17/08/2020

Ajeet kumar
Assistant professor
C.M.J College,
Donwarihat

PHILOSOPHY (part I)

Yoga - <u>Eight fold path</u>

भारतीय दर्शन में अन्यान्य सम्प्रदायों के समान सांख्य-योग दर्शन भी कैवल्य को परम पुरुषार्थ मानता है। इस दर्शन का मुख्य उद्देश्य पुरुष के लिए कैवल्यलाभ की उपलब्धि करना है। किन्तु जहाँ सांख्य दर्शन कैवल्य की साक्षात्-प्राप्ति के साधन के विषय में मौन है, वहीं पतंजलि का योग दर्शन क्रियात्मक साधना-पद्धति पर बल देता है। इसकी यह साधना पद्धति योग-पद्धति के नाम से जानी जाती है। पतंजलि के योग दर्शन में योग का अर्थ जुड़ना नहीं है, वरन् कठोर प्रयास है। कठोर प्रयास द्वारा पुरुष तथा प्रकृति के मध्य वियोग है, इसका अर्थ समाधि के सुख तक पहुँचाने का मार्ग भी है वस्तुतः पतंजलि का उद्देश्य किसी आध्यात्मिक सिद्धांत का प्रतिपादन करना नहीं है।

उल्लेखनीय है कि सांख्य-योग का दर्शन
के अनुसार पुरुष चैतन्यमात्र है
अविकारी है शरीर-मन इन्द्रिय-बुद्धि
से भिन्न है, लेकिन अनादि अज्ञान
के कारण वह प्रकृतिजन्य चित्तवृत्तियों
से तादात्म्य स्थापित कर लेता है
पुरुष के प्रतिबिम्ब से जड़ चित्त-
वृत्तियाँ चेतनवती हो जाती है
तथा पुरुष में इन वृत्तियों के आ
आरोप से पुरुष बुद्धि के गुणों को
अपना गुण समझने लगता। मैं दुःखी
हूँ, मैं सुखी हूँ, मैं कर्ता हूँ इत्यादि
समझने लगता है।

चित्तवृत्तियों के निरोध के लिए योग
दर्शन अष्टांग साधना पद्धति में
आठ सोपान है इसी लिए इसे अष्टांग
योग मार्ग कहते है इसके आठ सोपान
यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार
धारणा, ध्यान, और समाधि है,
इनमें प्रथम दो (यम और नियम)
नैतिक साधना पर बल देते है, आसन
प्राणायाम और प्रत्याहार का उद्देश्य
चित्त को बाह्य विषयों से हटाना है