National Journal of Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177
NJHSR 2025; 1(63): 239-241
© 2025 NJHSR
www.sanskritarticle.com

Dr. Prabir Dhall
Paschim medinipur,
West Bengal

Correspondence:
Dr. Prabir Dhall
Paschim medinipur,
West Bengal

मानवजीवने विद्यमानं दुःखं तस्य निवारणोपायाः च

Dr. Prabir Dhall

मानवजीवनम् -

नश्वरे जगत्यस्मिन् जन्मनि सति मरणमवश्यम्भावि। तथापि मरणधर्माणो मनुष्याः स्वप्रियजनं प्रणयाबद्धेन कदाचित् जीवयितुं स्वशरीरमुत्सृजन्ति। किन्तु जगतः अप्रतिरोध्यनियमेन सर्वेऽपि कालमनुधावन्ति। अतः केनचित् कुशलं वा इति पृष्टे सति सर्वं कुशलमिति उत्तरं देयमेव, यतो हि सुखदुःखलोभक्रोधमोहभयेर्ष्यासमन्विते विश्वेऽस्मिन् कश्चित् सुखासीन इति न हि दृढं वक्तुं शक्नुमः। समाजे कथञ्चित् जिजीविषन्ति जनाः स्वक्लेशमपाकर्तुं यथामति विज्ञानवाणिज्यसहायतां स्वीकुर्वन्ति। गच्छता कालेन यथासामर्थ्यं कृत्रिमसामग्रीणां साहाय्येन चाकचिक्यमयं जीवनमतिवाहयन्ति, किन्तु व्याधिवार्धक्यजनितं कष्टं, जरासन्तापः, पराधीनताग्लानिः, प्रात्यहिक-विहिताकृत्यबोधः च प्रतिक्षणं मरणकष्टमनुभावयन्ति।

सम्प्रति साम्प्रदायिककोलाहलः, सन्त्रासवादिनाम् आतङ्कावादिनां च हुङ्कारः, जनसाधारणानां प्रतिनिधित्वं कुर्वतां राजनीतिविदां पाशविककूटनीतिक्रीडा, पारमाण-विकास्त्रव्यवहारे परस्परं सतर्कवार्तादानप्रदानम्, व्यवसायिकलाभाय अतिजघन्याकराणां प्रयोगः, निस्सङ्गजीवनयापनं च कथञ्चिदपि सर्वान् पीडयति। शिक्षितसमाजोऽपि अतिनिद्रं विलासबहुलजीवनातिवाहने क्लान्तप्रायः। किन्तु उत्तरोत्तरकालेऽस्मिन् त एव सुखेन जीवन्ति, ये हि स्वार्थं पूरयन्ति। तेषां हृदि न हि प्रेम विराजते, न हि क्षमा, न हि वा कारुण्यं, तथापि तेषां स्वत्वयाचनं सर्वाधिकमेव। एवञ्च समाजनियन्त्रितारो देवानां प्रियाः एते स्वगुणकीर्तने न कदाप्यन्तेवासिनः। नो जीवने अहंभावना प्रायः भस्मीकुरुते अस्मत्प्रियं सर्वम्। एतादृशदुःखात् अहंभावविनिर्मुक्तये च त्रिकालदर्शिन ऋषयः सर्वोपशमकारिणीं शान्तिदायिनीं ब्रह्मप्रापयित्रीम् उपनिषद्वाणीमन्वीषुः।

मानवजीवने दुःखम् -

न हि संसारेऽस्मिन् दुःखं नास्तीति, दुःखस्यानुभवसिद्धत्वात्। इत्थं हि दुःखस्य स्वरूपज्ञानाभावात् अशक्यः तत्परिहारः। दुःखं त्रिविधमिति सांख्यशास्त्रे प्रसिद्धम् – आध्यात्मिकम् आधिभौतिकम् आधिदैविकं चेति।अतः एतेषां विषये समासेन विमृशामि।

अ) आध्यात्मिकं दुःखम् –

आत्मानम् अधिकृत्य जायमानं दुःखम् आध्यात्मिकदुःखम्। आत्मानां शरीरमधिकृत्य जायमानं यत् नैसर्गिकं क्षुधापिपासादिकं धातुप्रकोपादिजन्यज्वरातिसारादि च, यच्च आत्मानम् अन्तःकरणमधिकृत्य अनुभूयमानं कामक्रोधादिजन्यं दुःखं तत्सर्वमपि आध्यात्मिकदुःखमिति। तदपि द्विविधं – शारीरं मानसं चेति।

१) शारीरं दुःखम् – वातपितश्लेष्मणां न्यूनाधिक्यनिबन्धनेन जायमानं दुःखं शारीरं दुःखं, यथा – शरीरे वायुविकारः, ज्वरः, अतिसारः, पित्तादिविकारश्चेत्यादयः शारीरदुःखस्य हेतुर्भवति। अत उक्तं – **शारीरं वातपित्तश्लेष्मणां वैषम्यनिमित्तम्।**[1]

२) मानसं दुःखम् – सम्पूर्णस्यापि दुःखस्य मनोगोचरत्वात् मनसि जन्यत्वाच्च दुःखं मानसमित्येकविधस्यापि प्रसङ्गात् केवलं मनोमात्रजन्यं दुःखं यदस्ति तदेव मानसं दुःखमिति वक्तव्यम्।

काम(इच्छा)जन्यं, क्रोध(द्वेषः)जन्यं, लोभ(अधिकपरवस्तुप्राप्तीच्छा) जन्यं, मोह(अज्ञानविशेष)जन्यं, भय(त्रासः)जन्यम्, ईर्ष्या (परोत्कर्षासहिष्णुत्वम्)जन्यं विषाद(प्रियवस्तु-विनाशे व्याकुलता) जन्यं च यद्दुःखं तत्सर्वमपि मानसं दुःखम्। एवञ्च एतत्प्रयुक्तं शब्दस्पर्शादिश्रेष्ठविषयाणामलाभरूपं सर्वं मानसं दुःखम्। अत उक्तम् -

मानसं काम-क्रोध-लोभ-मोह-भयेर्ष्या-विषाद-विषयविशेषादर्शन-निबन्धनम् ।[2]

आन्तरोपायसाध्यत्वात् एतद्द्वयम् आध्यात्मिकं दुःखमित्युच्यते।

आ) आधिभौतिकं दुःखम् –

प्राणिनः आधारीकृत्य जायमानं दुःखमाधिभौतिकम्। यथा – नृप-अरि-क्रूरजन्तु-वनसारङ्ग-वृश्चिक-मूषक-शुकादियतत्रि-शलभ-सरी-सृपादिजङ्गमजन्यं सर्वमपि दुःखमिति। विशालकायवृक्षस्या-कस्मिकभङ्गे सति तदधस्तनप्राणधारिणः प्रायणमप्याघातेन भवति स्थावरनिमित्तञ्चैतानि सर्वाणि दुःखान्याधिभौतिकानि। अत एव उक्तम् –

आधिभौतिकं मानुष-पशु-मृग-पक्षि-सरीसृप-स्थावरनिमित्तम्।[3]

इ) आधिदैविकं दुःखम् –

देवानाधारीकृत्य जायमानं दुःखम् आधिदैविकं दुःखं भवति। देवादिसहकृतमनोजन्यत्वम् आधिदैविकदुःखलक्षणम्। अतःउक्तम्– **आधिदैविकं तु यक्षराक्षसविनायकग्रहावेशनिबन्धनम्**[4] इति। कैश्चन टीकाकारैरुच्यते यत् यक्षादीन् वातवृष्ट्यातपशीतोष्णादीन् वा अधिकृत्य जायमानं यत्तदाधिदैविकम्। अग्निप्रकोपः, इन्द्रस्य वज्रप्रहारः, भूकम्पः, वातचलनम्, हिमवृष्टिः, जलप्रलयः, डाकिनी, राक्षसः, ग्रहाः, भूतभैरवमलिनदेवः, ग्रहाः, मन्त्रः, तन्त्रश्चेत्यादिजन्यं सर्वमपि दुःखं दैवाज्जायते इत्यतः एतानि सर्वाणि दुःखान्याधिदैविकानि भवन्ति।

ग) दुःखनिवृत्तेः लौकिकोपायः

अर्के चेन्मधु विन्देत किमर्थं पर्वतं व्रजेत्।
इष्टस्यार्थस्य संसिद्धौ को विद्वान् यत्नमाचरेत्॥ इति।

इति नियममाधारीकृत्य यदि सारल्येन कार्यसिद्धिर्भवति तर्हि कष्टसाध्यं कार्यं कथमपि समीचीनं न भवतीत्यर्थः। यदि लौकिको-पायेन त्रिविधदुःखानां निवृत्तिर्जायते तर्हि अनेकजन्मायाससाध्यं विवेकज्ञानं तज्जन्यदुःखानां निवृत्तिः कथमपि समीचीनं नास्ति। लौकिकोपायस्तु शारीरदुःखानामुपशान्तये वैद्यपरामर्शेनौषधिसेवनं, मानसदुःखस्य प्रतीकाराय मनोज्ञस्त्रीप्राप्तिः, सम्यगाहारस्वीकारः, चन्दनविलेपनं, वस्त्रालङ्कारादिविषयलाभश्च सुलभोपायो वर्तते। एवमाधिभौतिकदुःखोपशान्तये नीतिशास्त्राभ्यासः, नैपुण्यम्, उचितावासनिवासः, योगाभ्यासश्चेत्यादयः सरल उपायोऽस्ति। आधिभौतिकदुःखनिवृत्तये मणिमन्त्रोषधाद्युपयोगः सुकरः।

घ) दुःखनिवृत्तेः वैदिकोपायः

त्रिविधदुःखनिवृत्तिर्न हि लौकिकोपायेन शक्यते यतो हि लौकिकोपाय ऐकान्तिकात्यन्तिकदुःखनिवृत्तेः कारणं नास्ति, तत्र अनात्यन्तिकत्वसत्वात्। तथा च दृष्टोपायेषु मुमुक्षूणां पृच्छा न जायते ऐकान्तिकात्यन्तिकदुःखनिवर्तकत्वाभावात्। अत्यन्तदुःखनिवृत्तेरुपायः दृष्टसाधनं न भवतु किन्तु वैदिकोपायस्तु वर्तते एव यथा –

स्वर्गकामो यजेत[5]

इत्यादिश्रुतिविदितज्योतिष्टोमादियागात्मकस्य सहस्रदिवसात्मक-कालेन अनुष्ठीयमानस्यानुष्ठानस्य कर्मकलायस्य ऐकान्तिकात्यन्तिकदुःखनिवर्तकमत्वमवगम्यते। तथा च समूलमुन्मूलयिष्यति दुःखमानुश्र-विकोपाय उक्तमपि **अपाम सोमममृता अभूम**[6] इति श्रुत्या सोमपानम् आस्वाद्य अमृतत्वं लब्धवानिति। अमृतत्वं नाम मृतत्वाभावः, मृतत्त्वञ्च प्रकृते विनाशित्वम्। विनाशाभावो विद्यते स्वर्गे, तथापि सुखस्योपलब्धिः तत्रास्ति।

इत्थं हि संसारेऽस्मिन् त्रिविधतापेन सन्तप्तः मनुष्यः त्रिविधदुःखेभ्यो मुक्तिं याचते। एवं दुःखभोग एव संसारचक्रं बन्धनदशा वा, दशायाः अस्याः उच्छेद एव मुक्तिः। ऋषयः बन्धनदशाया अस्या उच्छेदेन कथं हि इतः मुक्तिः स्यादिति समाधानमन्विषन्तः उपनिषदि आत्मज्ञानमुपदिदिशुः। आत्मज्ञाना-भावः अविद्या वा संसारबन्धनस्य मुख्यो हेतुर्भवति। अज्ञानवशात् मनुष्यः जीवात्मनमेव आत्मत्वेन विचिन्त्य सर्वथा पीडितो भवति। देहो जायते म्रियते च, आत्मा अजः अव्ययः। अतः गीतायामुक्तम् –

न विजानीतो नायं हन्ति न हन्यते।[7]

शुद्ध आत्मा निर्विकारः, निष्क्रियः, उदासीनः, निर्लिप्तश्च। अन्यस्य शरीरे अस्य बधोऽशक्यः, केनचित् हन्तुं न शक्यते। यथा मनुष्यः पुरातनं वस्त्रं परित्यज्य नूतनं वस्त्रं धारयति, तथैव आत्मा पुरातनं शरीरमुत्सृज्य नूतनं देहं धारयति।

अयमेव आत्मा उपनिषदि ब्रह्मत्वेन आख्यातः। चराचर-जगत्यस्मिन् सर्वेषु अनुवर्तमानः आत्मा एव। ब्रह्मज्ञानाभावः संसारबन्धनं, ब्रह्मज्ञानमेव मुक्तिः। ब्रह्मज्ञाने जाते सति ब्रह्मचैतन्यस्योपलब्धिर्भवति। ब्रह्मज्ञ ऋषिर्भाषते –

वेदाहमेतं पुरुषं महान्तमादित्यवर्णं तमसः परस्तात् य एतद्विदुरमृतास्ते भवन्ति।[8]

मायामयजगतः अन्धकाररूपावरणे लुक्कायितं ज्योतिर्मयं महान्तं पुरुषं विज्ञाय ऋषिः तस्मै प्रार्थितवान् –

असतो मा सद्गमय
तमसो मा ज्योतिर्गमय
मृत्योर्मामृतं गमय।[9]

यस्य ज्ञानेन जीवात्मा जन्ममृत्युचक्राद्विमुच्यते, तादृशः परमपुरुषः विश्वपिता असत्यान्मां स्वीकरोतु, अन्धकारादालोकपथि नयतु, मृत्योः अमृतत्वं प्रापयतु इति।

उपनिषदमनुसृत्य एव परवर्तिनि काले द्विविधा मुक्तिरुल्लिखिता। यथा – जीवनमुक्तिः विदेहमुक्तिश्च। अत्रापि विभिन्नदर्शनसम्प्रदायाः जीवनस्य परमादर्शं विविधैर्नामभिराख्यान्ति। यथा – मोक्षः, मुक्तिः, कैवल्यम्, अपवर्गः, निर्वाणं, निःश्रेयः इत्यादयः। नाम्ना भिन्ने सत्यपि आत्मनो मुक्तिरेव मोक्षार्थः इति मन्यन्ते आचार्याः। मोक्षलाभाय साधकः सर्वभूतेषु ब्रह्म आत्मानं वा पश्यति। जगद्धिताय सः सर्वमपि समर्पयति। भगवद्गीतायामेतादृशः साधकः स्थितप्रज्ञ[10] इत्युच्यते। तस्य लक्षणं तु –

विहाय कामान्यः सर्वान् पुमांश्चरति निःस्पृहः।
निर्ममो निरहङ्कारः स शान्तिमधिगच्छति॥[11]

स्थितप्रज्ञो व्यक्तिः कामनावासनां परित्यज्य निस्पृहभावनया अहङ्कारशून्यः सन् सर्वजनहिताय कर्म आचरन् परमशान्तिमनुभवति। इयमेवावस्था ब्राह्मीस्थितिरुच्यते।

नैकानि दर्शनानि जीवन्मुक्तिं नाङ्गीकुरुते। तन्मते तु मुक्तिर्नाम विदेहमुक्तिः। देहे सति आत्यन्तिकदुःखनिवृत्तिरशक्या, देहे विनष्टे सति मुक्तिर्न भवति इत्यर्थः। किन्तु उपनिषत्प्रतिपादितपरमादर्शे विश्वासं स्थापयित्वा मुक्तिः प्राप्यते एव।

निष्कर्षः –

उपर्युक्तविवेचनात् स्पष्टं भवति यत् मानवजीवने दुःखस्य अस्तित्वं अनिवार्यम्, तथा च तस्य त्रिविधरूपेण-आध्यात्मिक, आधिभौतिक, आधिदैविक-अनुभवः सर्वत्र दृश्यते। एतेषां दुःखानां निवृत्तये लौकिकोपायाः किञ्चित्कालपर्यन्तं शमनं ददति, किन्तु ते न कदापि अत्यन्तिकं निवारणं साधयितुं समर्थाः भवन्ति। औषधसेवनं, विषयभोगः, भौतिकसुविधाः इत्यादयः उपायाः केवलं क्षणिकसुखं जनयन्ति, पुनः दुःखस्य आविर्भावः भवति। अतः वैदिकदृष्ट्या आत्मज्ञानमेव दुःखनिवृत्तेः परमोपायः इति निर्णीयते। अज्ञानमेव संसारबन्धनस्य मूलकारणं, ज्ञानमेव तस्य निवारणम्। यदा मनुष्यः आत्मनः यथार्थस्वरूपं बोधयति, तदा सः देहाभिमानात् मुक्तः सन् जन्ममृत्युचक्रात् अपि विमुच्यते। उपनिषदां शिक्षानुसारं ब्रह्मज्ञानस्य प्राप्त्या जीवः अमृतत्वं प्राप्नोति, तथा च परमशान्तिं अनुभवन्ति। भगवद्गीतादिषु प्रतिपादितः निष्कामकर्मयोगः, आत्मसंयमः, अहंकारत्यागः च मोक्षमार्गे सहायकरूपेण दृश्यन्ते। एतेषां आचरणेन मनःशुद्धिः भवति, ततः ज्ञानस्य उदयः सुलभः भवति।

अतः निष्कर्षतः वक्तुं शक्यते यत् दुःखस्य समूलनिवृत्तिः न केवलं बाह्योपायैः, अपि तु आत्मज्ञानरूपेण आन्तरिकपरिवर्तनेन एव सम्भवति। एष एव मानवजीवनस्य परमपुरुषार्थः इति।

सन्दर्भग्रन्थसूची

❖ **संस्कृतग्रन्थाः -**

१. **तर्कसंग्रहः -** श्रीनारायणचन्द्र गोस्वामी, संस्कृत पुस्तक भाण्डार, विधान सरणी, कलकाता, १४१०

२. **पातञ्जलदर्शनम्** - अध्यापकअमितभट्टाचार्यः, संस्कृतवुकडिपो, वधानसरणी, कलकाता, २०२१

३. **पातञ्जलयोगदर्शनम्–** डा.विमलाकर्णाटक, काशीहिन्दुविश्वविद्यालय, रत्नाप्रकाशन, वाराणसी, ९२

४. **भारतीयदर्शनम् -** डा.समरेन्द्रभट्टाचार्यः, वुक सिण्डिकेट प्राइभेट लिमिटेड, ३५ कलेज स्ट्रीट, कलकाता, २०१२

पाद टिप्पणीः -

[1]सां.त.कौ. पृ.सं. - ७-८

[2]सां.त.कौ. पृ.सं. ८

[3]सां.त.कौ. पृ.सं. ८

[4]सां.त.कौ. पृ.सं. ८

[5]श. भा. - ६-७

[6]ऋ. वे. - ८/४८/३

[7]श्री. भ. गी. - २/१९

[8]श्वे. उ. - ३-८

[9]बृ. उ. - १/३/२८

[10]श्री. भ. गी. - २/५४

[11]श्री. भ. गी. - २/७१