



## National Journal of Hindi & Sanskrit Research

ISSN: 2454-9177

NJHSR 2026; 1(64): 306-307

© 2026 NJHSR

www.sanskritarticle.com

ईशाद्री दास

सीनियर रिसर्च फेलो,

सांख्य-योग विभाग,

केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय

### भारतीय दर्शनों में योगदर्शन का स्थान-विमर्श

ईशाद्री दास

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.19513180>

योगदर्शन और आधुनिक मनोविज्ञान के मध्य तुलनात्मक विवेचन किया गया है। योगदर्शन में मन, मानवीय वृत्तियाँ, ध्यान-प्रणाली तथा योगाभ्यास की विशिष्टताओं का विश्लेषण मिलता है। इसी प्रकार आधुनिक मनोविज्ञान में मानवीय प्रक्रियाओं का वैज्ञानिक विश्लेषण किया जाता है। योगदर्शन मन के नियंत्रण तथा मोक्ष का दर्शन है, जबकि आधुनिक मनोविज्ञान मन की प्रक्रियाओं का वैज्ञानिक अध्ययन करता है। योगदर्शन में चित्त को बुद्धि, अहंकार और मन के रूप में विवेचित किया गया है, जबकि आधुनिक मनोविज्ञान में मन को चेतना और आचरण का केंद्र माना गया है।

अविद्या, अस्मिता, राग, द्वेष और अभिनिवेश—ये योगदर्शन में क्लेश बताए गए हैं, जो आधुनिक मनोविज्ञान की कार्यक्षमता के पूरक हैं।

#### चार्वाक दर्शन में योग

'योग' शब्द 'युज्' धातु से बना है। चार्वाक दर्शन इन्द्रिय-सुख को ही मुख्य मानता है और यज्ञादि का विरोध करता है। चार्वाक वेदों को प्रमाण नहीं मानते। वे अहिंसा के प्रति स्थिर नहीं दिखते, जबकि अहिंसा योग के यमों में प्रमुख है। यद्यपि चार्वाक मार्ग योगमार्ग से भिन्न है, फिर भी शरीर संबंधी चिंतन हठयोग से संबंधित माना जा सकता है।

#### जैन दर्शन में योग

जैन दर्शन वेदों को प्रमाण नहीं मानता, फिर भी योगांगों का वर्णन मिलता है। सम्यक दर्शन, सम्यक ज्ञान और सम्यक चरित्र—ये मोक्षमार्ग के 'रत्नत्रय' हैं। सम्यक ज्ञान के पाँच प्रकार बताए गए हैं, जिनमें मनःपर्याय ज्ञान भी है। राग-द्वेष आदि के नाश के लिए योगांगों का अभ्यास आवश्यक है। अहिंसा, सत्य, अस्तेय, ब्रह्मचर्य और अपरिग्रह—ये योग के यमों से समान हैं। जैन दर्शन में शरीर, वचन और मन को योग कहा गया है।

#### बौद्ध दर्शन में योग

बौद्ध दर्शन में अष्टांगिक मार्ग बताया गया है:

1. सम्यक दृष्टि

Correspondence:

ईशाद्री दास

सीनियर रिसर्च फेलो,

सांख्य-योग विभाग,

केंद्रीय संस्कृत विश्वविद्यालय

2. सम्यक संकल्प
3. सम्यक वाक्
4. सम्यक कर्म
5. सम्यक आजीव
6. सम्यक व्यायाम
7. सम्यक स्मृति
8. सम्यक समाधि

इनमें आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, ध्यान और धारणा के समान तत्व पाए जाते हैं। बौद्ध मत में राग आदि के नाश के लिए योग का आश्रय आवश्यक माना गया है।

#### वैशेषिक दर्शन में योग

वैशेषिक दर्शन में भी योग का महत्व स्वीकार किया गया है। ध्यान को योग का अंग माना गया है। चित्तवृत्ति निरोध को योग कहा गया है। योगाभ्यास से आत्मा दुखरहित अवस्था प्राप्त करती है। महर्षि कणाद और महर्षि पतंजलि दोनों मोक्ष हेतु योग को आवश्यक मानते हैं।

#### न्याय दर्शन में योग

न्याय दर्शन में श्रवण, मनन और निदिध्यासन द्वारा मोक्ष की प्राप्ति कही गई है। निदिध्यासन ही ध्यान है, जो योग का प्रमुख अंग है। अविद्या, अस्मिता, राग, द्वेष और अभिनिवेश का नाश आत्मसाक्षात्कार से होता है। योगाभ्यास से दुःख की निवृत्ति होती है।

#### सांख्य दर्शन में योग

सांख्य और योग समान तंत्र हैं। अहिंसा को मुख्य धर्म माना गया है। योगियों की प्रत्यक्ष ज्ञान शक्ति का वर्णन मिलता है। ध्यान द्वारा अहंकार और ममता का नाश होता है। चित्तवृत्ति निरोध के लिए अभ्यास और वैराग्य आवश्यक बताए गए हैं।

#### पूर्वमीमांसा में योग

पूर्वमीमांसा में देवताओं का ध्यान आवश्यक बताया गया है। ब्रह्मचर्य, शम, दम आदि योगांगों के अभ्यास से मोक्ष प्राप्त होता है।

#### वेदान्त दर्शन में योग

वेदान्त में श्रवण, मनन और निदिध्यासन से ब्रह्मसाक्षात्कार होता है। समाधि दो प्रकार की है - सविकल्प और निर्विकल्प। निर्विकल्प समाधि से ब्रह्मज्ञान प्राप्त होता है। शंकराचार्य के अनुसार समाधि से सभी कर्मों का नाश होकर आत्मस्वरूप का साक्षात्कार होता है।

#### निष्कर्ष

लगभग सभी भारतीय दर्शनों ने आत्मोन्नति के लिए योगविद्या का महत्व स्वीकार किया है। योग केवल एक स्वतंत्र दर्शन नहीं, बल्कि अन्य दर्शनों में भी उसका व्यापक वर्णन मिलता है।

#### संदर्भ ग्रंथ सूची (संक्षेप)

(यहाँ मूल ग्रंथों और पुस्तकों की सूची दी गई है, जिनमें पतंजलयोगदर्शन, भारतीय दर्शन, सांख्यकारिका, योगप्रदीपिका आदि शामिल हैं।)