

# Melodika hudby a života alebo Povedz mi svoj príbeh

Ľubomíra Záhradníková

Človek je procesuálnym bytím – *príbehom* v čase, kde prítomnosť obsahuje stopy minulosti i potenciál budúcnosti. Bytie človeka znamená – jeho *stávanie sa*. Pritom je dôležité, ako zdôraznil A. H. Maslow, aby sa človek stal takým subjektom, akým je schopný stať sa na báze rozkvetu práve jemu bytostne vlastných dispozícií a latentných možností: „*Hudobník musí tvoriť hudbu, výtvarník musí maľovať, básnik musí písať, ak má byť nakoniec sám so sebou spokojný.*“<sup>1</sup> Na plné uskutočnenie *pravého* potenciálu človeka ako podmienku spokojného života upozornil napríklad aj voluntarista Arthur Schopenhauer<sup>2</sup> či stáročia pred ním stoik Epiktetos.<sup>3</sup>

Potenciál človeka v oblasti umenia, a zvlášť hudby, charakterizuje skorá (spravidla už v raných štádiách detstva zreteľná) manifestácia. Otázka dominantných agensov (hereditas verzus prostredie) a kľúčových intervencií v rozvíjaní hudobného nadania nie je však dodnes jednoznačne vyriešená. Okrem toho – z hľadiska humanistického prístupu k dieťaťu – pri „*výchove talentu*“ je žiaduce popri genetickej dispozíciách a hudobnom prostredí brať do úvahy aj *záujem* samého dieťaťa. Záujem totiž súvisí s vôľou a pozitívnym naladením, čo sú silné agencie v rozvíjaní schopností človeka.

V zrealizovanom výskume *Melodika hudby a života alebo Povedz mi svoj príbeh* sme upriamili pozornosť práve na pôsobenie jednotlivých agensov (hudobno-motivačných činiteľov) v kontexte konkrétneho životného príbehu profesionálneho hudobníka.

## Cieľ a metódy výskumu

**Cieľ výskumu.** Cieľom výskumu bolo: a) Odkryť základné agencie v zacielení participanta na profesiu hudobníka; b) Zistiť a k odkrytým agensom usúvzťažniť dnešný postoj participanta k vykonávanej profesii z hľadiska *súlady so sebou samým*.

**Participant.** Participantom je 44-ročný trubkár Andreas, známa osobnosť na (nielen) džezovej scéne v Čechách a na Slovensku.

**Metodologický prístup.** Zvolili sme kvalitatívnu formu výskumu v biografickom designe.

**Získavanie dát.** Kľúčové dáta sme získavali prostredníctvom naratívneho rozhovoru s participantom; komplementárne dáta – na báze rozhovorov s kolegami participanta.

**Analýza a interpretácia dát.** Rozhovory sme transkribovali z audiozáznamu do písomnej podoby a kategorizovali na základe otvoreného kódovania; pri interpretácii sme vychádzali z techniky „vyloženia kariet“.

**Koncepčný tvar príbehu.** Príbeh je koncipovaný chronologicky. Jednotlivé kategórie príbehu sú rámcované troma ústrednými kategoriálnymi líniami (metakategóriami): 1. *Hudobný matrix* (detstvo participanta – tri kategórie); 2. *Paleta (nielen) hudobných empirií* (dospievanie a dospelosť – tri kategórie); 3. *Melódia ľudskosti* (vlastnosti a charakterové rysy – tri kategórie vrátane dvoch podkategórií). So zámerom priblížiť (nezastrieť) fenomenologické hľadisko participanta ponechali sme jeho autentickej výpovedi značný priestor.

**Garancia validity.** Validitu výskumu zaručuje: a) rozsiahlosť – sila – saturácia dát, b) kritická reflexia výskumníka, c) validácia participantom.

**Etická stránka výskumu.** V priebehu výskumu sme dodržiavali tieto etické princípy: informovaný súhlas participanta, diskretnosť a uvážlivé narábanie s informáciami, vytvorenie emocionálne bezpečnej atmosféry, krytie identity participanta pseudonymom (i keď na tom participant netrval), korektné spracovanie údajov, sprístupnenie výskumnej správy participantovi.

## 1 Hudobný matrix

Prvá línia životného príbehu sa viaže k obdobiu participantovho detstva. Zastrešuje tri kategórie, odkrývajúce „živnú pôdu“, z ktorej vyrastalo umelecké smerovanie participanta.

### 1.1 Vábenie múz

Príťažlivosť umenia

**Andreas:** *Milujem muziku, áno. Ale mám rád umenie všeobecne; mám rád aj výtvarné umenie – ako dieťa som napríklad maľoval... umenie ma lákalo už od detstva. [...] Každý máme niečo, nejakú danosť... ale mňa to stále ťahalo k tej umeleckej oblasti. [...] Aj môj dedo napríklad hrával v ochotníckom divadle... Mne sa také veci páčili už ako decku. [...] Jednoducho, mal som a mám sklony k umeniu ako takému.*

V rámci rozhovoru Andreas opakovane zdôrazňoval celkové nadšenie pre umenie, ba doslova priťahovanie umením, ktoré výrazne pociťoval už v detstve. Z pohľadu humanistickej psychológie môžeme daný jav chápať ako prejavenu dynamickú silu prirodzeného vnútorného jadra, ktoré usmerňuje človeka v súlade s jeho dispozíciami a ich fakultatívnou aktualizáciou.<sup>4</sup>

Na fenomén „celkového umeleckého zamerania osobnosti“ upozornil aj autor *hierarchického modelu nadania*<sup>5</sup> Vladimír Dočkal. Práve tento fenomén (umelecké záujmy presahujúce jeden druh umenia) označil za charakteristický komponent aktívnej

zložky každého umeleckého nadania, i keď v priebehu detstva – rovnako ako v prípade Andreeasa – sa spravidla favorizuje a upevňuje jeden ústredný záujem.<sup>6</sup>

## 1.2 V obklopení hudbou

Muzikantská rodina

**Výskumník:** *Mali ste okrem otca aj ďalších hudobníkov v rodine?*

**Andreas:** *No jéj. Strýko jeden, strýko dva [smiech]... Traja. Oni boli traja súrodenci... Otec – trúbka, strýko – trombón, a ten tretí – klarinet a saxofón. [...] Sme<sup>7</sup> z muzikantskej rodiny.*

Odovzdávanie skúseností

**Andreas:** *Dôležité bolo aj to, že otec tie svoje skúsenosti odovzdal mne... a tiež ich odovzdám ďalej môjmu synovi. Odovzdať skúsenosti, nenechať si ich pre seba, posunúť ich ďalej – to je tá správna cesta.*

Vzory

**Andreas:** *Mám rád svoje prvé vzory, ku ktorým ma už v detstve viedol otec. Louis Armstrong, Johann Sebastian Bach, Tomaso Albinoni, Big Band Duke Ellingtona – to bolo prvé, čo som ako dieťa počul. Samozrejme, moja hra na trúbke sa odvíjala od ľudových piesní. Na začiatku boli ľudové piesne, tie naše jednoduché „ľudovky“.*

Hudobné prostredie predstavovalo ďalší významný – tentokrát vonkajší – agens v smerovaní participanta. Všeobecný záujem participanta o umenie (vyvierajúci z vnútorného jadra) sa skoncentroval do oblasti hudobného umenia, pre ktoré boli vytvorené priaznivé vonkajšie podmienky. Prostredie tak umožnilo aktualizovať (a zároveň jasnejšie vyhraniť) vnútorný potenciál participanta. (V súlade s tézou A. H. Maslowa: „Do tej miery, do akej podporuje rast k sebaaktualizácii,<sup>8</sup> je to „dobrá výchova.“<sup>9</sup>)

## 1.3 Odmalička na plný tón

Raný začiatok

**Andreas:** *My – ja s bratom – sme začali hrať na trúbke už vo veku štyroch rokov. Náš otec, muzikant, učil v ľudovej škole umenia – dnes základná umelecká škola –, kde založil aj žiacky big band, v ktorom sme hrávali...*

**Výskumník:** *Vy ste nezačínali hrou na zobcovej flaute?*

**Andreas:** *Nie. Začínali sme priamo hrou na trúbke.*

Cvičenie alebo Bolo u nás veselo

**Andreas:** *Cvičenie je potrebné, bez cvičenia to nejde... Aj keď [smiech] – bolo u nás „veselo“, keď sme s bratom-dvojčaťom začínali.*

**Výskumník:** *V akom zmysle? Pociťovali ste nevôľu k cvičeniu?*

**Andreas:** *Nie, nie. Chcel som cvičiť, ale museli sme byť s bratom aj trochu motivovaní – napríklad aj prostredníctvom cukríkov [srdečný smiech] – predsa len sme boli deti. Cvičili sme*

*pod vedením otca, ale dôležitú úlohu zohrávala mama, ktorá – hoci nebola hudobníčka – nám vždy vedela pomôcť a podporiť nás, keď sa nám v niečom nedarilo.*

Vystúpenia „krížom-krážom“

**Andreas:** *Ako malí sme často chodievali hrať s otcom... Okrem účinkovania v žiackom big bande sme mávali aj kvázi sólové vystúpenia: otec hral na trúbke a my dvaja sme hrali pri ňom, alebo nás sprevádzal na klavíri. Takto sme hrávali – pamätám si – už v škôlke. [...] Potom prišli súťaže; chodili sme na súťaže krížom-krážom...*

Všetko, čo je dobré

**Andreas:** *Popri trúbke som chodil do ľudovej školy umenia aj na klavír – dva cykly mám skončené. To veľmi pomáha... Poznám harmóniu, preto aj ináč počujem... To sú všetko také bonusy...*

**Výskumník:** *A konkrétne vaša špecializácia na džez? Súvisí s rodinným prostredím?*

**Andreas:** *Áno [jednoznačne vyslovené]. Tak otec nás ovplyvňoval – pravdaže –, ale on nás viedol komplexne: klasika, folklórna muzika, džez a všetko. **Všetko, čo je dobré** [dôrazne]. Skúsím si spomenúť na tú prvú pesničku, ktorú sme hrali [odmlka – premýšľanie]: „Pod horou, pod horou, čierne psíča breše“ – to je ona. To si pamätám. Takže toto bolo na začiatku mojej kariéry.*

S hudobným mikro-prostredím, v ktorom Andreas vyrastal, súvisí rad činiteľov facilitujúcich jeho hudobný rast. Predovšetkým ide o tieto činitele:

*Raný začiatok.* Andreasov otec ako hudobník sa venoval svojim synom už v ich ranom veku. Na pozitívny vplyv ranej výučby poukazuje aj odborná literatúra,<sup>10</sup> a takisto práve raný začiatok je ťažiskovým komponentom v úspešnej metóde výchovy talentov Shinichi Suzukiho.<sup>11</sup>

*Emocionálne bezpečie.* Emocionálna podpora zo strany matky poskytovala Andreasovi spoľahlivú záštitu, čo je v zhode s konštatovaním A. H. Maslowa, že rast (napĺňanie potenciálu) dieťaťa musí byť uskutočňovaný z bezpečného zázemia. Samotný rast nesie totiž so sebou aj námahu a strach; preto si vyžaduje nielen odvahu dieťaťa, ale taktiež ochranu a povzbudenie z vonkajšieho prostredia. V emocionálne bezpečnej klíme sa realizovali i prvé hudobné vystúpenia participanta, keďže išlo o spoločné vystúpenia s bratom a otcom ako blízkymi osobami.

*Profesionálne vedenie.* Otec a pedagóg v jednej osobe sa usiloval „vzbrojiť“ synov kvalitným hudobným základom. Z profesionálneho hľadiska im zabezpečil skutočne „všetko, čo je dobré“ pre ich hudobný rozvoj: široké žánrové spektrum, rozvíjanie harmonického čítania (hra na klavíri<sup>12</sup>), ale aj odvážny začiatok priamo hrou na trúbke.<sup>13</sup> Bezprostredný vplyv otca sa explicitne odzrkadlil práve v hre na konkrétnom hudobnom nástroji – trúbke, a v prioritnej orientácii na konkrétny hudobný žáner – džez.

## 2 Paleta (nielen) hudobných empírií

Druhá línia životného príbehu sa zameriava na obdobie participantovho dospievania a dospelosti. V rámci troch kategórií prináša pohľad na hudobné a ľudské dozrievanie participanta, odhaľujúc stimuly jeho hudobnej aktivity a hudobnoprofesionálneho rastu.

## 2.1 Konzervatórium – dvere dokorán?

Nemilé prekvapenie

**Andreas:** *Chcem nadviazať na skutočnosť, že sme ako malí chodievali hrať s otcom – ide o to, že sme už mali nejaké meno, nejaké renomé... Ľudia o nás vedeli, a navyše otec bol absolventom Konzervatória v meste „A“, čiže tak nejak automaticky každý rátal s tým, že aj synovia budú na danom konzervatóriu pokračovať. A práve to bola prvá prekážka: konzervatórium. [...] V súvislosti s hudbou to bola azda najväčšia frustrácia, keď ma vtedy na Konzervatórium v meste „A“ nezobrali. Dôvod znel: pre nedostatok miesta. Dobré, nejaký dôvod sa vždy vymyslí... Takže potom nasledovalo hľadanie inej školy, a dostal som priestor na Konzervatóriu v meste „B“.*

Zo zabudnutej krajiny?

**Andreas:** *Bol som vďačný aj za Konzervatórium v meste „B“, áno. Lenže my sme boli z mesta „A“, a v tej dobe to ešte mnohí brali tak – a ja som to cítil –, že „tí tam, zabudnutí niekde“ [v podceňovanom meste „A“], tí nič nevedia. Cítil som to takto a mrzelo ma to, ale bolo to zároveň motivačné! Takže som chcel tým hraním [dôrazne] dokázať, že patríam na to konzervatórium, chcem hrať – a neskôr aj profesionálne, samozrejme. Takže to ma poháňalo dopredu...*

Afirmácia kvality

**Andreas:** *Výrazný prelom nastal v maturitnom ročníku. Štvrtý, piaty, šiesty ročník – tam už bolo jasne uznanlivé nazeranie na moju hru. I keď, samozrejme, aj v tom prvom [akcent] ročníku sme sa stretli s uznaním. Keď sme napríklad mali skúšky: ako prvé sa hrali stupnice, a my sme boli vycvičení – otec nás tak „driloval“, že my sme vedeli všetky stupnice aj odzadu... Prekvapene sme pozerali, že niektorí študenti horko-ťažko...*

**Výskumník:** *Ak dobre rozumiem, tak vy ste od začiatku vnímali, že ste akoby ďalej než ostatní študenti?*

**Andreas:** *No, my sme aj boli ďalej. Pamätám si, že náš profesor raz zavolať na našu hodinu štvrtákov, piatakov, šiestakov, aby sa prišli pozrieť... a my sme boli prváci. Ale dobre – to je zásluha môjho otca, lebo on nás pripravoval, on nás viedol k tomu, aby sme cvičili.*

Disciplína

**Andreas:** *Pamätám si, ako som doma hral stupnicu a nejaké dve-tri chyby som tam urobil. Otec zareagoval: „Ale! Nevieme stupnicu, tak sa ideme prebehnúť von – jedno koliesko.“ Tak som prebehol jedno koliesko, a keď som sa vrátil, zrazu [akcent] sa mi to celé ujasnilo, zrazu som to zahrál... Možno to predtým bola aj taká nedbalosť: „Á, veď dajako to zahrám.“ To proste musí byť aj nejaká disciplína, to hranie!*

Každý musí cvičiť

**Výskumník:** *Zmienili ste sa, že ste rád cvičili...*

**Andreas:** *Samozrejme. Bez cvičenia sa to nedá. Každý musí cvičiť. Neexistuje – počul som také názory, že nejakí géniovia necvičia. Možno majú len v tom výhodu, že môžu cvičiť – možno! – menej. Časovo. Ale cvičiť musí každý.*

**Výskumník:** *Kolko hodín denne ste približne cvičili?*

**Andreas:** *Nebol som z tých, čo by cvičili – neviem – päť-šesť hodín denne. Cvičil som asi tri, maximálne štyri hodiny; ale na tých dychových nástrojoch ako trúbka, trombón – tam treba kvôli nátlaku opatrne. Človek stratí nátlak, a potom je odstavený možno aj na mesiac.*

Profesionálnemu štúdiu hudby predchádzala frustrácia, ktorá Andreasa zraňujúco zasiahla, ale *nezlomila*. (Nielenže ho neprijali na Konzervatórium v meste „A“, ale následne bola stadiaľ doručená na Konzervatórium v českom meste „C“ písomná referencia: neodporúčanie prijatia, tentokrát z dôvodu nedokonalého postavenia chrupu.)<sup>14</sup>

Frustrácia v primeranej miere je podľa A. H. Maslowa pre dieťa prospešná – posilní ho, kým presiahnutá miera ho, naopak, zlomí: „*Ak má byť človek silný, musí získať toleranciu voči frustrácii, schopnosť vnímať fyzickú realitu ako ľahostajnú k ľudským praniam... [...] Ak sú frustrácie väčšie, než dokáže uniesť, označujeme ich za traumatické a nepovažujeme ich za prospešné, ale za nebezpečné.*“<sup>15</sup>

Napriek tomu, že Andreas uviedol mieru frustrácie ako vysokú, uniesol ju, a navyše dokázal aktívne čeliť aj predsudku na Konzervatóriu v meste „B“, respektíve poprieť ho svojou kvalitnou hrou (predsudok pôsobil ako motivačný agens). Nežiaduce vonkajšie okolnosti teda nielenže nenarušili Andreasov kladný vzťah k hudbe, ale, naopak, ešte umocnili jeho *cieľavedomé* sebaaktualizačné úsilie.

Uvedené skutočnosti napovedajú nielen o Andreasovej vnútornej *sile* a *nezlomnosti*, ale takisto o adekvátnej *sebadôvere*. Aj v ďalších postojoch Andreasa možno odhaliť náznaky niektorých osobnostných charakteristík, ako napríklad *pokoru* („*to je zásluha môjho otca*“) a tiež – výchovou interiorizovanú – *sebadisciplínu*, nevyhnutnú pre pravidelné koncentrované cvičenie.

## 2.2 Profesionálna dráha – napĺňanie snov

Kľúčový okamih

**Andreas:** *Po skončení školy som išiel na vojenskú službu. Pôsobil som v Armádnom umeleckom súbore v meste „B“, a odtiaľ som bol pozvaný na konkurz – sedem hodín ma skúšali v rozhlase – a tak som sa dostal do orchestra G [významný big band v Česku], **hneď na prvú trúbku**. To bol **dôležitý okamih v mojom živote**. A vtedy som vlastne vhuhol do tej profesionálnej kariéry.*

Vzácné hudobné chvíle

**Andreas:** *Podarilo sa mi hrať so svetovými menami – najmä džezu – ako Benny Golson, americký saxofonista, to je legenda... Proste, to sú také vzácné hudobné chvíle. Alebo Bill Evans, alebo – musím si rýchlo pospomínať – Eric Marienthal a tak ďalej... James Morrison, Joan Faulkner, Bill Ramsey... No skrátka, to je top [dôrazne]!*

**Výskumník:** *Ako sa vám to podarilo?*

**Andreas:** *To je to! To, že som cvičil, a tým hraním dokazoval... A určití [kompetentní] ľudia si všimli: „Veď ten vie hrať, veď ten to zahrá, tak toho zavoláme.“ [...] Čiže, bol to vlastne ohlas tých ľudí na moju hru.*

Dosiahnuteľnosť cieľa

**Andreas:** *Verím, že keď si vytýčim nejaký cieľ – a to naozaj v živote funguje –, ono to príde. Človek nikdy nevie, kedy presne, ale príde to. Sníval som o tom, že budem hrať v orchestri, v big bande. Sníval som o tom, a mne sa to naozaj [dôrazne] splnilo. Mne sa ešte splnilo, že som hral s takými exkluzívnymi muzikantmi; mne sa to všetko splnilo. Ale išiel som za tým aj cez tie prekážky.*

Ideál

**Andreas:** *Jediné, čo ma ešte mrzí: škoda, že na Slovensku nie je jeden profesionálny big band. Tak ako je Slovenská filharmónia, Symfonický orchestr Slovenského rozhlasu... [...] Jeden Big Band! Proste, aby sme mohli chodiť do práce a každý deň cvičiť. To by som chcel, ale to je v tejto dobe asi ilúzia.*

Andreasovo cieľavedomé úsilie (motivačné zameranie na cieľ) vyústilo do úspešnej kariéry profesionálneho hudobníka. Andreas tento fakt vníma kauzálne, ako prirodzený výsledok vynaloženého úsilia („To, že som cvičil...“). Môžeme si všimnúť, že ide o potvrdenie rovnice uvedenej pozitívnym psychológom Martinom Seligmanom: *úspešný výkon = schopnosť × úsilie* (pričom úsilie predstavuje energiu a čas).<sup>16</sup> Charakterovou vlastnosťou, z ktorej pramení rozhodnutie venovať energiu a čas rozvíjaniu schopností,<sup>17</sup> je *sebadisciplína* (už sme sa o nej zmieňovali), ktorá sa javí ako Andreasova inherentná vlastnosť. Rovnako *vytrvalosť, odhodlanie a záľuba v danej činnosti* – ako parciálne zložky sebadisciplíny – sú Andreasovi vlastné.

Z hľadiska pozitívnej psychológie<sup>18</sup> je pre úspešný výkon dôležitý jasne vytýčený cieľ a pociťovanie jeho *zvládnuteľnosti*, čiže dôvera v účinnosť a primeranosť vlastných síl. V prípade Andreasa boli splnené oba postuláty.

Navyše môžeme u participanta postrehnúť aj *stieranie dichotómií* (fenomén charakteristický pre sebaaktualizujúcich ľudí), keď sa strácajú jasné kontúry medzi povinnosťou a potešením, medzi prácou a záľubou, čo jadrne vystihol A. Maslow: „*Povinnosť sa stala potešením a potešenie splynulo s povinnosťou.*“<sup>19</sup> V tomto duchu sa napríklad nesie aj vyššie uvedený „sen“ Andreasa o profesionálnom big bande („*aby sme mohli chodiť do práce a každý deň cvičiť*“).

## 2.3 Od tvorivosti k tvorbe

Od empirie k vlastnému vyjadreniu

**Výskumník:** *Čo vás viedlo k rozhodnutiu komponovať?*

**Andreas:** *Skrátka, hral som na mnohých miestach, v mnohých zoskupeniach a cítil som potrebu pretaviť túto skúsenosť do vlastnej výpovede... Tie CD – to je taký môj pocit, moje vyjadrenie. A východisko tvorí práve moja muzikantská práca a bohaté muzikantské skúsenosti.*

Návrat k duchovnu

**Andreas:** *Tam [v kompozíciách] nešlo o preteky v komplikovaných harmóniách. To by som koncipoval inak. [...] Predovšetkým som sa chcel držať melódie... pretože mám*



*pocit, že melódia sa vytráca. Zároveň sa tak trochu vytráca aj to duchovno, to ľudské duchovno. Akoby sme v rýchlosti sledovali iba čísla a nevenovali pozornosť človeku. [...] V dnešnej dobe je všetko uponáhľané, všetko nervózne, všetko sa len rýchlo niekam rúti... Preto je mojím zámerom, aby z mojich skladieb vyžaroval prirodzený pokoj. Pokoj – to je taká moja výpoveď cez trúbku...*

Hudobný rast Andreasa sa stal stimulom jeho ďalšieho rastu, ktorý sa rozšíril o novú tvorivú dimenziu – kompozíciu. Práve túto skutočnosť – *rast ako motiváciu ďalšieho rastu* (nie ustrnutie v homeostáze) – pozoroval A. H. Maslow u sebaaktualizujúcich ľudí.<sup>20</sup>

V Andreasovej činnosti sa manifestujú všetky tri druhy tvorivosti, na ktoré upozornil A. H. Maslow:

- primárna tvorivosť*, ktorá je spontánna (odtiaľ pramení napríklad schopnosť improvizácie v džezze);
- sekundárna tvorivosť*, v ktorej nad spontánnosťou prevažuje presné myslenie, dlhé cvičenie a perfekcionizmus;
- integrovaná tvorivosť*, ktorá zdarne používa *oba* typy procesov.<sup>21</sup>

Súbežne možno k uvedeným druhom prirátať aj tzv. *sebaaktualizovanú tvorivosť* – *SA tvorivosť* (analogickú s primárnou tvorivosťou), ktorú Maslow odlišil od „tvorivosti vyplývajúcej zo zvláštneho nadania“, keďže sebaaktualizovaná tvorivosť oveľa bezprostrednejšie vyviera priamo z osobnosti človeka – ako typ čistej otvorenej vnímavosti.<sup>22</sup>

Osobnosť Andreasa – jej kreatívno-duchovný rozmer – sa reflektuje aj v zameraní kompozícií, respektíve v ich presahu z rýdzo hudobnej (latino jazz s vplyvmi folku a folklóru) do ideovo-duchovnej roviny: melódia symbolizujúca návrat k duchovnosti človeka.

### 3 Melódia ľudskosti

Tretia línia životného príbehu (v rámci troch kategórií vrátane dvoch podkategórií) upriamuje pozornosť na osobnostné rysy a charakterové vlastnosti<sup>23</sup> účastníka, objavujúc v nich pridanú hodnotu (energetický rezervoár) posilňujúcu hudobný rast.

#### 3.1 Hudobné a osobnostné prieniky

##### 3.1.1 Paralela pohľadov

Prvá podkategória vychádza z externej charakterizácie Andreasa, a to optikou jeho kolegov – hudobníkov a pedagógov.

Čo vravia ľudia

**Respondent 1:** *Andreas pôsobí mimoriadne pokojným dojmom a vzhľadom na skutočnosť, „akým“ je umelcom, vôbec sa nespráva povýšenecky; je veľmi pokorný. Hovorí sa, že ľudia, ktorí majú zaujímavú farbu hlasu, majú aj dobré srdce...*

**Respondent 2:** *Andreas je nielen vynikajúci improvizátor a úžasný hráč všetkých žánrov a nezdolateľných výšok – to nedokáže nik! –, ale navyše vynikajúci človek, s ktorým sa výborne komunikuje a spolupracuje...*

**Respondent 3:** *Andreas je príjemný, kamarátsky človek – pokojná, dobrá povaha a veľký odborník v oblasti hudby. [...] Poradí, ale vždy s ľudským taktom.*



Skromnosť

**Výskumník:** *Andreas, ste vnímaný ako skromný človek, a navyše z vás doslova vanie fluidum pokoja. Čím to je?*

**Andreas:** *Som ako každý iný človek, ale k skromnosti sme boli vedení a vychovávaní...*

V jednotlivých charakterizáciách Andreasa zazneli samé kladné atribúty, ktoré môžeme výstižne zhrnúť pod dva zastrešujúce faktory, a to: *príjemnosť* – z hľadiska interakčného (pôsobenie na ľudí) a *odbornosť* – z hľadiska profesionálneho.

Obdobne aj z pohľadu výskumníka bol už pri prvom stretnutí s Andreasom vnímaný faktor príjemnosti, ktorý sa nápadne prejavoval v troch znakoch: *vlúdnosť* – *láskavý pohľad* – *zamatovo mäkký hlas*.

Sám Andreas (ako uviedol v rámci formálneho i neformálneho rozhovoru) sa pokladá za nekonfliktný typ a skromnosť označil za súčasť výchovy. Vyrastal v dobroprajnom prostredí, kde nemala miesto závišť, ohováranie či neprajnosť; naopak, dodnes si pamätá slová svojej starej mamy, ktorá zdôrazňovala, že každému treba dopriať: „*Nech má každý to svoje.*“ V tejto súvislosti pokladáme za relevantné poukázať na analógiu so slovami Matthieu Ricarda: „*Pravé šťastie vychádza z najhlbšej láskavosti, ktorá si z celého srdca praje, aby všetci našli zmysel svojej vlastnej existencie.*“<sup>24</sup>

V prípade Andreasa môžeme podčiarknuť jeho *dobrotivosť* a s ňou súvisiace neodčerpávanie energie závištlivosťou či úkladmi.

Zároveň – podľa Maslowa – vynakladajú dobrotiví ľudia menej energie na svoju ochranu pred *sebou samými*, čo súvisí s ich vlastným seba prijatím. Maslow spájal dobrotivosť ľudí so sebaaktualizáciou (vlastnosti sebaaktualizujúcich ľudí sa spravidla zhodujú s ideálmi ľudskosti), ako aj so sebaaktualizovanou tvorivosťou (už vyššie spomenutou), ktorú pokladal za sprievodný jav ich vnútornej integrácie.<sup>25</sup>

### 3.1.2 Osobný uhol pohľadu

Podkapitola je zameraná fenomenologicky: všíma si osobný postoj participanta k hudobnej realite.

Vždy pozitívne

**Andreas:** *Čo sa týka hrania [rozhodným tónom]: v hraní sa niekedy všetko perfektne podarí, ale nie vždy. Niekedy je to lepšie, niekedy aj horšie; ale zakaždým sa z toho učím – je to skúsenosť. Učím sa zo svojich chýb, ale aj z chýb iných. [...] Skrátka, z chýb sa učím – mňa aj to posúva.*

**Výskumník:** *Nefrustruje vás to?*

**Andreas:** *Nie. Vždy to otočím z toho záporného na pozitívne.*

Zvládnuteľnosť

**Andreas:** *V každom prípade sa snažím nájsť nejaké cestičky, aby som to [interpretáciu náročnejšej skladby] zvládol. Pri cvičení platí zásada: treba rozmýšľať. Už pri samotnom hraní – vtedy už tvoríme tú muziku, už sme v tej muzike, už sme na tej lodke – vtedy už až tak nepremýšľame; ale pri cvičení treba premýšľať. To znamená, že rozmýšľam, ako [dôrazne] to zahrať; snažím sa nájsť niekoľko spôsobov, ako dané technické miesto prelúsknuť...*

Prekážky ako výzva

**Andreas:** *Vždy, keď mám nejakú prekážku, ktorá sa týka oblasti hudby, tak ja neustúpim, ale idem cez ňu a dostanem sa tak vďaka nej ešte ďalej.*

Práca – zdroj radosti

**Andreas:** *Radosťou je samotná práca, hra, vystúpenia, koncerty...*

Pozornosť

**Andreas:** *Problémy nemiešam. Keď mám svoju prácu – či učím deti alebo hrám –, sústreďím sa len na danú konkrétnu činnosť. To, čo sa práve robí, to sa musí robiť poriadne. Plná koncentrácia je dôležitá.*

Pedagogická činnosť

**Výskumník:** *Ako vnímate pedagogickú prácu z pohľadu profesionálneho hudobníka? Obohacuje vás alebo, naopak, obmedzuje?*

**Andreas:** *Vnímam ju ako obohacujúcu – spoznávam deti, ich reakcie na výučbu, a viac-menej sa aj sám od nich učím. Predovšetkým však **chcem odovzdať deťom svoje skúsenosti – to pekné, čo som zažil ako dieťa**; cestu, ktorou som prešiel. Postupujem pomaly – tón po tóne, od ľudovej piesne; a potom sa uvidí, ako sa samé deti rozhodnú, kde sa ich cesta rozvetví – či bude smerovať ku klasike alebo k džezu, prípadne k popmusic...*

Osobná jedinečnosť alebo Slobodný výber

**Andreas:** *Môj brat-dvojča napríklad skončil konzervatórium, ale na trúbku už viac nešiel. Pracuje v úplne inom odbore. Má inú povahu. V tom neskoršom veku alebo proste na konzervatóriu – tam sa to už asi rozdelilo... **Ja som mal stále pred sebou ten svoj cieľ**, ale môj brat ho už nemal. Z neho úplne opadlo to zanievanie a proste, hľadal už niečo iné – iný spôsob života...*

Človek je na jednej strane determinovaná bytosť (geneticky aj environmentálne), ale na druhej strane – ako zdôraznil V. E. Frankl – vždy je slobodný v postoji, ktorý k danej situácii zaujme.<sup>26</sup> Andreas evidentne preferuje pozitívny postoj. Neplytvá energiou na utápanie sa v negatívnych emóciách či nezdaroch. Naopak, i k nežičlivým situáciám zaujíma konštruktívne stanovisko: chyby vníma ako cenné zdroje poučenia a prekážky ako výzvy.

V tejto súvislosti hovoril M. Csíkszentmihályi o ľuďoch s tzv. „autotelickým egom“: „Autotelické ego“ je také, ktoré ľahko mení potenciálne hrozby na príjemné výzvy a uchováva si tak vnútornú harmóniu.<sup>27</sup> Jeden zo základných rozdielov medzi človekom s autotelickým egom a človekom, ktorý ho nemá, spočíva podľa Csíkszentmihályia v tom, že ten prvý vie, že cieľ, o ktorý sa usiluje, si vybral sám (vychádza z vnútra jeho ega).<sup>28</sup>

Andreasovo cielečné zameranie pozornosti, racionálna príprava na interpretačný výkon, ale potom skôr voľné plynutie hudby v jeho priebehu („už sme v tej muzike, už sme na tej loďke“) korešponduje s nazeraním huslistky Kató Havas na hladký priebeh výkonu, ku ktorému prispieva práve „eliminácia vlastného ja, ktoré sa rozplynie vo voľnom toku hudby“.<sup>29</sup>

Na splynutie ega s činnosťou identicky poukázali aj humanisticky orientovaní psychológovia. Podľa A. Maslowa práve sebaaktualizovaný človek – ako človek s najsilnejším egom – dokáže paradoxne na toto ego zabudnúť v plnom pohltení činnosťou.<sup>30</sup> M. Csíkszentmihályi nazval takéto splyvanie činnosti a ega – *flow*. K pocitu *flow* (ako zdanlivo ľahkého pohybu bez úsilia) však nedochádza bez predchádzajúcej prípravy a použitia nadobudnutých zručností.<sup>31</sup> Automatizovanej, sťa by samovolnej činnosti vo *flow* teda časovo predchádza vedome koncentrovaná pozornosť.

V rozhovore Andreas uviedol, že „problémy nemieša“, čiže nerozptyľuje pozornosť a koncentruje sa na aktuálne riešený (pedagogický alebo interpretačný) problém („to, čo sa práve robí, to sa musí robiť poriadne“). Na vysokú efektívnosť koncentrovanej pozornosti upozornil aj M. Csíkszentmihályi, zdôrazňujúc, že ide o dôležitý zdroj *psychickej energie*, ktorý je potrebné (z hľadiska úspory času, energie a dosiahnutia kvalitného výsledku) mať pod svojou kontrolou.<sup>32</sup> Analogicky kládol didaktickú otázku už Epiktetos: „A ktorý iný zo životných úkonov sa stáva lepším ľudskou nepozornosťou?“<sup>33</sup>

V rámci pedagogickej činnosti je u Andreea postrehnuteľný vplyv jeho otca (postup od ľudových piesní a široký záber štýlov), pričom sám Andreas sa vyjadril, že pedagogickú činnosť vníma ako pokračovanie v otcovej práci. Zároveň z jeho prístupu cítiť spokojnosť s vlastným „hudobným“ detstvom (snaha odovzdať žiakom „to pekné, čo som zažil ako dieťa“).

Napriek tomu, že v tých istých podmienkach bol k hudbe vedený aj Andreasov brat-dvojča, profesiu hudobníka si nezvolil. Ako divergentná sa javí práve vnútorná motivácia súrodencov – v zhode s tézou V. E. Frankla o jedinečnosti každej osoby: „Každý človek je jediná a jedinečná bytosť; jedinečná v celom vesmíre a jediná v celej večnosti.“<sup>34</sup>

Frankl zdôraznil, že človek ako bytosť rozhoduje o sebe samom, kým dedičnosť mu poskytuje iba „materiál“: „Dedičné sú vždy – aby som sa vyjadril obrazne – ,kamene; ktoré ,stavitelia' bud', odhodí; alebo naopak použijú na stavbu. Stavitelia sami sa však z kameňov neskladajú.“<sup>35</sup>

Podobne sa A. H. Maslow vyjadril o vplyve prostredia. Podčiarkol, že hoci prostredie umožňuje aktualizáciu vnútorného jadra (ba predstavuje *sine qua non* na naplnenie jeho potenciálnych možností), samotné jadro neutvára.<sup>36</sup>

### 3.2 Výkon a zodpovednosť

Tréma?

**Výskumník:** Aké máte skúsenosti s trémou? Pociťujete alebo pociťili ste niekedy trému?

**Andreas:** Myslím si, že každý muzikant má trému. Ide o to, či väčšiu alebo menšiu, ale určite tam je nejaká malá nervozita, respektíve [zamyslenie sa] – zodpovednosť. Nieкто to nazve trémou alebo nervozitou, ale – **zodpovednosť**, pretože chcem dobre zahráť a cítim, že to ľudia odo mňa očakávajú... Takže tam je – neviem to nahradiť iným slovom – proste, zodpovednosť.

Z pozície učiteľa

**Výskumník:** Mohli by ste pocit zodpovednosti pri vašom vystúpení porovnať s pocitmi, keď hrá váš žiak?

**Andreas:** *Vnímam ako ťažšiu situáciu, keď hrá niektorý môj žiak... Predsa ja už mám skúsenosti s hraním, s koncertmi, ale deti tieto skúsenosti nemajú... Keď hrám ja, tak nemám takú trému, ale v prípade, keď učím – mám! Mám trému. Ako keby som trpel za nich... sledujem každú jednu notu, každý jeden nádych, všetko... Aj keď sa pomýlia náhodou – lebo učím ich, aby išli ďalej: nevadí, preskočíme, ideme ďalej – prežívam to s nimi.*

Spriama a s istotou

**Výskumník:** *Ste známy svojou úžasnou hrou a nezdolateľným tónom vo vysokých polohách. Ako by ste definovali svoj tón – v čom je osobitý?*

**Andreas:** *Neviem, či osobitý... Mám tón, ktorému sa hovorí plný. Živý plný tón, nie ustráchaný. Proste, spriama; keď spustím to moje hranie, tak to už je jasný smer. [...] Vychádza to možno aj z toho, že som často hrával a hrávam v big bandoch – tam sa nedá uhnúť. Keď hrám prvú trúbku, tak buď zahrám alebo nezahrám – čo je nemysliteľné, pretože v takom prípade by bolo ticho. Jednoducho, tam musím hrať, nemôžem vypadnúť.*

Zrkadlom výkonu sú ľudia

**Výskumník:** *Kedy ste začali pociťovať, že už nemusíte nič dokazovať; skrátka, že už ste uznávaný?*

**Andreas:** *Pravdu povediac, celý život musím dokazovať [srdečný smiech]. Nie „musím“; opravím sa: „chcem“. To zrkadlo sú ľudia – to oni mi dajú tú spätnú väzbu, že áno, bolo to dobré. A ja až vtedy uverím...*

Hudobný výkon interpreta na pódiu je interaktívna činnosť. Smeruje od interpreta k publiku, oslovuje publikum. Tréma ako napätie pred výkonom môže – v závislosti od intenzity – pôsobiť ako pozitívny alebo, naopak, negatívny intervenujúci činiteľ.<sup>37</sup> (Intenzita a príčiny trémy sa, prirodzene, u jednotlivých interpretov rôznia.) Andreas pojem *tréma* explicitne nahradil, respektíve spresnil pojmom *zodpovednosť*, ktorý pokladá vo svojom prípade za príliehavejší. Ide nielen o zodpovednosť vo vzťahu k profesii, ale predovšetkým o zodpovednosť vo vzťahu k publiku ako percipientovi umenia.

Z pozície učiteľa hovorí Andreas už priamo o *tréme* pociťovanej za žiaka.<sup>38</sup> V samotnom zdôvodnení sa zrkadlí opäť (i keď implicitne) zodpovednosť, ale tentokrát zodpovednosť za zvereného žiaka, ako aj empatia a spolicítenie s ním.

V postavení interpreta sa *zodpovednosť* Andreasa prejavuje v synergii so *sebadôverou*, *spoľahlivosťou* a *istotou*. Hoci vo všeobecnosti pôsobí Andreas (a sám sa tak aj hodnotí) ako skromný človek, v interakcii s hudbou vyžaruje istotu a rozhodnosť.

V Andreasovom vyjadrení „nie musím“, ale „chcem“ (dokazovať interpretačnú kvalitu) sa odráža rastová motivácia súbežne s *vôľou ku zmyslu*, ktorú V. E. Frankl spájal s realizáciou hodnôt. Osoba je podľa V. E. Frankla orientovaná na zmysel a usiluje o hodnoty.<sup>39</sup> Práve kladnú *spätnú väzbu* publika vníma Andreas ako potvrdenie zmysluplnosti a atribút hodnoty svojho interpretačného výkonu. V súlade s konštatovaním M. Csikszentmihályia: „A ak má človek rozvíjať svoje zručnosti, musí venovať pozornosť výsledkom svojho konania – sledovať spätnú väzbu.“<sup>40</sup>

### 3.3 Modality šťastia

Spolu

**Výskumník:** *Môžete si spomenúť na najšťastnejší okamih alebo pocit súvisiaci s hudbou?*

**Andreas:** *Najšťastnejší [krátka zámlka]. Hm. Hádám najšťastnejší okamih bol, keď som hral prvýkrát koncert so synom. Ja ako otec a môj syn – a spolu sme hrali. Dobré, bol som šťastný, keď sa mi podarilo hrať so svetovými menami... Ale ako najšťastnejší pocit – prvý koncert so synom.*

Hodnoty

**Výskumník:** *Čo považujete za najvyššiu hodnotu v živote?*

**Andreas:** *To je ťažká otázka... Povedal by som, že v dnešnej dobe je veľmi dôležité zdravie. A potom šťastie. Ale to šťastie ja mám! Mám úžasnú manželku a dve deti. Som spokojný, rešpektívne – som úplne nadšený! Ale nesnažím sa vyrábať si v živote zbytočné komplikácie, problémy a stresy. Čo sa dá zjednodušiť, radšej zjednodušiť ako komplikovať.*

Životná cesta

**Výskumník:** *Ak by ste mali možnosť začať v živote ešte raz – úplne od nuly, zvolili by ste si inú – hudobnú alebo ľudskú – cestu?*

**Andreas:** *Nie. Zvolil by som si tú istú – hudobnú aj ľudskú – cestu. Nič by som na tom nemenil. Absolútne nič.*

Andreas zaradil dobrá bežného života (zdravie, rodinu) medzi najvyššie hodnoty, čo je (z hľadiska humanistickej psychológie) príznačné práve pre sebaaktualizujúcich ľudí. Spokojnosť až nadšenie Andreasa korešponduje so zistením A. H. Maslowa, že človek, ktorý dosiahol sebaaktualizáciu, dokáže nielen jasnejšie vnímať realitu (nedíva sa skreslenou optikou nedostatkovej motivácie), ale zároveň disponuje aj posilnenou schopnosťou vysoko oceňovať základné dobrodenia života, a to s potešením, úžasom, ba až vytržením.<sup>41</sup>

U Andreasa možno pozorovať súlad medzi zvolenou životnou cestou a vnútornou prirodzenosťou. Rozvíjaním tých pravých – bytostne imanentných – schopností nastúpil na cestu aktualizácie svojho skutočného „ja“ a tým aj na cestu zmysluplného, spokojného a šťastného života.

### Zhrnutie výsledkov

Po zrealizovaní výskumu *Melodika hudby a života alebo Povedz mi svoj príbeh* sme dospeli k rezultátu, že hodnota alebo prínos daného výskumu sa neobmedzuje iba na zistenia (systematicky zameraného skúmania) v rámci konkrétne vytyčených výskumných cieľov, ale – z hľadiska holistického – spočíva už v samotnej *deskripcii príbehu*.

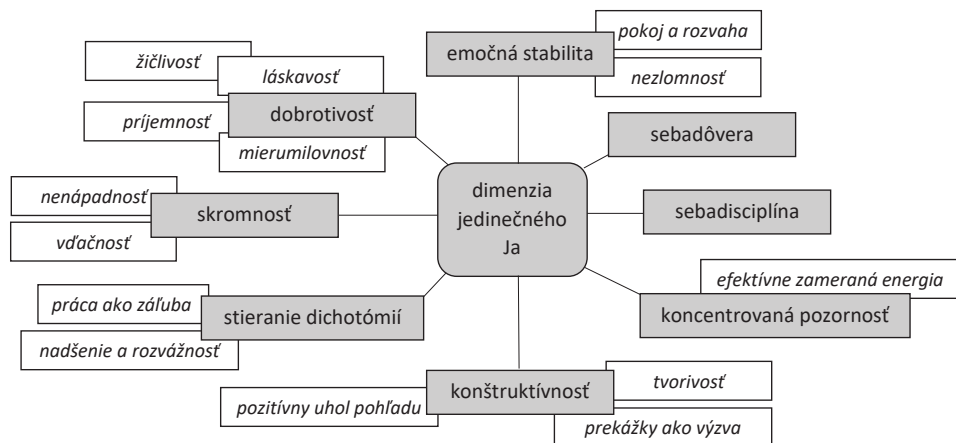
Samozrejme, to neznamená, že sme abstrahovali od konkrétnych výskumných cieľov: a) Odkryť základné agensy v zacielení participanta na profesiu hudobníka; b) Zistiť a k odkrytým agensom usúvzťažniť dnešný postoj participanta k vykonávanej

profesii z hľadiska *súladu so sebou samým*. Naopak, v kontexte príbehu sme im venovali prioritnú pozornosť a predkladáme nasledujúce zhrnutie výsledkov:

a) **Agency = synergia priaznivých činiteľov**. Agency zaciľujúce participanta na profesiu hudobníka nespočívali v izolovaných jednotlivostiach, ale predstavovali *synergiu* viacerých – vnútorných aj vonkajších – priaznivých činiteľov.

**Vnútorne** činitele tvorili:

- *hudobné vlohy* (hereditárne determinovaný potenciál),
- *vnútorná motivácia* (prirodzený záujem o hru na hudobnom nástroji a z neho plynúca cieľavedomosť),
- *dimenzia jedinečného Ja* (osobnostné vlastnosti a charakterové rysy ako pozitívne intervenujúce faktory): *emočná stabilita, sebadôvera, sebadisciplína, koncentrovaná pozornosť, konštruktívnosť, stieranie dichotómií, skromnosť, dobrotivosť*; ide o priebežne sa formujúcu a zároveň *sebaformujúcu* dimenziu ľudského Ja (Obr. 1). Význam tejto dimenzie jadrne vystihujú slová V. E. Frankla: „*Nie iba dedičnosť a prostredie tvoria človeka, ale aj človek tvorí samého seba, zo seba samého, zo svojho charakteru tvorí, človeka, osobu.*“<sup>42</sup>



**Obr. 1:** Dimenzia jedinečného Ja – osobnostné vlastnosti a charakterové rysy participanta ako pozitívne intervenujúce faktory

**Vonkajšie** činitele tvorili tieto optimálne environmentálne podmienky:

- *hudobné rodinné prostredie* (s ktorým koreluje *adresné* zameranie participanta na *konkrétny* hudobný žáner – džez),
- *facilitujúca rodinná klíma* (podpora a emocionálne bezpečie),
- *hudobná výučba v ranom veku* (hra na trúbke od 4 rokov).

b) **Vnútorne motivácia** ⇒ **Súlad so sebou samým**. Participant uviedol (a vyplynulo to aj z analýzy naratívneho rozhovoru), že zo súčasného pohľadu vníma vykonávanú profesiu hudobníka ako správne zvolenú, *súladnú so sebou samým*. Analýza poukázala na prioritnú súvťažnosť medzi profesijnou spokojnosťou participanta (percipovaná ako súlad so sebou samým) a jeho *vnútornou motiváciou*. Vnútorne motivácia ako autentický agens zaciľovala participanta na hudobnú činnosť vychádzajúc z jeho bytostnej prirodzenosti. Ostatné – vyššie uvedené agency –

harmonizovali s vnútornou motiváciou a „kooperovali“ s ňou (nepotláčali ju, ale výrazne napomáhali). Spoločne tvorili synergický systém, v rámci ktorého pôsobili vo vzájomnej súčinnosti.

## Záverečná diskusia

**Optimistický výsledok.** Výskum exemplifikoval dosiahnuteľnosť optima, keď práca a šťastie nie sú kontroverzné, ale konsonantné, a ich emergencia prináša osobné uspokojenie i kultúrne hodnoty zároveň. Terminológiou humanistickej psychológie môžeme rezumovať, že participant dospel k *sebaaktualizácii*. Opakovane podotýkame, že predovšetkým z tohto uhla pohľadu predstavuje prínos už samotná deskripcia príbehu. V zhode s postulátom A. H. Maslowa: „*Musíme študovať životnú cestu sebaaktualizovaných ľudí, aby sme zistili, ako dospeli k sebaaktualizácii.*“<sup>43</sup>

**Konzekvencie pre výchovu.** Pre zdravý vývoj detí a ich šťastnú dospelosť je potrebné venovať pozornosť odhaľovaniu a podporovaniu prirodzeného smerovania dieťaťa, aby tak napĺňalo svoje (nie cudzie) ambície.

**Teoretické paralely.** Výsledky výskumu vo význačnej miere korešpondujú s humanisticky orientovanými teóriami motivácie (s ktorými sme operovali v rámci interpretácie jednotlivých kategórií). Ide predovšetkým o teóriu *sebaaktualizácie* A. H. Maslowa; teóriu optimálneho prežívania (*flow*) M. Csikszentmihályia koncept *duševnej pohody* v pozitívnej psychológii; koncepciu človeka ako osoby *zameranej na zmysel a hodnoty* v logoterapii V. E. Frankla.

**Podnety pre ďalší výskum.** Ako sme už viackrát konštatovali, zdarná aktualizácia vnútornej motivácie participanta rezultovala z jej synergie s obzvlášť výhodnými vnútornými i vonkajšími faktormi. V tých istých podmienkach bol vychovávaný a k hudbe vedený aj brat-dvojča participanta, navzdor tomu si však po absolvovaní konzervatória profesiu hudobníka nezvolil a „*na trúbku už viac nesiahol*“. Pokladáme preto za vhodné pokračovať v obdobnom type kvalitatívneho výskumu aj z opačnej perspektívy – z perspektívy hudobníkov, ktorí svoju profesiu zanechali. Komparácia oboch typov (pozitívnych i negatívnych) prípadov môže priniesť cenné výsledky do oblasti hudobného nadania a sebarealizácie vôbec.

**Atribúty dobra.** Pozitívne osobnostné vlastnosti a charakterové rysy participanta (atribúty dobra v dimenzii jedinečného Ja) sme analýzou vyhodnotili ako intervenujúce činitele, podporujúce jeho rast k sebaaktualizácii. Rovnako ako sme súhlasili s výrokom A. Maslowa o potrebe skúmania sebaaktualizujúceho človeka, stotožňujeme sa aj s jeho vyjadrením, že je dôležité, aby sa vedecky študoval *dobrý človek*: láskavá, súcitná a mierumilovná osobnosť.<sup>44</sup> Práve osobný étos človeka vnímame totiž ako nezastupiteľný faktor, prestupujúci nielen hudobno-umeleckú, ale každú oblasť ľudskej činnosti.

## POZNÁMKY

<sup>1</sup> MASLOW, Abraham H.: *Motivace a osobnost*. Praha: Portál, 2021a, s. 68.

<sup>2</sup> SCHOPENHAUER, Arthur: *O životnej múdrosti*. Bratislava: Belimex, 1997, s. 13.



- <sup>3</sup> EPIKTETOS: *Rukojet; Rozpravy*. Praha: Československá akademie věd, 1957, s. 25.
- <sup>4</sup> Bližšie pozri MASLOW, Abraham H.: *Ku psychológii bytia*. Modra: Persona, 2021b, s. 28 – 29, s. 212 – 220.
- <sup>5</sup> Trojzložkový model nadania podľa V. Dočkala tvorí: a) Inštrumentálna zložka, b) Aktivačná zložka, c) Ľudské Ja. Bližšie pozri DOČKAL, Vladimír: *Zaměřeno na talenty aneb Nadání má každý*. Praha: Nakladatelství Lidové noviny, 2005, s. 76.
- <sup>6</sup> Bližšie pozri DOČKAL, c. d., 2005, s. 195.
- <sup>7</sup> Participant použil neraz plurál – v súvislosti s bratom-dvojčatom.
- <sup>8</sup> Pojem sebaaktualizácia (prvýkrát použitý Kurtom Goldsteinom) spájal A. H. Maslow s potrebou človeka byť verný svojej vlastnej prirodzenosti. Tento pojem poukazuje „na ľudskú túžbu po sebanaplnení, zvlášť na tendenciu aktualizovať sa v súlade so svojím skutočným potenciálom.“ Pozri MASLOW, c. d., 2021a, s. 69. (S pojmom „sebaaktualizácia“ pracoval aj humanistický psychológ Carl Rogers, pričom k nemu dospel nezávisle od Maslowa. Pozri napríklad ROGERS, Carl R.: *Být sám sebou*. Praha: Portál, 2015, s. 310.)
- <sup>9</sup> MASLOW, c. d., 2021b, s. 235.
- <sup>10</sup> Pozri napríklad NAKONEČNÝ, Milan: *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 2009, s. 201; KRBAŤA, Peter: *Psychológia hudby (nielen) pre hudobníkov*. Prešov: Matúš, 1994, s. 123.
- <sup>11</sup> Bližšie pozri SUZUKI, Shinichi: *Nurtured by Love*. Revised edition. Van Nuys: Alfred Music Publishing, 2012. Suzukiho program výchovy talentov ako fenomenálnu cestu k rozvítiu hudobného nadania a k neobyčajným výkonom detí už v predškolskom veku vyzdvihol napríklad aj americký vývojový psychológ Howard Gardner. Bližšie pozri GARDNER, Howard: *Dimenze myslenia*. Praha: Portál, 1999.
- <sup>12</sup> Hra na klavíri na základnej umeleckej škole (na rozdiel od konzervatória) nie je povinným predmetom žiakov študujúcich hru na melodických nástrojoch, čo pre nich predstavuje isté znevýhodnenie z hľadiska harmonického cítienia.
- <sup>13</sup> Na základnej umeleckej škole žiaci spravidla začínajú hrou na zobcovej flaute a k výučbe hry na náročnejšom dychovom nástroji sa pristupuje následne až vo vyššom veku žiaka.
- <sup>14</sup> Pravú príčinu nepriaznivej referencie pokladá Andreas za dodnes neobjasnenú.
- <sup>15</sup> MASLOW, Abraham H.: *O psychologii byti*. Praha: Portál, 2014, s. 256.
- <sup>16</sup> SELIGMAN, Martin: *Vzskvétaní. Nové poznatky o podstate štěstí a duševní pohody*. Brno: Jan Melvil Publishing, 2014, s. 138 – 143. (V českom preklade Evy Nevrléj – podľa anglického originálu *Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being* – je rovnica výkonu uvedená ako:  $\text{úspěšný výkon} = \text{dovednost} \times \text{úsilí}$ . Pri českom slove *dovednost* sa uvádzajú slovenské ekvivalenty *schopnosť, zručnosť, šikovnosť*. Pozri Česko-slovenský slovník. Bratislava: Veda, 1979. Preto sme zvolili preklad:  $\text{úspěšný výkon} = \text{schopnosti} \times \text{úsilie}$ .)
- <sup>17</sup> Schopnosti chápeme – v súlade s Júliu- som Borošom – ako individuálne vlastnosti osobnosti (súčasť jej výkonovej stránky), ktoré sú podmienkou úspešného vykonávania určitých činností. Schopnosti sa prejavujú v činnosti a činnosťou sa zároveň rozvíjajú. Bližšie pozri BOROŠ, Július: *Úvod do psychologie*. Bratislava: Iris, 2002, s. 285 – 288.
- <sup>18</sup> Ústrednú tému pozitívnej psychológie (v nadväznosti na humanistickú psychológiu) tvorí – ako uviedol M. Seligman – *duševná pohoda*, ktorej hlavným kritériom je miera optimálneho prosperovania (*flourishing*). Teória duševnej pohody obsahuje päť prvkov: *pozitívne emócie, zaujatie činnosťou, pozitívne vzťahy, zmysluplnosť a úspešný výkon*. Bližšie pozri SELIGMAN, c. d., 2014, s. 24 – 33.
- <sup>19</sup> MASLOW, c. d., 2021b, s. 165.
- <sup>20</sup> Tamtiež, s. 54 – 56.
- <sup>21</sup> Tamtiež, s. 166 – 169.
- <sup>22</sup> MASLOW, c. d., 2014, s. 193 – 194.
- <sup>23</sup> Vzťah medzi charakterom a osobnosťou chápeme v súlade s G. W. Allportom (americký psychológ, ktorý ovplyvnil utváranie humanistickej psychológie), podľa ktorého: „*Charakter definujeme ako osobnosť s určovaním jej hodnoty a osobnosť ako charakter bez určovania jej hodnoty: charakter je zhodnotená osobnosť.*“ Pozri ALLPORT, Gordon W.: *Pattern and growth in personality*. New York: Holt, Rinehart & Winston, 1961, s. 32. In NAKONEČNÝ, c. d., 2009, s. 455.
- <sup>24</sup> RICARD, Matthieu: *Kniha o štěstí*. Praha: Rybka Publishers, 2008, s. 28. (M. Ricard bol pôvodne molekulárny biológ, dnes – budhistický mních.)
- <sup>25</sup> MASLOW, c. d., 2014, s. 197 – 202; s. 211 – 214.
- <sup>26</sup> FRANKL, Viktor E.: *Vůla k zmyslu*. Bratislava: Lúč, 2010, s. 166 – 168.

- <sup>27</sup> CSÍKSZENTMIHÁLYI, Mihály: *Flow. Psychológia optimálneho prežívania*. Bratislava: Citadella, 2015, s. 274.
- <sup>28</sup> Tamtiež, s. 275.
- <sup>29</sup> HAVASOVÁ, Kato: *Nebojte se trémy*. Praha: Editio Supraphon, 1990, s. 127.
- <sup>30</sup> MASLOW, c. d., 2014, s. 85.
- <sup>31</sup> CSÍKSZENTMIHÁLYI, c. d., 2015, s. 79 – 81.
- <sup>32</sup> Tamtiež s. 50 – 54.
- <sup>33</sup> EPIKTETOS, c. d., 1957, s. 272 – 273.
- <sup>34</sup> FRANKL, Viktor E.: *Trpiaci človek*. Bratislava: Lúč, 2007, s. 72.
- <sup>35</sup> FRANKL, c. d., 2010, s. 169.
- <sup>36</sup> MASLOW, c. d., 2014, s. 267.
- <sup>37</sup> Intenzitu trémy a jej vplyv na výkon môžeme objasniť pomocou Yerkes-Dodsonovho zákona (z roku 1908) o optimálnej hranici motivácie, respektíve aktivácie organizmu. Ide o tzv. zákon krivky obráteného U: výkon bude optimálny, ak je úroveň aktivácie stredne vysoká. Príliš vysoká alebo príliš nízka úroveň aktivácie ovplyvňuje výkon negatívne. V súvislosti s trémou poukázal na tento zákon Ondrej Kondáš – pozri KONDÁŠ, Ondrej: *Tréma – strach zo skúšky*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1979, s. 45.
- <sup>38</sup> Trému, ktorou trpí pedagóg za žiaka (trému učiteľskú) radíme – podľa kategorizácie Bohumila Duška – do kategórie: Tréma za cudzí výkon. Pozri DUŠEK, Bohumil: *Psychologie hudby*. Praha: SPN – pedagogické nakladateľství, 1982, s. 28.
- <sup>39</sup> FRANKL, c. d., 2010, s. 118.
- <sup>40</sup> CSÍKSZENTMIHÁLYI, c. d., 2015, s. 275.
- <sup>41</sup> MASLOW, c. d., 2014, s. 13 – 14.
- <sup>42</sup> FRANKL, c. d., 2007, s. 86.
- <sup>43</sup> MASLOW, c. d., 2014, s. 219.
- <sup>44</sup> MASLOW, c. d., 2021a, s. 289 – 290.

## SUMMARY

### Melody of Music and Life or Tell Me Your Story

*In the research titled Melody of Music and Life or Tell Me Your Story we focused on the issue of musical motivational factors. The goal of the research was: a) to uncover the fundamental agents in the participant's focus on the profession of a musician; b) to determine the participant's present attitude to his profession and its relationship to the uncovered agents from the point of view of a harmony with himself. We have chosen the qualitative approach to research with the help of a biographical design. The key data were obtained through a narrative conversation with the participant – a 44-year old jazz trumpeter. The obtained data were categorized on the basis of open coding; their interpretation was based on the technique of "reading the cards". The results confirmed that the agents steering the participant towards the profession of a musician represented a synergy of several – both inner and outer – favourable factors. The inner factors were: musical faculties, intrinsic motivation, dimension of a unique inner self – character and personality traits as positive intervening factors. The outer factors were created by optimal environmental conditions: musical family environment, facilitating family climate, musical schooling in early life. The participant's professional satisfaction (perceived as a harmony with oneself) was analyzed and proved to be primarily bound to the inner motivation. Using the terminology of humanistic psychology we can conclude that the participant has achieved self-actualization. From this viewpoint the contribution of the research can be seen already in the narration of the story itself.*