

Ekologia ciszy jako element sozologii systemowej wzbogacający koncepcję rozwoju zrównoważonego

The Ecology of Silence as an Element of Systemic Sozology Which Enriches the Conception of the Sustainable Development

Wiesław Sztumski

Em. prof. Uniwersytetu Śląskiego, e-mail: ws34@op.pl

Streszczenie

Pejzaż akustyczny, który jest jednym z ważnych składników naszego środowiska życia, ulega destrukcji w miarę postępu cywilizacyjnego. Coraz mniej w nim ciszy, a coraz więcej hałasu i wrzasku. Natężenie hałasu rośnie nieustannie, ostatnimi laty lawinowo. Różne urządzenia nagłaśniające emitują dźwięki, których natężenie dosięga granicy bólu. Hałas towarzyszy nam na każdym kroku. Tak, jakby komuś zależało na tym, by wrzaskiem zagłuszyć troski życia codziennego i oglupiać ludzi. W narastającym hałasie trudno funkcjonować, pracować, uczyć się, koncentrować i odpoczywać. Dlatego najwyższy czas, by chronić ciszę. Zadaniem ekologii ciszy jest walka z hałasem i przywrócenie równowagi w pejzażu akustycznym. Ekologia ciszy jest elementem sozologii systemowej i koncepcji rozwoju zrównoważonego.

Słowa kluczowe: pejzaż akustyczny, hałas, cisza, sozologia systemowa, rozwój zrównoważony

Abstract

The acoustic landscape - one of important components of our environment - is destroyed proportionally to the progress of the civilization. Less and less silence is in it, but more and more noise and shout. The noise intensity rose constantly, but drastically during the last years. Different acoustic devices send sounds of which intensities are close to the border of pain. The noise accompanies us on every step. It is in such a way, as if somebody looks about that to daze the problems of the everyday life and to stultify people. In the increasing noise it is difficult, to act, to work, to study, to concentrate and to rest. Therefore, it is the highest time to protect silence. A fight against the excessive noise and for the restoration of the balance in the acoustic landscape are tasks of the ecology of silence. The ecology of silence is an element of systemic sozology and of the conception of the sustainable development.

key words: acoustic landscape, noise, silence, systemic sozology, sustainable development

*The Universe was not born with a bang
but in absolute silence*
Mark Whittle¹

¹ *Wszechświat nie rodził się z hukiem, lecz w absolutnej ciszy* – Mark Whittle (profesor astronomii i kosmolog w University of Virginia). Warto przy okazji zauważyć, że słowo „wybuch” zostało niefortunnie użyte w wyrażeniu „hipoteza Wielkiego Wybuchu”, możliwe, że jej twórcy chodziło o nadanie jej specjalnego zabarwienia emocjo-

Pejzaż akustyczny jest istotnym składnikiem środowiska życia

Idea rozwoju zrównoważonego jest w zasadzie doktryną ekonomii społecznej i dlatego najważniej-

nalnego. Wybuch kojarzy się zwykle z efektem głosowym, gdy tymczasem, według tej hipotezy, wszechświat miał powstać w wyniku gwałtownej ekspansji, której wcale nie musiał towarzyszyć krzyk.

sze jej postulaty dotyczą sfery gospodarowania, technologii oraz ochrony środowiska przyrodniczego. W pewnej mierze odnoszą się też do środowiska społecznego, na przykład w kwestii ochrony zdrowia. Zgodnie z tą ideą należy zezwalać tylko na takie negatywne zmiany środowiska, będące nieuchronnym efektem wzrostu gospodarczego i postępu techniki, które by nie doprowadziły do degradacji środowiska w stopniu zagrażającym zdrowiu i życiu ludzi. A zatem, do znanych postulatów ideologii rozwoju zrównoważonego należałoby dodać jeszcze jeden: **niekorzystne dla zdrowia i życia ludzi zmiany środowiska, tworzące postępowi cywilizacyjnemu i wzrostowi ekonomicznemu, muszą mieścić się w przedziale bezpieczeństwa zdrowotnego.** Jego górny kres stanowią wartości parametrów fizycznych określających jego stan, które zagrażają naszemu zdrowiu lub życiu. Ten przedział kurczy się z czasem coraz bardziej w wyniku intensywnego i niekontrolowanego postępu. Rozwój zrównoważony powinien zapobiec szybkiej redukcji przedziału bezpieczeństwa w trosce o przyszłe pokolenia. Ważnym składnikiem środowiska życia jest środowisko akustyczne, które w dużym stopniu jest już środowiskiem sztucznym kształtowanym przez czynniki kulturowe. W nim też dokonują się zmiany szkodliwe dla zdrowia przede wszystkim w wyniku narastającego hałasu. A niestety, wzmaga się on proporcjonalnie do postępu cywilizacyjnego. Jeśli idea rozwoju zrównoważonego ma między innymi służyć ochronie zdrowia, to musi uwzględniać kwestię zachowania bezpiecznego środowiska akustycznego. Należy ono do środowiska społecznego i przyrodniczego. Powinno więc być chronione w zakresie ekologii przyrody i ekologii społecznej. W ramach realizacji idei rozwoju zrównoważonego należy podjąć wysiłki zmierzające do ograniczania wzmagającego się hałasu, eksponować ciszę i reaktować jej wartość. A to właśnie koincyduje z celem ekologii ciszy. Wobec tego w trosce o bezpieczne środowisko życia koncepcja rozwoju zrównoważonego powinna być wzbogacona o ekologię ciszy. Jest ona jedną z wielu powstałych ostatnio ekologii szczegółowych, które wchodzą w skład sozologii systemowej.

Życie w hałasie i krzyku

Od około pół wieku przyszło nam żyć w prawdziwej cywilizacji krzyku. Hałas narasta z dnia na dzień, a technika dostarcza coraz głośniejszych urządzeń i wzmacniaczy głosu.² Dzięki nim

² Hałas można różnie definiować w zależności od tego, czy rozpatruje się go z punktu widzenia akustyki, psychologii lub zgodnie z odczuciem potocznym. Najbliższa potocznemu rozumieniu hałasu jest psychologiczna definicja. Określa ona hałas jako niepożądany i nieprzyjemny dźwięk powodujący negatywną reakcję organizmu. Jednak ma ona pewną wadę, ponieważ hałasem może być

można zwiększać natężenie głosu aż do przekroczenia progu bólu.³ Z tych urządzeń korzystamy wszędzie - w domach, na ulicach, w samochodach i w środkach transportu masowego. Hałas towarzyszy nam w czasie pracy i w czasie wolnym, również wtedy, gdy bawimy się i wypoczywamy, także podczas nabożeństwa i modlitwy. Powszechne stało się montowanie coraz donośniej brzmiących dzwonów kościelnych oraz nagłaśnianie nabożeństw i śpiewu pieśni, jakby od siły głosu zależało dotarcie modlitwy do Boga, a hałas towarzyszący uroczystościom kościelnym był miłą Bogu. Podczas gdy faktycznie *Bóg przemawia w ciszy serca. Bóg jest przyjacielem ciszy.*⁴ Tworzymy hałas i potęgujemy go w miarę postępu cywilizacji. Kultura Zachodu wytworzyła specyficzny pejzaż akustyczny, w którym dominuje hałas i wrzaskliwe zachowanie się, głośnie mówienie i pokrzykiwanie. Dudnienia instrumentów perkusyjnych zagłuszają dźwięki instrumentów melodycznych, a rytm zastępuje melodię. Wydaje się, że historia muzyki zatoczyła jakby koło: od huku prymitywnych bębnow używanych przez pierwotne ludy dzikie poprzez finezyjne i subtelne dźwięki wydobywane z różnych melodycznych instrumentów w późniejszych epokach (zwłaszcza Renesansu, Baroku i w czasach nowożytnych) z powrotem do dzikiego huku przedziwnych i hałaśliwych instrumentów perkusyjnych używanych przez ludzi współczesnych wysoce cywilizowanych.⁵ W tej kulturze powszechne hałasowanie stało się globalnie modne, a ciche mówienie w ogóle się nie liczy, jakby było głosem wołającego na pustyni wypełnionej wrzaskami. Krzyk i przebywanie w hałasie staje się specyficznym nałogiem, głównie dla młodych ludzi. Chodzą ze słuchawkami w uszach i słuchają muzyki z różnych odtwarzaczy kieszonkowych tak głośno, że słyszą ją w otoczeniu kilku metrów. Jeżdżą samochodami, w których głośniki wyjąca na cały regulator słyszą na całej ulicy i na przyległych chodnikach. Trzeba zwrócić uwagę jeszcze na to, że w hałasie krzyk nie pełni swej funkcji ostrzegawczej. Za pomocą głośniejszych dźwięków sygnalizuje się zagrożenie (np.

również dźwięk, uważamy za pożądany i przyjemny np. głośna muzyka. Dlatego lepiej byłoby nazywać hałasem zjawisko akustyczne szkodliwe dla narządu słuchu człowieka i odczuwane jako dokuczliwe oraz uciążliwe.

³ Progiem bólu nazywa się minimalne natężenie dźwięku, które powoduje już odczuwanie bólu ucha; wynosi ono około 1 W/m², co odpowiada 140 decybelom dla dźwięków sinusoidalnych i 120 decybelom dla szumów.

⁴ *Modlitwa Matki Teresy z Kalkuty*, w. L. Vardey, *Prosta droga*, Verbinum, Warszawa 1996.

⁵ Nic w tym dziwnego, że chcąc zachować jeszcze i chronić melodyjną muzykę stworzono kilka lat temu „ekologię muzyki” jako specjalną subdziedzinę ekologii. Ekologia muzyki jest dziedziną muzykologii badającą przede wszystkim relacje między muzyką i sposobem jej odbioru a środowiskiem akustycznym. Zapoczątkował ją kanadyjski kompozytor i ekolog akustyczny R. Murray Schafer.

wycie syreny sygnalizuje alarm lotniczy), ale w hałasie nie słychać ich. W świecie przepelnionym wrzawą cisza wydaje się bezużyteczna. Ciszę kojarzy się zazwyczaj z nudą, martwą pustką, w której nie wiadomo, co robić. Dlatego stopniowo eliminuje się ją z życia i dewaluuje. A rzadko kto kojarzy ją ze szczęściem.⁶ Coraz wyraźniej **cisza ustępuje miejsca hałasowi i traci swą naturalną wartość**. Tak, jakby koniecznie trzeba było zakrzyczeć świat, w hałasie utopić wszystkie problemy życiowe, przekrzyczeć wszystkich i wszystko, także własny głos wewnętrzny, by nie słyszeć nawet głosu swojego sumienia i nakazów płynących z wnętrza. Krzykiem zagłuszamy poczucie winy i w ten sposób sami okłamujemy się, że jesteśmy niewinni. Niektórym ludziom wydaje się, że im głośniejszą mową, tym są ważniejsi i że od siły głosu zależy ich ważność, skuteczność poleceń wydawanych przez nich, moc przekonywania i podporządkowywania sobie innych. Dlatego jeden chce przekrzyczeć drugiego.

Hałas jest wrogiem wolności

Warto zauważyć, że hałas jest wrogiem wolności, gdyż nieustanne pokrzykiwanie było cechą dyktatorów, których moc zniewalająca zależała od wydawania krzykliwych rozkazów, a terroryzowanie krzykiem jest właściwe wszelkim tyranom, którzy krzykiem wzbudzają strach i wymuszają posłuszeństwo. Dowodzi tego doświadczenie historyczne i życie codzienne. Krzyk jest wyrazem przemocy w relacjach międzyludzkich, a im jest głośniejszy, tym większą wyraża przemoc. Coraz więcej doświadcza się przemocy związanej z wywieraniem presji poprzez podnoszenie głosu i krzyk. W związku z tym może pojawić się pytanie: Czyżby postępująca cywilizacja krzyku miała doprowadzić do zmierzchu demokracji i ponownego zniewolenia w ramach jakiejś dyktatury globalnej? Możliwe, że o to właśnie chodzi tym, którzy chcą ją sprawować i sprzyjają jej rozwojowi.

Hałas ogłupia ludzi

Krzyk ma też zastępować rację: im głośniejszą mową, tym bardziej liczy na to, słuchacze uznają ich słuszność. **Argument krzyku zastępuje argument racji**. Aby przekonać się o tym, jak i jaką rolę odgrywa głośnie mówienie w obronie swej racji, zwłaszcza, gdy jest ona wąt-

pliwa albo w ogóle się jej nie ma, wystarczy oglądać dyskusje w TVP z udziałem prominentnych polityków. Dotyczy to głównie przedstawicieli opozycyjnych ugrupowań krzyczących tym głośniejszym, im mniejszym dysponują zasobem rzetelnych faktów, które mogłyby uzasadnić ich wypowiedzi. Teraz krzyk jest także instrumentem w rękach manipulatorów społecznych, którym pomaga w urabianiu opinii mas. Wykorzystują oni krzykliwe tytuły i audycje radiowe i telewizyjne. Od kilku lat moda na krzyk opanowuje stopniowo Internet. Otwarcie strony internetowej towarzyszy jakaś natrętna i krzykliwa reklama, którą z trudem udaje się wyłączyć za sprawą przemysłnych sztuczek programistów. Za pomocą krzyku usiłuje się wzmacniać moc oddziaływania reklamy oraz efektywność propagandy. Celowo wzmacnia się natężenie głosu reklam emitowanych w telewizji ponad ustawiony poziom, a samochody w wyjątkami megafonami objeżdżają miasta w ramach akcji przedwyborczej. A ponadto - i to jest najgorsze - **krzyk i hałas wykorzystuje się skwapliwie w celu świadomego ogłupiania ludzi**. Wiadomo bowiem, że w hałasie trudno koncentrować uwagę, myśleć logicznie i orientować się. Między innymi dlatego krzykliwe reklamy mają dezorientować potencjalnych konsumentów, a nadmierny hałas w sklepach, spowodowany głośną muzyką, ma nie tyle uprzyjemnić pobyt klientom, co wpływać na podejmowanie przez nich irracjonalnych decyzji podczas zakupów.⁷ Podobnie, krzykliwe spoty wyborcze i imprezy przed wyborami mają odwracać uwagę elektoratu od treści programów wyborczych i utrudniać odkrywanie prawdziwego oblicza pretendentów do władzy.

Hałas jest substytutem piękna

Z hałasu próbuje się uczynić kategorię estetyki. Ma on wzmagać przeżycia estetyczne, jakie wywołuje słuchanie muzyki, a nawet w jakimś stopniu zastępować odczuwanie piękna wrażeń akustycznych. Tym bardziej, że współczesna muzyka staje się coraz bardziej hałaśliwa. Melodia ustępuje rytmowi, a rytm wybijany jest coraz głośniejszym. Słuchanie muzyki sprowadza się w zasadzie do wysłuchiwania rytmu, czyli do wysłuchiwania wrzaskliwego stukotu instrumentów podkreślających rytm, ponieważ nic innego nie słychać. Hałas, do którego redukuje się wrażliwość estetyczną w muzyce, stał się do pewnego stopnia miernikiem jej piękna,

⁶ Raczej do wyjątków należy zaliczyć wypowiedź Anzelm Gruna: *Jeśli nastąpi cisza nie tylko wokół mnie, ale również we mnie, to są to chwile największego szczęścia. Nic mi nie przeszkadza, nie zakłóca wewnętrznego spokoju. Żadne myśli mnie nie rozprasają. Jestem zanurzony w sobie. Pojmuję siebie i wszystko, co istnieje. Cisza jest czymś kosztownym jak złoto, oplata jedwabną przedzą milczenia. Nie ma jej poza tobą, ona szepcze w twym sercu... Jeżeli jej nie zagłuszysz, nie zniknie* (Grun, 2007)

⁷ W celu dezorientacji klientów wykorzystuje się nie tylko hałas, ale również oddziaływanie za pomocą dźwięków niesłyszalnych (infradźwięków), kierowanych nie do ucha, lecz bezpośrednio do świadomości klienta. Z pomocą systemu hiposonicznego podpowiada się mu, co powinien kupić. Również niektóre źródła wojskowe w Stanach Zjednoczonych podają, że od dawna dysponują bronią o działaniu dźwiękowym, która steruje zachowaniami i nastrojami społecznymi.

zwłaszcza w odbiorze masowym. Teraz już w potocznej świadomości **piękno muzyki kojarzy się przede wszystkim z jej hałaśliwością**. Śpiew i muzykę wzmacnia się coraz bardziej za pomocą różnych urządzeń nagłaśniających; ich siła głosu może bez problemu przyprawić o ból. Mikrofon i głośnik maskują braki naturalnej emisji głosu wykonawców. Nikłą wartość estetyczną utworów muzycznych oraz mierne ich wykonywanie przez piosenkarzy i muzyków podnosi się sztucznie za pomocą hałaśliwego wykonywania tych utworów. Muzyka została zdominowana przez „wybijaczy rytmu” i wrzaski piosenkarzy, aktorów, wodzirejów (dyskdżokejów). Natężenie głosu ma być czynnikiem podnoszenia wartości estetycznej wrażeń akustycznych. A w ogóle, im więcej krzyku, hałasu i pohukiwań, tym lepsza impreza muzyczna. **Na rynku rozrywki hałas zaczął funkcjonować jak towar**. Popyt na niego rośnie w miarę tego, jak powszechne jest uznanie go za wartość estetyczną w muzyce. Ludzie oglupieni przez dyktatorów hałasu płacą za niego tym większą cenę, im jest go więcej. Jest to, oczywiście, towar ukryty, bo przecież nie płaci się bezpośrednio za sam hałas, tylko pośrednio, za możliwość słuchania go (np. za bilety wstępu), za źródło hałasu, to znaczy za wrzaskliwych wykonawców oraz za korzystanie z urządzeń nagłaśniających i ich obsługę.

Tolerowanie hałasu

Przyzwyczajamy się do hałasu i nie zwracamy już na niego takiej uwagi, jak dawniej. Typowym przykładem są szkoły, gdzie od pewnego czasu nauczyciele przestali w ogóle reagować na narastający stopniowo hałas w szkołach. Narazają się oni na osłabienie słuchu i znerwicowanie wynikające z przebywania w hałasie. Muszą też coraz głośniej przekrzykiwać uczniów na lekcjach i szybko tracą głos. Przyjmując konformistyczną postawę wobec hałasu, wyrażającą się w braku reakcji oraz chęci przyzwyczajania się do niego, zapomina się o tym, że wytrzymałość ucha ludzkiego na natężenie głosu ma określoną i stałą granicę. Jej przekroczenie powoduje trwałe uszkodzenie ucha. Dlatego adaptować się można tylko do pewnej wartości natężenia hałasu panującego w środowisku akustycznym. Nie wiadomo, jakimi rezerwami dysponujemy jeszcze ani do ilu decybeli zdołają się jeszcze adaptować nasze narządy słuchu. Wielu ludzi przepada wprost za hałasem i nawet nie może się bez niego obyć. Gdyby znajdowali się oni w zamkniętych i dźwiękoszczelnych pomieszczeniach, to szkodziliby co najmniej sami sobie. Ale oni chcą na siłę uszczęśliwić innych tym, czego słuchają. I co gorsza, uchodzi im to bezkarnie, bo są akceptowani przez większość. Tym samym, **społeczeństwo zostaje poddane terrorowi hałasu**. Jesteśmy po prostu *gwałceni przez hałas* (Woźniak, 2009).

Hałas i krzyk są atrybutami tłumu i turbulentnego świata

Nie da się zaprzeczyć temu, że współczesne społeczeństwo coraz szybciej przekształca się w globalny tłum wskutek globalizacji i że procesy społeczne przebiegają w coraz wyższym stopniu turbulentnie. W tłumie ma się do czynienia ze specyficznym środowiskiem akustycznym, ponieważ na ogół tłum zachowuje się krzykliwie. Charakteryzuje się ono określonym poziomem hałasu, który podnosi się w miarę rozrastania się tłumu oraz postępu cywilizacji. Tłum, który być zauważony, musi wyeksponować się za pomocą wrzaskliwej manifestacji. To samo czynią jednostki chcące wyróżnić się w tłumie. Ich krzyk musi wznosić się ponad średni poziom hałasu panującego w tłumie. Krzyk jest więc środkiem, którym muszą posługiwać się grupy i jednostki, by dostrzegano je i żeby mogły zwrócić na siebie szczególną uwagę ogółu społeczeństwa. A kiedy więcej ludzi chce być dostrzeżonymi w tłumie, jeden musi przekrzykiwać drugiego i to coraz głośniej. To sprawia, że bez krzyku nie można się obyć i że musi on stale wzmacniać się. Można by na tej podstawie zaryzykować hipotezę, że krzyk jest immanentną - naturalną i obiektywną - cechą współczesnego społeczeństwa, które na mocy obiektywnych prawidłowości rozwoju społecznego, charakterystycznych dla współczesnej epoki, stopniowo przekształca się w tłum. Jeśli jednak ta hipoteza jest prawdziwa, to trzeba pogodzić się z losem, akceptować wrzaskliwe środowisko akustyczne, na miarę swych możliwości adoptować się do rosnącego hałasu i ponosić wszelkie negatywne konsekwencje tego, a mianowicie wzrost liczby ludzi z zaburzeniami słuchu, zanik wrażliwości akustycznej na muzykę i wyczerpanie na melodyjne dźwięki oraz wzrost chorób nerwowych i innych stanów patologicznych.

Hałas nie tylko upośledza słuch, ale zakłóca prawidłowe funkcjonowanie całego organizmu

Przede wszystkim wpływa negatywnie na system nerwowy i w konsekwencji niekorzystnie wpływa na psychikę. Wywołuje zdenerwowanie, rozdrażnienie, stesy, dekoncentrację, napięcie, agresję, zmęczenie, bezsenność, bóle głowy, nadciśnienie oraz osłabienie układu immunologicznego.

Za szkodliwy dla zdrowia ludzi uważa się hałas przekraczający 85 decybeli. Długotrwałe oddziaływanie hałasu przekraczającego ten poziom prowadzi do trwałych ubytków słuchu. Ludność zamieszkująca ok. 21% obszaru Polski jest narażona na ponadnormatywny hałas komunikacyjny i przemysłowy (Pyłka-Gutowska, 2004). Badania przeprowadzone przez CBOS w sierpniu 2009 r. pokazały, że ponad 70 % Polaków odczuwa uciążliwy, męczący hałas (z tego co trzeci – często), a 10 % mieszkańców naszego kraju twierdzi, że z powodu

hałasu ma kłopoty ze zdrowiem i samopoczuciem. Lawinowo rośnie liczba dzieci niedosłyszących. W niedawno opublikowano raporcie pokazuje się, że już około 1/3 dzieci siedmioletnich ma problemy ze słuchem. Wskutek przebywania dzieci w hałasie rośnie pokolenie głuchych. Podobnie jest w innych krajach. Amerykańscy naukowcy z *US Center for Disease Control and Prevention* (Centrum Kontroli i Zapobiegania Chorobom) twierdzą, że jedno na ośmioro dzieci w wieku od 6 do 19 lat cierpi na wywołane hałasem uszkodzenie słuchu, które w skrajnych przypadkach oznacza całkowitą jego utratę. Hałas zwiększa ryzyko zawału nawet o 50%. Działa negatywnie na układ pokarmowy i hormonalny oraz na psychikę.

Hałas jest powszechnym zagrożeniem

Hałas jest wytworem współczesnej cywilizacji technicznej i już wszędzie stanowi poważne zagrożenie, nie tylko - jak dawniej - w dużych miastach. Dlatego w Polsce i wielu innych krajach świata uznano go za jeden z przejawów zanieczyszczenia środowiska przyrodniczego. W związku z tym, **hałas należy traktować na równi z innymi czynnikami, które powodują degradację naszego środowiska życia.** A w związku z tym należy obligatoryjnie zapobiegać narastaniu dominacji hałasu w naszym akustycznym pejzażu i zwalczać go na wszelkie możliwe sposoby i wszystkimi możliwymi środkami. Wprawdzie hałas nie degraduje środowiska życia tak widocznie i odczuwalnie, jak na przykład odpady i zanieczyszczenia, ale na tyle skutecznie, że trzeba go uznać za istotny czynnik powodujący degradację środowiska przyrodniczego. Czas więc na to, by na poważnie zająć się zmniejszaniem hałasu wszędzie. Obecnie zwalcza się hałas przede wszystkim w miejscu pracy. Odpowiednie instytucje odpowiedzialne za bezpieczeństwo i higienę pracy walczą z hałasem panującym w zakładach pracy. Jednak, wbrew pozorom, nie czynią tego bynajmniej z troski o zdrowie pracowników, ale raczej z potrzeby zapewnienia takich warunków, które umożliwiają wzrost wydajności pracowników. Tak więc walka z hałasem powodowana jest głównie względami ekonomicznymi, a nie humanitarnymi ani ekologicznymi.

Ciszą przewyciężać hałas

Przeciwieństwem hałasu jest cisza. W fizycznym wymiarze, który jest powszechnie znany, cisza oznacza całkowity brak głosu, a w skrajnym przypadku absolutna cisza oznacza brak tych dźwięków, których natężenie jest niższe od progu słyszalności, to znaczy dźwięków zdolnych wywołać wrażenia słuchowe u ludzi.⁸ Można też definiować ciszę w

wymiarze psychicznym jako specyficzne doświadczenie duchowe, które powstaje, gdy nie ma hałasu (Wrightston, 2000). Jest sprawą oczywistą, że trudno byłoby żyć w warunkach absolutnej ciszy. Absolutna cisza, tak jak hałas, też jest szkodliwa, ponieważ utrudnia orientację w środowisku i wzajemne komunikowanie się. Wobec tego, kiedy dalej będę mówić o ekologii ciszy, będę mieć na myśli ciszę względną, a nie absolutną. Odbiór wrażeń akustycznych jest tak samo potrzebny do prawidłowego funkcjonowania ludzi w środowisku przyrodniczym i społecznym, jak i innych wrażeń zmysłowych. Dlatego w środowisku życia musi być obecny głos i hałas, tyle tylko, że o takim natężeniu, które nie wywołuje złych skutków dla zdrowia i dla relacji międzyludzkich. A zatem, mówiąc o zwalczaniu hałasu, nie chodzi o to, by go w ogóle wyeliminować, tylko by zredukować go do znośnego i nieszkodliwego poziomu. Nie chodzi o to, by zlikwidować środowisko akustyczne, ale o to, by sprzyjało ono poprawnemu funkcjonowaniu ludzi. W tym celu należy specjalnie zadbać o nie i troszczyć się tak, jak na przykład o środowisko wodne albo inne składniki środowiska życia w ramach szeroko rozumianej ekologii.

Ekolodzy zapomnieli o hałasie

Rozwój świadomości ekologicznej doprowadził już do tego, że powszechnie wiadomo o szkodliwości przebywania w środowisku pełnym odpadów, nadmiary ditlenku węgla, zanieczyszczeń, toksyn, szkodliwego promieniowania itp. Ogranicza się ich ilość i usuwa ich nadmiar z naszego środowiska życia. Do przedmiotu ekologii ogólnej oraz ekologii i sozologii szczegółowych dodano już różne składniki naszego środowiska życia oraz czynniki, przyczyniające się do jego degradacji. **Pominięto jednak tak ważny składnik środowiska, jakim jest pejzaż akustyczny.** Pamięta się o eliminacji różnych zanieczyszczeń, a **zapomniano o hałasie**, który zanieczyszcza nasze środowisko akustyczne. Współczesne środowisko akustyczne przekształca się w śmietnik hałasu. Jeszcze w 1969 r. wybitny kompozytor Witold Lutosławski zwrócił uwagę na zagrożenie „zanieczyszczania hałasem” naszego środowiska życia. Z jego inicjatywy Międzynarodowa Rada Muzyczna UNESCO przyjęła ustawę, w której między innymi *potępia niedopuszczalne pogwałcenie wolności osobistej i prawa każdego człowieka do ciszy przez nadużywanie nagranej i nadawanej w radiu muzyki w miejscach publicznych i prywatnych.*⁹ Zapomniano o znaczeniu i roli

nie słuchowe. Jego wartość statystyczna wynosi ok. 10^{-12} W/m², co odpowiada 26 decybelom.

⁹ W październiku 1969 r. z inicjatywy Lutosławskiego Walne Zgromadzenie Międzynarodowej Rady Muzycznej UNESCO jednomyślnie potępiło *niedopuszczalne pogwałcenie wolności osobistej i prawa każdego człowieka do ciszy przez nadużywanie nagranej oraz nadawanej*

⁸ Progiem słyszalności nazywa się najmniejsze natężenie dźwięku, który wywołuje zaledwie spostrzegane wraże-

ciszy w życiu ludzi, o tym, że zdrowe środowisko akustyczne jest tak samo potrzebne, jak zdrowa woda i zdrowe powietrze.. Cisza uspokaja nas w tym znerwicowanym świecie, w jakim żyjemy i jest warunkiem niezbędnym do rozwoju duchowego, twórczości artystycznej, naukowej i inżynierskiej. *Cisza jest przeciwieństwem hałasu: uspokaja, daje radość, pozwala odpocząć. Bywa przystanią twórczą dla poetów, pisarzy, artystów* (Kleczka, 2010). *Cisza jest przestrzenią ducha, gdzie może on rozwinąć skrzydła* (sentencja Antoine de Saint-Exupéry'ego). Coraz bardziej odczuwamy jej potrzebę, szukamy jej wszędzie, ale coraz trudniej znajdujemy miejsca wolne od zgiełku i krzyku. **Jesteśmy dziećmi hałasu szukającymi ciszy** (Kleczka, 2010). Za możliwość przebywania w warunkach ciszy nie szczędzimy pieniędzy. Mamy świadomość tego, że w ciszy najlepiej się odpoczywa i regeneruje siły: *silentio dominante omnia sanantur*.¹⁰ Podobnie jak hałas, **cisza stała się towarem**, na który rośnie popyt, a na oferowaniu ciszy można robić niezły interes. Gorzej jest z podażą, ponieważ sukcesywnie zmniejsza się liczba prawdziwych oaz ciszy we współczesnym świecie.

Powołać do życia ekologię ciszy

Mając na uwadze wartość ciszy, która jest czynnikiem przeciwstawiającym się hałasowi i wpływającym na kształtowanie zdrowego środowiska akustycznego będącego jednym z ważnych składników środowiska życia ludzi, **postulujemy powołanie ekologii ciszy** jako istotnej subdziedziny ekologii ogólnej. Ekologia ciszy jest czymś innym od ekologii muzyki oraz ekologii akustyki¹¹, chociaż te ekologie szczegółowe wiążą się ze sobą i przenikają wzajemnie. Zakres przedmiotu badań ekologii muzyki jest mniejszy od przedmiotu badań ekologii ciszy i ekologii akustyki. Ze względu na zakres przedmiotu badań można ekologię ciszy usytuować

przez radio muzyki w miejscach publicznych i prywatnych. Walne Zgromadzenie żąda, aby Komitet Wykonawczy przestudiował ten problem w jego wszelkich aspektach - medycznym, naukowym, prawnym - nie pomijając również aspektu artystycznego i wychowawczego, oraz aby zaproponować w pierwszym rzędzie UNESCO, a także właściwym władzom poczynienie wszelkich kroków w celu położenia kresu omawianemu nadużywaniu muzyki (*Ruch Muzyczny* nr 2/1970, s. 3).

¹⁰ Gdy panuje cisza, wszystko zdrowieje.

¹¹ Ekologia akustyki, zwana też ekologią pejzażu dźwiękowego, bada zależności między człowiekiem i jego otoczeniem, w jakie wchodzi za pomocą dźwięków. Jest to nauka interdyscyplinarna, która korzysta w odniesieniu do relacji z środowiskiem przyrodniczym z audiologii, neurologii, otolaryngologii i psychologii, a w odniesieniu do relacji z środowiskiem społecznym - z antropologii, edukologii i lingwistyki. Natomiast ekologia muzyki, zwana też ekomuzykologią, bada zależności między dźwiękami muzycznymi i innymi dźwiękami naturalnymi lub sztucznymi.

między ekologią akustyki a ekologią muzyki. Mimo pewnego podobieństwa ekologia ciszy zajmuje się czymś innym niż ekologia akustyki i ekologia muzyki.

Zadaniem ekologii ciszy jest uświadomienie zagrożeń, jakie niesie ze sobą hałas, nie tylko dla zdrowia fizycznego. Te na ogół są znane, a zwalczaniem hałasu w środowisku pracy zajmują się z dobrym skutkiem instytucje powołane do przestrzegania zasad higieny pracy. Ekologia ciszy ma zwrócić uwagę na zły wpływ hałasu na zdrowie psychiczne, wydajność pracy, twórczość naukową, odbiór komunikatów (informacji), komunikację interpersonalną oraz na sferę duchowości w różnych aspektach. Ma ona uwrażliwić ludzi, którzy wytwarzają nadmierny hałas, odpowiedzialni są za czynienie hałasu lub przyzwalają na hałas, na rolę hałasu w degradacji środowiska społecznego i duchowego oraz na różnego rodzaju niebezpieczeństwa, jakie generuje hałas. Dobrze by było, gdyby na gruncie ekologii ciszy powstały zorganizowane grupy przeciwstawiające się hałasowi na wzór organizacji ekologicznych zwalczających różne przyczyny niszczenia środowiska. Pożądane byłoby połączenie się ekologów ciszy z krajowymi i światowymi organizacjami proekologicznymi działającymi na rzecz ochrony środowiska. Walka z hałasem powinna być troską nauczycieli odpowiedzialnych za warunki nauczania i uczenia się w szkołach, gdyż od nich zależy rozwój psychiczny młodzieży, a wychowanie w duchu ekologii ciszy przyczyni się do kształtowania poprawnego pejzażu akustycznego w przyszłości. Równie ważna rola w walce z hałasem i w kształtowaniu oprawnego pejzażu akustycznego przypada architektom i urbanistom. Powinni oni większą uwagę zwracać na planowanie miast, osiedli, placów, mostów itd. tak, by minimalizować hałas. Dotyczy to też planowania domów, mieszkań i wnętrz. A nade wszystko o szkodliwości hałasu powinni wiedzieć muzycy, piosenkarze, aktorzy itp., od których zależy urabianie wrażliwości akustycznej szerokich rzesz odbiorców muzyki. Do nich musi wreszcie dotrzeć prawda o tym, że wartość utworu nie zależy od krzykliwego wybijania rytmu, tylko od piękna melodii, i że cisza, a nie hałas sprzyja recepcji dzieł muzyki. Powinni uświadomić sobie to, że utrwalaniu się w pamięci pokoleń dzieł muzycznych zależy od piękna melodyki, która sama wada w ucho i serce. Dlatego żywot masowych utworów, niemelodyjnych, komponowanych i wykonywanych byle jak, byleby głośno na doraźne potrzeby rynku i pod gust odbiorcy masowego i ogólnego za pomocą reklam jest z reguły krótki, a pamięć o nim - żadna. Tymczasem na szeroką skalę toczy się prawdziwa „wojna na hałas” (*loudness war*) prowadzona przez konkurujące ze sobą firmy wydawnicze przemysłu muzycznego. Chodzi o to, żeby nagrywać, produkować i dystrybuować nagrania o coraz większych poziomach głośności. Bowiern natężenie

głosu wyróżnia dane nagranie spośród innych i przyciąga uwagę klienta. Okazało się, że jeśli ma on do wyboru dwa nagrania tego samego utworu, to głośniejsze nagranie ocenia jako lepiej brzmiące i chętniej je kupuje (Donahue, 2009).

Promowanie ciszy

Zadaniem ekologii ciszy jest promocja ciszy. Cisza powinna panować przede wszystkim w domu, w szkole, w zakładzie pracy, na ulicy i w świątyniach. Tam, gdzie kształtuje się nasza wrażliwość na dźwięki, gdzie spędzamy najwięcej czasu i gdzie musimy koncentrować naszą uwagę i kontemplanować. Cisza powinna być w ogóle traktowana jak *sacrum*, szczególnie w wymiarze duchowym. Należy ją szanować i troszczyć się o nią, ponieważ jest ona dobrem wspólnym (Franklin, 2000) i dlatego powinna być chroniona tak, jak inne dobra wspólne, na przykład powietrze i woda. Ale to jeszcze nie dotarło do świadomości mas. Zadaniem ekologii ciszy jest między innymi zapełnić tę lukę w świadomości ekologicznej. W wykonaniu tego zadania mogą pomóc szkoły w ramach edukacji ekologicznej. Dużą rolę w promocji i propagacji ekologii ciszy powinien odegrać Kościół w ramach katechezy. Tym bardziej, że od kilkunastu lat zakłócanie ciszy uznane zostało jak jeden z „grzechów ekologicznych”, czyli grzechów polegających na niepotrzebnym i bezmyślnym niszczeniu środowiska. W „ekologicznym rachunku sumienia”, gdzie cały Rozdział IV *Człowiek w relacji do ciszy* dotyczy właśnie wprost ekologii ciszy. Wymienia się tam pięć wykroczeń przeciwko poszanowaniu ciszy:

1. Czy nie zakłócam ciszy, spokoju w miejscu pracy?
2. Czy nie hałasuję na terenach leśnych, w rezerwach przyrody, w górach?
3. Czy dbam o należyty stan techniczny mojego pojazdu, który powoduje nadmierny hałas?
4. Czy nie zakłócam spokoju w nocy, np. przez głośne słuchanie radia, telewizji, muzyki itd.?
5. Czy nie lekceważę przepisów BHP zabezpieczających ciszę w miejscu pracy? (Muszynski, 2008).

Jakkolwiek w Dekalogu Ekologicznym nie ma bezpośredniego odniesienia do ekologii ciszy, ale poszanowanie ciszy jest uwikłane w treści pierwszego przykazania *Jam jest, Pan Bóg twój, który stworzył niebo i ziemię. Weź pod uwagę, że w tym stworzeniu jesteś moim partnerem. Obchodź się więc troskliwie z powietrzem, wodą, ziemią i zwierzętami tak, jakby byli to twoi bracia i siostry* (10 przykazań..., 1982). Także w innych dokumentach spotyka się odniesienia do ekologii ciszy; na przykład wymaga się od Rycerza Niepokalanej, aby odpowiedział sobie na pytanie: *Czy dobrocią, szcunkiem, ciszą i spokojem* (podkr. W.S.), *kulturą*

pomagam ziemi wyzwalać się od przemocy niszczącego ją zła? (REFA, 1991). Zespolone i wzajemnie wspomagające się wysiłki wszystkich edukatorów - laickich i wyznaniowych - powinny zaowocować w przyszłości wzrostem świadomości ekologicznej w zakresie rewerencji dla ciszy, i to w tym bliższej przyszłości, im większe i bardziej przemyślane będą ich starania oraz im więcej ludzi i instytucji zaangażuje się w nie. A to wymaga uświadomienia sobie i innym, że promocja ciszy nie jest jakimś dziwnym wymysłem ani zbożnym życzeniem pasjonatów ekologii, a w szczególności ekologii ciszy, ale nakazem chwili i wyzwaniem dla wszystkich pragnących zapobiec postępującej degradacji środowiska akustycznego jako ważnego składnika naszego środowiska życia. Chodzi o to, żeby każdy człowiek nie powodował niepotrzebnie hałasu i zwalczał go przeciwstawiając się na przykład nadmiernie głośnej muzyce w domu i w miejscach publicznych. Cisza jest wyrazem szacunku dla ludzi, wobec których odczuwa się respekt. Dobry obyczaj nakazuje zachowanie ciszy oraz milczenie w obecności osób poważanych i cieszących się powszechnym autorytetem: rodziców, nauczycieli, przełożonych.

Cisza możliwa też w cywilizacji Zachodu

Nie ma racjonalnego uzasadnienia tego, że ciszy i spokoju trzeba szukać wśród innych cywilizacji, kultur i prymitywnych ludów, jakby nasza cywilizacja i kultura nie mogły nam tego zapewnić. Nie ma też powodu, żeby hałas ponad miarę miał być symptomem oraz gwarantem dobrej zabawy i rozrywki. Spróbujmy zastąpić modę na hałas modą na ciszę. Spróbujmy kierować się w tym względnie mądrością Indian: *Słuchajcie ciszy... Usłyszycie Mądrość. Odnajdziecie Spokój. Właściwy dystans do spraw, ludzi i przedmiotów. Znajdziecie czas, którego wam brakowało. Słuchajcie ciszy. I mówcie ciszej. Ciii...sza* (Cejrowski, 2006). A w życiu codziennym kierujmy się maksymą: *Doceniaj ciszę. Skoro rzeczywistość nas otaczająca jest systemem stałego tłumienia ciszy, tym bardziej ją praktykuj. Cisza jest szkołą słuchania* (Sławek, 2009).

Literatura

1. 10 przykazań *ekologicznych sformułowanych na konferencji Żydów i chrześcijan w Halling Hoog w październiku 1982 roku*, http://www.prezbiter.kielce.opoka.org.pl/dekalog_ekologiczny.htm (1.02.2010).
2. CEJROWSKI W., *Gringo wśród dzikich plemion*, Zysk i S-ka, Poznań 2006.
3. DONAHUE M., *The Loudness War*, <http://www.performermag.com/loudness.php> (1.02.2010).

4. FRANKLIN U., Silence and the Notion of the Commons, w: *Soundscape* vol. 1, no 2, Winter 2000.
5. GRUN A., *Szczęście ciszy*, Wydawnictwo Jedność, Kielce 2007.
6. KLECZKA Ł., *Bóg jest przyjacielem ciszy*, <http://www.katolik.pl/index1.php?st=artykuly&id=879> (1.02.2010).
7. Modlitwa Matki Teresy z Kalkuty, w: Vardey, L., *Prosta droga*, Verbinum, Warszawa 1996.
8. MUSZYŃSKI H., Ekologiczny Rachunek Sumienia, w: *Tygodnik Powszechny*, <http://tygodnik.onet.pl/30,0,13751,artykul.html> (1.02.2010).
9. PYŁKA-GUTOWSKA, E., *Ekologia z ochroną środowiska*, Oświata, Warszawa 2004.
10. REFA, Młody Rycerz Niepokalanej: Ekologiczny rachunek sumienia, w: *Zielone Brygady*, Nr 4 (22) 1991, <http://www.zb.eco.pl/zb/22/niepokal.htm> (1.02.2010).
11. SŁAWEK T., 10 spostrzeżeń o mowie nie bezmyślnej, w: *Stylowy Magazyn Studencki* <http://magazynsms.pl/content/view/4807/6/> (14.09.2009).
12. WOŹNIAK O., Gwałceni dźwiękiem, w: *Przekrój* nr 42/2009.
13. WRIGHSTON K., An Introduction to Acoustic Ecology, w: *Soundscape* vol. 1., no 1, Spring 2000.