

MIKOŁAJ BUDNIAK

**Uniwersytet Papieski Jana Pawła II
w Krakowie, Polska**

18738@student.upjp2.edu.pl

ORCID: 0000-0002-0303-3823

DOI: 10.13166/awsgc/194554

**SPOSOBY WYKORZYSTYWANIA
ZJAWISKA KRYZYSU W PRZEMYŚLE
MUZYCZNYM DO MODELOWANIA
MAŁOLETNIICH ODBIORCÓW**

**WAYS OF USING THE PHENOMENON
OF CRISIS IN THE MUSIC INDUSTRY
TO MODEL UNDERAGE AUDIENCES**



**Ministerstwo
Edukacji i Nauki**

Projekt dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Społeczna Odpowiedzialność Nauki II” pt. „Współczesny obraz społeczeństwa polskiego w nauce i debacie publicznej”

ABSTRAKT

Autor artykułu wykazuje, że naturalne zjawisko kryzysu, które pojawia się w trakcie rozwoju człowieka, jest celowo wykorzystywane przez przemysł muzyczny do modelowania nastoletnich odbiorców. W artykule omówiona została zarówno psychologiczna osobliwość muzyki, jak i główne metody manipulacji przy jej wykorzystaniu. Autor przybliży czytelnikowi wyniki różnych badań, również swoich, na temat muzyki i jej wpływu na jej odbiorcę. Na końcu artykułu zaprezentowane zostaje autorskie *narzędzie* pomagające diagnozować, z jakimi treściami małoletni odbiorca obcuje, słuchając swojej ulubionej muzyki.

SŁOWA KLUCZOWE: *kryzys, rozwój, dziecko, nastolatek, muzyka, psychologiczna osobliwość muzyki, manipulacja, sposoby manipulacji, szczególnie system manipulacji H-I-V, badania*

ABSTRACT

The author of the article shows that the natural phenomenon of crisis, which appears in the course of human development, is intentionally used by the music industry to model teenage audiences. The article discusses the psychological peculiarity of music, as well as the main methods of manipulation using music. The author presents the reader with the results of various research, including his own, on music and its impact on its recipient. At the end of the article, an original „tool” is presented that helps diagnose what content a minor recipient encounters when listening to his or her favorite music.

KEYWORDS: *crisis, development, child, teenager, music, psychological peculiarity of music, manipulation, methods of manipulation, special H-I-V manipulation system, research*

WPROWADZENIE

Na wstępie chciałbym zaznaczyć, że jako punkt wyjścia do swoich badań przyjmuję koncepcję Erika Eriksona dotyczącą psychospołecznego rozwoju człowieka i roli kryzysu (wraz z jego przezwyciężeniem) jako naturalnego zjawiska, które jest kluczowe w kontekście wchodzenia na kolejne etapy psychospołecznego rozwoju człowieka. W moich analizach zwróciłem uwagę na to, że owo naturalne zjawisko kryzysu stało się swoistą *szczeliną*, przez którą można zainfekować człowieka, podsuwając mu syntetycznie przygotowane sposoby poradzenia sobie z chaosem (wywołanym przez kryzys), w wyniku czego następuje proces celowego modelowania najpierw jednostki, a w konsekwencji całych grup społecznych. Ten sposób manipulacji w szczególności można odnaleźć w przemyśle muzycznym, który niemalże do perfekcji doprowadził sposoby modelowania małoletnich odbiorców przeżywających kryzysy rozwojowe.

Warto odnotować, że już w starożytności filozofowie zwracali uwagę na to, iż muzyka jest narzędziem modelującym młode pokolenia. Mam tutaj na myśli Pitagorasa^[1], Platona^[2], Arystotelesa^[3], Arystoksenosa z Tarentu^[4]. Znamienne jest, że starożytni niejako w centrum *paidei* (...) stawiali wychowanie muzyczne, które w szczególnie sposób wpływało na kształtowanie dzielnego obywatela, coraz bardziej doskonałego i zharmonizowanego^[5].

Przyglądając się powyżej zarysowanej perspektywie, dostrzegamy, że muzyka zajmuje szczególne miejsce w życiu człowieka, odgrywa ważną rolę w jego

^[1] Porfiriusz, *Żywoł Pitagorasa*, Wydawnictwo Epsilon, Wrocław 1993, s. 17–18.

^[2] Platon, *Państwo* III, 397d–399a, ANTYK, Kęty 1997.

^[3] Por. T. Misiak, *Platon – Arystoteles: dwie wersje tezy o wychowawczej funkcji muzyki w społeczeństwie*, *Wychowanie Muzyczne w Szkole*, styczeń/luty 1988, s. 26; zob. też: R. Kasperowicz, *Od Arystotelesa do Adorna. W poszukiwaniu teorii ekspresji muzycznej*, *Ethos*, R. 19, nr 1/2=73/74 (2006), Lublin 2006, s. 165.

^[4] Zob. Arystoksenos z Tarentu, *Harmonika*, przeł. A. Maciejewska, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2015; por. D. Burakowski, *Arystoksenos z Tarentu i problem teoretycznych podstaw muzyki starogreckiej*, [w:] *Archiwum Historii Filozofii i Myśli Społecznej*, t. 48, PWN, Warszawa 2003, s. 44.

^[5] Por. K. Olbrycht, *Prawda, dobro i piękno w wychowaniu człowieka jako osoby*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2000.

kształtowaniu, wywiera na niego wpływ. Tę koncepcję będą podzielać i rozwijać na przestrzeni wieków, aż do współczesności, różni myśliciele (np. św. Augustyn, św. Hildegarda z Bingen, Artur Schopenhauer, Theodor W. Adorno, Hans Urs von Balthasar, Dietrich von Hildebrand, Stefan Szuman, czy Roman Ingarden). Uczeni ci w wielu kwestiach bardzo różnili się od siebie, ale każdy z nich podnosił temat znaczącego miejsca muzyki w życiu człowieka.

Wraz z pojawieniem się filozofii materialistycznej istota ludzka w zdecydowany sposób została poddana redukcjonizmowi. Zaowocowało to odarciem człowieka z jego wartości i godności, uczyniono z niego jeden z wielu innych przedmiotów, który można wymodelować, użyć, a następnie utylizować, gdy przestanie się nadawać do *użytku*. Bardzo szybko zorientowano się również, że muzyka może być znakomitym narzędziem modelującym jednostki według wcześniej zaprojektowanej ideologicznej *formy*^[6].

PSYCHOLOGICZNA OSOBLIWOŚĆ MUZYKI

Na samym początku chciałbym zauważyć, że muzyka, jako trzecie *tworzywo* (środek) manipulacji, ze swej natury cechuje się pewną osobliwością, której nie zawiera ani słowo, ani obraz, mianowicie odbierana w sposób *naturalny* (bez ingerencji dysponentów manipulacji), czyni człowieka podatniejszym

^[6] Dobrą egzemplifikacją wykorzystania piosenek dla celów ideologicznych są chociażby wspólne songi Bertolta Brechta i Kurta Weilla. Jedną z głównych inspiracji światopoglądowych Brechta był marksizm. Jak wykazuje A. Gisselbrecht: *Oto jak dwoje* „dzieci Marksa wyciąga z niego zupełnie przeciwne wnioski. Dla jednego (Lukács) marksizm jest w swej istocie teorią względnej niezależności ideologii, a sztuka polega na przeciwstawianiu rozpadającej się rzeczywistości ideału (heglowskiego) harmonijnej całości. Dla drugiego (Brecht) marksizm jest w swej istocie demaskacją wrogich ideologii i ich funkcji, a literatura bezpośrednim zastosowaniem materializmu dialektycznego; prawda nie stanowi problemu: wszystko jest kwestią technik, umożliwiających przekazywanie jej tym, do których jest adresowana”; zob. A. Gisselbrecht, *Marksizm a teoria literatury*, przeł. W. Dłuski, [w:] *Marksizm i literaturoznawstwo współczesne*, A. Lama i B. Owczarka (red.), PIW, Warszawa 1979, s. 140.

na sugestię, ułatwia asymilację przekazywanych treści^[7]. Podążając za myślą Stefana Szumana (krakowskiego psychologa), który prowadził badania nad percepcją muzyki, rozwijając tym samym nurt badań psychologiczno-muzycznych^[8], zauważamy, że doświadczanie muzyki angażuje całego człowieka. Szuman ujmuje to następująco:

Muzykę słyszy nie tylko nasze ucho, spostrzega jej strukturę nie tylko nasz umysł, reaguje na nią nie tylko nasza wrażliwość estetyczno-emocjonalna i uczuciowa, ale cały człowiek słucha muzyki i bierze w niej udział^[9].

Wyraźnie widzimy, że owa osobliwość muzyki polega na zaangażowaniu w jej odbiór całej jednostki.

Wyłuszczając istotne dla naszych rozważań elementy pracy Stefana Szumana, należy zauważyć, że w trakcie słuchania utworu muzycznego

^[7] Wraz z zaistnieniem radia oraz technikami nagrywania dźwięku radykalnie zmieniła się natura muzyki oraz sam sposób jej słuchania. W konsekwencji muzykę dało się oddzielić od jej źródła, miejsca i kontekstu. Spowodowało to, że mogła ona wejść do przestrzeni życia codziennego – można było zacząć jej słuchać w *tle* (*ambient listening*), muzyka stała się akompaniamentem dla życia. W latach 40. XX w. za sprawą teoretyków: Theodora W. Adorno i Aldousa Huxleya zauważono, że taki stan rzeczy może zostać wykorzystany do celów ideologizacji, a konsekwencje *biernego słuchania* muzyki mogą być nieodwracalne. Już wtedy zaczęto wykorzystywać muzykę (*Muzak Corporation*) jako tło do tego, by *regulować nastrój* i dzięki temu polepszać produktywność robotników; zob. C. Cox, D. Warner, *II Sposoby słuchania. Wprowadzenie*, [w:] *Kultura dźwięku. Teksty o muzyce nowoczesnej*, C. Cox, D. Warner (wyb. i red.), słowo/obraz terytoria, Gdańsk 2010, s. 93; *Muzak Corporation* – amerykańskie przedsiębiorstwo zajmujące się produkcją i dystrybucją muzyki do publicznego użytku. Przedsiębiorstwo *Muzak* powstało na bazie przedsiębiorstwa *Wired Radio Inc.* stworzonego w 1934 r. i zajmującego się produkcją i instalacją kablowego radia. Programy *Muzaka* w ciągu niespełna 10 lat zostały zakupione przez ok. 25% zakładów w USA. W połowie lat 80. w *dźwiękowe tapety* zaopatrywano kablami ok. 200 mln odbiorców w całym uprzemysłowionym świecie.

^[8] Nurt badań psychologiczno-muzycznych zapoczątkowany został po I wojnie światowej przez Ernesta Kurtha (1931). S. Szuman stał się w Polsce prekursorem nowego stylu myślenia o muzyce i nowego podejścia do teorii muzyki, jak również prekursorem semiologii i semiotyki muzycznej; zob. M. Manturzewska, *Stefana Szumana Psychologia Muzyki*, [w:] *Studia nad rozwojem i wychowaniem: w osiemdziesiątą rocznicę Zakładu Psychologii Rozwojowej i Wychowawczej na Uniwersytecie Jagiellońskim*, M. Kiełar-Turska (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2009, s. 67–76.

^[9] S. Szuman, *O sztuce i wychowaniu estetycznym*, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1969, s. 362.

człowiek doświadcza przyjemności (w mózgu uwalnia się dopamina), muzyka może mobilizować (przeżycie kinetyczne) i pobudzać go poznawczo (oddziaływanie stenizujące) – podążając za muzyką, człowiek jest w gotowości przyjmowania (jest otwarty na *nowe*). Te efekty, związane z percepcją muzyki, sprawiają, że jednostka staje się bardziej podatna na ukryte przekazy dysponentów manipulacji.

TECHNIKI MANIPULACJI PODŚWIADOMOŚCIĄ PRZY UŻYCIU MUZYKI

Omówimy teraz pięć głównych technik manipulacji przy użyciu muzyki, w celu wpłynięcia na podświadomość człowieka. **Pierwszą z nich** jest technika wstecznego zapisu (zapis tekstu w przeciwnym kierunku, *Backward Masking Process*). Technika ta polega na tym, że podczas procesu produkcji nagrania utworu muzycznego (np. piosenki) zamieszcza się specjalne *orędzie podświadome słowne*, które jest celowo przygotowanym *trackiem (śladem dźwiękowym)* wklejonym do sesji nagraniowej i odpowiednio *wmiksowanym* przy okazji realizacji miksów całości utworu lub ewentualnie tzw. ostatecznego szlifów – masteringu. Dodatkowy *ślad* jest w taki sposób przygotowany, że słyszalny jest dopiero w procesie odtworzenia utworu w kierunku odwrotnym^[10]. Zwoliński zwraca uwagę, że:

Odwrotny zapis można odczytać za pomocą urządzenia komputerowego – ucho nie odbiera tych treści, lecz są przesłane do podświadomości, aby z czasem, po wzmocnieniu powtórzeniami, doprowadzić u jednostki do nowych zachowań (np. są to treści reklamujące pewne produkty, narkotyki, a nawet prowadzące do agresji czy działań destrukcyjnych)^[11].

^[10] Por. A. Zwoliński, *Dźwięk w relacjach społecznych*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2004, s. 116–117.

^[11] Tamże, s. 116.

Jako przykłady użycia tej techniki manipulacyjnej literatura wskazuje m.in. utwór *Another One Bites the Dust* legendarnej grupy Queen – po odtworzeniu utworu od tyłu zamiast frazy tytułowej słychać *Zacznij palić marihuanę*^[12].

Kolejną techniką jest tzw. *zapis w częstotliwości modulowanej*. Opiera się ona na tym, że sygnał podświadomy przekazuje się dzięki odpowiedniej pulsacji rytmicznej. Wskutek takiej stymulacji w organizmie ludzkim dochodzi do tzw. rozgłosu biopsychologicznego, który może modyfikować pracę różnych organów wewnętrznych ciała, m.in.: przyspieszenie pracy serca, wzrost poziomu adrenaliny^[13].

Trzecią techniką manipulacji przy użyciu dźwięku, wpływającą na podświadomość, jest *zapis w częstotliwości bardzo niskiej* (14–20 Hz), tzw. infradźwięki oddziałują na organizm człowieka w bardzo silny sposób. Ludzkie ucho w zasadzie nie słyszy dźwięków poniżej 20 Hz, niemniej jednak fala akustyczna jest zjawiskiem fizycznym, które działa na ciała fizyczne, w tym na ludzki organizm. Chociaż ucho człowieka może nie słyszeć bodźca akustycznego, może być on *wyczuwalny* w ciele (np. na poziomie skórnym, czy na poziomie organów wewnętrznych). Zwoliński zwraca uwagę, że:

Fale o niskiej częstotliwości są szczególnie przenikliwe i wyjątkowo silnie wpływają na zachowanie istot żywych, powodując zaburzenia psychiczne, emocjonalne, zmiany w krzepliwości krwi i liczbie leukocytów, zaburzenia metabolizmu tlenowego, a nawet ataki jaskry^[14].

Czwartą techniką manipulacji z wykorzystaniem dźwięku jest *zapis w częstotliwości bardzo wysokiej*, tzw. ultradźwięków (dolny próg słyszalności, w zależności od osoby, zaczyna się od ok. 17 000–20 000 Hz). W organizmie osób poddawanych stymulacji ultradźwiękami przez dłuższy czas dochodzi do reakcji biochemicznej porównywalnej do tej, która występuje po podaniu zastrzyku

[12] Zob. J.P. Regimbal, *Le Rock N' Rol. Viol de la conscience par les messages subliminaux*, Les éditions Saint-Raphael Inc, Québec 1983 s. 21.

[13] A. Zwoliński, dz. cyt., s. 117.

[14] Tamże, s. 118.

z morfiną. Proces ten nazywa się enderfizmem (*naturalną morfiną*). Człowiek doświadcza wtedy błogości, a jego mózg przejawia zwiększoną aktywność^[15].

Kolejną techniką, na którą należy zwrócić uwagę, jest tzw. zapis przy zmiennej szybkości. By go odtworzyć, potrzebna jest specjalistyczna aparatura. Jak zauważa analityk:

Często polega na połączeniu dźwięku z grą świateł stroboskopu, który umożliwi dowolne przyspieszenie zmiany świateł i ciemności. Powoduje to znaczne osłabienie zmysłu orientacji i zdolności osądu rzeczywistości. (...) Połączenie efektu muzycznego z grą świateł stroboskopu może doprowadzić do zatarcia barier samokontroli. Odbiorca tych efektów (...) w postrzeganiu świata idzie za treścią przekazów podprogowych^[16].

Dodajmy, że wywieranie wpływu na człowieka przy użyciu sygnałów podprogowych jest zagadnieniem dość kontrowersyjnym, gdyż trudno jest poddać je pomiarom. Jednak badania psychologiczne wykazały, że taki wpływ faktycznie istnieje, choć nie do końca znany jest realny zakres jego oddziaływania. Wiemy też, że narosło sporo mitów dotyczących wykorzystania technik podprogowych (zwłaszcza w świecie reklamy), ale przy okazji weryfikacji pewnych mechanizmów perswazji potwierdzono, że taki wpływ faktycznie jest możliwy, choć krótkotrwały, co z punktu widzenia marketingu nie przynosi zbyt wielu korzyści^[17]. Jednak gdy ekspozycja na przekaz podprogowy jest długotrwała, co faktycznie dzieje się w przestrzeni przemysłu muzycznego, kiedy do tego celu zostanie wykorzystany hit muzyczny, odbiorca pozostaje często pod intensywnym i długotrwałym oddziaływaniem (w odróżnieniu do reklamy), co zdecydowanie zwiększa zakres możliwych konsekwencji.

[15] Por. tamże; zob. też: G.P. Krochalew, *Rejestracja halucynacji słuchowych*, [w:] *Trzecie Oko*, 1984, nr 8, s. 5–7.

[16] A. Zwoliński, dz. cyt., s. 118; L. Gadkowski, *Muzyka, Słowo i Życie*, 1991, nr 9–10, s. 8; P. Tryjanowski, *Robienie wody z mózgu*, *Czas*, 2 XI 1992.

[17] Por. S.O. Lilienfeld, S.J. Lynn, J. Ruscio, B.L. Beyerstein, dz. cyt., s. 73–86.

Omówione powyżej techniki manipulacji nie wyczerpują tematu, gdyż wraz z pojawieniem się *nowych mediów* powstało i powstaje coraz więcej technik oddziaływania, zwłaszcza tych, które wpływają na podświadomość człowieka^[18].

SKUTKI "MUZYCZNEJ MANIPULACJI"

Taka manipulacja w szczególny sposób oddziałuje na podświadomość człowieka. Jej efekt może być o wiele szybszy i głębszy niż w przypadku stosowania bardziej konwencjonalnych metod oddziaływania – dzieje się to bowiem ze względu na wykorzystanie przez dysponentów manipulacji faktu *przeżycia estetycznego*^[19] zachodzącego w człowieku, kiedy ten obcuje ze sztuką. Pamiętajmy, nie da się wyłączyć zmysłu słuchu. Niezwykle trafnie ujął to Jean Lacan, twierdząc, że *ucho nie ma powiek*^[20].

Muzyka wywiera wpływ na psychikę człowieka. Czyni to w bardzo skuteczny sposób: może aktywować lub dezaktywować niektóre jej obszary, a kiedy zostanie użyta jako tworzywo manipulacji, może stać się narzędziem sterowania zachowaniem, myśleniem oraz działaniem jej odbiorców. Gdy siła oddziaływania muzyki nie jest uświadomiona przez słuchaczy, może ona działać w sposób o wiele silniejszy. Andrzej Zwoliński wyjaśnia:

Wpływ muzyki na sferę emocjonalną człowieka, wielokrotnie silniejszy niż oddziaływanie werbalne lub chłodnych sztuk wizualnych, sprawia, że staje się ona jednym z najważniejszych pozawerbalnych środków

[18] Por. A. Lepa, *Świat propagandy*, dz. cyt., s. 101.

[19] Mówiąc o *przeżyciu estetycznym*, opieram się na koncepcji R. Ingardena, który – opisując ten fenomen – wymienił następujące jego elementy: 1. przeżycie estetyczne jest procesem wielowarstwowym i dynamicznym; 2. emocje wytworzone podczas percepcji dzieła sztuki następują po sobie w sposób nieprzypadkowy; 3. wgląd w dzieło sztuki i jego konkretyzacja wymaga od podmiotu znacznego wysiłku współtwórczo-konstrukcyjnego i percepcyjno-syntetyzującego; 4. w czasie wglądu dochodzi do skupienia świadomości na jednym przedmiocie, zaś istnienie świata realnego ulega zawieszeniu; 5. podczas przeżycia estetycznego ujawniają się wartości wyższe sztuki, tylko jej przynależne; zob. R. Ingarden, *Studia z estetyki*, t. III, PWN, Warszawa 1970; P. Suchodolski, *Koncepcja odbiorcy sztuki w estetyce Romana Ingardena*, [w:] *ΣΟΦΙΑ*, vol. 16, Lublin 2016.

[20] J. Lacan, za: J. Momro, *Fenomenologia Ucha*, [w:] *Teksty Drugie* 2015, nr 5, s. 6.

porozumiewania się międzyludzkiego, czyli kontaktów interpersonalnych^[21].

Właśnie takie uwarunkowanie stało się przyczynkiem do rozpoczęcia poszukiwań w celu odnalezienia sposobów wykorzystania muzyki w psychomanipulacji^[22].

Jak zauważają badacze, muzyka z jednej strony jest zjawiskiem *obiektywno-fizycznym* (autonomicznym względem odbiorcy), a z drugiej strony zjawiskiem *personalnie-subiektywnym* (niejednakowym jednostkowo). Naukowcy wyjaśniają, że zespoły drgań, które docierają do aparatu słuchowego człowieka, a następnie do układu nerwowego, zostają *fizjologicznie i psychologicznie przetworzone*, w konsekwencji czego przekształcają się w subiektywny fenomen – w procesie zindywidualizowanego *psychorezonansu* zespoły drgań stają się dla odbiorcy *czymś* bardzo indywidualnym. Reakcje odbiorcy muzyki wynikają z jego kontekstu socjokulturowego, ale najsilniejsze jej oddziaływanie dokonuje się w przestrzeni neurofizjologicznej zespolonej z procesami świadomości, podświadomości i nieświadomości^[23].

Poddając badaniu wpływ manipulacyjny muzyki, analitycy wymieniają następujące skutki: zmiana reakcji emocjonalnych (od frustracji do niekontrolowanej gwałtowności)^[24], utrata kontroli (świadomości, refleksu, zdolności i koncentracji)^[25], znaczne zmniejszenie kontroli inteligencji i woli przez podświadomość (utrata świadomości, ekstaza)^[26], nadzmysłowe podniecenie powodujące euforię, łatwe uleganie sugestiom, histeriom lub halucynacjom^[27], poważne kłopoty z pamięcią, funkcjami mózgowymi i koordynacją układu

[21] A. Zwoliński, dz. cyt., s. 108.

[22] Por. tamże, s. 107–108.

[23] Zob. A. Zwoliński, dz. cyt., s. 112; zob. też: A. Smith, *Umysł*, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1989, s. 165; E. Galińska, *Percepcja muzyczna a poziom neurotyczności w grupach treningowych*, *Psychiatria Polska*, 1975, t. 9, s. 517–539.

[24] J.P. Regimbauld, dz. cyt., s. 101.

[25] Zob. B. Żmijewska, *Muzyczny usypiacz. Rozmowa z Lechem Emfazym Stefańskim, Nie z tej ziemi*, 1991, nr 9, s. 13–15.

[26] Zob. Petroniusz, *Antydekalog*. Nr 3, *Oaza* 1996, nr 23, s. 32.

[27] Por. A. Zwoliński, dz. cyt., s. 120.

nerwowego^[28], stany hipnotyczne lub kataleptyczne czyniące z osoby *robotą*^[29], stany depresyjne przechodzące w neurozę i psychozę (zwłaszcza gdy pojawiają się narkotyki)^[30], tendencje samobójcze i zabójcze (znacznie wzrastają zwłaszcza przy codziennym słuchaniu niektórych gatunków muzycznych)^[31], samosąd, samozniszczenie, samookaleczenie się (zwłaszcza pośród większych zgromadzeń), nieodparte impulsy destrukcji, wandalizmu i zamieszek kończących wiele koncertów i festiwali rockowych^[32]. Niektórzy badacze alarmują, że:

W przypadku słuchania muzyki wywołującej stres akustyczny adrenalina nie może być przetworzona w pożytecznym zakresie za pośrednictwem enzymów. W związku z tym zostaje przemieniona w andrenochrom, który jest środkiem zmieniającym świadomość, podobnie jak preparaty psychodeliczne, np. LSD, STP czy psylocybin^[33].

Trzeba również zwrócić uwagę na fakt, że w sytuacji przyswajania treści w sposób mimowolny *zabijany* jest intelekt człowieka, w procesie tym słuchaniu ulegają zdolności kontrolowania mechanizmów, w które człowiek (w trakcie słuchania muzyki) jest wprowadzany^[34]. Jak zauważa jeden z muzykoterapeutów Alan Nisty, muzyka (...) *jest to naprawdę silny narkotyk (...), może cię zatruć, podnieść twojego ducha lub zarazić cię chorobą, a ty nawet nie będziesz wiedział, skąd się ona wzięła*^[35].

[28] Por. tamże.

[29] Por. L. Chertok, *Hipnoza i sugestia*, Warszawa 1993, s. 88–90; zob. też L. Gapik, *Hipnoza i hipnoterapia*, Warszawa 1983, s. 33–71; L.R. Wolberg, *Hipnoza*, PWN, Warszawa 1975, s. 175–199.

[30] Por. A. Zwoliński, dz. cyt., s. 122.

[31] Por. J. Pniewski, *Normalna nienormalność*, *Przegląd Powszechny* 2000, nr 7/8, s. 152 i n.

[32] Por. R. Stanley, P. Harold, *W pułapce. Historia Elvisy Presleya i jego tragicznych poszukiwań miłości*, Rodzinny Krąg, Warszawa 1993, s. 114–116.

[33] A. Zwoliński, dz. cyt., s. 112.

[34] Por. tamże, s. 109.

[35] Cytat za A. Zwoliński, dz. cyt., s. 112.

WPŁYW MUZYKI NA MŁODEGO CZŁOWIEKA – BADANIA

Obecnie prowadzi się wiele badań dotyczących m.in. wpływu muzyki na rozwój człowieka (zwłaszcza młodego). Poniżej przyjrzymy się niektórym z nich. W 2020 r. Narodowe Centrum Kultury przeprowadziło badanie mające na celu określenie, jakiej muzyki słuchają polskie nastolatki. Ankiętę przeprowadzono wśród 2002 osób w wieku 12–17 lat. Instytucja komentuje wyniki w następujący sposób:

Muzyki słuchają niemal wszystkie nastolatki: tylko 3% deklaruje, że nie słucha jej wcale (...). Dość szeroko rozpowszechnione jest też dzielenie się muzyką ze znajomymi oraz zainteresowanie nią wyrażające się w konsumpcji treści okołomuzycznych^[36].

Z raportu wynika, iż 97% młodzieży deklaruje, że słucha muzyki, a dla dwóch trzecich młodych ludzi jest to niemal codzienny sposób na obcowanie z kulturą. 39% Polaków w wieku od 12 do 17 lat zadeklarowało, że słucha popu, 22% – rapu, hip–hopu, a 20% – rocka.^[37]

W 2014 r. naukowe czasopismo *Psychiatria* opublikowało artykuł *Preferencje muzyczne a zaburzenia funkcjonowania młodzieży w okresie adolescencji*, w którym zaprezentowano przekrojowe wyniki badań z różnych części świata. Autorzy artykułu zwrócili uwagę, że:

Młodzi ludzie podkreślają, że muzyka wnosi wiele ważnych treści w ich życie i jest w nie niemal wkomponowana, ponadto pomaga, a niekiedy i gwarantuje realizację podstawowych zadań rozwojowych okresu adolescencji^[38].

^[36] Narodowe Centrum Kultury, *Muzyczne wybory młodzieży. Komunikat z badań Narodowego Centrum Kultury*, NCK, Warszawa 2021, s. 7.

^[37] Por. tamże, s. 1–10.

^[38] M. Chęć, E. Tyburski, A. Samochowiec, *Preferencje muzyczne a zaburzenia funkcjonowania młodzieży w okresie adolescencji*, *Psychiatria*, 2014, nr 11, s. 198.

Zostało też potwierdzone w różnych badaniach, że słuchanie muzyki:

(...) wywołuje zmiany w parametrach biochemicznych organizmu. Rytm i tempo muzyki wpływa na fizjologiczne przejawy emocji, tj. aktywację autonomicznego układu nerwowego (AUN), ponadto słuchanie muzyki determinuje również aktywność centralnego układu nerwowego (CUN)^[39].

Badania dowodzą, że muzyczne preferencje nastolatków co do gatunków muzycznych są różnicowane – z jednej strony oddaje to indywidualność ich osobowości, a z drugiej, muzyka, której słuchają, wpływa zarówno na odmienność ich funkcjonowania, jak i na rozwijanie osobowości oraz tożsamości. Wykazano również, że słuchana muzyka często stanowi *ważne narzędzie w regulacji nastroju adolescentów*^[40]. Autorzy ponadto relacjonują, że:

Słowa w lekkiej muzyce pozwalają odkrywać tematy rozwojowe dotyczące relacji z innymi ludźmi (zarówno z rówieśnikami, jak i osobami dorosłymi; relacje intymne i seksualne), autonomii oraz pozwalają na odnalezienie odpowiedzi na pytania: kim jestem i kim będę. Utwory młodzieżowe zawierają w sobie doświadczenia innych młodych ludzi, dzięki czemu zapewniają im świadomość zrozumienia, potwierdzają ich uczucia oraz łagodzą problemy natury emocjonalnej^[41].

Przekrój badań pokazuje również, że przeważająca liczba doniesień naukowych dotyczących relacji młodzież – muzyka popularna, wskazuje na występowanie negatywnego połączenia^[42], wykazano istnienie związku pomiędzy różnymi gatunkami muzyki a negatywnymi zachowaniami, skłonnością do samobójstw, nadużywaniem alkoholu i zażywaniem narkotyków^[43].

^[39] Tamże, s. 197.

^[40] Tamże, s. 198.

^[41] Tamże, s. 199.

^[42] Zob. tamże, s. 199.

^[43] Zob. tamże, s. 200.

Okazało się również, że muzyka pełni modelującą rolę w kontekście używania substancji: tytoniu, alkoholu i kanabinoli. Czytamy:

Muzyka może zatem modelować stosowanie substancji, a miłośnicy różnych rodzajów muzyki mogą otaczać się osobami, które swoją postawą będą nasilać używanie określonego rodzaju substancji przez innych nastolatków^[44].

Naukowcy wiążą to zjawisko również z modelującą funkcją, jaką pełnią zachowania idoli nastolatków oraz same teksty utworów czy nagrań wideo^[45]. Badania wykazują również, że młodzież słuchająca ciężkiej muzyki w sposób pozytywny postrzega samobójstwo, zabójstwo i satanizm, a także ma większe problemy związane ze zdrowiem psychicznym. Można też u tej grupy zaobserwować wzmożoną asertywność, mniejsze zainteresowanie emocjami innych osób, chwiejność emocjonalną, nadwrażliwość, pesymistyczne nastawienie do rówieśników słuchających lżejszej muzyki, jak również skłonność do impulsywnego działania, lekceważenia praw innych osób. Ponadto taka młodzież ma więcej problemów związanych z określeniem własnej tożsamości^[46].

Nastolatki słuchające każdego gatunku muzycznego oraz gatunków należących do grupy *exclusive rock* (heavy metal, punk/hardcore/grunge, rock i gotyk) dodatkowo wykazują wysokie wyniki na skali zachowań internalizacyjnych (somatyczne skargi, objawy lęku i depresji, wycofanie) oraz problemy społeczne, a także z myśleniem i uwagą^[47]. Autorzy artykułu powyższy schemat konstatują następująco:

W przeglądzie współczesnych badań naukowych dotyczących związku między różnymi gatunkami muzyki popularnej a funkcjonowaniem nastolatków, szczególną uwagę zwraca fakt, że w każdym z nich muzyka łączy się ze specyficznym wzorem zachowań młodzieży^[48].

[44] Tamże, s. 199–200.

[45] Zob. tamże, s. 200.

[46] Zob. tamże, s. 199.

[47] Zob. tamże, s. 200.

[48] Tamże, s. 201.

W 2009 r. specjalnie powołana przez American Academy of Pediatrics^[49] komisja (Komisja ds. Środków Przekazu i Mediów) na łamach czasopisma *Pediatrics* w artykule *Wpływ muzyki, tekstów piosenek i teledysków na dzieci i młodzież*[50] opublikowała wyniki badań dotyczące wpływu muzyki na młode pokolenie. W badaniach wykazano m.in., że: istnieje związek między negatywną odpowiedzią emocjonalną na muzykę i ryzykownymi zachowaniami; muzyka heavy metal oraz niektóre rodzaje rocka zwiększają ryzyko zachowań przestępczych, palenia papierosów, problemów z zachowaniem, depresji, a także popełnienia samobójstwa. Młodzież obciążona ryzykiem oraz czująca wyobcowanie z powodu wcześniejszych niepowodzeń lub problemów ma tendencje do preferowania muzyki heavy metal, rap, która odzwierciedla ich pesymistyczne spojrzenie na życie i świat. Słuchanie heavy metalu oraz rapu zwiększa podatność i skłonność do ryzykownych zachowań. Eksponowane w teledyskach przemoc, przekazy seksualne, narkotyki mogą powodować znaczne zmiany w zachowaniu i postawach młodych widzów. Wykazano ponadto, że istnieje związek między oglądaniem teledysków a swobodnymi zachowaniami seksualnymi. Istnieje również bardzo silny związek między oglądaniem przez młodzież wideoklipów a spożywaniem alkoholu w barze, na imprezie, czy dyskotecie. Odnotowano, że tylko 9% badanych rodziców zdaje sobie sprawę z nieodpowiednich treści towarzyszących muzyce^[51].

Na przestrzeni minionych czterech lat, przeprowadziłem również kilka własnych badań (w LO im. Jana Matejki w Wieliczce oraz Wieliczka Montessori School, gdzie jestem nauczycielem religii). Niektóre z tych badań były w formie ankiety online przy użyciu arkusza Google Forms. Badania, które zaprezentuję,

[49] Amerykańska Akademia Pediatriczna (AAP) – organizacja pediatriczna licząca 62 000 członków, której misją jest zapewnienie optymalnego zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego oraz dobrego samopoczucia niemowlętom, dzieciom, młodzieży i młodym dorosłym. AAP prowadzi działalność naukowo-badawczą, edukacyjną i wydawniczą. Współpracuje też z rządem USA i innymi organizacjami oraz przygotowuje raporty, praktyczne wytyczne i oświadczenia na różne tematy, https://pl.wikipedia.org/wiki/Amerykańska_Akademia_Pediatriczna (dostęp: 20.02.2023).

[50] Zob. M. Rosario Gonzalez de Rivas, *Wpływ muzyki, tekstów piosenek i teledysków na dzieci i młodzież*, *Pediatría po Dyplomie*, 2010, vol. 14, nr 6.

[51] Zob. M.R.G. de Rivas, dz. cyt.

pochodzą ze stycznia 2023 r. Przebadanych zostało 219 osób w wieku od 14 do 18 lat, badania zostały przeprowadzone w wielickim liceum. Wynika z nich, że dla 96% ankietowanych osób muzyka jest ważnym elementem życia, dla 41% badanych muzyka stanowi tło do czynności codziennych, a 23% młodych ludzi słucha muzyki, idąc do szkoły, z kolei 14% słucha jej dla relaksu.

Na pytanie o częstotliwość oglądania teledysków 30% ankietowanych odpowiedziało, że ogląda je raz lub więcej razy w tygodniu, 33% ogląda teledyski co najmniej raz w miesiącu.

Teledyski są oglądane przez przepytanych przede wszystkim przy użyciu serwisów internetowych typu YouTube, taką opcję wybrało 80% uczniów. Spośród osób oglądających wideoklipy 49% chce je dokładnie zrozumieć, a 79% nastolatków stara się dokładnie zrozumieć przekaz zawarty w ulubionych piosenkach.

Badanie wykazało również, że 52% jego uczestników ma idola muzycznego, dla 39% z nich jest on autorytetem. Z ankiety wynika też, że 61% respondentów chce lepiej poznać ulubionego wykonawcę.

Podsumujmy całość powyższych doniesień. Muzyka zajmuje szczególne miejsce w życiu młodych ludzi. Muzyczne preferencje młodzieży mogą wspomagać jej rozwój oraz w pozytywny sposób oddziaływać na funkcjonowanie społeczno-emocjonalne. Szczególnie pomagają zwłaszcza w realizacji zadań rozwojowych, jak również w zaspokajaniu potrzeb emocjonalnych. Muzyka ma ogromne znaczenie dla budowania indywidualnej tożsamości i osobowości adolescenta, wspiera proces poznawania siebie oraz budowania własnej tożsamości, a także tożsamości społecznej (przynależności do grup rówieśniczych). Badania wykazały, że słuchanie niektórych rodzajów muzyki powoduje wewnętrzne oczyszczenie (*katharsis*) nastolatków, jak również pomaga im w radzeniu sobie z obniżonym nastrojem. Bardzo istotny wydaje się fakt, iż muzyka może być łącznikiem między światem dorosłych a światem młodzieży^[52]. Zauważmy również, że ostatnie dekady przyniosły rozwój muzykoterapii, która – posługując się muzyką – przywraca zdrowie lub poprawia

[52] Por. M. Chęć, E. Tyburski, A. Samochowiec, dz. cyt., s. 198–199.

funkcjonowanie osób z różnymi dolegliwościami, np. emocjonalnymi, fizycznymi czy umysłowymi^[53].

Niestety, różne gatunki muzyki popularnej (zwłaszcza rap, hip-hop i metal) częściej związane są z negatywnymi niż pozytywnymi wzorcami zachowań adolescentów. W badaniach zwraca się uwagę na modelującą rolę muzyki, idola oraz środowiska, np. w kontekście stosowania różnych substancji (tytoń, alkohol, narkotyki). Badania wykazały również, że określenie muzycznych preferencji może wskazywać na rodzaj problemów lub konfliktów emocjonalnych pojawiających się u nastolatków i ułatwiać profilaktykę^[54].

Niepokoi fakt potwierdzony w różnych badaniach, że kontrola rodzicielska nad rodzajem muzyki słuchanym przez młodzież jest znikoma^[55]. *Pediatrics* w podsumowaniu swoich badań stwierdza, że potencjalne ryzyko niewłaściwych zachowań związanych z oglądaniem teledysków można byłoby złagodzić przez odpowiednie wsparcie rodzicielskie lub interwencje rodziców w porozumieniu z lekarzem pediatrą^[56].

Kończąc moje wywody, chciałbym zostawić Państwa z pewnym narzędziem, które przez ostatnie lata udało mi się wypracować w kontekście badań nad wykorzystaniem muzyki do modelowania nieletnich odbiorców (do manipulacji). Moje analizy zogniskowały się na trzech fenomenach, które są najbardziej znaczące dla show-biznesu muzycznego: po pierwsze, hit (przebój muzyczny); po drugie, idol (gwiazda muzyczna); po trzecie, wideoklip (teledysk). Po dogłębnym przebadaniu każdego z nich, zwróciłem uwagę na zależności występujące między nimi. Z moich długoletnich obserwacji i badań^[57] wynika, że właśnie te trzy elementy niejednokrotnie tworzą zaprojektowany szczególnie rodzaju system wywierania wpływu,

[53] Por. M. Chełkowska-Zacharewicz, J. Kaleńska-Rodzaj, *Psychologia muzyki*, PWN, Warszawa 2020, s. 153.

[54] Por. M. Chęć, E. Tyburski, A. Samochowiec, dz. cyt., s. 199.

[55] Por. M.R.G. de Rivas, dz. cyt.; A. Zwoliński, dz. cyt., s. 111.

[56] Zob. M.R.G. de Rivas, dz. cyt.

[57] Z wykształcenia jestem muzykiem jazzowym (w 2009 r. uzyskałem magisterium na Akademii Muzycznej we Wrocławiu) oraz teologiem (w 2011 r. uzyskałem magisterium na UPP2 w Krakowie).

swoistą ideologiczną sieć, w której między poszczególnymi elementami zachodzi silna korelacja. Zjawisko, które analizuję, nazwałem szczególnym systemem manipulacji *H-I-V* (od pierwszych liter omawianych elementów). Nazwa ta wywołuje niezamierzone konotacje z wirusem HIV. Trzeba jednak przyznać, że system manipulacji *H-I-V*, o którym piszę, jest *ultrazakaźną* strukturą^[58] i – ośmielam się powiedzieć – tak samo niebezpieczną, ponieważ w ekstremalnych przypadkach może doprowadzić do nieodwracalnej degradacji człowieka (np. zmiana płci), ale także jego śmierci.

Manipulacja w takim ujęciu występuje wyłącznie w obszarze przemysłu muzycznego. System ten ma pewną *wiralową* właściwość^[59], mianowicie osoby *zainfekowane* przez dysponentów manipulacji tą drogą, mogą stać się bardzo szybko *wyznawcami* podanych im treści (np. światopoglądów, antywartości), równocześnie stając się nieświadomymi promotorami owego systemu manipulacyjnego – *zarażając* kolejne osoby.

Aparat ten może zostać wykorzystany w celach czysto marketingowych, tzn. można w błyskawiczny sposób wypromować dowolny produkt w skali globalnej (np. buty danej firmy), ale nade wszystko z niebywałą skutecznością jest używany do celów ideologizacyjnych. Podkreślmy, że zgodnie z systemem *H-I-V* można realizować różne cele równocześnie (np. marketingowe i ideologiczne). Każda konfiguracja elementów jest dopracowywana przez sztab profesjonalistów (nazywanych przeze mnie *establishmentem produkcyjnym*).

Działanie systemu *H-I-V* jest nadzwyczaj skuteczne ze względu na osobliwość związaną ze zjawiskiem przeżycia estetycznego w ogóle, ale ze szczególnym uwzględnieniem przeżycia muzycznego (w ujęciu Ingardena oraz Hildebranda).

Nasuwa się zatem pytanie, czy coś można zrobić w związku z realizującym się na naszych oczach, ugruntowanym już niegodziwym sposobem modelowania młodych pokoleń, programowania kultury? (Na marginesie dodam, że zjawisko *programowalności kultury* jest również obszarem moich badań).

[58] Młodzi odbiorcy często bezwiednie *zakażają* się nawzajem owym systemem, dzieląc się ze sobą swoją ulubioną muzyką i artystami, stając się nieświadomymi dysponentami tego mechanizmu manipulacyjnego.

[59] Zob. J. Berger, *Efekt wirusowy w biznesie. Dlaczego pewne produkty i usługi zdobywają rynek*, MT Biznes, Warszawa 2013.

Odpowiedź na to pytanie pozostaje otwarta, niemniej jednak chciałbym wskazać parę możliwych kierunków. W moim odczuciu należy m.in. dalej prowadzić badania w obszarze obejmującym wykorzystanie muzyki do celów manipulacyjnych, bowiem znajomość stosowanych mechanizmów umożliwi poszukiwanie remedium. Należy również je ujawniać, ponieważ odkryta manipulacja traci możliwość oddziaływania. Potrzebne są również systemowe działania profilaktyczne kierowane zarówno do rodziców, jak i młodzieży w szkołach. Istotne byłoby wprowadzenie do programów nauczania przedmiotów szkolnych elementów wychowania aksjologicznego. Odrębnym tematem jest prowadzenie szeroko rozumianego wychowania estetycznego, obejmującego nauczanie od najmłodszych lat, aż do osiągnięcia pełnoletności – ten ostatni punkt wydaje się kluczowy, gdyż człowiek umiejętnie obcujący z prawdziwym Pięknem będzie stawał się piękny. Swoje rozważania chciałem zakończyć słowami Dietricha von Hildebranda, które powinny wyznaczyć nam kierunek w tej nierównej walce:

(...) piękno jest jednym z największych źródeł szczęścia dla ludzi i jest wysokim obiektywnym dobrem dla ich duchowego [geistig] zdrowia^[60].

^[60] D. von Hildebrand, *Aesthetics*, vol. 1, s. 372; Tłumaczenie własne autora pracy, oryginał cytatu: (...) *beauty is one of the greatest sources of happiness for human beings, and is a high objective good for their spiritual [geistig] health.*

BIBLIOGRAFIA

- Arystoksenos z Tarentu, Harmonika, przeł. A. Maciejewska, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2015.
- Berger J., Efekt wirusowy w biznesie. Dlaczego pewne produkty i usługi zdobywają rynek, MT Biznes, Warszawa 2013.
- Burakowski D., Arystoksenos z Tarentu i problem teoretycznych podstaw muzyki starogreckiej, [w:] *Archiwum Historii Filozofii i Myśli Społecznej*, t. 48, PWN, Warszawa 2003.
- Chełkowska-Zacharewicz M., Kaleńska-Rodzaj J., Psychologia muzyki, PWN, Warszawa 2020.
- Chertok L., Hipnoza i sugestia, Interpress, Warszawa 1993
- Chęć M., Tyburski E., Samochowicz A., Preferencje muzyczne a zaburzenia funkcjonowania młodzieży w okresie adolescencji, „Psychiatria”, 2014, nr 11.
- Cox C., Warner D., II sposoby słuchania. Wprowadzenie, [w:] *Kultura dźwięku. Teksty o muzyce nowoczesnej*, C. Cox, D. Warner (wyb. i red.), słowo/obraz terytrium, Gdańsk 2010.
- Gisselbrecht A., Marksizm a teoria literatury, przeł. W. Dłuski, [w:] *Marksizm i literaturoznawstwo współczesne*, A. Lama i B. Owczarka (red.), PIW, Warszawa 1979.
- Gadkowski L., „Muzyka, Słowo i Życie”, 1991, nr 9–10.
- Galińska E., Percepcja muzyczna a poziom neurotyczności w grupach treningowych, „Psychiatria Polska”, 1975, t. 9.
- Gapik L., Hipnoza i hipnoterapia, PZWL Wydawnictwo Lekarskie, Warszawa 1983.
- von Hildebrand D., *Aesthetics*, vol. 1, Hildebrand Press, Steubenville 2016.
- Ingarden R., *Studia z estetyki*, t. III, PWN, Warszawa 1970.
- Kasperowicz R., Od Arystotelesa do Adorna. W poszukiwaniu teorii ekspresji muzycznej, „Ethos”, R. 19, nr 1/2=73/74, Lublin 2006.
- Krochalew G.P., Rejestracja halucynacji słuchowych, „Trzecie Oko”, 1984, nr 8.
- Lepa A., Świat propagandy, Biblioteka „Niedzieli”, Częstochowa 1994
- Manturzevska M., Stefana Szumana Psychologia Muzyki, [w:] *Studia nad rozwojem i wychowaniem: w osiemdziesiątą rocznicę Zakładu Psychologii Rozwojowej i Wychowawczej na Uniwersytecie Jagiellońskim*, M. Kielar-Turska (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2009.
- Misiak T., Platon – Arystoteles: dwie wersje tezy o wychowawczej funkcji muzyki w społeczeństwie, „Wychowanie Muzyczne w Szkole”, styczeń/luty 1988.
- Momro J., Fenomenologia Ucha, „Teksty Drugie”, 2015, nr 5.
- Narodowe Centrum Kultury, Muzyczne wybory młodzieży. Komunikat z badań Narodowego Centrum Kultury, NCK, Warszawa 2021.

- Olbrycht K., Prawda, dobro i piękno w wychowaniu człowieka jako osoby, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2000.
- Petroniusz, Antydekalog, nr 3, „Oaza”, 1996, nr 23.
- Platon, Państwo III, Antyk, Kęty 1997
- Pniewski J., Normalna nienormalność, „Przegląd Powszechny”, 2000, nr 7/8, s. 152 i in.
- Porfiriusz, Żywot Pitagorasa, Epsilon, Wrocław 1993.
- Regimbal, J.P., Le Rock N' Roll; Viol de la conscience par les messages subliminaux, Les éditions Saint-Raphael Inc, Québec 1983
- Rosario Gonzalez de Rivas M., Wpływ muzyki, tekstów piosenek i teledysków na dzieci i młodzież, „Pediatria po Dyplomie”, vol. 14, 2010, nr 6.
- Smith A., Umysł, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1989.
- Stanley R., Harold P., W pułapce. Historia Elvisa Presleya I jego tragicznych poszukiwań miłości, Rodzinny Krąg, Warszawa 1993.
- Suchodolski P., Koncepcja odbiorcy sztuki w estetyce Romana Ingardena, [w:] „ΣΟΦΙΑ”, vol. 16, Lublin 2016.
- Szuman S., O sztuce i wychowaniu estetycznym, Państwowe Zakłady Wydawnictw Szkolnych, Warszawa 1969.
- Tryjanowski P., Robienie wody z mózgu, „Czas”, 2 XI 1992.
- Wolberg L.R., Hipnoza, PWN, Warszawa 1975.
- Zwoliński A., Dźwięk w relacjach społecznych, Wydawnictwo WAM, Kraków 2004.
- Żmijewska B., Muzyczny usypiacz. Rozmowa z Lechem Emfazym Stefańskim, „Nie z tej ziemi”, 1991, nr 9.