



INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

मोक्ष-साधना में पातंजल योगदर्शन में वर्णित क्रियायोग की तत्वमीमांसा एवं अनिवार्यता

Nitesh Arya

(Research Scholar)

Department of Yoga

Maharaja Agrasen Himalayan Garhwal University, Uttarakhand

Dr. Vikas Arya

(Assistant Professor)

Department of Yoga

Maharaja Agrasen Himalayan Garhwal University, Uttarakhand.

सारांश (Abstract)

भारतीय दर्शन परंपरा का चरम लक्ष्य 'मोक्ष' या 'कैवल्य' की प्राप्ति है, जिसे सर्वकालिक दुखनिवृत्ति माना गया है। पातंजल योगदर्शन का केंद्रीय सिद्धांत 'चित्तवृत्तिनिरोधः' है, जिसे सिद्ध करने के लिए समाधिपाद में 'अभ्यास' और 'वैराग्य' का विधान है। किंतु, यह उच्च मार्ग केवल तीव्र संवेग वाले साधकों के लिए सुलभ है।¹ सांसारिक विक्षेपों, चंचलता और अशुद्धियों से घिरे मध्यम एवं मंद श्रेणी के साधकों के लिए साधनपाद का 'क्रियायोग' (तप, स्वाध्याय और ईश्वरप्रणिधान) मोक्ष-साधना की अनिवार्य पूर्वपीठिका बनता है। तत्वमीमांसीय दृष्टि: योग दर्शन की पुरुष-प्रकृति द्वैतवादी तत्वमीमांसा के अनुसार, अविद्या जनित 'संयोग' ही बंधन का कारण है, जिससे चित्त में पंचक्लेश (अविद्या, अस्मिता, राग, द्वेष, अभिनिवेश) उत्पन्न होते हैं। क्रियायोग इन क्लेशों पर सीधा आघात कर इन्हें 'तनूकृत' (क्षीण) करता है।² मोक्ष में अनिवार्यता: 'तप' के बिना चित्त और इंद्रियों की अशुद्धि का क्षय असंभव है; 'स्वाध्याय' सात्विक बुद्धि का विकास कर 'विवेकख्याति' (पुरुष-प्रकृति भेदज्ञान) का मार्ग प्रशस्त करता है; तथा 'ईश्वरप्रणिधान' व्यष्टि अहंकार का विसर्जन कर नए कर्माशयों और संस्कारों के चक्र को तोड़ देता है। क्रियायोग अष्टांगयोग से पृथक् कोई मार्ग नहीं, बल्कि उसकी आधारशिला है।³ इसके बिना संसारी चित्त का समाधि की योग्यता प्राप्त करना और अंततः मोक्ष (कैवल्य) तक पहुँच पाना सर्वथा असंभव है। अतः मोक्ष-साधना के व्यावहारिक क्रियान्वयन में क्रियायोग की तत्वमीमांसीय अनिवार्यता अकाट्य है।

कुंजी शब्द (Keywords) : पातंजल योगदर्शन, क्रियायोग, तप, स्वाध्याय, ईश्वर प्रणिधान, कैवल्य

प्रस्तावना (Introduction)

भारतीय दर्शन परंपरा का चरम लक्ष्य 'मोक्ष' या 'अपवर्ग' की प्राप्ति है, जिसे आत्यंतिक और सर्वकालिक दुखनिवृत्ति के रूप में परिभाषित किया गया है। षड्दर्शनों में सांख्य और योग दर्शन का तत्वमीमांसीय ढांचा अत्यंत सुदृढ़ और व्यावहारिक है।⁴ जहाँ सांख्य दर्शन मुख्य रूप से विवेक-ज्ञान (सैद्धांतिक बोध) पर बल देता है, वहीं महर्षि पतंजलि प्रणीत 'पातंजल योगदर्शन' उस ज्ञान को व्यावहारिक धरातल पर क्रियान्वित करने का मार्ग प्रशस्त करता है।

योग दर्शन का मूल उद्देश्य 'चित्तवृत्तिनिरोधः' है, जिसके लिए समाधिपाद में 'अभ्यास' और 'वैराग्य' को प्राथमिक साधन माना गया है।⁵ किंतु यह उच्च मार्ग केवल तीव्र संवेग वाले उच्च कोटि के (उत्कृष्ट) साधकों के लिए ही सुलभ है। मध्यम और मन्द श्रेणी के साधकों के लिए, जो सांसारिक विक्षेपों और व्यावहारिक अशुद्धियों से घिरे हैं, महर्षि पतंजलि ने साधनपाद के प्रारंभ में 'क्रियायोग' का प्रतिपादन किया है। प्रस्तुत शोध पत्र में मोक्ष-साधना के संदर्भ में क्रियायोग (तप, स्वाध्याय, ईश्वरप्रणिधान) की अंतर्निहित तत्वमीमांसा का विश्लेषण करना तथा कैवल्य (मोक्ष) की प्राप्ति में इसकी अपरिहार्य अनिवार्यता को सिद्ध करना मुख्य अभिप्रेत है।⁶

क्रियायोग का स्वरूप: सूत्रपरक विश्लेषण

पातंजल योगसूत्र के साधनपाद का सूत्रपात ही क्रियायोग के लक्षण से होता है:

तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः।⁷

महर्षि पतंजलि कर्म की दार्शनिक व्याख्या करते हुए इसे तीन अंगों में विभक्त करते हैं, जो मानव चेतना के तीनों आयामों क्रियात्मक, बौद्धिक, और भावनात्मक का प्रतिनिधित्व करते हैं:

1. **तप :** काया और इंद्रियों को द्वंद्वों को सहने के योग्य बनाना। व्यासभाष्य के अनुसार, तप वह है जो चित्त की अशुद्धि का क्षय करता है।
2. **स्वाध्याय :** मोक्षशास्त्रों का अध्ययन तथा प्रणव (ॐ) आदि पवित्र मंत्रों का जप, जो चित्त को अंतर्मुखी कर 'स्व' के वास्तविक स्वरूप को समझने में सहायक बनता है।
3. **ईश्वरप्रणिधान :** अपनी समस्त क्रियाओं और उनके फलों को उस विशेष पुरुष (ईश्वर) को समर्पित कर देना। यह भक्तिपरक कर्मयोग है जो साधक के व्यष्टि-अहंकार को समष्टि-चेतना में विलीन करता है।

क्रियायोग की तत्वमीमांसा

क्रियायोग की तत्वमीमांसा को समझे बिना मोक्ष-साधना में इसकी उपयोगिता को नहीं समझा जा सकता। योगदर्शन द्वैतवादी तत्वमीमांसा को स्वीकार करता है, जिसके केंद्र में दो अनादि तत्व हैं; पुरुष और प्रकृति। तत्वमीमांसीय दृष्टि से 'पुरुष' नित्य, शुद्ध, बुद्ध और असंग है।⁸ 'प्रकृति' त्रिगुणात्मक (सत्त्व, रज, तम) है और जड़ है। पुरुष जब प्रकृति के आदि-विकार 'बुद्धि' या 'चित्त' के साथ स्वयं का तादात्म्य स्थापित कर लेता है, तो वह बंधन में बंध जाता है। इस तादात्म्य का मूल कारण 'अविद्या' है। दृष्टा (पुरुष) और दृश्य (चित्त/प्रकृति) का यह भ्रामक संयोग ही समस्त दुखों की जननी है।⁹ महर्षि पतंजलि क्रियायोग के तत्वमीमांसीय प्रयोजन को स्पष्ट करते हुए कहते हैं:

समाधिभावनार्थः क्लेशतनूकरणार्थश्च।¹⁰

अर्थात् क्रियायोग का उद्देश्य चित्त में समाधि की योग्यता उत्पन्न करना और 'क्लेशों' को तनूकृत (क्षीण) करना है। तत्वमीमांसा के धरातल पर ये क्लेश (अविद्या, अस्मिता, राग, द्वेष, अभिनिवेश) ही जीव को जन्म-मरण और कर्म-संस्कारों के चक्र (कर्मासय) में बांधकर रखते हैं।¹¹

- **अविद्या** मूल अज्ञान है जो जड़ को चेतन और अनित्य को नित्य मानती है।¹²
- **अस्मिता** पुरुष और चित्त की एकात्मता है।¹³
- **राग-द्वेष** प्रकृति के अनुकूल-प्रतिकूल भोगों के प्रति आकर्षण और विकर्षण हैं।¹⁴
- **अभिनिवेश** शरीर के प्रति मोह और मृत्यु का भय है।¹⁵

क्रियायोग इन क्लेशों पर सीधा आघात करता है। जब तक ये क्लेश चित्त में 'उदार' या 'विच्छिन्न' अवस्था में सक्रिय हैं, तब तक विवेकख्याति (सांख्य-योग का परम ज्ञान) असंभव है। क्रियायोग इन्हें 'तनु' (पुनः जाग्रत न होने योग्य सूक्ष्म अवस्था) में बदल देता है।¹⁶

मोक्ष-साधना में क्रियायोग की अनिवार्यता

योगदर्शन में मोक्ष को 'कैवल्य' कहा गया है, जिसका अर्थ है पुरुष का प्रकृति के बंधनों से सर्वथा पृथक् होकर अपने मूल स्वरूप में प्रतिष्ठित हो जाना (स्वरूपप्रतिष्ठा)। इस चरम लक्ष्य की प्राप्ति के लिए क्रियायोग की अनिवार्यता को निम्नलिखित बिंदुओं के माध्यम से सिद्ध किया जा सकता है: बिना अशुद्धि-क्षय के चित्त स्थिर नहीं हो सकता। सामान्य मानव का चित्त 'क्षिप्त' या 'मूढ़' अवस्था में रहता है।¹⁷ क्रियायोग का 'तप' रजोगुण और तमोगुण जनित अशुद्धियों को जला देता है। जिस प्रकार अग्नि में तपकर स्वर्ण शुद्ध होता है, उसी प्रकार तप से इंद्रियां और अंतःकरण शुद्ध होते हैं, जिसके बिना 'अष्टांग योग' के उच्च अंगों (धारणा, ध्यान, समाधि) में प्रवेश सर्वथा वर्जित या असंभव है। मोक्ष का साक्षात् साधन 'विवेकख्याति' (प्रकृति और पुरुष का पृथक्-पृथक् स्पष्ट बोध) है। किंतु विवेक का यह प्रकाश तब तक आवृत रहता है, जब तक अज्ञान का पर्दा न हटे। 'स्वाध्याय' के द्वारा बुद्धि सूक्ष्म और सात्विक बनती है। सात्विक बुद्धि ही पुरुष के प्रतिबिम्ब को सही रूप में ग्रहण करने में सक्षम होती है। अतः विवेकज्ञान की पृष्ठभूमि तैयार करने के लिए क्रियायोग अनिवार्य है। मनुष्य जो भी कर्म करता है, उसका कर्माशय चित्त में संचित होता रहता है। मोक्ष के लिए इस कर्माशय का समूल नाश अनिवार्य है। क्रियायोग का तीसरा अंग 'ईश्वरप्रणिधान' इसमें महती भूमिका निभाता है। जब साधक 'कृष्णार्पणमस्तु' या ईश्वर को सब कर्म सौंप देता है, तो नए कर्मों के बीज (संस्कार) निर्मित नहीं होते। निष्काम कर्म की यह पराकाष्ठा कर्माशय के प्रवाह को रोक देती है, जो मोक्ष की अनिवार्य शर्त है।

क्रियायोग और अष्टांगयोग का अंतर्संबंध

एक दार्शनिक संशय यह उत्पन्न हो सकता है कि यदि मोक्ष के लिए आठ अंगों वाला 'अष्टांगयोग' (यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान, समाधि) वर्णित है, तो क्रियायोग की पृथक् से क्या अनिवार्यता है? तत्वमीमांसीय विश्लेषण से स्पष्ट होता है कि क्रियायोग कोई भिन्न मार्ग नहीं, बल्कि अष्टांगयोग के 'नियम' (नियम के अंतर्गत ही तप, स्वाध्याय और ईश्वरप्रणिधान आते हैं) का ही क्रियात्मक विस्तार है। पतंजलि ने साधनपाद में इसे पहले इसलिए रखा क्योंकि यह अष्टांगयोग की 'प्रवेशिका' है।¹⁸

पातंजल योगदर्शन के अंतर्गत क्रियायोग और अष्टांगयोग एक-दूसरे से भिन्न या पृथक् मार्ग नहीं हैं, बल्कि वे आपस में गहरे रूप से अंतर्संबंधित हैं। क्रियायोग वास्तव में अष्टांगयोग के 'नियम' नामक दूसरे अंग का ही एक विशिष्ट और क्रियात्मक विस्तार है। जहाँ सामान्य नियमों का क्षेत्र वैयक्तिक सदाचार के पांच अंगों (शौच, संतोष, तप, स्वाध्याय, ईश्वरप्रणिधान) तक व्यापक है, वहीं क्रियायोग विशेष रूप से कर्म-प्रधान तीन अंगों (तप, स्वाध्याय और ईश्वरप्रणिधान) को अपने भीतर समाहित करता है। इन दोनों के मुख्य उद्देश्यों में भी एक सूक्ष्म और गहरा दार्शनिक अंतर दिखाई देता है; जहाँ सामान्य नियमों का प्राथमिक लक्ष्य साधक के भीतर सामान्य चरित्र और नैतिक अनुशासन का निर्माण करना है, वहीं क्रियायोग का विशिष्ट लक्ष्य सीधे तौर पर साधक के अंतःकरण में बैठे पंचक्लेशों का क्षय करना और उसमें समाधि की उच्चतम योग्यता को जाग्रत करना है। इसके अतिरिक्त, यदि साधक की मानसिक अवस्था की दृष्टि से देखा जाए, तो सामान्य नियम स्थिर और पहले से तैयार चित्त वाले साधकों के लिए सहायक होते हैं, जबकि क्रियायोग विशेष रूप से उन सांसारिक मनुष्यों के चंचल, विक्षिप्त और अशांत चित्त के रूपांतरण के लिए तैयार किया गया है जो गृहस्थ या व्यावहारिक जीवन में सक्रिय हैं। अतः यह स्पष्ट होता है कि क्रियायोग वह अनिवार्य व्यावहारिक सेतु है, जो एक साधारण और अशांत मानव को अष्टांगयोग की गहन साधना के योग्य बनाता है और इस प्रकार यह मोक्ष-साधना की सुदृढ़ आधारशिला के रूप में कार्य करता है। अतः क्रियायोग वह व्यावहारिक सेतु है जो एक संसारी, अशांत और विक्षिप्त चित्त वाले साधक को अष्टांगयोग की साधना के योग्य बनाता है। इसके बिना साधना की ऊर्ध्वगति असंभव है।¹⁹

निष्कर्ष (Conclusion)

पातंजल योगदर्शन में वर्णित क्रियायोग केवल शारीरिक क्रियाओं या धार्मिक अनुष्ठानों का समुच्चय नहीं है, बल्कि यह एक सुदृढ़ तत्वमीमांसीय सिद्धांतों पर आधारित आध्यात्मिक चिकित्सा पद्धति है। यह सांख्य की शुष्क तार्किकता को जीवंत अनुभूति में परिवर्तित करता है। मोक्ष-साधना में इसकी अनिवार्यता अचूक है; क्योंकि यह मानव के व्यावहारिक धरातल की अशुद्धियों को 'तप' से गलाता है, 'स्वाध्याय' से आत्म-बोध का मार्ग प्रकाशित करता है, और 'ईश्वरप्रणिधान' से मुमुक्षु (मोक्ष की इच्छा रखने वाले) के व्यष्टि अहंकार को विसर्जित करता है। क्लेशों के तनूकरण से लेकर समाधि की प्राप्ति तक की यात्रा में क्रियायोग आदि से अंत तक सक्रिय रहता है। संक्षेप में, कैवल्य या मोक्ष रूपी प्रासाद की नींव महर्षि पतंजलि के इस क्रियायोग पर ही टिकी है।

संदर्भ सूची (References)

- 1 पतंजलि. (2015). पातंजलयोगप्रदीप. (स्वामी ओमानन्द तीर्थ, टीकाकार). गोरखपुर: गीता प्रेस, पृष्ठ : 140
- 2 व्यास, महर्षि. (2010). पातंजलयोगसूत्रम् (व्यासभाष्य एवं हिंदी अनुवाद सहित). (श्रीहरिकृष्णदास गोयन्दका, अनुवादक). गोरखपुर: गीता प्रेस, पृष्ठ : 63
- 3 शर्मा, चंद्रधर. (2013). भारतीय दर्शन: आलोचन और अनुशीलन. दिल्ली: मोतीलाल बनारसीदास. पृष्ठ : 185
- 4 बलदेव उपाध्याय. (2011). भारतीय दर्शन सार. वाराणसी: शारदा मंदिर प्रकाशन. पृष्ठ : 210
- 5 सरस्वती, स्वामी निरंजनानन्द. (2019). साधनपाद: योगसूत्र की दार्शनिक व्याख्या. मुंगेर: बिहार स्कूल ऑफ योगा, पृष्ठ : 45
- 6 सिंह, जयदेव. (2008). पातंजल योगसूत्र: एक दार्शनिक अनुशीलन. दिल्ली: मोतीलाल बनारसीदास. पृष्ठ : 118
- 7 योगसूत्र : 2/1
- 8 कुवलानन्द, स्वामी. (2004). प्राणायाम और योगिक चिकित्सा. लोनावला: कैवल्यधाम योग संस्थान. पृष्ठ : 92
- 9 तिवारी, सुरेन्द्र कुमार. (2016). पातंजल योगसूत्र में साधना का स्वरूप. नई दिल्ली: कावेरी बुक्स. पृष्ठ : 134
- 10 योगसूत्र : 2/2
- 11 जोशी, केदारनाथ. (2021). योग दर्शन और आधुनिक मनोविज्ञान. वाराणसी: कला प्रकाशन. पृष्ठ : 8
- 12 योगसूत्र : 2/4
- 13 योगसूत्र : 2/4
- 14 योगसूत्र : 2/7-8
- 15 योगसूत्र : 2/9
- 16 मिश्र, ब्रह्ममित्र. (2015). पातंजल योगदर्शन का आलोचनात्मक अध्ययन. दिल्ली: भारतीय विद्या प्रकाशन. पृष्ठ : 202
- 17 साहनी, बी. के. (2018). भारतीय दर्शन में मोक्ष की अवधारणा. इलाहाबाद: किताब महल., पृष्ठ : 167
- 18 द्विवेदी, अवधेश. (2022). क्रियायोग: सिद्धांत एवं व्यवहार. हरिद्वार: रणधीर प्रकाशन. पृष्ठ : 50
- 19 शर्मा, रघुनाथ. (2017). सांख्य-योग की तत्वमीमांसा. पटना: बिहार हिंदी ग्रंथ अकादमी. पृष्ठ : 142