



संगीत चिकित्सा में नवाचार “मनोरोगो के संदर्भ में”

डॉ. अतुल कुमार गुप्ता

सहा. प्राध्यापक संगीत (वादन)

शास. कमलाराजा स्नातकोत्तर कन्या महाविद्यालय, ग्वालियर



गायन वादन एवं नृत्य तीनों कलाओं के समावेश को संगीत कहा गया है। जिसमें गायन एवं वादन को केवल कर्ण के द्वारा अर्थात् बिना देखे हुए भी समझा एवं रससिक्त हुआ जा सकता है। नृत्य को समझने में दोनों ज्ञानेन्द्रिया कार्य करती हैं, अर्थात् एक दृष्टिहीन व्यक्ति भी संगीत का रसास्वादन कर सकता है। संगीत का मूलभूत कारक है— ध्वनि। वायु द्वारा ध्वनि तरंगों को जब कर्ण के माध्यम से मस्तिष्क को सूचना प्राप्त होती है, तब हमें यह समझ में आता है, कि सामने वाला कोई बोल रहा है अथवा गा रहा है अथवा वादन कर रहा है। अनुसंधान एवं यांत्रिकीय प्रयोगों द्वारा ध्वनि तरंगों को वैज्ञानिकों ने अत्यन्त सूक्ष्म रूप से ज्ञात कर लिया है। अत्यधिक कम आंदोलन वाली ध्वनि मानव के कर्ण को सुनाई नहीं देती और अत्यधिक तेज ध्वनि भी मानव नहीं सुन सकता है।

संगीत का संबंध मानव जीवन के साथ केवल भावनात्मक, मनोरंजनात्मक एवं आध्यात्मिक तक सीमित न रहकर चिकित्सा क्षेत्र में भी अतुलनीय है। मानव जीवन के हर पक्ष को दूसरी चमत्कारिक शक्ति प्रभावित करती है। यही शक्ति संगीत-चिकित्सा का आधार है। यह एक पूरक चिकित्सा है, जिसके उपयोग से विभिन्न रोगों के उपचार से सकारात्मक प्रभाव देखने में आता है।

वर्तमान में मानसिक रोगों (मंद बुद्धि) के बहुतायत रोगी देखने को मिलते हैं, जिनकी आयु 18-20 वर्ष में भी उनके कार्य कलाप 8-10 वर्ष के बालक के समान होते हैं। मानसिक अस्वस्थता सबसे विकराल समस्या है। संगीत द्वारा ही इसका निदान संभव है। मनोवैज्ञानिकों के अनुसार उपचार हेतु मंहगी तथा ऐसी औषधियाँ जिनका विपरीत प्रभाव मनुष्य के शरीर पर होता है, से संगीत में रोग निरोधक गुण अधिक होते हैं। इस पद्धति में चिकित्सीय संगीत रोगी को सुनाकर उसका ध्यान संगीत की ओर केन्द्रित कर सफल उपचार किया जा सकता है। संगीत चिकित्सा में मानसिक तनाव से होने वाले विभिन्न रोग जैसे— सिरदर्द, एकचित्त न होना, इच्छा शक्ति बढ़ाना, स्मरण शक्ति, मनोरोग तथा मानसिक मंदता आदि रोगों का सफल उपचार संभव है।

फूंक द्वारा वाद्यों को बजाने की क्रिया प्राणायाम (योग) क्रिया मानी जाती है तथा इसके श्रवण से कम सुनने वालों को भी कर्णद्रिय के विकास में सहायता प्राप्त होती है। इसके अतिरिक्त अन्य मानसिक रोगों के लिए भी वंशी की ध्वनि का सार्थक प्रयोग हो चुका है। समस्त योग गुरु अपनी योग साधना में वंशी का प्रयोग अवश्य करते हैं। तत् वाद्यों का उपयोग भी मानसिक चिकित्सा में देखा गया है यदि हम संगीत चिकित्सा में एक उपकरण के रूप में तन्त्र वाद्य यंत्रों के उपयोग पर दृष्टि डालें तो हम पाते हैं कि इस कार्य में इन तत् वाद्यों की महत्वपूर्ण भूमिका है। जिसमें सितार, वीणा एवं संतूर मुख्य वाद्य हैं। तत् एवं सुषिर वाद्य दोनों ही ऐसे वाद्य माने गए हैं जो रोगों के उपचार में पूर्ण सक्षम है।

घन वाद्यों में झांझ, मंजीरा, घंटा आदि वाद्य भी मनोचिकित्सा में सहायक होते हैं, क्योंकि घंटे को एक बार आघात करने से जो गूंज प्राप्त होती है उसमें ऊँ की ध्वनि स्पष्ट होती है। जो कि नाद ब्रह्म कहलाती है।

षड्ज मध्यम संवाद के तानुरे की ध्वनि से मन मस्तिष्क शान्त होता है, तथा षड्ज पंचम संवाद के तानपूरे का निरंतर श्रवण मनुष्य को उत्साह एवं प्रफुल्लता प्रदान करता है। मैंने स्वयं दो मंदबुद्धि मनोरोगियों पर इलेक्ट्रॉनिक तानपूरे द्वारा यह प्रयोग करके देखा है। मानसिक चिन्ता एवं तनाव ही मनुष्य की कई बीमारियों का कारण है। और इन बीमारियों से मुक्ति प्राप्त करने का सरलतम उपाय वाद्यों का वादन एवं श्रवण है।

इसके अतिरिक्त संगीत चिकित्सा के अन्य पहलुओं पर विभिन्न विद्वानों ने अपने विचार व्यक्त किए हैं। फ्रांसीसी प्राणी शास्त्री वाशतोव आंद्रे ने समस्त जीवधारियों पर अध्ययन कर यह निष्कर्ष निकाला कि संगीत के माध्यम से प्रत्येक जीव के मस्तिष्क एवं नाड़ी संस्थान पर आश्चर्यजनक प्रभाव डाला जा सकता है। जीवों की प्रकृति एवं उनकी मन स्थिति के अनुरूप संगीत तैयार किया जाये तो जीवधारियों में प्रसन्नता और शारीरिक उत्साह स्पष्ट रूप से देखा जा सकता है। शोधकर्ता आर्थरलाकर



INTERNATIONAL JOURNAL of RESEARCH -GRANTHAALAYAH

A knowledge Repository



के अनुसार संगीत द्वारा पेड़ पौधों को रोग ग्रस्त होने से बचाया जा सकता है। क्योंकि संगीत से पेड़ पौधों की रोग निरोधक शक्ति, बढ़ जाती है। यू.एस. डिपार्टमेंट ऑफ एज्युकेशन के शोध के अनुसार विशेषज्ञों ने स्वीकारा है कि संगीत से एकाग्र होने में मदद मिलती है, तथा स्मरण क्षमता एवं व्यक्तित्व के पूर्ण विकास में वृद्धि होती है। संगीत से आत्म विश्वास बढ़ता है, स्मरण शक्ति बढ़ती है तथा बुद्धि का विकास होता है।

अनेक अनुसंधानों से यह स्पष्ट होता है कि संगीत बुद्धि की मंदता को दूर कर मनुष्य की इच्छा शक्ति बढ़ाता है। संगीत श्रवण ही मंद बुद्धि व्यक्ति का भावनात्मक विकास होकर व्यक्ति के मस्तिष्क को कुशाग्र बुद्धि प्रदान करता है मस्तिष्क में संगीत एवं भाषा का विकास स्वतः ही होता है जो मंद बुद्धि व्यक्ति के मस्तिष्क में रुकने लगता है संगीत से ही इस रुकावट को दूर किया जा सकता है।

आचार्य शारंगदेव ने अपने ग्रन्थ संगीत रत्नाकर के स्वराध्याय में स्वरों की उत्पत्ति का वर्णन करते हुये विभिन्न स्वरों से संबंधित स्नायुओ, चक्रों और शारीरिक अंगों का विवरण दिया है। सम्पूर्ण विश्व में व्याप्त नाद का मूल स्रोत संगीत के स्वर हैं।

अतः यह माना जा सकता है कि मनोरोगियों, मस्तिष्क में किसी भी प्रकार की व्याधियों, हीन भावना, मंदबुद्धि आदि समस्त बीमारियों को दूर करने के लिए एलोपैथी, आयुर्वेद आदि चिकित्सा से तुरन्त तो लाभ हो सकता है, परंतु पूर्णतः नहीं। मनोरोगों में ध्यान केन्द्रित कर संगीत सुनने अथवा गायन एवं वादन करने से दीर्घकालिक लाभ होते हैं इसका शरीर पर कोई भी विपरीत असर नहीं है। संगीत द्वारा चिकित्सा ही मनुष्य को मनोरोगों से मुक्ति प्रदान कर सकती है।