

कोरोना संक्रमण काल में भारतीय जीवनपद्धति की उपयोगिता

The Usefulness of The Indian Way of Life In The Corona Transition Period

Paper Submission: 00/00/2020, Date of Acceptance: 00/00/2020, Date of Publication: 00/00/2020

सारांश

भारतीय आर्य संस्कृति वैदिक काल से प्रचलित विश्व बंधुत्व राष्ट्रीय एकता अखंडता आदि के भावनाओं से समन्वित भारतीय संस्कृति धर्म एवं साहित्य आदि के प्रेरणा स्रोत का आधार ऋग्वेद ही है। भारतीय संस्कृति एवं भारतीय संस्कृति के समुन्नायक शास्त्रों वेद, उपनिषद, पुराण, धर्म शास्त्र, रामायण, महाभारत आदि ग्रंथों से प्रतिपादित उत्कृष्ट जीवन पद्धति का कोरोना संक्रमण काल में विशेष महत्व है। संस्कृत वाङ्मय के वैदिक, पौराणिक एवं काव्य साहित्य आदि ग्रंथों से प्रतिपादित नियमों नैतिक सिद्धान्तों एवं उत्कृष्ट जीवन पद्धति का अवलंबन कर कोरोना वायरस कोविड-19 के संगठन के संकट को कम किया जा सकता है।

Rigveda is the basis of inspiration of Indian culture, religion and literature etc., integrated with the feelings of unity, integrity, etc., prevalent since the Vedic period. The outstanding way of life of Indian culture from the scriptures, Veda, Upanishads, Puranas, Dharma Shastras, Ramayana and Mahabharata, etc. have special significance in the Corona transition period. The crisis of corona virus can be reduced by following the rules, moral principles and excellent living practices as propounded from the scriptures of Vedic, mythological and poetic literature of Sanskrit



दिव्या

सहायक प्राध्यापक,
संस्कृत विभाग,
आर्य महिला पी0जी0 कॉलेज,
चेतगंज, वाराणसी,
उत्तर प्रदेश, भारत

मुख्य शब्द : आर्य संस्कृति, वैदिककाल, लोककल्याण, कोरोना।

Arya Sanskrati, Vadik Period, Social Welfare, CORONA.

प्रस्तावना

भारतीय आर्य संस्कृति वैदिककाल से ही प्रचलित तथा सर्वाधिक प्राचीन है। बाह्याडम्बर से रहित, सरल एवं उत्कृष्टतम जीवनपद्धति भारतीय संस्कृति की विशेषता है। "वसुधैव कुटुम्बकम्" भारतीय संस्कृति का आदर्शवाक्य है, जिसमें विश्वबन्धुत्व, राष्ट्रीय एकता, अखण्डता आदि के भाव निहित हैं। भारतीय संस्कृति सदा से लोककल्याणकारक रही है। भारतीय संस्कृति के समुन्नायक शास्त्र, वेद, वेदाङ्ग, उपनिषद, धर्मशास्त्र, रामायण, महाभारत आदि हैं, जिनमें प्रतिपादित उत्कृष्ट जीवनपद्धति का चिकित्सा की दृष्टिकोण से भी विशेष महत्व है। संस्कृत वाङ्मय के वैदिक, पौराणिक एवं काव्यसाहित्य ग्रन्थों में निहित नैतिक सिद्धान्तों एवं नियमों का अवलम्बन कर अनेक प्रकार की समस्याओं का समाधान किया जा सकता है।

आदिकवि महर्षि वाल्मीकि द्वारा रचित आदिकाव्य रामायण भारतीय सांस्कृतिक तत्त्वों का आकर, भारतीय आर्यसंस्कृति की आध्यात्मिक, सांस्कृतिक, धार्मिक एवं सामाजिक मान्यताओं तथा आदर्शजीवन की मान्यताओं का समवेत समन्वय है। जीवन को प्रभावी एवं उदात्त बनाने के निमित्त उत्कृष्टतम् आदर्शों को महर्षि वाल्मीकि ने अत्यन्त ही प्रभावी ढंग से पाठकों एवं जनसामान्य के समक्ष उपस्थित किया है। रामायण में वर्णित सभी पात्र उच्चतम आदर्श के प्रतीक एवं प्रेरक हैं। समाज के प्रति कर्त्तव्यादि के दृष्टिकोण से तथा नैतिक शिक्षा के दृष्टिकोण से भी रामायण अमूल्यनिधि के रूप में स्वीकृत है। दया, परोपकार, परमात्मभक्ति, नैतिकता, सद्ब्यवहार, सत्यवचन, त्याग, भातृसेवाभाव, पुत्रवात्सल्य, पातिव्रतधर्म, पिता की आज्ञापालनादि का तथा राजा का प्रजा के प्रति, पिता का पुत्र के प्रति, पुत्र का पिता के प्रति, भाई का भाई के प्रति, पति का पत्नी के प्रति, देवर का भाभी के प्रति तथा सभी का समाज के प्रति कर्त्तव्यादि का अत्यन्त

ही यथार्थ विश्लेषण रामायण में हुआ है। आज भी रामायण हम सभी के लिए प्रेरणा का श्रोत बना हुआ है। रामायण के नायक राम के आदर्श का प्रतिपादन करते हुए प्रसिद्ध काव्यशास्त्री आचार्य मम्मट ने लिखा है — 'रामदिवत् वर्तितव्यम्'। काव्यप्रकाश, 1/पृष्ठ - 11

महान् साहित्य आदिकाल से ही लोककल्याण का साधक रहा है। प्रसिद्ध काव्यशास्त्री आचार्य मम्मट ने भी 'शिवेतरक्षतये' को काव्यप्रयोजनों में समाविष्ट किया है—

काव्यं यशसेऽर्थकृते व्यवहारविदे शिवेतरक्षतये।
सद्यः परनिर्वृत्तये कान्तासम्मिततयोपदेशयुजे॥

काव्यप्रकाश, 1/2 (कारिका)

योगिराज भर्तृहरिकृत 'नीतिशतक' को व्यावहारिक एवं नैतिक उपदेशों का आगार कहा गया है। मानवजीवन के लिए उपयोगी छोटी से छोटी तथा बड़ी से बड़ी बातों को ध्यान में रखकर उन्होंने उन्हें शिक्षाप्रद रूप से प्रस्तुत किया है। लोकाचार की महत्ता का प्रतिपादन करते हुए उन्होंने स्वजनों पर उदारता, सेवकों पर दया, दुष्टों पर क्रोध, सुजनों से प्रीति एवं विद्वानों के प्रति नम्रता का निर्देश दिया है —

दाक्षिण्यं स्वजने दया परिजने शाठ्यं सदा दुर्जने
प्रीतिः साधुजने नयो नृपजने विद्वज्जने चार्जवम्।
शौर्यं शत्रुजने क्षमा गुरुजने कान्ताजने धृष्टता
ये चैवं पुरुषाः कलासु कुशलास्तेष्वेव लोकस्थितिः॥

नीतिशतक/23

योगिराज भर्तृहरि ने कहा है कि व्यक्ति वही श्रेष्ठ होता है जो विपत्ति के समय घबड़ाते नहीं हैं, ऐसे व्यक्ति अत्यन्त ही सरलता एवं सावधानीपूर्वक संकट की घड़ी को पार कर जाते हैं —

विपदि धैर्यमथाभ्युदये क्षमा सदसि वाक्पटुता युधिविक्रमः।
यशसि चाभिरुचिर्व्यसनं श्रुतौ प्रकृतिसिद्धमिदं हि
महात्मनाम्॥

नीतिशतक/63

शास्त्रविहित कर्म ही मानवधर्म है। मनुस्मृति में धर्म के दस लक्षण प्रतिपादित किये गये हैं —

धृतिः क्षमा दमोऽस्तेयं शौचमिन्द्रियनिग्रहः।
धीर्विद्या सत्यमक्रोधो दशकं धर्मलक्षणम्॥

मनुस्मृति 6/92

'शरीरमाद्यं खलु धर्मसाधनम्' ।

कुमारसंभवम् 5/53

भारतीय संस्कृति के उपासक महाकवि कालिदास ने मानवजीवन का लक्ष्य पुरुषार्थचतुष्टय को माना है। पुरुषार्थचतुष्टय में भी उन्होंने धर्म को विशेष महत्त्व दिया है। धर्म के तीन प्रमुख अङ्ग हैं — यज्ञ, दान एवं तप।

अध्ययन के उद्देश्य

कोरोना संक्रमण काल में भारतीय आर्य संस्कृति ए उत्कृष्ट जीवन पद्धति एवं संस्कृत वाङ्मय की महत्ता को प्रतिपादित करना।

विषय विस्तार

संस्कृत वाङ्मय के प्रायः सभी महाकवियों ने अपनी कृतियों में यज्ञ, दान एवं तप का वर्णन किया है। यज्ञ वृष्टि के साधन हैं। भारतीय शास्त्रों में प्रातः सायं यज्ञ का विधान है। प्राचीनकाल में यज्ञ को समाज का महत्त्वपूर्ण अङ्ग समझा जाता था। आज के कोरोना संक्रमणकाल में भी यज्ञ की महति उपयोगिता है। यज्ञ के अनेक लाभ हैं। यज्ञ के

द्वारा वातावरण के शुद्ध हो जाने से कोरोना जैसे विषाणुओं के दुष्प्रभाव से भी संरक्षण प्राप्त हो सकता है।

महाकवि भवभूति ने 'उत्तररामचरितम्' के प्रथम अंक में —

'किन्त्वनुष्ठाननित्यत्वं स्वातन्त्र्यमपकर्षति।
संकटा ह्याहिताग्नीनां प्रत्यवायेर्गृहस्थता॥
— उत्तररामचरितम्, 1/8.

श्लोक के द्वारा राजा दशरथ के चरित्र के माध्यम से यज्ञ की नित्यता को प्रतिपादित करते हुए यह निर्दिष्ट किया है कि धार्मिकपुरुष प्रातः — सायं हवन किया करते थे, वे अपने विवाह के समय स्थापित अग्नि को कभी बुझाने नहीं देते थे। मरणोपरान्त उसी अग्नि से उसे मुखाग्नि भी दी जाती थी।

महाकवि कालिदास की कृतियों में भी यज्ञ का वर्णन हमें देखने को मिलता है। अभिज्ञानशाकुन्तलम् के तृतीय अङ्क में महर्षि कण्व के शिष्य हाथ में कुशों को लेकर प्रविष्ट कर कहते हैं — 'अहो, महानुभावः पार्थिवो दुष्यन्तः। यत्प्रविष्टमात्र एवाश्रमं तत्रभवति निरुपद्रवाणि नः कर्माणि संवृत्तानि'।

अभिज्ञानशाकुन्तलम् — 3/पृष्ठ — 96

महाकवि भास द्वारा रचित 'स्वप्नवासवदत्तम्' के प्रथम अङ्क में तपोवन की संध्या का अत्यन्त ही मनोरम चित्र दर्शनीय है —

खगा वासोपेताः सलिलमवगाढो मुनिजनः
प्रदीप्तोऽग्निर्भाति प्रविचरति धूमो मुनिवनम्।
परिभ्रष्टो दूराद् रविरपि च संक्षिप्तकिरणो
रथं व्यावर्त्यासौ प्रविशति शनैरस्तशिखरम्॥
स्वप्नवासवदत्तम् 1/16

आज के वैश्विक आपदा की इस विकट परिस्थिति में भी यज्ञ का उतना ही महत्त्व है, जितना कि प्राचीनकाल में था।

दान को धर्म का प्रमुख अङ्ग माना गया है। वैश्विक आपदा से उत्पन्न आर्थिक संकट की स्थिति में भी बेरोजगारों एवं अभावग्रस्त जनसमूह के कल्याण के लिए दान का विशेष महत्त्व है।

महाकवि शूद्रक ने 'मृच्छकटिकम्' के नायक चारुदत्त के चरित्र के माध्यम से तात्कालीन समाज में प्रचलित दान की महत्ता का निर्देश किया है। चारुदत्त अपने दान देने की प्रवृत्ति के कारण अत्यन्त ही निर्धन हो जाता है। 'मृच्छकटिकम्' के द्वितीय अङ्क में संवाहक चारुदत्त की प्रशंसा करता हुआ कहता है — 'यस्तादृशः प्रियदर्शनः, प्रियवादी, दत्त्वा न कीर्त्तयति, अपकृतं विस्मरति'।

मृच्छकटिकम्, 2/162 (पृष्ठ)

महाकवि कालिदास का कथन है कि रघुवंशी राजा लोग दान देने के लिए ही धनसंग्रह किया करते थे। संस्कृत वाङ्मय के प्रायः सभी कवियों ने दान की महत्ता को स्वीकार किया है।

भारतीय समाज में तप को भी धर्मसिद्धि का प्रमुख अङ्ग माना गया है। जप, तप, व्रत आदि में इतनी शक्ति होती है कि अत्यधिक विषम परिस्थिति में भी अपने को संयमित, संतुलित एवं सुरक्षित रखा जा सकता है।

महाकवि कालिदास ने 'कुमारसंभवम्' में पार्वती के मुख से कहलवाया है कि इस प्रकार के उत्कृष्ट प्रेम एवं पति की प्राप्ति तपस्या के द्वारा ही संभव है —

इयेष सा कर्तुमवन्ध्यरूपतां समाधिमास्थाय तपोभिरात्मनः।

अवाप्यते सा कथमन्यथा द्वयं तथाविधं प्रेम पतिश्च तादृशः ॥

कुमारसम्भवम्, 5/2

अतः भगवान् शिव को पति के रूप में प्राप्त करने के उद्देश्य से वह समाधिस्थ मन से कठोर तपस्या करना आरम्भ कर देती है। महाकवि कालिदास ने अपनी रचनाओं में भक्तियोग की चर्चा की है। उनके मतानुसार सुख, समृद्धि की प्राप्ति हेतु स्थिरभक्तियोग ही सर्वोत्तम उपाय है। 'कुमारसम्भवम्' में शिवजी को वर के रूप में प्राप्ति के निमित्त से, 'रघुवंशम्' महाकाव्य में 'राजा दिलीप ने पुत्रप्राप्ति के निमित्त से, 'मेघदूतम्' में यक्ष ने यक्षिणी से पुनर्मिलन के निमित्त से, 'अभिज्ञानशाकुन्तलम्' नाटक में राजा दुष्यन्त और शकुन्तला ने पुनर्मिलन के निमित्त से, स्थिर भक्तियोग का सहारा लिया है। वस्तुतः कष्टों को सहन करने के पश्चात् अन्त में जो सुख की उपलब्धि होती है, वही स्थायीसुख है।

भक्तियोग ज्ञान और कर्म से अनुप्राणित है तथा कर्मयोग ज्ञान और भक्ति से अनुप्राणित है। ज्ञान के उदय से भगवान् का भक्त के साथ एकाकार हो जाता है, जिससे मानसिक सुख एवं परमानन्द की प्राप्ति भी होती है –

ब्रह्मभूतः प्रसन्नात्मा न शोचति न काङ्क्षति।

समः सर्वेषु भूतेषु मदभक्तिं लभते पराम् ॥

श्रीमद्भगवद्गीता, 18/54

वस्तुतः मानसिक शान्ति एवं आनन्दोपलब्धि का साधन ज्ञान ही है, ज्ञान के अभाव में योग शारीरिक एवं मानसिक व्यायाममात्र है –

श्रद्धावाँल्लभते ज्ञानं तत्परः संयतेन्द्रियः।

ज्ञानं लब्ध्वा परां शान्तिमचिरेणाधिगच्छति ॥

—श्रीमद्भगवद्गीता, 4/39

योग एक ऐसा उपाय है, जिसमें स्थित होकर व्यक्ति विचलित नहीं होता है। श्रीमद्भगवद्गीता में कहा गया है —

'सुखमात्यन्तिकं यत्तद्बुद्धिग्राह्यमतीन्द्रियम्।

वेत्ति यत्र न चैवायं स्थितश्चलति तत्त्वतः ॥

यं लब्ध्वा चापरं लाभं मन्यते नाधिकं ततः।

यस्मिन्स्थितो न दुःखेन गुरुणापि विचाल्यते ॥

तं विद्याद् दुःखसंयोगवियोगं योगसंज्ञितम्।

स निश्चये योक्तव्यो योगनिर्विण्णचेतसा ॥

—श्रीमद्भगवद्गीता, 6/21, 22, 23

अतः यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान एवं समाधिरूप अष्टाङ्ग योग ही अपने शरीर, इन्द्रियों एवं चित्त को शुद्ध एवं स्वस्थ रखने के सर्वोत्तम उपाय हैं।

आयुर्वेद में स्वास्थ्यादि की दृष्टिकोण से प्रत्येक ऋतु के अनुरूप आहारादि का विधान किया गया है। ऋतु के अनुरूप शुद्ध, सात्त्विक, सुपाच्य भोजन अनेक प्रकार की व्याधियों से मानवशरीर की रक्षा करता है। आयुर्वेद के अनुसार वमन करने के पश्चात् कफ के शोषण के लिए हल्का, तीखा एवं कषैला जल पीने के लिए दिया जाता है, जिससे बल प्राप्त करने वाले व्यक्ति को वायु से कम्प नहीं होता है।

आयुर्वेद का प्रभाव महाकवि कालिदास की कृतियों में भी देखने को मिलता है। मेघदूत का एक उदाहरण दर्शनीय है –

तस्यास्तिकैर्वनगजमदैवासितं वान्तवृष्टि

जम्बूकुञ्जप्रतिहतरयं तोयमादाय गच्छेः।

अन्तःसारं धन! तुलयितुं नानिलः शक्यति त्वां

रिक्तः सर्वो भवति हि लघुः पूर्णता गौरवाय ॥

पूर्वमेघ/20

जामुन की कुञ्जों में जल एकत्रित हो जाता है तो वह हल्का और पाचक हो जाता है। आम्रकूट पर्वत मूसलाधार वृष्टि कर खाली हो जाने के पश्चात् कड़वे स्वादवाले, वनगजों के मदजल से सुगन्धित और जामुन की कुञ्जों से प्रतिहत वेग वाले नर्मदा नदी का जल ग्रहण कर आगे बढ़ने की सलाह यक्ष मेघ को देता है ताकि भीतर जल से भरे हुए होने के कारण वायु उसे उड़ा न सके।

शास्त्रों में मिताहार का वर्णन भी हमें प्राप्त होता है। 'उत्तररामचरितम्' में महाकवि भवभूति ने कहा है कि प्राचीनकाल में ऋषि – मुनिजन मुट्टी भर नीवार खाकर जीवन यापन किया करते थे –

एतानि तानि गिरिनिर्झरिणीतटेषु

वैखानसाश्रिततरुणि तपोवनानि।

येष्वातिथेयपरमा शमिनो भजन्ते,

नीवारमुष्टि पचना गृहिणो गृहाणि।'

उत्तररामचरितम्, 1/25

अतः मानव स्वास्थ्य की दृष्टिकोण से आहार – विहारादि की शुद्धि की अनिवार्यता सिद्ध है। आजकल व्यक्ति प्राचीन भारतीय सभ्यता, संस्कृति तथा प्राचीन काल जीवनपद्धति को विस्मृत कर अत्यन्त तीव्रगति से आधुनिक जीवनपद्धति को अपनाते जा रहे हैं। कोरोना नामक विषाणु का सक्रमण भी उसी आधुनिकता की देन है। प्राचीनकाल में जूते – चप्पलादि पहनकर रशोईघर में प्रवेश करना वर्जित था। लोग भूमि पर आसन विछाकर भोजन किया करते थे, साफ – सफाई पर पूरा ध्यान दिया जाता था। समाजिक दूरी का पालन किया जाता था। घर की स्त्रियाँ पर्दा में रहती थी तथा पुरुषवर्ग अंगोछादि का उपयोग किया करते थे। जिसका स्थान आज मास्क ने ले लिया है।

निष्कर्ष

निष्कर्षतः कहा जा सकता है कि विलुप्त होती हुई भारतीय सभ्यता, संस्कृति तथा प्राचीन काल जीवनपद्धति की कोरोना संक्रमणकाल में उपयोगिता और भी अधिक बढ़ गयी है।

सन्दर्भ ग्रंथ सूची

1. काव्यप्रकाश, 1/पृष्ठ – 11
2. काव्यप्रकाश, 1/2 (कारिका)
3. नीतिशतक/23
4. नीतिशतक/63
5. मनुस्मृति 6/92
6. कुमारसंभवम् 5/53
7. उत्तररामचरितम्, 1/8
8. अभिज्ञानशाकुन्तलम् – 3/पृष्ठ – 96
9. स्वप्नवासवदत्तम् 1/16
10. मृच्छकटिकम्, 2/162 (पृष्ठ)
11. कुमारसंभवम्, 5/2
12. श्रीमद्भगवद्गीता, 18/54
13. श्रीमद्भगवद्गीता, 4/39
14. श्रीमद्भगवद्गीता, 6/21, 22, 23
15. पूर्वमेघ/20
16. उत्तररामचरितम्, 1/25