ISSN Print: 2394-7500
ISSN Online: 2394-5869
Impact Factor: 5.2
IJAR 2017; 3(2): 98-100
www.allresearchjournal.com
Received: 19-12-2016
Accepted: 20-01-2017

Dr. K Jayalakshmi
Assistant Professor (Sr)
Other Langauages
Department- Hindi
School of Social Sciences and
Languages Vit University
Vellore, Tamil Nadu, India

Correspondence
Dr. K Jayalakshmi
Assistant Professor (Sr)
Other Langauages
Department- Hindi
School of Social Sciences and
Languages Vit University
Vellore, Tamil Nadu, India

भारतीय संस्कारों एवं रीति रिवाज़ों में अंतर्निहित वैज्ञानिकता

Dr. K Jayalakshmi

'हिमालयं समारभ्य यावत् इंदु सरोवरम् |
तं देवनिर्मितं देशं हिंदुस्थानम् ||

अर्थात हिमालय पर्वत से शुरू होकर भारतीय महासागर तक फैला हुआ ईश्वर निर्मित देश है, 'हिंदुस्तान', यही वह देश है जहां ईश्वर समय समय पर जन्म लेते हैं और सामाजिक सभ्यता की स्थापना करते हैं |
भारतीय संस्कृति समस्त मानवीय सद् गुणों की समन्वयात्मक कहा जाए तो कोई अतिशोक्ति नहीं होगी, क्योंकि इसमें 'सर्वेऽपि सन्तु सुखिनः' का जहां शंखनाद है वहीं 'वसुधेव कुटुंबकम्' की महती कल्याणकारी भावना समाहित है | संस्कृति का तात्पर्य है मनुष्य को श्रेष्ठतम मानवीय सद् गुणों से समलंकृत करने के साथ सबको संवारकर सामाजिक कल्याण के लिए प्रस्तुत करना है | हमारा धरोहर इतना संपुष्ट है कि सारा विश्व हमारी रीति –रिवाज़ों और सभ्यता से आकर्षित हैं | हम अपने रीति रिवाज़, सभ्यता और परंपरा का पालन युगों से कर रहे हैं और इन परम्पराओं और रिवाज़ों में वैज्ञानिकता कहीं न कहीं अंतर्निहित है | हमारे धरोहर आज मानवीय संबंध, नीति, मूल्य तथा त्यौहारों के पीछे जो भूमिकाएँ सुदृढ़ एवं सुसंस्कृत मानवीय जीवन के लिए प्रेरक व पूरक हैं उसका लोप आज हम होते देख रहें हैं | जिन संस्कारों का पालन हम शदियों से करते आए हैं वे आज व्यस्त ज़िंदगी में बड़ी तेज़ी से खिसकती जा रही है | भूमंडलीकरण के कारण दुनिया बहुत करीब तो आ गयी है लेकिन हमारे ऋषि – मुनियों ने जो ज्ञान हमें बाँटा था उसे हमने पीछे छोड़ उसे अंधविश्वास का नाम दे तो दिया है लेकिन आज जिस विज्ञान और प्रोद्योगिकी के युग में हम विकास कर रहे है उसका परिणाम तो ज़रूर देख रहें हैं और लाभान्वित हो रहे हैं |
सदियों से भारतीय घरों में रोज़मर्रा ज़िंदगी में सुबह से शाम तक अनगिनत काम रस्मों और परम्पराओं के नाम से किया गया | पहले इन्हें अंधविश्वास माना जाता रहा लेकिन विज्ञान के आगमन के साथ इन परंपरों के पीछे अंतर्निहित वैज्ञानिक आधार का बोध स्पष्ट हो गया और इस परंपरा के नाम के रूप में पीढ़ी दर पीढ़ी आगे बढ़ाया जा रहा है | वेद ग्रंथों में ही ऋषियों ने शास्त्र में अंतर्निहित विज्ञान का उल्लेख किया है | प्राचीन भारतीय ऋषि आध्यात्मिक और प्रकृति के वैज्ञानिक थे | मानव मन को गहराई में पैठ कर उसमें व्यवस्थित शोधन और आंतरिक विश्वास जगाया और सभी प्रवृत्तियों को विज्ञान के साथ जोड़ा | भारतीय संस्कृति अपने संस्कारों के लिए विशेष महत्त्व रखती है और षोडश संस्कारों का इसमे प्रमुख स्थान है | इन षोडश संस्कारों में मात्र धार्मिक प्रवृति का उपदेश या शक्तिशाली मंत्र निहित नहीं है वरन् इन अनुष्ठानों में मानव चेतना के सूक्ष्म स्तर को प्रभावित करने वाले प्रक्रिया जुड़ी हैं | मानव के मनोविज्ञान (psychology) अंतःस्रावी प्रणाली (endocrine system) और अनुवंशिका तंत्र (genetic machinery) पर भी इसका प्रभाव पड़ता है | मनुष्य की निरंतर शोधन और स्वयं की वृद्धि करने के साथ साथ मनुष्य के आस पास जुड़े वातावरण की शुद्धि और उसे स्वस्थ बनाए रखना ही इसका ठोस उद्देश्य रहा है | भारतीय संस्कृति में व्यक्ति के जन्म से लेकर मृत्युपर्यन्त जीवन में कई संस्कारों का विधान है जो आत्मा को पवित्र बनाने में सहायक हैं। भारतीय संस्कृति और सभ्यता की एक प्रमुख पहचान रीति-रिवाज है जिनका शुभारंभ संस्कारों से होता है। हमारी संस्कृति में माता के गर्भ में आने से लेकर संस्कार शुरू होते हैं। इसके सोलह प्रकार माने जाते हैं। "व्यासस्मृति' में इन सोलह प्रकार के संस्कारों का वर्णन इस प्रकार किया गया है-

"गर्भाधानं पुंसवनं सीमन्तो जातकर्म च।
नामक्रिया निषक्रमोऽन्नप्राशनं वपन क्रिया ॥
कर्ण बेधो व्रतादेशो वेदारंभ क्रिया विधि: ॥
केशान्त: स्नानमुद्वाहो विवाहाग्नि परिग्रह: ॥
त्रेताग्निसङ् ग्रहश्चेति संस्कारा: षोडश: स्मृता: ॥

षोडश संस्कारों में कर्णबेधन का प्रमुख महत्त्व है| भारतीय संस्कृति में महिला और पुरुष दोनों की आभूषण पहनेन की प्रथा प्रचलित थी परंतु समय के साथ साथ यह मात्र शृंगार करने का परिचायक बन गयी है | वास्तव में कर्णबेधन के पीछे एक्यूपंक्चर

(acupuncture) एवं एक्यूप्रैशर (acupressure) उपचार ही है | हमारे कान के बाहरी हिस्से में कई एक्यूपंक्चर एवं एक्यूप्रैशर बिन्धु हैं जो अस्थमा के इलाज के लिए महत्त्वपूर्ण है |

इन संस्कारों में विवाह से जुड़ी सभी संस्कार महत्त्वपूर्ण है। सिंदूर लगाने से लेकर बिछिया पहनने तक के रिवाज़ इसमें आते हैं | यह सारे मात्र लड़की की वधू या वैवाहिक जीवन में प्रवेश होने के प्रतीक ही नहीं परंतु स्वस्थ्य परक भी हैं | विवाह के समय वधू मेहँदी से लेकर जो आभूषण पहनती है वह मात्र सजावट के लिए नहीं है परंतु इन सभी प्रथाओं के पीछे विज्ञान छिपा है | शादी के समय वधू के हाथों और पैरों में मेहँदी लगाई जाती है। यह प्रथा बरसों से हमारे देश में चली आ रही है | यह मात्र शृंगार का साधन नहीं है जिसके लगाने से हाथ और पैरों में सुंदर रंग आ जाता है वरन इसमें कई औषधिया गुण भी मौजूद है | शादी – ब्याह से वधू पर होने वाले तनाव और थकावट इसके लागने से कम हो जाता है और यह तंत्रिका सिरा (nerve endings) को ठंडा रखता है|

पौराणिक ग्रंथों में ही नारी को हर प्रकार के आभूषण से शृंगार करते हुए देखा गया है| आज भी भारतीय विवाह में वधू को इन आभूषणों से सजाया जाता है | 'नतनी' (nose ring) भारतीय परंपराओं और संस्कृति के अनुसार, नतनी शादी की निशानी के रूप में माना जाता है, और पारंपरिक दुल्हन के आभूषण का एक अभिन्न हिस्सा है। इन दिनों हालांकि अविवाहित लड़कियों के भारत में किसी भी धार्मिक विश्वासों या पारंपरिक महत्व के बिना एक फैशन के रूप नतनी पहनने शुरू कर दिया है। भारत में नाक के बाईं ओर आम तौर पर नतनी पहना जाता है। आयुर्वेदिक मान्यता के अनुसार नाक के भेदी द्वार, महिला प्रजनन अंगों के साथ जुड़ा हुआ है। माना जाता है कि जिस औरत की बाईं ओर बेधा है, उसे बच्चे जनने के समय कम दर्द का अनुभव होता है और मासिक धर्म के वक़्त कम दर्द होता है। साथ ही यह स्वास को नियमित करती है| 'मंगलसूत्र' विवाहित नारी की पहचान है जो पुरुष द्वारा महिला को जीवन भर खुश रखने के प्रतीक के रूप में पहनाया जाता है परंतु इसके पीछे जो विज्ञान है वह यह कि मंगलसूत्र हमारे हृदय से ऊपर हो और यह औरत के शरीर में रक्त परिसंचरण नियमित करता है | 'चूड़ी' सबसे महत्वपूर्ण गहनों में से एक है जो भारतीय महिला पहनती है। शादीशुदा महिलाओं के लिए, चूड़ियाँ सुहाग की निशानी है। ये भाग्य और समृद्धि के प्रतीक हैं। ज़्यादातर बीमारी हाथ के कलाई के भाग की नाड़ी की धड़कन से पता किया जाता है | महिला जब चूड़ी पहनती है तो चुड़ियों का घर्षण रक्त परिसंचरण स्तर को बढ़ती है | इसके अलावा जो ऊर्जा बाहरी त्वचा से गुजरती है उसे वापस ये वृत्ताकार चूड़ी के माध्यम से शरीर में भेज जाता है| विवाह के समय और विवाह के बाद नारी अपने जीवन में कई मानसिक और शारीरिक परिवर्तनों से गुजरती है | रामायण में ही सीता हरण के समय सीता द्वारा अपने आभूषण जंगल में फैंकने का उल्लेख मिलता है जहां 'बिछिया'(toe ring) भी है। बिछिया मात्र एक आभूषण ही नहीं है वह विवाहित नारी की पहचान है। इसका सामाजिक महत्त्व है। पैर के दूसरे अंगूठे में इसे पहना जाता है | वेदों और आयुर्वेद ग्रंथों में इसके पहने से स्वस्थ्य के लिए क्या गुण हो सकते हैं इसका विवरण दिया गया है | दूसरे पैर के अंगूठे को पैर की अंगुली की अंगूठी पहने हुए यौन / कामुक प्रभाव पड़ता है। दूसरे पैर के अंगूठे मालिश करने से स्त्री रोग की समस्याओं के इलाज के बारे में उल्लेख है। पैर का दूसरा अंगूठा नारी के गर्भाशय से जुड़ता है और यह हृदय से अतः बिछिया हमारे गर्भाशय को पुष्ट रखते हुए रक्त प्रवाह को नियमित करता है और मासिक चक्र को नियमित करता है| एक्यूप्रेशर का उत्तम माध्यम है। बिछिया रजत का होता है जो एक अच्छा कंडक्टर है, यह पृथ्वी से ध्रुवीय ऊर्जा को अवशोषित कर शरीर के नकारात्मक ऊर्जा को बाहर छोड़ने में सहायक है। 'पायल'(anklet) भारतीय नारी द्वारा पहने जाने वाला पसंदीद आभूषण है जो चाँदी का बना होता है | पैरों के शृंगार के लिए पहने जाने वाला यह आवाज़ मात्र सोलह शृंगार का रूप नहीं है बल्कि इसके कई गुण हैं | पैर के तलवे की सूजन रोकता है। एड़ी में सूजन के खिलाफ सुरक्षा प्रदान करता है । परिधीय रक्त परिसंचरण को नियंत्रित करता है । मासिक धर्म, बांझपन, हार्मोनल असंतुलन और प्रसूति की असामान्य स्थितियों की तरह स्त्री रोग को नियंत्रित रखने में लाभकारी है। यौन इच्छाओं को खब्बू रखने में मदद करता है। नारी में जो नकारात्मक ऊर्जा उत्पन्न होता है उसे पृथ्वी में भेज कर उसे ओर अधिक ऊर्जावान बनती है |

दांपत्य सूत्र में बँधने अथवा पाणिग्रहण संस्कार के समय अग्निदेव को साक्षी मानकर वर द्वारा वधू की माँग में सिंदूर भरने की परंपरा भारत में है। नारी के सुहाग का एवं सौ भाग्य का सूचक सिंदूर उसके सुखी दांपत्य जीवन का परिचायक है। यह नारी के कन्या से गृहिणी जीवन में प्रवेश करने का सूचक है। सिंदूर माथे पर बालों के बीच लगाया जाता है | शरीर विज्ञान में इसका महत्त्व बताया गया है जो हमारे स्वस्थ्य से जुड़ा है | वास्तव में सिर के उस भाग में जहां सिंदूर भरी जाती है वहाँ मस्तिष्क की एक महत्त्वपूर्ण ग्रंथी (gland) है | यह कपाल के अंत से लेकर सिर के मध्य तक होती है | सिंदूर इसलिए लगाया जाता है क्योंकि इसमें पारा (mercury), हल्दी, चूना (lime) का मिश्रण है जो औषधि का काम करता है | पारा की मात्रा अधिक होने के कारण चेहरे पर जल्दी झुर्रियां नहीं पड़ती | साथ ही स्त्री के शरीर में स्थित विद्युतीय उत्तेजना नियंत्रित होती है | साथ ही पारा शरीर को ठंडा करता है और शरीर को आराम महसूस होता है | इससे उनमें यौन इच्छा भी उत्पन्न होती है | मर्म स्थान में रोम छिद्रों द्वारा पारे का कुछ अंश सुषमणा नाड़ी की सतह तक पहुंचता रहता है | जनेन्द्रियों को क्षति पहुंचाने वाले कीटाणु जब मर्म स्थान से सुषमणा नाड़ी में रक्त के साथ प्रवाहित होता है तब पारा उसे नष्ट करता है जिसके फलस्वरूप बुद्धिमान एवं स्वस्थ बच्चे का जन्म होता है |

हिन्दू विवाह में संस्कार के अंतर्गत वर – वधू अग्नि को साक्षी मानकर इसके चारों ओर घूमकर पति – पत्नी के रूप में एक साथ सुख से जीवन बिताने के लिए वचन लेते हैं | इसका विशेष महत्त्व है | मानव जीवन में अग्नि की अहर्निश उपयोगिता ही इसे देवत्व प्रदान करती है| अग्नि सबसे पवित्र है| यह नकारात्मक ऊर्जा को बाहर निकालकर सकारात्मक ऊर्जा की सृष्टि करती है | जब अग्नि में घी, लकड़ी, औषधीय जड़ी बूटियों को में डाला जाता है तो उससे निकालने वाली धुआ शुद्ध माना जाता है जो स्वस्थ्य के लिए अच्छा होता है|

भारतीय खान पान की खासियत ही कुछ अलग है | हर राज्य में विभिन्न प्रकार के व्यंजन बनाया जाता है और साथ ही उसे परोसने की विधि भी अलग है | हमारे पूर्वज यह मानते हैं कि खाना में तीका और मीठा होना बहुत ज़रूरी है | खाने की शुरुआत तीके से हो क्योंकि यह हमारे पाचक रस को सक्रिय करता है और यह सुनिश्चित करता है कि पाचन प्रक्रिया सुचारु रूप से हो और अंत में मीठा इसलिए लेना है क्योंकि मिठाई पाचन शक्ति हो कम करता है |

धर्म ग्रंथों में केले को बहुत पवित्र माना गया है | पुराने ज़माने से लेकर आज भी खाना केले के पत्ते में परोसा जाता है ज़मीन पर बैठकर | यह मात्र हमारी संस्कृति का प्रतीक नहीं है | इसमें स्वस्थ्य से संबंध कारण भी है | केले के पत्तों में प्राकृतिक एंटिआक्सिडेंट (Natural antioxidant) हैं जो हमें कई बीमारियों से बचाता है| साथ ही इनमे कीटाणुओं को मारने की गुण है | इनमें एक प्रकार की मोमी कोटिंग (waxy coating) है जो गरम खाना परोसने पर पिघलता है और खाने को अलग स्वाद देता है | ज़मीन पर सुखासन में बैठकर खाना खाने से कई लाभ हैं। जब हम ज़मीन पर इस आसन में बैठते हैं तो यह हमारे मन को शांति प्रधान करने के साथ साथ पाचन शक्ति को बढ़ावा देती है और साथ ही मेरुदंड (रीढ़ की हड्डी-spinal cord) की परेशानी से मुक्ति दिलाता है |

हिन्दू धर्म में पूजा सामाग्री में से एक खास वस्तु है 'पान' जिसे संस्कृत भाषा में तांबूल भी कहा जाता है | यह माना जाता है कि पान के पत्ते में विभिन्न देवी – देवताओं का वास है | शुभ अवसरों पर इस बात पर ध्यान दिया जाता है कि पान रखा जाए | इसके अलावा भोजन के बाद पान खाने की प्रथा भारत में प्रचलित है| इसका एक कारण है इसमें षट् रसों का मिश्रण और खाने के बाद इसके रस निगलने से खाना जल्दी पचता है | इसके साथ ही विज्ञान की दृष्टि से स्वास्थ्य के लिए भी यह लाभकारी है | इसमें कई औषधियाँ गुण है जिससे इसका इस्तेमाल चिकित्सकों द्वारा बड़ी मात्रा में किया जाता है | मुंह को अंदरूनी ठंडक पहुंचाने में उपयोगी है | साथ ही खांसी को रोकने, यौन शक्ति बढ़ाने, मधुमेह को कम करने, नसों की कमज़ोरी को रोखने, पेट में कब्ज़ इत्यादि रोगों में पान के पत्ते का इस्तेमाल किया जाता है |

भारतीय परंपरा में किसी भी शुभ कार्य के बाद नज़र उतारी जाती है | माना जाता है की अगर कोई व्यक्ति आपको बुरे इरादों से देख रहा है तो उससे उत्सर्जित तरंग आपके शरीर के तरंगों से मिलकर शरीर में नकारात्मक शक्ति का सृजन होता है जिसके परिणाम स्वरूप आदमी बीमार या अस्वस्थ हो जाता है | इस कारण से हमारे पूर्वज नमक और नींबू से नज़र उतारते हैं| नमक एंटिबयोटिक माना जाता है और नीबू अम्लीय (acidic)| इसमें चुंबकीय शक्ति है और इसी गुण को ध्यान में रखते हुए हम नमक और नींबू के साथ किसी का नज़र उतारते हैं | जब ऐसा किया जाता है तो उस व्यक्ति के आस पास जो भी बैक्टीरिया है उसका नाश होता है और व्यक्ति को सुरक्षित रखता है |

हिन्दू विश्वास में मंदिर जाने पर और घर में पुजा के समय हम घंटी बजाते हैं | यह माना जाता है की घंटी बजाने से मंदिर में स्थापित देवी-देवताओं की मूर्तियों में चेतना जागृत होती है जिसके बाद उनकी पूजा और आराधना अधिक फलदायक और प्रभावशाली बन जाती है। घंटी की मनमोहक एवं कर्णप्रिय ध्वनि मन-मस्तिष्क को अध्यात्म भाव की ओर ले जाने का सामर्थ्य रखती है। मन घंटी की लय से जुड़कर शांति का अनुभव करता है। जब सृष्टि का प्रारंभ हुआ, तब जो नाद (आवाज) गूंजी थी वही आवाज घंटी बजाने पर भी आती है। घंटी उसी नाद का प्रतीक है। मंदिर के बाहर घंटी लगाए जाने के पीछे न सिर्फ धार्मिक कारण है बल्कि वैज्ञानिक कारण भी इनकी आवाज को आधार देते हैं। वैज्ञानिकों का कहना है कि जब घंटी बजाई जाती है तो वातावरण में कंपन पैदा होता है, जो वायुमंडल के कारण काफी दूर तक जाता है। इस कंपन का फायदा यह है कि इसके क्षेत्र में आने वाले सभी जीवाणु, विषाणु और सूक्ष्म जीव आदि नष्ट हो जाते हैं जिससे आसपास का वातावरण शुद्ध हो जाता है। अत: जिन स्थानों पर घंटी बजने की आवाज नियमित आती है वहां का वातावरण हमेशा शुद्ध और पवित्र बना रहता है। इससे नकारात्मक शक्तियां हटती हैं।

हम वैज्ञानिक क्रांति के युग में जी रहे हैं । विज्ञान मनुष्य के लिए धन, सत्ता और भौतिक सुख-सुविधाओं को जुटाने में रत है । तेज़ी से बदल रहे समाजों में तनाव और विवादों की आशंका है, इसलिए वैज्ञानिक प्रगति और संस्कृति अर्थात सौन्दर्य एवं नैतिकता में सामंजस्य होना चाहिए । इसी से हमारा जीवन वास्तविक आनंद से भर सकता है । हमारे भारतीय संस्कृति पर विश्व के समस्त मनुष्यों को आदर्श की शिक्षा देने की अद्भुत क्षमता है | आज की आणविक आँधी से उबरने केलिए हमें अपने अतीत के सांस्कृतिक संबल को अपनाना होगा जिसकी वरीयता का बखान युगों से किया जाता रहा है | आज पुनः उसे स्वीकृत करने की आवश्यकता है एवं उसे आत्मासत् करने का आह्वान भी है | संस्कृति और विज्ञानं अलग-अलग जहाँ समाज में एक तरह के कट्टरवाद को जन्म देते हैं वहीं एक साथ मिल कर एक प्रकार की सकारात्मकता को जन्म देते हैं, जहाँ संस्कृति हमारी जड़ों को मजबूती देती है वहीं विज्ञान हमें उड़ने के लिए आसमान देता है | निष्कर्ष रूप में हम कह सकते हैं "सा प्रथमा संस्कृतिः विश्ववारा " – मतलब विश्व का प्रथम और उत्तम संस्कृति भारतीय संस्कृति है |

संदर्भ :

1. www.slideshare.net/indian customs and scientific facts behind them.
2. www.science behindindianculture.in
3. www.indabaa.com
4. www.speakingtree.in
5. www.indiatimes.com
6. Hindu rituals & routines CMAI ASIA
7. सांस्कृतिक प्रतीक कोश, शोभानाथ पाठक प्रभात प्रकाशन, दिल्ली, सं.1999
8. भारतीय सांस्कृतिक आधार, अनु. जगन्नाथ वेदालंकार व चन्द्रदीप त्रिपाठी श्री.अरविंद सोसायटी, पोडिचेरी-2, 1968
9. भारतीय जीवन मूल्य ,कामिनी कामायनी ,ज्ञान गंगा, दिल्ली, 2001
10. Encyclopedia of Religion and Ethics (Vol.12) T & T Clark Edt. James Hastings Edinburgh
11. Glossary of Hinduism, T. Rengarajan Oxford & IBH Publishing Cov.Pvt.Ltd., N.D, Calcutta, 1999