



## मानसिक विकृतियों द्वारा समाज में उत्पन्न कुरीतियों के निवारण एवं जनकल्याण हेतु संगीत का योगदान

प्रो. किन्शुक श्रीवास्तव

संगीत विभाग

नेहा भट्ट

शोधार्थी

वनस्थली विद्यापीठ (राज.)



सम्पूर्ण विश्व आज उत्तर आधुनिकता के संक्रमणकाल के दौर से बड़ी तेज रफतार से बदल रहा है। विज्ञान ने आज विभिन्न आविष्कारों के माध्यम से व्यक्ति पर अपना पूर्णतः आधिपत्य जमा लिया है। जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में यंत्र के प्रयोग ने मानव को स्वयं एक यंत्र बना दिया है। इन समस्त परिवर्तनों ने मानव की जीवन पद्धति को बदल दिया है। जिस कारण व्यक्ति के अंदर मानसिक विकृतियों ने जन्म लिया है और समाज में कुरीतियाँ उत्पन्न हुईं। अतः संगीत ही एक ऐसा माध्यम है जो समाज में उत्पन्न कुरीतियों को जड़ से नष्ट करने में सक्षम है।

“कलायें जो मानव मन की संवेदनाओं, अनुभूतियों को अभिव्यक्त करती हैं, जीवन की सार्थकता को बयां करती हैं, जीवन जीने की कला सिखाती हैं, तथा साथ ही हमारे अतीत का दर्पण होती हैं। समस्त कलाओं में संगीत विद्या सर्वोपरि है।”

“आगे बढ़ने और अपने जीवन को सर्वसुविधायुक्त बनाने की चाह में मनुष्य इस कदर व्यस्त है कि उसे अपने शरीर की चिन्ता नाम मात्र भी नहीं। वास्तव में मानव शरीर प्रकृति की धरोहर है। जिसे स्वस्थ रखना प्रत्येक मनुष्य की जिम्मेदारी है। परन्तु आज इस संकटग्रस्त समाज में हर व्यक्ति किसी न किसी प्रकार के तनाव से ग्रसित है। ऐसे में मनुष्य को स्वस्थ बनाए रखने, व्याधियों से दूर रखने के लिए अनेक अनुसंधान हो रहे हैं।”

“व्यस्त दिनचर्या एवं जीवन की समस्याओं में आज का मानव अपनी मानसिक शांति खो बैठा है और इस मानसिक अशांति और अनेकानेक चिन्ताओं से ग्रस्त त्रस्त मानव मानसिक और शारीरिक रूप से अस्वस्थ या कहिए लगभग अर्द्ध विक्षिप्त सा होता जा रहा है। मानसिक अशांति एवं अस्थिरता के कारण उत्पन्न तनाव ने विश्व के मानव समुदाय को अनेक शारीरिक व्याधियों से ग्रसित कर रखा है। यह स्थिति दिनों दिन उग्र रूप धारण करती जा रही है। जिससे मानव जीवन असहज, असंतुलित और अस्वस्थ होता जा रहा है।

स्वस्थ रहने के लिए शरीर का तनाव मुक्त रहना अत्यन्त आवश्यक है। जब तक हमारी शारीरिक और मानसिक स्थिति तनाव मुक्त नहीं रहती। तब तक हमारा पूर्ण रूप से स्वस्थ रहना असंभव है और तनाव से मुक्ति मिलने का एक ही सहज सरल उपाय है – संगीत, संगीत का मानव शरीर पर गहरा मानसिक प्रभाव पड़ता है।

संगीत मानव के लिए प्राकृतिक रूप से तनाव नियंत्रक गुण की भाँति उपयोगी है।”

“यदि दैनिक दिनचर्या में भारतीय शास्त्रीय संगीत के ‘म्यूजिकल नोट्स’ को सुना जाए तो अनिद्रा का उपचार तो सहज ही सम्भव है। साथ ही अनेक मानसिक तनावजन्य रोगों से भी छुटकारा पाया जा सकता है। दर्द से पीड़ित रोगी को सितार-वादन द्वारा शास्त्रीय संगीत में प्रयोग की जाने वाली विशेष भीड़-युक्त ध्वनि सुनाई जानी चाहिए। ऐसे कम्पोजीशन माइग्रेन रोग को भी कम करने में सहायक हैं। नशे की लत छुड़ाने के म्यूजिक-थैरेपी कारगर है।”

“Music is a vital factor in the lives of human beings. It is a good tonic for the brain worker. It cools the heated brains. It has a soothing influence on the nervous system it calms the most tempestuous of tempers.



# INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH –GRANTHAALAYAH

A knowledge Repository



आज के वैश्वीकरण की चकाचौंध युक्त व्यस्ततम जीवन में तनाव ने इंसान के जीवन में रिक्तता भर दी है। सामाजिक विघटन से उत्पन्न अकेलेपन ने व्यक्ति को निराशा के अंधकार से घेर लिया है, जो स्वस्थ विकासात्मक जीवन का सबसे बड़ा अवरोध है। इस विषम परिस्थिति में संगीत ने ही मनश्चिकित्सकीय सशक्त साधन के रूप में महत्वपूर्ण योगदान दिया है।

“Music works like a sedative and acts on tranquilizer for the human being. It can direct a man’s behavior on positive lines and can help in making the patient more cooperative. Music is a source to great help in cases of neurotics and mental problems. It can also awaken a sense of good personal relationship amongst men by participation therapy and can cure the anti social feelings and general attitude of hostility and violence towards each other. Music healing and its refreshing qualities are widely known. The tone, color and rhythm of seven swards match sever prakriti of human body. They stimulate the brain, ease tension remove fatigue. The tonal structure of raga weaves around a hallurinating environment in which the artist express his feeling in a very methodical manner”

मानसिक विकृतियों को दूर करने में संगीत अवश्य सहायक है। संगीत में उत्तेजना को कम करने की तथा शांति दिलाने की शक्ति है।

“संगीत द्वारा मनोव्यवहार तथा शारीरिक क्रियाएँ प्रभावित होती है, अतः मानसिक व शारीरिक विकृतियों के लिए भिन्न-भिन्न प्रकार के उपयुक्त संगीत का प्रयोग किया जाता है। विशेष रूप से संगीत द्वारा मानसिक अवरोध, उदासीनता, वृद्धावस्था के रोग, अवसाद, अधिक उत्तेजना, उच्च रक्तचाप, निम्न रक्तचाप, जोड़ों का दर्द, हृदय रोग, पाचन-क्रिया सम्बन्धी रोग, मनोरोग, नशा आदि समस्याओं का समाधान किया जाता है।”

## संदर्भ –

- 1 सिन्हा डॉ. ज्योति, प्रथम संस्करण – 2013, नई सदी के सरोकार, ओमेगा पब्लिकेशन्स (नई दिल्ली), पृ. सं. 139–140
- 2 चौरसिया सं. ओमप्रकाश, प्रथम संस्करण–2001, संगीत रस, परम्परा और विचार, वाणी प्रकाशन (नई दिल्ली), पृ. सं. – 283
- 3 शर्मा डॉ. रत्नाम्बरा, नवम्बर 2009, चिकित्सा में संगीत का प्रभाव, संगीत पत्रिका, अंक–11, वर्ष – 75, पृ. सं. 4
- 4 Kaur Dr. Narendra, first published-2010, Music for life : social & Psychological objectives, kanishka Publishers, Distributors (New Delhi), P.no-84
- 5 शर्मा प्रो. स्वतंत्र, प्रथम संस्करण–2010, सौन्दर्य, रस एवं संगीत, अनुभव पब्लिशिंग हाउस (इलाहाबाद), पृ. सं. – 196
- 6 शर्मा डॉ. मनोरमा, प्रथम संस्करण–2008, संगीत विविधा, अभिषेक पब्लिकेशन्स (चण्डीगढ़), पृ. सं. – 111