Tribhuvan University Journal
Vol. 38, No. 1: 222-236, June, 2023
Research Directorate, Tribhuvan University (TU),
Kathmandu, Nepal
DOI: https://doi.org/10.3126/tuj.v38i01.56221

वैदिक शिक्षण विधि : श्रवण, मनन, निदिध्यासनः र वर्तमान शिक्षण प्रणालीमा उपादेयता

जनार्दन घिमिरे

प्राध्यापक, शिक्षाशास्त्र केन्द्रीय बिभाग, त्रिवि, कीर्तिपुर
इमेल : janardanghimire06@gmail.com

Received date: 27 Feb 2023 – Accepted date: 8 June 2023

लेखसार

आधुनिक पश्चिमी शिक्षा प्रणालीले वैदिक दर्शनमा निहित शैक्षिक विचारहरूमा छायाँ पारिरहेको परिवेशमा वैदिक ग्रन्थमा के कस्ता शिक्षण विधिहरू छन् भन्ने जिज्ञासा समाधान गर्ने ध्येयले यो लेख तयार गरिएको छ । उपनिषद्मा वर्णित तत्त्वज्ञानका विधिलाई कसरी बुझ्न सकिएला ? ती विधिहरूको वर्तमान शिक्षा व्यवस्थामा के उपादेयता हुन सक्ला ? भन्ने दुई प्रश्नहरूको उत्तर खोज्न यो लेख केन्द्रित छ । शास्त्रहरूको अध्ययन गरी त्यसमा निहित अर्थको व्याख्या गर्न प्रचलित हर्मेन्यूटिक विधिको प्रयोगद्वारा सूचना निर्माण र व्याख्या गरिएको छ । उपनिषदमा वर्णित श्रवणलाई विभिन्न छ चरणमा अर्थपूर्ण तरिकाले सुन्ने प्रक्रियाको रूपमा बुझ्न सकिँदो रहेछ । श्रवण गरिएको ज्ञानलाई वाद, जल्प र वितण्डा जस्ता प्रक्रियाहरूबाट स्वीकार, इन्कार वा मूल्याङ्कन गर्ने प्रक्रिया मनन रहेछ । मननबाट सुनिश्चित वा सन्देहरहित भएको ज्ञानलाई व्यवहारमा रूपान्तरण गर्ने प्रक्रियालाई निदिध्यासन भनिँदो रहेछ । यी विधिहरू विशेष रहेछन् । तत्त्वज्ञानका अभिलाषी साधकहरू र सांसारिक ज्ञानआर्जन गर्न चाहने विद्यार्थीहरू दुवैका लागि यी विधिहरू फलदायी रहेछन् । अनौपचारिक र औपचारिक शिक्षाका तल्ला तहदेखि उच्च तहसम्मका जुनसुकै विषयको शिक्षणमा पनि यी विधिहरू सान्दर्भिक देखिन्छन् । यसले वैदिक ग्रन्थहरूको उपादेयता पुष्टि गर्छ । वैदिक चिन्तन परम्परामा यस्ता उपयोगी ज्ञानहरू धेरै हुनसक्छन, जुन हामीलाई थाहा नभई रहेको हुनसक्छ । अतः प्राज्ञिक समुदायले वैदिक ग्रन्थहरूको अध्ययन अनुसन्धानमा चासो राख्नुपर्ने देखिन्छ ।

शब्दकुञ्जी : उपनिषद, उपादेयता, निदिध्यासन, मनन, विधि, वैदिक शास्त्र, शिक्षण श्रवण ।

विषयपरिचय

शिक्षाशास्त्रको पेशाकर्मी भएकाले शिक्षा दर्शन, शिक्षा मनोविज्ञान, शिक्षण विधिशास्त्रहरू (Andragogy, Pedagogy, Heutagogy) सँग सम्बन्धित विषयवस्तुहरू

अध्ययन अध्यापन गर्नु पेशागत दायित्व हो । आफूले शिक्षाशास्त्रको अध्ययन गर्दा र शिक्षण पेशामा रही शिक्षण गर्ने सिलसिलामा पश्चिमा ज्ञानको प्रधानता रह्यो । शिक्षाको इतिहासमा मूलतः सोक्रेटस्, एरिस्टोटल, प्लेटो, ग्रीसको शिक्षा प्रणाली, पुर्नजागरण लगायतका विषयहरू अध्ययन अध्यापन भए । शिक्षा मनोविज्ञानअन्तर्गत युरोप, अमेरिका, र रुसमा प्रतिपादित ज्ञानको अभ्यास र कितावका ठेलिहरूको पढाइमा जोड दिइयो । शिक्षण प्रविधिमा पनि उस्तै परिवेश बन्यो । उच्च शिक्षामा थोरै पाठ्यभार भएको पूर्वीय दर्शन पनि अध्ययन अध्यापन हुन्थ्यो, तर शिक्षण विधिसम्बन्धी विषयमा पूर्वीय दर्शनसम्बन्धी विषयवस्तु समेटिएको थिएन । यस परिवेसले मनमा सन्देह सिर्जना भयो- के वैदिक दर्शनमा शिक्षण विधिसँग सम्बन्धित ज्ञानको अभाव भएकाले यस्तो भएको हो त ? यस प्रश्नले वैदिक दर्शनमा निहित शिक्षण विधिहरू खोज्न मलाई उत्प्रेरित गरिरह्यो ।

हाम्रो देशको चाँडो चाँडो परिवर्तन भइरहने राजनैतिक परिवेशले र कतिपय सामाजिक अभियन्ताहरूले वैदिक दर्शनप्रति खरो आलोचनात्मक दृष्टिकोण आमसञ्चारका मध्यम र सामाजिक सञ्जालमा प्रसस्तै देख्न र सुन्न पाइन्छ । वैदिक दर्शनहरू च्यात्ने, जलाउने अभियान चलेको पनि देखियो । जस्तो की राजनीतिक आन्दोलनको नाममा दङ्गाको संस्कृत विश्वविद्यालयको पुस्तकालयमा आगजनी भएको घटना, वैदिक ग्रन्थहरू पण्डितहरूको हो, बाहुन क्षेत्रीहरूले आफ्नो शक्ति संरक्षण र सञ्चालन गर्न यी शास्त्रहरूको उपयोग गरेका छन्, यी शास्त्रहरूले समाजमा रुढीवादी विचार र अन्धविश्वास सृजना गर्छन्, यिनकै कारण समाजमा अन्याय, अत्याचार, शोषण, उत्पीडन भएको छ, सामाजिक विभेदको मूल आधार नै यी ग्रन्थ हुन्, लगायत यस्तै अन्य धेरै भाष्यहरू मैले विभिन्न समयमा धेरै पटक सुनेको छु र कतिपय सन्दर्भमा प्रतिवाद गर्ने प्रयास पनि गरेको छु । यस्ता भाष्यहरू वास्तव मै सत्यमा आधारित छन् त ? यस प्रश्नमा समालोचनात्मक दृष्टिकोण राख्नु आवश्यक छ ।

विश्व परिवेशमा चाहिँ वैदिक ग्रन्थहरूमा अध्ययन अनुसन्धान गर्न प्राज्ञिक निकायहरू रुचिपूर्वक लागेको पाइन्छ । जस्तै अक्सफोर्ड विश्वविद्यालयको हिन्दु अध्ययन विभागले वैदिक दर्शन सम्बन्धी नियमित जर्नल प्रकाशन गर्छ । संसारका धेरै भाषामा वेद, उपनिषद, गीता जस्ता ग्रन्थहरू अनुवाद भएका छन् । अंग्रेजी र जर्मन भाषामा त अठारौं शताब्दी तिरबाटै वैदिक ग्रन्थहरू अनुवाद गरी अध्ययन गरिएको बुझिन्छ । विश्वका ख्यातिप्राप्त विश्वविद्यालयहरूमा जस्तै अक्सफोर्ड,क्याम्ब्रिज, हावर्ट,पेरिस लगायतमा वैदिक दर्शनका ग्रन्थहरूको पठनपाठन हुन्छ, तर हाम्रा विश्वविद्यालयहरू (संस्कृत विश्वविद्यालयबाहेक) ले वैदिक शास्त्रहरूको अध्ययन अनुसन्धानमा यथोचित ध्यान दिन सकेका छैनन् । वैदिक ग्रन्थहरूमा निहित ज्ञानहरूको समय सापेक्ष व्याख्या गर्न र समालोचनात्मक दृष्टिकोण राख्न वैदिक ग्रन्थहरूको प्राज्ञिक अध्ययन आवश्यक छ ।

शैक्षिक दृष्टिले वैदिक ग्रन्थहरू उपयोगी हुन सक्छन् या सक्दैन भन्ने प्रश्न पनि विचारणीय छ। मानव सभ्यताकै पहिलो ग्रन्थ वेद र त्यसै परम्पराको अन्तिम कडी उपनिषद् प्राचीन गुरुकुलीय शिक्षाको शैक्षणिक विषय हुन् । ती शास्त्रहरूमा समेटिएका मन्त्रहरू र त्यसको लेखन शैली (सूत्रात्मकता) लाई हेर्दा के अनुमान गर्न सकिन्छ भने - यी शास्त्रहरूका सर्जक असामान्य प्रतिभा भएका मन्त्रद्रष्टा थिए। विना शिक्षा यस्तो सिर्जना सम्भव थिएन। शिक्षण गर्ने विशेष तरिकाहरू पनि थिए होला । अध्ययनको अभावमा हामीलाई त्यो कुरा थाहा नभएको हुन सक्छ । कतै ती शास्त्रहरूमै शिक्षण वा सिकाइका लागि प्रभावकारी विधिहरू उल्लेख त छैनन् ? यस जिज्ञासामा आधारित भई उपनिषद्हरू तथा सामाजिक मिडियामा (युट्युव) प्रकाशित प्राज्ञहरूका प्रवचनहरूको पुनरावलोकन गर्दा उपयोगी शिक्षण विधिहरू रहेछन् भन्ने जानकारी प्राप्त भयो । वैदिक ग्रन्थहरू, खासगरी उपनिषद्हरूमा पाइएका महत्त्वपूर्ण शिक्षण विधिहरूमध्ये श्रवण, मनन र निदिध्यासनको विषयमा यस लेखमा चर्चा गरिएको छ ।

अनुसन्धान प्रश्नहरू

यस लेखको मूल उद्देश्य उपनिषद्मा पाइने शिक्षण विधिहरूको अवधारणात्मक व्याख्या गर्दै वर्तमान समयमा ती विधिज्ञहरूको उपादेयता खोजी गर्नु हो। यो लेखले निम्न अनुसन्धान प्रश्नहरूको उत्तर खोज्ने प्रयास गरेको छ।

१. उपनिषदमा वर्णित सिकाइका विधिहरू (श्रवण, मनन र निदिध्यासन) लाई कसरी बुरुन सकिन्छ ?

२. उपनिषद्मा उल्लिखित सिकाइका विधिहरू वर्तमान शिक्षा व्यवस्थापनमा के कस्तो उपादेयता हुनसक्ला ?

अध्ययनविधि

यो लेख शास्त्रहरूको व्याख्या गर्ने हर्मेन्यूटिक (Hermeneutics) विधिमा आधारित भै तयार गरिएको छ । लेख तयार गर्ने क्रममा सर्वप्रथम उपनिषद्हरूका भाष्यहरू सङ्कलन गरिएको छ । नेपाली, हिन्दी तथा अंग्रेजी भाषामा अनुवाद गरिएका उपनिषद्हरूको अध्ययन गरी आवश्यक सूचनाहरू टिपोट गरिएको छ । श्रवण, मनन र निदिध्यासनको विषयमा यूट्युवमा उपलब्ध प्राज्ञ तथा धर्मगुरुहरू (रविशंकर आर्य, तेजो मयानन्द, स्वामी सर्वप्रियानन्द, ओशो, स्वामी हरिदास) का प्रवचनका श्रव्य दृश्य सामग्रीको श्रवण/दृष्टि गरी आवश्यक सूचनाहरू टिपोट गरियो, साथै सम्बन्धित विषयमा लेखिएका अन्य ग्रन्थहरूको अध्ययन गरी आवश्यक सूचनाहरू टिपोट गरियो । विभिन्न श्रोतबाट टिपोट गरिएका सूचनाहरूलाई कोडिङ गर्दै विभिन्न शीर्षकहरू पहिचान गरियो । ती वर्गीकृत सूचनाहरूमा आफ्नो बुझाई विकास गर्दै त्यसको व्याख्या गरियो । बुझाइ र व्याख्यामा सुनिश्चित हुन थप अध्ययन गरी व्याख्या तथा बुझाइको पुन जाँच गरियो ।

वैदिक शिक्षण विधिहरू– श्रवण, मनन र निदिध्यासन : अवधारणात्मक स्पष्टता

वैदिक साहित्य उपनिषद्हरूमा आत्म तत्त्वको वेदका लागि तीन किसिमका विधिहरूको चर्चा गरिएको पाइन्छ। उपनिषद्का चिन्तन अनुसार आध्यात्मिक निपूर्णता प्राप्त गर्ने मूल उपायहरू श्रवण, मनन र निदिध्यासन हुन् (Swahananda 1997)। बृहद् आरण्यक उपनिषद् (२.४.५) मा भनिएको छ - *"... भवत्यात्मा वा अरे द्रष्टव्य: श्रोत्रब्यो मन्तब्यो निदिध्यासितब्यो ..."*। अर्थात् आत्मा तत्त्वको दर्शन श्रवण, मनन र निदिध्यासनद्वारा हुन्छ। त्यसरी नै कैवल्य उपनिषद् (४) मा पनि श्रवण मनन र निदिध्यासनद्वारा ज्ञान प्राप्त हुन्छ भन्ने कुरा उल्लेख छ। निरालम्ब उपनिषद् (१३) ले पनि "सद्गुरुको उपासना, गुरुको उपदेशको श्रवण, चिन्तन, मनन र निदिध्यासनद्वारा ज्ञान प्राप्त हुन्छ" भनिएको छ। सदानन्द योगी (सं. १९५७) द्वारा रचित विश्वप्रसिद्ध कृति "वेदान्त सार" *"एवंभूतस्वस्वरूपचैतन्य साक्षात्कार–पर्यन्तं श्रवणमनननिदिध्यासनसमाध्यनुष्ठानस्याप्यपेक्षितत्त्वात्तेऽपि प्रदर्श्यन्ते"* मा भनिएको छ। यस कथनको भाव हो- यसरी परमात्माको साक्षात्कार हुने समयसम्म श्रवण, मनन, निदिध्यासन, समाधि र अनुष्ठान आवश्यक छ (८९)। शुकरहस्य उपनिषद् (४३) मा भनिएको छ - शिष्यलाई तवमात्र ज्ञानको बोध हुन्छ, जब उसले सर्वप्रथम गुरुको उपदेश सुन्छ, अनि त्यसको मनन गर्छ, त्यसपछि निदिध्यासन गर्छ। शंकराचार्यको विश्वविख्यात ग्रन्थ विवेक चूडामणि (१८२) मा प्रयोग भएको *"श्रवणादि निष्ठो"* शब्दले श्रवण, मनन र निदिध्यासनको निष्ठापूर्वकको प्रयत्नद्वारा तत्त्वज्ञान प्राप्त हुन्छ भन्ने भाव बुझिन्छ।

उल्लिखित शास्त्रीय प्रमाणका आधारमा भन्न सकिन्छ कि आत्मतत्त्व वा परम सत्यको ज्ञान आर्जन गर्न चाहनेले श्रवण, मनन, निदिध्यासन गर्दै सिकाइलाई अघि बढाउनु पर्छ। अर्थात् यी तीन किसिमका साधनहरूद्वारा साधकले आफ्नो लक्ष्य प्राप्त गर्न सक्छन्। उपनिषद्मा आत्म साक्षात्कारका अन्य विधिहरू पनि छन्। तर यस लेखमा केबल श्रवण मनन र निदिध्यासनको मात्र चर्चा गरिएको छ। यी तीन विधिको अवधारणा तल प्रस्तुत गरिएको छ।

श्रवण : श्रवण शब्दको व्यवहार प्रचलनको अर्थ "सुन्नु" हो। अमरकोश (पेज १२३, ९४) मा श्रवणलाई "श्रुति" भनिएको छ। श्रवण सुन्ने क्रिया हो र यो अध्ययन क्रिया पनि हो (आप्टे, १८९०, पृ. १०३५)। उपनिषद्हकरुले पनि श्रवणलाई परिभाषित गरेका छन्। केन उपनिषद् (१.२) ले श्रवण शक्तिद्वारा ज्ञान ग्रहण गर्ने अर्थमा श्रवणलाई बुझाएको छ। उक्त उपनिषद्ले श्रवण शक्तिलाई परमात्मा तत्त्वको रूपमा चित्रण गरेको छ। अध्यात्म उपनिषद (३३) मा "उपनिषद्का महावाक्यका उपदेशहरूका अर्थको अनुसन्धान गर्नु" लाई श्रवण भनिएको छ। जावल दर्शन उपनिषद्ले "सिद्धान्तहरू (वेदान्त वाक्यहरू) को बारम्बार श्रवण गरी त्यस अनुकूल विश्वास निर्माण गर्नु" लाई सिद्धान्त श्रवण (वेदान्त श्रवण) को उपमा दिएको छ। गुरुद्वारा प्रदत्त उपदेशद्वारा ज्ञानको सूर्य उदय हुन्छ (शुकरहस्य उपनिषद ३९) भन्ने कथनले श्रवणको महत्त्व उजागर गर्छ। गुरुको सङ्गत श्रवणका लागि अपरिहार्य हुन्छ।

छान्दोग्य उपनिषद् (४.९.३) ले भनेको छ- "आचार्यको मुखबाट सुनिएको विद्या नै सार्थक हुन्छ ।" अवधूत उपनिषद् (१८) ले तत्त्वज्ञानका लागि श्रवणलाई अनिवार्य मानेको छ । श्रवण भनेको वेदान्तिक शास्त्रहरूको योग्य गुरुको मार्गदर्शनमा निरन्तर, स्थिर र क्रमबद्ध अध्ययन हो (Paramarthananda 2009) । वेदका कथनहरूको आशयको विश्लेषणात्मक भाव ग्रहण गर्नु श्रवण हो (Sreeram 1885) । वेदमा निहित ज्ञानलाई विभिन्न छ चरणको अवलम्बन गरी बुझ्ने प्रक्रिया श्रवण हो (Ballanthyne 1898) । तत्त्वमसि र अहंब्रम्हास्मी जस्ता वाक्यहरूको महत्त्वको अनुसन्धान नै श्रवण हो (Aiyar 1914) ।

वेदान्त सारमा श्रवणका छ वटा अंगहरू बताइएको छ । उक्त पुस्तकमा लेखिएको छ *"... श्रवणं नाम षड्विधलिङ्गैरशेषवेदान्तानामद्वितीयवस्तुनि तात्पर्यावधारणम ... (८९)"* । यस कथनको भावार्थ हो- छ प्रकारका (श्रवणका) भेदहरूद्वारा अद्वितीय ब्रह्ममा सम्पूर्ण वेदान्तको तात्पर्य धारण गर्नु श्रवण हो । उक्त ग्रन्थ (९०) मा श्रवणका छ वटा भेद उल्लेख गरिएको छ । ती हुन् - *उपक्रम- उपसंहार* (Begning and end), *अभ्यास* (Repetation), *अपूर्वता* (Unicness), *फल* (Result), *अर्थवाद* (Praise) र *उपपत्ति* (Reasoning/Logic) । वेदान्त सारमा भनिएका श्रवणका यी छ अंगहरूको अवधारणा निम्न अनुसार छ :

(क) **उपक्रम र उपसंहार :** यहाँ उपक्रम र उपसंहारको अर्थ आरम्भ र अन्त्य हो । वेदान्त सार (९०) मा भनिएको छ, जुन सन्दर्भमा जे ज्ञान/ वस्तुको प्रतिपादन गर्नु योग्य हो, त्यस सन्दर्भमा सुरुदेखि अन्त्यसम्म त्यसकै प्रतिपादन गर्नु उपक्रम उपसंहार हो । अर्थात् जुन कुराको श्रवण गरिएको हो त्यसको सुरुदेखि अनत्यसम्म श्रवण गर्नु उपक्रम वा उपसंहार हो ।

(ख) **अभ्यास :** अभ्यासलाई यहाँ पुनरावृत्तिको अर्थमा प्रस्तुत गरिएको छ । वेदान्त सार (९०) मा भनिएको छ : "जुन सन्दर्भमा जुन कुरा/ज्ञान प्रतिपादन गर्न योग्य छ, त्यसको वारम्बार प्रतिपादन गर्नु अभ्यास हो ।" यसको आसय जुन ज्ञान सुनिँदै छ त्यसलाई बारम्बार (दोहोर्‍याएर) श्रवण गर्नु हो ।

(ग) **अपूर्वता :** अपूर्वताको अर्थ 'अरूभन्दा फरक' भन्न खोजिएको हो । वेदान्त सार (९०) मा यसको परिभाषा यसरी उल्लेख गरिएको छ - "जुन सन्दर्भमा ज्ञान/वस्तु प्रतिपादन गर्न खोजिएको हो, त्यही सन्दर्भलाई प्रमाण मान्नु (अरू प्रमाण नखोज्नु) अपूर्वता हो ।" यस कथनको आशय हो - जुन कुरा श्रवण गरिँदै छ, त्यसमा भएको खास कुरा (Unicness) थाहा पाउनु, जुन कुरा अरूमा छैन । त्यसैलाई प्रमाणको रूपमा स्वीकार गर्नु । जस्तै उपनिषदमा "अहं ब्रह्मास्मी" भन्ने महावाक्य छ । जुन अरू शास्त्रहरूमा छैन । यो उपनिषदको खास (Unic) वाक्य हो । यो वाक्य स्वयम् नै प्रमाण हो, अरू प्रमाणबाट यसको पुष्टि आवश्यक छैन भन्ने जान्नु नै अपूर्वता हो ।

(घ) **फल :** फललाई यहाँ परिणामको अर्थमा प्रयोग गरिएको छ । वेदान्त सार (९०) मा भनिएको छ : "जुन सन्दर्भमा जुन कुरा प्रतिपादन गर्न योग्य छ, त्यसको परिणाम सुन्नु फल हो ।" अर्थात् सुनिएको विषयले के नतिजा दिन्छ वा त्यो ज्ञानको परिणाम के हुन्छ, त्यो थाहा पाउनु फल हो ।

(ङ) **अर्थवाद** : अर्थवाद भन्ने शब्दलाई यहाँ प्रशंसा वा गुणगानको अर्थमा प्रयोग गरिएको बुझ्न सकिन्छ । वेदान्त सार (९०) मा भनिएको छ - "जुन सन्दर्भमा जुन वस्तु/ज्ञान प्रतिपादन गर्न योग्य छ, त्यसको प्रशंसाको नाम नै अर्थवाद हो ।" यसको तात्पर्य के हो भने श्रवण गरिएको ज्ञानको मुख्य आशय के हो वा श्रवण गरिएको कुराको प्रशंसनीय पक्ष के हो भन्ने कुरा जान्नु । वा श्रवण गरिएको ज्ञानको महत्त्व जान्नु । जस्तैः उपनिषद्हरूले भनेको 'ब्रह्म' नामक तत्त्व/सत्य प्रशंसनीय वा मननीय छ । किनकी त्यसलाई जानेपछि जान्नुपर्ने कुरा बाँकी नै रहँदैन ।

(च) **उपपत्ति :** यस शब्दको अर्थ तर्क वा युक्ति हो (आप्टे, १८९०, पे. २०७) । वेदान्त सारमा यसलाई यसरी परिभाषित गरिएको छ "जुन सन्दर्भमा जुन वस्तु/ज्ञान प्रतिपादन गर्न योग्य हो त्यस सन्दर्भमा त्यही वस्तु/ज्ञानको प्रतिपादनको युक्तिको नाम उपपत्ति हो ।" यसको तात्पर्य श्रवण गरिएको ज्ञानलाई तर्कद्वारा पुष्टि गर्नु भन्ने हो । अर्थात् सुनिएको कुरालाई तर्कद्वारा हेरियो भने विषयवस्तुमा अझ प्रष्टता आउँछ ।

उपनिषद्का मन्त्रहरू, वेदान्त सारको कथन र आचार्यहरूको प्रवचनका आधारमा यो निष्कर्षमा पुग्न सकिन्छ कि श्रवण तत्त्व ज्ञानको प्रथम चरण हो । आधिकारिक (गुरु, आचार्य) व्यक्तिद्वारा भनिएको विषयलाई सुन्नु श्रवण हो । श्रवण ध्यानपूर्वक भएको हुनुपर्छ । उच्चारण गरिएका शब्द, वाक्य वा कथनको सही अर्थ धारण गर्नुपर्छ । यदि कसैले सुनिएको विषयमा सोध्यो भने त्यसलाई भन्न सक्नुपर्छ । ठीक तरिकाले श्रवण भएको छ भने त्यसलाई बताउन सकिन्छ । यदि बताउन सकिएन भने श्रवण भएको मानिँदैन । ओशो (२०१४) को विचारमा श्रवण ज्ञान आर्जनको पहिलो सिँढी हो । श्रवण निन्दा-प्रशंसा, स्वीकार-अस्वीकार, पक्ष-विपक्ष रहित हुन्छ । जब सुनिन्छ, त्यसबेला चेतना कानमा होस् । अरू केही नरहोस्, केवल सुनाइ मात्र होस् । कुनै चिन्तन नचलेको होस् । कुनै तर्क नचलेको होस् । अर्थात् सुनाई ध्यानपूर्वक भएको होस् । आरम्भदेखि अन्त्यसम्म सुनिएको होस् । बारम्बार सुनिएको होस् । सुनाइले खास सन्देश ग्रहण गरिएको होस् । सुनाइबाट प्राप्त हुने परिणामको बोध होस् । त्यसको महत्त्वको बोध होस् । युक्तिपूर्वक श्रवणलाई ग्रहण गरिएको होस् ।

मनन : मनन शब्दको व्यवहार प्रचलित अर्थ कुनै विषयमा मनद्वारा चिन्तन वा सोचविचार गर्नु भन्ने हुन्छ । यस शब्दको शब्दकोशीय अर्थ सुन्ने क्रिया तथा अध्ययन क्रिया (आप्टे १८९०, पे. १०३५) हो । अर्थात् मनन भन्ने शब्दले अध्ययनको समेत अर्थ प्रदान गर्दछ । शर्मा (१९२८, पे. ६४०) ले यस शब्दलाई "तर्कद्वारा निकालिएको परिणाम" को रूपमा

अर्थ्याएका छन् । उपनिषद्मा पनि मननका परिभाषाहरू पाइन्छ । अध्यात्म उपनिषद् (३३) ले मननको परिभाषा यसरी दिएको छ - "जे कुरा सुनिएको छ, त्यसको अर्थमा युक्तिपूर्वक विचार विमर्श गरी अनुसन्धान गर्नु मनन हो ।" वेदान्त सार नामक ग्रन्थमा मननको परिभाषा यसरी दिइएको छ *"मननम् तु श्रुतस्यसाद्वितीयवस्तुनो वेदान्तार्थानु–गुणयुक्तिभिरनवरतमनुचिन्तनम्"* (९१) । यस कथनको अर्थ हो- वेदान्तको अनुकूल युक्तिद्वारा चिरकालदेखि श्रवण गरिएको अद्वितीय ब्रह्म वस्तु (ज्ञान) को चिन्तनको नाम मनन हो । अवधुत उपनिषद् (१८) का अनुसार "जो व्यक्ति संसयमा परेको छ, उसले मनन गर्नु" । यस भनाइले मननलाई संसय वा दुविधा निवारणको साधन मानेको देखिन्छ । सर्वप्रियानन्द (२०२१) ले श्रुति, युक्ति, आत्मचिन्तनद्वारा सुनिएको ज्ञानलाई स्वीकार इन्कार, तर्क-वितर्कद्वारा स्थापित गर्ने प्रक्रियालाई मनन भनेका छन् । वेदान्तको शिक्षामा तार्किक खोज गर्नु (Paramarthananda 2009) मनन हो। Shreeram (1985) ले मननलाई प्रत्यावर्तन (Reflection) को अर्थमा लिएको देखिन्छ। Ballantyne (1898) ले मननलाई Pondering अंग्रेजी शब्द द्वारा सम्बोधन गरेका छन् र यस शब्द लाई घोरिने, चिन्तन गर्ने प्रक्रियाको रूपमा लिएका छन् । Aiyar (1914) तार्किक प्रक्रिया (Logical procesess) को रूपमा मननलाई व्याख्या गरेको देखिन्छ। ओशो (२०१४) को विचारमा मननको अर्थ अन्धा भएर सुन्नु होइन, युक्तिपूर्वक विचार गर्नु हो । Arya (nd) ले सुनेको ज्ञानमाथि विचार गर्नुलाई मनन् भनेका छन् ।

न्याय दर्शन (न्याय सूत्र ४२, ४३, ४४) मा *वाद, जल्प* र *वितण्डा* गरी तीन किसिमका शास्त्रार्थ/तर्क-वितर्क/चिन्तन-मनन गर्ने विधि उल्लेख गरिएको छ ।

(क) **वाद (Ideal debate):** 'वाद' शब्दको अर्थ - विचार विमर्श, विवाद, वाद-विवाद, तर्क वितर्क हो । यो शब्द ***"वादे वादे जायते तत्त्वबोधः"* सँग** सम्बन्धित छ (आप्टे, १८९० : ९१६) । वादको उद्देश्य ज्ञानार्जन हो । शास्त्रीय सिद्धान्त, लोक प्रचलित नियम र मर्यादामा आधारित भई उचित तर्कद्वारा आफ्नो मतको स्थापना गर्नु र विपक्षीको मतको खण्डन गर्नु वाद हो (विजल्वान, १९९८, पृ. २७७) ।

(ख) **जल्प (Bad debate)** : यस शब्दको सामान्य अर्थ - वाद- विवाद, प्रवचन, प्रलाप, वाक्युद्ध (आप्टे १८९०, पृ. ४००) हो । तर्क र प्रमाणका साथ साथै वैध-अवैध, उचित-अनुचित तर्कको साहरा लिएर आफ्नो मत स्थापित गर्ने र अरूको मत खण्डन गर्ने प्रक्रियालाई न्याय दर्शनले जल्प भनेको छ। यस किसिमको तर्क वितर्कको उद्देश्य विपक्षीलाई पराजित गर्नु हो। त्यसैले यस विधिमा विपक्षीलाई दवाउन वा परास्त गर्न छल वलको प्रयोग हुन्छ। वक्ताले आफ्नो वाक्चातुर्यताको प्रयोग गरी अरूमाथि विजय प्राप्त गर्दछ (विजल्वान १९९८, पृ. २७७) ।

(ग) **वितण्डा (Wrangling or Illegitimate Debate):** संस्कृत शब्द वितण्डाको अर्थ दोषारोपण गर्नु, आक्षेप लगाउनु, निराधार छिद्रणन्वेषण गर्नु, दोषपूर्ण आलोचना गर्नु हो (आप्टे १८९०, पेज ९३२) । वादविवाद वा तर्क गर्ने क्रममा उचित तर्क र प्रमाणको अभावमै विपक्षीका प्रमाणमा आधारित तर्कको खण्डन गर्नु वितण्डा हो । यसको उद्देश्य खण्डन गर्नु मात्र हो । वक्ताले यसमा आफ्नो तर्क स्थापित गर्ने प्रयास गर्दैन केवल अरूको निन्दा गर्छ, जसका लागि वक्ताले कुतर्क र अवैध उपायहरूको अवलम्बन गरी विपक्षी माथि आक्रमण गर्छ (विजल्वान १९९८, पृ. २७७) ।

उल्लेख गरिएका शास्त्रीय तथा प्राज्ञहरूको विचारलाई दृष्टिगत गर्दा "मनन" तत्त्वज्ञान प्राप्तिको दोस्रो चरण हो । अर्थात् श्रवण गरिएको ज्ञानमाथि गहनतापूर्वक चिन्तन गर्ने प्रक्रिया हो । वक्ता वा गुरुले के भनेको थियो, त्यो भनाइ सही थियो या गलत थियो, यदि त्यस कुरालाई जीवन/व्यवहारमा अवलम्बन गरियो भने त्यसको परिणाम के होला, आदि प्रश्नहरू माथि चिन्तन गर्नु मनन रहेछ । सुनिएको ज्ञान/विषय मा अनेक दुविधा र सङ्काहरू उपस्थित हुन सक्छन् । त्यस्ता सन्देहहरूलाई युक्तिपूर्वक तर्कद्वारा अझै गहिराइपूर्वक विचार गर्नुपर्छ, ताकि मनभित्र कुनै किसिमका दुविधा वा सन्देहहरू बाँकी नरहून् । यदि मनमा सन्देह बाँकी रह्यो भने अर्को चरणको सिकाइ/ज्ञान प्राप्त गर्न सकिँदैन ।

३. निदिध्यासन : निदिध्यासन शब्दको शाब्दिक अर्थ निरन्तर ध्यान गर्नु हो, यानि एक विषयमा लामो समय मनलाई केन्द्रित राख्नु । आप्टे (१८९०, पृ. ७७१) का अनुसार निदिध्यासनको अर्थ बारम्बार ध्यानमा ल्याउनु वा निरन्तर चिन्तन गर्नु हो । शर्मा (१९२८, पृ. ४२७) ले पनि बारम्बार स्मरण गर्नु वा बारम्बार ध्यानमा ल्याउनुको अर्थमा नै यस शब्दलाई परिभाषित गरेका छन् । अध्यात्म उपनिषद् (३३) ले श्रवण र मननद्वारा सन्देहरहित भएको अर्थ (Meaning) मा चित्तलाई स्थापित गरी एकत्व प्राप्त गर्नुलाई निदिध्यासन भनेको छ । अवधूत उपनिषद् (१९) मा निदिध्यासनलाई विपरित ज्ञानको निवारण गर्ने साधनको रूपमा हेरिएको छ । उक्त मन्त्रमा भनिएको छ "जसलाई विपरित ज्ञान भएको छ, उसले निदिध्यासन गरोस् ।" निदिध्यासनको अझ स्पष्ट परिभाषा वेदान्त सारमा पाइन्छ । उक्त ग्रन्थमा भनिएको छ *"विजातीयदेहादिप्रत्ययरहिताद्वितीयवस्तु–सजातीयप्रत्ययप्रवाहः निदिध्यासनम्"* (९१) । यस कथनको भावार्थ हो- तत्त्वज्ञानको बिरोधी देह आदि जडपदार्थको ज्ञानलाई त्यागी अद्वितीय ब्रह्म बस्तु (ब्रह्म सम्बन्धी ज्ञान) अनुकूलको ज्ञान प्रवाह (अधिकता) लाई निदिध्यासन भनिन्छ । "निश्चयपूर्वक ध्यान गर्न योग्य विषयमा ध्यान गर्नु" लाई शंकराचार्यले निदिध्यासन भनेका छन् (बृहद्आरण्यक उपनिषद्, शांकरभाष्य पृ. ५५१) । सर्वप्रियानन्द (२०२१) का अनुसार पहिले नै प्राप्त भईसकेको ज्ञानलाई जीवनमा उतार्नु निदिध्यासन हो । ओशो (२०१४) भन्छन् - जे सुनियो, जसलाई मनन गरियो - त्यो ठीक हो, त्यस अनुकूल नै जीवनलाई रूपान्तरण गर्नु निदिध्यासन हो । स्वयंलाई ब्रह्मको रूपम बुझ्नु निदिध्यासन हो (Swahannanda 1997) । प्राप्त भएको ज्ञान/उपदेशमा डुबेर त्यसको

आन्तरिकीकरण (Internalization) गर्नु निदिध्यासन हो (Paramarthananda 2009) । Shreeram (1885) ले "Profound contemplation" अर्थात गहन ध्यानको रूपमा यस शब्दलाई अर्थ्याएका छन् । Bullantyne (1898) को बुझाइमा प्राप्त ज्ञान (ध्येय वस्तु) प्रतिको सजातीय ज्ञान निदिध्यासन हो । अर्थात् ज्ञान र ज्ञाता एउटै बोध हुने अवस्था हो । भनाइको आसय ज्ञानको गहिराइमा पुग्नु हो । Aiyar (1914) ले श्रवण र मनन गरिएको ज्ञानमा चित्त स्थापित गर्ने अर्थमा यसलाई लिएका छन् । तेजोमयानन्द (nd) को दृष्टिमा सन्देहरहित भइसकेको ज्ञानमा दृढ रूपमा स्थापित हुनका लागि गरिने सतत् प्रयत्न निदिध्यासन हो ।

निदिध्यासनको विधि भगवद्गीताको छैटौं अध्यायमा विस्तारपूर्वक उल्लेख गरिएको छ । गीतामा भनिएको छ - साधकले एकान्त र पवित्र स्थानमा स्थिर र दृढ आसनमा वस्नु (६.१०-११), ब्रह्मचर्य धारण गरी योग अभ्यासमा तल्लीन भई लक्ष्यको साधना गर्नु (६.१४, १८) खानपान र सुताइमा अनुशासनमा रहनु (६.१६) । इन्द्रीयहरूलाई नियन्त्रण गरी आत्मविश्वासका साथ योग अभ्यास गर्नु (६.२५-२६) हो । उपनिषद्मा पनि योगलाई निदिध्यासनको साधन मानिएको छ (श्वेताश्वत्तर उपनिाष्द २.१५, योगतत्त्व उपनिषद ८०-८२) जावाल दर्शन उपनिषद् (३.१-१३), लगायत अन्य उपनिषद्हरूमा पनि निदिध्यासनको मूल विधि योग हो भन्ने कुरा उल्लेख गरिएको पाइन्छ ।

तत्त्व ज्ञान प्राप्तिको तेस्रो चरण मानिएको निदिध्यासन ज्ञानलाई वास्तविक व्यवहारमा अवलम्बन गर्ने प्रक्रिया रहेछ । अर्थात् प्रमाणद्वारा मनन गरिएको ज्ञानलाई व्यवहारको कसीमा सिद्ध गर्ने प्रक्रिया निदिध्यासन हो । श्रवण र मननबाट प्राप्त भएको ज्ञानमा निश्चयपूर्वक साधना गर्ने प्रक्रियाको रूपमा निदिध्यासनलाई बुझ्न सकिन्छ । निदिध्यासनबाट विपरित भावनाहरू नास हुन्छन् भन्ने कुरा स्थापित भएको देखिन्छ ।

छलफल

वैदिक ग्रन्थहरू शैक्षिक दृष्टिले महत्त्वपूर्ण हुँदाहुँदै पनि पश्चिमा शिक्षा प्रणाली अनुसार प्रशिक्षित र निर्देशित हाम्रो दिमागले त्यसलाई बुझ्न नसकेको अनुभूति हुन्छ । पाश्चात्य आधुनिक शिक्षा परम्परामा वैदिक ज्ञान कतै पनि जोडिएन, वैदिक साहित्य र दर्शनको परिचय नै भएन । त्यसैले हामीहरू वैदिक ग्रन्थहरूको अध्ययनबाट विमुख भयौं । संस्कृत भाषामा लिपिबद्ध भएका ती ग्रन्थहरू आवश्यकता अनुरूप नेपाली भाषामा अनुवाद नभएको, राज्यव्यवस्था र विश्वविद्यालयहरूको वैदिक शास्त्रप्रति कुनै चासो चिन्ता नरहेको बरु घोर उदासीन भएको, वैदिक साहित्यहरूप्रति हाम्रो समाजमा नकारात्मक भ्रम फैलाइएको आदि कारणहरूले गर्दा वैदिक ज्ञानबाट हामी विमुख भएका छौँ ।

वैद्धिक ग्रन्थहरू शैक्षिक दृष्टिले ज्यादै महत्त्वपूर्ण रहेछन् । Ghimire (2017) मा गरेको अध्ययनले भगवद् गीतालाई शिक्षा दर्शनको रूपमा स्थापित गरेको छ ।

Charlu (1971) ले गरेको प्राज्ञिक अनुसन्धानले गीतालाई शिक्षा दर्शनको रूपमा स्वीकार गऱ्यो । Murgod (2012) ले गीताभित्र व्यक्तित्व विकासका सिद्धान्तहरू देखे । गीतालाई उपनिषदहरूको सार, वैदिक दर्शनहरूको सार मानिएको छ । यस अर्थमा वैदिक दर्शनमा शिक्षण विधिहरू सम्बन्धी उपयोगी विचार छन भन्ने तथ्य पुष्टि हुन्छ । घिमिरे र कोइराला (२०७८) ले उपनिषदहरूमाथि गरेको अनुसन्धानले वैदिक दर्शनको शैक्षिक पक्षहरू उजागर गरेका छन । उक्त अनुसन्धानमा संक्षिप्त रूपमा श्रवण, मनन र निदिध्यासनको साथै अन्य शिक्षण विधिको पनि चर्चा गरिएको छ । यी प्राज्ञिक कार्य र यो लेख तयार गर्ने क्रममा गरिएको अध्ययनले वैदिक साहित्यमा उपयोगी शिक्षण-सिकाइका विधिहरू भएको देखिन्छ ।

श्रवण, मनन र निदिध्यासन उपनिषद् प्रणित शिक्षण विधि हुन् (स्वाहनन्द, १९९७) । यी विधिहरू भलै आत्म साक्षात्कार वा ब्रह्मविद्याका विषय हुन् । आत्मसाक्षात्कार भनेको स्वयंलाई चिन्नु हो । यदि मानिस स्वयंलाई चिन्न समर्थ भएमा उसको व्यवहारिक जीवन सुखमय हुन्छ भन्ने विषयमा दुविधा रहँदैन । यी विधिहरूमा विशिष्टता छ । यी तीन विधिहरू मानिसको मनोविज्ञानको र सिक्ने शैलीको गहनतम् विश्लेषणबाट सृजना भएको मान्न सकिन्छ । किनकि श्रवण सिकाइको आधारभूत चरण हो । बालकको सिकाइ नै सायद यसैबाट सुरु हुन्छ र श्रवण जीवनपर्यन्त सिकाइको आधार हो । चिन्तन मनन मानवीय गुण हो । श्रवण गरिएको विषयलाई चिन्तन मननको कसीद्वारा मूल्याङ्कन गरी निर्णयमा पुग्ने कुरा वैज्ञानिक विधि हो । श्रवण र मननद्वारा निसन्देह भई त्यो ज्ञान/विषयलाई व्यवहारमा रूपान्तरण गर्ने कुरा व्यवहार सङ्गत छ ।

पश्चिमी चिन्तन प्रणालीमा विकसित प्रायः सबै जसो शिक्षा दर्शनहरूमा पनि वैदिक विधिहरू विभिन्न नाम र स्वरूपमा देखिन्छन् । आदर्शवादी दर्शनले शास्त्र अध्ययन, प्रवचन विधि, वादविवाद विधिलाई लोकप्रिय विधि मानेका छन् । साथै अन्तरदृष्टिबाट ज्ञान आर्जन हुने कुरामा विश्वास गर्छन् (Kneller 1971) । यथार्थवादी शैक्षिक चिन्तकहरूले उपयोगिता र कार्यक्षमतामा आधारित शिक्षण विधिमा रुचि राख्छन् (Ozmon & Craver 2003) । माथिका दुवै शिक्षा दर्शनले अपेक्षा गरेका विधिहरू श्रवण, मनन र निदिध्यासनभन्दा फरक छैनन् । यसरी नै प्रयोजनवादी शिक्षादर्शनले समस्या समाधान, परियोजना कार्य, अनुभवहरूको निर्माण गर्ने अवसर प्रदान गर्ने किसिमका विधिहरू सिफारिस गर्छन (Ross 2008) । यी विषयहरू पनि वैदिक विधिकै अंग जस्तो लाग्छ । अस्तित्ववादी शैक्षिक विचारले सिकारुको स्व वा अस्तित्व पहिचानमा विशेष जोड दिइन्छ (Tanner & Tanner 1980) । वैदिक विधिहरको मुख्य सरोकार यही विषयमा रहेको देखिन्छ । त्यसरी ने प्रकृतिवादीका अनुसार सिकारुको अनुभव, रुचि र उत्प्रेरणाको स्वतन्त्र विकास गर्ने गरी शिक्षण विधिहरू तय गरिनु पर्छ (Ross 2008) । यो अपेक्षा पनि वैदिक विधिहरूले निसन्देह पूरा गर्ने देखिन्छ । स्थायित्ववादी (Perennialism) शिक्षा दर्शनले पुराना ज्ञानहरूलाई महत्त्व दिने र विश्लेषणात्मक र अन्तरदृष्टिमा आधारित शिक्षण सिकाइको अपेक्षा राख्छन् (Morris & Pai,

1994) । सारवादी (Essentialist) शैक्षिक चिन्तकहरूले ज्ञानको पुर्नव्याख्या, आवश्यक र अनावश्यक ज्ञानको विभेद र कक्षाकोठामा शिक्षकको आधिकारिकतालाई स्थापित गर्नुपर्छ (Kneller 1971) भन्ने विचार राख्छन् । यी दुवै (स्थायित्ववाद र सार वाद) का अपेक्षाहरू श्रवण, मनन र निदिध्यासनले सम्बोधन गर्ने देखिन्छ । सिकारुको विकास प्राकृतिक वातावरणमा हुनुपर्छ भनी वकालत गर्ने प्रकृतिवादले रुचाएका समस्या समाधान विधि, स्वक्रियाकलाप, अनुभव र बौद्धिकता (Intelligence) मा आधारित सिकाइ (Ornstine & Levine 2008, Tanner & Tanner 1980) विधिहरू पनि वैदिक सिकाइका विधिले आत्मसात गरेको देखिन्छ । पुनर्निर्माणवादी (Reconstructism) ले भने जस्तो विचारको पुनः निर्माण गर्ने, पुस्तकहरूको अध्ययन गर्ने, अनुसन्धान गर्ने (Ozmon & Craver 2003) जस्ता विधिहरू पनि श्रवण, मनन र निदिध्यासनमा समाहित छन् । व्यवहारवादी मनोविज्ञानले विशेष महत्त्व दिने उत्प्रेरणा सम्बन्धी कुरा र निर्देशित अभ्यास (Hoy & Miskel, 2001), मार्क्सवादी शिक्षण व्यवस्थामा प्रचलित आलोचनात्मक विधि (Critical pedagogy), संवादात्मक विधि (Dialitic method) र उत्तर आधुनिक शैक्षिक चिन्तनले जोड दिने सशक्तीकरण र सचेतना विकास पनि वैदिक विधिहरू भित्र समेटिएका छन् । यसप्रकार विभिन्न शिक्षा दर्शनहरूले प्रतिपादन गरेका सिकाइका विधिहरू श्रवण, मनन र निदिध्यासनको परिधिभित्र समेटिने रहेछन् । Freire (1993) ले भन्ने गरेको "Praxix" (ज्ञानको संयोजित अभयास) आलोचनात्मक प्रत्यावर्तन, आलोचनात्मक चिन्तन, छलफल (dialogue) जस्ता कुराहरू र Mezirow (2003) ले जोड दिएका आलोचनात्मक स्व-प्रत्यावर्तन (Critical self-reflection), discourse (विश्वास, मूल्य र अनुभूतिलाई विश्लेषण गर्ने प्रक्रिया), Reflective practice (प्रत्यावर्तित ज्ञानको अभ्यास गर्ने प्रक्रिया) जस्ता सिकाइका तरिकाहरूमा श्रवण, मनन् र निदिध्यासनकै पुनरावृत्ति भएझैँ लाग्छ ।

यदि दार्शनिक दृष्टिकोणले हेर्ने हो भने यी तीन विधिले मानव अस्तित्त्व (Human ontology), ज्ञानशास्त्र (Epistemology) र मानव मूल्य (Human value) सँग सम्बन्धित विचारहरू प्रस्तुत गर्छन् । मानिसको 'स्व' वा ब्रह्म तथा मानिसको चिन्तन क्षमताले मानव अस्तित्त्वको बोध गराउँछ भने ज्ञानको स्वरूप र ज्ञानआर्जन प्रक्रिया ज्ञानशास्त्रको पक्ष हो । तीनवटै प्रक्रियामा अनुशासित रूपमा संलग्न हुनुपर्छ भन्ने कुराले मानव मूल्यसँग सम्बन्धित विचार प्रस्तुत गर्छ । माथि चर्चा गरिएका श्रवणका ६ वटा चरणहरू वैदिक शास्त्रहरूको श्रवणबाट अर्थ निर्माण गर्ने (Meaning creation) प्रक्रिया हुन्, चरणहरू Vedic Hermeneutics का चरण हुन् (Sarvapriyananda 2021) ।

यी विधिहरूले हराउँदै गएको गुरुको महत्त्वलाई पुर्नस्थापित गर्न योगदान गर्छन् । श्रवण आधिकारिक/योग्य/दक्ष/सद्गुरुबाट गर्नुपर्छ भनी बारम्बार उपनिषद्हरूमा भनिएको छ । मनन र निदिध्यासन पनि जीवन्त र सक्षम आचार्यको मार्गदर्शनमा मात्र सम्भव छ (परमार्थानन्द २००९) भनिएको छ । छान्दोग्य उपनिषद् (४.९.३) मा भनिएको छ -

आचार्यको मुखबाट सुनिएको विद्या नै सार्थक हुन्छ । निरालम्ब उपनिषद् (१३) ले पनि विद्या प्राप्तिका लागि गुरुको उपासना अनिवार्य मानेको छ । हाम्रो समाजमा घटिरहेको गुरुको महत्ताको पुर्नस्थापनामा यी विधिहरूले योगदान गर्छन् ।

शैक्षिक उपादेयता

यी विधिहरू मूलतः आत्मज्ञानका लागि सिफारिस गरिएका हुन्, तथापि अनौपचारिक शिक्षा र औपचारिक शिक्षाका तल्ला तहदेखि उच्च शिक्षामा समेत सान्दर्भिक देखिन्छन् । वैदिक ग्रन्थमा भनिएको श्रवण विधि आधुनिक शिक्षामा प्रवचन विधि (lecture method) को नामले प्रचलित छ । जुनसुकै विषयमा र तहमा यो विधि प्रयोग भइरहेकै छ । यहाँ उल्लेख भएको श्रवण विधि प्रचलित प्रवचन विधिभन्दा प्रभावकारी देखिन्छ । किनभने यहाँ प्रवचन विधिका छ वटा चरणहरूमा श्रवण गर्न सिफारिस गरिएको छ । जसमा श्रोता वा सिकारुले सुन्ने क्रममा सुरुदेखि अन्त्यसम्म (अखण्डीत) सुनाइ गर्नुपर्छ । सुनाइलाई निरन्तरता दिनुपर्छ वा अभ्यास गर्नुपर्छ । वाचनकर्ताले भनेको विषयको मूल सन्देश वा खास अर्थ के हो त्यो बुझ्ने प्रयास गर्नुपर्छ । त्यो भनाइको परिणाम (Result) के हुन्छ त्यो थाहा पाउनुपर्छ । वक्ताले भनिरहेको कुराको आशय र महत्त्व के हो भन्ने कुरा पनि बुझ्नुपर्छ । अन्त्यमा तर्कद्वारा पनि सुनिएको ज्ञानको अर्थ लगाउने प्रयास गर्नुपर्छ । यसरी छ अंगले युक्त वैदिक श्रवण विधि आधुनिक प्रवचन विधि भन्दा क्रमबद्ध र व्यवस्थित छ । यो विधिले एकाग्र, अर्थपूर्ण, गहन र विश्लेषणात्मक सुनाइका लागि सिकारुलाई अभ्यस्त बनाउँने देखिन्छ ।

वैदिक दर्शनमा उल्लेख भएको मनन विधि पनि शैक्षिक दृष्टिले उपयोगी छ । तर्क र प्रमाणहरूद्वारा सुनिएको कुरालाई स्वीकार वा इन्कार गर्ने क्षमता विकासका लागि यो विधि फलदायी छ । आफ्नो विचार वा सुनिएको ज्ञानलाई मर्यादामा आधारित तर्क संगत उपायको अवलम्बन गर्न वा आफ्नो विचारलाई स्थापित गर्न सिक्नु सिकाउनु आजको आवश्यकता हो । कहिलेकहीँ प्रतिस्पर्धात्मक अवस्थामा (जस्तैः वाद विवाद) मा कल, वल, द्वारा अरूमाथि विजय प्राप्त गर्ने सीप पनि आवश्यक हुन सक्छ । यदि समाजमा, मनमा वा कुनै परिवेशमा गलत विचार वा ज्ञानहरू स्थापित हुन लागेको छ भने वितण्डाको सीप पनि व्यवहार उपयोगी हुन सक्छ । साथै कसले कसरी चिन्तन मनन र बहस गरिरहेको छ भन्ने कुरा बुझ्ने सामर्थ्यता विकासका लागि पनि यी विधिहरू उपयोगी छन् ।

तेश्रो चरणको विधि निदिध्यासनको पनि वर्तमान शिक्षा प्रणालीमा उपादेयता देखिन्छ । साधकले सर्वप्रथम ज्ञानको श्रवण गर्छ, त्यसमा चिन्तन मनन गरिसकेपछि त्यस ज्ञानको व्यवहारिक उपयोगमा तल्लिन हुन्छ । यो प्रक्रिया आजको शिक्षा प्रणालीका

लागि पनि फलदायी छ । उच्च शिक्षाका उच्च तह (एम.फिल.; पी.एच.डी.) मा खासगरी अनुसन्धान गर्नका लागि यी विधिहरू उपयोगमा ल्याउन सकिन्छ। साहित्यको पुनरावलोकन, सूचना सङ्कलन, सूचनाको विश्लेषण तथा मूल्याङ्कन, अर्थनिर्माण (Meaning creation) र त्यसको प्रस्तुतीकरणमा यी विधिहरू उपयोगमा ल्याउन सकिन्छ ।

यस विधिले मानिसलाई ज्ञानको गहिराइमा प्रवेश गर्न अभ्यस्त बनाउन मद्दत गर्छ । योग, प्राणायाम, ध्यान जस्ता बिधिहरू अध्यात्मिक र भौतिक दुवै किसिमका शिक्षा व्यवस्थामा त्यतिकै अर्थपूर्ण छन्, त्यसैले होला पश्चिमी शिक्षा प्रणालीमा यी तरिकाहरू ज्यादै लोकप्रिय हुँदै गएको देखिन्छ ।

निष्कर्ष

वैदिक साहित्यहरू मिथ्या हुन्, जीवनउपयोगी छैनन् भन्ने भाष्यहरू बिना अध्ययन, अरुले भानिदिएको आधारमा गरिएका बुद्धि विनोद मात्र हुन् । नबुझी/नजानी गरिएका कतिपय गलत कर्महरू क्षम्य हुन्छन् । तत्कालीन देश, काल र परिस्थितिमा मन्त्रद्रष्टा ऋषिहरूले व्यवहारको कसीमा परीक्षण गरी पुस्ता हस्तान्तरणबाट आएका यस्ता ज्ञानहरू आज पनि सान्दर्भिक रहेका छन् । माथि चर्चा गरिएका विधिहरू आत्मिक तथा भौतिक दुवै किसिमको ज्ञान साधना गर्न निसन्देह उपयोगी छन् । मानिसहरू आध्यात्मिक र भौतिक दुवै स्वरूपका हुन सक्छन् जुनसुकै विश्वासबाट अभिप्रेरित भए पनि मानिसले जीवन यात्रामा सिक्नै पर्छ । सिक्नका लागि आधिकारिक व्यक्ति वा कृतिबाट सुन्नु/पढ्नु पर्छ । सुनिएको/पढिएको ज्ञानमा विचार विमर्श गरी त्यो ज्ञानलाई व्यवहारमा प्रयोगमा ल्याउनु पर्छ । प्रकारान्तरले आधुनिक शिक्षाले पनि यही कुराको अपेक्षा गर्दछ । सिकाइ दुविधारहित हुनुपर्छ । विचारलाई परीक्षण गरेर मात्र ग्रहण गर्नुपर्छ । सिकाइमा अनुशासन अत्यावश्यक छ । परिवेशको विश्लेषण तथा मूल्याङ्कनद्वारा मात्र निष्कर्षमा पुग्नुपर्छ भन्ने सन्देशहरू यी विधिहरूबाट ग्रहण गर्न सकिन्छ ।

कक्षा कोठामा पनि उपयोगी हुने यी विधिहरू हाम्रा शिक्षण संस्थाहरूमा प्रयोग हुन सकेका छैनन् । हामीले शिक्षण प्रशिक्षण कार्यक्रममा पश्चिमी परिवेशमा विकसित विधिहरूको मात्र ज्ञान लिने र अभ्यास गर्ने अवसर दिएका छौँ । हाम्रा ग्रन्थहरूले प्रतिपादन गरेका विषयमा शिक्षकहरू अनभिज्ञ छन् । हाम्रो शिक्षण सिकाइको संस्कृति हाम्रो जस्तो त छैन नै, पश्चिमी Pedagogy ले भनेजस्तो पनि हुन सकेको छैन । किनभने ती विधिहरू हाम्रो संस्कृति र परिवेशअनुकूल छैनन् । परिणामस्वरूप सिकाइ सार्थक हुन सकिरहेको छैन ।

बहुमूल्य वैदिक ग्रन्थहरूमा शिक्षासम्बन्धी उपयोगी धेरै ज्ञान तथा सीपहरू हुन सक्छन् । जसका लागि प्राज्ञिक खोज अनुसन्धान आवश्यक छ । शिक्षाका नीति निर्माताहरू र शिक्षाको क्षेत्रमा काम गर्ने प्राज्ञहरूले यस विषयमा चासो राख्नु प्रार्थनीय छ ।

सन्दर्भ सामग्रीसूची

ओशो (२०१४), *अध्यात्म उपनिषद् (प्रवचन १०), सत्य की यात्रा के चार चरण,* from https://oshoganga.blogspot.com/2014/12/10_18.html

गीता प्रेस (सं.१९८८), मुनिलाल (अनु), श्रीमद्शंकराचार्यविरचित विवेकचूडामणि, हिन्दी अनुवादसहित, गोरखपुर : गीता प्रेस ।

गीता प्रेस (सं.२०२५), *बृहद्आरण्यकोपनिषद् (सानुवाद शाङ्करभाष्यसहित),* गोरखपुर : गीता प्रेस ।

घिमिरे, जनार्दन र कोइराला, विद्यानाथ (२०७८), *उपनिषद् त्रि-आयामिक चिन्तनः अनुसन्धानात्मक विश्लेषण (दर्शनशास्त्र, आचरणशास्त्र र शिक्षाशास्त्र),* काठमाडौँः सनलाइट पब्लिकेशन, किर्तिपुर ।

तुलसीराम स्वामी (१९०५), *न्यायदर्शनम् (गौतमऋषिप्रणितभम),* मेरठ : स्वामिमेसिन यन्त्रालये ।

विजल्वान, चक्रधर (१९९८), *भारतीय न्यायशास्त्र,* लखनऊः उत्तर प्रदेश हीन्दि संस्थान ।

श्री वेङ्कटेश्वर यन्त्रालय (सं. १९८२), *अमरकोश : श्री मदमरसिंह विरचितः,* श्री वेङ्कटेश्वर यन्त्रालय ।

सदानन्द योगी (१९५७), *वेदान्त सारः,* मुम्वई : श्री वेङ्कटेश्वर मुदणालये ।

Aiyar, K. N. (1914). *Thirty Minor Upanishads*. Madras: K. Narayanaswami Aiyar, Theosophical society.

Arya, Ravishankar (nd). *Shravan, manan and Nididhyasana*. from http://youtu.be/TcTVy3HEZXo?t

Ballantyne, J. E. (1898, Trans.). *The Vedantasara.* The Christian Literature Society for India: London and Madras.

Charlu, K. (1971). *The Educational Philosophy of the Bhagavad Gita.* Unpublished Ph. D. thesis submitted to the Sardar Patel University. Vallabh Vidyanagar. Gujarat.

Dirkx, J. M. (1998). Transformative learning theory in the practice of adult education: An overview. *PAACE Journal of Lifelong Learning, 7*, 1-14.

Freire, P. (1993). *Pedagogy of the oppressed.* London: Penguin Books.

Ghimire, J. (2017). *Educational perspective in the Bhagavad Gita.* PhD Thesis. Submitted in Nepal Sanskrit University. Himawatkhanda Nepal Research Center Pvt. Ltd. Golanjor, Sinduli, Nepal.

Hoy, W. K., & Miskel, C. G. (2001). *Educational administration: Theory, research and practice*. New York, NY: McGraw-Hill Higher Education.

Kneller, G. F. (1971). *Foundations of education*. John Wiley & Sons.

Mezirow, J. (2003).Transformative learning as Discourse. *Journal of Transformative Education. 1*(1), pp. 58-63. Sage publications. Thousand Osaka.

Morris, V. C., & Pai, Y. (1994). *Philosophy and the American school: An introduction to the philosophy of education* (2nd ed.). University Press of America.

Murgod, A. G. (2012). *Personality Development in the Bhagavad Gita-A Critical Study*. Unpublished Ph. D. thesis submitted to the Karnatak University, Dharwad.

Ornstein, A. C. and Levine, D. U. (2008). *Foundations of Education (10th ed.)*. USA: Houghton Mifflin Company. Pp.187 -185.

Ozmon, A. H. and Craver, S. M. (2003). *Philosophical foundations of education (7th ed.)*. New Jersey: Merrill Prentice Hall. [pp. 337 -269].

Paramarthānanda, Swami (2009). *The Purpose of Nididhyāsanam* (Guru Pūrnimā talk). Source: http://talksofswamiparamarthananda.blogspot.gr.

Ritzer, G. (2000). *Sociological theory*. Boston, MA: McGraw-Hill.

Ross, J. S. (2008). *Ground work of educational theory*. New Delhi, India: Surjeet Publications.

Sarvapriyananda, swami (2021). *Shravanana, Mamana and Nididhyasana*. Source: https//www.youtube.com

Sreeram, L. (1885). *The Metaphysics of the Upanishads, Vicharsagar*. Calcutta: Heeralal Dhole.

Swahananda, Swami (1997). *Meditation and other spiritual disciplines.* Swami Mumukshananda President, Advaita Ashrama Mayavati, Pithoragarh.

Tanner, D., & Tanner, L. N. (1980). *Curriculum development-theory into practice*. New York, NY: Macmillan Publishing.

Tejomayananda, Swami (nd). *Nididhyansana.* Source: http://youtu.be/CJRPr-GbzAF