शोध मंथन, Impact Factor 5.463 (SJIF), UGC No. 40908 ISSN: (P): 0976-5255, (e) : 2454-339X,
Vol. 9, Issue 4, pp (219-223), Month: Dec. 2018

संगीत में साधना का महत्व

डॉ0 अनिता रानी
एसो0 प्रोफे0, संगीत विभाग (सितार)
श्रीमती बी0डी0 जैन गर्ल्स पी0जी0 कालेज, आगरा, उ0प्र0, भारत ।
Email: dr. anita80@gmail.com

सारांश

जब कोई कलाकार मंच पर सफल गायन, वादन या कोई नर्तक कुशलतापूर्वक नृत्य प्रस्तुत करते हैं तो उसके पीछे उसका वर्षो का अभ्यास होता है। अच्छा संगीतकार बनने के लिए प्रतिभा और लम्बी साधना चाहिए। यह सिर्फ मन के भाव की अभिव्यक्ति नही है, बल्कि एक विशिष्ट कला है जिसे गहन अध्ययन और अभ्यास से ही प्राप्त किया जा सकता है।

''गीतं वाद्यं तथा नृत्यं त्रयं संगीत मुच्यते'' *अर्थात गायन, वादन और नृत्य में तीनों ही संगीत के अन्तर्गत समाहित है। 'साधना' एक मानसिक व्यापार है, जीवन और कार्य के प्रति सोचने का एक तरीका है, जो मात्र किसी कला के सीख लेने तक सीमित नही है। वह उनसे कहीं आगे, बहुत आगे तक उस सीमा में प्रवेश कर जाती है, जिसे हमारे पूर्वज 'आध्यात्मिक कहते रहे हैं।*

''करत करत अभ्यास के, जड़मति होत सुजान।
रसरी आवत–जात से, सिल पर पड़त निसान।।''

भारतीय शास्त्रीय संगीत में तो साधना का स्थान सर्वोपरि माना गया है। संगीत और साधना एक दूसरे से अभिन्न रूप से जुड़े हैं। अतः साधना भारतीय शास्त्रीय संगीत का केन्द्रीय रहस्य है। 'साधना' संगीत ज्ञान की वही रीति–ढंग या तकनीक है, जो हमारी गुरू–शिष्य परम्परा से सुरक्षित चली आई है। यह गुरू शिष्य के मध्य आत्मीय संबंध की पूर्णता का परिणाम है। अच्छे गायन अथवा वादन का आविर्भाव संगीत साधना पर ही निर्भर है। मन और शरीर को प्रसन्न रखने के लिए अच्छा खाना, अच्छे वस्त्र पहनना व अच्छे भवन में रहना जरूरी है। और अच्छे शरीर के लिए नियमित व्यायाम और अच्छे भवन की नित्य सफाई, रंगाई, पुताई और अच्छे फर्नीचर की आवश्यकता है जिस प्रकार भवन और उसमें रहने वालों की शोभा बढ़ाते हैं तथा प्रभावशाली सिद्ध होते हैं। उसी प्रकार अच्छे तथा प्रभावशाली गायन तथा वादन के लिए संगीत की साधना की आवश्यकता है। संगीत की साधना में स्वरों का चिन्तन करना, दूसरे शब्दों में योग्य गुरू के निर्देशन में स्वरों का रियाज करने पर ही व्यक्ति स्वरों के स्वरूप को आत्मसात् कर सकता है। संगीत में स्वरों की साधना करते समय साधक स्वर साधना द्वारा स्वर में आये हुए दोषों को दूर करता है। सभी महान कलाकार चाहे वह गायक हो, वादक हो या नर्तक, सभी प्रातःकाल एकान्त में संगीत की साधना करना अपना परम कर्तव्य समझते हैं। संगीत में स्वरों की साधना के बल पर ही खॉ साहिब अब्दुल करीम खॉ का कंठ कोकिला की भॉति मधुर बना। संगीत में

स्वरों की साधना के योग से ही संगीत मार्तंड डॉ0 ओंकार नाथ ठाकुर के कंठ स्वर में प्रभाव उत्पन्न हुआ। संगीत में स्वरों की साधना के चमत्कार से ही स्व0 पं0 विष्णु दिगम्बर की आवाज वर्षो कानों में गूँजती रहती थी। पं0 नारायण राव व्यास के कंठ स्वर में आकर्षण एवं पं0 विनायक राव परवर्धन की आवाज में विलक्षणता आदि संगीत की साधना का ही परिणाम है।

निष्कर्ष रूप में कह सकते है कि जिस प्रकार निरन्तर व्यायाम करने से शरीर पुष्ट होता है उसी प्रकार संगीत की साधना करने से मानसिक, बौद्धिक और आध्यात्मिक उन्नति होती है। असत् से सत् की ओर, अंधकार से प्रकाश की ओर और विनाश से विकास की ओर बढ़ने का नाम ही साधना है। है। गायन, वादन, और नृत्य इन तीनों की साधना ही संगीत की साधना कहलाती है। अतः संगीत में साधना अति महत्वपूर्ण है।

प्रस्तावना

जब कोई कलाकार मंच पर सफल गायन, वादन या कोई नर्तक कुशलतापूर्वक नृत्य प्रस्तुत करते हैं तो उसके पीछे उसका वर्षो का अभ्यास होता है। अच्छा संगीतकार बनने के लिए प्रतिभा और लम्बी साधना चाहिए। यह सिर्फ मन के भाव की अभिव्यक्ति नही है, बल्कि एक विशिष्ट कला है जिसे गहन अध्ययन और अभ्यास से ही प्राप्त किया जा सकता है।

"गीतं वाद्यं तथा नृत्यं त्रयं संगीत मुच्यते" अर्थात गायन, वादन और नृत्य में तीनों ही संगीत के अन्तर्गत समाहित है। 'साधना' एक मानसिक व्यापार है, जीवन और कार्य के प्रति सोचने का एक तरीका है, जो मात्र किसी कला के सीख लेने तक सीमित नही है। वह उनसे कहीं आगे, बहुत आगे तक उस सीमा में प्रवेश कर जाती है, जिसे हमारे पूर्वज 'आध्यात्मिक कहते रहे हैं।

"करत करत अभ्यास के, जड़मति होत सुजान।
रसरी आवत–जात से, सिल पर पड़त निसान।।"

कवि ने सच ही कहा है कि अभ्यास से मंदबुद्धि भी उसी प्रकार ज्ञानी हो जाता है, जिस प्रकार रस्सियों के निरन्तर घर्षण पत्थरों पर अपने चिन्ह डाल देते हैं। इसीलिए साधना को जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में अत्यन्त महत्वपूर्ण स्थान दिया गया है।

भारतीय शास्त्रीय संगीत में तो साधना का स्थान सर्वोपरि माना गया है। संगीत और साधना एक दूसरे से अभिन्न रूप से जुड़े हैं। अतः साधना भारतीय शास्त्रीय संगीत का केन्द्रीय रहस्य है। 'साधना' संगीत ज्ञान की वही रीति–ढंग या तकनीक है, जो हमारी गुरू–शिष्य परम्परा से सुरक्षित चली आई है। यह गुरू शिष्य के मध्य आत्मीय संबंध की पूर्णता का परिणाम है। अच्छे गायन अथवा वादन का आविर्भाव संगीत साधना पर ही निर्भर है। मन और शरीर को प्रसन्न रखने के लिए अच्छा खाना, अच्छे वस्त्र पहनना व अच्छे भवन में रहना जरूरी है। और अच्छे शरीर के लिए नियमित व्यायाम और अच्छे भवन की नित्य सफाई, रंगाई, पुताई और अच्छे फर्नीचर की आवश्यकता है जिस प्रकार भवन और उसमें रहने वालों की शोभा बढ़ाते हैं तथा

प्रभावशाली सिद्ध होते हैं। उसी प्रकार अच्छे तथा प्रभावशाली गायन तथा वादन के लिए संगीत की साधना की आवश्यकता है। संगीत की साधना में स्वरों का चिन्तन करना, दूसरे शब्दों में योग्य गुरू के निर्देशन में स्वरों का रियाज करने पर ही व्यक्ति स्वरों के स्वरूप को आत्मसात् कर सकता है। संगीत में स्वरों की साधना करते समय साधक स्वर साधना द्वारा स्वर में आये हुए दोषों को दूर करता है। सभी महान कलाकार चाहे वह गायक हो, वादक हो या नर्तक, सभी प्रातःकाल एकान्त में संगीत की साधना करना अपना परम कर्तव्य समझते हैं। संगीत में स्वरों की साधना के बल पर ही खॉ साहिब अब्दुल करीम खॉ का कंठ कोकिला की भॉति मधुर बना। संगीत में स्वरों की साधना के योग से ही संगीत मार्तड डॉ0 ओंकार नाथ ठाकुर के कंठ स्वर में प्रभाव उत्पन्न हुआ। संगीत में स्वरों की साधना के चमत्कार से ही स्व0 पं0 विष्णु दिगम्बर की आवाज वर्षो कानों में गॅूजती रहती थी। पं0 नारायण राव व्यास के कंठ स्वर में आकर्षण एवं पं0 विनायक राव परवर्धन की आवाज में विलक्षणता आदि संगीत की साधना का ही परिणाम है।

स्वर साधना से तात्पर्य अपने कंठ स्वर को दोषमुक्त करना है। आवाज आन्दोलन से उत्पन्न होती है और आन्दोलन कम्पन्न से उत्पन्न होते हैं। पं0 शारंगदेव के मतानुसार आत्मा जब बोलने की इच्छा करती है तो वह मन को प्रेरित करती है। मन शारीरिक अग्नि को संकेत करता है और अग्नि प्राण को स्पर्श करती है। प्राण, नाभि, हृदय, कंठ, मुख और मस्तिष्क आदि स्थानों की स्वर तंत्रियों को स्पर्श करता है। तंत्रियॉ कॉपती हैं और कम्पन्न से आवाज पैदा होती है। आवाज में आन्दोलन तथा कम्पन्न तो अवश्य होते हैं क्योंकि वह आवाज के जन्मदाता है। परन्तु आवाज में आन्दोलन और कम्पन्न के साक्षात् दर्शन आवाज के महत्व में कमी कर देते हैं। स्वर में आन्दोलन अथवा कम्पन्न का आविर्भाव हानिकारक सिद्ध होता है। स्वर में इन्हीं अवगुणों को दूर करने के लिए स्वर साधना की जाती है। स्वर साधना से स्वर के दोष हट जाते हैं और गुण अर्थात् प्रभाव बढ़ जाता है। स्वर साधना करते समय मन्द्र सप्तक के स्वरों का बार–बार उच्चारण किया जाता है। मध्य सप्तक के षड़ज स्वर पर कम से कम दस बार आवाज लगाई जाती है। इसी प्रकार मन्द्र सप्तक के स्वरों पर आरोहावरोह रूप में आवाज पूर्ण श्वास के बल पर लगाना और उसकी स्वयं ही जांच करना, जहॉ कहीं बेसुरापन्न हो उसे ठीक करना, जहॉ आवाज कॉपती हो उसे सीधा करना और जिस स्वर आावाज खराब सुनाई पड़े उसे बार–बार उच्चारण कर शुद्ध करना आदि को स्वर साधना कहा जाता है।

आज की अपेक्षा प्राचीन परम्परा के गुरू साधना की ओर अधिक ध्यान देते थे। प्राचीन समय में संगीताचार्य कई–कई घंटे रोज साधना करते थे। कुछ संगीताचार्य तो सारी–सारी रात भी संगीत साधना में तल्लीन रहते थे। भारतीय संगीत में महान और श्रेष्ठ की उपाधि से वे ही संगीताचार्य अंलकृत हुए, जिन्होनें अपनी जिन्दगी के अधिकांश वर्ष संगीत की साधना के लिए अर्पण कर दिए।

प्राचीन समय में रागात्मक बंदिशों को पररम्परिक ढंग से हुबहू गाना व श्रेष्ठ गुरू के मार्गदर्शक और स्वयं की लगन तथा जिज्ञासा से संगीताचार्य साधना करते थे। तबला शिरोमणि स्व0 गामा महाराज का कहना था –''कठिन साधना के बिना संगीत ही नहीं, अपितु किसी भी

क्षेत्र में स्थायी रूप से सफल हो पाना अत्यंत कठिन है।'' गामा महाराज जी कहते थे कि जिस प्रकार हीरे को काट–छाटकर चमकदार बनाने के बाद ही जौहरी उसका मूल्य ऑकता है, उससे कहीं अधिक महत्व संगीत में साधना का है। इन्हीं सब कारणों से विदित होता है कि प्राचीन परम्परा के गुरू आश्रम में संगीताचार्य की संगीत साधना पद्धति अत्यन्त कठोर थी।

मध्यकालीन संगीतज्ञों एवं राज संगीतज्ञों की संगीत साधना पद्धति भी उच्च कोटि की थी। मध्यकाल में सूर, कबीर, तुलसी, मीराबाई, स्वामी हरिदास तथा अष्टछाप के अनेक भक्त कवियों ने संगीत की साधना करके ही ईश्वर की आराधना की। इस काल के संत–संगीतज्ञ हर समय साधना में तल्लीन रहते थे। संगीतज्ञों को अपने दरबार में रखना राजा–महाराजा अपनी शान समझते थे। वे उन्हें वेतन देकर अलंकृत करने लगे और उन्हें राज दरबार में उच्च पदों पर आसीन करके उनका गौरव बढाने लगे। लेकिन राज संगीतज्ञ केवल अपने राज्य के राजा को प्रसन्न करने के लिए ही संगीत साधना करते थे। उस समय राजा महाराजा अनेक राज्यों के गुणी कलाकारों को आमंत्रित कर प्रतियोगिता करवाते थे। इसके लिए वे कठोर साधना करते थे।

इसी समय में 'घराना' शब्द प्रकाश में आया। आधुनिक काल में घराने की संगीत परम्परा में उस्तादों की संगीत साधना पद्धति बिल्कुल भिन्न थी। उस्ताद लोग अपने–अपने घरानों की चीजों की ही साधना करते थे। उनमें पीढ़ी दर पीढ़ी जैसी परम्परा चली आ रही है उसको उसी रूप में ग्रहण कर उसकी कठिन साधना करते थे ताकि वे अपने शिष्यों को तैयार कर अपने घराने को चला सके और अपने शिष्यों को भी कठिन साधना करवाते थे। लेकिन वर्तमान समय के शैक्षिक परिवेश में संगीत साधना पद्धति में साधना एकाग्रता की कमी है क्योंकि आजकल जीवन इतनी कशमकश से भर चुका है कि किसी काम में पूरी तल्लीनता दिन–ब–दिन कठिन होती जा रही है। आजकल के शैक्षिक परिवेश में समय की पाबंदी के कारण संगीत की साधना अत्यन्त कठिन कार्य है।

कई बार तो ऐसा होता है कि हम भावनाओं की धारा में बहते है और यदि जैसे ही हमारा मन करता है और हम साधना करने बैठते है तो अकस्मात् समय हो जाता है और हमार ध्यान भंग हो जाता है। एक समय में एक चीज की साधना करनी चाहिए पर आजकल समय की कमी को देखते हुए हम ऐसा नही कर पाते हैं। समय की कमी के साथ–साथ दूसरा सबसे बड़ा कारण है कि हममें धैर्य नही है आजकल हम हर कार्य को जल्दी से जल्दी कर उसके परिणाम तक पहुॅचना चाहते हैं जबकि संगीत की साधना के लिए हमें धैर्य की पूर्ण आवश्यकता है, संगीत में बिना हम धैर्य के साधना नही कर सकते। आजकल short-cut का जमाना है। अतः साधना या मनन ही करने का किसी के पास समय नही है। थोड़ी सी संगीत शिक्षा सीखने के पश्चात् विद्यार्थी अपने आप को निपुर्ण मान लेता है और अपने आप को कलाकार समझने लगता है। आज विद्यालयों एवं विश्वविद्यालयों में दी जाने वाली संगीत शिक्षा में प्रयोगात्मक के स्थान पर लिखित कार्य ज्यादा किए जाते हैं अतः संगीत साधना के लिए आज की युवा पीढ़ी पर न समय है और न ही धैर्य। जीवन में उन्नति करने के लिए अनेक गुणों की आवश्यकता पड़ती है। इनमें अध्यवसाय तथा परिश्रम भी अत्यंत महत्वपूर्ण है। लगातार अभ्यास से व्यक्ति कहीं से कहीं पहुॅच

जाता है। अभ्यास और परिश्रम के प्रभाव से मूर्ख भी बुद्धिमान तथा शक्तिहीन भी शक्तिशाली बन जाते हैं। ऐसी अनेक बातें मिलेंगी जो इस बात की साक्षी है कि परिश्रम के बल पर व्यक्ति असंभव को भी संभव कर सकता है। अर्जुन इतना बड़ा धनुर्धर बना तो केवल परिश्रम एवं अभ्यास के बल पर, एकलव्य यदि अर्जुन से भी श्रेष्ठ धनुविद्या स्वयं सीख पाया तो वह केवल निरन्तर अभ्यास के बल पर। अभ्यास के साथ–साथ परिश्रम, लगन तथा कर्मशीलता भी आवश्यक है।

निष्कर्ष रूप में कह सकते है कि जिस प्रकार निरन्तर व्यायाम करने से शरीर पुष्ट होता है उसी प्रकार संगीत की साधना करने से मानसिक, बौद्धिक और आध्यात्मिक उन्नति होती है। असत् से सत् की ओर, अंधकार से प्रकाश की ओर और विनाश से विकास की ओर बढ़ने का नाम ही साधना है। है। गायन, वादन, और नृत्य इन तीनों की साधना ही संगीत की साधना कहलाती है। अतः संगीत में साधना अति महत्वपूर्ण है।

संदर्भ

1. पन्नालाल मदन – *संगीत शास्त्र विज्ञान*
2. पो0 रणवीर सक्सेना – *कला और कलाकार*
3. पो0 ए0बी0 लाल – *शिक्षण कला एवं पद्धतियां*
4. संगीत कार्यालय हाथरस – *संगीत शिक्षा* अंक
5. डॉ0 अरूण मिश्रा – *भारतीय कंठ संगीत और वाद्य संगीत*
6. डॉ0 सुरेश गोपाल – *हिन्दुस्तानी शास्त्रीय गायन की शिक्षा प्रणाली*
7. पत्र एवं पत्रिकाएं