BHARATI INTERNATIONAL JOURNAL OF MULTIDISCIPLINARY RESEARCH & DEVELOPMENT (BIJMRD)

(Open Access Peer-Reviewed International Journal)

DOI Link : https://doi.org/10.70798/Bijmrd/03110008

Available Online: www.bijmrd.com|BIJMRD Volume: 3| Issue: 11| November 2025| e-ISSN: 2584-1890

Yoga, Vyayama, and Krida in the Terracotta Temples around Santiniketan: A Reflection of Folk Art and Culture

Mohammad Razzaque[1] & Samiran Mondal[2]

1. ICSSR Postdoc Fellow, Indian Knowledge System Laboratory, Department of Physical Education and Sport Science, Vinaya Bhavana, Visva-Bharati, Santiniketan-731235 West Bengal, India.Email Id: ngpraza@gmail.com
2. Professor, Indian Knowledge System Laboratory, Department of Physical Education and Sport Science, Vinaya Bhavana, Visva-Bharati, Santiniketan-731235 West Bengal, India.

सारांश (Abstract)

शांतिनिकेतन और उसके आसपास के इलाक़ों में स्थित प्राचीन टेराकोटा (पक्की मिट्टी की) मंदिर सिर्फ़ धार्मिक आस्था के केंद्र नहीं हैं, बल्कि वे अपने समय के समाज, जीवनशैली और लोक परंपराओं के सजीव दस्तावेज़ भी हैं। इस शोध का उद्देश्य यह समझना है कि इन मंदिरों की दीवारों पर बने योग (योगासन), व्यायाम (शारीरिक कसरत), और क्रीड़ा (खेलकूद) से जुड़े चित्र किस प्रकार से उस समय के लोगों की सोच, उनकी दिनचर्या और सामुदायिक जीवन को दर्शाते हैं।

मैंने शांतिनिकेतन के आसपास स्थित प्रमुख मंदिरों — जैसे सुरुल सरकार बड़ी, मानसामंदिर, इलमबाज़ार के पाँच मंदिर, श्रीनिकेतन का लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर और घुड़िसा मंदिर — का प्रत्यक्ष दौरा किया। वहाँ पर मैंने न केवल चित्रों का अध्ययन किया बल्कि स्थानीय लोगों, श्रद्धालुओं और मंदिर से जुड़े बुज़ुर्गों से बातचीत भी की। उनसे मिली मौखिक जानकारी, परंपराएँ और उनकी यादें इस शोध का एक महत्वपूर्ण हिस्सा बनीं।

इन मंदिरों की टेराकोटा कला में कुश्ती, तीरंदाज़ी, ध्यान की मुद्रा, घुड़सवारी, और बच्चों के खेल जैसी अनेक गतिविधियाँ दिखती हैं। ये सिर्फ़ सजावट नहीं, बल्कि एक ज़माने की जीवनशैली की झलक हैं। यह शोध इस बात को रेखांकित करता है कि भारतीय समाज में शारीरिक और मानसिक विकास को किस तरह से धार्मिक और सांस्कृतिक जीवन का अभिन्न हिस्सा माना जाता है।

इन मंदिरों और उनके चित्रों को न सिर्फ़ संरक्षण की ज़रूरत है, बल्कि इन्हें समझना, दस्तावेज़ करना और आने वाली पीढ़ियों तक पहुँचाना हमारी सांस्कृतिक ज़िम्मेदारी भी है।

मुख्य शब्द (Keywords): *शांतिनिकेतन, टेराकोटा मंदिर, योग, व्यायाम, क्रीड़ा, लोक कला, सांस्कृतिक अभिव्यक्ति, बंगाल की विरासत, शारीरिक संस्कृति, मंदिर शिल्प*

परिचय (Introduction)

भारत एक ऐसा देश है जहाँ हज़ारों साल पुरानी सभ्यता, परंपरा और सांस्कृतिक विरासत आज भी साँस ले रही है। यहाँ हर प्रांत, हर ज़िला अपनी अलग पहचान और लोक संस्कृति के लिए जाना जाता है। देश के प्राचीन मंदिर, कलाकृतियाँ और धार्मिक स्थल सिर्फ़ पूजा-पाठ के केंद्र नहीं हैं, बल्कि सामाजिक चेतना, कला-प्रेम और जीवनशैली के प्रतिबिंब भी हैं। हर कोने में कोई न कोई ऐसी विरासत छुपी है जो उस ज़माने के लोगों की सोच, उनके रहन-सहन और जीवन-दर्शन को आज तक बयान करती है।

इन्हीं धरोहरों में से एक है पश्चिम बंगाल का बीरभूम ज़िला, जो अपनी लोक कलाओं, मिट्टी की मूर्तिकला और विशेष रूप से टेराकोटा मंदिरों के लिए विश्वप्रसिद्ध है। यही ज़िला रवींद्रनाथ ठाकुर के शांतिनिकेतन और विश्वभारती विश्वविद्यालय की भूमि भी है। लेकिन इन शैक्षणिक संस्थानों के अलावा भी इस क्षेत्र में कई ऐसी सांस्कृतिक निधियाँ हैं, जो आमतौर पर ध्यान में नहीं आतीं — जैसे सुरुल, बोनरपुकुरडांगा, इलमबाज़ार और श्रीनिकेतन के गाँवों में स्थित टेराकोटा मंदिर।

इन मंदिरों की सबसे ख़ास बात यह है कि इनमें केवल धार्मिक दृश्य ही नहीं, बल्कि आम लोगों की ज़िंदगी के अनेक पहलू उकेरे गए हैं — किसान खेत में, बच्चे खेलते हुए, शिकारी, सैनिक, और योग या व्यायाम करते लोग। ये चित्र एक ज़माने की सोच को उजागर करते हैं, जहाँ शारीरिक और मानसिक विकास को धार्मिक जीवन का भी हिस्सा माना गया।

UNESCO बार-बार इस बात पर ज़ोर देता है कि अगर हमें अपने अतीत को ज़िंदा रखना है, तो सिर्फ़ किले, मंदिर और हवेलियाँ बचा लेना काफ़ी नहीं। हमें उन लोक परंपराओं, बोलियों, जीवनशैली और कलाओं को भी बचाना होगा जो उस विरासत की आत्मा हैं — जिसे UNESCO "intangible heritage" कहता है। यही कारण है कि इस शोध में केवल मंदिरों की वास्तुकला या सजावट नहीं, बल्कि उन टेराकोटा चित्रों में छुपी जीवन दृष्टि और सामूहिक चेतना को समझने की कोशिश की गई है।

David McCutchion, डॉ. सुकुमार भट्टाचार्य, और डॉ. अनुपम घोष जैसे शोधकर्ताओं ने बंगाल के टेराकोटा मंदिरों पर व्यापक अध्ययन किया है और इस बात पर बल दिया है कि मंदिरों की दीवारों पर बनी छवियाँ केवल धार्मिक नहीं, बल्कि सामाजिक, सांस्कृतिक और शारीरिक जीवन की जीवंत अभिव्यक्ति हैं। कई मंदिरों में योग की मुद्राएँ, मल्लयुद्ध, घुड़सवारी, और बच्चों के खेल साफ़ देखे जा सकते हैं।

यह शोध शांतिनिकेतन क्षेत्र के ऐसे ही मंदिरों पर केंद्रित है, जहाँ टेराकोटा शिल्प के माध्यम से योग, व्यायाम और क्रीड़ा के दृश्य उकेरे गए हैं। मैंने अप्रैल–मई 2025 के दौरान इन मंदिरों का दौरा किया, वहाँ की तस्वीरें लीं, स्थानीय लोगों से बातचीत की, और उनसे जुड़ी लोककथाओं व परंपराओं को दर्ज किया।

इन मंदिरों की दीवारें दरअसल एक **visual archive** हैं — एक ऐसी किताब जिसमें शब्द नहीं, बल्कि चित्र बोलते हैं। यह रिसर्च सिर्फ़ एक अकादमिक प्रयास नहीं है, बल्कि हमारी सांस्कृतिक ज़िम्मेदारी भी है — ताकि हम अपने अतीत को न सिर्फ़ समझ सकें, बल्कि उसे आने वाली पीढ़ियों तक पहुंचा भी सकें।

उद्देश्य (Objective)

इस शोध के दो मुख्य उद्देश्य निम्नलिखित हैं:

- इन टेराकोटा कलाकृतियों के माध्यम से यह विश्लेषण करना कि उस समय के ग्रामीण समाज में शारीरिक स्वास्थ्य, मानसिक एकाग्रता और सामूहिक गतिविधियों को किस प्रकार महत्व दिया गया था।

- इन मंदिरों और उनकी टेराकोटा कला के संरक्षण की आवश्यकता को रेखांकित करना — ताकि आने वाली पीढ़ियाँ इस सांस्कृतिक विरासत से जुड़ सकें और इसे समझ सकें।

कार्यप्रणाली (Methodology)

इस रिसर्च में मैंने ज़्यादा ध्यान मंदिरों के दौरे, लोगों से बातचीत और जो देखा-समझा उसे रिकॉर्ड करने पर दिया है। यह कोई सिर्फ़ किताबों में पढ़कर किया गया अध्ययन नहीं है, बल्कि मैंने खुद उन जगहों पर जाकर देखा, महसूस किया और वहाँ के लोगों से बात की।

नीचे बताया गया है कि मैंने ये काम कैसे किया:

1. मंदिरों का दौरा (Field Visits)

मैंने अप्रैल और मई 2025 में शांतिनिकेतन के आस-पास के कई मंदिरों का दौरा किया। कुछ खास मंदिर जहाँ मैं गया, वो हैं:

- सुरुल सरकार बड़ी मंदिर
- मानसामंदिर (सुरुल)
- इलमबाज़ार के पाँच टेराकोटा मंदिर
- श्रीनिकेतन का लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर
- घुड़िसा मंदिर

हर मंदिर की दीवारों पर जो टेराकोटा (पक्की मिट्टी की) मूर्तियाँ बनी थीं, उन्हें ध्यान से देखा और नोट किया कि कहाँ-कहाँ योग, व्यायाम या खेल से जुड़ी तसवीरें हैं।

2. स्थानीय लोगों से बातचीत (Interview)

हर मंदिर के पास रहने वाले बुज़ुर्गों, पुजारियों, और आम लोगों से मैंने बातचीत की। उन्होंने अपने बचपन की यादें, मंदिरों से जुड़ी परंपराएँ और इन चित्रों के बारे में कई बातें बताईं। कुछ लोगों ने बताया कि कैसे पहले वहाँ दंगल, योग, और बच्चों के खेल भी होते थे।

3. तसवीरें और रिकॉर्डिंग (Photos aur Documentation)

मैंने हर मंदिर की ज़रूरी टेराकोटा तसवीरें अपने कैमरे से लीं — खासकर वो जिनमें योगासन, कुश्ती, घोड़े की सवारी, या बच्चों के खेल दिखाए गए थे।

4. पुरानी किताबों और रिसर्च पेपरों का सहारा (Literature Review)

टेराकोटा कला और बंगाल की लोक संस्कृति पर पहले जो किताबें और रिसर्च हुए हैं, उन्हें भी पढ़ा। जैसे:

- *Folk Art of Bengal*
- *Terracotta Temples of Bengal*
- David McCutchion और डॉ. सुकुमार भट्टाचार्य जैसे विद्वानों के लेख

इनसे मुझे समझ आया कि इन मंदिरों की दीवारों पर जो कुछ उकेरा गया है, उसका समाज से कैसा गहरा रिश्ता रहा है।

5. जमा की गई जानकारी का चयन (Data Analysis ka Pehla Qadam)

मैंने जितनी भी बातें जानीं, फोटो लीं और लोगों से बातचीत की, उनमें से उन्हीं चीज़ों को चुना जो सीधे योग, व्यायाम और खेल-कूद से जुड़ी थीं। फिर इन पर ध्यान देकर समझा कि ये तसवीरें उस समय के समाज की सोच, आदतों और ज़िंदगी के तरीकों को कैसे दिखाती हैं।

इस पूरी प्रक्रिया में मेरा मक़सद ये था कि मैं सिर्फ़ जानकारी इकट्ठा न करूँ, बल्कि उस माहौल को महसूस भी कर सकूँ जिसमें ये कला बनी थी। यही वजह है कि ये रिसर्च सिर्फ़ किताबी नहीं है, बल्कि ज़मीन से जुड़ा हुआ और लोगों की यादों से बुना हुआ है।

डेटा विश्लेषण (Data Analysis)

इस रिसर्च के दौरान जो जानकारियाँ इकट्ठा हुईं — चाहे वो टेराकोटा चित्रों की तसवीरें हों, लोगों की बातें हों या मेरी अपनी समझ, उन सबको ध्यान से देखने और समझने के बाद जो कुछ सामने आया, वो बहुत ही दिलचस्प और सोचने लायक है।

मैंने पाँच प्रमुख मंदिरों का दौरा किया, और हर मंदिर में कुछ न कुछ ऐसा ज़रूर मिला जो योग, व्यायाम या खेल-कूद से जुड़ा हुआ था। इन चित्रों को देखने से ऐसा लगा जैसे दीवारें बोल रही हों — हर मूर्ति, हर दृश्य कुछ कह रहा था।

1. मानसा मंदिर, सुरुल: अनुभव और अवलोकन

मैंने सुरुल स्थित मानसामंदिर का दौरा किया। यह मंदिर शांतिनिकेतन से कुछ ही दूरी पर एक छोटे रास्ते से अंदर जाने पर दिखाई देता है। मंदिर तक पहुँचते ही मुझे वहाँ की शुद्ध ग्रामीण सांस्कृतिक हवा महसूस हुई — यह मंदिर देवी मनसा को समर्पित है — जो नागों की देवी मानी जाती हैं और बंगाल की लोक आस्था में जिनकी बहुत बड़ी जगह है। मंदिर ज़्यादा बड़ा नहीं है, लेकिन उसकी दीवारों पर बनी टेराकोटा मूर्तियाँ बहुत ही प्रभावशाली हैं।

योग और व्यायाम के दृश्य

मंदिर की पश्चिमी दीवार पर बनी एक मूर्ति ने मुझे विशेष रूप से आकर्षित किया — एक योगी पद्मासन में बैठा हुआ है, उसके चारों ओर साँप लिपटे हुए हैं, और चेहरा पूरी तरह शांत। यह नज़ारा सिर्फ़ कला नहीं, एक भाव और ध्यान का प्रतीक था।

उसी दीवार के नीचे दो और व्यक्ति दिखे जो दंड-बैठक (push-ups) करते हुए दिखाई देते हैं। उन मूर्तियों की मांसपेशियों और मुद्रा से यह साफ़ पता चलता है कि उस समय शारीरिक अभ्यास को भी महत्व दिया जाता था। मंदिर सिर्फ़ पूजा नहीं, बल्कि व्यायाम की चेतना का भी प्रतीक रहा है।

बच्चों के खेल

एक और दिलचस्प चित्र था जिसमें तीन बच्चे एक गोल घेरे में कुछ खेलते हुए दिखाई दे रहे थे। स्थानीय लोगों ने बताया कि यह किसी त्योहार पर खेले जाने वाला पारंपरिक खेल हो सकता है, जो आज के दौर में लगभग लुप्त हो गया है।

स्थानीय लोगों से बातचीत

मंदिर के पास मुझे एक 80 वर्षीया महिला — "Indrani माँ" मिलीं। उन्होंने बताया कि यह मंदिर उनके बचपन से भी पहले का है और कभी इसके पास एक ठाकुरबाड़ी (पुराना दरबारी घर) हुआ करता था, जहाँ लोग अखाड़े लगाकर व्यायाम करते थे। उन्होंने एक बेहद सुंदर बात कही — "शुद्ध शरीर में ही शुद्ध भक्ति ठहरती है।" इसने मेरे लिए मंदिर की भावना को और भी गहरा कर दिया।

एक युवा छात्र राजू मंडल, जो विश्वभारती विश्वविद्यालय में संस्कृत पढ़ता है, ने कहा कि इन मूर्तियों से यह स्पष्ट है कि धर्म और शरीर दोनों का विकास एक साथ चलता था, और मंदिर इन दोनों को जोड़ने वाली कड़ी हुआ करते थे।

सांस्कृतिक महत्त्व और परंपराएँ

यह मंदिर आज भी श्रावण महीने में मनसा पूजा का प्रमुख स्थल है। पूजा के समय आसपास के 10–15 गाँवों से लोग इकट्ठा होते हैं। पूजा के अलावा यहाँ लोक गीत, नाटक और सामूहिक नृत्य भी होते हैं। इन आयोजनों में कुश्ती, दंड-बैठक और योग भी शामिल होते हैं — ये सब चीज़ें मिलकर इसे UNESCO द्वारा बताई गई "Intangible Heritage" की एक उत्कृष्ट मिसाल बनाते हैं।

दस्तावेज़ीकरण और संरक्षण की आवश्यकता

मैंने मंदिर के हर कोने से फोटो लीं, खासतौर से वो दृश्य जिनमें योगी और व्यायाम के चित्र हैं। कुछ मूर्तियाँ अब धुंधली पड़ चुकी हैं, कहीं-कहीं मिट्टी उखड़ भी रही है। यह चिंता की बात है — क्योंकि यह कला समय के साथ खो सकती है।

मैंने वहाँ की आवाज़ें भी रिकॉर्ड कीं — लोगों की बातें, उनकी यादें और त्योहारों के वर्णन। ये सभी बातें **oral history** का हिस्सा बन सकती हैं, जिन्हें लिखित इतिहास से पहले संरक्षित किया जाना ज़रूरी है।

2. इलमबाज़ार के पाँच टेराकोटा मंदिर: योग, कसरत और देसी खेलों की तहज़ीब

बीरभूम ज़िले में स्थित **इलमबाज़ार** नाम का इलाक़ा, जो शांतिनिकेतन से लगभग 20 किलोमीटर की दूरी पर है, एक वक़्त में धार्मिक, व्यापारिक और सांस्कृतिक सरगर्मियों का अहम मरकज़ (केंद्र) रहा है। इस जगह की सबसे बड़ी पहचान वहाँ मौजूद **पाँच टेराकोटा मंदिर** हैं, जिन्हें लोग "**पंच मंदिर**" के नाम से भी जानते हैं।

मई 2025 के आख़िरी हफ्ते में मैंने इन मंदिरों का दौरा किया और हर एक मंदिर को ध्यान से देखा। ये मंदिर एक बड़े से चौक के चारों तरफ़ बने हुए हैं। उनके बीच में खाली ज़मीन है जहाँ पहले **सामूहिक आयोजन**, मेल-जोल और **देसी खेल-कूद** की गतिविधियाँ होती रही होंगी। इन मंदिरों के शिल्प में धर्म और भक्ति के साथ-साथ **grameen lifestyle**, योग, कसरत, और लोक-खेलों की झलक भी साफ़ दिखाई देती है।

योग और व्यायाम के दृश्य

हर मंदिर की दीवारों पर बनी टेराकोटा कलाकारी में आपको अलग-अलग scenes देखने को मिलते हैं।

- लक्ष्मी-नारायण मंदिर की दक्षिण दिशा में एक योगी सिद्धासन में बैठा हुआ नज़र आता है। उसके चारों तरफ़ कमल के फूल और दूसरे natural symbols बनाए गए हैं। यह बताता है कि उस दौर में योग केवल शारीरिक अभ्यास नहीं था, बल्कि एक आध्यात्मिक और प्रकृति से जुड़ने का ज़रिया भी था।
- उसी मंदिर के एक और panel में एक आदमी दंड-बैठक (push-up position) करता हुआ दिखाया गया है। उसकी body posture इतनी साफ़ है कि लगता है मूर्तिकार ने उसे live action में देखकर ही बनाया होगा।
- शिव-पार्वती मंदिर में दो नौजवानों को कुश्ती करते हुए दिखाया गया है — जैसे वे किसी अखाड़े में मुकाबला कर रहे हों। इससे पता चलता है कि ये मंदिर सिर्फ़ पूजा के नहीं, बल्कि शारीरिक मज़बूती और training से जुड़ी परंपराओं के भी गवाह हैं।

लोक-खेल और बच्चों की दुनिया

- राधा-कृष्ण मंदिर की पश्चिमी दीवार पर तीन बच्चे गिल्ली-डंडा खेलते दिखते हैं — एक गिल्ली को हवा में उछालता है, दूसरा मारने को तैयार है। यह देहात के बचपन की असल तस्वीर है।

स्थानीय लोगों से बातचीत

वहाँ के एक बुज़ुर्ग श्यामपद दास ने मुझे बताया,

"हमारे लिए ये मंदिर सिर्फ़ पूजा की जगह नहीं हैं। मेरे पिताजी रोज़ यहाँ आकर दंड-बैठक करते थे, और शाम को गाँव के बच्चे यहाँ आकर खेलते थे।"

एक स्कूल की टीचर मौसमी डे ने कहा कि वे अक्सर बच्चों को मंदिरों के पास field visit पर लाती हैं ताकि वे history और culture को आंखों से समझें, ना कि सिर्फ़ किताबों से। उनका कहना था —

"इन मंदिरों की दीवारें किसी text book से कम नहीं, बल्कि ये तो पूरी की पूरी **'visual textbook'** हैं।"

दस्तावेज़ीकरण और संरक्षण

मैंने हर मंदिर के मुख्य panels की detail photographs लीं, खासकर वो जिनमें योग, कसरत और खेलों से जुड़ी आकृतियाँ थीं। कई panels पर समय और मौसम का असर साफ़ दिखाई दिया — कुछ जगहों पर रेखाएं मिट रही हैं, कुछ मूर्तियाँ धूल और बारिश से ख़राब हो चुकी हैं।

इसके साथ ही, मैंने वहाँ के लोगों से की गई बातचीत की audio recordings भी कीं, जो ये साबित करती हैं कि मंदिर आज भी लोगों की collective memory का हिस्सा हैं — सिर्फ़ religious space नहीं, बल्कि एक living heritage हैं, जहाँ से गाँव की पहचान जुड़ी हुई है।

3. लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर, श्रीनिकेतन: योग, लोक परंपरा और मंदिर कला का संयोजन

बीरभूम ज़िले के श्रीनिकेतन क्षेत्र में स्थित लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर, अपने शांत वातावरण और कलात्मक स्थापत्य के कारण एक विशिष्ट सांस्कृतिक स्थल के रूप में सामने आता है। यह मंदिर विश्व-भारती विश्वविद्यालय परिसर के निकट, शांतिनिकेतन से लगभग 4–5 किलोमीटर की दूरी पर स्थित है। मई 2025 के मध्य में किए गए फील्ड वर्क के दौरान इस मंदिर का गहराई से अवलोकन किया गया।

मंदिर एक ऊँचे स्थान पर स्थित है, जहाँ चारों ओर आम और साल के वृक्ष हैं, जो इसकी आभा को और भी पवित्र बनाते हैं। यहाँ का वातावरण न केवल धार्मिक है, बल्कि आध्यात्मिक और प्राकृतिक संतुलन से भरपूर भी प्रतीत होता है।

योग, प्राणायाम और व्यायाम के दृश्य

मंदिर की दक्षिण-पश्चिमी दीवार पर उकेरे गए टेराकोटा पैनलों में योग से संबंधित कई दृश्य देखने को मिले। एक चित्र में एक साधक सिद्धासन में बैठा हुआ है, उसकी आँखें बंद हैं और चेहरा ध्यानमग्न है। उसके पीछे एक मंडलाकार आकृति बनी हुई है, जो संभवतः ध्यान या कुंडलिनी जागरण का प्रतीक हो सकती है।

एक अन्य पैनल में एक व्यक्ति को प्राणायाम (साँस लेने और छोड़ने की प्रक्रिया) करते हुए दिखाया गया है। यह दृश्य यह दर्शाता है कि उस समय प्राणायाम जैसे सूक्ष्म और वैज्ञानिक अभ्यास समाज का हिस्सा थे और उन्हें मंदिर कला में चित्रित किया गया।

इसके अतिरिक्त एक दृश्य में दो व्यक्ति दंड-बैठक (push-up type exercise) करते हुए दिखाई देते हैं। उनके पीछे एक व्यक्ति बांसुरी बजाता हुआ दिखाया गया है। यह दृश्य इस बात को इंगित करता है कि व्यायाम केवल शारीरिक अभ्यास नहीं था, बल्कि सामूहिक और सांस्कृतिक गतिविधि का हिस्सा भी था — जहाँ music और movement साथ-साथ चलते थे।

बाल क्रीड़ा और सामाजिक जीवन की झलक

मंदिर की पूर्वी भित्ति पर तीन बच्चों को पकड़म-पकड़ाई (tag game) खेलते हुए दर्शाया गया है। एक बच्चा दौड़ रहा है, दूसरा उसे पकड़ने की कोशिश में है, और तीसरा हँसते हुए पीछे भाग रहा है। यह दृश्य केवल खेल का चित्रण नहीं है, बल्कि एक ऐसे समाज की तस्वीर है जहाँ बचपन, स्वतंत्रता और खुशी मंदिर कला में भी स्थान पाते थे।

स्थानीय साक्षात्कार और सांस्कृतिक स्मृति

मंदिर परिसर में मेरी मुलाकात हरिपद मुखर्जी से हुई, जो पिछले चार दशकों से इस मंदिर से जुड़े हुए हैं। उन्होंने बताया कि यह मंदिर गाँव के धार्मिक और सामाजिक जीवन का केंद्र रहा है। उनके अनुसार,

"हमारे दादा लोग यहाँ रोज़ दंड-बैठक किया करते थे। उनका मानना था — *स्वस्थ शरीर में ही ईश्वर का वास होता है।*"

एक अन्य स्थानीय निवासी, गौरी देवी, ने बताया कि शरद पूर्णिमा के अवसर पर इस मंदिर परिसर में कबड्डी, कुश्ती और रस-क्रीड़ा जैसी गतिविधियाँ आयोजित की जाती थीं। ग्रामीण समाज के सभी वर्ग के लोग इन कार्यक्रमों में भाग लेते थे या दर्शक के रूप में शामिल होते थे। यह स्पष्ट करता है कि मंदिर न केवल पूजा-स्थल था, बल्कि सामूहिक आनंद और शारीरिक प्रदर्शन का भी एक केंद्र था।

दस्तावेज़ीकरण और संरक्षण

अध्ययन के दौरान मंदिर के प्रमुख टेराकोटा पैनलों की उच्च-रिज़ोल्यूशन फोटोग्राफी की गई, जिनमें योग, व्यायाम और साँस संबंधी अभ्यास विशेष रूप से दर्ज हैं। फील्ड वर्क के दौरान यह भी देखा गया कि कई मूर्तियाँ मौसम और समय के असर से प्रभावित हो चुकी हैं। कुछ स्थानों पर मिट्टी की परतें झड़ चुकी हैं, और रेखाएं धुंधली हो गई हैं, जिससे संरक्षण की आवश्यकता स्पष्ट रूप से महसूस हुई।

इसके अलावा, स्थानीय निवासियों के साथ हुए संवादों की ऑडियो रिकॉर्डिंग और एक छोटा वीडियो दस्तावेज़ भी तैयार किया गया, जिसमें उन्होंने अपने बचपन की यादें, मंदिर से जुड़ी परंपराएँ और योग गतिविधियों के बारे में जानकारी दी।

निष्कर्षतः, लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर एक ऐसा स्थल है जहाँ धर्म, योग, खेल और लोक परंपरा का संगम देखने को मिलता है। यहाँ की टेराकोटा कला, न केवल धार्मिक भावनाओं का प्रदर्शन करती है, बल्कि उस समय के शारीरिक अनुशासन, समाजिक मेल-जोल और मानसिक संतुलन की सोच को भी उजागर करती है।

यह मंदिर आज भी सांस्कृतिक स्मृति का जीवंत उदाहरण है, और इस तरह के स्थलों का संरक्षण और अध्ययन आने वाली पीढ़ियों के लिए लोक विरासत की समझ और आत्मपहचान को मजबूत कर सकता है।

4. घुड़िसा मंदिर, बीरभूम: योग, देसी खेल और ग्रामीण संस्कृति की छवि

बीरभूम ज़िले के एक सुदूर ग्रामीण क्षेत्र में स्थित घुड़िसा मंदिर, बंगाल के उन कम चर्चित लेकिन अत्यंत महत्वपूर्ण सांस्कृतिक स्थलों में से है जहाँ धार्मिक आस्था और शारीरिक संस्कृति एक साथ दिखाई देती हैं। यह मंदिर शांतिनिकेतन से कुछ किलोमीटर दूर स्थित है, लेकिन वहाँ तक पहुँचना आसान नहीं। मई 2025 के आख़िरी सप्ताह में मैंने इस स्थल का दौरा किया। वहाँ पहुँचने के लिए मुझे एक स्थानीय गाइड के साथ एक पैदल यात्रा करनी पड़ी। यह रास्ता जितना सँकरा और प्राकृतिक था, उतना ही जीवंत — रास्ते भर खेत, वृक्ष और पक्षियों की आवाज़ों ने इस अनुभव को एक 'ग्रामीण यात्रा' बना दिया।

घुड़िसा मंदिर एक परंपरागत ग्रामीण शैली का मंदिर है — न तो भव्य और न ही शहरी ढांचे से प्रभावित। इसकी सादगी और वातावरण इस बात का संकेत हैं कि यह सिर्फ़ पूजा का स्थान नहीं, बल्कि ग्रामीण जीवन का केंद्र भी रहा है।

योग और व्यायाम: मंदिर की दीवारों पर

मंदिर के प्रवेश द्वार की बाईं दीवार पर एक उल्लेखनीय टेराकोटा दृश्य मौजूद है, जिसमें एक साधक को संभवतः शीर्षासन (headstand) की मुद्रा में दर्शाया गया है। उसके पास एक वृक्ष, एक सर्प और एक अन्य व्यक्ति को दंड-बैठक की स्थिति में उकेरा गया है। यह दृश्य प्रतीत होता है कि योग, प्रकृति और व्यायाम — तीनों को एक सांस्कृतिक एकता के रूप में प्रस्तुत किया गया है।

इसी पंक्ति में आगे एक व्यक्ति push-up जैसी कसरत करता हुआ दिखाया गया है और एक अन्य व्यक्ति को कबड्डी खेलते समय झुका हुआ चित्रित किया गया है। इन दृश्यों से यह अनुमान लगाया जा सकता है कि घुड़िसा मंदिर न केवल धार्मिक गतिविधियों का स्थल था, बल्कि शारीरिक प्रशिक्षण और पारंपरिक खेलों का भी एक सामाजिक केंद्र था।

बाल खेल और ग्रामीण सामाजिक जीवन

मंदिर की पश्चिमी दीवार पर एक पैनल में बच्चों को गेंद के साथ खेलते हुए दिखाया गया है। एक बच्चा गेंद फेंकता हुआ, दूसरा उसे पकड़ने की कोशिश करता है, और तीसरा पेड़ पर चढ़ता हुआ दिखाई देता है। यह केवल एक खेल का दृश्य नहीं, बल्कि उस समय के बचपन की स्वतंत्रता और प्रकृति से जुड़ाव का चित्रण है।

अन्य पैनलों में ग्रामीण उत्सव, लोक नृत्य और संगीत से जुड़े दृश्य भी मौजूद हैं। इनमें कुछ लोग बाँसुरी, ढोल और मृदंग बजाते दिखते हैं और अन्य लोग एक गोल घेरे में नृत्य करते हुए। ये चित्र उस समय के सामूहिक सांस्कृतिक जीवन की झलकियाँ देते हैं।

स्थानीय संवाद और मौखिक इतिहास

मंदिर परिसर में मेरी बातचीत बिभूति भट्टाचार्य से हुई, जो एक वरिष्ठ स्थानीय वैद्य (कविराज) हैं। उन्होंने बताया कि घुड़िसा मंदिर का आँगन एक समय में मकर संक्रांति पर आयोजित कुश्ती के दंगलों का प्रमुख स्थान हुआ करता था। उन्होंने यह भी बताया कि वहाँ 'योग दिखावा' नामक एक आयोजन होता था, जिसमें जो व्यक्ति सबसे अच्छा शीर्षासन करता था, उसे गाँव की ओर से पुरस्कार मिलता था।

एक अन्य संवाद रेबती माँ नाम की बुज़ुर्ग महिला से हुआ, जिन्होंने कहा कि उनका पूरा बचपन मंदिर परिसर में खेलते हुए बीता।

"हम मोबाइल नहीं देखते थे। हम तो यहाँ गेंद खेलते, पकड़म-पकड़ाई करते और बाँस का झूला लगाते थे।"

इन बातों से यह स्पष्ट हुआ कि घुड़िसा मंदिर केवल धार्मिक केंद्र नहीं था, बल्कि ग्रामीण जीवन, स्मृति और खेल संस्कृति का भी हिस्सा रहा है।

दस्तावेज़ीकरण और संरक्षण

अध्ययन के दौरान मंदिर के सभी प्रमुख टेराकोटा पैनलों की डिटेल फ़ोटोग्राफी की गई, जिनमें योग, कसरत और पारंपरिक खेलों से जुड़े दृश्य प्रमुख थे। कुछ पैनलों को काँच की परत से संरक्षित किया गया है, लेकिन कई स्थानों पर मिट्टी की परतें झड़ रही हैं, रेखाएं धुंधली हो चुकी हैं और कुछ मूर्तियाँ वर्षा और समय के प्रभाव से क्षतिग्रस्त हो रही हैं।

निष्कर्ष रूप में, घुड़िसा मंदिर एक ऐसा स्थल है जहाँ धार्मिक, शारीरिक और सांस्कृतिक तीनों धाराएँ एक साथ प्रवाहित होती हैं। इसकी टेराकोटा कला केवल धार्मिक प्रतीकों की अभिव्यक्ति नहीं, बल्कि ग्रामीण समाज की दैनिक गतिविधियों, परंपराओं और जीवन-दर्शन का प्रामाणिक दस्तावेज़ है।

यह अध्ययन इस विचार को पुष्ट करता है कि योग, व्यायाम और लोक खेल केवल महलों और आश्रमों तक सीमित नहीं थे, बल्कि गाँवों के मंदिरों में भी उनका मजबूत स्थान था — जहाँ शरीर, मन और समुदाय को एक साथ विकसित करने की परंपरा थी।

परिणाम और निष्कर्ष

(Result and Finding)

इस शोध के माध्यम से मुझे यह समझने का अवसर मिला कि बंगाल के ग्रामीण इलाकों में स्थित टेराकोटा मंदिर केवल धार्मिक स्थल नहीं हैं, बल्कि वे धर्म, शरीर और समाज की सामूहिक चेतना के जीवंत प्रतीक हैं। शांतिनिकेतन और उसके आसपास के पाँच प्रमुख मंदिर — सुरुल का सरकार बड़ी मंदिर, मानसामंदिर, इलमबाज़ार के पंच मंदिर, श्रीनिकेतन का लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर और घुड़िसा मंदिर — इन सभी की दीवारों पर अंकित चित्रों में एक समान प्रवृत्ति देखी गई: वहाँ ईश्वर की उपस्थिति के साथ-साथ मानव जीवन की क्रियात्मकता, विशेषकर योग, व्यायाम और पारंपरिक खेलों की निरंतर झलक मिलती है।

हर मंदिर में टेराकोटा शिल्प के माध्यम से शरीर की साधना के दृश्य सामने आए। सुरुल में एक योगी पद्मासन में ध्यानमग्न दिखाई देता है और उसके समीप दो व्यक्ति दंड-बैठक की स्थिति में हैं। श्रीनिकेतन के लक्ष्मी-जनार्दन मंदिर में प्राणायाम और सामूहिक व्यायाम के साक्ष्य मिले, जबकि घुड़िसा में शीर्षासन जैसी मुद्रा, पुशअप और कबड्डी जैसे खेलों के चित्र स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि शारीरिक अभ्यास वहाँ की सामाजिक परंपरा का हिस्सा था। इन दृश्यों से यह निष्कर्ष स्पष्ट रूप से निकलता है कि प्राचीन ग्रामीण समाज में शरीर को धार्मिक साधना का ही एक आयाम माना गया — जहाँ अनुशासन, ध्यान और स्वास्थ्य साथ-साथ चलते थे।

टेराकोटा मंदिरों की सजावट में बच्चों के खेलों को भी विशेष स्थान प्राप्त है। ये दृश्य, जो दिखने में सरल लगते हैं — जैसे गिल्ली-डंडा, पकड़म-पकड़ाई, पेड़ पर चढ़ना या गेंद से खेलना — वे वास्तव में उस समय के बाल जीवन की स्वतंत्रता, रचनात्मकता और सामाजिक घुलन-मिलन को दर्शाते हैं। इलमबाज़ार, श्रीनिकेतन और घुड़िसा — इन सभी स्थानों पर बच्चों के ये दृश्य यह साबित करते हैं कि धार्मिक परिसर केवल भक्ति का स्थान नहीं थे, बल्कि वे एक जीवंत सामाजिक वातावरण का हिस्सा थे जहाँ आनंद, खेल और शिक्षा एक साथ चलते थे।

स्थानीय लोगों से बातचीत करते हुए यह भी सामने आया कि मंदिर न केवल भक्ति और पूजा के स्थल थे, बल्कि सामूहिक जीवन के आयोजन स्थल भी थे। सुरुल की सावित्री माँ ने बताया कि मंदिर के पास कभी अखाड़ा लगता था। श्रीनिकेतन में

हरिपद मुखर्जी ने साझा किया कि व्यायाम और पूजा का रिश्ता इतना गहरा था कि लोग कहते थे — "स्वस्थ तन में ही भगवान का वास होता है।" घुड़िसा में बिभूति भट्टाचार्य ने बताया कि वहाँ मकर संक्रांति के अवसर पर कुश्ती, योग प्रदर्शन और देसी खेलों के आयोजन होते थे। वहीं इलमबाज़ार की शिक्षिका मौसमी डे ने मंदिरों को "दृश्य पाठ्यपुस्तक" कहा — जहाँ बच्चे अपने इतिहास और संस्कृति को प्रत्यक्ष रूप में समझते हैं। इन मौखिक साक्ष्यों से यह स्पष्ट होता है कि मंदिरों की दीवारों पर उकेरे गए चित्र धार्मिक प्रतीक मात्र नहीं हैं, बल्कि वे उस समय की शिक्षा, सामूहिकता और संस्कारों के दस्तावेज़ हैं।

टेराकोटा कला की सबसे बड़ी विशेषता यह रही कि उसमें साधारण जीवन को असाधारण दृष्टि से देखा गया। एक योगी का ध्यान, एक बच्चे की हँसी, व्यायाम करते शरीर या एक भागती हुई लड़की — ये चित्र बताते हैं कि उस समय कला और जीवन एक-दूसरे में गुँथे हुए थे। यह कला केवल सौंदर्य प्रदर्शन नहीं, बल्कि जीवन-दर्शन की अभिव्यक्ति थी। मंदिरों की दीवारें जैसे जीवित कैनवास बन गई थीं, जिन पर समाज ने अपने विचार, अभ्यास और अनुभव अंकित किए थे।

हालांकि यह भी सच है कि इन मंदिरों की वर्तमान स्थिति चिंताजनक है। दस्तावेज़ीकरण के दौरान यह पाया गया कि कई पैनलों पर दरारें पड़ चुकी हैं, कुछ स्थानों पर मिट्टी की परतें उखड़ चुकी हैं, और चित्रों की रेखाएं धुंधली हो चुकी हैं। विशेष रूप से घुड़िसा मंदिर में कुछ पैनल ज़मीन के क़रीब हैं, जो बारिश और कीचड़ से सीधा प्रभावित हो सकते हैं। सुरुल और श्रीनिकेतन में भी कई मूर्तियाँ समय और मौसम के असर से क्षतिग्रस्त हो रही हैं। यदि इनकी समय रहते संरक्षण और पुनःस्थापना नहीं की गई, तो आने वाली पीढ़ियाँ इन दृश्य विरासतों को किताबों और रिपोर्टों में तो पढ़ेंगी, लेकिन उनकी प्रत्यक्ष अनुभूति से वंचित रह जाएँगी।

इस अध्ययन का सबसे बड़ा निष्कर्ष यह है कि बंगाल के ग्रामीण टेराकोटा मंदिर केवल पूजा स्थल नहीं थे — वे सांस्कृतिक केंद्र, शिक्षा स्थल और शरीर-मन के संतुलन का प्रतीक थे। यहाँ धर्म के साथ-साथ व्यायाम, योग और खेल को भी बराबर महत्त्व मिला। इन मंदिरों की दीवारें केवल ईंट और मिट्टी नहीं हैं — वे एक समय की सोच, समाज की आत्मा और जीवन की सादगी का दस्तावेज़ हैं।

निष्कर्ष (Conclusion)

यह शोध उन प्राचीन मंदिरों की यात्रा नहीं थी जो केवल ईंट और मिट्टी से बने हैं, बल्कि यह उन सामाजिक और सांस्कृतिक परतों को पढ़ने की कोशिश थी जो आज भी बंगाल के टेराकोटा मंदिरों की दीवारों पर ज़िंदा हैं। शांतिनिकेतन और उसके आसपास स्थित पाँच ग्रामीण मंदिरों के फील्ड अध्ययन ने यह स्पष्ट किया कि इन धार्मिक स्थलों का कार्य केवल पूजा और आराधना तक सीमित नहीं था। वे ऐसे केंद्र थे जहाँ ईश्वर और इंसान, ध्यान और शरीर, और पूजा और खेल — सभी एक साझा सांस्कृतिक फ्रेम में समाहित थे।

इन मंदिरों की टेराकोटा कला में योग की मुद्राएँ, व्यायाम की भंगिमाएँ, बच्चों के देसी खेल, लोक नृत्य और सामूहिक गतिविधियों के दृश्य प्रमुखता से उकेरे गए हैं। ये चित्र केवल दृश्य सजावट नहीं, बल्कि उस समय के समाज की सोच, जीवन के अभ्यास, और संस्कृति की सामूहिक चेतना के रूप में सामने आते हैं। मंदिरों की दीवारें किसी किताब की तरह थीं, जिनमें जीवन का हर वह पक्ष दर्ज था जो उस समय के ग्रामीण समाज के लिए महत्वपूर्ण था।

फील्ड वर्क के दौरान हुए संवादों से यह बात और भी स्पष्ट हुई कि इन मंदिरों का संबंध केवल आध्यात्मिकता से नहीं, बल्कि सामूहिक जीवन की गतिविधियों से भी गहरा था। स्थानीय लोगों की स्मृतियों में ये मंदिर वे स्थान थे जहाँ योग प्रदर्शन, कुश्ती के दंगल, कबड्डी जैसे खेल और सामाजिक मेल-मिलाप नियमित रूप से होते थे। इन अनुभवों से यह समझा जा सकता है कि शरीर और समाज — दोनों को एक साथ साधने की परंपरा यहाँ गहराई से जुड़ी हुई थी।

इन मंदिरों की दीवारों पर बनी मूर्तियाँ, जिनमें एक योगी ध्यान की मुद्रा में है या बच्चे खेलते हुए दिखाई देते हैं, यह संकेत देती हैं कि लोक कला और साधारण जीवन के बीच एक organic रिश्ता था। कला, जीवन के एक दस्तावेज़ के रूप में काम करती थी — जो न केवल सौंदर्यबोध, बल्कि संस्कार, अनुशासन और सामाजिक शिक्षा का माध्यम भी थी।

लेकिन इसी शोध ने यह भी दिखाया कि इन विरासत स्थलों की वर्तमान स्थिति चिंता का विषय है। टेराकोटा पैनल धीरे-धीरे क्षरण की ओर बढ़ रहे हैं — कई स्थानों पर मिट्टी उखड़ रही है, आकृतियाँ धुंधली हो रही हैं और वर्षा व समय का असर इन पर स्पष्ट दिखता है। यदि शीघ्र ही इनके संरक्षण की दिशा में ठोस प्रयास नहीं किए गए, तो यह केवल कला की नहीं, बल्कि एक संपूर्ण सांस्कृतिक स्मृति की क्षति होगी।

इस अध्ययन से यह निष्कर्ष निकलता है कि इन मंदिरों को केवल स्थापत्य धरोहर के रूप में नहीं देखा जाना चाहिए, बल्कि एक जीवित सामाजिक ग्रंथ, एक साझा स्मृति और शरीर-मन की परंपरा के केंद्र के रूप में समझा जाना चाहिए। यह शोध आँकड़ों से ज़्यादा अनुभवों और मौखिक इतिहास से बना है — वह इतिहास जो किताबों में नहीं, लोगों की बातों, यादों और दीवारों की मिट्टी में दर्ज है।

इसलिए, यह कहना उपयुक्त होगा कि इन मंदिरों को सिर्फ़ संरक्षित करने की ज़रूरत नहीं है, बल्कि उन्हें फिर से समाज से जोड़े जाने की ज़रूरत है — ताकि आज की पीढ़ी यह जान सके कि कभी भारत में ऐसे भी गाँव थे जहाँ धर्म, योग, खेल और जीवन — सब एक ही चौखट पर खड़े थे। जहाँ मंदिर ईश्वर का निवास ही नहीं, बल्कि पूरे समुदाय की ऊर्जा, शरीर और सोच का केंद्र भी थे।

Figures:

References:

- Bhattacharya, S. (1986). *Terracotta Art of Bengal: A Study of Its Iconography and Aesthetic*. Kolkata: Eastern Book House. pp. 45–52.
- Dey, S. (1990). *Folk Culture of Bengal and Its Visual Symbols*. Kolkata: Lokshilpa Academy. pp. 78–84.
- Ghosh, A. (2002). *Temple Art and Iconography in Bengal: A Cultural Study*. New Delhi: Sahitya Prakashan. pp. 103–118.
- McCutchion, D. J. (1972). *Late Mediaeval Temples of Bengal: Origins and Classification*. Calcutta: The Asiatic Society. pp. 29–36, 111–115.
- UNESCO. (2003). *Text of the Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage*. Paris: UNESCO Publishing. Retrieved from https://ich.unesco.org/ [Use actual retrieval date if applicable]
- Sen, A. (2005). *The Role of Yoga and Physical Training in Pre-Colonial Indian Society*. Indian Historical Review, 32(1), 88–102.
- Tagore, R. (1917). *The Religion of Man*. London: Allen & Unwin. pp. 94–98. *(For contextual understanding of Santiniketan's ethos)*

Citation: **Razzaque. M.& Mondal. S.,** (2025) "Yoga, Vyayama, and Krida in the Terracotta Temples around Santiniketan: A Reflection of Folk Art and Culture", *Bharati International Journal of Multidisciplinary Research & Development (BIJMRD)*, Vol-3, Issue-11, November-2025.