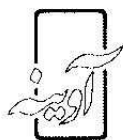


موسیقی، غذای روح

کامران ہمت پور



www.ketab.ir

نشر اویسہ



سرشناسه: همت پور، کامران
عنوان: پدیدآور: موسیقی، غذای روح/تالیف و گردآوری کامران همت پور.
مشخصات نشر: تهران: آوینه، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری: ۲۰۴ ص: مصور، جدول: ۱۴/۵×۲۱/۵ س.م.
شابک: ۹۷۸-۶۰-۹۷۲۸-۱-۷
وضعیت فهرست نویسی: ناچاپ
موضوع: موسیقی در روانشناسی
موضوع: Music therapy
موضوع: موسیقی -- جنبه‌های روانشناسی
موضوع: Music - Psychological aspects
موضوع: موسیقی
موضوع: Music
موضوع: موسیقی -- تأثیر
موضوع: Music, Influence of
رده بندی کنگره: ۱۳۹۷ ۸م ۸/۵۳۹۲۰ ML
رده بندی دیویی: ۶۱۵/۸۵۱۵۴
شماره کتابشناسی ملی: ۵۳۱۲۹۵۹

نام کتاب: موسیقی، غذای روح
تالیف و گردآوری: کامران همت پور
ناشر: آوینه
گرافیک و آماده سازی: آتلیه نشر آوینه (نگار بیضایی دوست)
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
قیمت: ۳۵۰۰۰۰ ریال
نوبت چاپ: اول - ۱۳۹۷
شابک: ۹۷۸-۶۰-۹۷۲۸۸-۱-۷
تلفن پخش: ۰۹۱۹۲۲۴۲۰۱۷
avinehpub@gmail.com
www.avinehpub.ir

فهرست

۱۳	مقدمه
۱۷	فصل اول
۱۵	موسیقی چیست؟
۱۶	موسیقی در آثار قدما
۱۸	تعریف موسیقی عملی و موسیقی نظری
۱۸	ارکان و عناصر اصلی و اساسی موسیقی
۱۹	چگونگی و زمان پیدایش موسیقی و سازهای موسیقی
۲۵	فصل دوم
۲۵	انواع موسیقی
۲۵	موسیقی ملی
۲۵	موسیقی سنتی
۲۶	موسیقی دستگاهی
۲۶	موسیقی محلی
۲۶	موسیقی عرفانی
۲۶	موسیقی روحانی (کلیسایی)
۲۷	موسیقی مذهبی
۲۷	موسیقی کودک
۲۷	موسیقی نظامی و جنگ

۲۷	موسیقی کلاسیک
۲۹	موسیقی رقص
۲۹	موسیقی جاز
۲۹	موسیقی بلوز
۳۰	موسیقی راک
۳۰	موسیقی هوی متال
۳۱	موسیقی رپ
۳۱	موسیقی پاپ
۳۱	موسیقی آلبانیایی
۳۳	فصل سوم
۳۳	ادوار مختلف موسیقی در جهان
۳۳	فرهنگ قدیم ادیان
۳۳	سومر
۳۴	مصر
۳۷	آسوری‌ها
۳۷	موسیقی قوم یهود
۳۸	موسیقی در چین
۴۰	موسیقی در هندوستان
۴۱	سبک‌های گوناگون موسیقی
۴۱	قرون میانه (۱۴۵۰ - ۴۵۰)
۴۲	دوره گرگوریان (موسیقی کلیسایی)
۴۴	اساس موسیقی غرب
۴۶	موسیقی روم
۴۸	موسیقی دنیوی در قرون وسطی (موسیقی غیر کلیسایی)
۵۰	قرن چهاردهم، موسیقی «هنر جدید» در اروپا
۵۱	دوره رنسانس
۵۳	دوره باروک
۵۳	کلاسیک
۵۳	رمانتیک
۵۳	امپرسیونیسم

۵۵	فصل چهارم
۵۵	نگاهی به تاریخ موسیقی ایران
۵۶	موسیقی دوران باستانی یا دوره اساطیری (پیش از اسلام)
۵۹	دوره مادها
۶۰	ایلان (عیلام) شوش
۶۳	دوره هخامنشی
۶۵	سلوکیان و دوره پارتی (اشکانی)
۶۷	دوره ساسانی
۷۶	موسیقی بعد از اسلام (دوران اسلامی)
۷۶	دوره خلفای راشدین
۷۷	دوره خلفای اموی
۷۸	دوره خلفای عباسی
۸۰	دوره طاهریان
۸۱	دوره سامانیان
۸۵	دوره غزنویان
۸۵	دوره سلجوقیان
۸۷	دوره صفویه
۸۸	دوره زندیه و افشاریه
۹۱	دوره پس از صفویه، دوره کم خبری
۹۳	دوره قاجاریه

۹۹	فصل پنجم
۹۹	دستگاه‌های موسیقی ایرانی
۹۹	تعریف دستگاه
۱۰۰	تعاریفی در ارتباط با دستگاه‌ها
۱۰۵	انواع دستگاه‌ها
۱۰۶	پاره‌ای از ویژگی‌های دستگاه‌ها

۱۰۹	فصل ششم
۱۰۹	تاثیر موسیقی بر موجودات زنده
۱۰۹	تاثیر موسیقی بر گیاهان

۱۱۰	تأثیر موسیقی بر حیوانات
۱۱۲	تأثیر موسیقی بر انسان
۱۱۳	تأثیر موسیقی بر مغز
۱۱۵	تأثیر موسیقی در زندگی روزمره انسان
۱۲۳	موسیقی و خاطرات

۱۲۴	فصل هفتم
۱۲۴	کارکردهای موسیقی
۱۲۴	موسیقی و سلامتی
۱۲۶	موسیقی و ورزش
۱۲۷	موسیقی و غذا و رستخیزی و مزه
۱۲۸	موسیقی و خواب

۱۲۹	فصل هشتم
۱۲۹	موسیقی درمانی: (روان‌درمانی)
۱۲۹	نگاهی اجمالی به موسیقی درمانی در تاریخ
۱۳۰	موسیقی درمانی در فرهنگ و تمدن یونان
۱۳۱	موسیقی درمانی در فرهنگ و تمدن روم
۱۳۲	موسیقی درمانی در کتاب مقدس
۱۳۴	موسیقی درمانی در خاور دور و آسیای جنوب شرقی
۱۳۵	موسیقی درمانی در قرون وسطی
۱۳۶	موسیقی درمانی در دوره رنسانس
۱۳۷	موسیقی درمانی در ادیان ابتدایی
۱۳۹	موسیقی درمانی در فرهنگ و تمدن هندی
۱۴۰	نگرش موسیقی دانان ایرانی - اسلامی به موسیقی درمانی
۱۴۱	موسیقی درمانی در دوره‌ی مدرن
۱۴۱	قرن هفدهم تا نیمه قرن هجدهم
۱۴۲	نیمه قرن هجدهم تا میانه قرن نوزدهم
۱۴۲	قرن بیستم
۱۴۲	سازمان ملی موسیقی درمانی
۱۴۳	موسیقی درمانی در کشورهای مختلف

۱۴۳	نکاتی که در جلسات موسیقی درمانی رعایت می‌شوند
۱۴۴	ابزار موسیقی درمانی
۱۴۴	سبک‌های موسیقی و ریتم
۱۴۵	درمان از طریق تن و آلات موسیقی
۱۴۶	درمان‌های آوایی
۱۴۶	موسیقی و حرکت درمانی
۱۴۶	جنبه‌های گوناگون موسیقی درمانی
۱۴۶	موسیقی درمانی برای گردش خون
۱۴۹	موسیقی درمانی برای گوارش
۱۵۱	موسیقی درمانی برای غدد
۱۵۴	موسیقی درمانی برای اعصاب
۱۵۶	موسیقی درمانی برای خوانندگی
۱۵۹	بیشترین کاربرد موسیقی درمانی
۱۶۱	فصل نهم
۱۶۱	جنبه‌های درمانی موسیقی و رنگ‌ها
۱۶۷	فصل دهم
۱۶۷	موسیقی و هنرهای دیگر
۱۶۹	فصل یازدهم
۱۶۹	موسیقی و حس شنوایی
۱۷۵	فصل دوازدهم
۱۷۵	روانشناسی موسیقی
۱۷۵	موسیقی و شخصیت
۱۷۶	تاثیر شخصیت در فرآیندهای هنری
۱۷۷	موسیقی و عزا
۱۷۷	موسیقی و استرس (تنش)
۱۷۸	موسیقی و ترس
۱۷۸	موسیقی و عشق

۱۷۹	موسیقی و عبادت
۱۸۰	ارتباط موسیقایی با خداوند
۱۸۱	رابطه متقابل موسیقی و روح
۱۹۰	فصل سیزدهم
۱۹۰	موسیقی غذای روح
۱۹۳	درمان یا خرافات
۱۹۵	موسیقی و سکوت
۱۹۶	موسیقی و عرفان
۱۹۷	رابطه سمع و درمان
۱۹۸	فواید جسمی، روحی و موسیقی
۱۹۹	سخن آخر
۲۰۲	منابع

www.ketaboo.ir

مقدمه

انسان از رزق نخستین همچون سایر موجودات در پی آن بوده است که بتواند نیازهای اولیه خود را چون خوراک، پوشاک و آرامش زندگی فراهم نماید. این وضعیت با توجه به پیشرفت‌های اولیه و تکامل بشر نخستین، پیشرفت صنعت و شرایط اقلیمی، تغییر یافته و خود انسان نیز با این تغییرات سازش پیدا نموده است.

بشر نخستین با زبان حرکات و اشاره سخن می‌گفت، همچنین از طریق حکاکی و نقاشی بر دیواره‌های غارها و یا ایجاد صدا و تولید دودی که از آتش سنگ‌های چخماق ایجاد کرده بود، خود را از دند آسب‌های مختلف دور و همنوعان خود را از امور پیرامون مطلع می‌ساخت. «انسان همواره ولع در جاودانگی داشته است»؛ انسان نخستین مهمترین و حیاتی‌ترین موارد نیاز خود را به تصویر می‌کشید که در این میان ابزار به گانه زیر بیش از بقیه به چشم می‌خورد:

(۱) غذا: هر انسانی برای رشد و بقا به انرژی نیاز دارد و منبع این انرژی غذاست.
(۲) سلاح: انسان همواره از جانب حیوانات وحشی و قبایل دیگر مورد هجوم قرار می‌گرفت، ناچار به ساخت سلاح مشغول شد.

(۳) ساز: سومین موردی که بسیار به چشم می‌خورد، ادوات موسیقی است که بصورت ابتدایی بوجود آمده بود. بنابراین بشر بعد از غذا و ایمنی، به غذای روح نیاز

داشته و دارد، مانند نوزاد ناآرامی که با صدای لالایی مادر آرام می‌گیرد، لبخند می‌زند و می‌خوابد.»

اینک به این مسئله توجه نمایید: «اگر در یک روز تعطیل، فارغ از مسائل زندگی و دنیوی به گوشه‌ای از طبیعت همچون کوهستان، جنگل، دشت و یا به صحرا پناه ببریم، به آرامش خاصی دست می‌یابیم. این حالت ناشی از اصواتی است که می‌شنویم. مثلاً صدای موزون آبخار، وزش باد، خش‌خش برگ‌ها، چهچه مرغان خوش نوا، همه و همه برگرفته از موسیقی است. حال اگر در یک روز پرمشغله، از خیابانی پرمهمه و با صداهای ناهنجار از اتومبیل‌ها و فریاد مردم، عبور نماییم، نه تنها موفق به این مهم نگشتیم، بلکه شاید دچار تشنجات روحی هم بشویم. پس می‌توان گفت موسیقی ارتباط مستقیم با روان و روان انسان دارد و می‌تواند غذای مناسب یا نامناسب برای روح باشد. در این کتاب، به بررسی کاملی از موسیقی می‌پردازیم، بنابراین بهتر است ابتدا بدانیم موسیقی چیست؟

کارکردهای موسیقی و مطالعه در آن‌ها از جاذبه‌هایی است که می‌تواند با ایجاد رابطه و شناخت بیشتر از آموزش پرورش هنرآموزان، هنرجویان و علاقمندان موسیقی، در ایجاد بهبود کیفی و کمی برآورد فوق‌بخصوص موضوع این کتاب «روانشناسی و روانکاوی موسیقی» به کار آید.