वैदिक प्राणविद्या : एक आलोचनात्मक अध्ययन

कानपुर विश्वविद्यालय की पी-एच० डी० उपाधि हेतु प्रस्तुत

शोध-प्रबन्ध

निर्देशक :

डॉ० महेन्द्रकुमार शर्मा

एम० ए०, पी-एच० डी०

संस्कृत-विभागाध्यक्ष

डी० बी० एस० कालेज, कानपुर

शोधकर्त्री :

कु० ज्योत्स्ना शर्मा

एम० ए०, बी० एड०

वैदिक प्राणविद्या : एक आलोचनात्मक अध्ययन

कानपुर विश्वविद्यालय की पी-एच० डी० उपाधि हेतु प्रस्तुत

शोध-प्रबन्ध

पर्यवेक्षक :

डॉ० महेन्द्रकुमार वर्मा

एम० ए०, पी-एच० डी०

संस्कृत-विभागाध्यक्ष

पी० पी० एन० कालेज, कानपुर

Dr. Rajlakshmi's Copy

शोधकर्त्री :

कु० ज्योत्स्ना शर्मा

एम० ए०, बी० एड०

विषय - सूची

अध्याय	विषय	पृष्ठ संख्या
प्रथम अध्याय	प्राण-परिभाषा, प्राण की उत्पत्ति, प्राण का व्यापक रूप, प्राण का वैयक्तिक संस्थान- प्राण, अपान, समान और उदान.	
	प्राण और वायु, वायु और वात	
	वायु के विविध रूप-मरुत, मातरिश्वा, रुद्र आदि	
	प्राण और सूर्य-सूर्य की ऊर्जा, प्रजा की प्राणवत्ता	
द्वितीय अध्याय-	वेद में प्राण शब्द का प्रयोग-	
	अथर्ववेदीय प्राण सूक्त	
	ऋग्वेद में प्राण	
	प्राण शक्ति और शरीर	
	प्राण शक्ति और ब्रह्माण्ड	
तृतीय अध्याय-	प्राण और ब्रह्म-	
	ऋत और प्राण	
	प्राण और हृदय	
	हृदय से निकली सौ नाड़ियाँ, एक सुषुम्ना,	
	सौ नाड़ियों के बहत्तर करोड़ रूप.	
चतुर्थ अध्याय-	प्रश्नोपनिषदीय प्राण विद्या-प्राण और	
	रयि, दिन-रात्रि, उत्तरायण, दक्षिणायण,	
	शुक्लपक्ष-कृष्णपक्ष.	

अध्याय	विषय	पृष्ठ संख्या
	योगदर्शन और प्राण योग के आठ अंगो में प्राण का महत्त्व.	
पंचम अध्याय-	प्राण और वैज्ञानिक एनर्जी- प्राण और परमाणु, न्यूक्लियस, एलक्ट्रोंस, प्रोटोंस आदि । प्राणशक्ति और अन्तरिक्ष विद्युत रश्मि, सौर रश्मि, मरूतरश्मि. ग्रही में प्राण की सत्ता. ।	
षष्ठ अध्याय-	प्राण के दस भेद- प्राण, अपान, समान, व्यान, उदान, नाग, कूर्म, कृकल, धनन्जय, देवदत्त- इनके द्वारा शक्ति और स्वास्थ्य का सम्पादन, शरीर के बाह्य एवं अन्तरंग संस्थानों का उन्नयन. बामनिलय में मल एकत्रीकरण, दक्षिण निलय द्वारा शुद्धीकरण, हृदय द्वारा शरीर में संचारण.	
सप्तम अध्याय-	वेद के आधार पर दशविध प्राणों का निरूपण- प्राण का जीवन-प्रदायक रूप, अपान द्वारा निराकरण.	
अष्टम अध्याय-	उदान का विशेष कार्य- उदान का अर्थ और प्रायोगिक परीक्षण.	

अध्याय-	विषय	पृष्ठ संख्या
	मस्तिष्क का आज्ञाचक्र और उससे सहस्त्रार तक ऊर्ध्वारोहण.	
नवम अध्याय-	वैदिक प्राणविद्या का परवर्ती साहित्य पर प्रभाव.	
	हठयोग लययोग (नादकीय)	
	पश्चिमी प्रदेशों में प्राणविद्या का प्रचार	
	पूर्व तथा पश्चिम में अध्यात्म केन्द्रों की स्थापना.	
	उपसंहार	
	ग्रन्थानुक्रमणिका.	

======

प्राक्कथन

वेद विश्ववाङ्मय के अमूल्य रत्न हैं । भारतीय मनीषियों की यह अवधारणा है कि वेद सर्व प्राचीन हैं और इनका रचयिता संसार का सर्जक परब्रह्म ही है । भारतीय मनीषियों ने इनकी भूरि भूरि प्रशंसा की है । महर्षियों का कहना है कि जो द्विज वेदों का अध्ययन न करके अन्य विद्याओं का अध्ययन करता है वह शूद्रत्व को प्राप्त हो जाता है –

यो नधीत्यधिजो वेदमान्यत्र करुते श्रमम् ।
स जीवनेव शूद्रत्व माशु गच्छति सन्वयः ।।

भारतीय मनीषियों वेदों की निन्दा सहन नहीं कर सकते हैं अतएव वेद निन्दक को नास्तिक कहा गया है–

"नास्तिको वेदनिन्दकः ।"

पाश्चात्य मनीषियों ने भी वेदों का अध्ययन कर उनके महत्व को स्वीकार किया है । उन्होंने अनेक क्षेत्रों में वेदो की श्रेष्ठता एवं महत्ता को निरूपित किया है ।

वैदिक वाङ्मय के कुछ अंशों के अध्ययन का सौभाग्य हमे स्नातकोत्तर कक्षा में प्राप्त हुआ इससे हम इसके निगूढ़ आध्यात्मिक विषयों से अत्यधिक प्रभावित हुए । हमें ऐसा प्रतीत हुआ कि इसके एक एक विषय गहन अध्ययन एवं अनुसंधान की अपेक्षा रखते हैं । अतएव इस भाव से प्रेरित होकर हमने अपने शोध कार्य के लिए वैदिक "प्राणविद्या" इस विषय को चुना ।

यद्यपि हमारे लिए यह विषय अत्यन्त क्लिष्ट निगूढ़ था तथापि गुरुजनों की प्रेरणा एवं उत्साह एवं धैर्य के साथ इस विषय पर अध्ययन प्रारम्भ किया । वस्तुतः इस गंभीर एवं महत्त्वपूर्ण कार्य के लिए हम कालिदास के शब्दों में यही कहेंगे–

"मन्दः कविः यशः प्रार्थी गमिष्याम्युपहास्यताम् ।
प्रांशु लभ्ये फले लोभादुद्बाहुरिव वामनः ।

वस्तुतः इस शोध कार्य के श्रीगणेश और संवर्द्धन में मनीषी प्रवर श्रद्धेय डा० मुंशीराम शर्मा "सोम" का पूर्ण सहयोग रहा । उन्हीं के शुभाशीर्वचन हमारे लिए प्रेरणा बनते रहे और उनके कृपापूर्ण निर्देशन से हम इस क्षेत्र में प्रवृत्त हो सके ।

हमारे शोध पर्यवेक्षक डा० महेन्द्र कुमार वर्मा ने मार्गदर्शन कर इस कार्य को पूर्ण कराया है अतः उनके प्रति हमारा आभार प्रकट करना सर्वथा स्वाभाविक है ।

इस कार्य के सम्पादन में डा० शिव बालक द्विवेदी, प्राध्यापक संस्कृत विभाग, डी०ए०वी०कालेज, कानपुर, अभूतपूर्व योगदान रहा है । उन्होंने अपने व्यस्त समय में से हमारे शोध कार्य के लिए समय निकाल कर विधिवत् सहयोग किया है । इस क्षेत्र में हम जब कभी भी निराश या खिन्न हुए तो उन्होंने अपने पूर्ण सहयोग द्वारा हमारी निराशा और खिन्नता का समूल उन्मूलन कर दिया । वस्तुतः उनके स्वाभाविक विद्यानुराग एवं सहज शोधाध्ययन प्रवृत्ति ने हमें अत्यधिक उत्साहित किया ।

उनका वास्तविक निर्देशन हमें शोधाब्धि से पार करने में श्रेष्ठ तरि सांख्यीय "नौका" रहा है, या हम यों कह सकते हैं कि इस शोध रूपी सांख्यीय सृष्टि में उनका प्रोत्साहन एवं मार्गदर्शन प्रकृति पुरुष का सम्पृक्त योगदान है । जिसे कभी विस्मृत नहीं किया जा सकता है । साथ ही साथ डा० द्विवेदी ने मेरे इस लेख का संशोधन करने तथा शोध कार्य को सफल बनाने में भी मुझे जो पूर्ण सहयोग प्रदान किया है उसके लिए मैं सदैव आभारी रहूँगी । इसके अतिरिक्त मैं डा० बाबूराम पाण्डेय, डा० विजय पाल शास्त्री, डा० श्रीमती विजय लक्ष्मी त्रिवेदी, डा० सुधा पाण्डेय की भी आभारी हूँ, जिन्होंने समय समय पर शोध सामग्री की उपलब्धता के स्रोत बताकर मुझे आगे बढ़ने में सहायता प्रदान की । अतः मैं उनको आभार प्रकट करती हूँ ।

हमें अपने पिता जी की आभारी हूँ जिनके आशीर्वाद और इच्छा से हम परम्परागत शोध विषयों से हटकर इस नये विषय से संबद्ध शोध कार्य को पूरा करने में सफल हो सकी ।

मैं अपनी मम्मी श्रीमती एस०के०शर्मा के प्रति आभार प्रकट करती हूँ, जिन्होंने प्रारंभ से ही शिक्षा के प्रति मेरी रुचि उत्पन्न की और हमेशा ही उच्चशिक्षा प्राप्त करने के लिए हमें प्रोत्साहित किया । यद्यपि यह दुर्गम विषय मेरी क्षुद्र बुद्धि द्वारा पूर्ण किया जाना असंभव सा लगता था लेकिन मेरी मम्मी मुझे हमेशा इस शोध कार्य को पूर्ण करने के लिए उत्साहित करती रहीं । जिनकी प्रेरणा और सहयोग से मुझे बहुत बल मिला और मैंने आज बहुत सी बाधाओं को पारकर कठिन परिश्रम द्वारा इस शोध विषय को पूर्ण किया । अतः मैं उनकी हमेशा ऋणी रहूँगी । इसके अतिरिक्त मैं श्री प्रमिल शर्मा, श्री कमल शर्मा जो मेरे भाई हैं उनके प्रति मैं आभार प्रकट करती हूँ जो अपने अमूल्य और व्यस्त समय से मुझे शोध संबंधी पुस्तकों हेतु समय समय पर बाहर ले गये और इस शोध विषय संबंधी सामग्री एकत्र करने में पूर्ण सहयोग प्रदान किया । मैं अपनी बहनों (शालिनी, मालिनी, शामिनी और रूपा) का भी आभार प्रकट करूंगी, जिन्होंने शोध विषय को पूर्ण करने में मेरी हर संभव सहायता प्रदान की ।

मैं रोटेरियन श्री रामनाथ महेन्द्रा जो कि रोटरी क्लब आफ कानपुर के भू०पू० अध्यक्ष हैं, उनके प्रति अपना आभार प्रकट करती हूँ, जिन्होंने शिक्षा के अतिरिक्त समय समय पर अपने क्लब द्वारा शिक्षेतर गतिविधियां EXTRA CURRICULAR ACTIVITIES आयोजित करके मुझे आगे बढ़ने का अवसर दिया जिसके द्वारा आयोजित वाद-विवाद, प्रश्नोत्तर जैसी गतिविधियों ACTIVITIES में भाग लेकर मैंने प्रथम व द्वितीय पुरस्कार PRIZES प्राप्त किये जिसके आधार पर महेन्द्रा जी ने मेरा नाम छात्र वृत्ति के लिए मनोनीत किया । अतः मैं उनकी हमेशा कृतज्ञ रहूँगी । इसके अतिरिक्त मैं (दिलीप मिश्रा) की भी आभारी हूँ जिन्होंने मेरा टंकण कार्य बहुत ही निष्ठा और परिश्रम से किया ।

इस शोध कार्य की सम्पन्नता में सरस्वती पुस्तकालय, सम्पूर्णानन्द विश्वविद्यालय वाराणसी, पुस्तकालय डी०ए०वी० कालेज कानपुर, ए०एन०डी०कालेज,

पी०पी०एन०कालेज, बी०एस०एस०डी०कालेज, आर्य समाज लाइब्रेरी कानपुर आदि पुस्तकालयों के व्यवस्थापकों एवं कार्यकर्ताओं ने हमें पूर्ण सहयोग प्रदान किया है जिसके लिए मैं उनकी आभारी हूँ । सर्व-कार्य

यदि हमारे इस शोध प्रबंध में कोई त्रुटि रही हो तो उसके लिए हम विद्वज्जनों से क्षमा प्रार्थी हूँ । बुद्ध जनों के अमूल्य परामर्श सदैव आमंत्रित है, जिनसे यह कार्य निश्चित ही पूर्णता को प्राप्त कर सकेगा ।

अन्त में इस शोध रूपी यज्ञ में प्रत्यक्ष या परोक्ष आहुति निक्षिप्त करने वाले सभी बुधजनों एवं सहयोगियों के प्रति हम हार्दिक कृतज्ञता ज्ञापित कर रही हैं ।

गुरु पूर्णिमा

संवत् 2043

कु० ज्योत्स्ना

विषय सूची

अध्याय		पृष्ठ संख्या
प्रथम	प्राण परिभाषा, प्राण की उत्पत्ति, प्राण का व्यापक रूप, प्राण का वैयक्तिक संस्थान, प्राण अपान, समान और उदान ।	1-19
	प्राण और वायु वायु और वात	20-23
	वायु के विविध रूप-मरुत, मातरिश्वा , रुद्र आदि	24-28
	प्राण और सूर्य-सूर्य की ऊर्जा, प्रजा की प्राणवत्ता	29-30
द्वितीय-	वेद में प्राण शब्द का प्रयोग	
	अथर्ववेदीय प्राण सूक्त	42-60
	ऋग्वेद में प्राण	61-62
	प्राण शक्ति और शरीर	63-65
	प्राण शक्ति और ब्रह्माण्ड	66-69
तृतीय-		73
	प्राण और ब्रह्म	74-80
	ऋत और प्राण	
	प्राण और हृदय	81-83
	हृदय से निकली सौ नाड़ियाँ, एक सुषुम्ना, सौ नाड़ियों के बहत्तर करोड़ रूप	83-84
चतुर्थ-	प्रश्नोपनिषदीय प्राण विद्या-प्राण और रयि, दिन-रात्रि, उत्तरायण, दक्षिणायन, शुक्लपक्ष-कृष्णपक्ष	85-96
	योगदर्शन और प्राण	97-101
	योग के आठ अंगों में प्राण का महत्व	102-107

अध्याय		पृष्ठ संख्या
पंचम-	प्राण और वैद्युतिक एनर्जी	108-114
	प्राण और परमाणु न्यूक्लियस, इलेक्ट्रोन, प्रोटोन आदि	115-116
	प्राण शक्ति और अन्तरिक्ष विद्युत रश्मि, सौररश्मि, मरुतरश्मि,	117-120
	ग्रहों में प्राण की सत्ता	121-124
षष्ठ-	प्राण के दस भेद-प्राण, अपान, समान, व्यान, उदान, नाग, कूर्म, धनंजय, देवदत्त- इनके द्वारा शक्ति और स्वास्थ्य का सम्पादन, शरीर के बाह्य एवं अंतरंग संस्थानों का उन्नयन.	125-134
	वामनिलय में रक्त एकत्रीकरण, दक्षिण निलय द्वारा शुद्धीकरण, हृदय द्वारा शरीर में संचारण.	135-137
सप्तम-	वेद के आधार पर दशविध प्राणों का निरूपण	138-140
	प्राण का जीवन-प्रदायक रूप, अपान द्वारा निराकरण	141-147
अष्टम-	उदान का विशेष कार्य	148-149
	उदान का अर्थ और प्रायोगिक परीक्षण	150-151
	मास्तिष्क का आज्ञाचक्र और उससे सहस्रार तक ऊर्ध्वारोहण	151-161
नवम-	वैदिक प्राण विद्या का परवर्ती साहित्य पर प्रभाव	162-176

हठयोग, लययोग।नादयोग।
पश्चिमी प्रदेशों में प्राण विद्या
का प्रचार. 177-179

पूर्व तथा पश्चिम में
अध्यात्म केन्द्रों की स्थापना 180-212

उपसंहार 213-245

========

वैदिक प्राण-विद्या एक आलोचनात्मक अध्ययन

वैदिक

प्रथम अध्याय

प्राण- परिभाषा, प्राण की उत्पत्ति
प्राण का व्यापक रूप,
प्राण का वैयक्तिक संस्थान-प्राण, अपान,
समान, व्यान, और उदान, प्राण और वायु
वायु के विविध रूप -मरुत, मातरिश्वा,
रुद्र आदि प्राण और सूर्य-सूर्य की ऊर्जा और
उसका कार्य प्रजा की प्राणवत्ता ।

======