

मानव विकास में संगीत की महत्ता

UMESH KUMAR

Research Scholar, Panjab University, Chandigarh

सार

भारतीय संगीत भारत में ही नहीं अपितु विदेशों में भी खूब अपनाया जा रहा है। संगीत बिना संसार वैसा होगा जैसा शब्द बिना। संगीत सामाजिक जीवन का अभिन्न अंग है। किसी भी तरह के समारोह, कार्यक्रम एवं शुभ कार्यों के अवसर पर शुरुआत में संगीत ही गाया बजाया जाता है। प्रस्तुत शोध पत्र में मानव विकास में संगीत की महत्ता पर प्रकाश डाला गया है। संगीत मनुष्य के अच्छे चरित्र, शारीरिक एवं मानसिक विकास में सहायक है।

मुख्य शब्द: संगीत, तनाव, मानसिक, शारीरिक, वैदिक।

भूमिका

संगीत ऐसी कला है जिसके बिना सृष्टि की कल्पना भी संभव नहीं। ऐसा कहा जाता है कि जब मनुष्य अमूक था उसे अक्षररूपी भाषा का भी ज्ञान नहीं था, तबसे सांगीतिक स्वरों के होने का अनुमान लगाया जाता है। गायन, वादन एवं नृत्य, तीनों कलाओं के समावेश को संगीत कहा जाता है। संगीत कला के माध्यम से मानव अपने मनोभावों को दूसरों के समक्ष प्रकट कर सकता है। संगीत के ऐतिहासिक पक्ष पर दृष्टिपात करने से ज्ञात होता है कि वैदिक काल से ही संगीत समाज एवं मनुष्य के विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता रहा है। मनुष्य एक सामाजिक प्राणी है, समाज में रहते हुए मानव जीवन में संगीत का महत्वपूर्ण स्थान है। संगीत बिना मनुष्य जीवन नीरस है।

संगीत जीवन का अभिन्न अंग

सृष्टि के कण-कण में संगीत समाहित है, संगीत में स्वर, लय एवं ताल की निबद्धता होती है। ठीक उसी प्रकार सूर्य का उदय एवं अस्त होना, दिन-रात, पक्षियों की चहचहाट, नदियों की कल-कल, हवाओं की सरसराहट, सभी में एक स्वर व लयात्मकता है, जो संगीतात्मक होने के साथ-साथ नियमबद्ध है। संगीत एवं संगीतमयी जगत के यही नियम मानव के विकास में विशेष महत्व रखते हैं। संगीत मानव के जन्म से मरण तक महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। किसी भी सामाजिक कार्य, समारोह, विवाह, छोटे से छोटे एवं बड़े से बड़े उत्सवों में संगीत गाया-बजाया जाता है। संगीत मानव के सर्वांगीण विकास करने में सक्षम है।

शारीरिक विकास

संगीत मनुष्य के शारीरिक विकास करने में सहायक है। कोई भी व्यक्ति जब किसी भी तरह की शारीरिक क्रियाएं करता है, उस समय वह संगीत को सुनते हुए क्रिया को आसानी से एवं मनोरंजन के साथ करता है। इन शारीरिक क्रियाओं में योग, व्यायाम एवं खेल इत्यादि है।

योग करते हुए धीमी आवाज में तानपूरा या संगीत चलाया जाता है जो मनुष्य के मन में सकारात्मक भाव उत्पन्न करता है। मनुष्य संगीत की इस लय के साथ खुद जो जोड़कर ध्यान केन्द्रित कर तथा उचित वातावरण बनाकर योग करता है।

इसके अतिरिक्त व्यायाम व खेल के दौरान अथवा जिम में भी संगीत चलाया जाता है, जिससे इन क्रियाओं का प्रवाह और उत्तम बनता है। आधुनिक समय में जब भी कोई व्यक्ति कहीं भी दौड़ता हुआ दिखाई देता है तो उसके कानों में लीड भी आवश्यक दिखाई देती है। दौड़ के वक्त वह संगीत सुनना पसन्द करता है जो दौड़ने में सहायता करता है।

मानसिक विकास

संगीत ऐसी कला है जो मानव के मानसिक विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। संगीत की कोई भी विधा हो उसे गाने-बजाने के लिए बहुत सी बातों का ध्यान रखना पड़ता है, जैसे:- स्वर, लय, ताल एवं साहित्य इत्यादि। इन सभी बातों का ध्यान रखते हुए व्यक्ति में एकाग्रता उत्पन्न होती है। जो मानव विकास में सहायक है। संगीत से विद्यार्थी में एकाग्रता के साथ-साथ, सोचने की क्षमता में वृद्धि होती है। संगीत को कल्पना के माध्यम से कलाकार कुछ नया सृजित कर पाता है और दूसरों के समक्ष प्रस्तुत करता है। यह नव सृजन की भावना, मनुष्य के मन को स्वस्थ व कल्पनाशील बनाती है जो मानसिक विकास में अहम भूमिका निभाती है।

तनाव का अभाव

आधुनिक समय के इस युग में हर दूसरा व्यक्ति तनाव से ग्रस्त है। किन्तु संगीत सीखने व गाने बजाने वाले तनाव से दूर रहते हैं। आज तनाव से मुक्त होने के लिए संगीत का सहारा लिया जाता है। संगीत को चिकित्सा के रूप में प्रयोग में लाया जाता है, जिसे म्यूज़िक थैरपी कहा जाता है जिससे तनाव ग्रस्त लोग ठीक भी हुए हैं। म्यूज़िक थैरपी में तनाव ग्रस्त लोगों को शास्त्रीय-उपशास्त्रीय या अन्य तरह का संगीत सुनाया जाता है, जिससे वह सकारात्मक अनुभव करते हैं।

प्रसिद्ध संगीतज्ञ पं. ओंकार नाथ ठाकुर 1933 में फ्लोरेन्स (इटली) में आयोजित अखिल विश्व संगीत सम्मेलन में भाग लेने गए। उस समय मुसोलिनी वहां का तानाशाह था। उस समय में मुसोलिनी से मुलाकात के समय पंडित जी ने भारतीय रागों के महत्व के बारे में बताया। इस पर मुसोलिनी ने कहा, मुझे कुछ दिनों से नींद नहीं आ रही है। यदि आपके संगीत में कुछ विशेषता हो तो बताइए। इस पर पं. ओंकार नाथ ठाकुर ने तानपुरा लिया और राग पूरिया गाने लगे। कुछ समय के अंदर मुसोलिनी को प्रगाढ़ निद्रा आ गई। बाद में उसने भारतीय संगीत की भूटि-भूटि प्रशंसा की तथा रॉयल एकेडमी ऑफ म्यूज़िक के प्राचार्य को पंडित जी के स्वर एवं लिपि को रिकार्ड करने का आदेश दिया। दूसरा उदाहरण - पुदुच्चेरी स्थित श्री अरविंद आश्रम में श्रीमान् ने एक प्रयोग किया। एक मैदान में दो स्थानों पर एक ही प्रकार के बीच बोये गये तथा उनमें से एक के आगे पॉप म्यूज़िक बजाया और दूसरे के आगे भारतीय संगीत। परन्तु आश्चर्य यह था कि जहां पॉप म्यूज़िक बजता था वह पौधा असंतुलित तथा उसके पते कटे फटे थे। जहां भारतीय संगीत बजता था, वह पौधा संतुलित तथा उसके पते पूर्ण आकार के विकसित थे। यह देख कर श्री माँ ने कहा, दोनों संगीतों का प्रभाव मानव के आन्तरिक व्यक्तित्व पर भी उसी प्रकार पड़ता है। जिस प्रकार इन पौधों पर दिखाई देता है। हमारे यहां विभिन्न रागों के गायन व वादन के परिणाम के अनेक उल्लेख प्राचीन काल से मिलते हैं। सुबह, शाम, हर्ष, शोक, उत्साह, करुणा व भिन्न-भिन्न प्रसंगों के भिन्न-भिन्न राग है। अलग अलग रागों का प्रभाव भी अलग-अलग है जैसे दीपक राग से दीपक जलना और मेघ मल्हार से वर्षा होना आदि उल्लेख मिलते हैं।

चरित्र निर्माण में सहायक

संगीत में नियमों का बंधन होता है। संगीत में वे सभी गुण हैं जो मनुष्य के चरित्र निर्माण में सहायक होते हैं।

अनुशासन

मानव के चरित्र निर्माण अथवा विकास में अनुशासन का होना आवश्यक है। कोई भी संगीत का विद्यार्थी हो सर्वप्रथम उसे अनुशासन सिखाया जाता है। अनुशासन से उठना, बैठना, रियाज करना, गाना सभी में अनुशासन है। उदाहरण के तौर पर शास्त्रीय संगीत को अनुशासित ढंग से गाया, बजाया जाता है। जैसे सितार पर क्रमशः आलाप, जोड़ालाप, जोड़ झाला उसके पश्चात् विलम्बित एवं द्रुत गत बजाई जाती है जो अनुशासित एवं नियमबद्ध है। कोई भी विद्यार्थी एवं कलाकार ऐसा नहीं करता कि द्रुत गत पहले बजाता है फिर बाद में आलाप उसके बाद जोड़ झाला, यह नियम के परे है। इस तरह संगीत में अनुशासित रह कर गाया बजाया जाता है जो मनुष्य को भी अनुशासित बनाता है जो उसके विकास में महत्वपूर्ण है।

सहनशीलता

व्यक्ति के अच्छे चरित्र के लिए सहनशीलता का होना आवश्यक है। संगीत के विद्यार्थियों, साधकों में सहनशीलता होती है। जब गुरु द्वारा शिष्य को कोई अलंकार दिया जाता है तो शिष्य एकाग्रता से हजारों बार उस अलंकार का अभ्यास करता है, जिससे उसमें सहनशीलता का विकास होता है। शुरुवात में नए-नए विद्यार्थी एक दम से, एक ही बार में गाना बजाना चाहते हैं किन्तु विद्यार्थी को धैर्य बनाकर उस चीज को करते रहने से उस पर विजय हासिल कर सकता है। इस तरह संगीत मनुष्य को सहनशील भी बनाता है।

शिष्टाचार

संगीत से जुड़े प्रत्येक व्यक्ति, कलाकार, विद्यार्थी एवं शोधार्थी में शिष्टाचार की भावना होती है। गुरु का आदर-सम्मान व कुछ नया सीखने की भावना हमेशा रहती है जो मनुष्य के विकास में महत्वपूर्ण सिद्ध होता है। यह मनुष्य के चरित्र निर्माण एवं सम्पूर्ण विकास के साथ-साथ राष्ट्र निर्माण में भी सहायक है। संगीत एक विशाल सागर की भांति है। बड़े-बड़े कलाकार जब मृत्यु के निकट होते हैं तो वे यही कहते हैं कि अभी मुझे थोड़ा समझ आने लगा था किन्तु अब वक्त नहीं एवं जो भी थोड़ा बहुत मनुष्य सीख जाता है वह ईश्वरीय कृपा एवं गुरु की देन होती है। इस तरह संगीत मानव में शिष्टाचार का भाव उत्पन्न करता है जो विकास में आवश्यक है।

साहस एवं त्याग

संगीत का मंचन जब संगीतकार लोगों के समक्ष या मंच पर करता है तो उसमें साहस उत्पन्न होता है। संगीतज्ञ आकर्षण की बाहरी वस्तुओं का त्याग करता है। जो मनुष्य के विकास में महत्वपूर्ण है।

सद्भाव

संगीत भावों को व्यक्त करने की कला है। संगीत से जुड़े व्यक्ति में छल-कपट अथवा द्वेष नहीं आता। संगीत से मनुष्य के मन में अच्छा भाव आता है, वह किसी का अहित नहीं चाहता यह सभी गुण मानव विकास में महत्वपूर्ण है।

बाल विकास में महत्वपूर्ण

बाल विकास में संगीत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। एक छोटे बच्चे को कविता एवं कहानियां स्वर एवं एक लय में सुनाई व सीखाई जाती है, जिससे वह आसानी से सीख जाता है।

संगीत से समाज में प्रतिभा

वैदिक समय से ही संगीतज्ञों को उच्च श्रेणी में रखा जाता है। आधुनिक समय में भी कलाकारों, शिक्षकों, विद्यार्थियों को आदर सम्मान दिया जाता है इसके अतिरिक्त संगीत के क्षेत्र में अच्छा कार्य करने वालों को सम्मान एवं पुरस्कार भी दिए जाते हैं, जो समाज में संगीत एवं संगीतज्ञों की प्रतिभा को बढ़ाता है।

संगीत सबको जोड़ता है

संगीत एक मात्र ऐसी कला है जो सभी को एक भावना से देखता है। किसी भी सम्प्रदाय जाति अथवा धर्म के लोग हों वे सभी संगीत को अपनाते हैं। सभी 7 स्वरों को ही गाते बजाते हैं, सभी राग यमन, लोक धुमें, फिल्मी गाने सुनते अथवा गाते-बजाते हैं, ये सभी के लिए समान है। संगीत का विद्यार्थी और एक संगीतज्ञ सभी को एक समान समझता है वह किसी में भेद नहीं करता इस तरह संगीत सबको जोड़ता है। जो मनुष्य के विकास एवं राष्ट्र के निर्माण में महत्वपूर्ण है।

निष्कर्ष

उपरोक्त विवरण के आधार पर हम कह सकते हैं कि संगीत मानव के सम्पूर्ण विकास में महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। चाहे वह शारीरिक विकास हो या फिर मानसिक विकास। संगीत मनुष्य जीवन का अभिन्न अंग है। संगीत से मनुष्य में सद्भाव, शिष्टाचार, एकाग्रता व धैर्य जैसे गुणों का विकास होता है जो एक अच्छे व्यक्तित्व ही नहीं एक अच्छे राष्ट्र निर्माण में सहायक है।

संदर्भ सूची

1. भूमेश कुमार (2021) भारतीय संगीत में आध्यात्मिकता स्रोत, राग परिचय retrieved from <https://raagparichay.in>
2. मदन वर्मा (1990) संगीत का मानव जीवन पर मनोवैज्ञानिक प्रभाव, Jain Quantum retrieved from <https://jainqq.org/explore/212089/2>
3. डॉ राजेन्द्र प्रसाद (1954) संगीत और आध्यात्मिकता का संबंध, Akhand Jyoti, retrieved from <https://literature.awgp.org/akhandjyoti/1954/February/v2.6>