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

आध्यात्मिक आनंद प्राप्ति में ईश्वर प्रणिधान की भूमिका

[1]विनीत कुमार तिवारी
[2]डॉ. मंजू शर्मा
[1]पीएच.डी. शोधार्थी, योग विभाग, सैम ग्लोबल यूनिवर्सिटी, रायसेन, मध्यप्रदेश
[2]प्राध्यापक, योग विभाग, सैम ग्लोबल यूनिवर्सिटी, रायसेन, मध्यप्रदेश

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

Abstract

यह शोध पत्र आध्यात्मिक आनंद प्राप्ति में ईश्वर प्रणिधान की भूमिका पर प्रकाश डालता है। अपनी शोध यात्रा में इस बात की खोज करता है कि क्या योग – दर्शन में वर्णित यौगिक नियम ईश्वर प्रणिधान से आध्यात्मिक आनंद प्राप्ति संभव है। महर्षि पतंजलि ने योग दर्शन के समाधि पाद के 23वें श्लोक में स्पष्ट कहा है कि ईश्वर प्रणिधान से समाधि की सिद्धि शीघ्र हो जाती है, कारण, क्योंकि ई ईश्वर वर सर्व समर्थ हैं वे अपने शरणापन्न भक्त पर प्रसन्न होकर उसके भावानुसार सब कुछ प्रदान कर सकते हैं। ईश्वर प्रणिधान का अर्थ है ई ईश्वर वर के प्रति शरणागति, ई ईश्वर वर की भक्ति, यही कारण है कि ईश्वर को ध्यान का सर्वश्रेष्ठ विषय माना गया है। योग दर्शन का मुख्य उद्देश्य चित्त वृत्तियों का निरोध है जिसकी प्राप्ति ईश्वर प्रणिधान से ही सम्भव मानी गई है। चित्त की वृत्तियों का निरोध होने से ही द्रष्टा (आत्मा) की अपने स्वरूप में स्थिति हो जाती है और उसे आध्यात्मिक आनंद की प्राप्ति हो जाती है। अंत में यह शोध हमारी इस समझ को विकसित करता है कि सिर्फ एक यौगिक नियम ईश्वर प्रणिधान से भी आध्यात्मिक आनंद प्राप्त किया जा सकता है।

मुख्य शब्द – आध्यात्मिक आनंद, ईश्वर प्रणिधान एवं योग–दर्शन।

Introduction

मनुष्य ईश्वर की सर्वश्रेष्ठ रचना है, 'महाभारत' के शान्ति–पर्व के 180।12 में कहा गया है कि '' न हिं मानुषात् श्रेष्ठतरं हि किञ्चित् '' मनुष्य से श्रेष्ठ अन्य कुछ नहीं है 'महाभारत' में ही नहीं, उपनिषदों में भी मानव–देह को ही सबसे अच्छा बतलाया गया है। 'ऐतरेय उपनिषद्' के ऋषि ने बतलाया है कि देवताओं ने अन्य प्राणियों के शरीर की अपेक्षा मानव–देह को ही पसन्द किया और वे देव मानव– शरीर को देखकर प्रसन्नता से उछल पड़े और यह कहते हुए कि 'यह बहुत अच्छा बना है, यह तो बड़ा प्रिय है' मानव–शरीर में प्रवेश कर गए। और तो और, स्वयं परमात्मा ने अपनी पवित्र वाणी वेद में इस मानव–देह को बहुत दुर्लभ बतलाया है। ऐसी मानव–देह पाकर भी यदि मानव दुःखी हो तो फिर उसके जीवन का प्रयोजन ही क्या, परन्त सत्य यही है कि आज का मानव दुःखी है, और इसका सबसे बड़ा कारण है कि आज का मनुष्य भौतिकवादी हो गया है, वह मानव देह को उपभोग की वस्तु समझता है वह उसके वास्तविक प्रयोजन से परिचित नहीं है। बिना किसी उद्देश्य या प्रयोजन के क्या मानव को इस संसार–सागर में धकेल दिया गया है ? और फिर नाना प्रकार के कष्टों, क्लेशों और दुःखों को सहने के लिए ही इसे जन्म दे दिया गया है ? ऐसा तो हो नहीं सकता। साधारण बुद्धि भी इसे स्वीकार नहीं कर सकती। वेद का अनुयायी तो यही कहेगा कि

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

मानव–जीवन का कोई विशेष प्रयोजन अवश्य है। यदि है, तो वह प्रयोजन क्या है ? इसका उत्तर यजुर्वेद के पहले ही अध्याय में दिया गया है– कस्त्वा युनक्ति ? स त्वा युनक्ति । कस्मै त्वा युनक्ति ? तस्मै त्वा युनक्ति । कर्मणे वां वेषाय वाम् ॥ १ । ६ ॥वेद के इस मन्त्र में दो प्रश्न हैं और दो ही उत्तर दिये हैं। पहला प्रश्न है–'तुमको किसने युक्त किया, अर्थात् तेरी आत्मा का इस शरीर के साथ किसने सम्बन्ध जोड़ा ?' इसका उत्तर दिया है– 'उस परमात्मा ने तुझे युक्त किया है।' दूसरा प्रश्न है– 'किस प्रयोजन के लिए (आत्मा तथा शरीर का) मिलाप किया गया है ?' इसका उत्तर है कि (१) उस परमात्मा के भजन, दर्शन, मिलाप के लिए; (२) सत्यव्रत, यज्ञ, शुभ गुणों, विद्याओं को धारण करने तथा (३) ज्ञान की उपलब्धि के लिए। ये तीन प्रयोजन या उद्देश्य हैं जिनको पूरा करने के लिए मानव–देह प्रभु–कृपा से प्राप्त हुआ है। वास्तव में मानव जीवन का उद्देश्य सत् चित् आनन्द स्वरूप परमात्मा की प्राप्ति ही है। योग – दर्शन में महर्षि पतंजलि ने जिन यम नियम की चर्चा की है, उसमें नियमों के अंतर्गत ईश्वर प्रणिधान के महत्व के बारे में बताया गया है कि इससे भी समाधि की सिद्धि शीघ्र हो जाती है, कारण, क्योंकि ईश्वर सर्वसमर्थ है, वह सब कुछ प्रदान कर सकता है। ईश्वर प्रणिधान का अर्थ है ईश्वर के प्रति शरणागति, ईश्वर की भक्ति, ईश्वर का ध्यान, चिन्तन मनन करना भी ईश्वर प्रणिधान है चित्त को सब और से हटाकर ईश्वर में स्थिर कर देना ही ईश्वर प्रणिधान है। महर्षि पतञ्जलि ने स्वयं ईश्वर को एक विशेष प्रकार का पुरुष कहा है जो दुःख कर्म विपाक से अछूता रहता है। वह सर्वव्यापी, सर्वशक्तिमान् और सर्वज्ञ है। वह त्रिगुणातीत है। ईश्वर जीवों से भिन्न है। जीव में अविद्या, राग, द्वेष आदि का निवास है; परन्तु ईश्वर इन सबों से रहित है। जीव कर्म–नियम के अधीन है जबकि ईश्वर कर्म–नियम से स्वतंत्र है। इसलिए जब योग साधक ईश्वर प्रणिधान के नियम का पालन करता हुआ साधना करता है तब योग–मार्ग में जो रुकावटें आती हैं उन्हें ईश्वर स्वयं दूर करता है। जो ईश्वर के प्रति शरणागत होते हैं, ईश्वर की भक्ति करते हैं, ईश्वर स्वयं उनकी सहायता करता है, उन्हें आनंद प्रदान करता है, क्योंकि इस सृष्टि का रचनेवाला भगवान् स्वयं आनन्दस्वरूप है। उसके घर में आनन्द ही आनन्द है, उल्लास ही उल्लास है, और खुशियाँ ही खुशियाँ हैं।

आध्यात्मिक आनंद प्राप्ति में ईश्वर प्रणिधान की भूमिका – ईश्वर की अनन्य भक्ति, ईश्वर में ध्यान की स्थिति, ईश्वर के प्रति अपने आपको समर्पित करना, ईश्वर की आज्ञा का पालन करना, ये सभी ईश्वर प्राणिधान है, सब मनुष्यों व प्राणियों को प्रभु के परिवार का सदस्य समझना "आत्मवत् सर्वभूतेषु" का व्यवहार ईश्वर प्रणिधान है, ईश्वर के शरणापन्न हो जाने का नाम ईश्वर प्रणिधान' है। उसके नाम, रूप, लीला, गुण और प्रभाव आदि का श्रवण, कीर्तन और मनन करना, समस्त कर्मों को भगवान को समर्पित कर देना, उससे अनन्य प्रेम करना ये सभी ईश्वर प्रणिधान के अंग हैं। साधन पाद के 45 वें श्लोक समाधि सिद्धिरीश्वरप्रणिधानात् में महर्षि पतंजलि कहते हैं कि ईश्वर प्रणिधान से समाधि की सिद्धि हो जाती है, ईश्वर की शरणागति से योग साधन में आने वाले विघ्नों का नाश होकर शीघ्र ही समाधि निष्पन्न हो जाती है। इसका उल्लेख महर्षि पतंजलि ने समाधिपाद के 23वें श्लोक ईश्वरप्रणिधानद्वा में भी किया है कि ईश्वर प्रणिधान से शीघ्र समाधि होती है, क्योंकि ईश्वर पर निर्भर रहने वाला साधक तो केवल तत्परता से साधन करता है, उसे साधन के परिणाम की चिन्ता नहीं रहती, उसके साधन में आने वाले विघ्नों को दूर करने का और साधन सिद्धि का भार

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

ईश्वर के जिम्मे पड़ जाता है, अतः साधन का शीघ्र पूर्ण होना स्वाभाविक ही है। महर्षि पतंजलि ने योग दर्शन में समाधि पाद के 27 वें श्लोक में उस ईश्वर के नाम का वर्णन करते हुए कहा है कि तस्य वाचकः प्रणवः उस ईश्वर का वाचक नाम प्रणव (ॐ कार) है और 28 वें श्लोक तज्जपस्तदर्थभावनम् में उसके प्रयोग की विधि बतायी है कि उस ॐ कार का जप (और) उसके अर्थ स्वरूप परमेश्वर का चिन्तन (करना चाहिये) इसी को ईश्वर प्रणिधान अर्थात् ईश्वर की भक्ति या शरणागति कहते हैं। इससे अगले श्लोक में इसके फल का वर्णन करते हुए महर्षि पतंजलि कहते हैं कि उक्त साधन से विघ्नों का अभाव और अन्तरात्मा के स्वरूप का ज्ञान होकर कैवल्य अवस्था (अर्थात् आध्यात्मिक आनंद की अवस्था) प्राप्त हो जाती है।

ईश्वर प्रणिधान की विधि–

(1) ईश्वर के स्वरूप को जानना
(2) सब पदार्थों का आदि मूल ईश्वर को समझना।
(3) सब साधनों का प्रयोग ईश्वर की आज्ञानुसार करना।
(4) लौकिक फलों की कामना न करना।
(5) ईश्वर मुझे देख, सुन, जान रहा है ऐसा विचार बनाये रखना।
(6) ईश्वर के कारण मैं कार्य करने में समर्थ हुआ हूँ, ऐसा ज्ञान बनाये रखना।
(7) प्रथम स्थूल कार्यों फिर सूक्ष्म कार्यों को करते हुए ईश्वर समर्पित रहना।
(8) कार्यारम्भ से पहले ईश्वर की आज्ञा लेना, अन्त में धन्यवाद देना।
(9) अपनी समस्त मानसिक, वाचिक व शारीरिक क्रियाओं को ईश्वरार्पण करना।
(10) ऊं कार का जप करना, ईष्वर का चिन्तन मनन एवं दर्शन करना।

ईश्वर प्रणिधान से लाभ–

(1) राग, द्वेष आदि दुःख नहीं देते ।
(2) शरीर, मन व इन्द्रियों पर नियन्त्रण रहता है।
(3) ईश्वर से ज्ञान, बल, आनन्द, निर्भयता की प्राप्ति होती है।
(4) स्वार्थ की भावना दबकर परोपकार की भावना उभरती है।
(5) अभिमान व निराशा का नाश होता है।
(6) व्यक्ति के कर्म निष्काम होते हैं।
(7) विषय भोगों की तृष्णा (रुचि) समाप्त हो जाती है ।
(8) आत्मा के स्वरूप का ज्ञान होता है ।
(9) शीघ्र समाधि की प्राप्ति होती है ।
(10) आध्यात्मिक आनंद की प्राप्ति होती है।

निष्कर्ष – यह शोध पत्र आध्यात्मिक आनंद प्राप्ति में ईश्वर प्रणिधान की क्या भूमिका है इसका मार्ग दर्शन करता है। योग दर्शन में महर्षि पतंजलि ने ईश्वर प्रणिधान को समाधि की सिद्धि का साधन बताया है। समाधि की अवस्था एक ऐसी अवस्था है जिसमें केवल आनंद का ही अनुभव रह जाता है उस समय योगी का चित्त सत्वगुण के बढ़ने से आनंद से भर जाता है कोई भी विचार उसका

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

विषय नहीं रहता है सिर्फ आनंद ही आनंद उसका विषय रह जाता है। ईश्वर–प्रणिधान का अर्थ है अपने–आपको, अपने कर्मों को, अपने संकल्पों को भी परमात्मा को अर्पित कर देना और विशेष भक्ति द्वारा परमात्मा की प्रसन्नता, कृपा, करुणा का पात्र बनना। जब साधक यह निश्चय करता है कि उसे जो भी कर्म करना है, उसे प्रभु को अर्पित कर देना है, तब साधक देखेगा कि जो कर्म या संकल्प वह कर रहा है क्या वह इस योग्य है भी या नहीं जिसे वह, आनन्दस्वरूप भगवान् को अर्पण कर सके ? तब वह कोई दुष्कर्म नहीं कर सकेगा, कोई तुच्छ विचार भी मन में नहीं ला सकेगा। साधक सत्कर्मी बन जाएगा और परमात्मा उसको सुपात्र समझकर उसकी भेंट स्वीकार कर लेगा, और जब भेंट स्वीकार हो गई तो फिर साधक के लिए कोई भी वस्तु दुर्लभ नहीं रहेगी, और योग – दर्शन का यह नियम ईश्वर प्राणिधान सदैव उसका मार्गदर्शन करता रहेगा एवं ईश्वर सदैव उसकी सहायता करता रहेगा। यह शोधपत्र ऐसे लोगों का भी मार्ग दर्शन करता है जो अन्य यौगिक अभ्यास करने में सक्षम न हों वह ईष्वर प्रणिधान को अपनाकर अपने जीवन को सफल बना सकते हैं, कहने का तात्पर्य यह है कि ईश्वर प्रणिधान एक ऐसा यौगिक नियम है जिस पर चलकर व्यक्ति आनंदस्वरूप परमात्मा की कृपा से जीवन में सुख और शांति का अनुभव करता हुआ आध्यात्मिक आनंद प्राप्त कर सकता है ।

संदर्भ ग्रंथ सूची –

1.श्रीस्वामी, ओमानन्द तीर्थ, सं. 2065, पातंजल योग प्रदीप, गीताप्रेस गोरखपुर
2.गोयन्दका, हरिकृष्ण दास, सं. 2076, योग दर्शन, गीता प्रेस गोरखपुर
3.सिन्हा, प्रो. हरेन्द्र प्रसाद, 1993, भारतीय दर्शन की रूप रेखा, मोतीलाल बनारसी दास , दिल्ली
4.डॉ योगेन्द्र, 2013, योग शिक्षा, ए.टी. पब्लिशर्स एवं डिस्ट्रीब्यूटर्स, दिल्ली
5.डॉ कामाख्या, 2010, मानव चेतना एवं योग विज्ञान, ड्रोलिया पुस्तक भण्डार, हरिद्वार
6.शर्मा, पं श्री राम आचार्य, 2010, ज्ञानयोग, कर्मयोग, भक्ति योग, युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट, गायत्री तपोभूमि, मथुरा
7.करंबेलकर , डॉ.पु.वि. 2012 , पतंजलि योग – सूत्र,कैवल्यधाम श्रीमन्माधव योगमन्दिर समिति, लोणावला,
8.शिवानन्द , 2011,पातञ्जल योगामृत , सर्व सेवा संघ–प्रकाशन राजघाट, वाराणसी