

Impact Factor 6.261

ISSN- 2348-7143

INTERNATIONAL RESEARCH FELLOW ASSOCIATION'S

RESEARCH JOURNEY

UGC Approved Multidisciplinary international E-research journal

PEER REFREED & INDEXED JOURNAL

23 March 2019, Special Issue- 168 (III)

Globalisation : Challenges and Opportunities for India

Chief Editor

Dr. Dhanraj T. Dhangar
Assist. Prof. (Marathi)
MGV'S Arts & Commerce college,
Yeola, Dist. Nashik (M.s.) India

Executive Editor of This Issue

Dr. Shivaji Dalnar
Principal
Punyashlok Ahilyadevi Holkar Mahavidyalaya,
Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Co- Editor of This Issue

Dr. Rasway V.B.
Dept. of Psychology
PAH Mahavidyalaya, Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Dr. Mane G.G.


Dept. of History
PAH Mahavidyalaya, Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani

Dr. Pande D.C.

Dept. of Music
PAH Mahavidyalaya, Ranisawargaon, Tq. Gangakhed , Dis. Parbhani



INTERNATIONAL RESEARCH FELLOW ASSOCIATION'S
RESEARCH JOURNEY

	RESEARCH JOURNEY International Multidisciplinary E-Research Journal	ISSN- 2348-7143
	Impact Factor - (SJIF) – 6.261, (CIF) - 3.452, (GIF) – 0.676 Special Issue – 168(III) Agriculture & Water Management in Historical Period in India	March 2019

55. जागतिकीकरण आणि भारताचे परराष्ट्र धोरण फड अजय श्रीधर	144
56. महिला सशक्तिकरण और ग्रामीण विकास डॉ. सुनीता श्रीवास्तव	146
57. शास्त्रीय संगीताची बदलती परिस्थिती व उपाय प्रा. दिलीप दोडवे	१४९
58. भारतीय संगीत चिकित्सा पध्दती डॉ. वैशाली देशमुख	१५१
59. भारतीय संगीताच्या जागतिकीकरणात पं. रविशंकरांची महत्त्वाची भूमिका श्री संतोष देशमुख	१५३
60. सार्क आणि भारताची भूमिका प्रा. डॉ. सी. बोडके पी. आर	155
61. योग क्या ? क्यों ? कैसे ?” प्रा. डॉ. अखिलेश अमृतलाल शर्मा	156
62. ताण तणाव व्यवस्थापन एक काळाची गरज प्रा. डॉ. उत्तम देवकते	161
63. वाचन क्षमता व मानसिक आरोग्य आणि ताण व्यवस्थापन डॉ. गोरोबा खुरपे , लंगडापुरे रेखा मल्लिकार्जुन	163
64. कंठ साधनेची आवश्यकता विद्या उत्तमराव धोटे (बोंडे)	166
65. राष्ट्रीय एकात्मता आणि संगीत स्वरानंद बालासाहेब सूर्यवंशी	168
66. जागतिकीकरणाचा शास्त्रीय संगीतावर होणारा परिणाम धीरज पंजाबराव बोरकर	171
67. जागतिकीकरण : भारतीय समाज व संस्कृतीवर प्रभाव पाडणारा एक घटक डॉ. शिवाजी हरी चौगुले	174
68. जागतिकीकरण व भारताचे राष्ट्र- हित प्रा. विजयकुमार सोन्नर	177
69. जागतिकीकरणातून आलेला एक संगीत प्रकार-फ्युजन प्रा. देवयानी जोशी	179
70. जागतिकीकरण: भारताचे परराष्ट्र धोरण श्री. घन आनंद लक्ष्मीकांत	181
71. जागतिकीकरणाचे भारतीय शेतीवरील दुष्परिणाम प्रा. लटपटे नामदेव कुडलिकराव	183
72. दैनिक जीवन में योगा प्रा. जानकी वामनराव कुर्तडीकर	185



(Signature)

PRINCIPAL
Govt. College of Arts & Science
Aurangabad

भारतीय संगीत चिकीत्सा पध्दती

डॉ. वैशाली देशमुख

विभाग प्रमुख, संगीत विभाग, शासकिय ज्ञान विज्ञान महाविद्यालय, औरंगाबाद.

संपूर्ण विश्व मे भारतीय संगीत प्राचीनतम् संगीत माना जाता है। भारतीय संगीत का ऐतिहासिक पार्श्वभूमी यह बताती है की, संगीत मानव के साथ ही नैसर्गिक रूप में आया है। भारतीय संगीत नादयोग मे है, स्वरनिष्ठ है, स्वरों के विविध रूपों और भावों का प्रगटीकरण करता है। संगीत एक ऐसी अदभुतपूर्व संकल्पना है जिसमे सारा विश्व समा गया है। विश्व में भारतीय संगीत विश्वबंधुत्व और मानव कल्याण के लीये अत्यंत प्रभावशाली माध्यम माना गया है। भारतीय शास्त्रीय संगीत भारतीय संस्कृतिके मुल्योंसे ओतप्रोत है। भारतीय संगीत का मुल अध्यात्मिकता की ओर है। भारतीय संगीत का स्वर भंडार विशेष साहित्य से भी ओत प्रोत है। जो भक्तीपूर्ण होने के कारण श्रोताओं को भक्तीसंपूर्ण बना देती है।

संगीत की चमत्कारी शक्ती के कारण संगीत का चिकीत्सा के क्षेत्र में प्रयोग होना यह स्वाभाविक है। संगीत का गहरा संबंध मनुष्य के मनोभावों से है। और यही कारण से संगीत चिकीत्सा की जा सकता है। यह अनेक प्रयोगोंसे सिध्द किया जा रहा है। प्रयोगशाला में किए गए प्रयोगोंसे सिध्द हुआ है की संगीत हृदयगति रक्तस्राव, मांसपेशियों की उर्जा शक्ती बढ़ाने या घटाने की अदभुत क्षमता रखता है।

विश्व की प्राचीनतम चिकीत्सा पध्दतियों मे से एक है भारतीय चिकीत्सा पध्दती। संगीत चिकीत्सा के दृष्टीकोण से यदि प्राचीन सांगितिक इतिहास को देखे तो संगीत एवं चिकीत्सा का यह संबंध बहुत प्राचीन है एवं मनुष्य ने बहुत समयपूर्व ही संगीत के चिकीत्सकीय उपयोग के विषय में जानकारी हासिल कर ली थी।

सर्वप्रथम संगीत के चिकीत्सकीय प्रयोगका उल्लेख हमे ताम्र युग मे मिलता है। इस बात का उल्लेख करते हुए श्री उमेश जोशी ने अपनी पुस्तक "भारतीय संगीत का इतिहास" में लिखा है की, जब कोई बीमार पडता था तो यह लोग उसे दवा नही देते बल्की संगीत व्दारा उसका उपचार करते थे। द्रविडोको संगीत के वैज्ञानिक रूप का भी पता था तभी तो उन्होने संगीत को चिकीत्सा के क्षेत्र मे प्रयोग किया था। वैदिक युग में भी रोगो के निवारण के लिए संगीत का उपयोगी वर्णन मिलता है। पं. नारदकृत संगीत मकरंद ग्रंथ में रागों की जातीयोंसे गायन करने के पश्चात उसके फलस्वरूप का वर्णन किया गया है। इतिहास में तानसेन के समय से संगीत चिकीत्सा का उल्लेख मिलता है। हर एक युग में संगीत व्दारा चिकीत्सापध्दती उपयोग में लायी गयी है। वर्तमान संगीत व्दारा चिकीत्सा के अन्य प्रयोग पं. ओंकारनाथ ठाकुर ने किये है। उदाहरण के रूप में इटली के राजा का अनिद्रा का रोग दुर किया, शेर को संगीत के व्दारा शांत कर वश में किया। संगीत के क्षेत्र मे हो रहे अनेक शोध से यह स्पष्ट हो गया है की, संगीत एंटी ऐंजिंग टॉनिक का भी काम करता है।

आचार्य शारंगदंभ ने अपने ग्रंथ संगीत रत्नाकर में स्वरों की उत्पत्ती का वर्णन करते हुए स्वरोंका स्नायुयों पर और शारीरिक अंगोंपर असर पडता है यह उल्लेख किया है। सामवेद की ऋचाओंका गायन हृदय रोगियों के लिए लाभदायक है ऐसा उल्लेख मिलता है।

डॉ. हरि मोहन शर्मा ने अपने प्रयोग में यह सिध्द कर दिया है की, सामगान के विधिवत उच्चारण अथवा नियमित श्रवण से हृदय रोग और कैंसर जैसे रोगों के ठिक होने की संभावना बढ जाती है।

ॐ का उच्चारण पवित्र होता है और तमाम रोगों को भी नष्ट करता है। वैज्ञानिकों का यह मानना है की, अस्सी प्रतिशत बिमारीयों मानसिकता के कारण ही होती है। संगीत मन को स्थिर करता है इसिलीये अनेक मानसिक रोगों को दुर करने हेतू संगीत चिकीत्सा प्रयोग मे लायी जा सकती है।

'संगीत चिकीत्सा पध्दति' एक विशिष्ट चिकीत्सा पध्दती है जिसके प्रयोग से चिकीत्सा के दुष्परिणाम नही बल्की लाभदायक ही परिणाम मिलते है। इस चिकीत्सा पध्दती में अनेक विशेषज्ञों ने अनेक प्रयास किये है।

- १) इ.स. १८०३ में संगीत के विषय मे डॉ. डिसेरिट जीन ऐलने कहा था की, संगीत का प्रभाव मनुष्य के नाडीतंत्र पर ज्यादा होता है।
- २) डॉ. टुके की पुस्तक इन्लुएन्स ऑफ द माईन्ड ऑपन द बॉडी, मे लिखा है की हँसना और संगीत सुनना यह मानसिक तनाव को दुर करता है और शरीर निरोगी बनाता है।
- ३) डॉ. हिल के मतानुसार सांगितिक प्रयोग में ३० मिनट तक अच्छा संगीत सुननेसे हृदय की गति नैसर्गिक रूप से काम करती है।
- ४) डॉ. एल्टसन एरनाल्ड ने "The Musicians Approach To Musical Therapy" मे लिखा है की पाचक रसों का कार्य ठीक करके पाचन को बढाता है और नींद वालो दवा का काम संगीत चिकीत्सा पध्दती करती है।
- ५) प्रो. कावकोव एस.वी. रूसी ने अपने संशोधन में यह लिखा है की संगीत २५ प्रतिशत दृष्टी को ठिक करता है।
- ६) डॉ. हन्टर ने अपनी प्रयोगों के अंत मे यह कहा है की, बुखार पिडीत लोगों के लिये भी संगीत सुनना लाभदायक है।
- ७) डॉ. बालाजी तांबे ने राग भूपाली और तोंडी इन रागों को सुनने से रक्तदाब रोगियों को आराम मिलता है।
- ८) डॉ. मंजुला ने एग्जाईटी न्युरोसिस से पिडीत रोगियों को संगीत सुनाया और उसका सफल प्रयोग हुआ।
- ९) डॉ. बाफना अनिल ने माईंड पॉवर म्युझिक कैसेट को श्रवण करने से दिमागी शक्ती बढती है ऐसा कहा है।
- १०) डॉ. उमेश जोशीने 'भारतीय संगीत का इतिहास मे यह लिखा है की, समुद्रगुप्त के काल मे कुछ गायक ऐसे थे जो पानी मे अपनी गायन की अविद्यती शक्ती से आग लगा दिया करते थे।
- ११) पं. पन्नालाल पियुष के अनुसार राग आसावरी सुनने से मानसिक रोग सौ प्रतिशत ठीक होते है। उनके अनुसार निम्नलिखित राग विभिन्न राग विभिन्न विकारों मे उपयोगी है।


राग

- १) भैरवी
- २) मुल्तानी, रामकली, सारंग
- ३) सोहनी
- ४) मारवा, हिंडोल
- ५) तोडी, पुर्नी

विकार

- संधिवात, मुत्राशय के विकार
क्षयरोग
सरदर्द
मलेरीया
रक्तदाब



	RESEARCH JOURNEY International Multidisciplinary E-Research Journal		ISSN- 2348-7143
	Impact Factor - (SJIF) – 6.261, (CIF) - 3.452, (GIF) – 0.676 Special Issue – 168(III) Agriculture & Water Management in Historical Period in India	March 2019	UGC Approved No. 40705

१२) प्रसिद्ध पं. जगदीश नारायण पाठक ने 'संगीत निबंध माला' में रागों से उपचार का वर्णन कर निम्नलिखित रागों का विकारों में फायदा लिखा है।

राग	विकार
१) बहार, बागेश्री	पागलपन
२) बिहाग, धानी	मिरगी
३) पुरीया, दरबारीकानडा	हिस्टेरीया

उपरलिखित रागों का उन विकारों से सुनने से निश्चित रूप से फायदा ही होगा यह प्रयोग सिद्ध है। संगीत चिकीत्सा के कई प्रयोगोंके विश्लेषणोंसे यह निष्कर्ष आता है की संगीत एक ऐसी दवा है जिसका फायदा ही है। स्वरसाधना से शरीर में योग की क्रिया होती है और योगसमान ही श्वसननलीका को व्यायाम मिलता है। स्वरसाधना से गायक और श्रोत आनंदित होकर अपनी मानसिक और शारीरिक अवस्थाओंपर सहजता लाता दिखाई देता है। संगीत चिकीत्सा पद्धतीसे अनेक फायदे होने से संपूर्ण विश्व इस चिकीत्सा का अवलंबन करने का प्रयास जरूर करेगा। संगीत चिकीत्सा पद्धती प्रयोग में लाने से रोग दूर होनेमें सफलता जरूर मिलेगी और रोगीयो को विश्वसतापूर्ण व्याधी दूर होने में सहायता मिलेगी इसिलीये ये संगीत चिकीत्सा पद्धती विशेष रूप से संपूर्ण विश्व में अधिकतर प्रचलित और प्रसारीत होगी।

संदर्भ ग्रंथ :

- १) भारतीय संगीत का इतिहास - पं. उमेश जोशी
- २) रागविबोध - किरण फाटक
- ३) संगीत विशारद - वसंत
- ४) अलंकार शास्त्र - मधुकर गोडसे
- ५) संगीत निबंध माला - डॉ. जगदीश नारायण पाठक.



(Signature)

PRINCIPAL
Govt. College of Arts & Science
Aurangabad