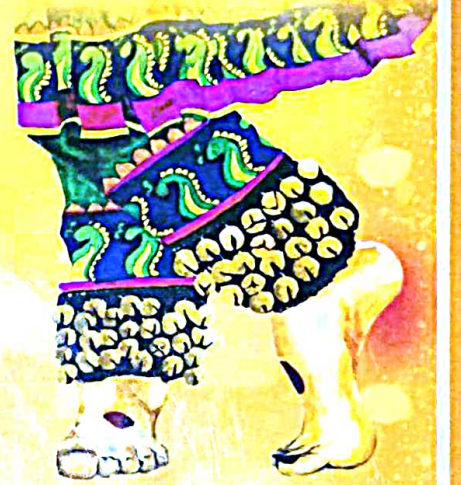


संगीत त्रिवेणी

(गायन-वादन-नर्तन)

उत्तर भारतीय संगीत (गायन, वादन, नृत्य) के विविध आयाम



डॉ. आनंद तिवारी
प्राचार्य/संरक्षक

डॉ. हरिओम सोनी
सम्पादक

डॉ. अपर्णा चार्चोदिया
सम्पादक

आयोजक-संगीत एवं नृत्य विभाग



शासकीय स्वशासी कन्या स्नातकोत्तर उत्कृष्टता
महाविद्यालय सागर (म.प्र.)



प्रकाशक : रागी पब्लिकेशन एण्ड इंटरप्राइजेज
चैतन्य हास्पिटल के पास में, सैनी के कुआँ के सामने,
वृन्दावन वार्ड, तिली रोड, सागर (म.प्र.)
ई मेल : ragipublicationandenterprises@gmail.com
सम्पर्क : 9039515004

प्रकाशन वर्ष : 2023

संस्करण : प्रथम

मूल्य : 300 / -

सम्पादक मंडल :

डॉ. हरिओम सोनी

डॉ अपर्णा चाचोंदिया

Book Name-Sangeet Triveni

ISBN.No.-978-93-340-4240-5

अक्षर संयोजन एवं मुद्रण

रॉयल कम्प्यूटर्स,

वनवे परकोटा रोड, सागर (म.प्र.)

मो. : 9425452106

नोट-प्रस्तुत प्रोसिडिंग में शामिल किये गए समस्त शोध पत्रों की सामग्री एवं तथ्यों की सम्पूर्ण जबाबदारी लेखकों की होगी इस हेतु सम्पादक या समिति किसी प्रकार से जिम्मेदार नहीं होगी।

अनुक्रमणिका

क्र	विषय	पृष्ठ
1.	भारतीय राग चिकित्सा – समालोचनात्मक विश्लेषण डॉ. अवधेश प्रताप सिंह तोमर	01
2.	नृत्यकला एवं रासलीला डॉ. अपर्णा चाचौदिया	07
3.	वर्तमान परिवेश में संगीत घरानों की प्रासंगिकता डा. प्रेम कुमार चतुर्वेदी	11
4.	विकसित अवनद्य वाद्य – तबला (एक दृष्टिपात) डॉ. विभूति मलिक	17
5.	नृत्य कला में नायिका भेद प्रो. डॉ. नीता गहरवार	22
6.	संगीत में घराने – गुण एवं दोष प्रो. डॉ. अलकनंदा पलनीटकर	26
7.	गुप्त कालीन संगीत, गायन एवं वादन प्रॉफेसर नवीन गिडियन	30
8.	बंदिश एवं नवसृजन पंडित देवेन्द्र वर्मा	34
9.	हिन्दी के गीतों में संगीत डॉ. नरेन्द्र सिंह ठाकुर,	43
10.	देश के सामाजिक आर्थिक विकास में संगीत कलाकारों की भूमिका प्रॉफेसर नित्यानंद चौधरी	46
11.	प्राचीन ताल पद्धति का विश्लेषणात्मक विवेचन डॉ. गुलशन सक्सेना	51
12.	ताल के दस प्राण हरविंदर बीर कौर	55
13.	संगीत, संस्कृति और समाज डॉ. मालती दुबे	59
14.	संगीत कला का व्यवसायीकरण डॉ. प्रियंका शेण्डे	61
15.	कथक नृत्य में नायिकाओं की अष्टावस्था प्रो. वन्दना चौबे	65

16.	कला का व्यवसायीकरण और सोशल मीडिया की भूमिका एक विश्लेषणात्मक अध्ययन डॉ. रश्मि शर्मा	72
17.	संगीत संस्कृति और समाज डॉ. डी.के. गुप्ता	78
18.	मानव जीवन में संगीत और स्वास्थ्य श्रीमती रागिनी श्रीवास्तव	80
19.	भारतीय संगीत के विविध आयामों में महिलाओं की स्थिति और भूमिका प्रीति वर्मा	84
20.	विभिन्न संगीत शैलियों के साथ विभिन्न तालों का सामांजस्य शैलेन्द्र सिंह राजपूत	88
21.	संगीत में अवनद्ध वाद्यों का विकास एवं महत्व संदर्भ—तबला शैलेन्द्र वर्मा/डॉ. रवि कुमार पण्डोले	92
22.	भारतीय संगीत गायन के विविध आयाम डॉ. जितेन्द्र कुमार शुक्ला	96
23.	हिन्दी साहित्य में चौमासा (आषाढ़, सावन, भाद्रपद, अश्विन) लोक, ललित का मूल आधार राघवेन्द्र प्रताप सिंह/डॉ. सुजीत देवघरिया	100
24.	युवा पीढ़ी का पाश्चात्य संगीत की ओर रुझान कृष्ण कुमार कटारे	106
25.	महिलाओं से संबंधित मनोविकारों के निवारण में संगीत चिकित्सा की प्रासंगिकता वर्षा मीणा/डॉ. संतोष मीणा	108
26.	भारतीय रंगमंच का स्वरूप एवं सांस्कृतिक परंपरा अंजलि वर्मा	114
27.	तबले की उपशास्त्रीय वादन शैली डॉ. राहुल स्वर्णकार	117
28.	बुन्देली लोकगीतों में सांस्कृतिक चेतना डॉ. सरिता जैन	123
29.	मनोचिकित्सा में संगीत का प्रयोग डॉ. हरीश वर्मा	125
30.	अभ्यास एवं साधना (आध्यात्मिक अध्ययन) आकाश जैन	128
31.	सितार वादन करने हेतु तकनीक का महत्व—एक अध्ययन डॉ. अमनदीप कौर	132

32.	शास्त्रीय संगीत, नृत्य में रोजगार के अवसर गरिमा भार्गव	138
33.	कथक नृत्य की धार्मिक एवं आध्यात्मिक पृष्ठभूमि डॉ. योगिता मंडलिक	140
34.	धार्मिक पृष्ठभूमि पर अवस्थित नृत्यकला कल्पना कुमारी	142
35.	उत्तर भारतीय संगीत (गायन, वादन, नृत्य) के विविध आयाम संगीत, संस्कृति और समाज अनुराग गुरु	146
36.	मध्यभारत के प्रमुख जनजातीय नृत्यों में अवनद्य वाद्यों की भूमिका सरगम खान	149
37.	संगीत संस्कृति और समाज अमोल शेषराव गवई	154
38.	संगीत और साहित्य का अन्तर्संबंध सत्येंद्र सिंह पटेल	156
39.	धार्मिक पृष्ठभूमि पर अवस्थित नृत्यकला कथक नृत्य एवं ईश्वर उपासना सुश्री योगिता सरोया	159
40.	विभिन्न ग्रंथों में वर्णित अवनद्य वाद्यों का विश्लेषणात्मक अध्ययन तेजस पटेल	161
41.	कथक नृत्य प्रस्तुति में आहार्य अभिनय डॉ. संगीता ठाकुर	166
42.	भारतीय शास्त्रीय नृत्यों में प्रयोगधर्मिता कथक नृत्य के संदर्भ में डॉ. अमित साखरे	169
43.	संगीत, संस्कृति एवं समाज डॉ. रविन्द्र कुमार ध्रुवे	172
44.	संगीत का स्वास्थ्य में योगदान पायल कुमारी	174
45.	कथक नृत्य प्रदर्शन में तुलसीकृत रचनाओं की उपादेयता सुश्री रेखा मालवीय	177
46.	ताल के दस प्राण डॉ. कृष्णा बाला सिंह	180
47.	धार्मिक पृष्ठभूमि पर अवस्थित कथक नृत्य डॉ. नरेन्द्र कुमार ध्रुव	185

48.	गुप्त कालीन नृत्य एवं अभिनय डॉ. अंजलि दुबे	188
49.	मार्ग और देशी संगीत कलाएँ विशाखा तिवारी मिश्रा	191
50.	तबला स्वतंत्र वादन में गत वादन का स्वरूप एवं महत्व (एक विश्लेषणात्मक अध्ययन) गगन राज/आकाश जैन	196
51.	संगीत के अध्ययन-अध्यापन में ई-संसाधनों की भूमिका मितेन्द्र सिंह सेंगर	200
52.	New teaching policy 2020 and today's student with music subject Dr. HARIOM SONI	206
53.	CHEMISTRY BEHIND THE MUSIC Dr. A.H. Ansari	208
54.	The Dynamism of Indian painting under the patronage of the Mughals Dr. Ashish Kumar Chachondia	211
55.	Interrelation between music and chemistry: An Overview Dr. Santosh Narayan Chadar	215
56.	Music and Mental Health Mayuresh Namdeo/ Dr. Santosh Kumar Gupta	219
57.	Creativity in Choreography by Kumudini Lakhia, an Initial Journey Jayti Brahmbhatt / Prof. Vandana Chaubey	225
58.	DANCE BASED ON RELIGIOUS BACKGROUND Kavisha Sabharwal	228
59.	Personality Development and Employment Prospects Through Classical Dance Mrs. Manjusha Rajas Johari / Prof. Vandana Chaubey	232
60.	Use of music in EFL [English as a foreign language] Mrs. Vibha Soni	235
61.	Contribution of Women in Dance Arshdeep Kaur Bhatti	237
62.	Utility of Music in Indian Society Priyam Chaturvedi	241
63.	Music as an incredible medicine: A cure for wide range of diseases and disorders Vaishali Prajapati	245
64.	Psychology and Music Therapy Koustubh Pare	251
65.	The Importance of Music Education in India Vishal V. Korde	254
66.	Ten Elements of Taal (Taal Ke Das Pran) Sompura Krupal Chetanbhai	259

CHEMISTRY BEHIND THE MUSIC

Dr. A.H. Ansari

Professor chemistry, Govt. Girls P.G. College, Sagar

Abstract

Music is not confined to some kind of cultural arena. It has no boundaries no languages. It belongs to both art and science. It is the interaction of sounds, tempo, rhythm and pitch. But it is closely related to the chemical science. Music stimulates brain thus producing "Dopamine" and "Serotonin" which are known as happy hormones. "Dopamine" is a neurotransmitter that regulates extrapyramidal system of brain. "Serotonin" regulates body temp. along with mood, hunger and tiredness. Music is just sound waves at different frequencies. Brain interpret the pattern of sounds and releases such chemicals, science has proved that music releases mood enhancing chemicals, which can be capitalised by therapist to treat mental diseases like anxiety, emotions, depression. Dopamine is also known as feel good hormone it increases intensity of pleasure by subsiding cortisol a stress hormone. Release of "oxytocin" stimulates "social bonding" and reduces stress and anxiety.

Key Words - Dopamine, Serotonin, Oxytocin

Introduction

Early Native American used music to communicate their Gods and nature as well as a healing tool. It has been now well established that music therapy can enhance the quality of life. Many parents have reported that music was the only thing to bring a smile to their children's face admitted in the hospital. Many evidences are there that babies those listen to classical music more likely to have a higher IQ because it makes your brain work harder to understand the pattern it hits those areas of brain that release "Dopamine" and "Serotonin". There are abundant evidences that listening to music can make you happier and more productive. Therefore music is now used in health care to promote physical and psychological wellbeing. Early use of music therapy and healing was reported back to Ancient Greece, but its practice as a therapeutic agent began in the 20th century, after World War second. The earliest reference to music therapy came from 1789 article called "Music Physically considered".

E. Thayer Gaston, one of three men who pioneered the use of music as a therapeutic tool, had organized and promoted the practice so that it would become an accepted type of therapy.

Now, there are many music therapies associations around the world, and music therapists work in private care, education, and social care.

Material and Method

Intensive literature survey and documented information reveal that music is becoming an alternative way of treatment for diseases caused by improper change in neurotransmitters.

Researches also suggest that

Music therapy may be a helpful tool for the people experiencing -

- ♦ Alzheimer's disease
- ♦ Anxiety or stress
- ♦ Autism
- ♦ Cardiac conditions
- ♦ Chronic pain
- ♦ Depression
- ♦ Diabetes
- ♦ Feelings of low self-esteem

When used in combination with other forms of treatment, music may also help to reduce obsessive thoughts, depression, and anxiety.

In 2016, research base studies conducted showed how music therapy could be combined with CBT to treat depression. While additional research is needed, the initial results were promising.

Many researches claim that music is a fine tool for the people with sleep disorders or insomnia as a symptom of depression.

- ♦ A 2011 review published in the Cochrane libraries found music therapy and music medicine interventions can help cancer patients. The review found some positive effects of music on anxiety, pain, mood, quality of life, heart rate, respiratory rate, and blood pressure.
- ♦ Another Cochrane review published in 2009 looked for studies measuring whether music therapy is useful in treating depression. The reviewers also found five studies appropriate for the review. Four of them concluded that patients Exposed to music therapy had a greater reduction in symptoms compared to those who didn't listen to music.
- ♦ And a third review published in the Journal of Advanced Nursing in 2002 looked at the impact of music therapy on patients admitted to the hospital. Researchers reviewed 19 studies, and found music therapy improved patients anxiety levels in the hospital. Researchers didn't find any impact on vital signs or anxiety during a procedure, but still recommended music therapy as an effective way to calm patients.

Conclusion

Chemistry is an integral part of life. All the biochemical reactions in our body are taking place with the participation of certain chemicals. On the contrary it is surprising that music plays a key role in stimulating some parts of the brain that results into the release of mood refreshing hormones which act as antipsychotic agents. Enormous studies indicate that more chemistry may be associated behind the music which would be the useful way to overcome the various ailments.

References

1. American Music Therapy Association (AMTA). Music therapy with specific populations: Fact sheets, resources & bibliographies.
2. Wang CF, SunYL, Zang HX. Music therapy improves sleep quality in acute and chronic sleep disorders: a meta-analysis of 10 randomized studies. *Int J Nurs Stud*. 2014;51(1):51-62.
doi:10.1016/j.ijnurstu.2013.03.008
3. Bidabadi SS, Mehryar A. Music therapy as an adjunct to standard treatment for obsessive compulsive disorder and comorbid anxiety and depression: A randomized clinical trial. *J Affect Disord*. 2015;184:13-7.
doi:10.1016/j.jad.2015.04.011
4. Kamioka H, Tsutani K, Yamada M, et al. Effectiveness of music therapy: A summary of systematic reviews based on randomized controlled trials of music interventions. *Patient Prefer Adherence*. 2014;8:727-754. doi:10.2147/PPA.S61340.
5. Raglio A, Attardo L, Gontero G, Rollino S, Groppo E, Granieri E. Effects of music and music therapy on mood in neurological patients. *World J Psychiatry*. 2015;5(1):68-78. doi:10.5498/wjp.v5.i1.68
6. Trimmer C, Tyo R, Naeem F. Cognitive behavioural therapy-based music (CBT-music) group for symptoms of anxiety and depression. *Can J Commun Ment Health*. 2016;35(2):83-87. doi:10.7870/cjcmh-2016-029.
7. Jespersen KV, Koenig J, Jennum P, Vuust P. Music for insomnia in adults. *Cochrane Database Syst Rev*. 2015;(8):CD010459.
doi:10.1002/14651858.CD010459.pub2.
8. Redding J, Plaughner S, Cole J, et al. "Where's the Music?" Using music therapy for pain management. *Fed Pract*. 2016;33(12):46-49.