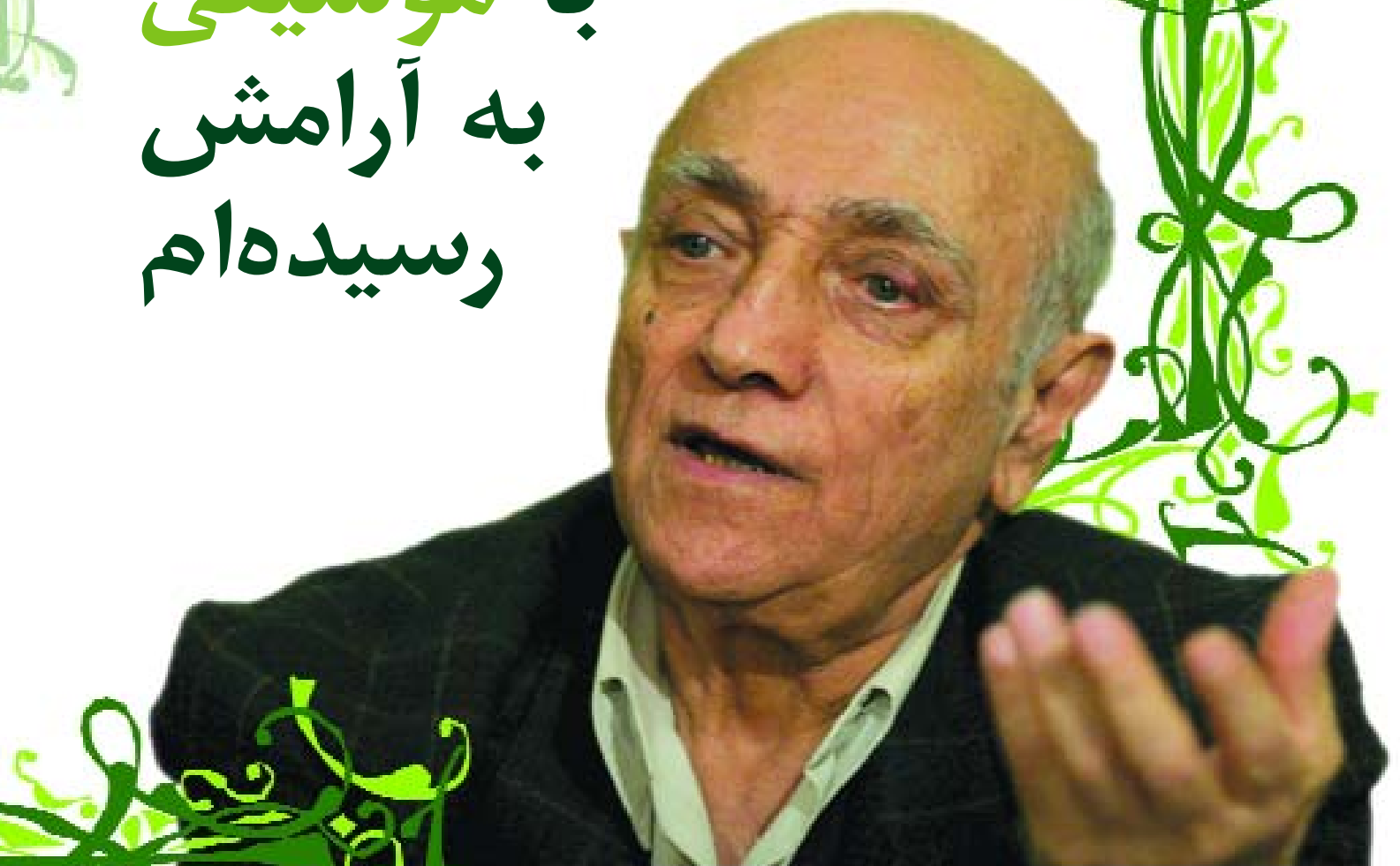


گفتگو با استاد همایون خرم

پریسا ساسانی

با موسیقی
به آرامش
رسیده‌ام

یک:

واپسین ساعات شب سپری می‌شد و من داشتم مطالب شماره جدید مجله را جمع بندی و تنظیم می‌کردم تا برای طراحی و صفحه آرایی ارسال کنم که رسیدم به گفتگوی همکاران با استاد همایون خرم، دست به قلم شدم تا در آمدی بنویسم بر این گفتگو...

نمی‌دانم چقدر ولی می‌دانم که مدتی طولانی در سکوت، ماتم برد و به دوردست‌های خاطره خیره شدم و با تمام وجود احساس کردم «امشب در سر شوری دارم» با خودم زمزمه می‌کردم «یک نفس ای پیک سحری...» که احساس کردم انگار اختیار از کف من خارج است، سیال آواها و نواها مرا سرزده سراغ خاطرات تلخ و شیرین دور و نزدیک می‌برد: «ساغر شکست ای ساقی» «تو ای پری کجایی» «بعد از تو هم در بستر غم می‌توان خفت»...

قبل از اینکه اشک من هم هویدا شود رفتم سراغ آرشیوم تا یکی از آلبوم‌های تکنوازی استاد را برای هم‌نشینی در این ساعت شب بیاورم: از آن همایون‌های باشکوه، اصفهان‌های عاشقانه، دشتی‌های دلگیر...



تربیت شنیداری افراد و میزان شناخت آنها از نوع موسیقی بسیار مهم است به این معنی که گوش دادن به موسیقی درست، روح و روان انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

در چند سال اخیر روان‌شناسان با استفاده از هنر موسیقی راه حلی برای کمک به درمان افسردگی و انواع و اقسام بیماری‌های روحی روانی پیدا کرده‌اند و اصطلاح «موسیقی درمانی» را نیز برای آن برگزیده‌اند. به این معنا که افرادی که در معاینات، رفتارهای اجتماعی غیر طبیعی از خود بروز داده‌اند را با موسیقی‌های ملایم به آرامش دعوت کرده‌اند. در واقع به تدریج با موسیقی به درمان بیمار کمک می‌کنند و راه انجام فعالیت‌های اجتماعی را نیز برایشان بیشتر از گذشته باز می‌کنند.

■ **میزان شناخت پزشکان از موسیقی تا چه اندازه می‌تواند در روند تشخیص و درمان بیماری افراد مؤثر باشد؟**
■ البته من متخصص و روانشناس نیستم اما به عنوان یک آهنگساز معتقدم که آگاهی و شناخت پزشکان متخصص روانپزشکی یا روانشناسان از این هنر می‌تواند در شناخت مسائل روحی بیماران مؤثر باشد؛ در یکی از مجلات خارجی می‌خواندم پزشکانی که با موسیقی آشنایی کافی دارند بر روی بیماران خود امتحانات مختلف انجام داده‌اند و به نتایج جالبی رسیده‌اند. به عنوان مثال برخی از آنها به این نتیجه رسیده‌اند که موسیقی موتزارت موارد خاصی از بیماری را درمان می‌کند و یا موسیقی شوپن به درمان نوع دیگری از بیماری‌ها کمک می‌کند. بر همین اساس چگونگی به کارگیری انواع موسیقی برای بیماران مختلف، متفاوت است.

■ **موسیقی درمانی تا چه اندازه در ایران مطرح شده است؟**
■ «موسیقی درمانی» در ایران مبحث نسبتاً جدیدی است و تعدادی سخنرانی نیز در این مورد برگزار شده است که من هم در دو برنامه به عنوان کارشناس موسیقی حضور داشتم و بحث‌هایی نیز مطرح شد؛ اما آنچه مسلم است توجه به این نکته می‌باشد که موسیقی ایرانی موسیقی درون‌گرا است و تأثیری کاملاً درونی بر روح و روان انسان می‌گذارد. البته درون‌گرایی در موسیقی درمانی کشورهای غربی هم مطرح است و اغلب روانشناسان برای درمان انواع بیماری‌های روانی گوش دادن به موسیقی کلاسیک را توصیه می‌کنند.

■ **آرامش: کارکرد هنر موسیقی در ایجاد حس آرامش چیست؟**
■ **استاد خرم:** پاسخ به این سوال را با ابیاتی از مولانا آغاز می‌کنم که چه خوب گفته است این شاعر فرزانه:

پس حکیمان گفته‌اند این لحن‌ها / از دوار چرخ بگرفتیم ما
بانگ سرناهای حق است اینکه خلق / می‌سرایندش به تنبور و به حلق
ما همه اولاد آدم بوده‌ایم / در بهشت این لحن‌ها بشنوده‌ایم...
این ابیات نشان‌دهنده جاری بودن روح موسیقی به طور فطری در نهاد انسان است و خواه ناخواه آنچه از طریق آواز و یا آوای خوش ساز به گوش انسان می‌رسد در او تأثیر می‌گذارد و همانطور که از اشعار مولانا برمی‌آید، از زمانی که انسان خلق شده این نواها در گوش او طنین انداز بوده و به نوعی در پوست و استخوان و شیره‌ی جان او رخنه کرده و گرده‌ای از آنچه در آغاز آفرینش از روح موسیقی با خود داشته را به دنیای خاکی آورده است؛ به همین دلیل است که از شنیدن موسیقی لذت می‌برد.

■ **تأثیر موسیقی در شرایط مختلف را چگونه ارزیابی می‌کنید؟**
■ موسیقی از آن دست عوامل و عناصری است که اگر به درستی به کار گرفته شود در وهله نخست در جهت ایجاد آرامش و احساس امنیت مفید است و حس زیبایی و خوشبختی را به آدمی منتقل می‌کند. البته این حس در شرایط مختلف متغیر است. به این معنا که گاهی موسیقی در غم از دست دادن عزیزی استفاده می‌شود و همین استفاده در جهت برقراری احساس آرامش مفید است و از سوی دیگر همین هنر در برانگیختن احساسات و غرور ملی در یک ملت برای رسیدن به هدف آرمانی و بنیادی به کار می‌رود که نمونه بارز این نوع استفاده از موسیقی را در آثار هنرمندان موسیقی ایرانی در شکل‌گیری انقلاب اسلامی می‌توان مشاهده کرد؛ بنابراین موسیقی در تار و پود انسان نهادینه شده است.

■ **سلیقه افراد در انتخاب آهنگ‌ها تا چه اندازه تأثیرپذیری را افزایش می‌دهد؟**

■ آنچه مسلم است نحوه انتخاب و چگونگی استفاده از موسیقی مناسب بسیار مهم است؛ ضرورت وجود این امر تا آن اندازه است که

سه:

می‌دانم استاد همایون خرم مستغنی از هرگونه تعریف و تعارفی هستند، این مقدمه تنها اداء احترامی است فروتنانه به محضر هنرمندی که طی چندین دهه با خلق صدها اثر ارزنده موسیقی، نقش مهمی در آرامش مخاطبین خود ایفاء کرده و بخشی از حافظه عاشقانه اغلب ما با ساخته‌های ماندگار این استاد پیوند خورده....

چهار:

از صمیم قلب آرزو می‌کنم زمانی استاد، اثری ویژه «آرامش» خلق و اجراء نمایند و مجله «پژواک آرامش» توفیق ارائه آن به مخاطبین فرهیخته خود را بیابد.

با احترام و ارادت: **علیرضا ناصری**

دو:

نیم ساعتی می‌گذرد که دستم به قلم نمی‌رود و در خلسه پنجه استاد در گوشه‌های دشتی فرو رفته‌ام...

در این فاصله مادر مهربانم هم به اطاق وارد شده‌اند، بی‌آنکه بنشینند همین‌طور ایستاده به نقطه‌های نامعلوم چشم دوخته‌اند و با چشمانی اشک‌لود، خاطرات دوران نوجوانی‌شان را برلیم تعریف می‌کنند که کتاب در دست و رادیو در کنار به این موسیقی گوش می‌دادند و خدا بی‌بامر ز مادر بزرگشان که ایشان را «مادر جون» صدا می‌زده‌اند می‌گفته: «مادر! بالاخره ما نفهمیدیم تو درس می‌خوانی یا رادیو گوش می‌کنی؟» و مدت‌ها از مادرشان گفتند و از پدر (که این هر دو نیز به رحمت خدا رفته‌اند) و از خاطرات آن سال‌های دور....

کار دشواری است، در واقع جنس تأثیرگذاری هر یک از قطعات با دیگری متفاوت است.

■ در آثاری که تاکنون ارائه کرده اید مخاطب با کدام یک از آنها هم‌ذات‌پنداری بیشتری کرده است؟

■ زمانی که «غوغای ستارگان» را می‌ساختم فکر می‌کردم که آن نوع موسیقی و دستگاهی را که می‌خواستیم پیدا کردم و مطمئن بودم که مخاطب هم رضایت خواهد داشت بعد از آن وقتی که داشتم قطعه «اشک من هویدا شد» را می‌نوشتیم با خودم گفتم این همان چیزی است که می‌خواستیم بنابراین برمی‌گردم به صحبت

قبل خودم. چرا که بسیار مشکل است بگویم کدام یکی از آنها بهتر است و یا کدام یک را ترجیح می‌دهم اما آنچه مسلم است این که در حال حاضر متوجه شدم که پس از چندین و چند سال تأثیر خود را بر مخاطب گذاشته است و نکته جالب اینکه این تأثیر از گذشته تا به امروز و

حتی بر نسل جوان نیز به جا مانده است. البته ناگفته نماند نوع آموزش موسیقی و چگونگی آشنایی انسان با این هنر در میزان شناخت او از موسیقی و نحوه آرامش او بسیار حیاتی است.

■ چطور؟

■ ببینید تربیت شنیداری افراد و میزان شناخت آنها از نوع موسیقی بسیار مهم است به این معنی که گوش دادن به موسیقی درست، روح و روان انسان را تحت تأثیر قرار می‌دهد به عنوان مثال من هر آنچه در موسیقی دارم از استاد بزرگوارم ابوالحسن خان صبا است او بود که مرا به سوی شناخت موسیقی اصیل ایرانی سوق داد و با بیان مسائل تئوریک و عملی موسیقی روح و روان من را نیز به سوی شنیدن موسیقی درست هدایت کرد و از آن روزی که با این هنر آشنا شدم مسیر زندگی‌ام تغییر کرد و حالا پس از گذشت سال‌ها احساس خوبی دارم و می‌دانم که با موسیقی به آرامش رسیده‌ام.

■ به عنوان آخرین سؤال نقش کلام در

موسیقی برای رسیدن به این آرامش چیست؟

■ موسیقی ایرانی به شدت متکی به کلام است

چرا که این نوع موسیقی جنبه‌های عرفانی فراوانی دارد که اگر با یک شعر خوب و کلاسیک ایران مثل اشعار مولانا، حافظ، سعدی و غیره همراه شود تأثیر آن دوچندان می‌شود. در واقع گوش دادن به موسیقی‌هایی از این دست نوعی معرفت وجودی را برای فرد به ارمغان می‌آورد. □

■ موسیقی ایرانی چه تأثیری در درمان بیماری‌های روانی دارد؟

■ موسیقی ایرانی هم از همین دست است. یعنی موسیقی‌ای که از مقام اصفهان و یا همایون و سایر هفت دستگاه موسیقی الهام می‌گیرد، موسیقی‌ای درون‌گرا است که تأثیر عمیقی بر اندیشه و روان انسان می‌گذارد. اما آنچه که مهم است و بارها هم در مورد آن تأکید کرده‌ام این است که باید بدانیم هر یک از دستگاه‌های موسیقی ایران چه حال و هوایی دارد تا هر کس بنا بر نیازی که دارد به آنها گوش دهد تا به آرامش و هدفی که مد نظر دارد برسد؛ بنابراین موسیقی ایران از آن دست موسیقی‌هایی است که می‌تواند تأثیر عمیقی بر روح و روان داشته باشد.

■ به عنوان آهنگساز، خود شما کدام یک از دستگاه‌های موسیقی ایران

را برای رسیدن به آرامش توصیه می‌کنید؟

■ من چون عاشق موسیقی ایرانی هستم، هر موقع که بخواهم بنا بر حال و هوایی که دارم سازم را دست می‌گیرم و قطعاتی را در دستگاهی که بیشترین آرامش را به من می‌دهد می‌نوازم. در واقع وقتی قطعه‌ای را می‌زنم احساس می‌کنم بهترین مقام را انتخاب کرده‌ام مثلاً وقتی افشاری می‌زنم با خودم می‌گویم که بهتر از افشاری وجود ندارد وقتی همایون می‌زنم هم همین احساس را دارم زمانی که قطعه «در میان گلها» را در اصفهان ساختم به این نتیجه رسیدم که آواز اصفهان می‌تواند تأثیر فراوانی در روح و روان مخاطب داشته باشد و یا زمانی که قطعه «تو ای پری کجایی» را در همایون اجرا کردم بسیاری معتقد بودند این قطعه، روح آسمانی دارد و به هیچ عنوان زمینی نیست و یا وقتی «امشب در سر شوری دارم» ساخته شد، احساس مشابهی داشتم بنابراین گفتن این مطلب که کدام یک از مقام‌ها و یا دستگاه‌های موسیقی از دیگری بهتر و یا تأثیرگذارتر است به اعتقاد من



موسیقی ایرانی به شدت متکی به کلام است چرا که این نوع موسیقی جنبه‌های عرفانی فراوانی دارد که اگر با یک شعر خوب و کلاسیک ایران مثل اشعار مولانا، حافظ، سعدی و غیره همراه شود تأثیر آن دوچندان می‌شود.