IJARSCT
ISSN (Online) 2581-9429
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology (IJARSCT)
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
Impact Factor: 7.53
Volume 4, Issue 1, October 2024

भारतीय योग साधना में मंत्रयोग का वैज्ञानिक दृष्टिकोण

ज्योति साहू
शोधार्थी, स्वामी विवेकानन्द स्मृति तुनात्मक धर्म, दर्शन एवं योग अध्ययनशाला,
पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर छ.ग.

डॉ. भगवन्त सिंह
पूर्व प्राध्यापक, स्वामी विवेकानन्द स्मृति तुनात्मक धर्म, दर्शन एवं योग अध्ययनशाला,
पं. रविशंकर शुक्ल विश्वविद्यालय, रायपुर छ.ग.

शोध सार : मन्त्र विज्ञान का समूचा आधार ही ध्वनि के विभिन्न उपयोगों, उपचारों, निर्धारणों पर ही ठहरा हुआ है। मन्त्रों की सरंचना में भाषा विज्ञान और व्याकरण अनुबन्धों का उतना ध्यान नहीं रखा गया है जितना कि अक्षरों के पारस्परिक गुंथन क्रम के आधार पर उत्पन्न होने वाले ध्वनि प्रकार के स्तर एवं प्रभाव का। महाकवि दण्डी ने मंत्र की महत्ता स्पष्ट करते हुए कहा है कि–

इदमन्धं तमः कृत्स्नं जायेत भुवन त्रयम् ।
यदि शब्दालयं ज्योति रा संसारान्न दीप्यते ।।

यदि शब्द रूपी ज्योति सृष्टि के आरम्भ से ही न होती, तो यह तीनों लोक आज तक पूर्ण अंधकार में ही डूबे रहते। मंत्र की सत्ता अपने आप में सर्वोपरि है। इसका प्रभाव निश्चित और स्थायी है। मन्त्र के माध्यम से एक ओर तो प्राण विद्युत के चक्र में आने वाली बाधाओं का निराकरण होता है, तो दूसरी ओर साधक को ब्रह्माण्डीय ऊर्जा का एक बड़ा अंश मिलता है। जिसके माध्यम से जीवन के किसी भी क्षेत्र में सफलता अर्जित की जा सकती है। अतः मनुष्य को जप अर्थात् मन के सुने बगैर जप की अविरामता पर ही केन्द्रित होना चाहिए तो बाकी सब कुछ अनायास ही होता चला जायेगा। यही मंत्र ध्वनि की सार्वभौमिकता और वैज्ञानिकता है।

मुख्य शब्द : मंत्रशक्ति, गायत्री मंत्र, जप, श्वसनतंत्र, प्राणायाम एवं विज्ञान।