

ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ
ΤΜΗΜΑ ΜΟΥΣΙΚΗΣ ΕΠΙΣΤΗΜΗΣ ΚΑΙ ΤΕΧΝΗΣ
ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

«Η επίδραση της βυζαντινής μουσικής στην ψυχολογία
και της ευζωία του εκκλησιάσματος»

Εισηγητής: Πατρώνας Γεώργιος

Συνεισηγητής: Πάρης Νεκτάριος

Φοιτήτρια: Μπαλατσούκα Μαρία

Θεσσαλονίκη 2021

Περιεχόμενα

Κεφάλαιο 1

Μουσική και Βυζαντινή Μουσική.....σελ.4

Κεφάλαιο 2

Η μουσική και η επίδρασή της στον άνθρωπο.....σελ.7

Κεφάλαιο 3

Οι μορφές και η επίδραση της βυζαντινής μουσικής στο
εκκλησίασμα.....σελ.10

Κεφάλαιο 4

Η πανδημία του κορωνοϊού και η ζωή του εκκλησιάσματος.....σελ.14

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Η παρούσα πτυχιακή εργασία διαπραγματεύεται το «ρόλο» της βυζαντινής μουσικής στην καθημερινότητα και την ψυχολογία του εκκλησιάσματος.

Πιο συγκεκριμένα, στο πρώτο κεφάλαιο αναλύεται ο ορισμός του όρου «μουσική» και συγκεκριμενοποιείται η αναφορά στη βυζαντινή μουσική, ενώ στο δεύτερο κεφάλαιο γίνεται λόγος για το πώς επιδρά η μουσική στον άνθρωπο και η θεραπεία που μπορεί να προσφέρει σε αυτόν. Στο τρίτο κεφάλαιο εξηγείται η στενή σχέση του εκκλησιάσματος με την εκκλησιαστική μουσική. Τέλος, στο τέταρτο κεφάλαιο εξετάζονται η αλλαγές στη ζωή του εκκλησιάσματος, σχετικά με την πανδημία του κορωνοϊού.

Κεφάλαιο 1

Μουσική και Βυζαντινή Μουσική

Τι είναι μουσική;

“Το παν στο σύμπαν είναι μουσική, αφού το παν είναι τάξη και αρμονία”,
Πλάτωνος Πολιτεία.

“Η μουσική είναι ένα ηθικό δίκαιο. Δίνει ψυχή στο σύμπαν, φτερά στο νου, πτήση στη φαντασία, και γοητεία και ευθυμία στη ζωή και τα πάντα”,
Πλάτωνος πολιτεία.

“Μουσική είναι ο οργανωμένος ήχος”, Varese, Edgard and Chou Wen-chung. 1966. *“The Liberation of Sound”*. *Perspectives of New Music* 5, no.1 (Autumn-Winter): 11-19.

“Μουσική είναι μία από τις καλές τέχνες που ασχολείται με το συνδυασμό ήχων με σκοπό την ομορφιά της μορφής και της έκφρασης της σκέψης ή του συναισθήματος”

“Music is that one of the fine arts which is concerned with the combination of sounds with a view to beauty of form and the expression of thought or feeling”, *Oxford Universal Dictionary*.

Μουσική: η οργάνωση του ήχου σε μορφές, στις οποίες ο άνθρωπος αναγνωρίζει ή αποδίδει μια ιδιαίτερη αξία ή σημασία, μερικώς ή εξ ολοκλήρου ανεξάρτητη από την αξία ή τη σημασία των συνθετικών τους ήχων («μουσικές μορφές»). Μουσικός είναι ο ήχος που χρησιμοποιείται σε μουσικές μορφές. Κατά κύριο λόγο, η μουσική αξία έχει συνδεθεί με το ευχάριστο άκουσμα, τη μελωδία την αρμονία, τον ρυθμό κ.λπ. και ο μουσικός ήχος με ορισμένες κατηγορίες τεχνητών ήχων, που παράγονται από μουσικά όργανα ή την ανθρώπινη φωνή (βλ.λ.), κανένα, όμως δεν αποτελεί καθολικό γνώρισμα της μουσικής¹.

Η λέξη «μουσική» είναι ελληνική και προέρχεται από τη λέξη «μούσα» και την κατάληξη «ική». Η λέξη «μας» ή «μους» είναι αιγυπτιακή και σημαίνει «γενιά», «παραγωγή». Η λέξη «μούσα» αφορά

¹ Μπαμπινιώτης, Γ. (2005) *Λεξικό της Νέας Ελληνικής Γλώσσα* (2^η έκδοση). Αθήνα: Κέντρο Λεξολογίας Ε.Π.Ε.

την διαδικασία για την πράξη που δημιουργείται από το πνεύμα, εκφράζει έναν τρόπο ύπαρξης. Η κατάληξη «ικη» προέρχεται από το κέλτικο «αικ», που σημαίνει «ίσος» από την «ach» αιγυπτιακής και εβραϊκής προέλευσης που εκφράζει την ομοιότητα, την ισοτιμία και την ένωση².

Ο Ζίγκφριντ Νάντελ λέει ότι οι πρωτόγονοι θέλησαν να μιλούν με το υπερφυσικό, για αυτό και δημιούργησαν μια ειδική γλώσσα, τη μουσική, έτσι τη χρησιμοποιούσαν για ιεουργίες, εκτός από αναψυχή. Είναι φανερό, ότι τίποτα δεν είναι τυχαίο στον κόσμο της μουσικής, αλλά όλα έχουν σχέση με το την ανώτερη φιλοσοφία των νόμων της φύσης και τη βασική μορφή της ζωής³.

Από τα παραπάνω γίνεται αντιληπτό ότι δεν είναι εύκολο να προσδιοριστεί η μουσική σαν όρος, αφού η μουσική είναι, σχεδόν, τα πάντα και γι αυτό είναι απροσδιόριστη.

Με βάση τα λόγια του Ζίγκφριντ Νάντελ όμως, δημιουργείται ένας ορισμός όσον αφορά τη βυζαντινή μουσική. Εφόσον ο άνθρωποι από τη δημιουργία του κόσμου έψαχναν ένα διαφορετικό τρόπο να επικοινωνούν με το υπερφυσικό, το απρόσωπο, το αόρατο, το ανεικονικό και απόλυτα αφηρημένο γίνεται ξεκάθαρο ότι και η βυζαντινή μουσική είναι η γλώσσα του εκκλησιάσματος προς το Θεό. Οι Πατέρες και οι εκκλησιαστικοί συγγραφείς χρησιμοποιούν τη θεωρία της *Θείας Αρμονίας*, την οποία εξέφρασε ο Πυθαγόρας και λέει ότι σε έναν κόσμο ρευστό, γεμάτο αντιθέσεις υπάρχει κάτι, το οποίο διατηρεί την τάξη και την ισορροπία⁴.

Ο όρος Ελληνική βυζαντινή μουσική προσδίδεται στη μουσική της Ορθόδοξης Ελληνικής Εκκλησίας, η οποία έχει βάσεις στην αρχαία Ελληνική μουσική, αλλά δημιουργήθηκε κυρίως στο Βυζάντιο και αποτέλεσε ξεχωριστή μελωδική τεχνική. Ο όρος «Βυζαντινή μουσική» είναι παράγωγο του όρου «Βυζάντιο», του οποίου η ονομασία έγινε διαδεδομένη έπειτα από την διάλυση της Ρωμανίας, του ελληνικού

² Κιούση, Β. (2016). *Η Γέννηση της Μουσικής, Fractal*, <https://www.fractalart.gr/i-gennisi-tis-mousikis/>

³ Κιούση, Β. (2016). *Η Γέννηση της Μουσικής, Fractal*, <https://www.fractalart.gr/i-gennisi-tis-mousikis/>

⁴ Πάρης, Ν. (2018). *Το Εκκλησιαστικόν Άσμα, Πατερικές Θέσεις. Θρσεσσαλονίκη, Κ. &Μ. Αντ. Σταμούλη.*

κράτους το μεσαίωνα, με πρωτεύουσα την Κωνσταντινούπολη. Η βυζαντινή μουσική έχει 8 ήχους, δική της κλίμακα και μουσική σημειογραφία, με τις ιδιαιτερότητες της και συνδέθηκε απόλυτα με την Ορθόδοξη Χριστιανική Εκκλησία⁵ και χωρίζεται σε ψαλμούς, ύμνους, πνευματικές ωδές⁶.

Είναι αναγκαίο όμως να γίνουν δύο διευκρινήσεις, άξιες σημασίας. Πρώτα απ' όλα, με τον όρο «βυζαντινή μουσική» δεν εννοείται ο όρος «μουσική του Βυζαντίου», καθώς οι όροι αυτοί δεν είναι όμοιοι. Ο όρος «μουσική το Βυζαντίου» περιέχει οτιδήποτε αφορά την μουσική της ανατολικής Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, θρησκευτικές και θύραθεν, με διάδοση προφορική είτε θεωρητική, λόγιες και λαϊκές, χωρίς συγκεκριμένο τοπικό σημείο αφετηρίας. Σαν έννοια η «βυζαντινή μουσική» είναι πιο συγκεκριμένη και υπονοεί την κρατούσα και επιφανή μουσική έκθεση της αυτοκρατορίας. Ήταν ένα είδος μουσικής που δεν ήταν ανεξέλεγκτη, αλλά έπαιρνε σαφή κατεύθυνση από τους εκτελεστές της και την εκκλησία. Το δεύτερο ζητούμενο είναι η εξακρίβωση του χρονικού πλαισίου της βυζαντινής μουσικής, ο οποίος, κατά συνθήκη βρίσκεται γύρω στο 330 μ. Χ., γίνεται πρωτεύουσα του Βυζαντίου η μετέπειτα Κωνσταντινούπολη και 1453 μ. Χ., άλωση της Κωνσταντινούπολης από τους Οθωμανούς. Ο άξονας αυτός όμως, επεκτείνεται μέχρι τις μεταβυζαντινές και νεοβυζαντινές συνέχειές της⁷.

Χαρακτηριστικά της εκκλησιαστικής μουσικής του βυζαντίου⁸:

Αν και η βυζαντινή μουσική δέχθηκε αλλοιώσεις, όπως συμβαίνει σε όλες τις μουσικές παραδόσεις με ζωντανό χαρακτήρα, κατά τη διάρκεια των χρόνων, πληθώρα χαρακτηριστικών παρέμειναν αναλλοίωτα για πολλούς αιώνες. Αυτά είναι:

⁵ Μαθηματικά και μουσική, Ελληνική Βυζαντινή Μουσική, http://users.uoa.gr/~nektar/arts/music/hellenic_byzantine_music.htm

⁶ Πάρης, Ν. (2018). Το Εκκλησιαστικόν Ἄσμα, Πατερικές Θέσεις. Θεσσαλονίκη, Κ. & Μ. Αντ. Σταμούλη.

⁷ Μακέδος, Β. (2019). Τα ιδιαίτερα γνωρίσματα της Βυζαντινής Μουσικής και οι αντίστοιχες επιρροές που διαμόρφωσαν τη δυναμική της, *Sparmatseto*, <https://sparmatseto.gr/2019/02/03/byzantini-mousiki/>

⁸ Ιστορία της Βυζαντινής Μουσικής, Ελληνική Μουσική Πύλη, https://www.musicportal.gr/byzantine_music_history/?lang=el

- Τροπική μουσική. Χρήση οκτώ εκκλησιαστικών τρόπων που ονομάζονται *ήχοι*, σε αντιδιαστολή με τη χρήση μειζόνων και ελασσόνων κλιμάκων της δυτικής μουσικής
- Μη συγκερασμένο κούρδισμα.
- Η εκκλησιαστική μουσική είναι αποκλειστικά μονοφωνική, ανεξάρτητα αν εκτελείται από ψάλτη ή χορωδία. Η αρμονία αποτελείται μόνο από το *ίσο* ή τον *ισοκράτη*, ακολουθώντας τη βάση της μελωδίας του τετραχόρδου, στο οποίο δραστηριοποιείται κάθε φορά.
- Η σημειογραφία (*σημάδια*) ορίζουν την ανοδική ή καθοδική απόσταση μεταξύ των διαστημάτων των φθόγγων.
- Είναι άμετρη μουσική, αλλά γίνεται χρήση σημείων που προσδιορίζουν το χρόνο και την έκφραση.
- Ο ρυθμός δεν είναι σταθερός, αλλά καθορίζεται από τον τονισμό των λέξεων.
- Φωνητική μουσική αποκλειστικά για το χώρο της εκκλησίας. Στην διδασκαλία όμως της μουσικής μπορεί κανείς να μεταχειριστεί τον ταμπούρα και το ψαλτήριο ή κανονάκι, ακόμα και για τον *ισοκράτη*.

Κεφάλαιο 2

Η μουσική και η επίδρασή της στον άνθρωπο

Η μουσική βρίσκεται παντού. Από το ραδιόφωνο ενός σπιτιού μέχρι και στην κίνηση των βλεφάρων. Ο ρυθμός, τα ηχοχρώματα, ο παλμός, η μελωδίες προέρχονται από τη φύση. Έτσι και ο άνθρωπος πριν καν γεννηθεί είναι συνδεδεμένος άρρηκτα με τη μουσική.

Τα έμβρυα από πολύ νωρίς, έχουν ολοκληρωμένο το σύστημα ακοής τους. Εκεί “γεννιέται” η πρώτη επαφή του ανθρώπου με τη μουσική. Το πρώτο πράγμα που ακούει ένα έμβρυο είναι ο παλμός της καρδιάς της μητέρας του και εν συνεχεία η αναπνοή της και καθώς αναπτύσσεται ξεχωρίζει όλο και περισσότερους ήχους, μέχρι και μελωδίες⁹.

Όπως τα έμβρυα έτσι και ο άνθρωπος αντιδρά ανάλογα με τη μουσική την οποία ακούει. Κάποιες φορές είναι αρεστή αυτή η μουσική, άλλες απεχθής, άλλες τρομακτική και άλλες αδιάφορη. Ο άνθρωπος εν αντιθέσει με το έμβρυο έχει τη δυνατότητα επιλογής της μουσικής που ακούει, ανάλογα με τη διάθεση του. Επιπλέον από τις μουσικές επιλογές κάθε ανθρώπου γίνονται αντιληπτά στοιχεία της ιδιοσυγκρασίας του και του συνόλου των φυσικών πνευματικών ψυχικών και κοινωνικών χαρακτηριστικών του¹⁰.

Κάθε άτομο διαμορφώνει την προσωπικότητά του με βάση ένα σύνολο παραγόντων, όπου αυτοί οι παράγοντες σε κάποια άτομα είναι κοινοί και σε άλλα όχι. Αυτά τα σύνολα, καθορίζουν και την επιλογή της μουσικής που κάνει κάθε ένας και την επιρροή της μουσικής στο άτομο. Οι κατηγορίες παραγόντων είναι: α) προσωπικοί, β)κοινωνικοί, γ)φυσικοί¹¹.

Αναλυτικότερα, προσωπικοί παράγοντες αποτελούν η ηλικία, το φύλο, ο χαρακτήρας, το επίπεδο μόρφωσης, οι αναμνήσεις, καθώς και το αν το άτομο κατέχει μουσικές γνώσεις. Στους κοινωνικούς παράγοντες

⁹ Ακοή εμβρύου. Πότε και τι μπορεί να ακούσεις το μωράκι σας;; *Paidorama*, <https://www.paidorama.com/akoi-emvryoy-pote-kai-ti-mporei-na-akoysi-moraki-sas>

¹⁰ Ευταξία, Γ. (2019). Η συναισθηματική επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο, *TAR*, <http://www.tar.gr/content/content.php?id=5885>

¹¹ Ευταξία, Γ. (2019). Η συναισθηματική επίδραση της μουσικής στον άνθρωπο, *TAR*, <http://www.tar.gr/content/content.php?id=5885>

εμπεριέχονται η οικογένεια, οι φίλοι, το σχολείο, τα μέσα μαζικής ενημέρωσης. Τέλος, στους φυσικούς ανάγονται ο χώρος, οι καιρικές συνθήκες, η εποχή, οι ακουστικές συνθήκες (ζωντανή μουσική/ ηχογραφημένη).

Τα άτομα που είναι απλά ακροατές της μουσικής διαφέρουν από τα άτομα που ακούν και εκτελούν μουσική, όχι μόνο ως προς τον τρόπο που αντιλαμβάνονται τη μουσική, αλλά και ως προς το βίωμα των συναισθημάτων. Ο εκτελεστής μπαίνει σε μία διαδικασία αναπαραγωγής της μουσικής, η οποία συνεπάγεται και την αναπαραγωγή ενός βιώματος και την έκφραση του μέσω της μουσικής. Μέσω αυτής της διαδικασίας “ζυπνάνε” τα συναισθήματα του ακροατή. Συμπερασματικά, η εκτέλεση της μουσικής προσφέρει πολλά περισσότερα από ότι η ακρόαση της μόνο. Τα άτομα που ασχολούνται με τη μουσική εκτέλεση εκφράζονται περισσότερο, συγκεντρώνονται και αφομοιώνουν στοιχεία πιο εύκολα, αναπτύσσουν κριτική σκέψη από μικρή ηλικία και γενικά έχουν διαφορετική οπτική της ζωής, καθώς και περισσότερη ηρεμία κατά τη διάρκεια της ζωής τους¹².

“ Τα βασικά στοιχεία των ήχων, οι ρυθμοί και οι μελωδίες, αντανakλούν στις διαθέσεις της ψυχής, διότι αποτελούν κινήσεις, όπως οι ενέργειες και διότι ο χώρος της ενέργειας ανήκει στην περιοχή της ηθικής και διαμορφώνει τον ηθικό χαρακτήρα ”, Πάρης, 2018.¹³ Δεν είναι λίγες η φορές που έχει προταθεί ως τρόπος χαλάρωσης το άκουσμα μια ήρεμης μελωδίας προκειμένου να επέλθει η ψυχική και η σωματική χαλάρωση ενός ατόμου μετά από μία κουραστική μέρα. Αυτό αντιπροσωπεύει ένα δείγμα από τη λειτουργικότητα και την εφαρμογή της Μουσικοθεραπείας στην καθημερινότητά μας.

Από την αρχαιότητα, η μουσική, πέρα από ψυχαγωγία και τέχνη χρησιμοποιούνταν και ως θεραπεία, καθώς και ότι μέσω την μουσικής εκμάθησης θα δημιουργούσαν καλύτερες και πιο υγιείς πνευματικά και ψυχικά κοινωνίες. Ο Απόλλωνας, ο Πυθαγόρας, ο Όμηρος, ο

¹² Ο ρόλος της μουσικής στη ζωή του ανθρώπου, (2019, Μάιος 15). ΣΤΗΝ ΠΕΝΑ, <https://schoolpress.sch.gr/2gymkcozanis/?p=785>

¹³ Πάρης, Ν. (2018). Το Εκκλησιαστικόν Άσμα, Πατερικές Θέσεις. Θρσσσαλονίκη, Κ. &Μ. Αντ. Σταμούλη.

Πρωταγόρας, αλλά και ο Ιπποκράτης, ο ιατρός, υποστήριζαν ότι η μουσική θεραπεύει την ψυχή, το σώμα και το πνεύμα¹⁴.

Πιο πρόσφατη χρήση της Μουσικοθεραπείας εμφανίζεται σε τραυματίες του Α' και Β' Παγκοσμίου Πολέμου, όπου τα αποτελέσματα ήταν μείωση συναισθηματικού βάρους και γρηγορότερη ανάρρωση από τα τραύματα¹⁵.

Η Μουσικοθεραπεία σήμερα είναι διαδεδομένη σε διεθνές επίπεδο και όλο και αποτελεσματικότερη σε ευρύ φάσμα ιατρικών κλάδων. Για την εφαρμογή της δεν είναι απαραίτητες οι γνώσεις μουσικής από τον ασθενή, αφού στόχος της θεραπείας είναι να εστιάσει στην εκφραστικότητα των συναισθημάτων, μέσω της χρήσης κάποιου μουσικού οργάνου, ή στην συναισθηματική ισορροπία, μέσω την μουσικής ακρόασης¹⁶.

Τομείς που χρησιμοποιούν τη Μουσικοθεραπεία ως θεραπευτικό μέσο¹⁷:

- Ψυχιατρικές παθήσεις
- Συναισθηματικές/ αγχώδεις διαταραχές
- Ψυχοσωματικές διαταραχές
- Αναπτυξιακές διαταραχές
- Μαθησιακές δυσκολίες
- Διαταραχές λόγου

¹⁴ Ευταξία, Γ. (2017). Ο ρόλος της Μουσικής στον τομέα της Ιατρικής, TAR, <http://www.tar.gr/content/content.php?id=5455>

¹⁵ Ευταξία, Γ. (2017). Ο ρόλος της Μουσικής στον τομέα της Ιατρικής, TAR, <http://www.tar.gr/content/content.php?id=5455>

¹⁶ Τσίρης, Γ., & Ελληνικός Σύλλογος Πτυχιούχων Επαγγελματιών Μουσικοθεραπευτών.(2011). Μουσικοθεραπεία: Θεωρία και Πράξη, Πρακτικά της 1^{ης} Επιστημονικής Ημερίδας του Ελληνικού Συλλόγου Πτυχιούχων Επαγγελματιών Μουσικοθεραπευτών, Approaches, Ειδικό τεύχος, σελ. 9-13. <http://approaches.gr/el/%CE%B5%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CF%84%CE%B5%CF%8D%CF%87%CE%BF%CF%82-2011/>

¹⁷ Μάλλιου- Κριαρά, Σ. (2014). Για ποιες ασθένειες είναι κατάλληλη η μουσικοθεραπεία;; emedi, <https://www.emedi.gr/%CE%B5%CE%BD%CE%B1%CE%BB%CE%BB%CE%B1%CE%BA%CF%84%CE%B9%CE%BA%CE%AD%CF%82-%CE%B8%CE%B5%CF%81%CE%B1%CF%80%CE%B5%CE%AF%CE%B5%CF%82/antistress-%CE%B8%CE%B5%CF%81%CE%B1%CF%80%CE%B5%CE%AF%CE%B5%CF%82/item/2346-%CE%B3%CE%B9%CE%B1-%CF%80%CE%BF%CE%B9%CE%B5%CF%82-%CE%B1%CF%83%CE%B8%CE%AD%CE%BD%CE%B5%CE%B9%CE%B5%CF%82-%CE%B5%CE%AF%CE%BD%CE%B1%CE%B9-%CE%BA%CE%B1%CF%84%CE%AC%CE%BB%CE%BB%CE%B7%CE%BB%CE%B7-%CE%B7-%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B9%CE%BA%CE%BF%CE%B8%CE%B5%CF%81%CE%B1%CF%80%CE%B5%CE%AF%CE%B1#.YK-r-tszM9>

- Ανάπτυξη προσωπικότητας
- Αποκατάσταση- κοινωνική επανένταξη
- Απεξάρτηση
- Νευρολογία
- Ογκολογία
- Καρδιολογία
- Γεροντολογία
- Παιδιατρική
- Γυναικολογία

Η θεραπεία μέσω της μουσικής συχνά υπονοείται ότι είναι συνδεδεμένη με την κλασική μουσική, λόγω των συγκεκριμένων τρόπων σύνθεσής της. Στην πραγματικότητα κατά την εισαγωγή του ασθενούς στο θεραπευτικό κέντρο πραγματοποιείται συνέντευξη στην οποία ο ασθενής ή οι συγγενείς πρέπει να δηλώσουν τη μουσική προτίμηση του εισαγόμενου, καθώς έχει αποδειχθεί ότι η εφαρμογή της θεραπείας πάνω σε γνωστή και συνδεδεμένη με τον ασθενή μουσική είναι πιο αποτελεσματική. Για την χρήση της μουσικής στην θεραπεία και την έγκρισή της μελετώνται από τους θεραπευτές το είδος μουσικής, το ύφος του συνθέτη, το μουσικό υλικό του έργου, τα μουσικά όργανα που χρησιμοποιούνται¹⁸.

Η Μουσικοθεραπεία μπορεί να εφαρμοστεί σε οποιαδήποτε ηλικία, σε ατομικό είτε σε ομαδικό επίπεδο και επίσης σε οποιοδήποτε στάδιο της ασθένειας¹⁹.

¹⁸ Ευταξία, Γ. (2017). Ο ρόλος της Μουσικής στον τομέα της Ιατρικής, *TAR*, <http://www.tar.gr/content/content.php?id=5455>

¹⁹ Τσίρης, Γ., & Ελληνικός Σύλλογος Πτυχιούχων Επαγγελματιών Μουσικοθεραπευτών. (2011). *Μουσικοθεραπεία: Θεωρία και Πράξη, Πρακτικά της 1^{ης} Επιστημονικής Ημερίδας του Ελληνικού Συλλόγου Πτυχιούχων Επαγγελματιών Μουσικοθεραπευτών, Approaches, Ειδικό τεύχος, σελ. 9-13.* <http://approaches.gr/el/%CE%B5%CE%B9%CE%B4%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CF%84%CE%B5%CF%8D%CF%87%CE%BF%CF%82-2011/>

Κεφάλαιο 3

Οι μορφές και η επίδραση της Βυζαντινής Μουσικής στο εκκλησίασμα

Η επίδρασή της ψαλτικής τέχνης στην ψυχή του ανθρώπου είναι πασιφανής, τόσο στην Παλαιά όσο κι στην Καινή Διαθήκη, ή καλύτερα, η επιρροή της ψαλτικής τέχνης στις ψυχές των ανθρώπων δεν ωφελείται στην ίδια την μουσική ως μουσική εφεύρεση, αλλά στη Θεία επιρροή της. Είναι μουσικά εμπνευσμένα από το Άγιο Πνεύμα και από Πνευματοφόρους ανθρώπους και, ως εκ τούτου, η επιρροή της είναι τόσο διακριτική και λεπτή, όσο και αυτή που ο Θεός ασκεί στους ανθρώπους, σεβόμενος την ελευθερία τους.

Άρα λοιπόν, επιδρά στους ανθρώπους τόσο λεπτά και διακριτικά που τους αλλοιώνει μυστικά, με τρόπο που σέβεται την προσωπικότητα του κάθε ενός.

ΑΓΙΟΓΡΑΦΙΚΑ ΧΩΡΙΑ ΑΓΙΩΝ ΚΑΙ ΤΩΝ ΟΙΚΟΥΜΕΝΙΚΩΝ ΣΥΝΟΔΩΝ ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΑΞΙΑΣ ΤΗΣ ΜΟΥΣΙΚΗΣ

- 1) *Εφεσ. 5,19* λαλούν πιστοί ψαλμούς και ύμνους και ωδές πνευματικές .
- 2) *Ματθ. 26,30* *Μαρκ. 14,26*. Μετά το μυστικό δείπνο οι Μαθητές και ο Χριστός αφού ύμνησαν πήγαν στο όρος των ελαιών.
- 3) *Χρονικά II . κεφ. V 11-14*. Ενώπιον του Θυσιαστηρίου με όλα τα μουσικά όργανα υμνούσαν τον Θεό.
- 4) *Πράξ. 16,25*. Ο Παύλος με τον Σίλα υμνούν τον Θεό και μάλιστα μεγαλόφωνα μέσα στη φυλακή.
- 5) *Κολασσαείς Γ.3-16*. Με ψαλμούς και ύμνους δοξολογούμε τον Θεό.
- 6) *Δαβίδ. Ψαλμός 103 στ.33*. Αίνει η ψυχή μου τον Κύριον εν τη ζωή μου...
- 7) *Δαβίδ. Ψαλμός 145*

- 8) *Δαβίδ Ψαλμός 70 στ.8.* Πληρωθήτω το στόμα μου αινεσεώς σου Κύριε...
- 9) *Δαβίδ Ψαλμός 68. Στ.30.* Αινέσω το Όνομα του Θεού μου...
- 10) *Δανιήλ κεφ. Γ.* Οι τρεις παίδες στην κάμινο δοξολογούν τον Θεό.
- 11) *Ψαλμός μστ. 7,8.* Ψάλατε συνετώς.
- 12) *Αββάς Νείλος.* Ψάλατε συνετώς και ευρύθμως
- 13) *Άγιος Ιω. Χρυσόστ.* Οι ψάλλοντες Πνεύματος πληρούνται Αγίου.
- 14) *75^{ος} Κανών της εν Τρούλω συνόδου,* προστάζει να ψάλουμε συνετά χωρίς φωνές άτακτες...
- 15) *15^{ος} κανόνας της Λαοδικείας συνόδου,* προστάζει να ψάλουν μονάχα οι διατεταγμένοι Ψάλτες και όχι όποιος να είναι στο αναλόγιο και μάλιστα από διφθέρα.
- 16) *Άγιος Ιω. Χρυσόστομος.* Ομιλία επί του Οίου. Αυτός που αναπέμπει ύμνους να τους αναπέμπει.

Από τα παραπάνω εδάφια, κατά σειρά αντιλαμβανόμαστε τα εξής:

- 1) Φαίνεται η επίδραση της ψαλτικής ως δοξολογική διάθεση στο Θεό. Ο άνθρωπος ξεσπά δοξολογικά με ψαλμούς και ύμνους.
- 2) Ο χριστός και οι μαθητές ύμνησαν το Θεό και μετά πήγαν στο όρος των Ελαιών, πράγμα που δείχνει, πως η ψαλτική είναι απόρροια του αγγίγματος της χάριτος του Θεού.
- 3) Φαίνεται η αξία της μουσικής γενικότερα, αφού από την Παλαιά Διαθήκη υμνούσαν τον Θεό, όχι μόνο με τη φωνή, αλλά και με τη συνοδεία μουσικών οργάνων.
- 4) Η υμνωδία και η ψαλτική δίνουν δύναμη να αντέχουμε κάθε κακό, όπως στον Παύλο και το Σίλα, που αν και φυλακισμένοι και βασανισμένοι έψαλλαν δυνατά μέσα στη φυλακή.
- 5) Οι ψυχές των ανθρώπων μονάχα με ψαλμούς και ύμνους μπορούν να δοξολογούν το Θεό ή αλλιώς οι υμνωδίες έχουν θεϊκή προέλευση.

- 6) Μια ψυχή που νιώθει το Θεό μονάχα να υμνεί το Θεό με ψαλμούς και ύμνους σε όλη της τη ζωή.
- 7) και 8) Το στόμα του ανθρώπου που αισθάνεται τις ευεργεσίες του Θεού μονάχα γεμάτο από ευχαριστία μπορεί να είναι και να υμνεί τα μεγαλεία του Θεού.
- 9) Το όνομα του Θεού μονάχα να το υμνεί μπορεί ένας πιστός. Επιβεβαιώνεται ότι η υμνωδία πηγάζει από τις ψυχές που τις άγγιξε η χάρη του Θεού και γι' αυτό ασκεί ευεργετική επιρροή στους ανθρώπους.
- 10) Οι τρεις παίδες αν και καίγονται μέσα τους στην κάμινο, η μεγάλη τους πίστη έβγαξε προς τα έξω ψαλμούς και ύμνους, δηλαδή δεν καίγονταν, αλλά έψαλλαν σαν να μην πονούσαν.
- 11) και 12) Επειδή η ψαλτική είναι θεϊκής εμπνεύσεως πρέπει να ψάλλουμε συνετά και σώφρονα.
- 13) Αυτοί που ψάλλουν, λέει ο Άγιος Ιωάννης ο Χρυσόστομος, γεμίζουν με πνεύμα άγιο, δηλαδή προβολή των ευεργετικών ιδιοτήτων επί των ψυχών των ανθρώπων της ψαλτικής τέχνης και της ψυχοθεραπευτικής ενέργειάς της.
- 14), 15) και 16) Η ψαλτική πρέπει να γίνεται συνετά και χωρίς υπερηφάνεια, αλλά με ταπεινότητα.

Είναι γνωστό από τις Πράξεις των Αποστόλων ότι οι πρώτοι Χριστιανοί προσεύχονταν καθημερινά²⁰. Έπειτα από το διάταγμα των Μεδιολάνων το 313μ.Χ. οι Χριστιανοί μπορούσαν να προσεύχονται ελεύθερα και να δοξολογούν το Θεό χωρίς τον φόβο του διωγμού.

Γιατί όμως οι χριστιανοί έχουν την ανάγκη της προσευχής ;

Η βυζαντινή μουσική αποτελείται από τον λόγο και το μέλος²¹ που αποτελούν την ψαλμωδία και την διακρίνει από κάθε άλλη θρησκευτική μουσική²². Μουσική η οποία είναι συνδυασμός αυτών

²⁰ Μπαλογιάννης, Ι. (2014). *Η φιλοσοφία της Βυζαντινής Μουσικής υπό την οπτική γωνία των Νευροεπιστημών*, 1^ο Διεθνές μουσικολογικό συνέδριο, Ελλάδα, Βόλος, σελ.3 παρ.3,

²¹ Μπαλογιάννης, Ι. (2014). *Η φιλοσοφία της Βυζαντινής Μουσικής υπό την οπτική γωνία των Νευροεπιστημών*, 1^ο Διεθνές μουσικολογικό συνέδριο, Ελλάδα, Βόλος, σελ.5 παρ.5

²² Πάρης, Ν. (2018). *Το Εκκλησιαστικόν Άσμα, Πατερικές Θέσεις. Θρσσσαλονίκη, Κ. &Μ. Αντ. Σταμούλη.*

των δύο παραγόντων έχει βαθύτερη επίδραση στην ψυχή του ανθρώπου²³, όμως η βυζαντινή μουσική είναι κάτι παραπάνω από απλή μουσική.

Ο σκοπός του ανθρώπου σύμφωνα με τον ορθόδοξο Χριστιανισμό είναι να δουλεύει καθημερινά με τον εαυτό του και να ελπίζει στην αιώνια ζωή και την ανάσταση. Ο Κύριος και μετά οι Απόστολοι μεταχειρίζονταν την ψαλμωδία σαν εργαλείο προσευχής ενθαρρύνοντας έτσι και τους πιστούς να κάνουν το ίδιο, σε συγκεντρώσεις λατρείας, αλλά και σε κάθε στιγμή της ζωής τους²⁴. Όταν προσεύχεται ο χριστιανός ξεφεύγει από την πραγματικότητα και τις μικρότητες και αφήνει πίσω του κάθε θλίψη, φόβο, αγωνία, δηλαδή τις προσωρινές δοκιμασίες της επίγειας ζωής και αναζητεί την πνευματική αγαλλίαση, καθώς εστιάζει στην σωτηρία της ψυχής του αιωνίως και ο μόνος του φόβος είναι η απομάκρυνση από το Θεό, αφού είναι και ο λόγος ύπαρξής του²⁵.

Η μουσική έχει παιδαγωγική υπόσταση. Στην αρχαία Ελλάδα, παιδαγωγός ήταν ο μουσικός, διότι ο ρυθμός και η αρμονία έκαναν πιο επιδεκτικά τα παιδιά στη γνώση και έτσι, πιο χρήσιμους πολίτες. Το ίδιο κάνει και βυζαντινή μουσική όσον αφορά την αυτοκριτική, μέσα από τις ψαλμωδίες. Οι μελωδίες εντυπώνονται πολύ πιο εύκολα στους πιστούς, απ' ό,τι άλλα μέρη της λατρείας και συνεπώς απομνημονεύεται ευκολότερα και μονιμότερα το μήνυμα του ψαλμού²⁶.

Από ψυχολογικής άποψης, με βάση τα παραπάνω, η Βυζαντινή μουσική αποτελεί από μόνη της μία μορφή ολοκληρωμένης

²³ Μπαλογιάννης, Ι. (2014). *Η φιλοσοφία της Βυζαντινής Μουσικής υπό την οπτική γωνία των Νευροεπιστημών*, 1^ο Διεθνές μουσικολογικό συνέδριο, Ελλάδα, Βόλος, σελ.5 παρ.5

²⁴ Πάρης, Ν. (2018). *Το Εκκλησιαστικόν Ἄσμα, Πατερικές Θέσεις. Θεσσαλονίκη, Κ. &Μ. Αντ. Σταμούλη.*

²⁵ Μπαλογιάννης, Ι. (2014). *Η φιλοσοφία της Βυζαντινής Μουσικής υπό την οπτική γωνία των Νευροεπιστημών*, 1^ο Διεθνές μουσικολογικό συνέδριο, Ελλάδα, Βόλος, σελ.9 παρ.4

²⁶ Πάρης, Ν. (2018). *Το Εκκλησιαστικόν Ἄσμα, Πατερικές Θέσεις. Θεσσαλονίκη, Κ. &Μ. Αντ. Σταμούλη.*

ψυχοθεραπείας. Το εκκλησίασμα πιστεύει σε κάτι μεγαλύτερο με περισσότερη ουσία, από το οτιδήποτε ανθρώπινο αποτελεί αυτόν τον κόσμο, είτε είναι, αντικείμενο είτε ψυχική κατάσταση. Με την ψαλτική η με την προσευχή μπορεί και εκφράζεται και βιώνει μία υπερφυσική της ένωσης του με το Θεό εκφράζοντάς του την αγάπη του για αυτόν και ευγνωμονώντας τον που του έχει δώσει τη ευλογία της ύπαρξης. Αυτόματα ξεχνά κάθε αρνητικό συναίσθημα και αναλογίζεται την αξία της σύντομης επίγειας ζωής με αποτέλεσμα να λειτουργεί με περισσότερη ελπίδα, ηρεμία και χαρά στην καθημερινότητά του.

Κεφάλαιο 4

Η πανδημία του κορωνοϊού και η ζωή του εκκλησιάσματος

Το 2020-21 αποτέλεσε και ακόμα συνεχίζει να είναι μία μεγάλη δοκιμασία για ολόκληρο τον πλανήτη. Ιδίως στην Ελλάδα όλο και περισσότερο η έννοια ελευθερία χάνεται και αντικαθιστάται από τη φράση «θυσίες για το κοινό καλό». Αποτελέσματα προς το παρόν είναι ότι έχει αρχίσει να χαράζεται στον ορίζοντα μία ιδέα «δικτατορίας» που γίνεται όλο και πιο έντονη, καθώς μεταμορφώνεται σε πρακτική και στερεί όλο και περισσότερα δικαιώματα στον Έλληνα.

Οι εκκλησίες κλείνουν και ξανανοίγουν, αλλά κυρίως υπολειτουργούν πάνω από δεκατρείς μήνες τώρα. Πιο συγκεκριμένα τα μέτρα που έχουν ληφθεί, ώστε να επισκεφτεί κάποιος την εκκλησία, είναι αρχικά η αποστολή μηνύματος σε έναν αριθμό που δίνει αναφορά στον κράτος για τις κινήσεις και τις μετακινήσεις των πολιτών σε συνδυασμό με την υποχρεωτική χρήση μάσκας μέσα και έξω από την εκκλησία και τον περιορισμό των ατόμων του εκκλησιάσματος. Στην καλύτερη των περιπτώσεων μέχρι εννέα άτομα μόνο, κι όλα αυτά με την απειλή χρηματικού προστίμου που ξεπερνά το μισό τουλάχιστον του βασικού μισθού στην Ελλάδα.

Τι σημαίνει όμως για το εκκλησίασμα η επίσκεψη στις λειτουργίες της Ορθόδοξης εκκλησίας;

Ο ναός για τους Ορθόδοξους χριστιανούς είναι ο οίκος του Θεού, όπου προσέρχεται το εκκλησίασμα για να λατρεύει τον Θεό. Όταν στην δυνατότητα συμμετοχής επιβάλλονται σκληροί περιορισμοί, οι πιστοί στερούνται τη συμμετοχή τους στην κοινή λατρεία, στερούνται τη συλλογική προσευχή που είναι πιο δυνατή από την ατομική τους προσευχή.

Οι Ορθόδοξες εκκλησίες είναι στολισμένες με βυζαντινές εικόνες παρμένες από το Ευαγγέλιο. Το δεύτερο συστατικό στοιχείο της παράδοσης του Ορθόδοξου χριστιανισμού, μετά την βυζαντινή μουσική, είναι η βυζαντινή αγιογραφία. Τα δύο στοιχεία αυτής της παράδοσης δεν

είναι άσχετα μεταξύ τους, αλλά αλληλεπιδρούν στην ψυχική και πνευματική ανάταση του εκκλησιαζομένου²⁷. Όπου υπάρχει το ένα, συμπληρώνεται από το άλλο, ώστε να πλαισιωθεί ο χώρος με αρμονία, «*Η εικών ψάλλει και το βυζαντινόν μέλος ομιλεί*», Σταύρος Ι. Μπαλογιάννης 2015.

Στη βυζαντινή αγιογραφία τα πρόσωπα δεν ανήκουν σε μορφές ανθρώπων και η βυζαντινή μουσική δεν έχει φυσικούς ήχους ή μουσική από τα κοσμικά είδη. Κάθε ταύτιση με το επίγειο δε θα είχε το ίδιο αποτέλεσμα λατρείας, αφού η λατρεία θα γινόταν ανθρώπινη και όχι προς τον Θεό και θα έχανε κάθε στοιχείο πνευματικότητας.

Σε συνδυασμό των δύο αυτών στοιχείων και της προσευχής «καταργείται» ο χώρος και ο χρόνος και γίνεται ένωση πνεύματος, σώματος και ψυχής την ίδια στιγμή που ο άνθρωπος εκφράζει την αναγνώριση της ευεργεσίας του Θεού προς αυτόν²⁸. Βλέποντας τον αγιογραφικό διάκοσμο, τα εικονιζόμενα πρόσωπα των αγίων και τις παραστάσεις από τη ζωή και το έργο τους, σε συνδυασμό με τα ανάλογα υμνογραφικά στοιχεία και ακούσματα, ο άνθρωπος ανάγεται σε έναν κόσμο υπερφυσικό, πάνω από τον γήινο, λογικό και περατό κόσμο, σε έναν υπέρλογο, στην προσέγγιση του Θείου Προσώπου. Έτσι ζει αυτό που από τη φύση του αναζητά ο άνθρωπος, και δεν είναι άλλο από το θαύμα, γιατί θαύμα είναι το υπέρλογο, αυτό που δεν μπορεί να συλλάβει ο ανθρώπινος νους. Αυτή τη διάσταση μας χαρίζει το «*οράν και ακούειν*», δηλαδή η παράσταση των εικονιζομένων προσώπων και τα υψηλά πνευματικά μελωδήματα της βυζαντινής εκκλησιαστικής μουσικής.

Σήμερα, με την παρούσα κατάσταση είναι πολύ πιο δύσκολο να αποδεχτεί τις νέες συνθήκες σε σύγκριση με τις φυσιολογικές συνθήκες λειτουργίας την κοινωνίας. Η επαφή που έχει το εκκλησίασμα με τις ιερές ακολουθίες είναι έμμεση, καθώς η «επίσκεψη» στις εκκλησίες γίνεται μέσω ραδιοφώνου, τηλεόρασης και διαδικτύου, κάτι που μπορεί

²⁷ Μπαλογιάννης, Ι. (2014). *Η φιλοσοφία της Βυζαντινής Μουσικής υπό την οπτική γωνία των Νευροεπιστημών*, 1^ο Διεθνές μουσικολογικό συνέδριο, Ελλάδα, Βόλος, σελ.9-10

²⁸ Μπαλογιάννης, Ι. (2014). *Η φιλοσοφία της Βυζαντινής Μουσικής υπό την οπτική γωνία των Νευροεπιστημών*, 1^ο Διεθνές μουσικολογικό συνέδριο, Ελλάδα, Βόλος, σελ.5 παρ.2

να μην φέρνει βέβαια αντίθετα αποτελέσματα, αλλά σίγουρα αλλοιώνει την προσήλωση στην προσευχή και συνεπώς δεν προσφέρει την ίδια κατάνυξη και πνευματικότητα.

Επιπλέον, το ότι καθημερινά συμβαίνει ένας «βομβαρδισμός» πληροφοριών με ανησυχία γύρω από δυσάρεστα γεγονότα που αφορούν τις επιπτώσεις του κορωνοϊού, αλλά και τις επιπτώσεις των μέτρων προστασίας στην ψυχολογία και τη λειτουργικότητα της κοινωνίας, ωθούν τον άνθρωπο να αναπτύσσει το αίσθημα της σύγχυσης και του άγχους, και να ολιγοπιστεί ή να μην έχει την ίδια ψυχική δύναμη να αφιερώσει τον χρόνο που αρμόζει στα πνευματικά του καθήκοντα.

Οι φωνές των ιερέων, των οποίων ο ρόλος είναι να μεταφέρουν την ευλογία του Θεού μέσω των ιερών κειμένων των λειτουργιών και ταυτόχρονα να βοηθούν τις προσευχές των ανθρώπων να εισακουστούν έχουν σωπάσει στην πλειονότητά τους. Πιο συχνά διαβάζουν τις λειτουργίες των κηδειών και δέχονται κριτική για το έργο τους και σπανιότερα βρίσκουν το κουράγιο να μεταδώσουν λόγια ελπίδας και συμπαράστασης στους πιστούς και σε ολόκληρη την κοινωνία, ώστε να προσφέρουν μία ψυχική ανακούφιση με σκοπό την έμπνευση και την ενθάρρυνση, ώστε όλοι να εστιάσουν περισσότερο στο πνεύμα και λιγότερο στην ανησυχία.

Τέλος, έχουν αλλοιωθεί βασικές αξίες τις κοινωνίας. Αυτό δε συμβαίνει μόνο λόγω της πανδημίας, αλλά εκδηλώνεται εντονότερα στην παρούσα φάση της χώρας. Η προσευχή, η οποία είναι και το αιώνιο φάρμακο «ψυχών και σωμάτων», καταλήγει σε ρουτίνα και οι λειτουργίες της εκκλησίας που ενώνουν γη με τον ουρανό, μπορούν να ακουστούν μόνο από την τηλεόραση. Πρέπει να γίνει αντιληπτό μετά από τα τόσα δεινά που περνάμε αυτό το διάστημα ότι κανένα ανθρώπινο χέρι δεν μπορεί να σώσει μια τέτοια δυσχερή κατάσταση. Επιβάλλεται να αναγνωριστεί από όλους η δύναμη της προσευχής και να εφαρμοστεί για την επαναφορά της ομαλής λειτουργίας σε όλο τον κόσμο.

Περίληψη

Η Βυζαντινή μουσική είναι η μουσική της Ορθόδοξης Χριστιανικής εκκλησίας. Είναι διαδεδομένη σε όλους τους Ορθόδοξους ναούς παγκοσμίως και αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους φορείς της Εκκλησίας του Χριστού. Μέσα από την Βυζαντινή μουσική, ο πιστός βιώνει ποικίλα συναισθήματα, «μέσα από τις μουσικές και μελωδικές φράσεις, με ένα παράδοξο τρόπο βρίσκει την χαρά και την λύπη, την Αγιότητα και την αμαρτία, τον άνθρωπο και το Θεό!» (Δέδες, 2019)

Με τον όρο Βυζαντινή μουσική, εννοούμε εκείνη την τέχνη που αναπτύχθηκε και καλλιεργήθηκε σε έναν χώρο, μετά την πτώση της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας, . Πρόκειται για καθαρά ελληνική μουσική, που διαδόθηκε από τους Έλληνες και κυρίως τον Μέγα Αλέξανδρο, σε όλο το χώρο της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας, στην ελληνική γλώσσα. «Οι ιστορικοί Έλληνες τε και Ευρωπαίοι παραδέχονται ότι η τεχνική διασκευή της αρχαίας ελληνικής μουσικής εχρησίμευσεν ως βάση της εκκλησιαστικής μουσικής» (Παπαδόπουλος, 2020).

Η εκκλησιαστική μουσική είναι μια πολύ σημαντική τέχνη και επιστήμη, αφού χάρη σε αυτήν και στην αγιότητα των συνθετών της μεταδίδεται στη χριστιανική λατρεία κάθε αίσθημα λατρείας και δοξολογίας προς το Θεό, αλλά και γαλήνης και ισορροπίας στην ψυχή και αυτό χάρη στη μονοφωνία της. «Από πλευράς καθαρά μουσικής και ακουστικής η βυζαντινή μουσική είναι τέλεια, διότι χρησιμοποιεί φυσικές κλίμακες, αρμονικότερες και πλουσιότερες από την κλίμακα της ευρωπαϊκής μουσικής» (Κατσούλης, 2004). Η ψαλτική απαλλαγμένη από τους αισθησιασμούς της πολυφωνικής ευρωπαϊκής μουσικής και χρησιμοποιώντας τους αρχαίους μονοφωνικούς τρόπους πετυχαίνει άριστα τον σκοπό της που είναι η συμμετοχή στα μυστήρια της εκκλησίας, δηλαδή μπορεί να είναι μονοφωνική όπως προαναφέραμε, ή και πολυφωνική.

Στην παρούσα ερευνητική πρόταση θα διερευνηθούν οι λόγοι, που εκτός από σπουδαία τέχνη θεωρείται ελπιδοφόρο και ενθαρρυντικό στοιχείο στη ζωή του ανθρώπου, διότι σχετίζεται άμεσα με τη βιωτή και τον ψυχισμό του πιστού στην καθημερινή του ζωή και προκαλεί θετική επιρροή στην ψυχολογία των πιστών. Αυτό επιτυγχάνεται τόσο με τα

ακούσματά της, όσο και με τη συμμετοχή στην εκτέλεσή της . «Η βυζαντινή μουσική είναι το καταλληλότερο μέσω παιδείας των νέων, αλλά και των ενηλίκων , γιατί είναι η μόνη μουσική που έχει τη δύναμη να κάνει τον άνθρωπο, να ταπεινωθεί, να μετανοήσει, να δοξάσει και να του δώσει την ελπίδα να συνεχίσει τη ζωή του με αισιοδοξία, παρά τις δυσκολίες που αντιμετωπίζει» (Σιμίτα, 2015).

Βιβλιογραφία: Gunter Kreutz, Stephan Bongard, Sonja Rohrman, Dorothee Grebe, Hans Gunther Bastian & Volker Hodapp, *Proceedings of the 5th Trienal ESCOM conference, 8-13 September 2003, Hanover University of Music and Drama, Germany, Does singing provide health benefits?*

Dimosthenis Spanoudakis, (2015), *The Psaltic Art as an Autonomous Science, Neuromusicology and Byzantine Chant. An interdisciplinary approach with multiple benefits Preliminary study, goals and prospects.*

Αριάδνη Τσαλούχου, (2015), *The Psaltic Art as an Autonomous Science, Η επίδραση της σχέσης Βυζαντινής Μουσικής και Συναισθημάτων στην Ευζωία των ανθρώπων*

Stephen Clift & Grenville Hancox, (2010), *Music Performance Research, The significance of choral singing for sustaining psychological wellbeing: findings from a survey of choristers in England, Australia and Germany.*

Jane W. Davidson & Sandra Garrido, (2015), *Oxford Handbooks Online, Singing and Psychological Needs.*

Antje Bullack, Carolin Gass, Urs M. Nater & Gunter Kreutz, (2018), *frontiers in Behavioral Neuroscience, Psycobiological effects of Choral Singing on Affective State, Social Connectedness, and Stress: Influences of Singing Activity and Time Course.*

Βαλεντίνα Σιμίτα, (2015), *Η Βυζαντινή μουσική ως μέσω παιδείας εξ'επίψεως κοινωνιολογίας του Χριστιανισμού*, Τμήμα Ποιμαντικής και Κοινωνικής Θεολογίας, Α.Π.Θ.

Amy Clement- Cortes, (2015), *Music and medicine, volume 7, issue 4*, Singing for Health connection and care, University of Toronto.

Gunte Kreutz, (2014), *Music and medicine, volume 6, issue 2*, Does Singing Facilitate Social Bonding?

St.J.Baloyannis, (2018), *Medcare, Step into the World of Research* , Neurosciences in byzantine era, Aristotle University of Thessaloniki.

Oprea (Farcas) Severina- Maria, (2016), *The Liturgical music in music therapy practice*, University “Bebes- Bolyai” Claj-Napoca Faculty of Orthodox Theology.

Bernard Spilka & Kevin L.Ladd, (2013), *Chapter 1, Introduction to the Scientific Study of Prayer*, *The Psychology of Prayer: A Scientific Approach*.

David R.Williams & Michelle J.Sternthal, (2007), *Spirituality and Health*, Spirituality, religion and health : evidence and research directions.