eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 02, Issue 10, October 2023

आधुनिक जीवन के प्रबंधन में आध्यात्मिक मूल्यों का महत्व

[1]रूचि पाटीदार
[1]शोध छात्रा, योग विभाग, सेम ग्लोबल विश्वविद्यालय भोपाल, मध्य प्रदेश

Received: 15 September 2023 Accepted and Reviewed: 25 September 2023, Published : 01 October 2023

Abstract

आधुनिक समय में मानव के जीवन में भौतिक संसाधन प्रचुर मात्रा में उपलब्ध है फिर भी मनुष्य का मन असंतुष्ट है, वह तनावग्रस्त एवं शारीरिक रूप से अस्वस्थ है क्या कारण है कि, वर्तमान युग में तकनीकी विकास एवं भौतिक संसाधनों की प्रचुरता के बाद भी मानव समाज में चारों ओर असंतोष व्याप्त है। भौतिक जीवन की चरम उपलब्धियों पर पहुंचने के बाद भी मानव खालीपन ही महसूस करता है क्योंकि भौतिक जीवन की उपलब्धियां आत्मिक संतोष एवं सच्ची संतुष्टि प्रदान नहीं कर पाती है।

मानव जीवन में पूर्णता की अनुभूति एवं सत्य ज्ञान का प्रकाश आध्यात्मिक मूल्य प्रदान करते हैं आध्यात्मिक जीवन का उद्देश्य मनुष्य के सर्वोत्तम विकास पथ को आलोकित करना है जिसमें परम आनंद, संतोष, सुख– शांति की कामना शामिल हैद्य अध्यात्म की यात्रा मानसिक शांति और सद्भावना का विकास करती है आध्यात्मिक जीवन के तत्व मनुष्य जीवन को संपूर्णता प्रदान करते हैं जिसमें क्रम से शरीर –मन –आत्मा का स्वास्थ्य संवर्धन लाभ होता है द्य अध्यात्म मार्ग की प्रणाली ईश्वरीय मार्ग से जोड़ने वाली है यह अंतर्मन की शक्तियों का प्रादुर्भाव करके चेतना की गहराइयों से जोड़ने वाला माध्यम है द्य हमारे भारतीय दर्शनों ने योग दर्शन को जीवन का आधार मानकर मनुष्य जीवन के सभी पक्षों को दृष्टि प्रदान की है जिसमें मानव के संपूर्ण जीवन के संतुलन की प्रणाली स्थापित हो। मनुष्य की जीवन प्रणाली को सुव्यवस्था प्रदान करने के लिए चार पुरुषार्थों धर्म, अर्थ, काम एवं मोक्ष रूपी जीवन शैली का विधान किया गया है जिसका पालन करते हुए मनुष्य अपनी सर्वार्थसिद्धि करता है इस प्रकार विवेक एवं प्रज्ञा से युक्त कर्म ही मानव के जीवन की सर्वश्रेष्ठ निधि है।

मूल शब्द– आधुनिक जीवन, आध्यात्मिक मूल्य, योग दर्शन, मानसिक स्वास्थ्य।

Introduction

आधुनिक जीवन शैली में भौतिकतावादी जीवनचर्या के तत्व प्रमुख है। प्रगतिशील वैज्ञानिकता के इस युग में सुख–सुविधाओं के साधन जुटाने की प्रतिस्पर्धा में पूरी मानव जाति संलग्न है या जुटी हुई है। जिस भी साधन या प्रयोजन से संपूर्ण ऐश्वर्य उपलब्ध हो सके ऐसे तमाम तरह के प्रयास मानव द्वारा किए जा रहे हैं। संपूर्ण विश्व की मानव सभ्यता भौतिक उपलब्धियों के चरम लक्ष्य को प्राप्त करने में दिन–रात व्यस्त है। इसी के चलते संपूर्ण मानवीय जीवन तनावग्रस्त है एवं अस्वस्थ प्रतिस्पर्धा से परिपूर्ण है। सुख सुविधाओं से परिपूर्ण चरम लक्ष्य को प्राप्त करने के बाद भी विकसित देशों की मानव सभ्यताएं दुखी है अस्वस्थ है असंतुष्ट है। और वे आत्मीय तुष्टि एवं संतोष

की तलाश में है वे तमाम तकनीकी विकास, ऐश्वर्या, भोग विलास के बाद भी जीवन में सच्चा सुख और संतोष तलाश रहे हैं।

हालांकि भौतिक उपलब्धियां मनुष्य जीवन के निर्वहन का प्रमुख साधन है, मनुष्य के शारीरिक उद्देश्य व सामाजिक उद्देश्यों की पूर्ति इन्हीं भौतिक सुख–साधनों द्वारा संभव होती है, शरीर के अच्छी प्रकार निर्वहन के लिए एवं सामाजिक आवश्यकताओं की पूर्ति करने के लिए जैसे गृहस्थ जीवन में खानपान की आवश्यकताएं पालन– पोषण की जरूरते भोजन, मकान, वस्त्र एवं सामाजिक जरूरतें पद– प्रतिष्ठा, अर्थ उपार्जन के साधन सामाजिक रीति– रिवाज आदि कार्यों का संपादन किया जाता है। यह भौतिक साधन मनुष्य के जीवन का संचालन करते है, मनुष्य के तमाम तरह के कर्मों का दायरा इन उपर्युक्त तथ्यों के इर्द–गिर्द ही संचालित होता है इन्हें प्राप्त करने में इतना व्यस्त हो जाता है कि, उसका जीवन एक मशीन की तरह प्रतीत होता है जीवन भर भागते रहने के बाद भी सभी अभिलाषाए पूरी नहीं होती है एवं उसे मानसिक संतुष्टि भी प्राप्त नहीं हो पाती है, लोभ, मोह, राग, द्वेष, महत्वकांक्षाओ के जाल में वह फंसा रहता है, इस तरह मनुष्य क्षित विक्षत, दिशा– विहीन सा जीवन यापन करता है साथ ही भौतिक मूल्यों की अंतिम परिणति कभी भी सच्चे सुख और संतोष में नहीं हो पाती, सारा जीवन मनुष्य का भटकाव की अवस्था में ही बीत जाता है अपने अंतिम पड़ाव पर वह सच्चा सुख और संतोष तलाशने लगता है।

जीवन को जीने की एक ऐसी शैली जो मनुष्य को स्वयं से जोड़ती हो एवं अपने सत्य ज्ञान का प्रकाश मनुष्य के भीतर उत्पन्न करती हो, वह आध्यात्मिक जीवन मूल्यों की यात्रा है एक युक्ति पूर्ण एवं सुसंगत जीवन जीने की प्रणाली का विकास बहुत पुरातन समय में ही हमारे भारतवर्ष के आध्यात्मिक जीवन में विकसित कर लिया गया था, मनुष्य के जीवन को सुसंचालित और सुव्यवस्थित करने के लिए भारतीय दर्शनों ने आध्यात्मिक जीवन शैली को विकसित किया, मानव जीवन के दुखों से निवृत्ति का मार्ग एवं सत्य ज्ञान के प्रकाश के लिए वर्षों प्राचीन ऋषि–मुनियों ने कठिन तप एवं अनुसंधान किए इसी क्रम में उन्होंने योग महाविज्ञान का अनुसंधान किया जो कि मनुष्य को स्वयं से जोड़ने एवं अपने अंतर्निहित परम चेतना के विज्ञान को जानने का रास्ता तय करता है। मानव जीवन से जुड़ी उत्सुकताएं एवं महत्वपूर्ण प्रश्न – जैसे जीवन क्या है? यह कैसे प्रकट हुआ? ईश्वर क्या है ? मैं कौन हूं? ब्रह्मांड से जुड़े तथ्य, सत्य का ज्ञान, कर्मों का सिद्धांत, जड़, जीव जगत, चेतन तत्व एवं आत्म तत्व की समीक्षा योग विद्या का प्रमुख विषय है ज्ञान युक्त चर्चा से समृद्ध भारतीय दर्शन मनुष्य के संपूर्ण जीवन का मार्गदर्शन और दिशा निर्देशन करते हैं।

इसी क्रम में आगे बढ़ते हुए योग दर्शन मनुष्य के जीवन से संबंधित सभी प्रकार के तथ्यों का हल निकालने, जीवन के विविध पक्षों में तालमेल बिठाने मनुष्य के जीवन में सामंजस्य और संतुलन बनाने के लिए एवं शारीरिक– मानसिक –आध्यात्मिक विकास को प्रोत्साहित करने के लिए व्यवहारिक ज्ञान की व्याख्या प्रस्तुत करता है यहां हम उस संपूर्ण योग रूपी अध्यात्म विज्ञान की बात कर रहे हैं जोकि विभिन्न योग ग्रंथ और वेद, उपनिषदों में बिखरी हुई थी एवं जिसे पतंजलि ने एकत्र करके योग दर्शन का नाम दिया, योग विद्या यानी मनुष्य के जीवन का आध्यात्मिक पक्ष जो कि समग्र जीवन के सुशासन की दृष्टि मनुष्य को प्रदान करता है।

सामान्य जनजीवन में अध्यात्मिक जीवन के गुर और उसके वैज्ञानिक तथ्य मनुष्य जीवन को सरल वह सफल बना सकते हैं वह सामान्य जनजीवन के मूल्यों का परिष्करण या परीशुद्धि करते हैं यह रास्ता योग का दर्शन तय करता है इस संदर्भ में योग दर्शन का अष्टांग योग महत्वपूर्ण है जिसका प्रत्येक अंग मनुष्य के जीवन के सभी पक्षों में समन्वयात्मक एवं आदर्श जीवन शैली को विकसित कर सकते हैं जिसमें शरीर एवं मन की शक्ति उसके सामर्थ्य का विकास साथ ही सामाजिक सद्भावना का संचार समाहित है। वस्तुतः योग मानव जीवन को संचालित करने की ऐसी तकनीक या युक्तियां प्रदान करता है जिसमें मानव को शारीरिक, मानसिक, भावनात्मक तथा आत्मिक सहजता सुलभ हो सके।

साहित्य की समीक्षा– संबंधित साहित्य का अध्ययन शोध के लिए एक अच्छी परिकल्पना का निर्माण करते हैं, संबंधित साहित्य की समीक्षा तथ्यों को जुटाने उनका आकलन और विश्लेषण करने की सुव्यवस्थित दृष्टि प्रदान करती है। हिंदी कुंज. काम (हिंदी लेख), भारतीय जीवन मूल्य इस आर्टिकल में यह बताया है कि भारतीय जीवन मूल्यों की जड़े यहां के नैतिक, धार्मिक मूल्यों में समाहित है नैतिक मूल्य ही सभ्यता व संस्कृतियों का पोषण करते हैं। इस तथ्य को स्पष्ट किया गया है, इस आर्टिकल में यह बताने का प्रयास है कि मनुष्य जीवन की सफलता नैतिक मूल्यों में ही सार्थक है।

लेखक डॉ सुरेंद्र वर्मा सन 1996 शीर्षकरू भारतीय जीवन मूल्य (ग्रंथ माला 89) इस शोध में मूल्यों की गहन विवेचना की गई है। लेखक ने जीवन मूल्यों के विस्तृत दायरे और बहुआयामी पक्षों को समेटे हुए मूल्यों को समझाने का प्रयत्न किया है। लेखक ने भारतीय ज्ञान वादी शाखा के उच्च आध्यात्मिक जीवन मूल्य रोक सको सामान्य जनों के लिए कठिन मार्ग कहा है साथ ही भारतीय दर्शनों के पंच व्रत रूपी मूल्यों पर प्रकाश डाला है और भारतीय जीवन मूल्यों के संदर्भ में उन्हें स्पष्ट करने का प्रयत्न किया है। इस प्रकार इस शोध लेख में इन्होंने जीवन मूल्यों के संपूर्ण ढांचे को स्पष्टता देने का प्रयत्न किया है।

डॉ सुशील कुमार शर्मा 1, जुलाई, 2020 शीर्षक, भारतीय जीवन मूल्य' इस शोध लेख में लेखक ने भारतीय जीवन मूल्यों की नींव नैतिक शास्त्र को माना है और कहा है कि नैतिक शास्त्र ही भारतीय जीवन मूल्यों का प्रतिनिधित्व करते हैं। लेखक ने बहुत अच्छे तरीके से नैतिक मानदंडों को समझाया है और मनुष्य जीवन में उसके महत्व को भी स्पष्ट करने का अच्छा प्रयास किया है।

प्रोफेसर हरेंद्र प्रसाद सिन्हा, 10 जुलाई, 1992 शीर्षक – भारतीय दर्शन की रूपरेखा, मोतीलाल बनारसीदास बंगलो रोड, दिल्ली ११०००७ द्वारा प्रकाशित तथा जैनेंद्रप्रकाश जैन, श्री जैनेंद्र प्रेस, ए–४४ नारायणा, फेज –१ नई दिल्ली 110028 द्वारा मुद्रित।

उद्देश्य–

१) आधुनिक जीवन में आध्यात्मिक जीवन के तत्व मानव जीवन के नैतिक मानदंडों को तय करते हैं।

२) समाज में शांति, सद्भावना और मानसिक शक्ति के संवर्धन के लिए वैदिक दर्शन योग दर्शन की प्रणाली को स्पष्ट करते हैं।

eISSN 2583-6986
IDEALISTIC JOURNAL OF ADVANCED RESEARCH IN PROGRESSIVE SPECTRUMS (IJARPS)
A MONTHLY, OPEN ACCESS, PEER REVIEWED (REFEREED) INTERNATIONAL JOURNAL
Volume 02, Issue 10, October 2023

३) आध्यात्मिक जीवन की प्रणाली मनुष्य के जीवन में विविध पक्षों का समन्वय एवं संतुलन स्थापित करती है।

निष्कर्ष– मनुष्य जीवन में भौतिक उपलब्धियों के साथ आध्यात्मिक मूल्यों का सामंजस्य जीवन को नैतिक गुणों से समृद्ध करता है आधुनिक जीवन में आध्यात्मिकता के तत्व मानवीय धर्म की दृष्टि प्रदान करते हैं मानव जीवन के कल्याण को ध्यान में रखकर प्राचीन ऋषि–मुनियों ने धर्म के स्वरूप को मानवीय व्यवस्था प्रदान की एवं सामाजिक जीवन में नैतिक मूल्यों की संस्कृति का विकास किया, जिसमें सदाचरण, श्रद्धा, विश्वास, तप, शुद्धता एवं मन की पवित्रता को प्रमुख स्थान दिया गया है इस प्रकार आध्यात्म रुपी संस्कृति मानव के जीवन में सद्‌गुणों का संचार करती हैं जो आधुनिक जीवन के लिए सद् वृत्तियों का निर्धारण करती है।

संदर्भ ग्रंथ–

- डॉ विनीता शुक्ला, जुलाई 14, 2020, शीर्षक –नैतिक शिक्षा मानव जीवन और महत्व
- अगस्त 12, 2020 शीर्षक– वर्तमान युग में मानवीय मूल्यों एवं नैतिकता की प्रसंगिकता, हिंदी, https://m-sikhlo-com-in
- रंजना जैन, 15 जनवरी, 2021, शीर्षक– आधुनिक परिवेश में नैतिक मूल्यों के उत्थान में साहित्य का योगदान, साहित्य कुंज, (अंक 173, द्वितीय, 2021 में प्रकाशित
- डॉ रजनी बिष्ट जून 2019, अवसनउम ६, पेनम ६ शीर्षकरू जीवन मूल्य स्वरूप एवं महत्व, स्वामी विवेकानंद कॉलेज आफ एजुकेशन रुड़की www-jetir-org (ISSN 2349-5162)
- डॉ रविंद्र नाथ तिवारी, नवीनतम राष्ट्रीय शिक्षा नीति मई 27, 2021, शीर्षक भारतीय ज्ञान परंपरा और राष्ट्रीय शिक्षा नीति