

प्राक्कथन

व्यक्तित्व के विकास के लिए तथा जीवन के वास्तविक उद्देश्य, लौकिक से अलौकिक की ओर ले जाने वाले सोपान के रूप में संगीत कला को ललित कलाओं में सर्वश्रेष्ठ माना गया है। कला कोई भी हो उसका मुख्य उद्देश्य, मन के अमूर्त मनोभावों को मूर्त रूप देकर मानव का आत्मिक उत्थान करना ही है। आत्मचेतना की जागृति संगीत द्वारा सरलतम तरीके से घटित हो जाती है। स्वर साधना द्वारा मस्तिष्क तथा आत्मा पर असीम आनंद गहराता चला जाता है

संगीत केवल भाषा, शब्द तथा माधुर्य का ही नहीं अपितु उस ध्वनि पुंज का भी सहभागी है जो इसके मूल प्रभाव को सर्वप्रथम प्राण प्रदान करता है, संगीत में ऐसी चमत्कारक शक्ति है, जो मानव जीवन के हर पक्ष को प्रभावित करती है। प्राचीनकाल में संगीत का आध्यात्मिक महत्व तो था ही मगर उसके अतिरिक्त रोग एवं अन्य व्याधियों का निवारण करने में भी संगीत सहायक होता था। हमारे ग्रंथों में प्राचीन संगीतज्ञों एवं ऋषि मुनियों ने हर स्वर की उत्पत्ति, उसके द्वारा उत्पन्न भाव, उससे प्रभावित होने वाले देवी-देवता इत्यादि सभी का विस्तार में वर्णन किया गया है। इसके अलावा शरीर के विभिन्न अंगों पर उनका प्रभाव भी बताया है। यह बात विचारणीय है कि इन प्राचीन ऋषियों, योगियों एवं संगीतज्ञों ने संगीत की आत्मा को कैसे पहचाना? इन समस्त साधकों एवं मुमुक्षुओं का लक्ष्य सदैव ही मोक्ष एवं आनंद की उपलब्धि करना रहा अतः उन्होंने संगीत कला को भी उसी लक्ष्य की ओर उन्मुख किया। इन समस्त साधकों ने संगीत कला को साध्य न मानकर परमानंद की अनुभूति के लिए इसे साधन रूप में स्वीकार किया है। योगियों ने भी अपनी सुषुप्त ऊर्जा एवं शक्तियों को जागृत करने के लिए संगीत का प्रयोग किया। योगियों की भाषा में संगीत 'नादयोग' है।

आधुनिक युग में विज्ञान के चमत्कारी विकास के साथ-साथ पुनः इस तथ्य ने अपनी ओर ध्यान आकर्षित किया, कि मनुष्य में होने वाले तमाम

विकारों, व्याधियों, रोगों आदि में औषधियों के साथ-साथ उसके आसपास के वातावरण एवं ध्वनियों का उसके शरीर तथा मन पर परिणामात्मक प्रभाव पड़ता है। अपने शोध अनुभवों एवं प्रयोगों के आधार पर योगियों से लेकर मनोचिकित्सकों ने नाद-योग, वैदिक मंत्र, संगीत चिकित्सा आदि के रूप में संगीत द्वारा उपचार प्राप्त करने के कई सफल प्रयोग किए हैं। संगीत में असीम सामर्थ्य है। चित्त वृत्तियों का निरोध करके मन को पवित्रतम बनाने की उसमें अपार क्षमता है।

जिस प्रकार उस महान् शक्ति (ईश्वर) की अमूर्त अवस्था को समझने के लिए हमने काल्पनिक मूर्त रूप की पूजा करनी आरंभ की उसी प्रकार आहत नाद को माध्यम बनाकर अनाहत नाद की सिद्धि ही हमारे प्राचीन ऋषि-मुनियों का विशेष लक्ष्य रहा। अनाहत नाद को ही आहत रूप देकर संगीतात्मक ध्वनियों को स्पष्ट रूप में समझा। संगीत की साधना स्वरब्रह्म की साधना है जो कि आत्मनिमज्जन की साधना है, जिसमें साधक अनिर्वचनीय आनंदावस्था में पहुँच जाता है। संगीत अंततः : मानव की आध्यात्मिक उन्नति में साहयक होता है।

संगीत का मुख्य उद्देश्य भावाभिव्यक्ति है। भाव समय-देश और काल इत्यादि के बंधन से रहित होते हैं और निष्प्रयत्न संगीत द्वारा व्यक्त होते हैं। इसलिए संगीत की भाषा सार्वभौम होती है। समस्त भावों का उद्गम स्थान मनुष्य का मन है। मानव मन एवं भाव जगत को समस्त मनोवैज्ञानिक एक महत्वपूर्ण घटक मानते हैं। मन एक अमूर्त वस्तु है, व्यवहार की अनुभूति जिस स्थान पर होती है उसे मन कहा जाता है। संगीत का उद्गम स्थल भी मन ही है। मन से संबंधित कई विकारों (का उपचार करने) में संगीत द्वारा बेहद सफल परिणाम सामने आए हैं। संगीत में ऐसे सजीव तत्व हैं जो मन के असंतुलन को दूर करते हैं।

आधुनिक युग में मनोविज्ञान क्षेत्र में संगीत द्वारा उपचार अथवा संगीत चिकित्सा, एक स्वतंत्र विधा के रूप में विकसित होती दिखाई दे रही है। संपूर्ण विश्व

संगीत चिकित्सा में आस्था एवं विश्वास प्रकट करता प्रतीत होता है। अन्य जीव-जन्तुओं एवं पेड़-पौधों पर भी संगीत द्वारा किए गए प्रयोगों में सफलता प्राप्त हुई है।

मनोविज्ञान के प्रभाव से संगीत में तथा संगीत के प्रभाव से मानव व्यवहार में परिवर्तन आए हैं। यह एक ऐसी प्रक्रिया है जो जीवन पर्यंत चलती रहती है। मानव के मनस (मस्तिष्क), उसके मनोविज्ञान (व्यवहार) व उसके सबसे सबसे निकट व निजी संगीत की प्रकृति व उत्पत्ति का धरातल व सार एक समान है। ये दोनों ही वास्तविकताएँ इस संपूर्ण मानव जगत के विकास की कुंजी हैं।

आज संगीत मात्र मनोरंजन एवं कला के क्षेत्र तक सीमित रह गया है और हम संगीत के सूक्ष्म तल के प्रभावों से वंचित हैं। इस परिस्थिति में आवश्यक हो गया है कि इस विषय पर हम चिंतन मनन करें और कुछ ऐसी प्रविधियों को ढूँढ निकालें जिससे संगीत की गहराई और उसके स्थूल एवं सूक्ष्म प्रभावों का पूर्ण ज्ञान हमें प्राप्त हो सके, संगीत की आध्यात्मिकता को न केवल अक्षुण्ण रखने की ही आवश्यकता है, वरन् इसे मनोवैज्ञानिक आधार प्रदान करते हुए इसकी धारा को संशोधित एवं परिमार्जित करने की भी आवश्यकता है। प्रस्तुत शोधकार्य के माध्यम से संगीत के परिपेक्ष्य में संबंधित तत्वों के अध्ययन एवं तदनुसार मनोवैज्ञानिक प्रयोगों की संभावना पर विचार करने का प्रयास किया गया है।

मेरा शोधकार्य संगीत के इन्हीं गहनतम प्रभावों के विभिन्न आयामों का विस्तारपूर्ण उल्लेख करने का एक लघु प्रयास है। इस विषय के विभिन्न पहलुओं को दर्शाने के लिए मैंने इस शोधकार्य का छह अध्यायों में विभाजित किया है –

प्रथम अध्याय में संगीत का लघु परिचय देकर नाद तत्व का विस्तृत वर्णन किया है। नाद की परिभाषा, परिचय, शास्त्रीय ग्रंथों में नाद निरूपण, नाद के भेद एवं प्रकार, नाद की उत्पत्ति एवं गुणधर्म की व्याख्या की गई है। इसके पश्चात् नाद का आध्यात्मिक महत्व विस्तार से वर्णित करने हेतु सर्वप्रथम धर्म की

परिभाषा एवं व्याख्या का वर्णन किया है जिसके पश्चात् विभिन्न धर्मों में नाद का महत्व बताया है।

द्वितीय अध्याय में संगीत द्वारा मोक्षप्राप्ति हेतु साधना सूत्रों को दर्शाया गया है। इसके अलावा योगसाधना में होने वाली नादयोग साधना का वर्णन में 'ओऽम्' के महत्व को दर्शाया है। इसके पश्चात् विभिन्न धर्मों में किस प्रकार ईश्वरोपासना हेतु संगीत प्रयोग में लाया जाता है इस तथ्य का विस्तारपूर्ण वर्णन किया गया है।

तृतीय अध्याय में सूक्ष्म ध्वनियों के मन पर होने वाले सूक्ष्म प्रभावों पर विशेष प्रकाश डाला है। मंत्रों की वैज्ञानिकता से लेकर हमारे प्राचीन मंदिरों की वास्तुकला के ध्वनि स्पंदन की संवेदनशीलता पर प्रकाश डाला गया है।

चतुर्थ अध्याय में मनोविज्ञान को परिभाषित करते हुए मन की विभिन्न अवस्थाओं का वर्णन किया है और संगीत के मन पर होने वाले प्रभाव की विस्तृत चर्चा की है। संगीत चिकित्सा के परिचय, इतिहास एवं महत्व का विस्तृत वर्णन किया गया है। संगीत द्वारा उत्पन्न तरंगों किस प्रकार हमारे मस्तिष्क को प्रभावित करती हैं इस विषय का वर्णन किया है। इसके अलावा पशु पक्षियों और पेड़-पौधों पर भी संगीत प्रभावों के द्वारा होने वाले कई उदाहरण दिए हैं। इसके पश्चात् अन्य चिकित्सा पद्धतियाँ जैसे आयुर्वेद, रेकी, योगी आदि में संगीत के प्रयोगों का वर्णन किया है।

पंचम अध्याय में संगीत, आध्यात्म एवं मनोविज्ञान के क्षेत्रों से विभिन्न हस्तियों के साक्षात्कार को सम्मिलित किया गया है। जिसमें उनके कार्यक्षेत्र में संगीत के महत्व पर विस्तृत चर्चा की गई है। इनमें संगीत चिकित्सक, मनोवैज्ञानिक, कलाकार एवं आध्यात्म जैसे सभी क्षेत्रों में वर्तमान में कार्यरत लोग सम्मिलित हैं। संगीत के विषय में उनके विचार, संगीत के प्रभावों और आगे संगीत के अनज्ञात क्षमताओं के विषय में उनके विचार प्रस्तुत किये गये हैं।

षष्ठम अध्याय में संगीत चिकित्सा एवं संगीत द्वारा किए जाने वाले विभिन्न प्रयोगों एवं उनके परिणामों का विस्तार से कई उदाहरणों सहित वर्णन किया है।

इन अध्यायों के पश्चात् मैंने उपसंहार में अपने सम्पूर्ण शोध प्रबन्ध का संक्षिप्त विवरण प्रस्तुत किया है। परिशिष्ट में चित्रों का संकलन किया गया है। तत्पश्चात् अन्त में सन्दर्भ में ग्रन्थ सूची एवं पत्र-पत्रिकाओं की सूची संलग्न की गई है।