"संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा के परिप्रेक्ष्य में स्वर, रस, त्रिगुण और रंगों के अंतर्संबंध का विश्लेषणात्मक अध्ययन"

डॉ. स्वाति शर्मा , सहायक आचार्य,
संगीत विभाग, जयनारायण व्यास विश्वविद्यालय
प्रो. रितु जौहरी विभागाध्यक्ष, चित्रकला विभाग
जयनारायण व्यास विश्वविद्यालय, जोधपुर

सार (Abstract)

भारतीय शास्त्रीय संगीत केवल मनोरंजन का माध्यम नहीं, बल्कि मानव चेतना, मनोविज्ञान एवं आध्यात्मिक विकास का प्रभावी साधन माना गया है। भारतीय संगीतशास्त्र में स्वर, राग एवं रस के संबंध पर प्राचीन काल से विचार किया गया है, वहीं भारतीय दर्शन में सत्त्व, रजस् एवं तमस् को मानव व्यक्तित्व के मूल त्रिगुण माना गया है। दूसरी ओर, रंग चिकित्सा (Chromotherapy) विभिन्न रंगों के मनोवैज्ञानिक एवं शारीरिक प्रभावों का अध्ययन प्रस्तुत करती है। यद्यपि इन चारों आयामों–स्वर, रस, त्रिगुण और रंग–पर स्वतंत्र रूप से पर्याप्त साहित्य उपलब्ध है, तथापि इनके अंतर्संबंधों का समन्वित एवं विश्लेषणात्मक अध्ययन अपेक्षाकृत सीमित है।

प्रस्तुत शोध का उद्देश्य भारतीय शास्त्रीय संगीत के संदर्भ में स्वर, रस, त्रिगुण एवं रंगों के मध्य संभावित अंतर्संबंधों का विश्लेषण करना तथा संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा के परिप्रेक्ष्य में एक वैचारिक एवं विश्लेषणात्मक मॉडल प्रस्तुत करना है। इस अध्ययन में वर्णनात्मक एवं विश्लेषणात्मक शोध-पद्धति का उपयोग करते हुए भारतीय संगीतशास्त्र, भारतीय दर्शन तथा आधुनिक संगीत एवं रंग चिकित्सा संबंधी साहित्य का तुलनात्मक अध्ययन किया गया है। उदाहरणस्वरूप राग भैरव, बिलावल एवं बागेश्री का विश्लेषण प्रस्तुत किया गया है, जिससे यह

स्पष्ट किया जा सके कि स्वर-संरचना, रसानुभूति, त्रिगुणीय प्रवृत्तियाँ एवं रंग-अनुभूति के मध्य प्रतीकात्मक एवं मनोवैज्ञानिक संबंध स्थापित किए जा सकते हैं।

यह अध्ययन संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा के अंतःविषयक क्षेत्र में एक नवीन विश्लेषणात्मक दृष्टिकोण प्रस्तुत करता है तथा भविष्य के वैज्ञानिक एवं मनोवैज्ञानिक अनुसंधानों के लिए संभावित आधार प्रदान करता है।

कुंजी शब्द (Keywords)

भारतीय शास्त्रीय संगीत, संगीत चिकित्सा, रंग चिकित्सा, स्वर, रस, त्रिगुण, राग, मनोविज्ञान, रंग-अनुभूति, अंतःविषयक अध्ययन।

1. भूमिका

भारतीय शास्त्रीय संगीत भारतीय संस्कृति की उन अमूल्य परंपराओं में से है, जिसमें ध्वनि को केवल कलात्मक अभिव्यक्ति नहीं, बल्कि चेतना, भाव एवं आध्यात्मिक अनुभव का माध्यम माना गया है। भारतीय संगीतशास्त्र के अनुसार प्रत्येक स्वर विशिष्ट कंपन (Vibration) उत्पन्न करता है, जो श्रोता के मन, भाव एवं चेतना पर प्रभाव डालता है। यही स्वर जब निश्चित नियमों के अंतर्गत राग का स्वरूप ग्रहण करते हैं, तब वे विशिष्ट रस की अनुभूति कराते हैं। इस प्रकार स्वर, राग एवं रस का संबंध भारतीय संगीत की मूल आधारशिला है।

दूसरी ओर, भारतीय दर्शन विशेषतः सांख्य एवं भगवद्गीता में सत्त्व, रजस् एवं तमस् को प्रकृति के तीन मूल गुणों के रूप में वर्णित किया गया है। इन त्रिगुणों के संतुलन अथवा असंतुलन के आधार पर मानव का व्यवहार, भावनात्मक अवस्था एवं मानसिक प्रवृत्तियाँ प्रभावित होती हैं। इसी प्रकार रंगों का भी मानव मन एवं शरीर पर प्रभाव स्वीकार किया गया है, जिसके आधार पर आधुनिक काल में रंग चिकित्सा (Chromotherapy) का विकास हुआ।

यद्यपि संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा दोनों ही मानव स्वास्थ्य एवं मानसिक संतुलन के क्षेत्र में महत्त्वपूर्ण मानी जाती हैं, फिर भी स्वर, रस, त्रिगुण एवं रंगों के समेकित संबंधों पर व्यवस्थित शोध अपेक्षाकृत कम उपलब्ध है। प्रस्तुत अध्ययन इसी रिक्ति की पूर्ति का प्रयास करता है। इसमें यह प्रतिपादित किया गया है कि स्वर-संरचना से उत्पन्न रसानुभूति, त्रिगुणीय प्रवृत्तियों एवं रंग-अनुभूति के मध्य एक संभावित मनोवैज्ञानिक एवं प्रतीकात्मक संबंध स्थापित किया जा सकता है।

यह अध्ययन किसी शास्त्रीय ग्रंथ में प्रत्यक्ष रूप से वर्णित सिद्धांत का पुनर्पाठ नहीं है, बल्कि भारतीय संगीतशास्त्र, भारतीय दर्शन एवं आधुनिक संगीत चिकित्सा तथा रंग चिकित्सा के समन्वित अध्ययन पर आधारित एक प्रस्तावित विश्लेषणात्मक प्रतिमान (Proposed Analytical Framework) प्रस्तुत करता है। इस दृष्टि से यह शोध अंत:विषयक (Interdisciplinary) विमर्श को नई दिशा देने का प्रयास करता है।

. प्रस्तावित विश्लेषणात्मक मॉडल (Proposed Analytical Model)

भारतीय शास्त्रीय संगीत में स्वर, रस, राग तथा मानव-चेतना के संबंध का उल्लेख विभिन्न संगीतशास्त्रीय ग्रंथों में प्राप्त होता है। इसी प्रकार भारतीय दर्शन में त्रिगुण (सत्त्व, रजस् एवं तमस्) को मानव-व्यक्तित्व एवं व्यवहार का मूल आधार माना गया है। आधुनिक रंग चिकित्सा भी यह स्वीकार करती है कि विभिन्न रंग मानव की मानसिक एवं भावात्मक अवस्थाओं को प्रभावित कर सकते हैं। तथापि इन सभी तत्त्वों को एकीकृत करने वाला कोई सुव्यवस्थित विश्लेषणात्मक प्रतिमान स्पष्ट रूप से उपलब्ध नहीं है।

प्रस्तुत अध्ययन में एक प्रस्तावित विश्लेषणात्मक मॉडल प्रस्तुत किया गया है, जिसके अनुसार स्वर-संरचना से उत्पन्न राग विशिष्ट रस की अनुभूति कराता है। यह रस मानव की त्रिगुणीय मानसिक अवस्था को प्रभावित करता है तथा उसके साथ एक प्रतीकात्मक रंग-अनुभूति जुड़ती है। इन सभी के समन्वित प्रभाव से कुछ संभावित मनोवैज्ञानिक एवं चिकित्सकीय परिणाम प्राप्त हो सकते हैं।

इस मॉडल का उद्देश्य किसी स्थापित शास्त्रीय सिद्धांत का प्रतिपादन करना नहीं, बल्कि भारतीय संगीतशास्त्र, भारतीय दर्शन एवं आधुनिक संगीत एवं रंग चिकित्सा के मध्य संवाद स्थापित करने हेतु एक अंत:विषयक विश्लेषणात्मक रूपरेखा प्रस्तुत करना है।

प्रस्तावित विश्लेषणात्मक प्रतिमान

स्वर-संरचना → राग → प्रमुख रस → त्रिगुणीय प्रभाव → रंग-अनुभूति → संभावित मनोवैज्ञानिक एवं चिकित्सकीय प्रभाव

इस मॉडल में स्वर मूल ध्वनि-तत्त्व हैं। स्वर-संयोजन से राग निर्मित होता है। राग से विशिष्ट रसानुभूति उत्पन्न होती है। रसानुभूति मानव की त्रिगुणीय मानसिक अवस्था को प्रभावित करती

है, जिसके साथ प्रतीकात्मक रंग-अनुभूति जुड़ती है। इन सभी का संयुक्त प्रभाव मानसिक संतुलन, भावनात्मक परिष्कार तथा संभावित चिकित्सकीय उपयोगिता के रूप में देखा जा सकता है।

राग भैरव, बिलावल एवं बागेश्री का तुलनात्मक विश्लेषण

प्रस्तुत विश्लेषणात्मक मॉडल के आधार पर राग भैरव, बिलावल एवं बागेश्री का अध्ययन करने पर स्पष्ट होता है कि प्रत्येक राग अपनी स्वर-संरचना के कारण भिन्न मनोवैज्ञानिक एवं भावात्मक प्रभाव उत्पन्न करता है। स्वर-भेद के कारण रस, त्रिगुणीय प्रभाव तथा रंग-अनुभूति में भी उल्लेखनीय अंतर दिखाई देता है।

राग भैरव में कोमल ऋषभ एवं कोमल धैवत की प्रधानता गंभीरता, आत्मसंयम एवं आध्यात्मिक चिंतन को प्रेरित करती है। इससे मुख्यतः शांत एवं भक्ति रस की अनुभूति होती है। यह सात्त्विक मानसिक प्रवृत्ति को सुदृढ़ करने वाला राग माना जा सकता है। इसके साथ श्वेत एवं स्वर्णिम रंगों का प्रतीकात्मक संबंध स्थापित किया जा सकता है, जो पवित्रता, चेतना एवं आत्मिक संतुलन का प्रतिनिधित्व करते हैं। इस प्रकार राग भैरव ध्यान, मानसिक शांति एवं आत्मनियंत्रण की दिशा में संभावित सहायक भूमिका निभा सकता है।

इसके विपरीत, राग बिलावल सातों शुद्ध स्वरों पर आधारित होने के कारण संतुलन, प्रसन्नता एवं मानसिक स्पष्टता का वातावरण निर्मित करता है। इसमें शांत एवं अद्भुत रस की प्रधानता दिखाई देती है। सात्त्विक प्रवृत्ति के साथ संतुलित रजोगुण व्यक्ति में सकारात्मक ऊर्जा एवं सृजनात्मकता का विकास करता है। रंग चिकित्सा के संदर्भ में हल्का पीला, श्वेत एवं सुनहरा रंग इसकी उज्ज्वल एवं आशावादी प्रकृति का प्रतिनिधित्व करते हैं। यह राग मानसिक संतुलन, सकारात्मक मनोदशा एवं भावनात्मक स्थिरता के लिए संभावित रूप से सहायक माना जा सकता है।

राग बागेश्री में कोमल गांधार एवं कोमल निषाद की प्रधानता सूक्ष्म भाव-संवेदनशीलता, आत्मचिंतन एवं अंतर्मुखता को विकसित करती है। इसके कारण करुण एवं विप्रलंभ श्रृंगार रस प्रमुख रूप से अभिव्यक्त होते हैं। सात्त्विक गुण की प्रधानता के साथ नियंत्रित रजोगुण भावों की अभिव्यक्ति को संतुलित करता है। हल्का नीला, बैंगनी तथा रजत-श्वेत रंग इस राग

की भावात्मक एवं आध्यात्मिक प्रकृति के प्रतीक माने जा सकते हैं। यह राग भावनात्मक संतुलन, मानसिक विश्रांति एवं आत्मानुभूति की दिशा में संभावित योगदान दे सकता है।

इन तीनों रागों के तुलनात्मक अध्ययन से यह स्पष्ट होता है कि स्वर-संरचना में परिवर्तन के साथ रसानुभूति, त्रिगुणीय प्रभाव तथा रंग-अनुभूति का स्वरूप भी परिवर्तित होता है। इस प्रकार प्रस्तुत विश्लेषणात्मक मॉडल भारतीय शास्त्रीय संगीत, भारतीय दर्शन तथा रंग चिकित्सा के मध्य एक वैचारिक सेतु स्थापित करने का प्रयास करता है।

तुलनात्मक सारिणी

विश्लेषण का आधार	राग भैरव	राग बिलावल	राग बागेश्री
मुख्य स्वर-संरचना	कोमल ऋषभ, कोमल धैवत	शुद्ध स्वर	कोमल गांधार, कोमल निषाद
प्रमुख रस	शांत, भक्ति	शांत, अद्भुत	करुण, श्रृंगार
प्रमुख त्रिगुण	सत्त्व	सत्त्व + संतुलित रजस	सत्त्व + नियंत्रित रजस
प्रतीकात्मक रंग	श्वेत, स्वर्णिम	श्वेत, हल्का पीला, सुनहरा	हल्का नीला, बैंगनी

चर्चा (Discussion)

प्रस्तुत अध्ययन भारतीय शास्त्रीय संगीत, भारतीय दर्शन तथा रंग चिकित्सा के मध्य अंतःविषयक संबंधों को समझने का एक विश्लेषणात्मक प्रयास है। भारतीय संगीतशास्त्र में स्वर, राग एवं रस के संबंधों का विस्तृत विवेचन उपलब्ध है, जबकि सांख्य एवं गीता में त्रिगुणों को मानव-व्यवहार एवं मानसिक प्रवृत्तियों का आधार माना गया है। दूसरी ओर, आधुनिक रंग चिकित्सा विभिन्न रंगों के मनोवैज्ञानिक एवं शारीरिक प्रभावों की चर्चा करती है। इन सभी अवधारणाओं का समन्वित अध्ययन अपेक्षाकृत कम हुआ है। प्रस्तुत शोध इसी रिक्ति को भरने का प्रयास करता है।

अध्ययन से यह संकेत प्राप्त होता है कि किसी राग की स्वर-संरचना केवल सौंदर्यबोध तक सीमित नहीं रहती, बल्कि वह विशिष्ट भावात्मक एवं मनोवैज्ञानिक अनुभवों को भी प्रभावित कर सकती है। उदाहरणस्वरूप, राग भैरव की गंभीरता, राग बिलावल की उज्ज्वलता तथा राग

बागेश्री की भाव-संवेदनशीलता श्रोता की मानसिक अवस्था में भिन्न प्रकार की अनुभूतियाँ उत्पन्न करती हैं। इन अनुभूतियों को भारतीय दर्शन के त्रिगुण सिद्धांत तथा रंग-अनुभूति के साथ जोड़कर देखने पर एक वैचारिक रूपरेखा विकसित होती है, जो संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा के मध्य संवाद की संभावनाओं को विस्तृत करती है।

यह स्पष्ट करना आवश्यक है कि प्रस्तुत अध्ययन में स्वर, त्रिगुण, रंग एवं रस के मध्य प्रतिपादित संबंध किसी एक शास्त्रीय ग्रंथ से प्रत्यक्ष रूप में उद्धृत नहीं हैं। ये भारतीय संगीतशास्त्र, भारतीय दार्शनिक परंपरा तथा आधुनिक संगीत एवं रंग चिकित्सा संबंधी अध्ययनों के तुलनात्मक विश्लेषण के आधार पर प्रस्तावित एक विश्लेषणात्मक मॉडल हैं। अतः इन्हें अंतिम या सार्वभौमिक सत्य के रूप में नहीं, बल्कि भविष्य के अंतःविषयक अनुसंधानों के लिए एक वैचारिक आधार के रूप में देखा जाना चाहिए।

भविष्य में मनोविज्ञान, तंत्रिका-विज्ञान (Neuroscience), संगीत चिकित्सा तथा जैव-शारीरिक मापन (जैसे EEG, HRV, GSR आदि) के माध्यम से इस मॉडल की अनुभवजन्य (Empirical) जाँच की जा सकती है। यदि ऐसे अध्ययन इस मॉडल के विभिन्न पक्षों की पुष्टि करते हैं, तो भारतीय शास्त्रीय संगीत के चिकित्सकीय उपयोग को अधिक वैज्ञानिक आधार प्राप्त हो सकता है।

निष्कर्ष (Conclusion)

प्रस्तुत अध्ययन से यह निष्कर्ष प्राप्त होता है कि भारतीय शास्त्रीय संगीत में स्वर, रस, त्रिगुण एवं रंगों के मध्य एक संभावित अंतर्संबंध की अवधारणा विकसित की जा सकती है। स्वर केवल ध्वनि-तत्त्व नहीं हैं, बल्कि वे विशिष्ट भावानुभूतियों को जागृत करने वाले माध्यम हैं। यही भाव राग के माध्यम से रस का सृजन करते हैं और भारतीय दार्शनिक दृष्टि से मानव की त्रिगुणीय मानसिक अवस्था को प्रभावित करने की क्षमता रखते हैं। रंगों के मनोवैज्ञानिक प्रभावों को इस संदर्भ में जोड़ने पर संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा के मध्य एक सार्थक अंतःविषयक संवाद स्थापित होता है।

प्रस्तुत शोध में प्रतिपादित विश्लेषणात्मक मॉडल—स्वर-संरचना → राग → रस → त्रिगुणीय प्रभाव → रंग-अनुभूति → संभावित मनोवैज्ञानिक एवं चिकित्सकीय प्रभाव—इन विभिन्न आयामों को एकीकृत करने का प्रयास करता है। राग भैरव, बिलावल एवं बागेश्री के तुलनात्मक अध्ययन से यह स्पष्ट हुआ कि भिन्न स्वर-

संरचनाएँ भिन्न भावात्मक एवं मानसिक अनुभव उत्पन्न करती हैं, जिनका प्रतीकात्मक संबंध विभिन्न त्रिगुणों एवं रंग-अनुभूतियों के साथ स्थापित किया जा सकता है।

यद्यपि इस अध्ययन में प्रस्तुत संबंध मुख्यत: वैचारिक एवं विश्लेषणात्मक प्रकृति के हैं, तथापि वे संगीत चिकित्सा एवं रंग चिकित्सा के क्षेत्र में भविष्य के वैज्ञानिक अनुसंधानों के लिए उपयोगी आधार प्रदान कर सकते हैं। यह अध्ययन भारतीय ज्ञान-परंपरा तथा आधुनिक अंत:विषयक अनुसंधान के मध्य एक सेतु स्थापित करने का प्रयास है, जो संगीत को केवल सौंदर्यबोध की कला न मानकर मानसिक, भावात्मक एवं संभावित चिकित्सकीय संवर्धन के माध्यम के रूप में देखने की दिशा में नई संभावनाएँ प्रस्तुत करता है।

Copyright & License:

© Authors retain the copyright of this article. This work is published under the Creative Commons Attribution 4.0 International License (CC BY 4.0), permitting unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.