

Podle tibetské hudební teorie je zdrojem všech zvuků řeči, ale také ticha, samohláska á. Z tohoto základního zvuku pak povstávají všechny další variace, dolů až k nízkému ů, nahoru až k vysokému í. Zpěv je pak založen na těchto základních výškách. Zpěv je považován za základní prostředek duchovní transformace, za jakousi dynamickou formu meditace. Jeho charakter je určován emočním stavem, intelektuální vizí a úmyslem toho, kdo zpívá.

Filmař David Hykes potřeboval v roce 1973 pro svůj film nějakou „jinou“ hudbu. Napadlo ho elektronicky rozložit nahrávku ženského zpěvu. Film měl na jedné pozdější výstavě úspěch a v knize hostů se objevil zápis o tom, že jednomu návštěvníkovi se obzvláště líbila nahrávka tibetského zpěvu. Hykese to zaujalo, začal pátrat, sehnal tehdy dostupné nahrávky a sedm let trvalo, než se dostal do Mongolska a do Tibetu, aby se tomuto druhu zpěvu, jakési univerzální, pravdivé a symbolické hudbě, která člověka dokáže spojit s tím, co ho přesahuje, učil přímo od šamanů. Mezitím se ale naučil zpívat „overtones“ nebo, jak tomu říká on, „harmonic chanting“, harmonický zpěv, sám. Později se učil od tibetských mnichů, indické zpěvačky a v současnosti je to právě on, kdo vynalézá další možnosti a nová uplatnění zpěvu harmonických tónů.

Každý hudební tón je nejen např. vibrace struny v základní frekvenci, ale také několik vrstev jiných tónů, které nevznikly úderem prstu do struny. Říká se jim alikvótní, částkové, harmonické tóny (v angličtině overtones). Podle Tibeťanů, kteří jsou zájmem západních hudebníků a muzikologů o svůj druh zpěvu velmi překvapeni, protože v rámci jejich hlubokého zpěvu jsou alikvótní tóny jen vedlejším účinkem, obsahuje každý zvuk na světě harmonické tóny, a jde jen o to je umět slyšet. Tak jako bílé světlo je vlastně směsí barev druhy, tak i každý tón je výsledkem mnoha harmonických částkových tónů. Harmonické tóny dodávají zvuku každého hudebního nástroje charakteristickou „barvu“. Komorní A zahrané na pianu, violoncellu, flétně nebo kytarě je vždy jinak barevné – právě díky jinému poměru ve spektru harmonických tónů. Např. právě pro komorní A, t.j. 440 Hz, je prvním alikvótem oktáva 880 Hz (a další harmonické frekvence vznikají v poměrech 3:1, 4:1, 5:1, 6:1, 7:1, 8:1 atd.).

Když člověk poprvé zaslechne ve svém hlase, v prostoru kolem hudebního nástroje nebo v kostele při sborovém zpěvu harmonické tóny, začne je postupně umět rozeznávat i v množství jiných zvuků (a uvědomí si, že doposud byl skutečně „hudební barbar“, k tak nádherným zvukům „hluchý“). Indická tamera, australská didžeridu, ústní harfíčka (brumle), ale i slovenská fujara jsou přirozenými zdroji velmi dlouhé řady alikvótních tónů. Ukázalo se, že právě tyto „neudeřené“ tóny jsou velmi léčivé. A mnozí lidé najednou zjistili, že tyto tóny stejně podvědomě vyhledávali. Není náhoda, že nejoblíbenější nástroje, např. kytara, piano, mají kovové struny. Není náhoda, že kostely, katedrály, nebo kláštery používají pro svolávání věřících zvony, gongy. Tedy kovové nástroje, které produkují nejdelší řadu alikvótních tónů. Není náhoda, že tibetské mísy jsou tak léčivé.

Při zpívání alikvótních tónů člověk přezpívává sérii základních samohlásek u, o, a, e, i velmi pomalu a pozvolna tak, aby mezi jednotlivými samohláskami vznikl jakýsi prostor, ve kterém se objeví harmonické, alikvótní tóny. Hlas ale musí být znělý, jaksi kovový. Tak jako v syntezátorech všechny druhy zvuků vznikají vlastně jen kombinací interference základního a modulačního tónu, tak při soustředěném zpěvu základních samohlásek a velmi pečlivém nastavení akustických poměrů uvnitř ústní dutiny zpěváka přirozeně vznikají alikvótní tóny. Lidské hlasivky mohou vykonávat 80 až 10 000 kmitů za vteřinu, dokáží se chvět celé, nebo kmitají jen jejich části. Vlivem impulsů nervové soustavy mění svou tloušťku, délku i napětí.

Jsou dokonalým indikátorem emocí. Ukázalo se, že pro každou emoci jsou příznačné určité akustické znaky. Dnes navíc víme, že uvolněním hlasivek uvolníme i emoční problémy či bloky. Dnes víme, že hlasivky úzce souvisí s produkcí hormonů a že existuje souvislost mezi hlasem, elektrokardiogramem a zdravím člověka. Když posloucháme řeč nějakého člověka, získáme z jeho slov jen 20% informací – 80% informací vnímáme podvědomě, z jeho gest, ale především tónu hlasu, jeho jistoty nebo nejistoty, pomlky, rytmu dechu atd. Proto jaksi „cítíme“ když nám někdo lže, nebo že se přetvařuje atd.

Mimochodem, hlas má také úzkou souvislost s pohlavím – ženy vnímají zvuk a hlas zcela jinak než muži. A naopak, když muž pomocí cvičení zvýší rozsah svého hlasu, začne více „rezonovat“ se svou „ženskou“ složku.

Akustici objevili, že při vyslovení jakékoliv samohlásky vzniká vždy několik frekvencí, které vytvářejí jednotný zvuk. Jinými slovy, objevili to, co tibetští lamové a mongolští šamané vědí už hezky dlouho. Ukázalo se, že ucho si dokonce i takové ostré zvuky, jako je rána z pušky nebo úder na buben rozkládá na jednotlivé čisté tóny – a teprve jejich signály pak mozek skládá do pro nás typického zvuku rány z pušky nebo úderu na buben. Jinými slovy – ucho vždy zpívá.

Harmonický zpěv je tedy jakýmsi dokonalým a velmi intenzivním relaxačním cvičením (na mysl není nic než dokonalé soustředění na zvuk a pohyby rtů), velmi intenzivním dechovým cvičením (zpěvák, aniž to tuší, trénuje efektivitu svého dýchání a po nějaké době s překvapením zjistí, že dokáže zpívat neuvěřitelně dlouhou dobu) a také jakousi vibrační masáží spodních, vývojově nejstarších částí mozku. Když k tomu všemu připočteme ještě dokonalé uvolnění hlasivek, začneme tušit, proč je zpívání alikvótních tónů právě dnes tak vyhledávané.

V době, kdy se lidem dostaly do rukou první nahrávky tohoto druhu zpěvu, ještě nebyli schopni alikvótní tóny rozeznat. V naší době se totiž velmi málo zpívá, recituje. Většinou jen pasivně sledujeme výkony profesionálů. Neznáme. Zatímco tříleté dítě neustále vydává různé zvuky, jak dospívá, jeho zvukové bohatství se omezuje. Jakmile se ale takto poškozený člověk sám začne harmonickým zpěvem sluchově a tónově čistit, objeví nejen estetickou i terapeutickou hodnotu zpěvu tibetských mnichů nebo mongolských a tuvanských pastevců, ale i klíč ke svému zdraví a psychické pohodě.

Zatímco zpěv tibetských mnichů založený na samohláskové řadě se na západě rychle rozšířil, teprve nedávno jsme začali objevovat i umění jiného druhu alikvótního zpěvu, pocházejícího z Mongolska. Mongolové a hlavně příslušníci etnické skupiny Tuvanů (Tuva je dnes autonomní republika, předtím spadala pod SSSR) tomuto zpěvu říkají hrdelní zpěv. Tuvané rozeznávají tři základní druhy, *sygyt*, hrdlo je stažené a Tuvané ho popisují jako imitaci něžného letního vánku nebo zpěvu ptáků, *húmei*, který vychází ze zpěvu velmi otevřeného O, a *kargyra*, který začíná řečí a při kterém vzniká zároveň tři a více tónů.

Dnes jsou na trhu nahrávky průkopníků alikvótního zpěvu, např. Davida Hykese, Jill Purceové, Nigela Halfhidea, Němců Christiana Bollmanna a Michaela Vettera, Holanďana Danny Bechera a dalších. Prakticky každý současný new age hudebník umí takto zpívat – považuje se to za jakousi další duchovní „gramotnost“. Ve Francii začali zpívat v jednom kostele harmonické tóny dokonce i onkologičtí pacienti a mnohým z nich se právě díky tomuto druhu zpěvu podařilo vyléčit.

David Hykes dnes umí zpívat jak základní tón se stoupající řadou alikvótů, tak stoupající nebo klesající základní tón s rovným alikvótem, tak stoupajícími a klesajícími základními i alikvótními tóny. Tvrdí, že harmonický zpěv je nová globální posvátná hudba příštího tisíciletí. Někteří tuvanskí zpěváci umí uvolnit hlasivky tak, že zpívají alikvóty v alikvótech a vzniká pulsace, jako když kolotá slavík. Vždy to ale můžeme považovat za téměř dokonalou metaforu, ilustrující začátek informačního věku: člověk malým, milimetrovým pohybem jazyka, změnou barvy zvuku a prostoru celé katedrály. Ví totiž jak. A stačí tak málo.

Tibetáné učí, že stav těla je závislý a řízený stavem mysli. Zvuk je pak jakýsi hmotně vlnový jev, ovlivňující molekuly a dokonce i energii na atomové úrovni v prostoru od ucha až do

mozku. Podle této teorie zvuk, zvláště nepříjemný zvuk, způsobí, že se člověk rozhněvá, někoho zabije, nebo se začne bát.

A to je přesně to, čím se zabývá i dr. Tomatis. Zde také leží šance západní vědy začít se zabývat i nehmotnými, v tomto případě akustickými a vlnovými jevy, a jejich vlivem na tělo a mysl člověka.

Znovu opakuji: když ve středověké katedrále zpívali tři mniši neškolenými, rovnými hlasy tři tóny, v dokonalé akustice věřící uslyšeli čtvrtý hlas. Alikvót. Musel to pro ně být neuvěřitelně silný zážitek: viděli tři zpěváky a slyšeli čtyři hlasy. Promlouval k nim tak jejich Bůh. Měli tak jakousi možnost s Ním komunikovat. Právě tak komunikovali pomocí didžeridu aboridžinci se svými bohy, kteří jim vysnili svět a právě tak asi komunikovali s nadpřirozenem lovci v akusticky dokonalých jeskyních Altamiry. Jenže ve středověku zpěváci a hudebníci začali soutěžit, z duchovní hudby se stala záležitost estetiky a zábavy. Jakmile začali zpěváci používat vibrata, alikvót se neobjevil. Člověk tak ztratil kontakt se svým duchovností.

Možná není náhoda, že se právě dnes i v našich krajích objevily tibetské mísy, peruánské píšťaly, australská didžeridu a vícehlasý alikvótní zpěv. Tedy informace o tom, jak se vyčistit. Podle dr. Steindl-Rasta nám připadá svět absurdní, protože neslyšíme. Latinsky *ab surdus* znamená „absolutně hluchý“. Neslyšíme, co je skutečnou příčinou lidské agresivity, zloby, nenávisti. Nedokážeme se domluvit – v rodině, mezi partnery, politické strany mezi sebou. Potřebujeme pročistit své uši a mysl, vyladit se na přirozené zdroje harmonie a přirozené rytmy, obnovit kontakt a přístupy ke své duchovnosti.

Abychom lépe slyšeli, říká David Hykes, musíme sami v sobě nalézt tichý prostor, ve kterém lépe uslyšíme svůj vlastní zvuk. Poslouchání je stav čistoty a vnímání celou osobou, myslí a tělem zároveň. Přání lépe slyšet může vést k šokujícímu zjištění, jak špatně nasloucháme, nebo k příjmu informací, které nás tak otevřou, že už nedokážeme zůstat hluchí.

Tibetské mísy jsou možná přece jen pro někoho nedostupné stejně jako didžeridu. Hlas má ale každý. A informaci o tom „jak“ už také. Stačí jen začít - a naplnit tak vizi nejen Johna Cagea (viz úvodní citát).