Shodhshauryam, International Scientific Refereed Research Journal
Available online at : **www.shisrrj.com**
OPEN ACCESS
© 2024 SHISRRJ | Volume 7 | Issue 5
ISSN : 2581-6306
doi : https://doi.org/10.32628/SHISRRJ

भारतीयज्ञानपरम्परासु शिक्षाप्रोक्तदिनचर्या

Dr. Girijaprasad Shadangi
HoD, Associate Professor, Dept of Samaveda, Sri Venkateswara Vedic University, Tirupati

Article Info

Accepted : 05 Oct 2024
Published : 30 Oct 2024

Publication Issue :
September-October -2024
Volume 7, Issue 5

Page Number : 51-54

शोधसार:- भारतीया: ज्ञानरता:। ज्ञानं तु सरस्वत्या: करुणया एव प्राप्तुं शक्यते, नान्यथा। विद्योपासका: सरस्वत्या: वरुपुत्रेत्युच्यन्ते। एतेषां जीवनं परम्परानुगतं दिनचर्यया व्यवस्थिता: भवति। पिता– माता– गुरुरेतेषां सर्वोपरि भवन्ति। शास्त्रानुसारं जीवनयापनं कुवन्त: सन् अध्ययनोपासनायां निरता: स्वजीवनं धन्यं मन्यन्ते। प्रकृत्यनुगुणाचरणं शरीरस्य क्षेमाय भवति। तेन मानव: स्वस्थ: सन् दीर्घायु:,विद्वान्, धनी भूत्वा यश–कीर्तिं सम्पाद्य परमपदं प्राप्नोति। उच्यते खलु–"भीषास्मात् वात: पवती"ति, परमात्मन: भयेन समीर: वहति, सूर्य: समये उदेति इत्यादि। आशयस्तावत् स्वकर्मनिरता: भवेयु:, जीवनसाफल्यं कुरूत्यर्थ:।। अस्माकं पूर्वजा: आचार्या: ऋषय: मुनय: एतदर्थं बहव: शिक्षादिग्रन्था: विरचिता:। तदाधारीकृत्य दिनचर्या विधेया इति।।

कुञ्चिकापदानि– शिक्षा, शारीरिकं, मेधाजननं, विद्याग्रहणं, नित्यकर्म, विद्याध्ययनकाल:, वायुमण्डलम्, कण्टकवृक्षा:, त्रिफला, नारद:।

प्रस्तावना- जानन्ति खलु भारतीया: ज्ञानरता:। षडङ्गादिसहितवेदादिज्ञानराशेराविर्भाव: मानवजाते: सर्वविधकल्याणाय आचार्यै: ऋषिभिश्च कृतम्। षडङ्गेषु शिक्षाया: स्थानं सर्वोपरि। ज्ञानपरम्पराया: आचार्यपरम्परायाश्च आनूचानतया बोधनं विधिविधानञ्च शिक्षाया: मूलोद्देश्यम्। अनन्तं शास्त्रं ज्ञानं च विपुलं कालश्च अत्यल्प: कथं वा अधीतव्यं तद्विषये उच्यते–

अनन्तशास्त्रं बहुलाश्च विद्या अल्पश्च कालो बहुविघ्नता च।
यत्सारभूतं तदुपासनीयं हंसो यथा क्षीरमिवाम्बुमध्यात्।।

शिक्षा काचित् सामाजिकप्रक्रिया अस्ति, या मानवविकासस्य प्रक्रियारूपेण जीवनपर्यन्तं निरन्तरं भवति। शिक्षाद्वारा एव मानव: सभ्य: सुसंस्कृत: नागरिक: भवति। यथा शारीरिकविकासाय भोजनं महत्वपूर्णं तथैव सामाजिकविकासाय शिक्षा महत्वपूर्णा। शिक्षा एकं कौशलम्। यस्य कारणादस्माकं जीवनयात्रा सुलभा भवति। शिक्षा अस्मान् साक्षरं करोति। शिक्षाविहीन: राक्षस: जायते। असारसंसारसागरादुद्धर्तुं विद्यारूपनौका एक कारणीभूता। अत्र पत्र तस्या: प्राप्तिकाल:, नित्यकर्मणि लाभ:, मेधाजननस्योपाया:, गुरो:सकाशात् विद्याग्रहणं, शिक्षास्वरूपं, वर्णवैशिष्ट्यं, वेदस्योच्चारणनियमा: अन्ते निष्कर्षरूपेण समाजं प्रति शिक्षाया: अवदानं प्रतिपादितम्।।

विद्याध्ययनकाल:- सूर्योदयात्पूर्वं ब्राह्ममुहूर्तं विद्याभ्यासार्थं सर्वोत्कृष्टं कालं मन्यते। नारदेनोच्यते – "उषसि ब्रह्म चिन्तयेदि"ति[1] ब्राह्मे मुहूर्ते उत्तिष्ठेत् स्वस्थो रक्षार्थमायुष:[2]। ब्राह्मे मुहूर्ते या निद्रा सा पुण्यक्षयकारिणी। वैज्ञानिकसंशोधनेन ज्ञातं यत् ब्रह्ममुहूर्ते

Copyright © 2024 The Author(s): This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution **4.0 International License (CC BY-NC 4.0)**

वायुमण्डलं प्रदूषणमुक्तं भवति । अस्मिन् समये वायुमण्डले प्राणवायुः (श्वासवायुः) सर्वाधिको भवति, यः फुफ्फुसस्य शुद्ध्यर्थं महत्त्वपूर्णो भवति शुद्धवायुं प्राप्य मनः मस्तिष्कं च स्वस्थं भवति ।

शोधकार्यैः ज्ञातं यत् ब्रह्ममुहूर्ते 41 प्रतिशतं प्राणवायुः, प्रायः 55 प्रतिशतं नाइट्रोजनं, 4 प्रतिशतं कार्बनडाय–आक्साइड्–वायुश्च भवति । सूर्योदयानन्तरं वायुमण्डले प्राणवायुः न्यूनः भवति, कार्बनडाय–आक्साइड् च वर्धते ।

आयुर्वेदस्य मते अस्मिन् समये प्रवहमानः वायुः अमृतसदृशः इति कथ्यते । ब्रह्ममुहूर्तसमये जागरणं गमनं च शरीरे जीवनदायीनीं प्रावेशयति। अयं समयः अध्ययनार्थं श्रेष्ठः इति कथ्यते, यतः यदा वयं प्रातःकाले रात्रौ विश्रामं कृत्वा जागरणं कुर्मः तदा शरीरं मनः च ऊर्जावत् नवीनं च तिष्ठति। प्रातःकाले अम्लजानवायोः स्तरः अपि अधिकः भवति, अतः मस्तिष्काय अतिरिक्तां ऊर्जां प्रददाति यस्य कारणात् अध्ययनं कृतानि वस्तूनि स्मृति–पटले सहजतया संगृहीतानि भवन्ति ।

दन्तधावने लाभः- प्रातरुत्थानानन्तरं शौचादिनित्यकर्म तथा दन्तधावनं क्रियते। तदर्थं आम्र–पलाश–बिल्व अपामार्ग–शिरीश–खदिर–कदम्ब–करवीर–करञ्जादिभिः सर्वैः कण्टकवृक्षैः दन्तधावनेन मुखे विद्यमान जिह्वा–दन्तादीनां शुद्ध्या, कफविहीनकण्ठः कम्पादिरहितो भूत्वा मधुरतया वर्णानुच्चारयितुं क्षमो भवति[3]। कथ्यते शिक्षायाम्–

खदिरश्च कदम्बश्च करवीरकरञ्जयोः।
सर्वे कण्टकिनः पुण्याः क्षीरिणश्च यशस्विनः।।
तेनास्यकरणं सौक्ष्म्यम्माधुर्यञ्चोपजायते।
वर्णाश्च कुरुते सम्यग् प्राचीनौदव्रजिर्यथा।।[4]

खदिरः कुष्ठघ्नः, कण्डूघ्नः एवं ज्वरघ्नः। कफनाशकः, दन्तरोगान्मुक्तिं ददाति। तिक्त कषायत्वात् शरीरस्थं कफं पित्तं च शामयति। एवमेव अन्येषां विशेषगुणधर्मकारणात् प्रातरुत्थानादनन्तरं दन्तधावने विनियुज्यते।

मेधाजननस्योपायाः- स्नानादिनित्यकर्मानन्तरं विद्याभ्यासः क्रियते। विद्यायाः धारणार्थं मेधा परमावश्यकी। वेदे तु मेधा देवीरूपेण स्तूयते। मेधासूक्तं, नारायणोपनिषद्. कृष्णयजुर्वेद,तैत्तिरीयोपनिषदि चतुर्थ प्रश्ने। मेधाजननार्थं शिष्यः अथवा बालः त्रिफलां लवणाख्येन युतां भोजनावसरकाले सायं भक्षयेत्। अनेन जाठरमग्निं बुद्धिञ्चैषा जनयति। अग्निपाटवं स्वरवर्णसौष्टवं भवतीति।

उच्यते नारदीये याज्ञवल्क्ये च शिक्षाग्रन्थे–

त्रिफलां लवणाख्येन भवेच्छिष्यस्य सर्वदा।
अग्निमेधाजनन्येषा स्वरवर्णकरी तथा।।[5]

आँवला,हरितकी,बिभीतकी च त्रिफला उच्यते। आयुर्वेदानुसारम् एषा महौषधत्वेन कथ्यते। शौचादिकर्मानुष्ठानाद्वियुक्तः सन् विद्यार्थी मधुघृतसेवनं कृत्वा अध्ययनरतो भवेत्।

गुरोः सकाशात् विद्याध्ययनम्

विद्यायाः अध्ययनार्थं गुरोः समीपं गन्तव्यम्। वर्ण-स्वर-उच्चारण-अर्थ-तद्भावं च गुरुः शिष्यं बोधयति। अन्यथा विद्या फलवती न भवति। उच्यते शिक्षायां-

पुस्तकप्रत्ययाऽधीतन्नाधीतं गुरुसन्निधौ।
न भ्राजते सभामध्ये जारगर्भा इव स्त्रियः॥[6]

गुरोः सकाशादध्ययने विद्या निर्दुष्टा भवति। गुकारस्त्वन्धकारः रुकारस्तन्निरोधकः अज्ञानरुपान्धकारात् गुरुः ज्ञानरूपम् आलोकं प्रदर्शयति। तेन जीवनसाफल्यं भविष्यति।

भाषास्वरूपम्- जीवननिर्वहणार्थं भाषा आवश्यकी। सा भाषा शब्दात्मिका साङ्केतिकत्मिका द्विविधा। मुख-जिह्वा-नासिका-अधर-दन्त-तालु-नासिकादिस्थानेभ्यः उच्चारितानि अक्षराणि शब्दात्मिकाभाषात्वेन कथ्यन्ते। तथैव शरीरस्य अङ्गप्रत्यङ्गद्वारा सङ्केतं दत्वा सृष्टसाङ्केतिकभाषा अपि सार्वजनिकप्रयोजनाय प्रयुक्ता भवति। उच्यते खलु-

कृष्टस्य मूर्धनि स्थानं ललाटे प्रथमः स्वरः।
भ्रुवोर्मध्ये द्वितीयस्तु तृतीयस्तु तु कर्णयोः॥
कण्ठस्थानञ्चतुर्थस्य मन्द्रस्य रसनोच्यते।
अतिस्वारस्य नीचस्य हृदि स्थानं विधीयते॥[7]

अनेन स्पष्टं भवति यत् भाषायाः प्राथम्यं स्वरादारभ्य सङ्केतं, सङ्केतादारभ्य वर्णस्योत्पत्तिः। तदनु भाषायाः कल्पना मानवैः प्राप्ता अस्ति। मनुष्यशरीरस्य नाभिप्रेदशात् वायुः उत्पद्यते। तद्वायुः नासां, कण्ठं, शीर्षं, हृदयं, ललाटं उरुं, तालु, जिह्वां दन्तान् च संश्रितः षड्जादिस्वराणामुत्पत्तिं करोति। स्वरमाध्यमेन स्वभावं व्यक्तीकृत्य लोके जीवति। वर्णमाध्यमेन पदादीनां उपयोगे लोकव्यवहारनिपुणो भवति॥

वर्णानामुच्चारणनियमाः- मनुष्यस्य वाण्याः पृथक्प्रयत्नजाभ्यां भागाभ्यां तादृशैर्भागैर्वापि रहितः स्वतन्त्रेण यत्नेन निर्वर्त्यः शब्दविशेषो वर्णः। ध्वनेः स्वरूपविशेषो हि वर्णः। वर्णो वृणोतेः[8] नारदीये वर्णानां प्रयोगविषये कथ्यते-

यथा व्याघ्री हरेत्पुत्रान् दंष्ट्राभिर्न च पीडयेत्।
भीता पतनभेदाभ्यां तद्वाद्वर्णान् प्रयोजयेत् ॥
एवं वर्णा प्रयोक्तव्याः नाव्यक्ता न च पीडिताः।
सम्यक् वर्ण प्रयोगेण ब्रह्मलोके महीयते॥[9]

ज्ञानस्योपयोगः ब्रह्मप्राप्तये इति कथनस्याभिप्रायः। शिक्षायाः प्रचारप्रसारार्थं पाणिनी, लोमशी, गौतमः, नारदः, याज्ञवल्क्यादयः मुनयः आचार्याश्च शिक्षाग्रन्थान् विरचिवन्तः। तान्येव अस्माकं मार्गदर्शकरूपेण स्वीकृत्य ज्ञानविज्ञानस्य तत्वं ज्ञातुं पारयामः।

निष्कर्षः- विष्णुपुराणे कथ्यते "सा विद्या या विमुक्तये"। शिक्षा अन्धकारे प्रकाशस्य किरणः अस्ति। एषा जीवनस्य आशा विश्वासञ्च। शिक्षा प्रत्येकस्य मानवस्य मौलिकः अधिकारः, अस्य अङ्गीकारे सुशिक्षितः युवा देशस्य भविष्यं निर्माति । अशिक्षितः मानवतायाः समाजस्य कृते च भाररूपेण गण्यते। अस्माकं सर्वेषां कृते उज्ज्वलभविष्यस्य कृते शिक्षा अत्यावश्यकं साधनम्। एतस्य शिक्षासाधनस्य उपयोगेन जीवने यत्किमपि उत्तमं साधयितुं शक्नुमः। उच्चस्तरस्य शिक्षा जनानां सामाजिकपारिवारिकसम्मानं विशिष्टपरिचयं च प्राप्तयितुं साहाय्यं करोति। शिक्षासमयः सामाजिकतया व्यक्तिगततया च सर्वेषां कृते अतीव महत्त्वपूर्णः समयः अस्ति। जीवने व्यक्तिं भिन्नस्तरं प्रति नयति, सद्भावस्य विकासं च करोति । उच्यते खलु "विद्या विनयोपेता हरति न चेतांसि कस्य मनुजस्य"[10]। इति शम्॥

पादटिप्पणी:-

1. ना.शि.2.8.1
2. अष्टाङ्ग हृदय सूत्र 2.1
3. ना.शि.2.8.4-5
4. ना.शि.2.8.4-5
5. ना.शि.2.8.6, या.शि.36
6. ना.शि.2.8.19
7. ना.शि.1.7.1-2
8. निरुक्त: 2.1.3
9. ना.शि.2.8.32-33
10. सुभाषितम्

परिशीलितग्रन्था:-

1. नारदीयशिक्षा, सत्यव्रतसामश्रमी, कोलकत्ता, 1947
2. याज्ञवल्क्यशिक्षा, डा. नारायणदत्तशर्मा, इन्दिरागान्धीराष्ट्रीयकलाकेन्द्र,2018
3. भगवद्गीता- गीताप्रेस, गोरखपुर, 1990
4. शिक्षासंग्रह:-वाराणसी,वर्ष:-1893
5. नारदीयशिक्षा-शिवराज आचार्य कौण्डिन्यायन, चौखम्बा विद्याभवन, वाराणसी, 2008
6. नारदीयशिक्षा- श्री नारायणस्वामी दीक्षित, मैसूर, 1949
7. निरुक्तम्- पण्डित शिवदत्त शर्मा,, खेमराज श्रीकृष्णदास मुम्बई, संवत् 1969
8. अष्टाङ्गहृदयम्- कर्ता वाग्भट्ट:,संपादकृ- आर् विद्यानाथ, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, वाराणसी, 2013
9. नारायणोपनिषद्, डा जमुनापाठक:, चौखम्बा संस्कृत सीरीज आफिस, वाराणसी,
10. कृष्णयजुर्वेद तैत्तिरीयोपनिषद 4 प्रश्न: