National Journal of
Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177
NJHSR 2025; 1(63): 16-18
© 2025 NJHSR
www.sanskritarticle.com

Ninuaa Ram
Research Scholar,
Dept Of Education,
National Sanskrit University,
Tirupati (A.P)

Guide
Prof. Rajanikanta Shukla
Dean, Academic Affairs,
National Sanskrit University,
Tirupati – 517 507

Correspondence:
Ninuaa Ram
Research Scholar,
Dept Of Education,
National Sanskrit University,
Tirupati (A.P)

संस्कृतच्छात्राणां आत्मविकासे पतञ्जलियोगदर्शनस्य प्रभावः

Ninuaa Ram, Prof. Rajanikanta Shukla

पतञ्जलियोगदर्शनस्य परिचयः -

योगः भारतीयः संस्कृतेः महत्वपूर्णदार्शनिकविचारधारा अस्ति। अस्य मुख्यविषयः आत्मसाक्षात्कारः भवति। अस्य चर्चा वेदोपनिषदस्मृतिपुराणादिषु सर्वेषु ग्रन्थेषु दृश्यते। अन्य दर्शनानां तुलनात्मकम् योगदर्शनस्य स्वकीयः विशेषः अस्ति, यत् एतत् न केवलं सैद्धान्तिकम् अपितु व्यावहारिकमपि अस्ति। पतञ्जलियोगदर्शन योगः स्पष्टतया समग्ररुपेण च उद्भवा सञ्जातः। पतञ्जलि वेदेषु विकीर्ण योगविद्याः २00 ई.पू. प्रथमवारं सम्पूर्णतया प्रस्तुतम्। तेन साररुपेण पतञ्जलि योगदर्शने १९५ सूत्राणि संकलितानि। तानि सूत्राणि यथा - समाधिपादे - साधनपादे - विभूतिपादे- कैवल्यपादे वर्णितानि इति। समाधिपादे (५१) एकपञ्चाशत् साधनपादे (५५) पञ्चपञ्चाशत् सूत्राणि विभूतिपादे (५५) पञ्चपञ्चाशत् सूत्राणि सन्ति। कैवल्यपादे अष्टत्रिंशत् (३८) सूत्राणि सन्ति।

पतञ्जलियोगदर्शनस्य उद्देश्यानि -

१.संस्कृतच्छात्राणामात्मप्रबन्धने आत्मविकासे च पतञ्जलियोगसूत्रस्य अध्ययनम् ।
२.पातञ्जलियोगदर्शनद्वारा आत्मप्रब न्धने आत्मविकासे छात्राणां व्यवहारं कथं परिवर्तनम् इति ज्ञानम्।
३.भारतीयशिक्षादर्शने आत्मप्रबन्धने आत्मविकासे छात्राणां शारीरिक, मानसिक, नेतृत्त्व बौद्धिक तत्त्वानाम् अध्ययनम्।
४.भारतीयशिक्षादर्शने आत्मप्रबन्धने आत्मविकासे छात्राणां योगसूत्रे चित्तएकाग्रतायाः अध्ययनम् ।
५.संस्कृतच्छात्राणामात्मप्रबन्धने आत्मविकासे च समाजे विविधवर्गेषु अध्ययनरतः छात्राणां योगदर्शनदृष्ट्या अध्ययनम् ।
७. योगदर्शने विविधसूत्रानुगुणं छात्राणां सर्वाङ्गीण विकासानां अध्ययनम् ।

आत्मविकासे पतञ्जलियोगदर्शनस्य प्रभावः -

षट् दर्शनेषु अन्यतमं योगदर्शनम्। अस्य प्रणेता महर्षिपतञ्जलिः। अस्य दर्शनस्य प्रामाणिकभाष्ये व्यासभाष्यमिति अभिधीयते। अत्र चत्वारः पादाः सन्ति। १९५ सूत्राणि सन्ति। योग इत्यस्य तात्पर्यं योगसमाधिः। स च **सार्वभौमचित्तस्य धर्मः** (यो.दु.व्या.भा.-१-१) चित्तविस्तराः चित्तभूमयोः वा पञ्च सन्ति। तथा च भाष्यम्- **क्षिप्तं मूढः, विक्षिप्तम्, एकाग्रं, निरूद्धमिति चित्तभूमयः** (यो.दु.व्या.भा.-१-१)

1.क्षिप्तम् - यदा चित्तमत्यन्तमस्थिरं भवति। चित्तवृत्तयः विकेन्द्रितो विकीर्णाः च भवन्ति। तच्चित्तं क्षिप्तमित्युच्यते।

2.मूढम् - मूढं चित्तं मोहात्मकं किं कर्त्तव्यमूढं भवति। लौकिकविषयेषु स्वातन्त्र्यं भवति। यदि सदसद्विविके न भवति।

3.विक्षिप्तम् - अत्र चित्तस्य चञ्चलत्वं क्षीणं भवति। विक्षेप्तापचयो भवति। चित्तं कदाचित् शान्तं भवति। एकाग्राभिमुखं भवति। पुनरपि विक्षिप्ते चेतसि सम्पद्यमानं समाधिः योग न भवति।

4.एकाग्रचित्तम् - सद्भुतमर्थ प्रकाशयति, क्लेशान् क्षीणोति। कर्मबन्धनानि श्लथयति, नरेधाभिमुखं करोति। एतस्मिन् चित्तेः जायमानः समाधिः सम्प्रज्ञात योग इत्युच्यते।

5.निरूद्धचित्तम्- सर्वासां वृत्तीनां निरोधे सति असम्प्रज्ञातः समाधिः भवति। अत्र न हि काचित् वृत्तिः जागर्ति। सर्वाः वृत्तयः प्रलीना भवति। गुणाधिकरणम्, अभिभवात् उपचायात् चित्तं भिन्नं व्यवहरति। चित्तं वृत्तिरूपं भवति अथवा चेत्तसि वृत्तयः अथवा वृत्तीनां प्रवाहः जायते। एताः पञ्चधा चित्तवृत्तयः सन्ति। **प्रमाणविपर्ययविकल्पनिद्रास्मृत्तयः** एताः पुनः **क्लिष्टाक्लिष्टभेदेन** द्विधा विभज्यन्ते। एताः सर्वाः वृत्तयः दुःखसुखमोहात्मिकाः। अतः एताः निरोधयितव्याः। क्लेशानां संस्काराः चेतसि प्रसुप्ततनुविच्छिन्नोदराः भवन्ति।

6.प्रसुप्तः - दग्धबीजानामप्ररोहः।

7.तनुः - प्रतिपक्षभावनोपहताः क्लेशास्तमवो भवन्ति।

8.विच्छिन्नः - स्वल्पप्रतिबन्धः एकस्मिन् लब्धवृत्तिरागः अन्यत्र भविष्यद्वृत्तिः इति एकस्यां स्त्रियां रक्तः चैत्र अन्यत्र विरक्त इति न मन्तव्यम्। अत्र लब्धवृत्तिः अन्यत्र भविष्यवृत्तिः।

9.उदारः - विषये लब्धवृत्तिः उदारः इत्यर्थः।

यतः चित्तवृत्तिनिरोधे दृष्ट आत्मस्वरूपे तिष्ठति, तदा **द्रष्टुः स्वरूपेऽवस्थानम्** (यो.द. -१-३) इति यदा व्युत्थानस्थितिः भवति समाधिभिन्नात्मा तदा **वृत्तिसारूप्यमित्यत्र,** इतरत्र समाधिभिन्ना-व्यस्थायां वृत्तिरूपम् आत्मा आत्मानं मन्यते।

योगशास्त्रं मुख्यत्वेन मनसः धर्मान् अधिकृत्य प्रवर्तते। अतः अत्र मनुजस्य योऽयम् स्वभावः, प्रवृत्तिः, चेतसि विद्यमानः गुणाः, वासना, संस्काराः, इत्येतान् अधिकृत्य व्यक्तित्वं वर्णयितुं शक्यते। अत्र शारीरिकविकारस्य स्वरूपस्य प्रसङ्गो नोदेति। तस्य अविषयत्वात्। वस्तुतः चित्तं प्रकृतेः सत्त्वरजस्तमोभ्यः समुत्पन्नम् अत्र त्रिगुणमिति उच्यते। एतत् सत्त्वप्रधानं पुनरपि रजस्तमोभ्यां संसृष्टिः भवति। अतः सत्त्वरजस्तमोगुणानां प्रभावः चेतसि परिलक्ष्यते। यथा चेतसः स्वभावः भवति तथा मनुष्यो व्यवहरति तथा च तस्य स्वभावः **"व्यक्तित्वमिति"** अभिधीयते।

योगशास्त्रे 'चित्तम्' किमिति प्रश्ने सति चित्तस्य सत्त्वगुणाधिकरणात् सात्त्विकव्यक्तित्वं रजोगुणाधिक्यात् राजसम्, तमोगुणाधिक्यात् तामसं तञ्च गीतायां विस्तरेण विजृम्भितम्।

योगशास्त्रे चित्तस्य किं लक्षणमिति अत्र भाष्यकारव्यासेन आह- **चित्तं हि ख्यातप्रवृत्तिस्थितिशीलत्वात्** त्रिगुणम्। प्रकाशशीले सत्त्वम्, क्रियाशीलं रजः, स्थितिशीलं तमः (यो.द.व्या.भा.-१-२) प्रख्यातप्रवृत्तिस्थितिरूपा बुद्धिगुणाः परस्परानुग्रहतन्त्री भूत्वा सत्त्वस्य शान्तः, राजसं धारं, तमसः मूढं वा प्रत्ययं त्रिगुणमेवारम्भते चलं च गुणवृत्तमिति क्षिप्रपरिणामिमिति चित्तमुक्तम्। प्रख्यातरूपं हि चित्तसत्त्वम् इति उक्तत्वात्. चित्तं सत्त्वगुणप्रधानम्।

यदा चित्तसत्त्वं तमसानुविद्धं निद्रादिवृत्तिमत् मूढं चित्तं भवति तद् **अधर्मज्ञानवैराग्यानैश्वर्योपगं** (यो.द.व्या.भा.-१-२) भवति। चित्तसत्वं तामसकर्मसंस्कारा- दिभिभूतं रजसः तमसः स्वगतिं चित्तम्, अधर्मम्, अज्ञानम्, वैराग्यम्, अनैश्वर्यम् उपगत भवति। यस्य कस्यापि जनस्य चित्तं मूढं भवति तदा तस्य व्यक्तित्वम् एवं गुणविशिष्टं भवति। गूढचित्तभूमियुतः जनः अधर्मे, अज्ञाने, अवैराग्ये, अनैश्वर्ये रमते। तदा तादृश व्यक्तित्ववान् पुरुषः अधार्मिकः, अज्ञानी, अवैराग्यवान, अनैश्वर्यवान् भवति।

स च एवं मनुते। प्राप्तं प्रापणीयं क्षीणाः क्षेतव्या, क्लेशाः, छिन्नाः श्लिष्टपर्वा भवसंक्रमो यस्याविच्छेदात् जनित्वा म्रियते मृत्वा च जायते (यो.द.व्या.भा. - १-६)। अपि च अशुध्यावरणमलापेतस्य प्रकाशात्मनो बुद्धिसत्त्वस्य रजस्तमोभ्यामनभिभूतः स्वच्छः स्थितिप्रवाहो वैशारद्यम्। यदा निर्विचारस्य समाधेवैशारद्यम् इदं जायते। तदा योगिनो भवति अध्यात्मप्रसादः तदानीं योगिनः व्यक्तित्वमेपम्भूत भवति।

प्रज्ञाप्रासादमारुह्य अशोच्यः शोचतोजनान्।
भूमिष्ठानिव शैलस्थः सर्वान् प्राज्ञोऽनुपश्यति ॥

(यो.द.व्या.भा. - १-४७)

अपि च-

शय्यासनस्थोऽथ प्रथिव्रजन् वा स्थस्थः परिक्षीणवितर्कजालः ।
संसारबीजक्षयमाणः स्यान्नित्यमुक्तोऽमृतभोगभागी ॥

(यो.द.व्या.भा. – २-३)

किञ्च यदा चित्तं समापन्न (समाहितं) भवति तदा निरस्तरङ्ग-महोदधिकत्वं शान्तमनन्तमस्मितामात्रम् (यो.द.व्या.भा. - १-३६) इति।

उपसंहारः –

योगदर्शनमिति शब्दोच्चारणेनात्यन्तं व्यापकं वैशिष्ठवं च तत्त्वज्ञानमनुभूयते। इदं योगदर्शनशास्त्रं यद्यपि शास्त्रसाहित्याकाशे भाति तथापि लौकिकस्तरे जनान् पोषयति प्रेरयति प्रचोदयति च। मनुष्यस्य आत्मिकं चिन्तनं भवति योगदर्शनम्। तात्त्विकरूपेण वक्तुं शक्यते यत् आब्रह्मस्तम्भ पर्यन्तं सर्वे स्वजीवने आत्मनिवृत्तिपूर्वकं चतुर्विधपुरुषार्थ कामयमानाः अभिव्रजन्ति। यद्यपि उपर्युक्तानाम् आत्मविकासतत्वानां निराकरणाय बहवः उपायाः बहुषु स्थलेषु निर्दिष्टाः तथापि योगदर्शनशास्त्रोक्तप्रत्यक्षादिप्रमाणैः प्रत्यक्षीकृतोऽयं मार्गः सारल्येन मनुष्यः स्वाभिष्ठप्राप्तुं शक्यते।

प्रकृताध्ययने अस्मिन् पतञ्जलियोगदर्शने यानि तत्त्वानि विद्यन्ते तेषां तत्त्वानां शैक्षिकदृष्ट्या आत्मविकासे प्रभावः इति उपर्यक्त

बिन्दवाधारेण विरचितम्। योगदर्शनशास्त्रं परमपुरुषार्थप्राप्तये मनुष्यान् प्रचोदयति। शिक्षया तद् परमपुरुषार्थरूपकदुरूहलक्ष्यं मनुष्येन प्राप्यते। सा शिक्षा भवति आजीवनप्राचल्यमाना काचित् गतिशीला प्रक्रिया यया मानवस्य सर्वाङ्गीणविकासः जायते। आत्मविकासः आलोचनावसरे वक्तुं शक्यते यत् पतञ्जलियोगदर्शनस्य माध्यमेन जीवनस्य लक्ष्यानां निर्धारणपूर्वकं जीवनसार्थकं कर्तुं उपायान् अपि योगदर्शनमिदं निर्दिशति। पतञ्जलियोगदर्शनं विना जीवनस्य लक्ष्यं समीचिनतया प्राप्तुं न शक्यते। यद्यपि शिक्षायाः अध्ययनेन अज्ञानचक्षोः उन्मीलनं जायते तथापि योगदर्शनस्य माध्यमेन आत्मविकासे चित्तवृत्तिनिरोधः भवति। यतोहि पतञ्जलियोगदर्शने चिन्तनशक्तेः मुक्तेः धर्मस्य च व्यापकतया वर्णनं लभ्यते। योगदर्शने प्रमुखतया आत्मनः नैरन्तर्य विवक्षितोऽस्ति। शिक्षायाः ग्रहणार्थं चत्वारः आश्रमाः निर्दिष्टाः सन्ति। गुरुशिष्यपरम्परया अपि शिक्षायाः ग्रहणं भवति। परन्तु संस्कारविषयकं तथ्यं शास्त्रमिदं प्रतिपादयति। सर्वोपरि आत्मविकासे तत्त्वदर्शनं, ज्ञानदर्शनं, तर्कदर्शनं, मूल्यदर्शनं च उपलभ्यन्ते। यैः मोक्षप्राप्तिर्जायते।

सन्दर्भ ग्रन्थाः –

1. जगदीश शास्त्री,पातञ्जल योगदर्शनम्, (हिंदी व्याख्या सहित) ईस्टर्न बुक लिंकर्स ५८२५ न्य चन्द्रावल, जवाहरनगर दिल्ली – ११000७
2. महर्षि पतञ्जलिकृत योगदर्शन (हिंदी व्याख्यासहित) गीताप्रेस गोरखपुर
3. स्वामी सत्यपति परिव्राजक, महर्षि पतञ्जलि प्रणीतम् योगदर्शनम्,(महर्षि व्यास भाष्य सहितम्) दर्शन योग महाविद्यालय, आर्य वन रोजड, पत्रालय – सागपुर, जि. साबरकांठा (गुजरात)
4. आनंद कुमार, आत्मविकास,उत्तरप्रदेश सरकार द्वारा पुरस्कृत १९४७, हिंदी पुस्तक, राजपाल एण्ड सन्ज, कश्मीरी गेट, दिल्ली