International Journal of Sanskrit Research
अनन्ता

ISSN: 2394-7519
IJSR 2023; 9(2): 122-125
© 2023 IJSR
www.anantaajournal.com
Received: 09-01-2023
Accepted: 15-02-2023

पुष्पश्री नन्दी
संस्कृतविभागः,
वर्धमानविश्वविद्यालयः,
वर्धमानः, पश्चिमवङ्गम्,
भारतः

पुष्पिता नन्दी
संस्कृतपालिप्राकृतविभागः,
भाषाभवनम्, विश्वभारती,
शान्तिनिकेतनम्,
पश्चिमवङ्गम्, भारतः

Corresponding Author:
पुष्पश्री नन्दी
संस्कृतविभागः,
वर्धमानविश्वविद्यालयः,
वर्धमानः, पश्चिमवङ्गम्,
भारतः

दार्शनिकसम्मतः प्राणवादः

पुष्पश्री नन्दी, पुष्पिता नन्दी

DOI: https://doi.org/10.22271/23947519.2023.v9.i2b.2044

सारांश
वेद: एव भारतीयसंस्कृते: मूलाधार:। वेदस्य कान्डद्वयं स्वीकृतम्- ज्ञानं कर्म च। उपनिषद् तथा ज्ञानपरम्। यद्यपि मोक्षार्थाय ज्ञानमेव मूलं तथापि तस्यात्मज्ञानस्य साधनरूपेण कर्मयोगः स्वीकृत:। अत: ज्ञानं कर्म च परिपूरकम्। गीतायां गीयते-

"सर्वं कर्माखिलं पार्थ ज्ञाने परिसमाप्यते।" (४/३३)

जगति चेतनाचेतनश्च पदार्थद्वयं स्वीकृतम्। तत्र चेतन: प्राणवान् जीव: इति। यत्र प्राणानाम् अस्तित्वं तत्र आत्मा सुप्रकाशित:। यावत् मानवा: जीविताः तावदेव प्राणानां कार्यकारिता। प्राणहीनजीव: मृतरेव। एतेन प्राणात्मनो तादात्म्यम् अभेदत्वं वा सूच्यते। परन्तु प्राणानामुत्पत्तिः कीदृशेन सम्भवति? प्राणानाम् अवयवा: स्वीकृता:। सावयवत्वे सति प्राणानाम् अवश्यमेव जन्यत्वं स्वीकृतम्। प्राणानामुत्पत्तिविषये वेदान्तसारे निर्णीतम्- "तमप्रधानविक्षेपशक्तिमदज्ञानोपहितचैतन्यात् : :आकाश, आकाशात् वायुइत्यादिक्रमे :ण पञ्चसूक्ष्मभूतानि उत्पद्यन्ते। अत :प्राणादिपञ्चलिङ्गशरीरम् आकाशादिगतरजउत्पद्यते :अंशेभ्यो मिलितेभ्य :। शरीरे प्राणाः मुख्यविषया:। स: हृदिस्थित्वा पृथक् पृथगेव कार्यं सम्पादयति। प्राणा: मूलत: जीवशरीरे प्राणापान्समानव्यानोदाना: पञ्चवायवा: एव। प्राणा एक: एव पञ्चविभागत्वेन स्थित्वा पृथक् कार्यं सम्पादयन्ति। यथा प्राणा: इति चक्षु:शोत्रमुखनासिकाभ्यां तिष्ठन्ति। प्राणापानयो: नाभ्यां मध्ये तु समान: वायु: अशितं पीतञ्च समं नयति। सर्वदेहं संव्याप्य व्यानो वर्तते। ऊर्द्ध उदान: तथा ऊर्द्धगमनवति सुषम्नाख्या नाडी इति। न केवलं शरीराभ्यन्तरे अपि तु वहि:जगति प्राणाद्यवयवानां प्रकाशत्वम्।
परमपुरुषार्थ: मोक्षः सर्वेषां काम्य:। ब्रह्मज्ञानेन आत्मज्ञानेन वा मोक्षः प्रारब्धते। अस्मिन् चेतनशरीरे मानव: प्राणोपासनया आत्मत्वं लभते। तदेव समाधिना सम्भवम्। स्थिरचित्ते आत्मनि एकाग्रता अवश्यमेव अपरिहार्या। प्राणोपासनया प्राणात्मनो: एकात्मता जायते। प्राणशक्त्या दु:खादि परित्यज्य परमानन्दं लब्धते। तदेव मोक्षस्वरूपम्।
प्राणान् आश्रित्य आत्मा जीवे तिष्ठति। अनेन जीवात्मज्ञानेन परमात्मनं ज्ञायते। तदेव जीवानां मोक्षस्वरूपम्। तैत्तिरीयोपनिषदि श्रूयते- "सर्वमेव त आयुर्यन्ति, ये प्राणं ब्रह्मोपासते।"

कूटशब्द: वेद:, भारतीयसंस्कृते, ज्ञानं, कर्म

प्रस्तावना
उपनिषद् नाम वेदस्य ज्ञानकाण्ड:। यत्र मोक्षलाभाय आत्मतत्त्वम् आलोचितम्, आत्मज्ञानस्य साधनरूपेण कर्मयोग: स्वीकृत:। यत: कार्येण विना जीवः न तिष्ठति। गीतायां श्रूयते-

"यस्त्विन्दियाणि मनसा नियम्यारभतेऽर्जुन।
कर्मेन्द्रियैः कर्मयोगमसक्त: स विशिष्यते॥" (गीता३/७)

बृहदारण्यकोपनिषद्यपि श्रूयते- "अथाकामयमानो योऽकामो निष्काम आप्तकाम आत्मकामो न तस्य प्राणा उत्क्रामन्ति ब्रह्मैव सन् ब्रह्माप्येति।"(४/४/६)
अत्र ब्रह्मप्राप्तौ प्राणानामुपयोग: स्वीकृत:। जगति चेतनाचेतनश्च पदार्थद्वयं प्रकाशितम्। चेतन: प्राणवान् जीव: इति। येन शास्त्रे अपि श्रूयते – "यावद्वायु स्थितो तावज्जीवितमुच्यते मरणं तस्य निष्क्रान्तस्ततो वायुं निवन्धयेत्"[१] इति। अत: प्रणानां प्रामाण्यम् अनुभवेन प्रत्यक्षगोचरम्। यत्र प्राणा: वर्तन्ते तत्रैव आत्मन: सुप्रकाशत्वम्। यावत् मानव: जीवित: तावत् प्राणानामेव कार्यकारिता। प्राणेषु गतेषु जीवः मृत एव। अत उपनिषदि आम्नातम्- "प्राणो हि भुतानामायु:"[२] इति। यथा आत्महीनशरीरं मृतं तथा प्राणहीनशरीरं मृतं शवतुल्यं वा।। एतेन प्राणात्मनो: तादात्म्यम् अभेदत्वं वा सूच्यते। शङ्कराचार्येण उक्तम्- "प्राणोऽत्ता प्रजापतिरित्युक्तम्, तस्य प्रजापतित्वमञ्च अस्मिन् शरीरेऽवधारितम्"[३] इति। कौषितक्युपनिषदि श्रूयते- "प्राणो ब्रह्मेति।"[४] इति।
अपि च बृहदारण्यकोपनिषदि लक्ष्यते- 'कस्मिन्नुत्वं चात्मा च प्रतिष्टितौ स्थ इति प्राण इति"[५] इति।
जीवेषु मानवः श्रेष्ठ: इन्द्रियबुद्धिप्राणानां सुप्रकाशत्वात् ज्ञानार्थं व्यवहारात् च। मानव: सदा प्रज्ञानेन आनन्देन स्वशक्त्या भक्त्या च परमात्मना सह सयुज्यलाभार्थं चेष्टते। न केवलम् उपनिषदि संहितायामपि प्राणविषये आम्नातम्- "य: प्राणतो निमिषतो महित्वे"[६] इति अपि च "यः प्राणिति य ईं शृणोत्युक्तम्"[७] अपि च शुक्लयजुर्संहितायां स्वस्तिवचने श्रूयते- "वागेज: सहोजी महि प्राणापाणौ" इति।

प्राणसृष्टिः

प्राणाः इति पञ्च प्राण्द्या: वायव: स्वीकृता:। किन्तु सच्चिदानन्दस्वरूपं ब्रह्म निराकार: निरावयव: परमात्मा इति कथ्यते। सावयवत्वे सति प्राणानाम् अवश्यमेव जन्यत्वम्। यद्यपि प्राणा: आत्मना सह उपमीयते तथापि प्राणा: आत्मवत् न तु अजा: शाश्वता: तेषाम् उत्पत्तित्वात्। अतः कस्मात् प्राणा: जायन्ते? उपनिषदि श्रूयते- "आत्मन: एष प्राणो जायते"[८] इति। प्राणानाम् उत्पत्तिविषये वेदान्तसारग्रन्थे सदानन्दयोगीन्द्रेण निर्णीतम्- तम:प्रधानविक्षेशक्तिमदज्ञानोपहितचैतन्यात् आकाश:, आकाशात् वायु: इत्यादिक्रमेण पञ्चअसूक्ष्मभूतानि उत्पद्यन्ते। तथा च श्रुति- "तस्माद्वा एतस्मादात्मन: आकाश: सम्भूत:"[९] इति। एतेभ्य: सूक्ष्मशरीराणि उत्पद्यन्ते। तानि सप्तदशावयवानि लिङ्गशरीराणि वा। लिङ्गशरीरस्य पञ्चावायव: यथा प्राणापानव्यानोदानसमाना:। तत्रोक्तम्- "प्राणा: नाम प्राग्गमनवान् तासाग्रस्थानवर्ती"[१०] इति। एतत् प्राणादिपञ्चकम् आकाशादिगतरज: अंशेभ्य: मिलितेभ्य: उत्पद्यते। स्वामीविद्यारण्येन उक्तम्-

"पूर्णो देहे वलं यच्छन्नलक्षाणां य: प्रवर्तक:।
वायु: प्राणमयो नासौ आत्मा चैतन्यवर्जनात्॥"

उत्पत्तित्वात् प्राणा: आत्मवत् न शाश्वता:। उपनिषदि आम्नातम्- "प्रजापतिश्चरसि गर्भे त्वमेव प्रतिजायसे। तुभ्यां प्राण प्रजास्त्विमा वलिं हरन्ति य: प्राणै: प्रतितिष्टसि"[११] इति। शङ्कराचार्येणापि भाष्ये प्राणोत्पत्तिविषये उक्तम् - त्वमेव गर्भं चरसि पितुर्मातुश्च :प्रजापतिरपि स :य" सर्वदेहदेह्याकृतिच्छ ,प्रतिजायसे :प्रतिरूपद्मना एक :प्राण : :सर्वात्मासीत्यर्थ।"

प्राणस्वरूप

के प्राणा:? कुत्र वा तेषाम् अवस्थानम्? जीवशरीरे हृद्येव प्राणानां स्थानम्। उपनिषदि श्रूयते- "हृदि ह्येष आत्मा"[१२] इति। शरीरे प्राणानामेव मुख्यत्वम्। अत: श्रुयते- "तस्य प्राण एव शिर:"[१३] इति। स: हृदये स्थित्वा पृथक् पृथगेव कार्यं सम्पादयति। स: एव चक्षु:श्रोत्रादिज्ञानेन्द्रियाणां प्रेरकरूपेण शरीरे अस्ति, यथा आत्मा अपि चक्षु:श्रोत्रादीनां प्रेरक:। उपनिषदि आम्नातम्- "आत्मानं रथिनं विद्धि शरीरं रथमेव तु, बुद्धिं तु सारथिं विद्धि मन: प्रग्रहमेव च"[१४] इति। अत: प्रेरकत्वात् प्राणात्मनो: सादृश्यत्वं लक्ष्यते। प्राणा: मूलत: जीवशरीरे प्राणापानसमानव्यानोदाना: पञ्चावयव: एव। प्राणा एक: एव पञ्चविभागत्वेन पृथक्त्वेन स्थित्वा पृथक् कार्यं सम्पादयन्ति। यथा – प्राणाः इति चक्षुः श्रोत्रे मुख्नासिकाभ्यां तिष्ठन्ति। पायुपथि च अपानम्। प्राणापानयो: नाभ्यां मध्ये तु समान: वायु:, अशितं पीतञ्च समं नयति। व्यान: तु प्रणापानयो: सन्धि:। सर्वदेहं संव्याप्य व्यानो वर्तते। ऊर्द्ध: उदान: तथा एकशतानां नाडीनां मध्ये उर्द्धगमनवती सुषम्नाख्या नाडी । तया एकया ऊर्द्ध: सन् उदानवायु: आपादमस्तकं सञ्चरति। स: मानवानां पापपुण्यञ्च निर्द्धारति। अत उपनिषदि श्रूयते- "अथैकयोर्ध्व उदान: पुण्येन पुण्यं लोकं नयति, पापेन पापम्, उभाभ्यामेव मनुष्यलोकम्"[१५] इति। सदानन्दयोगीद्रेण वेदसन्तसारग्रन्थे पञ्चप्राणानां स्वरूपविषये उक्तम्- "प्राण: नाम प्राग्गमनवान् नासाग्रस्थानवर्ती। अपान: नाम अवाग्गमनवान् पाय्वादिस्थानवर्ती। व्यान: नाम विस्वग्गमनवान् अखिलशरीरवर्ती। उदान: नाम कन्ठस्थानीय: ऊर्ध्वगमनवान् उत्क्रमणवायु:। समान: नाम शरीरमध्यगताशितपीतादिसमीकरणकर:।" न केवलं शरीराभ्यन्तरे अपि तु वहि:जगति प्राणदिवायवानां प्रकाशत्वम्। यथा शरीरे प्राणाः मुख्याः तथा आदित्यैव वाह्यजगति प्राणस्वरूपः। स: हि आध्यात्मिके चक्षुषि अधिष्ठितप्राणप्रकाशेन अनुगृह्णाति। पृथिव्यां या

अभिमानिती देवता सैव पुरुषस्य अपानम् [१६]। द्यावापृथिव्यो: अन्तरा य आकाश: तत्स्थो वायु: समान: इति। तत्भिन्न: सामान्येन यो वाह्यवायु: स एव व्याप्तिसामान्यत्वात्। उदान: तु तेज: एव, य: प्रसिद्ध: सामान्य: वाह्यतेज स: हि उदान:। अत: उपनिषदि आम्नातम्- "तेजो ह वा उदान: तस्मादुपशान्ततेजा:"[१७] इति।

प्राणानां कार्यकारिता

मोक्षः परमः पुरुषार्थ इति। तदेव सर्वेषां काम्यः। ब्रह्मज्ञानेन तथा आत्मज्ञानेन मोक्षः प्रारब्धते। प्राणात्मकः सर्वशरीरस्थवायुरेव जीवानाम् आत्मत्वेन स्वीक्रियते। अस्मिन् चेतनशरीरे मानवः प्राणोपासनया आत्मतत्वं लभते। तदेव समाधिना सम्भवम्। समाध्यर्थं स्थिरचिते आत्मनि एकाग्रता अवश्यमेव अपरिहार्या , मनननिधिध्यासनानां प्रयोजनम्। चित्तस्थितिनिमित्तं श्रमण शरीररक्षार्थमेव प्राणवायोः यथायथं व्यवहारः उपयोगः वा स्वीक्रियते। तस्य अङ्गरूपेन योगशास्त्रे अष्टयोगाङ्गानि प्रसिद्धानि। तत्र महर्षिपतञ्जलिना सूत्रितम् -

यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयो"
"ऽष्टाङ्गानि।[१८]

तान्येव वेदान्तसारग्रन्थे सदानन्दयोगीन्द्रेण निर्विकल्पकसमाधेः अङ्गरूपेण गृहीतानि। तत्रोक्तम् - अस्य अङ्गानि ...निर्विकल्पकस्तु" यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यानसमाधयः।" इति। यमनियमानन्तरम् आसनेन देहस्थितिः सम्भवति। योगसूत्रे श्रुयते"स्थिरसुखमासनम्" -[१९] इति। श्वासप्रस्वासयोः निरोधेन तथा प्राणायामेन एव चित्तस्य विशुद्धिता प्राप्ता। तथाचोक्तम्**प्राणायामात् तपो न परं" - "ततो विशुद्धिर्मलानां दीप्तिश्च ज्ञानस्य।२०**
श्रीभगवता अप्युक्तम्-

यदचित्तेन्द्रियक्रियः तत्रैकाग्रं मनः कृत्वा"।
उपविश्यासने युञ्ज्याद् योगमात्मविशुद्धये।।"[२१]

शरीरे योगानुष्ठानस्य फलरूपेण सूत्रितम्-

योगाङ्गानुष्ठानादशुद्धिक्षये ज्ञाने "
"दीप्तिराविवेकाख्यातिः।[२२]

गीतायां श्रूयते-

योगस्थः कुरु कर्माणि"सङ्गं त्यक्त्वा धनञ्जय।
सिद्ध्यसिद्ध्योः समो भूत्वा समत्वं योग उच्यते।। "
(२/४८)

क्रमशः योगी एकाग्रचित्तेन स्वात्मनि ध्यनस्थः भवति। योगभाष्ये आचार्येण व्यासेन उक्तम्**तस्मिन् देशे " - ध्येयातलम्वस्य प्रत्ययस्यैकतानता सदृशः प्रवाहः प्रत्ययान्तरेणापरामृष्टोध्यानम्।"**[२३] तदेव वेदान्तसारे निदिध्यासनमेव। तत्र श्रूयते - **विजातीयदेहादिप्रत्ययरहिताद्वितीयवस्तुसजातीयप्रत्ययप्र" वाहःनिदिध्यासनम्।"** इति।

अध्यात्मोपनिषदि अप्युक्तम्-

ताभ्यां निर्विचिकित्सेऽर्थे चेतसः स्थापितस्य यत्"
एकतानत्वम् एतत् हि निदिध्यासनमुच्यते।"(१/५४)

योगसूत्रे च श्रूयते-**"तत्र प्रत्ययैकतानता ध्यानम्"** [२४] इति। तस्मात् समाधिः लब्धः तदेव योगीनां कैवल्यम्।

तत्र सूतसंहितायामुक्तम्-

सोऽहं ब्रह्म न संसारी न मत्तोऽन्यत् कदाचन।"
इति विद्यात् स्वमात्मानं स समाधिः प्रकीर्तितः।। "
(२/२०)

श्रीमद्भगवद्गीतायां श्रीभगवतोक्तम्-

तपस्विभ्योऽधि"को योगी ज्ञानिभ्योऽपि मतोऽधिकः
कर्मिभ्यश्चाधिको योगी तस्माद्योगी भवार्जुन।।"
इति।(६/४६)

प्राणोपासनया प्राणात्मनोः एकात्मता जायते। प्राणशक्तेश्च सम्यक् उपलब्धिना मानवः सुखदुःखादिं त्यक्त्वा आनन्दमयम् अमृतमयं जीवनं प्राप्यते। तदेव अमृततत्त्वम्। अतः उपनिषदिय **एवं" - विद्वान् प्राणं वेद, न हास्य प्रजा हीयतेऽमृतो भवति।** (प्रश्नोपनिषद्- ३/११) इति।

उपसंहार

प्राणमाश्रित्य आत्मा जीवे तिष्ठति। अत उपनिषदि आम्नातम् **न प्राणेन" -नापानेन मर्त्यो जीवति कश्चन।"**[२५] इति। प्राणतत्त्वमाश्रित्य देहादात्मा भिन्नदेहे प्रतिगच्छति , मनःशरीरञ्च धारयति। अतः श्रीभगवता कथितम्-

वि वासांसि जीर्णानि यथा"हाय नवानि गृह्णाति
नरोऽपराणि।
तथा शरीराणि विहाय जीर्णान्यन्यानि संयाति नवानि
देही।।"[२६]

प्राणहीनशरीरं मृतत्वात् ब्रह्मज्ञाने न सक्षमम्। प्राणयुक्तदेहे एव आत्मोपलब्धिः भवति। सच्चिदानन्दं ब्रह्म निराकात्वात् निरूपत्वात् निर्गुणात्वात् च नापि उपास्ययोग्यम्। अतः सगुणत्वात् प्राणैव ब्रह्मरूपेण उपास्यते। प्राणानां सम्यक् ज्ञानेन स्वात्मनि जीवाः एकीभवन्ति। अनेन जीवात्मनः ज्ञानेन परमात्मनं ज्ञायतेतदेव जीवानां मोक्षः। , **ये प्राणं ,सर्वमेव तु आयुर्यन्ति"** -तैत्तिरीयोपनिषदि श्रूयते **ब्रह्मोपासते।"**(२/३/१) इति।

सन्दर्भसूची

१. घेरण्यसंहिता
२. तैत्तिरीयश्रुतिः
३. प्रश्नोपनिषद् भाष्यम्(२/१)
४. कौषितक्युपनिषद् २/२/१
५. वृहदारण्यकोपनिषद् ३/९/१६
६. हिरण्यगर्भसूक्तम् १०/११२/३
७. देवीसूक्तम् १०/१२५/४
८. प्रश्नोपनिषद् ३/३
९. तैत्तिरीयोपनिषद् १/२/३
१०. वेदान्तसारः
११. प्रश्नोपनिषद् २/७
१२. प्रश्नोपनिषद् ३/६
१३. तैत्तिरीयोपनिषद् २/२
१४. कठोपनिषद्
१५. प्रश्नोपनिषद् ३७
१६. पृथिव्यां या देवता सैषा पुरुषस्यापानमवष्टभ्य (प्रश्नोपनिषद्३/८)
१७. प्रश्नोपनिषद्३/९
१८. योगसूत्रम् २/२९
१९. योगसूत्रम् २/४६
२०. तस्मिन् सति श्वासप्रश्वासयोर्गतिविच्छेदः प्राणायामः। (योगसूत्रम् २/४९)
२१. श्रीमद्भगवत्गीता ६/१२
२२. योगसूत्रम् २/२८
२३. व्यासभाष्यम् ३/२
२४. योगसूत्रम् ३/२
२५. कठोपनिषद् २/२/५
२६. श्रीमद्भगवत्गीता २/२२

ग्रन्थपञ्जी

पाल विपदभञ्जन, 'वेदान्तसारः'
मुखोपाध्याय सतीशचन्द्र, 'उपनिषद् ग्रन्थावली'
शङ्कराचार्य, 'उपनिषद्भाष्यम्'
स्वामी गम्भीरानन्द, 'उपनिषद्ग्रन्थावली'
स्वामी विद्यारण्य, 'व्यासदर्शनम्'
सेन अतुलचन्द्र, तत्त्वभूषण सीतानाथ घोष, महेशचन्द्र, 'उपनिषद् (अखण्डसंस्करणम्)'
वन्द्योपाध्याय कनकप्रभा, 'सांख्य-पातञ्जलदर्शनम्'