National Journal of
Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177
NJHSR 2026; 1(67): 65-67
© 2026 NJHSR
www.sanskritarticle.com

प्रो. शीतला प्रसाद शुक्ल
पुराणविद्या पीठ प्रमुख,
श्री लालबहादुर शास्त्री राष्ट्रीय संस्कृत-विश्वविद्यालय, नई दिल्ली–110016

Correspondence:
प्रो. शीतला प्रसाद शुक्ल
पुराणविद्या पीठ प्रमुख,
श्री लालबहादुर शास्त्री राष्ट्रीय संस्कृत-विश्वविद्यालय, नई दिल्ली–110016

भारतीय ज्ञान परंपरा में स्वर विज्ञान

प्रो. शीतला प्रसाद शुक्ल

सनातन ऋषि परम्परा में स्वर विज्ञान मानव कल्याणार्थ स्वर शास्त्रों का निर्माण किया गया **है।** विश्व रंगमंच पर अभिनय करने के लिए मनुष्य का स्वस्थ होना अति आवश्यक है। शिव संहिता में भगवान शिव का कथन है कि इस शरीर में सरिता, सागर, पहाड़, द्वीप, पृथ्वी, जल, वायु, आकाश, अग्नि तीनों लोकों के प्राणी, सभी तीर्थ, सूर्य, चंद्र, ग्रह, नक्षत्र इत्यादि समस्त जड़-चेतन मानव शरीर में निवास करते हैं।

यत् पिण्डे तत् ब्रह्माण्डे[1]

आगम शास्त्र के अनुसार इस शरीर में सात मुख्य आधार हैं- मूलाधार चक्र, स्वाधिष्ठान चक्र, मणिपुर चक्र, अनाहत चक्र, विशुद्ध चक्र, आज्ञा चक्र तथा सहस्रार चक्र।

इन सातों का सहयोग इड़ा, पिंगला और सुषुम्ना नाड़ियों से है। इस शरीर को त्रितंत्री भी कहते हैं। यह शरीर सत, रज, तम तीनों गुणों का द्योतक है। मनुष्य के शरीर में त्रितंत्री इड़ा, पिंगला तथा सुषुम्ना नाड़ियों में प्राणवायु स्थूल, सूक्ष्म तथा कारण रूप में प्रवाहमान है। जिसके फलस्वरूप जीवों का जीवन अबाधगति से निरन्तर गतिमान रहता है। मुख्यतः प्राण-वायु सुषुम्ना के मध्य चित्रिणी नाड़ी के अन्तर्गत अनाहत चक्ररूपी आधार में स्थायी रूप से निवास करती है। इस मुख्य प्राणवायु का ही स्थूल रूप श्वासोच्छवास के रूप में ग्रहण और त्याग किया जाता है। मुख्य प्राणवायु के कुल 49 भेद माने गए हैं, जो इस स्थूल देह का सञ्चालन करते हैं। मन आकाशतत्त्व के सदृश्य है। उसमें अनेकों तत्त्व प्रवेश करते हैं और चले जाते हैं। उसी प्रकार मन में भी होता है, जो भासित होता है वह प्राण से उत्पन्न होता है। श्रुति कहती है कि मन मंत्री है और प्राण राजा है। योगवशिष्ठ में रथ और रथी का सम्बन्ध बताया है मन रथ है और प्राण सारथी है। रथ सारथी द्वारा संचालित होता है। लेकिन रथ ही रथी के जानने का साधन है। अत एव मन और प्राण अन्योन्याश्रित हैं। वस्तुतः प्राण ही क्रियाशील है। योगवशिष्ठ में उल्लेख है-

"मनसः स्पन्दनप्राणः प्राणस्य स्पन्दन मनः"[2]

सनातन ऋषि ज्ञान परंपरा में लोक कल्याणार्थ अनेकों चमत्कारपूर्ण शास्त्रों का निर्माण किया। जिसमें मुख्य रूप से स्वर शास्त्र है। यह विद्या संपूर्ण मानवों के लिए अत्यंत उपयोगी है। इस विद्या के द्वारा सुख, सौभाग्य, स्वास्थ्य, दीर्घायु तथा धन-धान्य की प्राप्ति होती है। यह अत्यंत लाभकारी प्राचीन विद्या है। इस विद्या के द्वारा भूत, भविष्य तथा वर्तमान का ज्ञान प्राप्त किया जा सकता है। स्वरोदय का तात्पर्य है कि नासिका द्वारा निकलने वाली वायु की गतिविधियों का ज्ञान होना ही स्वर विज्ञान का ज्ञान है। स्वर विज्ञान के द्वारा प्रकृति से सामंजस्य स्थापित करके दिव्यातिदिव्य अलौकिक शक्तियों को मनुष्य प्राप्त कर सकता है।

भगवान शिव स्वर शास्त्र के महत्त्व पर बल देते हुए कहते हैं कि -

गुह्याद् गुहातरं सारमुपकार-प्रकाशनम् ।

इदं स्वरोदय ज्ञानं ज्ञानानां मस्तके मणिः ।।
सूक्ष्मात् सूक्ष्मन्तरं ज्ञानं सुबोधं सत्यप्रत्ययम् ।
आश्चर्य नास्तिके लोके आधारं स्वस्तिके जने ।।
स्वरे वेदाश्च शास्त्राणि स्वरे गांधर्वमुत्तमम् ।
स्वरे च सर्वं त्रैलोक्यं स्वरमात्मस्वरूपकम् ।।
नाड़ी-भेदं तथा प्राण तत्त्व भेदं तथैव च।
सुषुम्णा मिश्र भेदं च यो जनाति स मुक्तिगः ।
ब्रह्माण चण्ड-पिंडाद्या स्वरेणैव हि निर्मिताः ।
सृष्टि-संहार-कर्ता च स्वरः साक्षान्महेश्वरः ।।
स्वरज्ञानात् परं गुह्यं स्वरज्ञानात परं धनं ।
स्वरज्ञानत् परं ज्ञानं न वा दृष्टं न वा श्रुतम् ।।
शत्रु हन्यात स्वर बले तथा भिन्न समागमः ।
लक्ष्मीप्राप्तिः स्वरवले कीर्तिः स्वर वले सुखम् ।।
कन्या-प्राप्तिः स्वर वले स्वरतो राज दर्शनम्।
स्वरेण देवता सिद्धिः स्वरेण क्षितिजो वशः ।।
सर्व शास्त्र पुराणादि स्मृति वेदाङ्ग पूर्वकम्।
स्वरज्ञानात् परं तत्त्वं नास्ति किञ्चित् वरानने
इदं स्वरोदयं शास्त्रं सर्वशास्त्रोत्तमोत्तमम्
आत्मघट प्रकाशार्थ प्रदीप-कलिकोपमम् ।।
न तिथिर्न च नक्षत्रं न वारो ग्रह देवताः ।
न च विशिष्ट व्यतीपातो वैधृत्याधास्तथैवच ।।
कु-योगो ना रुव्यतो देवी देहस्थं ज्ञानमुत्तमम् ।
येन विज्ञान-मात्रेण सर्वज्ञत्वं प्रजायते ।।[3]

अत्यंत गुप्त से भी गुप्त अति गुप्त ज्ञान को भगवान शिव ने मानव कल्याण के लिए प्रकाशित किया है। यह ज्ञान अत्यन्त सूक्ष्म है और सत्य का ज्ञान कराने वाला है। इसी स्वर विज्ञान में संगीत एवं समस्त विद्याएँ विद्यमान हैं। इस विद्या के द्वारा नाड़ियों का ज्ञान प्राप्त किया जा सकता है। यह शक्ति सृष्टि से प्रलय तक व्याप्त रहती है। जो साक्षात शिव-स्वरूप ही है। यह सर्वोत्तम ज्ञान है जिससे लौकिक तथा पारलौकिक सभी प्रकार की कामनाएँ पूर्ण की जा सकती हैं। इस ज्ञान से आसुरी शक्तियों का विनाश तथा धन, संपत्ति, यश, कीर्ति प्राप्त किया जा सकता है। इस विद्या के प्रभाव से सभी मनोकामनाएँ पूर्ण की जा सकती है। मनुष्य, देवता इत्यादि सभी को प्रसन्न किया जा सकता है। भगवान शिव ने माँ भगवती से कहा कि हे देवी- सभी शास्त्र आगम-निगम, पुराणादि ये सभी स्वर विज्ञान से परे नहीं हैं। सभी शास्त्रों को प्रकाशित करने वाला दीपक है। इसके प्रभाव से ग्रह, नक्षत्र, वार, तिथि, देवता, भद्रा इत्यादि दोष नहीं होता। इस विद्या के ज्ञाता के लिए शुभ-अशुभ संयोग से ऊपर उठकर सभी कार्य मंगलदायक होतेहोता हैं। इस विद्या के आदि प्रवर्तक भगवान शिव और माँ भगवती पार्वती हैं। माँ भगवती की अनुकंपाम्पा से यह ज्ञान अमृततत्त्व के रूप में इस धरा पर मानव-कल्याण के लिए प्रकट हुआ है। उनके अनुग्रह से समस्त प्राणियों पर कृपा की वर्षा होती रहती है। कौल चिदानंद कहते हैं हैंतेहैं- कि सृष्टि का साधन जल है, आत्मा के बिना शरीर नहीं है। पत्तों के बिना पेड़ शोभा नहीं पाते हैं। देव-मूर्ति के बिना मंदिर, चंद्रमा के बिना रात्रि, तपस्या के बिना ऋषि-मुनि, उसी प्रकार स्वरोदय ज्ञान को सिद्ध किए बिना ज्योतिषी का फलादेश अधूरा है अर्थात गुरु परंपरा से प्राप्त ज्ञान के द्वारा ही लोक का मंगल किया जा सकता है। मानव शरीर में दिन-रात जो श्वास चलता है, उसी का नाम प्राण है। वहीं श्वास जब पुनः शरीर में नहीं आता है लौटकर तब हम उसे मृत शरीर कहते हैं। वस्तुतः श्वास की साधारण गति का प्रमाण नासिका से बाहर निकलते समय 12 अंगुल का होता है तथा नासिका में प्रवेश करते समय इसकी गति10 अंगुल की होती है। श्वास को एक बार अंदर जाकर बाहर आने तक का साधारण काल मान लगभग चार सेकंड का होता है। कालमान और गति का प्रमाण ये दोनों दीर्घायु के प्रमुख विचारणीय विषय हैं। श्वास की गति का प्रमाण कम करने से और काल-मान को बढ़ाने से मनुष्य दीर्घायु होता है। भोजन, रमण, गान, गमन काल में नियम की अपेक्षा अधिक परिमाण से वायु बाहर निकलती है।

देहाद् विनिर्गतो वायुः स्वभावाद् द्वादशांगुलिः ।
गायने षोडशांगुल्यो भोजने विशंतिस्तथा ।।
चतुर्विंशांगुलिः पान्थे निद्रायां त्रि-दशांगुलिः ।
मैथुने षट्-त्रिंशदुक्तं व्यायामे च ततो अधिकम्
स्वभावे अस्य गतौ मूले परमायुः प्रवर्द्धते ।
आयु-क्षयो अधिके प्रोक्तो मारुते चान्तरोद्भूते ।।[4]

गायन काल में श्वास की गति का प्रमाण 36 अंगुल का होता है। भोजन करते समय 20 अंगुल तथा गमन करते समय 24 अंगुल, शयन करते समय 30 अंगुल, रतिक्रिया करते समय 36 अंगुल है। जो मनुष्य अपने जीवन को स्थिर चित्त होकर जीवन यापन करेगा, उसकी आयु उतनी ही अधिक होगी। सामान्य रूप से 12 अंगुल से अधिक श्वास की गति होने पर जीवन शक्ति अर्थात प्राण का क्षय होता है। योग क्रिया के द्वारा स्वाभाविक गति में वायु को स्थिर रखना ही दीर्घ जीवन प्राप्त किया जा सकता है। प्राण-वायु की बाहर की गति कम परिणाम में रखने से दीर्घ जीवन मिलता है और प्राणवायु की गति तेज करने से अल्प जीवन प्राप्त होता है। प्राणायाम के समय कुम्भक करने पर प्राण-वायु स्थिर रहती है, श्वास नहीं चलती है, इसी कारण जीवन दीर्घ होता है। अर्थात आयु दीर्घ होती है

और शरीर निरोगी रहता है। प्राणवायु पर नियंत्रण न होने पर मनुष्य अल्पायु और रोग-ग्रस्त होता है जो मनुष्य योग क्रिया के द्वारा श्वास की स्वाभाविक गति को एक-एक अंगुल के क्रम से कम करता है, उस मनुष्य में सर्वसिद्धियाँ प्राप्त करने की सामर्थ्य उत्पन्न हो जाती है। तथा वह असाधारण शक्ति का केन्द्र बन जाता है।

एकांगुलं कृते न्यूने प्राणे निढ कामता मता ।
आनन्दस्तु द्वितीयो स्यात काम शक्ति तृतीयके ॥
वाचा - सिद्धिश्चतुर्थे च दूर दृष्टिस्तु पंचमे ।
षष्ठे त्वाकाश-गमनं चण्ड वेगश्च सप्तमे ।।
अष्टमे सिद्धयश्चैव नवमे निधयो नव ।
दशमे दश मूर्तिश्च छाया त्वैकदशे भवेत ।।
द्वादशे हँस-चारश्च गंगामृत-रसं पिबेत ।
आन-नखाग्र-प्राण पूर्ण कस्य भक्ष्यं च भोजनं ।।[5]

श्वास की गति को 12 अंगुल से घटाकर 11 अंगुल करने से प्राण स्थिर होता है। श्वास की गति 11 अंगुल से 10 अंगुल करने से आनंद की प्राप्ति होती है। 10 अंगुल से वह नौ अंगुल करने पर कवित्व शक्ति प्राप्त होती है और यदि आठ अंगुल करते हैं तो वाक् सिद्धि मिलती है। सात अंगुल करने से दूर दृष्टि प्राप्त होती है। छः अंगुल करने से आकाशगमन की शक्ति प्राप्त होती है। पांच अंगुल ले आने से प्रबल वेग प्राप्त होता है। चार अंगुल श्वास की गति लेने पर सभी सिद्धियाँ प्राप्त होती है। तीन अंगुल से नव निधियाँ प्राप्त होती है। दो अंगुल ले आने पर अनेक रूप धारण करने की शक्ति मिलती है। एक अंगुल होने पर अदृश्य होने की शक्ति मिलती है एक अंगुल से घटकर नखाग्र सम कर लेने पर यमराज भी स्पर्श नहीं कर सकता है अर्थात स्वर साधक अमरत्व को प्राप्त कर लेता है।

संदर्भ ग्रंथ सूची

- **शिव स्वरोदयः**, विभिन्न संस्करण, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **शिव संहिता**, सम्पा. स्वामी महेशानन्द गिरि, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **योगवाशिष्ठः** (निर्वाणप्रकरण), चौखम्बा संस्कृत सीरीज ऑफिस, वाराणसी।
- **कौलकल्पतरुः**, सम्पा. स्वामी चिदानन्द, तांत्रिक ग्रन्थमाला, वाराणसी।
- **हठयोगप्रदीपिका**, स्वात्माराम योगी, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **घेरण्डसंहिता**, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **गोरक्षशतकम्**, गोरक्षनाथ, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **पतञ्जलियोगसूत्रम्** (व्यासभाष्य सहित), चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **उपनिषद्-संग्रह** (विशेषतः *प्रश्नोपनिषद्*, *छान्दोग्योपनिषद्*, *श्वेताश्वतरोपनिषद्*), गीता प्रेस, गोरखपुर।
- **श्रीमद्भगवद्गीता**, गीता प्रेस, गोरखपुर।
- **बृहद्योगियाज्ञवल्क्यस्मृतिः** (योगाध्याय), चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **आयुर्वेद का इतिहास**, कविराज सूर्यमल्ल मिश्र, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी।
- **वाचस्पत्यम्** (तारानाथ तर्कवाचस्पति), चौखम्बा संस्कृत सीरीज ऑफिस, वाराणसी।

पाद टिप्पणी

[1]शिव संहिता,2/1/4

[2]कौल कल्पतरू,पृ.सं.6

[3]स्वर माहात्य कल्पतरु, पृ.स. 11

[4]स्वर विज्ञान, पृ.71.72

[5]स्वर विज्ञान, पृ.72