



Knowledge Consortium of Gujarat

Department of Higher Education - Government of Gujarat

Journal of Humanity

ISSN: 2279-0233

Year-2 | Continuous issue-11 | March-April 2014

હઠયોગ-પ્રદીપિકા પરની જ્યોત્સ્ના વ્યાખ્યાનો સંક્ષિપ્ત પરિચય

ભારતીય સંસ્કૃતિની વિશેષતા તેની અધ્યાત્મવિદ્યામાં રહેલી છે. અહીં મનુષ્ય જીવનના ચાર પુરુષાર્થો મુખ્ય છે, ધર્મ, અર્થ, કામ તથા મોક્ષ. ભારતીય સંસ્કૃતિની ષડ્વિધ દર્શન પરંપરા પણ આ પુરુષાર્થ ચતુષ્ટયની સિદ્ધિ માટેનું જ ચિંતન કરતી રહી છે. મનુષ્ય જીવનનું પરમ લક્ષ્ય મોક્ષ પ્રાપ્તિ જ હોવું જોઈએ એમ દરેક દર્શન પરંપરાનો મત છે. ભારતીય યોગશાસ્ત્રમાં આ વિષયમાં ગહન ચિંતન થયેલું જોવા મળે છે. પ્રસ્તુત લેખમાં યોગશાસ્ત્ર પરંપરાના જ ગ્રંથ હઠયોગ-પ્રદીપિકા તથા તેના જ અર્થનો વિસ્તાર કરતી જ્યોત્સ્ના વ્યાખ્યાનો સંક્ષિપ્ત પરિચય આપવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવ્યો છે.

હઠયોગ-પ્રદીપિકાની રચના સ્વાત્મારામ યોગી દ્વારા કરવામાં આવી છે. સંસ્કૃત-શ્લોકોમાં નિબદ્ધ એવા આ ગ્રંથના આરંભે તેમણે પોતાના નામનો ઉલ્લેખ કર્યો છે. જ્યોત્સ્નાના ટીકાકાર બ્રહ્માનન્દે

શ્રીસહજાનન્દસન્તાનચિન્તામણિસ્વાત્મારામયોગીન્દ્ર

એવા વિશેષણ વાળો નામોલ્લેખ બે સ્થાને કર્યો છે. પ્રથમ તથા ચતુર્થ ઉપદેશની અંતિમ પુષ્પિકામાં આ પ્રકારનો ઉલ્લેખ છે. આ ગ્રંથ પદ્ય શૈલીમાં રચાયેલો છે. મોટા ભાગની કારિકાઓ અનુષ્ટુપ છન્દમાં રચાયેલી છે. ક્યાંક ક્યાંક બીજા છન્દો પણ જોવા મળે છે. ઉપદેશ એવા નામથી કુલ ચાર પ્રકરણમાં આ ગ્રંથ વહેંચાયેલો છે. હઠવિદ્યા થકી રાજયોગને પ્રાપ્ત કરવાનો માર્ગ અહીં વર્ણવાયો છે.

હઠયોગ-પ્રદીપિકા શ્લોક બદ્ધ રચના છે. માટે તેની કેટલીક મર્યાદાઓ પણ છે. જેમકે છન્દ બંધારણ તરફ ધ્યાન હોઈને તે યોગની ક્રિયાઓ વિસ્તાર પૂર્વક સાન્વય વર્ણવી નથી શકતો. એટલા જ માટે આ ગ્રંથને સમજવા કોઈક ટીકા ગ્રંથની આવશ્યકતા રહેલી છે. ઉમાપતિ તથા રામચન્દ્રતીર્થે પ્રસ્તુત ગ્રંથ પર ટીકાઓ રચી છે. અહીં બ્રહ્માનન્દે રચેલી જ્યોત્સ્ના ટીકાનો થોડો પરિચય અપાયો છે.

જ્યોત્સ્ના ટીકાની એક હસ્તપ્રત વડોદરાની ઓરિએન્ટલ ઇન્સ્ટિટ્યુટમાં સચવાયેલી છે, જેના આધારે અહીં પરિચય અપાયો છે. હસ્તપ્રતનો પ્રાપ્તિ ક્રમાંક ૧૮૧૨ છે. પત્ર સંખ્યા ૧૩૦ (કુલ ૨૬૦) છે. કાગળ લખાયેલી આ હસ્તપ્રત શારદાલિપિમાં લખાયેલી છે. હસ્તપ્રતનો લેખન સમય તથા લેખક દર્શાવતી અંતિમ પુષ્પિકા આ પ્રમાણે છે -

સંવત્ ૩૮ અશ્વવતિ પ્રતિપદિ મયા ભટ્ટનારાયણેન હઠપ્રદીપિકા સમાપ્તિતા ।।

આ હસ્તપ્રતમાં હ.પ્ર. પરની જ્યોત્સ્ના ટીકા સંપૂર્ણ મળે છે. અર્થાત્ પ્રથમોપદેશના ૬૭ શ્લોકો પર, દ્વિતીયોપદેશના ૭૮ શ્લોકો પર, તૃતીયોપદેશના ૧૩૦ શ્લોકો પર, ચતુર્થોપદેશના ૧૧૪ શ્લોકો પર ટીકા મળે છે. શારદાલિપિમાં લખાયેલી આ ટીકા સુવાચ્ય છે. કેટલીક વાર એવું જોવા મળે છે કે ટીકાકાર મૂળ કૃતિનો પહેલો શબ્દ લખીને પછી આખી મૂળ કૃતિ લખતા નથી હોતા. માત્ર પોતાની ટીકા પર જ વિશેષ ધ્યાન આપતા હોય છે. તો વળી ક્યારેક લહિયાઓ પણ ટીકાકારે મૂળ કૃતિ આપી હોવા છતાં તેનો માત્ર નિર્દેશ જ કરતા હોય છે. પરંતુ અહીં ટીકાકારે મૂળકૃતિ સંપૂર્ણ રૂપે આપી છે. કોઈપણ કૃતિની સમીક્ષિત આવૃત્તિ તૈયાર કરતી વખતે તે કૃતિના ટીકા ગ્રંથો મહત્વના બની રહે છે. વડોદરાની આ હસ્તપ્રત આ રીતે પણ મહત્વની છે. અહીં લહિયાએ કાળજી પૂર્વક હસ્તપ્રત તૈયાર કરી છે. લખતી વખતે ઉતાવળમાં છૂટી ગયેલા શબ્દોને કાકપાદની નિશાની વડે હાંસીયામાં બતાવ્યા છે. બીજા ઉપદેશના ૪૮મા શ્લોકનો ક્રમ અપાયો નથી, તો ચોથા ઉપદેશમાં લગભગ પાંચેક શ્લોકોના ક્રમમાં ભૂલ જોવા મળે છે.

ટીકાની પ્રસ્તાવનામાં જાણી શકાય છે કે ટીકાકારનું નામ બ્રહ્માનન્દ છે. તથા ટીકાનું નામ જ્યોત્સ્ના છે. જેમકે,

ગુરું નત્વા શિવં સાક્ષાદ્બ્રહ્માનન્દેન તન્યતે । હઠપ્રદીપિકા જ્યોત્સ્ના યોગમાર્ગપ્રકાશિકા ।।

આ ઉપરાંત પ્રત્યેક ઉપદેશની અંતિમ પુષ્પિકામાં ટીકાનું નામ જ્યોત્સ્ના આપ્યું છે.

પ્રવર્તમાન સમયમાં હઠયોગ એવું નામ પડતાં જુદાં પૂર્વક કાર્ય સાધવું એવો અર્થ જનમાનસમાં જોવા મળે છે. પરંતુ હઠયોગ કે હઠવિદ્યા શબ્દનો આવો કોઈ અર્થ નથી. જ્યોત્સ્નાકારે હઠનો અર્થ પ્રથમ શ્લોકમાં આપ્યો છે કે, હકાર સૂર્યનો વાચક છે. તથા ઠકાર ચન્દ્રનો વાચક છે. આથી સૂર્ય ચન્દ્રમાના યોગને હઠયોગ અથવા હઠવિદ્યા જાણવી.

(તથા ચોક્તં ગોરક્ષનાથેન સિદ્ધસિદ્ધાન્તપદ્ધતૌ હકારઃ કીર્તિતઃ સૂર્યઠકારશ્ચન્દ્ર ઉચ્યતે । સૂર્યાચન્દ્રમસોર્યોગાદ્ઠયોગો નિગદ્યતે ઇતિ ।

એમ ટીકાકારે સ્પષ્ટતા કરી આપી છે.) જ્યોત્સ્ના ટીકાનું મહત્ત્વ એટલા માટે છે કે ટીકાકારે હઠયોગ પ્રદીપિકાના બધા જ શ્લોકોનો ભાવાર્થ પણ સ્પષ્ટ કર્યો છે. તથા ગ્રન્થમાં વર્ણિત યૌગિક ક્રિયાઓ વિસ્તાર પૂર્વક વર્ણવી છે.

હઠયોગ પ્રદીપિકાના વર્ણિત વિષયો આ પ્રમાણે છે. પ્રથમ ઉપદેશમાં સ્વાત્મારામે આદિનાથ ભગવાન શિવને નમસ્કાર કરીને મંગળાચરણ કર્યું છે. તથા ગુરુ વન્દના કરીને પોતાના ગ્રન્થને રાજયોગના આરોહણ માટે સીડી સમાન ગણાવ્યો છે. હઠવિદ્યાના પૂર્વસૂરિઓની વન્દના કર્યા પછી હઠાભ્યાસ માટે યોગ્ય પ્રદેશ, મઠ, ત્યાંના કર્તવ્યો તથા સાધકની સજ્જતાનાં વર્ણનો છે. ત્યાર પછી વિવિધ આસનો તથા તેના લાભો બતાવ્યા છે. જેમાં સ્વસ્તિક, ગોમુખ, વીર, ફૂર્મ, કુક્કુટ, ઉત્તાન ફૂર્મ, ધનુર્, મત્સ્યેન્દ્ર, પશ્ચિમતાન, મયૂર, સિદ્ધ, પદ્મ, સિંહ તથાભદ્ર આસનો બતાવ્યાં છે. સાધકના આહારની પણ સૂચના જોવા મળે છે. બીજા ઉપદેશમાં પ્રાણાયામ સમ્બન્ધી વિષયો વર્ણવાયા છે. યોગ સાધકો માટે પ્રાણાયામ અત્યન્ત મહત્ત્વની ક્રિયા મનાઈ છે. પ્રાણાયામ થકી જ પ્રાણવાયુ ધીમે ધીમે વશ થાય છે. અહીં ઘૌતિ, બસ્તિ, નેતિ, ત્રાટક તથા નૌલિ એમ ષટ્કર્મો પણ નાડી શુદ્ધિના હેતુથી વર્ણવાયાં છે. પ્રાણાયામની ક્રિયામાં પૂરક, કુમ્ભક તથા રેચક એમ ત્રણ ક્રિયાઓ રહેલી છે. જેમાં આચાર્યએ કુમ્ભકના આઠ પ્રકારો બતાવ્યા છે. જેમકે સૂર્ય ભેદન કુમ્ભક, ઉજ્જાવી, સીત્કારી, શીતલી, ભસ્ત્રિકા, ભ્રામરી, મૂર્છા, તથા પ્લાવિની કુમ્ભકનો સમાવેશ થાય છે. મનુષ્યના શરીરમાં પ્રાણવાયુનું વહન સામાન્ય રીતે ઈંડા તથા પિંગળા નાડીઓ દ્વારા જ થાય છે. સુષુમ્ણા નાડીમાં પ્રાણવાયુનો પ્રવેશ કરાવવા માટે ઉપર્યુક્ત કુમ્ભક સહિતના પ્રાણાયામની આવશ્યકતા આચાર્ય બતાવતા રહેલા છે. ત્રીજા ઉપદેશમાં કુણ્ડલિની જાગૃતિ વિશેષ રૂપે વર્ણવાઈ છે. મહામુદ્રઓ, મહાબન્ધ, મહાવેદ, ખેચરી, ઉદ્ધિયાનબન્ધ, મૂલબન્ધ, જાલંધરબન્ધ વગેરેનું વર્ણન છે. શક્તિયાલન અર્થાત્ કુણ્ડલિની ચાલન મોક્ષદ્વારનું વિભેદન કરનાર છે, એ વાત અહીં દેખાય છે. સ્ત્રીઓની યોગ સાધના પણ આ ઉપદેશમાં વર્ણવાઈ છે. ચોથા ઉપદેશમાં સમાધિનું વર્ણન છે.

ઉપર્યુક્ત વર્ણિત વિષયો શ્લોક બદ્ધ છે. વળી સાધના ક્રિયાત્મક હોય. ક્રિયામાં થયેલી ભૂલ ઇળ પ્રાપ્તિ ન કરાવી શકે. આવી સ્થિતિમાં પદ્યોની ગૂઢતાને પ્રકટ કરવા સિદ્ધ ગુરુની આવશ્યકતા રહેલી છે. જ્યોત્સ્ના ટીકાનો અભ્યાસ કરતી વખતે ચોક્કસ જ એવી અનુભૂતિ થાય કે કોઈક સિદ્ધ ગુરુની નિશ્રામાં આપણે યોગાભ્યાસ કરી રહ્યા છીએ. બીજા ઉપદેશના ૪૭મા શ્લોકની ટીકા તેનું ઉત્તમ ઉદાહરણ છે. અહીં તેમણે યોગ સાધકોને યોગ સિદ્ધિ માટે કમ બતાવતા ૨૦ શ્લોકો રચ્યા છે.

યોગાભ્યાસક્રમં વક્ષ્યે યોગિનાં યોગસિદ્ધયે । ઉષ્કાલે સમુત્થાય પ્રાતઃકાલેઽથવા બુધઃ ॥

મૂળગ્રન્થનો ચતુર્થોપદેશ ટીકાગ્રન્થ વિના સમજવો અઘરો છે

શરીરમાદયં ખલુ ધર્મસાધનમ્નો ગૂઢાર્થ હઠયોગ પ્રદીપિકા તથા તેની જ્યોત્સ્ના ટીકા થકી યોગ્ય રીતે પામી શકાય. યોગના અભ્યાસીઓ માટે હઠયોગ પ્રદીપિકા તથા તેની જ્યોત્સ્ના ટીકા અત્યન્ત ઉપયોગી બની શકે છે.

સંદર્ભ :-

1. પ્રણમ્ય શ્રીગુરું નાથં સ્વાત્મારામેણ યોગિના ।
કેવલં રાજયોગાય હઠવિદ્યોપદિશ્યતે ॥ હ. પ્ર. ૧-૨
2. હસ્તપ્રત પત્ર સંખ્યા ૧૩૦
3. હસ્તપ્રત પત્ર સંખ્યા ૧૫૨
4. હસ્તપ્રત પત્ર સંખ્યા ૨૫૨
5. હસ્તપ્રત પત્ર સંખ્યા ૯૨થી ૧૦૦૫૨

धर्मेन्द्र ढद,
गुजरात युनिवर्सिटी,
पीएच.डी.स्टुडन्ट, (संस्कृत)
अडदललद.

Copyright © 2012 - 2016 KCG. All Rights Reserved. | Powered By : Knowledge Consortium of Gujarat