IJCRT.ORG ISSN : 2320-2882

INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS (IJCRT)

An International Open Access, Peer-reviewed, Refereed Journal

सहज समाधि : रमण महर्षि

Dr. RAJIV RANJAN PANDEY, Senior scale ASSISTANT PROFESSOR, PHILOSOPHY RBGR COLLEGE MAHARAJGANJ, SIWAN, J.P. UNIVERSITY, CHAPRA ,Bihar

अविनाशी आत्मा ही सत्य है – वह नामरूपरहित है, फिर भी नामरूप का आधार है। स्वयं अनंत होकर भी वह सब सीमाओं का आश्रय है। अविनाशी आत्मा को शब्दों में बाँधना, उसे सीमित करना है – वह अनिर्वचनीय है – उसके बारे में इतना कहा जा सकता है – कि वह 'है' – पर वह कैसा है – उसे समझने का एक ढ़ंग हो सकता है – पर वह पूर्णतः सत्य नहीं होगा। वह जगत के साथ भी अस्तित्ववान है और जगत के बिना भी अस्तित्ववान है।[1] जैसे – चित्रों के बिना भी पर्दा है और चित्रों के साथ भी वह पर्दा ही है – चित्रों में जल, अग्नि, वायु, बिस्फोट आदि विध्वंसक तत्व दिखते है, पर पर्दा उससे अप्रभावित रहता है। वह सत्, असत् सभी ख्यालों से परे है[2], वह दृश्य–द्रष्टा सबसे परे है। वह नित्य चेतना है, जो हमेशा विद्यमान है – वह सदा था, है, और रहेगा। उसे न प्रकाश कहा जा सकता है, न अंधकार, उसकी मन–वाणी से व्याख्या नहीं हो सकती, वह केवल शुद्ध सत्ता है। उसपे कुछ महावाक्य आरोपित है –

1- वह जो है – सो है –

2- मै हूँ, वहीं मैं हूँ –

समाधि

1- अविनाशी आत्मा रूपी सत्य को पकड़े रहना 'समाधि' है।

2- सत्यसुत्र को प्रयत्नपूर्वक पकड़े रहना 'सविकल्प समाधि' है।

3- सत्य में लीन रहना तथा जगत के विषय में समान न रहना यानि देहविस्मृति, निर्विकल्प समाधि है।

4- अनायास ही मूल, शुद्ध स्वरूप में स्थिति 'सहज समाधि' है – यह जाग्रत अवस्था की समाधि है, जहाँ पर एक क्षण भी हम अविनाशी आत्मा/ईश्वर से हम अलग नहीं होते।

5- अज्ञान में लीन रहना तथा जगत के विषय में विस्मृति 'निद्रा' है।[3]

समाधि के प्रकार

1- सविकल्प समाधि – निरंतर प्रयत्न पर आधारित, आत्मभाव बनाये रखने की स्थिति, परंतु माया के वेग प्रबल होने पर विक्षेप उत्पन्न होकर आत्मज्ञान धुंधला पड़ने लगता है। उतार–चढ़ाव से ग्रसित इस साधना में, बिना उकताये
धैर्यपूर्वक निरंतर प्रयत्न करना अति आवश्यक है।[4] सविकल्प समाधि के 2 प्रकार है[5] –

A. बाहय सविकल्प समाधि – चंचल मन, बाह्य दृश्य का उदगम् अविनाशी आत्मा है, आत्मा अनुसंधान में मन को टिकाना।

B. आन्तिरक सविकल्प समाधि – मन जो काम, क्रोध, लोभ आदि से पीड़ीत है। देखों वे कहाँ से उदय होते है ? उनके मूल स्त्रोत अविनाशी आत्मा पर बारंबार मन को स्थिर करो।

2- केवल निर्विकल्प समाधि[6] – विक्षेपरहित निरंतर ध्यान प्रवाह, जो अनायास ही आत्म उपलब्धि कराती है, परंतु यह अस्थायी है। जाग्रत अवस्था में आते ही अहंकार पकड़ लेता है – माया रूपी पिंजड़े में बद्ध हो जाता है। इस समाधि में देह विस्मृत और शरीर काठवत हो जाता है – और कोई सांसारिक कार्य नहीं
हो पाता, पर बिना श्वास के ही चैतन्य प्रकाशित हो जाता है तथा साथ–साथ कई सिद्धियाँ भी प्रकट होती है। म्ग – भूत – भविष्य की घटना, मार्गदर्शन, चमत्कार, ज्ञान–विज्ञान आदि, परंतु ये अस्थायी है। देहविस्मृत अवस्था में ऊटपटांग हरकतें, गंभीर रोग, भययुक्त घटना साधारण मनुष्य को दिल दहला देती है, जिससे कि तरह–तरह की अफवाहें समाज में प्रचलित हो जाती है।

A. बाहय निर्विकल्प समाधि – सभी दृश्य विलीन, शरीर काठवत, निःश्वास आत्मा आदि चिह्न, इसकी तुलना तरंगहीन शांत समुंद्र से ही जाती है। म्ग – मायारहित बह्म, जगत मिथ्यात्व, देहविस्मरण आदि

B. आन्तिरक निर्विकल्प समाधि – कुछ सूक्ष्म अहंकार रह जाने के कारण, योगी को कुछ सिद्धियाँ, मार्गदर्शन, भूत–भविष्य घटनाएँ चमत्कार आदि प्रकट होते है – परंतु चतुर योगी इन तत्वों में न उलझकर नित्य आत्म–अनुसंधान में लगा रहता है। कुछ सिद्धियों को महसुस करते है, परंतु उसमें रमते नहीं। कुछ सिद्धियों में अटकर भविष्य में भटक जाते है – और कुछ योगी ईश्वर से जितना मार्गदर्शन मिला है – उतने पर ही
'ईश्वर आज्ञा' समझ टिके रहते है। इसकी तुलना उस ज्योति से की गयी है, जो वायु से प्रभावित तो थोड़ा–बहुत है, परंतु पूर्ण तथा सतत प्रज्ज्वलित है। म्ग – जगत सत्य, ईश्वर आज्ञा आदि

3- सहज निर्विकल्प समाधि – स्वभाविक भेदरहित समस्त अहंकार उन्मूलन प्रतिष्ठित ज्ञानी अपने और दूसरों तथा अपने एवं जगत के मध्य कोई भेद नहीं रखता।
एक क्षण के लिए भी ईश्वर उससे अलग नहीं होता, हर क्षण, हर जगह, वह आत्मा की सर्वव्यापकता का अनुभव करता है।

केवल निर्विकल्प और सहज समाधि में अंतर[7]

केवल निर्विकल्प समाधि	सहज समाधि
1. मन जीवित है।	1. मन मृत हो चला।
2. दिव्य प्रकाश में खोया है, पर कभी–कभी माया जकड़ लेती है।	2. आत्मा में लीन है, हर क्षण ईश्वर मौजुद है।
3. वह एक रस्सी बाँधी बाल्टी की तरह है, जो कुएँ के पानी में लटकी है।	3. वह सागर में मिलती नदी की तरह है, जिसने अपनी पहचान खो दी।
4. उसे रस्सी का दूसरा सिरा पकड़ कर खींचना है, यानि माया जगत में आना।	4. एक नदी को सागर से पुनः बाहर नहीं निकाला जा सकता।
5. अब तक समाधि में आना–जाना लगा है, तब तक आप अपूर्ण है, ये निर्विकल्प समाधि है।	5. यहाँ आना–जाना नहीं है – नित्य चेतना में सदा रहना, एक क्षण भी आत्मा विस्मृत नहीं।

निद्रा में मन जीवित है और विस्मृति में खोया है।

पंतजली योग दर्शन में निर्विकल्प समाधि का अर्थ चितवृतिरोध : है – जहाँ देह विस्मृति एवं शरीर काठवत की स्थिति है – जहाँ पर अपने देह/संसार के बारे में कुछ ज्ञान नहीं रहता। यहाँ पर पुरूष–प्रकृति, देह–चेतना में भेद है, वे एक–दूसरे से अलग है, परंतु सहज समाधि में सब कुछ आत्मा है – आत्मा से भिन्न कुछ भी नहीं है – सब आत्मा के अंदर है, बाहर कुछ नहीं। इन्द्रिया, बुद्धि, मन सब आत्मा के अन्तर्गत है – उसी की अभिव्यक्ति है। सब कुछ आत्मा ईश्वर की इच्छा से हो रहा है – जहाँ पर संकल्प स्वतंत्रता है ही नहीं, सबकुछ पूर्व नियत है। आत्मा नित्य मोक्ष है – वह कभी बंधन में पड़ा ही नहीं। वहीं आनंद के लिए खेल/नाटक का पात्र/उपाधि धारण कर बंधन में होने का स्वांग करता है, और स्वंय ही मुक्त होता है। आत्मा नित्य प्राप्त है – मुक्त है, यह कोई नवीन घटना नहीं, वहीं जगत के साथ अस्तित्ववान है और जगत के बिना भी अस्तित्ववान है। म्ग – पर्दा

संदर्भ सूची **(Bibliography)**

1. Muruganar, Guri Vachaka Kovkai vv. 1036, 1034, 901, 438
2. M. Venkataramiah, Talks with Sri Raman Maharshi, p. 123
3. Ibid, pp (357-8)
4. S. Cohen, Guru Ramana, p. 89
5. M. Venkataramiah, je.k egf'kZ ls ckrphr] i``B & 339
6. Devid Godman, je.k egf'kZ mins"k] i``B & 165
7. A. Osbrone, je.k egf'kZ vueksy opu] i``B & 167