

2014

**ΑΓΓΕΛΟΣ-
ΛΕΩΝΙΔΑΣ ΜΑΚΡΗΣ**

**ΠΩΣ Η ΜΟΥΣΙΚΗ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ
ΑΓΓΙΞΕΙ ΖΩΕΣ**

ΑΓΓΕΛΟΣ – ΛΕΩΝΙΔΑΣ ΜΑΚΡΗΣ
ΓΥΜΝΑΣΙΟ ΟΙΝΟΦΥΤΩΝ
ΟΙΝΟΦΥΤΑ ΒΟΙΩΤΙΑΣ
TK 32011

Οινόφυτα, 11-02-2014

ΠΡΟΣ
ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΜΟΥ
XXX, ΟΙΝΟΦΥΤΑ
TK 32011

Αγαπημένοι μου γονείς,

Ήμουν σχεδόν τεσσάρων χρονών όταν για πρώτη φορά, ένα απόγευμα του Σεπτεμβρη με ιδρωμένες παλάμες και ένα δάκρυ από ένα άγνωστο φόβο στην άκρη του ματιού μου, τα βήματά σας με οδήγησαν σ' ένα κτίριο με μια πόρτα που φάνταζε τεράστια στα μάτια μου... Σήκωσα το βλέμμα μου ψηλά και είδα μια επιγραφή...Ωδείο Χαλκίδας .

Πως θα μπορούσα να φανταστώ τότε, ότι μου προσφέρατε ένα από τα πιο πολύτιμα δώρα της ζωής μου...ένα εφόδιο για εμπειρίες μοναδικές...

Η μουσική γεννιέται μαζί με τον άνθρωπο. Ο πρώτος και πιο γλυκός ήχος της, όταν είμαστε ακόμα έμβρυα....ο χτύπος της καρδιάς της μάνας...Η ανθρώπινη φωνή το φυσικότερο μουσικό όργανο και μετά η μουσική της μάνας φύσης που είναι και αυτή μοναδική. Αυτή της βροχής, του νερού που κυλά στο ποτάμι, το θρόισμα των φύλλων, το βουητό των μελισσών, ο παφλασμός των κυμάτων, το τριζόνι τη νύχτα, το κελάηδημα των πουλιών ένα ανοιξιάτικο πρωινό!

Στην ελληνική μυθολογία, ο θεός Απόλλωνας μάγευε με τη λύρα του κάνοντας τις Χάριτες, την Αρμονία, την Ήβη και τις Νύμφες να λικνίζονται...

Στην Αρχαία Ελλάδα, φιλόσοφοι όπως ο Πλάτωνας και ο Αριστοτέλης υμνούν την ηθοπλαστική δύναμη της μουσικής...Ο Πλάτων διδάσκει πως η μουσική δίνει ψυχή στις καρδιές και φτερά στη σκέψη!

Τι είναι όμως αυτό που πραγματικά κάνει η μουσική στην ψυχή μας;

Υπάρχουν στιγμές που ακούγοντας μουσική νιώθεις δυνατός και χαρούμενος. Εκείνες τις στιγμές ανοίγει το μυαλό και γίνεσαι ευαίσθητος σε ιδέες, σε συναισθήματα, στον άλλον. Η μουσική είναι δόνηση. Τη μουσική σίγουρα την αισθάνεσαι...Είναι αυτό που σε κάνει να ανατριχιάζεις, να γελάς, να κλαις, να χαμογελάς νοσταλγικά, να ελπίζεις και τόσα άλλα...Μιλάει σε κάθε κύτταρό σου και κάποιες φορές δίνει άλλη όψη στη στιγμή σου, γαλήνια ακούσματα γίνονται μουσικές διέξοδοι και αφορμή για περιπλανήσεις... Η επίδραση της μουσικής στον όλο ψυχισμό μας είναι ξεχωριστή. Μια καλή ευκαιρία να αποκαταστήσεις τις σχέσεις με τον εαυτό σου, να ανανεώσεις τις δυνάμεις

σου, να ανακτήσεις την ηρεμία σου, να αντιπαλέψεις τα προβλήματα της ζωής, γιατί η μουσική είναι μια κυριαρχία του συναισθήματος και του ενστίκτου πάνω στο νου και τη λογική, είναι ένας άλλος τρόπος σκέψης. Είναι εκείνη η γαλήνη που εισπράττεις με το άκουσμά της μέσα σε μια στιγμή και που θα σε ακολουθεί για όλη την υπόλοιπη μέρα σου...

Δεν υπάρχει τίποτα πιο θερμό και συγκινητικό από τη θέα μιας συμφωνικής ορχήστρας... Αιφνίδια σιωπή... ο μαέστρος κάνει την εμφάνισή του. Οι νότες ξεχύνονται και οι ακροατές άσχετα με την εθνικότητά τους, τη γλώσσα που μιλούν, το θεό που πιστεύουν, νιώθουν την ίδια μαγική δύναμη της μουσικής να τους συνεπαίρνει, σε μια γλώσσα πανάρχαιη και πανανθρώπινη!

Αλλά και επιστήμονες κάθε ειδικότητας διαλαλούν τις ευεργετικές και θεραπευτικές ιδιότητες της μουσικής άμεσα πάνω στο σώμα μας. Μελέτες μουσικοθεραπείας, δηλώνουν πως οι άνθρωποι μπορούν να απαλλαγούν από συμπτώματα κατάθλιψης και γενικότερης έντασης, αϋπνίας και στρες. Η ηχοθεραπεία, αποτελεί ένα εργαλείο στη διάθεση της νευρολογίας, επειδή ενεργοποιεί και ενδυναμώνει τον εγκέφαλό μας. Οι ήχοι επιδρούν άμεσα στον υποθάλαμο του εγκεφάλου, καταπραΰνοντας τον καρδιακό ρυθμό και την πίεση, φουντώνοντας την σπίθα της αισιοδοξίας. Έρευνες έχουν αποδείξει ότι ασθενείς που άκουγαν μουσική πριν και κατά τη διάρκεια μιας εγχείρησης είχαν χαμηλότερα επίπεδα ορμονών στο αίμα τους.

Πώς θα ήταν άραγε χωρίς τη μουσική αυτός ο κόσμος;
Βαρετός και ανιαρός σχεδόν ανυπόφορος. Όμως ο κόσμος είναι αρμονία και η αρμονία είναι μουσική! Δίνει ζωή στα όνειρα από τη μια μεριά και παριστάνει τη ζωή σαν όνειρο από την άλλη... Φαντάζομαι τη ζωή του ανθρώπου χωρίς τη μουσική... άχρωμη, ανέκφραστη, μονότονη, γεμάτη ευθείες ασπρόμαυρες γραμμές στο διάβα μας ή απλά μια ζωή σιωπηλή.

Ο Πυθαγόρας, τονίζει ότι η μουσική ξυπνά στην καρδιά τον πόθο των ωραίων πράξεων...
Ο Λούντβιχ Βαν Μπετόβεν, τη χαρακτηρίζει σαν μεσίτης της ζωής του νου και ζωής των αισθημάτων...
Ο Θεόφιλος Γκωτιέ, την αποκαλεί τον προσφιλέστερο θόρυβο του κόσμου...
Ο Φρειδερίκος Νίτσε, λέει ότι χωρίς τη μουσική, η ζωή θα ήταν ένα μεγάλο λάθος...

Πέρασαν σχεδόν δέκα χρόνια από εκείνο το απόγευμα του Σεπτεμβρίου...
Μπαίνω στο δωμάτιό μου, αγγίζω τα πλήκτρα του πιάνου μου, συνομιλώ με τις νότες μου και...ξεπλένω τη ζωή μου από τη σκόνη της καθημερινότητας...έτσι σαν μια απόδραση χωρίς

εισιτήριο! Η μουσική, μου μιλά για πράγματα που δεν έχω βρει ακόμα τις λέξεις να τα περιγράψω... Μου ξυπνά μια παλιά ανάμνηση, μια σπουδαία στιγμή, είναι το πετάρισμα της καρδιάς μου χωρίς λόγια, αγκαλιάσματα χωρίς σώματα, φωνές χωρίς ήχους, εικόνες χωρίς σύνορα. Η μουσική, είναι μέσα μου και έτσι αγγίζει εμένα τη ζωή μου!

Αγαπημένοι μου γονείς,

Σας ευχαριστώ για αυτή την υπέροχη πρωτοβουλία σας ...

Σας ευχαριστώ για τα ταξίδια του νου και της ψυχής που μου χαρίσατε ...

Με εκτίμηση και αγάπη,

Ο γιος σας

Άγγελος – Λεωνίδας Μακρής.