रियाज : एक अध्ययन

डॉ० दीपक त्रिपाठी
सहायक प्राध्यापक
(तबला) संगीत विभाग
साहू जैन कॉलेज, नजीबाबाद
ईमले : deep.naadbramha333@gmail.com

सारांश:

संगीत साधना को संगीतज्ञों की भाषा में रियाज़ शब्द से सम्बोधित करते है। इस शब्द से संगीत के स्वतः स्वर, ताल और लय की साधना का अनुभव होता है। रियाज़ शब्द का अर्थ साधना, परिश्रम, अभ्यास, मेहनत करना है। रियाज़ या अभ्यास यह व्यक्तिगत अनुभव का क्षेत्र है, पर इस प्रक्रिया को उपेक्षित नहीं कर सकते है। यह शारीरिक एवं मानसिक दोनो प्रकार का होता है। यह एक ऐसा उपक्रम है जो हर विषय हर कला में आवश्यक है। यह एक ऐसा सूक्ष्म विज्ञान है जो सालों साल तपस्या कर के विद्वानों द्वारा अनुसंधानित किया जाता है। जिसकी कुंजी से आने वाली पीढ़ी को एक सहज एवं सुगम मार्ग प्राप्त होता है। रियाज़ स्वर–लय–ताल संगीत के सभी क्षेत्र में अपना विशेष महत्व रखता है। रियाज़ में संगीतज्ञ की एकाग्रता का बहुत महत्व होता है जो उसको एकान्त में अपनी मनोदशा को हर प्रकार से संगीत के प्रति समर्पित करके प्राप्त होती है। उस समय मानसिक तौर पर केवल संगीतज्ञ और उसका वाद्य उसके साथ रहता है। गुरूमुख से शिक्षा प्राप्त कर उसका रियाज़ एकाग्र मन से एकान्त में ही करना श्रेष्ठ है, क्योंकि सर्वप्रथम जो गुरुमुख से प्राप्त होता है उसे एकांत में सूक्ष्मता से उसका गहन चिंतन मनन कर उसे प्रतिष्ठित करना ही एक साधक का परम कर्तव्य है। जब गुरुमुख से प्राप्त ज्ञान परिपक्व होता है तब उसमें नयी रोशिनी का उत्सर्जन होता है।

Reference to this paper should be made as follows:

डॉ० दीपक त्रिपाठी

रियाज : एक अध्ययन

Vol. XV, Sp. Issue
Article No. 16,
pp. 114-120

Online available at
https://anubooks.com/journal/journal-globalvalues

DOI: https://doi.org/10.31995/jgv.2024.v15iS1.016

शोध प्रविघि – इस लेख में शोघ प्रविघि का प्रयोग किया गया है।

उद्देश्य – इस लेख के माध्यम से रियाज के गोपनीय पहलुओ को उजागर करने का क्षुद्र प्रयास किया गया है ताकि रियाज किस प्रकार और कितना किया जाना चाहिए, पर एक शोधपूर्ण विचार किया जा सके।

रियाज़ या अभ्यास शब्द अपने आप में व्यापक अर्थ रखता है। जीवन का कोई भी क्षेत्र क्यों न हो दक्षता लाने के लिए अभ्यास करना ही होता है। 'अभ्यास' का साधारण अर्थ यह है कि किसी कार्य को बार–बार किया जाये। अभ्यास की महत्ता के विषय में कवि ने कहा है–

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

अतः बार–बार किसी कार्य को करने की क्रिया को अभ्यास कहते है।
साधना शब्द का अर्थ है– ''साधना (संज्ञा स्त्री)(सं0)

1–कोई काम सिद्व करने की क्रिया या भाव, सिद्दि,

2– उपासना, अराधना।

किसी कार्य की साधना या सिद्वि उस कार्य के अभ्यास पर निर्भर करती है। अभ्यास शब्द का अर्थ है– ''किसी कार्य को बार–बार करना। पुनः–पुनः अनुशीलन, पुनरावृत्ति इत्यादि।[1] साधना का अर्थ उपासना भी है। उपासना 'उप' और 'आसना' शब्द से बना है। 'उप' का अर्थ है पास या निकटतम सम्बन्ध और 'आसना' का अर्थ है बैठना अर्थात् परमात्मा का चिन्तन करना है। साधना को ऋषि–मुनि या भक्त लोग जप–तप का नाम देते है। पं0 रामाश्रय झा जी का कथन है कि ''जप–तप का ही दूसरा नाम अभ्यास है। देवता तथा मुनि–महात्माओं की भाषा में इसे जप–तप तथा साधारण लोगों की भाषा में साधना या अभ्यास कहते है।''[2]

20वीं सदी तक संगीत अध्ययन के लिए एक ही मार्ग था गुरू शिष्य प्रणाली अर्थात् गुरूकुल पद्वति। इस प्रणाली में शिष्य या तो गुरू के घर पर रहता था या फिर अपना अधिक से अधिक समय गुरू के पास बिताता था। इसलिए संगीत से सम्बन्धित

किसी भी बात पर खुद विचार करने की आवश्यकता उसे महसूस ही नहीं होती थी। गुरू के कहने के अनुसार उसे अभ्यास करना होता था। इस प्रकार उचित मार्गदर्शन एवं सही अभ्यास करवा कर गुरू स्वयं योग्य शिष्य का निर्माण करते थे।[3]

प्रो0 सुधीर कुमार वर्मा जी ने अपनी पुस्तक – The Art of tabla playing ''में अभ्यास से सम्बन्धित विवरण इस प्रकार दिया है–

You can get better results if you practice slowly regularly and patiently. One composition at a time, in slow speed and continuously with out break. Each syllable of the composition must be carefully produced.

Clearrity speed and tonal quality should be constantly maintained while practicing. You should also listen to the sounds you produce on tabla. Practice with full concentration as if you are doing pooja or prayer. Counting of beats must be constantly maintained while practice.[4]

श्री मनोहर भालचन्द्रराव मराठे जी के अनुसार ''तबले का अभ्यास विलम्बित लय में ही करना चाहिए तथा अभ्यास करते समय बोलों के निकास का ध्यान रखना चाहिए। बोलों के सरल अथवा कठिन निकास पर ध्यान देकर अभ्यास करना आवश्यक होता है। दांये तथा बांये के एकल तथा संयुक्त वर्णों के वादन की क्षमता धीमी गति के अभ्यास से ही साध्य हो सकती है।

प्रत्येक बोल एवं बोल समूह को सफाई से एवं स्पष्ट निकलने का अभ्यास धीमी गति में होने पर ही लय धीमी–धीमी बढ़ाते हुए अभ्यास करना चाहिए। ऐसा करने से हाथ में सफाई एवं तैयारी दोनों ही पैदा हो जाती है। मध्य लय में दायें और बायें के वर्णों का निकास सहज साध्य हो सकता है किन्तु कुछ विशेष बोलों का निकास भी द्रुत लय में स्पष्ट नहीं हो पाता। अतः यह निकास स्पष्ट होना नियमानुसार अभ्यास से ही साध्य हो सकता है। पद्मभूषण डॉ0 के0 एन0 रातंजनकर के शिष्य के0 जी0 गिण्डे कहते थे कि संगीत साधना का कोई छोटा रास्ता नहीं होता है। संगीत में प्रवीणता विद्यार्थी की लगन एवं निष्ठा के बल पर मिलती है। आवाज कमानी पड़ती है। मेवाती घराने के ख्यातिलब्ध कलाकार पं0 जसराज जी कहते हैं कि छात्र की संगीत सीखने की क्षमता के अनुसार उसका प्रशिक्षण करना चाहिए। प्रारंभ में गला तैयार करने के लिए सरगम और पल्टे–अलंकार सरगम एवं आकार दोनो में सिखाये जाने चाहिए। श्री मति किशोरी अमोनकर जी का कथन है कि संगीत गुरुमुखी कला है इसमें रागों की नहीं बल्कि स्वरों की शिक्षा दी जाती है। प्रो0 लालजी श्रीवास्तव जी के अनुसार ''अभ्यास करते समय ड्यूरेशन या समयापूर्ति की अपेक्षा यह ज्यादा महत्वपूर्ण है कि जितने भी देर अभ्यास करें उसमें प्रत्येक वर्ण के निकास के सही स्थान,वजन,स्पष्टता एवं कोमलता को ध्यान में रखकर वादन इस प्रकार से हो कि '' इस प्रकार पूरे एकाग्रता के साथ अभ्यास करना चाहिए।'' प्रतिदिन कम से कम 4 से 6घंटे तक का अभ्यास आवश्यक होता है वैसे जितना अभ्यास किया जाये उतना अच्छा रहेगा। कायदे, पेशकारे, रेलों का अभ्यास करते समय उनके बोल प्रकारों को उलट–पलट कर

Journal Global Values, Vol. XV, No. Special Issue 2024, ISSN: (P) 0976-9447, (e) 2454-8391, Impact Factor 8.888(SJIF)
https://doi.org/10.31995/jgv.2024.v15iS1.016

वादन करना चाहिए। उ0 अलाउद्दीन खां कहते थे कि संगीत ही मेरी जाति, धर्म है, स्वर शारदा मां की देन है ˙ संगीत साधना ईश्वर की साधना है, सुर ही जीवन है। अतः विभिन्न संगीतज्ञों के अभ्यास की प्रणाली के संदर्भ में विभिन्न मत होने के बाद भी इसकी उपयोगिता सर्वमान्य है–

'विद्या याद किये बिना, बिसरत इहिं उनमान
बिगर जात बिन खबरते, ढोली जैसी पान।'

बिना याद किये विद्या इस प्रकार भूल जाती है, जैसे बिना देखभाल के ढोली (पनवाड़ी) का पान सड़ जाता है। अतः समस्त कलाओं में अभ्यास का विशेष महत्व है। प्रसिद्ध तबला वादक पं0 गुदई महाराज कहते थे कि संगीत में अभ्यास ही सबकुछ है।

संगीत में रियाज़ अत्यधिक आवश्यक है। गायक के रियाज़ में उसका कंठ और मस्तिष्क का पारस्परिक सन्तुलन रहता है और वादक के रियाज़ में हाथ और उसके मस्तिष्क का। इसमें शरीर की सौष्ठता का विशेष प्रभाव रहता है, क्योंकि स्वस्थ शरीर में स्वस्थ मस्तिष्क होता है। उसके लिए शरीर का स्वस्थ होना जरुरी है। इसके लिए नियमित व्यायाम एवं संतुलित आहार प्रणाली होना आवश्यक है। प्रायः विद्वान कलाकारों के मौखिक वक्तव्य द्वारा सुनने को मिलता gSfd ^; sct jgk gS, sn/kkeyk bZdkrcyk बज रहा है'। ऐसे लाखों अनुभव सुनने को मिलते है। प्रसिद्ध गायिका श्रीमती किशोरी अमोणकर संगीत साधना को आध्यात्मिक मानती है। उनका कथन था कि'' संगीत–साधना उस परम शक्तिमान की आराधना है। सगुण शक्ति से स्वर मूर्त हो जाता है उसकी मूर्ति साकार होती है। हमें वह चरम लक्ष्य स्वरों के माध्यम से मिलता है। जब उस परम लक्ष्य, सत्य की अनुभूति होती है तब तानपूरे आदि की ज़रूरत नहीं रहती। इस स्थिति में भगवान के साथ तादात्मय स्थापित होता है। लय स्वर के साथ अलग–अलग भाव समझ में आने के बाद हम मूल भाव पर पहुंच जाते है। स्वरों के माध्यम से आनन्द की अनुभूति होती है। हमें आनन्द–प्राप्ति की ओर ही अग्रसर होना है। हमें उसका अनुभव लेना है और जब ऐसी अनुभूति होगी तभी शास्त्रीय संगीतज्ञ कहलाएंगे।[3] अभ्यास की बात हो और सुप्रसिद्ध तबला वादक पं अनोखेलाल जी का नाम न आये ऐसा हो नहीं सकता । वह अपने रियाज या अभ्यास के लिए इतने सख्त थे कि उनके पुत्र की मृत्यु की खबर सुनकर भी अभ्यास नहीं छोड़ा बल्कि अपना दैनिक अभ्यास खत्म कर के ही वह अपने पुत्र के मृत्यु संस्कार में शामिल हुए। इसी प्रकार महान तबला वादक पं कंठे महाराज जी ने इतना रियाज किया कि उनकी तर्जनी उंगली का सात बार ऑपरेशन करना पड़ा।

संगीत मे अभ्यास को चिल्ला भी कहते हैं, यह फारसी भाषा का षब्द है। इसके लिए संस्कृत का शब्द अनुष्ठान बहुत उपयुक्त है। प्रायः संगीत के शिक्षार्थी अपने विद्यार्थी जीवन में अभ्यास का संकल्प करते है। उन दिनों वे अपनी दिनचर्या में आवश्यकता भर आराम के अतिरिक्त सम्पूर्ण समय रियाज़, अभ्यास या साधना में लगाते है। उसे चिल्ला खींचना कहते है। चिल्ला का क्रम साधरणतः 40 दिनों का होता है। ऐसी मान्यता है कि इससे कलाकार को सिद्धि प्राप्त होती है। कोई विद्यार्थी एक से अधिक भी चिल्ला खींच सकता है।[4] आज की भाग दौड़

भरी ज़िन्दगी में चिल्ला की सार्थकता नज़र नहीं आती है। जितना ज्यादा हो वह अच्छा है। तबले के अभ्यास के संदर्भ में कहते कि विलंबित लय में ही प्रथम रियाज करना चाहिए । अभ्यास के समय सरल या कठिन बोलों को ध्यान देकर अभ्यास करना आवश्यक होता है। प्रत्येक बोल एवं बोल समूह को सफाई से एवं स्पष्ट निकालने का अभ्यास धीमी गति से करते हुए गति बढ़ाना चाहिए।ठाह लय में बांयें तथा दायें के वर्णों का निकास सहजसाध्य हो सकता है। इसी प्रकार कंठ संगीत में भी अभ्यास के लिए स्वरों का ठहराव के साथ लगाव एवं उनकी साधना करनी चाहिए। इस तरह से जब हम अभ्यास करते हैं तो हमें निश्चित लक्ष्य की प्राप्ति होती है। पाश्चात्य विद्वान स्टॉर्मजैण्ड ने अभ्यास के विषय में अपने विचार कुछ इस तरह व्यक्त कियें है–"Drill is continued repetition of any learning process, with a view to practically permanent retention] or automatic response. It is through retention, or automatic response, is attained and drill means essentially repetition."

आचार्य शुक्रचार्य का कथन है कि–

'सर्व विद्यास्वनभ्यासो जराकारी कलासुच'।

(शुकनीति)

अर्थात् संपूर्ण विद्याओं में अभ्यास न करना जरा (शैथिल्य) करने वाला होता है। अभ्यास सभी कलाओं के लिए अत्यावश्यक है।

अभ्यास हेतु कुछ निम्न तथ्यों का ध्यान रखना आवश्यक है–

1. अभ्यास में रुचि का होना आवश्यक होता है। रुचि के आभाव में बेसुरा व बेताला होने का डर बना रहता है।
2. नित नवीन विषय वस्तु को प्रारंभ में रियाज करना एवं पुरानी विषय वस्तु को निरंतर दृष्टिगत रखना।
3. संगीत का अभ्यास करने के लिए सुबह का समय सर्वथा उपयुक्त माना गया है। क्योंकि इस समय सारा वातावरण शांत एवं निश्छल होता है। जिसमें एकाग्र चित्त से रियाज किया जा सकता है।
4. संगीत के समस्त उपकरणों की सुरक्षा का पूरा ध्यान रखना।
5. सही आसन एवं कंठ तथा हस्त संस्कारों का संतुलित प्रयोग होना चाहिए।
6. अभ्यास सदैव मध्य लय में करना चाहिए। गति प्रयोग उतना ही जिसमें बोलों की स्पष्टता छिन्न–भिन्न न हो।
7. अभ्यास में कमबद्धता हो जैसे प्रारंभ में सरल विषय वस्तु तथा बाद में धीरे–धीरे जटिल विषय व्स्तु का भी अभ्यास करना श्रेष्ठतर है।
8. अभ्यास करते समय ध्यान केन्द्रित होना चाहिए।

अभ्यास के स्वरुप को पाश्चात्य विद्वान इस प्रकार व्यक्त करते है–

Mere repetition without regard to the degree of attention or motivation to the degree to which of understanding of what is to be learned or to the degree to which the

learner is read by reason of maturity or adequate apperceptive background is not very efficient. " Mehl, mills and Douglass"

वैसे हम जब संगीत साधना के आयामों पर नजर डालते हैं तो विभिन्न आयाम देखने को मिलते हैं। जैसे–

1. गुरु आश्रम में संगीत साधना
2. घरानेदार संगीत साधना
3. संस्थागत शिक्षण प्रणाली में संगीत साधना

इन तीनों उपागमों में जब हम दृष्टिपात करते हैं तो तीनों ही उपागम अपनी विशेषता रखते है । गुरु आश्रम की परंपरा हमारें सनातन संस्कृति से ओत–प्रोत रही है जिसमें गुरु के सानिध्य में विद्यार्थी शैक्षणिक काल में एक व्रती की तरह जीवन यापन कर विद्या को ग्रहण करता है। भारतीय संगीत में तानसेन का नाम बड़े आदर से लिया जाता है। उन्होने स्वामी हरिदास जी के सानिध्य में रहकर संगीत की शिक्षा ग्रहण किया। उन्होने ध्रुपद को बहुत प्रसिद्धी दिलायी। उसी प्रकार घरानेदारी में संगीत की साधना के लिए भी एक सशक्त शिक्षा प्रणाली बनायी जिसके प्रयोग से बहुत से कलाकारों का जन्म हुआ। जिन्होने संगीत के विभिन्न पक्षों का विकास किया। संस्थागत शिक्षण प्रणाली में पाठ्यक्रम की सीमा में बंधकर शिक्षार्थी शिक्षा लेता है। जिससे एक जीवनयापन के साथ–साथ संगीत की नवीन धारा का भी विकास करता है। इस शिक्षा प्रणाली के लिए मुख्य रुप से आचार्य विष्णु नारायण भातखण्डे एवं पं0 विष्णु दिगम्बर पलुस्कर जी का विशेष योगदान रहा है।

अतः इस प्रकार निष्कर्ष रूप में हम यह कह सकते है कि अभ्यास या रियाज़ दोनों एक है। रियाज़ का संगीत जगत में अपना विशेष महत्व है। संगीत में रियाज़ के बिना किसी भी विधा को आत्मसात् नहीं किया जा सकता। जिस प्रकार सामान्य जन–जीवन में मनुष्य किसी भी चीज़ या कार्य को पूर्ण लगन एवं तन्मयता के साथ करता है तभी सफल भी होता है ठीक उसी प्रकार संगीत में भी एक कुशल कलाकार या संगीतज्ञ बनने के लिए रियाज़ अति आवश्यक है। विद्यार्थियों को पूर्ण एकाग्रता, धैर्य के साथ स्वरों, वर्णों, तालों इत्यादि के विषय में ध्यान पूर्वक प्रतिदिन अभ्यास करना चाहिए। जिससे वो ध्यानपूर्वक प्रतिदिन अभ्यास करना चाहिए। जिससे वो एक कुशल कलाकार बनने में सक्षम हो सके। भारतीय संस्कृति या धार्मिक पृष्ठभूमि में गुरु उस पुरोधा को कहते जो शिक्षार्थी का भाग्यविधाता है। इसलिए आषाढ़ी पूर्णिमा को गुरु पूर्णिमा के रुप में मनाते है। रियाज या अभ्यास के लिए गुरु का निरंतर मार्गदर्शन अति आवश्यक है। क्योंकि गुरु द्वारा कठिन चीजों को भी सहज रुप प्रदान किया जाता है। जिससे कम समय में अधिक विषय वस्तु का पठन–पाठन किया जा सकता है।

सन्दर्भ

1. मिश्रा डॉ0 अरूण, उत्तर भारतीय कंठ संगीत और वाद्य संगीत, कनिष्का पब्लिशर्स, डिस्ट्रीब्यूटर्स नई दिल्ली, संस्करण द्वितीय
2. श्रीवास्तव डॉ0 सुनीता, तबला वादन कला की तकनीकी एवं सौन्दर्य पक्ष, अनुभव पब्लिशिंग हाउस, इलाहाबाद, प्रथम संस्करण 2011
3. श्रीवास्तव आ0 गिरीष चन्द्र, ताल कोश, रूबी प्रकाशन इलाहाबाद, प्रथम संस्करण 1996
4. मिश्रा, डॉ0 गीता, संगीतिका, शंकर प्रकाशन, कानपुर, प्रथम संस्करण
5. बहोरे, रवीन्द्रनाथ, भारतीय संगीत विमर्श, क्लासिकल कम्पनी नई दिल्ली, प्रथम संस्करण
6. संगीत, संगीत कार्यालय, हाथरस. उ0प्र0 फरवरी 2007
7. संगीत कला विहार, अखिल भारतीय गांधर्व मंडल, मिरज. अक्टूबर 2013