कलाधारित पर्यायी उपचार पद्धती

- श्री. रामचंद्र करमरकर

जागतिक नृत्य दिनानिमित्त गेल्या वर्षी दि. २९ एप्रिल १० रोजी पुण्याच्या अकाईव्हज थिएटर मध्ये **'हृषिकेश सेंटर ऑफ कटेम्परारी डान्स'** व **'मॅक्स मुल्लर भवन'** यांच्या संयुक्त विद्यमाने नृत्यावरील काही छोट्या चित्रफितींचा प्रयोग झाला. त्यात **'व्हाय डान्स फॉर पार्किन्सन्स'** नावाची एक जर्मन चित्रफीत दाखविण्यात आली. सकाळमधील एका छोट्या बातमीवरून मला ते कळले व मी अर्काइव्हज थिएटर गाठले. पार्किन्सन्स मित्रमंडळाचा मी एक कार्यकर्ता असल्यामुळे मला त्याविषयी फार उत्सुकता होती. सुमारे १५/२० मिनिटांचीच ती चित्रफीत होती. त्याचे चित्रिकरण तर अप्रतिम होते आणि त्यामध्ये भाग घेतलेल्या सर्व पार्किन्सन्स रुग्णांनी संगीताच्या तालावर केलेले नृत्य किंवा हालचाली अतिशय उत्साहाने केल्या होत्या. पार्किन्सन्सग्रस्त व्यक्ती इतक्या मोकळेपणे असे काही करू शकेल यावर कोणाचा नुसते सांगून विश्वास बसणार नाही. ती चित्रफीत पाहून मी फार प्रभावित झालो. काहीही करून पार्किन्सन्स मित्रमंडळाच्या सभासदांसाठी आपण ही चित्रफित दाखवायचीच असे मनोमन ठरविले. हृषिकेश सेंटरचे श्री. हृषिकेश पवार यांना गाठून सर्व अडचणी पार करून दि. ३० मे २०१० रोजी पार्किन्सन्स मित्रमंडळाच्या सभासदांसाठी **'व्हाय डान्स फॉर पार्किन्सन्स'**चा प्रयोग आम्ही पूना हॉस्पिटलच्या ऑडिटोरियममध्ये सादर केला. सर्व सभासदांनाही तो आवडला.

श्री. हृषिकेश पवार यांच्याशी चर्चा करून असा एक नवीन प्रायोगिक प्रकल्प आपण करावा असे ठरले. श्री. पवार यांनी संचेती हॉस्पिटलशी संपर्क साधून त्यांच्या फिजिओथेरपी डिपार्टमेंटच्या सहकार्याने त्यांच्याच हॉलमध्ये ऑगस्ट १० ला वर्ग सुरू केला. आठवड्यातून २ वेळा एकूण तीन महिने असा कार्यक्रम ठरविला. पार्किन्सन्स रुग्णांकडून किती प्रतिसाद मिळतो याबद्दल मनात साशंकता होती. पार्किन्सन्स रुग्णांच्या सर्व अडचणी लक्षात घेता फक्त ५ जणांनीच वर्गात येण्याची तयारी दर्शविली तरी नाउमेद न दाखविता श्री. पवार यांनी त्यांची सहाय्यक मैथिली भुपटकर व संचेती हॉस्पिटलचे फिजिओथेरपी डिपार्टमेंट यांचे साहाय्याने वर्ग सुरू केला व यशस्वी रीत्या पूर्ण केला.

यासाठी आधुनिक पाश्चात्य नृत्य शैली, नाट्यशास्त्राचा प्रभाव असलेली भारतीय शास्त्रीय नृत्यशैली व समकालीन पाश्चात्य नृत्य नाट्य चळवळ यांचा मिलाफ करून भारतीय शास्त्रीय, आधुनिक वाद्य व चित्रपट संगीत या सर्वांवर आधारित असा आराखडा या वर्गासाठी वापरण्यात आला.

तीन महिने संचेती हॉस्पिटलकडून व इतर तज्ज्ञांकडून वर्गात भाग घेतलेल्यांची निरीक्षणे नोंदविण्यात येत होती व त्याचा अंतीम निष्कर्ष हा सर्वांमध्ये थोड्याफार फरकाने सारखाच होता. निष्कर्ष पुढीलप्रमाणे -

१) स्नायूंच्या हालचालींची मर्यादा वाढली.
२) हालचालींच्या गतीवरील नियंत्रण सुधारले.
३) संगीताच्या ठेक्याप्रमाणे सुसंगत हालचालीत सुधारणा.
४) जमिनीवरील हालचालींचे वेळी तोल सांभाळण्यात सुधारणा.
५) नृत्यातील हालचालींचा क्रम लक्षात राहण्यात सुधारणा,
६) थोडा जास्त धोका पत्करून मुक्त हालचाली.
७) आव्हानात्मक हालचाली करण्यास स्वतःहून तयारी.
८) बोलण्यातील स्पष्टपणा व आवाजाच्या पातळीत वाढ.
९) अनेक पेशंटनी स्वतः होऊन सांगितले, की त्यांचा औषधांचा डोस २५% नी कमी झाला.