

मानव के विकास में संगीत की भूमिका

DR. KIRTI GARG

Department of Music, Himachal Pradesh University, Summerhill, Shimla

सार संक्षेपिका

आज संगीत मनुष्य जीवन में इतना प्रवेश कर चुका है कि चाहे कोई भी क्षण हो, हर क्षण में हम संगीत से किसी न किसी रूप में जुड़े रहते हैं। दूसरे शब्दों में हम ये कह सकते हैं कि संगीत का मनुष्य जीवन से घनिष्ठ सम्बन्ध है क्योंकि जन्म से मृत्यु तक संगीत से हम सम्बन्धित रहते हैं। संगीत सुनने से हमारे मस्तिष्क पर प्रभाव पड़ता है और यही संगीत मानव विकास में सहायक सिद्ध होता है। संगीत लहरियाँ हमारे मस्तिष्क पर प्रभाव डालती हैं और यही प्रभाव मानव विकास का लक्षण होता है।

बीज शब्द

संगीत, मानव विकास

भूमिका

संगीत मनुष्य जीवन की एक सबसे बड़ी देन है। संगीत एक ऐसी संरचना है जो कि शुद्ध रूप में दिखती है। संगीत का हमारे जीवन में बहुत बड़ा स्थान है क्यों कि इसके द्वारा हम अपने आन्तरिक भावों को प्रकट कर सकते हैं। संगीत हमारे जीवन में आत्मिक शान्ति प्रदान करता है, हमें सांसारिक दुखों से मुक्त करने की क्षमता रखता है, आत्मा का परमात्मा से मिलन करवाता है।

संगीत की मनोमुग्धकारी स्वर-लहरी मनुष्य के अंग-प्रत्यंग में उन्माद तथा प्राणसंचारी प्रवाह की सृष्टि करती है और उसकी स्वाभाविक गति तथा प्रकृति को पवित्रता के आलोक से उद्भासित करती है। मनुष्य की सृष्टि के प्रथम दिन से ही हम संगीत के अस्तित्व को मान सकते हैं। यह अवश्य है कि क्रम-विकास के पथ का अनुसरण करते हुए ही संगीत उस सुप्राचीन स्वरूप से अपने वर्तमान स्वरूप को प्राप्त हुआ है।

संगीत में इतनी क्षमता है कि यह हमारे दैनिक तनाव को भी कम करता है और हमें शान्ति का अनुभव करवाता है। इतना ही नहीं शान्ति प्रदान करने के साथ-साथ हमें आनन्द के क्षणों में और अधिक स्फूर्ति दायक बनाता है। ये हमारे मस्तिष्क को पुर्नजागृत करता है जिससे हम अपने सभी कार्यों को और अधिक क्षमता से और भली प्रकार कर पाते हैं। यही नहीं संगीत हमारे आत्मविश्वास को भी बढ़ाता है।

आज संगीत मनुष्य जीवन में इतना प्रवेश कर चुका है कि चाहे कोई भी क्षण हो, हर क्षण में हम संगीत से किसी न किसी रूप में जुड़े रहते हैं। दूसरे शब्दों में हम ये कह सकते हैं कि संगीत का मनुष्य जीवन से घनिष्ठ सम्बन्ध है क्योंकि जन्म से मृत्यु तक संगीत से हम सम्बन्धित रहते हैं। जीवन ग्रन्थ के पृष्ठों को कहीं से भी पलटिए, कोई भी अध्याय ऐसा नहीं जिसे संगीत से शून्य कह दिया जाए। मानव ने जन्म लेते ही गीत सुने और मृत्यु होने पर भी गीत सुनते-सुनते उसने

श्मशान यात्रा की। घंटे-घड़ियाल और 'राम-नाम सत्य है' की ध्वनियों के साथ उसका स्थूल शरीर भी शून्य में खो जाता है। इससे यह निष्कर्ष निकलता है कि प्राणी-मात्र की उत्पत्ति संगीतमय वातावरण एवं संगीतमय तत्वों से परिपूर्ण होती है। स्वर आत्मा का नाद है और आत्मा परमात्मा का स्वरूप। जिस प्रकार आत्मा का सम्बन्ध परमात्मा से माना जाता है उसी प्रकार स्वर का सम्बन्ध आत्मा से मानना अतिशयोक्ति न होगी। इस दृष्टि से संगीत और आत्मा का सम्बन्ध और सुदृढ़ दिखता है। कोई मनुष्य भावुकता से हीन कितना भी पाषाण-हृदय क्यों न हो किन्तु संगीत से विमुख होने का दावा वह भी नहीं करता। कहावत है कि गाना और रोना सभी को आता है।

संगीत मनुष्य के चारों ओर इस तरह फैल चुका है कि आज इसके बिना कोई भी अवसर व्यतीत हो तो वह फीका अर्थात् आनन्द रहित प्रतीत होता है। मनुष्य जीवन के हर क्षण से संगीत जुड़ा है। पहले हम संगीत को रेडियो, दूरदर्शन व रिकॉर्ड आदि के माध्यम से ही सुनते थे लेकिन आज यदि हम घर से बाहर भी हैं तो भी हर क्षण संगीत हमारे साथ विद्यमान रहता है जैसे कार में, बस में, ऑफिस में इत्यादि संगीत से हमारा वास्ता रहता ही है।

आज संगीत का केवल एक रूप ही देखने को नहीं मिलता अपितु आज हर अवसर के लिए अलग-अलग प्रकार का संगीत सुनने को मिलता है। आज संगीत हर रूप में मनुष्य के साथ जुड़ा है, जैसे- लोक संगीत, शास्त्रीय-संगीत, भजन-संगीत, वाद्य-संगीत, जैज़, रॉक-संगीत, पौप-संगीत और फिल्मी संगीत इत्यादि। ये देखा गया है कि हर प्रकार का संगीत मानव को अपना कोई भी कार्य करने में और अधिक दक्ष बनाता है और मनुष्य को उन्नति और विकास के मार्ग पर अग्रसर करता है। जैसे गाँव में गाए जाने वाले लोक गीतों में भी इतनी शक्ति है कि कपड़े धोते समय धोबियों द्वारा गाए जाने वाले गीत, भीमकाय पाषाणों को ऊपर चढ़ाते समय श्रमिकों का गाना, खेतों में पानी देते समय तथा कृषि कार्य करते समय किसानों द्वारा गाए जाने वाले गीत, पनघट से पानी लाती ग्रामीण महिलाओं के गीत तथा पशु चराते समय ग्वालों का संगीत, इस कथन की पुष्टि के लिए यथेष्ट प्रमाण हैं क्यों कि ये सभी संगीतमय गीत इन सभी काम करने वाले लोगों के कार्य करने की क्षमता को बढ़ा देते हैं। इस प्रकार के गीत तो दैनिक चर्या में गाए ही जाते हैं लेकिन किसी विशेष अवसर पर विवाह अथवा पुत्र-जन्मोत्सव पर अथवा किसी धार्मिक या सार्वजनिक समारोहों के अवसरों पर या किसी सरकारी योजनाओं अथवा विकास कार्यों के विषय पर देने वाली जानकारी से सम्बन्धित गीतों वाले कार्यक्रम तो गायन-वादन-नृत्य अर्थात् संगीत से परिपूर्ण होते ही हैं और ये मानव को प्रगति की ओर ही अग्रसर करते हैं।

"संगीत में जादू जैसा असर होता है," इस बात से कोई भी असहमत नहीं होगा अपितु इस विषय पर किसी से भी पूछा जाए वह इसके पक्ष में ही बात करेगा। उसकी यह स्वीकृति संगीत और आत्मा के सम्बन्ध की पुष्टि करती है। आत्मा सत्य का स्वरूप है अतः वह सत्य की सत्ता को

तुरन्त ही स्वीकार कर लेता है। इसका एक कारण संगीत की व्यापकता ही है। यही कारण है कि संगीत का मनुष्य के विकास में बहुत बड़ा स्थान है।

जीवन पथ के किसी भी मोड़ पर रूककर देख लीजिए वहीं आपको संगीत मिलेगा। दुःख से सुख से, रुदन से हास से, योग से वियोग से, मृत्यु से जीवन से इत्यादि, संक्षेप में हम ये कह सकते हैं कि जीवन की प्रत्येक अवस्था से किसी न किसी रूप में संगीत की कड़ी अवश्य जुड़ी रहती है। देखा भी गया है कि पुराने समय में युद्ध के मोर्चों पर उत्साह वृद्धि के लिए संगीत का प्रयोग होता ही था लेकिन वर्तमान युग में भी विश्व के प्रत्येक राष्ट्र के सैनिक विभिन्न प्रकार के संगीत का प्रयोग करते हैं। तोपों की भयानक गर्जना तथा अट्टहास करती हुई मृत्यु के भयानक वातावरण के बीच सैनिकों के मस्तिष्क का संतुलन रखने की शक्ति संगीत ही प्रदान करता है।

संगीत के परमाणुओं में मनुष्य की प्रवृत्तियों को प्रशस्त करने के साथ-साथ आत्मिक शक्ति का आर्वाभाव करने की शक्ति भी निहित है। चारित्रिक उत्थान एवं वासनाओं पर विजय प्राप्त करने का सर्वोत्तम साधन भी संगीत ही है। इस ललित कला की गहराई नापी नहीं जा सकती। हम इसकी गहराइयों में ज्यों-ज्यों उतरते जाएंगे, त्यों-त्यों यह हमारा पथ प्रशस्त एवं परिमार्जित करता जाएगा और हम उन्नति की ओर अग्रसर होते जाएंगे।

यदि मनुष्य के जन्म से आरम्भ करें तो यह देखा गया है कि शिशु के जन्म से ही संगीत का प्रभाव उसके जीवन में पड़ना आरम्भ हो जाता है। एक नवीनतम अध्ययन में ये बताया गया है कि दो या तीन दिन के बच्चों के दिमाग का अध्ययन करने से ये सामने आया है कि वे उस प्रारम्भिक उम्र में भी लय को भली प्रकार से पहचान लेते हैं और जब कोई बजाने वाला एक भी मात्रा को छोड़ दे तो शिशु हैरान हो जाता है अर्थात् संगीत द्वारा उनके दिमाग में समझने की हरकत होती है। इससे यह स्पष्ट होता है कि शिशु के मस्तिष्क में संगीत के द्वारा भी विकास होता है और देखा भी गया है कि जन्म से ही शिशु के विकास में संगीत का व्यवहार रहता है। इतना ही नहीं जब माँ लोरी गाती है तो वह संगीतमय लोरियाँ शिशु की हृदय गति को नियन्त्रित करती है और उन्हें एक गहरी नींद प्रदान करती है और जब शिशु गहरी नींद में होता है तब उसका शारीरिक और मानसिक दोनों प्रकार से विकास होता है।

इतना ही नहीं शिशु जब थोड़ा बड़ा हो जाता है तब उसे बचपन से ही कुछ ज़रूरी चीज़ें संगीत के माध्यम द्वारा ही समझाई और सिखाई जाती हैं। जैसे अंग्रेज़ी की वर्णमाला, छोटी-छोटी कविताएँ, गिनती इत्यादि ये सभी चीज़ें बालक को संगीतमय गीतों द्वारा सिखाई जाती हैं। यह देखा भी गया है कि जब बालक संगीत के द्वारा ये चीज़ें सीखता है तो उसे अधिक शीघ्रता से ग्रहण भी करता है।

एक न्यूरोसाइंटिस्ट द्वारा ये बताया भी गया है कि मनुष्य के विकास में और उसके दिमाग द्वारा नए-नए रास्ते खोजने में संगीत की मुख्य भूमिका रहती है। जैसा कि हम सभी जानते हैं कि संगीत का हमारी भावनाओं पर भी एक बड़ा प्रभाव रहता है। Robert Zatorre न्यूरोसाइंटिस्ट ने एक अध्ययन में बताया है कि जब लोग संगीत सुनते हैं तो वे कहते हैं कि उन्हें संगीत सुनने से बहुत आनन्द प्राप्त हुआ, लेकिन रॉबर्ट का ये कहना है कि संगीत सुनने से उनके मस्तिष्क में ऐसी तरंगें उत्पन्न होती हैं जो उनकी भावनाओं को जागृत कर उन्हें आनन्द और कार्य करने की क्षमता की ओर प्रोत्साहित करती हैं।

एक और अध्ययन में यह पाया गया है कि जो व्यक्ति मानसिक विकृति से ग्रसित होता है, यदि वह संगीत सुनें तो ऐसे व्यक्ति में भी भावात्मक और विकासात्मक परिवर्तन देखे जा सकते हैं। ऐसा भी देखने में आया है कि कभी-कभी जो मानसिक व्यक्ति बोलने में अस्मर्थ होता है वह संगीत को मात्र सुनने से ही कभी-कभी कुछ शब्दों को बोलने लगता है। इसके अतिरिक्त जो लोग पार्किंसन रोग (Parkinson's disease) से ग्रसित होते हैं उन्हें संगीत इस बिमारी से छुटकारा दिलाता है, जो लोग भावना रहित होते हैं उनमें भावनात्मकता जगाता है, इतना ही नहीं जो लोग भूलने की बिमारी (alzheimer's disease) और मानसिक रोग (Schizophrenia) से ग्रसित होते हैं, संगीत उनके व्यवहार, बुद्धि और मनोदशा को बदलता है और उन्हें विकास की ओर अग्रसर करता है। जो वृद्ध लोग अपनी यादाश्त खो देते हैं वे भी संगीत के माध्यम से अपनी यादाश्त को वापिस पा लेते हैं और यही संगीत उनके अन्दर विकास का प्रमाण बनता है।

संगीत हमारी सोचने-समझने की शक्ति को भी बढ़ाता है। ये माना जाता है कि जब हम शास्त्रीय संगीत सुनते हैं तो यह हमारी हर दिशा में सोचने की क्षमता को कुछ समय के लिए बढ़ाता है और जब हम कोई वाद्य बजाना सीखते हैं तो यह हमारी सोचने-समझने की शक्ति को और लम्बे समय तक बढ़ाता है। जिससे कि मनुष्य अपने कई कार्य अधिक शिघ्रता से करने लगता है। इस प्रकार यह देखा गया है कि संगीत का मनुष्य के विकास में कितना बड़ा स्थान रहता है।

शास्त्रीय संगीत ही नहीं अपितु किसी भी प्रकार का संगीत सुनने से हमारे मस्तिष्क पर प्रभाव पड़ता है और यही संगीत मानव विकास में सहायक सिद्ध होता है। संगीत लहरियाँ हमारे मस्तिष्क पर प्रभाव डालती हैं और यही प्रभाव मानव विकास का लक्षण होता है।

प्रसन्नता की बात यह है कि आजकल विश्व के कुछ विशेषज्ञ एवं डाक्टर संगीत के रहस्यपूर्ण तत्वों के अनुसंधान में संलग्न हैं। आजकल के परिक्षणों में अनेक ऐसी चमत्कारपूर्ण बातें मिली हैं जिनके द्वारा अनुसंधानकर्ताओं का उत्साह बढ़ता ही चला जा रहा है। मानसिक रोगों पर पक्षाघात अथवा फालिज की बीमारी पर सच्चे संगीत की स्वर-लहरियों ने आशातीत लाभ किया है।

इटली की राजकुमारी एलबोल लीरा के बारे में भारतीय और कुछ विदेशी समाचार पत्रों ने इस प्रकार के समाचार प्रकाशित किए कि जिन्हें पढ़कर बरबस ही संगीत के चमत्कारों को नमस्कार करना आवश्यक हो जाता है। उनका कहना है कि यह राजकुमारी भोजन नहीं करती, केवल संगीत पर ही जीवित रहती है।

नृत्य आलोचक आशीश खोकर का कहना है कि “संगीत की उत्पत्ति नाद अथवा ध्वनि से होती है और ध्वनि हमारी ज्ञानेन्द्रियों को कई तरह से प्रभावित करती है। जब ध्वनि हमें इतना प्रभावित करती है तो ध्वनि और संगीत मिलकर मानव मस्तिष्क पर कितना प्रभाव डालते होंगे। इसी प्रकार जब हम संस्कृत के मन्त्रों का उच्चारण संगीत के द्वारा करते हैं तो यह हमारे अन्दर सकारात्मक ऊर्जा पैदा करता है और हमारे मस्तिष्क को चेतना के उच्च शिखर तक पहुँचा देता है अर्थात् आत्मा का परमात्मा से मिलन करवाता है और हमारे सोचने-समझने की शक्ति को और अधिक बढ़ाता है।

जैसा कि हम जानते हैं कि ध्यान अथवा चिन्तन हमारे शरीर की नकारात्मक ऊर्जा को मिटाता है और हमारे अन्दर सकारात्मक ऊर्जा का संचार करता है। संगीत ध्यान अथवा चिन्तन का सर्वोत्तम साधन है। बहुत सी चिन्तन की कार्यशालाओं में लोगों की मनोदशा एवं भावनाओं को अधिक जागरूक करने के लिए संगीत का प्रयोग किया जाता है। लोगों को लिटा कर उन्हें कहा जाता है कि वे अपने मस्तिष्क को हर चिन्ता से मुक्त कर दें और फिर उन्हें संगीत की मधुर स्वर लहरियाँ सुनाई जाती हैं जिससे संगीत द्वारा किया गया चिन्तन उनके अन्दर कमबद्ध रूप से परिवर्तन लाता है। जिससे मानव अपने अन्दर के अलग-अलग भावों एवं अपनी चेतना में आशातीत परिवर्तन अनुभव करता है और यही संगीतमय चिन्तन मानव को अपना कार्य और भी अधिक सही ढंग से करने में सक्षम बनाता है और आगे चल कर यही संगीत उसके विकास का लक्षण बनता है।

भारतीय संगीत साहित्य में तानसेन से सम्बन्धित कई चमत्कारिक किवदन्तियाँ हैं, जैसे दीपक राग द्वारा दीपक जला देना, मेघ राग द्वारा वृष्टि कराना और स्वर के प्रभाव से हिरन आदि पशुओं को पास बुला लेना मुख्य रूप से प्रचलित है। इसी प्रकार ग्रीक साहित्य में आरफेन्स का वर्णन मिलता है, जो संगीत के प्रभाव से चराचर जगत को हिला देता था, समुद्र की उत्ताल तरंगों को शान्त कर देता था और वायु के वेग को रोक कर पर्वतों को गति दे सकता था। मिल्टन ने “पैराडाइज़ लास्ट” में लिखा है कि जब ईश्वर ने सृष्टि रची, तब उसने पहले बिखरे हुए महाभूतों को संगीत के द्वारा एकत्र किया और तत्पश्चात् सृष्टि की रचना की।

आजकल कुछ वैज्ञानिक पशु-पक्षी और कीड़े-मकौड़ों पर भी संगीत का प्रयोग कर रहे हैं। जिससे उन्हें संगीत प्रभाव व संगीत के द्वारा प्राणी जगत के विकास के अनुसंधान में सहायता मिलती है।

चीन के प्रमुख समाचार पत्र "पीपुल्स डेली" की एक रिपोर्ट में कहा गया है कि तैयुआन के डेरी फार्म में कोमल व हल्के संगीत का आयोजन करने से गायें अधिक दूध देने लगी हैं। जिसका कि वहाँ पर पूरी वैज्ञानिक तरीके से अनुसंधान किया गया।

दूर देश न जाते हुए यदि हम अपने देश का ही उदाहरण ले तो हम ये जानते हैं कि हमारे देश के उच्च कोटी के संगीत विद्वान आचार्य पं० ओंकारनाथ ठाकुर ने लखनऊ के चिड़िया घर में भारतीय संगीत का एक प्रयोग किया था। शेर के निकट जाने पर उसका हिंसक भाव स्पष्ट परिलक्षित हो रहा था किन्तु कोमल गान्धार के विशिष्ट प्रयोग द्वारा उसकी आँखों में कुछ ही देर बाद परिवर्तन आ गया। वही हिंसक शेर कुछ क्षण बाद संगीत के प्रभाव से कुत्ते की तरह दुम हिलाने लगा और उसकी आँखों में वात्सल्य प्रकट होने लगा। इतना ही नहीं पं० ओंकारनाथ ठाकुर ने सर जे० सी० बोस वनस्पति-शास्त्री की प्रयोगशाला में जाकर एक बार भैरवी गाई। गाने से पूर्व पौधों व पत्तों की यन्त्रों द्वारा अवस्था देख ली गई थी और गायन के पश्चात् उन पर आई हुई नई चमक का दर्शन भी लोगों ने किया था। दक्षिण की प्रसिद्ध अन्नमलाई यूनिवर्सिटी में बौटनी विभाग के कुछ छात्रों ने संगीत द्वारा पौधों पर अदभुत प्रभाव डाला। एक ही किस्म के दो पौधे तैयार किए गए। एक पौधे को स्वर द्वारा कई दिन तक प्रभावित किया गया और दूसरे को प्राकृतिक अवस्था में स्वतंत्र रहने दिया गया। प्रयोग के पश्चात् देखा गया कि जिस पौधे को संगीत सुनवाया गया था वह पौधा दूसरे पौधे की अपेक्षा तेजी से बढ़ रहा था।

प्राचीन मिश्र में संगीत की शक्ति के द्वारा पागलों का उपचार किया जाता था। डा० जे० पाल ने अपनी पुस्तक 'संगीत चिकित्सा' में विभिन्न रागों द्वारा विभिन्न बिमारियों का उपचार करने पर विस्तृत प्रकाश डाला है। ये भी कहा जाता है कि क्लोरोफार्म की अपेक्षा किसी भी गम्भीर नाद द्वारा मस्तिष्क की नाड़ियों को सुषुप्त किया जा सकता है। इस प्रकार औषधि, शक्ति और विकास तीनों ही रूपों में यह कला प्रयोज्य है।

बहुत से लोग ये सोचते हैं कि किसी भी प्रकार का संगीत मनुष्य के लिए उपयोगी सिद्ध हो सकता है। जैसे यदि पॉप संगीत को ही लें तो उसके सुनने से भी मानव के जीवन में कई आश्चर्य जनक परिवर्तन होते हैं और ऐसा संगीत भी मनुष्य को कार्य करने में समर्थता प्रदान करता है जो मानव विकास में सहायक सिद्ध होता है।

संगीत हमारे जीवन को किसी न किसी रूप में प्रभावित करता है। संगीत बहुत से लोगों का शौक भी है। जो लोग संगीत को पसंद करते हैं वे इसे किसी भी समय जैसे कि यात्रा में, पढ़ाई करते समय, साधना के समय, सैर करते समय और कई तो अपने दिनचर्या के कार्य करते समय भी मीठा सा संगीत सुनते हैं। ये संगीत उन्हें आरामदायक स्थिति प्रदान करता है और उन्हें दिनप्रतिदिन के तनाव से मुक्त रखता है। जिसके फलस्वरूप संगीत मनुष्य में ऐसा संचार करता है

कि जिससे मानव कठिन से कठिन कार्य भी आसानी से कर जाता है। संगीत हमारे जीवन का एक अटूट हिस्सा बन गया है। जो हम सब के अलग-अलग उद्देश्यों की पूर्ति बड़ी कुशलता से करता है।

इतना ही नहीं संगीत दोस्तों और दुश्मनों को बड़ी ही आसानी से संदेश पहुँचाने का साधन भी है जो मनुष्य में परिवर्तन लाने की क्षमता रखता है। संगीत द्वारा मानव विकास में तो कई तरह के सुधार आते हैं लेकिन मेरे विचार में संगीत मनुष्य की आय और आय के द्वारा उसकी ज़रूरतें पूरी होने पर उसमें सबसे बड़ा विकासात्मक कार्य करता है।

जब संगीत के द्वारा पेड़-पौधे, पशु-पक्षी तक प्रभावित होते हैं और उनमें कई तरह के परिवर्तन आते देखे गए हैं तो फिर मनुष्य तो एक समझदार प्राणी है यही कारण है कि संगीत का मानव विकास पर अत्यधिक प्रभाव देखा गया है।

अनुसंधान के वर्तमान युग में वह दिन अधिक दूर नहीं जबकि विज्ञानवेत्ताओं द्वारा संगीत की छिपी हुई अनन्त शक्ति का भण्डार सर्व साधारण के समक्ष प्रकट हो जाएगा और मानव जीवन के सृजनात्मक कार्यों में इसके तत्वों का अधिक से अधिक प्रयोग होगा। तब हमारा मानव-समाज संगीत के सम्बन्धों और विकास को और भी अधिक स्पष्ट रूप में समझ सकेगा और अपने जीवन में उसका लाभ प्राप्त कर सकेगा।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

- शर्मा हरविन्दर (2014) संगीत चिकित्सा 21वीं शताब्दी में एक व्यवसायिक विकल्प, *हिल क्वैस्ट*, 1(1): 27-35।
शर्मा सुषमा (2016) म्यूजिक एंड इमोशन, *स्वर सिंधु*, 4(2): 70-72।