Swar Sindhu: National Peer-Reviewed/Refereed Journal of Music
A UGC CARE listed Journal
ISSN 2320–7175 (O) | Volume 12, Issue 02, August, 2024 Special Issue
http://swarsindhu.pratibha-spandan.org © The Author(s) 2024

संगीत एवं आध्यात्म

DR. SUDHA SHARMA
Assistant Professor, Music Department (Instrumental) Saroop Rani Govt. College for Women Amritsar

सारांश

सामाजिक प्राणी कहलाए जाने वाला मनुष्य समाज में रह कर ही उन सभी भौतिक सुखों को प्राप्त करता है, जिससे उसका सामाजिक जीवन सुख पूर्वक चलता रहे। इसके साथ ही उसके मन में यह उत्सुकता भी रहती है कि वह उस परमानंद की प्राप्ति भी करे जिसकी चर्चा भारतीय ऋषि मुनियों, संतो एवं तपस्वियों आदि ने की है। मनुष्य की इसी जिज्ञासा को साकार रूप देने में विभिन्न ललित कलाएं महत्वपूर्ण भूमिका निभाती हैं। इन सभी ललित कलाओं में संगीत का स्थान विशेष माना गया है। संगीत के माध्यम से आध्यात्म की खोज का सिद्धांत प्राचीन काल से ही चला आ रहा है हमारे वेदों में संगीत को ही अध्यात्म एवं ईश्वर की प्राप्ति का मार्ग बताया गया है संगीत में स्वरों की साधना करना ही आलौकिक आनंद की अनुभूति करना है। स्वर साधना करने से हमारे मन एवं मस्तिष्क पर इसका प्रभाव सहज रूप से गहरा होता चला जाता है। इसी प्रभाव के कारण जब मानव मन पूर्ण रूप से भाव विभोर हो जाता है तो स्वर के वास्तविक आनंद में मग्न होकर हमारा मन थोड़ी देर के लिए लौकिक संसार से हटकर धीरे-धीरे आत्मिक आनंद की अनुभूति कर लेता है अतः कहा जा सकता है कि संगीत में आत्मा- परमात्मा के संबंध को पहचानने की शक्ति ,आत्म चेतना को जागृत करने की क्षमता है और यही संगीत का आध्यात्मिक पहलू है।

मुख्य शब्द: *संगीत ,अध्यात्म, एकाग्रता, नाद, स्वर साधना।*

भूमिका

संगीत का सीधा संबंध मनुष्य की आत्मा से है और साधना एक ऐसा मार्ग है जिस पर निरंतर रूप से चलते कोई भी साधक व्यक्ति आत्मा का परमात्मा के साथ संबंध स्थापित करने का सामर्थ्य रखता है। प्रस्तुत शोध पत्र संगीत एवं आध्यात्म के पारस्परिक संबंध का विश्लेषणात्मक अध्ययन है। संगीत के माध्यम से किस प्रकार साधना कर मनुष्य मन को अध्यात्म के साथ जोड़ा जा सकता है, यही इस शोध पत्र का उद्देश्य है। इस शोध पत्र के लेखन कार्य में इंटरनेट एवं विषय से संबंधित विभिन्न पुस्तकों के पठन-पाठन की विधि का प्रयोग किया गया है।

प्रत्येक कला का उद्देश्य मनुष्य के मन को इस भौतिक संसार से ऊपर उठाकर उसे आलौकिक आनंद की अनुभूति करवाना है जिससे के उसे आत्मिक सुख की प्राप्ति हो। यहां सर्वप्रथम आध्यात्म के विषय में बात करना आवश्यक प्रतीत होता है।

आध्यात्म एक संस्कृत का शब्द है, जिसका प्रयोग "स्वयं उच्चता "या "उच्चतम आत्मा" के संदर्भ में किया जा सकता है। यह आत्मा शब्द से आया है, जिसका अर्थ है "स्वयं "और "अधि" जिसका अर्थ है "ऊपर"। योगिक दर्शन में आध्यात्म को आमतौर पर स्वयं का सबसे उत्कृष्ट और उच्चतम पहलू समझा जाता है।[1]

वास्तव में आध्यात्मिक विकास वह क्रिया है जो किसी व्यक्ति विशेष में निहित उस भाव एवं गुण को उजाकर करती है जो उसके अंदर पहले से ही विद्यमान है और इस भाव के प्रकट होते ही उस व्यक्ति को आत्मज्ञान एवं आत्म अनुभूति का आभास होता है जो उसे ईश्वर एवं उसकी सर्वोत्तम रचना सृष्टि के साथ परस्पर संबंध बनाए रखने में सहायता करता है। अब प्रश्न यह है कि इस आलौकिक आनंद की अनुभूति किस माध्यम से की जा सकती है।

आत्मा को परमात्मा से जोड़ने में ललित कलाओं की महत्वपूर्ण भूमिका है। कला चाहे कोई भी हो उसका उद्देश्य मानव मन के अमूर्त भावों को मूर्त रूप देकर मानव का आत्मिक उत्थान करना है। आध्यात्म के बिना कोई भी कला उन्नति के शिखर तक नहीं पहुंच सकती। प्रत्येक कला में आध्यात्म तत्व विद्यमान है।

Swar Sindhu: National Peer-Reviewed/Refereed Journal of Music
A UGC CARE listed Journal
ISSN 2320–7175 (O) | Volume 12, Issue 02, August, 2024 Special Issue
http://swarsindhu.pratibha-spandan.org © The Author(s) 2024

मानव जीवन के तीन आदर्श सत्यम शिवम तथा सुंदरम धर्म के भी तीन स्तंभ है। कला इन्हीं में से सुंदर को मूर्त रूप प्रदान करती है । मानव में निहित चित्रण शक्ति ही रंगो द्वारा चित्रों में, मूर्तियां द्वारा आकार ग्रहण करती है, वहीं शब्दों (ध्वनि) के माध्यम से संगीत का रूप लेती है अतः कला में सौंदर्य की अभिव्यक्ति ऐंद्रिक साधनों द्वारा होती है।[2]

कला वास्तव में अपने सच्चे स्वरूप एवं सौंदर्य से मानव की इंद्रियों को नियंत्रित कर , एकाग्रचित्त अंतर मन को माध्यम बनाकर अध्यात्म के मार्ग पर अग्रसर कर आत्मा को ईश्वरीय स्वरूप के दर्शन करवाती है।

वेदांत की मूलभूत विचारधारा में ब्रह्म एक व्यापक चेतन सत्ता के रूप में स्वीकार किया गया है। अतः प्रत्येक कला और विद्या के मूल में उपादान कारण रूप व्यापक चेतन को ब्रह्मा की संज्ञा से विभूषित किया गया है। साहित्य में भाषा के इसी मूलभूत व्यापक तत्व को "शब्दब्रह्म" कह कर बताया गया है। संगीत की एकमात्र उपादानभूत व्यापक नाद संपत्ति को नादब्रह्म की संज्ञा दी गई है। अर्थात चाहे शिल्प हो चाहे साहित्य ,दृश्य हो अथवा श्रव्य , अन्यान्य कलाओं में कोई भी कला हो सभी क्षेत्रों में व्यापक तत्व को 'ब्रह्म' शब्द से विभूषित किया गया है।[3]

नाद को ब्रह्म का सगुण रूप कहा है। परस्पर ब्रह्म की अनुभूति नाद की उपासना से ही सिद्ध होती है। ब्रह्मांड और नाद यह दो तत्व ऐसे हैं, जो विश्व व्यापी और सर्वव्यापी हैं।[4]

नाद के दो भेद माने गए हैं, आहत और अनाहत। इन दोनों में से योग साधना करने वाला व्यक्ति अनाहत नाद में लीन होकर ब्रह्म नाद को प्राप्त करता है और संगीत साधना करने वाला व्यक्ति आहत नाद मैं लीन होकर ब्रह्म नाद का अनुभव करता है।

संगीत का आधार भी नाद है। समस्त जगत नाद के अधीन है वह नादमय है। इसलिए नाद उपासना को श्रेष्ठ माना गया है।

नादोपासना देवा ब्रह्माविष्णुमहेश्वरा
भवंत्युषासिता नूनं यस्मादेतं त्दात्मका:।

संगीत में असीम सामर्थ्य है, जिसके द्वारा चित्तवृत्तियों का निरोध कर मन व आत्मा को पवित्र बनाया जा सकता है। नाद उपासना योग मानी जाती है और योग आत्म प्राप्ति अथवा मोक्ष का एक मार्ग है। संपूर्ण जगत, प्रकृति यहां तक के ईश्वर भी नाद रूप है।[5]

भारतीय परंपरा अनुसार संगीत का संबंध वेदों से माना गया है। वेद का बीज मंत्र है " ओम" । ओम के तीनों अक्षर अ, उ, और म, तीन ईश्वरीय शक्तियों के द्योतक हैं। अ "ब्रह्म" , उ "विष्णु " तथा म "महेश" की शक्ति का द्योतक है। इन शक्तियों को त्रिमूर्ति त्रिगुणात्मक भी कहते हैं। यही त्रिगुणात्मक शक्ति संगीत में ग, रे, स अर्थात उदात , अनुदात एवं स्वरित के प्रतीक प्रतीत होते हैं। इन्हीं तीन स्वरों से सात स्वरों का विकास हुआ।

आरंभ से ही संगीत जनमानस के निकट रहा है। प्रत्येक काल में संगीत का प्रयोग ईश्वर उपासना हेतु किया जाता रहा है। अर्थात लौकिक हो या अलौकिक दोनों अवस्थाओं में संगीत भक्ति भावना से ओत-प्रोत रहा है। ऋषि मुनियों और संत महात्माओं ने भी संगीत को ही माध्यम बनाकर आध्यात्मिक विकास के द्वारा ही ईश्वर को प्राप्त किया। व्यक्तित्व के विकास में संगीत- संगीत के माध्यम से व्यक्ति के व्यवहार में सकारात्मक बदलाव लाया जा सकता है। कोई भी ऐसा व्यक्ति जो संगीत के साथ गहनता से जुड़ा हुआ है और संगीत की निरंतर साधना करता है, उसके व्यवहार में स्थिरता एवं सहजता स्पष्ट दिखाई देगी।

कला का उद्देश्य यही है कि मानव की चेतना को ऊंचा उठाया जा सके। इसलिए कोई भी कला केवल मनोरंजन मात्र की श्रेणी में नहीं आती। कल स्वयं में एक आध्यात्मिक क्रिया है। मन को एकाग्र करने में सहायक- संगीत का आधार तत्व अध्यात्म ही माना गया है। स्वर साधना, ध्यान, एकाग्रता आदि क्रियाएं अध्यात्म एवं संगीत के प्रमुख केंद्र बिंदु माने गए हैं। भारतीय संगीत का मुख्य उद्देश्य मानव की चंचल वृत्तियों को शांत करना, आत्मा को परमात्मा के साथ जोड़ना एवं अलौकिक आनंद की अनुभूति करवाना है।

Swar Sindhu: National Peer-Reviewed/Refereed Journal of Music
A UGC CARE listed Journal
ISSN 2320–7175 (O) | Volume 12, Issue 02, August, 2024 Special Issue
http://swarsindhu.pratibha-spandan.org © The Author(s) 2024

निष्कर्ष

व्यक्तित्व के विकास के लिए तथा जीवन के वास्तविक उद्देश्य अर्थात लौकिक से अलौकिक की ओर ले जाने वाले सोपान के रूप में संगीत कला को ललित कलाओं में सर्वश्रेष्ठ स्थान प्राप्त है। भारत में ईश्वर की प्राप्ति हेतु संगीत को योगियों, दार्शनिकों एवं संत महात्माओं ने तो माध्यम बनाया ही है अपितु जनसाधारण ने भी संगीत को धार्मिक एवं सामाजिक उत्सवों में माध्यम बनाया। परंतु इन सब में संगीत का लक्ष्य आध्यात्म ही रहा। संगीत की साधना करने वाला व्यक्ति अपने मन को एकाग्र करके इतना स्थिर कर लेता है कि उसके हृदय की चंचल वृत्तियां शांत होकर आत्मा को परमात्मा में लीन कर देती हैं।

संदर्भ

1. Yogapedia.com cited on 15.2.24.
2. जौहरी, सीमा, संगीतायन, पृष्ठ -19, राधा पब्लिकेशंस, नई दिल्ली, प्रथम संस्करण 2003
3. मुसलगांवकर, विमला ,भारतीय संगीत का दर्शनपरक अनुशीलन ,पृष्ठ -3, विश्वविद्यालय प्रकाशन, वाराणसी, 1985
4. ठाकुर ,पंडित ओंकार नाथ ,प्रणव भारती , पृष्ठ-4, पंडित ओंकार नाथ ठाकुर मेमोरियल स्टेट, मुंबई, द्वितीय संस्करण -1975
5. जैन, विजयलक्ष्मी ,संगीत दर्शन ,पृष्ठ- 122, राजस्थानी ग्रंथगार, जोधपुर ,1989