वेदों में यौगिक प्राण की वैज्ञानिक, अध्यात्मिक व दार्शनिक पक्ष का विवेचनात्मक अध्ययन

Pardeep Banwala*, Dr. N.P Giri **

सारांश

वेदों के मंत्रों में प्राण को जीवन का मूलभूत तत्व माना गया है। प्रथम मण्डल के एक मंत्र में अग्नि को आयु के लिए प्राण समान बताया गया है। एक अन्य मंत्र में इन्द्र के लिए कहा गया है कि उसने देवताओं को जीतने की इच्छा करने वाले असुर के प्राण लेकर उदकों को प्रेरित किया। अथर्ववेद में बताया गया है कि प्राणशक्ति जो विश्व में व्याप्त है, वह बादलों में भी है और वह दृष्टि द्वारा भूमि पर आती है, इसलिए उस शक्ति का सत्कार करना चाहिए। इस प्राण को ही अन्तरिक्षस्थप्राण कहा गया है। जहां ऋग्वेद में प्राण शब्द का उल्लेख मात्र चार स्थानो पर हुआ है जबकि 'असु' शब्द का प्रयोग तीन गुणा ज्यादा हुआ है। प्राण तथा असु एक ही तत्व है। प्राण और 'अस' एक तत्व हैं यह तथ्य ऋग्वेद के दसवें मण्डल के 59 वें सूक्त के पाँचवें, छठे और सातवें मंत्र से ज्ञात होता है। पाँचवें मन्त्र में 'असुनीति' (प्राणों की नेत्री देवी) छठे मंत्र में 'असुनीति' और 'प्राण' और सातवें में 'असु' शब्दों के एक ही प्रसंग में एक ही अर्थ में प्रयोग होने से प्राण और असु का समानार्थक होना ज्ञात होता है।

मुख्य बिन्दु- प्राण, मंत्र, शरीर, वेद, सूर्य, योग

प्राण का स्वरूप

प्राण शब्द यद्यपि प्राणवायु के लिए प्रयुक्त होता है किन्तु यह शरीरस्थ अन्य वायुओं का उपलक्षक है। शरीर में मुख्य रूप से पांच वायु कहे गये हैं- प्राण, अपान, समान, उदान, और व्यान। योग चूड़ामण्युपनिषद, दर्शनोपनिषद्, त्रिशिखिब्राह्मणोपनिषद्, शण्डिल्योपनिषद् तथा ध्यानबिन्दूपनिषद में दस तरह की वायु मानी गई है- प्राण, अपान, उदान, व्यान, नाग, कूर्म, कृकर, देवदत्त तथा धनंजय। प्राणादि को पांच वायु तथा नागादि को पांच उपवायु माना गया है। इन दसों में प्राणादि पांच वायु ही प्रमुख हैं। ये वायु जीव रूप में सहस्त्र नाड़ियों में रहती है।

शण्डिल्योपनिषद, त्रिशिखिब्राह्मणोपनिषद्, दर्शनोपनिषद्, योगचूड़ामण्युपनिषद् तथा अमृतनादोपनिषद् के अनुसार श्रेष्ठ प्राण के मुख्य पांच स्थान हैं- मुख, नासिका का मध्य भाग, हद्य, नाभिमण्डल और पैर का अंगूठा। अपान वायु का स्थान गुदा, मेद्र जंघा और उदान चारों हाथ-पैरों तथा सब सन्धि स्थानों में स्थित है।

Research Scholar, Om Sterling Global University, Hisar
*** Professor, School of Yoga and Naturopathy, OSGU, Hisar*