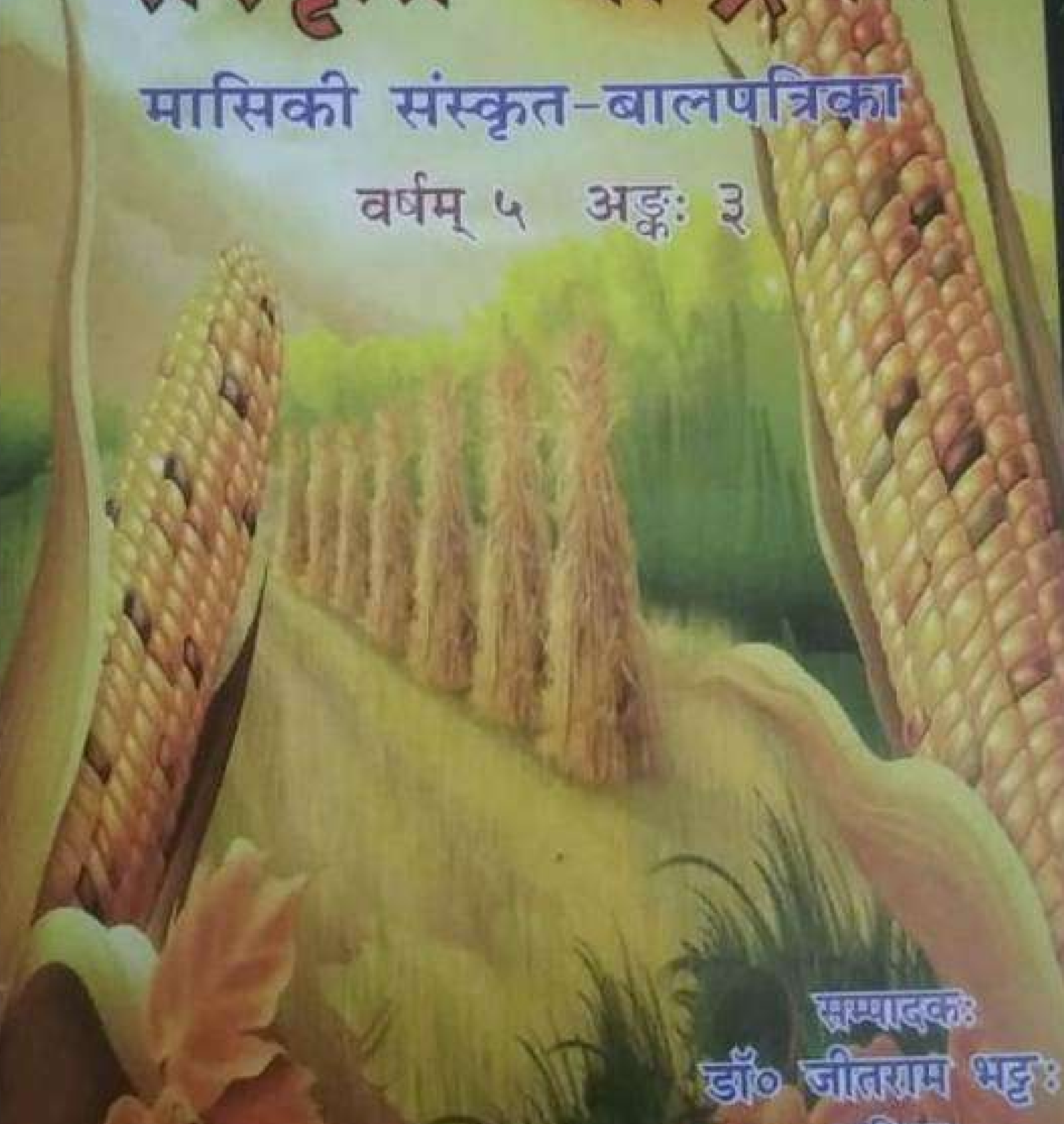
अक्टूबर २०१७
(आश्विन शु० एकादशी तः कार्तिक शु० एकादशी पर्यन्तम्)

ISSN: 2347-1565
मूल्यम् : २५ रूप्यकाणि

संस्कृत-चन्द्रिका

मासिकी संस्कृत-बालपत्रिका

वर्षम् ५ अङ्कः ३



सम्पादकः
डॉ० जीतराम भट्टः
सचिवः

ISSN : 2347-1565 मूल्यम् ₹ २५/- रूप्यकाणि

संस्कृत-चन्द्रिका

'मासिकी संस्कृत-बाल-पत्रिका'

वर्षम्-५ अक्टूबर २०१७ अङ्कः-३

(आश्विन शु० एकादशी तः कार्तिक शु० दशमी पर्यन्तम् वै. २०७४)

क्र.सं.	अनुक्रमणिका		पृ.सं.
	सम्पादकीयम्	डॉ० जीतराम भट्टः	
१.	सेवनीया संस्कृता श्रेष्ठभाषा	डॉ० कैलाशनाथ द्विवेदी	१
२.	'सहिष्णुता' इति किम्?	कृष्णप्रसाद उपाध्यायः	३
३.	शङ्करभारतीमुक्तावली	अंकुरनागपालः	५
४.	व्यर्थजिज्ञासा	राहुल कौशिकः	८
५.	आगच्छ त्वं पठनम्	मोती प्रसाद साहू	९
६.	ध्यानस्य लाभानाञ्च विवेचनम्	विवेक शर्मा	१२
७.	श्रीमद्भगवद्गीतायां योग-विज्ञानस्य स्वरूपविमर्शः	गोविन्ददासः	१७

सम्पादकः :- डॉ० जीतराम भट्टः

सहायकसम्पादकः :- प्रद्युम्नचन्द्रः

दिल्ली संस्कृत अकादमी

(राष्ट्रिय राजधानी क्षेत्रम्, दिल्लीसर्वकारः)

DELHI SANSKRIT ACADEMY

(GOVT. OF N.C.T., DELHI)

ध्यानस्य लाभानाञ्च विवेचनम्

-विवेक शर्मा

समस्तपौरणिकावाङ्मये विविधविद्यानाम् उपलब्धिः प्रचुरमात्रायां भवति। एतस्मिन् पुराणसाहित्ये कालिकापुराणनामकमुपपुराणं राराजते। कालिकापुराणे प्रचुरमात्रायां देवीदेवतानां पुजनं स्तुतयः च वर्तन्ते यत्र तेषां विभिन्नरूपानां वर्णनमुपलभ्यते। अनेन सार्धमेतेषु वर्णनेषु दार्शनिकविषयाः अप्युत्कृष्टरीत्या समाविष्टाः। शाक्तोपपुराणेषु कालिकापुराणं महत्त्वपूर्णं प्रमुचाञ्चोपपुराणमस्ति। कालिकापुराणे ध्यानविधिः विस्तरेण वर्णितः।

ध्यानविधिः- कालिकापुराणानुसारं ध्यानस्य चिन्तनस्य वाऽऽदिस्थानं हृदयमस्ति[१]। अथ च कालिकापुराणं निर्दिशति यत् हृदयस्थां देवीं मनसापि ध्यायेदिति[२], इत्युक्ते ध्यानावसरे हृदयेन मनोऽपि योजनीयम्। अत एव वर्णितञ्चोपपुराणेऽस्मिन् यद्योगिनः स्वान्तःकरणे भगवतः चिन्तनं कुर्वन्ति[३]। ध्यानं कदापि सद्य एव नाऽरभ्येत, तस्मिन् पूर्वसज्जाऽपेक्षिता वर्तते। योगदर्शनानुसारमष्टाङ्गानां क्रमशः प्रतिपादनं करणीयं भवति। श्रीमद्भागवतेऽपि वर्णितं यत् प्राणायामादिभिः दोषाणां परिमार्जनं पूर्वं भवेत्[४]। तदनन्दरं यदा मनः स्थिरं भवति तस्मिन् समये ध्यानानुष्ठानं करणीयम्[५]। ध्यानावसरे प्राणायामं चरेदिति निर्दिशति कालिकापुराणकारः[६]। अपि च कालिकापुराण वर्णितं यत् ध्यानार्थं महादेवेन पूर्वं मनसः निग्रहः कृतः[७]। निदिष्टञ्चोपपुराणेऽस्मिन् यत् नयनद्वयं निमील्य, शिरं ग्रीवां च स्थिरं कृत्वा स्थिरमनसा ध्यानं समारभेत[८]। ध्यानं कीदृशं भवेदित्यस्मिन् विषये कालिकापुराणकारः निर्दिशति यत् सर्वप्रथमं नित्यार्जवत्वमित्युक्ते स्वभावे

सरलताऽत्यावश्यकी वर्तते। अथ च कथितं यत् व्ययहीनो भूत्वा ध्यानं करणीयम्, इत्युक्ते क्षयाभावेन समत्वरूपेण ध्यानमनुष्ठेयम्[९]। ध्यानविधिप्रतिपादनप्रसङ्गे श्रीमद्भागवतस्य निर्देशोऽस्ति यत् ध्यानमथवा मनः अन्तरात्मनि न्यसेत् स्थापयेद्वा[१०]। एवमेवोपपुराणेऽस्मिन्नपि वर्णनमुपलभ्यते यत् शिवः ध्यानेन आत्मानमात्मना विशेषतः द्रष्टुं यत्नमकरोत्[११]। कथितञ्चोपपुरणेऽस्मिन् यत् शिवः ध्यानावसरे साधकः अन्तरात्मन्येव पश्येत्, ध्यानप्रक्रियायां बाह्यं किमपि न निरीक्षेत[१२]। उपपुराणस्यास्यान्यस्मिन् स्थले वर्णितं यत् महादेवः स्वस्य ज्ञानमयस्य नित्यस्य च स्वरूपस्य चिन्तनं ध्यानावसरे एकाग्रतयाऽकरोत्[१३]। अथ च त्रिपञ्चाशत्तमेऽध्याये प्रतिपादितं यत् अम्बिका ध्यानावसरे सोऽहमेवेति चिन्तयति[१४]। अत एव ध्यानविधौ 'सौऽहं' चिन्तनीयमिति कालिकापुराणकारस्य मतम्।

ध्यानं तु एका अनवरतप्रक्रिया वर्तते। कालिकापुराणस्याभिमते ध्यानाय कामविकारः न श्रेयस्करः यतो हि कामेन ध्यानप्रक्रियायां विघ्नमायाति। अत एवोपस्थापितञ्चोपपुराणेऽस्मिन् यत् पार्वतीं मुहुर्मुहुः दृष्ट्वा शिवेन ब्रह्मचिन्तनं ध्यानञ्च विस्मृतम्[१५]। अथ च वर्णितमस्ति यत् कामविकारस्यागते सत्यात्मचिन्तनं विहारय वृषध्वजः सत्याः चिन्तने रतः जातः[१६]।

अपि च कालिकापुराणकारः साधकेभ्यः निर्दिशति यत् ध्यानं ध्येयविषयातृ कदापि न त्यजेत् [१७]। अथ चोत्तमासनस्योपर्युपविश्य एकाग्रमनसा ध्यानं करणीयमिति कालिकापुराणकारस्य मतम्[१८]।

योगदर्शने बन्धानां विशेषमहत्त्वं वर्तते। पातञ्जलयोगप्रदीपे मूलबन्धउड्डीयानबन्ध -जालन्धरबन्ध-महाबन्धादीनां सविस्तरं चर्चा कृताऽस्ति[१९]। कालिकापुरणे महादेवस्य ध्यानविधेः प्रक्रिया दर्शिता, यस्यानुसारं शिवः बन्धरूपात्मकं पर्यङ्कमाश्रित्य निमीलितलोचनाभ्यामात्मस्वरूपस्य चिन्तनमकरोत्[२०]।

ध्यानस्य लाभाः- ध्यानस्य लाभाः अपि कालिकापुराणे विस्तरेण प्रतिपादिताः वर्तन्ते। श्वेताश्वतरोपनिषदि ध्यानविधिप्रसङ्गे निर्दिष्टं यत् यथा मृदयोपलिप्तं पिण्डं शोधनेत्यादिभिः क्रियाभिः तेजोमयं भविता तथा ध्यानेन शरीरं तेजोमयं भवति[३४]। एवमेव कालिकापुराणेऽपि वर्णितं यत् तत्त्वचिन्तनात् महादेवस्य शरीरं तेजार्भिरुज्जवलं जातं यस्य साक्षात्करणे मुनयः अपि असमर्थाः आसन्[३५]। अपि च सुर्यवत् प्रदीप्तशरीरं वीक्षितुं समीपस्थाः शिवगणाः असमर्थाः आसन्[३६]। अतः ध्यानेन तेजस्त्वं प्राप्यते इति कालिकापुराणस्य मतम्। कथितञ्चोपपुराणेऽस्मिन् यत् भगवतः साक्षात्कारं योगिनः ध्यानस्थाः भूत्वा कुर्वन्ति[३७]। एवमेव एतस्मिनन्नेव प्रसङ्गे वर्णितं यत् योगिनः ध्यानेन भगवन्तं चिन्तयन्ति[३८]। ध्यानेन चिन्तानां निरासः भवति, अत एव वर्णितमस्मिन्नुपपुराणे यत् ध्यानासक्तस्य शिवस्य मनसि न कापि चिन्ता व्यजायत[३९]। ध्यानेन लौकिकजगतः आभासः एव न भवत्यपितु तदाकरोऽपि न भवतीति कालिकापुराणस्य मतम्, अत एव कथितं यत् ध्ययानपरः शिवः कालीं पश्यन्नपि न पश्यति।[४०] कालिकापुराणस्याभिमते ध्यानस्थो यो भवति तस्मिन् कामभावस्य उत वा इच्छानामाविर्भावः कदापि न भवति, प्रसङ्गेऽस्मिन् वर्णितं यत् यद्यपि गिरिराजस्य रूढयौवना त्रिलोकश्रेष्ठा च सुता (भगवती पार्वती) महादेवस्य पुरतः एवाऽऽसीत् तथाऽपि हरः तां न कामयति[४१]। ध्यानमार्गेण साधकः निश्चलस्थितिं प्राप्नोतित्युपपुराणस्यास्य मतम्[४२]। अथ च ध्यानस्य लाभविषये स्पष्टतया प्रतिपादितं यत् ध्यानमात्रेणैव नारसप्राप्नोति[४३]।

सन्दर्भ ग्रन्थ-

कालिकापुराणम्, सम्पादक-आचार्य मृत्युञ्जय त्रिपाठी, नवशक्ति प्रकाशन चौकाघाट, वाराणसी, प्रथम संस्करण २००८

योग-दर्शन , गीताप्रेसगोरखपुरम्, संवत् २०६७

पातञ्जलयोगप्रदीप, श्रीस्वामी ओमानन्दतीर्थः, गीताप्रेसगोरखपुरम्, विक्रमी संवत् २०७२

उपनिषत् समुच्चयः, प० भीमसेन शर्मा, हरियाणा साहित्य संस्थान, गुरुकुल झज्जर, प्रथम संस्करणम् २०००

ईशादि नौ उपनिषद्(९९), हरि कृष्ण गोयन्दका, गीताप्रेसगोरखपुरम् विक्रमी संवत् २०६८

श्रीमद्भागवत-पुराणम्, व्यासः, गीताप्रेसगोरखपुरम्, विक्रमी संवत् २०६८

- सहायकाचार्य, संस्कृत विभाग,
हिमाचल प्रदेश केन्द्रीय विश्वविद्यालय
धर्मशाला, तहसील-धर्मशाला, जिला-काङ्गडडा
हिमाचल प्रदेश-१७६२१७