



IFSIJ Impact Factor : 1.575

## INTERNATIONAL JOURNAL OF INFORMATION MOVEMENT

*A Global Recognized Quality Refereed & Online Journal of Multidisciplinary Research*

### *Certificate of Publication*

This is to certify that paper titled "मानव जीवन में संगीत का महत्व" authored by डॉ अनीता शर्मा; has been published in Volume 3 Issue IX, January, 2019 of online multidisciplinary International Journal of Information Movement (monthly) which is published by N.K. Publishing.

Date of Issue: January, 2019

A handwritten signature in black ink that reads "Naresh Kumar".

Dr. Naresh Kumar  
Editor-in-Chief

## मानव जीवन में संगीत का महत्व

डॉ अनीता शर्मा

सहायक प्रबन्धक, संगीत गायन

एस0 एन0 आर0 एल0,

जयराम गल्झ कॉलेज,

लौहिर मांजरा, कुरुक्षेत्र।

भारतीय संगीत प्राचीन सभ्यता का प्रतीक है। भारतीय सभ्यता व संस्कृति कहीं बाहर से नहीं आई वरन् यह उसकी अपनी ही संस्कृति है। मनुष्य एक भावनाशील प्राणी है। अन्य प्राणियों की अपेक्षा भावों को प्रकट करने में अधिक सक्षम है। मानव बचपन से ही विभिन्न आन्तरिक भावनाओं प्रेम, धृणा, क्रोध, द्वेष और ईर्ष्या आदि का अनुभव करता है। और इन सभी भावों का व्यवहार रस के अन्तर्गत होता है। संगीत कला भारतीय संस्कृति की आत्मा है। भारतीय संस्कृति के आदि तथा इसके उद्भव काल से ही संगीत इसका अभिन्न अंग रहा है। वर्तमान समय में व्यवस्था तनावयुक्त एवं प्रतियोगी समाजिक परिस्थितयों में संगीत ही एक ऐसी कला है। जो मानव के आहत मन व आत्मा को क्षणभर के लिए सही शांति व सुख प्रदान करती है। जो व्यक्ति के व्यक्तित्व के विकास के साथ-साथ उसे प्रलौकिक तत्वों का समावेश करके व्यक्ति के सर्वांगीण विकास का कारण बनती है। एक सभ्य, सुसंस्कृत, सुयोग्य एवं सहदय व्यक्ति का निर्माण करती है। इसलिए संगीत की शिक्षा परम्परा भी प्राचीनकाल से है। संगीत मनुष्य की भावनाओं की अभिव्यक्ति का प्रमुख साधन है। इसमें शिक्षा का समावेश करने से नैतिकता का अविभाव भी हो जाता है। अन्तरात्मा का उत्थान तथा उसे कलात्मक आनन्दमय स्वरूप प्रदान करना ही संगीत का मुख्य ध्येय है। सर्वोदय रविन्द्र नाथ ने भी इसे सौन्दर्य का प्रकार एवं संजीव प्रदर्शन माना है। राग परिचय भाग एक के अनुसार “संगीत वह ललित कला है। जिसमें स्वर, लय के द्वारा अपने भावों को प्रकट कर सकते हैं” संगीत शब्द गीत शब्द में समूहसर्ग लगाकर बना है। समूह अर्थात् सहित और गीत अर्थात् गान। गान के राहित अंगभूत क्रियाओं (नृत्य) व वादन के साथ किया कार्य संगीत कहलाता है। स्वर, लय, ताल, शुद्ध उच्चारण एवं शुद्ध मुद्रा सहित जिसे गाया जाए वही संगीत है। गीत, वाद्य, नृत्य यधपि तीनों कलाओं को मिलाकार ही संगीत है। फिर भी तीनों कलाएं एक दूसरे से स्वतन्त्र हैं। गायन के अधीन वादन है व वादन के अधीन नृत्यकला है। तीनों कलाओं में गायन कला प्रधान कला है।

विश्व भर में सात्त्विक संगीतकार प्रायः दीर्घायुषी पाए जाते हैं। इसका रहस्य है कि सात्त्विक संगीत जीवन शक्ति को बढ़ाता है। संगीत से हमारे कार्य करने की क्षमता बढ़ती है। हम देखें तो दैनिक जीवन में कुछ ना कुछ कार्य करते रहते हैं लेकिन अगर आप धीमी आवाज में अपना मन प्रसन्न करने वाले संगीत को सुनते हुए कार्य करें तो हम जानते हैं कि खाली समय हमें कुछ भी गलत करवा सकता है। यानि अगर हम कुछ करते रहें और व्यरत रहे तो हमारे लिए यह बात अच्छी है। आप उस समय को संगीत का आनंद ले कर गुजार सकते हैं तो इससे आपके कई लाभ होते हैं। आप मानसिक रूप से स्वरूप रहेंगे अगर आप संगीत के साथ जुड़े रहेंगे।

संगीत के द्वारा आप समस्त विमारियों को भी दूर कर सकते हैं। क्योंकि संगीत आपको बहुत खुशी देता है, आनन्द देता है। संगीत का असर हर किसी पर देखा जाता है। चाहे व बच्चा हो, जवान हो या कोई बुजुर्ग

हो। हर व्यक्ति इससे प्रभावित होता है। जहां एक छोटा बच्चा भी संगीत सुनकर प्रभावित होता है और व्यक्ति कितना भी दुखी हो संगीत सुनकर वह अपना सारा दुख भूल जाता है। नीजवानों के जीवन में तो संगीत उन्हें बहुत प्रभावित करता है। बुजुर्गों का समय संगीत के सहारे सहज हो जाता है। हर व्यक्ति के जीवन में संगीत का बहुत महत्व है। सुबह की शुरुआत किसी भजन से की जाए तो परिवार में घर का बातावरण भी अच्छा रहता है। हमारे दिमाग में ख्याल अच्छे आयेंगे, परिवार में खुशी व खुशहाली आती है। संगीत तो बास्तव में वह जादू है जो हर व्यक्ति को अपनी और आकर्षित करता है। संगीत से आपकी कार्य क्षमता बढ़ जायेगी और आपका कार्य में आनन्द प्राप्त होगा। आपको कार्य करते हुए समय का पता नहीं चलेगा। आप कार्य बड़ी तेजी से और बहुत सा कार्य कर सकते हैं आपको किसी प्रकार का आलरा महसूस नहीं होगा क्योंकि संगीत आपका मनोरंजन भी करता है। और आपको कार्य भी ठीक ढंग से करने की क्षमता प्रदान करता है। संगीत हमारे लिए इसलिए भी महत्वपूर्ण है क्योंकि इससे हमारे मानसिक रोगों का ईलाज भी होता है। बहुत जगहों पर देखा गया है कि संगीत का बहुत ही अच्छा प्रभाव पड़ता है। बहुत से ऐसे लोग हैं जो मानसिक रोग से ग्रसित हैं अगर उन्हें मन पसन्द संगीत सुनवाया जाये जो वे इस रोग से बाहर निकल आते हैं। संगीत उन पर एक दवा के रूप में कार्य करता है। संगीत के द्वारा लोग अपनी पुरानी यादों से जुड़े रहते हैं। और वह एक स्वरथ जीवन भी जी सकते हैं। आज व्यक्ति इतना व्यस्त है कि वह मानसिक रूप से ग्रसित है। आज वह अगर संगीत के साथ जुड़ा हुआ है तो वह इस विमारी को दूर कर सकता है। एक विशेष प्रकार का संगीत आपके किसी भी दोस्त या किसी भी रिश्ते की याद दिला सकता है क्योंकि संगीत हमारे जीवन का एक विशेष हिस्सा है। संगीत व्यक्ति की आयु को बढ़ाता है। इसका रहस्य यह है कि संगीत व्यक्ति को शक्ति देता है। कानों द्वारा यह संगीत सुनने से तो यह लाभ होता ही है अपितु किसी व्यक्ति को कान बंद करवाके उसके पास संगीत बजायाजाये तो भी संगीत के स्वर, ध्वनि की तरंगे उसके शरीर को छूकर जीवन शक्ति को बढ़ाती है। संगीत के स्वर विमारी भी बाहर निकालने में सहयोगी है। इस प्रकार हम कह सकते हैं कि संगीत अरोग्यता के लिए लाभदायत है। जलप्रभात झरनों के कल-2, छल-2 मधुर ध्वनि से भी जीवन शक्ति का विकास होता है। पक्षियों के कलरव से भी व्यक्ति की प्राणशक्ति बढ़ती है। संगीत तो एक सर्वोत्कृष्ट ललित कला है। संगीत मर्मज्ञों के लिए सर्वोच्च साधना एवं उपासना है भगवत् स्मरण के लिए संभवतया शब्द संगीत ही सर्वश्रेष्ठ साधन है। स्वयं भगवान् श्री कृष्ण जी ने एक बार संगीतचार्य नारद से कहा था 'हे नारद, न तो मैं बैकृष्ण में रहता हूँ न योगियों के हृदय में अपितु वहां रहता हूँ जहां मेरे भक्त संगीत की चर्चा करते हैं।

संगीत में आलौकिक आनन्द है। संगीत के साथ जप करने से मन ईश्वर के नाम एंव रूप में लीन होने से एकाग्रता की शक्ति बढ़ती है। एक अच्छे, सात्त्विक, पवित्र संगीत की ध्वनि से एवं प्राकृतिक आवाजों से जीवन शक्ति का विकास होता है। श्री कृष्ण बांसुरी बजाया करते तो सुनने वालों पर क्या प्रभाव पड़ता था यह सारा जगत जानता है। श्री कृष्ण जैसा संगीतज्ञ विश्व में और कोई नहीं हुआ। नारद जी भी वीणा और करताल के साथ हरि स्मरण किया करते थे। उन जैसा मनोवैज्ञानिक संत मिलना मुश्किल है। संगीत को संसार में एक प्रभुत्व कला के रूप में जाना जाता है। जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में संगीत साथ रहता है। बल्कि हम सकते हैं कि जन्म से मृत्यु तक संगीत हमारे साथ साथ चलता रहता है। जैसे ही बालक इस जगत में आता है। जो वह अपना प्रथम परिचय रोने से संगीत द्वारा करता है। जिस समय वह संसार से विदा लेता है तो भी संगीत द्वारा