

SO‘Z VA MUSIQA SINTEZIDA RAQAMLI TERAPIYA

Mashrab Muhammadiev

O‘zbekiston davlat san’at va madaniyat instituti magistri

mashrabmuhammad@gmail.com

Annotatsiya: Kasalliklarning rivojlanishida psixogen omillarning aniqlanishi psixoterapevtik chora-tadbirlarni ko‘rishni osonlashtiradi. Shu sababli dunyoning ko‘plab mamlakatlarida muqobil tibbiyot nomi ostida turli amaliy ilmiy tadqiqotlar olib borilmoqda va olingan ma’lumotlar baholanmoqda. Ushbu ma’ruzada musiqiy terapiyaning qisqacha tarixi, metod va yondashuvlari, qaysi turdagi musiqalardan qaysi kasalliklarni davolashda foydalanilishi hamda Musiqiy terapiya terminologiyasiga oid umumiy qarashlar haqida so‘z yuritildi.

Kalit so‘zlar: musiqiy terapiya, so‘z va musiqa sintezi, raqamli terapiya, maqom.

Abstract: Determining psychogenic factors in the development of diseases facilitates the implementation of psychotherapeutic measures. Therefore, various applied scientific studies are being conducted under the name of alternative medicine in many countries around the world, and the obtained data are evaluated. This paper discusses the brief history, methods, and approaches of music therapy, the types of music used in treating various conditions, and general views on music therapy terminology.

Keywords: music therapy, synthesis of word and music, digital therapy, makam.

Musiqiy terapiya bugungi kunda keng tarkalayotgan muqobil tibbiyot sohalarining boshida turadi. WFMT, EMTC, CLAM kabi xalqaro musiqiy terapiya muassasalari dunyo miqyosida ushbu sohada amalga oshirilayotgan amaliy akademik tadqiqotlarga metod va metodologik jihatdan yo‘nalish ko‘rsatib kelayotgani ko‘rinmoqda. “Insonlar o‘zlarining qayg‘ularini, quvonchlarini, qahramonliklarini, hayajonlarini, sevgilarini va hokazolarni ko‘pincha musiqa san’atidan foydalangan holda ifodalashga harakat qilganlar. Musiqa insonlarga gipnoz holatini yaratgan holda ta’sir ko‘rsatgan va vaqti-vaqti bilan ommani

boshqargan. Ayniqsa, musiqa hissiyotlarni kuchaytiruvchi xususiyatga ega bo'lgani sababli, ko'plab sivilizatsiyalarda diniy tuyg'ularni mustahkamlashda, kasalliklarni davolashda juda keng tarqalgan usul sifatida foydalanilgan" (Pınar Somakçı). Musiqa orqali davolash asl mohiyatan juda qadimgi davrlarga borib taqaladi. Xitoy yozuv tizimida musiqa tushunchasini ifoda etuvchi ieroglif bir vaqtning o'zida baxt va hayot ma'nolarini anglatishi fonografistlar va yozuvshunoslar tomonidan qayd etilgan. Bundan tashqari, Qadimgi Hindiston va Yunon falsafa maktablarida ham ta'lim va davolash jarayonlari musiqa hamrohligida olib borilgani mutaxassislar tomonidan ma'lum qilingan. Musiqiy terapiyaga oid manbalarga nazar solganimizda, tananing har qanday musiqaga yoki ritmik tovushga bo'lgan reaksiyasi har qanday ritmik bo'lmagan tovushga qarshi reaksiyasidan farq qilishi ta'kidlanganini ko'ramiz. Kosmologiyada dunyo va dunyodagi hayot musiqa bilan tartibga solingani aytiladi. Ajdodlarimiz musiqaning ahamiyatini juda erta anglagan bo'lishlari kerakki, hayotning har bir muhim onga musiqani joylashtirganlar. O'zbekchasi ALLA, turkchasi NINI deb nomlanuvchi, odatda onalar tomonidan aytiladigan qo'shiq va unga xos musiqiy tovush bolaning tinch uxlashini ta'minlaydigan sirli terapiya vositasi ekanligini hamma biladi. O'lim paytida, o'lim va yo'qotish bilan tugaydigan hodisalar qarshisida yig'lab yoki baqirib, ma'lum bir ritm hamrohligida aytiladigan MARSIIA ham ayriqlik azobini yengillashtiruvchi terapiya vositalaridan biri hisoblanadi. Kasallik psixologiyasiga ega bo'lgan shaxslarga qo'llaniladigan muolajalarda esa uziluksiz, yumshoq o'tishli va sokin musiqalarning reflektor-rezonans kuchi yuqori bo'lishi terapevtlar tomonidan ta'kidlanadi.

Qadimiy ta'limotlarga ko'ra, sog'lom hayot - tan va tin ya'ni ruhning tabiat bilan muntazam uyg'unlashuviga bog'liq. Bu bir xil uyg'unlik va aloqalar, tovush va musiqaning analoglari kosmik musiqaning aks-sadosi yoki aks sadosi sifatida qabul qilindi. Bundan tashqari, ilohiy uyg'unlik qonunlarining erdagi tovushlarida aks ettirish azob-uqubatlarni engillashtirish, davolanish va davolanish imkoniyati bilan aniqlandi (Goldman D., 2003; Shabutin S.V. va spivavt., 2006, 27-b.). Qadimgi Yunoniston va Rimda bunday uyg'un boshlang'ichga ega musiqa sog'liq, poklik va xarakterning mustahkamligini saqlash uchun puxta tanlangan (Dyurst-Mad-doc O., 1998; 2000, 56-b.).

XVII - XVIII asrlarda musiqani terapevtik maqsadlarda ishlatish haqidagi ilmiy fikrni («yatromusic») rivojlantirishni boshlaydi. A. Kircher mexanistik nazariya muallifiga aylandi, uning mohiyati musiqani tanadagi fizikaviy va kimyoviy jarayonlarga olib keladigan, shifo topishga yordam beradigan musiqa edi. Mutafakkir asarlaridan birida («Fonurgiya nova») (1673) sharlar uyg'unligi nazariyasiga o'xshash g'oyalar ilgari surilgan: musica mundana samoviy jismlarning uyg'unligini yaratadi, musica humana esa inson qalbi va tanasini uyg'unlashtirishga chaqiradi. XX asr nemis maktabining vakili. H. Shvabe MT E. Nikola haqidagi progressiv fikrlarni ta'kidlaydi, u «musiqaning shifobaxsh ta'sirini aqliy reaksiya sifatida ko'rib chiqdi, bu bizning tushunchamizga katarsis turiga ko'ra sanogenezning fiziologik reaksiyalarini keltirib chiqaradi». XIX asrda. ular musiqaning fiziologik ta'sirini ilmiy usul bilan o'rganib, uning yurak urishi, nafas olish va qon bosimiga ta'sirini o'lchashdi. XIX asr oxirida. Buyuk Britaniyada musiqani sog'lomlashtirish texnologiyalari to'plamida ishlatish odati shakllandi.

XX asrda. AQShda, Evropada va Rossiyada MT professional mutaxassislikka aylandi (Shushardjan S.V., 2005a). Birinchi MT o'quv kursini Britaniya musiqiy terapiya assotsiatsiyasining asoschisi J. Alvin ishlab chiqqan. M. Priestley musiqiy terapiya usullarini individual psixoterapevtik tuzatish bilan birlashtirgan analitik MT tizimini ishlab chiqdi. N. Nordoff va C. Robbins tomonidan taqdim etilgan MT amaliyot usuli nogiron bolalarni maksimal darajada ijtimoiylashishga erishishga asoslangan edi.

Mualliflar «musiqaning mohiyatida chuqur shaxsiy va keng ijtimoiy dastur yotadi», deb hisoblagan holda, ham individual, ham guruhdagi ish shakllaridan foydalanishni taklif qilishdi. Usul musiqiy improvizatsiyaga asoslangan edi - bu terapevt va bemorni o'z-o'zidan tashkil etish muhitida psixoterapevtik ta'sirning eng samarali shakllaridan biri (Samsonova G.O., 2009, 15-b.). MT Skandinaviya maktabining o'ziga xos xususiyatlari orasida estetik qadriyatlardan tashqari, birlashtiruvchi ovoz muhitida ijtimoiy rollarni uyg'unlashtirish funksiyasiga ega bo'lgan jamoaviy improvizatsiya qayd etilgan (V. Petrushin, 2000). Skandinaviya mamlakatlaridagi MT-ning boshqa sohalari vibro-akustik MT - «musiqiy cho'milish», MT ning tizimli va ekologik modellari, spektakldan

foydalangan holda interfaol aloqa, ijtimoiy jarayonlar va mashhur musiqiy janrlar o'rtasidagi aloqani topish texnikasi. (Samsonova G.O., 2009, 75, 45-b.)

Birmingem San'at terapiyasi markazida (BCAT) asosiy usullar vokal improvizatsiya, qo'shiq yozish va qo'shiq yozish, guruh improvizatsiyasi va MT retseptividir. Germaniyaning eng katta bolalar salomatlik markazlaridan biri bo'lgan Kinderzentrum München jismoniy va aqliy zaif, shuningdek nevrologik va jismoniy etishmovchiligi bo'lgan bolalar uchun K. Orff orkestri tizimiga asoslangan MT-dan foydalanadi. Magdeburg-Stendhal universitetida professor T. Vosch «Musika bilan ijtimoiy va pedagogik reabilitatsiya qilish» kursida Active Group MT (AGMT) ni tavsiflaydi. Bu ko'plab mamlakatlarda - AQSh, Kanada, G'arbiy va Sharqiy Evropa mamlakatlarida, jismoniy imkoniyati cheklangan bolalar bilan ishlashda, shuningdek psixosomatik kasalliklar klinikasida qo'llaniladi. (Apanasenko G., Savelyeva-Kulik A., 1982, 75.)

Agar davolanish jarayonida musiqaning yaqin tarixiga nazar tashlasak; Praga musiqa terapevti Raudnits, 1848 yilda birinchi marta psixozda musiqaning tibbiyotdagi ahamiyatini o'rgangan kishi edi (Dogan, 2006: 66). 1959 yilda Vena shahrida, 1973 yilda Germaniyada «Musiqiy terapiya assotsiatsiyasi» tashkil etildi. Xitoy musiqa terapiyasini behushlik paytida texnologiya va innovatsion elektrokupunktur davolash sifatida ishlatadi. Uzoq vaqt davomida unutilgan musiqiy terapiya usulining ahamiyati so'nggi yillarda yana tan olingan. (Uçaner B, Jelen B. 2015/1, 36-b.).

Musika tinglovchilarga ma'lum ritmlar, tovushli naqshlar va shaxsiy hissiyotlar, hayajonlar va hayot ko'priklarini yaratadigan eng qisqa vaqt ichida ijtimoiy bo'lib qoladi. Amaldagi tilni, tanlangan so'zlarni va ularni qanday tovush maydoniga joylashtirishni aniqlash ushbu madaniy tuzilishdagi musiqiy ifodani tushunishga yordam beradi. Melodik tuzilishdagi hissiyotning ma'nosi madaniy to'planish va qadriyatlarga qarab o'zgaradi. Xalq qo'shig'i, amerikalik, xitoycha va boshqalar. yig'lash Egey mintaqasi madaniyatini o'zlashtirgan kishi uchun «horon» ohangini hissiyot bilan bo'lishish «qizg'in bo'lmaydi». Gollandiyalikning ishtiyoqi bilan raqsga tushgan musiqa turk uchun oddiy tuyulishi mumkin.

Xulq-atvori, tarkibi, musiqadan foydalanish sohalari, funktsiyasi, ramziy kuch, integrativ va ajratuvchi kuch, estetik choralar, madaniy tarixga parallel ravishda musiqa tarixi, bastakorlar, hayot, musiqa va madaniyatning o'zgarishi darajasi va boshqalar. madaniyat va musiqa mutanosibligini tushunish uchun muammolar birgalikda muhokama qilinishi kerak. A.J.Illis turli xalqlarning musiqiy ketma-ketligini aniqlagandan so'ng, aloqa vositasi sifatida tartibga solinadigan tovushlarning musiqiy ketma-ketligi bitta emas degan xulosaga keldi. Shunga ko'ra, u musiqiy tizimlar madaniy faoliyat bo'lib, ular ijtimoiy faoliyatning boshqa shakllari bilan bog'liq bo'lgan tartibga solinadigan printsiplardir. Dunyodagi musiqa o'rtasidagi tafovutlar (yakka yoki polifonik, kichik yoki katta intervallarni tanlash, ritmik tuzilishning murakkabligi yoki soddaligi va boshqalar) asrlar davomida shakllangan alohida madaniy bilim va tushunchalardan kelib chiqadi. Ayten Kaplanning ta'limi. Musiqiylikni tushunish jarayonida musiqologiya va fanlararo o'ziga xoslik.

“Turklarda raqs, musiqa va ritm ko'p maqsadlarda ishlatilgan. Ayniqsa shamanik e'tiqodlar doirasida marosimlarning eng muhim materiallari ohang, ritm va raqs edi. Ushbu marosimlar paytida ishlatiladigan musiqa asboblari muqaddas hisoblangan. Musiqa bilan ijro etilgan raqslar odatda ba'zi muqaddas shaxslarga taqlid qilish shaklida bo'lgan. Qozoq va qirg'iz turklarida musiqa va raqs va muomala namunasi sifatida tedavi karacorga bo'lgan, uzoq vaqtdan beri davom etib kelayotgan raqs otning yurishini anglatadi. Burgut, bo'ri, ayiq, kiyik, oqqush etti aziz, ot, g'oz - bu ramzlardan ba'zilar. Qadimgi e'tiqodlarga ko'ra, bu raqamlar ajdodlar ruhini anglatadi. Bugungi kungacha saqlanib qolgan va yuqorida aytib o'tilgan ot yurishlariga asoslangan davolanish raqsi namunasi bo'lgan Bakshi raqsi Ozarbayjonning Gobustan qoyalarida uchraydi. Qadimgi turklarni davolashda ishlatiladigan musiqa va raqs ijtimoiy hayotda muhim o'rin topdi. «Baksi» va «kam terapevtlar» bu muolajani musiqa, ritm va raqs bilan faollashtirgan sezgi bilan marosimda o'tkazdilar. Miloddan avvalgi 576 yil Xitoy manbasida VI-VII asrlarda Shimoliy Xitoyda hukmronlik qilgan Talagach turk qabilasi hukmdori haqida. «Suveren va uning sheriklari samoviy marosimlar paytida noma'lum va toqat qilib bo'lmaydigan tarzda Xitoyda

qo'zg'alishdi. Marosim oxirida, ayollar go'daklar baraban chalishayotganida, Tabgachlar sharq tomon ko'tarilayotgan qurbonlik toshiga sajda qilishgan (Karahan S., 2006, 13-b).

Buyuk turk olimi Abi Farobiy bugungi kunda musiqani davolashda katta hissa qo'shgan.

Ikki musiki - ul - kabir o'z asarida, hokimiyatlarning inson ruhiga ta'siri quyidagicha tasniflanadi.

- Rast Authority: odamlarga tinchlik baxsh etadi.

Rehavi Authority: odamlarga abadiylik g'oyasini beradi.

- Kichik hokimiyat: odamlarga qayg'u keltiradi.
- Buzürk Authority: Bu odamlarga qo'rquv beradi.
- Isfehan hokimiyati: odamlarga harakatchanlik va o'ziga ishonch bag'ishlaydi.
- Neva Makam: U odamlarga lazzat va tetiklik baxsh etadi.
- Ushakak Makam: odamlarga kulgi hissi beradi.
- Zirgule hokimiyati: odamlarga uxlashni ta'minlaydi.

Saba hokimiyati: bu odamlarga jasorat baxsh etadi.

- Buselik Makam: Bu odamga kuch beradi.
- Huseyni Makam: Bu odamlarga jimlik va tasalli beradi.
- Hikaz hokimiyati: odamlarga kamtarlikni beradi.

Sobiq turkiyalik tabiblardan biri Shuuri o'zining «Tadil-i Emzice» kitobida hokimiyat kunning muayyan vaqtlarida samarali.

- Rast va Rehavi: Tong paytida samarali.

- Huseyni: ertalab samarali.

Iroq: Ertalab (ertalab va peshin o'rtasida) samarali.

- Nihavend: Peshin vaqtida samarali.
- Hejaz: Ikki namoz orasida samarali.
- Buselik: Peshindan keyin (peshin va kechqurun) samarali.
- Ushakak: quyosh botganda samarali.
- Zengüle: guruhdan samarali (quyosh botgandan keyin).
- Muxolifat: kasalxonaga yotqizilganidan keyin samarali.
- Rost: Yarim tunda samarali.
- Zirefkend: Yarim tundan keyin samarali. (Karahan S., 2006, 22-bet).

Bir qator bemorlarda nafaqat musiqani terapiya vositasi sifatida ishlatish mumkin, balki u odamlarga himoya sifatida ham katta foyda keltirishi mumkin. Masalan, shahar hayotidagi stressli turdagi odamlar uchun fabrikada ishchilar sonini ko'paytirish va hatto sut va tuxum kabi hayvonlarning ishlab chiqarilishini ko'paytirish uchun tanlangan tegishli musiqa janrlari ijobiy ta'sir ko'rsatishi mumkin. (Somakji. Turkiyadagi musiqa terapiyasi.)

Adabiyotlar

Dyurst-Mad-doc O., 1998; Petrushin V.I., 2000

Suat Karahan. Tarixiy jarayonda turklar musiqa terapiyasi. Magistrlik dissertatsiyasi. Istanbul, 2006.

Pinar Somakji. Turkiyadagi musiqa terapiyasi. [Www.turkishmusicportal.org/uz](http://www.turkishmusicportal.org/uz)

Shuuri S. Tadil-i Emzice. İstanbul, 1958.

Suat Karahan. Tarixiy jarayonda turk musiqasi bilan davolash. Magistrlik dissertatsiyasi. Istanbul, 2006.

Burçin Uçaner-Birsen Jelen. Ba'zi mamlakatlarda musiqiy terapiya amaliyoti va ta'limi.
CIU. Folklor / adabiyot, jild: 21, soni: 81, 2015/1, 36-bet