstižně charakterizuje intervaly z hlediska citů, a poté několik vyjádření Rudolfa Steinera k intervalům z duchovně-duševního hlediska.

Z hrací skříňky Silbermannových varhan u Frauensteinu v Krušných horách:

„Životní pravidla“

Zabývat se svátou vírou
buď Tobě, ó, člověče, čistou *primou*.
Naději také zachovej zdravou,
na stupnici je *sekundou* pravou.
V boží vůli zněj, srdce jak lilie,
v poslušné lásce čisté *tercie*.
Potká-li tě námaha a těžká robota,
mysli si, hle, to je ta čistá *kvarta*.
Jsi-li bližnímu svému co myslivci flinta,
zaznívá k němu čistá *kvinta*.
Probudit důvěru v Boha buď tvá meta,
vždy posílí tě harmonická *sexta*.
A jako dobrou a léčivou medicínu
cti neštěstí přetínající *septimu*.
Buď střídmy u jídla, spánku i mluvy,
potom povolá tě Pán do vyšší *oktávy*.

Z přednášek Rudolfa Steinera *Eurytmie jako viditelný zpěv* vybíráme několik vět (stránky se vztahují na vydání z roku 1975):

K *sekundě* (s. 98): „Stojí v bráně hudebná... Sekunda je hudební otázka.“

K *tercii* (s. 33): „Terciální prožitek je prožitek intimní, se kterým se vypořádáváme v našem srdci.“

Ke *kvartě* (s. 41): „Člověk... se prožívá pod svým povrchem... Vyčleňuje se ze svého okolí, vytváří sebe v sobě.“

Ke *kvintě* (s. 33): „Prožitek kvinty je prožitek, ze kterého máme pocit: když ho prožíváme, vnímají to i lidé okolo nás, protože proniká až ke kůži.“ (s. 32): „Kvinta je člověk.“

Ke (klesající) *sextě* (s.43): „Sexta způsobuje v poměru k základnímu tónu obraz vnímání, cítění.“

K *septimě* (s.33): „... při septimě se člověk cítí jako kůže prostupující do svého okolí ... Vychází ven ze sebe.“

K *oktávě* (s. 32): „Vnitřní klid oktávy se zakládá na tom, že... unikneme nebezpečí, které se skrývá v septimě... Člověk je dokonce o kousek větší, úplnější, dostal se dál.“

Při četbě těchto citací si můžeme všimnout, že intervaly poukazují nejen na vzestupné rozdílly mezi sebou, nýbrž že každý jednotlivý interval představuje svět prožitků, souvislost sil a že s každým intervalem prožíváme zcela nové kvality. Že tyto prožitky a kvality nejsou náhodné, přechodné či subjektivní, nýbrž objektivní a všeobecné, lze ukázat na tom, že se hudebníci a milovníci hudby, kteří se intervaly podrobně zabývají, vyjadřují o stejných intervalech podobným způsobem.

Po popisech, týkajících se prožívání intervalů, by neměl být čtenáři upřen odkaz na vyjádření Rudolfa Steinera, která zachycují prožívání tónů a intervalů hlubším, duchovním způsobem. V přednášce z 1. ledna roku 1915, páté z cyklu *Umění ve světle moudrosti mystérií*, Rudolf Steiner doufá v budoucí hudební prožívání, které by dokázalo jít až za tón, a pozoruje tóny jako okna, kterými se vstupuje do duchovního světa:

„...že nás *chce prima* obrovskou vsávající silou protáhnout oknem tónu, nechat nás zcela zmizet v duchovním světě.“

„Když pronikáme *sekundou*, dostaneme se do světa, ve kterém, když dobře nasloucháme, zaznívají tiché, různě vysoké tóny, které nás utěšují ve chvílích slabosti.“

„...*tercií* nám vycházejí vstříc téměř přátelské tóny.“

„...zde vzniká nekonečná rozmanitost světa tónů.“

„Když *kvartou* pronikáme do duchovního světa, zjistíme, že vzpomínky na tóny, se kterými jsme žili, získávají stále jiná zbarvení, že se hned rozvíjejí do nejsvětější jasnosti a veselosti, hned klesají do nejhlubšího smutku, hned jsou slunečně světlé, hned se smutně ponořují až k hrobovému klidu.“

„*Kvinta* dává více subjektivní zkušenosti a zážitky... Může působit jako kouzelná hůlka, která z bezedných hloubek vyčarovává tajemství světa tónů.“

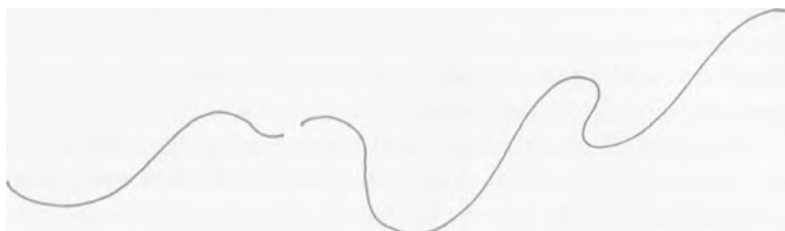
Nakonec uvádíme citát Rudolfa Steinera z první přednášky o „Zážitku tónů v člověku“:

„Neboť takový bude zážitek *oktávy*. Řekneme si: Když jednou zažiji své Já takové, jaké je na Zemi, v primě a potom ho zažiji ještě jednou takové, jaké je v Duchu, je to vnitřní důkaz Božího bytí.“ (Citace byly vybrány autorkou.)

Melodie, harmonie, rytmus

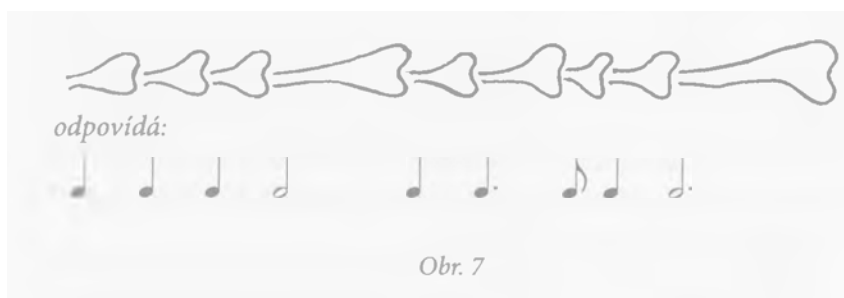
Na začátku kapitoly bylo zmíněno, že intervaly souvisejí se třemi základními jevy v hudbě: s *melodií*, *harmonii* a *rytmem*. Melodii tvoří intervaly svou plastickou silou při stoupání a klesání tónů, harmonii vzájemným působením - ať je to současně nebo po sobě - a konečně ovlivňují rytmické složení tím, že je každý interval charakterizován určitou délkou. Tak miluje např. kvarta chytlavou krátkost a kvinta naproti tomu dýchající délku. Charakter intervalů je na druhé straně velmi silně závislý na vnímání melodie, harmonie a rytmu hudebníka nebo skladatele.

Ačkoli se veškerá hudba odehrává ve středu duše, v cítění, má přece jen *melodie* určitou příbuznost s *myšlením*: řazení tónů, kdy jeden tón vychází z druhého; vývoj souvislé melodie v čase; přesahující dechové oblouky. - Je to jako červená nit, nit vědomí, která se vine hudbou. Graficky bychom ji mohli znázornit jako stoupající a klesající linii, např. takto:



Obr. 6

Na druhé straně nechává rytmus zaznít citěné impulsy *vůle*; a obzvláště poté, když je uchopen v taktu, je vyjádřen jeho vztah ke končetinám člověka: krok, puls, délka a důrazy vytvářejí dynamické vztahy, zážitky síly a činnosti. - Avšak žádná melodie neexistuje bez rytmu; síly tkvící v tónech vyžadují diferencovanou rytmiku; intervaly jsou výsledkem těchto vztahů a samy je utvářejí. Graficky se dá rytmus znázornit hůře než melodie - v notovém zápisu je vyjádřen kratší nebo delší notovou délkou, např.:



Obr. 7

Harmonie, střed a souzvuk jsou nejčistším *cítem* cítění, alchymií proměn a přeměn: akordů, nálad; durových a mollových změn; disonancí, jejich zrušení; šíře spojené s barvou zvuku; napětím a uvolněním.

Schematicky shrnuto, odpovídá: myšlení melodie cítění harmonie chtění rytmus

Dur a moll

Nejdříve předejme slovo Goethovi:

„Jsem tohoto přesvědčení: tak jako vzniká durový tón rozpínáním monády, působí i na lidskou přirozenost, činí ji objektem, popohání ji k činnosti, do dálky, na periferii. Podle stejného pravidla se chová mollový tón; pramení ze stažení monády a stejně tak shromažďuje, soustřeďuje, činí subjektem a dokáže objevit poslední skrýše, ve kterých se rád schovává nejmilejší zármutek.“

Při pohledu ze středu a podle harmonie jsou *moll* a *dur* v hudbě v jistém smyslu prapolaritou, tak jako nádech a výdech. V užším smyslu, jako akord a tón, se obojí konstituují z terciového prožívání (viz výše). Velká tercie směřuje hudební skladbu k durovému naladění, k výdechu a uvolnění; malá tercie oproti tomu drží duši v tělesné blízkosti, dává charakter nádechu: moll. - Avšak je třeba dodat, že intervaly - podle toho, jestli jsou vzestupné, nebo sestupné - mohou měnit svou kvalitu až k opačnému účinku. Praktická použití takových prvků jsou líčena v popisech konkrétních terapií. V nejširším smyslu se dá charakteristika dur a moll najít ve všem, co poukazuje na jedné straně na uvolňující, na straně druhé na svazující nuance. Ve velkých intervalech, stoupajících melodiích, v pomalých tempech, dlouhých tónech, v tichých zvucích se nachází durový a lehce exkarnující prvek. Oproti tomu mají opačné prvky více inkarnující a probouzející účinek, například krátké a hlasité tóny, rychlé, klesající melodie nebo malé intervaly.

Naproti sobě schematicky postavené by tyto kvality vypadaly takto:

durové uvolňující	mollově svazující
velké intervaly	malé intervaly
stoupající	klesající
pomalou	rychle
dlouhé tóny	krátké tóny
tiše	hlasitě

Musíme mít na paměti, že je hudba umění relací a že vždy závisí na *souvislosti*, ve které prvek působí; například může při určitém nahromadění jednoho prvku nastat „fenomén náhlé změny“. Vysvětlíme to na malém příkladu: představme si pomalou, plynulou hudbu - náhle zazní nějaké krátké a pevné tóny, které proberou a podnítlí. Když se oproti tomu delší čas hudba sestává ze samých krátkých tónů, může také uklidňovat, protože začínáme naslouchat v delších přesahujících se obloucích.

Neexistuje žádný hudební prvek, který by zároveň nemohl být *muzikoterapeutickým* prvkem. Ovšemže v muzikoterapii - a platí to tím více, čím má být cílenější a působivější - používáme prvky určitým archaickým nebo jednostranně zesíleným způsobem, stejně tak jednostranně redukovaným a někdy vědomě úsporným."

V souvislosti s vymezeným a rozšířeným pojmem dur a moll jsme narazili na polaritu, jako jsou

uvolňovat - svazovat
vydechnout - nadechnout
uklidnit - podnítlit, vzbudit
exkarnovat - inkarnovat

A ještě bychom mohli doplnit:

usnout - probudit se
zemřít - žít
aj.

Přítom se musíme ptát: Na jaké úrovni se nacházíme, když si všímáme jedné z těchto polarit? Kterého článku bytosti nebo kterých článků lidské bytosti se to týká?

Trojčlennost člověka

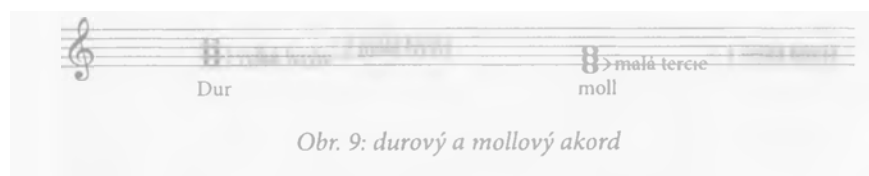
Nejpatrnější polarita na člověku je horní a dolní část, hlava a končetiny. Nahoře odpočívající *hlava* - manifestace života představ a smyslů na fyzickém základě nervové substance. Dole čilý a pohyblivý se *končetiny* - na fyzickém základě procesu látkové přeměny. Krátce řečeno - setkáváme se tu se dvěma systémy. Oba sice obsahují celého člověka, avšak lokalizovány jsou nahoře (nervově-smyslový systém), nebo dole (systém látkové přeměny a systém končetin). - Ve „středním“ člověku, kde můžeme rozpoznat fyziologický základ hudebního člověka, se nacházejí oba póly harmonickým způsobem vzájemně propletené: v *dýchání* a v *tlukotu* srdce. Zde zažíváme zprostředkující *rytmický systém*. Co v něm prožívá naše citění, může každý člověk sledovat pozorováním fenoménů, jako je sevření u srdce či jeho bušení, váznoucí dech, vzdychání, oddechnutí atd. Na místě spojení a dotyku „horního“ a „dolního“ člověka se ukazuje obzvláště zřetelně jeho současný stav a vztah k životu (viz dále v příkladech terapií). Dech člení pulsující proud krve do - hudebně řečeno - nadřazených frází. To, co je při zpěvu a při hraní na dechové nástroje nápadné a přímo slyšitelné díky dechu, se děje stejně tak u každého druhu instrumentální hudby. V jisté stylizaci se nachází idealizovaný poměr *pulsu* a *dechu*: v klasické hudbě: ve frázích vyplňujících čtyři takty. Mohli bychom říci: dech „krotí“ valící se krev. Příklad čtyřtaktového frázování:



Obr. 8: J. Haydn: Scherzo (úvodní takty)

Při zkoumání hudebních prvků v jejich souvislostech s naukou o člověku vycházejí někdy najevo podivuhodné a nanejvýš zajímavé *paradoxy*, které jsou velmi významné pro léčení hudbou. Např. díky pólu hlavy působí na jedné straně uklidňující a zpomalující princip, který umožňuje přehled a projevuje se v proudu dýchání a frázování. Pokud si naproti tomu všimneme duševní činnosti hlavy, zpozorujeme tíhnutí k jednotlivým bodům a k členění: důraz je kladen na jednotlivé tóny, plastické stavby melodií. - V pólu končetin působí především pohyb a čilý život, který žije v různých rytmech, různých druzích taktů, důrazů atd. Oproti tomu je duševní život v končetinách velmi nevědomý, spící a ukazuje se v metricky proudícím, stejnoměrně pulsujícím hudebním dění, které prozatím žádný důraz, tíži ani lehkost nezná.

Takové paradoxy v hudbě poukazují na to, že se tu stejně jako v živém organismu člověka setkáváme se *znějícím organismem*. To znamená, že v každé části je také zastoupen celek, což si můžeme ujasnit na snadno zapamatovatelném příkladu zobrazení durového a mollového akordu.



Základní durový akord tvoří velká tercie (typická durová tercie), doplněná tercií malou; obráceně je tvořen mollový akord - malou tercií (typickou mollovou tercií), kterou doplňuje tercie velká. Tak je v každé jednostrannosti vždy přítomen celek, ale pokaždé je v něm zdůrazněna jiná část.

V muzikoterapii se většinou jedná o vytvoření harmonického středu, tzn. místa, kde se setkávají duševní a životní síly: o *pružný pohyb duše dovnitř a ven na životaplíném základě*.

Sluch a zpěv

Že má *zpěv* pro muzikoterapii centrální význam, i když se nejedná o speciální terapii zpěvem, vyplývá z toho, že je zpěv nejpřírodnější a nejpůvodnější hudební nástroj člověka. (Ke zpěvu z pohledu nauky o člověku viz část „Terapie zpěvem“.) Instrumentální hra je tím úplnější, organičtější a krásnější, čím více je „zpívající“ hrou: když hudbu s předstihem vnitřně slyšíme a zpíváme, když jí vnitřně nasloucháme a duševně s ní dýcháme. *Sluch* úzce souvisí s tímto vnitřním zpěvem, stejně jako se zpěvem navenek slyšitelným: celé tělo, nejenom hrtan, se naslouchání účastní nejjemnějšími pohyby. Co zpívá druhý, takřikajíc zpívám a doprovázím pohybem i já. Asi to nespočívá jen ve fyzikálním fenoménu rezonance, nýbrž v procesu stavby a činnosti orgánů. Vyjádřeno anthroposofkou odbornou řečí, je to životní nebo-li étherné tělo, které v tomto procesu působí a je základem fyzicky viditelného těla jako neviditelná, velmi účinná, živá a pohybující se skladba sil, která jej udržuje. Na základě této skladby sil může dojít k působení muzikoterapie až dovnitř orgánů.

V průběhu poslouchání se zvuk postupně vysvléká ze svého fyzikálně-akustického pláště, dokud se nerozvine v čistě éterický, duševní a nakonec duchovní zážitek. Opakování cvičení nebo hudebních skladeb podporují aktivní rozvoj těchto možností.

Čtyřčlennost člověka

Na začátku jsme pozorovali přírodní říše a člověka. Zjistili jsme přitom, že se na fyzickém těle ukazuje příbuznost s minerálním světem, na životním se světem rostlin a na duševním s říší zvířat. Jako zcela specificky lidskou čtvrtou část bytosti můžeme nyní jmenovat duchovní činnost, to, co každý člověk nazývá svým „Já“. Tyto čtyři části bytosti se projevují v hudbě, stejně jako ve všech ostatních uměních: *fyzické tělo* ve všem, co v hudbě představuje *architektonický* princip, například v pevné struktuře taktu, ve stavbě akordů aj. *Životní tělo* se projevuje ve všem, co má více *plastický* charakter, jako v rytmu nebo v melodii. Duševní část člověka se uplatňuje ve všem, co je takřikajíc *malebné*, co můžeme v hudbě prožít jako barvy nebo jako hru světla a tepla, např. v barvách tónů, v harmonických náladách a rovněž určitým způsobem v intervalech, jak ještě uvidíme. - *Já* by se mělo v dobré hudbě vinout vším, ale jako princip vychází najevo ve formě hudby, tedy v celém pojetí kompozice.

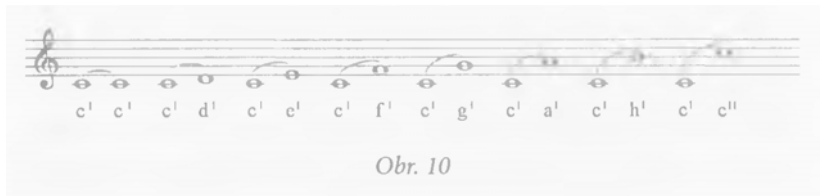
Intervaly ve stupnici

Abychom ucelili úvahy této kapitoly, můžeme se ještě jednou věnovat intervalům z širšího úhlu pohledu. Nejdříve jsme se na intervaly dívali jako na *posloupnost* duševních zážitků; především jako na sedm různých stupňů a k tomu na osmý, na oktávu:

- na prvním stupni se duše cítí inkarnována ve vlastním fyzickém těle
- na druhém stupni cítí, že je tělo oživeno
- na třetím stupni cítí sebe samu jako duši
- při dosažení čtvrtého stupně se probouzí bdělé a činné sebevědomí: kvarta je určitým způsobem duševním prožitkem Jáství
- poté následují pátý, šestý a sedmý stupeň, ve kterých duše prožívá, jak může Jáství překonat sebe samotné a stále více pronikat do duchovního světa

V dřívějších dobách - jak jsme uvedli výše - lidé prožívali zvláště velké intervaly, např. nonu, septimu aj., avšak zcela nevědomě, dětsky, samozřejmě a snivě. Člověk je prožíval zcela obklopen božským děním. Když budeme nyní nebo v budoucnu vnímat duševně-duchovní prožitky velkých intervalů, pak bude mít toto vnímání zcela jinou kvalitu: vědomě se vydáme do dimenzí, do kterých můžeme vrůst nekonečně hluboko a přitom se dozvídat stále něco nového. Vlastně je to dvojitý pohyb; hudebně vyjádřeno: čím vědoměji prožíváme sílu malých intervalů, tím zdravěji a jistěji můžeme vrůst do vyšších stupňů. - Tato poznámka se vztahuje především ke vzdělávání muzikoterapeuta; od pacienta samozřejmě nemusíme vyžadovat tak vysoký stupeň vědomí.

Každý prožitek intervalu může být určitým prostředkem ještě posílen. Není to náhoda, že náš současný systém tónů uznává (ještě stále!) tón „c“ jako *základní tón*; vlastně vztahujeme všechny tóny, ať je to vědomě či nevědomě, k tomuto základnímu tónu základních tónů. Kvalitu *primy* můžeme nejsilněji poznat na tónu „c“. Tomu odpovídajícím způsobem *sekundu* na „d“, *tercii* na „e“, *kvartu* na „f“, *kvintu*, *sextu*, *septimu* na „g“, „a“, „h“ a *oktávu* na vyšším „c“.



Prožitek ještě zesílíme přemístěním těchto tónů nebo intervalů do různých poloh oktávy. Nejsoučasnější, nejzpečnější a nejdůvěrnější je pro nás střední poloha oktávy, takzvaná „jednočárkovaná“ oktáva. V ní se obzvláště uplatňuje „f“ nebo kvarta. Tercii, sekundu a primu můžeme nyní nechat zaznít hlouběji v tzv. „malé oktávě“, v tzv. „velké“ oktávě a v „kontraoktávě“; kvintu, sextu a septimu můžeme nyní posunout výše do „dvoučárkované“, „tříčárkované“ a „čtyřčárkované“ polohy - tím do jisté míry zaslechneme „praob- raz“ stupnice:



Další systémy tónů jako pentatonika, chromatika, celotónový systém, hexatonika, septatonika a další systémy, postavené na přirozených tónech, požadují stejně tak intenzivní zkoumání a zpracování jako právě popsaný diatonický systém. V muzikoterapii se používají tyto systémy tónů stejně jako rozvinuté systémy a systémy, které je třeba rozvinout, a sice podle toho, v jakém stavu vědomí se pacienti nacházejí. Jednoduchým příkladem je používání pentatoniky u malých dětí, které jsou ještě ve snivém *stavu vědomí*.

Prožívání praobrazné sedmistupňovitosti nás může přivést na myšlenku o vývoji, kterou můžeme označit jako „*myšlenku metamorfózy*“. Díky ní komponujeme, improvizujeme, hrajeme nebo posloucháme hudební dílo, jako kdybychom zažívali, že se nás dotýká živá bytost, jejíž „biografii“ právě prožíváme. Tím, že skladatel, hráč nebo posluchač toto vnímá, ponořuje se svým Já do duševního proudu a vtiskuje duševní substanci *zákony Jáství*: v rozvoji jednoho motivu se vyvíjí celá skladba, která v něm byla obsažena podobným způsobem, jako zaznívá celý, budoucí, individuální život již v malém dítěti.

Určitý, jedinečný průběh jedné skladby se otiskuje v určité *formě*, která proudí z nadřazené, vyšší síly Já, takřkajíc ze síly oktávy. Skladba se vyvíjí v samých proměnách, přičemž ne *proměněné*, tzn. slyšitelné, nýbrž - když se to podaří - *proměňující* se se stává zážitkem: zákonitosti lidského „Já“, které jsou zákonitostmi „meziprostoru“, zákonitostmi tvoření a toho, co nelze slyšet vnějším sluchem.