

योगाचार्य स्वामी विवेकानंद का "योगदर्शन"

हिना वी मोरी, डॉ. विवेक महेश्वरी

शोध छात्रक, कर्म- ज्ञान -भक्ति योग प्रवाह
लकुलिश योग विश्वविद्यालय, अहमदाबाद,
गुजरात

सह आचार्य, अष्टांग योग विभाग
लकुलिश योग विश्वविद्यालय, अहमदाबाद,
गुजरात

सारांश

युगनायक स्वामी विवेकानंदका प्राणवान जीवन और कवन युगो तक प्रत्येक मानव को याद रहेगा। उसके कार्योंकी विश्व संस्कृति क्षितिज पर उदय होती हुई नजर आ रही है। हमारा वेदांत विचार सामर्थ्य भारतकी सीमाओंसे उठकर उस पार जाकर वैश्विक स्तर पर अपना पावनकारी प्रभाव फैला रहा है। विवेकानंद ये सारी घटनाओंके भावी दृष्टा है। आजके स्वाधीन भारत और समय मानव जीवनके प्राण प्रश्नका उकेल स्वामीके जीवन और साहित्यमेंसे मिलता है। प्रत्येक व्यक्तिके आंतरिक विकास के लिए उसका जीवन एक दर्शन रहेगा! विवेकानंदका "योगदर्शन" मानवताकी जीवन ज्योति बना रहेगा।" उसके मन मानवता गहनतम फिलसूफी और उच्चतम धार्मिकता है। युगपुरुष स्वामीजीने देशवासियोंको निर्भयता का जीवन मंत्र दिया है। देशप्रेम और धर्म ही विवेकानंदका बलिदान था अपूर्व आध्यात्मिक अनुभूतियां "निर्विकल्प समाधि पर आरूढ़ हुईं." योग के संबंध में, उन्होंने एक बार गहराई से कहा था: "यह सब मन को कंपन की उच्च स्थितिमें लाना योग में एक शब्द है। "समाधि" में शामिल है। योग शाश्वत, ईश्वर, और दिव्यताकी ओर ले जाने वाला मार्ग है। वास्तव में योग को एक अलग रूप देने और लोगो को धार्मिक और आध्यात्मिक जीवन जीने में मदद करने में स्वामी विवेकानंद का योगदान रहा है। एकाग्रता समय ज्ञान का सार है। योग इंद्रिय, मन, और इच्छाको नियंत्रण करता है। योग का अंतिम उद्देश्य इश्वरको महेसूस करना और दिव्य आत्मा के प्रकाश में चमकना है। विवेकानंद भारतके एक एक देशभक्त संन्यासी के रूपमें माने जाते हैं। (सर्वस्थानंद, १८६३-१९०२)

एक बार अत्युच्च आध्यात्मिक अवस्था में स्वामी विवेकानंदने स्वागत बोला था। उनके ही शब्दों में कहा जाए कि, "इस विवेकानंदने जगतके लिए जो कार्य किया है, यदि कोई दूसरा विवेकानंद होता तो उसे अवश्य समझ सकता।"

(विवेकानंद जीवन चरित्र, १८६३)

स्वामीजीका जीवन और संदेश था "श्रद्धा, श्रद्धा, श्रद्धा, अपने आपमें श्रद्धा, ईश्वरमें श्रद्धा! महत्ताका यही रहस्य है" एक

प्रस्तावना

योग का अर्थ है "जुड़ना" योग तत्त्वतः विज्ञान पर आधारित एक आध्यात्मिक विषय है। जो मन एवम शरीर के बीच सामंजस्य स्थापित करता है। यह स्वस्थ जीवनकी कला है। स्वामी विवेकानंदनेजीने विश्व इतिहासको एक नई दिशा प्रदान कि स्वामीजीके व्यक्तित्व और विचारोंमें भारतीय संस्कृतिका दर्शन विशाल समुद्र की भ्रांति था। स्वामीजीका संपूर्ण जीवन में भारतवासियों की सेवा हेतु समर्पित था। स्वामीजीने वैदिक धर्म एवं संस्कृतिके स्वरूपोंको उज्ज्वल किया है। भारतीय संस्कृतिके सच्चे उपासक थे। स्वामीजीने नवयुवाको विचार, दर्शन, और शिक्षा, द्वारा जीवनके मूल सत्योको समझनेकी कुंजी दी है। स्वामी विवेकानंद महान राष्ट्रवादी, देशभक्त, तथा विश्वबंधुत्व, की भावनाओंसे ओतप्रोत थे। युगाचार्य स्वामी विवेकानंदका प्राणवान जीवन प्रत्येक मानवको गौरव दिलाता है। स्वामीजीने विश्व बंधुत्व को "सार्वभौम धर्म" कहा है।

स्वामी विवेकानंदका चिंतन, केवल एक देश या एक धर्म विशेष तक सीमित नहीं था। बल्कि उसकी सीमा में संपूर्ण विश्वका मनुष्य समाज समाया हुआ था।

स्वामी विवेकानंदके लिए महात्मा गांधीजीने योग्य ही कहा है: "उनको कोई प्रस्तावना की जरूरत नहीं है!" (सर्वथानंद-१८६३) आजके स्वाधीन भारत और मानवजीवनके प्राणप्रश्न का उकेल स्वामीजीके जीवन और साहित्योर्मसे अवश्य मिल जाएगा!

स्वामी विवेकानंदका "योग दर्शन":

विवेकानंद ने योग की विशिष्ट परंपराओंको विश्व के समक्ष प्रस्तुत किया है। स्वामी विवेकानंद के विचार और साधना में योग विद्या का समन्वय है। ज्ञान कर्म और भक्तिकी त्रिवेणी उनके व्यक्तित्व में दिखती है। और "राजयोग" की पराकाष्ठा उनके जीवन को प्रदीप्त करती है। योग की अनेक धाराएं हैं। इनमें राजयोग, हठयोग कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोगको, महत्वपूर्ण माना गया है। विवेकानंदने योग की विशिष्ट पद्धति को विश्व के समक्ष व्यवहारिक ढंग से प्रस्तुत किया है। राजयोग, ज्ञानयोग, भक्तियोग, आदि योग पद्धतियों के द्वारा युवाओंमें अध्यात्म और योग के प्रति "भक्ति" और "समर्पण" की भावनाओं को जगानेका काम किया है। वेद और शास्त्रोंमें कहा है कि "ब्रह्मज्ञ" सर्वज्ञ बनता है! अनंत धैर्य, अनंत पवित्रता, और अनंत खंत, कोई भी शुभ कार्यमें सफलता प्राप्त करनेका रहस्य है! कवि "वडवर्थ"का "अक्सकर्जन" नामका काव्य स्वामीजी सुन रहे थे। उसमें समाधि दशाका उल्लेख कविने किया था। कुदरती सौंदर्यकी बात और चित्तकी उच्च भाव दशाका वर्णन कवितामें किया गया था। प्रोफेसर ने कहा"ऐसी दशाका अनुभव चित्तकी निर्मलतासे ही प्राप्त होता है!"चित्तकी एकाग्रतासे ही परिणाम प्राप्त हो सकता है! "पातंजल योगदर्शन" "समाधिपाद"का एक सूत्र है

"योगश्चिचितावृत्तिनिरोधः"(सा/२)

अर्थात् (मनमे जो वृत्तिया चल रहीं हैं, अच्छी या बुरी उसका निरोध करना वही योग है।)

"चित्तकी ऐसी धन्य दशाका अनुभव करनार एक विरल व्यक्तिका मैंने दर्शन किया है। और वे दक्षिणेश्वरके रामकृष्ण परमहंस है!" जगतमें जब धर्मका लोप होता है, तब मानवजाति को दुखमें से बाहर निकालने के लिए करुणासागर, निरंजन, निराकार, ईश्वर, अगम्य मायाका आवरण स्वीकारके अवतार धारण करते हैं। प्रकृति का एक दूसरा नियम है कि, जिस तत्वकी उनप होती है, उस तत्वको पूरा करनेके लिए समानता लाते हैं। इसलिए जगत को जब- जब जरूरत पड़ती है, तब - तब, कुदरत ऐसे पुरुष को पैदा करता है। अनंत पवित्रता, अनंत धैर्य, और अनंत खंत, वही तो कोई भी शुभ कार्यमें सफलता प्राप्त करनेका रहस्य है। जो स्वामीजीके जीवनमें देखनेको मिलता है। स्वामीजीने अपने शब्दोंमें कहा है, "भय वही मृत्यु है! हमें सर्व प्रकारके भय से ऊपर उठना है। इसलिए अपने जीवनकी आहुति देने के लिए तत्पर बनो। केवल हाड़ और मांसका भार उठानेसे कुछ नहीं होगा। ईश्वर के लिए संपूर्ण बलिदान, -आत्म बलिदान मंत्रकी दीक्षा लो। दधीचि मुनि के जैसे इस हाड़मांसके शरीरको दुसरोके लिए अर्पण कर दो!"(विवेकानंद जीवन चरित्र- १८६३) मनुष्यत्वसे ऊपर उठना और साधनामय जीवन व्यतीत करना सबसे बड़ा योग - दर्शन है! विवेकानंद को केवल सत्यकी अनुभूति चाहिए थी। सच्ची फिलसूफी याने की, आध्यात्मिक साधना की जननी, सृजनात्मक शक्तिका स्रोत, और मनुष्यकी इच्छाशक्तिका स्रोत, और मनुष्य की पुष्ट करनेवाली श्रेष्ठ प्रेरणाशक्तिको अपनाया था। अनेक उपनिषदों और वेदोंको अपनाया था। खास करके चर्चा विचार में "स्पेंसर"जैसी दलित पद्धतिको स्वामीजीने अपनाया था!"हर्बर्ट स्पेंसर" का तत्वज्ञान सखत है!"प्रचलित मान्यताओंकी नीव को भी हिला देता है। वैसी दलील थी। स्वामीजीने जर्मन फिलसुफ "कांट" "शोपनहोर" के तत्वज्ञानका अभ्यास किया था। साथ में "जोनस्टुअर्टमिल"और "ऑगस्टकोमते"का तत्वज्ञानका अभ्यास किया था। स्वामीजीने अपने मानवसेवासे पूरे विश्वको सिंहगर्जनासे जगाया और विश्वमें धार्मिक सहिष्णुता, समन्वय, त्याग, और मानवसेवाका, शांतिपूर्ण संदेश दिया। नवजाग्रत भारतके आदिदृष्टा और युगविभूति स्वामी विवेकानंदने अपने अध्ययनसे सत्यका दर्शन किया उनके अनुसार ज्ञान के दो रूप हैं-वस्तु १.जगतका ज्ञान और २.आत्मतत्वका ज्ञान! मनुष्यको दोनों प्रकार के ज्ञान को प्राप्त करना चाहिए! स्वामीजीका मानना था कि, "आत्मानुभूति" के लिए "ज्ञानयोग", "कर्मयोग", "भक्तियोग" आवश्यक है. योग का प्रारंभिक चरण यम- नियम के साथ आसन प्राणायाम का अभ्यास मानव/विद्यार्थियों को शारीरिक रूपसे स्वस्थ बनाना, तथा प्रत्याहारके द्वारा अंतर्मुखी बनना और धारणा, ध्यान द्वारा मानसिक रूपसे सबल बनानेमें सक्षम हैं। जिसका प्रयोग हमारे

प्राचीन ऋषि-मुनियोंने अरण्योमें जाकर कठोर तपस्या की थी। और जिसका प्रयोग प्राचीन शिक्षा पद्धतिमें हुआ करता था। "स्वामी विवेकानंदजी ने अपनी प्रतिभा द्वारा योग की धारणा ध्यान की मनो स्थिति अर्थात् एकाग्रता या तल्लीनताकी मनो स्थिति का उपयोग विद्याअध्ययन में करने में सक्षम थे "स्वामीजी के बारेमें कहा जाता है कि, वे एक दिन में कई सारी पुस्तक का अभ्यास करनेमें समर्थ थे और योगके द्वारा, स्वामीजीकी अपार मन मस्तिष्क की क्षमता बढ़ी।"(सर्वथानंद- योग की विविध शाखाएं यौगिक ग्रंथ में वर्णित है परंतु मूलतः चार शाखाएं ही बहुधा दृष्टिगोचर होती हैं। मंत्रयोग, लययोग, हठयोग,

और राजयोग, श्रीमद्भगवद्गीता में ज्ञान, कर्म, एवं भक्तिमय योगकी त्रिपथगा हैं योगमें महर्षि पतंजलि द्वारा रचित पतंजलि योग दर्शन के द्वितीय अध्यायमें अष्टांगयोग का वर्णन आता है!"यमनियमासनप्राणायामप्रत्याहारधारणाध्यान समाधयोशटावडगनि"(२/३) इन आठ अंगों का पालन हम अपने दैनिक जीवन में करके शारीरिक एवं मानसिक स्थिति को सुधार सकते हैं। यही विचारको स्वामी विवेकानंदजीने मंत्रयोग, हठयोग, लययोग, और राजयोग, के द्वारा योगकी विशिष्ट परंपराओंको विश्वके समक्ष व्यावहारिक ढंगसे प्रस्तुत किया! उन्होंने कर्मयोग, भक्तियोग, ज्ञानयोग, हठयोग, राजयोग, आदि योग पद्धतियोंके द्वारा जन-समूह एवं, खासतौर पर युवाओं में अध्यात्म एवं योग के प्रति समर्पणकी भावनाको जागरूक किया! स्वामी विवेकानंद का मत था की, योग का अनुशीलन भी विज्ञान की भांति व्यवस्थित तरीके से होना चाहिए! और प्रत्येक व्यक्तिमें जो अनंत ज्ञान, और शक्तिका, आवास है उन्हें योगके माध्यम से जगाना चाहिए! राजयोग का एक श्लोक है,

"योगांगानुष्ठानाद अशुद्धिक्षये ज्ञानदीप्तिरा
विवेकख्यातेः।" (१/२८)

अर्थात् (प्रत्येक व्यक्ति में अनंतज्ञान और शक्ति का आवास है उन्हें जागृत करके मनुष्यके मन को एकाग्र कर उसे "समाधि" एकाग्रताकी अवस्थामें पहुंचा देना है!)"

मानवसेवा का लक्ष्य रखते हुए स्वामीजीने धर्म के प्रचार प्रसार के लिए जो कार्य किए उसके लिए मानव समाज सदैव उनका ऋणी रहेगा! भारतीय इतिहासमें हिंदू धर्मके महान प्रवर्तकोंमें उनका नाम सदा अग्रणी रहेगा! ईश्वरीय ज्ञानकी प्राप्तिके लिए स्वामीजीकी इच्छा बढ़ती गई! इसलिए उन्होंने रामकृष्ण परमहंस की शरण ली! गुरुने इनकी ओजस्विताको पहचाना और शिक्षा देना प्रारंभ कर दिया। गुरु रामकृष्णने स्वामीजीको मानवजातिके कल्याण व उत्थान के लिए कार्य हेतु प्रेरणा दी!

१९वीं शताब्दीमें स्वामी विवेकानंदने राजयोग का आधुनिक अर्थमें प्रयोग आरंभ किया था! इस विषय पर उनके व्याख्यानो संकलन "राजयोग" नामक पुस्तकके रूपमें प्रकाशित हुआ है! जो "पातंजलयोग" का प्रमुख आधुनिक ग्रंथ कहा जा सकता है! ' राजयोग ' सभी योगाका "राजा" कहलाता है! क्योंकि इसमें प्रत्येक योगकी सामग्रियां अवश्य मिल जाती है। महर्षि पतंजलि समाधि पाद के दूसरे सूत्र में योग के सत्य को समझाते हैं। इस दूसरे सूत्र में महर्षि कहते हैं - "योगचित्तवृत्तिनिरोधः॥१/२॥ योग के द्वारा चित्तवृत्तियों का निरोध करना है"। इसके लिए अभ्यास और वैराग्यकी जरूरत है। इस साधनका उपयोग करनेसे "क्लेश" नाश होते हैं। मन प्रसन्न होता है। और चित्तकी वृत्तियां शांत होती है। और ज्ञानका प्रकाश फैलता है। और साधकको समाधि की अवस्था प्राप्त होती है। अपनी बिखरी हुई शक्तिको समेटकर सर्वोच्च ध्येय में एकाकार कर देना यही "योग" है! कर्म उपासना, मनसंयम ,और ज्ञान, इससे अपने भाव को प्रकट करो और प्राणसंयम के द्वारा "ब्रह्मा तत्त्व" के साथ एकाकार करो।और मुक्त हो जाओ! "बस यही धर्म है, और धर्म वही योग है"। उनके अनुसार मनुष्य जीवनका अंतिम उद्देश्य आत्मानुभूति, ईश्वरप्राप्ति, अर्थात् मोक्ष की प्राप्ति है। आत्मानुभूतिके लिए योग दर्शन की आवश्यकता है। स्वामीजी का कहना था की "प्रत्येक आत्मा अव्यक्त ब्रह्म है। बाह्य एवं आंतरिक प्रवृत्ति को वशीभूत करके आत्मा के इस ब्रह्म भाव को व्यक्त करना ही जीवन का परम लक्ष्य है।"(विवेकानंद-राजयोग दिनेशचंद्रजी- १९६९) योग इसी प्रकारके ज्ञान की प्राप्ति की उत्तम विधि है। स्वामी विवेकानंदका मानना था योगके द्वारा व्यक्तिका संपूर्ण विकास होता है जैसे, विवेकानंद बहुत स्वप्नदृष्टा थे। उन्होंने

१. शारीरिक विकास
२. मानसिक एवं बौद्धिक विकास
३. धार्मिक शिक्षा एवं आध्यात्मिक विकास
४. सकारात्मक दृष्टिकोण

५. नैतिक एवं चारित्रिक विकास

६. राष्ट्रीय एकता एवं विश्वबंधुत्व का विकास

स्वामीजी का मानना था वास्तविक दृष्टिसे शिक्षा वही है जो व्यक्तिको भौतिक जीवन जीने के लिए और आध्यात्मिक मुक्ति पानेके लिए तैयार करती है।

निष्कर्ष

उपरोक्त विषयका निष्कर्ष कुछ इस तरह से हैं।

१. स्वामी जी का मानना है कि ज्ञान और योग का स्वरूप मनुष्य के मन में है। एक बार अज्ञानता का आवरण हट जाता है तब आध्यात्मिक साधनाके माध्यमसे धर्म जगत में एक नव द्वारका उद्घाटन होता है।

२. स्वामी विवेकानंदने योगदर्शन की विशिष्ट परंपराओंको विश्वके समक्ष व्यावहारिक ढंग से प्रस्तुत किया है।

३. स्वामी विवेकानंद - उनकी शिक्षा और योग दर्शनने, युवा, धर्म ,शिक्षा ,चरित्र निर्माण, के साथ भारतके विभिन्न पहलुओं पर जोर दिया है।

४. "योग" के द्वारा दिव्य शक्तिको महसूस करनेका एक व्यावहारिक पहलू अपने भीतर कैसे जगाए ऐसी उच्चतम धार्मिकताका दर्शन करवाया है।

५. अनंत धैर्य, अनंत खंत, अनंत पवित्रता, का रहस्य योग दर्शन के द्वारा करवाया है।

६. मानवजीवनके प्राण प्रश्न का उकेल स्वामी जीके जीवन और साहित्यमें से अवश्य मिल जाता हैं।

७. स्वामी विवेकानंदका मानना था, आत्मानुभूति के लिए "योगदर्शन" आवश्यक है। मनुष्य जीवन का अंतिम उद्देश्य ईश्वर प्राप्ति अर्थात् मोक्षकी प्राप्ति हैं।

८. स्वामीजी के अनुसार ज्ञान के दो रूप हैं - वस्तु जगत का ज्ञान तथा आत्मतत्त्व का ज्ञान मनुष्य को ये दोनों प्रकार के ज्ञान को प्राप्त करना चाहिए।

९. स्वामी विवेकानंदने योग के द्वारा विश्व बंधुत्वकी भावना का विकास करना चाहते और वैदिक धर्म और संस्कृति समस्त स्वरूपों का सही प्रतिनिधित्व किया। विवेकानंद ने हिंदू संस्कृति को और हिंदुत्व को संगठित करके आत्म गौरवकी भावना पैदा की। विवेकानंद भारत के अतीत को उसका पुनः निर्माण करके भारत की संस्कृति को जीवित रखना चाहते थे। विवेकानंदसे प्रभावित होकर सुभाष चंद्र बोस विवेकानंदको अपना आध्यात्मिक गुरु मानते थे।

१०. विवेकानंद ने "राष्ट्रवाद" और "धर्म" दोनों की जड़ों को मजबूत किया है। विवेकानंद का मानना था धार्मिक शिक्षा ही हमें साहसी, आत्मविश्वासी, और त्यागी संयमित जीवन जीने की प्रेरणा देती है।

संदर्भ सूची

- [1] स्वामी सर्वथानंद, 2001, योगाचार्य स्वामी विवेकानंद जीवन चरित्र, श्री रामकृष्ण मिशन, राजकोट
- [2] स्वामी गंभीरानंद, प्रथम संस्करण 1967, श्री शारदादेवी जीवन चरित्र, श्री रामकृष्ण आश्रम, राजकोट।
- [3] स्वामी ध्रुवेशानंद, प्रथम संस्करण जनवरी 1964, श्रीरामकृष्णदेव जीवन चरित्र, श्री रामाकृष्ण आश्रम, राजकोट।
- [4] स्वामी सर्वथानंद, 2012, नरेन से वीर सन्यासी विवेकानंद, रामकृष्ण आश्रम, राजकोट।
- [5] Rajyoga, SwamiVivekananda
- [6] Advaitaashrama, mayavati, champavat, Uttaranchal, May-2006
- [7] कृष्णकृपामूर्ति, 2009, श्री चैतन्य महाप्रभु, भक्ति वेदांतबुक, ट्रस्ट मुंबई.
- [8] श्रीरामकृष्ण लीलाप्रसंग, (ग्रंथ -3), स्वामी शारदानंद, जनवरी 2014, श्री रामकृष्ण आश्रम, राजकोट.
- [9] Sarkariguider.in.com
- [10] <https://www.yaasyc.in>
- [11] <https://w.w.w.jansatta.com>
- [12] WWW.academicjarnal.in
- [13] <http://sarkariguider.in>