International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences 2018; 3(1): 365-367

ISSN: 2456-4419
Impact Factor: (RJIF): 5.18
Yoga 2018; 3(1): 365-367
© 2018 Yoga
www.theyogicjournal.com
Received: 13-11-2017
Accepted: 14-12-2017

ज्ञान प्रकाश सिंह
शोधार्थी, योग एवं स्वास्थ्य विभाग, देव संस्कृति विश्वविद्यालय, हरिद्वार, उत्तराखंड, भारत।

ड़ॉ कामता साहु
सहायक प्रवक्ता, योग एवं स्वास्थ्य विभाग, देव संस्कृति विश्वविद्यालय, हरिद्वार, उत्तराखंड, भारत।

Correspondence
ज्ञान प्रकाश सिंह
षोधार्थी, योग एवं स्वास्थ्य विभाग, देव संस्कृति विष्वविद्यालय, हरिद्वार, उत्तराखंड, भारत ।

योग दर्शन में सामाजिक मूल्यो का विवेचनात्मक अध्ययन

ज्ञान प्रकाश सिंह, ड़ॉ कामता साहु

सरांश
योग दर्शन में जीवन मूल्यों का स्थान सर्वोपरि है। योग दर्शन में सत्यम, शिवम, सुन्दरम् को शाश्वतमूल्यों की संज्ञा दी गई है। हमारे समाज व संस्कृति में मनुष्य, मूल्यों के द्वारा ही मानवश्रेणी में आता है अन्यथा वह पशु समान है। मूल्य ही हैं, जो हमें समाज में रहने के योग्य बनाते हैं। इनके अनुसार ही हमें ज्ञात होता है कि मानव के लिये क्या करने योग्य है और क्या नहीं।

कूट शब्दः योग दर्शन, सामाजिक मूल्यो

प्रस्तावना
समाज की प्रगति व समृद्धि के लिए एक ऐसी बुनियाद की आवश्यकता होती है, जो कि समानता, बंधुता स्वतंत्रता व न्याय जैसे मूल्यों पर आधारित हो। इन मूल्यों के बिना विकास की गति संगत और सतत् नहीं हो सकती। ये मूल्य मानव की गरिमा की पुर्न स्थापना, मानवीय प्रतिष्ठा एवं मानवीय हित के सर्वतोमुखी विकास तथा सामाजिक जीवन की समरसता हेतु अनुकूल परिस्थितियों के निर्माण हेतु अपरिहार्य हैं। वैश्वीकरण के इस युग में हमारा देश सांस्कृतिक संकट के संक्रमण काल से गुजर रहा है। ऐसा लगता है कि चहारदीवारी एवं खिड़कियॉ खुली रखने की प्रक्रिया में हमारे घरों की सम्पूर्ण प्राणवायु बाहर से आयी दूषित वायु के कारण प्रदूषित हो गई है। ऐसे समय में जब हम मूल्यों की बात करते हैं, तो यह एक कोरा आदर्श ही प्रतीत होते हैं। यही नहीं सदाचार, सहिष्णुता, अनुशासन, मर्यादित भावना और कर्मनिष्ठा आदि जीवन मूल्यों के प्रति हमारा दृष्टिकोण बड़ी तेजी से बिखरता जा रहा है। मूल्य, आदर्श, विश्वास, संस्कार, वे मानक हैं, जिन्हें सम्पूर्ण समाज या समाज का एक बड़ा अंश धारण किये हुये हैं। जीवन मूल्य, सभ्य व सुसंस्कृत समाज की आधारशिला होते हैं।
समाज अपने अस्तित्व को चिरस्थायी बनाने के लिए कुछ नियमों आदर्शों लोकाचारों जैसे–प्रणालियों को विकसित करता है और ये किसी न किसी रूप में किसी विशिष्ट मूल्यों से संबद्ध होते हैं, जो उस समाज के सदस्यों के जीवन का मुख्य उद्देश्य होते हैं। इसे लोकाचार कहते है, यदि यही लोकाचार उच्च श्रेणी का हो, तो उसे मूल्य माना जाता है। मूल्यों को मानव व्यवहार के घटक तथा निर्धारक तत्व बताया। मूल्य आदर्श तथा ध्येय दोनों का कार्य करते हैं। सार्वभौमिकता व परिवर्तनशीलता की दृष्टि से यदि मूल्यों की प्रकृति पर दृष्टिपात किया जाये तो कुछ मूल्य ऐसे होते हैं जो देश व काल की दृष्टि से उनमें परिवर्तन नहीं होते, अर्थात वे अपरिवर्तनशील होते हैं और मानवीय परिप्रेक्ष्य में यदि विचार किया जाय तो वे उच्च श्रेणी के मूल्य होते हैं, उन्हें जीवन मूल्य की संज्ञा दी जाती है।
मानव–सभ्यता के विकास–क्रम पर यदि गौर किया जाय तो 18वीं सदी से लेकर अब तक, मानवता वादी चिंतन का स्वरूप उत्तरोत्तर मुखरित ही हुआ है। भारतीय संस्कृति और सभ्यता में भी मानवतावादी परंपरा रही है। योग दर्शन ने सार्वजनीन बंधुत्व और सम्पूर्ण विश्व को एक परिवार के रूप में देखने (वसुधैव कुटुम्बकम) के संप्रत्यय को स्पष्ट किया। स्पष्टतः ये सभी जीवन मूल्य ही हैं, जो कि भारत की इस अद्वितीय पहचान को वैश्विक धरातल पर, और दीप्तिमान किया है। भारतीय संस्कृति में मूल्यों का स्थान सर्वोपरि है। भारतीय संस्कृति में सत्यम, शिवम, सुन्दरम् को शाश्वतमूल्यों की संज्ञा दी गई है। हमारे समाज व संस्कृति में मनुष्य, जीवन मूल्यों के द्वारा ही मानवश्रेणी में आता है अन्यथा वह पशु समान है। मूल्य ही हैं, जो हमें समाज में रहने के योग्य बनाते हैं। इनके अनुसार ही हमें ज्ञात होता है कि मानव के लिये क्या करने योग्य है और क्या नहीं।
समाज की प्रगति व समृद्धि के लिए एक ऐसी बुनियाद की आवश्यकता होती है, जो कि समानता, बंधुता स्वतंत्रता व न्याय जैसे मूल्यों पर आधारित हो। इन मूल्यों के बिना विकास की गति संगत और सतत् नहीं हो सकती। ये मूल्य मानव की गरिमा की पुर्न स्थापना, मानवीय प्रतिष्ठा एवं मानवीय हित

के सर्वतोमुखी विकास तथा सामाजिक जीवन की समरसता हेतु अनुकूल परिस्थितियों के निर्माण हेतु अपरिहार्य हैं। मानवीय जीवन द्वारा मानव–समाज के उत्थान, पर आधारित 'मानववाद' जो कि एक दार्शनिक एवं मनोवैज्ञानिक विचारधारा है, यह इस तथ्य पर जोर डालती है कि सभी मानव समान हैं। आधुनिक समय में मूल्यों के क्षरण तथा असमायोजन के कारण मानसिक विकृतियॉ बढ़ती जा रही हैं। बाल शोषण, बाल हत्या, पारिवारिक विघटन, आत्महत्या जैसी घटनायें प्रायः देखी जा सकती हैं।

मूल्य विकास के क्रम में मानव सबसे पहले इन्द्रिय विषय बोध अर्थात सुख (आनन्द) को मूल्य वरण का आधार बनाता है। तत्पश्चात सुख के साथ ही मूल्य वरण में सुरक्षा का भाव भी समाहित हो जाता है और अन्त में अपने सुख, सुरक्षा एवं हित के साथ–साथ समाज के हित एवं सुरक्षा का भाव उसमें पनपता है तथा इसको दृष्टिगत रखते हुए मूल्यों का वरण करता है। मानव में समष्टि हित का यही भाव उसमें निहित उच्चतम मूल्यों का द्योतक है। उच्चतम मूल्यों से युक्त होने पर व्यक्ति अपने जीवन का लक्ष्य मात्र अपने सुख, समृद्धि तक सीमित न रखकर समष्टि के सुख, समृद्धि एवं सुरक्षा को विस्तृत कर देता है। अर्थात् किसी भी व्यक्ति के जीवन में सन्तुष्टि के लिये सुख, समृद्धि एवं सुरक्षा प्रभावशाली होते हैं, जिन्हें मूल्य प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से अवश्य प्रभावित करते हैं।

जीवन मूल्यों की परिभाषा : समय व काल की आवश्यकताओं के अनुसार दार्शनिकों व विद्वानों ने विभिन्न प्रकार के जीवन मूल्य प्रतिपादित किये। वस्तुतः मूल्य शब्द की उत्पति अंसनम शब्द से हुई है, जो कि नीतिशास्त्र का पर्यायवाची है। जीवन मूल्य मानव अस्तित्व में किसी महत्वपूर्ण वस्तु का प्रतिनिधित्व करते हैं। जीवन मूल्यों के बारे में हमारे धर्माचार्य, शिक्षाविद, मनोवैज्ञानिक, दार्शनिक आज तक एकमत नहीं हो पाये हैं। इसलिये जीवन मूल्यों को किसी एक परिभाषा के आधार पर स्पष्ट नहीं किया जा सकता है। *फ्रेंकल* (1942) के अनुसार – "जीवन मूल्य आचार और सौन्दर्य, कुशलता या महत्व के वे मानदण्ड हैं जिनका व्यक्तियों के द्वारा समर्थन किया जाता है। जिनके साथ वह जीवन व्यतीत करते हैं, जिन्हें कायम रखने के लिये प्रयासरत रहते हैं।"

शेवर एवं स्ट्रांग (1959) के अनुसार – "जीवन मूल्य महत्व के बारे में निर्णय के वह मानदण्ड तथा नियम हैं, जिनसे हम किसी वस्तु, व्यक्ति क्रियाओं तथा परिस्थितियों के अच्छा, महत्वपूर्ण व वांछनीय होने अथवा महत्वहीन होने के सन्दर्भ में निर्णय करते हैं।"

***मौरिल* (1964) के अनुसार –** "जीवन मूल्यों के चयन के उन मानदण्डों तथा प्रतिमानों के रूप में परिभाषित किया जा सकता है, जो व्यक्तियों व समूहों को संतोष, परितोष तथा अर्थ की ओर निर्देशित करें।"

बर्नन एवं लिण्डजे (1966) के अनुसार – "जीवन मूल्य सैद्धान्तिक, सामाजिक, आर्थिक, धार्मिक, राजनैतिक तथा सौन्दर्यात्मक मूल्यों का सम्मिश्रण होते हैं।''

केन्द्रीय विद्यालय संगठन, नई दिल्ली द्वारा नैतिक शिक्षा सम्बन्धी अपने परिपत्र में 17 मूल्यों को प्रस्तुत किया, जिसमें सत्यता, अहिंसा, विनम्रता एवं सहयोग की भावना प्रमुख हैं। राष्ट्रीय शैक्षणिक अनुसंधान परिषद, नई दिल्ली द्वारा प्रकाशित पुस्तक में तिरासी जीवन मूल्य संकलित किये गये, जिनमें नैतिक, सामाजिक, राष्ट्रीय तथा आध्यात्मिक मूल्यों की प्रधानता थी।

जीवन मूल्यों को पॉच शाश्वत मूल्यों के सदाचरण, सत्य, शांति, प्रेम तथा अहिंसा सम्बन्धी मूल्यों में विभक्त किया जा सकता है, जो मानव के चरित्र निर्माण में सहायक होते हैं। मानव को सच्चे अर्थो में मानव बनाने का श्रेय उन उदात्र जीवन मूल्यों को जाता है, जिनके माध्यम से वह अपना जीवन व्यतीत कर रहा है। वस्तुतः किसी भी राष्ट्र का मूल्यांकन, वहॉ के समाज के आचरणगत मूल्यों के आधार पर ही होता है। प्रत्येक राष्ट्र की परम्परागत संस्कृति होती है, जिसका सृजन उन मूल्यों के आधार पर होता है जिन्हें उनके महापुरूषों द्वारा अपने जीवन में अपनाया गया है। वस्तुतः जीवन मूल्यों के माध्यम से ही किसी भी व्यक्ति का चरित्र एवं व्यक्तित्व गौरवमयी होकर उसे महान बनाता है।

जीवन मूल्यों की उपस्थिति हमारे जीवन के प्रत्येक क्षण में किसी न किसी रूप में होती है अर्थात जीवन मूल्य हमारे जीवन को सकारात्मक गति प्रदान करते हैं।

व्यक्ति के सैद्धांतिक मूल्य उस व्यक्ति की सत्य की खोज में रूचि को प्रकट करते हैं। वह समानता तथा विषमताओं का अध्ययन करता है। किसी वस्तु के सौन्दर्य या उपयोगिता के सम्बन्ध में निर्धारण करते समय उसकी तह तक जाने का प्रयास करता है। उसकी रूचियॉ अनुभवपरक, आलोचनात्मक व तार्किक होती हैं। सैद्धांतिक मूल्य प्रधान व्यक्ति बुद्धजीवी, वैज्ञानिक या दार्शनिक होते हैं। उनके जीवन का प्रमुख उददे्श्य अपने ज्ञान को क्रमबद्ध व व्यवस्थित करना होता है।

योग दर्शन में जीवन मूल्य : वास्तव में भारतीय योग दर्शन में जीवन मूल्य कर्मिक एवं वैज्ञानिक हैं। इनमें वह सब कुछ है, जिनका यदि हम एक भी हिस्सा या कुछ अंश ग्रहण कर लें, तो हमारे साथ–साथ समाज और राष्ट्र का कल्याण हो सकता है। लेकिन आज की परिस्थितियों में हम परिवार? क्यों आज अनाथालय और वृद्धाश्रमों की संख्या बढ़ रही है? क्यों खंडित हो रहा है राष्ट्र? मानव आज अति महत्वाकांक्षी, स्वार्थ एवं विश्वासहीनता के क्षुब्ध तत्वों में सिमट कर रह गया हैं।

योग दर्शन के अनुसार : "जीवन मूल्य चार भागों धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष में विभक्त होते हैं। जीवन मूल्यों में धर्म को सर्वोच्च महत्व प्रदान किया गया है, साथ ही मोक्ष प्राप्ति को जीवन का लक्ष्य माना गया है।"

योग दर्शन के अनुसार शिक्षा में जीवन मूल्य का महत्व–

अहिंसाप्रतिष्ठायां तत्सन्निधौ वैरत्यागः।। 2/35

अर्थ– अहिंसा की दृढ़ स्थिति हो जाने पर मनुष्य के निकटवर्ती सम्बन्ध एवं समाज वैरभाव से रहित हो जाते है।[1]

सत्यप्रतिष्ठायां क्रियाफलाश्रयत्वम्।। 2/36

अर्थ– जब मनुष्य सत्य का पालन करने में पूर्णतया परिपक्व हो जाता है, उसमें किसी प्रकार की कमि नहीं रहती, उस समय वह जीवन मूल्यों का पालन पूरी तत्परता से करता हैं।[2]

अस्तेयप्रतिष्ठायां सर्वरत्नोपस्थानम्।। 2/37

अर्थ– जब मनुष्य में चोरी का अभाव पूर्णतया प्रतिष्ठित हो जाता है, तब पृथ्वी में जहॉ कहीं भी धन पड़े हुए हो, उसके लिये मिट्टी के समान है। अर्थात वह चोरी नहीं करता हैं।

ब्रह्मचर्यप्रतिष्ठायां वीर्यलाभः।। 2/38

अर्थ– जब छात्रो में ब्रह्मचर्य की पूर्णतया दृढ़ स्थिति हो जाती है,

[1] महर्शि पतंजलिकृत– योग दर्षन, हिन्दी व्याख्यासहित गीताप्रेस, गोरखपुर 2/35

[2] महर्शि पतंजलिकृत– योग दर्षन, हिन्दी व्याख्यासहित गीताप्रेस, गोरखपुर 2/36

तब उनके मन, बुद्धि, इन्द्रिय, और शरीर में अपूर्व शक्ति का प्रादुर्भाव हो जाता है, और साधारण मनुष्य किसी काम में भी उनकी बराबरी नहीं कर सकते।[3]

अपरिग्रहस्थैर्ये जन्मकथन्तासंबोधः।। 2/39

अर्थ– जब मनुष्य में अपरिग्रह का भाव पूर्णतया स्थिर हो जाता है, अर्थात संग्रह न करने का भाव आ जाता है। तो छात्र अपने सम्पूर्ण जीवन में समाज के साथ अपरिग्रह का पालन करता हैं। और जीवन मूल्यों को प्रकाशित करता है।[4]

उपसंहार

ब्रह्माण्ड के समस्त कार्यो के सम्पादन के लिए जिस ऊर्जा की आवष्यकता होती है, वह योग दर्शन में आधारित जीवन मूल्यो का पालन करने से प्राप्त हो जाती है। विश्व मे ज्ञात जितने भी शास्त्र हैं, चाहे वह किसी भी धर्म के हो, हिन्दु, बौद्व, ईसाई सभी में आधार जीवन मूल्यो को माना गया हैं। आज के इसी परिवेश में मानव के रहन सहन खान–पान तथा इस तनाव भरी जीवनचर्या के कारण आज का मानव रोगों से ग्रस्त हो गया हैं। जिसकी चिकित्सा के लिए योग चिकित्सा कारगर साबित होती है।

निश्कर्शतः हम कह सकते हैं कि आज शरीर से अस्वस्थ और मन से विक्षिप्त और विशेश समस्याओं में उलझे समाज के स्वास्थ्य तथा समुन्नति के लिए जीवन मूल्यों की ओर मुड़ना ही एक मात्र योग्य कार्यक्रम हैं। मानवीयता पूर्ण जीवन के सन्तुलन में ही व्यक्ति समाज एवं सारी दुनिया का हित तथा सम्यक विकास निहित हैं। इस दृश्टि से भी योग दर्शन में यम–नियम को अपनाकर तथा इसके सरल वैज्ञानिक सिद्वान्त को जन साधारण के मस्तिश्क पटल पर अंकित कर समाज व राश्ट्र का हित सम्भव हैं।

संदर्भ सूची

1. शर्मा आचार्य पं.श्रीराम, यम नियम,पृं. 3
2. शर्मा आचार्य पं.श्रीराम, यम नियम,पृं. 24
3. टीकाकार–हरिकृश्ण गोयन्दका, पातंजलयोग सूत्र, पृ. 46
4. सरस्वती स्वामी विज्ञानानंद, हठयोग विद्या,पृ.103
5. शर्मा, राजर्शी रामकृश्ण, अश्टांगयोग रहस्य घेरण्य संहिता,पृ.21
6. टीकाकार–हरिकृश्ण गोयन्दका, पातंजलयोग सूत्र, पृ. 67
7. स्वामी स्वात्मा राम,हठप्रदीपिका
8. सरस्वती स्वामी सत्यानंद, आसन प्राणायाम मुद्रा बंध, पृ.286
9. सरस्वती स्वामी कुवल्यानंद,प्राणयाम, पृ. 11
10. सरस्वती स्वामी कुवल्यानंद,प्राणयाम, पृ. 11
11. सरस्वती स्वामी विज्ञानानंद, हठयोग विद्या,पृ.107
12. सरस्वती स्वामी विज्ञानानंद, हठयोग विद्या,पृ.130
13. सरस्वती स्वामी निरंजनानंद, घेरण्य संहिता, 306
14. सरस्वती स्वामी निरंजनानंद, घेरण्य संहिता, 323
15. सरस्वती स्वामी निरंजनानंद, घेरण्य संहिता, 333

[3] महर्शि पतंजलिकृत– योग दर्षन, हिन्दी व्याख्यासहित गीताप्रेस, गोरखपुर 2/38

[4] महर्शि पतंजलिकृत– योग दर्षन, हिन्दी व्याख्यासहित गीताप्रेस, गोरखपुर 2/39