

## योग दर्शन में जीवन मूल्य

डॉ. कीर्ति कुमार त्रिपाठी<sup>1</sup>, प्रतिभा नीरत<sup>2</sup>

<sup>1</sup> निर्देशक, सहायक प्राध्यापक, संस्कृत विभाग, यमुना प्रसाद शास्त्री महाविद्यालय, सिरमौर, मध्य प्रदेश, भारत

<sup>2</sup> शोधार्थी, शासकीय ठाकुर रणमत सिंह महाविद्यालय, रीवा, मध्य प्रदेश, भारत

### सारांश

योग दर्शन ही वास्तविक जीवन मूल्य है। जहाँ से शरीर और मन की क्रियाएँ शुद्ध होती हैं। इस नैतिक आचरण के लिए महर्षि पतंजलि ने नैतिक नियमों की चर्चा की है। आध्यात्मिक साधना के माध्यम से आचरण की शुद्धता प्राप्त होती है। ये अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह द्वारा जीवन मूल्य निर्धारित होते हैं। वास्तव में योग मार्ग जीवन मूल्यों के विकास के लिए अत्यंत उपयोगी है। ध्यान का महत्व जीवन मूल्यों को सुदृढ़ और विकास के मार्ग में प्रोत्साहित करने के लिए होता है। क्रिया योग वास्तव में निरंतर प्रगति का मार्ग प्रशस्त करता है। इस प्रकार सामाजिक विषमताओं का समाधान मानवीय मूल्यों के माध्यम से किया जा सकता है। दार्शनिक दृष्टि से जीवन मूल्यों की चर्चा महर्षि पतंजलि करते हैं। नीतिशास्त्र दर्शन की एक महत्वपूर्ण शाखा है। नीतिशास्त्र और नैतिकता के अध्ययन से हम जीवन मूल्यों के और अधिक नजदीक पहुँच जाते हैं। जैविक और अतिजैविक मूल्य होते हैं, जिनके अंतर्गत मैंने नैतिक, बौद्धिक, आध्यात्मिक, सांस्कृतिक, पर्यावरणीय एवं वैश्विक तथ्यों को खोजने का प्रयास करते हैं। इसी प्रकार के मूल्यों को नैतिक मूल्यों के रूप में समझने का प्रयास किया जाता है।

**मूल शब्द:** नैतिक, सामाजिक, शैक्षिक, बौद्धिक, आध्यात्मिक, सांस्कृतिक, सदाचार, अहिंसा, सत्य, त्याग आदि

### प्रस्तावना

#### शोध प्रविधि

इस शोध पत्र में प्राथमिक एवं द्वितीय शोध सामाग्री के आधार पर अध्ययन किया गया है। प्राथमिक स्रोतों के रूप में साक्षात्कार, विद्वानों का मार्गदर्शन एवं द्वितीयक स्रोत के रूप में पुस्तकें, पत्र-पत्रिकाओं के माध्यम से अध्ययन किया गया है।

### समस्या

दर्शन नैतिक मूल्यों की व्याख्या करता है। समाज में विभिन्न प्रकार की समस्याएँ हैं। उन समस्याओं में सबसे बड़ी समस्या जीवन मूल्यों की है। सत्य जीवन का सच है। सत्य के विपरीत जो भी इस सृष्टि में वह सब कुछ असत्य है। जहाँ असत्य का बोलबाला होगा। वहाँ निसंदेह जीवन मूल्य प्रभावित होंगे। जीवन का क्या मूल्य है यह कोई नहीं जानता है। जो जानता है वह जीवन मूल्यों को बचाकर रखता है।

### उद्देश्य

- योग और जीवन मूल्यों से लोगों को जागरूक करना है।
- नैतिक मूल्य जीवन के आधार है। इससे स्वयं एवं लोगों को परिचित करना।
- नैतिक मूल्य और आचरण समाज का नैतिक और मौलिक दर्पण हैं।
- नैतिक मूल्यों का मानव जीवन में प्रभाव परिलक्षित होता है।
- नैतिक मूल्य एकांगी नहीं होते, बल्कि वे मानव जीवन के आन्तरिक पक्षों को उद्घाटित करते हैं।
- व्यक्तिगत नैतिकता, नैतिक मूल्यों के अनुसार जीवन जीता है।

### समाधान

योग दर्शन में जीवन मूल्यों में सदाचार, उत्तम व्यवहार, सत्यवादिता, अहिंसा, न्याय और परोपकार को एक श्रेष्ठ व्यक्तिगत जीवन जीने के साधन माना गया है। जो व्यक्ति इन मूल्यों पर आधारित जीवन जीता है, वह सफलता के उच्च शिखरों तक पहुँचता है।<sup>1</sup> इनमें सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक

तथा शैक्षिक मूल्य सम्मिलित हैं, जो मानव विकास के लिए आवश्यक हैं। इस प्रकार नैतिक जीवन प्रत्येक व्यक्ति की इच्छाओं और आवश्यकताओं पर निर्भर करता है।<sup>2</sup> व्यक्तिगत मूल्य संबंधों और व्यक्तिगत गुणों से उत्पन्न हितों से जुड़े होते हैं। लोगों के जीवन के लक्ष्य भिन्न-भिन्न होते हैं और उसी के अनुसार वे अपने मूल्य निर्धारित करते हैं। कुछ नैतिक मूल्य सभी के लिए समान होते हैं।<sup>3</sup> इसलिए व्यक्तिगत नैतिक मूल्य व्यक्ति के अपने होते हैं, यद्यपि उनकी अभिव्यक्ति सामाजिक संदर्भ में होती है।

योग दर्शन में जीवन, शिक्षा और संस्कार प्रदान करता है तथा माता-पिता, जीवनसाथी, गुरु और अन्य लोगों के प्रति अनुशासन के नैतिक मूल्यों की शिक्षा देता है। योग केंद्रों में गुरुओं से प्राप्त ज्ञान को एक महत्वपूर्ण जीवन मूल्यों के रूप में माना जाता है। जीवन के निर्वाह के लिए आर्थिक मूल्य अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। जीवन में धन का महत्वपूर्ण स्थान है। धार्मिक ग्रंथों के इतिहास में मिलता है, जहाँ धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष के जीवन मूल्यों की चर्चा की गई है। भारतीय समाज में धर्मसम्मत साधनों से धन अर्जित करें और फिर जीवन के लिए आवश्यक संसाधनों का संग्रह करें।<sup>4</sup> इसके अतिरिक्त मोक्ष की प्राप्ति के लिए पृथक प्रयास भी किए जाने चाहिए। योग दर्शन में जीवन मूल्यों के रूप में धन भोजन, वस्त्र, आवास और शिक्षा जैसी भौतिक आवश्यकताओं की पूर्ति करता है। इसके अभाव में हीनभावना भी उत्पन्न होती है। इसके परिणामस्वरूप व्यक्ति दुःख और मानसिक तनाव का अनुभव किया गया है।<sup>5</sup> मानव के दुर्गुणों का आधार लोभ और लालच जैसे गुण भी धन के अभाव से उत्पन्न होते हैं। परिणाम स्वरूप आर्थिक क्षेत्र मूल्यहीन हो जाता है और व्यक्ति का लालच उसे अनैतिक कार्यों से नहीं रोक पाता। इसी कारण बुद्धिमानों के लिए साधना और तप का विधान किया गया है। इस बात पर बल दिया गया है कि मनुष्य को केवल ईमानदार श्रम से अर्जित धन के संग्रह की बात की है।<sup>6</sup> प्रकृति द्वारा प्रदान किए गए सुखों का अनुभव सुखद होता है। इसके बाद जीवन की विभिन्न समस्याओं का वर्णन किया गया है। केवल वही व्यक्ति जो सुख के प्रति आसक्त हो जाता है। आसक्ति का अनुभव करता है। मानव जीवन में सुख का चक्र भी अत्यंत आश्चर्यजनक

प्रतीत होता है। इसी राग नामक क्लेश के माध्यम से सुख का अनुभव किया जाता है।<sup>7</sup> इसके साथ जुड़ी हुई दृष्टियों सहित इसे जीवन मूल्यों के प्रति प्रत्येक वस्तु या व्यवहार का कारण माना गया है। मनुष्य को इसके प्रति आसक्त नहीं रहना चाहिए। सभी मनुष्यों में सुखों का अनुभव तथा जीवन की अनेक कठिनाइयों के समाधान समाज के लिए आवश्यक तथ्य हैं। द्वेष वह क्लेश है जो दुःख के पश्चात् उत्पन्न होता है। समाज का यह पक्ष समकालीन जीवन और विश्व की असाधारण प्रकृति का परिणाम माना जा सकता है, जिसका वास्तविक मापन केवल योग के माध्यम से ही संभव है। अहिंसा कायों या भयभीत लोगों का मार्ग नहीं है; यह उन वीरों का मार्ग है जो मृत्यु का सामना करने के लिए भी तैयार रहते हैं।<sup>8</sup> जो व्यक्ति हाथ में तलवार लेकर मरता है, वह निस्संदेह वीर है; परंतु उससे भी बड़ा वह है जो बिना एक उँगली उठाए और बिना विचलित हुए मृत्यु का सामना करता है। मनुष्य में जो तत्व सभी सुखों का कारण बनता है। वही द्वेष रूपी क्लेश का कारण भी बन जाता है। इससे क्लेश की प्राप्ति होती है। व्यक्ति इससे परे रहता है। वही सार्थक जीवन जी सकता है। मानव के सामाजिक जीवन में मृत्यु का भय रूपी क्लेश अनादिकाल से विद्यमान है। सबसे छोटा कीट भी मृत्यु से भयभीत होता है और अपनी रक्षा करता है। इसके पश्चात् वह पूर्वजन्मों से प्राप्त संस्कारों की सिद्धि के लिए कार्य करता है। मृत्यु के दुःखों का अनुभव करने से पहले वह जीवन का अनुभव करता है। यह भय जीवों के अंतःकरण में इतना गहराई से स्थापित है कि इसका प्रभाव ज्ञानी पर भी उसी प्रकार पड़ता है, जैसे अज्ञानी पर। इसी कारण इसे अभिनिवेश कहा गया है। जिसका अर्थ है गहराई से जकड़ी हुई आसक्ति। नैतिक मूल्य मानव जीवन का मूल आधार बनाती है। नैतिक दृष्टि से मनुष्य बुद्धिसम्पन्न प्राणी है। वह विभिन्न अवस्थाओं के माध्यम से आध्यात्मिक साधना का स्पष्ट मार्ग प्रस्तुत करता है। व्यक्ति के लिए अहिंसा एक व्यावहारिक और सामाजिक दोनों प्रकार का सिद्धांत है। इसे विशेष रूप से नैतिक रूप से श्रेष्ठ लोगों द्वारा स्वीकार किया गया है। दूसरों के साथ व्यवहार के माध्यम से व्यावहारिक जीवन जीने की कला का परिणाम अहिंसा रहा है। जैसे-जैसे सामाजिक संबंधों के माध्यम से मानव का विकास होता है, वैसे-वैसे इसका प्रयोग जीवन मूल्यों के लिए आचरण की आवश्यकता है। इसकी व्यावहारिकता को मौलिक रूप से चुनौती देते हैं। मानव जीवन के व्यावहारिक पक्षों को जीवन-पद्धति को अपनाने के लिए बाध्य होता है। जो परम सत्य के रहस्य को जानता है, वही वह पुरुष है जिसकी खोज ब्रह्मा और देवताओं ने इस सामाजिक जगत में वर्षों की तपस्या द्वारा की है। तपस्या का फल ही तपस्या का माप है। दिव्य वर्षों के बीत जाने के बाद भगवान विष्णु अत्यंत कठोर और तीव्र तप से प्रसन्न होकर प्रकट होते हैं। साधक कहता है, "हे प्रभु, हमें परम सत्य का रहस्य बताइए।" वे कहते हैं, "आप ही सर्वज्ञ और अंतर्दामी हैं। आपकी शक्ति सबमें व्याप्त है। इन समस्त कर्मों के परिणामस्वरूप मनुष्य के जीवन की कला समाज में उसके जीवन-यापन की पद्धति का माप बन जाती है, और उसी से जीवन का सार प्रकट होता है। आप ही उस ज्ञान से जाने जाते हैं जो वास्तविक प्रज्ञा है। अभिप्राय यह है कि परमपिता परमेश्वर ही समाज में घटित होने वाली सभी घटनाओं के साक्षी हैं। मेरी समझ के अनुसार, आप ही उन सबके पालनकर्ता हैं। अत्यंत वैराग्ययुक्त, परम पवित्र, भक्तिमान और तपस्वी शिष्य ब्रह्मनिष्ठ गुरु के पास पहुँचा, उनकी परिक्रमा की, भूमि पर दंडवत् लेट गया, पूर्ण प्रणाम किया, दोनों हाथ जोड़कर श्रद्धापूर्वक विनम्रता से उनके समीप गया। ब्रह्म कैसा है? भूत, वर्तमान और भविष्य क्या हैं? हमारा उद्देश्य इन सभी का अन्वेषण करना है। इसके पश्चात् आपकी साधना में लीन होकर मैं इन्हें जानना चाहता हूँ।

## निष्कर्ष

प्रत्येक मानव को मानवीय आचरण पर आधारित सामाजिक मूल्यों को अपनाना चाहिए। इन्हीं मूल्यों के माध्यम से जीवन की आधारशिला दिखाई देती है, यद्यपि समाज में आज भी अनेक निराशाजनक उदाहरण मिलते हैं। समाज के कुछ महत्वपूर्ण मूल्य हैं, जिनका पालन प्रत्येक व्यक्ति को करना चाहिए। जिस प्रकार विवाह संस्कार, अंतिम संस्कार, जन्म संस्कार तथा अन्य विधियाँ समाज और व्यक्ति की परस्पर निर्भरता को दर्शाती हैं, उसी प्रकार योग दर्शन में जीवन मूल्यों की विचारधारा दिखाई देती है। जिस योग में अनुशासन महत्वपूर्ण है। उसी प्रकार से समाज और व्यक्ति एक-दूसरे में आपसी सम्बन्ध भी आवश्यक है। व्यावहारिक मूल्यांकन के माध्यम से वैचारिक कल्याण की भावना के साथ समाज का संगठन करना योग के अष्टांग मार्ग का स्वरूप है। मानवीय आदर्शों के अनुसार आचरण करना व्यक्ति और समाज दोनों के लिए हितकारी साबित होता है। यही परिवार, समाज और राष्ट्र के कल्याण का सर्वोत्तम मार्ग है। पारिवारिक जीवन को संचालित करने वाले नियम धीरे-धीरे उपयोगी संतुलन प्राप्त कर रहे हैं। प्राचीन काल में राजा और प्रजा के बीच के द्वेष को दूर करने के पश्चात् ध्यान ही चिंतन का आधार बनता था। इसके बाद राजा निर्णय लेने के लिए मानसिक रूप से सक्षम होता था। योग वह साधन है जिसके माध्यम से मनुष्य समाज के कल्याण के लिए कार्य करने की प्रेरणा प्राप्त करता है।

## सन्दर्भ

1. पातंलयोगदर्शन 2/4, पृष्ठ 30
2. उपनिषद्, कल्याण, गीताप्रेस गोरखपुर, 2064, पृष्ठ 650
3. उपनिषद्, मुण्डकोपनिषद्, कल्याण, गीताप्रेस गोरखपुर, 2064, पृष्ठ 270-272
4. डॉ. उमेशचन्द्र पाण्डेय, याज्ञवल्क्यस्मृतिः, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, 2014, पृष्ठ 310
5. ईशावास्योपनिषद्, गीताप्रेस गोरखपुर, 1/1, पृष्ठ 23-25
6. डॉ. उमेशचन्द्र पाण्डेय, याज्ञवल्क्यस्मृतिः, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, 2014, पृष्ठ 280
7. सुरेशचन्द्र श्रीवास्तव, पाजलयोगदर्शनम्, चौखम्बा सुरभारती प्रकाशन, 2011, श्लोक 1/17, पृष्ठ 62-64
8. डॉ. महाप्रभुलाल गोस्वामी, पाजंलयोगसूत्रम्, चौखम्बा संस्कृत संस्थान, वाराणसी, 2016, पृष्ठ 80-82