

“आध्यात्मिक सांस्कृतिक एवं चिकित्सकीय परिप्रेक्ष्य में गंगा”

डॉ. सुरेन्द्र दत्त सेमल्टी
पुजार गांव, टिहरी गढ़वाल

जल का जीवन से घनिष्ठ सम्बन्ध है। यदि यूं कहें कि इसके बिना जीवन की कल्पना नहीं की जा सकती तो इसमें अत्युचित न होगी, तब अन्य नदियों, जलस्रोतों से पृथक विशेषताओं को अपने में समेटती गंगा का तो कहना ही क्या? भारतीय संस्कृति में गंगा एक ऐसा नाम है, जो यहां की हर एक गतिविधि में अच्छी प्रकार से रची बसी है, इतना ही नहीं अपनी महान विशेषताओं के कारण विश्व के अनेक देशों के लिए भी श्रद्धावान है। भारत भूमि में सम्पूर्ण धार्मिक क्रिया क्रम बिना इसके सम्पन्न नहीं होते। जन्म से लेकर मृत्यु तक के सभी संस्कारों से लेकर पूजा-पाठ दैनिक क्रियाकलापों में किसी न किसी रूप में इसका उपयोग किया जाता है। यह विश्वास किया जाता है कि गंगाजल से तर्पण देने, गंगातट पर पित्र क्रियाक्रम करने एवं शव को जलाने के पश्चात गंगा में विसर्जित करने से पित्र को स्वर्ग की प्राप्ति होती है। गंगा की इन सभी विशेषताओं का वर्णन भागवत (5/7/8), ऋग्वेद-नदी सूक्त (10/75/5), बाल्मीकी की रामायण (बाल काण्ड 35/17), स्कन्द पुराण आदि में विस्तार से किया गया है। अग्नि पुराण के एक प्रसंग में सभी जलों में गंगाजल श्रेष्ठ प्रतिपादित किया गया है—

निपानादुद्धतं पुण्यं ततः प्रस्त्रवणोदकम् ।
ततो पि सारसं पुण्यं ततोनादेयमुच्यते ।
तीर्थतोयं ततः पुण्यं गङ्गातोयं ततो धिकम् ॥

अर्थात् कुंए से निकाले जल की अपेक्षा झरने का जल, उससे अधिक सरोवर का, सरोवर के जल से नदी का नदी के जल से तीर्थ का और तीर्थ के जल से गंगा जी का जल अधिक श्रेष्ठ होता है।

महर्षि वाल्मीकि जी ने तो यहां तक कह डाला कि गंगा जल का पान करने एवं स्नान करने पर ही लाभ नहीं होता बल्कि उसके स्मरण करने, पढ़ने से भी अभीष्ट फल की प्राप्ति होती है—

गंगाण्टकं पठति यःप्रयतः प्रभाते,
वाल्मीकिना विरचित शुभंद मनुष्यः ।
प्रक्षाल्य गात्रकलिकल्मषपङ्क माशु,
मोक्षं लभेत्पतति नैव नरो भवाब्धौ ॥
श्री महर्षिवाल्मीकि-गङ्गाण्टकं, श्लोक-9

रोजगार की दृष्टि से भी महत्वपूर्ण गंगा नदी भारतीय संस्कृति जो व्यक्तिगत विकास को प्रश्रय न देकर सामूहिक प्रगति एवं कल्याण की भावना से ओतप्रोत है, को प्राचीन काल से ही परिपुष्ट करती रही है, इसकी पुष्टि वेदों में की गई प्रार्थनाओं से होती है। गंगा सांस्कृतिक एकता का केन्द्र है, इसकी पुष्टि समय-समय पर गंगातट पर लगने वाले पर्वों, गंगा दशहरा एवं कुंभपर्व पर होती है जब देश के ही नहीं अपितु विदेशों से भी भक्त बड़ी संख्या में आकर सामूहिक कल्याण की भावना से जप, तप, पूजन, यज्ञ, दान, पुण्य, सत्संग, कथा श्रवण, आरती, प्रसाद ग्रहण, गंगा स्वच्छता जैसे क्रिया कलाप करते हुये दिखाई देते हैं ये कृत्य मात्र सांस्कृतिक पहचान, राष्ट्रीय एकता तक ही सीमित न रहकर विश्व बन्धुत्व/वसुधैव, कुटुम्बकम का संदेश देने के प्रत्यक्ष उदाहरण कहे जा सकते हैं, जैसा कि वेदों में भी निर्देशित किय गया है कि प्रत्येक व्यक्ति को

प्रथकतावादी दृष्टिकोण न रखते हुये समष्टि की भावना के साथ कर्तव्यपथ पर अग्रसर होना चाहिए:-

समानो मन्त्रः समितिः समानी ।

समान मनः सह चित्तमेषाम ॥

-ऋग्वेद 10/191/3

वैदिक साहित्य में जल को पवित्रता का प्रतीक माना गया है। अथर्ववेद में-“शन्नो देवीरभिष्टये आपो भवन्तु पीतये। शंयोरभिस्त्रवन्तु नः ॥ मंत्र के द्वारा सभी प्रकार के जलों में दिव्यता का आधान कर मानव कल्याण की कामना की गई है, जो हमारी धार्मिक भावना के साथ ही संस्कृति का भी परिचायक है।

सदियों से यह विश्वास किया जाता रहा है कि गंगा स्नान करने से पापों का क्षय होता है, इसीलिये गंगा जल को दूर-दराज के लोग पात्रों में भरकर ले जाते रहे हैं, इतना ही नहीं धार्मिक लोग इसके अभाव में गंगे च यमुने चैव, गोदावरी सरस्वती, यशोगान द्वारा ही पुण्यार्जन करने पर विश्वास करते हैं। जो गंगा हमारे लिये आध्यात्मिक सांस्कृतिक, आर्थिक, ऐतिहासिक, चिकित्सकीय, पर्यटन, कृषि आदि अनेक दृष्टिकोणों से अति महत्वपूर्ण है, उसका उल्लेख वेदों के अतिरिक्त शतपथ ब्राह्मण, जैमिनी ब्राह्मण, तैत्तरीय आरण्यक आदि में भी प्राप्त होता है। इन ग्रन्थों का अध्ययन कर गंगाजी का लाभ लेने की कामना से ऋषि-मुनियों ने इस के तट पर अपने आश्रम बनाने आरम्भ किये।

यद्यपि सभी जलो में गंगाजल सर्वश्रेष्ठ होता है, लेकिन हर कोई जल प्राणिमात्र के लिये बहुउपयोगी होकर जीवनदायी होता है, इसलिए उसकी स्वच्छता पर विशेष बल दिया गया है-

**नाप्सु मूत्र पुरीषं वा ष्टोवनं समुत्सृजेत् ।
अमंध्यलिप्तमन्यद्वा लोहितं वा विषाणि वां ॥**

-मनुस्मृति, 4-56

अर्थात् जल में मल, मूत्र, थूक, रक्त, जहरीले पदार्थ तथा अन्य अनेक दूषित वस्तुओं का विसर्जन नहीं करना चाहिए।

जल अपने में अनेक विशेषताओं को समाहित किये होता है, उन्हीं के आधार पर वह जीवनदायी बतलाया गया है। आयुर्वेद के प्रसिद्धग्रन्थ भाव प्रकाश निघण्टु में उसके गुणों का विस्तार से वर्णन किया गया है-

**पानीयं श्रम नाशन क्लमहरं मूर्च्छापिपासपहम् ।
तंद्रा छर्दिविबन्धहृदबलकरं निद्राहरं तर्पणम् ॥
हृदयं गुप्तरसं हि अजीर्णशमकं नित्यंहितं शीतलम् ।
लहवच्छ रसकारण निगदितं पीयूषवज्जीवनम् ॥**

अर्थात्, जल श्रम को दूर करने वाला, क्लान्ति को मिटाने वाला, मूर्च्छा-प्यास नष्ट करने वाला, निन्द्रानाशक तृप्तिदायक, हृदय के लिये लाभकारी, अत्यन्त रस वाला, अजीर्ण को नष्ट करने वाला, सदा हितकारक, शीतल, लघु, स्वच्छ, सम्पूर्ण मधुरादि रसों का कारण तथा अमृत के समान गुणों वाला होता है।

वैदिक शास्त्रों में चिकित्सकीय दृष्टि से जल के उपयोग का विधान बतलाते हुये कहा गया है कि जल सर्वश्रेष्ठ औषधि है, इसके सेवन से जीवन सुखमय बनता है, शरीर की अग्नि आरोग्य वर्द्धक होती है, इसलिये उससे अभिसिंचन और उपसिंचन कर लाभ प्राप्त करें—

**जलाषणभिविषंचत जलाषेणोपसिंचत ।
जलाषमुग्रं भेषजं तेनोमृद जीव से ॥**

—ऋग्वेद मं०6अ०57मं०2

यूँ तो सभी जल प्राणी मात्र का अनेक प्रकार से कल्याण करते हैं, लेकिन उन में गंगा नदी की तरह हिमालय क्षेत्र से निकलने वाली जल धारायें अन्यो से अधिक महत्वपूर्ण होती हैं, विशेषकर चिकित्सा की दृष्टि से जैसा कि वेदों में भी उल्लेख किया गया है—

**हिमवतः प्रसवन्ति सिन्धौ समह संगमः ।
आपो हं महां तद देवीर्ददन् हृदघोत भेषजम् ॥**

—अथर्ववेद 6/24/1

अर्थात् बर्फ से आच्छादित पर्वत चोटियों से जो जल धारायें बहती हुई समुद्र की ओर जाती हैं, वे औषधीय गुणों से युक्त होकर रोगों को नष्ट करने वाली अमृत—मय होकर हृदय को शान्ति प्रदान करने में सहायक होती हैं।

यह शंका होना भी स्वाभाविक है कि इन जल धाराओं का जल ही अधिक गुणकारी क्यों और कैसे हो जाता है? कारण स्पष्ट है हिमालय क्षेत्र में असाध्य से असाध्य रोगों को नष्ट करने वाली असंख्य औषधीय जड़ी—बूटियां, वनस्पतियां पायी जाती हैं, इनके निरन्तर स्पर्श से वे औषधीय गुण जल में भी आ जाते हैं जब उस जल का उपयोग किया जाता है, तब प्राणिमात्र का कल्याण स्वाभाविक है।

जल का उपयोग कब और कैसे करना चाहिये, इस सम्बन्ध में भी शास्त्रों में जन कल्याण के लिये स्पष्ट दिशा निर्देश दिये गये हैं, जो जल शरीर के लिये जरूरी है, किसी समय विशेष पर उसी जल का उपयोग करना हानिकारक भी हो जाता है—

**अजीर्णं भेषजं वारि जीर्णवारि बलप्रदः ।
भोजने चामृतंवारि, भोजनान्ते विषप्रदः ॥**

अर्थात् अजीर्ण में जल औषधि का काम करता है, भोजन के पच जाने पर जल पीने से बल में वृद्धि होती है, भोजन में मिला हुआ जल अमृत के समान लाभकारी होता है और भोजन करने के तुरन्त बाद जल पीना विष तुल्य हो जाता है, क्योंकि इसके सेवन से भोजन पचाने वाली अग्नि मन्द हो जाती है।

वेदों में जल चिकित्सा के सम्बन्ध में अनेक उद्धरण प्राप्त होते हैं, जिनके द्वारा जन सामान्य लाभान्वित होते हैं—

**आप इद्धा उ भेषजोरापो अभीव चातनीः ।
आपस सर्वस्य भेषजोस्तास्तु कृण्वन्तु भेषजम् ॥**

—ऋग्वेद 90/137/6

अर्थात् जल औषधि है, जल रोगों का दुश्मन है, यह सभी रोगों का नाश करता है, इसलिये यह तुम्हारा भी रोग दूर करे।

इसी प्रकार का वर्णन अथर्ववेद 3/7/5 में भी किया गया है, जो हर प्रकार से लोकोपकारी है। मनुजी ने भी मनु०अ०5/श्लोक 109 में "अद्धिर्गात्राणि शुध्यानी.... अर्थात् जल से शरीर शुद्ध होता है, कहकर जल के महत्व पर प्रकाश डाला।

स्नान प्राणिमात्र के लिये जरूरी होता है, यह हर कोई जानता है, लेकिन चिकित्सकीय दृष्टि से वह किन-किन रोगों में लाभकारी है, हर एक नहीं जानता। शोध द्वारा सिद्ध हो चुका है कि सामान्य जल की तुलना में गंगाजल से स्नान करने तथा तैरकर स्नान करना विशेष लाभकारी होता है, क्योंकि गंगा जल अपने खनिज गुणों के कारण रोग प्रतिरोधक क्षमता अधिक प्राप्त कर लेता है, साथ ही तैर कर स्नान करने से व्यायाम के लाभ भी प्राप्त हो जाते हैं।

समय-समय पर सभी मनुष्य घर तीर्थों या फिर गंगा तट पर जाकर साधारण भाव से स्नान करते हैं, लेकिन स्पष्ट रूप से यह जानकारी नहीं रहती कि हमारे तन-मन के किन-किन रोगों की चिकित्सा हो रही है, जब कि हमारे शास्त्रों में गहन चिन्तन और शोध के आधार पर पहले भी स्नान के लाभ बतलाये जा चुके हैं—

दीपनं वृष्यमायुष्यं स्नानमोजो बलप्रदम् ।
कंडूलम श्रमस्वेद तन्द्रातृड्दाह पुत् ॥
रक्त प्रसादनं चापि सर्वेन्द्रिय विशोधनम् ॥

—वाग्भट सूत्र स्थान अ०2

अर्थात् स्नान करने से भूख, बल, आयु और जीवन शक्ति बढ़ती है। चर्मरोग, मल, थकावट, पसीना और उसकी दुर्गन्ध, तन्द्रा, आलस्य, प्यास, जलन पापों का नाश होता है, रक्त को शुद्ध करता है तथा सभी इन्द्रियां स्वच्छ और निर्मल हो जाती हैं।

लगता है इन सभी लाभों को प्राप्त करने के उद्देश्य से हमारे शास्त्रों में समय-समय पर स्नान करने का विधान बतलाया हो। आज तो गंगा जल के चिकित्सकीय महत्व को देखकर अन्य देशों के लोग भी भारत में आकर स्वास्थ्य लाभ प्राप्त करते हैं। हमारे शास्त्रों में साधारण जल से स्नान करने पर रूप, तेज, बल, पवित्रता, आयु, निर्लोभता, दुःस्वप्न का नाश, तप, आरोग्य और मेधा ये दस गुण प्राप्त होते हैं, की बात कही गई है—

गुणा दश स्नान परस्य साधो रूपं चतेजाश्च बलं चशौचम् ।
आयुश्यमारोग्यमलोलुपत्व दुःस्वप्ननाशश्च तपश्च मेधाः ॥

—दक्षस्मृति अ०2/13

जब साधारण जल से इतने सारे लाभ प्राप्त होते हैं तब त्रिपथगा गंगा जिसका सम्बन्ध ब्रह्मा, विष्णु और महेश तीनों से माना गया है, कितनी कल्याणकारी होगी? कहना कठिन है, पर स्वयं मां गंगा ही अपने सम्बन्ध में कहती हैं कि कोई भी व्यक्ति यदि साधारण जल से स्नान करते समय, जहां कहीं भी मेरा स्मरण करेगा मैं वहीं के जल में आ जाऊंगी—

नन्दिनी नलिनी सीता मालती च महापगा ।
विष्णुपादाब्जसम्भूता गंगा त्रिपथगामिनी ॥
भागीरथी भोगवती जाह्नवी त्रिदशेश्वरी,
द्वादशैतानि नामानि यत्र यत्र जलाशये ।
स्नानोद्यतः स्मरेन्नित्यं तत्र तत्र वसाम्यहम् ॥

—आचार प्रकाश, आचरेन्दु, पृ०45

हर प्रकार से कल्याणकारी मां गंगा के प्रति भारतीय मनीषियों का श्रद्धाभाव उमड़ना स्वाभाविक है। तभी तो मात्र लिखकर, हाथ जोड़कर, माथा झुकाकर ही यहां के लोग उसका गुणगान नहीं करते अपितु अनेक कलाकृतियों में मूर्ति के रूप में देवी मानकर स्तुति भी करते हैं। आध्यात्मिक सांस्कृतिक एवं चिकित्सकीय दृष्टि से महत्वपूर्ण मां गंगा के प्रति श्रद्धाभाव रखना स्वाभाविक है। वर्तमान परिप्रक्ष्य में हम सबका यह भी दायित्व है कि हम उसे प्रदूषण मुक्त रखने में पूर्ण सहयोग प्रदान करें।

न्याय उस भाषा में होना चाहिए जिसका एक-एक शब्द उसकी समझ में आता हो, जिसका कि न्याय हो रहा हो।

पं. मदन मोहन मालवीय