

संस्कृतं नाम दैवी वाक

भाषासु मुख्या मधुरा, दिव्या गिर्वाणभारती ।

जगातील सर्वात प्राचीन राष्ट्रांपैकी एक भारत राष्ट्र आहे. भारतीय संस्कृती प्राचीन संस्कृती आहे. आधिभौतिक, आधिदैविक व आध्यात्मिक या तिन्ही क्षेत्रात भारताने प्राचीन काळीच प्रगती केली होती. हा संस्कृतीचा वारसा प्राचीन काळापासून आपल्या पर्यंत आला कारण हे सर्व ज्ञान संस्कृत भाषेत आहे आणि हे मौखिक परंपरेने गुरु-शिष्यांनी पठन-पाठनाने अतिशय कष्टाने जतन करून आपल्यापर्यंत पोहोचविले.

हे ज्ञान प्राप्त करण्यासाठी संस्कृतचे अध्ययन करणे अपरिहार्य आहे. चार वेद, आरण्यके, उपनिषदे, सहा दर्शन, विज्ञानशास्त्र, इत्यादी विपुल ज्ञान भांडार, साहित्य संस्कृत भाषेत ग्रंथित झाले आहे. संस्कृत भाषा देववाणी आहे. जसे एका सूक्ष्म व केवळ ज्ञानगम्य बीजरूप, ब्रह्मत्वपासून सृष्टी निर्मिती झाली तसेच बीजरूप कार ह्या आद्यध्वनीपासून संस्कृत भाषारूपी सृष्टी निर्माण झाली. संस्कृत भाषा सुत्रबद्ध आहे. मोजक्या शब्दात मोठा आशय मांडण्याचे कौशल्य ह्या भाषेद्वारे प्राप्त होते. महर्षि पाणिनींनी व्याकरणशास्त्राचा अष्टाध्यायी नावाचा ग्रंथ सुत्रबद्ध केला. तसेच महर्षी पतञ्जलींनी योगसूत्र नावाचा ग्रंथ रचला. ह्या ग्रंथातील सिद्धान्त आधुनिक मनोविज्ञानाहूनही प्रगत आहेत.

संस्कृतमध्ये गणितशास्त्र, खगोलशास्त्र, वास्तुशास्त्र, कृषीशास्त्र, षरिशास्त्र इत्यादी वैज्ञानिक शास्त्रांचेही विपुल अध्ययन ग्रन्थ निर्मिल्या गेले. संस्कृतवाङ्मयाचे नवनीत म्हणजे सर्व शास्त्रे होत. आणि ह्या शास्त्रांच्या अध्ययनाला संस्कृताध्ययन अनिवार्य आहे.

भारतीय संस्कृती आणि संस्कृत

जगातील सर्वात प्राचीन राष्ट्रांमध्ये भारताची गणना होते. इथे राष्ट्र हा शब्द त्याची भव्यता व व्यापकता दर्शवितो. पृथ्वीच्या पाठीवरील जमिनीचा एक साधा तुकडा म्हणजे देश ह्या अर्थानेच फक्त त्याचे अस्तित्व नाही तर जिला आपण भारतीय संस्कृती असे म्हणतो, तिचा एक अखंड स्रोत अव्याहतपणे जिथे कमीत कमी पाच-सहा हजार वर्षे पिढ्यान्-पिढ्या वाहत आला आहे. तो हा भारत आहे. म्हणजेच तो फक्त भौगोलिक दृष्ट्याच नव्हे तर सामाजिक व सांस्कृतिक दृष्ट्याही एकसंध असल्याने राष्ट्र असे संबोधिले जाते.

अशा भारतात मानवाला आपल्या आध्यात्मिक कल्याणासाठी आणि भौतिक उन्नतीसाठी ज्या ज्या शास्त्रांची आवश्यकता आहे त्या सर्व शास्त्रांमध्ये फार प्राचीन काळीच उच्चतम प्रगती झाली. ज्याला इंग्रजीत 'any subject under the sun' असे म्हणता येईल तो तो प्रत्येक विषय अत्यंत शास्त्रीय पध्दतीने भारतात प्राचीन काळीच अभ्यासला गेला, इतकेच नव्हे तर 'any subject beyond the sun' अशा सुर्यापलिकडे असणाऱ्या विषयाचा देखील सखोल अभ्यास भारतात झाला. त्या त्या विषयांतील सिध्दान्त आजही ग्राह्य मानले जातील इतके मुलभूत आहेत. चौदा विद्या आणि चौसष्ट कला यांची अत्यंत शास्त्रीय पायावर उभारणी व चिकित्सा केली गेली आहे. आधिभौतिक, आधिदैविक व आध्यात्मिक या तिन्ही क्षेत्रात भारताने प्राचीन काळीच अत्यंत टोकाची प्रगती केली होती.

ह्या आणि इतक्या सर्वांगपरिपूर्ण संस्कृतीचा वारसा आपल्यापर्यंत वाहत आला याचे कारण म्हणजे हे सर्व ज्ञान ज्या भाषेत शब्दबद्ध झाले ती म्हणजे संस्कृत भाषा. जी



डॉ. स्नेहल दंताळे

संस्कृत भाषा शिक्षक व आहारतज्ज्ञ

अव्याहतपणे आजही भारतात जीवंत आहे. दुसरे महत्वाचे कारण म्हणजे संस्कृत भाषेत असलेले ज्ञान मौखिक परंपरेने, पठन-पाठनाने गुरु शिष्यांनी अत्यंत कष्टाने जतन करून आपल्यापर्यंत पोहोचविले. याचा आणखी एक परिणाम असा झाला की हे संपूर्ण ज्ञान मिळवावयाचे असेल तर संस्कृत भाषेचा परिपूर्ण अभ्यास करणे अपरिहार्य झाले.

भारतीय वैदिक वाङ्मय

प्राचीन काळी आणि आजही वेद हे ज्ञानाचे आगर मानले जात होते आणि आहेत. वैदिक साहित्य खालीलप्रमाणे आहेत.

ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद व अथर्ववेद हे चार वेद, आयुर्वेद इत्यादी उपवेद, पूलबसूत्र, निघण्टु, सहा वेदांगे (षिक्षा, कल्प, व्याकरण, निरुक्त, छंद, ज्योतिष), प्रत्येक वेदाचे ब्राह्मण-ग्रंथ, आरण्यके, उपनिषदे, सहा दर्शनशास्त्रे (न्याय, वैशेषिक, सांख्य, योग, पूर्व मिमांसा, उत्तर मिमांसा) आणि अठरा पुराण (अग्नि पुराण, भगवत पुराण, ब्रह्म/आदि पुराण, ब्रम्हानंद पुराण, ब्रह्मवैवर्त पुराण, गरुड पुराण, कुर्म पुराण, लिङ्ग पुराण, मार्कण्डेय पुराण, मत्स्य पुराण, नारद पुराण, पद्म पुराण, शिव पुराण, स्कंद पुराण, वामन पुराण, वराह पुराण, वायु पुराण, विष्णु पुराण)

वेदांतील शब्दांचा कोश म्हणजे निघण्टु व निघण्टु वरील महर्षि यास्काच्यान्यांनी केलेले भाष्य म्हणजे निरुक्त होय. प्रत्येक वेदाचे ऋशी व त्याचे ब्रह्मवाक्य खालीलप्रमाणे आहेत.

वेद	ऋशी	ब्रह्मवाक्य
ऋग्वेद	पैल	प्रज्ञानं ब्रह्म
यजुर्वेद	वैशंपायन	अहं ब्रह्मास्मि
सामवेद	जैमिनी	तत्वमसि
अथर्ववेद	सुमंत	अथमात्मा ब्रह्म

सहा दर्शनशास्त्रे व त्यांचे रचयिता ऋशी खालीलप्रमाणे आहेत.

न्याय	-	गौतम
वैशेषिक	-	कणाद
सांख्य	-	कपिल
योग	-	पतंजली
पूर्व मिमांसा	-	जैमिनी
उत्तर मिमांसा (वेदांत)	-	व्यास

अशी ही विपुल ज्ञानसंपदा वेद आणि वेदोत्तर साहित्य हे संस्कृत भाषेत रचल्या गेले आहेत. वाङ्मय म्हणजे वाणीबद्ध. वेद हे वाङ्मय असल्यामुळे वैदिक ज्ञान मिळविण्यासाठी संस्कृत भाषेचे अध्ययन अत्यंत आवश्यक आहे.

देववाणी संस्कृत

भाषा ही मानवाला परमेश्वराने दिलेले अत्यंत महत्वाची व नैसर्गिक देणगी आहे. संस्कृत भाषा ही देववाणी मानली गेली असून अत्यंत पवित्र मानली गेली आहे. वैदिक

ऋषींना वेदांतील ज्ञान प्रत्यक्ष दिसले, खुद वेद देखील दिसले आणि त्या भाषेच्या माध्यमातून स्वतः देवांनी त्या ऋषींना हे ज्ञान दिले. या भाषेतून देव ऋषींशी बोलले आणि ऋषींनाही ते समजले याचा अर्थ असा की देवांची भाषाही संस्कृतच होती. ती ऋषींनी देवांपासून अवगत करून पृथ्वीवर प्रचलित व प्रसारित केली. म्हणून ती देववाणी म्हटली गेली.

भाषा म्हणजे ग्रंथाचे शरीर नसून ध्वनींचे शरीर आहे. सा तु ध्वनीषरीरा न तु ग्रन्थकाया एका ध्वनीचे जिह्वा, दंत इत्यादी इंद्रियांच्या सहाय्याने अनेक वर्ण निर्माण होतात. ते अनेक वर्ण मिळून शब्द, असंख्य शब्दांचा उपयोग करून अनंत वाक्य तयार करून व्यवहार केला जातो. एका सुक्ष्म ध्वनीपासून स्थूल वाक्यापर्यंत संस्कृत भाषारूपी सृष्टी निर्माण झाली आहे आणि तो बिजरूप आद्यध्वनी म्हणजेच उपनिशदांत सांगितलेला कार होय.

संस्कृत आणि विज्ञानः

गणितशास्त्रात, कृषीशास्त्रात, खगोलशास्त्र, वास्तुशास्त्र/स्थापत्यशास्त्र, रसायनशास्त्र, वैद्यकीयशास्त्र/शरीरशास्त्र, आहारशास्त्र, मानसशास्त्र इत्यादी अनेक शाखांचा सखोल आणि परिपूर्ण अभ्यास भास्काराचार्य, आर्यभट, वराहमिहिर, चरक, सुश्रुत, कणाद, पराशर, अशा अनेक ऋषींनी अगणित ग्रंथनिर्मिती करून उपलब्ध करून दिला आहे.

संस्कृत भाषेतील वैशिष्ट्ये

संस्कृत भाषेचे आणखी एक वैशिष्ट्य म्हणजे सुत्रबद्धता. वेदयुगाच्या शेवटच्या चरणात सुत्रसाहित्यकाळ असेही म्हणू शकतो. महर्षि पाणिनींनी संस्कृत व्याकरणासंबंधीचे नियम सुत्रबद्ध करून अष्टाध्यायी या ग्रंथात मांडले आहेत. आज आपण अभियांत्रिकी भाषेत ज्याला Data comparsion technique असे म्हणतो. त्याचपध्दतीने पाणिनींनी अष्टाध्यायीची रचना करून content sensitive grammer पध्दती लोकांसाठी दिली. ज्याप्रमाणे आधुनिक संगणकात nemanic string कार्य करते त्याप्रमाणे पाणिनीय सुत्रे कार्य करतात. आजही संगणक शास्त्रज्ञ पाणिनी महर्षींच्या इतक्या उपयुक्त आणि सूत्रबद्ध रचनेने विस्मित आहेत.

अष्टाध्यायी प्रमाणेच महर्षी पतंजलींचा योगसुत्र नावाचा ग्रंथ महत्वाचा आहे. जो योगशास्त्राच्या अभ्यासातील एक महत्वाचा संदर्भ-ग्रंथ मानला जातो. योगसुत्र ग्रंथातील सिद्धान्त आधुनिक मनोविज्ञानाहुनही प्रगत आहेत आणि म्हणून कदाचित ख्रि.पू. ३००० ते २००० पर्यंत भारतात सूत्रयुग आणि तेवढेच उन्नत बौद्धिकसाधनायुग

होते असे म्हणू शकतो.

संस्कृत भाषाध्ययनाची अनिवार्यता

संस्कृत भाषेचे अध्ययन ही पहिली पायरी आहे काव्य अध्ययन ही दुसरी पायरी. पण खरेतर संस्कृतचा अभ्यास भाषा व काव्य या पलीकडे जाऊन शास्त्रांचा अभ्यास होय. संपूर्ण संस्कृत वाङ्मयाचे नवनीत म्हणजे आपली ही सगळी शास्त्रे होत. ज्याला आपण भारतीय ज्ञान असे म्हणतो ते सर्व या शास्त्रांमध्ये आहे. म्हणून ह्या शास्त्रांचा अभ्यास करण्याकरिता संस्कृतचे अध्ययन अनिवार्य आहे.

मुळ संस्कृत वाङ्मयाचा अभ्यास नसेल तर भाषांतरित पाठ अभ्यासण्याचा पर्याय असतो. परंतु ज्या भाषेत भाषांतर केले असेल त्या भाषेत जर पर्यायी शब्द नसेल तर ते पूर्णपणे योग्य भाषांतर ठरणार नाही संस्कृत ही अतिशय समृद्ध भाषा आहे. एकेका शब्दासाठी शंभरच्या वर समानार्थी शब्द ह्या भाषेत आहेत. इतर भाषांची शब्दसंपत्ती संस्कृत पेक्षा निश्चितच कमी असावी आणि भारतीय वाङ्मयातील अनुभव सम्पन्न शब्द जसे-ध्यान, धारणा, समाधी, योग इत्यादी व अशा अनेक शब्दांना इंग्रजी वा इतर भाषांमध्ये शब्दच नाहीत. अशावेळी भाषांतरासोबत अर्थांतर होण्याचीही शक्यता असते. असे झाले तर ते भाषांतर योग्य अर्थावगाहन करणारे असेल असे म्हणता येणार नाही व परिणामी अभ्यासकाला योग्य ज्ञान व दिशा मिळणार नाही.

उदाहरणार्थ - पातंजल योगसूत्रांत अष्टांगयोगात यम, नियम, ध्यान, धारणा, प्रत्याहार वगैरे सांगितले आहेत. त्यात अहिंसा, अस्तेय, शौच, वगैरेच्या पालनाने काय केल्याने काय होते असे सूत्ररूपाने सांगितले आहे. शौच ह्याविषयी जे सूत्र आहे ते असे - शौचात् लभते स्वांग जुगुप्सा ।

वरील सूत्रात सांगितल्याप्रमाणे व्यक्तिला आंतर्बाह्य शौच (शुचिता) पालनानंतर मिळणाऱ्या अनुभवास जुगुप्सा असे म्हटले आहे. पण काही पुस्तकांत ह्याचे शब्दशः भाषांतर He will feel disgust for others अशाप्रकारचे काहीसे केले आहे. येथे जुगुप्सा ह्या शब्दाचे कपेहेनेज असे भाषांतर चुकीचे ठरेल आणि म्हणून संस्कृत भाषेचा अभ्यास असेल तर सूत्रांचा अर्थ योग्य पध्दतीने जाणून घेऊन अध्ययन करणे सुलभ होईल.

भारतीय तत्वज्ञान व वैदिक वाङ्मयाचे आपल्याकडे भांडार आहे व त्याची किल्ली म्हणजे संस्कृत भाषा आहे. जर आपल्याकडे ही संस्कृत भाषारूपी कुंजिका असेल तर आपल्यासाठी हे ज्ञानभांडार खुले आहे.



सौ. सोनाली कुलकर्णी
'आर्ट ऑफ लिव्हिंग
शिक्षक' व योग साधक

“॥ गायनं पंचमो वेदः ॥”

प्रा

चीन भारताच्या परंपरेत दर्शने, शास्त्र योग आणि भारतीय संगीतही समाविष्ट आहे. किंबहुना आपल्या वैशिष्ट्यपूर्ण संस्कृतीचा हा एक विशेष पैलू आहे. आजच्या आधुनिक तंत्रज्ञानाच्या युगात हे अभिजात संगीत घट्ट पाय रोऊन उभे आहे, हीच त्याची खरी महती.

‘सामवेदाविदं गीतं संजग्राह पितामहः.’

संगीतशास्त्राचे मूळ अपौरुषिय चतुर्वेदांपैकी सामवेदात सापडते. साक्षात पितामह ब्रह्मदेवांनी संगीतशास्त्राचे ग्रहण सामवेदातून केले. सामवेदाचे गायन आणि श्रवण म्हणजे शरीरमनावर विलक्षण सकारात्मक प्रभाव टाकणारे पवित्र मंत्रस्नानच आहे. यालाच ‘सामगान’ असे संबोधले आहे. कालांतराने सामवेदातील काही बदलांनंतर पुढे हे संगीतशास्त्र गंधर्वगान नावाने प्रसिद्ध झाले.

अग्निहोत्रं यथाकार्यं गानकार्यं कथैव हि।

वेदोक्तत्वात् स्मृतिप्रोक्तं कर्तव्यत्वान्मनिषिभिः॥”

– अहोबल पंडित

संगीत परिजात

अर्थात, अग्निहोत्र कार्य वेदशास्त्रानुसार जसे प्रत्येक माणसाचे कर्तव्य सांगितले आहे. तसेच विद्वानांकडून संगीतसुद्धा एक कर्तव्य मानले गेले. शास्त्रोक्त संगीतसाधना ही कुंडलिनी शक्ती जागृतीचे आणि कैवल्याकडे नेणारे, मोक्षप्राप्तीचे माध्यम आहे.

कंठ संगीत एक योगाभ्यास

शरीर, श्वास, मन आणि बुद्धी या सर्व अथवा यापैकी एका देखील घटकाचा संबंध जिथे येतो तिथे योग उपयुक्त ठरतो. मग याला कंठसंगीतही अपवाद कसे ठरू शकेल? कारण शास्त्रीय गायनाचा मूलभूत पायाच या चतुःस्तंभांवर आधारलेला आहे. त्यामुळे एका शास्त्राला दुसऱ्या शास्त्राची मिळालेली जोड ही लाभदायक सिद्ध झाली आहे.

शास्त्रीय गायन हे स्वरप्रधान असून, विविध स्वररचना आणि रागांवर आधारित आहे. त्याची मांडणी व सादरीकरण अत्यंत शास्त्रशुद्ध व नियमबद्ध आहे. या गानपद्धती व मांडणीनुसार भिन्न पद्धतींना ‘घराणी’ संबोधले आहे. यातील गायन जरी वैविध्यपूर्ण

असले तरी स्वर मात्र तेच असतात.

गायनाला योगाची जोड

शास्त्रीय गायनाचे अध्ययन, अध्यापन व सादरीकरण या तीनही प्रक्रियांकरिता गायकाच्या शरीरमनाचे आरोग्य, आवाज आणि श्वसनक्षमता सर्वाधिक महत्त्वाची ठरते. योगाभ्यासाची जोड मिळाल्यास गायन अधिक सहज व प्रभावी होण्यास मदत होते.

मानवी आवाज हा निसर्गदत्त आहे. कुणाचा जाड, कुणाचा बारीक, मोठा, पातळ. ही भिन्नता जरी असली तरी आवाज जर सुरेल असेल तर कानाला चांगलाच वाटतो. असा आवाज स्पष्ट, खुला व दमदार लागला तर रसिकांची दाद मिळवून जातो. याकरिता श्वासावर नियंत्रण व अधिक क्षमतेचा श्वास यात योगाभ्यास विशेषतः विभागीय श्वसन, जालंधर बंध, प्राणायाम, हस्तमुद्रा, ॐकार साधना व काही आसने अत्यंत लाभदायक ठरतात.

संगीतशास्त्र म्हणजे संपूर्ण अष्टांग योगाची साधनाच म्हटली पाहिजे ज्यामध्ये यम, नियमांपासून समाधीपर्यंत सर्वच अंगांचा संगीतोपासनेच्या रूपाने अभ्यास केला जातो. मी तर म्हणून की, शास्त्रीय संगीत व योग ही दोन्हीही उपनिषदेच आहेत ज्यात आजही गुरू-शिष्य परंपरेने ज्ञानदान व ज्ञानग्रहणाचा वारसा अबाधित पुढे जात आहे.

अविरत साधना

महामुनी पतंजलींनी आपल्या योग दर्शनातील समाधिपादात सांगितल्याप्रमाणे,

“स तु दीर्घकालनैरनैरत्यसत्कारसेविता दृढभूमिः”

अर्थात योग आणि संगीत या दोहोंची साधना दीर्घकाळ, सातत्यपूर्ण व श्रद्धापूर्वक दृढतेने केली पाहिजे. या दोन्हीमधून ‘तपस्वाध्यायेश्वरप्रणिधान’ हा पतंजलींनी साधनपादात सांगितलेला क्रियायोगही साधला जाईल.

गायकाची योगसाधना

जीवनात आरोग्य व स्वास्थ्य असल्याशिवाय

कला विकसित होत नाही. आधीच्या कलाकार व गायकश्रेणींनी तासनुतास अहोरात्र आपल्या अभ्यासपूर्ण निरीक्षणातून रियाजातून शरीर, श्वास, मन यात एकतानता साधली. त्या काळातही त्यांनी योगाभ्यासाचे तंत्र विविध प्रकारे नक्कीच अवलंबिले त्यामुळे जीवनात येईल त्या प्रसंगाला तोंड देऊन या ज्येष्ठ कलाकारांनी शास्त्रीय संगीत विद्येचा नंदादीप तेवत ठेवला आणि त्यातून त्यांचं अवघं जीवनच योग बनले.

संगीतक्षे नवी पिढी आणि योग

कुठल्याही विषयाचा आस्वाद न घेतलेले लहान मूल पाळण्यात रडत असेल तर ते गाण्याचे अमृतपान ऐकून प्रसन्नशांत होते. रानावनातील पशू-पक्षी झाडेवेलीही संगीताने मोहित होतात तसेच मानवी मन व शरीरावरही शास्त्रीय संगीतातील स्वरांचा सकारात्मक प्रभाव पडतो म्हणूनच ही एक चिकित्सा पद्धती म्हणूनही अत्यंत लाभदायक सिद्ध झाली आहे.

कंठ संगीतशास्त्राची उपासना करणाऱ्या नवोदित शिष्य, अभ्यासक, कलाकार, तज्ञ गायक मंडळींनीही आपल्या दैनंदिन जीवनात योगाभ्यासाचा समावेश केल्यास संगीताचे अध्ययन व सादरीकरण यात अधिक सहजता आणता येईल हे नक्की. तसेच योगसाधनेत शास्त्रोक्त संगीताचा समावेश केल्यास व योगसाधकांनी संगीताचे श्रवण, अध्ययन केल्यास मिळणारे लाभ विशेषतः अंतरंग योगातून मिळणारी अनुभूती ही विलक्षण आनंदादायी, सच्चिदानंदस्वरूप असेल.

अध्यात्मिक गुरू श्रीश्री रविशंकरजी यांनी आपल्या प्रवचनात म्हटल्याप्रमाणे योग आणि शास्त्रीय संगीत एकाच नाण्याच्या दोन बाजू असूनप्रत्येक व्यक्तीच्या जीवनात ज्ञान, गान आणि ध्यानयांचा सम वेश असेल तर जीवन परिपूर्ण होईल.

संगीतशास्त्र हे ज्ञानयोग, क्रियायोग आणि भक्तियोगाचा त्रिवेणी संगम आहे ज्याला अष्टांगयोग आणि हठयोचा परीसस्पर्श व्हायला हवा.

योगसाधक आणि शास्त्रीय गायक यांच्यावर अनुभवांवरून मी माझे मत या लेखाद्वारे मांडले आहे.

“लोका समस्ता सुखितो भवन्तु”