

Świat udomowiony – rozważania na temat kreatywności w ujęciu muzykoterapii Nordoff Robbins

Prawo do kreatywności

Kreatywność jest pojęciem problematycznym. Pozwalam sobie na takie stwierdzenie z dwóch powodów. Pierwszym jest powszechne utożsamianie w kulturze Zachodu kreatywności z nowatorstwem i oryginalnością (Clarke 2005). Krytycy i znawcy posługują się miarą kreatywności, oddzielając twórców wybitnych od przeciętnych, artystów od amatorów. Niepowtarzalność jest w cenie. Kreatywność jako wartość „kultury wysokiej” staje się domeną elit i alternatywą dla mas. Twórcy dążą do oryginalności, są bowiem świadomi, że indywidualizm jest często warunkiem ich sukcesu. Tak postrzegana kreatywność to cecha ekskluzywna.

Rzecz ma się podobnie z pojęciem muzykalności. W świecie muzyki przyjęło się mówić o muzykalności jedynie w odniesieniu do wykonawców o szczególnych predyspozycjach muzycznych. Określenia takie, jak talent, kreatywność, zdolność przypisywane są nielicznym, co przyczynia się do utrzymywania wciąż dość sztywnego podziału na wykonawców i publikę (Small 1998). Dla pierwszych muzyka staje się materiałem twórczym i kreatywnym procesem osobistego wyrazu; dla drugich – produktem (płytą, koncertem, klipem), którego są najczęściej biernymi odbiorcami. Przekonanie o rzekomej „niemuzykalności” osób spoza kręgów muzycznych zdążyło głęboko zakorzenić się w społeczeństwie. Wątpliwej przyjemności wczesne doświadczenia muzyczne utwierdzają w przekonaniu, że „bez słuchu” grać i tworzyć nie wypada. Na jego podstawie zwykło się odmawiać sobie prawa do aktywnego udziału w muzyce, rezerwując rolę wykonawcy i twórcy jedynie dla biegłych w sztuce. Okazuje się, że kultura może nie tylko – jak przyjęło się uważać – wspierać rozwój człowieka w różnych sferach jego życia, ale stać się także wpływowym narzędziem utrzymywania stereotypowego podziału społecznego, zarówno w kręgach muzycznych, jak i poza nimi (Daykin 2005).

Problemów przysparza również sama definicja słowa. Co właściwie jest wyznacznikiem kreatywności? Dzieło, proces jego powstawania, doświadczenie twórcy czy odbiorców jego pracy? Można pokusić się o ilościowy pomiar stopnia innowacyjności dzieła, jednak obiektywizując sztukę w ten sposób, pomniejszamy wartość subiektywnego doświadczenia obcujących z nią osób.

W odpowiedzi na taką hierarchizację świata sztuki pojawiły się nurty, które w centrum doświadczenia stawiały nie dzieło a wydarzenie, którym był proces jego powstawania. Z samego założenia zaczęły zacierać granicę pomiędzy wykonawcą a odbiorcą, znawcą a laikiem, sztuką i życiem (Block 2013). Wydarzenia i performanse muzyczne z udziałem publiczności wymagały kreatywnej postawy także od widzów. Nie wiązało się to tyle z minimalizowaniem umiejętności doświadczonych twórców, co z upowszechnianiem i promowaniem aktywnego uczestnictwa w życiu kulturalnym szerszej grupie odbiorców. Szczęśliwie, temat dostępności i czynnego udziału ogółu w szeroko pojętej kulturze poruszany jest coraz częściej. Sztuka partycypacyjna, sztuka społecznie zaangażowana, upodmiotowienie przez sztukę – popularyzacja przytoczonych postaw i nurtów kulturalno-politycznych wskazuje na trendy sprzyjające trwającemu od jakiegoś czasu procesowi demokratyzacji kultury (patrz: Ansdell 2002; Malzacher, Herbst 2018; Pavlicevic, Ansdell 2004; Stige i in. 2010).

Rozdział nie jest w żadnej mierze próbą rozprawienia się z obszernym zagadnieniem hegemonicznego podejścia do kreatywności czy stworzenia jej wyczerpującej definicji. Jest raczej formą refleksji na temat roli muzyki jako terapii w rozwoju kreatywnego potencjału człowieka oraz w utrzymaniu jego prawa do twórczości, niezależnie od posiadanego doświadczenia muzycznego, konwencjonalnie postrzeganej muzykalności czy sprawności intelektualno-ruchowej. Muzykoterapia przedstawiona jest jako sposób na upowszechnianie kultury, w którym przywilej do muzykowania przysługuje każdemu z tytułu wrodzonej predyspozycji do kreatywności. Rozumiana w ten sposób kreatywność nie jest kryterium społecznej klasyfikacji, a podstawą do budowania poczucia zbiorowej przynależności. Punktem wyjścia do rozważań będą teorie dotyczące „pierwotnej kreatywności” (Winnicott 2011) i „wewnętrznej muzykalności” (Nordoff, Robbins 2007).

„Kreatywność pierwotna”

Istotę kreatywności w rozwoju i zdrowym funkcjonowaniu człowieka opisał brytyjski pediatra i psychoanalityk Donald Winnicott. Wprowadził pojęcie twórczości jako właściwości życia związanej z poszukiwaniem własnego Ja. Według Winnicotta obraz własnej osoby budujemy jedynie w relacji z otaczającym nas światem. „Kreatywność pierwotna” albo „twórczość pierwotna” (*primary creativity*) jest postawą, umiejętnością nawiązywania relacji z rzeczywistością zewnętrzną, czyli tym, co znajduje się wokół, poza Ja. Na każdym etapie życia – zarówno w dzieciństwie, jak i w dorosłości – zabawa jest warunkiem niezbędnym do bycia twórczym, do „odnalezienia siebie w efektach swych twórczych

doświadczeń” (Winnicott 2011: 83). Twórczy stosunek do otaczającego świata jest potwierdzeniem naszej obecności w nim, stwierdzeniem: „Oto jestem”. Kreatywność w rozumieniu Winnicotta nie jest zawężana jedynie do pojęcia aktu twórczego dla celów artystycznych, lecz jest **pierwotnym** impulsem mobilizującym nas do wejścia w reakcję z otoczeniem (wieloznaczność tego słowa jest szczególnie wymowna: (a) inicjalny – wyjściowy, (b) odwieczny, a także (c) naturalny – wpisany w istotę ludzką).

W gruncie rzeczy, kreatywność wpisana jest w działalność człowieka, jest śladem, który po sobie pozostawiamy i rysem charakterystycznym ludzkości. Analogicznie, bierność lub wyciszenie kreatywnego potencjału są podstawą choroby i ograniczających nasz rozwój zaburzeń (Pavlicevic 1997; Verney, Ansdell 2010). Nieumiejętność zabawy porównać można z brakiem kierunku, bezruchem, a więc – jako że początkiem dźwięku jest ruch-wibracja – **ciszą**. To słowo przywodzi na myśl wypowiedź Evelyn Glennie¹ – prawie całkowicie głuchej wirtuozki perkusji: „W istocie wiemy, że wszystko, co nas otacza, brzmi. [...] Przeciwnością dźwięku z pewnością nie jest cisza. [...] Zastanawiam się, czy nie jest to coś bardziej statycznego, coś niknącego. [...] Jedynym słowem, jakie przychodzi na myśl, jest śmierć” [tłum. własne].

„Brzmie, więc jestem” – podobne przesłanie odnajdujemy w książkach autorstwa muzykoterapeutów, dla których proces aktywnego tworzenia muzyki jest istotą terapii: „Muzykalność to kreatywność, a kreatywność jest w naturalny sposób terapeutyczna, ponieważ odpowiada na podstawowe potrzeby człowieka: zdobywania nowych doświadczeń, nowych wzorców, nowych znaczeń; swobody, elastyczności i spontaniczności w działaniu” [tłum. własne] (Ansdell 1995: 103).

Kreatywność-muzykalność staje się więc synonimem sił witalnych, naturalną własnością procesów życiowych. Tworzyć, czyli powoływać do życia – dzieło, ideę, teorię, środowisko – to, innymi słowy, podtrzymywać bieg kolejnych zdarzeń. Muzykalność, w znaczeniu, w jakim opisuje ją Ansdell, nie oznacza cechy jednostki wynikającej z jej szczególnych uzdolnień muzycznych czy muzycznego doświadczenia.

Tak, jak w przypadku pojmowania kreatywności przez Winnicotta, która jest zależnością pomiędzy człowiekiem a otaczającym go światem, muzykalność opisana jest jako relacja człowieka z muzyką. W tej perspektywie odnosi się do bardziej ogólnych przymiotów człowieka. Właściwości słyszalne w grze uczestników sesji – elastyczność, sztywność; napięcie, rozluźnienie; wyobraźnia, mechaniczność – są jednocześnie wyrazem kształtu

¹ Wypowiedź Glennie w filmie „Touch the Sound” (2004).

naszej osobowości, naszej „kreatywności emocjonalnej” (tamże: 106). Praca muzykoterapeutyczna angażuje więc człowieka w całą jego muzykalność i kreatywności rozumianych nie w sposób ekskluzywny, a holistyczny – związany z jego intelektualnym, emocjonalnym, fizycznym i duchowym wymiarem funkcjonowania.

Muzykoterapia kreatywna

Należy wspomnieć, że piszę ten rozdział z perspektywy muzykoterapeutki kształconej w podejściu Nordoff–Robbins zwanym inaczej „muzykoterapią kreatywną” lub „muzykoterapią kreacyjną” (*creative music therapy*) (Nordoff, Robbins 2007a; Nordoff, Robbins 2007b). Nazwa podejścia jest kolejną odsłoną pojęcia kreatywności, tym razem w kontekście muzykoterapeutycznym. Epitet zawarty w nazwie nie sugeruje bynajmniej, że muzykoterapeuci Nordoff i Robbins traktują go na wyłączność. Podkreśla natomiast kluczową rolę kreatywnego procesu w terapii polegającej na udziale w aktywnej grze lub śpiewie. W muzykoterapii Nordoff Robbins nacisk kładzie się przede wszystkim na doświadczenie własnej kreatywności – swobody wyrazu i umiejętności odnajdywania się w różnorodnych rolach względem innych członków zespołu. To proces kształtowania własnej osoby zachodzący jednocześnie na poziomach intra- i interpersonalnym. Na rozwój terapii wpływ ma nie tylko relacja pomiędzy uczestnikami a muzyką, ale także relacja pomiędzy samymi grającymi. W przypadku osób, które ze względu na niepełnosprawność, chorobę lub status społeczny mierzą się z osobistymi lub środowiskowymi ograniczeniami, zakres muzycznych doświadczeń, które mogą stać się ich udziałem jest węższy, a w skrajnych sytuacjach nikły. Rolą terapeuty jest wówczas towarzyszyć uczestnikom w odkrywaniu ich potencjału do autonomii, wyobraźni, elastyczności i aktywności społecznej. W ujęciu terapeutycznym kreatywność to twórcza postawa wobec życia, która – co ważne – niekoniecznie wiąże się z eliminacją ograniczeń czy choroby. Aigen nazywa ją „możliwością optymalnego funkcjonowania wobec traumy, zmian i wyzwań” [tłum. własne] (Aigen 2014: 235). Ansdell z kolei odnosi się do greckiej etymologii słowa, posługując się określeniem „spełnienie” (ang. *fulfillment*), czyli wypełnianie potencjału uczestników na miarę ich możliwości (Ansdell 1995: 103).

W odróżnieniu od podejść w muzykoterapii, których rozwój opiera się na werbalnej analizie sposobów bycia i gry uczestników sesji, proces terapii Nordoff Robbins dokonuje się w samym akcie tworzenia muzyki. Kierunku terapii nie determinują cele pozamuzyczne, takie jak usprawnienie ruchu, mowy czy nabywanie umiejętności społecznych. Dążenie do nich może być rzeczą wtórną, jednak nie są one konieczne do potwierdzenia zasadności terapii.

Cele terapeutyczne to cele muzyczne. Wartości estetyczne płynące ze wspólnego tworzenia muzyki stają się powodem, dla którego uczestnicy przychodzą na terapię. Doświadczenie własnej działalności jest wówczas okazją do rozwijania kreatywnej postawy wobec świata, ludzi, muzyki, sposobnością do wypełniania swojego twórczego potencjału: „dla wielu klientów muzykoterapii proces terapeutyczny polega na przekształcaniu gry niemuzycznej w muzyczną i tym samym przewyciężaniu samoograniczających schematów sztywności, izolacji i depresji” [tłum. własne] (Aigen 2014: 49).

„Wewnętrzna muzykalność”

Koncepcja „wewnętrznej muzykalności” (ang. *inner musicality*) odgrywa kluczową rolę w podejściu Nordoff Robbins (Nordoff, Robbins 2007). Pierwotna jej wersja: „muzyczne dziecko” (ang. *music child*), odnosiła się do dzieci, z którymi prekursorzy prowadzili terapię. W miarę rozszerzania działalności terapeutów pracujących w duchu podejścia Nordoffa i Robbinsa poza pracę z dziećmi, termin wymagał odniesienia również do starszych grup odbiorców. „Pojęcie nie ogranicza się do dziecka ze specjalnym talentem muzycznym, ale skupia uwagę na tej całości obecnej w każdym dziecku, która jest odpowiedzią na muzyczne doświadczenie, nadaje mu znaczenie, angażuje się w nie, pamięta muzykę i znajduje przyjemność w pewnej formie muzycznej ekspresji, komunikacji i dzielenia się nią [muzyką]. [...] pojęcie odwołuje się do uniwersalności ludzkiej wrażliwości muzycznej – dziedzictwa złożonej i wyrafinowanej wrażliwości na porządek i zależność ruchów rytmiczno-tonalnych oraz do niepowtarzalnego, osobistego znaczenia muzycznych reakcji każdego dziecka” [tłum. własne] (Nordoff, Robbins 2007: 3).

Uniwersalna muzykalność człowieka jest więc wieloznaczna. Elementy muzyczne, takie jak: rytmiczność ruchów, tembr głosu, bicie serca, dźwięk oddechu, są obecne w ludzkim ciele jako brzmącym organizmie. Są słyszalne w nas i pomiędzy nami. Muzykalność rozumiana jest także jako swojego rodzaju „osadzenie” w muzycznym dorobku naszych kultur poprzez aktywne lub bierne obcowanie z muzyką. Wreszcie, muzykalność to naturalna skłonność człowieka do reagowania na muzykę, która porusza nas w sposób dosłowny (fizyczny) i w przenośni (emocjonalno-duchowy). „Wewnętrzna muzykalność” lub „muzyczne dziecko” jest obecne i pozostaje w nas nawet w obliczu traumy, choroby czy niepełnosprawności. Ograniczenia z nimi związane mogą muzykalność tłumić, zaburzać, ale nie mogą jej zniszczyć. Procesy życiowe wiążą się z brzmieniem, które może być początkiem tworzonej muzyki. Nordoff i Robbins traktowali proces terapii jako pobudzanie muzycznego dziecka do „osiągnięcia osobistej formy i tożsamości”

(Nordoff, Robbins, 2007: 3). Mowa o dziecku, jednak także w odniesieniu do pracy z osobami dorosłymi gra – lub „zabawa” w znaczeniu, jakie nadał jej Winnicott – jest, niezależnie od wieku, poziomu sprawności czy stanu zdrowia człowieka, jego podstawową potrzebą (Verney, Ansdell 2010). Zabawa w rozumieniu Winnicotta traktowana jest symbolicznie – odnosi się do różnorodnych obszarów działalności człowieka. Gra w muzykoterapii Nordoff Robbins natomiast jest w swojej istocie czynnością muzyczną, do której muzykoterapeuci zapraszają uczestników sesji. Nasze zadanie jest ułatwione, ponieważ posługujemy się narzędziem, które, dzięki wewnętrznej muzykalności człowieka, jest przystępne dla każdego, w szczególności dla niego sposób. W przeciwieństwie do bierności i bezruchu będących oznaką skrepowanej muzykalności, umiejętność zaangażowania się we wspólne tworzenie muzyki to objaw naszego dobrostanu i witalności. W ujęciu muzykoterapii kreatywnej twórczość uczestników staje się więc celem samym w sobie. Pobudzenie „muzycznego dziecka” jako dowód naszej obecności w „tu i teraz” stawiane jest w centrum procesu terapeutycznego.

Wewnętrzna muzykalność pozwala nie tylko usłyszeć muzyczny potencjał człowieka jako jednostki. Muzyczna komunikatywność wyrażająca się rytmicznością naszych ruchów i melodyką głosu jest przejawem pierwotnej predyspozycji człowieka do tworzenia **wspólnoty**. Jeśli pomyśleć o jego działalności w świecie jako nieodłącznie związanej z brzmieniem, koncepcja staje się podstawą solidarności z drugim, innym i obcym. Pozwala nam poczuć się częścią tego samego organizmu społecznego w całej jego różnorodności. Ta myśl wprowadza nas w kolejny obszar tematu kreatywności – sprawę konsekwencji twórczej aktywności człowieka. Zanim jednak potraktowana zostanie jako podsumowanie rozdziału, odniosę się do przykładu rozwijania pierwotnej kreatywności w praktyce muzykoterapeutycznej.

Anna i dążenie do zespołowej kreatywności

Mimo, że nigdy nie uczęszczała na lekcje muzyki i fortepianu, osiemnastoletnia Anna² miała szczególne predyspozycje muzyczne. Nie korzystając z wiedzy na temat teorii muzyki, bez umiejętności czytania nut, potrafiła podejść do klawiatury i zagrać ze słuchu piosenkę zasłyszaną w radiu. Repertuar sięgający od piosenek pop po bardziej skomplikowane współbrzmienia z pogranicza bossa novy i jazzu nie stanowił dla niej wyzwania. Anna była muzyczną sawantką ze spektrum autyzmu, dziewczyną z jasno określonym gustem

² Imię uczestniczki zostało zmienione.

muzycznym, o wrażliwym słuchu, od dziecka zainteresowaną grą na pianinie. Niedgdyś chętnie akompaniowała mamie śpiewającej ich ulubione piosenki. Z czasem stała się coraz bardziej niechętna do wspólnej gry, skupiając się raczej na grze z akompaniamentem wpisanym w zbiór piosenek na domowym keyboardzie. Obserwując Annę podczas sesji, można było odnieść wrażenie, że stały zbiór ulubionych utworów i matematyczny schematyzm akordów granych w takich samych przewrotach i z takim samym (zazwyczaj dużym) natężeniem dźwięku były dla niej strategią radzenia sobie z trudną do zaakceptowania zmiennością codziennych zdarzeń. Jej sposób gry był wyrazem niecodziennych muzyczno-matematycznych umiejętności, ale też wzbierającego napięcia psychofizycznego, objawiającego się kompulsywną grą *forte*. Muzyka wprowadzała Annę w przewidywalny rytm granych utworów. Tak jak i w domu, na sesjach Anna często wzbraniała się przed wspólną grą, a w szczególności nie lubiła dzielić się klawiaturą pianina. W grę wchodziło towarzyszenie jej na innych instrumentach, jednak na taki rodzaj mojego akompaniamentu Anna wydawała się nie zwracać uwagi. Gra na cztery ręce często wzbudzała w niej opór, który w najlepszym wypadku objawiał się zdejmowaniem moich rąk z klawiatury, a w najgorszym autoagresją w postaci uderzania lub drapania się.

Kontrast pomiędzy muzycznymi kompetencjami Anny a jej mechanicznym i niezróżnicowanym sposobem gry podkreślał, jak istotna jest zmienność elementów dzieła muzycznego w jego tworzeniu. Poszukując okazji do gry w duecie, miałam nadzieję zachęcić Annę do zmian tempa, dynamiki, sposobu wydobywania dźwięku i elastycznego kształtowania struktury muzyki. Taka współpraca wymagałaby przyjęcia zasad gry, w której słuchając siebie nawzajem, otwarte na nowe, mogłybyśmy wspólnie budować formę utworów. Wyjście poza schematy byłoby wówczas sposobem budowania tolerancji Anny na to, co nieprzewidywalne i przychodzące spoza znanego jej porządku. Zadanie było niełatwe, ponieważ muzyka wykorzystywana była przez nią przeważnie jako narzędzie autoregulacji. Dążenie do gry wspólnej wymagało więc rozwoju muzykalności gry Anny – budowania jej relacji z muzyką, która byłaby okazją do odkrywania nowych obszarów aktywności swojej i wspólnej. Praca terapeutyczna polegała na stopniowym poszerzaniu możliwości brzmieniowych granych przez nas utworów. Propozycje ulubionych piosenek Anny stały się punktem wyjścia do zespołowej współpracy. Subtelne wprowadzanie, czasem także „przemycanie” zmian tempa, metrum, artykulacji, dynamiki zachęcało do bardziej swobodnego prowadzenia formy półimprowizowanych utworów. Balansowanie stałości ze zmiennymi elementami dzieła muzycznego było możliwe dzięki wielowarstwowej fakturze muzycznej. Zmiana tempa niekoniecznie wiązała się ze zmianą dynamiki, a wprowadzenie

melodii w jej nowej formie mogło odbywać się na podstawie stałej sekwencji akordów. Powtarzające się motywy rytmiczno-harmoniczne przeplatane były fragmentami *ad libitum*, których regularne występowanie utrzymywało stałość i ciągłość formy. Opisane zmiany mogły pojawić się jedynie w odpowiednich i wypracowanych przez nas warunkach. Uchwycenie i utrzymanie momentów wspólnej gry wymagało od nas cierpliwości, wycucia formy utworów, uważności w słuchaniu, a ponad wszystko umiejętności odpuśczenia kontroli i otwarcia się na niewiadome. Istota pracy terapeutycznej tkwiła w momentach, w których obie jednocześnie poddawałyśmy się zmiennemu biegowi muzyki. W przeciwieństwie do izolującej statyczności muzyki wykonywanej przez Annę, utwory lub ich fragmenty grane wspólnie cechowała większa elastyczność i płynność. Zmiany następujące równocześnie w obu naszych partiach były dowodem umiejętności słuchania siebie nawzajem i wyrazem naszej zespołowej kreatywności.

„Jestem jak każdy, a każdy jest inny”

Umiejętność ciągłego kształtowania własnej osoby opisana została przez Proctera jako *espressivity* (Procter 2016). Wykorzystując włoską pisownię (wł. *espressivo*) podkreśla muzyczną istotę tego procesu, twierdząc, że *espressivity* jest wymiarem wspólnej dla wszystkich wewnętrznej muzykalności. Zwraca uwagę na różnicę pomiędzy ekspresywnością, czyli wyrażaniem siebie a – pozwolę sobie tym razem na spolszczenie – „espresywnością”, czyli umiejętnością dostosowania swojej postawy i sposobu bycia w relacji z otoczeniem i z innymi. Píše: „To ogromny paradoks, że w muzyce swobodę ekspresji znajdujemy w strukturze, a ta struktura daje możliwość doświadczania espresywności. Uczestnicy nie „wyładowują” każdy z osobna swojego stanu emocjonalnego, w którym przyszli na sesję, raczej grupa jako całość znajduje wspólny sposób bycia ekspresyjnym, który muzyka ujmuje, utrzymuje i umożliwia – dzięki strukturze frazy melodycznej prowadzącej do refrenu i strukturze formy piosenki jako całości” [tłum. własne] (tamże: 64).

"Espresywność" jest muzyczną analogią do obrazu "pierwotnej kreatywności" – naszej działalności w świecie i ciągłego procesu **stawania się**. To umiejętność, która angażuje nas w całości: emocjonalnie (ekspresja osobista), fizycznie (gra na instrumentach, taniec) i społecznie (współpraca zespołowa).

Muzyka jest grą przeciwności. O formie i wynikającej z niej swobodzie wspominał już Procter. Wymienić można także: napięcie i rozluźnienie, odrębność i integralność, ciszę i dźwięk, chaos i symetrię, myśl i emocję. Jej wielowarstwowa faktura, rozwijająca się w czasie, umożliwia łączenie przeciwstawnych sobie właściwości dźwięku i wyrazu. Jako

taka, może odegrać szczególną rolę w pobudzaniu kreatywności uczestników sesji. To gra spektrów – licznych kombinacji elementów muzycznych, takich jak: tempo, harmonia, melodia, dynamika – które umożliwiają ujęcie paradoksu w formalną całość (Ansdell 1995; Verney, Ansdell 2010). W muzykoterapii Nordoff Robbins szczególną wagę nadaje się więc podejmowaniu nowych muzycznych doświadczeń. Muzykując w duchu improwizacyjnym, zarówno prowadzący, jak i uczestnicy mają szansę odnaleźć w swoim sposobie gry cechy nie tylko nieuświadomione, ale często przeciwstawne. Grając, śpiewając lub słuchając, zaczynamy odkrywać różnorodne możliwości dźwiękowe naszych głosów, ruchów i słów. Nie dążymy bynajmniej do skumulowania w czasie mniej lub bardziej przypadkowych i abstrakcyjnych dźwięków. Zapraszamy do celowego zgłębiania swojej szeroko pojętej muzykalności, która przyjmuje postać muzycznej formy rozwijanej w czasie i w przestrzeni. Jej płynność osiągnana jest dzięki poszukiwaniu równowagi pomiędzy strukturą a swobodą. Wobec rozbieżnych napięć i dążeń, które stają się naszym udziałem, w muzyce możemy poczuć wewnętrzną spójność – „dochodzić” do siebie, rozwijając przy tym pojęcie własnej osoby.

Kreatywność na poziomie jednostki jest powiązana z jej działalnością w relacji z drugim człowiekiem. Poszerzając repertuar osobistych środków wyrazu i dokonywanych przez nas muzycznych wyborów, nabieramy umiejętność współgrania ze swoim otoczeniem. Terapeuci towarzyszą uczestnikom w odkrywaniu coraz to nowych ról muzycznych, które wymagają odnalezienia swojego miejsca wśród grupy muzykujących osób: prowadzącego i podążającego, solisty i członka sekcji, wokalisty i instrumentalisty, odtwórcy i kompozytora. Gra zespołowa jest okazją do „budowania w uczestnikach poczucia własnej odrębności i autonomii przy jednoczesnym rozwijaniu ich wrażliwości na wpływy otaczającego świata” [tłum. własne] (Ansdell 1995: 105). Muzykując w grupie, znajdujemy nowe sposoby bycia sobą i ze sobą nawzajem.

Pielęgnowując nasze życie wewnętrzne, dostrzegamy w sobie cechy wspólne z tym, co wydawało się być poza nami. „Jestem jak każdy, a każdy jest inny”³ – to słowa piosenki napisanej przez szesnastoletniego uczestnika sesji muzykoterapii. Poczucie jedności w różnorodności jest możliwe dzięki dwutorowemu rozpoznaniu: rysów własnych w drugiej osobie, ale też drugiego w sobie samym. Zauważamy, że pomimo naturalnych różnic pomiędzy nami, dzielimy ze sobą pierwotne predyspozycje do muzykalności, ruchu, kreatywności, stadności – wymieniając tylko niektóre z cech charakterystycznych dla

³ Piosenka „Miłość”: <https://www.youtube.com/watch?v=vejWvr0PgMo>

człowieka. Proces solidaryzowania się ze światem rozpoczyna się od odkrycia tego, co nas łączy. Każdy z nas jest niepowtarzalnym wynikiem własnych doświadczeń, tak jak i każdy z nas znajduje w sobie przymioty wspólne dla gatunku ludzkiego. W domyśle pojawiają się cechy nie tylko wzniosłe, ale też niedoskonałe. Traktując je jako swoje, niejako wpisane w naszą naturę, mamy szansę budować wyrozumiałość, otwartość, tolerancję, słowem: miłość – własną, do ludzi i do świata.

Rozwój dzięki kreatywności jest odpowiedzią na „tyranię normalności”, która porządek społeczny zaprowadza za pomocą ogólnie przyjętych standardów, a silnych wynosi ponad słabszych (Kristeva, Vanier 2012). Jak pisał Jean Vanier: „wszechobecność normalności często zmusza ludzi, by wierzyli, że istnieją o tyle, o ile prześcigną drugiego, o ile »wygrają«” (2012: 91). Warto w tym miejscu odnieść się ponownie do pojęcia kreatywności jako umiejętności artystycznej – narzędzia wartościowania twórców i celu współzawodnictwa na elitarnym rynku kultury i sztuki. Przeciwnie ma się rzecz z kreatywnością w jej znaczeniu pierwotnym, która może być podłożem do tworzenia wspólnoty, niezależnie od poziomu wykształcenia, sprawności intelektualnej i fizycznej, preferencji czy poglądów jej członków. Oswajanie się z wewnętrznymi rozbieżnościami i własną niesprawnością jest nie tylko potencjalną strefą rozwoju osobistego, ale także społecznego. W odpowiedzi na listy Vaniera, Julia Kristeva odnosi się bezpośrednio do pojęcia kreatywności: „*choroba sieroca* mojego syna i konsekwencje jego *śpiączki* nie są jedynie nieodwracalnymi brakami, ale możliwymi początkami czegoś nowego. Czy to nie tak, że [...] ze spotkania tych naszych dwóch niedostatków powstają nowe światy i nowe języki, nowa czułość i nowe myśli? [...] jestem pewna, że dla mnie nie istnieje inne szczęście, niż to, które jest zwycięstwem nad nieszczęściem. Rodzaj radości podszytej bólem, którego krzyku nie usłyszysz. Ujrzysz jedynie uśmiech, który go przenika, ponieważ raz jeszcze życie zwyciężyło śmierć. Raz jeszcze energia krzyku przemieniła się w nieustającą mobilizację, aby odepchnąć możliwie jak najdalej granice *normalności*, stwarzając warunki dla optymalnej kreatywności” (tamże: 48).

Kristeva zwraca uwagę na witalność cierpienia, które rodzi mobilizację, energię do zmiany i rozwoju. Posługując się przykładem niepełnosprawności własnego syna, traktuje różnorodność społeczną nie jako przeszkodę, a możliwość tworzenia nowych rozwiązań, połączeń, znaczeń, postaw i okoliczności do aktywności zbiorowej. W takim rozumieniu niedostatek może stać się pożywką dla kreatywności, która otwiera nas na świat.

Świat udomowiony

Spotkanie z drugą osobą to innymi słowy proces ciągłego stawania się we wspólnej przestrzeni, którą Winnicott nazwał „przestrzenią pomiędzy” albo „placem zabaw” (Winnicott 2011). Kiedy wchodzimy w relację z drugą osobą, jej perspektywa staje się naszym punktem odniesienia, nierzadko też nowym sposobem patrzenia. Pojęcie kreatywności pierwotnej ma więc bezpośrednie przełożenie na charakter relacji terapeuta–uczestnik terapii. W kreatywnym procesie terapeutycznym stają wobec siebie jako równi, lecz różni. W takim „spotkaniu ekspertów” [tłum. własne] uczestnik staje się ekspertem na podstawie własnego doświadczenia, terapeuta ekspertem z wykształcenia (Fox, Ward, O’Rourke 2005; Rolvsjord 2014). Jakość ich relacji ma wpływ na proces terapii, podczas której jako partnerzy oboje kształtują bieg muzyki i kolejnych zdarzeń. Ta stosunkowo nowa postawa jest odpowiedzią na medyczny model relacji terapeuta–pacjent, w której uczestnik nie jest poddawany terapii, a ją współprowadzi. Odniesienia do ideologii upodmiotowienia (ang. *empowerment*) coraz częściej wybrzmiewają w rozważaniach praktyków i teoretyków z zakresu terapii, medycyny, socjologii i psychologii (patrz także: Morell 2003; Procter 2001; Rolvsjord 2004). Wedle tej idei, wspieranie autonomii uczestników oraz ich odpowiedzialności za przebieg terapii jest podstawą pracy klinicznej. Jednocześnie – mimo że głównym zadaniem procesu terapii jest odpowiadanie na możliwości i potrzeby uczestników – także terapeuta bierze udział w procesie przemiany, który staje się swojego rodzaju efektem ubocznym klinicznej współpracy. Kreatywna postawa terapeuty opisana została przez Donalda Schöna jako „refleksyjna rozmowa z sytuacją”, w której ma on wpływ na jej przebieg, ale sam także otwiera się na zmiany (1991: 163). Wnosząc swoją ekspertyzę opartą na doświadczeniu, wiedzy i umiejętnościach, jest jednocześnie gotowy na dostosowanie swojego stanowiska do sytuacji terapeutycznej. Kreatywność zbiorowa – lub *espresywność* jak nazwałby ją Procter – staje się w takim ujęciu kluczowym doświadczeniem i czynnikiem terapeutycznym. Mimo, że na odmiennych podstawach i z różnymi zasobami, w muzykoterapii kreatywnej zarówno terapeuta, jak i klient stają w roli uczestników i prowadzących.

Wychodząc z założenia, że muzyka jest sposobem nadawania codziennym doświadczeniom formy estetycznej, można powiedzieć, że jest ona nieodłącznie związana z naturalnymi procesami życiowymi (Aigen 2014). Świadczy o tym międzyludzki wymiar muzykowania wymagający aktywności zespołowej i świadomości społecznej, ale także brzmieniowe właściwości naszych ciał nazwane przez Nordoffa i Robbinsa „wewnętrzną muzykalnością”. Aktywny udział w tworzeniu muzyki nie jest więc jedynie reprezentacją

życia, a życiem samym w sobie. Bądź to na poziomie ekspresywnym czy „espresywnym”, fizycznym czy intelektualnym, forma muzyczna rozwijająca się w miarę upływu sesji i terapii jest naszym osobistym i zespołowym doświadczeniem, a zatem świadectwem zbiorowej kreatywności. Ubierając to doświadczenie w ramy utworu czy dzieła, dostrzegamy jego wagę i nadajemy zdarzeniom powszednim wartość sztuki. Istotnie, życie nie jest rzeczą łatwą. Muzyka jako forma twórczości artystycznej zwraca uwagę na piękno ludzkiej działalności w świecie, często w kontekście ich trudnej sytuacji życiowej, niepełnosprawności, urazów, traumy czy depresji. Wartość estetyczna utworów niekoniecznie związana jest z wirtuozerią, techniką czy innowacyjnością materiału dźwiękowego (choć tak być może), lecz jest wynikiem postawy uczestników – umiejętności dostrzeżenia piękna własnej oraz wspólnej aktywności w obliczu ograniczeń i wyzwań (Verney, Ansdell 2010). Obcowanie z pięknem, staje się wówczas impulsem do życia, pozwala wierzyć, że w jego wartość należy inwestować.

Muzyka w muzykoterapii może odbiegać od piękna w jego konwencjonalnym znaczeniu. Co więcej, może wiązać się z brzydotą. Wspólne tworzenie muzyki w terapii nie jest zaprzeczeniem ułomności, a bywa jej przejawem. Toporność, nadmierna schematyczność, chaos czy statyczność traktowane są jako punkt wyjścia. Nie tkwią już jedynie w jednostce, lecz stają się udziałem duetu czy zespołu, który nadaje jej formalny kontekst, a w miarę możliwości i czasu także je przekształca. W muzyce piękno i brzydota mają szansę współistnieć. Wartość muzykoterapii kreatywnej leży w szczególnej właściwości uchwycenia bogactwa ludzkiego wyrazu, stworzenia spójnej, harmonijnej całości z tego, co nieraz przeciwstawne: schematyczne i swobodne, wesołe i smutne, piękne i brzydkie. A jeśli już o paradoksie mowa, to nie sposób pominąć antagonizmu swój–obcy. W odróżnieniu od niechęci do podejmowania kolejnych doświadczeń, która hamuje nasz rozwój, kreatywność jest formą ciągłego otwierania się na nowe. Spełniając się na różnych etapach i obszarach życia, odkrywamy coraz większą różnorodność rysów własnych. Wpisana w naturę człowieka wewnętrzna niejednorodność pozwala nam utożsamiać się z równie bogatym światem zewnętrznym, a w kontaktach z innymi poczuć się wśród ludzi jak u siebie. Wieczna niestałość i jedność w różnorodności okazują się wówczas tworzywem wspólnym dla ludzi i świata. Życie ze świadomością przemijania pozwala zadomowić się w rzeczywistości, w której „wszystko płynie, nic nie stoi w miejscu”. Świat udomowiony to świat przyjmowany wobec jego wszelkich niedostatków. Człowiek oswojony to człowiek z przyzwoleniem na słabość. Solidarni w naszej niedoskonałości, bezpieczni wśród swoich, możemy spojrzeć na życie jako twórczość, której trudy powstawania warte są wysiłku.

Wobec wszystkich myśli zebranych w niniejszym rozdziale, proponuję opis kreatywności takiej, jaka jawi mi się dziś – jako siła wiążąca przeciwności, pomost pomiędzy jednostką a światem, przejście teraźniejszości w jutro. Kreatywność jest pochwałą istnienia i wyrazem naszej nadziei na przyszłość.

BIBLIOGRAFIA

- Aigen K.S. (2014), *The Study of Music Therapy. Current Issues and Concepts*, New York: Routledge.
- Ansdell G. (1995), *Music For Life. Aspects of Creative Music Therapy with Adult Clients*, London: Jessica Kingsley Publishers.
- Block R. (2013), *O próbach demokratyzacji rynku sztuki*, Gdańsk: ASP w Gdańsku oraz Edition Block. (dostęp: 24.09.2018r. z: <http://zbrojowniasztuki.pl/upload/files/8bdd91fa8ac8cc6effddbe93fb976b35.pdf>)
- Clarke E.F. (2005), *Creativity in performance*, "Musicae Scientiae", nr 1, ss. 157–182.
- Daykin N. (2005), *Disruption, dissonance and embodiment: creativity, health and risk in music narratives*, "Health: An Interdisciplinary Journal for the Social Study of Health, Illness and Medicine", nr 9 (1), ss. 67–87.
- Fox N.J., Ward K.J., O'Rourke A.J. (2005), *The expert patient: Empowerment or medical dominance? The case of weight loss, pharmaceutical drugs and the Internet*, "Social Science & Medicine", nr 60, ss. 1299–1309. DOI: 10.1016/j.socscimed.2004.07.005
- Kristeva J., Vanier J. (2012), *(Bez)Sens słabości. Dialog wiary z niewiarą o wykluczeniu*, (tłum. K. i P. Wierchoslawszy), Poznań: W Drodze.
- Nordoff P., Robbins C. (2007a), *Creative musictherapy. A guide to fostering clinical musicianship*, Gilsum, NH: Barcelona Publishers.
- Nordoff P., Robbins C. (2007b), *Terapia muzyką w pracy z dziećmi niepełnosprawnymi. Historia, metoda i praktyka*, (tłum. A. Bryndał, E. Masiak), Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Pavlicevic M. (1997), *Music Therapy in Context: Music, Meaning and Relationship*, London: Jessica Kingsley Publishers.
- Procter S. (2016), *Playing my feeling or feeling my playing? A music-centered perspective on "emotional expression" in music therapy*, [w:] Konieczna-Nowak L. (red.), *Music Therapy and Emotional Expression: A Kaleidoscope of Perspectives*, Katowice: Akademia Muzyczna im. Karola Szymanowskiego w Katowicach.
- Rolvjord R. (2014), *The competent client and the complexity of dis-ability*, "Voices: A World Forum for Music Therapy" 14, nr 3. DOI: 10.15845/voices.v14i3.787.
- Schön D.A. (1991), *The Reflective Practitioner. How Professionals Think in Action*, Hampshire: Ashgate.
- Small C. (1998), *Musicking: the meanings of performing and listening*, Hanover and London: University Press of New England/Wesleyan University Press.
- Winnicott D.W. (2011), *Zabawa a rzeczywistość*, (tłum. A. Czownicka), Gdańsk: Imago.

Verney R., Ansdell G. (2010), *Conversations on Nordoff-Robbins Music Therapy*, "Nordoff-Robbins Music Therapy Monograph Series", Vol. 5, Gilsum, NH: Barcelona Publishers.

ŹRÓDŁA POLECANE:

Ansdell G. (2002), *Community Music Therapy & The Winds of Change*. "Voices: A World Forum for Music Therapy" t. 2, nr 2. DOI: 10.15845/voices.v2i2.83.

Malzacher F., Herbst S. (2018), *Prawda jest konkretna. Artystyczne strategie w polityce. Podręcznik*, Warszawa: Fundacja Bęc Zmiana.

Morell C. (2003), *Empowerment and long-living women: return to the rejected body*, "Journal of Aging Studies", nr 17, ss. 69–85.

Pavlicevic M., Ansdell G. (2004), *Community Music Therapy*, London: Jessica Kingsley Publishers.

Procter S. (b.d.), *Empowering and enabling: Improvisational music therapy in non-medical mental health provision*, "Voices: A World Forum for Music Therapy" t. 1, nr 2. DOI: 10.15845/voices.v1i2.58.

Rolvsjord R. (2004), *Therapy as empowerment: Clinical and political implications of empowerment philosophy in mental health practises of music therapy*. "Nordic Journal of Music Therapy", t. 13, nr 2, ss. 99–111. DOI: 10.1080/08098130409478107.

Stige B., Ansdell G., Elefant C., Pavlicevic M. (2010), *Where Music Helps. Community Music Therapy in Action and Reflection*, Surrey: Ashgate.

"Touch the Sound: A Sound Journey with Evelyn Glennie" (2004), reż. Thomas Riedelsheimer, Munich: FilmquadratGbR, Edinburgh: Skyline Productions Ltd, DVD.