

संगीत, चिन्तन और विकास

डॉ० रूचि शर्मा

पोस्ट डॉक्टरल फ़ैलो (यू०जी०सी०), संगीत विभाग, आई० एन० (पी०जी०) कॉलेज, मेरठ

Reference to this paper should be made as follows:

डॉ० रूचि शर्मा,
संगीत, चिन्तन और विकास,
Artistic Narration 2017,
Vol. VIII, No.2, pp.28- 36
[http://anubooks.com/
?page_id=485](http://anubooks.com/?page_id=485)

सारांश

संगीत (गायन, वादन, नृत्य) एक शास्त्र तथा उच्चतम कला है जिसका व्यवहारिक रूप प्रचुर आनन्दमय है तथा उद्देश्य मोक्ष प्राप्ति है। स्वर और लय के व्यवस्थित रूप से संगीत का प्रार्दुभाव होता है। “चिन्तन विचार करने की वह मानसिक प्रक्रिया है, जो किसी समस्या के कारण आरम्भ होती है और उसके अन्त तक चलती रहती है।” संगीत और चिन्तन ये विषय पूर्णतया विपरीत प्रतीत होते हैं क्योंकि चिन्तन एक विचारात्मक प्रक्रिया है तथा संगीत एक भावात्मक क्रिया है किन्तु ये क्रियाएँ और प्रक्रियाएँ जब एक साथ सम्बन्धित की जाती हैं तो उसका परिणाम अत्यन्त अनूठा एवं श्रेष्ठ होता है। इस शोध-पत्र में हमने संगीत और चिन्तन में सम्बन्ध स्थापित करने का प्रयास किया तथा यह निष्कर्ष प्राप्त हुआ कि दोनों एक साथ मिलकर मानव, समाज तथा राष्ट्र का विकास करने में पूर्णतया सक्षम है।

मुख्य शब्द : संगीत, चिन्तन, विकास, औद्योगिक, सांस्कृतिक

संगीत

संगीत एक शास्त्र है जिसका व्यवहारिक रूप प्रचुर आनन्दमय है जिसका सम्बन्ध आध्यात्म से जोड़ा गया है। नाद ब्रह्म संगीत का उद्गम हैं । सम्पूर्ण सृष्टि नाद के अधीन है—

“नादेन व्यज्यते वर्णः पदं वर्णात् पदाद्वचः वचसो ।

व्यवहारोज्यं नादाधीनमतो जगत ॥¹

‘शारंग देव’ जी संगीत को परिभाषित करते हैं—“गीत वाद्यं नृत्यं त्रयं संगीतमुच्यते”² ‘पण्डित अहोबल’ भी गायन वादन तथा नृत्य को संगीत मानते हैं। उनका कहना है कि केवल संगीत कहने मात्र से उपर्युक्त तीनों ही समझे जाते हैं किन्तु केवल वादन या नर्तन कहने मात्र से संगीत नहीं समझा जा सकता ।

“गीतावादित्रनृत्यानां त्रयं संगीतमुच्यते

गानस्थाऽत्र प्रधानत्वात्रसं गीतमितीरितम् ॥³

‘भरतमुनि’ का मत है कि गीत नाट्य के प्रमुख अंगों में अन्यतम है। वाद्य और नृत्य उस गीत के अनुगामी हैं।⁴ ‘विष्णु धर्मोत्तर पुराण’ के अनुसार “वाद्य और नृत्य गीत के अनुगामी हैं।⁵ ‘कौटिल्य’ के अनुसार—गीत, वाद्य, नृत्य सहचरी कलाएँ हैं।⁶

संगीत एक ललित कला है जो मानसिक जीवन में सौन्दर्य का प्रत्यक्षीकरण कराती है। वास्तु, मूर्ति, चित्र, काव्य तथा संगीत इन सब ललित कलाओं में संगीत की ही श्रेष्ठता प्रतिपादित की जाती है।⁷ संगीत एक व्यापक शब्द है। संस्कृत भाषा के अनुसार एक व्युत्पत्तिलभ्य अर्थ है। सम्+गीत अर्थात् सम्यक् प्रकार से गाया गया गीत।⁸ संगीत ईश्वरीय स्वरूप है, जिसके द्वारा आनन्द की प्राप्ति होती है। संगीत सुख, जन नाद विशेष है। संगीत इसी परमानन्द अनुभूति का सहज मार्ग है। सम्पूर्ण जगत प्रकृति यहाँ तक की ईश्वर भी नाद रूप है इसलिए कहा भी गया है कि ईश्वर का वही वास होता जाता है जहाँ उसका गान होता है।

“नाहं वसामि वैकुण्ठं योगिनां हृदयेनय ।

मदभक्ता यत्र गायति तत्र तिष्ठामि नारदः ॥⁹

संगीत में प्रधानता यद्यपि गान की है, लेकिन नाद के बिना उसका अस्तित्व नहीं। स्वर, गीत, वाद्य, नृत्य सभी नादात्मक हैं। ये तीनों कलाएँ नादाधीन हैं।

“गीत नादात्मकं वाद्यं नादव्यक्तया प्रशस्यते ।

तद्र द्रयनुगतं नृतं नादाधीनमतस्त्रयम् ॥¹⁰

संगीत केवल स्वरों का ताना बना नहीं है और ना ही केवल मनोविनोद का साधन है, बल्कि समस्त मानव जाति के मन को संस्कार, शरीर को प्राण एवं लोक कल्याण की भावना की प्रेरणास्रोत बनकर मनुष्यता का निर्माण करने में सक्षम है। संगीत के मुख्य उपकरण स्वर और लय है। ‘फुर्ट शैंक’ ने ‘द राईज ऑफ म्यूजिक इन द एनशिएण्ट वर्ल्ड’ में तो वैदिक स्वर और संगीत को मानव जाति का प्राण बताया गया है।¹¹ संगीत ईश्वर प्राप्ति का एक सर्वोच्च साधन है जिसके द्वारा साधक और साध्य दोनों ही ईश्वर

नाम में लीन हो संगीत की मनोहर शक्ति का अनुभव प्राप्त करता है। राक्षसों का संहार करने वाली दुर्गामाता सदैव संगीत में तल्लीन रहती है। “दैत्यसंहारिणी दुर्गा संगीतेद्विभरता सदा।”¹² यह आध्यत्मिक सुख और सन्तोष का साधन माना गया है। संगीत ईश्वरीय रूप होने के कारण साधक, तप, दान, यज्ञ, कर्म, योग आदि के कष्टों को झेलता हुआ मोक्ष मार्ग तक पहुँच जाता है।¹³ भारतीय मनीषियों ने संगीत को हृदय के भावों को प्रकट करने का एक सबल साधन मानते हुए चतुष्टय अर्थात् धर्म, अर्थ, काम, मोक्ष की प्राप्ति का एक सबल साधन बताया है। सामगान द्वारा भगवान विष्णु की प्राप्ति सरलता से हो जाती है जबकि यज्ञ, दान आदि द्वारा नहीं होती।¹⁴ ‘भारतीय दर्शन’ के अनुसार संगीत का यथार्थ ध्येय आत्मकल्याण मोक्ष एवं भगवत उपासना है और उसको सिद्ध करने के लिए संगीत के अतिरिक्त कोई सरल साधन नहीं है।

“पूजातत्त्वं कोटिगुणं स्तोत्रं स्तोत्रात्कोटिगुणो जयः।

जपात्कोटिगुणं गानं गानात्परतरं नहि।”¹⁵

‘प्लेटो’ ने संगीत को समस्त विज्ञानों का मूलाधार माना है तथा ईश्वर के द्वारा इसका निर्माण विश्व की वर्तमान विसंवादी प्रवृत्तियों के निराकरण के लिए हुआ है।¹⁶ प्राचीन काल से ही नादब्रह्म की उपासना के माध्यम से संगीत साधना को अपनाया जा रहा है। यह संगीत साधना दिव्य है क्योंकि इससे ही सत्यम्—शिवम्—सुन्दरम् की अभिव्यक्ति होती है।¹⁷ जिस प्रकार संगीत एक उपासना का हेतु है, उसी प्रकार चिन्तन जीवन का मित्र है, संगीत में रियाज हेतु एकाग्रता की आवश्यकता होती है और यह एकाग्रता ही चिंतन कहलाता है।

चिंतन

मनुष्य को संसार का सर्वश्रेष्ठ प्राणी कहा गया है इसकी वजह है मानव की चिंतन शीलता। प्रत्येक व्यक्ति के समक्ष प्रतिपल कोई ना कोई समस्या रहना प्रायः स्वाभाविक ही है। ऐसी परिस्थितियों में वह उन समस्याओं से निजात पाने के लिए अनेकानेक प्रयास करता है। उसके इस प्रकार विचार करने या सोचने की क्रिया को ही चिंतन कहते हैं। परिभाषा के रूप में, “चिंतन, विचार करने की वह मानसिक प्रक्रिया है, जो किसी समस्या के कारण आरम्भ होती है। और उसके अन्त तक चलती रहती है।”¹⁸

रॉस के शब्दों में—“Thinking is the mental activity in the cognitive aspect or mental activity with regard”¹⁹

वेलेन्टाइन कहते हैं— “It is well to keep the term ‘thinking’ for an activity which consists essentially of a connected flow of ideas which are directed towards some end or purpose”²⁰

रायबर्न लिखते हैं—“Thinking is a conative process, arising from a felt dissatisfaction, and proceeding by trial or error to an end-state which satisfies the conation.”²¹

चिन्तन के प्रकार:—चिन्तन चार प्रकार का होता है।

1. प्रत्यक्षात्मक चिन्तन
2. प्रत्ययात्मक चिन्तन

3. कल्पनात्मक चिन्तन

4. तार्किक चिन्तन

‘क्रो व क्रो’ के शब्दों में:

“The ability to think clearly is necessary to successful living. Those who outrank other in industry, agriculture or any other intellectual pursuit are above average in their ability to think effectively.”²²

यह आवश्यक है कि बड़े अपने छोटे की चिन्तन शक्ति का विकास करें। चिन्तन का विकास निम्न प्रकार से किया जा सकता है:-

1. भाषा, चिन्तन के माध्यम और अभिव्यक्ति की आधार शिला है अतः हमें अपने भाषा ज्ञान में वृद्धि करनी चाहिए।
2. ज्ञान चिन्तन का मुख्य स्तम्भ है अतः हमें ज्ञान का विस्तार करना चाहिए।
3. तर्क, वाद-विवाद और समस्या समाधान, चिन्तन शक्ति का प्रयोग करने का अवसर देते हैं।
4. उत्तरदायित्व, बड़ों को अपने छोटे को उत्तरदायित्व के कार्य सौंपने चाहिए।
5. रुचि और जिज्ञासा, प्रत्येक को इन प्रवृत्तियों को जाग्रत रखना चाहिए।
6. प्रयोग, अनुभव और निरीक्षण चिन्तन को शक्तिशाली बनाते हैं अतः प्रत्येक को इनसे सम्बन्धित वस्तुएँ जुटानी चाहिए।
7. हमें एक दूसरे से विचारात्मक प्रश्न पूछकर अपनी चिन्तन की योग्यता में वृद्धांघि करनी चाहिए।
8. हमें अपने अन्दर निष्क्रिय रटने की आदत नहीं पड़ने देनी चाहिए क्योंकि इस प्रकार का रटना चिन्तन का घोर शत्रु है।
9. हमें एक दूसरे को समस्या को समझने और उसका समाधान खोजने के लिए प्रेरित करना चाहिए। मरसेल का मत है-“The recognition of a question, the quest for an answer this is the process of thinking also the process of learning.”²³

चिन्तन को प्रभावित करने वाले कारक हैं :

1. सशक्त प्रेरणा
2. लगन तथा रुचि
3. सर्तकता एवं लचीलापन
4. बुद्धि
5. समय की सीमा
6. संवेगों की अनुपस्थिति,
7. स्थायित्व
8. भाषा का ज्ञान
9. प्रत्यय

10. समाज से सम्पर्क

संगीत और चिन्तन का सम्बन्ध

चिन्तन और संगीत पर अध्ययन करने से ऐसा प्रतीत होता है कि ये दोनों विशय पूर्णतया विपरीत है क्योंकि चिन्तन एक विचारात्मक प्रक्रिया है और संगीत एक भावात्मक क्रिया है किन्तु ये क्रियाएँ और प्रक्रियाएँ जब एक साथ सम्बन्धित की जाती है तो उसका परिणाम अत्यन्त अनूठा एवम् श्रेष्ठ होता है।

संगीत का उत्पत्ति स्थल 'नाद' है किन्तु यह नाद है इसकी जानकारी मनुष्य को अनेक प्रकार से चिन्तन के पश्चात् ही प्राप्त हुई। ब्रह्मांड में एक गूँज अथवा शोर मे से संगीतात्मक ध्वनि को निकाल लेना प्रायः चिन्तन का ही परिणाम है। नाद के दो भेद माने जाते हैं—आहत और अनाहत। आहत नाद तो प्रायः श्रवण मात्र से पहचाना जा सकता है किन्तु अनाहत नाद को सुनने के लिए जिस विचार, जिस उपकरण अथवा शक्ति की आवश्यकता थी वह एक मात्र चिन्तन शीलता ही थी। एक अध्यापक के द्वारा सभी विद्यार्थियों को समान रूप से सिखाया अथवा पढ़ाया जाता है परन्तु ऐसा क्यों होता है कि एक विद्यार्थी उसी चीज को बहुत नीरस ढंग से प्रस्तुत करता है जबकि वही बन्दिश अथवा सरगम दूसरा विद्यार्थी इतने सरस ढंग से प्रस्तुत करता है कि श्रोतागण मन्त्र मुग्ध होकर झूमने लगते हैं और उसमे पूर्णतया खो जाते हैं। इसका कारण है मनुष्य का ज्ञान कौशलता, अभ्यास, सशक्त प्रेरणा, लगन तथा रूचि, सर्तकता एवं लचीलापन, बुद्धि, समय की सीमा, स्थायित्व, भाषा का ज्ञान, प्रत्यय तथा समाज से सम्पर्क। इन सभी प्रकारों को अभ्यास मे लाने पर जो कृति दृष्टव्य होती है। वह अनूठी एवं अद्भुत होती है।

चिन्तन के समान संगीत को विकसित करने के भी उपाय है—भाषा, ज्ञान, तर्क, वाद—विवाद और समस्या समाधान, उत्तरदायित्व, रूचि और जिज्ञासा, प्रयोग, अनुभव और निरीक्षण इत्यादि। चिन्तन करने के लिए केवल समस्या का होना ही आवश्यक नहीं है। मनुष्य के समक्ष कोई समस्या प्रस्तुत हुई और उसने उस पर विचार विमर्श प्रारम्भ कर दिया परन्तु उस विचार विमर्श की शुरुआत करने के लिए यह आवश्यक है कि मानव शारिरिक और मुख्यतः मानसिक रूप से स्वस्थ हो। मनुष्य के मस्तिष्क को स्वस्थ एवं शान्त रखने का सबसे उत्तम साधन संगीत है। यदि अशान्त मस्तिष्क द्वारा चिन्तन किया गया तो परिणाम अक्सर नकारात्मक हो सकते हैं परन्तु यदि शान्त मस्तिष्क से चिन्तन किया जाता है तो हमेशा परिणाम सकारात्मक ही दृष्टिगोचर होंगे।

संगीत और चिन्तन द्वारा सामाजिक और सांस्कृतिक विकास

समाज से तात्पर्य मानव द्वारा स्वयं के लिए विकसित उस व्यवस्था से है जो व्यक्तियों को एक साथ रहने के लिए प्रेरित करती हैं यह व्यवस्था संस्कृति से प्रभावित तथा संस्कारों से परिपूर्ण होती है।²⁴ संगीत मानव तथा समाज में सम्यक् विकास का आधार है। संगीत द्वारा मानव चिंतन, तर्क एवं समस्या का समाधान करने की कुशलता से सम्पन्न होने पर जीवन दृष्टि व जीवन मूल्य के गहनतम आदर्शों से परिचित होकर अपने व समाज के लिए एक उपयोगी इकाई सिद्ध होता है।²⁵ संगीत आदि काल से ही हमारी संस्कृति, धर्म तथा समाज का अभिन्न अंग रहा है। मनुष्य के मन और मस्तिष्क में समाज के विकास एवं समृद्धि के लिए कार्य करने की चेष्टा होता ही है। विभिन्न प्राकृतिक प्रकोपों, युद्ध की विभीषिकाओं तथा सांसारिक परेशानियों से पीड़ित मानवों को उनकी दीनहीन अवस्था से निकालकर उन्हें सुखी, स्वस्थ, सम्मानित जीवन उपलब्ध कराने के लिए अनेक जन सेवारत व्यक्ति अपने चिंतन, मनन एवं परिश्रम द्वारा

लोकहित के लिए अनेक कार्य करते हैं तथा संगीत भी इसी परम्परा का निर्वाह करता है। संगीत से प्राप्त होने वाला आनन्द हमारे सामाजिक जीवन को उदात्त बना देता है तथा अपनी जिम्मेदारियों को वहन करने की प्रेरणा देता है।²⁶ विभिन्न संगीतकारों द्वारा अपने चिंतन के माध्यम से, राष्ट्र प्रेम, एक्य भाव एवं जन-जागरण आदि ज्वलन्त तथा शाश्वत विषयों पर बनाई गई धुनें समाज कल्याण के लिए उपयोगी सिद्ध होती हैं।

संगीत व संस्कृति का विकास एक दूसरे पर निर्भर करता है। संगीत संस्कृति का दर्पण है और संस्कृति संगीत की प्रेरणा। संगीत अपनी संस्कृति को एक पीढ़ी से दूसरी पीढ़ी तक पहुँचाता है। संस्कारों का परिवर्तित रूप है त्यौहार, अनेकों मानवीय चिंतन के उपरानत मानव को अग्नि के अस्तित्व का ज्ञान हुआ, वह अग्नि, वायु, आकाश को देवता मानने लगा तथा उन्हें प्रसन्न करने के लिए संगीत का सहारा लेने लगा तथा इसी कारण विभिन्न त्यौहारों का प्रारम्भ हुआ। त्यौहार हमारी संस्कृति के परिचायक हैं।

संगीत और चिंतन द्वारा शिक्षा में विकास

संगीत और चिंतन द्वारा शिक्षा का विकास पूर्णतया सम्भव है। यदि मात्र पुस्तकों में से पढ़ने की अपेक्षा हम किसी भी विषय को संगीत द्वारा समझते या याद करते हैं तो वह अत्यधिक सहजता से स्मरण किया जा सकता है। प्रायः विज्ञान, अर्थशास्त्र, कॉमर्स, कम्प्यूटर इत्यादि तकनीकी विषयों में संगीत, भय, चिन्ता, तनाव, निराशा के निराकरण के लिए लाभकारी है तथा इनसे छुटकारा पाने के पश्चात् जब चिंतन कर उस विषय पर ध्यान केन्द्रित किया जाता है तभी सार्थक शिक्षा का विकास होता है। मुहम्मद अबुल कलाम आजाद ने कहा भी है— “It is today realized that no education can be complete which does not, hay proper attention to the development & refinement of the emotions. This can be done best through the her vision of facilities for training the sensibilities by the practice of one of the fine art”.²⁷

संगीत और चिंतन द्वारा औद्योगिक एवं आर्थिक क्षेत्र का विकास

उद्योगों से तात्पर्य उन कार्यक्षमताओं से है जिनकी पृष्ठभूमि सीधे-सीधे अतीत के अनुभवों व अनुभूति से जुड़ती है। संगीत स्वयं में एक विशुद्ध उद्योग है। शास्त्रीय संगीत हो या लोक संगीत हो, प्रायः सभी में चिंतन द्वारा मनुष्य ने अनेकानेक तरीकों से उद्योगों को प्रभावित किया है। संगीत के कार्यक्रम प्रस्तुत कर तथा शिक्षण इत्यादि द्वारा अर्थ की प्राप्ति कर रहा है। ‘मल्टीनेशनल कम्पनीज’ में कर्मचारियों को कुछ समय के लिए संगीत अवश्य सुनाया जाता है जिसके परिणाम स्वरूप उनकी कार्यक्षमता में वृद्धि पाई गई तथा अधिक धन लाभ हुआ। यह मानव की चिंतनशीलता तो है जिसके फलस्वरूप उसने संगीत द्वारा अपने अर्थ में वृद्धि की।

प्रायः प्राचीन काल में संगीत केवल घराने और राजघराने तक ही सीमित था परन्तु आज संगीत विदेशों तक पहुँच गया है जहाँ संगीतज्ञ को अधिक से अधिक धन प्राप्त होता है। केवल संगीत के द्वारा ही अनेकों उद्योग जैसे शिक्षण संस्थाएँ, वाद्य यन्त्रों की बनाई तथा बिक्री द्वारा धन लाभ ही नहीं बल्कि इससे जुड़ने पर अनेकों व्यक्ति जो ना तो प्रस्तुतकर्ता हैं और ना ही श्रोता हैं उसके अलावा भी अन्य लोग जैसे बिजली वाला, माइक वाला, सफाई कर्मचारी, हॉल का मालिक इत्यादि लोगों को भी धन लाभ होता

है तथा देश में अनेकों उद्योगों का विकास होता है।

उद्योगों को विकसित करने में मनुष्य ने चिंतन द्वारा विज्ञापन का सहारा लिया तथा संगीत ने उसमें अत्यधिक भूमिका अदा की जिसके परिणामस्वरूप व्यापारी ने अर्थ लाभ एवं प्रसिद्धि प्राप्त की। इसके लिए एक उत्तम उदाहरण दूरदर्शन पर दिखाए जाने वाले विज्ञापन 'वाह ताज' का है। जिसमें हमारे संगीत कलाकार उस्ताद जाकिर हुसैन, (तबला वादक), नीलाद्रि (सितार वादक) को माध्यम बनाया गया है तथा अपने उद्योग की ओर लोगों को आकर्षित किया जा रहा है जिसके कारण व्यापारी के उद्योग और अर्थ दानों में विकास हो रहा है।

संगीत और चिंतन द्वारा शारीरिक और मानसिक विकास

शारीरिक एवं मानसिक विकास से तात्पर्य शरीर का और मन का स्वस्थ एवं परिपूर्ण होने से है। कहा भी गया है कि "प्रथम सुख निरोगी काया"। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मस्तिष्क रहता है। संगीत एक ऐसा ईश्वरीय वरदान है जो हमारे मस्तिष्क को तनावमुक्त करता है। युगों-युगों से मानव के प्रत्येक सुख व दुःख की परिस्थिति हेतु विशेष गीतों एवं संगीत का सहयोग रहा है। विवाह, जन्म, मृत्यु, प्रेम विरह, युद्ध, असफलता, संघर्ष, दरिद्रता जैसी परिस्थितियों में सान्त्वना, उत्साह, प्रेम, परीक्षा वीरता से भरे गीतों व रागों का गायन अथवा वादन भारतीय जीवन की परम्परा रही है।¹⁸ इनका प्रयोग करने से मानव अपनी परेशानियों से अलग हटकर संगीत की स्वर लहरियों में खो जाता है तथा मस्तिष्क को आराम मिल जाता है तथा मानव अपनी परेशानियों के निदान हेतु चिंतन करने में सक्षम हो जाता है तथा अपनी समस्याओं का समाधान कर अपने जीवन का विकास करता है।

संगीत हमारे शरीर को स्वस्थ रखने का सबसे उत्तम एवं सरल साधन है। हम प्रातः काल स्वयं को स्वस्थ रखने के लिए व्यायाम करते हैं परन्तु व्यायाम से होने वाली थकान को दूर करने के लिए संगीत एक अच्छा माध्यम है। इसी प्रकार व्यायाम के अलावा प्राणायाम की शुरुआत तथा अन्त दोनों में ही संगीत एक विशेष माध्यम है। इसके अतिरिक्त कोई भी वादक जब तबले पर ताल की विभिन्न लयकारियाँ बजाता है तो उसके द्वारा उसके हाथ, ऊँगलियाँ एवं कन्धों में मजबूती आती है तथा इसी प्रकार एक नृत्यकार जब नृत्य करता है तो वह अनेकों भाव भंगिमाओं के द्वारा अपनी बात को समझाता है। इन भाव भंगिमाओं को प्रस्तुत करने से उसके मुख की सभी मसल्स, आँखें, गर्दन, हाथ तथा पैर सभी कार्य करते हैं तथा पुष्ट होते हैं तथा उनके विकार काफी हद तक दूर हो जाते हैं जिससे हमारे शारीरिक विकास में सहायता मिलती है।

डॉ० हरबर्ट स्पेन्सर ने अपने प्रयोगों में पाया कि तीव्र स्वरों वाली धुनों को द्रुत गति में बजाने से निम्न रक्तचाप वाले मरीजों तथा मन्द, मध्य तथा द्रुत वाली ध्वनि से उच्च रक्तचाप वाले मरीजों को लाभ मिलता है।¹⁹

कहा जाता है कि एक नवजात शिशु को यदि संगीत प्रेमी बनाया जाए तो उसके शारीरिक और मानसिक विकास में वृद्धि होती है। गानों या धुनों को समझने से उसकी स्मरण शक्ति तथा चिंतन शक्ति का विकास होता है। हाथ पैर हिलाने से उसे भूख अधिक लगती है जिससे उसका शारीरिक विकास पूर्णतः सम्भव होता है।

संगीत और चिंतन द्वारा मानवीय गुणों का विकास

संगीत और चिंतन का उद्देश्य अनुकरण नहीं बल्कि व्यक्ति का मुक्त विकास करना तथा स्वतन्त्र विचार के लिए उद्यत करना ही है। व्यक्ति का पूर्ण विकास तभी सम्भव है जब व्यक्ति के तुलनात्मक, क्रियात्मक तथा भावात्मक विकास तीनों का परस्पर संतुलन हो। संगीत का सम्बन्ध यद्यपि तीनों से है परन्तु मुख्य रूप से भावात्मक विकास से है तथा चिंतन का सम्बन्ध मानव के ज्ञानात्मक विकास से है तथा दोनों के समन्वय से व्यक्ति और समाज का क्रियात्मक विकास पूर्णतः सम्भव है। संगीत हमें अनुशासन सिखाता है। सामूहिक रूप से गायन, वादन तथा नृत्य करने से हृदय में द्वेष भावना खत्म हो जाती है तथा मानव में एक निकटता आती है। व्यक्ति यदि भौतिक साधनों की मदद से अपने उद्देश्य में असफल हो जाता है तो उसमें निराशा तथा हीनता का भाव उत्पन्न होता है परन्तु संगीत और चिंतन द्वारा मानव अपने मन को नियन्त्रित रखने में सक्षम होता है। जिस कारण उसमें पवित्र भावनाओं एवं व्यक्तित्व का विकास होता है। संगीत और चिंतन की साधना मानव को नियमितता सिखाती है जिसके कारण वह श्रद्धा, भक्ति-भाव, प्रेम, वात्सल्य आदि श्रेष्ठ गुणों से स्वयं ही सुशोभित हो जाता है।

स्वर माधुर्य हृदय में कोमल भावों का संचार करता है। नारद जी रागो की जाति के सम्बन्ध में लिखते हैं कि—“आयु, धर्म, यक्ष, बृद्धि, धन, धान्य, फल, लाभ, संतान आदि की अभिवृद्धि के लिए सम्पूर्ण जाति के रागों का गायन करना चाहिए। संग्राम, रूप, लावण्य, विरह और किसी के गुण कीर्तन की दशाओं में शाङ्ख जाति के रागों का तथा किसी व्याधि को दूर करने, शत्रु नाश करने, भय, शोक के विनाश, किसी व्याधि या दारिद्र्य के स्वरूप या विषम ग्रह मोचन के लिए औढव जाति के रागों का गायन करना चाहिए।³⁰

अतः संगीत और चिंतन द्वारा व्यक्ति में सौन्दर्यानुभूति का विकास, चित्त को शान्त कर गम्भीर चिंतन का विकास, निर्विकार संयम का विकास, विचारों की प्रभावोत्पादकता, रचना शक्ति का विकास तथा उसका प्रकाशन, सभ्यता एवं संस्कृतिकी भावना, स्वस्थ व्यक्तित्व का निर्माण, नियमित एवं अनुशासित बुद्धि विकास पूर्णतः सम्भव है जिससे व्यक्ति में मानवीय गुणों को उत्पन्न एवं विकसित किया जाता है।

अतः अन्त में यही निष्कर्ष निकलता है कि संगीत और चिन्तन एक दूसरे के परम मित्र हैं। क्योंकि संगीत द्वारा चिन्तन शीलता का विकास सम्भव है तथा चिन्तन द्वारा संगीत को और अधिक प्रभावोत्पादक तथा आकर्षक बनाया जा सकता है तथा दोनों के सामंजस्य से सामाजिक, सांस्कृतिक, औद्योगिक, आर्थिक, मानसिक और शारीरिकतौर पर मानव को स्वस्थ रखा जा सकता है। स्वास्थ्य मानव ही स्वस्थ समाज का निर्माण करता है तथा स्वस्थ समाज से ही देश का विकास सम्भव है

सन्दर्भ सूची

1. दामोदर पंडित, संगीत दर्पण, प्रथम अध्याय, श्लोक-35
2. शारंग देव, संगीत रत्नाकर, प्रथम अध्याय श्लोक-02
3. भाष्यकार पं० कलिन्दजी, संगीत परिजात, पृ० सं०-06
4. भरत मुनि, नाट्यशास्त्र, अध्याय-6 / 262-269 (चौखम्बा संस्करण)

5. विष्णु धर्मोत्तर पुराण, 3/35
6. कौटिल्य, अर्थशास्त्र, 2/27
7. शारंग देव, संगीत रत्नाकर, अध्याय, 1, श्लोक, 29
8. निर्णय सागर, ईशाघश्टोत्तरशतोपनिषद, पृ०सं०-529
9. भगवत पुराण
10. शारंग देव, संगीत रत्नाकर, अध्याय 1, श्लोक-01
11. अखण्ड ज्योति, मई 2005, लेख, भारतीय संगीत विश्व संगीत का सिरमौर बनेगा, पृ०सं०-15
12. भाष्य कलिंद, संगीत परिजात, श्लोक-8
13. याज्ञवल्क्या मुनि, 2/4/115
14. भरत मुनि, नाट्य शास्त्र भरत नाट्य, 21
15. वसुधा कुलकर्णी, भारतीय संगीत एवं मनोविज्ञान, से उद्धृत।
16. द थ्योरी ऑफ अरब म्यूजिक, संगीत पत्रिका से उद्धृतपृष्ठ-63-64,।
17. डॉ० रेखा सेठ, भारतीय तन्त्री वाद्यों की उत्पत्ति एवं विकास, ईशान प्रकाशन, 17 शिवपुरी, मेरठ। प्रथम संस्करण-2002 पृ०सं०-07
18. पी०के० पाठक, शिक्षा मनोविज्ञान, अग्रवाल पब्लिकेशन्स, 28/115 ज्योति ब्लॉक संजय पैलेस, आगरा-2 पृ०सं०-341
19. "Ross James S- Ground work of Educational psychology, P.No. 196-197
20. "Valentine, C.W.-Psychology and its bearing on Education. P.No. 287
21. Ryburn, W.M.-Introduction to Educational Psychology. P.No. 250
22. Crow and Crow- Educational Psychology. P.No.-309
23. Mursell James L.-Psychology for modern Education. P.No.-161
24. डा० किरण तिवारी, संगीत एवं मनोविज्ञान, पृ०सं०-208
25. डा० सत्यवती शर्मा, संगीत का समाज शास्त्र, पृ०सं०-112
26. डा० श० श्री पराजपे संगीत, समाज कल्याण मे संगीत का योगदान, अप्रैल 1965, पृ०सं०-03
27. Edited by Arvind Bisvas & Suren Aqarwal. June 1988 "Indian Education Document Since Independence" The Academic Publishers, India, New Delhi, pp: 385,
28. डा० किरण तिवारी, संगीत एवं मनोविज्ञान, पृ०सं०-256
29. बी बेलामी गर्डनर, म्यूजिक थैरेपी, पृ०सं०-168
30. नारद कृत-संगीत मकरन्द, संगीताध्याय, चतुर्थपाद, श्लोक 40-43