Shodh Prabha: A Multidisciplinary Journal
ISSN: 3108-2726 (Online), Volume-2, Issue-3, (May - June) 2026

महाभारतप्रतिपादितगृहविज्ञानम् एवं भारतीयज्ञानपरम्परा - एकमनुशीलनम्

Dr. Bighneswar Mishra
(OES - I)
Asst.Prof. & Head, P.G. Dept. of Sanskrit, SKCG (Auto.) College,
Paralakhemundi, Gajapati, Odisha

शोधसारः

भारतीयज्ञानपरम्परायां गृहविज्ञानं न केवलं सामाजिकविज्ञानस्याङ्गं यत् गृहपरिवारसम्बद्धानामावश्यकयोजनानां व्यवस्थिताध्ययनं करोति, पारिवारिकसुखाय सैद्धान्तिकं व्यावहारिकं च ज्ञानं प्रददात्यपितु शिक्षायाः एकः तथाविधो उपक्रमोऽस्ति यस्यान्तर्गतमुपभोक्तृविज्ञानपाककलापोषणगृहार्थशास्त्रबालपालनमानवविकासान्तरिकसज्जावस्त्रपरिधा-नादिनाध्ययनं जायते। भारतीयसाहित्ये महर्षिवेद्व्यासलिखितं महाभारतमनेकशास्त्राधारितविशाल- महाकाव्यं वर्तते यत्र महर्षिव्यासेन कथाप्रवाहे सन्दर्भानुसारं गृहविज्ञानसम्बद्धमहत्त्वपूर्णतथ्यानां चर्चा कृता विद्यते। अद्यत्वे गृहविज्ञानस्य महत्त्वं न केवलं समाजेऽपितु शिक्षाप्रणाल्यामपि पाठ्यक्रमस्याङ्गत्वेन स्वीकृतं विद्यते। महाभारते वर्णितगृहविज्ञानस्य तत्वान्यत्यन्तप्रयोजनभूतान्यद्यतनीयशिक्षाप्रण्याल्याम् उपकारभूतानि च भवन्ति इति शोधपत्रे प्रस्तूयते।

प्रमुखशब्दाः – गृहविज्ञानम्, आहारः, पोषणं, स्वास्थ्यं, वस्त्रविज्ञानम्, भोजनम् एवम् आरोग्यम्

भारतीयज्ञानपरम्परा एकदा समग्रस्यापि विश्वस्य विश्वासानां, परम्पराणां, सभ्यतानां, ज्ञानानाञ्च आधारः आसीदिति सर्वसम्मतसिद्धान्तः। अस्याः परम्परायाः मूलं वेदोपनिषत्पुराणरामायणमहाभारत- काव्यनाटकादिग्रन्थेषु दृश्यते, तेन संस्कृतवाङ्मयं भारतीयज्ञानपरम्परायाः आत्मस्वरूपमिति सिद्धान्तपक्षः। भारतीयज्ञानपरम्परायां सामाजिकपारिवारिकजीवनस्य आदर्शाः, मूल्यबोधाः च अत्यन्तं सजीवत्वेन चित्रिताः सन्ति। प्राचीनधर्मग्रन्थेषु, स्मृतिषु, महाकाव्यादिष्वपारं ज्ञानं विज्ञानं च निहितम् विद्यते। महर्षिवेद्व्यासलिखितं 'महाभारतम् अनेकशास्त्राधारितं विशालमहाकाव्यं वर्तते, यस्मिन् जगतः सर्वाः घटनाः प्रत्यक्षपरोक्षरूपेण च समाविष्टाः सन्ति। महर्षिणा उच्यते -

धर्मे चार्थे च कामे च मोक्षे च भरतर्षभ।

यदिहास्ति तदन्यत्र यन्नेहास्ति न तत् क्वचित्।। म. भा. आदिपर्व 62.53

महर्षिव्यासेन अद्वितीयप्रतिभासम्पन्नेन महाभारते विविधानि वैज्ञानिकतत्त्वानि उल्लिखितानि सन्ति। महाभारते विज्ञानस्य उल्लेखं कृत्वा महर्षिवेदव्यासः कथयति यत्-

प्रज्ञया मानसं दुःखं हन्याच्छारीरमौषधैः।

एतद् विज्ञानसामर्थ्यं न बालैः समतामियात्।। म. भा. शान्तिपर्व 205.3

अर्थात् बुद्धि-विचार-द्वारा मानसिक-दुःखं दूरीकर्तुं औषध-द्वारा च शारीरिक-वेदना-निवारणाय, एषा विज्ञानस्य शक्तिः एव समर्था, यया मनुष्याः वेदनायां बालवत् उपविश्य न क्रन्दन्ति अपितु विज्ञानद्वारा दुःखं दूरीकर्तुं प्रयतन्ते। अनेन महर्षिव्यासस्य वैज्ञानिकदृष्टिकोणस्य परिचयः जायते। महाभारते भौतिक-रासायन-कृषि-चिकित्सा-वनस्पति-जन्तु-पर्यावरण-भूगर्भ-खगोल-गृह-सैन्य-अध्यात्म्य-मनोविज्ञानादिविविधवैज्ञानिकतत्त्वान्युल्लिखितानि विद्यन्ते, येषां

गतार्थता अद्यत्वेऽपि दरीदृश्यते।

प्रगतिशीलः आधुनिकः मनुष्यः स्वजीवनं सुखदं सुलभं च कर्तुं यथाशक्ति प्रयतते। वर्तमानयुगे मनुष्यस्य मूलभूतानाम् आवश्यकतानां यथा अन्न-वस्त्र-वासव्यवस्थानां महत्त्वं न केवलं विद्यते अपितु अस्मिन् वैज्ञानिकयुगे समाजस्य नित्यपरिवर्तनशीलपरिस्थित्या सह समायोजनं कृत्वा परिवारस्य आध्यात्मिक-सांस्कृतिक-भावनात्मक-आर्थिकविकासः अतीव महत्त्वपूर्णः च अस्ति। अतः अस्मिन् सन्दर्भे गृहविज्ञानस्य अध्ययनम् अत्यावश्यकं भवति। महर्षिणा व्यासेन कथाप्रवाहे आवश्यकानुसारं गृहविज्ञानसम्बद्धानां महत्त्वपूर्णतथ्यानां चर्चा कृता अस्ति। अद्यत्वे गृहविज्ञानस्य महत्त्वं न केवलं समाजे अपितु शिक्षाप्रणाल्यामपि पाठ्यक्रमस्याङ्गत्वेन स्वीकृतं विद्यते। गृहविज्ञानस्य मुख्यतया त्रीण्यङ्गानि सन्ति। एतानि तानि-

1. आहारः पोषणं च
2. स्वास्थ्यविज्ञानम्
3. वस्त्रविज्ञानम्

महाभारते एते अंशाः सम्यक् परिशीलिताः विद्यन्ते। अद्यत्वे महाभारतस्थगृहविज्ञानतत्त्वानामुपयोगिता सततं विद्यते इति विदुषां वचः।

गृहविज्ञानं न केवलं सामाजिकविज्ञानं यत् गृहं परिवारं च सम्बद्धानामावश्यकयोजनानां व्यवस्थितरूपेण अध्ययनं करोति, पारिवारिकसुखं वर्धयितुं सैद्धान्तिकं व्यावहारिकं च ज्ञानं प्रददाति अपितु शिक्षायाः एकः तथाविधो उपक्रमो अस्ति यस्य अन्तर्गतं पाककला, पोषणं, गृह-अर्थशास्त्रं, उपभोक्तृविज्ञानं, बालपालनं, मानवविकासः, आन्तरिकसज्जा, वस्त्रं तथा परिधानम् इत्यादीनाम् अध्ययनं जायते। गृहविज्ञानं गृहस्य विज्ञानम् गृहविज्ञानमिति, गृहस्य व्यवस्थितज्ञानम् इति वा। अतः सामान्यतया गृहविज्ञानस्य अर्थः गृहसम्बद्धस्य सैद्धान्तिकव्यावहारिकज्ञानस्य व्यवस्थिताध्ययनम् एव। गृहविज्ञाने गृहपरिवारसम्बद्धानां विविधपक्षाणाम् आवश्यकतानां पूर्तये संगठितरूपेण समुचितरूपेण च पद्धतीनामध्ययनं जायते।

आहारं पोषणञ्च -

गृहविज्ञानस्य अन्तर्गतं खाद्यस्य पोषणविज्ञानस्य च अध्ययनं भवति। अस्य अन्तर्गतं मुख्यतया आहारस्य कार्याणि, आहारस्य तत्त्वानि, आहारनियोजनं, पाकव्यवस्था, खाद्यपदार्थसंरक्षणं, पोषणप्रक्रिया च अधीयते। महाभारते अनेकस्थानेषु आहारविज्ञानान्तर्गततया पोषकद्रव्याणाम्, आहारप्रकाराणाम्, आहारसम्बद्धनियमानाम् उल्लेखः प्राप्यते। महाभारते अन्नस्य मनसि प्रभावः भवति यतोऽहि भक्षितस्य आहारस्य उपयोगी भागः रस-रक्त- मज्जा-मांसादिषु सप्तधातुषु परिणमति तथा च अप्रयोज्यभागः मलरूपेण शरीरात् निष्कासितः भवति तथा च भोजनस्य सूक्ष्मः भागः मनःरूपेण परिणमति। अत एव उक्तम् यथा अन्नं तथा मनः इति। शरीरस्य वृद्ध्यर्थं, विकासाय, कार्याय च आवश्यकी शक्तिः केवलं भोजनात् एव प्राप्यते। महर्षिवेदव्यासः महाभारतस्य आश्वमेधिकपर्वणि अन्नस्य महत्त्वं वर्णितवान्, तदनुसारं अन्नात् रक्तं वीर्यं च निर्मीयते। तथाहि -

अन्नाद् रक्तं च शुक्रं च अन्ने जीवः प्रतिष्ठितः।

इन्द्रियाणि च बुध्दिश्च पुष्णन्त्यन्नेन नित्यशः॥1

इन्द्रियाणि बुद्धिश्च सदा अन्नेन पोषिता, अन्नं विना सर्वे जीवाः दुःखं प्राप्नुवन्ति। अन्नस्य आधारेण प्राणापानादिपञ्चप्राणान् देहिनः धारयन्ति। तथा च सर्वे जीवाः स्वस्य नित्यकार्यं यथा गमनम्, उत्थानम्, निद्रा इत्यादीन् भोजनद्वारा कुर्वन्ति। तदुक्तम् -

शयनोत्थानगमनग्रहणाकर्षणानि च।

सर्वसत्वकतं कर्म चन्नादेव प्रवर्तते।।2

अस्मिन् सन्दर्भे महाभारतस्य अनुशासनपर्वणि भीष्मेण युधिष्ठिरं प्रति अन्नस्य महत्त्वम् उक्तम्, तदनुसारेण अन्नस्य अभावात् शरीरस्य पञ्च अपि तत्त्वानि विरहन्ति, अन्नस्य अभावात् च अत्यन्तम् अपि शक्तिशालिनः जनाः म्रियन्ते। तथाहि -

अन्नप्रणाशे भिद्यन्ते शरीरे पञ्च धातवः।

बलं बलतोऽपीह प्रणश्यत्यन्नहानितः।।3

अन्नेन धार्यते सर्वं जगदेतच्चराचरम्।

अन्नात् प्रभवति प्राणः प्रत्यक्षं नास्ति संशयः॥4

अन्नं ह्यमृतमित्याहुरन्नं प्रजननं स्मृतम्।

अन्नप्रणाशे सीदन्ति शरीरे पञ्चधातवः॥5

सर्व कालं हि सर्वेषाम् अन्ने प्राणाः प्रतिष्ठिताः॥6

अन्नं वै प्रथमं द्रवमन्नं श्रीश्च परा मता।

अन्नात् प्राणः प्रभवति तेजो वीर्यं बलं तथा।।7

आहारे कार्बोहाइड्रेट्, मेदः, प्रोटीन्, खनिजाः, विटामिनाः इत्यादयः विविधाः पोषकाः सन्ति, ये आहारस्य पाचनानन्तरं शरीराय उपलभ्यन्ते। अतः पाचनप्रक्रियायाम् उपकारकभूतानि अङ्गानि यथा मुखं, दन्तम्, उदरं, ग्रहणी, क्षुद्रान्त्रं, बृहदान्त्रम् इत्यादिनि, येषां माध्यमेन अन्नं क्रमेण पच्यते। महाभारतस्य अनुशासनपर्वणि श्री महेश्वरेण उमां प्रति योगधर्मस्य प्रस्तुतौ पाचनप्रक्रिया उक्ता विद्यते। यस्मिन् श्री महेश्वरः शरीरस्य अन्तः प्राणस्य गतिविषये विस्तृतविमर्शं कुर्वन् अस्ति, तस्य मते, यदा सर्वे प्राणाः परस्परं संयोजिताः भवन्ति तदा तापः जायते, सः अग्निः इति ज्ञायते। अयं वह्निः देहिनां भक्षितान्नं पाचयति। जीवनाग्निप्रेरिताः तंत्रिकाः अन्नं रसं च वहन्ति।

प्राणानां सन्निपातेषु संसर्गाद् यः प्रजायते।

ऊष्मा सोऽग्निरितिज्ञेयः सोऽन्नं पचति देहिनाम्।।8

अहं वेश्वानरो भूत्वा प्राणिनां देहमाश्रितः।

प्राणापानसमायुक्तः पचाम्यन्नं चतुर्विधम्।।9

'प्रभाव'-आधारेण हितकरं हानिकारकं च द्विविधं भोजनम्। शरीरस्य आरोग्यलाभं यत् आहारं ददाति तत् लाभप्रदं

भोजनं, शरीरस्य हानिकारकं भोजनं च हानिकारकं भोजनं कथ्यते। अस्मिन् सन्दर्भे महाभारतस्य उद्योगपर्वणि विदुरेण धृतराष्ट्रं प्रति उक्तेषु नैतिकवचनेषु लाभप्रदभोजनस्य चर्चा कृता अस्ति, तदनुसारं यः पुरुषः स्वस्य प्रगतिम् इच्छति, तेन केवलं तानि वस्तूनि खादितव्यानि यानि पच्यमानानि शरीराय लाभप्रदानानि च भवन्ति। तदुक्तम् -

यच्छक्यं ग्रसितं ग्रस्यं ग्रस्तं परिणमेच्च यत्।

हितं च परिणामे यत् तदाद्यं भूतिमिच्छता।।10

अस्मात् एतत् भासते यत् महाभारतकाले लाभप्रद-हानिकारक-आहारयोः भेदस्य ज्ञानं सर्वत्र प्रचलितम् आसीत्। प्रयोगाधारेण भक्ष्यं, भोज्यं, पेयं, चोष्यं, लेह्यम् इति पञ्चविधाः। तदाह -

भक्ष्यं भोज्यं च पेयं च चोष्यं च लेह्यमथापि च।

उपपादितं नरैस्तत्र कुशलैः सूदकर्मणि।।11

रसाणाम् आधारेण मधुराम्लकटुतिक्तकशायलवणादिषट् प्रकाराः आहाराः विचारिताः सन्ति। महर्षिव्यासः अपि रसाधारेण षट् प्रकारान् आहारस्य विचारं कृतवान् अस्ति। अस्मिन् सन्दर्भे महाभारतस्य आश्वमेधिकपर्वणि ऋषिप्रश्नानाम् उत्तरं दत्तस्य ब्रह्मणः सन्दर्भे रसभेदाः उल्लिखिताः सन्ति।

मधुरोऽम्लकटुस्तक्तः कषायो लवणस्तथा।

एवं षड्विधविस्तारो रसो वारिमयः स्मुतः।।12

तथा शान्तिपर्वणि दक्षयज्ञवर्णने महर्षिव्यासः षट् रसभोजनस्य चर्चा कृता विद्यते।

षड् रसान् निवहन्त्येता गुडकुल्या मनोरमाः।

उच्चावचानि मांसानि भक्ष्याणि विविधानि च।।13

अस्मात् अनुमानं कर्तुं शक्यते यत् महाभारतकाले नित्यं षट् रसयुक्तं भोजनं सेवनं भवति स्म। मानवस्वभावस्य आधारेण सात्विक-आहारः, तामसिक-आहारः, राजसिक-आहारः इति त्रयः प्रकाराः आहाराः विचारिताः सन्ति। तथाहि-

आयुः सत्वबलारोग्यसुखप्रीतिविवर्धनाः।

रस्याः स्निग्धाः स्थिरा हृधा आहाराः सात्विकप्रियाः।।

कटवम्ललवणात्युष्णतीक्ष्णरूक्षविदाहिनः।।

उच्छिष्टमपि चामेध्यं भोजनं तामसप्रियम्।।14

महर्षिवेद्व्यासः आहारदृष्ट्या आरोग्यस्य विषये अतीवसजगः आसीत्। अतः महाभारते अनेकस्थानेषु भक्ष्य-अभक्ष्यभोजनस्य चर्चा कृता अस्ति। स्वस्थं पच्यमानं च भोजनं मनुष्याणां कृते अत्यावश्यकं भवति तथा च विद्वांसः वैद्याः च मन्यन्ते यत् भोजनं नियमितरूपेण नियतसमये च सेवनीयम्। यदि कश्चित् प्रलोभनात् आहारं त्यक्त्वा परिणामं न चिन्तयन् अस्वस्थं भोजनं खादति तर्हि सः स्वजीवनस्य हानिं करोति। एतादृशं वर्णनं राजा ब्रह्मदत्तं शान्तिपर्वणि

पुञ्जीनाम्ना पक्षिणा दत्तम् अस्ति।

पथ्यमुक्त्वा तु यो मोहाद् दुष्टमश्नाति भोजनम्।

परिणाममविज्ञाय तदन्तं तस्य जीवितम्।।15

स्वस्थशरीरे स्वस्थं मनः निर्मीयते। अतः मनुष्याणां कृते आहारनियमानां ज्ञानम् आवश्यकम् अस्ति। महर्षिव्यासः महाभारते कथाप्रवाहे आहारसम्बद्धानां नियमानाम् उल्लेखं कृतवान् यथा-

i. प्रातः सायं च द्विवारं एव भोजनं कुर्यात्, न तु मध्ये16।

ii. भोजनं सर्वदा दक्षिणहस्तेन ग्रहीतव्यम्17।

iii. भोजनं समये न वक्तव्यम्18।

iv. सम्यक् आसने उपविश्य एकाग्रतापूर्वकं भोजनं ग्रहीतव्यम्19।

v. भोजनात् पूर्वं हस्तप्रक्षालनं भोजनानन्तरं मुखस्य स्वच्छता अनिवार्यम् आसीत्20।

vi. रात्रौ भोजनं नातिभक्षयेत्। न च रात्रौ अन्येभ्यः भोजनाय प्रवर्त्तयेत्21।

एतत्सर्ववर्णनात् एतत् अनुमानं कर्तुं शक्यते यत् महाभारतकाले आहारनियमाः महत्त्वपूर्णाः इति मन्यन्ते स्म, आधुनिकवैद्याः विद्वांसः च एतान् नियमान् अपि उचितं मन्यन्ते।

स्वास्थ्यविज्ञानम्

मानवजीवने स्वास्थ्यं सर्वोपरि वर्तते। यदि पुरुषस्य शरीरं स्वस्थं भवति तर्हि सः जगतः सर्वान् भोगान् भोक्तुं शक्नोति। अतः आङ्ग्लभाषायां Health is Wealth इति लोकप्रियं वचनम् अस्ति। आरोग्यस्य अर्थः रोगमुक्तिः। विश्वस्वास्थ्यसङ्घठनस्य (W.H.O.) अनुसारं "स्वास्थ्यं रोगरहितशरीरस्य स्थितिः न भवति; अपितु मानवस्य स्वास्थ्ये तस्य सम्पूर्णं शारीरिकं, मानसिकं, भावनात्मकं च कल्याणं समायोजनमिति"। अस्मिन् सन्दर्भे महर्षिव्यासः महाभारते मानवस्वास्थ्यकारकाणि तत् तत् प्रसङ्गे उल्लेखं कृतवान् अस्ति।

निद्रा - निद्रा प्रत्येकस्य जीवस्य प्राथमिक्यपेक्षा अस्ति। भग्ने अवशीर्णे वा शय्यायां मत्कुणे वा शयनं न कुर्यात्। अन्यजनैः सह शयनम् अनुचितम् एवमेव शयनं तिर्यक् रूपेण एव भवेत्। तथाहि -

न भग्ने नावशीर्णे च शयने प्रस्वपीत च

नान्तर्धाने न संयुक्ते न च तिर्यक् कदाचन।।22

अस्मिन् सन्दर्भे पुनः भीष्मः वदति यत् सूर्योदयात् पूर्वं जागरितव्यम् इति। सूर्योदयपर्यन्तं न शयनम्, न च सायं निद्रां कुर्यात्।

न संन्ध्यायां स्वपेन्नित्यं स्नायाच्छुद्धः सदा भवेत्

न चाभ्युदितशायी स्यात् प्रायश्चित्ती तथा भवेत्।।23

Shodh Prabha: A Multidisciplinary Journal
ISSN: 3108-2726 (Online), Volume-2, Issue-3, (May - June) 2026

स्नानम् - स्नानं स्वास्थ्याय हितकरं भवति। एतत् विदुरेण धृतराष्ट्राय उपदेशरूपेण उक्तं विद्यते - यत् पुरुषः बलं, सौन्दर्यं, मधुरस्वरं, उज्ज्वलवर्णं, मृदुता, गन्धं, शुद्धिः चेत्यादयः दश लाभाः स्नानात् प्राप्नोति।

गुणादश स्नानशीलं भजन्ते बलं रूपं स्वरवर्णः पशुद्धिः

स्पर्शश्च गच्छश्च विशुद्धता च श्रीः सौकुमार्य प्रवराश्चनार्यः।।24

स्नानसम्बद्धानि नियमानि निर्दिश्य भीष्मः युधिष्ठिरं वदति यत् कदापि नग्नं स्नानं न कर्तव्यम् इति। रात्रौ अपि स्नानं निषिद्धम्। न स्नात्वा शरीराङ्गं तैलेन मर्दयेत्। स्नानं विना शरीराङ्गेषु चन्दनं प्रसाधनं वा न लेपयेत्।

आर्द्रवस्त्रादिकं कदापि न धारयेत्।

न नग्नः कर्हिचित् स्नायान्न निशायां कदाचन

स्नात्वा च नावमृज्येत गात्राणि सुविचक्षणः।।25

न चैवार्द्राणि वासांसि नित्यं सेवते मानवः।।26

स्वच्छता - स्वच्छतायाः नियमाः व्यक्तेः स्वास्थ्यं प्रभावयति। अतः अस्मिन् सन्दर्भे अनुशासनपर्वणि युधिष्ठिरः भीष्मेण उक्तः यत् पुरुषः गृहात् दूरं गत्वा मलत्यागं कुर्यात् एवं पादं प्रक्षाल्य गृहम् आगच्छेत्।

दूरादावसथान्मुत्रं दूरात् पादावसेचनम्

उच्छिष्टोत्सर्जनं चैव दूरे कार्यं हितैषिणा।।27

पादप्रक्षालनं कुर्यात् स्वाध्याये भोजने तथा।।28

धौतदन्तं कृत्तनखं सदा स्नातमलंकृतम्।।29

एते नियमाः वैज्ञानिकदृष्ट्या महत्त्वपूर्णाः इति मन्यन्ते यतोहि गृहात् दूरं मूत्रं मलं च त्यागः स्वास्थ्याय हितकरं भवति येन गृहे कीटाणुः न वर्धते तथा च भोजनादिभक्षणात् पूर्वं पादप्रक्षालनं नियमः तदर्थमेव कल्पितः। सुस्वास्थ्यस्य कृते दन्तनखयोः स्वच्छता आवश्यकी भवति। अस्मिन् सन्दर्भे ययातिः आश्रमधर्मसम्बद्धे वर्णने अष्टकस्य उल्लेखं कृतवान् अस्ति। महर्षिव्यासः केवलं दन्ताः स्वच्छाः स्वस्थाः च स्थापयितुम् एव अस्य नियमस्य उल्लेखं कृतवान् स्यात् इति भासते। स्वास्थ्यस्य रक्षणार्थं व्यक्तिगतस्वच्छताभिः सह सामाजिकस्वच्छता अपि आवश्यकी भवति। सामाजिकस्वच्छतायै व्यक्तिः स्वगृहस्य अपि च परिवेशस्य स्वच्छतां कुर्वन् एव तिष्ठेत्। अस्मिन् सन्दर्भे महाभारतस्य उद्योगपर्वणि स्थुणाकर्ण-नामकस्य यक्षगृहस्य वर्णनं कुर्वन् महर्षिव्यासः यक्षगृहस्य स्वच्छतायाः उल्लेखं कृतवान् अस्ति।

वस्त्रविज्ञानम्

वस्त्रं मनुष्याणां मूलभूतावश्यकतासु अन्यतमम् अस्ति। भोजनानन्तरं मनुष्येभ्यः वस्त्रस्य महत्त्वं सर्वाधिकं भवति। अतः वस्त्रविज्ञानस्य अन्तर्गतं वस्त्रनिर्माणस्य सम्पूर्णप्रक्रियायाः व्यवस्थितरूपेण अध्ययनं भवति, वस्त्रस्य नूतनाः आविष्काराः अपि क्रियन्ते। वस्त्रेषु मानवस्य व्यक्तित्वं प्रतिबिम्बितम् अस्ति। अतः प्राचीनकालात् मनुष्यः वस्त्रेषु विशेषं ध्यानं ददाति स्म। महर्षिवेदव्यासः महाभारतस्य अनेकस्थानेषु वस्त्रनिर्माणप्रक्रियायाः, वस्त्रप्रकारस्य, वस्त्रप्रक्षालनस्य, वस्त्रे

वर्णसंयोजनस्य, महत्त्वस्य च उल्लेखं कृतवान् अस्ति। अस्मिन् सन्दर्भे महाभारतस्य उद्योगपर्वणि विदुरेण नैतिकवचनेषु वस्त्रस्य महत्त्वम् उक्तम् अस्ति, तदनुसारं सुवस्त्रधारी व्यक्तिः सभायां सदा विजयी भवति। अस्मिन् सन्दर्भे महाभारतस्य अनुशासनपर्वणि भीष्मेण युधिष्ठिरं प्रति वस्त्रसम्बद्धाः नियमाः उक्ताः, तदनुसारेण बुद्धिमान् कदापि वस्त्रं न परिवर्तयेत्, अर्थात् उत्तरीयवस्त्रस्य स्थाने अधोवस्त्रं तथा च अधोवस्त्रस्य स्थाने उत्तरीयवस्त्रं न धारयेत्। तथाहि -

स्नातस्य वर्णकं नित्यमार्द्रं दद्यात् विशाम्पते

विपर्ययं न कुर्वीतं वाससो बुद्धिमान् नरः।।30

तथा च अन्यस्य जीर्णं वा विदीर्णं वा वस्त्रं न धारयेत्, पृथक् रूपेण शयनाय, यात्रायै, देवपूजायै अन्यकर्मणि च धारयेत्। अस्मात् वर्णनात् एतत् प्रतीयते यत् उपर्युक्ताः नियमाः महर्षिव्यासेन मानवस्वास्थ्यं मनसि कृत्वा परिपल्पिताः, येन एकस्य मानवस्य शरीरात् रोगाणुः अन्यस्मिन् न प्रसरेत्। महाभारतस्य शान्तिपर्वणि वस्त्रनिर्माणप्रक्रिया भीष्मेण युधिष्ठिराय उक्ता विद्यते -

सूच्या सूत्रं यथा वस्त्रे संसारयति वायक-

तद्वत् संसारसूत्रं हि तृष्णा सूच्या निबद्धयेत्।।31

अस्मात् वर्णनात् प्रतीयते यत् प्राचीनकाले वस्त्रनिर्माणप्रक्रियायाः उपकरणानां च ज्ञानं सर्वत्र प्रचलति स्म, वस्त्रनिर्माणकार्यं च वस्त्रकारैः क्रियते स्म। महाभारतकाले क्षौमेन अर्थात् कपासेन, कुशेन अर्थात् तृणेन, कौशेयन, आविकेन, वल्कलेन, चर्मेण वस्त्राणां निर्माणं भवति स्म। तदुच्यते -

क्षौमं च कुशचीरं च कौशेयं वल्कलानि च

आविकं चर्म च समं यस्य स्यान्मुक्त एव सः।।32

महाभारतस्य कर्णपर्वणि धातुभिः (सुवर्ण-रजत-आदिभिः) निर्मितानाम् ध्वजानां, वस्त्राणां च निर्माणस्य चर्चा कृता विद्यते। व्याघ्रसिंहचर्मनिर्मितानि वस्त्राणि, फलकवस्त्राणि (भोजपत्रस्य वल्कलम्), काण्टकवस्त्राणि, कीटैः निर्मितानि रेशमवस्त्राणि इत्यादीनि प्रयुक्तानि आसन्। तदाह -

शाणीवाल परीधानो व्याघ्रचर्म परिच्छदः

सिंहचर्मपरिधानः पट्टवासास्तथैव च।।33

कीटकारसनश्चैव चीरवासास्तथैव च।।34

महाभारतकाले वस्त्रविज्ञानस्य एतावत् विकासः अभवत् यत् मेषेभ्यः प्राप्तस्य केशेभ्यः अतिरिक्तं मूषकाणां बिडालानां च केशेभ्यः सुवर्णरञ्जितानि वस्त्राणि निर्मीयन्ते स्म। अस्मिन् सन्दर्भे सभापर्वणि युधिष्ठिरेण प्राप्तानां दानानामुल्लेखः कृतः अस्ति।

वस्त्रस्य सुरक्षा - वस्त्रं मानवजीवनस्य अभिन्नम् अङ्गम् अस्ति। यद्यपि मनुष्यः स्वशरीरस्य रक्षणार्थं वस्त्रस्य उपयोगं करोति तथापि रजस्वेदादिना वस्त्राणि मलिनाः जायन्ते। मलिनवस्त्रं न केवलं मानवस्य स्वास्थ्याय हानिकारकं भवति अपितु व्यक्तेः व्यक्तित्वम् अपि प्रभावयति। अतः वस्त्रादिनां प्रक्षालनं परिपालनं च आवश्यकम्। महाभारतकाले अपि

Shodh Prabha: A Multidisciplinary Journal
ISSN: 3108-2726 (Online), Volume-2, Issue-3, (May - June) 2026

वस्त्रस्य स्वच्छतायां, परिपालने च विशेषं ध्यानं दत्तम् आसीत्। अस्मिन् सन्दर्भे भीष्मस्य युधिष्ठिरं प्रति शुभाशुभकर्मणां दुःखस्य वर्णने विविधरूपेण तस्य उल्लेखः कृतः अस्ति।

और्णान् बैलान् वार्षदंशाञ्जात रूपपरिष्कृतान्।

प्रवाशजिनमुख्यांश्च कम्बोजः प्रददौ बहून्।।35

यथा अद्यत्वे वस्त्रशुद्ध्यर्थं क्षारीयप्रक्षालकं प्रयुज्यते, तदानीमपि क्षारस्य पयोगः आसीत्। वस्त्रप्रक्षालनविधिः महाभारतस्य अनुशासनपर्वणि वर्णितः अस्ति। अस्मिन् सन्दर्भे ऋषिपराशरेण शिष्येभ्यः दत्तप्रवचने एकः उल्लेखः अस्ति, तदनुसारं क्षारवालुका मृत्तिकया सह मिश्रयित्वा वस्त्रप्रक्षालनेन वस्त्रेभ्यः कलङ्काः, गन्धाः, च दूरीकृताः भवन्ति तथा च एतत् वस्त्रशुद्ध्यर्थम् आवश्यकम् इति।

क्षारौषराभ्यां वस्त्रस्य कुर्याच्छौचं मृदा सह।

लेपगन्धापनयनममेध्यस्य विधीयते।।36

अस्मात् वर्णनात् महाभारतकाले वस्त्रप्रक्षालनार्थं क्षारवालुका इत्यादीनि रसायनानि प्रयुक्तानि इति ज्ञायते। येन तस्य कालस्य विकसितस्य वस्त्रविज्ञानस्य स्थितेः अवगमनं जायते। वस्त्रवर्णस्य व्यक्तेः वयसः शरीरस्य च वर्णेन सह गहनः सम्बन्धः भवति। यदि आयु-अनुसारेण वस्त्रवर्णो न युज्यते, तदा शरीरस्य सौन्दर्यं न वर्धते। तथा शरीरवर्णानुसारं चितवस्त्राणि शोभनानि भवन्ति। अतः वस्त्रस्य वर्णः अतीव महत्त्वपूर्णः भवति। महर्षिव्यासः महाभारते महादेवस्य वैभवस्य सन्दर्भे भीष्ममुखेन अनेकप्रकारस्य वर्णानाम् उल्लेखं कृतवान् अस्ति। तथाहि -

हरितो रोहितो नीलः कृष्णो रक्तस्तथारूणः

कद्रुश्च कपिलश्चैव कपोतो मेचकस्तथा।।37

महाभारते गृहविज्ञानतत्त्वानामद्यत्वे महन्महत्त्वं विद्यते इति सिद्धान्तः।

महाभारतस्य अध्ययनं भारतीयज्ञानपरम्परायाः विविधपक्षाणां सम्यगवबोधनाय अत्यन्तमुपयोगि भवति। एषः ग्रन्थः प्राचीनभारतीयज्ञानस्य दर्पणरूपेण अद्यापि समाजस्य मार्गदर्शनं करोति तथा मानवसभ्यतायाः विकासाय प्रेरणां ददाति। महाभारते प्रतिपादितानि गृहविज्ञानसम्बद्धतत्त्वानि केवलं पारिवारिकसौख्यस्य साधनानि न सन्ति, अपितु व्यक्तित्वविकासस्य, सामाजिकस्थैर्यस्य तथा नैतिकजीवनस्य अपि आधारभूततत्त्वानि भवन्ति। अतः वक्तुं शक्यते यत् महाभारतप्रतिपादितं गृहविज्ञानम् अद्यापि अत्यन्तं प्रासङ्गिकम् अस्ति।

तस्य अध्ययनं भारतीयज्ञानपरम्परायाः वैज्ञानिकतां, व्यावहारिकतां तथा मानवकल्याणपरकदृष्टिकोणं प्रकाशयति। आधुनिकसमाजे पारिवारिकमूल्यसंरक्षणाय, नैतिकचेतनावर्धनाय तथा स्वस्थजीवनशैलीनिर्माणाय महाभारतीयगृहविज्ञानसम्बद्धविषयाणां पुनरावलोकनम् अत्यावश्यकम् इति।

पादटीपण्ण्यः -

1. म. भा. आश्वमेधिकपर्व 92-9
2. म. भा. आश्वमेधिकपर्व 92-6

3. म. भा. अनुशानसपर्व 63.52
4. म. भा. आश्वमेधिकपर्व 92-13
5. म. भा. आश्वमेधिकपर्व 92-13
6. म. भा. आश्वमेधिकपर्व 92-6
7. म. भा. अनुशानसपर्व 66.59
8. म. भा. अनुशानसपर्व 145
9. गीता – 15.14
10. म. भा. उद्योगपर्व 34.14
11. म. भा. आदिपर्व 127.34
12. म. भा. आश्वमेधिकपर्व 50.44
13. म. भा. शान्तिपर्व 284.45
14. गीता – 17. 8-10
15. म. भा. शान्तिपर्व 139.81
16. न भुञ्जितान्तराकाले नानृतावाह्वयेत् स्त्रीयम्। म. भा. शान्तिपर्व 243.7
17. स्वाध्याये भोजने चैव दक्षिणं पाणिमुध्दरेत्। म. भा. शान्तिपर्व 193.20
18. न जल्पन्ति च भुञ्जाना न निद्रान्त्यार्द्रपाणयः। म. भा. अनुशासनपर्व 162.36
19. निषण्णश्चापि खादेत न तु गच्छन् कदाचन। म. भा. अनुशासनपर्व 104.60
20. अन्नं बुभुक्षमाणस्तु त्रिर्मुखेन स्पृशेदयः

    भुक्त्वा चान्नं तथैव त्रिर्द्धिः पुनः परिमार्जयेत्।। म. भा. अनुशासनपर्व 104.55

    आचम्य चैकहस्तेन परिप्लाव्यं तथोदकम्।

    अङ्गुष्ठं चरणस्याथ दक्षिणस्यावसेचयेत्। म. भा. अनुशासनपर्व 104.100
21. सौहित्यं न च कर्त्तव्यं रात्रौ न च समाचरेत्। म. भा. अनुशासनपर्व 104.21
22. म. भा. अनुशासनपर्व 104.49
23. म. भा. अनुशासनपर्व 104.43
24. म. भा. उद्योगपर्व 37.33

25. म. भा. अनुशासनपर्व 104.51
26. म. भा. अनुशासनपर्व 104.52
27. म. भा. अनुशासनपर्व 104.39
28. म. भा. अनुशासनपर्व 104.82
29. म. भा. आदिपर्व 81.15
30. म. भा. अनुशासनपर्व 104.85
31. म. भा. शान्तिपर्व 217.36
32. म. भा. शान्तिपर्व 288.35
33. म. भा. शान्तिपर्व 303.13
34. म. भा. शान्तिपर्व 303.15
35. म. भा. सभापर्व 51.3
36. म. भा. अनुशासनपर्व 96
37. म. भा. शान्तिपर्व 284.130

उपयुक्तग्रन्थसूची -

1. महाभारत. महर्षि वेद व्यास अनुवादक - साहित्याचार्य पण्डित रामनारायणदत्त शास्त्री पाण्डेय 'राम', गीता प्रेस गोरखपुर-273005 गोविन्द 802 भवन कार्यालय, कोलकत्ता
2. भारत में विज्ञान की उज्जवल परम्परा. सुरेश सोनी अर्चना प्रकाशन, 17-दीनदयाल परिसर ई/2, महावीर नगर, भोपाल - 462016
3. महाभारतकालीन समाज. सुखमय भट्टाचार्य, अनुवादिका - पुष्पा जैन, प्रस्तावना-डाॅ. मोतीचन्द, लोकभारती प्रकाशन 15-ए, महात्मा गांधी मार्ग इलाहाबाद
4. महाभारत मीमांसा. चिन्तामणि विनायक वैद्य, हरियाणा साहित्य अकादमी चण्डीगढ़, प्रथम संस्करण-1990
5. वेद व विज्ञान. स्वामी प्रत्यागात्मानन्द सरस्वती, विश्वविद्यालय प्रकाशन वाराणसी.
6. सस्कृत में विज्ञान. डा. विद्याधर शर्मा गुलेरी, संस्कृत भारती, माता मन्दिर गली, झण्डेवाला, नई दिल्ली – 110055
7. Science in Sanskrit - Sanskrit Bharti New Delhi – 110055