

تأثیر موسیقی بر درمان بیماری‌ها

علیرضا اعتمادی

نام کتاب : تأثیر موسیقی بر درمان بیماری‌ها

نویسنده : علیرضا اعتمادی

ناشر : مؤلف

نوبت چاپ : اول

تیراژ : ۲۰۰۰ جلد

چاپ : گهر

طرح جلد : علی زمانی

صفحه ازا : موسسه نشر و گرافیک حجم سبز

تایپ : مهدیه تکللی

مرکز پخش : جام هنر

تلفن : ۸۸۷۷۴۴۹۰ - ۸۸۷۴۴۸۱

همراه : ۱۳۳۳۹۷۰ - ۰۹۱۲

تلفکس : ۸۸۶۷۱۵۷۷

www.jamehonar.com

«حق چاپ برای مؤلف محفوظ است»

«هرگونه برداشت باید با اجازه از مؤلف باشد»

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

سرشناسه	:	اعتمادی علیرضا
عنوان و نام پدیدآور	:	تأثیر موسیقی بر درمان بیماری‌ها / علیرضا اعتمادی
مشخصات نشر	:	تهران: علیرضا اعتمادی، ۱۳۹۰
مشخصات ظاهری	:	۹۲ ص، مصور
شابک	:	۹۷۸-۹۶۴-۰۴-۷۶۵۶-۷
وضعیت فهرست‌نویسی	:	فیا
موضوع	:	موسیقی درمانی
موضوع	:	موسیقی - تأثیر
موضوع	:	موسیقی - جنبه‌های روان‌شناسی
رده‌بندی کنگره	:	ML۳۹۲۰/الف۷ت۲ ۱۳۹۰
رده‌بندی دیویی	:	۶۱۵/۸۵۱۵۴
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۴۸۶۹۹۸

قیمت: ۵۰۰۰ تومان

خلاصه‌ای از بیوگرافی هنری مؤلف

علیرضا اعتمادی از چهار سالگی موسیقی را فرا گرفته و ضمن گذراندن دوره‌های مقدماتی موسیقی، تعلیم پیانو و ارگ را از هنرستان موسیقی فروغی آغاز نموده و سپس ستور و تمبک و دوره تکمیلی پیانو را در فرهنگخانه موسیقی گذرانیده است. از کودکی به سرودن شعر و نیز خواندن ترانه و آواز پاپ علاقه‌مند بوده و تعلیم و نواختن دف را نیز از نوجوانی آغاز نموده و همپای چهارساز دیگر مورد علاقه‌اش دوره‌های آن را تا مراحل پیشرفته و حرفه‌ای نزد چند استاد فرا گرفته. به تدریج نزد استادان بسیاری دوره‌های مختلف موسیقی را به اتمام رسانیده از جمله پیانو را نزد استاد جعفری ستور را نزد استاد نیاوندی، تمبک را نزد استاد خسرویک، ارگ و آکورد شناسی را نزد استاد آرداش تارپین‌یان، موسیقی فوکلوریک و سنتی را نزد استاد عباس تهرانی تاش، و سرودن شعر و ترانه را نزد پدر خویش استاد جلال الدین اعتمادی، او در کنسرت‌های بزرگی در تهران و شهرستانها به عنوان نوازنده سازهای سنتی و پاپ یا خواننده و یا سرپرست گروه شرکت نموده. دستاوردش در رشته آهنگ‌سازی کودک و نوجوان ساخت بیش از پانصد شعر و آهنگ است که بسیاری از آنها وارد زبانها گشته و سال‌هاست در مراکز آموزشی و مدارس به کودکان و نوجوانان به صورت موضوعات درسی همراه با موسیقی آموزش داده می‌شود و بسیاری از آهنگهای او در مناسبت‌های ویژه مانند روز جهانی کودک و روز هوای پاک همواره مورد استفاده قرار می‌گیرد. برای بزرگسالان و در موسیقی پاپ نیز آهنگهای بسیاری ساخته، برای چندین کنسرت، چندین مناسبت ویژه، تعدادی تیزرو غیره به برخی آهنگهای او همچون خوب کردی آمدی، آرزو، جدایی، غم، مادر، آفرینش، یا حسین، علی جانم، بی‌قراری، و ... می‌توان اشاره نمود. تاکنون آثار موسیقی متعددی از علیرضا اعتمادی انتشار یافته همچون مجموعه چهار جلدی فصلها، مجموعه واحدها، کتابهای آهنگ، آوا، نغمه، نوا، ندا، ترانه، ملودی، زنگ موسیقی، دنیای زیبایی به نام موسیقی، تأثیر موسیقی بر کودکان، تأثیر موسیقی در درمان بیماریها، شب یلدا، رنگ پاییز، بوی بهار، گنجشکها، و ...

همچنین مقالات متعددی از او در رابطه با موسیقی در مجلات مختلف به صورت سریال به چاپ رسیده، آثار مکتوب او بارها در نمایشگاههای متعدد ارائه گردیده، از آثارش بارها در صدا و سیما به خصوص برنامه کودک استفاده شده، آخرین کار او در هنگام تهیه این مطالب ساخت و تنظیم آهنگ من در یک سریال علمی است. وی روشهایی را برای تدریس به کودکان ارائه نموده هم در دسته سازهای ضربی (تمبک و دف) و هم برای سازهای پیانو، ارگ و گیتار و گروه سازهای ارف که در کتابهای آموزشی مختلفی توسط او انتشار یافته و تعدادی نیز همچون مجموعه غنچه‌ها در حال انتشار است. کتاب دیگری نیز از او به چاپ رسیده که در مدارس ابتدایی برای آموزش سرود از این کتاب تدریس می‌شود. او مدیریت اجرایی چند آموزشگاه موسیقی را نیز به عهده داشته است و در کارنامه هنری او تاسیس و اداره دو انجمن ادبی و هنری به نام‌های راهیان دل (به همراه دکتر محمود بنی اعمام) و انجمن هنرجویان نیز به چشم می‌خورد وی مدیر گروه هنری انجمن فرهنگی بهار خاقانی هم می‌باشد که ریاست آن را هوشنگ وزیری به عهده دارد و سالیان سال است همکاری با چندین انجمن ادبی نظیر صائب، دانشوران، حکیم ناصر خسرو، امیرکبیر، حافظان فرهنگ و هنر ایران زمین، فرزاتگان، گلستان و بوستان سعدی، گویش و فرهنگ و ... را نیز دارد.

علیرضا اعتمادی مدیرعامل مؤسسه جام هنر موسیقی است. او عضو کانون نوازندگان کلاسیک، خانه موسیقی ایران، انجمن صنفی هنرمندان موسیقی، فدراسیون بین‌المللی موسیقی و انجمن هنرمندان ایران هم می‌باشد وی ضمن سرپرستی گروه موسیقی جام هنر در گروه موسیقی تکنوازان نیز همراه با استاد عباس تهرانی مشغول به فعالیت است. اکنون او به عنوان نویسنده، ترانه سرا و آهنگساز ضمن زیر چاپ داشتن چند عنوان کتاب موسیقی دیگر مشغول خلق آثار صوتی ماندگار دیگری است عشق و علاقه او به موسیقی انتهایی ندارد. وی بیشتر ساعات شبانه‌روزی را به نوشتن، نواختن، تنظیم و سروکار داشتن با شعر و موسیقی پر می‌کند و زمان کمی را به استراحت اختصاص می‌دهد.

چگونه با موسیقی سلامتی خود را حفظ نماییم ؟

چگونه با خود درمانی به کمک موسیقی زندگی بهتری داشته باشیم ؟

چگونه با کمک موسیقی از بیماریها فاصله بگیریم ؟

اگر بیمار شدیم چگونه از موسیقی برای درمان کمک بگیریم ؟

چگونه از موسیقی به جای داروهای شیمیایی استفاده نماییم ؟

تا چه اندازه موسیقی بر درمان بیماریها مؤثر است ؟

آیا هر نوع موسیقی می تواند در درمان مؤثر باشد ؟

چه نوع موسیقی بر چه نوع بیماری بیشتر اثر دارد ؟

چه شرایطی در مان با کمک موسیقی را مؤثر تر می گرداند ؟

چگونه با موسیقی ناراحتیهای روحی و روانی را درمان کنیم ؟

چگونه با موسیقی به درمان بیماریهای قلبی و عروقی بپردازیم ؟

و سئوالات دیگری که جواب همه آنها در این کتاب است .

فهرست

عنوان	شماره صفحه
۱- مقدمه.....	۸
۲- تأثیر موسیقی بر ذهن و قلب و روح و روان.....	۱۲
۳- تأثیر موسیقی بر درمان بیماریها (از طریق فراگیری موسیقی).....	۱۸
۴- تأثیر گوش دادن یا تماشای اجرای موسیقی بر بیماران و معلولین.....	۲۸
۵- تأثیر اجرای موسیقی توسط خود افراد بیمار یا معلول.....	۳۴
۶- استفاده از تأثیرات موسیقی در هواکاز پزشکی و درمانی.....	۳۹
۷- تأثیر موسیقی بر درمان بیماریها طبق آخرین تحقیقات پزشکی.....	۴۴
۸- چه نوع موسیقی بر چه نوع بیماری بیشتر مؤثر است.....	۵۸
۹- لزوم استفاده از موسیقی مناسب و شرایط مساعد در درمان مؤثر.....	۶۶
۱۰- تأثیر آواها و ریتم‌ها و موسیقی‌های بومی و منطقه‌ای در درمان بیماریها.....	۷۲
۱۱- قدمت طولانی استفاده از موسیقی در درمان بیماریها.....	۷۸
۱۲- موسیقی و دوری از بیماریها.....	۸۱
۱۳- موسیقی و درمان.....	۸۲
۱۴- موسیقی یک راه درمانی.....	۸۴
۱۵- خود درمانی با کمک موسیقی.....	۸۶

مقدمه

امروزه همهٔ انسانها با تأثیرات درمانی موسیقی کم و بیش آشنا هستند. بعضی از آنها خود از این تأثیرات بهره برده‌اند و بعضی دیگر، درمان با کمک موسیقی را در افراد دیگر مشاهده نموده‌اند. به هر حال کمتر کسی است که از تأثیرات موسیقی بر درمان بی‌اطلاع باشد.

در چند سال اخیر که من مشغول به مطالعه و تحقیق و بررسی تأثیرات مختلف موسیقی در موارد متعدد و افراد و سنین مختلف بوده‌ام به نتایج باور نکردنی در رابطه با موضوع درمانی این تأثیرات برخورد کردم البته طی بیش از بیست سال سابقهٔ تدریس موسیقی که قسمتی از آن به تدریس موسیقی با هدف درمانی گذشته بود به نتایج مثبت فراوانی دست یافته بودم و با اجراهای متعدد برای مراکز نگهداری کودکان و بزرگسالان معلول یا

مشاهده اجرا توسط خود آنان ، تأثیرات درمانی موسیقی را از نزدیک لمس نموده بودم ولی تحقیقات تکمیل تری لازم بود و چون همیشه در همه چیز کنجکاو و ریزین بودم در این مورد نیز به تحقیقات اضافه تر و آزمایشهایی جدا از مسئله تدریس پرداختم و تأثیرات مختلف موسیقی بر کودکان معلول را مورد بررسی قرار دادم . از سوی دیگر با پزشکان ، محققان و کارشناسان رشته موسیقی درمانی نیز تبادل نظر و مشورت نمودم و از اطلاعات و تجربیات آنان نیز استفاده کردم البته قسمتی از تجربیات تحقیقات شخصی من قبلاً " در مجلات مختلف ارائه شده بود که تکمیل آنها موضوعات متعددی را فراهم آورد با این حال چند فصل از مطالب درمانی موسیقی بنا به مرتبط بودن به بحثی دیگر به کتاب تأثیرات موسیقی بر کودکان منتقل شد و بقیه مطالب نیز جهت رعایت حوصله خوانندگان محترم کتاب خلاصه نویسی شد و

سرانجام کتابی که در پیش رو دارید آماده گردید و به مرحله انتشار رسید کتابی که هدفش عنوان نمودن تأثیرات درمانی موسیقی است. البته این تأثیرات برای آناتکه در دنیای موسیقی زندگی می کنند و به طور حرفه ای به آن مشغول هستند قابل لمس تر است چرا که خوب می دانند موسیقی چه اثرات مطلوبی بر خود آنان دارد.

موسیقی از کودکی و در طول زندگی بر روی من نیز این تأثیرات را داشته و همواره احساس می کردم با کمک موسیقی شاداب تر و سلامت ترم و هر زمان مشکلات و فشارهای زندگی در من ناراحتی و ضعف روحی ایجاد می کرد آنها را با کمک گرفتن از تأثیرات موسیقی رفع می نمودم.

و این یعنی خود درمانی با کمک موسیقی که همه ما انسانها به آن نیاز داریم تا زندگی بهتری داشته باشیم باید سعی کنیم با کمک

تأثیرات موسیقی بیماریها را از خود دور کنیم و اگر خدای نکرده دچار ناراحتی یا بیماری شدید بتوانیم از موسیقی هم به عنوان راهی دیگر در جهت درمان استفاده نمائیم که این هدف دیگر من از تألیف کتاب است امیدوارم توانسته باشم هر قدر ناچیز ولی تا حدی وظیفه خود را در امر تحقیق و بررسی که بخشی از عمرم را در آن گذرانده‌ام ادا نمایم .

از پروردگار سپاس گزار هستیم که این موقعیت را در اختیارم قرار داد تا با موسیقی زندگی کنم .

و او را شکر می‌کنم که مرا در تنظیم و تألیف این کتاب یاری نمود.