International Journal of Research (IJR) Vol-2, Issue-01 January 2015 **ISSN 2348-6848**

संगीत चिकित्सा

Dr. Komal

Assistant Prof., Deptt. of Music, Mata Sundri Khalsa Girls College, Nissing, Karnal, India

संगीत का प्रयोग मानव ने ईश्वरोपासना, मनोरंजन इत्यादि के अतिरिक्त चिकित्सकीय क्षेत्र में भी किया है। संगीत की चमत्कारी शक्ति के कारण संगीत का चिकित्सा के क्षेत्र में प्रयोग मानव द्वारा किया जाना स्वाभाविक है। विश्व के समस्त देशों में आज संगीत चिकित्सा के विभिन्न प्रयोग किए जा रहे हैं। संगीत द्वारा मानव के संतप्त मन को सांत्वना देने की शक्ति, अध्यात्मिक विकास के गुणों की वृद्धि की शक्ति एवं संगीत का मनोवैज्ञानिक प्रभाव निश्चित रूप से संगीत चिकित्सा के क्षेत्र में सफलता के सूचक प्रतीत होते है। संगीत का मनोभावों से गहन सम्बन्ध है। मन के साथ हमारी समस्त शारीरिक क्रियाएं जुड़ी हैं अतः संगीत द्वारा चिकित्सा को नकारा नहीं जा सकता।

''पं॰ ओंकार नाथ ठाकुर'' के अनुसार ''सर जे॰सी॰ बोस जिन्होंने वनस्पति शास्त्र पर अनुसंधान करके आधुनिक युग को यह प्रमाणित कर दिखाया था कि वनस्पति में भी जीव है। उनकी प्रयोगशाला में जाकर पं॰ ओंकारनाथ ठाकुर ने 'भैरवी' गाई। गाने के पूर्व यंत्रा द्वारा पौधें की पत्ती की अवस्था देखी थी और गाने के बाद उन पत्तियों पर आई नई चमक का भी दर्शन किया था। इसी प्रकार पेड़ पौधों से सम्बधित प्रयोग डा॰वि॰वि॰ गोरे ने भी किए थे। जबलपुर विश्वविद्यालय से सम्बद्ध (''डा॰वि॰वि॰ गोरे'' ने पेड़ पौधों पर परीक्षण कर संगीत के चमत्कारी प्रभावों की ओर सबका ध्यान काफी बरसों पहले आकृष्ट किया था। डॉ॰ गोरे लिखते हैं– ''अश्राव्य ध्वनि के परिणाम रसायन और कलील रयायन के बारे में सिखाते हुए मुझे

यह विचार अधिक तीव्रता से आकर्षित करने लगे। प्रयोग के लिए मैने गेंहूँ, चावल, फल–फूल के बीज, साग–सब्जी के बीज, मूंग, अरहर, चना और मटर के बीज अपने बंगले में बोए थे। मुझे अपने प्रयोग में सफलता मिली।

इस प्रकार प्रतीत होता है कि इस दिशा में काफी समय से विद्वान, वैज्ञानिक और संगीतज्ञ संगीत के प्रभाव के बारे में सचेत होकर अध्ययन करते रहे हैं। पेड़–पौधों पर भी संगीत का प्रभाव होता है। यह आज समस्त विद्वान एकमत से स्वीकारते हैं। संगीत के चमत्कारी प्रभाव संगीत द्वारा चिकित्सा की सम्भावना व्यक्त करते प्रतीत होते हैं। यदि संगीत में इतने चमत्कारपूर्ण प्रभाव है तो संगीत द्वारा चिकित्सा भी सम्भव प्रतीत होती है। डा॰ गोरे वनस्पतियों के ऊपर प्रयुक्त संगीत के प्रभाव से प्रसन्न होकर कहते हैं ''एक नव संशोधन कार्य की यह रूपरेखा है मुझे विश्वास है कि स्वर चिकित्सा से रोग भी हटाए जा सकते हैं।

पेड़ पौधों के अतिरिक्त पशुओं पर भी संगीत के प्रभाव का परीक्षण किया गया है। ''अमेरिका में दूध देने वाली गायों पर विशेष रूप से संगीत का परीक्षण किया गया, गायों का दूध निकालते समय मधुर संगीत सुनाया जाता है। उस संगीत के प्रभावों से गायें पहले से अध्कि दूध देने लगीं और यही नहीं दुहने के समय वे शांत खड़ी रहती थी''। पेड़ पौधों, पशुओं एवं मानव अर्थात समस्त जड़, जीव पर संगीत का प्रभाव स्पष्ट दृष्टिगोचर होता है। संगीत की चमत्कारी शक्ति के प्रभाव को हमें स्वीकारना ही होगा।

पाश्चात्य देशों में भी संगीत चिकित्सा पर व्यापक परीक्षण किए जा रहे हैं। आधुनिक वैज्ञानिकों ने संगीत द्वारा मानसिक रोगों से ग्रस्त रोगियों की चिकित्सा का कार्य प्रारम्भ कर दिया है इसमें उन्हें सफलता भी मिली है।

पी॰डी॰ मिश्रा एवं बीना व्यवहार नृत्य को भी संगीत चिकित्सा के लिए उपयोगी स्वीकारते हुए कहते है ''नृत्य को चिकित्सा के रूप में उपयोग करने से रोगी के शरीर व मन का तनाव कम होता है और वह कुछ समय के लिए अपनी दुःखद दुनियाँ को भूलकर सुख की अनुभूति करता है तथा संवगों का स्पष्टीकरण भी होता है।''

रमेश सक्सेना संगीत (मासिक पत्रिका) के जून 1993 अंक में लिखते है कि राग रागिनियों की साधना द्वारा कुछ रोग ठीक हो जाते है। श्री रमेश सक्सेना विभिन्न रागों द्वारा विभिन्न रोगों का ठीक हो जाना स्वीकारते है उनके द्वारा वर्णित रागों का विभिन्न रोगो पर क्या प्रभाव है, वर्णन करना यहाँ यथेष्ठ होगा–

भैरव– कफ बढ़ने से हुए रोगों को ठीक करता है।

मल्हार, सौरठ तथा जयजयवंती– शरीर ऊर्जा को बढ़ाते है तथा मस्तिष्क को शांत कर क्रोध दूर करते है।

आसावरी– रक्त, वीर्य, कफ इत्यादि के रोगों को दूर करता है

सारंग– पित्त और सिर दर्द के रोगों को दूर करता है।

भीमप्लासी, मुल्तानी पटदीप और पटमंजरी– नेत्र रोग दूर करते है।

दरबारी– हदयशूल, हदय रोग तथा गठिया दूर करता है।''

डॉ वसुधा कुलकर्णी के अनुसार '' अमेरिका में लगभग 800 रोगियों की संगीत द्वारा चिकित्सा की गई। वॉयलिन की मधुर ध्वनि अति तीव्र सिर दर्द को 15 मिनट में दूर कर सकती है। हार्प (एक वाद्य) से हिस्टीरिया का रोग दूर हो सकता है। डॉ॰ वसुधा कुलकर्णी के अनुसार ''अमेरिका'' में तो संगीत को नींद की गोली भी माना गया है।

मनोवैज्ञानिकों के मतानुसारः–

मनोवैज्ञानिकों द्वारा भी संगीत चिकित्सा को मनोविज्ञान की दृष्टि से परख कर इसकी उपयोगिता पर विचार किया गया प्रतीत होता है। हंसराज भाटिया भारतीय रागों और रागिनियों का सम्बन्ध विशेष मनोदशाओं से जोड़ते हुए कहते है ''हर्ष, विषाद्, शोक आदि के भाव रागों से जगाए और प्रबल किए जा सकते है और मनोवैज्ञानिक प्रयोग कर संगीत चिकित्सा में नए अविष्कार किए जा सकते है। मानव मन को मनोवैज्ञानिक अत्यन्त महत्त्वपूर्ण घटक स्वीकारते है, 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। मानसिक रोगों की चिकित्सा के लिए संगीत अत्यंत उपयोगी स्वीकारा जाता है। संगीत में मनोवैज्ञानिक कारक, कल्पना, रूचि, ध्यान, चिंतन आदि अनिवार्य रूप से काम करते है।

''डॉ॰ वी॰ चौधरी वरिष्ठ मनोचिकित्सक अपोलो अस्पताल दिल्ली के अनुसार, संगीत चिकित्सा आत्म–विमोह, गाइनोफ्रेनिया, मंदबुद्धि अथवा मानसिक विकृतियों वाले बाल, युवा और वृद्ध सभी आयुवर्ग के रोगियों के लिए उपयोग में लाई जा रही है। यह पद्धति सुनने या बोलने मे अक्षम या दृष्टिकोण वाले अथवा तालु में छिद्रवाले रोगियों के लिए भी उपयुक्त साबित हुई है।''

सन् 1969 में अमेरिका के डॉ॰ आलिवर सेक्स ने संगीत चिकित्सा पर गहन अध्ययन किया था जिसके परिणामस्वरूप उन्होंने पाया कि निम्न तीन परिस्थितियों में संगीत चिकित्सा काफी प्रभावी साबित होती है।

1. बड़ी दुर्घटना या दौरे (स्ट्रोक) के बाद स्वास्थ्य लाभ के लिए इन्द्रिय रोगो, दर्द आदि को कम करने के लिए।

2. अपनी समस्याओं को ठीक से न बता सकने वाले मरीजों को समझने और उनसे बातचीत करने के लिए मनोचिकित्सा के रूप में।

3. नेत्रहीन तथा मानसिक रोगों से पीड़ित बालकों का समन्वय सुधारने के लिए।

कहने का तात्पर्य यह है कि डॉ॰ आलिवर सेक्स ने संगीत को मानसिक रोगियों के लिए काफी उपयोगी पाया था। पर इसका यह तात्पर्य यह नही कि संगीत अन्य शारीरिक रोगों पर अपना चिकित्सीय प्रभाव नही डालता।

विभिन्न रसोपयुक्त स्वरों अथवा रागों एवं तालों के प्रयोग से मनोरोगियों को अपेक्षित लाभ हुआ है। संगीत चिकित्सा का प्रथम प्रयोग प्रथम विश्व युद्ध के बाद घायल सैनिकों के लिए किया गया था। इसके बाद आज कई मनोचिकित्सक एवं संगीत चिकित्सक रोग–निवारण हेतु विभिन्न अस्पतालों एवं प्रयोगशालाओं में संगीत का प्रयोग कर इलाज कर रहे है।

अतः मानसिक रूप से विक्षिप्त एवं अन्य असाध्य मानसिक रोगों के लिए संगीत अत्यन्त उपयोगी सिद्ध हुआ है। इस चिकित्सा पद्धति का सबसे अधिक महत्वपूर्ण पक्ष यह है कि इस चिकित्सा का कोई दुष्परिणाम (Side effect) नही होता, यह किसी भी परिस्थिति में लाभदायक ही होगा।

निष्कर्ष रूप में कहा जा सकता है कि आज संगीत चिकित्सा एक स्वतन्त्र विद्या के रूप में विकसित हो रही है। सम्पूर्ण विश्व संगीत चिकित्सा में आस्था एवं विश्वास प्रकट कर रहा है। संगीत चिकित्सा करते समय हो सकता है विभिन्न रोगियों को अलग अलग प्रकार के संगीत से आराम हो। किसी को कोई एक राग पसंद आए तथा दूसरा उसी को अरूचिकर समझे। वास्तव में ऐसा हम एलोपैथी चिकित्सा पद्धति में भी देखते है कि कोई दवा किसी व्यक्ति विशेष के लिए ऐलर्जिक हो सकती है। अतः यदि कोई संगीत या राग किसी व्यक्ति को रूचिकर न

लगे और प्रभावहीन प्रतीत हो तो संगीत चिकित्सक उस राग को उस रोगी के प्रति ऐलर्जिक मानकर अन्य राग का प्रयोग करे।

संगीत का उपयोग एकल चिकित्सा पद्ति के रूप में या किसी अन्य चिकित्सा पद्ति के साथ मिलाकर सह–चिकित्सा पद्ति के रूप मे किया जा सकता हैं। संगीत चिकित्सा हेतु रोगी की संगीत में रूचि तथा संगीत का पसंदीदा होना आवश्यक है। अतः किसी भी रोगी को चिकित्सा हेतु संगीत सुनाए जाने से पूर्व अथवा विशिष्ट संगीत सुनने की सलाह देने से पूर्व चिकित्सक को रोगी की पसंद–नापसंद तथा उसकी प्रकृति के विषय में विस्तृत जानकारी ले लेनी चाहिए ताकि उसकी रूचि एवं प्रकृति के अनुसार संगीत चिकित्सा करने में आसानी हो या फिर संगीतज्ञों तथा मनोचिकित्सकों को मिलकर रोगी की प्रकृति, उसकी रूचि, उसकी रोग तीव्रता आदि का गहराई से अध्ययन कर उसके लिए संगीत का चुनाव करना चाहिए।

अतः संगीत चिकित्सा करने से पूर्व रोगी की प्रकृति, रूचि–अरूचि आदि के अतिरिक्त रोग की तीव्रता आदि के विषय में विस्तृत जानकारी ले लेनी चाहिए जिससे प्रस्तावित संगीत द्वारा पूर्ण स्वास्थ्यलाभ प्राप्त हो सके।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. ओंकारनाथ ठाकुर, *प्रणव भारती,* प्रकाशक–एन. एम. त्रिपाठी एंड़ कंपनी लिमिटेड प्रिन्सेज स्ट्रीट बंबई, प्रथम संस्करण–1956.
2. एस. भटानागर, *संगीत शिक्षण,* प्रकाशक–ए.पी.एच. पब्लिशिंग कॉरपोरेशन, 5 अंसारी रोड़, दरियागंज, नई दिल्ली।
3. पी. डी. मिश्रा एवं बीना व्यवहार, *असामान्य व्यवहार,* प्रकाशक–उत्तर प्रदेश हिन्दी संस्थान, प्रथम संस्करण–1982.

4. डॉ॰ वसुधा कुलकर्णी, *भारतीय संगीत और मनोविज्ञान,* प्रकाशक–राजस्थानी ग्रन्थागार, सोजती गेट के बाहर, जोधपुर, प्रथम संस्करण–1990।
5. हंसराज भाटिया, *असामान्य मनोविज्ञान,* प्रकाशक–उत्तर प्रदेश हिन्दी संस्थान, प्रथम संस्करण–1988.
6. डॉ० सतीश वर्मा, *संगीत चिकित्सा,* प्रकाशक– कनिष्क पब्लिशर्स व डिस्ट्रीब्यूटर्स, अंसारी रोड़, दरियागंज, नई दिल्ली 110002.
7. Manorma Sharma, *Music Education: New Horizon*, Pub- Nirmal Publication Delhi, 1995.
8. Manorma Sharma, *Special Education: Music Therapy*, Pub. APH Publishing corporation, 5, Ansari Road, Dariya ganj New Delhi-110002,1996.
9. संगीत, (मासिक पत्रिका), लेख–मन और संगीत, लेखिका–कु॰ राजेश्वरी गोस्वामी प्रकाशक– संगीत कार्यालय हाथरस, मई–1977.
10. संगीत (मासिक पत्रिका), लेख–राग चिकित्सा, लेखक–मधुगंधा मधुव्रत, प्रकाशक– संगीत कार्यालय हाथरस, दिसम्बर– 1993.
11. संगीत कला विहार, लेख–संगीत की शिक्षण व्यवस्था, लेखक–प्रो॰ वी॰ पी॰ आठवले, प्रकाशक–अखिल भारतीय गंर्ध्व मंडल, जनवरी–1961.
12. नई दुनिया, (पत्रिका) लेख–मुग्ध ही नहीं रोग मुक्त भी करता है संगीत, लेखक–जी. वही. जोग, 29 नवम्बर 1988.