



## آوای شفا بخش

ترگل شعبانخانی

محقق و نویسنده: (تهران)

موازی<sup>(۱)</sup> تحقیقاتی انجام می‌دادم متوجه‌ی این نکته شدم و تصمیم گرفتم بخشی از کتاب را به آن اختصاص بدهم. در قسمتی از آن نوشتیم: در بدن سالم این اصوات، هم‌ساز، هماهنگ و موزون اند ولی وقتی عضوی دچار بیماری می‌شود نت‌های آن عضو نامیزان شده و همسازي آن بهم می‌خورد به هر حال آگاهی به این اصل که اساس بدن ما، شبکه‌ای از اصوات است، کشف بزرگی به حساب می‌آید که البته باید یادآوری کنم این کشف یعنی آخرین یافته‌های علمی در این مورد همان اندیشه و دانش بزرگان، خردمندان و روشن بینان قدیم را تایید می‌کند.

اگر به تاریخ رجوع کنیم می‌بینیم که در دوره‌های پیشین و در تمام دوران، موسیقی و طبابت با یکدیگر پیوند داشته‌اند و در برخی ادیان و فرهنگ‌های کهن از ریتم طبل‌ها، نواختن زنگ‌ها، خواندن ذکرها و سرودها و دعاهای مذهبی یا آیینی برای دفع ارواح شرور و خروج امراض از کالبد بیماران استفاده می‌شده است.

در کتاب مقدس می‌بینیم که موسیقی بخش عمده‌ای از زندگی مردم را تشکیل می‌داده و منبع قدرت و شفای آنها محسوب می‌شده است. حتی وقتی سلطان «شائل» بیمار شد، خادمین

هیچ تا به حال فکر کردید اگر گوش‌های تیزی داشتید چه بسا موسیقی کوه و ستاره و حتی شاید عجیب باشد اما سمفونی بدن خودتان را هم می‌شنیدید؟ بله ما، در، دریایی از صوت زندگی می‌کنیم. همان طور که اغلب ما می‌دانیم همه چیز در خلقت موسیقی خودش را خلق می‌کند و ارتعاشات آن بر کل هستی اثر می‌گذارد، هر چند تأثیراتش کمتر از آن چیزی باشد که شنیده یا احساس می‌شود.

در هر حال تمام اصواتی که می‌شنویم و یا نمی‌شنویم طنینی در ما ایجاد می‌کنند که می‌توانند الگوهای ارتعاشی ما را تغییر دهند. بعضی از آنها عملکرد هماهنگ ما را ناموزون می‌کنند و برخی دیگر ما را با نیروی حیاتی که در درونی‌ترین هسته هر چیز است، نزدیک می‌کنند و انرژی‌های ما را با هستی هماهنگ می‌سازند.

بد نیست بدانیم تمام سلول‌ها و اعضای بدن ما هم به طور دائم در ارتعاش اند و هر عضو با فرکانس مخصوص خودش صوتی را ایجاد می‌کند که با یکدیگر ترکیب شده، آهنگ ویژه‌ی کل بدن را بوجود می‌آورد.

هنگامی که برای نگارش کتاب پزشکی مکمل و درمان‌های

### علم چه می گوید؟

امروزه آزمایشات و تحقیقات علمی هم ثابت کرده اند که اصوات و موسیقی اثرات گوناگونی بر فیزیولوژی بدن می گذارند. مثلاً اخیراً اثرات اصواتی به خصوص، در دانشگاه اوهایو بر روی سلول های سرطانی که در آزمایشگاه کشت شده بودند، آزمایش شده است. نتایج بدست آمده شگفت آور بوده، آن اصوات میزان رشد سلول های سرطانی را به شکلی آشکار کاهش داده بودند. هم چنین تحقیقات نشان داده اند که اصوات و انواع ریتم های موسیقی، اثرات مختلفی روی واکنش های روانی، ضربان نبض، تنفس، فشارخون، امواج مغزی، قابلیت هدایت الکتریسته پوست، ترشحات معده، انقباضات عضلانی، اتساع مردمک چشم (...) دارد. یافته های تعداد بسیاری از مطالعات تحقیقاتی آشکار کرده اند که **پخش موسیقی هماهنگ و آرامش بخش**، مصرف اکسیژن و میزان متابولیسم را کاهش داده و لزوم تجویز داروهای مسکن و آرام بخش را بیش از ۳۰ درصد پایین می آورد. در حال حاضر در بخش زایمان مرکز پزشکی دانشگاه کانزاس به طور منظم از موسیقی استفاده می شود و باعث شده که مقدار کاربرد داروهای بیهوشی کاهش پیدا کند و طول مدت دردهای زایمان کوتاه شود.

طبق نظر متخصصین و محققین در این زمینه، دانش بکارگیری اصواتی به خصوص، می تواند نتایج درمانی قابل توجهی را بدست آورد. بر همین اساس نظریه ها، سیستم ها و روش های مختلفی برای درمان بیماری ها از طریق موسیقی و اصوات در دنیا ابداع شده است.

مثلاً در یک نوع آن، دستگاه های الکترونیک پخش کننده امواج صوتی به کار می رود. امواج حاصل از این دستگاه فرکانس های نامطلوب مولد بیماری را از بین می برد و در یک روش دیگر که ریشه در طب کهن هند دارد، از الگوهای صوتی آغازین طبیعت استفاده می شود و مدعی است که تاثیرات مثبتی بر بدن و ذهن می گذارد. یا یک سری اصوات هستند که برای هدایت نیروی حیاتی استفاده می شود و ریشه ی آن به طب قدیم چین برمی گردد و اعتقاد بر این است که این اصوات به خصوص هر کدام بر روی عضو خاصی از بدن تأثیر می گذارد.

یک روان شناس انگلیسی به نام «پال نیوهم» هم روشی را ابداع کرده که از ترکیب آواز و برخی اصوات به معالجه و درمان بیماری های مراجعین خود می پردازد. بیماران از این طریق

او مأمورینی را به دنبال حضرت داود فرستادند چون در نواختن چنگ ماهر بود و می توانست او را آرام کند و داود با نواختن چنگ او را درمان کرد.<sup>(۱)</sup> حضرت زرتشت هم با کلام مقدس و خواندن اوراد و ادعیه با صوتی خوش آهنگ مریض ها را به خصوص بیماران صرعی، پوستی، چشمی و افلیجان راشفامی داده است (...). در مصر و بین النهرین موسیقی و شفا با معابد و مراسم مذهبی همراه بود و در یونان برای تنظیم هارمونی عناصر بدن استفاده می شد. رومی ها هم به نیروی شفابخش موسیقی معتقد بودند و از آن برای درمان طاعون، مارگزیدگی، بی خوابی، بیماری های روانی و جنون استفاده می کردند. در ایران و چین و هند باستان نیز اصوات و موسیقی های به خصوصی را شفابخش و مرتبط با روان انسان می دانستند و از آن برای تعادل، ارتقاء آگاهی و سلامت ذهن و بدن استفاده می کردند.



هم چنین مراکز انرژی ما را پاکسازی می کند و به هماهنگی سیستم انرژی در سرتاسر بدن مان کمک می نماید. البته تمام اصواتی هم که در طبیعت وجود دارند، ارتعاشاتی موزون ایجاد می کنند و از این طریق ما را با بزرگ ترین سمفونی خلقت هماهنگ می سازند. صداهایی هم چون ریزش باران، وزش باد، صدای رودخانه و نغمه ی پرندگان. آیا صداهای طبیعت و آواز پرندگان همان اسماء الهی نیست. همان طور که خداوند می فرماید: «همه ی آنچه در آسمان ها و زمین اند تسبیح گوی خداوند هستند.» در این صورت راه دوم بهره گیری از برکات نام های خداوند که عالی ترین مانترها محسوب می شوند (پس از ذکر اسماء الهی) دریافت این اسماء مقدس از دل اصوات طبیعی است.

shabanarticle@yahoo.com

پی نوشت:

- ۱- کتاب پزشکی مکمل و درمان های موزی
- ۲- کتاب اول سموئیل، باب ۱۶ آیه ۲۳-۱۴

روح و روان خود را به وسیله عمق صدای وجود خویش که از طریق تحقیر شدن ها، مصایب، درگیری ها و شکست های زندگی به فراموشی سپرده شده اند، احیاء می کنند. هم چنین موسیقی های هماهنگی که بر اساس ریتم طبیعت تنظیم شده اند و اثرات تعادل بخش و احیاء کننده بر سلامتی ما می گذارند. گذشته از آنچه گفته شد، نباید فراموش کرد که قوی ترین و مجرب ترین روشی که برای بهره گیری از تاثیرات مثبت و شفا بخش اصوات خاص وجود دارد استفاده درست از اسماء الهی است. توضیحات مختلفی برای چگونگی اثرگذاری این اصوات استثنایی بیان شده است از جمله این که این ذکرها حامل ارتعاشات صوتی و انرژی معینی هستند که قصد و عمل مؤثرشان تغذیه روح ماست.

همان طور که می دانید پیروان هر آیین و مذهبی در سراسر دنیا با خواندن اوراد و اسماء الهی، همدلی و همبستگی خود با یکدیگر و رابطه شان را با خدای خود آشکار می کنند و از این طریق به تزکیه، انرژی گرفتن و قدرت بخشیدن به جسم، ذهن و روح خود کمک می کنند. این روش راه موثری برای کاهش ترس و اضطراب است و انرژی های منفی را از بین می برد.

