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

मानव जीवन मे कर्मयोग योग की उपयोगिता

[1]Sunil, [2]Jaipal Singh Rajput
M.A. Yoga, Assistant Professor, Department of Yoga, CRSU, Jind

प्रस्तावना :-

1) कर्मयोग की साधना से साधक के अंदर आत्मज्ञान प्राप्त करने के लिए अर्हता आती है , वेदान्त के अध्ययन के लिए वह अधिकारी बनता है, अज्ञानी लोग कर्मयोग रूपी प्राथमिक सिध्दांत प्राप्त किये बिना ही एकदम ज्ञानयोग मे पहुँच जाना चहाते है | इसलिए वे सत्य का साक्षातकार करने मे असफल होते है | चित मे राग द्वेष असूया आदि द्वेष भरे रहते है | ये ब्रम्हा की बात करेंगे व्यर्थ वाद-विवाद मे उलझेगें शुष्क तर्क और अनन्त चर्चा करेंगे | सारा दर्शन उनकी जिव्हा पर ही रहता है | दुसरे शब्दों मे शाब्दिक वेदांती है | लेकिन आवश्कता है व्यवाहारिक की जो सत्तत निस्वार्थ सेवा से निकलता है |

ISSN : 2348-5612 © URR
9 770234 856124

2) साधारण मनुष्य कर्मयोग के मार्ग पर चलते है | इस प्रकार के व्यक्ति केवल क्रम करने मे विश्वास करते है और वह उससे प्राप्त होने वाले फल की चिंता नही करते | वह बिना किसी स्वार्थ के दुसरों की सेवा करते है और इस प्रकार के स्वार्थ से उन्हे सुख तथा शांति की प्राप्ति होती है जिससे वह जीवन बिना किसी दुःख या तकलीफ के व्यतीत कर पाते है |

कर्म क्या है :-

3) कर्म अर्थात काम जैमिने ऋषि के अनुसार अग्निहोत्र , यज्ञ आदि कर्म कहलाते है | प्रत्येक कर्म के अंदर अदृष्ट नामक एक शक्ति छिपी रहती है जिसके कारण मनुष्य के कर्मो का फल मिलता है | जैमिनी के लिए कर्म ही सब कुछ है मींमासको के लिए कर्म ही प्रधान वस्तु है | जैमिनी पूर्वमींमासा-शास्त्र के प्रवर्तक है | वे उतरमींमासा अर्थात वेदान्त के प्रथम आचार्य महर्षि व्यास के शिष्य थे | गीता के अनुसार कोई भी काम कर्म कहलाता है | यज्ञ, दान और तप भी कर्म है | दार्शनिक अर्थ मे देखना , सुनना ,चखना , सूंघना , छूना , चलना–फिरना , बोलना , सासें लेना आदि सब कर्म है | वास्तविक कर्म है चिंतन | वस्तुत कर्म राग देष से बनता है |

2. निस्वार्थ कर्म का मार्ग योग कहलाता है | किसी भी कर्मयोग के लिए मानव जीवन मानवीय जीवन के हित मानवीय जीवन के कार्य करना ईश्वर की सेवा करने का भगवान का दिया आशीर्वाद होता है | वह न तो विश्व की सेवा करने का भगवान का दिया आशीर्वाद होता है | वह न तो विश्व को भ्रम समझता है और न मिलने वाली सफलताओं व असफलताओं से प्रभावित होता है | इस प्रकार कर्म मे योगी पृथ्वी पर बैरागी के रूप मे अपने कर्तव्यो का निर्वाह करता जाता है |

कर्म की उत्पति :-

3. कर्म शब्द संस्कृत के कृ धातु से आया है जिसका अर्थ है किसी क्रिया मे सलंग्न होना | क्रिया और कर्म दोनों शब्द कृ धातु से लिए गए है | क्रिया का अर्थ होता है कार्य – कलाप जबकि कर्म का अर्थ मात्र कार्य – कलाप नही बल्कि अभिव्यक्ति भी है | मानव प्रकृति की अभिव्यक्ति | यह एक ऐसी चीज़ है जो सहज और स्वाभाविक रूप से व्यक्त होती है और देखा जाये तो समस्त जीवन कर्म भी अभिव्यक्ति क्र अतिरिक्त और कुछ नही | यह सारी सृष्टि कर्म की साक्षात अभिव्यक्ति ही है , जिससे कर्म का बीज देवी इच्छा से आरोपित किया गया है |

कर्मयोग मे प्रकृति के तीन गुण :-

सत्व , रज , और तम ये तीनों प्रकृतिजन्य गुण मनुष्य को बांधने वाले है | सत्वगुण सुख और ज्ञान की आशक्ति से ,रजो गुण कर्म की आशक्ति से और तमोगुण प्रमाद , आलस्य तथा निद्रा से मनुष्य को बाधँता है | (गीता का 14 अध्याय के 6 से 8 श्लोक तक) | उपयुक्त पदों मे उन अज्ञानियों का वर्णन है जो प्रकृतिजन्य गुणों से अत्यंत मोहित अर्थात बंधे हुए है , परन्तु जिनका शास्त्रों शास्त्रविहित शुभकर्मो मे तथा उन कर्मो के फलों मे श्रध्दा विश्वास है |

1. सत्व , रज , और तम - ये तीनों गुण है जिनसे , प्रकृति बनी है | सत्व का अर्थ है साम त्रस्य प्रकाश , ज्ञान , समता या भलापन | रज का अर्थ है उत्साह , गति ,या प्रवृति | तम का अर्थ है प्रमाद निष्क्रियता या अन्धकार | प्रलय कल मे ये तीनों गुण सम्यावस्था मे रहते है | पुनः सृष्टि के समय पर स्पदनं पैदा होता है और ये तीनों गुण भौतिक विश्व के रूप मे

व्यक्त होने लगते है | जीवात्मा को ये तीनों गुण ही बन्धन मे लाते है | सत्व गुण यदपि वांछनीय गुण है फिर भी वह मनुष्य के लिए बन्धन-कारक होता है | वह सुनहरी बेड़ी है | रजो गुण कामना और आशक्ति का स्त्रोत है | उसके कारण कर्म के प्रति आशक्ति पैदा होती है | तमोगुण मनुष्य को प्रमाद , आलस्य तथा निद्रा से बाधँता है |

कर्मो का कुशल आचरण :-

कर्म के सम्बन्ध में जितने भी विधि –निषेध है एउनके अनुसार तभी तक कर्म करने चाहियें ए जब तक कर्ममय जगत और उसमें प्राप्त होने वाले स्वर्ग आदि सुखों से वैराग्य न हो जाये एअथवा जब तक मेरी लीला - कथा के श्रवण कीर्तन आदि में श्रधा न हो जाये द्य इस प्रकार अपने वर्ण और आश्रम के अनुकूल धर्म में स्थित रहकर यज्ञों के द्वारा बिना किसी आशा और कामना के मेरी आराधना करता रहे एऔर निषिद्ध कर्मो से दूर रहकर केवल विहित कर्मो का ही आचरण करे तो उसे स्वर्ग या नर्क में नहीं जाना पड़ता द्य अपने धर्म में निष्ठां रखने वाला पुरुष इस शरीर में रहते - रहते ही निषिद्ध कर्म का परित्याग कर देता है और राग आदि मलो से भी मुक्त हो जाता है द्य इसी से अनायास ही उसे आत्मसाक्षात्कार रूप विशुद्ध तत्वज्ञान अथवा इव – चित होने पर मेरी मुक्ति प्रप्त होती है द्यद्य मनुष्य शरीर बहुत ही दुर्लभ है द्य स्वर्ग और नर्क दोनों ही लोको में रहने वाले जीव इसकी अभिलाषा करते रहते है द्य क्योकि इसी शरीर में अन्त:कर्ण की शुद्धि होने पर ज्ञान अथवा भक्ति की प्रप्ति हो सकती है द्य

कर्म योंग का समर्पण भाव :-

कोल्हू के बैल के संदर्श कामो में लगे रहने का नाम कर्मयोग नही है द्य शरीर ए इंद्रियों एधन सम्पति आदि सारे साधनोंए उसमे होने वाले कर्तव्य रूप सारे कर्मो को तथा उनके फलों को भी ईश्वर को समर्पण करते हुए अनास्क्त निष्काम भाव से व्यवहार करने का नाम कर्मयोग है द्य जिस प्रकार मंच पर आया हुआ एक्टर अपने पार्ट को भली भांति करता हुआ अंदर इसका कोई भी प्रभाव अपने ह्दय पर नहीं होने देता है ए इसी प्रकार कर्मयोगी ईश्वर की और से आये हुए सारे कर्तव्यो को भली भांति करता हुआ भी अंदर से अलिप्त रहता है द्य

कर्मो को ईश्वर के समर्पण करके और आशक्ति को छोडकर जो कर्म करता है वह पानी में पदपत्र के सदृश्य पाप से लिप्त नहीं होता द्यद्य योगी फल की कामना और कर्तापन के अभिमान को छोडकर अन्त: कर्ण की शुद्धि के लिए केवल शरीर एइन्द्रयों एमन और बुद्धि से काम करते है द्यद्य योगी कर्म के फल को त्यागकर परमात्मा प्राप्ति रूप शान्ति को लाभ करते है द्य अयोगी कामना के अधीन होकर फल में आसक्त हुआ बंधता है द्यद्य

निश्कर्ष :-

जैसा की हमे ज्ञात हुआ है की मनुष्य के दुखों का कारण उसका अज्ञान या अविधा है द्य इस प्रकार कर्म जब ईश्वर पूर्ण बुद्धि से एकिसी भी प्रकार के फल की कामना न करते हुए किये जाते है एतब तब वे चित को शुद्ध करते है द्यद्य कर्मयोग को उतम रहस्य माना जा सकता है द्य जिन कर्मो से जीव बंधता है (कर्मणा बन्ध्यतें जन्तु:) उन्ही कर्मो से उसकी मुक्ति हो जाये – यह उतम रहस्य है द्य पदार्थो को अपना मानकर अपने लिए कर्म करने बन्धन होता है द्य और पदार्थो को अपना न मानकर या दुसरो की सेवा या निस्वार्थ भाव पूर्वक सेवा करने से मुक्ति मिलती है द्य भगवान श्री कृष्ण ने कहा है की इस प्रकार अपने वर्ण और आक्षम के अनुकूल धर्म में स्थित रहकर यज्ञों के द्वारा बिना किसी आशा और कामना के मेरी आराधना करते रहे और विहित कर्मो का ही आचरण करे तो उसे स्वर्ग या नर्क में जाना नहीं पड़ता है द्यद्य

सदर्भ सूचि :-

- श्री स्वामी शिवानन्द सरस्वती प्रकाशन 2007 कर्मयोंग – साधना एप्रकाशक – द डिवाइन लाइफ सोसायटी पत्रालंय : शिवानन्द नगर – जिला :टीहरी – गढवाल एउतरांचल हिमालय एभारत पेज पृष्ठ सं0 1-28ए67ए138
- श्री टी के सिंह एप्रकाशन :2011 योंग के तत्व प्रकाशक – स्पोर्ट्स पब्लिकेशन्स 7/26 ग्राउंड फ्लोर एअंसारी रोड दरिया गंज एनई दिल्ली – 110002ए पेज पृष्ठ सं० 2-10ए11
- श्री स्वामी निरंजन आनन्द सरस्वती प्रकाशन 2013 एकर्म और कर्मयोग एप्रकाशक – योंग पब्लिकेशन्स ट्रस्टएमुंगेर बिहार एभारत द्य पेज पृष्ठ सं० - 3-1
- श्री स्वामी रामसुखदास एश्रीमद भगवद्गीता एसाधक संजीवनी हिंदी टिका एप्रकाशक – गीताप्रेस गोरखपुर – 273005 पेज पृष्ठ सं० – 4-226ए240

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

- महर्षि वेदव्यास –प्रणित ए श्रीमद भगवद्गीता महापुराण : द्वितीय –खंड एप्रकाशक – गीताप्रेस गोरखपुर - 273005 - पेज पृष्ठ सं० – 5634ए434
- श्री स्वामी ओमानन्द तीर्थ पातजल योंग प्रदीप एप्रकाशक - – गीताप्रेस गोरखपुर -273005 पेज पृष्ठ सं० – 6-240