



National Journal of Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177

NJHSR 2025; 1(63): 140-141

© 2025 NJHSR

www.sanskritarticle.com

बृज बिलास राय

शोध छात्र,

स्कूल ऑफ योगा एंड फिजिकल एजुकेशन,

निर्वाण यूनिवर्सिटी, जयपुर,

राजस्थान (भारत)

डा. यशपाल सिंह

अनुसन्धान पर्यवेक्षक,

स्कूल ऑफ योगा एंड फिजिकल एजुकेशन,

निर्वाण यूनिवर्सिटी, जयपुर,

राजस्थान (भारत)

Correspondence:

बृज बिलास राय

शोध छात्र,

स्कूल ऑफ योगा एंड फिजिकल एजुकेशन,

निर्वाण यूनिवर्सिटी, जयपुर,

राजस्थान (भारत)

आधुनिक समाज में हिंसा की समस्या और समाधान : गांधी एवं अष्टांग योग की अहिंसात्मक दृष्टि

बृज बिलास राय , डा. यशपाल सिंह

सार (Abstract)

आज की आधुनिक समाज में चारों तरफ हिंसा, युद्ध, आतंकवाद, सामाजिक असमानता और मानसिक तनाव चरमोत्कर्ष पर है, फल स्वरूप व्यक्तिगत, सामाजिक, राजनीतिक और वैश्विक स्तर पर मानव के अस्तित्व को चुनौती दे रही है। भौतिक प्रगति के साथ नैतिक मूल्य का ह्रास, मानसिक असंतुलन तथा असंयमित इच्छाएं अहिंसा के प्रमुख कारण बन गई हैं। महात्मा गांधी की अहिंसा आत्मक जीवन दृष्टि तथा महर्षि पतंजलि द्वारा प्रतिपादित अष्टम योग का नियम के अंतर्गत अहिंसा का सिद्धांत इन सभी समस्याओं का स्थाई समाधान प्रस्तुत करता है। इस शोध पत्र में आधुनिक समाज में व्याप्त हिंसा की प्रकृति का विश्लेषण करते हुए महात्मा गांधी के दर्शन एवं योग योग सूत्र अहिंसा के माध्यम से समाधान की सैद्धांतिक व्याख्या करता है।

1. भूमिका (Introduction) आज का योग वैज्ञानिक एवं तकनीकी प्रगति का योग कहा जाता है क्यों कि इसके साथ ही हिंसा, असहिष्णुता और संघर्ष की प्रवृत्तियां भी तीव्र हुई हैं। पारिवारिक हिंसा सामाजिक विदेश आतंकवाद युद्ध सामाजिक असमानता पर्यावरणीय शोषण ही सभी आधुनिक हिंसा के अनेकों रूप हैं भारतीय दर्शन में अहिंसा को मानव जीवन की मूल नैतिक चेतना स्वरूप माना गया है। महात्मा गांधी और महर्षि पतंजलि ने हिंसा के मूल कारणों को आंतरिक अशुद्धि और असंयम से जोड़ा है।

2 आधुनिक समाज में हिंसा की समस्या

2.1 हिंसा के स्वरूप--आधुनिक समाज में हिंसा केवल शारीरिक नहीं बल्कि वाचिक, मानसिक, भावनात्मक, आर्थिक एवं संस्कृतिक स्तर पर भी देखने को मिलती है। प्रतिस्पर्धा, उपभोक्तावाद, लोभी प्रवृत्ति ने मनुष्य को आक्रामक बना दिया है।

2.2 हिंसा के प्रमुख कारण

मानसिक तनाव और असंतोष -आज के समाज में दूसरे की देखा देखी में येन केन प्रकारेण मानव भौतिक सुख सुविधाओं को प्राप्त करने की इच्छा में अपना सुख चैन भूल कर सभी हथकंडों अपनाता है।

नैतिक मूल्यों का ह्रास -आधुनिक मानव के जीवन में दिन प्रतिदिन नैतिक मूल्य, आदर्श जीवन का लोप होता जा रहा है।

भौतिकवादी जीवन दृष्टि, दिखावे की प्रवृत्ति - आधुनिक मानव का जीवन भौतिक प्रधान होने से मात्र लौकिक विकास की प्राथमिकता रह गई है।

क्रोध, लोभ और अहंकार -आज के युग में लालची प्रवृत्ति की अधिकता होने से जीवन में उसकी पूर्ति न होने पर क्रोध और अहंकार दिनों दिन बढ़ता जा रहा है जिससे हिंसा की वृत्ति सहज ही देखने को मिल रही है।

सामाजिक असमानता एवं अन्याय- आज के युग में है सामाजिक असमानता होने से अमीर गरीब के बीच की खाई दिनों दिन बढ़ती जा रही है फल स्वरूप गरीब तबकों पर अन्याय सहज देखने को मिलता है।

प्राकृतिक संसाधनों का अति -शोषण तथा पशु- पक्षियों पर अत्याचार सहज ही देखने को मिलता है।

डिजिटल युग में साइबर क्राइम, ऑनलाइन हिंसा तथा कॉर्पोरेट क्षेत्र में अहिंसक प्रबंधन सहज ही दृष्टिगोचर होता है।

3. *गांधी की अहिंसात्मक दृष्टि*-

3.1 *अहिंसा का दार्शनिक आधार*- महात्मा गांधी के अनुसार अहिंसा मात्र हिंसा के अभाव का नाम नहीं, अपितु प्रेम, करुणा और आत्म बल की अभिव्यक्ति का नाम है। गांधी जी मानते थे कि हिंसा से क्षणिक विजय मिल सकती है लेकिन स्थाई शांति मात्र अहिंसा से ही संभव है।

3.2 सत्याग्रह और सामाजिक परिवर्तन

गांधी जी का सत्याग्रह हिंसा के प्रतिरोध के रूप में नैतिक और आध्यात्मिक रास्ते के रूप में था, जिसके अंतर्गत विरोधी के प्रति घृणा का लेश मात्रा भी भाव नहीं, बल्कि उसके प्रति प्रेम का भाव जिससे उसके हृदय परिवर्तन की भावना होती थी। यह दृष्टि आधुनिक सामाजिक संघर्षों में शांति का मार्ग प्रशस्त करती है।

अष्टांग योग में अहिंसा का स्थान

4.1 यम और अहिंसा-पतंजलि योग दर्शन के अष्टांग योग का प्रथम अंग 'यम' है, जिसमें अहिंसा का स्थान सर्वोपरि है। योग सूत्र(2/35) में कहा गया है :

"अहिंसा प्रतिष्ठायां तत्सन्निधौ वैरत्यागः।"

तात्पर्य है कि अहिंसा में प्रतिष्ठित व्यक्ति के सानिध्य मात्र से वैरभाव की समाप्ति हो जाती है।

4.2 योग साधना और मानसिक शांति- अष्टांग योग के अंतर्गत यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि के फल स्वरूप मानसिक चंचलता दूर होकर व्यक्ति आत्म संयम में सिद्ध हो जाता है, जिससे हिंसा की प्रवृत्ति स्वतः समाप्त हो जाती है।

5 *गांधी दर्शन और अष्टांग योग का समन्वयात्मक विश्लेषण*

आयाम -- गांधी दर्शन--अष्टांग योग

हिंसा का कारण-नैतिक दुर्बलता- चित की अशुद्धि

समाधान - अहिंसा और सत्याग्रह- यमनियम पालन

दृष्टि-सामाजिक एवं नैतिक-आध्यात्मिक उन्नति

लक्ष्य - सामाजिक शांति- आत्मिक भाव

दोनों ही मार्ग व्यक्ति से समाज तक शांति के मार्ग पर चलने को प्रेरित करते हैं।

6.*आधुनिक समाज में समाधान की संभावनाएं*

अहिंसक जीवन शैली अपनाकर व्यक्तिगत जीवन अधिक संतुलित और सकारात्मक होता है। व्यक्ति के जीवन में नैतिक मूल्य करुणा, धैर्य, सहिष्णुता और क्षमा जैसे गुणों के विकास होता है। अहिंसा अपनाते से क्रोध, तनाव और अवसाद में कमी आती है। योग के अंतर्गत ध्यान और प्राणायाम का अभ्यास करने से मानसिक शांति प्राप्त होती है।

7. निष्कर्ष(Conclusion)

हिंसक समाज में हिंसा की मूल समस्या का समाधान आंतरिक परिवर्तन से ही संभव है। गांधी जी की अहिंसा आत्मिक जीवन दृष्टि और अष्टांग योग की साधना मनुष्य को आत्म संयम, करुणा और विवेक की ओर ले जाती है। इन दोनों का समन्वय आज के हिंसा ग्रस्त समाज के लिए स्थाई और सार्वभौमिक समाधान प्रस्तुत करता है।

संदर्भ ग्रंथ एवं शोध पत्र

1. सुमन डॉ.संजय कुमार, "गांधी जी का सत्य और अहिंसा " प्रकाशन IJSRST, Vol.3, 2017, ISSN:2395-6011
2. बदलू डॉ. राम, "अहिंसा का मनोवैज्ञानिक, संस्कृतनिष्ठ अध्ययन" प्रकाशन IJRMPS, Vol.11, 2023, E-ISSN:2349-7300
3. वर्मा डॉ. प्रियंका, "प्राचीन और आधुनिक जीवन शैली पर अहिंसा का प्रभाव", प्रकाशन IJRPR, Vol5, 2024, ISSN:2582-7421
4. सिंह कुलदीप, "अहिंसा के संदर्भ में गांधी जी के विचार" प्रकाशन IJGAES, Vol.7, 2019, ISSN:2348-0254
5. डॉ. कहार लालचंद, "महात्मा गांधी के चिंतन को प्रभावित करने वाले कारक" प्रकाशन GETIR, Vol3, 2016, ISSN:2349-5162
6. कुमार डॉ.अभिषेक, "सत्य और अहिंसा की अवधारणा में गांधी जी के विचार " प्रकाशन IJEMASSS, Vol 05, 2023, ISSN:2581-9925