

वैकल्पिक उपचार के रूप में संगीत की भूमिका : भारतीय शास्त्रीय राग एवं तंत्री वाद्यों के परिप्रेक्ष्य में

Prof. Rajesh Shah¹, Dr. Anjali Sharma²

1 Professor, Department of Instrumental Music, Banaras Hindu University, Varanasi

2 Assistant Professor, Section of Instrumental Music, Mahila Mahavidyalaya, Banaras Hindu University, Varanasi

शोध सार

आधुनिक काल में विभिन्न कार्यों व्यस्तताओं के कारण मनुष्य अनेक मानसिक व शारीरिक रोगों से ग्रस्त होता जा रहा है। योगियों का यह मानना रहा है कि शत-प्रतिशत बीमारी मन से ही उत्पन्न होती है। बीमार पड़ने में परिस्थिति परिवेश प्रदूषण सब का योगदान रहता है किंतु अगर मन कमजोर है तो थोड़े से परिवर्तन से ही छोटी बीमारी बड़ी हो जाती है। अतः शारीरिक से अधिक मनुष्य मानसिक रोगों से ग्रसित होता जा रहा है। इन रोगों के उपचार हेतु संपूर्ण विश्व में अनेक प्रयोग हुए हैं तथा वर्तमान में भी होते आ रहे हैं। सभी बीमारियों के लिए अनेकानेक औषधियों की खोज की गई है, परंतु यह उपचार कुछ समय तक उपयोगी सिद्ध होता है तथा उपचार बंद होते हीमानव पुनः रोगसे ग्रसित हो जाता है। हमारे समक्ष विभिन्न प्रकार की चिकित्सा प्रणाली उपलब्ध है, जैसे यूनानी, तिब्बती, एक्यूपंचर, एक्यूपेशर, आयुर्वेदिक, होम्योपैथिक एवं एलोपैथिक चिकित्सा किंतु आधुनिक समय में योग एवं संगीत चिकित्सा भी प्रभावी रूप से प्रचलन में देखी जा रही है। इन सभी चिकित्सा पद्धतियों में संगीत चिकित्सा वर्तमान में अत्यंत ही सहायक वैकल्पिक उपचार के रूप में हम सभी के समक्ष आ रही है। प्राचीन कालीन ग्रंथों से हमें प्राप्त होता है की संगीत चिकित्सा पद्धति प्राचीन काल में भी अत्यंत सुदृढ़ अवस्था में थी वर्तमान में भी अनेक शोधों के द्वारा यह देखा गया है कि संगीत को हम विभिन्न मानसिक व शारीरिक रोग के उपचार में प्रमुख औषधियों के रूप में तो नहीं परंतु सहायक औषधि के रूप में प्रयोग कर सकते हैं संगीत रुपी सहायक औषधि मनुष्य द्वारा ली गई मूल औषधियों को और भी अधिक कारगर बनाने में सक्षम है विशेषकर भारतीय संगीत में प्रयुक्त राग जो विशेष स्वरावलीओं से निर्मित होते हैं मनुष्य के मस्तिष्क पर अत्यंत गहरा प्रभाव डालते हैं शोध द्वारा प्राप्त होता है कि गायन के अपेक्षा वाद्य संगीत अपनाएने से द्वारा संगीत चिकित्सा पद्धति से रोगियों को अत्यधिक लाभप्रद सिद्ध हुई है।

बीज शब्द: वैकल्पिक उपचार, संगीत चिकित्सा, ध्वनि, राग, वाद्य, आध्यात्म, मंत्रोच्चारण

भूमिका

नाद आरोग्य अथवा नाद के माध्यम से आरोग्य प्राप्त करना भारत की प्राचीन आरोग्य प्रदान कराने वाली पद्धतियों में से एक महत्त्वपूर्ण पद्धति रही है। दैनिक जीवन में हम अनेक प्रकार के कर्ण मधुर तथा कर्ण कटु ध्वनियों से प्रभावित होते रहते हैं, जो हमारे मस्तिष्क एवं मन पर अत्यंत गहराई से प्रभाव छोड़ती है। हमारे देश में वैदिक काल से ही संगीत चिकित्सा पद्धति का प्रयोग होता रहा है। चिकित्सा विज्ञान के इतिहास में अध्ययन करने पर प्राचीन देशों में इतिहास संबंधित संदर्भ में संगीत चिकित्सा का उल्लेख प्रायः मिलता है। भारत चीन इत्यादि देशों के प्राचीन ग्रंथों में संगीत (नाद) चिकित्सा का उल्लेख हमें प्राप्त होता है।

मधुर तथा कर्णप्रिय ध्वनि अथवा सांकेतिक ध्वनि न केवल मानव जाति बल्कि पशु पक्षी एवं पेड़ पौधों पर भी अपना प्रभाव छोड़ती है। ये ध्वनियाँ न केवल व्यक्ति के चेतन को उद्वेलित कर के ही अपना कर्तव्य समाप्त कर देती है बल्कि, व्यक्ति में अंतर्निहित सूक्ष्मताओं और वैशिष्ट्य को उसके हृदय के प्रत्येक तार को झंकृत करते हुए

शरीर एवं मन के प्रत्येक अणु को अपने स्वर में बदल देती है तथा, अपने रूप में समाहित कर लेती है। विभिन्न प्रकार की ध्वनि अथवा ध्वनि समूह विविध मनोदशा को व्यक्त करते हैं तथा यह विशेष ध्वनि इसी कारण अपनी भाव दशा के अनुरूप व्यक्ति के आचरण क्रिया व शारीरिक तंत्र पर अपना प्रभाव डालती है। नाद का छोटा बड़ापन तीव्रता पर आधारित होता है तथा इसका प्रभाव मनुष्य के मस्तिष्क एवं हृदय पर पड़ता है जिससे रक्त संचार की क्रिया प्रभावित होती है तथा मानसिक अनुभूति के रूप में उसका रूपांतरण होता है, इसी कारण आदिम काल से ही सांगीतिक ध्वनियों का प्रयोग विभिन्न रोगों के उपचार के लिए होता आया है।

संपूर्ण ब्रह्माण्ड सूक्ष्म कणों से मिलकर बना है। यह सूक्ष्म कण कम्पित अवस्था में सृष्टि में विद्यमान रहते हैं। हमारा शरीर भी अनेक प्रकार के अणुओं से मिलकर बना है जो स्वतः ही कंपन अवस्था में होते हैं। इस प्रकार यह ज्ञात होता है कि यह संपूर्ण ब्रह्माण्ड ही सूक्ष्म कणों से मिलकर बना है।

इन सूक्ष्म अणुओं के कम्पन से अनेक प्रकार के तरंगों का निर्माण होता है जो हमारे आंखों को दृष्टव्य नहीं होता है। संपूर्ण ब्रह्माण्ड में मानव प्रकृति की सबसे उत्कृष्ट रचना है क्योंकि मानव जाति ही एक ऐसा प्राणी है जिसमें अत्यंत जटिल मस्तिष्क संरचना प्राप्त होती है मानव मस्तिष्क में भी कई ऐसे तरंगों का निर्माण होता है जिसके द्वारा हमारा मस्तिष्क एवं हमारा शरीर संचालित होता है। इसके साथ ही मानव ही एक ऐसा प्राणी है जिसके अंदर भाव होते हैं यही भाव नवरसों द्वारा जो विभिन्न परिस्थिति एवं वातावरण में मानव मस्तिष्क में संचरित होकर विभिन्न भावों में प्रकट होते हैं। इन रसभावों का संतुलन ही एक संतुलित मस्तिष्क की रचना करता है और एक संतुलित मस्तिष्क ही हमारे शरीर एवं मन का संतुलन रखने में सहायक होता है।

स्वर, आध्यात्म एवं वैकल्पिक उपचार

आदिम काल से ही सांगीतिक ध्वनियों का प्रयोग विभिन्न रोगों के उपचारों के लिए होता आया है। शास्त्रों में भी उल्लेख है कि ऋग्वेद तथा अथर्ववेद में निहित मंत्रों का प्रयोग मनुष्य की शारीरिक गतिविधियों एवं बीमारियों के उपचार हेतु किया जाता था। आदिकाल से मनुष्य औषधि के साथ संगीत चिकित्सा पद्धति का समन्वय कर विभिन्न रोगों का उपचार करता रहा है। संगीत के सात स्वरों की संरचना मनुष्य के शरीर के सात कुण्डलिनी से की जा सकती है। सांगीतिक ध्वनि मनुष्य के मस्तिष्क संबंधित रोग तथा स्नायुओं के उपचार में सहायक सिद्ध हुई हैं। इसका मुख्य कारण यह है कि हमारे मस्तिष्क में कई अदृश्य तरंगे उत्पन्न होती हैं तथा यह तरंगे प्रत्येक मनुष्य में अपनी एक पृथक तरंगों का प्रतिरूप तैयार करती है। तरंगों का यह प्रतिरूप प्रत्येक मानव में पृथक होता है जब इस तरंग के प्रतिरूप के समान हमें वाह्य ध्वनि तरंगे प्राप्त होती है तो इनके समन्वय से मस्तिष्क में उत्पन्न हुए विकारों का उपचार संभव होता है।

उदाहरण स्वरूप 'ओम' शब्द, जो की संपूर्ण ब्रह्माण्ड में नाद ब्रह्म के रूप में स्थित है, का उच्चारण मात्र ही मनुष्य के शरीर के अंतः क्रिया को प्रभावित करती है। इन्हीं गुणों के कारण प्राचीन काल से ही योगियों और ज्ञानियों ने ओम शब्द की ध्वनि को अपने ध्यान योग और साधना में प्रथम स्थान दिया है। वैज्ञानिक दृष्टि से देखें तो नेताजी सुभाष चंद्र बोस मेडिकल कॉलेज जबलपुर मध्य प्रदेश के फिजियोलॉजी विभाग द्वारा एक शोध से यह प्राप्त हुआ कि, ओम शब्द के मंत्र उच्चारण से मनुष्य का रक्तचाप संतुलित होता है। उनके प्रयोग में उन्होंने 40 से 60 वर्षीय ऐसे 50 रोगियों को लिया जो पिछले 10 या 15 वर्षों से उच्च रक्तचाप से ग्रसित थे। सभी रोगियों

को एक साथ ओम मंत्र का उच्चारण लगातार 5 मिनट तक करने के लिए कहा गया तथा विशेषकर इस उच्चारण में अपने ध्वनि पर ध्यान केंद्रित करने के लिए कहा गया। जब रोगियों ने अपने ध्वनि पर ध्यान केंद्रित किया तो उनका ध्यान वाह्य वातावरण से टूट गया तथा वह स्वतः ही मेडिटेशन की अवस्था में चले गए तथा इस प्रकार लगातार 5 मिनट तक ओम का मंत्र उच्चारण करने के पश्चात 10 से 15 बार लंबी सांस लेकर बिल्कुल विश्राम अवस्था में रहते हुए धीरे धीरे अपने नेत्र खोलने के लिए कहा गया। उसके पश्चात उनके रक्तचाप का अवलोकन किया गया और यह देखा गया की सभी मरीजों के रक्तचाप में पूर्व के तुलनामें गिरावट आई। विभिन्न मरीजों पर ओम उच्चारण के पूर्व तथा पश्चात ली गई रक्तचाप परीक्षण की सारणी से स्पष्ट है कि ओम मंत्र के उच्चारण मात्र से व्यक्ति का रक्तचाप संतुलित होने में सहायता प्राप्त होती है।

‘एनडी गोल्डमैन’ द्वारा वर्णित ‘हमिंग इफेक्ट’ हमें ओम शब्द के उच्चारण से प्रत्यक्ष रूप से प्राप्त होता है। अनुसंधान से ज्ञात हुआ है कि ओम शब्द के उचित प्रतिफल 40: ‘ओ’ शब्द के उच्चारण तथा 60: ‘म’ शब्द के उच्चारण से होता है। 60: ‘म’ के उच्चारण से हमारे शरीर में हमिंग (अन्तःकम्पन) होता है जिसमें हमारे शरीर द्वारा उत्पन्न ध्वनि शरीर में ही समाहित हो जाती है।

एन.डी. गोल्डसमैन नामक वैज्ञानिक ने अपने शोध में हमिंग इफेक्ट में बताया है कि ओम शब्द के उच्चारण से हमारे रक्त में नाइट्रिक ऑक्साइड श्रावित होता है जिसके कारण रक्त धमनियां चौड़ी हो जाती है, जिसकी वजह से रक्तचाप संतुलित होता है। अतः हम कह सकते हैं कि ओम के उच्चारण से ब्लड प्रेशर को संतुलित रखने में सहायता प्राप्त होती है। इसी प्रकार कई वैज्ञानिक तथ्यों के आधार पर अनेक प्रकार से संगीत चिकित्सा पर गहन शोध कर रहे हैं।

विदेशी वैज्ञानिकों के साथ-साथ हमारे प्राचीन विद्वानों, ऋषि-मुनियों एवं संगीतज्ञों ने भी अनेक प्रकार के संगीत चिकित्सा के बारे में हमें बतलाया है। स्वामी हरिदास जी ने 16वीं शताब्दी में राग चिकित्सा पर गहन चर्चा की थी। संगीत सुधा नामक ग्रंथ में संगीत से मानव प्राणी के भावों पर प्रभाव की चर्चा की गई है। नारद मुनि द्वारा रचित नारदीय शिक्षा में गात्र वीणा का वर्णन किया गया है और इस गात्र वीणा के कुंडलिनी चक्र में संगीत एवं स्वरों के प्रभाव का वर्णन किया गया है इस प्रकार हम देख सकते हैं कि प्राचीन काल से ही भारतीय संगीत द्वारा चिकित्सा के क्षेत्र में अनेक प्रयोग किए गए हैं तथा निरंतर होते चले आ रहे हैं। निम्न तालिका शरीर के सात कुण्डलिनी को प्रभावित करने वाले तरंगों की आवृत्ति को दर्शाता है

चक्र	आवृत्ति (हर्ट्ज में)
सहस्रत्रार चक्र	216.432.864
आज्ञा चक्र	144.288.576
विशुद्ध चक्र	192.384.768
अनाहत चक्र	128.256.512
मणिपुर चक्र	182.364.728
स्वाधिष्ठान चक्र	303.606.1212
मूलाधार चक्र	228.456.912

भारतीय रागों में निहित उपचारात्मक तत्व

भारतीय संगीत को रागदारी संगीत के नाम से भी जाना जाता है। यह राग मुख्यतः विभिन्न स्वरूपों के समूह होते हैं जो विभिन्न स्वरावलीयों के अनुरूप अपने भाव को उत्पन्न करते हैं तथा मनुष्य के मनोदशा पर अपना प्रभाव छोड़ते हैं। उचित रागों के प्रयोग से मस्तिष्क में व्याप्त नकारात्मक भावनाएं दूर होती हैं तथा मानसिक व स्नायु रोग के उपचार में सहायक सिद्ध होती हैं। सांगीतिक ध्वनि अथवा विभिन्न स्वरूप के स्वरावलियाँ व्यक्ति के शारीरिक क्रियाशीलता को गतिशील करती हैं तथा स्नायु अंगों के उत्तेजना से रोगी की फिजियोथैरेपी (भौतिक चिकित्सा) के कार्यों में भी सहायता प्राप्त होती है। शास्त्रीय संगीत के रागों का मानव शरीर पर अत्यंत गहरा प्रभाव पड़ता है इस विषय पर भारत सहित विभिन्न देशों में वर्तमान में अनेक शोध हो रहे हैं। स्वतंत्र शर्मा जी ने 'सौंदर्य एवं संगीत' नामक पुस्तक में कहा है कि पंडित आंकारनाथ ठाकुर जी ने अपने गायन द्वारा कई दिनों से अनिद्रा से परेशान रहने वाले 'मुसोलिनी' को भी निन्द्रावस्था में ला दिया था। इससे यह सिद्ध होता है कि संगीत के द्वारा अनिद्रा जैसे रोगों का उपचार करने में भी सहायता प्राप्त होती है।

विशेषज्ञों का मानना है कि, भारतीय राग रागिनीयों के स्वर समूहों में विशेष प्रभाव उत्पन्न करने की क्षमता है। रागों में निहित शक्ति का प्रमाण हमारे संगीत के इतिहास से भी प्राप्त होता है। जिस प्रकार मियां तानसेन के राग दीपक से जहां अग्नि व अत्यंत गर्मी की अनुभूति होती थी, वही मेघ मल्हार के गायन से चारों तरफ वर्षा वृष्टि प्रारंभ हो जाती थी। इस प्रकार अन्य अनेकों उदाहरण से स्पष्ट ज्ञात होता है कि, विभिन्न रागों में प्रयुक्त विभिन्न स्वरावलीयाँ एक प्रत्यक्ष प्रभाव डालने में सक्षम होती हैं। वैज्ञानिक भाषा में कहें तो विभिन्न राग रागिनीयाँ इंफ्रा एवं अल्ट्रासोनिक ध्वनियां होती हैं, जो अपने निश्चित स्वर समूहों में समाहित तीव्रता, आवृत्ति, मधुरता के कारण भिन्न-भिन्न परिणाम प्रस्तुत करती हैं।

इस संदर्भ में वैज्ञानिकों ने विभिन्न प्रयोग किए हैं। चार्ल्स कील एवं आगोलिकी नामक वैज्ञानिकों ने विभिन्न माधुर्य वाले संगीत के प्रभाव को मानसिक रोगियों पर परीक्षण किया। उन्होंने रोगियों को मुख्य दो समूहों में बांटकर एक समूह को विदेशी संगीत जैसे, पॉप संगीत एवं दूसरे को भारतीय रागदारी संगीत सुनाया। इस प्रयोग में उत्साहवर्धक एवं प्रसन्नता दायक राग चुने गए थे। दोनों को संगीत सुनाने के पश्चात यह पाया गया कि, 80 प्रतिशत मनोरोगी भारतीय संगीत के प्रभाव से स्वस्थ हो गए, जबकि अन्य संगीत के प्रभाव से रोगियों के स्वस्थ होने की प्रतिशतता कम थी। चूंकि भारतीय संगीत सुकून और शांति प्रदान करने वाला मर्मस्पर्शी संगीत है तथा इनके रागों में निहित विशेष स्वरों का संयोजन मानव मस्तिष्क पर बहुत अधिक प्रभाव डालता है।

ऐसा भी देखा गया है कि राग शंकरा पटदीप एवं हिंडोल द्वारा 8 वर्ष से 18 वर्ष तक के आयु वर्ग के बच्चों में व्यवहारिक बदलाव लाने में सहायता प्राप्त होती है। बड़ौदा के एम एस विश्वविद्यालय द्वारा कुछ प्रयोग उन रोगियों पर किए गए हैं जो हृदय रोग, कुंठित मन एवं कम सुनने के रोग से ग्रसित हैं। यह पाया गया है कि रागों में बिहाग, काफी, मालकौंस, रामकली, जोग, बहार, देश, ललित और जयजयवंती इन रोगियों के उपचार में महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकते हैं। विभिन्न वैज्ञानिकों ने इस ओर भी अनुसंधान किया है कि, मलेरिया, मिर्गी इत्यादि रोग में विभिन्न रागों जैसे हिंडोल, मारवा, बिलावल, रामकली, मुल्तानी, खमाज इत्यादि के गायन वादन से उपचार में सहायता प्राप्त होती है। इसी प्रकार अड़ाना, दरबारी कान्हड़ा इत्यादि राग भी विभिन्न रोगों के

उपचार में सहायक है। राग भैरवी के स्वर अच्छी निद्रा और रोगियों को शांति प्रदान करते हैं। स्मरण शक्ति को बढ़ाने में राग शिवरंजनी तथा तनाव को कम करने में राग तोड़ी सहायक सिद्ध हुए हैं।

यह आवश्यक नहीं कि उपरोक्त बीमारियों के लिए बताए गए राग सभी मरीजों पर समान असर डालेंगे। जैसा कि पहले बताया जा चुका है कि प्रत्येक मनुष्य के मस्तिष्क में बिल्कुल पृथक तरंग प्रतिरूप उत्पन्न होती है। यह तरंग प्रतिरूप जिन वाद्य तरंगों से मेल करते हैं, वही तरंगे उस मनुष्य के लिए उपचारात्मक होती है। पृथक व्यक्तियों के लिए पृथक राग उपचारात्मक हो सकती है परंतु उपरोक्त तथ्य अधिकतर मनुष्य पर प्रभावित करने वाले रागों को ध्यान में रखकर दिया गया है।

आचार्य शारंगदेव ने स्वरो के चक्रों का कोशिका, स्नायु तंत्र धमनियों एवं मनुष्य की शारीरिक संरचना से संबंध बताया है पंडित मतंगमुनि ने बृहद देशी में भारतीय संगीत की २२ श्रुतिओं का मनुष्य के शरीर की २२ धमनियों से सम्बन्ध बताया है। इस प्रकार नारद ने संगीत मकरंद में कहा है कि दीर्घायु, धर्म, चातुर्य, संपदा अच्छी फसल, लाभ समृद्धि इत्यादि के लिए संपूर्ण जाति के रागों का गायन आना चाहिए। ऐसा माना गया है कि षाड़व रागों का प्रयोग युद्ध में विजय प्राप्त करने, सौंदर्य प्राप्त करने तथा वीर पुरुषों के गाथा गान में विशेष प्रभावी होता है जबकि औडव राग रोगों के निदान में शत्रु विजय करने में दुख एवं भय पर विजय प्राप्त करने एवं खराब स्वास्थ्य ठीक करने में विशेष प्रभावी सिद्ध हुए हैं।

भारतीय सांगीतिक वाद्य एवं वैकल्पिक उपचार

संगीत चिकित्सा के क्षेत्र में शोध द्वारा यह भी प्राप्त हुआ है कि गायन की अपेक्षा वाद्य संगीत मानव मस्तिष्क पर विशेष प्रभाव डालता है। इसका कारण यह है कि गायन की बन्दिशें शब्द प्रधान होती हैं, जिसकी वजह से मनुष्य का आकर्षण शब्द के प्रति ज्यादा हो जाता है, जबकि वाद्य संगीत में मनुष्य का मस्तिष्क एवं मन दोनों ही ध्वनि पर केंद्रित रहता है।

'हैवी अंजुमन' नामक वैज्ञानिक द्वारा लिखित पुस्तक 'द इफेक्ट ऑफ म्यूजिक ऑन हेल्थी सेल एंड मेलिंग्नेट सेल' में हमें प्राप्त होता है कि हमारे रक्त कोशिकाएं भी विभिन्न वाद्यों से उत्पन्न ध्वनि तरंगों से प्रभावित होती है। उनके शोध के अनुसार अलग-अलग वाद्यों का प्रयोग किसी रोग ग्रसित रक्त कोशिका में किया जाता है तो, उन वाद्यों द्वारा उत्पन्न ध्वनि तरंगों से वह रक्त कोशिकाएं अपना आकार एवं रंग बदलना प्रारंभ कर देती है, परंतु एक निश्चित ध्वनि तरंग एवं एक निश्चित वाद्य ध्वनि में यह कोशिका सबसे यथोचित आकार एवं रंग धारण करती है हैवी अंजुमन के अनुसार वह वाद्य एवं वह ध्वनि तरंग जिस पर रक्त कोशिकाएं अपना स्वस्थतम आकार एवं रंग धारण करती है, वह ध्वनि तरंग उस व्यक्ति के लिए सर्वोत्तम उपचारात्मक होता है। यह ध्वनि तरंग अथवा वाद्य अलग-अलग मानव रक्त कोशिकाओं के लिए अलग अलग हो सकती है।

इसी प्रकार वाईब्रो-अकॉस्टिक नामक उपचार के अंतर्गत एक बिस्तर पर मरीज को लिटा कर उस बिस्तर के नीचे अनेक प्रकार के ध्वनि तरंगे वाद्यों द्वारा उत्पन्न की जाती हैं और इससे व्यक्ति का उपचार किया जाता है। संगीत उपचार में सांगीतिक वाद्यों का बहुत महत्व रहा है जहां 'लायर' जैसे तंत्र वाद्यों द्वारा उपचार का वर्णन हमें प्राप्त होता है वही 'सिंगिंग बाउल' जैसे घन वाद्य की भी संगीत उपचार में महत्वपूर्ण भूमिका रही है। शोध

से यह प्राप्त हुआ है कि समूहिक अर्चना के द्वारा मानव रक्त में ऑक्सीटोक्सिन का स्राव होता है जिससे मेलाटॉनिक का स्तर ठीक होने लगता है और व्यक्ति को अच्छी नींद आती है।

इसके अतिरिक्त कई कैंसर के मरीजों को कीमोथेरेपी देने के पूर्व उन्हें सिंगिंग बौल को बजा कर उसके आवाज से अपनी आवाज को मिलाने के लिए कहा जाता है और इस प्रकार उनके शरीर में आंतरिक कम्पन उत्पन्न किया जाता है जिसके प्रभाव से उस मरीज को कैंसर के विरुद्ध लड़ने में सहायता प्राप्त होती है।

निष्कर्ष

उपरोक्त सभी तथ्यों से यह सिद्ध होता है कि प्राचीन काल से अब तक ध्वनि चिकित्सा अथवा भारतीय संगीत चिकित्सा विशेषकर वाद्य संगीत के संदर्भ में मानसिक व शारीरिक रोगों के उपचार में सहायक सिद्ध हुई रही है। वर्तमान में इस उपचार में धीरे-धीरे वैज्ञानिक तकनीकों का भी समावेश होता जा रहा है। वर्तमान में संगीत का उपयोग अनेक अस्पतालों और मनो चिकित्सा केंद्रों में एक उपचार पद्धति के रूप में किया जा रहा है और इसके परिणाम भी सकारात्मक पाए गए हैं। चिकित्सकों का मानना है कि निराशा से ग्रस्त रोगियों की मनोदशा को सुधारने की ओर संगीत चिकित्सा अत्यंत सहायक सिद्ध हुई है। हाथरस से प्रकाशित संगीत मासिक पत्रिका में वर्णित है कि, मुंबई के ब्रिजकैडी, हीरानंदानी, दिल्ली के अपोलो तथा बेंगलुरु के नारायण हृदयालय जैसे अस्पतालों में एवं अन्य प्रमुख स्थानों पर संगीत का प्रयोग ध्यान केंद्र और प्रतीक्षा कक्ष और यहां तक कि गहन चिकित्सा कक्ष (आई.सी.यू.) में भी निरंतर किया जाता है। यही नहीं डॉक्टर स्वयं भी मानसिक शांति व एकाग्रता के लिए ऑपरेशन थिएटर में संगीत का प्रयोग कर रहे हैं। हीरानंदानी अस्पताल मुंबई के डॉक्टर अरुण शेटी के अनुसार वहां के ऑपरेशन थिएटर में (ध्वनि विस्तारक यन्त्र) ऑडियो सिस्टम लगाए गए हैं जिनके द्वारा डॉक्टर्स स्वयं के पसंद की संगीत सुनते हैं। कई अस्पतालों में भी ऐसा किया गया है डॉक्टरों का मानना है कि संगीत के उपयोग से ऑपरेशन की सफलता दर बढ़ी है उपरोक्त तथ्यों से यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि, वर्तमान में मानव जीवन की भागदौड़ के साथ-साथ मानसिक तथा शारीरिक श्रम भी बढ़ते जा रहे हैं, जिसके फलस्वरूप अनेक प्रकार के मानसिक व शारीरिक रोगों का जन्म हो रहा है, उसमें संगीत ध्वनि उपचार (संगीतोपचार) एक सक्रिय उपचार के रूप में सामने आया है। प्राचीन काल से वर्तमान तक संगीत चिकित्सा विभिन्न रोगों के उपचार में महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है भविष्य में इस क्षेत्र में शोध के द्वारा अनेक जटिल रोगों के उपचार में योगदान मिलने की पूर्ण आशा है।

सन्दर्भ

- 1 शर्मा भगवत शरण (2001) भारतीय संगीत का इतिहास, संगीत कार्यालय हाथरस उ0प्र0।
- 2 शर्मा स्वतंत्र (1996) भारतीय संगीत का वैज्ञानिक विश्लेषण, प्रतिभा प्रकाशन दिल्ली
- 3 माथुर मीरा (1999) संगीत शास्त्र परामर्श, मीरा पब्लिकेशन, राणा प्रताप मार्ग लखनऊ
- 4 शास्त्री वासुदेव (1968) संगीत शास्त्र, हिन्दी समिति सूचना विभाग उत्तर प्रदेश लखनऊ
- 5 खांडेकर भास्कर (2005) संगीत चिकित्सा महत्वपूर्ण जानकारी संगीत कला विहार मई 2005
- 6 शर्मा मनोरमा (1996) संगीत चिकित्सा, ए. पी. एच. प्रकाशन नई दिल्ली
- 7 सिन्हा, राजकिशोर प्रसाद (2001) –संगीत एवं योग साधना द्वारा साक्षात्कार, आलोक भारती प्रकाशनय जी-4 कल्याणी काम्प्लेक्स, बारिपथ, लगरटोली, पटना।
- 8 सिन्हा, सुरेखा (2011). संगीत चिंतन, पंचशील प्रकाशन, जयपुर।



- 9 (जुलाई 2006). संगीत पत्रिका, संगीत कार्यालय, हाथरस।
- 10 (जुलाई 2008). संगीत पत्रिका, संगीत कार्यालय, हाथरस।
- 11 Sharma, L. (2009). Trends in Music Therapy Today, Sanjay Publication, New Delhi.
- 12 Lecture by Pt. Hemant Kothari in National Webinar organized by Faculty of Performing Arts, The Maharaja Sayajirao University of Baroda on 14th July 2020.
- 13 Arora J. & Dubey N Article on Immidiate benefits of 'OM' chanting on blood pressure and pulse rate in uncomplicated moderate hypertensive subject. <http://nijppp.com/fulltext/28-1524139333.pdf>