

Οι ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΣΤΟ ΠΕΡΑΣΜΑ ΤΩΝ ΑΙΩΝΩΝ.

Γεωργιάδη Ελπίδα: Τ.Ε Νοσηλεύτρια Γ.Ν.Α “ΛΑΪΚΟ”, Μεταπτυχιακή φοιτήτρια Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ : Σκοπός τής εργασίας αυτής είναι να παρουσιαστούν οι θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής και το πώς αυτή επιδρά στις ψυχικές και σωματικές ασθένειες, στο πέρασμα των αιώνων, όπως αυτές παρουσιάζονται βιβλιογραφικά. Η μέθοδος που εφαρμόστηκε στην παρούσα εργασία είναι ανασκοπική, και το υλικό που περιλαμβάνεται σ’ αυτή αποτελείται από 6 άρθρα από τη διεθνή και 14 άρθρα από την ελληνική βιβλιογραφία, μέσ’ από τα οποία διαφαίνεται η χρησιμότητα της μουσικής ως θεραπευτικής μεθόδου στο πέρασμα των αιώνων, καθώς επίσης και ως θεραπευτικού μέσου στις μέρες μας.

Στην αρχαία Ελλάδα, χρησιμοποιούσαν τις επωδές για τη θεραπεία των ανθρώπων, των ζώων και για την αποτροπή των κακών και καταστροφικών καιρικών συνθηκών.

Στους Αιγυπτίους, οι φθόγγοι είχαν μαγική δύναμη.

Στους αφρικανικούς λαούς, επίσης, η μουσική έπαιζε σημαντικό ρόλο στις θεραπευτικές τελετές.

Σύμφωνα με την κοσμοθεωρία των Ελλήνων φιλοσόφων, η θεραπεία είχε την έννοια της αποκατάστασης της διαταραγμένης αρμονίας τού σώματος και της ψυχής. Στους κλασικούς χρόνους, όπως αναφέρει ο Χαρμίδης, θεραπεία για την κεφαλαλγία αποτελεί το φύλλο κάποιου φυτού, προσθέτοντας ότι «... κοντά στο φάρμακο είναι μερικές επωδές, τις οποίες αν απαγγείλει κανείς συγχρόνως παίρνει και το φάρμακο, αυτό τον θεραπεύει εντελώς. Χωρίς όμως τις επωδές, το φάρμακο καθόλου δεν ωφελεί...».

Από τον Σενέκα, πληροφορούμαστε πως ο Μαικήνας χρησιμοποιούσε τη μουσική για να αποβάλει από την ψυχή του το φόβο και να μπορέσει να κοιμηθεί.

Κατά την Αναγέννηση, εποχή σημαντικών κατακτήσεων στη φιλοσοφία, την τέχνη και την επιστήμη, σημειώθηκε πρόοδος και στην Ιατρική. Επίσης, ανανεώθηκε η μουσική, η οποία απέκτησε ανθρώπινη βιωματική υπόσταση και δυνατότητα έκφρασης.

Στο χώρο του Ισλάμ φαίνεται πως κυρίαρχη θέση κατέχει η πεποίθηση ότι το σώμα αποτελεί την κατοικία της ψυχής. Έτσι, μέχρι να ιαθεί η ψυχή, το σώμα θα εξακολουθεί να νοσεί.

Ός τις αρχές του 20^{ου} αιώνα, οι επιστήμονες δεν είχαν παρατηρήσει ούτε είχαν μελετήσει συστηματικά τις επιδράσεις τής μουσικής σε παραμέτρους της λειτουργίας του ανθρώπινου σώματος. Μόλις το 1950, δημιουργήθηκε η Αμερικανική Εταιρεία Μουσικοθεραπείας, η οποία αποτέλεσε τον πρώτο πυρήνα κλινικής εφαρμογής και έρευνας της μουσικοθεραπείας.

Λέξεις-κλειδιά: μουσική, θεραπεία, εναλλακτικές θεραπείες, νοσηλευτική.

Υπεύθυνος αλληλογραφίας:

Γεωργιάδη Ελπίδα

Ικαρίας 16

Αχαρνάι τ.κ 136-71

2102312398

e-mail: elpisgeo@miland.gr

THE THERAPEUTIC PROPERTIES OF MUSIC THROUGHOUT THE CENTURIES

Georgiadi Elpida, R.N. Postgraduate University Student, MSc, “Laiko” Hospital

Abstract: The aim of this review is to present the therapeutic properties of music and its effect on both mental and physical illness, throughout the centuries as it is presented in published studies.

Six articles from the international bibliography and fourteen articles from the Greek bibliography are reviewed in order to present the utility of music as a therapeutic method through the centuries and as an alternative healing method of nowadays.

Ancient Greeks used refrains for the healing of men and animals and to prevent difficult and disastrous weather phenomena.

Egyptians used to believe that musical notes hold magical powers.

In African culture; music has an important role in healing ceremonies.

According to the ideology of Greek philosophers the aim of healing is to restore the disturbed balance between body and soul.

In classical ages, as Harmidis says, the treatment of headache is consists of the using of leaves from a certain plant in combination with specific refrains. Without chanting those refrains the medicine is useless.

We are informed by the writing of Seneca that Maecena used music to eliminate fear so as to fall asleep.

In Renaissance, the era of conquers and philosophy, art and science, medicine was renewed and sow as music which gained human experienced basis and ability to express.

In Islam, the dominant belief is that body is the house of soul and therefore the body will keep on complaining until the soul is healed.

By the 20th century scientists have neither observed nor studied the effect of music in physiological parameters in the human body.

In 1950, the American Society of Music Therapy was founded and so it formed the first center of clinical implementation and research of music therapy.

Key words: music, therapy, alternative therapies, nursing

Corresponding Author

Georgiadi Elpida

16 Ikarias str

Aharnai 136-71,

Athens, Greece

Tel: +30 210-2312398

e-mail:elpisgeo@miland.gr

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Από την εποχή των αρχαίων Ελλήνων μέχρι σήμερα, οι φιλόσοφοι, οι ιστορικοί και οι επιστήμονες έχουν επισημάνει το ρόλο και την αποτελεσματικότητα της μουσικής στη θεραπεία πολλών νόσων που επηρεάζουν το σώμα και τον ψυχικό κόσμο. Ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης έκαναν αναφορές στην επίδραση που είχε η μουσική στην ίαση των ασθενειών αλλά και στη βελτίωση της συμπεριφοράς στον άνθρωπο¹.

Οι μύθοι και οι δοξασίες γύρω από τις θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής εμφανίζονται πριν από χιλιάδες χρόνια και παρουσιάζουν πολλά κοινά στοιχεία σε όλους τους αρχαίους πολιτισμούς.

«Sedare dolorem opus divinum est». «Η ανακούφιση του πόνου είναι θεϊκό έργο», αναφέρει μια αρχαία επιγραφή. Πραγματικά, η ανακούφιση του πόνου είναι ένα από τα σημαντικότερα επιτεύγματα του ανθρώπου από τότε που έκανε τα πρώτα του βήματα στον κόσμο των φαρμάκων. Όμως, πάντα θα υπάρχει το χάσμα μεταξύ της ιδανικής ανακούφισης του πόνου και της κλινικής πραγματικότητας στη διαχείρισή τους².

Όταν πριν 200 χρόνια ο W. A. Mozart έγραφε την όπερα ο Μαγικός Αυλός, δεν είχε φανταστεί πόσο προφητικός θα ήταν για το μέλλον της μουσικοθεραπείας, όταν επένδυε με μουσική τα λόγια του Tamino, που θα χρησιμοποιούσε τη δύναμη του αυλού για να απελευθερώσει την αγαπημένη του³.

Παρ' όλο που η μουσική θεωρούνταν ότι έχει θεραπευτικές ιδιότητες, αυτό δεν είχε συστηματικά παρατηρηθεί μέχρι τις αρχές του 20ου αιώνα. Στο πρώτο μισό του αιώνα, όμως, Αμερικανοί επιστήμονες δημιούργησαν μια σύνθετη επιστημονική ομάδα που αποτέλεσε τον πρώτο επίσημο φορέα κλινικής εφαρμογής και έρευνας της μουσικοθεραπείας⁴.

Στις μέρες μας, τα πορίσματα των ερευνών για τη θεραπευτική επίδραση της μουσικής σε ασθενείς

όλων των ηλικιών δείχνουν ότι η κατάλληλα επιλεγμένη μουσική συμβάλλει σε μεγάλο βαθμό στην απαλλαγή από τον πόνο, είτε αυτός είναι σωματικός είτε είναι ψυχικός⁵.

Η μουσική στην αρχαιότητα

Η έννοια της μουσικής στη θεραπεία είναι τόσο παλιά όσο και η μουσική. Ο πρωτόγονος άνθρωπος πίστεψε στην ύπαρξη τόσο κακών όσο και καλών πνευμάτων. Θεωρούσε ότι τα κακά πνεύματα, μεταξύ των οποίων και η ασθένεια, προκαλούν τις συμφορές του, ενώ τα καλά πνεύματα, την επέμβαση των οποίων επικαλείται ο μάγος-θεραπευτής της φυλής, τον απαλλάσσουν από τα παθήματά του. Στη διαδικασία αυτή, η μουσική έπαιζε το ρόλο της επικοινωνίας του θεραπευτή με τα πνεύματα. Απαραίτητη προϋπόθεση για τη θετική αποτελεσματικότητα ήταν η αμοιβαία πίστη, του μάγου στις ικανότητές του και του ασθενούς στη μαγική δύναμη του θεραπευτή και της τελετουργικής διαδικασίας^{6,7}.

Στους ιατρικούς αιγυπτιακούς παπύρους του 1500 π.Χ. (που ανακαλύφθηκαν το 1899), αναφέρεται η ευνοϊκή επίδραση της μουσικής στη γονιμότητα της γυναίκας. Οι Αιγύπτιοι θεωρούσαν ότι οι φθόγγοι είχαν μαγικές δυνάμεις. Οι φωνές των αντικειμένων είχαν ήχους. Μέσω αυτών οι άνθρωποι επικοινωνούσαν με τα φυσικά αντικείμενα. Μ' έναν ειδικό χορό, επίσης, κατεύναζαν το πνεύμα των νεκρών. Στη Μεσοποταμία συνέδεαν τα μουσικά διαστήματα με τις εποχές, οι οποίες ήταν ευεργετικές για τους ανθρώπους. Οι θεοί τους ήταν συνδεδεμένοι με ήχους όπως ο θεός Ea με τον ήχο του τυμπάνου balag, η παρθένα Ιστάρ λεγόταν και απαλή καλαμένια φλογέρα, ενώ ο συντροφός της Tammuz λεγόταν τρυφερή φωνή.

Στην Ινδία, η μουσική απεικόνιζε τη διάσπαση του κύκλου θάνατος-μετεμψύχωση. Για τους αφρικανικούς λαούς, επίσης, η μουσική έπαιζε σημαντικό ρό-



λο στις θεραπευτικές τελετές. Οι πρωτόγονοι λαοί πίστευαν ότι κάθε άνθρωπος έχει έναν ιδιαίτερο ήχο, που τον καθιστά ευάλωτο στη μαγεία. Όταν οι μάγοι-γιατροί ανακάλυπταν αυτό τον ήχο μπορούσαν να θεραπεύσουν τους ασθενείς τους⁸.

Η μετάβαση από τον πολιτισμό των τοτέμ στον κόσμο των θρησκευτικών δοξασιών, ήταν μια εξέλιξη που πήρε στην ανθρωπότητα χιλιάδες χρόνια. Ακόμη και σήμερα, γίνεται λόγος για άτομα που κατέχονται από το πνεύμα του κακού (δαιμονισμένοι). Ακόμα και σήμερα, παραμένει ευρέως διαδεδομένη η πεποίθηση ότι η αρρώστια δόθηκε στον άνθρωπο από το Θεό ως τιμωρία για τα αμαρτήματά του. Ενώ όμως οι αντιλήψεις για την ασθένεια και την αντιμετώπισή της έχουν αλλάξει στο πέρασμα των αιώνων, η αντίδραση του ανθρώπου στο ηχητικό-μουσικό φαινόμενο φαίνεται ότι παραμένει αμετάβλητη. Η μουσική επιστρατεύεται ως θεραπευτικό μέσο. Η παρουσία της στις θρησκευτικές τελετές είναι δεσπόζουσα, δεδομένου ότι θεωρείται δώρο θεού. Η χρησιμοποίηση π.χ. των επωδών για τη θεραπεία των ανθρώπων και των ζώων, την αποτροπή δύσκολων και καταστροφικών καιρικών συνθηκών, ήταν ευρέως διαδεδομένη στους αρχαίους Έλληνες^{6,7}.

Η επίδραση του ήχου πάνω στο σώμα ήταν γνώστη από την αρχαιότητα με διάφορους τρόπους. Οι διάφοροι παιάνες στο στρατό κατάφερναν να εμπνέουν το στράτευμα και να το οδηγούν σε νικηφόρες μάχες.

Η ιστορία του Ορφέα που αναζητούσε την Ευρυδίκη, κάνει γνωστό ότι το τραγούδι μπορούσε να ημερώσει μέχρι και άγρια θηρία⁹. Ο Ορφείας και οι Ορφικοί πρώτοι ανακάλυψαν τη θεία δύναμη της μουσικής που επενεργεί θεραπευτικά τόσο στους ανθρώπους όσο και στα ζώα. Με ύμνους καλούσαν τους θεούς να τους χαρίσουν υγεία και ευτυχία. Η μουσική αναφέρεται σε παρά πολλούς ορφικούς ύμνους. Τον πανβλεπτή μάκαρο Ήλιο, δεξιό γεννήτορα της αυγής, τον αποκαλούσαν «χρυσολούρη, κόσμου τον εναρμόνιον δρόμον ελκών», δηλ. αυτόν που έχει τη χρυσή λύρα και σύρει τον αρμονικό δρόμο του κόσμου⁸. Επίσης, αυλητή που διατρέχει το πυρ και καρποφόρο παιάν, δεσπότη του κόσμου, βοηθό όλων, δημιουργό των τεσσάρων εποχών του έτους, φως της ζωής που φανερώνει στους μνημένους την γλυκεία και ευχάριστη ζωή⁸. Ο Ηρακλής ήταν παλαιός θεός της ιατρικής. Οι Ορφικοί τον προσκαλούσαν με ύμνους: «Έλα μακάριε και φέρε μας όλα τα μαγικά φάρμακα των ασθενειών και βγάλε έξω τις καταστρεπτικές ασθένειες». Την Αθηνά αυτήν την πολυευτυχισμένη μητέρα των τεχνών την παρακαλούσαν να τους χαρίσει ειρήνη, ευτυχία και υγεία μ' ευτυχισμένες ώρες. Τον Απόλλωνα καλούσαν μακάριο Παιάν, που παρείχε την ευτυχία, με την χρυσή λύρα αρχηγό του χορού και ηγέτη των Μουσών, αγνό, συγκεραστή δια της αρμονίας της

παγκοσμίου μοίρας των ανθρώπων. Ο Βάκχος λέγεται ότι ενεφανίσθη στους ανθρώπους ως θεραπευτικό μέσο που καταπαύει τους πόνους και απολυτρώνει. Η Άρτεμις ήταν παλιά ιατρική θεότητα όπως φαίνεται εκ των Ορφικών ύμνων και μετά έγινε θεά του κυνηγιού⁸. Ο Ασκληπιός που παρουσιάστηκε από τον Όμηρο ως δεσπότης Παιάν. Αυτός που κατέπαυε τις βαριές ασθένειες και τον ολέθριο θάνατο, ισχυρό βλαστάρι του Απόλλωνος εχθρού των νοσημάτων. Ο Ασκληπιός σύμφωνα με την παράδοση απέκτησε τις πρώτες ιατρικές του γνώσεις κοντά στον Κένταυρο Χείρωνα, μετείχε στην αργοναυτική εκστρατεία και θεράπευε τους αργοναύτες όχι μόνο με φάρμακα, βότανα, έμπλαστρα, χειρουργικές επεμβάσεις αλλά και με επωδές, ακόμα χρησιμοποιούσε τη μουσική για τη θεραπεία των νευρώσεων^{8,2}. Ο Όμηρος περιγράφει πως στη διάρκεια ενός κυνηγιού, ο Οδυσσέας τραυματίστηκε από ένα αγριογούρουνο και οι «αγαπημένοι γιοι του Αυτόλυκου ασχολήθηκαν με τη φροντίδα και το δέσιμο της πληγής του έξοχου Οδυσσέα ...και συγκράτησαν το μαύρο αίμα με επωδές...»¹⁰.

Πυθαγόρας και Δημόκριτος

Σύμφωνα με την κοσμοθεωρία των Ελλήνων φιλοσόφων η θεραπεία είχε την έννοια της αποκατάστασης της διαταραγμένης αρμονίας του σώματος και της ψυχής, αντίληψη που δεν απέχει από τις σύγχρονες αρχές της ιατρικής. Η ρήση «νους υγιής εν σώματι υγιεί» εκφράζει επιγραμματικά την αμφίδρομη σχέση, την αλληλεξάρτηση, την ιδέα της αρμονίας του σύμπαντος, η οποία σύμφωνα με τους πυθαγορείους διεπόταν από την ανώτατη αρχή των αριθμών, αρχή που διέπει και τη μουσική¹¹. Στον Πυθαγόρα οφείλεται η ανακάλυψη των μαθηματικών αρχών που διέπουν τα βασικά μουσικά διαστήματα και η προέλευσή τους μέσω της διαίρεσης του μονόχορδου σε απλούς λόγους³. Καθώς μας πληροφορεί ένας από τους βιογράφους του Πυθαγόρα, ο Ιάμβλιχος, οι πυθαγόρειοι «χρησιμοποιούσαν και κατά τον υπόλοιπο χρόνο τη μουσική για την αποκατάσταση της υγείας και υπάρχουν κάποιες μελωδίες που αποκαθιστούν τα ψυχικά πάθη, τις απελπισίες και τους δυνατούς πόνους, τις οποίες (μελωδίες) επινόησε ως εξαιρετικά βοηθητικές, και άλλες πάλι για την οργή, τους θυμούς, και για κάθε παρέκκλιση της ψυχής που νοσεί». Αυτό σημαίνει ότι οι πυθαγόρειοι χρησιμοποιούσαν τη μουσική ως θεραπευτικό μέσο και ότι ορισμένες μελωδίες είχαν αποδειχθεί αποτελεσματικότερες στην καταστολή της αθυμίας, της επίμονης ανησυχίας και άλλες πάλι στον θυμό, την οργή και λοιπές ψυχικές διεγέρσεις. Οι πρακτικές αυτές βασίζονταν στην αντίληψη ότι ο κόσμος των ήχων και ο εσωτερικός κόσμος της ψυχής συνδέονται με μια μυστική συγγένεια και ότι η αρμονία της μουσικής προκαλεί μια αθέλητη συνηχήση της ψυχής, γεγονός που εξηγεί την επενέργεια



της. Σύμφωνα με τη μαρτυρία του Ιάμβλιχου, οι πυθαγόρειοι χρησιμοποιούσαν τη λύρα για τον ευγενικό της ήχο, ενώ θεωρούσαν ότι ο αυλός είχε πληθωρικό ήχο ιδανικό για γιορτές. Αντίθετα, ο Δημόκριτος συνιστούσε για τη θεραπεία πολλών ασθενειών τον αυλό, το όργανο που παλλόταν από τα ηχητικά κύματα, φερόταν σε απευθείας επαφή με το πάσχον μέλος του σώματος (για παράδειγμα, στην περίπτωση μιας ισχιαλγίας) και η δόνησή του μεταδιδόμενη στους μυς, επενεργούσε 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 και η δεύτερη (του Δημόκριτου) πηγάζει από τη φυσιοκρατική σκέψη. Και οι δύο θα φτάσουν ως τις μέρες μας και για να περιοριστούμε στον τομέα της μουσικοθεραπείας, θα αποτελέσουν δύο βασικές σχολές της: 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^{3,6,7}.

Πλάτων και Αριστοτέλης

Η πρακτική των επωδών θα περάσει στους κλασικούς χρόνους. Ο Χαρμίδης, στους Διαλόγους του Πλάτωνα, ρωτάει τον Σωκράτη αν γνωρίζει κάποια θεραπεία για την κεφαλαλγία, και εκείνος τού συνιστά το φύλλο κάποιου φυτού προσθέτοντας ότι «... κοντά στο φάρμακο είναι μερικές επωδές, τις οποίες αν απαγγείλει κανείς συγχρόνως παίρνει και το φάρμακο, αυτό τον θεραπεύει εντελώς. Χωρίς όμως τις επωδές το φάρμακο καθόλου δεν ωφελεί...»⁶.

Η παρατήρηση για την επίδραση της μουσικής δεν περιορίστηκε στα σωματικά πάθη, αλλά επεκτάθηκε και στο θυμικό του ανθρώπου. Ο Κέβης λέγει στο Σωκράτη: «Μάλλον δε, είναι σαν να μη φοβόμαστε εμείς οι ίδιοι αλλά σαν να υπάρχει μέσα μας κάποιο παιδί, το οποίο τα φοβάται αυτά. Τούτο λοιπόν (το παιδί) ως προσπαθήσουμε να το πείσουμε να μη φοβάται το θάνατο, ...Αλλά πρέπει, είτε ο Σωκράτης, να λέτε επωδές σ' αυτό κάθε μέρα, μέχρι να το απαλλάξετε ριζικά από τον φόβο»⁶.

Σύμφωνα με τον Άλβιν, αν ο Ιπποκράτης θεωρείται ο πατέρας της ιατρικής, ο Πλάτων και ο Αριστοτέλης πρέπει να αναγνωριστούν ως οι πρόδρομοι της μουσικοθεραπείας, με την έννοια ότι πρέσβευαν την ελεγχόμενη χρήση της μουσικής. Ο Πλάτων υποστη-

ρίζει: «Η αρμονία, η οποία έχει φορές (κινήσεις) συγγενείς προς τις περιφορές της ψυχής μας, έχει δοθεί από τις μούσες σ' εκείνον, ο οποίος τις συναναστρέφεται με φρόνηση όχι για να του χρησιμεύει για αλόγιστη ηδονή, όπως τώρα (νομίζεται), αλλά για να επαναφέρει σε τάξη και συμφωνία με τον εαυτό της την εκτός αρμονίας (ανάρμοστη) περιφορά της ψυχής μας». Ο Αριστοτέλης αναφέρει τα εξής: «Είναι φανερό ότι πρέπει να χρησιμοποιούμε όλες τις αρμονίες, αλλά όχι κατά τον ίδιο τρόπο. Τις πιο ηθικές για την εκπαίδευση, τις πιο ζωηρές και ενθουσιώδεις για ακρόαση. Αλλά την εκτέλεσή τους πρέπει να την αναλάβουν άλλοι. Οι εντυπώσεις που καταλαμβάνουν έντονα ορισμένες ψυχές αναπτύσσονται σε όλες (τις ψυχές) αλλά σε διαφορετικό βαθμό, όπως η συμπάθεια και ο φόβος, προσέτι δε ο ενθουσιασμός. Διότι μερικοί καταλαμβάνονται εύκολα από αυτό το συναίσθημα και τους βλέπουμε όταν υποβληθούν στην επίδραση θρησκευτικών μελωδιών, οι οποίες συναρπάζουν την ψυχή, να φτάνουν σε τέτοια ψυχική κατάσταση, όμοια με εκείνη όσων έχουν υποβληθεί σε ιατρική θεραπεία και ψυχικό καθαρό»⁷.

Ρωμαϊκή εποχή

Από τον Σενέκα, το δάσκαλο και σύμβουλο του Ρωμαίου αυτοκράτορα Νέρωνα, πληροφορούμαστε πως ο Μαικίνας χρησιμοποιούσε τη μουσική για να εκδιώξει από την ψυχή του τον φόβο ώστε να μπορέσει να κοιμηθεί. Στην Περί θυμού πραγματεία του, ο Σενέκας αναρωτιέται: «Ποιος δεν γνωρίζει ότι το μικρό κέρας και η τρομπέτα προκαλούν ψυχική διέγερση, ενώ τα νανουρίσματα γαληνεύουν την ψυχή και φέρνουν τον ύπνο»⁷.

Με την πτώση της ρωμαϊκής αυτοκρατορίας επικράτησαν οι θρησκευτικές αντιλήψεις. Η εμπιστοσύνη του αρχαιοελληνικού κόσμου στην αποτελεσματικότητα των επωδών υιοθετήθηκε διαμεσολαβημένη από τη χριστιανική πίστη. Οι απειλές και οι αφορισμοί των Πατέρων της Εκκλησίας δεν έφεραν αποτέλεσμα. Τους ιερείς-θεραπευτές διαδέχτηκαν οι εξορκιστές, οι επωδές αντικαταστάθηκαν από ξόρκια, φοβέρες, γητειές και τα παρόμοια. Αντίστοιχα, τη θέση των ονομάτων του ειδωλολατρικού πανθέου πήραν τα ονόματα διαφόρων αγίων. Το ότι η πίστη στη θεραπεία θεία χάρη τι πέρασε και στη χριστιανική θρησκεία αποδεικνύεται από το πλήθος των αγίων-ιατρών (Άγιοι Ανάργυροι, Παναγία η γιάτρισσα, η Αγία Παρασκευή θεραπεύτρια των ματιών κ.ά), τους τόπους προσκυνήματος (Τήνος, Παναγία Βλαχερνών), τα «τάματα». Διαχρονικά, είτε στις προχριστιανικές λατρείες και τελετές είτε στις παρακλητικές προσευχές, τις δεήσεις, τις λιτανείες, τις ειδικές λειτουργίες του χριστιανικού κόσμου, η μουσική συνοδεύει την ικεσία, τονώνει την πίστη στην εύνοια των θεών, στη συγχώρεση της αμαρτί-



ας και στη χάρη του θεού, υπαγορεύει το ρυθμό της ομαδικής προσευχής, λυτρώνει από την αίσθηση της μοναξιάς, δυναμώνει την πίστη στο θαύμα και στη σωτηρία της ψυχής και του σώματος· η κάθαρση του αρχαιοελληνικού δράματος μεταλλάσσεται σε εξαγνισμό δια της θείας λειτουργίας¹².

Η μουσική στην αναγέννηση

Κατά την Αναγέννηση, εποχή κατακτήσεων στη φιλοσοφία, την τέχνη και την επιστήμη, ανανεώθηκε η Ιατρική με την εκ νέου ανακάλυψη της ανατομίας από τον Αντρέα Βεζάλιους (μέσα 16ου αι.), η οποία άνοιξε νέους δρόμους, θέτοντας την ιατρική επιστημονική σκέψη σε αιτιολογική βάση. Όμοια ανανεώθηκε η μουσική, η οποία απελευθερώθηκε από την αποκλειστική σχέση της με τη λατρεία και απέκτησε ανθρώπινη βιωματική υπόσταση και δυνατότητα έκφρασης.

Το αρχαιοελληνικό ιδεώδες της αρμονίας σώματος και ψυχής απαντά στα συγγράμματα μουσικοθεωρητικών (Τζοφέρο Τσαρλίνο). Γιατροί, μουσικοί, «ερασιτέχνες» της μουσικής και της ιατρικής συμμερίστηκαν αυτό το ενδιαφέρον. Αρκετοί, μάλιστα, ανακάλυψαν τη θεραπευτική επίδραση της μουσικής χάρη στην παρατήρηση και την αυτοπαρατήρηση. Ο Ρόμπερτ Μπάρτον, που έπασχε ο ίδιος από μελαγχολία, καταγράφει τις παρατηρήσεις του στο σύγγραμμα «Ανατομία της Μελαγχολίας» (Οξφόρδη 1632). «Το άκουσμα της τρομπέτας, του ταχυδρομικού κόρνου, του χορευτικού τραγουδιού, ενός αγοριού που διασχίζει τα χαράματα τους δρόμους, όλα αυτά που μεταβάλλουν τη διάθεση, δίνουν ζωή και χαρά στον ασθενή που έμεινε άπνους όλη νύχτα».

Επίσης, ένας διάσημος χειρουργός του 16ου αιώνα, ο Αμπρουάζ Παρέ, συνιστούσε στους ασθενείς που επρόκειτο να χειρουργήσει, να κατανικούν το φόβο τους, παίζοντας με άλλους μαζί βιόλα ή βιολί, χωρίς βέβαια να απαιτούνται γνώσεις μουσικής⁷.

Στον κόσμο του μπαρόκ

Στη *musica pathetica* (μουσική των παθών) της εποχής του Μπαρόκ ανήκαν όλα τα είδη, οι μορφές και τα στυλ της μουσικής· η επενέργειά της θεωρούνταν ότι προκαλεί τα *passiones* (πάθη). Η *vis* (δύναμη) και η *efficaccia* (ενέργεια / αποτελεσματικότητα) που ενέχει η μουσική επενεργούν στον άνθρωπο, κι αυτό οφείλεται στην αναλογία που υφίσταται ανάμεσα στη *motus animae* (κίνηση της ψυχής) και τον *numerus harmonicus* (αρμονικός αριθμός). Η αναλογία αυτή συνιστά γέφυρα μέσω της οποίας επενεργεί η *musica pathetica*. Ένας από τους σημαντικότερους θεωρητικούς της εποχής του Μπαρόκ, ο Ατανάζιους Κίρχερ, συγγραφέας του περίφημου θεωρητικού συγγράμματος *Musurgia universalis* (Ρώμη, 1650), πρέσβευε ότι η δοσμένη

από το Θεό αρμονία σώματος, πνεύματος και ψυχής συγκροτεί τον άνθρωπο ως ένα μικρόκοσμο, που αποτελεί απεικόνιση και μέρος τού μακρόκοσμου και, όπως η *musica mundana*, διέπεται από την αρμονία της κοσμικής τάξης του Θεού. Ο γιατρός πρέπει να διατηρεί αυτήν την αρμονία (σπέρματα της προληπτικής ιατρικής). Εξαιρετικής σημασίας για την περαιτέρω εξέλιξη της μουσικοθεραπείας είναι η εξατομίκευση της εφαρμογής της. Ο Κίρχερ κάνει λόγο για τη συχνότητα *motus animae* του κάθε ατόμου, η οποία καθορίζεται από πλέγμα παραγόντων, όπως η φύση του, οι ηθικές επιδράσεις, η καταγωγή, το κλίμα. Η συχνότητα αυτή κυμαίνεται ανάλογα με την αντίδραση των «αεροτομών, μεταφορέων των συναισθημάτων της ψυχής και μεταδοτών εντολών του πνεύματος», οι οποίοι λειτουργούν ως χορδές, μεταδίδοντας τη δόνηση της *musica pathetica*¹³.

Μουσική και Ισλάμ

Στο χώρο του Ισλάμ φαίνεται πως κατέχει κυρίαρχη θέση η πεποίθηση ότι το σώμα αποτελεί την κατοικία της ψυχής, ότι οι πόνοι και οι ασθένειες του σώματος αποτελούν αντανάκλαση των πόνων και των ασθενειών της ψυχής. Έτσι, μέχρι να ιαθεί η ψυχή, το σώμα θα συνεχίσει να παραπονιέται. Αν και στην ισλαμική παράδοση θεωρείται δεδομένο ότι ο θεός είναι αυτός που γιατρεύει, στον ισλαμικό κόσμο, μεταξύ 9ου και 13ου αιώνα μ.Χ. και στο πλαίσιο της γενικότερης προόδου των επιστημών, παρατηρείται σημαντική καλλιέργεια και ανάπτυξη της Ιατρικής ως επιστήμης με όρους που (μεταγενέστερα) αντιλαμβάνεται και χρησιμοποιεί ο δυτικός κόσμος. Έτσι, δημιουργούνται πολλά σημαντικά ιατρικά κέντρα (τόσο για πνευματικές ασθένειες όσο και για άλλες παθήσεις), που περιλαμβάνουν ιατρικές σχολές και νοσοκομεία, στα οποία αναφέρεται η χρήση της μουσικής ως μέσον υποστήριξης της θεραπευτικής αγωγής των ατόμων. Η μουσική φαίνεται πως χρησιμοποιούνταν σε συνδυασμό με τη χορήγηση φαρμάκων και τη χρήση νερού ως ακούσματος (κελάρυσμα) και ως επαφής (λουτρό). Όμως, σήμερα, δεν είναι γνωστές οι αντιλήψεις ή οι υποθέσεις που υπήρχαν εκείνη την περίοδο στο χώρο της ισλαμικής Ιατρικής για τον ακριβή τρόπο δράσης της μουσικής ως μέσου ίασης¹⁴. Κατά το 1484, έχουμε πληροφορίες από ταξιδιωτικές αναμνήσεις του E. Celebi ότι η μουσικοθεραπεία εφαρμοζόταν στην Οθωμανική Αυτοκρατορία. Στο νοσοκομείο του Σουλτάνου Bayezit Β' υπήρχε ένα φωνητικό τρίο και ένα κουαρτέτο που έδιναν συναυλίες τρεις φορές την εβδομάδα, με σκοπό τη γαλήνευση των ασθενών⁸.

Σύγχρονη εποχή

Η ιατρική των νέων χρόνων κάθε άλλο παρά αγνόησε τις θεραπευτικές δυνατότητες της μουσικής. Βέ-



βαια, με την ανάπτυξη της θετικιστικής-φυσιοκρατικής-υλιστικής σκέψης, φαίνεται να επικρατεί μια τάση αποδέσμευσης ή απομάκρυνσης από τις φιλοσοφικο-ηθικές αντιλήψεις του αρχαιοελληνικού κόσμου· οι σωματικές ασθένειες αποδίδονται πλέον στην κακή λειτουργία των συστημάτων του οργανισμού, και οι διανοητικές, σε ποιοτικές και ποσοτικές διαταραχές του *spiritus animalis* (πνεύματος της ψυχής). Πάντως, και ο Λάμπνιτς μίλησε (εκλατινίζοντας του όρους!) για μια από πριν δοσμένη αρμονία σώματος και ψυχής και για την Τάξη (των πυθαγορείων), συνδυάζοντας τις απόψεις του με εκείνες του Κίρχερ περί «πνευμάτων» και με τις μουσικές γνώσεις της εποχής του. Στην πραγματεία του Η Μουσική ως φάρμακο, γράφει: «Οι κρούσεις του τυμπάνου, το μουσικό μέτρο, οι πτώσεις και οι παρόμοιες κινήσεις που συντελούνται σύμφωνα με το μέτρο και τον κανόνα, οφείλουν την ευχαρίστηση που προξενούν στην Τάξη. Η Τάξη αυτή διέπει επίσης τις έντεχνες κρούσεις και κινήσεις των παλλόμενων εγχόρδων, πνευστών και κρουστών οργάνων, που μεταφέρονται ομοίμορφα μέσω του αέρα και στη συνέχεια μέσω των ακουστικών οργάνων, προξενώντας μια αντήχηση που διεγείρει τα ζωικά μας πνεύματα»¹².

Στην επιχειρούμενη παρουσίαση της ιστορικής εξέλιξης των ιδεών σχετικά με τη μουσικοθεραπεία, όσον αφορά στην περαιτέρω πορεία της προς την κατάκτηση της θέσης της ανάμεσα στις επιστήμες της ιατρικής και της μουσικής είναι απαραίτητο να υπογραμμιστεί η σημασία των απόψεων που διατύπωσαν αντίστοιχα ο γιατρός Πάργκετερ (1760-1810) και ο Έκτορ Σομέ. Ο πρώτος κρίνει τη γνώση αυτής της επιστήμης ως απαραίτητη προϋπόθεση για την άσκηση της μουσικοθεραπευτικής αγωγής. Μόνον έτσι ο θεραπευτής είναι σε θέση να επιλέξει κατάλληλες μουσικές, όργανα και συνδυασμούς οργάνων που ταιριάζουν στο *pathos animi* (πάθος ψυχής). Συνεπώς, για τη μουσικοθεραπεία η μουσική είναι τέχνη και επιστήμη⁷.

Όσο για τον Σομέ, ήδη από τα μέσα του 19^{ου} αιώνα, έθετε τέτοιες προϋποθέσεις για τη χρησιμοποίηση της μουσικής ως θεραπευτικού μέσου, οι οποίες, παρ' ότι έχουν περάσει 150 περίπου χρόνια, δεν ξεπεράστηκαν διόλου. Αναφέρει ότι «πριν από τη χρησιμοποίηση της μουσικής με σκοπό την καταπολέμηση μιας ασθένειας, επιβάλλεται η μελέτη του τρόπου ζωής του ασθενούς, του χαρακτήρα του, της ιδιοσυγκρασίας του, των συνηθειών και των τάσεων του. Μόνον όταν ο γιατρός γνωρίζει όλες αυτές τις ιδιαιτερότητες του αρρώστου, είναι σε θέση να επιλέξει τις κατάλληλες μελωδίες, δίνοντας μεγάλη προσοχή στο ρυθμό, την τονικότητα και στα όργανα εκτέλεσης. Η επιλογή της κατάλληλης στιγμής, για την εκτέλεση του μουσικού κομματιού, (σ.σ. αρχή της σύγχρονης φαρμακευτικής αγωγής!) και η

σωστή αξιολόγηση της όλης ψυχοπνευματικής κατάστασης του αρρώστου, συνθέτουν το μυστικό αυτής της θεραπευτικής μεθόδου»¹²

Ωστόσο, ως τις αρχές του 20ου αιώνα, οι επιστήμονες δεν είχαν παρατηρήσει ούτε έχουν μελετήσει συστηματικά τις επιδράσεις της μουσικής σε παραμέτρους της λειτουργίας του ανθρώπινου σώματος. Κατά τον πρώτο και δεύτερο παγκόσμιο πόλεμο, η αξία της μουσικής ως θεραπευτικού μέσου φάνηκε ακόμη περισσότερο όταν πολλοί μουσικοί, επαγγελματίες ή ερασιτέχνες, πήγαιναν στα νοσοκομεία και με τη μουσική τους απάλυναν το σωματικό και ψυχικό πόνο των τραυματισμένων και των βετεράνων. Με βάση τα ιστορικά δεδομένα και τις εμπειρίες, αναγνωρίστηκε σταδιακά και θεμελιώθηκε η αξία της μουσικοθεραπείας. Ως αποτέλεσμα, από το 1944 στις Ηνωμένες Πολιτείες άρχισαν να εφαρμόζονται τα πρώτα προγράμματα εκπαίδευσης μουσικοθεραπευτών. Οι μουσικοθεραπευτές, εκτός από τις βασικές μουσικές δεξιότητες, μαθαίνουν να εφαρμόζουν διάφορες τεχνικές με βάση τη μουσική, το τραγούδι και το ρυθμό, για να προσφέρουν θεραπευτική ψυχαγωγία και να απαλύνουν τον ψυχικό ή σωματικό πόνο σε διάφορες ομάδες ασθενών.¹

Το 1950, δημιουργήθηκε η Αμερικανική Εταιρεία Μουσικοθεραπείας, η οποία αποτέλεσε τον πρώτο πυρήνα εφαρμογής και έρευνας της μουσικοθεραπείας. Σ' αυτό το σημείο πρέπει να αναφέρει κανείς ότι η ίδρυση της εταιρείας αυτής βασίστηκε σε μία απλή κλινική παρατήρηση που έδειχνε ότι, σε νοσοκομεία των Η.Π.Α. στα οποία νοσηλεύονταν τραυματίες βετεράνοι του Β' Παγκόσμιου πολέμου, η ανάρρωση των ασθενών ήταν ταχύτερη σε θαλάμους στους οποίους υπήρχε «ζωντανή μουσική» σε σχέση με θαλάμους χωρίς μουσική¹⁴.

Την τελευταία δεκαετία, με την πρόοδο της μαγνητικής τομογραφίας και την εμφάνιση της τομογραφίας εκπομπής ποζιτρονίων, έχει καταστεί δυνατή η εξονυχιστική μελέτη των επιδράσεων της μουσικής στον ανθρώπινο εγκέφαλο. Τα συμπεράσματα έχουν κινητοποιήσει πολλούς κλινικούς γιατρούς σε διάφορες ειδικότητες, που χρησιμοποιούν τη μουσικοθεραπεία ως συμπληρωματικό θεραπευτικό μέσο⁴.

Το πόσο σύγχρονη είναι η ιδέα της χρησιμοποίησης της μουσικής για την κατανίκηση του φόβου, αποδεικνύεται από τη σχετικά πρόσφατη πειραματική εφαρμογή της στο τμήμα Αναισθησιολογίας του νοσοκομείου για τραυματίες αθλητές της γερμανικής πόλης Λίντενσαϊντ. Εκεί η εφαρμογή μουσικοθεραπευτικών προγραμμάτων σε επτά χιλιάδες ασθενείς απέδειξε πως η απαιτούμενη δόση φαρμάκων κατά το στάδιο της προετοιμασίας για την εγχείρηση μπορούσε να μειωθεί, έστω και στο ήμισυ της συνήθως χορηγούμενης, χάρη στην αγχολυτική επίδραση της μουσικής, χωρίς να παρατηρηθούν συμπτώματα



επιδείνωσης των κλινικών- φυσιολογικών δεικτών¹⁵.

Επίσης, από μελέτες που έχουν πραγματοποιηθεί στο εξωτερικό έχει βρεθεί ότι η χρήση της κατάλληλης μουσικής μειώνει το προεγχειρητικό άγχος, καθώς και το άγχος των ασθενών που νοσηλεύονται.⁴ Επίσης μειώνει τις αναπνοές και τους καρδιακούς παλμούς σε ασθενείς που νοσηλεύονται σε μονάδες¹⁶. Η μουσική βοηθά στο να απαλύνεται ο πόνος και οι επιπλοκές από τις θεραπείες στις οποίες υποβάλλονται οι καρκινοπαθείς. Οι ασθενείς που υποβάλλονται σε μεταμόσχευση μυελού των οστών, όταν υποβάλλονται σε μουσικοθεραπεία, παρουσιάζουν λιγότερο συχνά ναυτίες, εμετούς και πόνο. Μάλιστα, φαίνεται ότι η μουσικοθεραπεία αυξάνει την ταχύτητα με την οποία αναδημιουργείται ο μυελός των ασθενών μετά τη μεταμόσχευση. Αυτό συμβάλλει στην ταχύτερη ανάρρωση των ασθενών και στη μείωση του κινδύνου να παρουσιάσουν σοβαρές μολυσματικές και αιμορραγικές επιπλοκές.¹⁷ Σε ασθενείς με νεοπλασίες τελικού σταδίου, οι οποίοι είναι φορτισμένοι συναισθηματικά, η μουσικοθεραπεία παίζει σημαντικό ρόλο στη συναισθηματική τους αποφόρτιση.¹⁸ Τέλος, από την εφαρμογή της μουσικοθεραπείας στα παιδιά που είναι οι πιο δύσκολοι ασθενείς, και ιδιαίτερα σ' αυτά που είναι αναγκασμένα να νοσηλεύονται σε νοσοκομείο για μεγάλο διάστημα, διαπιστώθηκε ότι η μουσική είναι μια ευχάριστη και ταυτόχρονα θεραπευτική ενασχόληση^{19,20}.

Η μουσική μπορεί να χρησιμοποιηθεί για χαλάρωση και μείωση του στρες όχι μόνο από ασθενείς αλλά και από υγιή άτομα. Κατά την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, η μουσικοθεραπεία έχει επίσης ευνοϊκά αποτελέσματα. Στα νοσοκομεία μπορεί να χρησιμοποιηθεί για διάφορες ηλικίες ασθενών και για διάφορες παθήσεις. Τα άτομα με ειδικές ανάγκες, οι ασθενείς με Αλτσχάιμερ, τα άτομα με εγκεφαλικά προβλήματα, καθώς και τα άτομα τρίτης ηλικίας μπορούν να επωφεληθούν ουσιαστικά από τις διάφορες μορφές μουσικοθεραπείας⁵.

Για να επωφεληθεί ένας ασθενής από τη μουσικοθεραπεία, δε χρειάζεται να έχει ιδιαίτερες μουσικές ικανότητες. Επίσης, δεν υπάρχει ένα είδος μουσικής το οποίο είναι πιο αποτελεσματικό από ένα άλλο. Όλα τα είδη μουσικής μπορούν να χρησιμοποιηθούν και να είναι αποτελεσματικά στη βελτίωση της ζωής κάποιου ασθενούς. Οι προτιμήσεις του ασθενούς, οι εξατομικευμένες συνθήκες και οι απαιτήσεις της θεραπείας θα καθορίσουν το είδος της μουσικής και τις τεχνικές της μουσικοθεραπείας που θα εφαρμοστεί στην κάθε περίπτωση ο θεραπευτής. Συνήθως, οι μουσικοθεραπευτές αξιολογούν τη συναισθηματική και σωματική κατάσταση του ασθενούς, όπως επίσης και το επίπεδο επικοινωνίας που αυτός έχει¹⁷.

Συμπεράσματα

Όπως φαίνεται από τη βιβλιογραφική ανασκόπηση, οι θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής είχαν παρατηρηθεί από την αρχαιότητα και ήταν μάλιστα διαδεδομένες σε όλους τους αρχαίους λαούς. Ωστόσο, ως τις αρχές του 20ου αιώνα, οι επιστήμονες δεν είχαν παρατηρήσει ούτε είχαν μελετήσει συστηματικά τις επιδράσεις της μουσικής σε παραμέτρους της λειτουργίας του ανθρώπινου σώματος. Μόλις το 1950, δημιουργήθηκε η Αμερικανική Εταιρεία Μουσικοθεραπείας, η οποία αποτέλεσε τον πρώτο πυρήνα εφαρμογής και έρευνας της μουσικοθεραπείας.

Μετά τη δημιουργία αυτής της εταιρείας, έχουν γίνει στο εξωτερικό πολλές μελέτες για τις θετικές επιδράσεις της μουσικής, οι οποίες έχουν δώσει πολύ καλά αποτελέσματα ως προς τη μείωση του άγχους, του φόβου, του πόνου. Ακόμα και η ναυτία και εμετός σε ασθενείς που υποβάλλονται σε χημειοθεραπεία έχει παρατηρηθεί ότι μειώνονται με την εφαρμογή της μουσικοθεραπείας. Η μουσικοθεραπεία, όμως, δε βοηθάει μόνο τα άτομα που νοσούν αλλά και τα υγιή άτομα, μειώνοντας το άγχος και το στρες τους.

Η μουσική που θα προτιμηθεί δεν είναι συγκεκριμένη. Κανένα είδος μουσικής δε θεωρείται αποτελεσματικότερο από τα άλλα. Η επιλογή της μουσικής εξαρτάται από τις μουσικές προτιμήσεις των ασθενών, καθώς και από τις εξατομικευμένες συνθήκες και απαιτήσεις της θεραπείας. Με βάση αυτά τα κριτήρια, ο θεραπευτής θα διαλέξει ποια μουσική είναι κατάλληλη σε κάθε περίπτωση.

Βιβλιογραφία

1. Άρθρα από το διαδίκτυο: Μουσικοθεραπεία: Ο ρόλος και η σημασία της. <http://www.medlook.net>. 19/1/2006.
2. Hatice Ture , Uger Ture, F.Yilmaz Gogus, Anton Valavanis, M. Gazi Yasargil. The Art of Alleviating Pain in Greek Mythology. Neurosurgery, Volume 56, Number 1, January 2005, 178-186.
3. Δρίτσας Θ. Οι θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής. Ο αυλός του Πάνα στο φως της σύγχρονης τομογραφίας. Διάλεξη στο Μέγαρο Μουσικής Αθηνών, 2002.
4. David Evans. The effectiveness of music an intervention for hospital patients: a systematic review. Journal of Advanced Nursing, 37 (1), 2002, 8-18.
5. Medlook. Μουσικοθεραπεία. Ο ρόλος και η σημασία της μουσικής. Άρθρο, <http://www.google.com>, 2002.
6. Ταμπάκη Κ, Ταμπάκης Θ. Μουσικοθεραπεία από την εμβρυϊκή περίοδο. Άρθρο, <http://www.achive.gr>, 2005.
7. Κώστιος Απόστολος. Μουσικοθεραπεία ανά τους αιώνες. Άρθρο, <http://kathimerini.gr>, 2004
8. Κοψαχείλη Ι. Στέλιου. Η Μουσικοθεραπεία στην αρχαία Ελλάδα, Αριστοτέλης και Μουσικοθεραπεία και



η σύγχρονη πορεία της επιστήμης. Εκδόσεις ΜΑΙΑΝ-ΔΡΟΣ, Θεσσαλονίκη, 1996,σελ 48

9. Παπαδόπουλος Α. Μουσικοθεραπεία. Εκδόσεις Πήγασος, Θεσσαλονίκη, 2000.
10. Ομήρου Οδύσσεια. Ομηρικά Έπη, ραψωδία, τ, στίχοι 480-484. Εκδόσεις ΟΕΔΒ, Αθήνα.
11. Δρίτσας Θ. Η μουσική ως φάρμακο (I). Άρθρο, <http://kathimerini.gr>, 2004
12. Κώστιος Απόστολος. Απ' τις επωδές στα ξόρκια. Άρθρο, <http://kathimerini.gr>, 2004
13. Κώστιος Απόστολος. Στον κόσμο του Μπαρόκ. Άρθρο, <http://kathimerini.gr>, 2004.
14. Μαυρομάτης Γιώργος. Ισλάμ, μουσική και ίαση. Άρθρο, <http://www.kathimerini.gr>, 2004.
15. Δρίτσας Θ. Η μουσική ως φάρμακο. Αθήνα:Info health, 2003.
16. Jeanine Young-Mason. Music Therapy: A Healing Art. Clinical Nurse Specialist. Volume 16, Number 3, 2002.
17. Medlook. Μουσικοθεραπεία. Η μουσικοθεραπεία και η μεταμόσχευση μυελού των οστών. Άρθρο, <http://www.google.com>, 2003.
18. Russell E. Hialliard. The effects of music therapy on the quality and length of life of people diagnosed with terminal cancer. Journal of Music Therapy, XL (2), 2003, 113-137.
19. Maru E. Barrera Mary H. Rykov, Sandra L. Doule. The effects of interactive music therapy on hospitalized children with cancer: a pilot study. Psycho-Oncology 11, 2002.
20. Alexander Molassiotis, Denise Cubbin. 'Thinking outside the box: complementary and alternative therapies use in paediatric oncology patients. European Journal of Oncology Nursing (2004) 8, 50-60.

