**مبانی نظری وپیشینه تحقیق انسان و موسيقي و موسیقی در مانی**

**فهرست مطالب:**

**مقدمه اي كلي راجع به موسيقي و موسيقي درماني**

**ـ ادبيات تحقيق**

**تاريخچه موسيقي :**

**تاريخچة پيدايش موسيقي درماني**

**انسان و موسيقي**

**موسيقي و درمان**

**مقدمه اي بر موسيقي درماني**

**چهار ركن موسيقي**

**تعريف موسيقي**

**موسيقي درماني**

**روشهاي موسيقي درماني**

**شروع به كار انجمن موسيقي درماني درايران**

**استانداردهاي موسيقي درماني**

**ابزار درمان :**

**نوع برنامه ها :**

**طول درمان :**

**برنامه ها وَ محورهاي موسيقي درماني :**

**گروههاي كر :**

**نواختن :**

**ساختن آهنگ :**

**بحث وگفتگو پيرامون موسيقي :**

**گوش دادن به موسيقي :**

**حركات موزيكال :**

**گسترش درك فضايي :**

**كنترل وَ تعادل :**

**تقويت روحية اجتماعي :**

**نمايش موزيكال :**

**موسيقي توأم با سبك سازي در هيپنوتيزم :**

**موسيقي بيمارستاني :**

**موسيقي درماني كودكان :**

**موسيقي و نياز بشري**

**تاريخ موسيقي درماني ، فرهنگهاي كهن واوليه :**

**فرهنگ روم ويونان :**

**قرون وسطي :**

**رنسانس :**

**قرن هفدهم تا نيمة قرن هجدهم :**

**نيمة قرن هجدهم تا اواسط قرن نوزدهم :**

**قرن بيستم :**

**روانشناسي تمهاي موسيقي :**

**تمهاي پنجگانه :**

**تمهاي شيدايي :**

**تمهاي حزين :**

**تم هاي هيجاني (هيستريكال) :**

**تم هاي شاد و فرحبخش :**

**تم هاي آرام بخش :**

**اختراع آلات موسيقي :**

**موسيقي داروي شفابخش :**

**زيبا شناختي موسيقي ايراني و گونه هاي موسيقي ايران :**

**موسيقي ايراني وَ حالت هيستريك**

**نقش موسيقي در جوامع ايل عشايري ايران :**

**انقلاب اسلامي و موسيقي ايراني**

**ادبيات ايران وامدار موسيقي عرفاني است**

**اسلام و موسيقي**

**بيست و دومين گناه كبيره**

**نگاهي به موسيقي مذهبي امروز**

**موسيقي الكترونيك**

**موسيقي متال**

**كاركرد موسيقي در پزشكي**

**كاربرد موسيقي در فيزيوتراپي**

**كاربرد موسيقي در درمان عقب ماندگان ذهني :**

**كاربرد موسيقي در درمان ناتوانائيهاي يادگيري :**

**كاربرد موسيقي در درمان ناشنوايان :**

**كاربرد موسيقي در درمان نابينايان :**

**كاربرد موسيقي در درمان اختلالات ارتباطي :**

**تأثير موسيقي بر كودكان روان نژند و دچار اختلالات رفتاري :**

**«پيشينة تحقيق در داخل و خارج كشور»**

**تأثير موسيقي بر مغز انسان**

**تأثير موسيقي بر گياهان**

**تأثير موسيقي در هنگام ورزش كردن كودكانمان**

**موسيقي درماني قرآني**

**تأثير آموزش موسيقي بر تواناييهاي هوشي خردسالان**

**بررسي تأثير موسيقي در روحيه نوجوانان از نظر دانش آموزان مدرسه نمونه**

**تأثير موسيقي موتزارت بر سلامت انسان**

**تأثير آلات موسيقي در برخي بيماريها از ديدگاه استادنور علي الهي :**

**تأثير موسيقي بر روح و روان از ديدگاه استاد نور علي الهي :**

**موسيقي و تأثير آن بر روي اعصاب و روان از ديدگاه منتقدين :**

**منابع و مآخذ**

**مقدمه اي كلي راجع به موسيقي و موسيقي درماني**

آنجا كه سخن باز مي ماند ، موسيقي آغاز مي شود . هانريش هانيه

اريان و نژاد ها بي شمارند ، اما زبان و روح يكي است ، زبان عشق . موسيقي نوعي زبان عشق است . كاربرد موسيقي براي درك زيبايي و سلامت زندگي اجتناب ناپذير است .

از بدو خلقت انسان ، نيازهاي متنوعي (اعم از جسمي و رواني) با او همراه بوده كه براي برآورده ساختن اين نيازها سازگاري با محيطش به ابزارهايي نياز داشته است .

هنر به عنوان يكي از وسايل اوليه سازگاري بشر در خدمت نيازهاي كمال جويي و زيبا طلبي و از طرف ديگر ، آرام بخش ناراحتي ها و سختي هاي زندگي او بوده است . موسيقي شكلي از هنر است كه احساس ، عاطفه ، ادراك و شناخت انسان را بدون نياز به تكلم و زبان منتقل مي كند .

استفاده بشر از موسيقي ، امري آسان و قابل دسترس بوده است ، چون ريتم و ملودي ، به عنوان دو ركن اساسي موسيقي ، در سرشت انسان وجود داشته و آواگرايي ها و حركات رتيك نيز نيازي به تكلم نداشته است . از اين رو در بيشتر قبايل ابتدايي مراسم وآيين هاي مختلف موسيقيهايي كه وسيله اي براي ابراز همبستگي و از بين بردن ترسها و غم ها و ايجاد آرامش و شادي و اراده در بين افراد قبيله بوده برگزار مي شده است .

موسيقي زبان آرزوها ، انتظارها و عواطف بشري است و هر قوم و ملتي بر حسب ويژگي هاي عاطفي و فرهنگي خود ، موسيقي خاصي دارد . با درك موسيقي ، عواطف زيبا ، همدردي و تفاهم هم بيشتر قلبي ميسر خواهد شد .

نغمه هاي موسيقي برحسب تركيب فواصل و ريتم داراي ارتعاشات خاصي هستند كه با تحريك ارتعاشات سلول هاي عصبي احساس و انگيزه اي را تقويت ، تضعيف و يا منتقل مي سازند ، اگر چه فوايد درمان با موسيقي از دوران هاي قبل مطرح بوده است ، اما تا قبل از اينكه در قرن اخير به عنوان يك رشته تخصصي شناخته شود خوب معرفي نشده است (سايت اينترنتي) .

موسيقي شفابخش است و هريك از ما مي توانيم از آن براي تقويت جسم و روح و جان استفاده كنيم . تأثير موسيقي و صوت بر هر يك از ما متفاوت است ، ولي بهر حال روي همه ما اثر مي گذارد . تأثير موسيقي و صوت بر هر يك از ما متفاوت است ، ولي بهر حال روي ما اثر مي گذارد . براي درمان با موسيقي ، خودمان بايد در اين امر مشاركت كنيم ، كه اين امر مستلزم چيزي فراتر از گوش دادن حرف به موسيقي با پر كردن وقت اضافي زندگي است . (ند ، اندروز ، ص 18) .

موسيقي بايد بتواند زبان و روح ملي را تقويت كند . موسيقي در حيات و زندگي فردي از همان آغاز كودكي و زندگي شير خوارگي و گهواره اي با نواي لالايي مادر آغاز مي شود و سير خود را در مراحل مختلف عصر ادامه مي دهد . موسيقي ايران ، تاريخي بس طولاني دارد زمان حضرت زرتشت موسيقي با سرود و آهنگ همراه بوده است كه هدف از اين موسيقي انتقال گفتار نيك ، پندار نيك و كردار نيك بوده است .

بطور كلي موسيقي قديم ايران ريشه اي بسيار عميق در فرهنگ تستي ايران داشته است . (نخبه زعيم ، پرينوش)

**ـ ادبيات تحقيق**

**تاريخچه موسيقي :**

نخستين نشانه هاي مشخصي توسعه و رونق موسيقي را در حدود بين النهرين و نزد اقوام سومري ، آشوري و بابلي يافته اند . و قدمت آن به بيش از سه هزار سال پيش از ميلاد ميرسد بعد از آن نوبت به چين و مصر رسيد كه در حدود هزار سال پيش از ميلاد موسيقي داشتند ، كره نيز برخلاف ژاپن از مراكز قديمي موسيقي و نخستين بار امپراطور قومي قريب پنج هزار سال پيش از ميلاد موسيقي چين را تدوين كرد و در مغرب زمين يونان بيش از قوم بوده و از حدود 800 سال پيش از ميلاد موسيقي در آنجا رواج داشت قدمت موسيقي در ايتاليا به 300 سال پيش از ميلاد مي رسد و اقوام سفيد پوست كه در آسياي غربي ، آفريقاي شمالي ، اروپاي شرقي هستند تمدن قديم را بوجود آوردند و در جامعه هاي شكارچي و كشاورزي نمايش بدون موسيقي وجود ندارد .

در اين جامعه ها بر خلاف موسيقي ما به ريتم بيشترين اهميت مي دهند و اين ريتم يا وزن بطور محسوسي پيچيده تر و با معني تر از سمفونيهاي ولاست در جامعه هايي كه اقتصاد غير توليدي دارند موسيقي بر پايه هاي ملودي و ريتم ساخته مي شود اين عقيده دموكريت دانشمند يوناني كه انسان خواسته است آواز پرندگان را تقليد كند و به اين دليل به موسيقي پرداخته است فقط تا اندازه اي درست است گيسوي انسان قديمي ترين ابزار موسيقي است در جامعه هاي ابتدايي آوازها هميشه تكصدا هستند كهنترين نوع ، اپرا است كه سرپرست گروه ميخواند و ديگران پس از كمي آنرا تكرار مي كنند . (نخبه زعيم ، پرينوش ، 1376)

**تاريخچة پيدايش موسيقي درماني**

تاريخچه استفاده از موسيقي به عنوان روشي براي درمان به زمان ارسطو و افلاطون باز مي گردد ، از آن زمان به بعد رگه هايي از استفاده از استفاده از اصوات و آهنگها براي درمان بيماريهاي مختلف بكار رفته است . اما در قرن بيستم فكر رسمي استفاده از موسيقي براي درمان مصدومين جنگ جهاني اول آغاز شد و هر چند استفاده از موسيقي براي درمان مصدومين جنگ جهاني اول آغاز شد و هر چند استفاده از اين روش درماني با مشكلاتي همراه بود كه با قدمهايي كه برداشته شد بتدريج اين شاخه درماني تكامل يافت و انجمنهاي متعددي تشكيل گرديد . بطوري كه در سال 1944 اولين برنامه آموزش موسيقي درماني در جهان در دانشگاه ميشيگان آغاز شد .

در سال 1950 انجمن موسيقي درماني آغاز به كار كرد . در سال 1971 انجمن موسيقي درماني آمريكا يا AAMT آغاز به كار كرد . در سال 1985 فدراسيون جهاني موسيقي درماني در سطح بين المللي به ثبت رسيده انجمن موسيقي درماني ايراني با اهداف بالا بردن سطح آگاهي افراد از فرآيند موسيقي درماني و فوايد آن و بالا بردن امكانات تخصصي براي استفاده از اين شيوه درماني فعاليت خود را آغاز كرده است :

**انسان و موسيقي**

اديان و نژادها بي شمارند ، اما زبان و روح يكي است ، زبان عشق . موسيقي نوعي زبان عشق است .

از بدو خلقت انسان ، نيازهاي متنوعي (اعم از جسمي و رواني) با او همراه بوده كه براي برآورده ساختن اين نيازها سازگاري با محيطش به ابزارهايي نياز داشته است .

هنر بعنوان يكي از وسايل اوليه سازگاري بشردرخدمت نيازهاي كمال جويي و زيبا طلبي و از طرف ديگر آرامبخش ناراحتي ها و سختي هاي زندگي او بوده است . موسيقي شكلي از هنر است كه احساس ، عاطفه ، ادراك ، و شناخت انسان را بدون نياز به تكلم و زبان منتقل مي كند .

استفاده بشر از موسيقي ، در سرشت انسان وجود داشته و از طرفي آواگري ها و حركات رتيميك نيز نيازي به تكلم نداشته است . از اين رو در بيشتر قبايل ابتدايي مراسم و آيين هاي مختلف موسيقيايي كه وسيله اي براي ابراز همبستگي جمعي و از بين بردن ترسها و غمها و ايجاد آرامش و شادي و اراده در بين افراد قبيله بوده برگزار مي شده است .

موسيقي زبان آرزوها ، انتظارها و عواطف بشري است و هر قوم و ملتي بر حسب ويژگي هاي عاطفي و فرهنگي خود موسيقي خاصي دارد . بادرك موسيقي ، عواطف زيبا ، همدردي و تفاهم بيشتر قلبي ميسر خواهد شد . (سايت اينترنتي)

**موسيقي و درمان**

از ابتداي تاريخ ، بشر از موسيقي براي شفاي بيماران استفاده مي كرده است ، براي مثال ؛ ريتم طبل ها در مراسم شفابخش جادوگران و درمان گران نقش مهمي داشته است .

ارسطو مي گويد : از موسيقي مي توان در بسياري از شئون زندگي ، تربيت ، سرگرمي ، درمان ، اوقات فراقت و تعديل احساسات و عواطف استفاده كرد . فارابي موسيقي رابا سه خاصيت مطرح مي ساخت :

احساس انگيز ، نشاط انگيز ، خيال انگيز و يا تحت شرايطي هر سه خصوصيت را دارا مي باشد .

امروزه از تأثير و فوايد موسيقي در مراحل مختلف رشد و زندگي انسان (از دوره جنيني تا سالمندي) گياهان و جانوران سخن به ميان مي آيد ، و از تغييرات آن بر روي سيستمهاي حسي ، حركتي ، هيجاني ـ عاطفي ـ ترشح غدد ، هوشياري و آگاهي و شناخت فرد بحث مي شود . (سايت اينترنتي)

**مقدمه اي بر موسيقي درماني**

شايد تاكنون مطالبي در روزنامه ها ، مجلات ، محل كارتان يا در بين مردم درباره «موسيقي درماني» خوانده يا شنيده باشيد . موسيقي درماني يك رشته جديدي است و فقط بمدت پنجاه سال است كه بعنوان يك تخصص كلاسيك و حرفه اي توسعه پيدا كرده است .

بطور خلاصه در موسيقي درماني با استفاده از موسيقي ، كه يك رسانه هنري خلاق است ، به افرادي داراي مشكلات گوناگون ، به منظور دستيابي به بهداشت رواني و جسمي آنان كمك مي شود .

موسيقي درماني در درمان افرادي كه ناتواني هاي مختلف از جمله عقب ماندگي ذهني ، تأخير يافتگي رشدي ، معلوليت جسمي ، بيماري رواني و ...... داشته اند ، بطور موفقيت آميزي جواب داده است .

موسيقي درمانگر ، اهداف و مقاصد را بر اساس نيازهاي خاص درمانجو دنبال مي كند . فنون مختلفي براي پيشبرد اهداف استفاده مي شود . براي مثال ، آواز خواندن مي تواند به افراد مبتلا به بيماري آلزايمر كمك كند تا حافظه دراز مدتشان را به كار اندازد ، نواختن آلات موسيقي با همسالان يا درمانگر مي تواند مهارتهاي ميان فردي را افزايش دهد و كاركردهاي اجتماعي را بهبود بخشد .

از همه مهمتر اينكه افراد احساساتشان را در روشي مطمئن و لذت بخش بوسيله نواختن موسيقي ، گوش كردن به موسيقي و رقصيدن به همراه موسيقي بيان مي كنند .

البته موسيقي درماني فقط در خدمت افرادي كه داراي انواع مختلف ناتواني ها هستند به كار برده نمي شود بلكه در شرايط مختلف پزشكي نيز سودمند است . از جمله كاهش فشار رواني يا درد زايمان ، توانبخشي بيماران سكته اي و مبتلايان به بيماري پايانه 1 . مسأله عمده كه در اينجا براي درمانگر مطرح است كاهش درد و تحمل آن در شيوه درمان است و يا كمك به بيمار براي دستيابي به كاركردهاي بهينه .

موسيقي درماني رشد فزاينده اي در كشورهاي مختلف جهان و در عرض سالهاي اخير داشته است و كارهاي درماني متعددي توسط موسيقي درمانگران صورت پذيرفته است و اين امر تأكيد گرديده كه اساساً موسيقي در درمان اشخاص مبتلا به وضعيت هاي مختلف پزشكي كارآيي بسياري دارد . (سايت اينترنتي)

**چهار ركن موسيقي**

موسيقي داراي چهار ركن است .

ريتم يا ضرب يا ملودي يا هماهنگي و لحن ، تير يا رنگ آميزي اينها ابزار يا مواد و مصالح كار هر مضف مي شود . اغلب مورخان در اين نكته هم عقيده هستندكه در هر جا هنر موسيقي به منشاء

[[1]](#footnote-1)

ظهور رسيدابتدا با ريتم يا ضرب شروع شده تأثير زدن يك ضرب مهيج و شهوت انگيز به قدري سريع و آني است كه به حكم غريزه به ما ثابت مي شود كه ضرب اولين چيزي بوده است كه بشر در موسيقي ابتكار كرده است و اگر ما به قواي غريزي خود آگاه باشيم مي توانيم موسيقي قبايل وحشي را براي اثبات همين موضوع مورد توجه قرار دهيم .

موسيقي قبايل وحش تا همين امروز چيزي جزء ضرب نيست . ارتباط زيادي كه بين آثار خبري و حركات بدني موجود است خود دليلي قانع كننده اي است براي اينكه ريتم و ضرب نخستين ابتكار بشر در موسيقي بوده است . 1 (نخبه زعيم ، پرينوش ، 1376)

**تعريف موسيقي**

موسيقي عبارت است از اثبات و آهنگهايي كه در روان آدمي تحركي ايجاد كرده كه به واسطه آن احساس شادي ، يا اندوه مي كند و به عبارتي ديگر موسيقي فن ايجاد آهنگهايي است كه به صورت موقت و مصنوعي مي تواند شادي و اندوه را توليد كند اين آهنگها به دو بخش تقسيم مي شوند : آهنگهاي طبيعي همانند نغمه و جويبار و آبشار ، صداي وزش ملايم باد در ميان شاخ و برگ درختان ، نواي پرندگان .

آهنگهاي غير طبيعي : همانند آنچه كه توسط بشر ساخته مي شود و داراي زير وبم و ارتعاشات گوناگون است . 2 (زاده محمدي ، علي ، 1371)

**موسيقي درماني**

بر طبق تعريفي كه انجمن ملي موسيقي درماني (NAMT ) ارائه داده است ، موسيقي درماني عبارت است از كاربرد موسيقي تأمين ، حفظ و بهبود سلامت جسماني و رواني درواقع موسيقي درماني كاربرد منظم موسيقي است ، به طوري كه موسيقي درمانگر مستقيماً در يك محيط درماني ، تغييرات دلخواه را در عواطف و رفتار درمان نجو ايجاد مي كند .....) . (سايت اينترنتي)

**روشهاي موسيقي درماني**

در موسيقي درماني دو روش اساسي وجود دارد : روش فعال و روش غير فعال ، روش غير فعال شامل شنيدن موسيقي اي است كه بيماري با گوش دادن و شنيدن موسيقي كه در حال نوخته شدن است ، مورد درمان قرار مي گيرد . در اين روش بيشترين تأثير عملكرد در برانگيختن و تأثير واكنش هاي عاطفي و ذهني است . درحالي كه در روش موسيقي درماني فعال كه نواختن ، خواندن و حركات موزون اساس كار است . واكنش هاي مختلف عاطفي ، ذهني ، جسمي و حركتي تحريك و برانگيخته مي شود . برنامه ها و روش هاي موسيقي درماني متنوع ومناسب با نياز افراد تنظيم و تدارك ديده مي شود . محور هاي اصلي برنامه هاي موسيقي درماني شامل شنيدن موسيقي متناسب و آرام بخش ونواختن موسيقي درگروههاي منظم و يا انفرادي خواندن آوازها ، ترانه هاي فردي و ياگروهي مي باشد . (سايت اينترنتي )

**موسيقي درمانگ را كيست ؟**

انجام و روش درماني توسط هر فردي جايز نيست . موسيقي درمانگراها افراد ي متخصص هستند كه در زمينه هاي مختلف موسيقي و شاخه هاي درماني آموزش ديده اند . بلكه آنهايي صلاحيت دارند كه با اساس بيماري ها ، درمان هاي مختلف آنها ، روان شناسي موسيقي و .... آشنا هستند و شايستگي فردي وتخصصي لازم را در اين زمينه دارا هستند . **در موسيقي درماني از چه نوع موسيقي استفاده مي شود ؟**

موسيقي انواع مختلف دارد ، برخي آرام و برخي تند هستند . در هر حال تأثير موسيقي هاي مختلف بر ذهن و سلامت انسان متفاوت است . برخي از انواع موسيقي نه تنها نقش بهبود دهنده ندارند ، بلكه معمولاً براي كاركردهاي مختلف مغزو روح انسان نيز مضر به شمار مي روند و در صورت تداوم به گوش دادن يا نواختن آنها مشكلاتي را براي فرد به وجود خواهد آورد . در فرآيند درمان با موسيقي از نواحي از موسيقي استفاده مي شود كه القاء آرامش ونشاط ذهني را به همراه دارند و باعث تجديد قوا و بهبود كاركردهاي مغز مي شود .

(سايت اينترنتي)

**شروع به كار انجمن موسيقي درماني درايران**

از سال 1377 گروهي متشكل از اساتيد و دانشجويان گروه پژوهشي موسيقي درماني تحت نظارت مركز پژوهش هاي علمي دانشجويان دانشگاه علوم پزشكي تهران فعاليت هاي نظام بندي را در اين زمينه آغاز نمودند كه ما حاصل آن ، برگزاري اولين و دومين سمينار موسيقي درماني كه ماحصل آن ، برگزاري اولين و دومين سمينار موسيقي درماني در سطح ملي و تشكيل جلسات كنفرانسي هفتگي ، بانك اطلاعاتي ، دوره هاي آموزشي نظري و عملي (work shop) و انجام تحقيقات باليني بوده است . در جريان برگزاري دومين سمينار سراسري موسيقي درماني در خرداد ماه سال 1379 ، قطعنامه اي قرائت شد كه در آن ، لزوم تشكيل انجمني رسمي كه ماهيت حقوقي داشته باشد ، اعلام گرديد . اين ماه از قطعنامه براساس برنامه اي از پيش تعيين شده و بنا به درخواستهاي متعدد از جانب مراكز دانشگاهي و دانشجويان گروههاي مختلف ، و احساس نياز اعضاي گروه شكل گرفت و پيگيري آن پس از يك سال با برقراري جلسات متعدد مقدماتي منجر به ثبت انجمن حاضر گرديد . (سايت اينترنتي)

**استانداردهاي موسيقي درماني**

براي انجام هر كاري داشتن استانداردها و رعايت آن ، بهترين مدرك براي قضاوت و ارزشيابي خواهد بود . موسيقي درماني براي هر سن و سال و هر مرحله از مشكلات رواني در هر جامعه و مراكز درماني خاص مي تواند مورد استفاده قرار گيرد .

استانداردهايي وجود دارند كه در ده مورد مختلف مطرح شده اند و به كار گيري آن در مورد افرادي كه تحت درمان موسيقي درماني هستند ، توصيه شده اند كه اين موارد عبارتند از : موارد اعتبار ، توان بخشي معلوليت ، مراكز آموزشي ، مراكز درماني ، مراكز روانپزشكي و روان درماني ، ناتواني هاي جسماني و حركتي ، مراكز مشاوره ، در درمان خصوصي در مراكز نگهداري سالمندان و در كارهاي مربوط به ارتقاء كيفيت سلامت شخص به پيوست شماره مربوط به رعايت اصول اخلاقي استانداردهاي موسيقي درماني .

**موسيقي درماني دستور تجويز شده اي است :**

موزيك تراتراپليستها غالباً با ديگر متخصصان چون فيزيوتراپيستها ، پزشكان ، روانپزشكان ، مدد كاران اجتماعي و مربيان دريك تيم درماني يا آموزش فعاليت مي كنند آنها به صورت تيمي كار مي كنند و با مشورت يكديگر تصميم مي گيرند تا بهترين خدمات را براي رسيدن به اهداف درماني هماهنگ كنند .

خدمات موسيقي درماني مانند ديگر خدمات تخصصي حرفة پزشكي به عنوان قسمتي از برنامة درماني بيمار تجويز مي شود .

دستورالعملهاي موسيقي درماني مانند دستورات دارويي يا درمان پزشكي به وسيلة پزشك تجويز مي شود موسيقي درماني ممكن است با توافق كلي تيم تخصصي در برنامة درماني درمانجو قرار گيرد .

در زمينه هاي غير پزشكي نيز خدمات موسيقي درماني ممكن است از طرف مدد كار ، روانشناس ، معلم ويا والدين و يا موافقت كليه افراد متخصص تجويز شود

نكتة مهمي كه بايد در نظر داشت اين است كه وسيلة سرگرمي و بازي نيست ، بلكه عامل اصلاح كنندة تجويز شده اي است كه به بهبود ناسازگاري رفتار و حالات كمك مي كند .

موسيقي درماني بيش از هر تكنيك درماني ديگري با زندگي روزمرة مردم آميخته و با نياز و احساس آنها عجين شده است . بطوري كه همانند خواب و خوراك خواندن نيز در هر مكان و هر محظي ديده و شنيده مي شود . اما علت گرايش و علاقة مردم به موسيقي به خاطر طبيعت و فطرت آدمي است كه مجذوب موسيقي است .

ذات محرك و موزون موسيقي با فطرت وحدت طلب آدمي پيوند ناگسستني دارد پيوندي كه در همة دوره ها و مراحل تمدن بشري در ميان همة اقوام ديده مي شود وگسستگي از آن غير ممكن است . در مقاطع محدودي از زمان برخي از فرهنگها به لحاظ انحطاط و يا آشفتگي استنباط كوشيده اند از آن برحذر باشند ،

اما در عمل موفق نبوده اند و در عوض بنابر نياز فعال رواني طبع بشري تسليم و به استفادة مطلوب از آن متعرف گشته اند .

طبيعت آدمي چه در اساس بيولوژيك (زيست شناختي) و چه در ساختار رواني ، تحول و مسيري آهنگين را مي پيمايد و ريتم و هارموني در ساختمان آن ريشه دارد . به همين لحاظ مجذوب نظم و هماهنگي و كنشهاي رتميك بيروني مي شود

در ساختمان عصبي آدمي بطور فطري به دريچه و تمايل مهم براي گرايش به دنياي موزون اصوات و موسيقي وجود دارد : «شنيدن» «خواندن» و «حركت كردن» .

اين سه دريچه نياز به ريتم و هماهنگي را بيش از حواس ديگر ارضاء مي كنند . و همچنين ابزار طبيعي موسيقي درماني بدن به حساب مي آيند كه مورد استفادة روزمرة ما هستند .

شنيدن و خواندن رايج ترين شيوة موسيقي درماني است كه همه در شرايط گوناگون زندگي به سادگي ازآن سود مي جوييم و حال و احوال خود را دستخوش آرامش وَ سبكي يا نشاط و سر زندگي كرده به انرژي وَ هيجان دروني توازن مي بخشيم .

هر كس كه در شرايط سالمي باشد ، هر از گاهي با شنيدن وَ خواندن احساسات خود را جاري مي سازد و برون مي افكند وَ انرژي كسل وَ يا نگران و سرگردان دروني را به سمت و حالت احساس مطلوب هدايت مي كند وَ از فشار بي رغبتي دل مي كاهد .

اين شيوه درمانگري ساده هميشه وَ همه وقت مورد استفاده مردم بوده است . چنانچه آمده است كه داود پيامبر هر از گاهي در كوه و دشت به الحان خوش نوايي سر مي داد تا فشار تألمات مكافات قوم را از دل بكاهد وَ مجدداَ بر مردم وَ اجتماع فرود آيد وَ با قدرت وَ روحية مسلط تري به اصلاح امور بپردازد .

شنيدن وَ خواندن دو ابزار ارزشمند «خود درمانگري» هستند . وقتي از روي ميل نغماتي را مي شنويم وَ يا زمزمه ، مي كنيم در واقع به موسيقي درماني خود مشغوليم . در واقع طبيعت خود را براي تسكين خود بكار مي اندازيم خواندن هميشه با ما است زمزمه زبان دل است . كافي است كه دل نيازي براي بيان همدردي پيدا كند ، آنگاه حتي با ترنمي دروني وَ زمزمه اي ذهني و نه تنها سردادن آوازي ـ احساس را آرام آرام به جريان اندازيم وَ از تراكم آن مي كاهيم وَ بي قراري آن را از پوست وَ گوشت وَ بدن به صورت موج ، دما وَ سياله خارج سازيم ، نا حدي كه دل آرام گيرد و حس كنيم كه : كافي است .

اما اين كه چگونه و تا چه حدي ـ به دور از افراط وَ تفريط ـ به احساسات خود بپردازيم ، تا حدودي احساس وَ ذائقة رواني حد نياز و مقدار متعادل آن را حدس مي زند . بديهي است هر چه اطلاعات ما در انتخاب شنيدنيها و حال و هواي خود بيشتر باشد ، در درك احساس دورن نگري و تعادل جويي موفق تريم . اگر چه خواندن وَ نواختن دو شيوة مهم و اساسي موسيقي درماني اند اما همة روشهاي آن نيستند .

موسيقي درماني علمي منسجم وَ گسترده است كه حاصل تجربيات مدون تارخي بشر وَ تحقيقات تجربي اخير است ، قرنها ريشه دوانيده تا سرانجام در قرن معاصر شاخ و برگ وَ ميوه هاي رنگين آن به ثمر رسيده است . براي چيدن و چشيدن طعم ميوه هاي شيرين آن بايد سالها تحصيل وَ كوشش كرد وَ تكنيكهاي گوناگون آن را آموخت وَ به درمان بيماران وَ ناراحتي هاي مختلف پرداخت .

در واقع با دانشي گسترده وَ كهن روبرو هستيم كه در يك توجيه وتوصيف ذهني (وَ يا كلي گويي) نمي گنجد بلكه مملو از تجربيات ، مهارتها وَ آموزش و برنامه هاي مدون است . در اين بخش برنامه هاي ديگري موسيقي درماني را به اختصار تشريح مي كنيم وَ به معرفي اين دانش مي پردازيم . خوشبختانه ما ايرانيان به موسيقي درماني علاقه وافر و وتجه ديرينه اي داشته ايم . از دوره هاي گوناگون موسيقي وَ شعر آرام بخش تألمات و بستر تخليه و برون فكني ـ احساسات رنجور مردم در مقابل تهاجمها وَ شرارتهاي اقوام غير متمدن بوده است .

موسيقي جزء لاينفك تاريخ ادبيات و دين و آيين كهن ايراني است . اساساً ايران جزء چهار تمدن بزرگ تاريخ مصر ، روم ، يونان و ايران بوده است كه در پي نهادن آن سهم عمده و اساسي داشته است . بناها ، كتيبه ها ، نقوش ، سروده ها وَ اشعار حاكي از علاقة ايرانيان به آرامش موسيقي بوده است . چه زيباست كه در فرهنگ ما پارسيان موسيقيدان و نوازنده را ، «رامشگر» ناميده اند . يعني كسي كه آرامش وَ روحيه مي بخشد وَ اين آرامشگران مقام و ارزش درماني ويژه اي در ميان مردم و روشنفكران داشتند .

نوازندگان ايراني موسيقي را به لحاظ تأثير عاطفي و رواني آن مي نواختند ، به مزاج وخلق شنوندگان و زمان و مكان نواختن توجه ويژه اي نشان مي دادند . وَ با احساس وَ تفكر پيرامون تركيب وحدت گونه سه عنصر اساسي زمان ، مكان و حال و احوال شنونده ، موسيقي را تنظيم و ارائه مي كردند . اين برداشت نخستين قدمهاي اساسي در شكل گيري موسيقي درماني ايران زمين بوده است .

مسير تحول و پيشرفت موسيقي درماني در ايران به سبب دشواريها و آشفتگيهاي خارجي كه هر از گاهي گريبانگير موسيقي مي گرديد به صورتي پيوسته طي نگرديده وَ در مقطعي در حد ذهني و نوشتاري ايستاد وَ جريان تجربي خود را دنبال ننمود . به طوري كه امروز از دانش موسيقي درماني نسبت به ملل همسال خود بطور قابل ملاحضه اي دور مانده ايم .

اما نگران هم نيستيم زيرا عناصر اصلي توسعة اين دانش يعني استعداد و ذوقهاي برجستة هنري از يك سو وَ از سوي ديگر گنجينه هاي ارزشمند ملود يك موسيقي ايراني و فواصل وتمهاي متنوع آن بعنوان ذخاير اصلي مي توانند تحولي شگرف در تبيين موسيقي درماني متناسب با ساختار احساسي وَ طبيعت موسيقي ايراني به وجود آورند . لازمة اين كار ارتباط و استفاده از اطلاعات معاصر وَ پيمودن راههاي تجربي براي كشف وَ ايجاد زير ساختهاي درماني موسيقي ايراني است .

به نظر نگارنده مهم ترين عامل براي پيشرفت موسيقي درماني در كشور ما تقويت روحية علمي وَ تمايل به آزمايشگري است وَ اين امر در نخستين قدم به دانشگاهها ، انجمنها و مراكز علمي مربوط مي شود . بديهي است بدون وجود رشتة موسيقي درماني در دانشگاههاي ايران امكان تحرك براي محققان وفرصت مطالعه وَ آزمايش براي دانش پژوهان ميسر نخواهد بود ، و بايد به اين مهم انديشيد . (نخبه زعيم ، پرينوش . 1376) .

**ابزار درمان :**

همانگونه كه هر درمانگري ابزار و وسايلي براي درمان دارد (براي مثال پزشك از دارو و وسايل جراحي وَ فيزيوتراپيست از دستگاههاي فيزيوتراپي استفاده مي كند ) موسيقي درمانگر هم براي درمان وَ تقويت از موسيقي وَ فعاليتهاي گوناگون همراه با موسيقي استفاده مي كند . ابزار او سازها و وسايل صوتي هستند كه غالباً به سهولت وسادگي بكار گرفته مي شوند و صداي جذاب وَ گيرايي دارند . صداي اين سازها استاندارد وَ در اندازة كوچك وَ بزرگ هستند .

مهم ترني اين سازها از سازهاي خانوادة ارف ، يعني زيلوفونها ، متالوفونها ، بلزها وَ سازهاي كوبي مختلف هستند كه هم صداي مطلوب وَ استانداردهايي دارند وَ هم به سادگي نواخته مي شوند . از آنجايي كه منظور از موسيقي درماني توانبخشي و درمان است وَ نه آموزش موسيقي هرچه كار با سازها راحت تر وَ ساده تر باشد مناسب تر است . (زاده محمدي ، علي ، 1374 ، ص 85)

**نوع برنامه ها :**

نوع برنامه ها وَ فعاليت هاي موسيقي درماني به نوع ناراحتي ، نقيصه وَ مشكل بيمار وَ يا كودك بستگي دارد . به تعريف ديگر درمانگر با توجه به ناراحتي مراجعه كننده ، برنامه ريزي مي كند . براي كودكاني كه داراي مشكل حركتي هستند ، برنامه هاي ريتميكي كه به كنترل حركتي آنها كمك كند بيشتر مد نظر قرار مي گيرد . حال اگر مشكلات حركتي با انقباض و گرفتگي عضلاني همراه باشد ريتمهاي پرتحرك ، و اگر مشكل حركتي به صورت حركات غير ارادي باشد ، ريتمها و موسيقي ملايم انتخاب مي شود وَ بدين ترتيب كنترل حركتي تقويت مي گردد .

كودكان دچار تشنج با نواختن سازهاي كوبي بر حركات خود تسلط بيشتري مي يابند كودك نژند به برنامه هاي موزيكالي احتياج دارد كه خاصيت برون افكني داشته باشند وَ هيجانهاي او را بيشتر تخليه كنند ، و عقب مانده هاي ذهني به برنامه هايي كه به يادگيري مفاهيم بيشتر وَ خود ياري بهتر آنها كمك كند . بنابراين ملاحضه مي فرماييد كه برحسب نوع ناراحتي ذهني ، عاطفي وَ حسي ـ حركتي كودكان برنامه ها نيز قابل انعطاف اند و تنوع پذير .

موسيقي درمانگر مي تواند براي دستيابي به اهداف درماني مورد نظر با استفاده از تجربيات موجود وَ روحيه اي خلاق برنامه هاي متنوعي را طراحي نمايد

**طول درمان :**

معمولاً جلسات موسيقي درماني از گروههاي كوچك هماهنگ تشكيل مي شود . شرايط شركت كنندگان هر چه همسان تر باشد اهداف و برنامه ها مشترك خواهند بود كه اين مسئله به هماهنگي و تقويت بيشتر گروه كمك مي كند . البته مي توان كودكان با ناتوانيهاي مختلف را در حلقة موسيقي درماني قرار داد . اما مهم است كه از نظر هوشي فاصلة زيادي با يكديگر نداشته باشند تا در انجام تمرينها و برنامه ها هماهنگي بيشتري باشد .

طول دوره وَ مدت زمان جلسات بستگي به اهداف درماني مورد نظر وَ مشكل فرد دارد تعداد جلسات درماني گاهي هر روز و گاهي هفته اي چند جلسه است وَ مدت هر جلسه به مقتضاي حال و هواي هردرمانجو متفاوت است . براي يك كودك اتستيك كه حوصله وَ تمركز كافي ندارد ، ممكن است زمان هر جلسه پنج تا ده دقيقه طول بكشد وَ حدود يكي دو سال نيز در جلسة موسيقي درماني شركت كند وَ براي يك كودك روان نژند كه دچار نگراني وَ يا افسردگي است وَ علاقه وَ همكاري نشان مي دهد ، هر جلسه يك ساعت برنامه ريزي شود .

**برنامه ها وَ محورهاي موسيقي درماني :**

بطور كلي فعاليت هاي موسيقي درماني بر پاية چند محور كلي برقرار است كه عبارتند از ـ «شنيدن» ، «نواختن» ، «ساختن آهنگ » ، «خواندن» ، «بحث و گفتگو پيرامون موسيقي» ، «حركات موزيكال» ، «نمايش موزيكال وَ سبك سازي با موسيقي » . همان طور كه اشاره شد ابزار موسيقي درماني ، موسيقي وَ فعاليت هاي مرتبط با آن است . بنابراين موسيقي مي تواند بطور مستقل وَ يا در تركيب با روشهاي ديگر مورد استفاده قرار گيرد . براي مثال نواختن آهنگ وَ قطعات وَ يا ساختن و شنيدن موسيقي از جمله فعاليت هايي اند كه به طور مستقيم وَ مستقل از موسيقي بهره مي گيرند وَ موسيقي به همراه آواز حركت وَ يا نمايش به گونه اي تركيبي ارائه مي شود . اينك براي آشنايي خوانندگان زمينه هاي مذكور به طور مختصر توضيح داده مي شوند .

**خواندن :**

وقتي كودكان با هم مي خوانند مملو از شور وَ توانايي يكپارچه اراده وَ اطمينان مي شوند از نزديك بايد ديد كه چگونه وقتي ترانه اي خيال انگيز همچون «عروسك جون» را سر مي دهند همراه با پرواز كلمات «كبوتر» مي شوند وَ در كنار «چشمه ساران» و دامن صحرا گشت و گذار مي كنند . ترانه ها تصور آنها را به گونه اي فعال وَ سرزنده مي سازد كه احساس پيوسته اي بين ادراك آنها با مفاهيم اشعار وَ محيط مي سازد . احساس سرزنده اي كه اثر هر گونه نگراني ، كم رويي و ناتواني را از ميان مي برد .

ريتم وَ آهنگ ترانه ها به كودكاني كه تا اندكي پيش نگران ناتواني وَ ارتباط خود با محيط بودند ، موفقيت وَ توانايي مي دهد وَ آنها را به آساني بدون كم ترين فشار به جلو سوق مي دهد . كودكان چنان مجذوب آهنگ وَ شعر مي شوند كه انرژي آن جراحتهاي حاصل از تجربه هاي كوچك وَ ريز روان را ترميم مي كند ، وَ كودك منزوي را مسلط بر محيط مي سازد .

خواندن براي بزرگسالان به لحاظ توجه و تجربه بيشتر ، تأثير شناختي و آگاهانة عميق تري دارد . بزرگسالان وقتي در حلقة موسيقي درماني گرداگرد هم اشعاري را مي خوانند ، در مفاهيم و آهنگ آن تجربه هاي گوناگون خود را مرور مي كنند از يك سو با تداعي گذشته وَ توجه به خاطرات دلگرمي را التيام مي بخشد وَ از سوي ديگر انگيزه ، توجه وَ از سوي ديگر انگيزه ، توجه وَ خود آگاهي تازه اي به تصور مي بخشند . براي مثال وقتي همه با هم در دستگاه ماهور مي خوانند :

سرو چمان من چرا ميل چمن نمي كند همدم گل نمي شود ياد سمن نمي كند

تادل هرزه گرد من رفت به چين زلف او زان سفر دراز خود عزم وطن نمي كند

پيش كمان ابرويش لابه همي كنم ولي گوش كشيده است از آن گوش به من نمي كند

با همه عطف دامنت آيدم از صبا عجب كز گذر تو خاك رامشك ختن نمي كند

دل به اميد روي او همدم جان نمي شود جان به هواي كوي او خدمت تن نمي كند

احساس گروه چنان برانگيخته وَ در خود جاري مي شود كه همه ناكاميها ، نااميدها ، آرزوهاي برآورده نشده ، اشتياقها وَ اهداف متوجه سروچمان مي شود وَ در يك برون افكني عارفانه وَ احساس همدلي فكر آرام مي گيرد وَ تحمل ناكاميها را در جهشي مثبت ممكن مي سازد .

وقتي زمزمه مي كنيم وَ زير لب مي خوانيم بايد بدانيم كه هيجاني را آرام وَ سبك مي كنيم وَ اين درماني طبيعي وَ ارزشمند است . خواندن ، در بسياري از مواقع مزمن شدن عوارض تجربيات وَ خاطرات مي كاهد وَ انگيزه وَ نيروي تازه اي مي بخشد . وقتي با تصنيفهاي ديرين خاطه ها را زنده مي كنيم ، دوباره احساس جوان مي شود وَ دردها ، فراقها ، اشتياقها مرور مي گردد وَ از تأثير و فشار ناخودآگاه آن تا حدودي كاسته مي گردد .

ترنم اشعار عارفانه مطلوب وَ معشوق معنوي را سرلوح ذهن قرار مي دهد وَ در لواي آن اشتياق خواسته ها و تمايلات ناكام را تسكين مي بخشد . خواندن وسيلة همدلي با خود است ابزار وَ نيايش دروني . براي سازش وَ تفاهم وَ دوستي با خود وَ محيط بايد از اين وسيله در حد نياز بهره مند شويم .

در جلسات موسيقي درماني از خواندن استفاده هاي فراواني مي شود و برنامه هاي متنوعي در شكل تك خواني و گروه خواني طراحي مي شود . كودكان و بزرگسالان معمولاً در همان جلسات اول به آساني در فعاليت خواندن شركت مي كنند . وقتي شعري را به طور گروهي مي خوانند انرژي و وجه و شادماني فوق العاده اي در خود حس مي كنند .

اگر موزيك تراپليست وَ يا يكي از افراد شركت كننده با ساز وَ يا پخش آهنگي ، آنها را همراهي كند ، هماهنگي و گيرايي آن افراد را به فعاليت ها و تمرين هاي گوناگون تشويق مي كند .

در موسيقي درماني كودكان اشعاري كه بر خواندن انتخاب مي شوند بايد كوتاه ، قابل فهم وَ با آهنگي ساده باشند تا كودكان بتوانند آنها را حفظ كنند وَ با هم بخوانند . همچنين مي توان در قابل اشعار مفاهيم مورد نياز درماني ، اجتماعي وَ رواني را نيز بگنجاند .

**گروههاي كر :**

تشكيل گروهاي كر در مراكز كودكان استثنايي ، مراكز توانبخشي وَ بيمارستانها يكي از مؤثرترين وَ ساده ترين روشهاي تقويت ارتباط عاطفي و ارزش اجتماعي است . گروه مي تواند ترانه ها و آوازهايي در اشكال مختلف بخواند وَ حالتهاي زيبا وَ با شكوهي از هم خواني را ايجاد كند . كودكان بيماراني كه مدت زيادي در مراكز وَ بيمارستانها مي مانند با شركت در گروه كر احساس آرامش وَ اعتماد به نفس بيشتري مي يابند

گروه خواني بيمار را در برابر فشار رواني كه در تك خواني وجود دارد مصون مي سازد وَ كمك مي كند تا در هماهنگي با گروه كم تر احساس ناراحتي وَ نگراني كنند . در گروههاي كر معمولاً براي كوكان از ترانه هاي زيبا و محرك وَ براي بزرگسالان آوازهاي محلي و ملي استفاده مي شود . در مواردي مي توان رهبري گروه كر را به يكي از افراد واگذار كرد و اعتماد افراد را نسبت به كار خود تقويت نمود .

موسيقي تأثير تلقيني شعر را چند برابر مي سازد وَ به همين دليل وقتي در جلسات موسيقي درماني بزرگسالان اشعار عرفاني وَ معنوي با نغمه هاي موسيقي همراه مي شوند . عميقاً تأثير مي گذارند و يا وقتي آوازهاي كودكان را با ريتمي ساده هماهنگ مي كنيم ، انرژي وَ انگيزة فوق العاده در احساس وَ هيجان آنان بوجود مي آيد ، بهتر مي خوانند و بهتر تأثير مي پذيرند . آوازهاي گروهي ارتباط صميمي وَ احساس مثبتي را بين افراد گروه ايجاد مي كنند وَ به ايشان تفاهم وَ دوستي را مي آموزند .

آواز خواندن اين امكان را به افراد مي دهد كه خود را راحت تر در جمع بپذيرند . اعتماد فردي كه «خود» را با گروه هم صدا مي بيند به خود و به گروه افزايش مي يابد . اثر خواندن در موسيقي درماني كودكان بسيار ملموس است كودكان جدا از تخلية هيجاني وَ تقويت ارتباط اجتماعي ، به فراگيري اشعار وَ آوازهاي مناسب علاقمند مي شوند .

انتخاب آوازهايي كه تأثير تربيتي وَ اطلاعاتي مناسبي دارند به اهداف تربيتي وَ درماني كمك مي كنند : نكتة مهم در انتخاب اشعار عدم استفاده از لغاتي است كه كودكان را آشفته مي سازد . براي مثال اگر كودكي كه مادر يا پدر ندارد ، شعري را بخواند كه او را متوجه محبتهاي مادر يا پدر نمايد ، ناراحت مي شود .

**نواختن :**

درجلسات موسيقي درماني معمولاً سازهايي بكار گرفته مي شوند كه به سادگي نواخته شوند مانند سازهاي ارف كه با تيغه هاي كوچك وَ بزرگ ، باريك وپهن ، فلزي و چوبي ، كوتاه و بلند وَ باصداي مقطع ، كشيده وَ زنگ دار در انواع مختلف قابل استفاده اند . صداي زيبا و گيراي اين سازها واكنش هاي گوناگوني را به وجود مي آورد ، شركت كنندگان را براي نواختن تحريك مي كند به طوري كه طي چند جلسه موفق به نواختن آنها وَ در نتيجه راضي مي شوند . شكل وَصداي جذاب سازها به گونه اي است كه حتي كودكان گوشه گير وَ بي تفاوت را كه براي همكاري مقاومت نشان مي دهند به فعاليت ترغيب مي كند وَ با اولين تجربه هاي نواختن از مقاومت آنها مي كاهد . تيغه هاي اين سازها ـ مانند زيلوفونها ، متالوفونها وَ بلزها ـ را مي توان برداشت ، به راحتي جا به جا كردن وَ با همان چند تيغه آهنگ نواخت .

از گروه ديگري از سازهاي غير ملوديك نيز مانند خاشخاشك ، دقك ، قاشقك ، سه گوش ، دايره زنگي ، طبل و ... استفاده مي شود وَ به وسيلة آنها ريتمهاي مختلف را مي نوازند . نواختن اين سازها بسيار ساده است (درحد يك يا دو جلسة آموزشي) از آنجايي كه موسيقي درماني ، آموزش موسيقي نيست ، بنابراين موسيقي درمانگران مي كوشند حتي المقدور از اسزهايي استفاده كنند كه ساده نواخته شوند و صداي زيبا و گيرايي داشته باشند .

همچنين درموسيقي درماني از سازهاي كلاسيك و غير كلاسيك مانند پيانو ، فلوت ، ارگ ، گيتار ، تنبك وَ سنتور استفاده مي شود كه با محدود كردن تعداد كليدها وَ سيمها وَ استفاده از روشهايي براي ساده نواختن آنها را ساده تر وَ عملي تر مي كنند .

از پيانو در جلسات موسيقي درماني استفاده فراواني مي شود . اما استفادة فردي آن بيشتر است . اين ساز به دليل بزرگي و طرز نشستن براي نواختن آن عدم ارتباط مستقيم وَ چهره به چهرة نوازنده با ديگر افراد گروه مطلوب نيست وَ علاوه برآن پيانو غير قابل حمل ونقل است . به همين دلايل درجلسات موسيقي درماني مي توان به جاي آن از ارگهاي قابل حمل استفاده كرد سازهاي بادي ـ به ويژه فلوت ـ از نظر رواني و آموزشي براي فعاليتهاي فردي و گروهي مناسب اند . صداي ملايم وَ آرامبخش آن جنبة برانگزاننده وَ تكانش ندارد .

ازاين روتحريكهاي فيزيكي قوي را كه كنترل آنها مشكل باشد به وجود نمي آورد وَ در جايي كه به صداي ملايم وَ آرام بخش نياز باشد به كار مي آيد . نواختن سازهاي سيمي مانندگيتار به دليل ارتعاشات سيمها بسيار جاذب است . گيتار قابل تغيير به كوكهاي مختلف است و از آن در جلسات موسيقي درماني براي همراهي و حتي تكنوازي استفادة فراواني مي شود . برخي از سازهاي ايراني نيز به اشكال مختلف در جلسات موسيقي درماني بويژه براي بزرگسالان قابل استفاده هستند . تار ، سنتور و تنبك به علت صدا دهي نسبتاً قوي تر موفق تر اند اما در زمينه كودكان (سازهاي ايراني) موفقيت كم تري دارند . نگارنده در تجربة مقايسه سازهاي ايراني و سازهاي ارف در موسيقي درماني دو گروه از كودكان عقب ماندة آموزش پذير ، برتري سازهاي ارف را در زمينه هاي مختلف توانبخشي وَ درماني به وضوح مشاهده و تجربه كرده است .

همچنين در طي تجربه اي دوساله در موسيقي درماني بزرگسالان استفاده از سه ساز ايراني تار ، سه تار ، و تنبك را به همراه سازهاي غير ملوديك كلاسيك بر محور ملوديهاي ملي وَ محلي ايراني بسيار موفقيت آميز ديده است .

توجه اصلي در موسيقي درماني اهداف درماني وتوان بخشي است . موسيقي وَ سازها وسيله اي براي دستيابي به اهداف هستند و حتي المقدور سعي براين است كه از اين وسيله بتوان راحت تر استفاده كرد . موزيك ترابيت مي وتواند از وسايل موجود در زندگي ، اشيايي را بسازد كه صدادهي خوبي دارند و از آنها نيز در جلسات استفاده كند . البته اين امر به ابتكار و امكانات او بستگي دارد ، براي اينكه افراد بتوانند بنوازند ، تحت آموزش ساده وَ مقدماتي قرار مي گيرند و تمرين مي كنند . نواختن موجب است كه فرد خود را در يك مشاركت گروهي سهيم تر ببيند و از فعاليتهاي خود تأثير بيشتري بگيرد . برنامه هاي موسيقي درماني معمولاً به گونه اي طراحي مي شوند كه همة افراد در حد توان بدني وكشش ذهني خود با سازها ارتباط برقرار كنند و تمرينهايي را انجام دهند نواختن آنها را ملزم مي سازد تا از چشم ، گوش ، دست و حواس خود درست استفاده كنند نواختن يك ريتم ساده به كنترل زماني و حركتي نياز دارد ، به عبارت ديگر ، بايد حواس و آگاهي بكار گرفته شوند تا مهارت كافي در اجراي آن ريتم به دست آيد .

ازاين رو نواختن به تقويت حواس به پرورش تواناييها كمك مي كند . درهنگام نواختن فرد ساز را از نزديك لمس مي كند و در مي يابد كه ساختمان آن چه شكلي و ويژگي هايي دارد (و در اين زمينه مي توان با آنها بحث وگفتگو كرد) نواختن گروهي (همنوازي) درجلسات موسيقي درماني به رشد ارتباط اجتماعي و روابط واقعي بين افراد گروه كمك مي كند وَ افراد را ملزم مي سازد تا براي دست يابي به هماهنگي با يكديگر وَ ايجاد ارتباط ، تبادل نظر كنند . تأثير عميق كارگروهي در روابط بين فردي به حدي است كه افراد عقب مانده وَ روان پريش را كه حداقل ارتباط اجتماعي وَ محيطي را دارند در دوستي با يكديگر و تماس با محيط وَ واقعيت ترغيب مي كند . (زاده ـ محمدي ، علي ، 1374)

**ساختن آهنگ :**

منظور از «ساختن آهنگ» در جلسات موسيقي درماني ، فعاليت هاي شخصي وَ اعمال مستقل وَ مبتكرانه ؟ سازي و آوازي است كه شركت كنندگان در برنامه هاي گوناگون نشان مي دهند . وقتي صحبت از «ساختن» مي شود مقصود خلق آهنگ با ويژگيهاي دقيق موسيقي نيست بلكه ايجاد يك ريتم ساده است ، يا خواندن شعر و آهنگي در شكل وَ حالتي خاص پيدا كردن ريتمي جديد ، نواختن موزون چند تيغة زيلوفون ، به صدا در آوردن مبتكرانة طبل ، ايجاد حركاتي مزون با آهنگ ، ساختن تمرين و قطعه اي با كليدهاي محدود پيانو وَ ارگ و .... همة اين موارد فعاليتي مستقل وَ ابتكاري شخصي به حساب مي آيند وَ قابل توجه وَ تقويت هستند .

يكي از ويژگيهاي مهم سازهايي كه در موسيقي درماني به كار مي روند مانند سازهاي ارف نواختن سادة آنهاست . بطوري كه با انتخاب تيغه هاي محدودي از آنها مي توان آهنگ ساده وَ يا ريتم تازه اي را به راحتي ساخت . شركت كنندگان مي توانند بسياري از تيغه ها را از روي ساز بردارند وَ با نواختن دو يا سه تيغه باقي مانده ، چشم و دست وَ فكر خود را متمركز سازند و قطعه اي ساده و موزون بسازند وَ با ريتم شعري همراهي كنند . همين كار را با سازهاي كوبي مانند طبل وَ سه گوش (مثلث) و با كليدهاي محدودي از ارگ نيز انجام مي دهند .

مهم اين است كه افراد «ساختن» را تجربه كنند وَ فعاليت مثبت وَ مؤثر خود را در ايجاد اشكالي ساده از فعاليت هاي موسيقي ببينند . اين تجربه احساس توانايي وَ اعتماد آنها را نسبت به فعاليت هاي شخصي بالا مي برد وَ ترس و نگراني آنها را از فعاليت شخصي وَ ارتباط با وسايل وَ ابزار موسيقي كه نشانه وَ نماينده اي از وسايل مختلف محيطي است كاهش مي دهد .

ساختن يك فعاليت خود آگاه است كه فرد بايد فكر خود را به كار گيرد وَ هدفي را بسازد وَ افكار و حركاتي ر ا براي آن ايجاد كند . ساختن موجب مي شود تصور و تخيل ذهني آزاد شود و از فشار آنها كاسته شود و فكر بعد از آن به هدف ديگري معطوف شود . يكي از برنامه هاي موسيقي درماني تشويق افراد است به خلق قطعات ساده بر مبناي آنچه آموخته اند . كودكان غالباً بطور بداهه قطعاتي را مي سازند كه مي توان آنها را تكميل كرد . آنها با سازهاي كوبي مي توانند ريتمهاي مختلفي بسازند وَ ديگران با آن همراهي كنند . همين كه قطعه اي را از تركيب صداي تيغه هاي سازه هاي ارف و كليد پيانو وَ ارگ مي سازند وَ مورد تشويق مربي مي گيرند ، براي فعاليت بيشتر علاقه وَ انگيزة فوق العاده اي مي يابند .

پيدا كردن ريتم آهنگها با بهره گيري از سازهاي كوبي از ديگر فعاليت هاي خلاق كودكان است . آنها در مراحل پيشرفته تر مي توانند بر مبناي ريتمي كه مي شنوند ، وَ با استفاده از تركيب نتاها سازهاي خود را به صدا درآورند . ساختن يعني استفاده از وجود «خود» وَ خود را به كارگرفتن و نتيجة آن احساس ارزش وَ اعتماد به خويش وَ ايجاد احترام اجتماعي است . وقتي چيزي را مي سازيم به پاره هاي از احساس وَ انديشة خود هويت مي دهيم وَ مانند مادري نسبت به زادة خود علاقه وَ محبت پيدا مي كنيم وَ به آن مي انديشيم .

**بحث وگفتگو پيرامون موسيقي :**

گفتگو پيرامون قطعات وَ آهنگهايي كه در جلسات گروهي شنيده يا نواخته مي شوند اين امكان را به اشخاص مي دهد تا نسبت به هيجانات وَ احساسهاي دروني خود دقيق تر وَ هشيار تر گردند وَ از اين خود آگاهي در زمينه هاي ديگر زندگي در زمينه هاي ديگر زندگي عاطفي خود بهره گيرند . كودكان نيز احساس خود را از آهنگهاي مختلف به راحتي بيان كرده ـ وَ هر چند محدود ـ پيرامون آنها صحبت مي كنند آنها پس از شنيدن يك آهنگ مي توانند داستانهايي بسازند وَ تخيلات وَ تصورات خود را بروز دهند . نظرات كودكان دربارة آهنگها ، در بروز احساس وَ رشد تخيل آنها مؤثر است وَ شرايط روحي آنها را نيز براي موزيك تراپليست روشن مي كند گفتگو پيرامون زندگي پر فراز و نشيب موسقيدانها نيز براي كودكان جالب وآموزنده است .

بحث و گفتگو پيرامون تأثير احساس و هيجاني موسيقي و تبادل نظر در يك گفتگوي گروهي تجربيات مفيدي را در درك و فهم احساسات وَ كنترل وَ به كارگيري هيجانها مي آموزد افراد را از نظرات وَ تجربيات يكديگر و متأثر ، و همدلي وَ هم احساسي را تقويت مي كند . اين گفتگوها صرفنظر از انتقال اطلاعات موسيقي ، تمرينهاي اساسي براي درون نگري وَ ارتباط نزديك با احساسات نيز هستند .

وقتي فردي مي كوشد كه احساس خود را به زبان آورد وَ آن را تجسم وَ تشريح نمايد به درك خود نزديك تر مي شود و وقتي احساس او با تجربيات متنوع ديگران مي آميزد ، نسبت به چگونگي آن هوشيارتر مي گردد . مي توانيم قطعات مختلفي را براي شنيدن و گفتگو انتخاب كنيم . گاهي افراد قطعاتي را پيشنهاد مي كنند كه خاطراتي از آن دارند . شنيدن قطعات وَ صحبت كردن پيرامون خاطرات وَ تجربيات گذشته زمينة مناسبي براي تبادل تجربيات وَ خاطرات وَ تجديد وَ تخلية خاطر و تحريك احساس هم حسي است . تجربة چند سالة نگارنده در اين زمينه ، تأثير مفيد اين روش را تأييد مي كند در اين انتخاب قطعات ، توجه به دستگاههاي موسيقي ايراني وَ تناسب آن با شرايط زماني وَ روحي گروه اهميت فراوان دارد .

**گوش دادن به موسيقي :**

شنيدن موسيقي از زمره برنامه هاي موسيقي درماني است . ذهن با گوش دادن در دنياي اصوات وَ ملوديها قرار مي گيرد وَ موضوعي براي توجه وَ تمركز پيدا مي كند . با شنيدن آهنگها مي توان احساسهاي گوناگوني را به راحتي بوجود آورد كه چنين تجربه هاي وسيعي با نواختن سازها (به دليل محدوديت آن) به دست نمي آيد .

شنيدن گروهي افرادرا در يك تجربه مشترك سهيم مي سازد . توجهي كه در گوش دادن گروهي بوجود مي آيد در تنهايي ايجاد نمي شود . گوش دادن به موسيقي در بروز احساس كودكان وَ برون افكني تصورات آنها بسيار مؤثر است . مي توان با پخش قطعات ، وَ نواختن قطعاتي مهيج كودكان را تشويق كرد تا افكار وَ تصورات خود را درباره چيزهاي مختلفي كه دوست دارند بيان كنند ، شنيدن ، كودكان را تحريك مي كند كه آماده صحبت وَ فعاليت بشوند .

تقويت گوش از راه شنيدن دقت كودكان را به محركهاي شنوايي افزايش مي دهد . هر چه گوش در تشخيص محرك هاي شنوايي قوي تر شود ، توجه و تمركز نيز افزايش خواهد افتاد . پرورش دقت شنوايي در موسيقي درماني ناشنوايان ، نابينايان ، و ديگر كودكان استثنايي بسيار حائز اهميت است وَ به همين دليل موسيقي درمانگران برنامه هاي متنوعي براي تقويت شنوايي وَ بازيهاي مختلفي براي عادت دادن كودكان به توجه وَ دقت در شنيدن طراحي مي كنند .

كودكان مي توانند ريتم آوازهاي كودكانه را با نواختن سازهاي سادة ريتميك مانند خاشخاشك ، دقك ، سه گوش وَ دايره زنگي وَ غيره حفظ كنند . همچنين خواندن كمك مي كند تا كودكان دستگاه تنفس وَ صوتي خود را بهتر كنترل كنند ، وَ ارتعاش گلو ، عمل پرشدن ششها از هوا باز شدن قفسه وَ حركات لبها وَ زبان را لمس كرده ، تغييرات آنها را حس كنند .

**حركات موزيكال :**

حركات موزيكال دامنة وسيعي از فعاليتهاي حركتي موسيقي درماني را تشكيل مي دهد وَ بسيار از برنامه هاي درماني بر مبناي آن طراحي مي شود . موسيقي ابزاري براي تحريك موزون وَريتميك است از سويي «حركات موزون» خود نوعي موسيقي است . به سبب اهميت و تأثير فوق العادة آن در درمان دقيق تر به آن مي پردازيم .

حركات ترجمه احساس دروني هستند . نيروها و احساسهاي دروني را مدعي مي كنند . احساسهايي هستند كه با بيان نمي توان توصيف كرد . حركات بدون واسطه به روح وَ احساس ما متصل هستند و شيوه اي از انديشه وَ تفكر به حساب مي آيند .

وقتي كودكان در خود فرو رفته وَ اتيستيك نمي وتواند با كلام ارتباطي برقرار كنند ، حركات تنها زبان دروني آنهاست . هر حركتي پاسخ به نياز دروني است وَ حركات ريتميك انعكاس حالات رواني هستند وقتي بيقرار وَ مشوش مي شويم با قدمهاي خود ريتم ساوهاي تكرار مي كنيم وَ فشار احساس خود را كاهش مي دهيم . حركات موزون هميشه وسيله ارتباط ، توجه ونيايش ، التيام بخش تر ساها وَ نگرانيهاي بشر در طول تاريخ بوده اند . هر حركتي مي تواند گوياي نوعي احساس باشد . به عبارت ديگر هر احساسي با حركات خاصي از نقاط بدن بيشتر مرتبط است .

سينه مركز احساس بيان و عاطفه است ، سرمركز تفكر وانديشه ، دستها مركز ابتكار وَ عمليات وَپاها مركز بيان غرايز وانگيزه هاي زيستي به حساب مي آيند . حركات موزون مي توانند نياز مربوط به هر عضو را جاري سازند و تسكين دهند . با تنظيم حركات گوناگون از بدن به سوي خارج وَ ازخارج به داخل ، احساسهاي گوناگوني چون عشق وَ علاقه ، خشم وَ گلايه امنيت و تملك وَ بيزاري وَ نگراني برون افكنده مي شوند .

حركاتي كه از بدن به خارج شكل مي گيرند با انگيزه محبت وَ علاقه وَ يا شكوه وَ يا گلايه احساساتي را جلوگر مي سازند وَ حركاتي كه از خارج بدن به داخل جمع مي گردد احساس انزوا وَ گوشه گيري ، تملك وَ تصاحب وَ يا خواهش وَ تمنا وَ فروتني را نشان مي دهند . با كشيدگي اندام دستها ، انگشتان مي توان نيرو وَ شادماني وَ اراده را تقويت كرد . شانه ها با احساس وَ عواطف ارتباط مستقيم دارند . با انگيزش ، عواطف ، شانه ها حركت مي كنند . بعضي از تمرين هاي موزيكال بدن را از حالت فشردگي خارج مي كنند ، احساس فرد را نمايان مي سازند بر توانايي ارتباط با محيط مي افزايند .

حركات دوراني دستها وَ اندامها آرامبخش هستند . اگر اين حركات با ضربهايي بدني منطقع گردند مؤثرتر خواهندبود موسيقي درماني از حركات موزون و ريتميك به عبارت زيباتر از موسيقي حركت به دو صورت استفاده مي كند : نخست تقويت مهارتهاي حركتي وَ بدني در تجربياتي كه به توانبخشي خاصي ، احتياج دارند و دوم وسيله اي براي بيان ، تقويت وَ گسترش احساس زماني لازم است براي تقويت مهارت اندام آسيب ديدة فردي حركاتي موزوني با فضا سازي ، شدت و سرعت ، انقباض وَ انبساط و .... توصيه شود .

وَ زماني نيز درمانجو دنبال طرحي براي مروراحساسات خود است وَ حركات آزاد موزيكال به اين جريان كمك مي كنند . درمانجو برحسب احساس شخصي حركات خود را با ريتمي كه مي شنود وَ با ريتمي دلخواه هماهنگ مي كند وَ در تمرين فردي وَ يا گروهي به حركات موزون مي پردازد . حركات في البداهة موزيكال با سازندگي وَ احساس اخلاق فرد كمك مي كنند . در مواردي كه درمانجو بنا به اختلالات عميق ذهني وَ يا حركتي قادر نيست حركات خود را با ريتمي هماهنگ سازد .

لازم است درمانگر بكوشد ضعيف ترين حركات ابداعي بيمار را در جلسات مختلف با ريتم هماهنگ سازد وَ آن را توسعه بخشد وَ احساس او را گسترش دهد . حركات ريتميك حتي در شكل بي قاعدة آن نيز واجد ويژگي درماني است . بسياري از كودكان دچار فلج مغزي وَ كودكان عقب مانده در هماهنگي حركات خود با ريتم دچار مشكل مي شوند ، اما حركات بي قاعده با حس موسيقي توأم است وَ براي او نشاط آور وَ سازنده است .

در مواردي درمانگر با برانگيختگي ناگهاني ، انقباض وَ تشنجهاي آني ، پيچ و تاب ، جهشها و تهاجمهاي بيمار روبروست كه بايد اين حركات موزون و ريتميك شوند .

**گسترش درك فضايي :**

اثر فوق العادة ديگر موسيقي حركات ، تقويت احساس فضايي است . از آنجا كه حركات موزون در فضا شكل مي گيرند آگاهي حسي را نسبت به فضا مي افزايند . با حركات موزون فضاهاي كروي ، سه بعدي و مكعبي ايجاد مي شود ، حركت اندام آن را تجربه مي كنند . تجربه فضاهاي گوناگون حركتي بر احساس ايمني وَ توانايي فرد مي افزايد وقتي فرد همراه آهنگ پاها ار بر زمين مي فشارد وَ به بالا مي پرد وَ سبكبال بدن را در فضا جاري مي سازد ، احساس قدرت و نيرو مي كند . وقتي با حركات دوراني وَ ريتميك خود را از زمان وَ مكان وَ قوة ثقل رها مي سازد ، همراه آرامش بر تسلط و توانايي خود بر محيط مي افزايد . نابينايان مي توانند از حركات موزيكال براي تقويت مهارت جابجايي ، درك بهتر فضايي وَ كنترل وَ تعادل حركتي استفاده كنند .

**كنترل وَ تعادل :**

حركات ريتميك وَ موزيكال يكي از شيوه هاي تقويت احساس توازن وَ تعادل دروني است حس «من» به مفهوم روانكاوانة آن ـ با انجام اعملا و حركاتي كه تاكنون از آن مي هراسيده است خود را بهتر تجربه مي كند وَ از فشار وسواس گونه (كه به علت بيم از دست دادن احساس تعادل ، از فعاليتهاي گوناگون حركتي خودداري مي كرده است ) مي كاهد .

هر چه در انجام مهارت حركتي موفق تر باشد بر اعتماد به نفس او نيز افزوده مي شود . حركات موزون انقباض وَ انبساطي حسي (من) را به طور متناوب از توازن به رهايي وَ پراكندگي وَ از هايي و پراكندگي به توازن سوق مي دهند وَ تمرين وَ تجربه موفقيت آميزي را فراهم مي سازند وَ تسلط بر خود را تقويت مي كنند . ريتمهاي تند سريع تر نفوذ مي كنند وَ با نفوذ در دفاعهاي حس «من» مقاومتها را مي گشايند وَ احساس را در ميدان وسيع تري از عمليات حسي وَ حركتي به تجربه مي كشاند .

در نهايت خاصيت ريتم هر چند تند و َ شديد ، نظم و هماهنگي است . رفتار وَ حركات هر چند پراكنده ، ناگزير به تبعيت از آن است به همين سبب حس «من» در ضرب آهنگهاي موزون آن احساس ايمني مي كند . ريتم هاي تند حركات انفجاري وَ ناگهاني وَ هيجان وَ انگيزه هاي شديد را بيدار مي كنند و فرصت مناسب براي تخليه را فراهم مي سازند . اين امر زمينة مساعدي است كه در روشهاي درماني ديگر كمتر دست مي دهد . انجام حركات انقباضي وَ انبساطي و كنترل رها شدگيهاي بدن بر اراده و كنترل حركتي مي افزايد .

**تقويت روحية اجتماعي :**

حركات موزون در تقويت روحية اجتماعي ، ارتباط وَ سازگاري با محيط نقش به سزايي دارند . وقتي كودكان در گروهي هماهنگ مي كوشند تا با ريتم آهنگي حركات دست و پا و اندام خود را هماهنگ كنند . احساس يكپارچه و قدرتمندي به آنها دست مي دهد كه اين احساس آنها را در غلبه بر نگرانيها موفق مي سازد .

**نمايش موزيكال :**

از ريتم و موسيقي براي نمايش وَ احساسات وَ همچنين اجراي قصه ها وَ تجربيات افراد استفاده مي شود . تجربيات وَ داستانهايي كه به بروز احساسات آنها كمك مي كند و ورشهاي جديدي را براي كنار آمدن با موقعيتهاي نگران كننده و تنش زا مي آموزد . در اين ميان موسيقي محرك و مهيج احساسات وَ عواطف است و كودك را براي بيان تجربيات وَ يا اجراي نقش بر مي انگيزد وَ به او كمك مي كند كه راحت تر وَ با احساس ايمني بيشتري در قالب داستان قرار گيرد .

كودكان در جلسات موسيقي درماني مي آموزند كه داستانها و قصه هاي مورد علاقه شان را همراه با ريتم وَ آهنگي كه براي آنها نواخته مي شود نمايش دهند وَ احساسات وَ حركات خود را با هم هماهنگ سازند . ارتباط نزديك با احساسات ، خود را از مواجه شدن با خود كاهش مي دهد .

بروز هيجانات وَ تصورات ـ در قالب داستان پردازي ـ از تيمش وَ نگراني او در درك احساسات خود مي كاهد و به او كمك مي كند تا ارتباط راحت تري با هويت وَ تجربيات برقرار سازد . ريتم موسيقي با ايجاد فضايي پرشور موجب مي شود تا بعضي از افراد نقشهايي را به طور بداهه وَ بدون تمرين قلبي ايفا كنند . وَ با بهره گيري از تخيل خود ، تجربيات قلبي خود را در قالب داستاني بروز دهند وَ احساسات خود را به نمايش در آورند . براي برنامه ريزي در زمينة فعاليت هاي نمايشي موزيكال ، موسيقي درمانگر مي تواند از همكاري متخصصين نمايش وَ تأثر استفاده كند .

**موسيقي توأم با سبك سازي در هيپنوتيزم :**

بعضي از موزيك تراپيتها براي تمرين هاي سبك سازي از موسيقي استفاده كنند وَ آن را وسيله اي براي مراقبة دروني توجه به احساسات وَ كسب آرامش ـ از طريق خواب مغناتيسي قرار مي دهند تجربه نشان داده كه موسيقي به صورت روشي تركيبي در ايجاد سبك سازي و تأثيرات هيپنوتيزمي (خواب مصنوعي) مؤثر است ، و در القاء آرامش ، تبديل آن به خواب و عميق تر شدن تمركز دروني به شخص تمرين كننده كمك مي كند .

نغمه هاي ملايم وَ ريتم يكنواخت ذهن را تميز مي كنند . مي توان از نواختن وَ يا پخش قطعات آرامبخش براي تلقينهاي شخصي ، عميق ساختن خواب مغناتيسي ، تأثير تلقيني و تقويت آرامش فرد استفاده كرد و با تمرينهاي متوالي به آرامش ضمير باطن نزديك تر شد .

در تمرين سبك سازي كه بيشتر تقويت آرامش ذهني مطرح است ، موسيقي به همراه تنفس عميق ريتميك به كاهش فشار ذهني وَ عضلاني مي انجامد وَ به تدريج احساس مطبوع و يكنواختي را كه توأم با آرمش وَ تسلط فرد بر خود است ، افزايش مي دهد (بي فكري وَ از خود بيخودي) .

بنابر تجربة نگارنده ، لازم است كه افراد طي چند جلسه از نحوة تمرين سبك سازي وَ خواب مغناتيسي گاه دور از هر گونه اطلاعات مخدوش وَ نادرست با تأثيرات معمولي و فيزيولوژيكي كار آشنا شوند . آنگاه نوبت به تلفيق موسيقي با مراحلي است كه به كمك ريتمهاي مختلف مي تواند به سير ذهني وَ بي حسي افراد كمك نمايد .

اين در صورتي است كه قطعاتي نواخته شود كه سير ريتميك و ملوديك آن جهت آگاهي وَ استفاده شنونده توضيح داده شود همچنين مي توان از نوارهايي كه براي اين منظور مناسب وَ قابل تنظيم است ، استفاده كرد . نكتة مهم قابل ذكر اين است كه تمرينها به گونه اي صورت گيرد كه فرد شخصاً مراحل را با تمركز طي كند وَ به تلقينهاي هيپنوتيزور يا عامل وابسته نشود . تمرينهايي كه فرد (مديوم) را در نهايت به غير از خود وابسته مي كند . از نقطه نظر رواني وَ استقلال فردي نتيجه بسيار منفي دارد (كه با متأسفانه امروز رايج است .) فرد بايد بتواند با كمك آنچه آموخته است ، به شخصه در امر سبك سازي نقش جانبي دارد و كار اصلي آن كمك به كاهش اشتغالات ذهني وَ ايجاد انگيزه در ناجام تمرين هاي بيشتر است .

**موسيقي بيمارستاني :**

در بيمارستانها ، در ساعت معين و ثابتي از روز موسيقي انتخاب شده اي استفاده مي كنند تا بيماران آن را در اتاق خود وَ يا در زمان مطالعه وَ يا صرف غذا بشوند . هدف استفاده از اين موسيقي ، ايجاد تفكرات مطبوع وَ فرحبخش بجاي اشتغالات ذهني وَ نگرانيهاي حاصل از بيماري است .

بيماراني كه به موسيقي انتخابي گوش مي دهند كم تر در تفكرات خود فرو مي روند . اين موسيقي بايد تنها در ساعات معيني از روز (وَ در هفته چند ساعت) شنيده شود ، چرا كه استفادة بي رويه اثر خود را از دست مي دهد . براي موسيقي زمينه اي يا بيمارستاني تمهاي ملايم و آرامشبخش وَ دل انگيز انتخاب مي شود وَ پخش موسيقي پرسر وصدا وَ هيجاني ممنوع است مگر در بعضي از بخشهاي رواني كه هدف مشخصي را دنبال مي كنند .

شنيدن موسيقي فكر بيمار را از درد و بيماري منحرف وَ اضطراب او را كاهش مي دهد در بيمارستانها كودكان مي توانند با استفاده از ضبط صوتي كه مجهز به گوشي است هر زمان كه نياز دارند به موسيقي گوش دهند وَ با شنيدن ترانه هاي مورد علاقة خود با رضايت بيشتري محيط بيمارستان را بهتر تحمل كنند . تجربه نشان مي دهد شنيدن موسيقي نشاط و سرزندگي را بيماران مزمن باز مي گرداند وَ ميل به زندگي ، اميد و انرژي را در آنها افزايش مي دهد .

**موسيقي درماني كودكان :**

موسيقي درماني براي تمام كودكان دچار مشكلات ذهني وَ عاطفي و جسمي(پرخاشگر، افسرده ، مضطرب ، نگران ، اتستيك ، عقب مانده ، و ... ) مفيد است . جلسات موسيقي درماني با بازيها و برنامه هاي موزيكال و سازهاي مختلف توجه كودكان را به خوبي جلب مي كند وَ آنها را به همكاري ترغيب مي نمايد و تجارت ، در زمينة موسيقي درماني كودكان عقب مانده وَ روان نژند در ايران ، تأثير مثبت موسيقي را در كاهش گوشه گيري ، افسردگي وَ پرخاشگري آنها نشان مي دهد .

خوشبختانه در موسيقي درماني كودكان ، سازهاي متنوع متناسب با جثة كودكان وجود دارد كه كاركردن با آنها براي كودكان ساده وَ دلنشين است وَ از آنجا كه آنها مي توانند به ارحتي از اين سازها استفاده كنند ، علاقة زيادي به نواختن آنها نشان مي دهند . با اين سازها برنامه ها و فعاليتهاي گروهي متنوعي قابل طراحي است كه زمينه هاي مختلفي از ناتواناييهاي آنها را در بر مي گيرد .

وقتي كودكان خردسال در فعاليتهاي گروهي موزيكال سازهاي كوبي را به صدا در مي آورند ، پاي مي كوبند ، دست مي زنند ، مي خوانند ، پاي مي كوبند وَ مضرابها را بر روي تيغه ها به كار مي گيرند ، مجموعه اي از حواس و عواطف آنها با كم ترين احساس خستگي و ناايمني بطور هماهنگ به كار گرفته مي شود .

تخيلات شيرين و دلپذيري كه براي آنها به وجود مي آيد در سر زندگي وَ ارتباط اجتماعي آنها بسيار مؤثر است . درموسيقي درماني كودكان از روشها وبرنامه هاي مختلف مناسب با مشكلات كودكان استفاده مي شود.موسيقي درمانگربا استفاده از اين برنامه ها ، تمرينها و اهداف مختلفي را متناسب با نوع ناتواني كودكان برنامه ريزي ميكند . (زاده محمدي ، علي ، 1374 ، ص 113 ـ 97) .

**موسيقي و نياز بشري**

طبيعت آدمي گرايش باطني به ريتم و هارموني دارد و از نظم و هماهنگي آن لذت برد از آنجايي كه اساس هستي و خلقت بر وحدت و هماهنگي استوار است انسان نيز جزيي از وحدت و نظام گسترده و يكپارچه هستي است و ميل به اتصال و ارتباط پديده ها و نيروي لايزال هستي دارد . نقشهاي ظاهراً پراكنده و كژت پديده هاي رنگارنگ همچو نغمه هاي هارمونيك در آهنگ طبيعت يكپارچه اند .

بشر همواره از موسيقي براي ابرازوبيان افكار و احساسات خوداستفاده كرده است ريتم نخستين ركن موسيقي است ، قبل از تكلم ، وسيلة آرامش و نيايش آنها بوده است . بشر اوليه از طريق آواها و حركات موزون و مراسم و پايكوبيها برترسها ، غمها ، شاديها و آمال و آلام خويش آرامش مي بخشد و احساسات خود را جاري مي ساخته است . آنگاه كه مي هراسيد در طنين آواگريهاي جمعي خود از بي قراريها مي كاهيد و در وقت شادماني با ريتم به پايكوبي و تحرك مي رسيد و هنگاميكه اندوهگين بود به اشك و آهي موزون دل را تسكين مي بخشيد .

موسيقي از نخستين ابزارهاي سازگاري بشر بحساب مي آيد اولين شفاها با ريتم طلبها ، زنگها ، و رقصها توام بوده و اولين تمناها و نيايشها با تكرار موزون او را هماهنگ مي شده است به همين خاطر فرهنگ و مذاهب و مراسم قبايل ابتدايي و آداب و آيينهاي اولين تمدنهاي بشري را با موسيقي توام مي بينم . مصريان و عربيان در آيينهاي مذهبي خود از موسيقي در درمان بيماران استفاده مي كردند و چينيها و هندوها از آن در اعتدال روحي و جسمي و تعالي عواطف و لطافت صفات بهره مي گرفتند .

روحانيان از موسيقي در درمان و پيشگيري بيماريها و ايرانيان از مقامهاي موسيقي با توجه به شرايط سماوي وتأثيرات روحي استفاده مي كردند .

اين سير تاريخي قرنها و قرنها مراحل تجربه و تحول خود را طي مي كند تا به امروز كه كاربردهاي گوناگون آن نظم مي گيرد . امروزه سخن از تأثير و فوايد موسيقي در مراحل مختلف رشد و زندگي از دورة جنيني تا سالمندي است و سخن از تأثير ارتعاشات موزون در رشد گياهان و جانوران ايم همه تلاش و علاقة تاريخي بشر به موسيقي و مواهب روحي آن نمايشگر گرايش باطني آدم به نظم ، هماهنگي ، زيبايي ذاتي آن است .

موسيقي همواره در زندگي بشر نقش آرام بخش ، سبك سازي ، نشاط و سر زندگي ، حزن ، همدردي ، بيقراري و شيدايي داشته است .

اين موضوع در تاريخ و تمدن بسياري از ملل به چشم مي خورد از جمله كشور متمدن و كهنسال ايران است . شواهد حاكي از آن است كه كشور ايران در زمينه هنر و موسيقي تا مدتهاي مديدي از جمله پيشتازان دوران بوده است .

اين سابقة ديرينه و درخشان موجب اميدواري و احساس ارزش و اعتماد به نفس است و اعتماد مي بخشد كه ايراني سرشت مستعد و ذوق هنري دارد و قادر است در شرايط خوب اجتماعي و رواني استعداد خود را جلوه گر سازد . (نخبه ، پرينوش ، 1376) .

**تاريخ موسيقي درماني ، فرهنگهاي كهن واوليه :**

از ابتداي تاريخ بشر از موسيقي براي شفا استفاده مي كرده است . در فرهنگ ابتدايي آفريقا و قبايل قديمي آن شادمان 1 رهبر موسيقي ، طبيب و روحاني قبيله بود . شادمان از موسيقي در ارتباط با معجزه و مراسم مذهبي براي خروج امراض از كالبد به بيماران استفاده مي كرد .

قبايل سرخپوست آمريكا نيز آوازهاي مخصوص داشتند كه مردان طبيب از آنها براي شفاي مريضان استفاده مي كردند . (آپل 1972) .

در همه جاي دنيا در آمريكاي شمالي ، آمريكاي جنوبي ، آفريق وآسيا ريتم طبلها مهمترين نقش را براي مراسم شفابخش جادوگران و درمانگران بازي مي كرد . شامانها بوسيلة علائم مخصوص طبلها با خدايان تماس مي گرفتند و بين زمينيان و آنها كه در آسمانها بودند وموجوداتي كه در قسمت زيرين زمين قرارداشتند رابطه برقرار مي كردند .

شامان بوسيلة مراسم و تشريفاتي توام با ريتم طبلها ، زنگها ، حركات و مراسم مخصوص در رقص و خواندن سرود به هوشياري و خود آگاهي جادويي مي رسيد و جذبه و خلسه حاصل از تغيير خودآگاهي موجب شفا و رفع ناراحتي و بحران مي شد در شواهد موجود در تورات مي توان مشاهده كرد كه موسيقي قسمت عمده اي از زندگي عريان را تشكيل مي داده .

[[2]](#footnote-2)

وقتي كه خداوند از مردم عبري خواست رويدادهاي مخصوصي را به خاطر بسپارند ، به موسي (ع) دستورداد كه به مردم آوازي بياموزد كه به منزلة يادبودي از رويدادهاي مهم آنان باشد . (تورات ، سفر ، تثنيه ، باب 31 آية 19)

در مراسم مذهبي عبريان موسيقي جايگاه خاصي داشت ، تشكيلات معابد آنها داراي دويصت و بيست و هشت موزييين تمام وقت بود كه شغل آنها پيشگويي و كمك به مردم در راه رسيدن به خدا بود . منبع قدرت وَ شفاي آنها به موسيقي ارتباط داشت (تورات كتاب اول تواريخ ايام ، باب 25 ، آية 1 تا 8) .

عبريان همچنين معتقد بودند كه موسيقي مي تواند نتايج آرام بخشي در زندگي روزمرة مردم داشته باشد وقتي كه ورحي شيطاني وجود ساول شاه را آزار داد خادمين او مأمورين را به دنبال مردي به نام داود فرستادند كه در نواختن چنگ ماهر بود تا ساول را آرم وَ شاداب كند و داود او را با نواختن چنگ صحت داد . (تورات كتاب اول سامويل ، باب 16 ، آية 14 تا 23) . در فرهنگ باستاني مصر و بين النهرين ، موسيقي و شفا يا معبد و مراسم مذهبي گره خورده بود . زنگوله ها و راتلزها در موسيقي تشريفاتي مذهبي براي تسخير روح شيطاني بكار برده مي شد (آپل 1972) . مصريان معتقد بودند كه موسيقي در حكم طاس و طلسم و نشانه اي از صداهاي موجودات ديگر است كه هرنت آن نيروي جادويي براي احضار ارواح خدايان است (باكسيرگز 1 1962)

چينيهاي قديم و تمدنهاي هنر د نيز موسيقي را شفا بخش مي دانستند . در قرن دوم قبل از ميلاد در چين دربارة (ارتباط موسيقي و روح بشر و استفاده از موسيقي براي القاء اعتدال سخنرانيهاي جامعي شده ) .[[3]](#footnote-3)

زيرو بم هاي پياپي كيهاني بخش از افكار و تمرينات موزيكال چينيان را تشكيل مي داد وَ از ارتباط عواطف با مقامهاي موسيقي در نمايش هاي موزيكال استفاده مي شد . در هنر باستان نيز از فرمولهاي مخصوص موزيكال در كمك به هندوها براي كسب يگانگي با وحدت عالم در رسيدن به تصرف ، خودآگاهي معنوي ، بهبود ، سلامتي ذهن ، روح و خلوص بيشتر ضمير باطن استفاده مي شد .

جملات فوق الذكر آشكار مي سازد كه در تمدنهاي اوليه و كهن از مراسم مذهبي در مسائل طلبي وَ سلامت رواني و حالت سلامتي وخوشي استفاده مي شده است . باكسبرگر (1962) دريافت رابطة موسيقي با مراسم عبادت معابد نشان مي دهد كه چرا چنين همبستگي عميق جدانشدني در تمرينات طلبي فرهنگهاي قديمي مردم وجود داشته است . (**نخبه زعيم ، پرينوش ، 1376)**

**فرهنگ روم ويونان :**

در يونان قديم ارتباط نزديكي بين موسيقي و شفا وجود داشت . يونانيان معتقد بودند كه امراض نتيجه عدم هارموني در وجود فرد است و موسيقي با قدرت روحي و اخلاقي خود مي تواند در برگرداندن هارموني و نظم در نتيجه سلامتي در فرد مورد استفاده قرار گيرد بنا بر نظرية اتوس موسيقي داراي نيروي مؤثري است كه با سيستم آدمي مرتبط است وَ مي تواند در آمال و خصوصيات و هدايت فرد تأثير بگذارد .

از زماني كه يونانيان دريافتند موسيقي وَ مقامهاي متفاوت آن اثرات قابل پيش بيني درهدايت وَ عواطف بشر دارد از آن در درمان وَ پيشگيري بيماريها استفاده نموده اند . يونانيان از برنامه هاي موزيكال و دراماتيك براي تصفيه و پالايش احساسات استفاده مي كردند .

اسكولاپوس از موسيقي وتخليه براي درمان افرادي كه ناراحتيهاي هيجاني داشتند استفاده مي كرد آنها آنرا در سلامت رواني بسيار مهم مي دانستند . اسكولاپوس موسيقي را براي درمان آشفتگيهاي عاطفي مردم تجويزمي كرد .

دو فيلسوف يوناني (پلاتو و آريستوتيل) دربارة تأثير موسيقي وَ اهميت آن در سلامتي بسيار سخن گفته اند وَ از موسيقي كنترل شده در بهبود حال واخلاق اجتماعي حمايت كرده اند . روميها نيز به قدرت شفابخش موسيقي اعتقاد داشتند به عنوان مثال آنها معتقد بودند كه موسيقي مي تواند مارگزيدگي را علاج كند و با طاعون مبارزه نمايد . روميها همچنين اعتقاد داشتند كه موسيقي بي خوابي را درمان مي كند .

اسليپياديس پزشك رومي ، جنون را با اصوات ها رمونيك درمان و افراد متمرد و سركش را با تغيير در موسيقي يا نواختن آهنگ خاص ، آرام مي كرد . سيلويوس كه هنرمند برجستة علم طلب شناخته شده متذكر شده است كه موسيقي سنجها و اصوات در دور ساختن افكار ماليخوليايي ناشي از بعضي بيماريهاي رواني مورد استفاده قرار گرفته است .

ذينقراطيس رومي با موسيقي ارگ وَ كاليوس اورليانوس با آهنگهاي فلوت وَ تمرينات آوازي جنون را درمان مي كردند .

اريتدس كونيتيليانوس نوشت كه موسيقي مي تواند در درمان هيجانهاي نامتعادل بيماران رواني تأثير مناسبي داشته باشد وَ به وسيلة تأثير در ناخودآگاه هيجانهاي متراكم را به صورت نامتعادل درآورد . (شمس ، بهاءالدين ، 1383) .

**قرون وسطي :**

در اوايل قرون وسطي ، بوتيوس مرجع با نفوذ موسيقي بر شخصيت و اخلاق و رفتارهاي معنوي فرد تأكيد داشت . در قرون وسطي كليسا تسلط نافذي بر زندگي مردم داشت . آموزش موسيقي نيز مانند ساير موارد زندگي بوسيلة كليسا تنظيم مي شد از نظر كليسا بعضي از فرم هاي موسيقي نامناسب بودند و پيامدهاي شرك آميز داشتند و براي حالات رواني و اخلاقي زيان بخش بودند .

موسيقي در خدمت دين بود وَ ذهن را براي تعليمات مذهبي وَ افكار مقدس آماده مي نمود بر حسب الهيات رايج در قرون وسطي و برداشتهاي مذهبي كليسا مرض به عنوان تنبيهي براي گناه محسوب مي شد . در نتيجه دين و موسيقي مذهبي قسمت مهمي از روش درماني قرون وسطي را تشكيل داده بود .

در اين دوران از سرودهاي مخصوص در درمان سرماخوردگي وَ ديگر ناخوشيها استفاده مي شد همچنين موسيقي براي شخصيتهاي مقدسي ساخته مي شد كه مردم اعتقاد داشتند كه اين مقدسين آنها را شفا مي دهند و آهنگسازان دربار براي تسكين وكمك به اشراف بيمار آهنگهاي ويژه اي تنظيم مي كردند . علاوه براين تارانتيم بيماري عجيب ان روزگار بود كه به اعتقاد مردم فقط با موسيقي مداوا مي شد .

از ويژگي هاي موسيقي قرون وسطي مي توان به موارد زير اشاره كرد :

1 ـ استفاده از موسيقي تك صدايي كه از قرون 11 موسيقي جند صدايي نيز رواح يافت .

2 ـ استفاده از موسيقي آوازي بجاي موسيقي سازي .

3 ـ اجراي موسيقي در كليسا و مراسم مذهبي .

4 ـ وابسته بودن موسيقي و موسيقيدان به كليسا .

5 ـ وابسته بودن به شعر و كلام به دليل متون مذهبي . (شمس ، بهاءالدين ، 1383)

**رنسانس :**

در دورة رنسانس هر دو گروه موزيسينها و پزشكان به دوران كلاسيك يونان نظر افكند . و از آن الهام گرفتند . عقيدة يونانيها كه سلامتي را ناشي از هارموني عناصر و ناخوشي را عدم هارموني مي دانستند گرديد . تدوري يونانيان در مورد طبايح چهارگانه با عناصري كه براي تعادل سلامتي بايد وجود داشته باشد «نقطه پيوندي براي دانش موسيقي و طب شد .»

زارلينو ، تأثير موسيقي و نتايج بسيار سودمند آن را در مواردي چون تسكين درد ، بهبود شنوايي ناشنوايان ، تسكين نيش حشرات ، مداواي جنون و خروج طاعون از بدن مفيد دانسته است او همچنين قوياً معتقد است كه هر يك از مقامهاي موسيقي بايد در تحريك يا تخفيف اميال و عواطف (خلقيات ، هيجانها ، احساسات) به كار گرفته شود .

پزشكاني كه در اين دوره از دارو و درمان بيماريها استفاده مي كردند نيز به تأثير موسيقي در حالات رواني بشر معتقد بودند . در دوران رنسانس استفاده از موسيقي به عنوان دارويي براي پيشگيري از بيماري امري متداول و براي درمانگران آن دوره پذيرفته شده بود . مثلاً توماسودل گاربو در توصيه هاي پزشكي براي مصونيت از طاعون به اهميت شادي و نشاط روحي و خوشي فكري و گوش دادن به موسيقي لذت بخش پافشاري مي كرد .

در اين دوره اعتقاد براين بود كه موسيقي ، مقاومت مردم را در مقابل امراض بيشتر مي كند . چيزي كه در زمان شيوع طاعون اهميت حياتي داشت .

**قرن هفدهم تا نيمة قرن هجدهم :**

در دوران باروك از قرن هفدهم تا نيمة قرن هجدهم گرايش عمومي فلسفي در طلب بر محور تئوري چهار طبخ وَ تأكيد در ساختن آهنگ براي برانگيختن اميال و عواطف موجب شد كه جلساتي درزمينة موسيقي و پزشكي تشكيل وتداوم يابد . اعتقدا به قدرت و تأثير موسيقي برشخصيت ، عواطف ، اميال ،ذهن وَ جسم بشر به وسيلة تئوريسينهاي موسيقي الماني تحت عنوان فيگور تدوين شد .

در اين دوره موسيقي با حفظ اهميت خود به عنوان يك امداد پزشكي براي خانواده هاي سلطني مورد توجه بود . مثلاً درسال 737 ملكة اسپانيا از صداي خوانندة مشهور ايتاليا فارنيلي براي معالجة فيليپ چهارم كه بيماري ماليخولياي حاد داشت استفاده كرد . تلاشهاي فارنيلي چنان نتيجة سودمندي داشت كه به عنوان خوانندة شاه به استخدام درآمد . او هر شب براي شاه فيليپ آواز مي خواند تا ورحية مناسب داشته باشد .

**نيمة قرن هجدهم تا اواسط قرن نوزدهم :**

دراين دوره هم ارتباط نزديك بين موسيقي و طلب ادامه داشت به عنوان مثال اسكيرول در سال 1748 دركتاب خود به نام (جنون دربيماريهاي رواني) موسيقي را يك عامل باارزش درماني ناميده است درقرن هجدهم مطبوعات رسمي آمريكا به معرفي كاربرد موسيقي به عان يك عامل جنبي دردرمان پزشكي پرداختنددراوايل قرن نوزدهم پينل وديگرپزشكان فرانسوي از قدرت موسيقي دردرمان بيماريهاي عصبي ورواني مانندهيستري استفاده كردند (راجرز 1917) .

چومه در سال 1846 رسالة خود را به نام «نفوذ موسيقي در زندگي و سلامت» به آكادمي علوم پاريس تقديم كرد در طول قرن نوزدهم استفاده از موسيقي در آموزشگاهها و برنامه هاي آموزشي نابينايان و ناشنوايان آمريكا افزايش يافت . و از اوخر قرن نوزدهم استفاده از موسيقي براي درمان بيماران رواني رو به افزايش نهاد .

كورنينگ يكي ديگر از پزشكان قرن هجده به تأثيرات رواني موسيقي علاقه مند بود . او در درمان خصوصي بيماران خود از موسيقي در «هيجاني درماني» استفاده مي كرد مزيت كار كورنينگ در اين بود كه از موسيقي در پاكيزه ساختن روياهاي ناراحت بيماران استفاده مي كرد وَ با تصفيه كردن ذهني آنها را قادر مي ساخت تا در ساعات بيداريشان به كارهاي مؤثرتر بپردازند .

**قرن بيستم :**

در اواخر قرن نوزدهم چند نفر بررسي كاربرد اصول علمي تأثير موسيقي درماني را شروع كردند از جمله در سال 1878 به مدت نيم ساعت به طور آزمايشي براي هزار و چهارصد بيمار روان پريش در بيمارستان نيويورك پيانو نواخته شد تا اين نظريه آزمايش شود كه موسيقي به عنوان وسيله آرامبخش مي تواند به كار رود .

تجربيات آزمايشگاهي برروي انسان و حيوان شخص كرد كه تغيير در واكنشهاي جسمي ارتباط به انواع مختلف موسيقي دارد. حمايت سازمانها در استفاده از موسيقي باعث توسعة آن در قرن بيستم شد و تحقيقات پيرامون تئثيرات پزشكي و روان شناسي موسيقي سريعاً افزايش يافت . اخرتاع ضبط صوت نيز جاذبة استفاده از موسيقي در بيمارستان را در طول تغيير قرن افزايش داد (باگسبرگر1 1963) وَ ازنوارهاي موسيقي براي تفريح ، راحت خوابيدن ، آرام كردن ، كاهش تر از جراحي وَ بي حسي و بي دردي استفاده شد . در طول جنگ جهاني براي تمرينهاي مفاصل وماهيچه هاي صدمه ديده در جنگ ، فعاليت هاي موزيكي توصيه شد . در اواخر قرن نوزدهم و اوايل قرن بيستم از موسيقي در درمان اختلالات شنوايي وش گوياي استفاده شد . مؤسساتي مانند موزاك اقدام به تهيه موسيقي متن براي تأثير در تنظيم خلق وَ رفتار افرادي كه در دفاتر ، صنايع و محيط هاي عمومي و تجاري كار مي كردند كرده است .[[4]](#footnote-4)

حركت بهداشت جهاني توجه مردم را به اين ضرورت معطوف كرد كه فكر و بدن تأثير متقابلي بر يكديگر دارند وَ از هماهنگي آنها تندرستي به وجود مي آيد . در طول اين قرن سرودهاي مخصوصي ساخته شده كه درجهت كمك به سلامتي ، آرامش تمركز ذهني و تقويت خودآگاهي استفاده مي شده است . (نخبه زعيم ، پرينوش ، 1376)

**روانشناسي تمهاي موسيقي :**

حواس وسيلة ارتباط آدمي با عالم خارج است . تحريكات محيط توسط گيرنده هاي حسي به صورت پيام هاي الكترومغناتيسي به مركز عصبي انتقال مي يابد ، مانند جريان الكتريسته در سيم برق كه از كليد به سمت لامپ هدايت مي شود . پيام عصبي وقتي از گيرندة حسي مانند چشم ، گوش ، پوست ، به مركز عصبي يعني كرتكس مغز (قشر مغز) منتقل مي شود فرآيند «احساس» شكل مي گيرد .

با شناسايي اثر محرك در قشر مغز ادراك ايجاد مي شود و همواره با ادراك حواس دروني چون تفكر ، تخيل ، حافظه ، وجدان ، الهام ، اراده و ... تحريك مي شوند وَ ذهني آمادة فعاليت مي گردد .

**تمهاي پنجگانه :**

تأثير نغمات موسيقي در ضمير باطن متنوع ورنگارنگ است وَ آهنگها برحسب ريتم و اصوات حالات مختلفي را در آدمي تحريك مي كنند . واسطه هاي شيميايي سلولهاي مغز در مقابل امواج صوتي حساس هستند و ارتعاشات آنها را تحت تأثير قرار مي دهند .

**تمهاي شيدايي :**

واژه شيدا روانشناسي معرف سرخوشي و شور ونشاط بيش ازحد است . شيدايي نقطه مقابل بيحالي وغمگيني است . سرخوشي ، هيجان بخشي ، احساس مدهوش از خصوصيات تم هاي شيدايي است . جذبة آن آرامبخش افراد بي قرار و شيدا است شور و هيجان در اين تم ها به صورت عواطفي دروني به چشم مي خورد وَ احساسات شنونده را در بر مي گيرد . حالات ادواري اين تم با گردشهاي پيوسته و تكرارهاي ريتميك در وزنهاي خاصي به وجود مي آيد .

قدرتمندي ، تحرك ، مردم آميزي و دگردوستي ، شوكت و عظت رقص و پايكوبي ، احساس كاميابي ، التهاب و خونگرمي را بوجود مي آورند .

**تمهاي حزين :**

لحن تم هاي حزين غم انگيز است و شكوه و شكايت دارد وَ در شنونده ناكامي را تداعي مي كند .اين تم ها بر انتقال دهنده هاي عصبي افراد مستعد تأثير مي كند و باعث كاهش ترشح واسطه هاي شيميايي مغز شده كه در نتيجه انباشته شدن اين عناصر حياتي ، حزن واندوه احساس مي گردد . ارتعاشات اين تم غالباً تداعي خاطراتي از ناملايمات گذشته ار موجب مي شود .

ملوديهايي كه فواصل فشرده و نزديك بهم و ريتم كُند دارند حزن را بهتر منتقل مي سازند . تمهاي حزن در حالت ملايم درد را تسكين مي بخشد وَ در ايام سوگ و فراق تألمات را آسان مي كند .

احساس ناكامي را تعديل و غربت وَ تنهايي را از دل بيرون مي كند و انرژي و هيجان خون را تخليه مي كند استفاده بيش از حد از اين تم باعث ركورد و كاهش انرژي مي شود و روحيه را خسته و حزين مي گرداند . ارتعاشات تم هاي حزين به صورتهاي مختلف مي تواند احساساتي چون ترحم و تأثر ، غم فراق ناشي از دوري يا همدردي يا ناكامي ، التماس ، تضرع ، دعا ، خواهش ، نيايش ، دلشكستگي و زاري را بيان كند .

در حالت اغراق دل را افسرده خواهد كرد . و در افراد مستعد موجب بدبيني شده بيزاري و نااميدي و احساس بي كفايتي را افزايش مي دهد . در حالت دقيق مي توان از اين تم ها در جهت تخليه احساس گناه ، تسكين ناكاميها ، كاهش عصبانيتها ، بيان شكوه و ياري جويي از درگاه يزدان سود جست وَ آرامش يافت . همچنين در تألمات وجواني احساس نيايش را به خوبي منتقل مي سازد .

**تم هاي هيجاني (هيستريكال) :**

هيجان واكنش انفالي شديد و فوري است كه غالباً با تظاهرات بارز اعصاب خودكار و واكنشهاي فيزيولوژيك توأم است و ميل به جنبش و حركت را به وجود مي آورد موسيقي مي تواند با ريتم هاي تند توأم با رنگ آميزي اغراق آميز و با استفاده از عواملي چون نوسانهاي شديد (افزايش و كاهش ناگهاني صدا) تحريكات فوري و هيجان زيادي در شنونده ايجاد كند .

موسيقي هيجاني (هيتريكال) مانند رفتارهاي هيتريك تحريكاتي و هيجاني است و ميل به خودنمايي و نمايش دارد .

به راحتي توجه را جلب مي كند و تأثير مي گذارد اما تأثير و تحريك آن فوري و سطحي و بدني است ريتم هيجان آن به راحتي به جسم و اندام منتقل مي شود و ميل به تحرك موزون را به وجود مي آورد . از تم هاي هيجاني مي توان با ايجاد انرژي رواني ، رغبت و انگيزه در كاهش حالات افسردگي و غمگيني بهره جست .

از تم هاي هيجاني و شيدايي و حزين در هنگام كارهايي كه احتياج به دقت و توجه دارد نمي توان استفاده كرد لازم به ذكر است كه هيجان تم هاي شيدايي بيشتر ذهني است و در مسير جذبه وَ سرخوشي دروني منتقل مي شود اما هيجان تمهاي هيجاني بيشتر بروني است و ميل به تظاهر و حركت جسمي دارد .

**تم هاي شاد و فرحبخش :**

تم هايي هستند كه شادماني و نشاط توأم با آرامش و منتقل مي كند . شادابي با سرخوشي تفاوت دارد . سرخوشي توأم با بي تابي وَ هيجان و زمينه هايي از بي قراري است اما شادي ونشاط توأم با ثبات و آرامش است . تم هاي فرحبخش باعث انبساط خاطر و سر زندگي مي شوند . از اين تم ها در بسياري مواقع مي توان به خوبي از آن استفاده كرد زيرا فكر و عواطف را متعادل مي سازد و آرامش و قرار ذهني شنونده را حفظ مي كند .

تم هاي فرحبخش احساس سرزندگي و شادماني براي كار و فعاليت را افزايش مي دهد . براي تقويت روحية افراد يك اجتماع و سرزندگي ونشاط آنها خصوصاً كودكان ونوجوانان ، تم هاي شاد و فرحبخش بسيار مفيد و سازنده هستند . از تم هاي فرحبخش مي توان در پرورش قواي دروني وچون حسي روشن بيني و الهام بهره جست .

**تم هاي آرام بخش :**

تم هاي مطبوعي هستند ، نه تحريك كننده نه غم انگيز نه هيجاني ونه وجد آورند . تم هاي آرام بخش به خاطر ريتم در فواصل وسيع و ارتعاشات موافق آن با استعداد مغز موجب احساس ملايمت و آرامش مي شود . استفاده از پرده هاي اصلي درايجاد اين تم موفق تر است . تم هاي آرامبخش براي آرامش و تمركز بسيار مناسب است . از ملايمت اين تم ها مي توان بهره جست .

تم هاي آرامبخش توازن عواطف تعادل تخيل و وحدت فرايندهاي ذهني را تقويت مي كند وَ از آن مي توان در كاهش بسياري از تنشها استفاده كرد . شنيدن آن بر تحمل مي افزايد و خستگي كار ديرتر به سراغ شنونده مي آيد . استفاده از موسيقيهاي آرام بخش در مكانهاي عمومي و در هنگام كار بسيار زيبا و پسنديده و زينت بخش است زيرا خللي در توجه و تمركز كاري ايجاد نمي كند .

ارائه و اشاعه تم ها و ملوديهاي آرام بخش و فرحبخش نياز اساسي جامعه است و خدمت بزرگي به سر زندگي وَ شادابي و هوشياري مردم خواهد كرد . (توسلي زنجاني ، فاطمه ، 1379) .

**اختراع آلات موسيقي :**

وقتي كه موسيقيدانان مشاهده كردند همراهي آواز بوسيله سازي آنرا غني تر وَ با صداتر مي كند برآن شدند در اجسام مختلف نتهايي شبيه نتهاي آهنگهاي ساخته شده حفظ گشته پديدار شد و همينكه جاي نتي معين شد آنها را پرده بندي كردند وَ بر آنها آهنگ اجرا نمودند .

از زماني كه آدميزاد بوده آهنگهاي شادي و حزن وشور (همه نوع آهنگ) داشته است اول چيزي كه بشر آنرا آلت موسيقي براي بشر است آنهم از روي فكر اختراع نكرده است ، روزي بشري از جنگلي عبور مي كرده يك ني باز بوده وَ باد كه به آن مي وزيده صدا مي داده آنرا گرفته و فوت كرده صدا داده از آن خوشش آمده است و سپس آنرا به مرور تكميل كرده اند . بعد از ني طنبور وَ كمانچه پيدا شده طنبور را به فارابي نسبت مي دهند ولي قبل از فارابي هم بوده است .

در قبرستاني به كلة مرده اي به اين سرو آن كاسة سرمويي چسبيده بود كه در اثر وزش باد صدايي مي داده آن شخص كاسه اي درست مي كند و داخلش ار خالي مي كند و بجاي سيم ابريشم بهكار ميبرد رفته رفته سازها بوجود آمده اند .

تمام دستگاههاي ايراني رومي پاية احساسات معنوي بوجود آمده اند نه روي قواعد علمي كه از كجا بايد شروع شود وَ به كجا ختم شود .مثلاً در ميان آهنگ ، هنگام اجرا يك وقت در يك گوشه اي مي خواهيد تحريري بزنيد از آن حال شور ونشاطي كه دارد پرده را عوض مي كنيد و يك پرده بالاتر را مي گيريد و حال حزن به آن مي دهيد .

مثل اينكه به غذايي چاشني بزنيد به مراتب لذيذتر مي شود . اگر موسيقي رفت روي پاية اقتضاي روح ، هم كيفيت باطنش والاّ آنهم مي شود يك رشته صنعت مثل رشته هاي ديگر آهنگهاي ايران مخصوصاَ آهنگهاي باستاني هميشه توأم است : يك شور دنبالش يك ملايمت يك شادي دنبالش يك حزن و غيره . حالات متضاد لازمة روح است در شيمي و فيزيك هم تا جنبة منفي و مثبت نباشد اثر نمي كند .

**موسيقي داروي شفابخش :**

يكي از اولين كسانيكه بفكر افتاد موسيقي را به عنوان دارو بكاربرد باندهاريت ايرسيورپيانيست مشهور آمريكايي بود وي پس از جنگ دوم جهاني هر روز به بيمارستان ها مي رفت وَ با نواختن پيانو سبب سرگرمي وَ رفع كسالت مجروحين مي شد . او پس از مدتي ملاحضه كرد كه آهنگهايي كه بوسيله او نواخته مي شود در وضع مزاجي بيماران تأثير دارد و پس از آن مطالعات ديگر نغماتي را كه مي نواخت به دو دسته ملايم و مهيج تقسيم كرد وَ پس از آن برحسب نوع بيماري يكي از آنها را مي وناخت وي ادعا مي كرد كه موسيقي مي تواند درحال مزاجي بيماران مؤثر شود وَ سمعي براي معالجات طلبي به شمار مي رود وَ تجارب بعدي ثابت كرد كه اين ادعايي بيمورد نبوده است .

مهمترين مورد قابل ملاحضه كه موسيقي توانست دردي را درمان كند بينا كردن مريد ايرلندي بود كه بر اثر مرگ همسرش به فلج يا صره دچار شده بود نخستين بار كه خانم سيمور براي نواختن پيانو به اطاق اين شخص رفت وي با عدم توجه و بي اعتنايي آهنگها را گوش داد فرداي آنروز خانم سيمور چند ملودي از آثار شوبرت نواخت پس از چندي اين بار علائم خرسندي در چهرة آن بيمار نمايان شد و روز بعد خانم سيمور چند قطعه از آهنگهاي محلي و عاميانة ايرلندي براي بيمار نواخت وَ در همين هنگام بود كه بيمار گفت واي خداي من ، من مي بينم .

در حقيقت نابينايي او بوسيله موسيقي مداوا شد اكنون بيشتر بيمارستان هاي آمريكا مفلو جان را بوسيله موسيقي معالجه مي كنند زيرا ثابت شده كه موسيقي بر اعصاب و اعضاء از كار افتاده بدن تأثير زيادي دارد هر روزه هنگاميكه پرستاران مشغول انجام امور مربوط به بيماران هستند اركستري پنهان از چشم مريض آهنگهاي لازم را مي نوازد و پزشكان وَ پرستاران با دقت اعمال مريض را بررسي مي كنند كه ببينند آيا شنيدن موزيك عضو فلج شده را تكان مي دهد يا نه غالباً اين آزمايش نتايج مثبت مي دهد و تدريجاً پس از يكي دوماه عضو فلج دوباره به كار مي افتد براي امراض خيالي موسيقي مرهمي مؤثر است كسانيكه خوابهاي پريشان يا كابوس مي بينند بوسيله نغمات مخصوص موسيقي به خواب مي روند وَ بي آنكه گرفتار خوابهاي پريشان شوند .

پزشكان آمريكايي اميدوارند كه در آينده معالجه امراض بوسيله موسيقي پيشرفت كلي كند وَ بتواند هر بيماري را بوسيله آهنگ مخصوص شفا بخشد .

امروزه تجربيات بعضي از دانشمندان فيزيولوژيك آمريكايي نشان داده كه حالت و ووضع كلي روحي بيمار در صورتي تحت تأثير قرار مي گيرد كه از هر موسيقي دلخواه استفاده نشود مثلاً بيماري كه دچار غم زدگي باشد بايد ابتدا براي او موسيقي غم انگيز نواخت وَ موسيقي شاد ممكن است حال او را بدتر كند .

براي بيماران هيپومانيا (نوعي جنون) بهتر است از آهنگهاي تند و پر سر وصدا استفاده كرد موسيقي كه متناسب وضع روحي بيمار باشد بيمار را به تدريج به نوع ديگر بيماري هدايت مي كند وَ همين تغيير باعث تغيير حالت او نيز مي شود براي بيماراني كه دچار ترس وَ عدم اعتماد وَ غم زدگي شده اند مي وتوان آهنگهاي محزون نواخت وَ به تدريج آنها را با موسيقي شاد آشنا كرد بيماران عصبي به آهنگهاي جدي حساسيت نشان مي دهند .

انتخاب ساز موسيقي هم مسئله اي مهم است زيرا هر ساز موسيقي طنين و رنگ مخصوص به خود دارد وَ هر يك براي بيماري معيني مناسب است . براي بيماران دپرسيوسازهاي زهي مناسب تر هستند همچنين مشخص شده سازهاي بادي براي بيماراني كه دچار ترس يا حساسيت صدا شده اند نامناسب است .

نوع ديگر موسيقي درماني روش مستقيم است بيمار خود با نواختن سازي با خواندن آهنگي چه در گروه چه تنها به موسيقي مي پردازد و رضايت خاطري كه از اين طريق به بيمار دست مي دهد به بهبودي او كمك مي كند . تحقيقاتي كه از مجرميني كه بعلت مصرف مواد مخدر محكوم شده بودند نشان داد كه همه آنها به موسيقي جاز علاقه زيادي داشتند امّا تحقيقات ديگر معلوم كرد كه از جانب ديگر موسيقي جاز ميل به مصرف مواد مخدر را تشديد مي كند . (نخبه زعيم ، پرينوش ، 1374)

**زيبا شناختي موسيقي ايراني و گونه هاي موسيقي ايران :**

چند دهه است كه موسيقي ايراني در انواع و گونه هاي مختلفي رواج يافته وَ جايگاه خود را پيدا كرده است . گونه هايي كه هر كدام بنا بر ضرورت ادراكي و رواني ، اجتماعي ، اقتصادي وَ بازار تثبيت نشده اند . انواع موسيقي ايراني هر كدام به تفكيك وَ يا تركيب از مايه هاي اصيل ايراني ، غربي و عربي شكل وَ تأثري يافته اند وَ آهنگسازان بزرگي به تصنيف و تكوين آن پرداخته اند تا به امروز كه ونع و سبك غالبي را بوجود آوردند .

در موسيقي ايراني مايه هاي عربي و غربي رواج زيادي پيدا كرده خصوصاً در نوع پاپ ايراني ، مايه هاي ايراني و غربي مخلوط وَ در نوع كوچه بازاري كافه اي مايه هاي عربي وايراني مخلوط شده اند .

درباره انواع موسيقي ايراني ، دكتر ساسان فاطمي پژوهشگر ـ طبقه بندي و نظرياتي را مطرح كرده كه در اينجا بخشهايي از آن نقل به معنا مي شود . نوعي موسيقي مردم پسند از موسيقي ايراني توسط اساتيد بزرگي چون عارف ، درويش خان ، امير جاهد و ... بوجود امد كه به مرور در شكل نازل تري به موسيقي دستگاهي ترانه اي مبدل شد موسيقي كه توسط اركستر سازهاي غربي اجرا مي گرديد و آهنگ سازان وَ نوازندگان برجسته اي كه شاگردان اساتيد بزرگي چون صبا بودند : مانند مهدي خالدي ، جواد و بزرگ لشگري ، علي تجديدي ، همايون خرم ، پرويز يا حقي ، حبيب اللّه بديعي و .... آهنگهاي آن را توصيف كردند و خوانندگاني چون دلكش ، مرضيه ، داريوش رفيعي ، الهه ، پوران ، ايرج ، گلپايگاني و ديگران ترانه هاي آن ار مي خواندند .

نوع ديگري از موسيقي عامه پسند كوچه بازاري در اشكالي از مطربي غزل خواني ، كافه اي توسط آهنگ سازاني چون امير پازوكي وَ قاسم جبلي شكل گرفت كه در بسياري از آهنگهاي آن مايه هاي موسيقي ايراني در تلفيق با موسيقي عربي اجرا شد و خوانندگان چون مهوش ، پريوش ، و معاصريني چون علي نظري ، داود مقامي ، عباس قادري ، جواد يساري ، آغاسي ، معين ، اميد وَ ... ترانه ها وَ اشعار آن را اجرا كردند . شاخه ديگر از موسيقي مردم پسند نوعپاپ ايراني آن است . موسيقي بينابيني از موسيقي غربي و ايراني ، كه در مواردي از مايه هاي دستگاهي چون ماهور ، همايون ، چهارگاه ، دشتي بهره گرفته وَ با سازهاي غربي و اركستري اجرا وَ نواخته مي شود . ترانه ها وَ آوازها بر پايه ملودي ايراني و غير ايراني خوانده شده است .

قابل ذكر است دونوع موسيقي پاپ در ايران وراج دارد : نوع ايراني و نوع غربي كه در نوع غربي آن هيچ عنصر موسيقي ايراني به جز كلمات فارسي وجود ندارد در موسيقي پاپ ايراني آهنگسازاني چون انوشيروان روحاني ، ناصر چشم آذر ، بابك بيات ، و خوانندگاني چون روانبخش ، عارف ]هايده[ و ... به چشم مي خورد .

تفكيك وَ طبقه بندي انواع موسيقي عامه پسند وَ قرار دادن نام آهنگسازان وَ خوانندگان مقوله اي نسبي است . بسياري از آهنگ سازان آثار متعددي در گونه هاي مختلف تصنيف كرده اند كه حالات مختلفي دارد ، اما در كل آثار آنها گرايش مردم پسند دارد . در ميان گونه هاي اشاره شده موسيقي عامه پسند و مطربي و كافه اي نازل ترين فرم به لحاظ صورت وَ محتوا است وَ در مقاطعي از دوره هاي اجتماعي پرشنونده ترين نوع موسيقي در ايران بوده وَ همچنان اين ونع موسيقي (كوچه بازاري و كافه اي) بعد از موسيقي پاپ بيشترين مصرف را در خانه ها و ماشينهاي مردم دارد . موسيقي كه اساس «حال» آن هيجاني و اغواگرانه است .

**موسيقي ايراني وَ حالت هيستريك**

موسيقي عامه پسند در بسياري از آثار بهترين نمود تأثير پذيري و هيجان است و تهيچ موسيقي به گونه اي است كه ذهن را محور وَ مجذوب خود مي كند و شنونده را از تأمل و رابطه ذهني باز مي دارد .

ريتم دذر موسيقي عامه پسند مطربي و خصوصاً كلفه اي عربي متمركز و متوجه غرايز است . موسيقي صرفاً تأثير برانگيز ، اغواگر است زيرا فرصتي براي تأمل و تفكر و شنود واقعي بجا نمي گذارد . در واقع با تحريك گسترده سيستم ليمبيك مغز كه عواطف وَ هيجانات انساني را بر مي انگيزد ، مجالس براي فكر و انديشه نمي ماند وَ ذهن تسخير و فلج مي شود .

در موسيقي شبه اصيل حاضر ، حالاتي از مايه هاي موسيقي ايراني در لحني اغراق آميز و تأثر برانگيز اجرا وارائه مي گردد . هدف آن ايجاد شور و هيجان و حالي فوري است كه در واقع اين برانگيختگي و اغراق مانع و آفت بروز هر گونه توجه فكورانه و صور خيالي مثبت وَ الهام بخش است . همان تأثري كه سراسر موسيقي جذاب و تسخيرگر عامه پسند كوچه بازاري را فراگرفته است .

شكل گيري هر نوع سبك موسيقي ، متناسب با نياز وَ علاقه نوازنده وَ يا خواست و طلب گروه وَ جامعه امري طبيعي و واقعيتي پذيرفتني است هر سبكي به مرور زمان وقتي مخاطبيني و موقعيت اجتماعي خود را پيدا كند رواج و ثبات پيدا خواهد كرد . واقعيت موسيقي شبه اصيل نيز به عنوان يك سبك پذيرفتني است ، مام نكته مهم اين است كه هر نوع موسيقي بايد جايگاه واقعي و طراز واقعي و زيبا شناختي و احساسي خود را در تحول موسيقي ايراني بشناسد و ساختار و تأثيرات خود را بداند . اگر تمايز و تفاوتهاي خود را نداند آنگاه امر مشتبه و شرايط سرگرداني براي خود و مخاطبيني ]كه شنونده آن هستند[ ايجاد مي كند .

آنگونه كه امرزو دوغ ودوشاب مخلوط وقاطي شده است . خصوصاً زماني كه سبك و روشي خود را به عنوا ن تحولي در موسيقي اصيل و راه طرح نو مي شناسد ، در حالي كه تغيير و تحول اساسي آن تنها بروز ملوديهايي (مي باشد ) كه بسته هايي از تأثيرات نوحه گرانه هستند و ذهن در درك تمايزها و مسير واقعي دور مي ماند . (زاده محمدي ، علي ، 1384)

**نقش موسيقي در جوامع ايل عشايري ايران :**

جمعيت عمده اي از ساكنان سرزمين ايران (به تقريب 4 ميليون نفر) زندگي ايلي و عشايري دارند و مفهوم ايل همواره (با كوچ ) همراه است و كوچ همزاد شبانان و رمه گردانها است كوچ به دنبال يافتن مراتع و علفزارها كه طلاي سبز است و همچون مخملي گسترده در زير سمرمه ها آغاز مي شود و در كوچ هزاران مخاطره است و خاطره .... و موسيقي زبان گوياي عشاير است و بيان كننده ي مخاطرات وخاطرات كوچ نشينان ، بيان كنند ي غم ها و شادمانيها وحماسه هاي درگيري انسان با طبيعت و پژواك صداي طبيعت وحشي مناطق ييلاقي وايل راههاي گسترده در سينة بيابانها ، پژواك واكنش هاي عاطفي مردمي كه همزاد آن طبيعت هستند و خمير ماية اين موسيقي وجد و شوري است كه از كوچ شروع و به چشمه سارها خاتمه مي يابد . چرا كه كوچ آواز ماندگاري ايل است . حركتي است به سوي زندگي وبقاء ودرست بازي به فراواني ونعمت كوچ تنها شعر زندگي كوچ نشينان است . همينطور تنها تعامل بقاشان .... و زندگي كه در حركت شروع مي شود ، و در حركت ادامه پيدا مي كند و در حركت تمام مي شود . حركتي كه با آواز غمگينانة كوچ نشين همراه است و شنواي آواز ايل نشين تنها كوهستانها و صخره ها هستند كه قرنها شاهد اين نواها بوده اند .

در نغمه هاي عشاري آنگاه كه نواي ني شباني به گوش مي رسد ، فرياد هي هي گله ها و صداي نالش گاوها و نجواي پر شكوه و حول انگيز رود در كنار سياه پلاسها ي گسترده در سينه ي دشت ها و كوهساران در هم مي آميزد . موسيقي عشايري بنا بر كيفيات جغرافيايي و شرايط قومي وعوامل اجتماعي شكل و مختصات مختلف دارد . ولي در هر صورت موسيقي عنصر جدائي ناپذير از جامعة عشايري است . ناف فرزندان را به نواي طبل و دهل خواهند بريد . مگر اينكه رهرو ايل راهها باشند و غريبانه در كنار تخته سنگي به دنيا بيايند و تكه سنگي از بيابان خدا آنها را از مادرانشان جدا سازد . اما شايد در اين راه نيز غربتي ، بر پوستين طبلها بكوبند وحضور نوزادي و همرهي جديد را در سياه چادرها جبر كنند و بشارت دهند ، چراكه حركت و كوچ ايل دمساز است و اعلام فرا رسيدن بهار وموسم كوچ نيز به مدد موسيقي صورت مي گيرد . سوگ سياوشان كوچ نشينان و مرگ جوان نظر كردة ايل يا عنصر صاحب نام قبيله نيز همواره با گريه وزاري و نواي سُرنا ودهل همراه خواهد شد . ايل نشان درسينة ستبر و فراه خود «مقامات» موسيقي عشايري را حافظ است و آنچه در ستون زير مي خوانيم ، گوشة پائي است از از پايگاه و نقش موسيقي در نزد برخي از كوچنشينان كه هر لحظه اي از زندگي شان حماسه است و موسيقي عشايري را وي صديق اين حماسه ها و حماسه هاي درگيري انسان با طبيعت و جدال كوچ نشينان براي زيستن .

گذري بر لرستان ـ سرزميني كه پيوند تاريخ و انسان و طبيعت را شاهد است ، نشان مي دهد كه لرها در سوگ و آئين مذهبي ، در عروسي و شادماني ، در نامگذاري كودكان ، همه جا بر موسيقي تكيه دارند . در عروسي «ساز» مي زنند وَ در عزاهم در حركت ايل ، در شكار ، در رجز خواني ، براي جنگ وجدال وَ در شب نشيني به زير سياه چادرها وَ خلاصه در همه جا موسيقي همراهشان است . زماني كه ساز و دهل در عزاي جواني نواخته مي شود حتي هر غريبة ناآشنا دلش مي لرزد و اشكش روان مي گردد كه در اين صدا بوي مرگ است و بوي مرگ و الوداع ..... و ايل نشين لري آنگاه كه غمبادي بر گلويش بنشيند و دنيا را براي زيستن تنگ يابد در انزواي كوهستان ـ تنها براي كُوه مي خواند و شنوا يموسيقي جانبخش سر ، بلوطهاي خسته اند وَ صخره هائي كه قرنها شاهد اين صداها بوده اند وَ تنها كوه شاهد است كه هيچ چيز اين آواي اصيل بومي تفاوتي نكرده است .

گرچه قسمت هائي از «مقامات» حفظ شده در سينه ايل نشين سري به باد فراموشي سپرده است . و بالاخره بلوچهاي ككپر نشين خطة بلوچستان تن و روح مريض خويش را به نواي موسيقي شفا مي بخشد خلاصه آنكه موسيقي در تمام موارد زندگي در نزد كلية عشاير ايران يار وهمدم اين چادر نشينان است . يك ضرب المثل عشايري مي گويد ، «... در زير ساية چادرهاي مندرس ، گواراترين غذاها ها قطرات اشك است ، اشكي كه به نواي موسيقي از چشمان حسرت با زن و مرد ايل نشين همراه است . عشاير با موسيقي زندگي مي كند نه اينكه برحسب نفس بدان روي آورند موسيقي عشايري بنيانگر راز طولاني كوچ نشين است ونيازمند بررسي و تفسير عميق مي باشد . (راهگاني ، روح انگيز ، 1377 ، ص 661 ـ 657)

**انقلاب اسلامي و موسيقي ايراني**

در موسيقي صد سال گذشته ، دو تحول بزرگ اجتماعي و سياسي در دو مقطع ، به فاصله 70 سال ، تأثير گذار وجريان ساز بوده است : انقلاب مشروطيت در سال 1286 شمسي و انقلاب اسلامي كه از بهمن 1357 شمسي شروع شد .

در اين هفت دهه ، ملت ايران ، با لطبع موسيقي ايراني تغييراتي شگرف كرد . با انقلاب ايراني موسيقي ايراني (مقصود ، موسيقي ايراني در كانوان هاي شهر نشيني و مرتبط با نهادهاي رسمي و رسانه هاست ) . با عنايت به فرمها و فضاهاي موسيقي پيش از عصر مشروطه و با عنوان بازگشت به سنن و اصالتها ، در جهت وجود احياي فضاهاي مخصوص معنوي سعي كرد . گواينكه هرگز نتوانسته خود را جريان هاي موسيقيايي ايران عصر تجدد دور نگه دارد . برخلاف آنچه كه برخي از افراد ساده انديش عنوان مي كنند ، بازگشت به موسيقي سنتي ما به معني بازگشت به عصر قاجار نيست . بلكه توجه به فضاهاي معنوي و زيبايي هاي متعالي و اجراهاي هنرمندانه اي است كه پيش از نفوذ كامل جلوه هاي غربي در هنر ايران وجود داشته و با آخرين يارقه هاي آن در عصر ناصري و اواخر قاجاريه بوده است .

محصول مستقيم انقلاب اسلامي در موسيقي به تصديق دوست و دشمن ، پاك كردن و پيراستن فضاي عمومي جامعه از سروصدايي بود كه با عناوين مختلف ذهن و روان مردم را آلوده كرده بودند . سايت هاي استعمالي از خارج كشور و ندانم كاريهاي رژيم شاهنشاهي در عرصة فرهنگ و هنر نيز به دلزدگي مردم دل آگاه و فريخته گان از موسيقي ، دامن زده بود . زمينه هاي حركت بازگشت به اصالت هاي قديمي از اواسط دهد 1340 شروع شده بود و در دهه 1350 ثمرات نيكو داشت . ولي در آن فضاي ابتذال جامعه نمي توانسن كار ساز باشد . فضا از موسيقي هايي سرگرم كننده اشباع شده بود و جاي خالي موسيقي اي كه با ساخت دروني فضاهاي معنوي وتفكر تاريخي مردم ايران هماهنگ باشد محسوس مي نمود . متأسفانه فضاي پيراسته اي كه بعد از انقلاب براي موسيقي درست شده بود ديري نپاييد . تفكيك درستي بين انواع موسيقي انجام نشد و نوع مبتذل و غير مبتذل در مدت زماني طولاني همه به يك چوب رانده شدند .

بسياري از موسيقي دانهاي خوب ، جلاي وطن كردند و بعضي ديگر خانه نشين شدند و راه براي فرصت طلبان كم مايه و كم استعداد باز كردند . از سال 1376 با رسميت بخشيدن به موسيقي بشر پاپ (كپي برداري شدة ضعيف از مدلهاي پيش از انقلاب) . و توسعه بخشيدن آن از سوي صدا وسيما آخرين زمينه ها براي رشد و تعالي موسيقي سنتي و دستگاهي ايران از كف رفت و هرج و مرج موسيقيايي شيوع پيدا كرد .

سخنان اخير مقام معظم جمهور بويژه تذكر به سازمان صدا و سيما نشانه اي است از اينكه دولت جديد در پي بازجست ارزش هاي فراموش شدة انقلاب ، بازگشت به اصالت هاي فرهنگي و پرهيز از موسيقي نوع مصرفي (غربي يا شرقي) است .

موسيقي دانان ما با بخشش درست و فرهنگي موسيقي غرب مشكلي ندارند و انواع موسيقيهاي مصرفي را نيز براي تعادل رفتاري ورواني جامعه لازم مي داند ، اما ، آنچه بر آن اصرار دادرند اين است كه به بخشش اصيل و جوي موسيقي ايراني كه همان سنت دستگاهي تك سراعي و بداهه سراعي است بي اعتنا نشود و از موسيقيدانان جوي و مسئول كه عمر وجواني اشان را در اين راه صرف كرده و خود را از افت فرصت هاي چشم فريب و مطرب فقيهاي شايع ، دور نگه داشته اند حمايت نمايد . عالي ترين جلوه هاي تفكر مذهبي و مترب عرفاني اصيل ايرانيان را در موسيقيهايي دستگاهي و تمامي آنان مي توان شنيد و غفلت از اين سرمايه فرهنگي به مشابه خسراني عظيم است . (مهدوي ، رضا) .

**ادبيات ايران وامدار موسيقي عرفاني است**

سالهاست كه گروههاي مختلف موسيقي عرفاني در ايران فعاليت مي كنند . گروه هايي بطور مستقل و تنها به اجراي اين قطعات مي پردازند . گاهي هم گروههاي موسيقي سنتي به شكل پراكنده قطعاتي را در اين قابل اجرا مي كنند . اما چند سالي است كه علاوه بر گروههاي سنتي ، گروههاي موسيقي پاپ هم كارهايي در اين زمينه انجام داده اند .

آنچه موسيقي را مقدس وا رجرگر ارزشهاي والاي انسان ، نمايان مي كرد ، حضور آن در مراسم راز ونياز و نيايش

و ابراز احساسات باطني و حقيقت جويانه بوده با اينكه ايرانيان سابقه طولاني وبسيار بيشتري در موسيقي نسبت به مسيحيان دارند ، اما با آمدن اسلام و رسميت يافتن مذهب در ايران ، موسيقي ايراني ، شكل و تمايل مذهبي و عرفاني به خود مي گيرد كه پيش از ورود اسلام در آن كمتر ديده مي شد .

در موسيقي مراسم مذهبي ايران باستان كه بيشتر در فانقاه ها ، مساجد و اماكن مذهبي ايراني باستان برگزار مي شد ، شيوخ و عرفا همراه با آن به سير و سكوت و گاه حتي فراگيري علم و دانش مي پرداختند . حتي صفويان براي راز ونياز متوسل به آلات موسيقي مي شدند .

زمانيكه در مجالس سير و سكوت عارف ابوسعيد ابوالحيز موسيقي نواخته مي شد ، بالاترين تأثيرات بر موسيقي عرفاني ايراني گذاشته شد و تم موسيقي عرفاني از مهان روزها در مراسم شكل گرفت .

مولانا جلال الدين بلخي ، از افرادي بود كه در اين مراسم حضور چشمگير داشت و موسيقي في البداهه و ارتباط دروني آن با روح وي كلمات را بر زبان او جاري مي كرد . و مدتي كه در اجراي گروه موسيقي و حالي كه بر اثر موسيقي بر آنها مستولي مي شد ، نوعي احساس تعالي را جلو گر مي كرد بر بسياري از هنرها تأثير گذار بود . در ساعات مراقبه نيز از ذكر اين آوازها و نواها و تصانيف بهره گرفته مي شد و جانب است كه بسياري از اين نواها ، پس از سالها در جرگر موسيقي فولكور ايراني جلوه گر شده است و تا به امروز شايد خيلي ها ندانند كه اصل اين ملودي ها برگرفته از موسيقي عرفاني ايراني است .

به هر روي دليل آفت اين موسيقي را در پس اين پيشينه درخشان بايد بيش از آنكه در اجراي موسيقي عرفاني ايران جست وجو كرد ، در شنونده چيست .

قطعاً تا زماني كه روح حقيقت طلبي و عشق وجود دارد ، ريته هاي موسيقي عرفاني بارور خواهند بود و به حركت خود ـ حال به هر شكل و شمايل ادامه مي دهند ، اما چه بهتر است كه با استفاده از توستر قدما و روزهاي درخشان پيشين ، طرحي نو بر اندازيم و خاك را از آينه موسيقي عرفاني ايران پاك كنيم . (سايت اينترنتي)

**اسلام و موسيقي**

خداوند متعال در وجود انسان نيازهاي قرار داده كه بايد به صورت صحيح پاسخ داده شود اگرنه اجازه نمي دهند كه او با آرامش و راحتي به زندگي خويش ادامه دهد . از جمله بارزترين آنها اين است كه خداي مهربان بشر را فطرتاً خداجو آفريده و برهمين اساسي است كه هميشه گمشده اي دارد كه بدنبال ا و مي گردد .

مانند تشنه اي كه مدام اين طرف و آن طرف مي دود تا سيراب شود و اگر آب زلالي نيابد تشنگي اش زياد مي شود فلذا حتي ممكن است با آب گل آلود يا آب شور هم متمسك شود تا شايد نيازش برطرف شود . و چه بسا در جهت رسيدن به تنها گمشدة خود فريب سرابهاي زيادي را بخورد ، هر كس در اين دنيا به دنبال هر چيزي مي رود در حقيقت بدنبال محبوب خويش ، يعني خداي مهربان مي گردد هر چند متوجه نباشد . و از چيزهايي كه امروزه جوانان از آن بسيار استقبال مي كنند و بدون اينكه خود بدانند در بين فصول آن خداي خود را مي جويند ،‌موسيقي است .

احكامي كه در اسلام وضع شده است بر 5 قسم مي باشند : واجبات ، محرمات ، مستحبات ، مكروحات ، مباح . هر كدام از اين احكام كلات ها و فلسفه هاي مخصوص به خود دارند . يعني خداي مهربان بر اساس مصلحت ها يا مفسده هايي كه از ارتكاب يا ترك بعضي اعمال داشته اند آنها را واجب يا حرام يا مستحب يا مكروه و يا مباح كرده است بدون اينكه خود هيچ گونه نيازي داشته باشد و يا از عمل ديگران منتفع يا متفرر شود . به اين ترتيب كه اموري كه مصلحت قوي اي داشته اند و انجام آنها براي انسان بسيار لازم بوده است واجب و آنهايي كه مفسده بزرگي داشته اند به انسان مرز قابل توجهي وارد مي كرده اند ، حرام ناميده شده و در مقابل كارهايي كه انجام مصلحت كمتري يا مفسده نه چندان بزرگي داشته اند ، به ترتيب مستحب و مكروه نام گذاري شده اند و كارهايي كه مفسده يا مصلحت خاصي نداشته اند و يا سود و ضرر آنها مساوي بوده مباح دانسته شده اند ، بنابراين اگر در شرع مقدس استماع بعضي از انواع موسيقي (موسيقي تند و تحريك كننده) حرام اعلام شده ، نه اين است كه خداوند خواسته انسان را از لذتي محروم نمايد بلكه مفسده هايي بر آن ترتيب بوده كه به خود شخص ضررهاي زيادي وارد مي كرده فلذا نهي شده است .

لذا در اينجا به بعضي از مطالبي كه از نظريات تعدادي از دانشمندان و روان پزشكان پيرامون موسيقي گرفته شده اشاره مي شود : موسيقي از آنجايي كه از يك سلسله صداهاي محرك مصنوعي تشكيل شده ، ضررهاي جسمي و روحي اي به دنبال دارد كه به بعضي از آنها ميان مي شود كه البته اين آثار ناشي از بهم خوردن تعادل اعصاب سمپاتيك و پاراسمپاتيك بدن انسان مي باشد .

اختلال در اعصاب انسان باعث مي شود كه جذب غذا به بدن و هضم آن ، ضربان قلب ، فشار خون از حالت طبيعي خارج شده و به خوبي انجام نمي گيرد . و همچنين به نسبت استماع موسيقي و در نتيجه از بين رفتن تعادل اعصاب ، فرد به بيماريهايي از جمله سردرد ، افزايش فشار خون ، كم خوابي يا بي خوابي ، عصبانيت هاي بيجا ، تحريك شهوت و .... مبتلا مي شود .

ضررهاي ناشي از موسيقي هاي محرم و حرام محدود به موارد فوق نمي شوند و آثاري هم بر روي شخص مي گذارند كه به ذكر چند مورد كه اكثر از نظريات دكتر معروف آلكسيس كارل اقتباس شده اكتفا مي شود :

ضريب هوشي افرادي كه به وفور موسيقي گوش مي دهند كاهش مي يابد و دچار نوعي خمودگي و افسردگي روحي مي شوند . از ديگر عوارض منفي آن ، سستي اراده است كه بر اثر همين سستي اراده بي نظمي در زندگي شخصي مشهود مي باشد .

ـ مواردي كه ذكر شد نمونه هايي از مفسده هاي ناشي از موسيقي هاي تند حرام است كه البته محدود به اينها نمي شود . آرامشي هم كه از گوش دادن به چنين موسيقي حاصل مي شود يك نوع آرامش كاذب و زودگذر است كه بعد از اتمام آن از بين رفته و ناراحتي هاي فرد مراجعت مي كنند دقيقاً مانند استفاده از مواد مخدر كه براي لحظاتي انسان معتاد را از عالم خارج و حقايق زندگي اش غافل مي كند و در اثر آن يك آرامش را حس مي كند ولي بعد از اتمام مصرف باز به حالات قبلي خود دچار مي شود . اين در حالي است كه حقيقتي كه قرآن آن را به عنوان آرامش دهنده واقعي معرفي مي كند چيزي نيست جز ياد خداوند متعال كه : الابذكر ا... تطمئن القلوب (سايت اينترنتي)

**بيست و دومين گناه كبيره**

موسيقي بيست و دومين گناه كبيره است ، سرگرمي با آلات موسيقي از قبيل تار ، كمانچه ، پيانو ، طنبور و امثال آن حتي گوش دادن به آهنگ آنها از گناهان كبيره است و خريد و فروش آلات موسيقي به اتفاق همه علما حرام و از بين بردن آنها واجب است .

پيامبر اكرم (صلي الله عليه و آله و سلم) فرمود : نواختن موسيقيو گوش دادن به آهنگ آن نفاق را در دل مي روياند و اگر چهل روز در خانه اي ساز و طنبور نواخته شود غيرت و حيا از صاحب خانه گرفته مي شود به گونه اي كه هر چه به او بگويند باك ندارد .

نهي شديد پيامبر (صلي الله عليه و آله وسلم ) از رقص : امام صادق (عليه السلام) از جدش پيامبر اكرم (صلي الله عليه وآله و سلم) روايت مي كند كه فرمود : من شما را از رقصيدن و نوازندگي با آلات لهو از قبيل ني زدن و طبل كوبيدن و نواختن سازها نهي مي كنم .

**نگاهي به موسيقي مذهبي امروز**

موسيقي مذهبي ايران ، همانند ساير پديده هاي فرهنگي بومي ، علاوه بر قدمت و پيشينة آن و ضمن ارتباط عميق و گسترده با ساير مظاهر فرهنگي ، از تنوع، پويايي و مباني زيبايي شناسي فرهنگ سنتي بهره مند است . نمونهاي مختلف اين موسيقي ايراني نظير آواهاي تعزيه ، مصيبت ، مرثيه ، دعا و مناجات و نوحه به لحاظ فرهنگي و موسيقيايي ، از جمله موارد با اهميت در شناخت فرهنگ شنيداري مردم اين سرزمين اند .

تا چند دهة پيشين مجريان اين نوع موسيقي ايراني در مقياسي وسيع (سراسر ايران) دو دسته بودند . دستة اول كه در نقاط شهري و مثلاً پايتخت به اجراي انواع آوازهاي مذهبي مي پرداختند . از اساتيد و بزرگان آواز محسوب مي شدند كه با تسلط و آگاهي كامل نسبت به روايت آواز موسيقي ايراني ، با توجه به متن مذهبي مورد نظر ، الحان مناسب آن را مي خواندند .

دستة دوم مجريان آوازهاي مذهبي در نواحي و مناطق مختلف ايرانند . در ميان اين گروه ، گرچه افرادي و مناطقي يافت مي شود كه با رويكرد دستة اول به موضوع مي پرداختند ش.شتر و دزفول متالهاي خوبي براي طرح موضوع است ـ اما بسياري از خوانندگان نغمه هاي مذهبي مناطق به مفهوم وسيع كلمه با كلّيات و ساختار آواز موسيقي ايراني آشنايي چنداني نداشتند .

امروزه كه در محيطها ي شهري كلان ، شاهد فراموش بخشي اول هستيم ، با رجوع به آواهاي مذهبي مناطق ايران ، با حجم گسترده و عظيمي از الحان مذهبي روبرو ايم . نوحه ها با عنوان شاخص ترين آواهاي مذهبي كه داراي ريتم مشخص هستند ، با پيچيدگي ملودي وريتم و ارتباط درون فرهنگي و ساختاري خود به لحاظ زيبايي شناسي نيز بسيار واجد اهميت اند .

اما امروزه ، به دلايل متعدد فرهنگ شنيداري مردم ايران ، علاوه بر مخدوش شدن ، رو به كثرت عام پسندي گزارده است . اين پديدة نا به هنجار رو به گسترش ، شامل آواهاي مذهبي وبه خصوص نوحه ها شده است . در پايتخت ايران از سالها قبل يك جريان جديد راه اندازي شد كه با اهداف خاص ، اجراي نوحه ها را سازمان دهي كرد . اين جريان با شعار جذب جوانان ، ارتباط گسترده در لايه هاي اجتماع ، امروزي كردن نوحه ها و مسائلي از اين دست ، رويه اي را اتخاذ كرد كه مي توان به «ناهنجاري صوتي فرهنگ نوحه » ها تعبيرش كرد . اين رويكرد را در ساير حوزه ها تجربه كرده ايم .

سينما و موسيقي پاپ دو عنصر پر مخاطب اين رويدادند .

از ساليان قبل برخي سياست گذاران و مجريان فرهنگي حوزة سينما و موسيقي با اين فكر خام كه ما مي توانيم با الگو سازي از سينماي هاليوود و موسيقي پاپ خارج از كشور محصولاتي داخلي توليد كنيم كه مخاطب داخلي جذب آنها شوند ، به اين مسدله دامن زدند .

به ناگاه ساخت فيلمها و موسيقيهايي آغاز شد كه كپي ناقصي از آثار مورد اقتباس بود . در حوزه موسيقي كپي برداري از آثار موسيقي لس آنجلسي به جايي كشيده شد كه تقليد و صدا يك حركت فرهنگي محسوب شده و هر خواننده اي بهتر تقليد صدا مي كرد ، موفق تر بود . مردم و به خصوص جوانان نيز با هر ايده و فكري البته اوايل از اين حركت استقبال فراوان كردند ، اما تب آن هم فروكش كرد . بله ما براي جذب مخاطب ، سُرنا را از سر گشاده نواخته ايم ! به جاي توليد فكر ، گسترش فرهنگ ، دادن آگاهي از پيشينة فرهنگي و آشنايي نسل جوان با حجم عظيم و تنوع فرهنگ صوتي مردمان ايران ، او ار وادار به دوباره شنيدن صداهاي بي هويت اما آشنا كرديم .

رويكرد اتخاذ شده كه قلب فرهنگ شنيداري و عميق مردم اين سرزمين را نشانه رفته و وجوه عظيم فرهنگي اين مردامان را ناديده انگاشته بود ، اين بار به سراغ آيين اعتقادي مردم و مراسم سوگواري آماده بود . نوحه ها كه جايگاه ويژه اي در مراسم سوگ به خصوص در ايام محرم و صفر دارند با ديدگاه پيش گفته مورد هجوم و تاخت و تاز انواع بي هويتي از صداها و آواهاي عامه پسند قرار گرفته اند .

در چند سال اخير كار اين گروه به آنجا كشيده شد كه با استفاده از انواع ترانه هاي كوچك بازاري و حتي تركي استانبولي و با گذاراندن شعري مذهبي روي ملودي اخذ شده از سطحي ترين انواع موسيقي هاي عامه پسند به جمع رو به گسترش اين طيف دامن زدند .

نكتة تأسف بار ، حمايت چند جانبه رسانه ها به خصوص راديو و تلويزيون و بسياري از مراكز مهم مذهبي از اين افراد است . پخش مكرر و مجدد صدا و توليد و بي شمار CD هاي صوتي و تصويري اين جريان سبب شده تا نه تنها فرهنگ عميق ، كهن و اصيل نواهاي مذهبي در مراكز مهم شهر نشيني و پايتخت مورد هجوم واقع شود ، بلكه اين جريان يكسو يه كهتنها در يك جهت گوش و قلب مردم را نشانه رفته به ساير مناطق ايران نيز نفوذ كند تا آنجا كه در يك سال گذشته ، شاهد جريان رو به گسترش فرهنگ صوتي نازل و سطحي عامه پسند در نوحه هاي مذهبي به خصوص در ميان جوانان سراسر نواحي ايران بوده ايم . (سايت اينترنتي)

**موسيقي الكترونيك**

تركيب ذوق و خلاقيت انسان و امكانات تكنولوژي باعث بوجود آمدن موسيقي الكترونيك مي گردد . اين تلفيق اجازه توليد صداهايي را به ما خواهد داد كه در موسيقي غير الكترونيك يعني اكوستيك نمي توان به آنها دست پيدا كرد .

در واقع در موسيقي الكترونيك واقعي 1 هرگز از صداهاي اكوستيك واقعي استفاده نمي شود . صدا يا از پايه توسط مدارهاي الكترونيكي توليد مي شود . (مثل انواع Digita synthesizer يا Analoge synthesiher ) و يا صداي ساز طبيعي شده ، بنا به علاقه آهنگساز و تحول در آن بوجود مي آيد .

در روش ديگر با برداشتن صدا از روي يك ساز آكوسيتك و سپس به صدا در آوردن آن توسط يك ساز الكترونيك در محدوده اي خارج از محدوده طبيعي آن ساز يا صداي انسان به نمونه اي از صدا مي رسند كه هرگز در حالت آكوستيك نمي توان به آن دست يافت .

مثلاً klavs sahvls آهنگساز آلماني كه در كارهايش از صداهاي خارج از وسعت صداي خواننده و گيتار الكتريك براي قطعاتش استفاده مي كند . با در يكي از قطعات wendy catlos ملودي توسط يك صداي طراحي شده اجرا مي شود كه در ابتدا به صداي ابوا و بعد به صداي وينسل تبديل مي گردد .

كاملاً مشخص است كه انجام چنين كاري با استفاده از سازهاي اكوستيك امكان پذير نيست و به عبارتي مي توان گفت موسيقي الكترونيك ادامه جنبش آوانگارد در موسيقي مي باشد مي باشد به همين دليل آهنگ سازان در قيد و بند شناخته شده و ثابتي از نظر سبك و فرم اكوستيك بودن موسيقي نيستند .

[[5]](#footnote-5)

منابع صوتي در موسيقي الكترونيك بسيار زياد و متنوع هستند و همچنين محتواي هارمونيك صداها قابل تنظيم و برنامه ريزي هستند از يك موج سينوسي يا فركانسي ساده كه خصوصيات هارمونيك ندارند تا بهترين و عالي ترين صداي ممكنه را مي توان بوسيله سازهاي الكترونيك توليد كرد .

ساخت و طراحي صدا (صداسازي) بخشي مهم از توليد موسيقي الكترونيك را شامل مي شود و آهنگساز صداي مورد دلخواه خواه را علاوه بر آهنگسازي بايد توليد كند . مطلب ديگر آن كه در اكثر موارد موسيقي الكترونيك را نمي توان كاملاً بصورت نت نويسي شده به روي كاغذ منتقل كرد ، آن هم به اين دليل مي باشد كه براي اصوات توليد شده مانند صداي باد ، درخت و ... نمي توان نت يا علاقي در نظر گرفت كه همين نشان مي دهد كه موسيقي الكترونيك بيشتر موسيقي اجرائي يا به عبارتي بداهه و در آخر اين كه موسيقي الكترونيك محدوديتها و سختيها اجرا بوسيله انسان را ندارد ، چرا كه سازهاي الكتريك مانند انسان نه خسته مي شوند و نه نفس مي كشند و... تنها محدوديت ها فضاي تخيلات و تصورات آهنگساز مي باشد .

از جمله آهنگسازان موسيقي الترونيك مي توان به افرادي چون klavs schvlze ، ferrvccio bvsonic wendy carlos ، Thaddevs اشاره كرد ! (سايت اينترنتي) .

**موسيقي متال**

دربين گونه هاي متنوع موسيقي تنها گونه اي كه منتقدان بسياري جلويش مي ايستند و عقيده ي راسخي دارند كه اين گونه موسيقي بر روي روان انسان تأثيرات منفي مي گذارد و انسان ها را به جنون هاي آني ، ناهنجارهاي رواني و نهايتاً خودكشي مي كشاند موسيقي قال و البته بعضي از گونه هاي خشن ترِ موسيقيِ راك است .

به موسيقي متال ، لقب موسيقيِ روان خراش داده اند ! تازه اين نهايت لطفشان به اين گونه موسيقي ست . چون هستند كساني كه اصلاً قال را موسيقي نمي دانند و به كل موسيقي ِ راك (كه قال يكي از زير شاخه هاي آن است ) سرو صدا مي گويند .

رديف هاي سرد و كوبنده ي گيتار بيس ؛ جيغ هاي بنفش گيتار الكتريك همراه با فريادهاي هولناكِ خواننده و در افرِ متنوع و سرعتي اين نوع موسيقي كه بيشتر از هر چيز حسي از بدويت به شنونده القاء مي كند و ده ها ويژگي ِ منحصر بفردِ متال باعث شده كه هر كس نتواند اين موسيقي راحتي براي ثانيه هايي تاب بياورد !

كارش هم نمي شود كرد ! متال اينطور است ! خشن ، پيچيده ، سياه و تعرض ! اگر جز اين باشد متال نيست . تأثيرات موسيقي قال (البته به تنهايي و بدون كمكِ مخدرهاي روان گردان ! ) مخصوصاً بر قشر جوان آنچنان شديد است كه مي توان گفت هر جا كه يك متال باز وجود دارد حداقل يك نفر ديگر هم هست كه با وحشت و انزجار به كل ماجرا نگاه مي كند و با هر وسيله كه شده سعي مي كند او را از اين «ديوانه باتري ها» برهاند .

البته بايد اين مهم را در نظر گرفت كه موانع متعددي كه مقابل موسيقي متال مخصوصاً در كشور ما ، ايران ، وجود دارد اين موسيقي را مطرح تر مي كند و به مسايل تنش زا و تأثيرات نابهنجارِ آن دامن مي زند .

منتقدان ِ اين موسيقي مي گويند موسيقي قال باعث ناهنجاري هاي رواني ، اجتماعي و خودكشيِ قشر جوان مي شود . اما توجه نمي كنند كه نه موسيقي و نه هيچ هنر و نه هيچ چيز ديگري بجز آفرينندة ما نمي تواند چيزي را از «هيچ» خلق كند ! همانطور كه مطالعه آثار صادق هدايت يا يك فيلسوف نيهيليست هر كسي را به خود كشي نمي رساند موسيقي متال نيز هيچ جوان نرمال و درست و حسابي را به مواد مخدر يا خودكشي متمايل نمي كند .

شعر نيز در موسيقي متال نيمي از تأثيرگذاري را بر عهده دارد و چه بسا تمركز زياد روي اشعار پوچ گرايانة برخي از گروههاي خطرناك باشد . اشعار در موسيقي متال با اعتراض به ناهنجاري هاي سياسي ، نژادي خانوادگي و غيره همراه است و اشعار عاشقانه جايي ندارد و يا ناخودآگاه به چند عاشقانه هايي بسيار تلخ و نوميد كننده و كنايه آميز تبديل مي شوند . البته نبايد پنداشت كه اين موسيقي بجز نااميدي و سياحتي چيزي براي عرضه به مخاطبِ خود ندارد ! متال به همان اندازه كه نااميد مي كند و همان اندازه هم به فكر وامي دارد و اميد مي دهد . موسيقي متال مي كوشد اشتباهات جمعي و فردي را با ملودي كه ويژگيِ موسيقي متال ، چه در موسيقي و چه در موسيقي و چه در اشعار ، است به انسانها گوشزد كند و آنها را از خواب غفلت بيدار كند .

بيشتر اشعاري كه هم اكنون در گروه هاي متالِ دنياي غرب خوانده مي شود گاه دربارة سياستمدارانِ فريبكار ، گاه دربارة مذهبِ رياكارانه وگاه نيز در مورد اشتباهات و غفلت هاي انسانِ خوشگذران و هوي وهوس است ، كه باز هم صد البته نبايد با اين حرف كه اينها فقط ، مشكلاتِ دنياي غرب است از چنگ اين موسيقي فرار كرد ! چه بسا اين مشكلات در ما بيشتر از غربي ها باشد !

تمركز روي موضوعات آزاردهنده و تفكر بر انگيز پايه و اساسِ اشعار قبال است . و اين را هم گفتيم كه زياده روي در هر موضوعي مضر است . سپس تمركز در اين اشعار كه از موضوعات سنگين و سياه آكنده اند مي تواند بخصوص انسانهاي حساس را حساس تر كند و گاه نيز آنها را به سوي مأفي سياه آكنده اند مي تواند بخصوص انسانهاي حساس را حساس تر كند و گاه نيز آنها ر ابه سوي مأفي براي تسكينِ حساسيتشان بكشاند . اين مأمن مي تواند مذهب و معنويت و محبت و مهرباني به اطرافيان و تلاش براي رفعِ اشكالات دنيا باشد و يا مواد مخدر ، الكل يا خود ويرانگري و خود كشي ! انتخابش ديگر با خود شنونده است .

پس مي توان متال گوش كرد ولي خودكشي نكرد . (سايت اينترنتي)

**كاركرد موسيقي در پزشكي**

پژوهشهاي گوناگون و معتبري صورت گرفته است كه تعدادي از آنها بر روي علائمي چون ضربان قلب ، فشار خون ، دردهاي گوناگون ، تنفس ، واكنشهاي پوستي ، هورمونهاي آدرنالين ، پرولاكتين ، كورتيزول ، امواج مغزي ، كتكولامين ها ، استروئيدها ، الكتروميوگراف ، عوارض جانبي داروها ، مدت استفاده از داروها و مدت بستري بودن و بسياري موارد ديگر متمركز بوده است .

به طور كلي اهداف درماني اين پژوهشهاي موسيقيايي را مي توان در هشت محور عمده خلاصه كرد :

پيشگيري ، آموزش و يادگيري ـ كاهش دردهاي گوناگون پزشكي و دندان پزشكي ـ كاهش تنشها و نگراني ها ي ناشي از جراحي آسيبها و بيماريها ـ توان بخشي بعد از جراحي آسيب ها و تصادفات كاهش خستگي حاصل از تنوسهاي عضلاني (گرفتگي هاي عضلاني) و كاركرد ماهيچه ـ كاهش عوارض داروها ـ كاهش مدت استفاده از داروها ـ كاهش طول مدت درمان بستري بودن .

علاوه بر تأثيرات درماني ياد شده موسيقي مي تواند براي ارتقا برخي از فاكتورهاي رفتاري در افراد سالم مؤثر واقع شود . مثلاً در صنعت از دوش موسيقي براي افزايش بازده توليد و آرامش رواني كاركنان استفاده مي شود . تأثيرات انواع موسيقي بر فرايندهاي حافظه يادگيري ، دقت ، ادراكات حسي ، سيستم اعصاب حركتي و ..... نمونه هايي از اين مقوله اند .

پژوهشهاي انجام شده درباره حس آميزي رابطه متقابل تأثيرات رواني برخي از نت ها و گامهاي موسيقي را با رنگهاي مختلف آشكار مي سازد . مثلاً روان پزشكان رنگ قرمز را به گام دوماژورو رنگ سبز مايل به آبي ر ابه گام دوماژور نسبت داده اند .

موسيقي در زمينه شناخت و كمك به رفع مشكلات رفتاري نيز كاربرد فراواني دارد و اين تغييرات رفتاري خاصه در سنين رشد و كودكي حائز اهميت است و علت اين تأثير گذاري اين است كه هنر به طور كلي و در لين جا موسيقي با توجه به بار عاطفي آن به عنوان نوعي وسيله تخليه رواني و كاربرد مي شود و كودكاني كه دچار تنش و فشار رواني هستند با برون فكني فشارها و هيجانات از طريق موسيقي ، به حد مطلوب هيجان و آرامش دست مي يابند . به استثناي مواردي كه مشكل كودك ريشه جسمي يا ارگانيك (اندامي) دارد تأثير موسيقي در رفتار كودك در مقايسه با ساير شيوه هاي ديگر از جمله دارو درماني موفق تر بوده وبيش از هر روش ديگري در تعديل رفتارهاي كودك مؤثر است اگرچه در مورد نقصهاي ارگانيك نيز نقش موسيقي را نبايد از نظر دور داشت .

مهم ترين ويژگي ارتباطي موسيقي جنبه غير كلامي آن است كه مي تواند در درمان اهميت اساسي داشته باشد . موسيقي واسطه با ارزشي براي ايجاد ارتباط مجدد با واقعيت در مورد افرادي است كه از واقعيت و اجتماع بريده اند (بيماران اسكيزوفرني) . موسيقي نوعي محرك احساسي قوي و تجربه اي چند حسي است : تحريك شنوايي از طريق اصواتي كه شنيده مي شوند تحريك لمسي از طريق ارتعاشاتي كه قابل احساس هستند و نيز تحريك بينايي توسط اجراي زنده آن . بعلاوه موسيقي بعنوان انتقال دهنده اطلاعات ، انتقال دهنده تقويت كننده ها و زمينه اي براي يادگيري و انعكاس مهارتها نيز مي تواند مورد استفاده قرار گيرد . (سايت اينترنتي)

دكتر داريوش صفوت موسيقيدان برجسته معاصر نقل مي كرد كه مرحوم عبدالحسين شهنازي بيست دقيقه در كنار بستر بيماري كه پزشكان از او قطع اميد كرده بودند سه تار نواخته و پس از بيست دقيقه حال بيمار بهبود يافته و خطر رفع شده است .

به گفته پژوهشگران مركز پزشكي نيويورك ، شنيدن موسيقي هاي كلاسيك و حتي موسيقي جاز موجب كاهش اضطراب و افزايش تحمل درد بيماران مي شود . (عبدالهي ، 1370 ، نينكو ، 1991)

**كاربرد موسيقي در فيزيوتراپي**

اعمال كه باعث از بين رفتن درد مي شوند ، بطور اوليه تكنيك هاي modulation حسي هستند و عمدتاً جنبه فيزيكي درد را درمان مي كنند . فيز يوتراپي مرسوم ، يك درمان فيزيكي است كه هدفش بهبود كيفيت مراقبت هاي بهداشتي مي باشد . بهر حال ، ما بايد بدنبال دستيابي به روش هاي كلي تري و همه جانبه براي درمان باشيم . ترويج موسيقي بعنوان جزي از درمان ، نه تنها ابعاد روانشناختي درد را مورد توجه قرار مي دهد ، بلكه ما را قادر مي سازد كه ديدگاهي جامع تر در مراقبت از بيمار داشته باشيم . مهار درد با رسيدن رو تحريك حسي بطور همزمان به مغز افزايش مي يابد . Melzack & wall فكر مي كردند كه سلولهاي بينا بيني T در سيستم عصبي مركزي تحت تأثير عوامل زيادي قرار مي گيرند . استفاده از موسيقي ، همانگونه كه منجر به آسودگي و كاهش ميزان ترس و افسردگي مي گردد ، مهار درد را نيز افزايش مي دهد . بعلاوه ، تمركز كاهش يافته و خاطره هاي ناخوشايند قبلي محو مي شوند .

در همين زمان ارتباط بين بيمار و درمانگر در فشارهاي عصبي و ترس ، قويتر مي گردد . علاوه بر اين ، موسيقي موجب افزايش اندورفين ها در مغز شده كه خود باعث تغيير خلق مي شود و نهايتاً در تقابل با رفتارهاي منفي عمل مي نمايد مبنا براين موسيقي موانع و سدها را بر مي دارد و اجازه مي دهد كه تكنيك هاي رفع درد درمان فيزيوتراپي از اثر بيشتري برخوردار باشد .

و از نتايج تحقيق روشن است كه اين شروع يك استفاده وسيع و بسيار مفيد از موسيقي بعنوان يك وسيله در حوزه فيزيوتراپي مي باشد ، خصوصاً در مواردي كه مشكل بيمار درد و اضطراب است . موسيقي مي تواند در ميزان بهبودي كمك كننده بوده و بنابراين در ذخيره وقت و هزينه موثر باشد . تغييرات معني داري در تجربه درد توسط بيمار در اولين روز درمان ديده شد . گروه مورد آزمايش كه هم فيزيوتراپي و هم موسيقي براي درمانشان استفاده شد ، در روز بعد از درمان ، درد خيلي كمي را گزارش كردند .

بعلاوه گروه مورد آزمايش در روز چهارم شروع درمان ، بطور معني داري شدت درد كمتري را حس مي نمودند . با ناباوري ديده شد كه بيماران نه تنها آرام مي شوند ، بلكه رفتار منفي آنها كاهش يافته و در شرايط خاص ، رفتار مناسب و بهتري از خود نشان مي دهند . مدل تركيبي فقط منحصر به يك جنبه از درد نيست ، بلكه راه هايي مناسب تر دسترسي به درمان جامع را هم ممكن مي سازد . صدا و موسيقي خاص ، اثر تركيبي بسيار نسبت به ساير تكنيك هاي sensory - modvle دارند ، تركيب موسيقي با فيزتوراپي ممكن است تمام انواع درد را تحت تأثير قرار دهد كه تغيير رفتار را در همان زمان ، ممكن و نتيجتاً باعث ايجاد احساس بهبودي در بيمار مي گردد .

**كاربرد موسيقي در درمان عقب ماندگان ذهني :**

بسياري از فعاليتهاي موزيكي براي عقب ماندگان ذهني منافع درماني دارد . با حركات ريتميك موزيكال مي توان مهارت در هماهنگيهاي حركتي را بهبود بخشيد . آگاهي از اندامهاي بدن و مفاهيم مربوط به جهت يابي را مي توان با رقص و انجام آوازها و بازيهاي حركتي موزيكال تقويت كرد .

اشعار آوازهاي مخصوص را مي توان نوشت كه از طريق آن مراحل و روشهاي مهارتهاي خود ياري مثل لباس پوشيدن و مسواك زدن را ياد بگيرند . بخاطر بسپارند . خواندن مي تواند انگيزه و نقطه شروعي براي رشد زبان و مهارتهاي ارتباطي آنها باشد . مهارتهاي درك خواندن و درك مطلب مي تواند بوسيله لغاتي كه در آوازها يا ديگر فعاليت هاي موزيكي وجود دارد ، تقويت شود به عنوان مثال ، جور كردن لغاتي مثل راه رفتن ، دويدن و پريدن با موسيقي توصيفي مي تواند به كودكان كمك كند تا ارتباط بين لغات و اعمال مشابه آن را ياد بگيرند . آوازها ، فعاليتهاي سازي و حركت با موسيقي مي تواند ابزار مهمي در يادگيري هويت و بيان احساسات و عواطف مناسب و درست باشد . آنها با شركت در فعاليتهاي گروهي و موزيكي مي توانند رفتارهاي اجتماعي مناسب را ياد گرفته مهارتهايي در همكاري گروهي به دست آورده اند .

تكرار و نظم در موسيقي آنها را قادر مي سازد تا پيش بيني كنند چه پيش مي آيد . از اين رو احساس اطمينان مي كنند كه قادر به شركت در گروه هستند . گروههاي اجرا مانند گروههاي كر ، اركسترها ، گروه طبل زنان ، مي توانند در تقويت و بهبود مهارتهاي شنوايي ، دامنه توجه ، انضباط شخصي ، كنترل تحريكها ، مهارتهاي حركتي و اجتماعي كمك كنند .

به علاوه اين فعاليتها براي اعضاء گروه تجربياتي فراهم مي كند كه رضايت خاطر و افزايش اعتماد به نفس را همراه دارد از آنجايي كه فعاليتهاي موزيكي قابل وقف با سطوح مختلف توانايي است . (به عنوان مثال نواختن يك طبل بم احتياج به هماهنگي كمتري نسبت به صدا در آوردن تيغه هاي مورد نظر زيلوفون دارد ) .

با فعاليتهاي گروهي موزيكي مي توان فرصتهاي مناسبي براي عقب ماندگان با تواناييهاي مختلف فراهم كرد تا با يكديگر كار كنند و موفقيت به دست آورند . همچنين مهارتهاي آموخته شده در جلسات موسيقي درماني مي تواند اوقات لذت بخشي براي عقب ماندگان ذهني فراهم كند وَ فرصتهاي مناسبي براي ارتباط با همسالان بوجود آورد .

موسيقي درماني همچنين نيروي زيادي براي كمك به افراد عقب مانده شديد دارد . به عنوان مثال موسيقي كه در تكنيكهاي نواختن شديد استفاده مي شود در تحريك حركات وَ ايجاد پاسخ در عقب ماندگان عميق بي حركت وَ ناهشيار مؤثر است . (كارتر ، 1982 ، گترالس ، 1981 ، ميورين و گوالت 1979) .

در اين جريان از موسيقي براي تماس نزديك بدني وَ تحريكات جسمي استفاده مي شود تا بين درمانگر و درمانجو ارتباط بوجود آيد . زماني كه ا رتباط برقرار شد ، درمانگر از اين عوامل در جهت تحريك وَ تقويت جوابهاي مثبت مثل ارتباط چشمي ، هيجان مناسب ، همكاريهاي متقابل ، شروع صداها ، حالتهاي چهره اي وَ اعمال حركتي ارادي استفاده مي كند . موسيقي في البداهه مرتبط با حركات و آواگريهاي عقب ماندگان شديد براي تحريك و تقويت پاسخهاي سازگار آنها به كار مي رود (نوردوف و رابيتر ، 1977)

1 ـ (براي اطلاعات بيشتر در زمينه تكنيكهاي في البداهه موسيقي درماني به فصل هفت كتاب موسيقي درماني ژاكلين اشميت تيرز مراجعه شود .)

فعاليتهاي موزيكي كه براي عقب ماندگان ذهني به كار مي رود بايد ساده وَ عيني باشد وَ در حد امكان تجارب چند حس با هم تركيب شوند . در هنگام برنامه ريزي وَ انتخاب موضوعات در نظر گرفتن سطح رشد اجتماعي عقب ماندگان مانند رشد ذهني آنها بسيار مهم است . «در مورد عقب ماندگان ذهني بزرگسال نبايد از آواهاي ابتدايي استفاده نمود .» (نوسرا ، 1979) . آوازهايي كه متن ساده و تكرار زياد دارند ، معمولاً براي عقب ماندگان ذهني موفقيت آميز است .

همچنين نمايش محتواي آواز و استفاده از لغات آشنا ، شركت عقب ماندگان را در برنامه مساعد مي سازد . (آتربري ، 1986) . اين نكته مهم است كه دامنه آهنگها با دامنه خواندن عقب ماندگان تطبيق داشته باشند . (لارسون ، 1977) ساز همراهي كننده مي تواند برخي از پاسخهاي كلامي را در عقب ماندگان تحت تأثير شديد قرار دهد .(ويل 1983) .

البته فعاليت ها بايد طوري تنظيم شود كه زمينه تجارب موفقيت آميزرا فراهم كند و توان مقابله آنها را افزايش دهد . اگر چه تشويق وتمجيد در مقابل كوچكترين همراهي كه مي كنند لازم است اما اين تمجيدها نبايد كاذب جلوه كند وَ تبعيضي در آن باشد . همچنين بسيار مهم است كه تمجيدها كاملاً مشخص باشد تا عقب ماندگان بدانند كار آنها درست است وَ كدام كار آنها نياز به اصلاح دارد . (1) (زاده محمدي ، علي ، 1374 ص 119 ـ116)

**كاربرد موسيقي در درمان ناتوانائيهاي يادگيري :**

بر طبق نظر گفلر (1984) برنامه هاي موسيقي درماني براي افراد ناتوان در يادگيري معمولاً بر محور يكي از چهار مورد زير وَ يا بيشتر تمركز دارد .

1 ) دستيابي به اراده رفتار .

2 ) استفاده از موسيقي به عنوان يك پاداش و تقويت كننده جهت انجام درست وظايف تحصيلي .

3 ) استفاده از فعاليت هاي موزيكي براي ارائه وَ يا شرح مفاهيم وَ جريانهاي ويژه تحصيلي .

4 ) بالا بردن سطح رشد عاطفي و اجتماعي .

براي افرادي كه ناتواني در ايدگيري دارند اغلب اداره رفتار به عنوان اولين مرحله موسيقي درماني تلقي مي شود . كنترل رفتار براي توسعه مهارتها و يادگيري امري ضروري است خصوصيات جالب توجه وَ جاذبيت قوي موسيقي ، همراه با نظم و ساختار و توان آن در انجام عمل مي تواند به عنوان تقويت كننده اي قوي جلسات موسيقي درماني را وسيله اي ايده آل براي تسهيل رفتار وَ كنترل تحريكات آني اين گروه قرار دهد .

برنامه هاي موسيقي درماني مي تواند با سطح مشكل فرد تنظيم شود به طوري كه درجه دشواري برنامه هاي موسيقي ، تكميل كننده سطح كنترل رفتار مورد نظر در هر مرحله از جريان موسيقي درماني باشد . (استل 1984) . زماني كه تا اندازه اي كنترل رفتاري صورت گرفت ، از فعاليتهاي مختلف موزيكي مي توان براي كسب مهارت دربسياري از زمينه ها استفاده كرد .

فعاليتهاي شنوايي موزيكي كه اين افراد را به توجه و نظم بخشيدن وَ به خاطر آوردن محركهاي شنوايي ملزم مي سازد ، مي تواند به آنها در تقويت گوش دادن و تمركز در وظايف محوله كمك كند . موزيك تراپيستها مي توانند از آنها بخواهند تا با گوش دادن قسمتهاي خاصي از آواها و آهنگها به تمركز حواس خود كمك نمايند .

در شروع اين تجربيات مدت زمان كوتاهي در ذهن ناتوان يادگيري نگهداري مي شود زيرا دامنه توجه آنها محدود است . اما به تدريج با افزايش تمركز حواس وَ شنيدن ، فعاليت ها وسعت مي يابد موزيك تراپيستها همچنين از بلندي و كوتاهي صدا ، سرعت ، رنگ (طنين) و زير و بمي براي كمك به تقويت هوشياري وَ تشخيص شنوايي استفاده مي كنند ، به علاوه آوازها و بازيهاي موزيكالي كه صدا را به اعمال ، دستورات يا اشياء ربط مي دهند مي توانند به ياديگري درك و پاسخ به محركهاي شنوايي كمك كند .

به عنوان مثال موزيك تراپيست بايد از آنها بخواهد كه به يك بازي بپردازند . زماني كه صداي زنگ را مي شنوند به اطراف بدوند ، هنگامي كه صداي طبل را مي شنوند قدم زده و هنگامي كه صداي ما را كار را مي شنوند پا پنجه راه بروند و....

ريتم و نظم موسيقي مي تواند در تقويت ساختار برنامه هاي آموزشي ناتوانان ياديگري كه در آموختن مفاهيم فضايي با اشكال مواجه هستند ، مورد استفاده قرار گيرد . آوازهايي كه از آنها مي خواهد . تا بدن خود را لمس كرده و يا حركت دهند مي تواند تصور بدني آنها را تقويت كند .

مفاهيم مربوط به جهت يابي (راست ، چپ ، بالا ، پايين ، جلو ، عقب) مي تواند با رقصهاي بسيار ساده ، آوازهاي توأم با عمل و حركت توأم با فعاليت هاي موزيكي آموخته و تمرين شود .

نواختن سازهايي چون طبل ، تري آنگله ، بلزو زيلوفونها مي تواند تشخيص فضايي وَ توانائيهاي كنترل حركتي كه نياز به هماهنگي چشم و دست دارد را تقويت كند .

آوازها و فعاليت هاي موزيكي همچنين مي تواند به ناتوان يادگيري كمك كند تا قدرت زبان خواندن وَ ساير مهارتهاي تحصيلي خود را بالا برند . روسكام (1979) دريافت كه فعاليتهاي موسيقي درماني كه در آن لازم است بلندي صدا ، ريتم و كيفيت صدا را با هم جور و هماهنگ كرده وَ يا دوباره توليد كنند . وَ به هم ربط دهند ، اگر به تنهايي وَ يا با فعاليت هاي مربوط به رشد «زبان» توأم گردد ، مي تواند در بهبود مهارتهاي كودكان ناتوان در يادگيري در زمينه هاي درك شنوايي غير كلاني و كلامي وَ تشخيص در خواندن وَهجي كردن مفيد واقع شود .

آوازها و فعاليت هاي موزون وَ آهنگين همچنين مي تواند در رواني تكلم و غني تر كردن خزانه لغات مؤثرباشد . به علاوه عبارات آهنگين و ريتميك موزيكال در به ياد آوردن اطلاعات تحصيلي مانند جدول ضرب به آنها كمك مي كند (گنلر ، 1983) . شهان (1981) همچنين دريافت اينكه تركيب علائم بينايي و شنوايي مي تواند در تقويت حافظه كوتاه مدت براي ياد آوري لغات جفت وجود كمك كند .

اين نتايج مي تواند نشان دهد كه فعاليتهاي موزيكي كه در آنها از وسايل بصري استفاده مي گردد ، مي تواند به اين افراد هماهنگ كردن تحريك دو كيفيت حسي را بياموزد . فعاليتهايي كه در آن افراد لازم است نشانه هاي بصري را با محركهاي سمعي موسيقي مرتبط سازند به ناتوانان يا ديگري فرصت مي دهد تا تسهيلاتي در كشف رمزها وَ به كار بردن اطلاعات به دست آورند .

بالاخره فعاليتهاي موزيكي مي تواند امنيتي در ارتباط وَ بيان احساسات فراهم كند . براي افرادي كه در ارتباط شفاهي و كتبي دچار مشكل هستند ارتباط غير كلامي موسيقي مي تواند تجارب موفقيت آميز مهمي فراهم كند و همان گونه كه نوسرا (1979) متذكر شده فوايد عاطفي اجتماعي فعاليتهاي موزيكي داراي بالاترين ارزش براي اين گروه است . رفتارخوب ، انگيزه ، كنترل شخصي و خود قوي لازمه بهره بردن از برنامه هاي تحصيلي درماني است . موسيقي مي تواند تجربه اوليه اي در تقويت اين احتياجات اساس يادگيري باشد .

ناتوان يادگيري معمولاً در يك محيط سازمان يافته بهترين عملكرد را از خود نشان مي دهند . موزيك تراپيستها بايد همواره به خاط داشته باشند كه فعاليتها را در جهتي برنامه ريزي كنند تا حواس پرتي آنها را به حداقل برسد . «ثبات، استحكام ، گرمي و پذيرش از طرف معلم يا درمانگر نقش اصلي را در هدايت تجارب موفقيت آميز يادگيريهاي آنها بازي مي كند » . فيپز (1975)

هنگام راهنمايي آنها مهم است از لغاتي كه به دقت انتخاب شده اند استفاده شود وَ جملات كوتاه صحبت گردد راهنماييها بايد عيني وَ مخصوص باشد وَ دقت شود كه جملات همانطور كه در قبل به كار رفته به طور يكسان تكرار شود استفاده از وسايل كمك لامسه يا بينايي به تقويت مفاهيم كمك مي كند وَ به هنگام استفاده از ابزارهاي كمكي بايد بسيار دقت شود زيرا بعضي از كتب ممكن است براي ناتوانان يا ديگري سنگين باشد .

وسايل انطباقي مانند اشكال ، نشانه هاي رنگي وَ علامات مي تواند در آسان شدن اطلاعات و تمركز در مطالبي كه نياز دارند به آنها كمك كند . (آتربري 1983) .

بايد توجه داشت كه ناتوانان يادگيري به خاطر مشكلات ادراكي به زمان اضافي جهت انجام كار وَ پاسخگويي نياز دارند . بنابراين بايد فرصت كافي براي تقليد تكرار و پاسخ به آنها داده شود . به طوري كه بيش از زماني كه از آنها انتظار مي رود براي پردازش اطلاعات شنيداري وقت داشته باشند .

در بسياري از مواقع بايد آمادگي داشته باشيم كه پاسخهاي متفاوتي از آنها بشنويم به عنوان مثال اشتباهاً بجاي اين كه بگويند «به من نشان بده » مي گويند «به من بگو و بالاخره ممكن است براي افرادي كه معلوليت ادراكي دارند ، يعني كساني كه از نظر پردازش محركهاي شنيداري وَ توجه به بيش از يك موضوع در زمان واحد مشكل دارند ، بعضي از فعاليت هاي موزيكي بيش از حد مشغول كننده باشد . براي اين كه تجارب موفقيت آميزي براي ناتوانان يادگيري فراهم شود مي توان با محدود كردن تعداد ابزارهاي به كار رفته وَ كاهش تعداد الگوهاي ريتميك يا محدود ساختن تعداد اعمال خواسته شده ، انجام فعاليتها را براي آنها آسان كرد . (نوسرا 1979) . (1) (نصيري ، زهرا)

**كاربرد موسيقي در درمان ناشنوايان :**

از سال 1800 موسيقي در درمان و آموزشي ناشنوايان مورد استفاده قرار گرفت (سولون 1980) وَ از آن زمان تكنيكهاي موزيكي متعددي براي استفاده آنها توسعه يافته است . ميچل (1976) به چهار ركن اساسي در كاربرد موسيقي ناشنوايان اشاره مي كند :

1 ) استفاده از ارتعاشات موزيكي ، خصوصاً ارتعاشات تنظيم شده براي جلب وتقويت توجه .

2 ) استفاده از موسيقي و دامنه وسيع فركانسهاي آن براي كمك به تشخيص ميزان شنوايي وَ تقويت آن .

3 ) استفاده از ضربان ريتميك موسيقي براي تقويت روابط اجتماعي از طريق حركت با ديگران مانند رقص وَ فعاليت هاي موزيكال گروهي .

4 ) نظم بخشيدن به مكانيزم گفتاري با تقويت زبان ، به عنوان مثال يادگيري تشخيص زير وبمي اصوات (بلندي و كوتاهي صدا) وَ يا در ريتم و صرف زير وبمي زبان در هنگام كار با ناشنوايان لازم است بخاطر سپرده شود كه ارتعاشات موزيك از طريق حس لامسه همانند بخشي از حس شنوايي قابل لمس هستند . حتي افراد با آسيب شنوايي عميق مي توانند ارتعاشات اصوات را از طريق حس لامسه درك كنند . (كاپلا 1975) .

خاطر نشان مي سازد در برنامه ريزي آموزشي ناشنوايان بايد از سازهاي مختلف استفاده شود تا به آنها كمك شود تفاوت ارتعاشها و حساسيتهاي اصوات محيز خود را بياموزند .

در اين گونه برنامه ها از درمانجو خواسته مي شود كه بدون مشاهده يا لمس ساز ، شروع و خاتمه صداي ساز را اعلام كنند تا حس شنوايي آنها تقويت شود . كاپلا همچنين گزارش مي دهد كه درمانجويان مي توانند با گوش فرادادن به اصوات بلند وَ كوتاه سازها ، ارتعاش آن را درك كنند وَ محل نشستن نوازندگان مختلف را تشخيص دهند . «اصوات زير در محدوده سر ، صداهاي متوسط در سينه و اصوات بم و ضعيف در شكم ، پاها و ساقها احساس مي شود .»

تحريك لمسي ناشي از ارتعاشات موسيقي همچنين مي تواند علايمي فراهم كند كه توانايي دوباره سازي الگوريتم هاي ر يتم را تسهيل نمايد . كوردو1با متوجه شد كه ناشنوايان كلاس سوم توانستند به ريتم هاي ارائه شده طبلهاي با سر گوش فرادهند وَ مجدداً اين ريتم ها را روي طبلهاي كوچك بهتر از همكلاسان شنواي خود بنوازند .

بوچلر 2 (1982) در اين مورد نظر مي دهد «امكان زيادي دارد كه ارتعاشات حاصله از طبل شامل نشانه هاي لامسه بيشتر براي ناشنوايان باشد ، زيرا دريافت و تحريك لمسي در آنان قوي تر است . از آن جائيكه موسيقي داراي فركانسهاي متنوع و وسيعي است ، از آن براي تعيين ميزان شنوايي و ناشنوايان مي توان استفاده كرد .»

راينيز آزمايش ادراك شنوايي را توصيه كردند و پاسخهاي شنوايي ناشنوايان را در مقابل صداي طبل و پيانو سنجيده وَ تخمين قابل قبولي از حد شنوايي آنها ارائه داده اند .

مي 3 (1961) دريافته است كه اصوات بلند و كوتاه پيانو مي تواند مقدار بازمانده حس شنوايي كودكان ناشنوا را تحريك كند .

تجربيات موزيكال گروهي براي افراد دچار آسيبهاي شنوايي فرصتهاي مناسبي براي اجتماعي شدن افراد ناشنوا فراهم مي كند . (توماس 1967) دريافت كه حركات و فعاليتها حركتي ريتميك و رقصها به ناشنوايان عميق كمك مي كند تا حركات و تجربه هاي اجتماعي خود را بهبود بخشند و اعتماد افراد شنوا را به خود افزايش دهند .

استفاده از نشانه ها و شماره هاي بصري ، شركت افراد ناشنوا را در فعاليتهاي گروهي موزيكي تسهيل مي كند . همچنين آنها مي توانند با روشهاي ويژه سازها را در اركستر بنوازند و اغلب در دسته هاي نوازندگان با موفقيت شركت كنند .

به علاوه الگوهاي ريتم و زير وبمي در موسيقي مي تواند به تقويت الگوهاي طبيعي گفتار آنها كمك كند . «استفاده از موسيقي توأم با گفتار ، موزيكهاي كاملاً مخصوص و ريتم ها بخش قابل توجهي از فرهنگ آموزشي ناشنوايان را شامل مي شود » (دارود وهلر 1985) .

سولومون (1980) گزارش داد كه در قرن دوازدهم در مدارس ناشنوايان مطلق به عنوان مقدمه اي براي ايجاد گفتار درسي تحت عنوان «ريتميكها» در نظر گرفته شده بود . بر طبق نظر (ادوارد ز 1975) برنامه هاي ريتميك هنوز مهمترين بخش از كار تكلم ناشنوايان است كه شامل زير وبمي ، بلندي و كوتاهي صدا و تشديد ، اندازه ، ساختار كلمه و ساختار جمله وخواندن آواز مي شود .

(بانگ1980 ) پي برده است كه ساختن تيغه هاي چوبي و فلزي تشديد صدا كه دامنه فركانس آنها بين4 6 تا 380 هرتز است . در افزايش صدا و درك زير وبمي و انگيزة ايجاد صدا در افراد دچار آسيب هاي شنوايي بسيار مفيد است .

خواندن ريتميك آواز موقعي كه آهنگ جملات آن به صرف كردن مناسب گفتار كمك مي كند مي تواند دريادگيري ريتم مناسب گفتاري تكية كلمه ها وَ عبارات به آنها كمك نمايد به علاوه از برنامه هاي هماهنگي حركت بدني با موسيقي «يوريتمكيز 1 » كه ريتم از ميان جنبش بدن به تحريكات ارتعاش و شنوايي منتقل مي شود ، براي تسهيل مهارتهاي ارتباطي و بيان احساسات استفاده مي شده است .

فعاليتهاي موزيكي همچنين مي تواند براي كمك به مهارتهاي زبان اشاره مورد استفاده قرار گيرد . هنگام كار كردن با اشخاص دچار آسيب هاي شنوايي بايد خاصيتهاي اكوستيك سازي (دامنة فركانس بلندي ، فشريد) را كه ناشنوا مي خواهد بنوازد ، در ارتباط با ميزان شنوايي او در نظر داشت . مثلاً درمانجو كه نسبت به فركانس بالا شنوايي ندارد ، احتمالا از يك متالوفون باس لذت بيشتري مي برد تا نواختن يك تريانگله . به علاوه اتاق موسيقي درماني بايد طوري تنظيم شود كه افراد دچار آسيبهاي شنوايي به منبع صدا نزديك باشند . وجود يك سيستم و دستگاه صوتي براي توليد اصوات بلند مطلوب است .

هنگام كار كردن با اشخاص كه با وسايل كمكي (سمعك) مي شنوند بايد در نظر داشت كه ابزارهاي تقويت كنندة صدا تنها صداهاي مورد نظر را افزايش نمي دهند ، بلكه صدايي پيرامون را نيز تقويت مي كنند همچنين بيشتر ابزارهاي كمكي در آستانة درد سيستم اتوماتيك قطع دارند . اين مسئله براي ناشنوايي كه مي خواهد نزديك ساز با صداي بلند مثل طبل و سنج بنشيند يا آن ر ابنوازد مشكل ايجاد مي كند .

موقعي كه بر طبل و سنج ضربه هاي بلند نواخته مي شود شدت اصوات مكانيزم قطع سيستم كنترل ابزار كمكي را فشار مي دهد وَ موجب خاموش شدن آن مي شود . در نتيجه درمانجو دريك سري صداي تيك تيك يا كپ كپ را خواهد شنيد .

(دوچلر 1982) گزارش داد كه كمپاني موزيك ترونيك 2 آوا تواناي مينوسوتا 2 تدابير سودمندي را براي كار با ناشنوايان فراهم كرده كه شامل موارد زير است :

[[6]](#footnote-6)

پيانوهاي الكترونيك با بلندگو و گوشي ويديوهاي آموزشي كه به وسيلة كليد شستي اصوات موزيك را به نشانه هاي موزيك قابل رؤيت تبديل مي كند ، پيك آپهايي3 در كه گيتارهاي آلوستيك را به گيتاهايي تقويت كننده مبدل مي سازد وَ نوعي گوشي كوچك كه روي سر نصب مي شود و فرد مي تواند صداي خود را بشنود .

پرچلرهمچنين اعلام كرد موزيك تراپيستها كه با افراد دچار آسيبهاي شنوايي كار مي كنند سازهايي در اختيار دارند كه داراي خاصيت ارتعاشي وسيع هستند مانند سازهاي بزرگ ارف 4 و طبلهاي قابل تنظيم (1) . (زاده محمدي ، علي ، 1374 . ص 123)[[7]](#footnote-7)

**كاربرد موسيقي در درمان نابينايان :**

بزرگترين نياز اشخاص دچار آسيب هاي بينايي ، مهارت در حركت است كه حتي المقدور بتوانند طور مستقل راه بروند . آهنگها و آوازهايي كه آنها را موظف مي سازد تا حركت كنند يا قسمتي از اندام خود را لمس كنند ، مي تواند در تقويت تصور درست از بدن مورد استفاده قرار گيرد چنين تصور پيش نياز حركت موفقيت آميز در فضا است . همچنين كسب مهارتها وَ اعتماد به نفس ، مفاهيم فضايي و حركات جابه جايي ساده و حركات غير جابجايي از طريق انجام دادن آوازها ، بازيهاي موزيكال و رقصهاي ساده مي تواند آموخته و تمرين شود .

موسيقي ريتميك آموزش حركت نابينايان را تسهيل مي كند وَ حتي به نابينايان مادر زاد كمك مي كند تاگام زدن و راه رفتن را به آرامي به دست آورند (آنكلر 1985، ژوزف 1968) .

در شروع كار موزيك تراپيست بايد نابينايان را به انجام فعاليتهاي حركتي مايل سازد و به آنها اطمينان دهد كه در مكان امني حركت مي كنند . همچنين مي تواند آنها را تشويق كند تا به جستجو در محيط بپردازند سازها را پيدا كنند وَ بنوازند و سازهايي را كه در اتاق نواخته مي شود پيدا كنند .

موفقيت در كشف و نواختن سازها در جلسات موسيقي درماني به آنها شوق و اطمينان مي دهد تا سعي كنند قسمتهاي ديگر محيط را نيز كاوش نمايند .

فعاليت هاي موزيكي همچنين مي تواند در ايجاد و بهبود و درك شنوايي استفاده شود . به علاوه موسيقي با رنگهاي متنوع و دامنة وسيع پويايي كه دارد مي تواند ارتباط بياني عميق برقرار كند كه ديگر روشها فاقد آن هستند .

بسياري ازفعاليتهاي موسيقي مانند آواز خواندن تنظيم آواز يا نواختن ساز ، زمينه هاي مورد قبول براي ابراز احساسات را فراهم مي كند .

فعاليتهاي گروهي موزيكال مانند خواندن گروهي و گروه نوازي براي اشخاص دچار آسيب بينايي موفقيت مناسبي را فراهم مي كند تا ارتباط و اجتماعي شدن و رفتار با همدگير وَ با افراد بينا را بياموزند . به علاوه كسب مهارت در آواز خواندن يا نواختن ساز ، اجراي موفقيت آميز با گروه نوازندگان وَ يا آموختن حركت مستقل در رقصها مي تواند اطمينان به نفس و احساس ارزش شخصي را افزايش دهد . حتي بعضي از اشخاص دچار آسيب هاي بينايي مي توانند يا ديگريند كه چگونه از طريق موسيقي و با فعاليتهاي مربوط به آن از نظر اقتصداي خود را اداره كنند . (به عنوان مثال اجرا كردن و كوك كردن پيانو) «اما درمانگر بايد مراقب باشد كه بر منافع جبراني موسيقي نابينايان تأكيد زيادي نكند ، بلكه توجه روي منافع فردي موسيقي باشد » (ميچل 1976) .

كودنيگ (1982) كاربرد موسيقي درماني براي اشخاص دچار بينايي را چنين خلاصه مي كند .

1 ) آموزش دادن خردسالان وَ بزرگسالان تااحساسات خود را در شكل مورد قبول اجتماع بيان كنند ؛

2 ) بهبود «خود فهمي» ضمن موفقيت در تجربيات هدايت شده .

3 ) ايجاد تجاربي كه موجب تقويت عاطفه ، ارتباط ، تحصيل و تحرك گردد .

4 ) سازش با ناتواناييهاي خود .

نيازي نيست كه اشحاص دچار آسيبهاي بينايي براي كسب منافع به اجراي موسيقي بپردازند فعاليت هاي موسيقي زماني كه به منظور درماني تنظيم شده باشد مي تواند براي آنها بسيار مفيد باشد و كمك مي كند تا مهارتهايي را كسب كنند كه آنها را قادر مي سازد در زندگي روزانه به طور مؤثر كنند.

مهم است كه مطمئن شويم مطالب چاپي كه مورد استفادة اشخاص دچار آسيب هاي بينايي قرار مي گيرد با حروف سياه و درشت و زمينه بارز باشد و ابزار و كمكهايي كه براي تقويت بينايي نيز به كار مي رود بايد ، بزرگ ، ساده و جدا جدا باشد و وقتي اب افرادي كار مي كنيد كه با حروف بريل مطابل را مي خوانند ، لازم است تيغه هاي سازها وَ كليدهاي پيانو با حروف بريل نشانه گذاري شود.آنها همچنين مي توانند نتهاي موسيقي را با حروف بريل بخوانند .

از آنجايي كه ديد آنها براي كاوش سازها محدود است ، بايد به آنها فرصت كافي داد تا از طريق لمس سازها و شنيدن صداي آنها ، سازها را بررسي وجستجو كنند . حتي الامكان بايد يادگيري شفاهي آنها به وسيلة تجربيات لمسي و حركتي تقويت شود .

در مورد نابيناياني كه ميل ندارند به طور مستقل راه بروند ، مي توان آنها را تشويق كرد كه به وسيلة طناب راهنمايي كه در اتاق نصب شده و ارتفاعي در حد كمر دارد وَ يا به كمك يك فرد بينا محيط را جستجو كنند . از نوارها مي توان به عنوان ابزار كمكي براي جستجوي فضا و اطراف اشخاص استفاده كرد . (زاده محمدي ، علي ، 1374 . ص 123ـ121)

**كاربرد موسيقي در درمان اختلالات ارتباطي :**

به منظور ايجاد اصوات گفتار ، شخص تا حدودي نياز به كنترل عضلات تنفس دارد فعاليتهاي موزيكي مانند نواختن سازهاي بادي (از قبيل ، كازو ، فلوتون ، ملوديكا) و تمرين دميدن وَ نفس كشيدن مي تواند كمك كند تا كنترل عضلات تنفسي مورد نياز تكلم تقويت شود . پاداشهاي زيباي موسيقي همچنين به تحريك آنها در تمرين اين مهارتها كمك مي كند .

به علاوه فعاليت هاي موزيكي كه آنها را ملزم به ساختن حرف بي صدا و يا با صدا مي كند وَ با آواز خواندن مي تواند مشوق آنها به ساختن حروف بي صدا يا با صدا مي كند وَ يا آواز خواندن مي تواند مشوق آنها در آواگري شود وَ آنها را تحريك كند تا از گفتار استفاده كنند . «كودكان غالباً آوازهايي را مي خوانند كه به ندرت وَ گاهي هرگز كلمات آن را نگفته اند آنها با آواز مي توانند لغاتي را كه در صحبت كردن مشكل به كار مي برند ، بخوانند . اين كار به كودكان اعتماد به نفس و جرأت مي دهد تا آن كلمات را در صحبتهاي روزانه نيز استفاده كنند » . (ميلر 1982)

موسيقي متن مخصوص انتخاب شده مي تواند تكلم كودكان فلج مغزي و كودكان رشد نيافته را افزايش دهد . به علاوه موسيقي مي تواند به عنوان يك تقويت كننده عملكرد درست گفتار و تكلم آزاد افراد عقب مانده را افزايش دهد . (تالكينگتون و هال 1970 ؛ والكر 1972)

افرادي كه در ارتباط كلامي مشكل دارند با خواندن آوازها وَ سرودهاي مخصوص مي توانند در شمرده تلفظ كردن اصوات ، گفتار مورد نياز و مهارت در تشخيص لغات رشد و تمرين كنند .(1) (مدسن و ميچل 1975 ، مارش وفيچ ومي 1974) [[8]](#footnote-8)

مسئله ديگر اين كه موسيقي براي تمرين در كسب مهارتها ايجاد انگيزه مي كند . ريتم و صداي موسيقي همچنين مي تواند تقويت جريان تكلم را در اختلالات گفتاري مانند لكنت زبان آسان سازد .

(گالووي 1974 (1)) نيز گزارش داد كه برخلاف باور عموم ، آواز خواندن باعث لكنت زبان نمي شود بلكه مطالعات مختلف نشان داده است كه محرك ريتيميك به طور برجسته اي باعث تخفيف لكنت زبان مي شود . (آلتزور (2) و بريدن (3) 1977 و بريتون (4) و كنتر(5) 1978 ؛ سيلورمن (6) 1976) ؛ ياري (7) 1976) .

هنگامي كه آهنگها و جملات آوازها با دقت ساخته شوند به طوري كه آهنگ و ريتم اشعار با ريتم و صرف كردن گفتار منطبق باشد . مي تواند در يادگيري و تمرين درست ريتم و صرف كلمات وَ عبارات و جملات كمك كند (نوردوف و رابينز 1971) . هر دو مهارت بياني و ادراكي زبان بوسيله فعليتهاي موزيكي مي تواند تقويت شود .

فعاليتهاي موزيكي كه آنها را موظف مي كند تا اشعار وَ آوازها را دنبال كنند ، براي رشد مهارتهاي درك زباني آنها مفيد است . همچنين فعاليتهايي چون پر كردن كلماتي كه از آوازها حذف شده وَ ساختن آواز مي تواند محركي براي رشد بياني زبان باشد .

موسيقي يك رابطة غير كلامي نيز برقرار مي كند كه بوسيلة آن افراد مي توانند بدون مشكل وَ دستپاچگي مسادل خود را بيان كنند . موسيقي به آنان فرصت مي دهد تا به صورت قابل قبولي خود را مطرح كنند وَ اين بامعناترين فرم رابطه است وَممكن است در كاهش بخشي از ناكاميهاي حاصل از مشكلاتشان مؤثر باشد و فرصت مي دهد تا كودكان و بزرگسالان احساساتشان را تصفيه نمايند (ميلر 1982) .

[[9]](#footnote-9)

از موسيقي براي اشخاص زبان پريش (آفازيك) به عنوان روش براي برقراري رابطة كلامي مي توان استفاده كرد . زبان پريشاني كه قادر به صحبت كردن نيستند ممكن است كماكان بتوانند آوازهايي كه قبل از صدمة مغزي آموخته اند بخوانند وَ اين مسدله مي تواند جهشي براي رشد بخشي از توانايي زبان آنها باشد .

موقعي كه موزيك تراپيست با افرادي كه اختلال در گفتار وَ زبان دارند كار مي كند ضروري است كه با گفتار درمانگران مشاوره وَ همكاري داشته باشد . اين همكاري نتايج سودمندي در برخواهد داشت (ميچل 1976 ، ميچل و مي 1974) همچنين اگر درمانجو از وسايل و ابزار ارتباطي استفاده مي كند ، موزيك تراپيست بايد از نحوه و كاركرد آن مطلع باشد . (1) (زاده محمدي ، علي ، 1374ص 115 ـ 113)

**تأثير موسيقي بر كودكان روان نژند و دچار اختلالات رفتاري :**

هر كودكي ريتم راحتي قالت روان نژند وَ يا عقب ماندگي ذهني حس مي كند ، در واقع احساس ريتم غريزي است وَ به همين دليل همه كودكان موسيقي را دوست دارند ، از آن لذت مي برند وَ شاد مي شوند . جلسات موسيقي درماني براي كودكان روان نژند نيز دوست داشتني و دلنشين است و انجام آن روحيه اجتماعي ، احساس اعتماد به نفس و ارزش شخصي آنها را افزايش مي دهد .

آنها در نخستين جلسات تشويق مي شوند تا سازها را از نزديك لمس كنند وَ به صدا درآورند ديدن وَ به صدا درآوردن سازها علاقه و كنجكاوي كودكان را بر مي انگيزد و موجب مي گردد كودكاني كه از خود مقاومت ، گوشه گيري ، پرخاشگري وَ يا ترس نشان مي دهند به فعاليت وَ برنامه ها علاقمند شوند .

موسيقي مانند نقاشي اثر بورن افكني دارد . كودكان روان نژند از تنشهاي گوناگوني رنج مي برند كه معمولاً فرصت مناسبي براي بروز احساسات وَ تنشهاي خود پيدا نمي كنند . آنها در طي روز با موقعيتهاي ناگوار مواجه مي شوند و تنشهاي خود را حس مي كنند . جلسات موسيقي درماني فرصت بسيار مناسبي براي بروز ترسها و تنفرها ، هيجانها وَ احساسات مختلف آن ها فراهم مي كند ، بدون آن كه از احساسات خود ناراحت شوند . امنيت و پذيرش ، مهم ترين نياز عمومي كودكان روان نژند است كه در جلسات شاد و لذت بخش موسيقي درماني تأمين مي شود وَ اين احساس امينت وَ لذت آنها را به برنامه هاي جلسات علاقه مند مي سازد .

كودكان به كمك آن هيجان ، تخيلات ، ترسها ، نگرانيها و تصورات خود را بيرون مي ريزند شرايط روحي خود را نشان مي دهند وَ بدين ترتيب درمانگر نيز آنها را بهتر مي شناسد . بازيها و حركات موزيكال سانسورهاي دروني آنها را كاهش مي هد ، بطوري كه بدون نگراني از محيط تنشهاي خود را تخليه كرده حرف مي زنند ، ابراز احساسات مي كنند وَ خيال خود را وسعت مي دهند .

موسيقي درمانگر مي تواند با نواختن قطعات آكوردي وَ ميزانهاي پرشور احساس كودك را تحريك وَ آنها را تشويق كند تا چيزهايي را به خاطر آورند وَ بازگو كنند وَ يا بر احساس خيال خود داستاني بسازند . بعضي از كودكان روانژند به اين تحريك پاسخ خوبي مي دهند وَ رابطه فكري وَ تخيلي برقرار مي كنند كه اين امر ارزش تشخيص و درماني دارد كودك هيجاني وپرخاشگر كه در ابتدا شديد ، كنترل نشده وَ آسفته بر ساز مي زده ـ پس از انجام تشريفات مختلف مي آموزد كه چگونه بدون نگراني رفتارش را كنترل و صداي خوش ساز را كشف كند .

آواز خواندن و نواختن ، اضطراب و نگراني و پرخاشگري و تحريكهاي آني كودكان روان نژند را به مقدار قابل ملاحضه اي كاهش مي دهد وَ توجه و انرژي آنها را بدون آن كه متوجه باشند به سوي اهداف عالي تري معطوف مي سازد .

نواختن و خواندن ، تجربيات مثبتي هستند كه جنبه هاي عاطفي ، فيزيكي و ذهني كودك را به يكديگر پيوند مي دهند ، بطوري كه كودك وحدت و انسجام بيشتري را در فعاليت خود حس مي كند . فعاليتهايي كه حركات بدني ، ذهني و عواطف اورا توأماً به كار مي گيرند ، پذيرش شخص و هوين فردي را تقويت مي كنند . نواختن ساز باعث مي شود تا رفتار منظم تري پيدا كنند و آگاهي آنها نسبت به محيط افزايش يابد . براي نواختن به ذهن و حافظه كه به طور هماهنگ به كار گرفته شوند نياز است وَ اين تجربيات اعتماد به نفس و رشد ذهني و عاطفي را تقويت كرده نگرش سالم تري را نسبت به خود و ديگران ايجاد مي كنند .

بازيهاي موزيكال و فعاليتهاي گروهي موسيقي به آنها فرصت مي دهند تا افكار و رفتارخود را به آزمايش بگذارند وَ از واكنشهاي ديگران در قبال رفتارخود ، تأثير پذيرند . درمانگر مي تواند ريتم و سرعت آهنگي را كه مي نوازد با هيجان كودك هماهنگ كند و از كودك بخواهد كه حركات موزيكال را با ريتم انجام دهد وَ سرعت حركت (فعاليتهاي بدني خود را) با تغيير ريتم تغيير دهد . در طول اين تمرين با احساس كودك رابطه اي ريتميك برقرار مي شود وَ تغيير ريتمها در احساس و تخليه هيجاني او اثر مي گذارد .

براي كودكاني كه دچار ترس ، عدم اعتماد به نفس ، گوشه گيري و افسردگي هستند مي توان ابتدا از ريتم سنگين استفاده كرد تا خود را راحت هماهنگ كنند وَ سپس به تدديج ريتم را سريع و پرتحرك كرد براي كودكان فعال وَ هيجاني نيز مي توان ريتم هاي تند را به كار برد و پس از تخليه هيجاني با آهسته كردن ريتم ، آرامش را به آنها منتقل ساخت . حركات ريتميك وَ آواز خواندن فشار انگيزه جنسي وَ تعارضات كودكان را مي كاهد و آن را به شكل يك رفتار اجتماعي مطلوب درمي آورد .

خواندن ونواختن براي كودكان گوشه گير و خجالتي نيز بسيار مفيد است . مشكلات كودكان باتيك عصبي (مانند پلك زدن و تكان شانه) و كودكاني كه دچار اشتغالات فكري وسواس گونه وَ يا بي دقتي هستند ، با شنيدن موسيقي و خواندن آواز خفيف تر مي گردد . شنيدن موسيقي پريشاني فكر و فشار اشتغالات ذهني آنها را كاهش مي دهد . كودكان مبتلا به تشنج نيز با نواختن سازهاي كوبي (مانند طبل ودايره زندگي) با انعطاف پذيري بيشتري بر حركات خود مسلط مي شوند . كودكان غمگين از نواختن سازهاي زهي و كودكان دچار ترس و فوبي با نواختن فلوت آرامش مي يابند .

نواختن سازهاي كوبي وَ تيغه اي پرخاشگري را به خوبي تقليد مي كند وَ به كودكان گوشه گير و در خود فرو رفته جرأت عمل بيشتري مي دهد . احساس گناه با شنيدن قطعات آرام و ملايم كاهش پيدا مي كند .

نواختن سازهاي سيمي مانند گيتار ، به خاطر ارتعاش سيمها تحريكهاي مؤثري به وجود مي آورد و توجه كودكان گوشه گير را كه در دنياي خود فرو رفته اند به خود جلب وَ به خارج از خود متوجه مي سازد .

براي كنترل حركتي كودكان پيش فعال (هايپراكتيو) ، حركات آنها را به كمك ريتم هماهنگ وَ آرام مي سازيم ، بطوري كه وقتي ريتم آهسته شود ، آهسته حركت كنند و زماني كه ريتم ايستاد ، بايستد و توقف و سكوت را تجويز نمايند . اين گونه تمرينها به كنترل ايشان در مقابل محرك خارجي كمك مي كنند .

بطور كلي فعاليتهاي ريتميك در تخليه هيجاني آنها مؤثرند . در موسيقي درماني كودكان ناسازگار ، مشكل همكاري وَ ارتباط آنها با مربي و ديگر كودكان مطرح است كه در بسياري از موارد جذابيت موسيقي و فعاليت گروهي آنها را به همكاري و سازگاري بيشتر با مربي و كودك وامي دارد ، چه در غير اينصورت از فعاليت گروهي موزيكال با ساير كودكان محروم مي شوند ، آنها براي حفظ روابط رضايتمند با ديگران و لذت بردن از فعاليت هاي زيباي گروهي موسيقي ناچارند كه كنترل ها و خود دارييهايي را كسب كنند .

از سوي ديگر ، موسيقي به خاطر جذابيت گيرايي ذاتي ، در عواطف و احساسات ناخودآگاه اين كودكان تأثير مي گذارند وَ آنها را منعطف تر مي سازد به طوري كه در همكاري گروهي مقاومت كم تري نشان مي دهند . آنها مي توانند با پرداختن به موسيقي مانند شنيدن ، خواندن و حركات موزون انرژي خود را در اهداف مقبول تري هدايت كنند وَ به رفتار اجتماعي بهتري عادت نمايند .

به طور كلي برنامه موسيقي درماني براي بروز هيجان كودكان روان نژند دريچه گوناگوني را مي گشايد . كودكان را به استفاده از نيروي بدني ترغيب مي كند ، ترس و تنفرد او را نسبت به استفاده از نيروي بدني ترغيب مي كند ، ترس و تنفرد او را نسبت به تجربه كاهش مي دهد .

از نگراني آنها در احساس ناتواني و برقرار كردن ارتباط با ديگران مي كاهد ، و از همه مهم تر فعاليتهاي عملي و حركتي موزيكال به صورت پلي تخيل كودك را به واقعيتها و اشياء هدايت مي كند .

توانايي جلسات موسيقي درماني در جذب علاقه و توجه كودكان روان نژند به مراتب بيشتر از ديگر تكنيكهاي درماني كودكان است .

نگارنده با سالها تجربه در زمينه هاي گوناگون روان نژند و مقايسه تأثير آن با اثر ديگر روشهاي درماني به نتايج چشمگير وَ ملموس موسيقي درماني اذعان دارد . (در برنامه هاي موسيقي درماني همراه با تجارب لذت بخش و جاذب ، اهداف متنوع درماني نيز به خوبي گنجانيده مي شود . (1)) (زاده محمدي ، علي ، 1374 ص 141 ـ 137)

**«پيشينة تحقيق در داخل و خارج كشور»**

**تأثير موسيقي بر مغز انسان**

تحقيقات نشان داده كه موسيقي آرام (مانند موسيقي كلاسيك باتمپوي پايين ) ، آرامش بخش هستند احساسي كه از سي دقيقه گوش دادن به چنين موسيقي بوجود مي آيد معادل آرامشي است كه از خوردن يك قرص و اليوم حاصل مي شود . از آنجا كه در اين نوع موسيقي ، شعري وجود ندارد ، ملودي ، تن ، آهنگ و ريتم است كه تأثير گذار است و هر دو نيمكرة مغز را درگير جريان خود مي كند . بر طبق تحقيقات مشابه ، موسيقي ممكن است تأثير منفي نيز داشته باشد . بر حسب اينكه موسيقي خوب يا بد گوش بدهيم ، مي تواند مانند زهر در بدن عمل كند . مطالعاتي كه در زمينه تأثير موسيقي بر رشد گياهان انجام شده ، نشان داده كه براي مثال ، موسيقي راك ، رشد گياه را متوقف مي كند و برعكس موسيقي كلاسيك ، باعث تسريع رشد گياه مي شود . قدرت موسيقي به حدي است كه مي تواند مانند مصرف دارو اعتياد آور شود . مي توان گفت موسيقي ابزار قدرتمندي است كه مي تواند اثرات جسمي بسياري بر اشخاص داشته باشد ، البته اگر درست به كار گرفته شود ، در غير اينصورت ممكن است تأثيرات منفي بهمراه داشته باشد .(سايت اينترنتي)

**تأثير موسيقي بر گياهان [[10]](#footnote-10)**

اخيراً يك موسيقي دان فرانسوي بنام استرن ها مي 2 نتهائي براي ملوديهاي خاصي نوشته و بكار برده كه باعث رشد و نمو بهتر گياهان شده است . اين نتها با فرايند ساختار اسيدهاي آمينه شركت كننده در يك پلي پپتيد مطابقت دارد ، بعقيده اين محقق وقتي گياهان يك نت مطلوب را مي شنوند مي توانند تعداد زيادي پروتئين خاصي را توليد كنند در مقابل بعضي از انواع نتها مانع نستنر عده ديگري از پروتئنها مي شود . بنابراين مي توان با استفاده از اطلاعات ساده فيزيكي ارتعاشات ويژه اي را در سطح مولكولي در گياهان به ساختمان اسيدهاي آمينه ترجمه كرد و مطابق بانت موسيقي مخصوصي زنجيره پروتئني ويژه اي را توليد نمود .

استرن ها سر در دانشگاه نيوجرسي آمريكا تحقيقات وسيعي را دراين زمينه انجام داده است او نتهايي را جهت سنتز سيتوكروم اكسيدان سيتوكروم c كه از پروتئينهاي تنفسي هستند بكار برده است . علاوه بر اين نتها ئي را جهت فعاليت آنزيمهايي كه مسئول سنتز پيگانهاي رنگي در گياهان هستند نيز بكار برده است . اين محقق معتقد است روي گياهان گوجه هائي كه در معرض نتهاي نواخته شده قرار گرفته اند ، رشد گياهان به ميزان قند گياهان نيز افزايش يافته است در اين آزمايشها نتهاي موسيقي بر روي سنتز سيتوكروم c ، توماتين و يك ماده معطر مؤثر بوده است .

در آزمايشهاي ديگري مشاهده شده كه نواختن نتهاي موسيقي مقاومت گياهان را نسبت به ويروس موزائيك افزايش داده است . نكته جالب توجه اينكه اين نتها علاوه بر اينكه بر روي گياهان مؤثر است باعث تحريك عكس العمل هاي نامطلوب روي انسان نيز مي گردد .

(بنظر مي رسد گياهان در مقابل نتهاي ناموزون نوعي ابزار انزجار از خود نشان مي دهند ) . 1 (نخبه زعيم ، پرينوش ، 1376) .

**تأثير موسيقي در هنگام ورزش كردن كودكانمان**

موسيقي ميتواند يك عامل محرك براي ما در هر لحظه از زندگي باشد حال اگر ما بخواهيم تأثير آن را در هنگام ورزش كردن كودكانمان بخوانيم در ابتدا ما نمي توانيم سبك خاصي را به آنها تحميل كنيم ولي پيشنهاد ما اينست كه از موسيقي هايي كه محرك هاي خوبي هستند در هنگام ورزش كردن استفاده كنيم ، بعنوان مثال سبك (Techno ) :

چرا اين سبك از موسيقي را ما پيشنهاد مي كنيم : زيرا شدت و سرعت (Tempo) اين كسب ناخودآگاه ما را به حركت در مي آورد و اين حركات را اگر ما فرم و نظم خاصي به آنها دهيم حركات فرميك و يا ورزشي مي توانيم نامگذاري كنيم كه تعداد آنها و فرم صحيح شان بايد مشخص باشد تا انرژي زيادي از ما هدر نرود و خستگي بعد از اين حركات بجاي شادابي براي ما باقي نماند .

اگر هر روز صبح در كنار فرزندانمان ورزش كنيم و آنها را به اين امر عادت دهيم كه فقط روزانه با موزيك 30 دقيقه ورزش كنند ، بعد از يك مدت سيستم بدن به اين برنامه روزانه عادت مي كند و اين عادت موجب سلامتي بدن مي شود كه در آيندة شخص نشان داده مي شود . ورزش مي تواند يك عامل محرك خوب براي روحيه و شادابي كودكانمان باشد ولي اگر طبق برنامه و قاعده و اصول باشد . (سايت اينترنتي)

**موسيقي درماني قرآني**

توجه به اهميت موسيقي درماني كه قبلاً اشاره شد . استفاده از موزيك جهت تسكين درد يكي از عام و ساده ترين روشهاي انحرافي افكار است كه بيشتر افراد به آن پناه برده اند ، تحقيات مختلف اثرات رنگهاي متنوع (شاد ، مهيج ، غمناك و .....) را بر درد سنجيده اند و به نتايج متفاوتي رسيده اند اما آنچه در موسيقي مطرح مي باشد انتخاب مناسب نوع موزيك با توجه به روحيه فرد مي باشد علاوه بر تحريك مستقيم اعصاب شنوايي كه خود عامل منحرف كننده فرد از فرد مي باشد و بطور حالت آرام كنندگي و شل كنندگي كه اغلب پس از شنيدن موزيك به افراد دست مي دهد ، اما بيشترين تأثير را در موسيقي هايي مي توان ديد كه براي فرد مفهومي داشته باشد و با وضعيت روحي و رواني فرد متناسب باشند .

يكي از زيباترين ، دلنشين ترين ، جذاب ترين و طبيعي ترين موسيقي روح افزاي ، ناشي از تلاوت قرآن مي باشد و يكي از جوامعي كه عميقاً متأثر از ارزشهاي اسلامي مي باشند كشور ايران مي باشد .

قرآن با همگاني سروكار دارد و زيبايي آن مختص گروه خاصي نيست اما آنان كه با انس بيشتري دارند قطعاً از آن بيشتر لذت خواهند برد و در واقع هر كس به امر خود طي اخور طبع خود از آن بهرة عملي خواهد بود . (سايت اينترنتي )

**تأثير آموزش موسيقي بر تواناييهاي هوشي خردسالان**

در اين مطالعه ، تأثير آموزشي موسيقي در افزايش تواناييهاي شناختي كودكان بررسي شده است . روشي : 30 كودك پنج و شش ساله كه در ترم اول كلاسهاي موسيقي كودك در آموزشگاههاي موسيقي درجة يك و دو شهر تهران شركت مي كردند ، با سي كودك گواه (از مهد كودك) مقايسه شدند . گروه گواه از نظر سن ، جنس ، ميزان تحصيلات مادر و سطح درآمد خانواده با گروه آزمايشي همسان سازي شد ، در ابتدا ، همة كودكان تحت آزمون هوش استنفورد ـ بينه قرار گرفتند و سپس كودكان گروه آزمايشي به مدت سه ماه هر هفته يكبار در كلاسهاي موسيقي كودكان شركت داده شدند . پس از سه ماه از همة كودكان پس آزمون گرفته شد .

نتايج نشان داد كه گروه آزمايشي از نظر ميزان افزايش توانايي استدلال عمومي (كه با معيار ضريب هوشي و با نمره كل آزمون اسستنفورد ـ بينه سنجيده شد) با گروه گواه تفاوت معني داري دارد . در عرضيابي خرده آزمونها نيز مشاهده شده كه آموزش موسيقي موجب افزايش توانايي استدلال كلامي و تقويت حافظة كوتاه مدت كودكانمان گرديده است ، ولي در مورد توانايي استدلال ديداري / انتزاعي سبب افزايش ميانگين نمره هاي خام هر دو گروه در پس آزمون نسبت به پيش آزمون) ، در ميزان تغييرات دو گروه تفاوت معني داري ديده شد .

نتيجه گيري : از اين مطالعات مي توان نتيجه گرفت كه آموزشي موسيقي ممكن است در رشد برخي تواناييهاي شناختي كودكانمان مؤثر باشد .(سايت اينترنتي)

**بررسي تأثير موسيقي در روحيه نوجوانان از نظر دانش آموزان مدرسه نمونه**

هدف از اين تحقيق بررسي نظر دانش آموزان مدرسه نمونه موسيقي بر روحيه آنان بوده است و ابزار جمع آوري

اطلاعات پرسشنامه محقق ساخته شامل 15 سؤال باز وبسته مي باشد كه به روش تصادفي ساده توزيع شده است .

برخي نتايج اين بررسي عبارتند از :

1 ـ 85 درصد دانش آموزان علاقه به شنيدن آهنگ در زنگ تفريح دارند .

2 ـ در مورد شاد شدن دانش آموزان با شنيدن آهنگهاي مجاز ، 85 درصد گزينه زياد و 15 درصد گزينه متوسط را مشخص كرده اند .

3 ـ 60 درصد پاسخ دهندگان خود را به علاقه مند به موسيقي پاپ و كلاسيك ، 10 درصد تستي ، 30 درصد آواز معرفي كرده اند .

4 ـ 71 درصد افراد علاقمند به موسيقي شاد و 31 درصد موزيك غمگين بوده اند .

5 ـ 90 درصد دانش آموزان در حد زيادي علاقه مندي خود را به موسيقي هاي صدا و سيما داشته اند .

6 ـ 84 درصد دانش آموزان به موسيقي با زبان فارسي ومحلي علاقمندند و 10 درصد موسيقي خارجي و 6 درصد بدون پاسخ بوده است .

7 ـ 90 درصد افراد علاقمند به شنيدن موسيقي با كلام و 10 درصد موسيقي بي كلام مي باشند .

8 ـ 60 درصد پاسخ دهندگان خود را علاقه مند به موسيقي كلاسيك و 10 درصد تستي و 30 درصد آواز معرفي كرده اند .(سايت اينترنتي)

**تأثير موسيقي موتزارت بر سلامت انسان**

دكتر آلفرد توماتيس از سال 1950 شروع به تحقيق راجع به تأثيرات موسيقي (بخصوص موسيقي موتزارت) بر روي انسان كرد . ) او معتقد بود كه موسيقي با قدرت نفوذي كه در احساسات آدمي داره ميتونه بر روي سلامتي انسان تأثيرات مثبت داشته باشه . اين متخصص گوش فرانسوي به تجربه ثابت كرد كه موسيقي موتزارت تأثيرات عميقي در رفع استرس ، اضطراب و حالتهاي depression و همچنين كمك به ايجاد آرامش ، سرحال آوردن بدن و تقويت بدن و تقويت حافظه داره .

او تحقيقات خود را از ابتدا بر روي كودكاني كه نارسايي هاي گفتاري و شنيداري داشتند شروع كرد و ثابت كرد كه موسيقي موتزارت بخصوص سنفوني ها و كنسر توهاي ويلن هاي او نقش بسياري در درمان اين نارسايي ها داره . تحقيقات او تا حدي پيشرفت كرد تا سال 1980 صدها و مركز وكلينيك درماني در سراسر جهان از اين روش براي درمان بيماران خود استفاده ميكنند . همچنين در سال 1990 تحقيقات او رسماَ در دانشگاه كاليفرنيا بررسي و مورد تأييد قرار گرفت و اخيراً در سال 2001 نيز دانشگاههاي انگليس سرگرم بررسي «اثر موتزارت» بر روي بيهوشي و بيماري صرع ميباشند . بله به عقيده خيلي از محققين گوش دادن به موسيقي موتزارت باعث تقويت حافظه و باهوش تر شدن آدم ميشد . امروزه جاي هيچ شك و ترديدي باقي نمانده كه موسيقي توانايي هاي زير روداره :

تقويت حافظه انسان ، كمك به برگرداندن سلامتي به انسان در هر شرايطي ، كمك به عملكرد يكپارچه مغز انسان براي بهره گيري بهتر ، كمك به حل نارسايي هاي گفتاري و شنيداري ، تقويت قدرت درك انسان هنگاميكه با دريافت بصري توام باشد و ........ . (سايت اينترنتي)

آلات موسيقي و تأثير هر يك از آنها در برخي بيماريها (از ديدگاه دكتر گوردن) :

دكتر گوردن اروست معتقد است كه ويولون براي اشخاص وسواسي و ماليخوليا مناسب است .

كنتر باس : درستي اعصاب تأثير مي كند .

چنگ : براي مرض حمله مناسب است .

ني : براي بوالهوسي و درجه اول سل مناسب مي باشد .

موبوا : در عين حال تقويت مي نمايد و عضو ناخوشي را تسكين مي دهد .

قره ني : در ناخوشيهاي عصبي موثر است .

گرانگليس : خشم را فرو مي نشاند .

ترومپت 1 : در سرسام تأثير دارد .

كورنه : تنبلي و كرختي را برطرف مي كند .

تنبور : در اختلال اعصاب بكار مي رود . 2 (نخبه زعيم ، پرينوش ، 1376) .

**تأثير آلات موسيقي در برخي بيماريها از ديدگاه استادنور علي الهي :**

موسيقي خواص بيشماري دارد كه بشر به بسياري از آنها هنوز پي نبرده است مثلاً نواي ني مرض تيفوئيد (حصبه) را معالجه مي كند و بارها ديده شده كه مريض بلافاصله از رختخواب برخاسته آهنگها هر كدام در موقع خاصي از روز اثر خاصي دارند .

**تأثير موسيقي بر روح و روان از ديدگاه استاد نور علي الهي :**

هر آهنگي از نظر روحاني يك معنا و مغز خاصي دارد اگر معنا و مغز روحاني آن درك شود موسيقي اثر ديگري پيدا مي كند .

شيخ بهائي در هر فني وارد بوده مخصوصاً در موسيقي هم كاملاً وارد بوده است مي گويد در سفري طولاني در كارواني شتري كرايه كرده بودم براي اينكه مرا زود برساند زنگهاي كوچك او را طوري مرتب كردم كه وقتي به حركت آورد صداي موسيقي مطبوعي ايجاد شود شترها مست كردند و سرعت گرفتند يك عالم نماي ظاهر پرست نباي نالزا گذاشت كه چكار كردي اينها اينطور مست شدند . گفتم واي بر تو مغز تو كه اين آهنگ در شتر تأثير كرده ودر تو نكرده .

موسيقي اين نيست كه فقط روي پايه كلاسيك برويم و فكر كنيم هر آهنگ يك قواعد علمي دارد و به آن اكتفا كنيم ، چنانكه استادان اروپايي از روي قواعد علمي آهنگهاي مطبوع و خوبي مي سازند ، ولي موسيقي ايراني به آن قواعد علمي توجه نداشته بلكه رفته است روي پايه روحي . روح را در نظر داشته كه چه آهنگي مي خواسته به نشاط مي آمده آنرا بوجود آورده اند مثلاً آهنگي كه حزن دارد فقط براي موقع غم مفيد نيست بلكه همان گريه كه دست مي دهد بعد تسكين پيدا مي كند و به او نشاطي دست مي دهد .

موسيقي ايراني روي عوالم روحي است و هر موقع كه روح حالتي طلب كرده آهنگي بوجود آمده . مثلاً آهنگهايي كه نصف شب به بعد بايد زده شود اگر در ظهر زده شود اثر ندارد و بالعكس براي هر كدام زمان و مكان معين و جلسه لازم است .

از آنجا كه موسيقي روح را به هيجان مي آورد براي قشون كشي و جنگ آرايي موزيك مي زدند . آهنگهايي هست اگر آن موقع بزنند سرباز گلوله هم بخورد حالي اش نمي شود و اصلاً ترسي پيدا نمي كند .

در حديث مي فرمايد : بخوانيد قرآن را به صوت حسن (آواز قشنگ) كه در آواز خوب تأثيري هست كه در آواز ساده نيست . (نصيري ، زهرا)

**موسيقي و تأثير آن بر روي اعصاب و روان از ديدگاه منتقدين :**

در اين قسمت موسيقي را از دو ديدگاه مورد بررسي قرار مي دهيم يعني كساني كه به موسيقي به عنوان يك وسيله محزب و صد درصد فلج كننده اذهان و كسانيكه اضرار موسيقي را بيش از منافع آن مي دانند .

تعريفي كه اينان از موسيقي مي كنند مي گويند موسيقي عبارتست از فن ايجاد آهنگهايي است كه توليد شادي يا اندوه مصنوعي و موقت در آدمي مي نمايد اين آهنگها را مي توان به دو قسمت تقسيم كرد .

1 ـ آهنگهاي طبيعي و غير طبيعي

آهنگهاي طبيعي عبارتست از نغمه جويبارها و آبشارها . صداي وزش بادهاي ملايم بر درختان نواي پرندگان با آواز قمري و كپك و هزار دستان اينگونه نواهاي طبيعي چون غالباً يكرنگ و يكنواخت و بريك آهنگ و ميزان ملايم مسرت بخشي است و مانند آهنگهاي غير طبيعي داراي ارتعاشات بيشمار و زير وبم و آهنگها و نواهاي گوناگون است لذا نيروي يك محرك خارجي بشمار مي رود كه چون سيستم اعصاب اثر مستقيم دارد همين اعصاب نباتي هستند كه بيشتر تحت تأثير قرار مي گيرد لذا با دريافت هر چه بيشتر اين تحريكات تعادل خون از دست داده و بالنتيجه اختلال در اعمال جسم و روح نمايان مي گردد . (عبداللهي خوروش ، حسين ، 1353 . ص 27) .

موسيقي وقتي با آهنگهاي نشاط انگيز يا با نواهاي حزن انگيز و مخصوصاً اگر با ارتعاشات عجيب و غريب موسيقي همراه گردد بطور مسلم تعادل لازمي را كه بايستي بين دو دست اعصاب وجود داشته باشد بر هم زده و در نتيجه اين عمل اصول زندگي حيواني را اعم از هضم و جذب و دفع ترشحات و ضربانات قلب و رفع فشار مايعات بدن از جمله خون و غيره را مختل ساخته و رفته رفته شخص را به گرفتاريها و امراض نزديك مي سازد كه طب جديد با تمام پيشرفتهاي حيرت انگيز خود در اغلب موارد از معالجه آن عاجز مي ماند . (همان ص 40) .

در اينجا لازم است به چند قسمت از بيماريهاي روحي و عصبي كه در اثر تحريكات موسيقي بر روي اعصاب سمپاتيك و پاراسمپاتيك و ايجاد عدم تعادل بين آنها موجود است بطور اختصار اشاره كنيم .

1 ـ جلب توجه غير طبيعي (بُهت) :

از تأثيرات مهم موسيقي ايجاد حالت بهت و جلب توجه غير طبيعي و نسبتاً شديدي است كه در اثر ارتعاش صوتي در شنوندگان ايجاد مي شود . در اينجاست كه اين حالت گاهي به اندازه اي تقويت شده كه شخص همانند افراد بهت زده شده و توجه خود را از امور مادي معنوي هر دو باز دارد بطوريكه اگر موسيقي چند ساعت متوالي ادامه پيدا كند شنونده كاملاً تحت نفوذ عوامل مرموز با كنشهاي صوتي آن قرار گرفته كه حتي خود هم نمي تواند تشريح كند كه چه حالتي در وي پديد آمده و در چه عالمي سير مي كند و در آن حالت به هيچوجه متوجه امور آني خويش نيست اين خود يكي از تغييرات و تحولات مرموزي است كه در اثر جلب دقت و توجه زياد در شنوندگان ايجاد مي شود اين حالت در مراحل اوليه بصورت موقت يعني فقط در هنگام استماع موسيقي براي شنوندگان پديدار مي گردد .

اما هرگاه مكرر شد پس از چندي شخص يك حالت بطالت وسستي در وجود خود حس نموده هنگاميكه مي خواهد وقت خود را به امري توجه دهد چنين گمان مي پندارد كه با نوعي سستي و بي حالي روبه رو شده كه هرچه كوشش و تلاش كند مبارزه با آن به جائي نمي رسد اين حالت ضعف كه حالت عصبي و پاتولوژيك است و مقدمه يك بيماري رواني است .

در درجه دوم شخص از احساسات ذهني كه در خود تصور كرده و از آنها مي نالد تمام اعمال رومي وي دستخوش يك نوع كندي واقع مي گردد اين كندي بطور محسوسي است كه سوالات را پس از مدت طولاني پاسخ مي دهد وغالباً با اختلالات حواس و ادراك و گيجي و خواب آلودگي همراه است .

2 ـ از دست دادن توانائيهاي فكري و امتيازات بشري يكي ديگر از تأثيرات موسيقي بر تضييع توانايي هاي فكري از دست دادن ملكات فاضله و صفات عاليه انسانيت است .

موسيقي سعي دارد تمام صفات عاليه انسانيت را در حالت توقع و ناتواني در آورد و در آخر به نحو آنها دستور صادر نمايد و دستورات خود را در رديف ناتوانترين افراد از نظر فكر و اخلاق ومعنويات به جامعه معرفي كند در آن ساعت شخص مجذوب موسيقي و نوارهاي لذت بخش و زير وبم هاي موسيقي است تمام افكار عالي و انديشه هاي بزرگ در حال سستي و ناتواني شديدتر آمده و مثل اين است كه پرده استتاري روي تمام ادراكات و صفات عاليه كشيده مي شود .

بديهي است وقتي اين عمل تكرار شد براي هر نوبت تكرار تأثيري روي مغز و نيروهاي فكري گذشته به تدريج نيروي فرد و اراده و انديشه هاي عالي و اخلاق و معنويات ناتوان گرديده تا آنجائيكه به سر حد زوال و سقوط در مي آيد .

3 ـ تضييع نيروهاي قضاوت :

موسيقي در اثر يافتن بر اعصاب و روان حالتي در شخص ايجاد مي كند كه انسان را با كلي از قضاوتهاي صحيح و انديشه هاي درست بازداشته وگاهي مي شود همه چيز را در نظر يكسان نمايش مي دهد . راست ودروغ ، نيكي وبدي ، فقر وغنا ، خوشي و ناخوشي ، همه در آن ساعت كه روح در جذبه آهنگهاي موسيقي قرار گرفته بكلي يكسان و خوب و بد اجتماع در انديشه مجذوب مساوي جلوه مي كند در اينها نيروي قضاوت و انديشه بطور كلي اسير نيروي مغناتيسي آهنگهاي موسيقي است و هيچگاه قوه تفكر نمي تواند حقايق اجتماع را آنطور كه وظيفه يك انسان پاك و بي آلايش است درك نمايد .

4 ـ افسردگي وخمودگي :

كسي كه به موسيقي دل باخت و علاقه مفرد پيدا كرده بتدريج يك نوع حالت سستي و رخوت در وي پيدا مي شود كه علاقه او نسبت به انجام كارهاي خود به ديگران كم مي شود و رغبت او به ضروريات زندگي كم مي شود و به هر اندازه موسيقي بر اعصاب او مسلط شده باشد به همان اندازه روح كاهلي و افسردگي و خمودي بر وي مستولي خواهد شد .

5 ـ ضعف اعصاب :

اين بيماري نوعي واكنش نوروتيك است و منشاء آن از اختلالات عصبي است و بعلّت تحريك پذيري زياد خستگي مزمن و ناراحتي هاي مبهمي بوجود مي آورد كه شامل سستي و بي حالي و گاهي بيماري بي ميلي بكار و زندگي و عدم توجه به اطرافيان خود مي گردد . موسيقي كه از عوامل حساس و مؤثر در ايجاد نور استني ضعف اعصاب واختلات عصبي است موسيقي تعادل بين اعصاب سمپاتيك و پاراسمپاتيك را بهم زده و موجب بيماري ضعف اعصاب مي شود .

طبق تحقيقات پزشكي ثابت شده كه كوچكترين صدا روي اعصاب تأثير دارد و ايجاد تحريكات مي كند اثر صدا از الكل و توتون به مراتب شديدتر است و در واقع بدن را بيشتر مسموم مي نمايد اخيراً روانشناسان پي برده اند كه بيشتر درد هاي روزانه مثل سردرد ، درد معده ، درد حالت زنانه ، عصبانيت نتيجه تأثير صداست . سروصدا توليد امراض نور استني و نوروز و ساير حالات عصبي خطرناك را نموده و ارتعاش و گرفتن لكنت زبان و ضعف چشم را موجب مي شود صداي موسيقي هر قدم هم ضعيف باشد آشفتگي فوق العاده شديدي در كار مغز ايجاد مي نمايد . صداي ملايم و آرام موسيقي حتي موقع خواب دشمن سلامتي است .

6 ـ تضييع حس بامره :

وقتي تحريكات خارجي روي اعصاب مكرر شده اين تكرار بخصوص روي اعقاء حساسه مانند چشم و گوش تأثيرات بيشتر وعميقي خواهد داشت كه ضعف نيروي بامره يكي ازآثار شوم آن است .

بطور كلي آثار شوم و زيانبخشي كه موسيقي روي اعصاب دارد بخصوص وقتي كه با مسموميت الكل همراه گردد اعصاب بامره را از بين برده و كوري به عاملين آن هر چه سريعتر تقديم مي دارد . (عبدالهي خوروش ، حسين ، 1353 ص 67 ـ 43) .

7 ـ تأثيرات قلبي :

موسيقي بوسيله ارتعاشات و زير وبم ها و تحريكات خارجي خود و جلب توجه شديدي كه در شنونده ايجاد مي كند روي اعصاب قلب نيز موثر بوده و با تحريكات آنها تعادلي را كه بايد پيوسته دو دسته اعصاب سمپاتيك و پاراسماتيك برقرار باشد بر هم زده و چون قلب عضو بسيار حساس و موثري براي نگهباني و حفظ و اراده تمام اعضاء بدن است هرگاه به نظم و انضباط آن خللي وارد آيد در نتيجه در نظم و انضباط تمام اعضايي كه از قلب بهره برداري مي كند تأثير دقيق داشته و نظم داخلي آنها را نيز برهم مي زند در نتيجه همين عمل پايهاي زندگي حيواني از جمله هضم و جذب و ترشحات ، وضع فشار مايعات بدن ، ضربانات قلب و حركات خون و غيره هم مختل گرديده توليد امراض مي كند .

8 ـ فشار خون :

تجربياتي كه متخصصان اعصاب موسيقي بعمل آورده چنين نتيجه گرفتند كه ارتعاشات موسيقي در بالا بودن فشار خون موثر بوده است . 1 (عبداللهي خوروش ، حسين ، 1353 . صص 94 ـ 84)

9 ـ شكست عمر و جوانمردگي :

موسيقي دانان به طور كلي از عمر طبيعي بي نصيب بوده اند و غالباً جوانمرگ شده اند . كليه روانشناسان و دانشمندان فيزيولوژيست معتقدند كه هيجانات رواني ما در همه بيماريها التهاب و هيجان هنگامي كه در انسان پيدا شد آتشي است كه شعله هاي آن وجود صاحبش را خاكستر مي كند . (ص 101) .

جايگاه موسيقي در درمان :

در درمازا جزء طب مكمل 1 است ، در طيقه اي تحت عنوان حد اختلاف ذهن ـ بدن قرار دارد . كه اين طبقه شامل هيپنوتيزم ، تصوير سازي ذهني ، مدتيشين ـ درمانهاي مذهبي ـ يوگا ـ هنر درماني ـ موسيقي درماني است .[[11]](#footnote-11)

**منابع و مآخذ**

ـ زاده محمدي ، علي . (1374) . آموزش موسيقي و موسيقي درماني كودكان استثنايي ، تهران كارگاه نشر .

ـ عبداللهي خوروش ، حسين . (1352) . تأثير موسيقي بر روان و اعصاب .

ـ راهگاني ، روح انگيز . (1377) ، تاريخ موسيقي ايران . انتشارات پيشرو .

ـ اشميت ژاكلين ، پترز . (1371) . مقدمه اي بر موسيقي درماني ، (زاده محمدي ، علي ، مترجم ) . تهران : انتشارات روان .

ـ شمس ، بهاءالدين . (1383) ، موسيقي در عهد باستان . انتشارات نور .

ـ تده اندروز . (1382) . موسيقي درماني براي همه . (آذر عمراني گرگري ، مترجم) و تهران : انتشارات روان .

ـ زاده محمدي ، علي ، (1384) و مجله هنري موسيقي . قسمت سوم .

ـ نخبه زعيم ، پرينوش . (1375) . بررسي موسيقي درماني ، پايان نامه كارشناسي ، دانشگاه الزهرا .

ـ ارجي ، مرضيه . (1385) . تأثير موسيقي بر روي پرخاشگري ، پايان نامه كارشناسي ، دانشگاه آزاد ابهر .

ـ مشرفي ، شيوا ، (1385) . تأثير موسيقي درماني در كاهش ميزان اضطراب دانش‌ آموزان دختر در مقطع دبيرستان ، دانشگاه آزاد كرج .

ـ توسلي زنجاني ، فاطمه . (1379) ، نقش درماني موسيقي و اثرات آن بر روان ، پايان نامه كارشناسي ، دانشگاه الزهرا ء .

ـ نصيري ، زهرا . (1379) . موسيقي درماني ، پايان نامه كارشناسي ، دانشگاه الزهراء .

WWW . IRANDOC . COM

WWW . Iran song music . com

WWW . Iran Healers . com

WWW . GOOGEL . com

WWW . music Trophy .

WWW . ROSHD . com

1. 1. بيماريي كه علاج ناپذير و مرگبار هستند ، مثل ايدز [↑](#footnote-ref-1)
2. Shaman 1. طبيب جادوگر [↑](#footnote-ref-2)
3. 1.BOX bereg [↑](#footnote-ref-3)
4. 1.BOX bereg [↑](#footnote-ref-4)
5. 1.origilal [↑](#footnote-ref-5)
6. 1.EUYhgthmics programs

   2.music tronic [↑](#footnote-ref-6)
7. 2.owatonna Minnesota

   3.pick ups 1. آموزش موسيقي و موسيقي درماني كودكان استثنايي.

   4.Larj orff instruments [↑](#footnote-ref-7)
8. 1.Maelaen – marsh - ficth [↑](#footnote-ref-8)
9. 1.Galloway 2. Altrows 3. Briden 4. BNrayton

   5. contare 6. silverman 7. yeiri [↑](#footnote-ref-9)
10. 1.stEREN HEMER [↑](#footnote-ref-10)
11. 1. Compementore [↑](#footnote-ref-11)