Module: 2

मानव्यविद्या शाखेमध्ये भारतीय ज्ञान प्रणाली

(Indian Knowledge System in Humanities)

२.१ उद्दिष्टे

२.२ प्रास्ताविक

२.३ विषय विवेचन

२.३.१ योग आणि विपश्यना – आरोग्य आणि कल्याणासाठीचे महत्व

२.३.२ आयुर्वेद – चरक , सुश्रुत, जीवक

२.३.३ कौटिल्याचे अर्थशास्त्र आणि नीतिशास्त्र

२.३.४ कला आणि वास्तुकला - हडप्पा संस्कृती - किल्ले, गुंफा - अजंठा आणि वेरूळ

२.४ स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न

२.५ स्वयं अध्ययन प्रश्नांची उत्तरे

२.६ सरावासाठी स्वाध्याय

२.७ अधिक वाचनासाठी पुस्तके

२.१ उद्दिष्टे (Objectives):

सदर स्वयंघटक पूर्ण अभ्यासल्यावर आपल्याला

१. योग आणि विपश्यना – आरोग्य व कल्याणासाठीचे महत्त्व लक्षात येईल.

२. आयुर्वेदातील चरक, सुश्रुत आणि जीवक यांचे योगदान समजेल.

३. कौटिल्याच्या अर्थशास्त्र आणि नीतिशास्त्राच्या तत्वांची ओळख होईल.

४. हडप्पा संस्कृतीतील कला आणि वास्तुकला तसेच अजंठा-वेरूळच्या गुंफा व किल्ले याबद्दल माहिती मिळेल.

२.२ प्रास्ताविक

मानव्यविद्या शाखेमध्ये भारतीय ज्ञान प्रणाली ही मानवजातीच्या सांस्कृतिक, अध्यात्मिक आणि बौद्धिक समृद्धीचा मूलस्तंभ मानली जाते. या प्रणालीचे स्वरूप व्यापक असून, ती प्राचीन काळापासून मानवी जीवनाच्या विविध पैलूंवर प्रकाश टाकते. वेद, उपनिषदे, महाकाव्ये, नाट्यशास्त्र, आयुर्वेद, योग, आणि तत्त्वज्ञान यांसारख्या विषयांद्वारे या प्रणालीने जीवनशैली, नैतिकता, आरोग्य, शिक्षण आणि प्रशासन यावर आधारित एक सुसंस्कृत परंपरा निर्माण केली . यामधील काही मुलभूत बाबींची तोंडओळख आपण स्वयं घटक १ मध्ये करून घेतली. एकूणच भारतीय ज्ञान प्रणालीचे महत्त्व आधुनिक जगातही कायम असून, ती पर्यावरणीय शाश्वतता, मानसिक स्वास्थ्य, आणि सामाजिक सलोखा यांसारख्या आधुनिक प्रश्नांवर उपाय सुचवते. त्यामुळे मानव्यविद्या शाखेत भारतीय ज्ञान प्रणालीचा अभ्यास म्हणजे जीवनाचे सर्वांगीण तत्वज्ञान समजून घेण्याचा मार्ग आहे. याची प्राथमिक स्वरूपात थोडक्यात माहिती होण्यास मदत करणे हा या स्वयं घटकाचा उद्देश आहे.

२.३ विषय विवेचन

२.३.१ योग आणि विपश्यना – आरोग्य आणि कल्याणासाठीचे महत्व

अ. योग – संकल्पना, आरोग्य आणि कल्याणासाठीचे महत्व

अ.१ योग – संकल्पना

योग ही भारतीय ज्ञान परंपरेतील एक प्राचीन आणि सर्वसमावेशक प्रणाली आहे, जी शरीर, मन आणि आत्म्याच्या समतोल साधण्यासाठी उपयुक्त ठरते. "योग" हा शब्द संस्कृतमधील "युज् " धातूपासून आलेला असून, याचा अर्थ "जोडणे" किंवा "एकत्र आणणे" असा आहे. योगाचा उगम वैदिक काळात झाला

असून, त्याचा उल्लेख ऋग्वेद आणि उपनिषदांमध्ये आढळतो. महर्षी पतंजली हे योग शास्त्राचे जनक नव्हेत . योगा संबंधीचे विचार पतंजलींच्या पूर्वी अनेक शतकांपासून विविध ग्रंथातून व्यक्त झाले होते. या सर्व मतांचे , सिद्धांतांचे व विचारांचे योग्य प्रकारे संकलन करून त्यांची सुसूत्र मांडणी करण्याचे व ते ग्रंथ स्वरूपात आणण्याचे श्रेय मात्र पतंजलींना द्यावे लागेल .यांनी "योगसूत्रां"द्वारे योगाची तत्त्वे आणि पद्धती सुव्यवस्थित केल्या.या दृष्टीने पतंजली हे योग सूत्रांचे आणि योग दर्शनाचे निर्माते मानले जातात. त्यांचे योग दर्शन हे सांख्यशास्त्रावर आधारलेले आहे.

'योग: चित्तवृत्ति निरोध:' ही पतंजलींनी केलेली योगाची व्याख्या होय. अर्थात चित्तामध्ये क्षणोक्षणी अनेक वृत्ती उठतात त्यांना स्थीर करणे म्हणजे योग . स्वामी विवेकानंदांनी पतंजलींच्या योगशास्त्राला ' राजयोग' असे म्हटले आहे. याबाबत विवेकानंद म्हणतात, "जीवनातील अंतिम सत्य प्राप्त करून घेण्याची एक व्यावहारिक व शास्त्रशुद्ध प्रणाली म्हणजे राजयोग. सर्व सुखदुःखाचे मूळ भय व अतृप्त वासना यामध्ये आहे. माणसाला आपल्या खऱ्या स्वरूपाचे ज्ञान झाल्याशिवाय मृत्यूचे भय व वासनाजनित दुःख यापासून त्याची सुटका होणार नाही. हे ज्ञान प्राप्त करून घेण्याचे साधन म्हणजे योग व त्याची पद्धती किंवा उपाय म्हणजे एकाग्रता. मानवी मनाच्या शक्तीला सीमा नाही. ते जितके अधिक एकाग्र होईल तितकी त्याची शक्ती वाढेल. मन एकाग्र करणे, त्याची शक्ती वाढविणे, ते अंतर्मुख करून आत काय चालले आहे याचा शोध घेणे हा राजयोगाच्या शिकवणुकीचा उद्देश आहे. ज्याला या आतील शक्तींचे स्वरूप समजले व त्यांना कसे हाताळाययाचे याचे कौशल्य प्राप्त झाले, तो सगळ्या प्रकृतीवर ताबा चालवू शकतो."

अ.२ अष्टांगयोग :

योग ही केवळ शारीरिक व्यायामाची प्रणाली नसून ती जीवन जगण्याची एक संपूर्ण जीवनशैली आहे. यामध्ये आसने, प्राणायाम, ध्यान, आणि ध्यानात्मक तत्त्वज्ञानाचा समावेश आहे. योगाची संकल्पना आठ अंगांमध्ये/पायऱ्यांमध्ये विभागली गेली आहे: यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, आणि समाधी.

(१) : **यम** म्हणजे संयम. हे यम सहा प्रकारचे आहेत.

"अहिंसासत्यास्तेय ब्रह्मचर्यापरिग्रहा यमः ।" २/३०

अहिंसा म्हणजे कोणत्याही प्राणिमात्राला शारीरिक किंवा मानसिक पीडा न देणे कोणाचेही अहित न चिंतणे, भावात्मक दृष्टीने विचार केल्यास सर्वांवर शत्रूवरही पराकाष्ठेचे प्रेम करणे. सत्य म्हणजे खोटे न बोलणे. नेहमी खरेच बोलणे. शिवाय तेच खरे बोलणे की जे सर्वांना प्रिय व सुखद वाटेल. सत्य हे हितकारक असावे. अहितकारक नसावे. अस्तेय म्हणजे चोरी न करणे किंवा समाजाने मान्यता न दिलेल्या किंवा जवळ नसलेल्या किंवा अप्राप्य वस्तूंचा उपभोग न घेणे, श्रमाशिवाय उपभोग हीदेखील एक प्रकारची चोरीच होय. ब्रह्मचर्य म्हणजे सर्व प्रकारच्या इंद्रियांचा संयम, निग्रह, शारीरिक तसेच मानसिकही. षड्रिपूंच्या आहारी न जाणे हेही ब्रह्मचर्यच होय. अनासक्ती अपरिग्रह म्हणजे अनावश्यक वस्तूंचा संग्रह न करणे. शरीरधारणेला आवश्यक एवढ्याच वस्तूंचा स्वीकार करून अन्य वस्तूंचा लोभ न धरणे. या पाच यमांना " सार्वभौममहाव्रते" असे म्हटले आहे व यांचे स्थलकालनिरपेक्ष पालन कराये असे म्हटले आहे. बौद्धांचे पंचशील व जैनांची पाच व्रते याच स्वरूपाची आहेत. महात्मा गांधींनी आपल्या एकादशव्रतात या पाच यमांचा अंतर्भाव केला आहे.

(२) **नियम:** यमात काय टाळावे यावर भर आहे तर नियमात काय करावे यावर भर आहे. हे नियमही पाच आहेत.

"शौचसन्तोषतपः स्वाध्यायेश्वर प्रणिधानानि नियमाः । २ / ३२

पहिला नियम शौच, म्हणजे अंतर्बाह्य शुद्धता, पावित्र्य, विकार-वासना यांचा त्याग दुसरा संतोष म्हणजे समाधान, शांती. तिसरा तप म्हणजे तपश्चर्या, शरीराला न लाडावणे, त्याचे चोचले न पुरविणे. स्वाध्याय म्हणजे निरंतर अध्ययन, चिंतन, मनन, प्रमाणभूत ग्रंथांचे याचन. ईश्वरप्रणिधान म्हणजे ईश्वरावर अविचल श्रद्धा, ईश्वरचरणी संपूर्ण शरणागती. तप, स्वाध्याय व ईश्वरप्रणिधान हे तीन मिळून क्रियायोग पूर्ण होतो. अष्टांग- योगाऐवजी या क्रियायोगाचेदेखील निष्ठेने पालन केल्यास संपूर्ण योगाची फलप्राप्ती होऊ शकते.

(३) **आसन**: पतंजलीने आसनाचे स्पष्टीकरण "स्थिरसुखमासनम्" म्हणजे शरीराची हालचालरहित व सुखावह अशी बैठक असे केले आहे. येथे आसन

म्हणजे उद अर्याची योगासने नव्हेत. शरोर निश्चल व स्थिर झाले म्हणजे मनही निश्चल व स्थिर होऊ शकते. शरीर व मन यांची एकतानता साधली जाते. आसन हे मनाच्या एकाग्रतेला साहाय्यभूत ठरते. तसे शारीरिक व मानसिक स्वास्थ्याला व विकृतिनिवारणाला उपकारक आहे.

(४) **प्राणायाम**: श्वास व उच्छ्वास यांच्या गतीवर नियंत्रण ठेवणे याला प्राणायाम म्हणतात. यात तीन प्रकारांचा अंतर्भाव होतो.

बाह्य किंवा रेचक म्हणजे श्वास बाहेर सोडणे. अभ्यंतर किंवा पूरक म्हणजे श्वास आत घेणे व स्तंभ किंवा कुंभक म्हणजे श्वास रोखून ठेवणे. श्वासोच्छ्वासाच्या नियंत्रणामुळे मनोविकारांवरही नियंत्रण ठेवणे शक्य होते. मनःक्षोभाच्या वेळी श्वासाची गती वाढते व मन शांत असल्यास ती गतीही शांत असते, हा आपल्या सगळयांचा अनुभव आहेच, म्हणून प्राणायामामुळे मनोवृत्तींचाही निरोध होतो.

(५) **प्रत्याहार:** इंद्रिये विषयांपासून आत ओढून घेणे याला प्रत्याहार असे म्हणतात. इंद्रियांना त्यांचे स्वाभाविक विषय मिळू न दिल्यास किंवा त्यापासून परावृत्त केल्यास मन हळूहळू आपल्या विषयाभिमुख प्रवृत्ती विसरू लागते.

(६) **धारणा** : एखाद्या विशिष्ट वस्तूवर चित्त केंद्रित करणे, स्थिर करणे, वृत्तींना अन्य विषयांकडे भरकटू न देणे म्हणजेच धारणा होय.

(७) **ध्यान** : ध्यान ही धारणेच्या पुढील पायरी. चित्ताला एकाच विषयासंबंधी सतत तसाच प्रत्यय येत रहाणे याला ध्यान असे म्हणतात. धारणेत चित्ताची एकाग्रता असते. एकाग्रता होते, पण त्यात सातत्य नसते. तर ध्यानात हे सातत्य साधले जाते.

(८) **समाधी**: ही शेवटची किंवा सर्वोच्च अवस्था.

ध्यानाच्या अवस्थेत ध्याता जेव्हा स्वतःला पूर्णपणे विसरून केवळ ध्यानविषयाशी पूर्णपणे एकरूप होतो किंवा द्रष्टा आणि दृश्य यांतील द्वैत पूर्णपणे नाहीसे होते तेव्हा या अवस्थेला समाधी असे म्हणतात.

अ.३ योग –आरोग्य आणि कल्याणासाठीचे महत्व

योगशास्त्र हे केवळ मोक्षप्राप्तीकरताच आहे, त्याचा व्यावहारिक जीवनाशी काही संबंध नाही, म्हणून ते सामान्य माणसाला उपयुक्त नाही असा अनेकांचा

गैरसमज आहे. योगासनांचा शारीरिक स्वास्थ्यासाठी व काही रोगनिवारणासाठी चांगला उपयोग होत असल्याने आज वैद्यकशास्त्रानेही ती मान्य केली आहेत. मानसिक ताण-तणाव व क्षोभ शांत करून मन समतोल ठेवण्यासाठी, मानसिक स्वास्थासाठी ही योगासने उपयुक्त ठरतात. यालाही वैद्यकशास्त्राने व आधुनिक मानसशास्त्राने मान्यता दिली आहे. परंतु योगाची उपयुक्तता एवढ्यापुरतीच मर्यादित नाही. प्राणायामाच्या अभ्यासामुळे बुद्धीचा विकास होतो व स्मरणशक्ती अधिक तीव्र होते. तसेच अभ्यासाच्या कोणत्याही विषयावर मन एकाग्र करण्याची शक्ती वाढते, हेही प्रयोगांती सिद्ध झालेले आहे. चित्तवृत्तींचा निरोध काही प्रमाणात जरी साधला तरी त्यामुळे मनाची चंचलता दूर होते, रागद्वेषादी प्रवृत्तींवर व विषयोपभोगांच्या वासनांवर नियंत्रण ठेवता येते. "सुखदुःखे समेकृत्वा लाभालाभी जयाजयौ" अशी मनाची अवस्था निर्माण होऊ शकते. मनुष्याच्या आचारविचारात शुद्धता येऊन त्याचा नैतिक स्तर उंचावू शकतो; मनःशांती प्राप्त होऊ शकते. या दृष्टीने विचार केला तर योगं ही सुखी-समाधानी व यशस्वी जीवनाची गुरुकिल्ली होय असे म्हणण्यास हरकत नाही. योग हा केवळ वैयक्तिक मुक्तीचा मार्ग नव्हे, तर त्याला सामाजिक बाजूही आहे. याबाबत योगी अरविंद म्हणतात, "The Yoga we practice is not for ourselves but for humanity. Its, object is not personal Mukti but the liberation of the human race. It is not personal Anand but bringing down the Divine Anand upon the earth."

थोडक्यात योग व्यक्तीला शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक शांती, आणि आध्यात्मिक उन्नती मिळवून देतो. त्यामुळे, प्राचीन काळापासून आधुनिक युगापर्यंत योग मानवजातीच्या कल्याणासाठी एक प्रभावी साधन म्हणून मान्य झाले आहे.

ब. विपश्यना- संकल्पना, आरोग्य आणि कल्याणासाठीचे महत्व

ब.१ संकल्पना:

विपस्सना (पाली) किंवा विपश्यना (संस्कृत) ही गौतम बुद्ध यांनी सांगितलेली भारताची एक अत्यंत प्राचीन ध्यान-विधि आहे. प्रचलित अर्थाने विपश्यना या नावाने ही ध्यानपद्धती जगभरात प्रसिद्ध पावलेली आहे. सुमारे २५०० वर्षांपूर्वी गौतम बुद्धांनी तिला पुन्हा शोधून काढली आणि सार्वत्रिक

रोगांसाठी सार्वत्रिक उपाय, अर्थात जीवन जगण्याची कला ह्या रूपात सर्वांना सुलभ अशी बनविली

विपश्यना ही आत्म-निरीक्षणाद्वारे स्व-परिवर्तन करण्याचा एक मार्ग आहे. हे मन आणि शरीरामध्ये असलेल्या खोल आंतरिक संबंधावर लक्ष केंद्रित करते, जी थेट शरीराच्या चेतना निर्माण करणाऱ्या भौतिक शारीरिक संवेदनांवर शिस्तीने लक्ष देऊन अनुभविली जाऊ शकते आणि ही मनाच्या चेतनेला सतत परस्पर संबंध आणि स्थितिमध्ये ठेवते. मन आणि शरीराच्या सर्वसाधारण मूळस्वरुपावर हे निरीक्षण-आधारित, स्वयं-अन्वेषणात्मक प्रवास आहे, जे मानसिक अशुद्धता वितळविते आणि परिणामस्वरूप प्रेम आणि करुणायुक्त संतुलित मनानध्ये परिवर्तित होते.

आपले विचार, भावना, निर्णय आणि संवेदना ज्या वैज्ञानिक नियमानुसार चालतात ते सिद्धांत स्पष्ट होऊ लागतात. आपल्या प्रत्यक्ष अनुभवाने आपल्याला समजते की, विकार कसे उत्पन्न होतात, बंधने कशी बांधली जातात आणि त्यापासून कशी मुक्तता मिळू शकते. जागृतता, भ्रांतीमुक्तता, स्व-नियंत्रण आणि शांतता हे जीवनाचे गुणधर्म बनून जातात.

ब.२ विपश्यनेचे साध्य:

विपश्यना ध्यानपद्धती आत्मसात केल्यानंतर साधक स्वतःकडे तटस्थ भावनेने पहायला शिकतो असे अपेक्षित आहे. आपल्या व्यक्तिमत्त्वाचा घटक असलेल्या उणीवा जणीवपूर्वक भरून काढणे आणि बलस्थाने अधिक सक्षम करणे हे यात अपेक्षित आहे. आलेल्या प्रत्येक प्रसंगाकडे तटस्थपणे पहायला शिकणे आणि शांततेच्या मार्गाने त्यावर मात करीत आयुष्याचा आनंद घेणे असे ही ध्यानपद्धती शिकविते. वास्तवाकडे सर्व आयामांनी पहायला शिकणे यासाठी ही ध्यानपद्धती पोषक ठरते. कोणतीही गोष्ट काही काळाने बदलते मात्र त्यासाठी आवश्यक संयम मिळविण्याचा मार्ग या प्रक्रियेतून आत्मसात करता येतो.

ब.३ सद्य काळात विपश्यना साधना :

सद्य काळातही विपश्यना साधना शिकणारे आणि त्याचा जीवनात अवलंब करू इच्छिणारे अनेक साधक आहेत. यासाठी विपश्यना केंद्रांकडून १० दिवसांचे शिबीर घेतले जाते. प्रशिक्षणाच्या एकूण तीन पायऱ्या आहेत.

त्यातली पहिली म्हणजे शिबीरकाळात हिंसा, चोरी, लैंगिक आचरण, असत्य भाषण आणि मादक पदार्थांचे सेवन यांपासून दूर राहणे. नैतिक वर्तणुकीच्या ह्या साध्या शीलांमुळे मन शांत होते, जे अन्यथा अस्थिर होऊन स्व-निरीक्षणाचे कार्य करण्यासाठी सक्षम राहत नाही. पुढली पायरी म्हणजे आपले लक्ष नैसर्गिक रित्या नाकपुडीत येणाऱ्या व जाणाऱ्या बदलत्या श्वासाच्या प्रवाहाकडे लक्ष केन्द्रित करुन मनाला वश करण्याची कला विकसित करणे. चौथ्या दिवसापर्यंत मन काहीसे शांत व एकाग्र झालेले असते, आणि प्रत्यक्ष विपश्यना साधना सुरू करण्यासाठी सक्षम झालेले असतेः अर्थात शरीरावरील संवेदनांचे निरीक्षण करणे, संवेदनांचा खरा स्वभाव समजून घेणे तसेच त्यांच्या प्रती प्रतिक्रिया न देता समता विकसित करणे. अंतिमतः शेवटच्या दहाव्या दिवशी शिबीरार्थी सर्वांप्रती करूणा किंवा सदभावना म्हणजेच 'मंगल मैत्री' ची साधना शिकतात. ही संपूर्ण प्रक्रिया वस्तुत: एक मनाचा व्यायामच आहे. शरीराच्या व्यायामातून जसे आपण शरीराला सुदृढ ठेवतो, तसेच सुदृढ मन विकसित करण्यासाठी विपश्यनेचा उपयोग होऊ शकतो.

विपश्यना साधना गौतम बुद्धांनी शोधून काढली असली, तरी ह्या साधनेचा अभ्यास बौद्धजनांपर्यंत मर्यादित नाही. कोणत्याही पार्श्वभूमीची व्यक्ती ही करू शकते आणि ह्याचा लाभ घेऊ शकते. विपश्यना शिबीरे अशा व्यक्तिंसाठी खुली आहेत की जे प्रामाणिकपणे ही विधी शिकू इच्छितात. ह्यामध्ये कुल, जाति, धर्म किंवा राष्ट्रियता आड येत नाही. जगभरातील अनेक जाती धर्म, पंथ आणि संप्रदायातील व्यक्तींनी अत्यंत यशस्वीततेने विपश्यना साधनेचे लाभ अनुभवले आहेत.

ही साधना जगभरातील अनेक केंद्रांमध्ये शिकविली जाते.

ब.४ विपश्यनेची वैशिष्ट्ये :

ही दुःखमुक्तीची साधना आहे.मनाला निर्मळ करणारी अशी साधना आहे, ज्यामुळे साधक जीवनांतील चढ-उतारांचा सामना शांतिपूर्वक तसेच संतुलित राहून करु शकेल.ही जीवन जगण्याची कला आहे ज्यापासून साधक एका स्वस्थ समाजाच्या निर्मितीमध्ये सहयोगी होतो.

विपश्यना साधनेचे उच्चतम आध्यात्मिक लक्ष्य विकारांपासून संपूर्ण मुक्ती आणि बोधि प्राप्त करणे आहे. साधनेचा उद्देश केवळ शारिरीक दुःखांपासून मुक्ती नाही. परंतु, चित्तशुद्धीमुळे कित्येक मनोशारीरिक (सायकोसोमॅटिक) आजार आपोआप दूर होतात. वस्तुतः विपश्यना ही दुःखाची मूळ तीन कारणे - मोह, द्वेष तसेच अविद्या दूर करते. तर जो कुणी ह्या साधनेचा नियमित अभ्यास करत राहिला तर एकेक पाऊल पुढे जात राहून आपल्या मानसिक विकारांपासून पूर्ण मुक्त होऊन नितांत विमुक्त अवस्थेचा साक्षात्कार करू शकतो.

ब.५ विपश्यना - आरोग्य आणि कल्याणासाठीचे महत्त्व

विपश्यना ध्यान मानसिक आणि शारीरिक आरोग्यासाठी अत्यंत लाभदायक आहे. हे मनातील अशांतता, ताणतणाव, आणि भीती कमी करून मनाची शांतता आणि स्थैर्य वाढवते, तसेच नैराश्य आणि चिंताजनक विकारांवर सकारात्मक परिणाम करते. तणाव कमी झाल्यामुळे शरीरातील कोर्टिसोलचे प्रमाण घटते, ज्यामुळे रक्तदाब नियंत्रित राहतो आणि हृदयाचे आरोग्य सुधारते. नियमित ध्यानामुळे शरीरातील प्रतिकारशक्ती वाढते, आणि श्वसन नियंत्रित झाल्यामुळे ऑक्सिजनचा पुरवठा सुधारतो, ज्यामुळे पेशींची कार्यक्षमता वाढते. विपश्यना मेंदूमधील अमिग्डालाला शांत करून भावनांचे व्यवस्थापन सुलभ करते, यामुळे तणाव कमी होतो, झोपेची गुणवत्ता सुधारते, आणि अनिद्रेला आळा बसतो. तसेच ती नकारात्मक भावना जसे की राग, द्वेष, आणि लोभ ओळखून त्यांचे व्यवस्थापन करण्यास मदत करते, ज्यामुळे भावनिक स्थैर्य आणि आत्मविश्वास वाढतो. व्यसनमुक्तीसाठीही विपश्यना उपयुक्त ठरते, कारण ती मनाची इच्छाशक्ती मजबूत करते आणि सिगारेट, दारू, किंवा इतर व्यसनांवर नियंत्रण ठेवण्यास मदत करते. याशिवाय, विपश्यना आत्मपरीक्षणाचा मार्ग प्रदान करते, ज्याद्वारे स्वतःची खरी ओळख आणि जीवनाचे सत्य जाणून घेता येते. ती अहंकार, आसक्ती, आणि दुःख यापासून मुक्त होण्यासाठीची प्रभावी साधना आहे.

ब.६ विपश्यना: आरोग्य आणि कल्याणासाठी काही महत्त्वाची तत्त्वे

विपश्यनेमधील पहिले तत्त्व आत्मनिरीक्षण आहे, जे मनाला वर्तमान क्षणावर केंद्रित करून स्वतःच्या विचारांची आणि भावनांची जाण करून देते.

दुसरे तत्त्व शारीरिक-जाणीवेची कदर करण्याचे असून, शरीरातील संवेदनांची बारकाईने निरीक्षण करून त्यावरून निर्माण होणाऱ्या प्रतिक्रियांवर नियंत्रण ठेवण्याची कला शिकवते. तिसरे तत्त्व म्हणजे धैर्य आणि संयम राखणे. विपश्यना कोणत्याही परिस्थितीत स्थिर राहण्याचे आणि जीवनातील चढ-उतारांमध्ये सकारात्मक दृष्टिकोन ठेवण्याचे शिक्षण देते. ही तत्त्वे व्यक्तीला शारीरिक आणि मानसिक स्थैर्य मिळवून देतात, ज्यामुळे आरोग्य आणि कल्याणाचा समतोल राखता येतो.

स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न -१

खालील विधाने चूक किंवा बरोबर ते पुढे दिलेल्या कंसात लिहा.

1. अष्टांगयोगातील यम आणि नियम हे योगाचे पहिले दोन अंग आहेत, ज्यात यम संयमावर आणि नियम पालनावर भर देतो.
2. प्रत्याहार म्हणजे इंद्रियांना त्यांच्या स्वाभाविक विषयांमध्ये गुंतवून ठेवणे.
3. योगाचा उपयोग फक्त मोक्षप्राप्तीसाठी असून, त्याचा शारीरिक आणि मानसिक आरोग्याशी काहीही संबंध नाही.
4. योग हा शब्द संस्कृतमधील "युज्" या धातूपासून आला असून त्याचा अर्थ "जोडणे" किंवा "एकत्र आणणे" असा आहे.
5. अष्टांगयोगात प्राणायाम म्हणजे फक्त श्वास रोखून ठेवण्याची क्रिया आहे.
6. विपश्यना साधना आत्मनिरीक्षणाद्वारे स्व-परिवर्तन साधण्याचा मार्ग आहे.
7. विपश्यना साधना केवळ शारीरिक आरोग्यासाठी उपयुक्त आहे, मानसिक आरोग्यासाठी नाही.)
8. विपश्यना ध्यान प्रक्रिया श्वासोच्छवासावर लक्ष केंद्रित करण्यावर आधारित आहे.
9. विपश्यना साधनेचा अंतिम उद्देश शारीरिक विकारांपासून मुक्तता आहे.
10. विपश्यना साधनेचा मुख्य उद्देश आहे जीवन जगण्याची कला आत्मसात करणे.

२.३.२ आयुर्वेद – चरक , सुश्रुत, जीवक

अ. आयुर्वेद संकल्पना- भारतात प्राचीन काळी विकसित झालेले आयुष्याबद्दलचे ज्ञान व त्याच्या उपयोगाने आरोग्यपूर्ण दीर्घायुष्य प्राप्त होऊ शकणारे शास्त्र म्हणजे आयुर्वेद. प्राथमिक स्वरूपाचा आयुर्वेद ग्रंथित स्वरूपात अथर्ववेदात प्रथम दिसतो. मानवी शरीर, सृष्टी व त्यांच्यातील क्रिया-प्रतिक्रिया यांसंबंधी आणि आरोग्यपूर्ण जीवनासंबंधी मौलिक तत्त्वचिंतन हा त्याचा पाया आहे. चरकसंहिता, सुश्रुतसंहिता आणि काश्यपसंहिता या ग्रंथांमध्ये त्याला शास्त्रीय स्वरूप प्राप्त झाले. नंतर त्यात रसतंत्राची महत्त्वाची भर पडली.
आयुर्वेदामध्ये सांगितलेल्या संपूर्ण आरोग्याची संकल्पना पुढीलप्रमाणे आहे :

जो शारीरिक व मानसिक रोगांपासून मुक्त आहे; जो शारीरिक सुखे भोगू शकतो, इच्छेप्रमाणे वागू शकतो, मनाने समाधानी आहे; ज्याचे शरीर व मन यांवर नियंत्रण आहे; जो सामर्थ्यशाली, बुद्धिमान, कलाकार इ. सर्वांगांनी विकसित व्यक्तिमत्त्वाने युक्त आहे; जो स्वत:चे, इतरांचे व सर्व प्राणिमात्रांचे हित करणारा आहे; जो चारही पुरुषार्थांचे योग्य पालन करणारा आहे; ज्याला समाजात स्थान व मान आहे, जो आध्यात्मिक प्रगतीसाठी प्रयत्न करीत आहे, तो संपूर्ण आरोग्यसंपन्न आहे.

या संकल्पनेनुसार, आरोग्यसंपन्न व्यक्तीचे आरोग्य राखणे व रोगी व्यक्तीच्या रोगांचे निर्मूलन करणे हे आयुर्वेदाचे ध्येय आहे. त्यानुसार रोगनाशनी आणि प्रकृतिस्थापनी या दोन चिकित्सा आरोग्य देणाऱ्या, तिसरी रासायनिक चिकित्सा आरोग्य व सामर्थ्य देणारी, चौथी नैष्ठिकी चिकित्सा संपूर्ण दु:खनाश करणारी (संपूर्ण सुखदायक) अशा एकूण चार चिकित्सा आयुर्वेदात सांगितल्या आहेत. संपूर्ण सुखावस्था म्हणजेच मोक्ष. म्हणून मोक्षप्राप्ती हेच आयुर्वेदाचे अंतिम ध्येय आहे.

ब. चरक :

चरक या शब्दाचे अनेक अर्थ आहेत आणि या नावाच्या अनेक व्यक्तीही आहेत. त्यांतील एक अत्यंत प्रसिद्ध व्यक्ती आयुर्वेदातील *चरकसंहिता* या नावाने प्रसिद्ध असलेल्या महान ग्रंथाचे कर्ते. त्यांच्या या ग्रंथात उत्तर भारताच्या पश्चिमोत्तर प्रदेशाची वर्णने आढळतात. यावरून ते त्या भागातील रहिवासी असावेत. ज्या कनिष्क राजाच्या पदरी ते राजवैद्य होते त्याची राजधानी याच

भागात होती. इ.स.पू. पहिल्या शतकाच्या सुमारास हा राजा होऊन गेला असावा, असे एक मत आहे. राजा कनिष्क व आर्य नागार्जुन समकालीन व्यक्ती असाव्यात. कनिष्काचा काळ अनिश्चित असल्यामुळे चरकांचा काळही अनिश्चित आहे. याविषयी तीन भिन्न काळ पुढे केले जातात ते असे : इ.स.पू. ५८, इ.स. ७८ किंवा इ.स. १२३. यांपैकी शेवटच्यास जास्त पाठिंबा मिळतो. *त्रिपिटक* या बौद्ध ग्रंथाच्या चिनी भाषांतरात (इ.स. ४७७) कनिष्काच्या राजवैद्यांचे नाव चरक असल्याचा उल्लेख आहे. याच चरकांनी मूळच्या *अग्निवेश- तंत्र* या ग्रंथाचे पुनःसंपादन केले असावे, असे मानले जाते.

चरक हे नाव फार प्राचीन वेदकालीन आहे. 'चरक' शब्दाचा भ्रमणशील असा व्युत्पत्त्यर्थ आहे. कृष्ण यजुर्वेदाच्या एका शाखेच्या प्रवर्तक ऋषीचे नाव चरक आहे. *ललित विस्तार* ग्रंथात हिंडणाऱ्या संन्याशांना चरक संबोधिले आहे. चक्र धारण करणारे तसेच योगाभ्यास करणारे यांनाही चरक संज्ञा दिली जाते. *बृहदारण्यक उपनिषदात* 'मद्रेषु चरकाः पर्यव्रजाम' (म्हणजे 'आम्ही फिरत फिरत मद्र देशाला गेलो') असा उल्लेख आहे. वैशंपायनाच्या शिष्यांना चरक म्हणत.'चरक' म्हणजे 'प्रायश्चित्त करणारे' असाही एक अर्थ आहे. वैशंपायनाकरिता प्रायश्चित्त करणारे ते चरक. वैशंपायनशिष्य याज्ञवल्क्यांनी मात्र वैशंपायनाकरिता प्रायश्चित केले नव्हते. जे विद्यार्थी एका गुरूजवळ शिक्षण संपवून दुसऱ्याकडे ज्ञान संपादनाकरिता हिंडत जात त्यांनाही चरक म्हणत.

अशा प्रकारे चरक शब्दाचा उपयोग अनेक अर्थांनी केलेला आढळतो. 'चरक' मानवाचे हित करण्याकरिता हिंडत आणि जनतेची मानसिक व शारीरिक दुःखे दूर करीत. म्हणून पुढे चरक या शब्दास वैद्य हा अर्थ प्राप्त झाला असावा.

चरकसंहिता :

आयुर्वेद किंवा वैद्यक या विषयावरचा संस्कृत भाषेतील आद्य व मुख्य असा ग्रंथ. या ग्रंथाची रचना इसवी सनापूर्वी प्रथम झाली असावी व नंतर त्यात भर पडली. पुनर्वसु आत्रेय यांच्याजवळ सहा शिष्य विद्यार्जन करीत होते. अग्निवेश, जतूकर्ण, पाराशर, भेड, हारीत आणि क्षीरपाणी अशी त्यांची नावे होती. या सर्वच शिष्यांनी वैद्यकावर ग्रंथ लिहिले. अग्निवेशाने लिहिलेल्या ग्रंथास *अग्निवेश-तंत्र* असे म्हणत. अग्निवेशाने आपल्या पुनर्वसु आत्रेय या

आचार्यांचा वारंवार उल्लेख यात केला आहे. इसवी सनाच्या पहिल्या शतकाच्या शेवटास ही सहा 'तंत्रे' उपलब्ध असावीत. हल्ली *अग्निवेश- तंत्र* व *भेडसंहिता* उपलब्ध आहेत. *अग्निवेश-तंत्रा*चे पुनःसंपादन कनिष्क राजाच्या राजवैद्य चरकांनी केले व म्हणून तो ग्रंथ *चरकसंहिता* म्हणून ओळखला जाऊ लागला. नंतर काही शतकानंतर कपिलबलपुत्र दृढबल नावाच्या काश्मिरी वैद्यांनी या *चरकसंहिते*त भर घातली. हल्ली उपलब्ध असलेल्या ग्रंथातील कोणता भाग कुणी संपादित केला हे सांगणे कठीण आहे. थोडक्यात मूळची *आत्रेय संहिता*च नंतर *चरकसंहिता* बनली. या ग्रंथात एकूण आठ स्थाने (प्रकरणे) आहेत. *चरकसंहिते*वर संस्कृतमध्ये लिहिलेल्या पुष्कळ टीका आज उपलब्ध आहेत.

या ग्रंथाचा अरबी भाषेत अनुवाद झालेला आहे.*चरकसंहिता* ग्रंथाचे महत्त्व केवळ आयुर्वेदापुरतेच मर्यादित नसून अध्यापन, देवतावाद, पूजा इ. त्या काळातील ग्रंथांवरही उत्तम प्रकाश पडतो. मुख्यत्वे चिकित्साविज्ञानविषयक मौल्यवान तत्त्वे या ग्रंथात विशद केलेली असली, तरी प्रसंगोपात्त सांख्य, योग, न्याय इ. विषयांचा परामर्षही त्यात घेतलेला आहे.

क. सुश्रुत :

सुश्रुत हे प्राचीन भारतीय आयुर्वेदाचार्य आणि शल्यतंत्रपारंगत होत.. ते भारतीय शल्यतंत्राचे आद्य प्रणेते (Father of Surgery) मानले जातात. त्यांचा काल व चरित्रात्मक तपशील निश्चितपणे सांगता येत नाही. तथापि, भारतीय आयुर्विज्ञान संस्था, दिल्ली येथील एन्. एल्. केसवानी ह्यांच्या मते, सुश्रुतांच्या काळाची पूर्वमर्यादा इ. स. पू. ६०० ही होय. सुश्रुत हे दिवोदास काशीराज या धन्वंतरीचे शिष्य होते, असा उल्लेख हेमाद्रिकृत *लक्षणप्रकाशा* तील अश्वप्रकरणामधील एका श्लोकात आला आहे. यूरोप, अरबस्तान, ग्रीस, कंबोडिया आणि इंडोचायना येथे नवव्या व दहाव्या शतकांत सुश्रुतांचे नाव माहीत झाले होते. अरबस्तानातील वैद्य राझी (इ. स. पू. पहिले शतक) यांनी सुश्रुतांच्या ग्रंथातून शल्यक्रियेचे तंत्र माहीत झाल्याचा उल्लेख त्यांच्या ग्रंथात केला आहे.

सुश्रुतसंहिता :

हा सुश्रुतांचा वैद्यकविषयक (शल्यप्रधान) ग्रंथ होय. या ग्रंथामध्ये सूत्रस्थान, निदानस्थान, शारीरस्थान, चिकित्सास्थान व कल्पस्थान असे पाच भाग आहेत. या ग्रंथाचे संपादन नागार्जुन या रसायनज्ञांनी केले असून त्यामध्ये 'उत्तरस्थान' नावाचा भाग त्यांनी नंतर जोडलेला असावा असे मानतात. हा भाग धरुन या ग्रंथाला वृद्धसुश्रुत असे म्हणतात.

सुश्रुतसंहिते मधील शारीरस्थान महत्त्वाचे आहे. त्यात वैद्यशिक्षा, औषधमूल विभाग, औषधी चिकित्सा, पथ्यापथ्य विचार इ. विषयांचे विवेचन आहे. *चरकसंहिते* त अंतर्भूत नसलेली शस्त्रक्रिया *सुश्रुतसंहिते* त आहे. शस्त्रोपचार व व्रणोपचार हे वैद्यकातील महत्त्वाचे भाग असल्याचे सुश्रुत यांनी सांगितले आहे. त्यांच्या काळात शिर व उदरावरील शस्त्रकर्मे तसेच कृत्रिम नासानिर्मितीसारखी (पुनर्रचनात्मक शस्त्रक्रिया) शस्त्रकर्मे होत असत. शस्त्रकर्मे व रोग परीक्षणासाठी निरनिराळ्या धातूंची यंत्रे तयार होत असत. सुश्रुतांनी विविध धातूंची शंभराहून अधिक शल्यशस्त्रे तयार करुन त्यांचा उपयोग शल्यतंत्रात केला.

आयुर्वेदानुसार शरीरात तीन दोष आहेत. त्यांना वात, पित्त व कफ अशा संज्ञा आहेत. सुश्रुताचार्यांनी 'रक्त' हा चौथा दोष मानला आहे. त्यांनी दोषांच्या संचय-प्रकोपादि-गतीनुसार विचार करुन चिकित्सा करावी असे सांगितले आहे. या चिकित्सा करण्याच्या कालावधीस त्यांनी 'क्रियाकाल' अशी संज्ञा दिली आहे. वातज, पित्तज व कफज असे तीन प्रकारचे जिव्हाकंटक असून त्याशिवाय सुश्रुताचार्यांनी अलस व उपजिव्हा असे रोग समाविष्ट करुन पाच जिव्हारोगांचे वर्णन केले आहे. तसेच त्यांनी तालुरोगाचे नऊ प्रकार, सर्वसर (संपूर्ण मुखाला, मुखातील अवयव, ओठ, जीभ व्याप्त करुन होणाऱ्या) रोगाचे चार प्रकार आणि शिरोरोगाचे अकरा प्रकार सांगितले आहेत.

सुश्रुत यांना त्वचारोपण तंत्र, मोतीबिंदू काढणे इ. शस्त्रक्रियांची माहिती होती. प्रसूती योग्य मार्गाने होत नसल्यास मूल बाहेर काढण्याचे उपाय त्यांनी सांगितले आहेत. असाध्य वाटणाऱ्या व्याधीही रसायन चिकित्सेने बऱ्या होऊ शकतात असे त्यांनी सांगितले आहे. त्यांनी आपल्या *सुश्रुतसंहिता* ग्रंथात बालरोगविज्ञानावर 'कौमारभृत्य' हे प्रकरण लिहिले आहे. त्यांनी स्थूलता व मधुमेह यांच्या संबंधातील तसेच हा विकार पुढील पिढ्यांमध्ये बीजाद्वारे

(आनुवंशिकतेने) प्रेषित होत असल्याचा उल्लेख केला आहे. त्यांनी ग्रंथिद्रव्याचा औषधी उपयोग प्रथम केला.शव विच्छेदनाचे वर्णन प्रथमत: त्यांनी केले आहे. त्याच्या छेदनापासून शरीरातील विविध रचनांची, अवयवांची माहिती मिळते. याशिवाय हृदयाला कापून त्याची अभ्यंतर रचना जाणून घेतली जात असल्याचे वर्णन संहितेत येते. अशामुळे त्याना शरीर शास्त्राचाही जनक म्हटले जाते. संधानशल्य (Plastic Surgery) चा उल्लेख ही संहितेत आढळतो

सुश्रुतसंहिते वर जैय्यट (जज्जट वा जैज्जट) आणि गयदास यांनी लिहिलेल्या प्राचीन टीका आज उपलब्ध नाहीत. चक्रदत्त आणि डल्हण यांच्या अनुक्रमे अकराव्या व बाराव्या शतकातील भानुमती व निबंधसंग्रह या टीका उपलब्ध आहेत. सुश्रुतसंहिता या ग्रंथाचे लॅटिन, जर्मन, इंग्रजी तसेच फार्सी -अरबी भाषांत अनुवाद प्रसिद्ध झाले आहेत.

इसवी सनापूर्वी आणि त्यानंतर कित्येक शतके भारतामध्ये सुश्रुत यांची शल्यविद्या प्रमाण मानली जात होती. बौद्ध काळातही सुश्रुत यांचे वैद्यक मूलभूत मानीत. अशाप्रकारे सुश्रुत संहिता हा एक महत्वाचा ग्रंथ आहे असे म्हणता येईल.

ड. जीवक

ड.१ . जीवन :

जीवक कौमारभच्च हे प्राचीन भारतातील एक आयुर्वेदाचार्य होते. अनेक बौद्ध ग्रंथांमध्ये त्यांचा उल्लेख आहे. ते बालरोगतज्ज्ञ असून गौतम बुद्धांचे खासगी वैद्य होते.

जीवक कौमारभच्चांचा जन्म बिंबिसार राजाच्या कारकिर्दीत मगध देशाच्या राजधानीत (सध्याचे राजगीर) झाला. त्यांची आई एक गणिका होती. लोकलाजेस्तव आईने त्यांनी ते तान्हे असतानाच एका कचऱ्याच्या ढिगावर फेकून दिले. बिंबिसारचा मुलगा अभय याला हे समजले. त्यांनी जीवकाला घरी आणून त्याच्या पालन पोषणाची व्यवस्था केली व उच्च शिक्षणासाठी त्याला तक्षशिला विश्वविद्यालयात पाठवले. तेथे अत्रेयांच्या हाताखाली सात वर्षे अभ्यास करून जीवक आयुर्वेदाचार्य बनले.

जीवक कौमारभच्च आयुर्वेद शास्त्राच्या इतिहासात एक महत्त्वपूर्ण स्थान मिळवतात, कारण ते केवळ बुद्धाचे वैद्य नव्हते, तर प्राचीन भारतातील आयुर्वेदिक वैद्यकीय परंपरेचे एक महान प्रतिनिधी होते. त्यांच्या कार्याचा मुख्य भर आयुर्वेदातील व्यावहारिक ज्ञानावर होता. त्यांनी केवळ बालरोग (कौमारभृत्य) क्षेत्रातच नव्हे, तर इतर अनेक वैद्यकीय क्षेत्रांतही प्रवीणता मिळवली होती. आयुर्वेदाच्या क्षेत्रात त्यांचे योगदान खालीलप्रमाणे समजले जाते:

ड.२ आयुर्वेदामधील कार्य:

जीवक यांनी आयुर्वेदाच्या विविध क्षेत्रांत महत्त्वपूर्ण योगदान दिले. ते बालरोगतज्ज्ञ (कौमारभृत्य) म्हणून ओळखले जातात आणि त्यांनी बालकांच्या आरोग्यासाठी विशेष उपचारपद्धती विकसित केल्या. तक्षशिला विद्यापीठात त्यांनी शल्यकर्म आणि औषधनिर्मितीचे सखोल ज्ञान मिळवले आणि कुशल शल्यचिकित्सक म्हणून अनेक जटिल शस्त्रक्रिया यशस्वी केल्या. औषधनिर्मितीत निपुण असलेल्या जीवक यांनी नैसर्गिक घटकांचा वापर करून प्रभावी औषधे तयार केली, ज्यामुळे रुग्णांना त्वरित आराम मिळायचा. गौतम बुद्धांचे खासगी वैद्य म्हणून त्यांनी बुद्धांच्या गंभीर आजारांवर उपचार केले आणि त्यांचे आरोग्य राखले. हिमालयातील दुर्गम भागांमध्ये जाऊन त्यांनी विविध औषधी वनस्पतींचा अभ्यास केला आणि त्यांचा उपयोग औषधनिर्मितीसाठी केला. गरीब आणि गरजूंसाठी समर्पित असलेल्या जीवक यांनी राजदरबारी वैद्य असूनही सामान्य लोकांवर उपचार केले आणि समाजसेवेसाठी आपले जीवन समर्पित केले. तसेच त्यांनी आयुर्वेदातील उपचारपद्धतींचा प्रचार व प्रसार केला आणि वैद्यकीय ज्ञान अधिक व्यापक केले.

ड.३ जीवकांचा वारसा:

जीवक कौमारभृत्य हे आयुर्वेदाचा अभ्यास करणाऱ्यांसाठी एक प्रेरणास्रोत आहेत. त्यांच्या कार्यामुळे आयुर्वेदाची बालोपचार, शल्यचिकित्सा, आणि औषधनिर्मिती या शाखांना महत्त्वपूर्ण दिशा मिळाली. त्यांनी प्राचीन वैद्यकीय परंपरेला नवीन आयाम दिला.

स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न -२

रिकाम्या जागा भरा.

1. आयुर्वेदाच्या प्राथमिक स्वरूपाचा उल्लेख .....या वेदात पहिल्यांदा आढळतो.
2. वात, पित्त, कफ हे .....आयुर्वेदाच्या मूलभूत तत्त्वांपैकी आहेत.
3. .....यांना भारतीय शल्यतंत्राचे जनक मानले जाते.
4. आयुर्वेदाचे ध्येय आरोग्यसंपन्न व्यक्तीचे आरोग्य टिकवणे व .....आहे.
5. चरकसंहितेत मुख्यत्वे .....विषयी मौल्यवान तत्त्वे दिली आहेत.
6. जीवक कौमारभच्च हे .....यांचे खासगी वैद्य होते.

२.३.३ कौटिल्याचे अर्थशास्त्र आणि नीतिशास्त्र

अ. प्रस्तावना - कौटिल्य, ज्यांना चाणक्य किंवा विष्णुगुप्त म्हणूनही ओळखले जाते, यांनी सुमारे 2300 वर्षांपूर्वी रचलेले *अर्थशास्त्र* हे एक महत्त्वाचे ग्रंथ आहे, ज्यामध्ये राज्यशासन, अर्थव्यवस्था, राजकीय धोरणे, समाजव्यवस्था, आणि युद्धनीती यांसारख्या विषयांवर सखोल विचार केलेला आहे. या ग्रंथात शासक आणि प्रशासनासाठी मार्गदर्शक तत्त्वे सांगितली असून ती तत्कालीन मौर्य साम्राज्याच्या व्यवस्थापनाचा गाभा होती. *अर्थशास्त्र* हे फक्त अर्थव्यवस्थेपुरते मर्यादित नसून, राजकारण, न्यायव्यवस्था, कृषी, व्यापार, आणि नागरिकांच्या कल्याणाशी निगडित अनेक विषयांचा समावेश करते. कौटिल्याच्या *अर्थशास्त्र* ग्रंथाने आधुनिक काळातील राजकीय विज्ञान, अर्थशास्त्र, आणि व्यवस्थापनाच्या अभ्यासाला प्रेरणा दिली आहे आणि त्याचे महत्त्व आजही अबाधित आहे.

ब. **कौटिल्याचे अर्थशास्त्र-**

अर्थशास्त्र हा ग्रंथ मुख्यतः राज्यकारभार, अर्थव्यवस्था, प्रशासन, आणि राजकीय तत्त्वज्ञानावर आधारित आहे. कौटिल्य हे मौर्य साम्राज्याचे संस्थापक सम्राट चंद्रगुप्त मौर्य यांचे प्रधान आणि मार्गदर्शक होते. त्यांनी राज्यकारभार आणि व्यवस्थापनाचे शास्त्र "अर्थशास्त्र" या ग्रंथात व्यवस्थित मांडले आहे.

ब.१ अर्थशास्त्राचा उद्देश:

कौटिल्य यांच्या मते, राज्याचा मुख्य हेतू प्रजाजनांची कल्याणकारी सेवा व राज्याचे संरक्षण आहे. अर्थशास्त्र हा ग्रंथ राजा, प्रशासन, आणि समाज यांच्या परस्पर संबंधांवर आधारित आहे आणि त्याचा उद्देश राज्याच्या सर्वांगीण विकासासाठी मार्गदर्शन करणे आहे.

ब.२ अर्थशास्त्रातील प्रमुख विषय:

कौटिल्याच्या अर्थशास्त्रात राज्य आणि त्याचे सात अंग यांचा (सप्तांग सिद्धांत) सविस्तर उल्लेख आहे. राज्याचे सात महत्त्वाचे घटक म्हणजे राजा, जो प्रजापालक असतो; सुशिक्षित आणि विश्वासार्ह अमात्य (मंत्री); समृद्ध व उत्पादक जनपद (भूभाग); शत्रूपासून संरक्षणासाठी मजबूत दुर्ग (किल्ले); सक्षम कोष (खजिना); कायदा व सुव्यवस्थेसाठी दंड (सैन्य); आणि राज्यासाठी विश्वासार्ह मित्र (सहकारी) यांचा समावेश होतो. कौटिल्याने राजकारणासाठी मंडल सिद्धांत मांडला, ज्यात शेजारी राष्ट्रे नैसर्गिक शत्रू आणि त्यांच्या पलीकडील राष्ट्रे नैसर्गिक मित्र मानली आहेत. राजकारणात कूटनीती आणि बुद्धिमत्ता कशी वापरावी हेही त्यांनी सांगितले आहे. अर्थव्यवस्थेच्या संदर्भात कर हा राज्याचा मुख्य आर्थिक स्रोत असून, तो न्याय्य आणि सोपा असावा, तसेच व्यापार, शेती, व उद्योगांना प्रोत्साहन द्यावे यावर भर दिला आहे. "कोषाशिवाय राज्याचे अस्तित्व शक्य नाही," असे कौटिल्य म्हणतात, त्यामुळे आर्थिक धोरणांवर त्यांनी भर दिला आहे. न्यायव्यवस्था कठोर, तटस्थ, आणि नैतिकतेशी जोडलेली असावी; गुन्ह्यांसाठी कडक परंतु न्याय्य शिक्षांचा उल्लेख त्यांनी केला आहे. राज्यसुरक्षेसाठी गुप्तचर यंत्रणा महत्त्वाची असून, शत्रूंच्या हालचालींवर नेहमी लक्ष ठेवणे आवश्यक आहे. प्रशासनाच्या व्यवस्थापनासाठी विविध विभागांची आखणी आणि भ्रष्टाचाराविरुद्ध कठोर कारवाई यांची आवश्यकता कौटिल्यने मांडली आहे. सैन्य आणि संरक्षणासाठी निष्ठावंत सैनिक असावेत, तर युद्धाच्या वेळी योग्य धोरण आखून शत्रूला अडवावे, असे त्यांनी स्पष्ट केले आहे. अशा प्रकारे, कौटिल्याने राज्यव्यवस्था, अर्थव्यवस्था, आणि संरक्षण यांचे संतुलित मार्गदर्शन केले आहे.

ब.३ **अर्थशास्त्रातील वैशिष्ट्ये:**

कौटिल्याच्या अर्थशास्त्राची वैशिष्ट्ये धर्म, राजकारण, आणि अर्थ यांचा समतोल साधण्यात दिसून येतात. त्यांनी राज्यकारभार सुयोग्यरीत्या चालवण्यासाठी प्रशासनात पारदर्शकता आणि कठोरता असावी, असे सांगितले आहे. राजा हा प्रजापालक असल्याने त्याची प्रजेसाठी जबाबदारी अधिक आहे, आणि त्याने प्रजेच्या कल्याणासाठी कार्य केले पाहिजे. त्यांच्या प्रगत अर्थशास्त्रीय दृष्टिकोनातून आर्थिक सुधारणा, उत्पादनवाढ, आणि संपत्तीचे न्याय्य पुनर्वितरण यावर भर दिला आहे, ज्यामुळे राज्याचे सर्वांगीण विकास साधता येतो. कौटिल्याचे विचार हे केवळ राजकीय आणि आर्थिक धोरणांपुरते मर्यादित नसून, ते नैतिकतेशीही जोडलेले आहेत.

ब.४ अर्थशास्त्राचा प्रभाव:

कौटिल्याचे अर्थशास्त्र हा केवळ प्राचीन ग्रंथ नसून आजही आर्थिक आणि राजकीय धोरणांसाठी प्रेरणास्थान आहे.आधुनिक व्यवस्थापन, प्रशासन, आणि कूटनीतीमध्ये कौटिल्याचे सिद्धांत अद्यापही उपयुक्त ठरतात.

ब.५ निष्कर्ष:

कौटिल्याचे अर्थशास्त्र हे केवळ ग्रंथ नसून, ते प्राचीन भारतातील उत्कृष्ट राज्यशास्त्राचे उदाहरण आहे. त्यांनी मांडलेली तत्वे केवळ त्यावेळच्या समाजासाठीच नव्हे, तर आजच्या आधुनिक युगातील शासनासाठीही मार्गदर्शक आहेत. "प्रजा सुखे सुखं राज्यं" या तत्त्वानुसार राज्यकर्त्याने प्रजाजनांचे कल्याण हेच आपले ध्येय मानावे, हा विचार आजही तितकाच महत्त्वाचा आहे.

क. कौटिल्याचे नीतिशास्त्र

कौटिल्य नीतीशास्त्र (चाणक्य नीती) हे कौटिल्य किंवा चाणक्य यांच्या तत्त्वज्ञानावर आधारित ग्रंथ आहे, जो माणसाच्या नैतिक, सामाजिक, आर्थिक, आणि राजकीय वर्तनाचे मार्गदर्शन करतो. कौटिल्य नीतीशास्त्र म्हणजे व्यक्तीच्या दैनंदिन जीवनासाठी उपयुक्त असे मार्गदर्शन करणारे तत्त्वज्ञान होय. हे ग्रंथ मुख्यतः चाणक्यांनी लोकजीवन अधिक समृद्ध आणि यशस्वी करण्याच्या दृष्टीने तयार केले आहे.

क.१ कौटिल्य नीतीशास्त्राचा उद्देश

कौटिल्य नीतीशास्त्राचा उद्देश व्यक्तीचे जीवन यशस्वी, आदर्श, आणि नैतिक बनविणे हा आहे. यामध्ये राजाला प्रजेच्या कल्याणासाठी योग्य मार्गदर्शन करणे महत्त्वाचे मानले जाते, ज्यामुळे समाजात स्थिरता आणि सुव्यवस्था टिकते. हे शास्त्र समाजातील प्रत्येक व्यक्तीला योग्य आचरण करण्यासाठी प्रेरणा देते आणि धर्म, अर्थ, काम, आणि मोक्ष या चार पुरुषार्थांचा समतोल साधण्यासाठी मार्गदर्शन करते. जीवनातील विविध समस्यांवर व्यावहारिक दृष्टिकोनातून उपाय सुचविण्याची क्षमता या नीतीशास्त्रात आहे, ज्यामुळे व्यक्ती आणि समाज दोघांनाही प्रगतीचा मार्ग सापडतो.

क.२ कौटिल्य नीतीशास्त्रातील मुख्य तत्त्वे

कौटिल्य नीतीशास्त्रातील तत्त्वे व्यक्तीचे जीवन समृद्ध आणि आदर्श बनविण्यासाठी मार्गदर्शक ठरतात. त्यामध्ये व्यक्तीचे चारित्र्य व वर्तन प्रामुख्याने प्रामाणिकता, साधेपणा, आणि जबाबदारी या गुणांवर आधारित असावे, असे सांगितले आहे. सत्य बोलणे, लोभ, क्रोध, आणि मोह यांचे त्याग, तसेच शील, गुण, आचरण, आणि दान यांना प्राधान्य दिल्यास यशस्वी जीवन जगता येते. मित्र आणि शत्रूंसोबत संबंध ठेवताना योग्य मित्रांची निवड करणे, संशयास्पद व्यक्तींना ओळखणे, आणि शत्रूशी कूटनीतीने वागणे आवश्यक आहे. द्वेषभावना टाळून सात्विक गुण असणाऱ्यांसोबत मैत्री करण्यावर भर दिला आहे.

राजा आणि प्रजेच्या कर्तव्यांमध्ये राजाने प्रजेसाठी वडिलांसारखे वर्तन करावे आणि प्रजेसाठी देवासमान असावा, असे कौटिल्य मांडतात. परस्पर विश्वास असलेल्या राज्यव्यवस्थेचे उदाहरण देत, त्यांनी एकीचे महत्त्वही अधोरेखित केले आहे. आर्थिक व्यवस्थापनाबाबत कौटिल्यांनी कष्ट, संयम, आणि योग्य नियोजनावर भर दिला आहे. पैशाचा दुरुपयोग टाळून बचतीला प्रोत्साहन दिले आहे, तसेच संकटांना धैर्याने सामोरे जाण्यास सांगितले आहे. व्यापार सचोटीने पण कठोरपणे करावा, असे त्यांनी म्हटले आहे.

संयम आणि स्वावलंबन हे यशस्वी जीवनाचे आधारस्तंभ असल्याचे कौटिल्य मानतात. संयमामुळे मनःशांती मिळते, तर स्वावलंबनामुळे यशाचे खरे साधन सापडते. काम, क्रोध, आणि लोभ यांवर नियंत्रण ठेवण्याचे महत्त्व त्यांनी अधोरेखित केले आहे. ज्ञान व शिक्षणाला कौटिल्यांनी अत्यंत महत्त्व दिले आहे.

शिक्षण हा माणसाच्या जीवनाचा खरा खजिना असून, विद्येचे मूल्य समजून घेतल्याने जीवन समृद्ध होते, असे त्यांचे तत्त्वज्ञान सांगते.

क.३ नीतीशास्त्रातील प्रमुख विचार

कौटिल्य नीतीशास्त्रात संगतीचे महत्त्व अधोरेखित केले आहे, जशी संगत तसा परिणाम होत असल्याने वाईट संगती टाळावी आणि चांगल्या लोकांशी मैत्री करावी, असे ते सांगतात. समयबुद्धी किंवा वेळेचे व्यवस्थापन हे यशाचे महत्त्वाचे रहस्य असून, योग्य वेळी योग्य काम करणे गरजेचे आहे. वेळ वाया घालवू नये कारण तो परत येत नाही; त्यामुळे वर्तमानात जगत वेळेचे नियोजन करणे आवश्यक आहे.

आळसाला माणसाचा सर्वात मोठा शत्रू मानत, कौटिल्य मेहनतीने काम करण्यावर भर देतात. स्वत:ची सुरक्षा सुनिश्चित करण्यासाठी माणसाने कधीही कमजोर होऊ नये आणि स्वतःची शक्ती वाढवावी, असे त्यांनी म्हटले आहे. संयम आणि तर्कशक्तीचे महत्त्व पटवून देताना त्यांनी भावना नियंत्रणात ठेवून प्रत्येक गोष्ट तर्कशुद्धपणे समजून घेण्याचा सल्ला दिला आहे. यामुळे व्यक्तीचे जीवन अधिक स्थिर आणि प्रगतीशील बनते.

क.४ नीतीशास्त्राची आजच्या काळातील उपयोगिता

कौटिल्य नीतीशास्त्रातील विचार आजच्या काळातही अत्यंत उपयुक्त ठरतात. कार्यक्षेत्रात, यश मिळवण्यासाठी त्यातील तत्त्वज्ञान महत्त्वाचे मार्गदर्शन करते. राजकारणात, शत्रूचे नियोजन, कूटनीती, आणि मित्रांची योग्य निवड यासाठी नीतीशास्त्राच्या शिकवणी उपयुक्त ठरतात. व्यक्तिगत जीवनात, प्रामाणिकता, संयम, आणि योग्य निर्णय घेण्यासाठी हे विचार आधारस्तंभासारखे काम करतात. आर्थिक क्षेत्रात, कौटिल्यांचे तत्त्वज्ञान पैसा कमावण्याच्या कुशलतेसोबतच त्याचा योग्य विनियोग करण्यासाठी मार्गदर्शन करते. तसेच, निसर्गाला मान्यता देत त्यातील घटकांपासून शिकण्याचा विचार आजही पर्यावरणपूरक जीवनासाठी महत्त्वाचा ठरतो. अशाप्रकारे, कौटिल्यांचे नीतीशास्त्र कालातीत असून प्रत्येक क्षेत्रात उपयुक्त आहे.

क.५ महत्त्वाचे सुविचार (Chanakya Quotes):

1. "ज्या गोष्टी तुमच्या हातात नाहीत, त्यासाठी चिंता करून वेळ वाया घालवू नका."
2. "ज्ञान तुमच्याजवळ असेल, तर तुम्हाला जगातील कोणीही हरवू शकत नाही."
3. "दुसऱ्यांच्या चुका पाहण्याआधी स्वतःच्या चुका सुधारायला शिका."
4. "वाईट गोष्टींचा सामना करण्यासाठी कधी कधी कठोर होणे गरजेचे असते."
5. "संकटाचा सामना करण्यासाठी धैर्य आणि आत्मविश्वास अत्यावश्यक आहेत."
6. “दान देण्याइतका चांगला धर्म नाही.”

क.६ निष्कर्ष:

कौटिल्य नीतीशास्त्र हे जीवन जगण्याचे कलेवर आधारित आहे. यात सांगितलेल्या गोष्टी आजही प्रेरणादायी आहेत. या ग्रंथाचे विचार व्यक्तीला सुज्ञ बनवतात आणि यशाकडे मार्गदर्शन करतात. कौटिल्यांच्या विचारसरणीने जीवनातील प्रत्येक पैलू अधिक प्रगल्भ आणि शिस्तबद्ध बनतो. "कर्म करा, फळाची चिंता करू नका" हा विचार या ग्रंथाच्या मध्यवर्ती तत्त्वांपैकी एक आहे.

स्वयं अध्ययन प्रश्न – ३

रिकाम्या जागा भरा.

१. कौटिल्याच्या अर्थशास्त्रानुसार, राज्याचे मुख्य उद्दिष्ट प्रजेचे कल्याण आणि _____ यावर आधारित आहे.

२. कौटिल्याच्या मते, राज्याच्या संपत्तीचा मुख्य स्रोत _____ आहे.

३. कौटिल्याच्या अर्थशास्त्रानुसार, "कोषाशिवाय _____ अस्तित्व शक्य नाही."

४. कौटिल्याच्या मते, "ज्या गोष्टी तुमच्या हातात नाहीत, त्यासाठी _____ करू नका."

५. कौटिल्य म्हणतात, "शत्रूशी नेहमी _____ आणि कूटनीतीने वागा."

२.३.४ कला आणि वास्तुकला - हडप्पा संस्कृती - किल्ले, गुंफा - अजंठा आणि वेरूळ

अ. प्रस्तावना-

प्राचीन कला आणि वास्तुकला ही मानवी इतिहासातील एक अमूल्य ठेवा आहे, जी प्राचीन संस्कृतींच्या सौंदर्यदृष्टी, धार्मिकता, आणि समाजरचनेचे दर्शन घडवते. या कलेमध्ये शिल्पकला, चित्रकला, वास्तुशिल्प, आणि हस्तकला यांचा समावेश होतो. प्राचीन भारतात इंद्रप्रस्थ, मौर्य, गुप्त, आणि चोल साम्राज्याच्या काळात बांधल्या गेलेल्या भव्य मंदिरांपासून ते मोहनजोदडो-हरप्पाच्या नगररचनेपर्यंत, विविध शैलींचे दर्शन घडते. इजिप्तमधील पिरॅमिड्स, ग्रीक आणि रोमन साम्राज्याची प्रासादशिल्पे, तसेच चीनमधील भव्य प्राचीर ही वास्तुकलेच्या जागतिक वारशाची उदाहरणे आहेत. या कलाकृतींमधून मानवाचे तंत्रज्ञान, धार्मिक श्रद्धा, आणि कलात्मकता यांचा समतोल दिसून येतो, ज्यामुळे त्या काळातील समाजजीवनाचा अभ्यास करण्यासाठी ही कला महत्त्वाची ठरते.

ब. **हडप्पा संस्कृती- वास्तुकला :**

ब.१ वास्तुरचना:

भारतीय वास्तुकलेला खऱ्या अर्थाने सिंधू संस्कृतीपासून प्रारंभ झाल्याचे मानले जाते. इ.स. पूर्व काळात सिंधू व रावी नदीच्या खोऱ्यात मोहेंजोदारो (मोहेंजोदाडो) व हडप्पा या शहरांमधील वास्तुरचना म्हणजे तत्कालीन कलावंताची वास्तुकलेतील आश्चर्यकारक कामगिरी आहे. तेथील घरे, धान्यांची कोठारे व स्नानगृहांची रचना हे आदर्श वास्तूंचे नमुने आहेत. सुमारे ९०-९५ वर्षांपूर्वी या संस्कृतीची थोडीही माहिती उपलब्ध नव्हती. परंतु सिंधू नदीच्या खोऱ्यातील संस्कृती ही भारतातील अतिशय प्राचीन संस्कृती होय.मोहेंजोदाडो व हडप्पाच्या खोऱ्यातील सिंधू व रावी यानद्यांच्या काठी वसलेली ही महत्त्वाची नगरे होती.आर्यकाळातील भारतीय शहरांचे संशोधन सुरू असताना सिंधू खोऱ्यातील संस्कृतीचा अचानक शोध लागला. इंडियन आर्किऑलॉजिकल सर्व्हे या संस्थेतर्फे हे कार्य हाती घेण्यात आले. सर जॉन मार्शल हे या संस्थेचे संचालक होते. भारतीय प्राचीन संस्कृतीचा शोध घेण्याचा प्रयत्न करणाऱ्या या संस्थेतील

संशोधकांना हडप्पा या ठिकाणी काही मुद्रा सापडल्या. या मुद्रांवर प्राण्यांची चित्रे व चित्रमय लिपीत मजकूर कोरलेला होता, म्हणून मोठ्या उत्साहाने इ.स.१९२१ मध्ये श्री. रायबहादूर दयाराम सहानी यांच्या नेतृत्वाखाली मोठ्या प्रमाणात उत्खनन करण्यात आले. तेव्हा हडप्पा येथे एक मोठे शहरच जमिनीखाली गाडले गेले असल्याचे आढळले. या शोधामुळे हडप्पापासून ४०० मैल अंतरावर असलेल्या मोहेंजोदाडो या नगरात उत्खनन कार्य हाती घेण्यात आले. इ.स. १९२२ मध्ये राखालदास बॅनर्जी यांनी मोहेंजोदाडो या नगरात चाललेल्या उत्खननाच्या संशोधन कार्यातून पुरावे गोळा केले. या कार्यात एम. एस. व्हॅटस व श्री. जी. मुजुमदार यांनी नवे क्षेत्र निवडण्याचे ठरवले. श्री. मुजुमदारांना या उत्खननात चन्हुदारो या छोट्या भूमिगत शहराचा शोध लागला. मोहेंजोदाडो व चन्हुदारो ही नगरे स्वातंत्र्यपूर्वकालीन भारतात असलेल्या सिंध प्रांतात सापडली तर हडप्पा हे नगर पंजाब प्रांतात सापडले. या प्रदेशात केलेल्या उत्खननावरून आणि तेथे सापडलेल्या विविध अवशेषांवरून सिंधू संस्कृतीचे क्षेत्र फारच व्यापक असल्याचे ध्यानात आले. वायव्य सरहद्द प्रांत आणि हिमालयाच्या पायथ्यालगतच्या प्रदेशापासून ते दक्षिणेला गुजरात, सौराष्ट्रपर्यंत आणि पूर्वेला गंगा नदीच्या खोऱ्यापर्यंत या प्राचीन संस्कृतीची व्याप्ती होती. वास्तुकला सिंधू संस्कृती संपन्न नागरी संस्कृती होती. उत्खननात उपलब्ध अवशेषांवरून या लोकांनीवास्तुकला आणि नगररचनाशास्त्र या क्षेत्रात आश्चर्यकारक कामगिरी केल्याचे दिसून येते.

नगररचना - नगररचनेचे लक्षात येणारे पहिले कौशल्य म्हणजे रस्ते. मोहोंजोदाडो व हडप्पा या नगरातील रस्ते सामान्यपणे अगदी सरळ एकमेकांना काटकोनात छेदणारे असत. मात्र काही रस्त्यांच्या सरळपणालावाकडी वळणे मिळालेली आढळतात. हे रस्ते पूर्व पश्चिम आणि दक्षिणोत्तर आहेत. वाऱ्याची दिशा पाहून रस्त्याची अशी योजना केली असावी असे वाटते. मुख्य रस्त्याची रुंदी १० मीटरपर्यंत होती. छोटे रस्ते २.७ मीटर ते ३.६ मीटर यांच्या आसपास आढळते. तर गल्ल्यांची रुंदी कमीतकमी १.२ मीटर आढळते. रस्त्याच्या दोन्ही बाजूस घरे बांधलेली आढळतात. नगरातील मुख्य रस्ते विटांच्या तुकड्यांचा थर देऊन मजबूत केले जात. तसेच रस्त्यांच्या दुतर्फा बंद गटारे असत.

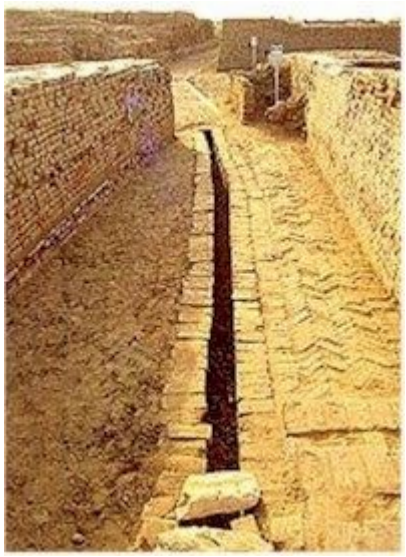
ब. २ घराचे बांधकाम:

वास्तूचे बांधकाम करण्यासाठी भाजलेल्या व पक्क्या विटांचा वापर केला आहे. घरे एकमजली व दुमजली असत. बांधकामासाठी येथे दगड उपलब्ध नव्हता. सर्व जमीन पुरामुळे जमा होणाऱ्या गाळाची आहे. त्यामुळे इमारती पक्क्या विटांच्या आहेत. विटांचे आकार प्रमाणबद्ध असत. घरासाठी वापरावयाच्या विटा आणि रस्तेव गटारांसाठी लागणाऱ्या विटा यांच्या आकारात फरक असे. इंग्रजी “L” अक्षरासारख्या आकाराच्या विटा इमारतीचे कोपरे बांधण्यासाठीबनवल्या जात. भिंतींना चिखलाच्या किंवा जिप्सम मिश्रित मातीचा गिलावा केला जाई. घराच्या भिंती जाड असत. रस्ते व गटारे बांधण्यासाठी थोड्या वेगळ्या प्रकारच्या मोठ्या विटा असत.

साधेपणा हे मोहेंजोदारो आणि हडप्पा येथील घरांचे वैशिष्ट्य आहे. घराच्या भिंतीवर विटांची सौंदर्यपूर्ण रचना केली जाई. घरांना फारशा खिडक्या नसत व असल्या तर अंगणासमोरच्या भिंतीला असत. घराची प्रवेशद्वारे

बाजूच्या लहान गल्ल्यांत असत. मुख्य रस्त्याच्या बाजूला कोणतेही दरवाजे किंवा खिडक्या नाहीत. आक्रमणापासून संरक्षण हा दृष्टिकोन यामागे असावा. घराची छपरे सपाट असत. पाण्याचा निचरा व्हावा अशी त्याची रचना केली जाई. घरांची रचना एका मध्यवर्ती चौकाभोवती केलेली असे. तेरा एकर क्षेत्रावर मोहेंजोदारो शहर बांधण्यात आले होते. तीन वेळा हे शहर वाहून गेले व तीनदा ते नव्याने बांधले गेले. येथील काही घरे भव्य व प्रशस्त आहेत, तर काही एका मोठ्या खोलीची आहेत. मोठ्या घरात अनेक खोल्या आणि दालने आहेत. एका कोपऱ्यात स्वयंपाकघराची व्यवस्था आहे. लहान घरात पार्टिशनची एक भिंत असे. अंगणामध्ये विटांची फरशी केलेली आहे.

ब.३ पाणी पुरवठा व सांडपाण्याची व्यवस्था:



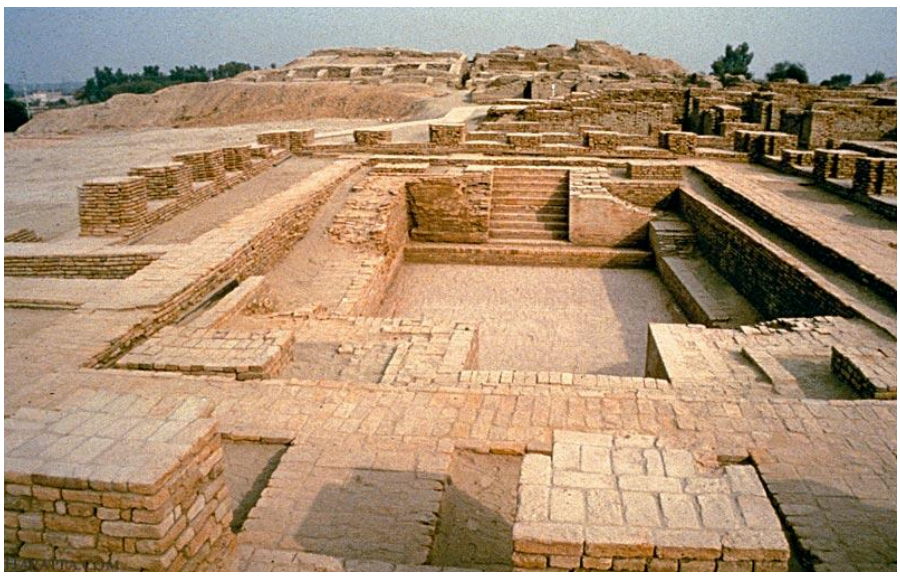
येथील नगररचनेचे खास वैशिष्ट्य म्हणजे पाणी पुरवठ्याची व सांडपाण्याची उत्कृष्ट व्यवस्था होय. प्रत्येक घरात कमीतकमी एक तरी स्नानगृह असे व ते रस्त्याच्या बाजूला असे. स्नानगृहातील जमीन विटांनी आच्छादून टाकली जाई आणि एका कोपऱ्याकडे तिला उतार असे. लहान लहान गटारांतून येथील सांडपाणी वाहून नेण्याची व्यवस्था केली होती. रस्ते व गल्ल्यांमधील गटारे मुख्य गटारांना जोडली होती. सांडपाणी, तसेच पावसाचे पाणी मोठ्या कमानयुक्त गटारांतून नगराच्या बाहेर सोडण्याची व्यवस्था केलेली होती. विटा किंवा दगडांनी गटारांना आच्छादन केलेले असे. गटारे साफ करण्यासाठी किंवा तपासून पाहण्यासाठी ठरावीक अंतरावर बाजूला काढता येण्यासाठी विटांची

आच्छादने किंवा झाकणे (Manholes) असत. कमानयुक्त गटारे ही मुख्य रस्ते व पावसाचे पाणी वाहून नेण्यासाठी असत. कारण सिंधू खोऱ्यात मुबलक पाऊस पडत असे. या गटारांची रुंदी०.७५ मीटर आणि उंची १.२ मीटर व १.५ मीटर यांच्या दरम्यान असे. प्रत्येक घरात पाणी पुरवठ्यासाठी एक छोटी विहीर असे. शिवाय वर ४-५ घरांसाठी सार्वजनिक विहीरहोती. अशा रितीने नागरिकांना मुबलक पाणी उपलब्ध होते. अतिप्राचीन संस्कृतीचा विचार करता, सिंधू खोऱ्यातील आरोग्य रक्षणाची योजनाबद्ध व्यवस्था, नगररचना, कौशल्य पाहण्यासारखे होतेच, विशेष म्हणजे इतर प्राचीन संस्कृतीत अशा प्रकारची व्यवस्था कोठेच आढळत नाही.

ब.४ सार्वजनिक इमारती

मोहेंजोदाडो व हडप्पा या दोन्ही शहरांच्या पश्चिम बाजूस तटबंदीयुक्त बालेकिल्ले (catadels) आहेत. त्यात सभागृह, धान्याची कोठारे, धार्मिक समारंभाच्याइमारती यासारख्या सार्वजनिक स्वरूपांच्या इमारती आहेत. त्यांपैकी महत्त्वाची वास्तू म्हणजे मोहेंजोदारो येथील स्नानगृह होय.

ब.५ मोहेंजोदारो येथील सार्वजनिक स्नानगृह:



मोहेंजोदारो येथील सार्वजनिक स्नानगृह हा सिंधू खोऱ्यातील नगर रचनेचे व वास्तुकलेचे खास वैशिष्ट्य होय. इ.स.पूर्व १८२५-२६ मध्ये उत्खनन करत असताना सर जॉन मार्शल यांना हे सापडले. हे स्नानगृह मोठे वैशिष्ट्यपूर्ण आहे. या स्नानगृहाचे बांधकाम भाजलेल्या पक्क्या विटांचे असून त्याची लांबी, रुंदी व

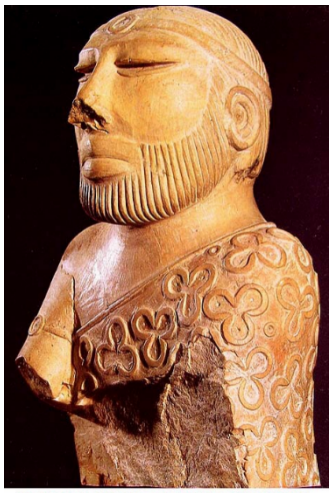
खोली अनुक्रमे ११.७० मीटर आणि ६.९ मीटर व २.४० मीटर आहे. दोन्ही बाजूंनी पायऱ्या उतरून या स्नानगृहात प्रवेश करता येतो. त्यात एक मध्यवर्ती आयताकृती तलाव असून त्याभोवती कट्टा आहे. तलावातील पाणी बाजूच्या भिंतीत मुरू नये म्हणून जिप्सम मिश्रित चुन्यात भिंतींचे बांधकाम केले आहे. भिंती जलभेद्य झाल्यामुळे पाणी मुरत नाही. स्नानगृहाच्या उत्तरेला चार आणि दक्षिणेला चार असणाऱ्या या खोल्यांमधून सांडपाणी बाहेर टाकण्याचा मार्ग होता. या खोल्या समोरासमोर असल्या तरी स्नान करणाऱ्या व्यक्ती एकमेकांना तसेच तिसऱ्या व्यक्तीला दिसू नये अशी रचना केली होती. स्नानगृहाच्या आग्नेय दिशेला एका खोलीत असलेल्या दीर्घवर्तुळाकार विहिरीतून पाणी पुरवठा केला जात असावा. तलावातील घाण पाणी काढून टाकण्याची व ताजे व स्वच्छ पाणी भरण्याची खास सोय केली होती. स्नानगृहाच्या नैऋत्येकडील कोपऱ्यात चौकोनी विवरमार्ग किंवा तळमोरी होती. त्यातून पाणी काढून टाकले जाई. स्नानगृहाच्या पूर्वेलाही एका खोलीत एक मोठी विहिर होती व तिचा उपयोग तलावात स्वच्छ पाणी भरण्यासाठी होत असावा. स्नानगृहाच्या निर्मितीचा हेतू जलविहाराचा, चैनीचा नसावा. स्नान करणे हा सिंधू संस्कृतीच्या आचार पद्धतीचा एक भाग असावा. सार्वजनिक स्नानगृह आकाराने मोठे असले तरी त्याचा नेहमी उपयोग केला जात नसावा. प्रत्येक घराला स्नानगृह असल्यामुळे अशा प्रकारच्या मोठ्या सार्वजनिक स्नानगृहाचा वापर धार्मिक उत्सवांच्या प्रसंगीच केला जात असावा.

क . **हडप्पा संस्कृती- कला :**

उत्खननात मिळालेल्या धातूच्या मूर्ती, मुद्रा,मातीची भाजलेली शिल्पे (टेराकोटा), दगडी शिल्पे यावरून या संस्कृतीमधील शिल्पकलेचे स्वरूप स्पष्ट होते. धातूची मोजकी व मातीची काही शिल्पेमिळाली आहेत. शिल्पकाम हे प्राथमिक स्वरूपाचे व प्रामुख्याने सांकेतिक पद्धतीचे आहे. अरुंद डोळे, ताठ मान, वरचा मिशी नसलेला ओठ, खालचा ओठ जाड ही मानवाकृतीची शारीरिक वैशिष्ट्ये आहेत. तेथे सापडलेल्या काही प्रमुख शिल्पांची माहिती पाहिल्यास ही वैशिष्ट्ये स्पष्ट होतील. साधारणपणे अकरा दगडी शिल्पे सापडली. त्यापैकी तीन प्राण्यांची आहेत.

दाढीवाला पुरुष:

हे शिल्प सिंधू संस्कृतीमधील मोहेंजोदारो या ठिकाणी सापडले. ते पांढरट रंगाच्या चुनखडीच्या दगडात कोरले असून त्याची उंची ७.५ इंच (सुमारे १८ सेमी) आहे. तज्ज्ञांच्या मते ते एखाद्या धर्मगुरूचे किंवा सरदाराचे असावे. हे शिल्प पांढरट रंगाच्या चुनखडीच्या दगडात घडवण्यात आले आहे.

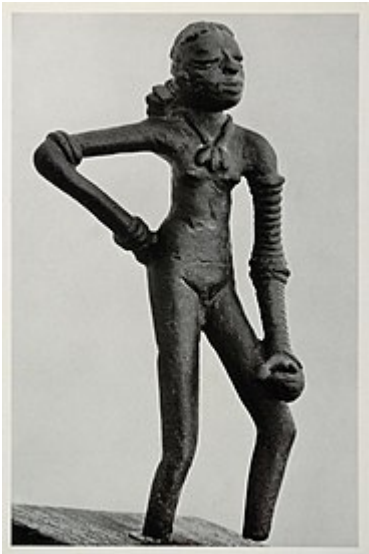


The Priest with Trefoil Drape (Indus Valley: 3300-1300 B.C.)

त्याचे डोळे प्रदीर्घ व अर्धोन्मीलित आहेत. यावरून एखाद्या ध्यानस्थ योग्याची अवस्था दाखवण्याचा उद्देश या रचनेमागे असावा. डोक्यावरील व दाढीचे केस समांतर सांकेतिक पद्धतीने दाखवले आहेत. मेसोपोटेमिया मधील शिल्पांमध्ये याच सांकेतिक पद्धतीने केशरचना दाखवली जात होती. नाक काहीसे बोजड असून त्याचा शेंडा तुटलेला आहे. ओठ प्रमाणाने जाड आणि कपाळ अरुंद आहे. डोक्याभोवती एक फित बांधलेली असून समोरच्या बाजूस तिला एक वर्तुळाकार पदक जोडलेले आहे. कानाचे शिल्पकाम सांकेतिक पद्धतीने केलेले असून त्याला शिंपल्यासारखा आकार दिलेला आहे. कानाच्या बाजूस मानेवर दोन्ही बाजूस छिद्रे आहेत. कंठहार अडकवण्यासाठी त्यांचा उपयोग केला जात असावा. इजिप्त व मेसोपोटेमिया येथील शिल्पांमधून अशीच रचना आढळून येते. या व्यक्तिशिल्पांतील व्यक्तीने अंगावर शाल पांघरलेली दाखवली असून ती उजव्या हाताखालून व डाव्या खांद्यावरून पांघरलेली आहे. या शालीवर त्रिदलीय आकाराची नक्षी कोरलेली आहे. या नक्षीच्या आतील भाग तांबड्या रंगाने रंगवलेला आहे. अशा प्रकारची त्रिदलीय नक्षी मध्यपूर्वेतील शिल्पावरून घेतलेली असावी. मानेवरील छिद्र, त्रिदलीय नक्षी यावरूनइजिप्त व मेसोपोटेमिया येथील राजकीय, व्यापारी संबंध असल्याचे लक्षात येते. हे शिल्प

भारतातील सर्वात जुना व्यक्तिशिल्पाचा नमुना आहे असे म्हणता येईल. हे शिल्प दिल्लीच्या राष्ट्रीय संग्रहालयात ठेवण्यात आले आहे.

नर्तिका :



हे शिल्प सिंधू संस्कृतीमधील सर्वात प्रसिद्ध शिल्प होय. ही ब्राँझ धातूची ओतीव मूर्ती आहे. तिची उंची फक्त साडेचार इंच आहे. इतर शिल्पांप्रमाणे हे शिल्प वास्तववादी घडणीचे नाही. ते पूर्णतः सांकेतिक पद्धतीचे आहे. कृश शरीर, नळीसारखे हातपाय आणि खालचा जाड ओठ इत्यादी लक्षणांवरून नंतरच्या काळातील दक्षिण भारतीय मूर्तींशी असलेले तिचे साम्य लक्षात येते. हे शिल्प वास्तववादी नसले तरीसुद्धा तिच्यात एक प्रकारचा डौल, जोम व गतिमानता आढळून येते. त्यामुळे तिच्यातील जिवंतपणा दिसून येतो. सहजपणे उभ्या अस्लेल्या या नर्तिकेचा एक हात कमरेवर असून दुसऱ्या हातात खांद्यापासून मनगटापर्यंत बांगड्या भरलेल्या आहेत. यावरूनच सिंधू संस्कृतीमध्ये बांगड्यांचे अवशेष मोठ्या प्रमाणात का आढळून आले याचे स्पष्टीकरण मिळते. एवढ्या लहान शिल्पांमध्ये इतक्या बांगड्यांचे कोरीव काम व धातूचे ओतकाम तत्कालीन मूर्तिकारांचे ओतकामातील कसब व ज्ञान किती प्रगत होते याची साक्ष पटवते. या मूर्तीची केशरचना वैशिष्ट्यपूर्ण असून केसांच्या बुचड्यावर फुले माळलेली दिसून येतात. गळ्यामध्येतिहेरी पदक असलेला एकच कंठहार दाखवला आहे. उजव्या बाहूवर बाहुभूषणे व मनगटावर तोडेही घातलेले दिसून येतात. चेहरा मोहक नसला तरीही रुबाबदार व प्रसन्न आहे. डोळे अर्धोन्मीलित आहेत. इ.स.

पूर्व ३००० मधील ब्राँझ धातू, त्याच्या ओतकामातील कौशल्य या सगळ्यावरून तत्कालीन संस्कृती किती समृद्ध होती याची साक्ष पटते.

मातृदेवता

सिंधू संस्कृतीमध्ये अनेक टेराकोटा शिल्पे आढळून आली. (टेराकोटा म्हणजेच मातीचे भाजलेले पक्के शिल्प) दगडाच्या शिल्पांच्या तुलनेत सहज उपलब्ध होत असलेल्या मातीचा वापर सिंधू संस्कृतीमध्ये खूप मोठ्या प्रमाणावर करण्यात आला. यामध्ये अनेक स्त्री मूर्ती उत्खननात सापडल्या आहेत. त्यातीलच हे एक शिल्प आहे. ही मातृदेवता कमरेखाली आखूड वस्त्र नेसली आहे आणि ते 'कमर' पट्ट्याच्या साहाय्याने बांधले आहे. तसेच गळयात एक हार असून डोक्यावर पंख्याच्या आकाराचे मुकुटासारखे दिसणारे आभूषण आहे. त्याच्या दोन्ही बाजूस मोठ्या शिंपल्यांच्या आकाराचे पेले आहेत. या पेल्यांचा उपयोग वेगवेगळ्या प्रसंगी तेलाचे दिवे लावण्यासाठी करण्यात येत असावा. अशा प्रकारच्या काही मातृदेवतांच्या शिल्पांमध्ये कधी कमरेजवळ तर कधी छातीजवळ मातीचा गोळा लिंपून बालकाचे प्रतीक दाखवले जाई, तत्कालीन समाजातील मातेचे महत्त्व, जननक्षमता सुचवली जात असे. या अशा शिल्पांची जडणघडण लोककलेला साजेशी आहे. या शिल्पात ओबडधोबडपणा असला तरी सहजता दिसून येते. अशा प्रकारची अनेक मातृदेवता शिल्पे गृहकामात मग्न असतानाची, बालकांना खेळवताना, याच पद्धतीत टेराकोटा शिल्पे बनवली आहेत. या माध्यमातील माणसांची व प्राण्यांचीही शिल्पे उत्खननात आढळली.

मुद्रा :

सिंधू संस्कृतीच्या संबंधात करण्यात आलेल्या उत्खननात बऱ्याच मोठ्या संख्येने उपलब्ध झालेल्या महत्त्वपूर्ण वस्तू म्हणजे तेथील प्राचीन शहरात मिळालेल्या शेकडो मुद्रा होत. याच पद्धतीच्या अशा मुद्रा मेसोपोटेमिया येथे ही आढळून आल्या त्यामुळे इतिहास तज्ज्ञांना सिंधू संस्कृतीचा कालखंड निश्चित करण्यात मदत झाली. या मुद्रा स्टिएटाईट दगडात कोरलेल्या आहेत. एखाद्या व्यापारी स्वरूपांच्या करारनाम्यावर उमटवण्यासाठी त्याचा उपयोग केला जात असावा. या मुद्रांना वरच्या बाजूला दोरा ओवतायेईल असा कडीचा आकार आहे. त्यामुळे गळयातील ताईत म्हणूनही याचा उपयोग केला जात असावा हा

ताईत गळ्यात घातल्यामुळे संकटापासून रक्षण होते अशी श्रद्धाही त्यावेळी असू शकते.

मुद्रांचे निर्मिती तंत्र :

सिंधू खोऱ्यात उत्खननात सापडलेल्या मुद्रा या कला व कारागिरीचा उत्तम नमुना म्हणता येईल. सिंधू संस्कृतीमधील या मुद्रा वेगवेळ्या प्रकारच्या, आकारांच्या आहेत. त्या प्रामुख्याने चौरसाकृती व आयताकृती आहे. काही वर्तुळाकार तर काही दिर्घ वर्तुळाकारात आहेत. सामान्यपणे त्यांचे आकारमान लहान होते. त्यांच्या या अशा आकारासाठी अर्थातच लहान लहान तीक्ष्ण हत्यारांचा उपयोग करण्यात येत असे. एमरीसारखे साहित्य वापरून त्याचा पृष्ठभाग गुळगुळीत करण्यात येत असे. पॉलिश झाल्यानंतरत्यावर अल्कली द्रव्याचा थर देण्यात येई व ती मुद्रा अल्पकाळ भाजली जाई त्यामुळे त्या स्टिएटाईट दगडाला एक प्रकारचा शुभ्र चकचकीतपणा प्राप्त होत असे. विशेष बाब म्हणजे या मुद्रांवरील कोरीव काम, खोद मुद्रा पद्धतीने ऋण उठावात केले जाई. मातीसारख्या किंवा मेणासारख्या मऊ पदार्थावर मुद्रेचा छाप उठवताना जो भाग उठावाचा हवा असेल तो मुद्रेवर उलटा म्हणजे खोल खोदला जात असे.

मुद्रांवरील कोरीव कामांचे विषय :

या मुद्रांवर केलेले कोरीव काम हे कौशल्याने व सफाईदारपणे केलेले आहे. त्यावर अनेक प्राण्यांची शिल्पेकोरण्यात आली आहेत. आखूड शिंगे असलेला बैल, हत्ती, काळवीट, कुत्रा, रानबकरा, वाघ, सुसर, गेंडा इत्यादी प्राण्यांचे शिल्पांकन केलेले असून, काही ठिकाणी काल्पनिक प्राण्यांचेही शिल्पकाम केले आहे.काही ठिकाणी विचित्र स्वरूपाच्या मानवाकृतीही आढळतात. काही ठिकाणी तत्कालीन लिपीत काही मजकूर लिहीलेला आढळून येतो. ही लिपी वाचण्यात अद्यापपर्यंत पूर्णयश मिळाले नसले तरी प्रयत्न चालू आहेत.

मुद्रांचे कलात्मक व ऐतिहासिक महत्त्व :

सिंधू नदीच्या खोऱ्यात केलेल्या उत्खननात या मुद्रांचे सर्वात महत्त्वपूर्णयोगदान आहे. यातून परिपूर्ण कौशल्याचा विकास झालेला आढळून

येतो. वास्तववादी पद्धतीने व सांकेतिक पद्धतीने अशा दोन्हीही प्रकारे हे शिल्पकाम केलेले आहे. चित्रण परीपूर्ण व्हावे या करिता इजिप्शियन संस्कृतीप्रमाणे समोरून पाहिल्यानंतर दिसतील असे शरीराचे काही भाग सन्मुखतेच्या नियमाला अनुसरून दाखवले आहेत. प्राण्यांचे चित्रण परिणामकारक असण्यासाठी आवश्यक तेवढाच शरीराचा भाग दाखवला आहे.या मुद्रांवरून सिंधू संस्कृती मधील लोकांच्या धर्मकल्पना,व्यवसाय, अन्य संस्कृतीशी संबंध इत्यादी ऐतिहासिक माहिती मिळते.

वृषभ मुद्रा :

सुप्रसिद्ध वृषभ मुद्रा पाहिली असता बैलाची ताकद, जोम व चैतन्य दाखवण्यासाठी मानेखालील कातड्याच्या घड्या, मांसल व हाडांचे कठीण भाग इत्यादींचे चित्रण समर्थपणे केल्यामुळे या बैलाची भरीव घनता आणि प्रचंड वजनदारपणा यामुळे हे शिल्प सौंदर्याचा अप्रतिम नमुना बनला आहे. शरीराचे वजन सहजपणे तोलणारे आखूड पाय या गोष्टी वास्तवतेचा भास निर्माण करतात.सिंधू संस्कृतीमधील धर्मकल्पना, व्यवसाय,चालीरिती, रुढी परंपरा अन्य संस्कृतीशी (उदा.मेसोपोटेमिया) संबंध याविषयांची माहिती मिळते. पशुपतिनाथाच्या मुद्रेत शिंगे असलेली मानवी आकृती शिव-पशुपती या देवतेचे प्राचीन रूप आहे. डोक्यावरील भागात कोरलेला त्रिशूळ, सभोवती प्राण्यांची चित्रणे इत्यादींवरून भारतीय कलेत आढळणारे एखाद्या देवतेचे मानवी स्वरूपातील सर्वात प्राचीन शिल्पांकन या मुद्रेत आढळते असे म्हणावयास हरकत नाही. दोन श्वापदांच्या माना मुरगळणारा वीर, तीन शिरांचा विचित्र प्राणी तसेच बऱ्याच मुद्रातील पौराणिक कथांचा संबंध व प्रत्यक्ष मुद्रा मेसोपोटेमिया या

ठिकाणी आढळून आल्या आहेत. त्यावरून तत्कालीन दोन संस्कृतींमध्ये असलेले व्यापारी संबंध लक्षात येतात.

ड .किल्ले, गुंफा - अजंठा आणि वेरूळ

ड .१ प्रस्तावना –

अजिंठा आणि वेरुळ लेण्या हा प्राचीन भारतीय स्थापत्यकलेचा आणि शिल्पकलेचा अमूल्य ठेवा आहे, जो महाराष्ट्रातील औरंगाबाद जिल्ह्यात स्थित आहे. अजिंठा लेण्या मुख्यतः बौद्ध धर्माशी संबंधित असून त्या इ.स.पूर्व २ऱ्या शतकापासून इ.स. ६व्या शतकादरम्यान खोदल्या गेल्या आहेत. त्यामध्ये बुद्धांच्या जीवनावर आधारित भित्तिचित्रे आणि शिल्पकलेचे उत्कृष्ट नमुने आढळतात. वेरुळ लेण्या हिंदू, बौद्ध, आणि जैन धर्माशी निगडित असून, त्या इ.स. ५व्या ते १०व्या शतकादरम्यान तयार झाल्या आहेत. वेरुळमधील कैलास मंदिर हे एकाच दगडात कोरलेले अद्वितीय वास्तुकलेचे उदाहरण आहे. या लेण्यांमध्ये धार्मिकता, कलात्मकता, आणि स्थापत्यकलेचा उत्कृष्ट संगम दिसून येतो, ज्यामुळे त्या जागतिक वारसास्थळांच्या यादीत अंतर्भूत आहेत.

ड .२ अजिंठा येथील चैत्यगृह : (गुहा क्र. १९)

गुप्तकालीन वास्तू या गुहामंदिरे व बांधीव मंदिरेअशा दोन्ही प्रकारांच्या होत्या. अजिंठ्यातील काही गुहांची निर्मिती या काळात झाली. गुहामंदिरांपैकी अजिंठा येथील गुहा क्र. १९ ही अप्रतिम चित्रकला, शिल्पकला व स्थापत्यकलेसाठी विश्वविख्यात आहे. अजिंठा लेणी औरंगाबादपासून सुमारे ११० कि.मी. अंतरावर आहेत. इ.स. १८२४ साली ब्रिटिश अधिकारी लेफ्टनंट जे. ई. अलेक्झांडर हा त्या दरीकडे शिकार करण्यासाठी गेले होते, सध्या ज्या ला

व्ह्यू पॉइंट (view point) म्हणतात त्या लेणीसमोरच्या पहाडावर उभे असताना त्याला लेणी क्र. १०ची भव्य कमान दिसली आणि या लेण्यांचा शोध लागला. येथे हीनयान व महायान पंथातील लहानमोठ्या अशा एकूण ३० बौद्ध लेण्या आहेत. त्या सर्व इ.स. पहिले शतक ते इ.स. सहावे शतक या काळातील आहेत.अजिंठा येथील १९ व्या क्रमांकाची गुहा ही गुप्तकालीन वास्तू आहे. या महायान पंथातील लेणीचे प्रवेशद्वार व त्यावर अश्वनालाकृती खिडकी असून आत सभामंडप व त्याच्या दोन्ही बाजूंस स्तंभांच्या रांगा आणि पलीकडे दोन पाखी, समोर अर्धवर्तुळाकार जागेत स्तूप व त्यासभोवार प्रदक्षिणा पथ असून आतील स्तंभांच्या दंडाचा मुख्य उभा भाग पानाफुलांच्या नक्षीने अलंकृत केलेला आहे. वरच्या स्तंभशीर्षाखाली एक अमलकासारखा किंवा कमळाच्या आकाराचा गोल भाग नवीन घालण्यात आला आहे. दोन स्तंभशीर्षांमध्ये फारच थोडे अंतर असल्यामुळे त्याची उंच उठावाच्या उत्थित शिल्पांनी अलंकृत केलेली एक सलग आडवी पट्टीच असल्यासारखे भासते. दुसरी नवी भर म्हणजे वरील कमानदार छतामध्ये स्तंभशीर्षांच्या वरील बाजूस कंगणी व त्यावर उभे कोनाडे निर्माण केले आहेत. त्यात उभ्या किंवा बसलेल्या बुद्धमूर्ती आणि नक्षीची तबके (पॅनेल्स) आलटून पालटून कोरलेली आहेत. या सर्वांमुळे येथे अधिक संपन्न कलात्मकता दिसून येते. येथील स्तूप एकसंध दगडात कोरलेले असून त्यावर खूपच कोरीवकाम केलेले आहे. हा स्तूप जवळजवळ वरच्या अर्धवर्तुळाकार छताला जाऊन भिडला आहे. स्तूपाचा उभा दंडगोलाकार भाग व त्यावरील अर्धगोलाकृती अंड (घुमटासारखा भाग) यांत एक मोठा स्तंभयुक्त कोनाडा करून त्यात उभी बुद्धमूर्ती कोरण्यात आली आहे. नेहमीच्या हर्मिका व छत्रावली यांच्याही वर एक कलश बसवण्यात आला आहे. हे सर्व अलंकरण व मनुष्यरूपातील बुद्धमूर्ती यांवर महायान पंथाचा प्रभाव दिसून येतो. पूर्वीच्या चैत्यगृहांप्रमाणे येथेही अश्वनालाकृती खिडकी आहे. तिच्या खाली अलंकरण असलेल्या दोन कोरीव स्तंभांवर आधारलेला व सुरेख दुहेरी कंगणी असलेला द्वारमंडप आहे. खिडकीच्या सभोवती व अंगणाच्या भिंतींवर विविध आकारांच्या कोनाड्यात उंच उठावाच्या बुद्धाच्या व बोधिसत्त्वांच्या मूर्ती कोरल्या आहेत.

ड .३ चित्र व शिल्पकलेच्या दृष्टिकोनातून-

* **बोधिसत्त्व** : अद्वितीय ज्ञान ग्रहण करण्याची क्षमता थोडक्यात ज्ञानप्राप्तीच्या अगोदरच्या बुद्धाला बोधिसत्त्व असे म्हटले आहे.

* **बुद्ध** : ज्ञानप्राप्तीनंतरच्या बुद्धाच्या सर्व प्रतिमा योग्याच्या स्वरूपातील, अलंकार विरहित असून "चीवर' हे वस्त्र परिधान केलेल्या आहेत. तसेच या प्रतिमा वेगवेगळ्या भावमुद्रांमध्ये आहेत. त्यामुळे बोधिसत्त्व आणि बुद्ध ह्या एकाच व्यक्तिच्या प्रतिमा असल्या तरीही त्यांच्या हावभावात, वस्त्रालंकारांत, मुद्रांमध्ये फरक आहे. चैत्य गवाक्षाच्या दोन्ही बाजूंस यक्ष द्वारपालांची शिल्पे आहेत व त्यांचे सांची आणि बरहूत येथील कठड्यांवरील शिल्पांशी साम्य आहे. अजिंठ्यातील हे चैत्यगृह वास्तुकलेचा आदर्श नमुना म्हणून प्रसिद्ध आहे. आजही तो चांगल्या स्थितीत पाहावयास मिळतो.

ड.४ अजिंठा लेणी – चित्रकला :

महाराष्ट्र राज्यात औरंगाबाद शहरापासून जवळच अजिंठा लेणी समूह आहे. येथे असलेला लेणी समूह हा वेगवेगळ्या राजांच्या काळात निर्माण करण्यात आला असून या लेण्यांची निर्मिती इ. स. पहिले शतक ते इ. स. सहाव्या शतकात झाली आहे. असे इतिहास तज्ज्ञांचे मत आहे. अजिंठा या गावावरून या लेणी समूहास 'अजिंठा लेणी' असे नाव देण्यात आले. ज्या दगडी डोंगरात या लेण्या कोरलेल्या आहेत. तो डोंगर 'अश्वनालाकृती' आहे. येथील सर्व लेण्या बौद्धधर्मीय आहेत. यात ०५ चैत्यगृहे आणि २५ विहारगृहे आहेत. चैत्यगृहे म्हणजे सामूहिक प्रार्थनास्थान तर विहारगृह हे बौद्धभिक्षूंचे निवासस्थान असा

बोध होतो. अजिंठा लेणी समूहातील लेणी क्र. १, २, १६, १७ व १९ या भित्तीचित्रणासाठी जगप्रसिद्ध आहेत. अजिंठ्याची भित्तीचित्रे हा भारतीय कलेचा गौरवास्पद व अनमोल ठेवा मानला जातो. अजिंठ्याची भित्तीचित्रे रेखाटणारा आणि रंगवणारा कलावंत इतकी कलात्मक व भावपूर्ण चित्रेनिर्माण करू शकतो ही आकस्मिक बाब नव्हे किंवा तो निव्वळ चमत्कारही नाही. त्यामागे निश्चितपणे कित्येक वर्षांची परंपरा, प्रखर साधना असली पाहिजे. परंतु दुर्दैवाने काळाच्या ओघात ते चित्र नमुने नष्ट झाले असावेत. अजिंठा भित्तीचित्रांना धार्मिकतेचे अनुष्ठान आहे. त्यामुळे येथील सर्वचित्रांचे विषय बौद्ध धर्माशी निगडित आहेत.

ड.५ वेरुळ लेणी: भारताच्या स्थापत्य आणि शिल्पकलेचा अमूल्य ठेवा

महाराष्ट्रातील औरंगाबाद जिल्ह्यात असलेल्या वेरुळ लेणी (एलोरा लेणी) हे प्राचीन भारतीय शिल्पकलेचे आणि स्थापत्यकलेचे अद्वितीय उदाहरण आहे. या लेण्या इ.स. ६व्या ते १०व्या शतकादरम्यान विविध राजवटींनी निर्माण केल्या असून त्या हिंदू, बौद्ध, आणि जैन धर्मीय संस्कृतींच्या सांस्कृतिक एकतेचे प्रतीक आहेत. वेरुळ येथे एकूण ३४ लेण्या आहेत, ज्यांपैकी १२ बौद्ध लेण्या, १७ हिंदू लेण्या, आणि ५ जैन लेण्या आहेत.

इतिहास आणि निर्मिती

वेरुळ लेण्यांची निर्मिती राष्ट्रकूट राजवंशाच्या काळात मुख्यतः झाली. या लेण्यांचा निर्माणकाल इ.स. ६व्या शतकापासून इ.स. १०व्या शतकापर्यंतचा आहे. विविध राजे, कारागीर, आणि शिल्पकार यांनी धार्मिक प्रेरणेने या लेण्या खोदल्या.

हिंदू लेण्या

हिंदू लेण्यांमध्ये वेरुळची सर्वांत प्रसिद्ध लेणी म्हणजे कैलास मंदिर (लेणी क्र. १६). हे मंदिर भगवान शंकराला समर्पित असून, एकाच दगडातून खोदलेले जगातील सर्वांत मोठे शिल्प आहे.

१.कैलास मंदिर:

हे मंदिर डोंगराच्या मध्यभागी खोदले गेले आहे.मंदिराच्या छतावर कैलास पर्वताचे दृश्य कोरले गेले आहे.येथे नंदी मंडप, मुख्य मंदिर, आणि भव्य शिल्पे आहेत.

२.इतर हिंदू लेण्यांमध्ये विष्णू, शिव, आणि देवी-देवतांच्या विविध कथांचे दर्शन घडवणारी शिल्पे कोरली आहेत.

बौद्ध लेण्या वेरुळच्या उत्तरेकडील भागात स्थित आहेत.

१.चैत्यगृह आणि विहार:

लेणी क्र. १० हे बौद्ध विहार आहे, ज्यामध्ये ध्यानधारणा करण्यासाठी हॉल तयार केला आहे.बौद्ध धर्माच्या महायान संप्रदायाशी संबंधित विविध प्रतिमा येथे आढळतात. बौद्ध लेण्यांमध्ये बुद्धांच्या जीवनातील प्रसंगांचे, तसेच बोद्धिसत्त्वांच्या प्रतिमांचे उत्कृष्ट कोरीवकाम आहे.

जैन लेण्या वेरुळच्या दक्षिणेकडील भागात आहेत, ज्या दिगंबर पंथाशी संबंधित आहेत.

१.इंद्रसभा (लेणी क्र. ३२):

ही सर्वांत प्रसिद्ध जैन लेणी असून, अतिशय कलात्मक पद्धतीने कोरलेली आहे.येथे जैन तीर्थंकरांच्या प्रतिमा, तसेच उभे ध्यानस्थ पवित्रा असलेल्या मूर्ती आहेत.

जैन लेण्यांमध्ये साधेपणा आणि धार्मिकतेचा समतोल दिसून येतो.

वास्तुकलेची वैशिष्ट्ये

१.एकात्मता आणि विविधता:

हिंदू, बौद्ध, आणि जैन धर्मीयांच्या स्थापत्यकलेचा आणि शिल्पकलेचा अप्रतिम संगम वेरुळमध्ये दिसून येतो.

२.खडकांतून खोदलेली लेणी:

पूर्ण डोंगराचा उपयोग करून वेरुळच्या लेण्या खोदल्या आहेत.यात दगडातील खोदकाम, कोरीवकाम, आणि भौगोलिक रचना यांचा समर्पक वापर केला आहे.

३.सूक्ष्म शिल्पकला:

विविध देव-देवतांच्या, पशु-पक्ष्यांच्या, आणि पौराणिक कथांवरील शिल्पे येथे पाहावयास मिळतात. शिल्पकारांनी अतिशय बारकावे लक्षात घेऊन काम केले आहे.

धार्मिक महत्त्व

वेरुळ लेण्यांना धार्मिक पर्यटन स्थळाचे महत्त्व आहे. येथे दरवर्षी हजारो पर्यटक येतात, जे भारताच्या प्राचीन धर्मीय आणि सांस्कृतिक वारशाचे दर्शन घेतात.

युनेस्को जागतिक वारसा स्थान- वेरुळ लेण्यांना १९८३ साली युनेस्कोने जागतिक वारसा स्थळ म्हणून घोषित केले.

निष्कर्ष

वेरुळ लेण्या या केवळ स्थापत्यकलेचा चमत्कार नसून, त्या प्राचीन भारताच्या धार्मिक, सांस्कृतिक, आणि कलात्मक परंपरेचे साक्षीदार आहेत. त्या भारताच्या एकात्मतेचे प्रतीक असून, कलासौंदर्य आणि ऐतिहासिक वारसा यांचा मिलाफ करणाऱ्या या लेण्यांचे महत्त्व अनमोल आहे.

स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न -४

एका वाक्यात उत्तरे लिहा.

१. सिंधू संस्कृतीची प्रमुख वैशिष्ट्ये कोणती होती?

२. मोहेंजोदाडोमधील सार्वजनिक स्नानगृहाचे उद्दिष्ट काय होते?

३ अजंठा व वेरूळ लेण्यांची निर्मिती कोणत्या काळात झाली?

४. अजंठा लेण्यांमध्ये कोणत्या प्रकारच्या वास्तुकला पद्धती दिसतात?

५. वेरूळ लेणी कोणत्या तीन प्रमुख धर्मांशी संबंधित आहेत?

२ .५ स्वयं अध्ययन प्रश्नांची उत्तरे

स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न -१

खालील विधाने चूक किंवा बरोबर ते पुढे दिलेल्या कंसात लिहा.

1. बरोबर
2. चूक.
3. चूक.
4. बरोबर
5. चूक
6. बरोबर
7. चूक.
8. बरोबर
9. चूक
10. बरोबर

11. **स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न -२**

रिकाम्या जागा भरा.

१. अथर्ववेद २. त्रिदोष ३. सुश्रुत ४. रोगी व्यक्तीचे रोग दूर करणे

५. चिकित्साविज्ञान ६. गौतम बुद्ध

स्वयं अध्ययन प्रश्न – ३

रिकाम्या जागा भरा.

१. संरक्षण

२ कर

३. राज्याचे

४. चिंता

५. बुद्धिमत्तेने

स्वयं अध्ययनासाठी प्रश्न -४

एका वाक्यात उत्तरे लिहा.

१. नगररचना, गटारे, सार्वजनिक स्नानगृह, व वास्तुशिल्प ही वैशिष्ट्ये होती.

२ धार्मिक आणि सार्वजनिक समारंभांसाठी स्नानगृहाचा वापर केला जात असे.

३. अजंठा – मौर्य व गुप्त काळात; वेरूळ – राष्ट्रकूट काळात.

४. स्तूप, विहार, व चैत्यगृह वास्तुशैलींचा समावेश आहे.

५. वेरूळ लेणी बौद्ध, हिंदू, आणि जैन धर्मांशी संबंधित आहेत.