© UNIVERSAL RESEARCH REPORTS | REFEREED | PEER REVIEWED
ISSN : 2348 - 5612 | Volume : 04 , Issue : 08 | October - December 2017

गीता में कर्मयोग

[1]बबीता रानी, [2]सहायक प्रोफेसर जयपाल राजपूत
शोध छात्रा एम0 ए0 योग, (योग विभाग) , चौधरी रणवीर सिहं विश्वविद्यालय (जीन्द)

ISSN : 2348-5612 © URR

कर्म शब्द संस्कृत के कृ धातु से बना है। जिसका अर्थ है किसी काम में शामिल होना या किसी क्रिया में संलग्न होना। मनुष्य एक सामसाजिक प्राणी है। वह कर्म के बिना नहीं रह सकता। जन्म से लेकर मृत्यु तक कर्म करता रहता है। जीवन जीन के लिए हर प्राणी को कर्म करना पड़ता है। चाहे वो मनुष्य हो या पशु हो, ये सब कर्म के कारण जीवित है, प्रकृति ह ीवह शक्ति हैजिसे जगत और प्राणियों की उत्पति हुई है। जब प्रकृति से जीवन की उत्पति होती है, तो कर्म के अधीन होती है। इस संसार में हर चीज कर्म के अधीन हैं कर्म से कोई मुक्ति नहीं है। जैसे अंककुरित होता बीज, चमकता हुआ सूरज, धंधकती आग, बहती हवा आदि ये सब कर्म के नियम से बंधे हुए है। मनुष्य कर्म करता है। चाहे वह बुरा हो या चाहे अच्छा हो यदि मनुष्य बुरा कर्म करता है तो बुरा फल मिलता है और यदि अच्छा कर्म करता है तो अच्छा फल मिलता है। परन्तु मनुष्य को मानसिक और शीररिक सब कर्म करने पड़ते है। जैसे हमारा सांस लेना, चलना–फिरना, उठना बैठना आदि ये सब कर्म है। –1

कर्म शब्द कृ धातु से निकला है कृ का अर्थ है करना अर्थात जो कुद भी किया जाता है वही कर्म है जब व्यक्ति कर्म के द्वारा मोक्ष प्राप्ति की ओर अग्रसर होता है तो वह कर्मयोग कहलाता हैं अर्थात जो कर्म हमारे जीवन को उन्नति की ओर ले जाए वही कर्म हे। कर्म ही बंधन का कारण होते है। संस्कारों के कारण ही व्यक्ति जीवन मरण के चक्कर में फंसता रहता है।

इसी कारण ऐसा लगता कि मनुष्य कभी भी बंधन से मुक्त नहीं होगा। परन्तु वास्तव में ऐसा नहीं होता क्योंकि जोकर्म मनुष्य को बंधन में बांधते हैं वही कर्म मनुष्य को मुक्ति दिलाने वाले भी होते है।, अन्तर केवल इतना है कि ऐसे कर्म हम निःस्वार्थ करते हैं जिससे हमें मोक्ष कीप्राप्ति होती है। संसार में प्रत्येक व्यक्ति कर्म करता है किन्तु जब कर्म ऐसा हो जाता है जिससे हमें सुख और आनन्द की प्राप्ति होती है उसे कर्मयोग कहते है।

अर्थात् इस विषय में किसी प्रकार का संदेह नहीं किया जा सकता। मनुष्य कर्म किए बिना नहींरह सकता। मनुष्य को न चाहते हुए भी कुछ न कुछ कर्म करनेहोते है। और येकर्म ही बंधन के कारण होते है। साधारण अवस्था में किये गये कर्मों में आसकित बनी रहती है। जिससे कई प्रकार के संस्कार उत्पन्न होते हैं इन्हीं संस्कारों के कारण मनुष्य जीवन–मरण के चक्र में फंसा रहता हैं जबकि ये कर्म बिना आसक्ति से किये जाते हैं तोयह मोक्ष प्राप्ति का मार्ग बन जाता है। –2

अर्थात हे अर्जुन आसक्ति को त्याग कर सफलता तथा असफलतस को समान बुद्धि रखकर योग में स्थिर होकर कर्म करते जा। क्योंकि समानता का भाव ही याग कहलाता हैं अर्थात संसार के विरोधी भाव से प्रभावित न होकर समान भाव में रहना योग है।–3

अर्थात समबुद्धि युक्त पुरूष पुण्य तथा पाप दोनों को इसी लोक में त्याग कर देता है अतः तू भी समतव रूप से योग में लग जा समतव रूप योग ही कर्म में कुशलता हैंकमर्तो में कुशलता ही योग है।–4

अर्थात कर्मों में कुशलता ही योग हैं कर्मयोग साधना में मनुष्य बिना कर्म बंधन में बंधे कर्म करता है तथा वह सांसारिक कर्मों को करते हुए भी मुक्ति प्राप्त कर लेता हैं अर्जुन को बताते हुए श्रीकृष्ण कहते हैं कि हे अर्जुन शास्त्रों के द्वारा नियत किये गये कर्मों को भी आसक्ति त्यागकर ही करना चाहिए क्योंकि फलाशक्ति को त्याग कर किये गये कर्मों में मनुष्य नहीं बंधता। इसीलिए इस प्रकार वे कार्य मुक्ति दायक होते है। कुछ लोगों का मानना है कि फलकीइच्छा का त्याग करने पर कर्मों की प्रवृति नहीं रहेगी। जबकि ऐसा नहीं है । क्योंकि कर्म तो कर्तव्य कीभावना से किये जाते है। तथा यही कर्मयोग भी सीखता है।–5

कर्म के भेद शास्त्रों ने अलग–2 प्रकार से बताए हैं वेदों में कर्म के दो भेद है।

1 विहितकर्म 2– निषिद्ध कर्म।

विहित कर्म को सुख के नामसे भी जाना जाता है और निषिद्ध कर्म कोदुख के नामसे भी जाना जाता है।

पतंजति योग सूत्र के अनुसार कर्म के चार प्रकार बताए गए है। 1–शुकल कर्म 2– कृष्ण कर्म 3– शुक्ल कृष्ण कर्म 4– अशुक्ल अकृष्ण कर्म।

1 शुक्लकर्मः– ऐसे कर्म जिनको करने से आपको खुशी मिलती है शुक्लकर्म कहताले है।
2 कृष्ण कर्म :– ऐसे कर्म जिनकोकरने से आपकोपाप लगता है कृष्ण कर्म कहलाता है।
3 शुक्ल– कृष्ण कर्म :– इसमें अच्छे और बुरे दोनों प्रकार के कर्म आते हैं उदाहरण के लिए एक मछुआरा मछली को पकड़ता है तो वह पाप करता है परन्तुउससे उसके परिवार का पेट भरता है।
4 अशुक्ल– अकृष्ण कर्मः– वेकर्म जो न तो अच्छे है न ही बुरे हैं वो इसके अन्तर्गत आते है।

वेदान्त के अनुसार कर्म के तीन प्रकार बताए गए है। 1– संचित कर्म 2– प्रारब्ध कर्म 3– क्रियमाण कर्म।

1 संचित कर्म :– पिछले जन्मों के कर्मों का फल।
2 प्रारब्ध कर्म :'– इस जन्म के कर्मो का फल।
3 क्रियामाण कर्म :–अगले जन्म में जो फल मिलेगा।

श्रीमद्भगवतगीता के अनुसार कर्म के तीन प्रकार बताए गए है। 1– कर्म 2– अकर्म 3– विकर्म –6

कर्म ही पूजा है कर्म करना हमारा कर्तव्य हैं इसीलिए हमें अपने कर्म नित्य श्रद्धा पूर्वक करने चाहिए और किसी फल की इच्छा नहीं करनी चाहिए प्रेम से सेवा करना चाहिए और ईशवर का दर्शन होगा। मानवता की सेवा ही ईश्वर की सेवा है सच्ची भावना से और अहंकार न रखते हुए किये गये कर्म से मनुष्य का उद्धार होता है। मन और भावना के साथ कर्म किया जाए तो ईश्वर साक्षात्कार में सहायक यौगिक कर्म बन जाता है हमारे हृदय को स्वार्थ न बुरी तरह जकड़ रखा है। यह स्वार्थ मनुष्य जीवन में विष है स्वार्थ ज्ञान कोएक लेता है यही मनुष्य के दुखोंकी जड़ है। सच्ची आध्यात्मिक प्रगति निस्वार्थ सेवा से प्रारम्भ होती है। भावना के साथ, प्रेम और भक्ति से साधुओं, सन्यासियों, भक्तों, गरीबों और रोगियों की सेवा करो सबके हृदय में ईशवर निवास करता है। –7

अर्थात भतमात्र के हृदय में ईशवर है। अर्जुन, वह माया के द्वारा सबको घुमा रहा है जैसे कोई यंत्र पर चढ़ाया गया है। सेवा–भाव तुम्हारी नसों, हड्डियों में समा जाना चाहिए और इसका प्रतिफल अमुल्य हैं प्रिय मित्रो। उंची बाते करना और गप्पे लगाना व्यर्थ हैं काम उत्साह और लगन से दिखाई देना चाहिए, और सेवा की भावना हमारे अंदर होनी चाहिए। और कामकरते समय भी ईशवर का नामजपना चाहिए। कर्मयोग, भक्ति योग से जुड़ा हुआ है कर्मयोगी अपनी कर्मेद्रियों के द्वारा जो कुछ भी करता है वह सब ईशवर के चरणों में समर्पित करता हैं कर्मयोगी जो सेवा करता हैउसके प्रतिफल के रूप में प्यार प्रशंसा की आशा वह नहीं रखता। –8

कर्मयोगी को लोभ, मोह– माया और अंकार से मुक्त होना चाहिए और इन सभी चीजों को दूर करने का प्रयत्न करना चाहिए उसे किसी भी काम के फल की इच्छा नहीं रखनी चाहिए उसका स्वभाव नम्रता पूर्वक होना चाहिए और कर्मयोगी का स्वभाव प्रेम, सरल और मिलनसार होना चाहिए और कर्मयोगी को जाति धर्म और भेद–भाव आदि उसके अन्दर नहीं होनी चाहिए और उसका हृदय सबकोअपने में समा लेने वाला होना चाहिए और उसका मन शांन्त एवं सन्तुलित होना चाहिए और उसका जीवन सादा होना चाहिए और दुसरों की सहायता करने वाला होना चाहिए– –9

अर्थात जो अपनी इन्द्रियों के समूह को पुरा नियमित कर देते हैं सब में समबुद्धि रखते हैं और भूतमात्र के हित में लीन है। वे मुझे ही प्राप्त होते हैं कर्मयोगी का शरीर स्वस्थ, सुदृढ़, और शक्ति शाली होना चाहिए उसका अपना ही शरीर दुर्बल और जर्जर हो तो वह दुसरों की सेवा क्या करेगा। उसे अपने शरीर का पूरा ख्याल रखना चाहिए कर्मयोगी को किसी भी चीज में मोह या आसक्ति नहीं होनी चाहिए। अपने शरीर से भी नही। इसका अर्थ यह नहीं कि योगी अपने स्वास्थ्य का भी ध्यान न रखे। कर्मयोगी को अपने शरीर और स्वास्थ्य का ध्यान रखना चाहिए क्योंकि दुसरों की सेवा भी शरीर से हीकर सकता है, और उसमें धैर्य होना चाहिए और अपने में ईशवर मेंशास्त्राों में तथा अपने गुरू के आदेशों में श्रद्धा होनी चाहिए ऐसा व्यक्ति ही सच्चा कर्मयोगी हो सकता है। –10

निष्कर्ष

उपर्युक्त विवेचन के आधार पर हम कह सकते हैं कि आसक्ति तथा फल की इच्छा त्याग कर सम्पूर्ण मनोयोग से जा भी कर्म किए जाते हैं जो कर्म आत्मा को उंचा उठाते हैं तथा मुक्ति की प्राप्ति करवाते हैं कर्म योग कहताते हैं कर्म योग एक ऐसा योग है जो हमारे साथ– साथ समाज की वृद्धि करता है । कर्मयोग की प्रशंसा करते हुए महात्मा गांधी जी कहते हैं कि सब योग से श्रेष्ठ निष्काम कर्मयोग हैं कर्मयोग सांसारिक पुरूषों के लिए एक उचित व स्वाभाविक मार्ग हैं इनको घर पर रहते ह ,ए भी पुर्ण जीवन जीते हुए निस्वार्स्थ भाव से किया जा सकता है। –11

संदर्भ सुची :–

1 कर्म ओर कर्मयोग, सवामी निरजनाननद सरसवती, पृ0 सं0 –1–3
2 “न हि कश्चित्क्षण भपि जातु तिष्ठत्यकर्मकृत् ।
3 कार्यते ह्यापशः कर्म सर्वः प्रकृति जैगुणै
4 “योगस्वथः कुरूकर्माणि सडत्यकत्वा धन्अचयः।
सिद्धिय सिद्धयोः समो भूत्वा समत्व योग उच्यसतेः।। (गीता2/48)
5 “बुद्धि युक्तो जहातीह उभे सुकृतदुष्कृते।
तस्माद्योगाय युज्यस्व योः कर्मसु कौशलम्।। (गीता2/50)
6 “योगः कर्मशु कौशलम्” । (गीता 2/50)
7 मनव– चेतना, प्रो0 ईशवर भारद्वाज, पृ0 सं0– 262,263
8 कर्म ही पूजा है, कर्मयोग– साधना, स्वामी शिवानन्द पृ0 सं0–16
9 ष्ईशवरः सर्वभूताना ह्रदेशेऽर्जुन तिष्ठति।
भ्रमायन्सर्व भूतानि यत्रारूढानि मायया” ।। (गीता–18/16)
10 कर्मयोगी की योग्यताएं, स्वामी सिवानन्द पृ0 सं0 –14
11 “ संनियम्येन्द्रियग्तामः सर्वत्र समबुद्धयः। ते
प्राप्नुवन्ति मामेव सर्वभूतहिते रता” ।। (गीता12/14)
12 निष्कर्ष