अङ्क-२७
जनवरी-जून २०१६
वेदविद्या
ISSN-2230-8962

वैदिकसंहितासु योगचिन्तनम्

रविप्रभातः

वेदः अशेषाध्यात्मिकीनामीश्वरीयविद्यानाम् एकमात्रमेकः सनातनः कोशस्त्वस्त्येव; तथा च लौकिकभौतिकजीवनशैलीनां जीवनविद्यानां चापि कोशोऽयम्। वेदमधिकृत्य उक्तिरेषा समीचीना प्रतीयते- **'सर्वज्ञानमयं हि सः।'**

अर्थात् सृष्टेः किमपीदृशं ज्ञेयतत्त्वं विषयो वा नास्ति, यस्य वेदेषु समावेशो न । अनयैव दृशा वैदिकसंहितासु पतञ्जलिप्रतिपादितयोगोऽप्यनुसन्धातुं शक्यः। वेदेषु योगप्रतिपादनं क्वचिद् 'योग' शब्दोल्लेखेन बहुत्र वा योगधर्मरूपेणापि योगनामोल्लेखं विनाऽपि कृतमस्ति। हिरण्यगर्भो योगस्य आद्योपदेष्टाऽऽसीत् इति धारणा व्यवस्थिता पोषिता च। हिरण्यगर्भो वैदिकर्षिरासीत्। हिरण्यगर्भस्य एवापरं नाम 'कपिल' इत्यप्यासीत्। हिरण्यगर्भपदस्य व्युत्पत्त्या अर्थोऽयं फलति-

'हिरण्यं गर्भे यस्य स हिरण्यगर्भः' अथवा **'हिरण्यं गृभ्णाति इति हिरण्यगर्भः'**। प्रथम-व्युत्पत्त्यनुसारं हिरण्यशब्दः प्रकाशस्य चमत्कृतेर्वा वाचकोऽस्ति। प्रकाश एवैकमात्रं परमात्मनः स्वरूपम्। तद्धिरण्यं प्रकाशरूपं परब्रह्म यस्य गर्भेऽन्तस्तले गूढं, रहस्यमयरूपेण व्याप्नोति स एव हिरण्यगर्भ ऋषिः। द्वितीय व्युत्पत्त्यनुसारं 'यः खलु हिरण्यं (प्रकाशरूपं परब्रह्म) गृह्णाति, धारयति आत्मसाद् वा करोति स हिरण्यगर्भः'। विवेचनेनानेन सिध्यति यद् यः खलु कृतपरमात्म- साक्षात्कारः, यश्च आत्मानं परमात्मना युक्तम् (योगमयं मिलितं तदात्मरूपं वा) अकरोत् स एव हिरण्यगर्भः। एतादृशः हिरण्यगर्भ ऋषिरेव योगस्य परमोपदेष्टा भवितुमर्हति। अस्मिन् सन्दर्भे नैसर्गिकरूपेणेदं ज्ञातव्यं यदन्तःस्थितपरमप्रभो, साक्षादात्मसाक्षात्कारं बाह्यशरीरद्वाराणां (ज्ञानेन्द्रिय-कर्मेन्द्रियाणां मनसश्च) विधानेनैव साध्यमस्ति। अस्यैव योगस्य परमोपदेशक आसीद् हिरण्यगर्भः।

वैदिकसंहितासु योगपदनाम्नाऽपि बहुत्र योग उपदिष्टः। तेषां द्वित्राण्युदाहरणान्यत्र मन्त्रोद्धरणपूर्वकं प्रस्तूयन्ते। प्रथमं यथा-

यस्मा॑दृ॒ते न सिध्य॑ति य॒ज्ञो वि॑प॒श्चित॑श्च॒न ।
स धी॒नां योग॑मिन्वति ॥[1]

अस्मिन् मन्त्रे योगशब्दो नाम्ना व्यवहृतः। मन्त्रद्रष्टा ऋषिरुपदिशति योगेन विना परमविदुषोऽपि कस्यचिद् यज्ञो न सिध्यति, तस्माद् योगोऽन्वेतव्यः सर्वैः। चिन्तनीयमत्र यज्ञशब्दः यज्धातोर्निष्पद्यते, यज्धातोश्च सङ्गतिकरणं, देवपूजनं, दानमिति च त्रयोऽर्था भवन्ति। अत्र सङ्गतिकरणं योग एव। देवपूजने

[1] ऋग्वेद १.१८.७

दानेऽपि च योगसाधनम् उपादेयमस्ति। योगं विना न सङ्गतिकरणं, न देवपूजनं नैव दानं च। अतः योगं विना न यज्ञः सिध्यति, इति ऋषिभिरुपदिष्टम्। तथैव -

स घा नो योग आ भुवत् स राये स पुरंन्ध्याम्।
गमद् वाजेभिरा स नः॥[२]

एवमेवाथर्वसंहितायाम् —

योगेयोगे तवस्तरं वाजेवाजे हवामहे।
सखाय इन्द्रमूतये॥[३]

उपर्युक्तमन्त्रेषु सर्वत्र प्रयुक्तो योगशब्दः निश्चयेन चित्तैकाग्रमेव सन्दिशति। वैदिकसंहितासु बहुशः योगपदप्रयोगं विनाऽपि भिन्नरूपेण अप्रत्यक्षतः मनसापरिक्रमा, शिवसङ्कल्पादिरूपेण मनः सन्तुलनार्थं प्रेरणा क्रियते। अथर्ववेदे पठितविविधमन्त्रेषु मनोनियन्त्रणार्थं संयमाय चोपदेशः कृतः यश्च पातञ्जलयोगस्य चित्तवृत्तिनिरोधेन अथर्ववेदे मनसापरिक्रमाप्रसङ्गेन[४] पठितमन्त्राणामन्तिमे भागे प्रतिज्ञा कृता- **'योऽस्मान् द्वेष्टि यं च वयं द्विष्मस्तं वो जम्भे दध्मः'**

अर्थादात्मद्वेषिणं परं, परद्वेषिणं चात्मानं भवतः (परमात्मनः) न्यायपटले प्रस्तुमः। मन्त्रप्रयुक्ते उपर्युक्तवाक्ये अहङ्कारपरित्याग एव स्पष्टतया परिलक्ष्यते। भाषान्तररूपेण अहङ्कारपरित्यागेनात्र सहिष्णुत्वमप्यवधारयितुं शक्यते। असहिष्णुतयैवाहङ्कारः प्रादुर्भवति वर्धते च। अहङ्कृतिः (अस्मिता) पातञ्जलयोगे पञ्चक्लेशेषु द्वितीयक्रमे परिगणिता। अनया दृष्ट्या अहङ्कार एको महाक्लेशः[५] घोरदुःखहेतुश्चाप्यस्ति। अतोऽहङ्कारस्य परित्याग एव दुःखानां वा क्लेशानां निवृत्त्यर्थम् एकमात्रं हेत्वाधारः उपायश्च भवितुमर्हति। इत्थमेव रागद्वेषावपि[६] पञ्चक्लेशेष्वेव परिगणितौ। अतः उपर्युक्तमन्त्रेणाहङ्कारस्य रागद्वेषयोश्चापि परित्यागाय प्रतिज्ञा कृताऽस्ति। प्रतिज्ञैषा अथर्ववेदे षड्भिर्मन्त्रैर्विहिता।[७] एषां षण्णामपि मन्त्राणां समूहः 'मनसा परिक्रमा' इति नाम्ना व्यवहृतः। मनसापरिक्रमेति पदस्य मूलाभिप्रायः - मनोभाव-क्रियान्वयन-नियन्त्रणं, संयमनं च। इदं नियन्त्रणं संयमनं वा चित्तवृत्तिनिरोधेनैव साध्यम्; इत्थमथर्ववेदे योगसाधनायाश्चर्चा प्रकारान्तरेण मनसापरिक्रमारूपेण विहिता।

मूलतः अथर्वशब्दः अविचलनार्थस्य द्योतकोऽस्ति। विचलनं तु मनसश्चित्तस्य वा स्वभावोऽस्ति। मनः रजोमयं विक्षेपशक्तिकेन्द्रमस्ति। अत एव विचलनं मनसः सहजधर्मोऽस्ति। सुदृढ—

---

[२] ऋग्वेद १.५.३
[३] अथर्ववेद २०.२६.१; १९.२४.७
[४] अथर्ववेद ३.२७.१-६
[५] अविद्या-अस्मिता-रागद्वेषाभिनिवेशाः पञ्चक्लेशाः। पा.यो.सू. २.३
[६] तत्रैव
[७] अथर्ववेद ३.२७.१-६

परिपक्वाभ्यासेन तद् अथर्व = अविचलितं सम्पादयितुं शक्यते। इत्थमेषाऽवधारणा स्थापयितुं शक्या यदथर्ववेदः समग्ररूपेण चित्तवृत्तिनिरोधेन सदाऽथर्वत्वस्य अविचलनात्मकस्वरूपस्यैव अमोघोपायानां विराड्कोशोऽस्ति, एषामेवोपायानां च शिक्षकः प्रेरको नियामकश्चास्ति।

अथर्ववेदे सङ्ग्राम-ब्रह्म-ब्रह्मचर्य-राष्ट्रादिप्रकरणेषु विविधमन्त्राः प्रयुक्ताः सन्ति। सङ्ग्रामे तु प्रायशः कष्टसहिष्णुताया एव महत्त्वमस्ति। वेदे यत्र सङ्ग्रामवर्णनमस्ति, तदात्ममनसोः सङ्ग्रामस्य, देवासुरवृत्त्योर्वा सङ्ग्रामस्य वर्णनमस्ति, आत्मा देवत्वस्य प्रतिनिधिरस्ति, मनश्च विचलनशीलत्वाद् असहिष्णुराक्षसत्वस्य प्रतिनिधिरस्ति। मनः विक्षेपावरणाख्यशक्तिद्वयसम्पन्नम्; तच्च मनः अनेन शक्तिद्वयेन सङ्ग्रामे इन्द्रियसैन्यसहकारेण आत्मपराजयोद्देश्येन सदैव प्रवर्तमानं सचेष्टं च भवति। आसु सर्वावस्थासु मनसोऽविचलनसंस्काराय निरन्तरमभ्यासः परमापेक्षितोऽस्ति। वस्तुतः अथर्ववेदः अविचलितशुभ्रजीवनधारायाः उपदेशकः प्रतिपादकश्चास्ति। वेदोपनिषद्दर्शनादिषु मनः पशुरूपं स्वीकृतम्। पशुशब्दः चुरादिगणस्थबन्धनार्थकपशधातोर्निष्पन्नः। यः खलु पाशार्हः बन्धनार्हः सः पशुः। बन्धनं विना मनः पशुवत् विचलनशीलम् अमर्यादितं निरानुशासितं च सञ्जायते अतस्तद् अविचलितं मर्यादितम् अनुशासितं च सम्पादयितुं निर्दिष्टोपायप्रतिपादकत्वाद् वेद एषोऽथर्ववेदः। चित्तवृत्तिनिरोधविषयोऽत्र महत्त्वपूर्णः। एवं खल्वथर्ववेदः मूलतः योगमार्गस्यैव प्रतिपादकः।

एवमेव यजुर्वेदे शिवसङ्कल्पसूक्तमन्त्रैरपि[८] मनसः शिवसङ्कल्पं कर्तुं प्रार्थना कृतास्ति। एषां मन्त्राणां प्रतिपाद्यचिन्तनात् पूर्वं मनसः दार्शनिकस्वरूपचिन्तनं निश्चितरूपेणापेक्षितमेव। मनसो गतिः सदा जलस्रोतोवदधोगतिशीलैव भवति।

भारतीयदर्शनेषु मनः आत्मनो वाहनरूपेण स्वीकृतम्। पौराणिकगल्पेष्वालङ्कारिकवर्णनेन मूषको गणेशस्य वाहकोऽङ्गीकृतः। आत्मा गणेशोऽस्ति। ज्ञान-कर्मेन्द्रिय-मनः, पञ्चभूतसमुदायादयः गणाः, एषां गणानां स्वामी आत्माऽस्ति, अतः आत्मैव गणेशः। तदात्मरूपगणेशस्य वाहनः मनोरूपः मूषकोऽस्ति। मूषकस्यापि चञ्चलगतिः प्रसिद्धा। मूषकशब्दः मुष = स्तेये धातोर्निष्पद्यते। मुष्णाति इति मूषकः। यः सदा चौर्यप्रवृत्तौ भवति स मूषकः। मनः आभ्याम् उभाभ्यामपि चाञ्चल्यचौर्यवृत्तिभ्यां प्रदूषितमस्ति। मनस्त्रिगुणात्मकम्। एषां त्रयाणामपि रजोगुणश्चलनशीलतायाः प्रतीकः, तमोगुणश्च आवरणस्य (चौर्यस्य कपटवृत्तेर्वा) प्रतीकोऽस्ति। इत्थं मनोमूषकयोरतिशयसाधर्म्यमस्ति। यथा मूषकः अनेकबिलैश्छिद्रैर्वाऽऽवागमनं विदधाति, तथैव मनोऽपि केनापीन्द्रियद्वारेण बहिर्निर्गच्छति, एवं च सदाऽशिवसङ्कल्पैः प्रदूष्यमाणं जायते। यतो हि मनः आत्मनो वाहनम् अतः मनो यदा बहिर्याति, इन्द्रियार्थाणां, स्ववृत्तीनां च प्रभावेण स्वयं प्रदूषितं जायते, तदा मनःसंश्लिष्टः आत्माऽपि मलावृतो जायते। एवं हि रागद्वेषग्रस्तम् आत्मसंयुक्तं मनः अशिवसङ्कल्पेषु प्रवर्तमानं जायते। ईदृश्याः एव स्थितेर्निवृत्त्यर्थमुपर्युक्तयजुर्वेदीयवेदमन्त्रेषु मनः शिवसङ्कल्पतायै प्रार्थना कृताऽस्ति। अस्मिन् प्रसङ्गे इदं विशेषतया ज्ञातव्यं यत् प्रथमतश्चित्तवृत्तीनां नवद्वारेभ्यो बहिर्गमनं निरोद्धव्यं तदैव मनः

[८] यजुर्वेद ३४.१-६

शिवसङ्कल्पवद्भवितुमर्हति। इमामेवावस्थां महर्षिर्भगवान् पतञ्जलिश्चित्तवृत्तिनिरोधनाम्ना समुपादिशत्। द्वितीयतः योगसाधनं विश्लेषणविधिमपि शिक्षयति। यतो हि आत्ममनसी यदा परस्परं संश्लिष्टे भवतः, तदैव मनसा सह आत्माऽपि मलावृतः सन् पञ्चक्लेशग्रस्तः सञ्जायते। कुविचाराश्च प्रादुर्भूताः मनःसंयुक्तमात्मानं कुकर्मसु प्रेरयन्ति प्रवर्तयन्ति च। अतः एतत्परिस्थितिनिवारणाय योगविद्यया आत्ममनसोर्विश्लेषणक्षमताऽपरिहार्यतया अपेक्षिता, तदैव शिवसङ्कल्पता साध्या भवेत्।

वेदेषु योगो बहुरूपैः प्रतिपादितः, येषु नामोल्लेखपूर्वकं तु योगो नोपदिष्टः, किन्तु चरित्रे योगस्य सक्रियव्यावहारिकी उपादेयता साधिता प्रतिपादिता चास्ति। यथा - ऋग्वेदे सप्तमर्यादापालनोपदेशप्रसङ्गेन तासामेकस्या अप्युल्लङ्घनं पापमूलं, सर्वमर्यादापालनं च जीवस्य आधारस्तम् एवोपदिष्टः -

सप्त मर्यादाः कवयस्ततक्षुस्तासामेकामिदभ्यंहुरो गात्।
आयोर्ह स्कम्भ उपमस्य नीळे पथां विसर्गे धरुणेषु तस्थौ ॥[९]

एतन्मन्त्रप्रसङ्गे निरुक्तकृद्यास्केन सप्तमर्यादा एवं प्रकारेण समुल्लेखिताः - १. सुविचारः, २. सुदृष्टिः, ३. सुश्रुतिः, ४. सुभाषणम्, ५. सुभक्षणम्, ६. सुभावना, ७. सुस्पर्शश्च। उपर्युक्तसप्तमर्यादाणां सम्यक् परिपालनाय चित्तवृत्तिनिरोधस्य व्यापकमपरिहार्यं महत्त्वमस्ति। आसां मर्यादाणां सम्यक् परिपालकसाधकः सर्वासु विकारमूलावस्थासु सङ्कटकाले वा स्वकीयसर्वमर्यादासु अविचलितो दृढस्थिरश्च वर्तमानो भवति। एतत्सर्वं चित्तवृत्तिनिरोधात्मकसमाधिमूलकयोगसाधनाया एव सुपरिणामः।

योगसाधना आध्यात्मिकी समाधिसाधना त्वस्त्येव, सहैव एकाऽतिश्रेष्ठा श्रेयोमयी जीवनशैली अप्यस्ति। योगभोगाख्यद्विविधजीवनशैल्योरुल्लेखो वेदेषूपलभ्यते-

सं यद् वयं यवसादो जनानामहं यवाद उर्वजे अन्तः।
अत्रा युक्तोऽवसातारमिच्छादथो अयुक्तं युनजद् ववन्वान् ॥[१०]

मन्त्रानुसारं जगति द्विविधो मानवः यवाद (अन्नभक्षी), यवसाद (बुसभक्षी) च। यवः अन्नवाचकः, एतदतिरिक्तं निर्वचनात्मकव्युत्पत्त्यनुकूलं यवशब्दः आत्मनो ब्रह्मणो वाऽपि वाचकोऽस्ति। अदादिगणस्थ मिश्रणामिश्रणार्थक 'यु' धातोः अप् प्रत्ययविधानेन यवशब्दो निष्पद्यते। अनया दृष्ट्या यव एव ब्रह्म। यतो हि ब्रह्म जगद्व्याप्तं, मिश्रितमपि, अमिश्रितं निर्लिप्तमस्ति। तद् ब्रह्म अवसातृ = दुःखेभ्यो बन्धनेभ्यश्च मोक्षप्रदायकमस्ति। योगी वा योगसाधको वा तद् यवरूपं ब्रह्मैव आत्मसात् करोति, तस्यैव साक्षात्कारं कर्तुं सततं प्रयत्नशीलो जागरूकश्च भवति। एतद्विपरीतं यः खलु भोगी, भोगजीवनशैलीं वा धारयञ्जनः स यवसाद भवति। लोके 'यवस' शब्दः बुसार्थकः। यवसं = बुसम् अत्ति इति यवसाद।

---

[९] ऋग्वेद १०.५.६
[१०] ऋग्वेद १०.२७.९

यवसं बुसं वा पशूनामाहारः अतः भोगजीवनशैली यवसात्पशुजीवनशैली भवति। ब्रह्म वा परमात्मा अन्नं, तथा जगत्सुखभोगः इन्द्रियार्थभोगविषयवासनादिभोगः यवसतुल्यमस्ति। इदं विवेचनमाश्रित्य धारणैषा स्थापयितुं शक्या यत् योगजीवनशैली मानवधर्मः, भोगजीवनशैली च पशुताऽस्ति।

वेदे भोगप्रधानजीवनं पशुत्वरूपेण प्रोक्तम्। मानवैः पशुता वा भोगप्रधानजीवनशैली परिहेया, योगमयजीवनशैली च ग्राह्याऽऽचरणीयेति परामर्शो मानवेभ्यः प्रदत्तो वैदिकैः मन्त्रद्रष्टृमहर्षिभिः। वेदे प्रोक्तम्—

उलूकयातुं शुशुलूकयातुं जहि श्वयातुमुत कोकयातुम् ।
सुपर्णयातुमुत गृध्रयातुं दृषदेव प्र मृण रक्ष इन्द्र ॥[११]

उपर्युक्तमन्त्रेण वेदर्षिः षट् पशुप्रवृत्तीः सङ्केतयंस्तासां परित्यागाय निर्दिशति मनुष्यान्। उलूकवृत्तिः = प्रकाशवैरम्, अज्ञानप्रियता; शुशुलूकवृत्तिः = क्रोधस्वभावः, श्ववृत्तिः = जातिद्रोहः, चाटुकारिता वा; कोकवृत्तिः = कामवासना, सुपर्णवृत्तिः (श्येनवृत्तिः) = प्रतिशोधस्वभावः, गृध्रवृत्तिः = लोभस्वभावः इतीमे षड्भावाः दोषाः, विकारमूलाः, पशुत्वबोधकाश्च सन्ति। इमे सर्वे विकाराश्चित्तं प्रदूषयन्ति। एभ्यः सर्वेभ्यो विकारेभ्यः मनः विश्लिष्टं मुक्तं वा कृत्वा, चित्तस्य शोधनं वा निर्मलीकरणं, चित्तवृत्तीनां चान्तर्निरोधाभ्यासः इन्द्रियप्रत्याहारश्च इतीमे सर्वेऽपि योगसाधनविषयाः। एषां सर्वेषामपि क्रियान्वयनसन्देशो वेदेन पूर्वोक्तमन्त्रेण सम्प्रेषितः।

वेदेऽनेकत्र योगनामोल्लेखपुरःसरमपि योगश्चर्चितः। अथर्ववेदे तु षडङ्गाष्टाङ्गयोगनाम्नाऽपि योगः सम्यग् व्याख्यातः प्रतिपादितश्च—

इमं यवमष्टायोगैः षड्योगेभिरचर्कृषुः।
तेना ते तन्वोः रपोऽपाचीनमप व्यये।।[१२]

योगिनः अष्टयोगैः वा षड्योगैरपीमं यवं ब्रह्माणम् अन्तःसाक्षात्कुर्वन्त्यात्मसात् कुर्वन्ति च। एभिरष्टयोगैः षड्योगैश्च साधकाः बहिरन्तर्मलं दूरीकुर्वन्ति।

ध्यातव्यमिदं यद् योगसाधनेन मलापाकरणं तु स्वाभाविकमेव। मूलतः योगः अष्टाङ्गः, यम—नियम—आसन—प्राणायाम—प्रत्याहार—धारणा—ध्यान—समाधयः इति योगस्य अष्टावङ्गानि। एष्वष्टाङ्गेषु यम—नियमाः आचारनियामकाः। यम—नियमैर्मानवचरित्रस्य निर्माणं भवति। सदाचारवान् भवति जनो यमनियमक्रियान्वयनेन। आसन—प्राणायाम—प्रत्याहार—धारणा—ध्यान—समाधिरिति अष्टावङ्गान्यभ्यासमूलानि। इत्थमेभिरष्टाङ्गैः षडङ्गैर्वा योगैः ब्रह्मणः अन्तःसाक्षात्कारः सर्वथा साध्यः। एवं खलू वेदेषु बहुत्र येन केनापि रूपेण प्रत्यक्षमप्रत्यक्षं वा योगः प्रतिपादितोऽस्ति। परमात्मसाक्षात्कारस्याप्यद्वितीयसाधनरूपेण योगः सुस्पष्टं विशदरूपेण प्रतिपादितः।

रविप्रभातः
शोधच्छात्रः, संस्कृतविभागः
दिल्ली विश्वविद्यालयः

[११] ऋग्वेद ७.१०४.२२
[१२] अथर्ववेद ६.९१.१