INNOVATIVE RESEARCH JOURNAL Vol.:1, Issue: 1, 2022

अध्यात्म र मानव जीवन

ताराप्रसाद न्यौपाने
taraprasadneupane404@gmail.com
सानोठिमी क्याम्पस, सानोठिमी भक्तपुर

लेखसार : *प्रस्तुत लेख अध्यात्म र मानव जीवनसँग सम्बन्धित रहेको छ । यस लेख अर्न्तगत अध्यात्म के हो ? पूर्वीय दर्शनले दुःख, धर्म, कर्म, पाप, प्रारब्ध, लोभ, मोह क्रोधबाट जीवनलाई कसरी मुक्ति प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने कुराको समीक्षण गरिएको छ । प्रस्तुत अध्ययनको उद्देश्यका रूपमा अध्यात्म र मानव जीवनको सम्बन्ध पहिल्याउनु, अध्यात्म र भौतिकवादले सृष्टि, जन्म, मृत्यु, सुख, दुःख र प्रारब्धबारे विवेचना गर्नु रहेको छ । जीवनलाई कसरी सुख, शान्त, आनन्दमय बनाउन सकिन्छ, सांसारिक मायाजालबाट कसरी मुक्ति मिल्दछ । सम्पूर्ण पाश्चात्य र पूर्वीय दर्शनले मानव जीवनलाई हेर्ने दृष्टिकोण केलाउनु रहेको छ । आजको मानव जीवन, हाम्रा चारओटै धर्म, पूर्वी र पश्चिमी दुवै दर्शनको एउटै लक्ष्य सुखको खोजी गर्नु रहेको छ । आज अध्यात्म र विज्ञानको समन्वय गरी यस संसारलाई समृद्ध बनाउन सकिने कुरामा जोड दिइएको पाइन्छ ।*

मुख्य शब्दावली : *अध्यात्म, परमात्मा, समन्वयवाद, प्रारब्ध, उपनिषद्, विकासवाद*

प्राप्त मिति : २, अक्टोबर, २०२२, स्वीकृत मिति : १२, नभेम्बर, २०२२, प्रकाशित मिति : १२, डिसेम्बर, २०२२

पृष्ठभूमि

अधि र आत्मा (नाम) शब्द मिलेर अध्यात्म शब्द बन्दछ । यसको अर्थ आत्मासँग सम्बन्धित विषय, आत्मा र परमात्मा सम्बन्धी चिन्तन तथा दर्शन, भित्रीज्ञान, तत्वज्ञान भन्ने हुन्छ (प्रयोगात्मक नेपाली शब्दकोश ०६३) । (आत्म : सम्बद्ध) वि. आत्मासँग सम्बन्धित भन्ने अर्थ लाग्छ । (संस्कृत हिन्दीकोश पृ.२८) सामान्य रूपमा भन्ने हो भने आध्यात्म भनेको आफूभित्रको चेतना तत्वलाई अनुभूत गर्नु हो । यसको शाब्दिक अर्थ स्वयम्‌को अध्ययन हो । श्रीमद्भभगवत् गीतामा अर्जुनले कृष्णसँग ब्रह्म के हो ? अध्यात्म के हो ? कर्म को अर्थ के हो ? भन्ने प्रश्नमा कृष्णले कहिल्यै नष्ट नहुने तत्व ब्रह्म हो । प्रत्येक वस्तुको आफ्नो मूलभूत स्वभाव अध्यात्म हो भनेका छन् । प्रत्येक जीवनको एक एक शरीरमा पृथक सत्ता छ । त्यही अध्यात्म हो । शरीरभित्र चैतन्य, प्राण र आकाश छ, यस बाहेक जे छ त्यो अध्यात्म हो । प्रत्येक प्राणीभित्र चेतन तत्व छ । यस चेतन तत्वको सोझो सम्बन्ध परामात्मासँग छ । त्यही आत्मा परमात्माको सम्बन्धको खोज, संसारको रचनामा त्यसको भूमिका, मृत्युपछि वा जन्म अघिको यथार्थ जीवन मरणको चक्रको बारेमा जान्नका लागि आत्ममन्थन गर्नु नै अध्यात्म हो । इन्द्रीय, बुद्धि, मन, आत्मा र परमात्मा अध्यात्मसँग निकटतम सम्बन्ध राख्ने तत्व भौतिक हुन् । आध्यात्मिक दृष्टिमा इन्द्रीय, बुद्धि, मन, आत्मा र परमात्मा क्रमैसँग सूक्ष्म तत्व हुन् । आत्माको परमात्मासँगको मिलन अध्यात्मिक साध्य हो । साध्य पूरा गर्न अपनाइने, पूजापाठ भजन कीर्तन, ध्यान, जप, त्याग, तपस्या भागवत चर्चा, गुणानुवाद साधन हुन् । आध्यात्मिक दृष्टिमा भौतिक शरीर अणभङ्गुर र नाशवान् मानिन्छ भने देवाधि र पुराणाधि ग्रन्थ पवित्र ग्रन्थ मानिन्छन् । आत्मा शुद्ध परिष्कृत बनाइ आफू स्वयम्‌लाई परमात्माका सायुज्यमा चिन्नु नै अध्यात्म हो । यहाँ आत्मा शब्द स्वयम् आफू र अध्यात्म शब्द आत्मातर्फको यात्रा वा स्वयम् आत्माको चिन्तन नै अध्यात्म हो । वर्तमानमा आत्मा र परमात्मा सम्बन्धी भन्ने अर्थमा अध्यात्म शब्द प्रचलनमा छ ।

आध्यात्मिक दर्शनमा आत्मा र परमात्माको उल्लेख्य रूपमा चर्चा भएको पाइन्छ र आध्यात्मिक दर्शनको उत्स नै आत्माको परमात्मामा सम्मिलन हुनु हो । आत्मा के हो ? भन्ने विषयमा गीतामा उल्लेख्य चिन्तन भएको पाइन्छ ।

न जायते मृयते वा कदाचित्
नायं भूत्वा भविता वा न भूय :
अजो नित्य शास्वतोयं पुराणो
न हन्यते हन्ययाने शरीरे (गीता, २ : १०)

अर्थात् आत्मा न त जन्मिन्छ न त मर्छ, न यो पहिले मात्र थियो न यो पछि मात्र हुने छ । आत्मा अजन्मा हो, यो शाश्वत र सनातन हो । शरीर मर्छ तर आत्मा मर्दैन । यसरी हिन्दूको मूल ग्रन्थ गीतामा आत्माको अजरता र अमरताका विषयमा उल्लेख्य चर्चा भएको पाइन्छ । त्यसै गरी गीतामा आत्मालाई धर्तीका कुनै भौतिक वस्तुले कत्ति पनि नबिगार्ने भनेर यस प्रकार भनिएको छ ।

नैन छिन्दन्ति शस्त्राणि
नैनं दहति पावक
न चैनं ल्केदयन्त्यापो
न शोषयति मारूत (गीता, २≤ २३)

अर्थात् आत्मालाई शस्त्रास्त्रले काट्न सक्दैन, आगोले डढाउन सक्दैन, यसलाई पानीले भिजाउन सक्दैन, हावाले सुकाउन सक्दैन । यो भौतिक पदार्थभन्दा भिन्न र शक्तिशाली छ भनेर आत्माको प्रशंसा गरिएको छ । त्यसै गरी सोही ग्रन्थमा आत्माको सरणी निम्नानुसार हुन्छ भन्ने उल्लेख पाइन्छ ।

वासांसि जीर्णानि यथा विहाय
न्यन्यानि संयाति नरोपराणि
तथा शरीराणि विहाय जीर्णा
न्यन्यानि संयाति नवानि देही (गीता ≤ २, २२)

अर्थात् : जसरी मनुष्य फाटेका पुराना कपडा फ्याँकेर नयाँ कपडा लगाउँछ त्यसै गरी जीर्ण शरीर छाडेर आत्मा अन्य नयाँ शरीरमा प्रवेश गर्दछ । अध्यात्मवादको अध्ययनको मूल केन्द्र नै आत्मा र परमात्मा हो, ईश्वर हो । आध्यात्मिक कर्म र परिणामका लागि परमात्मा अन्तिम लक्ष्य हो । आत्माको गन्तव्य नै परमात्मा हो । परमात्मालाई पूर्णात्मा / पूर्ण भनिन्छ । पूर्ण परमात्मालाई ईशावास्योपनिषद्मा यसरी वर्णन गरिएको छ ।

पूर्णमद : पूर्णमिदम् पूर्णात् पूर्णमुदच्यते
पूर्णस्य पूर्णामादांय पूर्णमेवावशिष्यते
(इशावस्योपनिषद् शान्तिपाठ)

अर्थात् : परमात्मा / ईश्वर सम्पूर्ण शतप्रतिशत हुन् । परमात्माका सन्दर्भमा पूर्णबाट पूर्ण निकाले पनि पूर्ण नै बाँकी रहन्छ । यिनै पूर्ण परमात्माले आफ्नो पूर्णताको उपयोग गरी यो पूर्ण ब्रह्माण्डको रचना गरेका छन् । अत : अध्यात्मवादीहरू आफ्नो सम्पूर्ण क्षमताको उपयोग गरेर सद्कर्म गरेमात्र पूर्णपरब्रह्ममा लीन हुन सकिन्छ । यसै प्रकार ब्रह्माण्डका सर्जक ईश्वरले सम्पूर्णताको वर्णन गर्दै मनुष्यमात्रले निर्लोभी जीवन यापन गर्नु पर्ने कुरालाई उल्लेख गरिएको छ ।

विधि र सामग्री

प्रस्तुत आलेखमा गुणात्मक अनुसन्धान पद्धतिको प्रयोग गरिएको छ । पुस्तकालयीय विधिबाट सामग्री सङ्कलन गरिएको छ । सामग्रीको सङ्कलन, वर्गीकरण र विवेचनाका लागि वर्णनात्मक र विश्लेषणात्मक अध्ययन विधि प्रयोग गरिएको छ । प्रस्तुत अध्ययन अध्यात्मक र मानव जीवनसँग सम्बन्धित भएकाले अध्यात्म दर्शन, सार सङ्क्षेपमा पूर्वीय र पाश्चात्य दर्शनलाई प्राथमिक सामग्रीका रुपमा लिइएको छ । यस अध्ययन सामग्रीसँग सम्बन्धित पूरक सामग्री, पत्र पत्रिका, शब्दकोश तथा अन्य विभिन्न विद्वानहरूका विचार र जर्नलहरूलाई तथ्याङ्क सङ्कलनको द्वितीयक तथा गौण सामग्रीका रूपमा प्रयोग गरिएको छ ।

अध्यात्मवाद र भौतिकवाद बीच भिन्नता

भौतिकवाद : भौतिकवाद अनुसार यो संसार चराचर जगत्मा हुने सबै बस्तु घटना र प्रतिक्रियाको उत्पत्ति, विकास र परिवर्तनको मूल कारण नै भौतिक तत्वको द्वन्द्वात्मक गतिमा निर्भर पर्दछ । संसारका सबै जैविक अजैविक वस्तु, घटना, प्रक्रिया, सङ्घर्ष र आन्दोलन निरन्तर गति र परिवर्तनको खास प्रक्रियामा हुने गर्दछन् ।

आजको विज्ञान प्रविधिको उन्नति, विकास, निर्माण, अन्तरिक्षको खोजी, मङ्गल ग्रहमा मानव वस्ती बसाल्ने अहोरात्रको वैज्ञानिक प्रयत्न शिक्षा स्वास्थ्य सञ्चार, मनोरञ्जन, खोज अनुसन्धानमा भएका सम्पूर्ण उन्नति प्रगति, इतिहासको ढुङगे युगबाट यात्रा सुरु गरेको मान्छेले आज प्राप्त गरेको सम्पूर्ण वैभव भौतिकवादभित्र पर्दछन् । ढुङ्गाको हतियारबाट आजका आणविक मिसाइल र बोक्रे लुगाबाट बहुमूल्य जडित बस्त्रसम्म पुग्ने मान्छे भौतिक वादलाई कारक तत्व मान्दछ ।

भौतिकवादका अनुसार यस भौतिक संसारको सिर्जनामा कुनै असांसारिक शक्ति वा कुनै विचारले गरेको होइन । सृष्टि मानिसको अस्तित्व हुनुभन्दा पूर्व भएको हो । धेरै पछिमात्र पृथ्वीमा जीवनको उत्पत्ति भएको हो । त्यसपछि मात्र जीवन विकासको क्रममा मानिसको उत्पत्ति भएको हो । यस विचारले तत्व चेतनाको आधार र स्रोत हो । भौतिक तत्वले चेतनालाई निर्धारित यथार्थको प्रतिबिम्ब हो । मार्क्सका शब्दमा चेतना भनेको मानवीय मनमा परेको भौतिक तत्वको प्रतिविम्ब र विचारका रूपमा गरिएको भौतिक संसारको अनुवाद बाहेक अर्को केही होइन । (मार्क्स : पुँजी : पृष्ठ १९)

भौतिकवादका सम्बन्धमा केही चिन्तकका विचारहरूको उल्लेख गर्न आवश्यक छ ।

चार्वाकको सर्वदर्शनसङ्ग्रहमा चार्वाक चिन्तका २२ श्लोक उल्लेख्य छन् । जसको केही तल चर्चा गरिन्छ ।

यावत् जीवेत् सुख जीवेत् ऋणं कृत्वा धृतं पिवेत् । भस्मीभूतस्य र देहस्य पुनरागमन कुत : ॥

अर्थात् जबसम्म बाँचिन्छ सुखसँग बाँच्नुपर्छ । ऋण लिएरै भए पनि ध्यु खानु पर्छ । आखिर जलाएर खरानी हुने शरीर फर्केर कहाँ आउँछ र ?

श्लोक : न स्वर्गो नापवर्गो वा नैवात्मा पारलौकिक, नैव वर्णाश्रमादिनां कियाश्च फलदायिका, (१२) ॥

अर्थात् स्वर्ग पनि छैन, पाताल पनि छैन, परलोक पनि छैन । आत्मा पनि छैन यी सबै व्यर्थका कुरा हुन्, वर्णाश्रमको नियम पालन गर्नाले शुभफल प्राप्त हुन्छ भन्ने कुरा व्यर्थको हो । वाहियात कुरा हो ।

समग्रमा चार्वाक् चिन्तन भौतिकवादलाई स्वीकार्दछ । पृथ्वी, पानी, वायु र अग्नि यी चार तत्वको सम्मिश्रणबाट प्राणीमा चेतना उत्पन्न भएको विश्वास गर्दछ । उनीहरू सुख नै स्वर्ग हो, दुःख नै नरक हो भन्दछन् ।

ग्रिक चिन्तक एपिक्युरस पनि नास्तिककै दर्जामा उभिएका छन् । उनका अनुसार हामी सबै हावा, पानी, माटो र आगोको संयोग मात्र हौँ । यही संयोग चेतनाको उत्पत्तिको कारण हो । (सारसंक्षेपमा पश्चिमी दर्शन पृ. १२१) यस सम्मिश्रणमा गडवडी भए प्राणीमा भएको चेतना विलाएर जान्छ ।

फ्रान्सेली भोल्तेयर र वेलायती डार्विन क्रिस्चियानीटीमा देखिएका दुष्ट प्रवृत्तिको विरोध गर्दै भोल्तेयर कुर्लिए । गिर्जाघर भित्रका पोप र पादरीले आलोचना सुन्न तयार भए । जब अठारौं शताब्दीको मध्यतिर विज्ञानको चमत्कारसँगै मानवजीवन र धर्तीमा ठुलै हलचल पैदा गर्‍यो । यही समयमा चार्ल्स डार्विनको पुस्तक 'Origin of speeies' बजारमा आयो । यो संसार भगवान्ले सृष्टि गरेका हुन् भन्ने चिन्तनमा ठुलो धक्का लाग्यो । सृष्टि प्रकृतिको क्रमिक विकासको सिद्धान्तबाट भएको हो भन्ने कुराले स्थान पायो । यही डार्विनको विकासवादलाई कार्ल मार्क्स र एङ्गेल्सले राम्ररी उपयोग गरे मार्क्स र एङ्गेल्र्सले आफ्नो भौतिक दर्शनलाई अगाडि बढाउन (.......... पश्चिमी दर्शन पृ. १२४) ।

कार्ल मार्क्स र एङ्गेल्स : विश्वकै भौतिक दर्शनका चिन्तक कार्ल माक्स र एङ्गेल्स महत्वपूर्ण मानिन्छन् । उनले संसारका सबै संरचनालाई भौतिक देखे । उनले ईश्वर, परलोक केहीमा विश्वास गरेनन् । न त आत्माको अमरता देखे । सारा सांसारिक प्राणीलाई एउटा घडीका रूपमा देखे ।

जनर्मन विचारक नित्से - नित्सेले चर्च भित्रका खोक्रा आडम्वर विकृति विसङ्गति को विरोध मात्र गरेनन् क्रान्तिको विगुल फुके । जोगीको वेषमा भोगीबनेर नोटका बिटामा सुत्न चाहनेलाई त्यही नोट छोपेर आगो लगाउनु पर्दछ भन्ने उग्र क्रान्तिभाव अघि सारे । डार्विनको (Survival for the fittest) यस धर्तीमा सक्षम मात्र बाँच्छन् । चिन्तनसँग प्रभावित शक्तिशाली मानवको धारणा अघि आएको पाइन्छ उनको अतिमानवको सार यसप्रकार छ :

> स्वस्थ र सवल मातापिताबाट मात्र अतिमानव जन्म सम्भव छ,
> प्रारम्भिक शिक्षा, दीक्षाले उसलाई फलाम जस्तै कडा बनाउनुपर्छ, भविष्यका समस्यासँग लड्न सकोस् ।
> अतिमानव खतराबाट मुक्त हुन मात्र होइन खतरा मोल्न र त्यसको सामना गर्न सफलहोस् ।
> म यस्तो पुस्तकमात्र पढ्न चाहन्छु जुन रगतले लेखिएको होस् ।
> धेरै मानिस मर्न जाँन्दैनन् किनभने उनीहरू बाँच्न जान्दैनन् ।

समन्वयवादी चिन्तक हर्बर्ट स्पेन्सर : डार्विनको सिद्धान्तले युरोपलाई दुई खेमामा विभाजन गर्‍यो । विश्वविद्यालयका अध्यापकहरूले 'वैज्ञानिक विकासवाद' भनेर समर्थन गरे भने युरोप, अफ्रिका, अमेरिकामा फैलिएका पुराणवादी र कुरानवादी अर्को खेमामा उभिए । यी पुराण र कुरानवादीहरू ईश्वरीय बीच समन्वयवादी विचार लिएर हर्बर्ट स्पेन्सर (सन् १८२०-१९०३) (पश्चिमी .... पृ. १३५) राष्ट्रको काँचुली फेर्नेतर्फ र धर्मका बारेमा बुझाए । उनले अर्थशास्त्र, भौतिकशास्त्र र प्राणीशास्त्रबाट आफ्ना धारणा अघि सारे । जीवनलाई सार्थक बनाउन अध्यात्म र भौतिकवाद दुवै आवश्यक छ भन्ने कुरा उनले सरल सहज ढंगले बुझाए ।

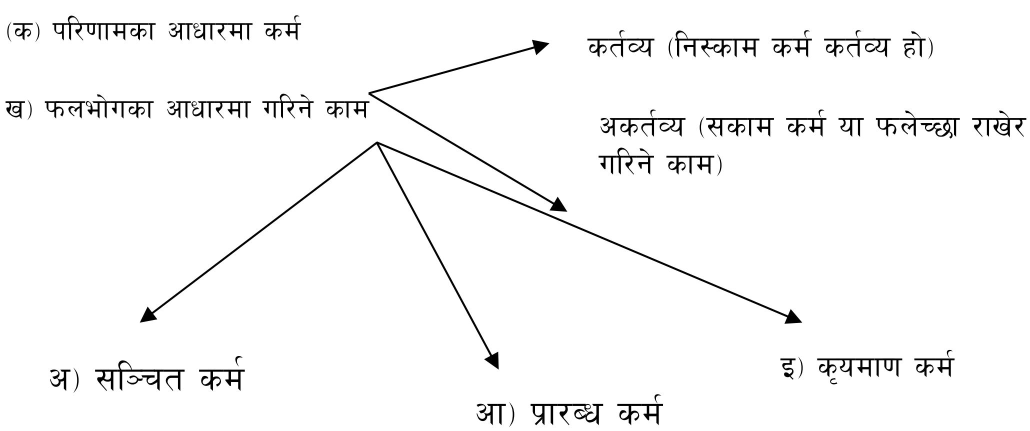
अध्यात्म : पूर्वीय दर्शनले संसारलाई दुःखमय देख्यो । यही दुखरूपी सागरबाट कसरी मुक्ति प्राप्त गर्ने भन्ने कुरा अध्यात्मवादले बताउँछ । अध्यात्मले धर्म के हो ? कर्म के हो ? ज्ञान, शरीर, मन, आत्मा, पाप, लोभ, क्रोध, मोह, भक्ति, प्रारब्ध, ईश्वर, जन्म, मृत्यु जस्ता यक्ष प्रश्नको खोजी कार्य गरेको छ । आजको विज्ञान प्रविधिले जगत्को सम्पूर्ण क्षेत्र र अन्तरिक्षमा कब्जा जमाएर पनि लाखौं करोडौंको भिड र कोलाहलमा एक्लो छ, मान्छे ! घडीको सुई झैं यान्त्रिक छ, निरुपाय छ ! भौतिकवादको यही निर्मम विवशताले उसले अध्यात्मको खोजी गरेको हो । जीवनको अलौकिक शान्ति र आनन्दको लागि अध्यात्मको ढोका घचघच्याउन पुग्यो । आज पूर्वीय चिन्तक मात्र नभई युरोप र पाश्चात्य जगत्ले पनि अध्यात्मको मार्ग परीक्षण र अनुसरण गर्दैछन् । यस विज्ञान र प्रविधिको घोडदौडमा जीवनलाई सफल, सार्थक अनि सद्मार्गमा लगाउने भन्ने प्रश्नभित्र अध्यात्मवादको खोजी गर्नु आवश्यक छ । अध्यात्मबारे बुझ्न केही कुराको अध्ययन आवश्यक छ ।

धर्म के हो ?

धर्म परम् स्वतन्त्रताको खोजी हो । मनलाई नियन्त्रणमा राख्न सक्ने शक्ति धर्म हो । धर्मले वासनाको नाश गर्दछ । जुन कार्य गर्नाले यसलोकमा उन्नति हुन्छ र परलोकमा पारमार्थिक स्थितिको प्राप्ति हुन्छ त्यही धर्म हो । चित्तलाई निर्मल राख्न सक्नु धर्म हो । समाजमा दुःखीको सेवा गर्नु, शील सदाचारले जीवन जिउनु, धर्म हो । पानीको धर्म चराचर जगत्लाई सजीवता दिनु हो । जनावर वनस्पति सबैले आ-आफ्ना स्वभाव अनुसार विभिन्न यौगिक प्राक्रियाबाट निर्धारित धर्मलाई कर्तव्यको रूपमा योगदान गरेर नै यो संसार गतिशील भइरहेको छ । यहाँ धर्म भन्नाले कर्तव्य पनि हो । हावाले शीलतता दिनु, पानीले प्यास मेटाउनु, बत्तीले उज्यालो दिनु । मानव धर्म प्राणीलाई दया गर्नु हो । (अध्यात्मदर्शन पृ. १ः२) । धर्म जीवनको मार्ग हो । धर्मात्मा हुनु काम, क्रोध, लोभ, मोह, मद र मात्सार्य जस्ता कुराको त्याग गर्नु पर्दछ ।

कर्म के हो ?

कर्म काम/कार्य हो । यो शारीरिक र मानसिक दुवै किसिमको हुन्छ । कार्यमा क्रियाका साथै प्रतिक्रिया हुन्छ । कर्म (Cause and effect) को सिद्धान्तमा आधारित हुन्छ । बीऊ अनुसारको फल/बाली लाग्नु कर्म हो ।



अ) सञ्चित कर्म सञ्चित कर्म भनेको फल प्राप्त गर्नुभन्दा पूर्वको अवस्था हो । कृषकले बीऊ रोपेर अन्न फलेजस्तै हो । महाभाारतको लडाइँमा आफ्ना सय भाइ छोरा मरेपछि धृतराष्ट्रले मेरो कुन पापले यस्तो भयो भनेर कृष्णलाई

सोध्छन् । कृष्णले पूर्वजन्मको कर्म देख्न सक्ने दृष्टि दिनुभयो । धृतराष्ट्र ५० जन्म पहिले शिकारी रहेछन् । साँझ रूखमा बास बसेका चरालाई बल्दै गरेको जाल फ्याकेर सय चरा डढेर मरेका, केही अन्धा भएका कारण प्रारब्ध बनेर फल पाएको कुराको चर्चा छ ।

आ) प्रारब्ध कर्म : यसलाई भूतकालको कर्म भनिन्छ । यसलाई पूर्वजन्मको फल पनि भनिन्छ ।

इ) कृयमाण कर्म : मान्छेले जन्मेदेखि मृत्यु पर्यन्त गर्ने कार्य यसमा पर्दछन् ।

ग) मनको आधारमा गरिने काम → कर्म
→ विकर्म
→ अकर्म

कर्म : मन, वाणी र शरीरले फलको इच्छा राखी गरिने काम : दान दिनु, तीर्थयज्ञ गर्नु, सन्यासी हुनु,

विकर्म : अरूलाई दु:ख दिन गरिने काम चोरी गर्नु, हिंसा, असत्य बोल्नु ।

अकर्म : कर्ता र कर्म नभई आफ्नै किसिमले चल्ने काम हावाचल्नु, रक्त सञ्चालन हुनु ।

मन के हो ?

यो अमूर्त छ । यसको कुनै रूप छैन । आकाश झैँ शून्य छ । यसलाई मन, बुद्धि, अहंकार, जीव, आदि संज्ञा दिइन्छ (अध्यात्म दर्शन पृ. १९७) । प्रत्येक मनमा शक्ति हुन्छ । त्यसको दुरुपयोग गरिएमा दैत्य भइन्छ । मन चार कुराले निर्माण हुन्छ । हावा, श्वास, आहार, ज्ञान, व्यायाम, निद्रा । मन पाँच ज्ञानेन्द्रिय (कान, आँखा, जिब्रो, नाक, छाला) र पाँच कमेन्द्रियको (हात, गोडा, उपस्थ, योनि, बोली) हुन् । मानिस मन, बुद्धि, चित्त, अहंकारलाई मन भनिन्छ (अध्यात्म दर्शन पृ. १९७) सांसारिक सम्पूर्ण पापको जड मन हो । मन शुद्ध बनाउन सकिए पापकर्म हुँदैन ।

आत्मा के हो ?

आत्मालाई ईश्वर, जीव, चेतन, जीवात्म हंस, इन्द्रिय, प्रकृति, ब्रह्म जस्ता शब्दले चिनिन्छ । उपनिषद्ले जोबाट जीवन उत्पन्न हुन्छ त्यसलाई ब्रह्मा भनिएको छ । त्यो नै आत्मा हो । यसमा लिङ्गीय, शारीरिक भेद हुँदैन । शरीर होइन, कर्ता, भोक्ता र संसारी हो । यसले शरीरमा रहेर इन्द्रियलाई काम गराउँछ । आत्मा चिन्न अज्ञान त्याग्नु पर्छ । यो शरीरबाट अलग भएपनि नाश हुँदैन ।

पाप, लोभ, क्रोध माया

पाप के हो ? भन्नेबारेमा शरीर नै म हुँ ठान्नु पाप हो । अर्थात् अज्ञान पाप हो । अबोध शिशु अज्ञानको कारण आगोमा हात हाल्छ । आगोले पोल्छ । बच्चाले पोलोस् भन्ने विचारले आगोमा हात हाल्दैन । अज्ञानका कारण आगोमा हात राख्छ र त्यही परिणामले उसको हात पोल्यो । अज्ञानकै कारण पाप कर्म हुन्छ । मान्छे पाप कर्म गर्न लाज मान्दैन ।

जब पाप प्रकट भएर समाजले थाह पाउँछ अनि लाज मान्दछ । पाप ज्ञात र अज्ञात गरी दुई किसिमका हुन्छन् । अज्ञात पाप निस्काम भावले प्रायश्चित गर्नाले कट्छ भने ज्ञात पाप निस्काम भक्तिले कट्दछ । त्यस्तै लोभ भन्नाले म, मेरो भन्ने भावनालाई लोभ, मोह, तिर्सना भनिन्छ । वस्तुप्रतिको तीव्र इच्छा तृष्णा हो । सबैखाले आशक्ति मोह नै दुःखको कारण हो भनिएको छ । त्यस्तै क्रोध के हो ? भन्ने सम्बन्धमा रिसले अरूलाई प्रहार गर्दछ, ऊ पहिला आफैं त्यसको शिकार भएको हुन्छ । जसरी अग्नि जुन वस्तुमा प्रकट हुन्छ त्यसलाई पहिले डढाएर पछि अरू वस्तुलाई डढाउँछ । मनुष्यलाई नर्कमा धकेल्ने हतियार मध्ये स्वार्थ, अहंकार, घृणा, आक्रोश, लोभ, शत्रुता आदि हुन् । माया अनादि अविद्या परमेश्वरको पराशक्ति हो । जसबाट सारा जगत् पैदा भएको छ । यसलाई मोह पनि भनिन्छ । संसार र शरीर मिथ्या हो भ्रम हो । प्रभुमात्र सत्य हो भन्ने कुरा पूर्वीय दर्शनले मान्दछ । मानव जीवन ठूलो प्रारब्धले यस धर्तीमा भोग गर्न आएकाले असल, पुरुषार्थ गरी इहलोक र परलोकको भलाइमा जीवन लगाउनु पर्छ भन्ने यस दर्शनको अभीष्ट हो ।

निष्कर्ष

आजको विज्ञान र प्रविधिको विकासले मानव जातिले सम्पूर्ण भौतिक वस्तु उपयोग गर्न सफल भएको छ । जल, थल, नभ सबै क्षेत्रमा कब्जा गरेको छ । आज मान्छेसँग सबै कुरा भएर पनि केही नभएको जस्तो छ । शान्ति, सुख, सदाचार हातबाट चिप्लिएको माछा जस्तै भएको छ । आजको मान्छे दिल्लीदेखि दुवई काठमाडौँदेखि क्यालिफोर्नियासम्म, मस्कोदेखि मेलबर्नका लाखौं भिडमा एक्लो छ । उसँग करोडौंका गाडी मोटर, जेट प्लेनहरू छन् : आलिशान महलहरू छन् । ऊ घरको कोठाबाट विश्व नियाल्न सक्छ । तर असली सुख र जीवनको वास्तविक आनन्द प्राप्त गर्न सकेन । जीवन के हो ? धर्म के हो ? प्रारब्ध केलाई भनिन्छ ? मृत्यु र अमरता के हो ? कर्तव्य के हो ? के भौतिक सुखले सांसारिक जीवन पारलाग्छ ? जस्ता जिज्ञासाले रुसोको 'प्रकृतितिर फर्क' झैं पश्चिमी जगत् गीता र वेद उपनिषद्का ऋचा उच्चारण गर्न थाले । आजको मान्छे यस धर्तीको पाहुना हो । उसले क्षणिक जीवनमा आधारभूत भौतिक वस्तुका साथै जीवनको सफलताका लागि भौतिक र अध्यात्मको समन्वय गरी जीवन यात्रालाई सफल बनाउनु पर्छ । अध्यात्म र भौतिकवादको समन्वय आजको आवश्यकता भएको छ । अध्यात्म विनाको विज्ञान विनाशमात्र निम्त्याउँछ ।

आजको भौतिकवादी मान्छे काम, क्रोध, लोभ, मोह र अंहकारले हावा भरिएको बेलुन झैं भएको छ । जीवनलाई सबै बन्धनबाट मुक्त गरी शान्ति र आनन्द युक्त जीवन जिउन अध्यात्म जीवन यात्रालाई उत्कृष्ट बनाउने मार्ग हो । पूर्व र पश्चिमका चिन्तकहरूले गरेका आहोरात्रका प्रयासहरू जीवन सुख र सफलतासँग जोडिएका छन् । चार्वाक दर्शनले जति दिन बाँच्छौ सुखले बाँच भन्ने मान्यता अघि सार्‍यो । भोल्तेरले चर्चका कर्तुतविरुद्ध बोले भने मार्क्सले ईश्वरको महानता र आत्माको अमरता देखेनन् । नित्सेले धर्तीमा सक्षममात्र बाँच्न सक्छन् भन्दै अतिमानवको धारणा अघि ल्याए भने हबर्ट स्पेन्सरले पश्चिमी पुराण र कुरान बिच समन्वय गरे । पूर्वीय दर्शनले शरीर र आत्मा भिन्न छन् । सम्पूर्ण वेद, पुराण उपनिषद्को सार असल कर्म गर भन्ने हो । चराचर जगत्को जन्म मृत्यु, पुर्नजन्म, प्रारब्धका पछि अदृश्य शक्तिको हात छ । प्राणी जगत् माटो, पानी, हावा, आगो र आकाशको संयोग मात्र हो । हामी आ-आफ्नो प्रारब्ध भोग गर्न यस धर्तीमा आएका हौं । प्राणीको जन्म नै दुःख हो भने मृत्युले बाँच्नेहरूलाई झन दुःखी बनाउँछ । यसरी दुःखबाट मुक्तिको मार्ग पहिल्याउनु अध्यात्मको मूल अभीष्ट हो ।

सन्दर्भ सामग्री सूची

अधिकारी, विष्णु (२०७४) *सारसङ्क्षेपमा पश्चिमी दर्शन,* काठमाडौँ : रत्नपुस्तक भण्डार ।

अधिकारी, विष्णु (२०७५) *सारसङ्क्षेपमा पूर्वीय दर्शन,* काठमाडौँ : रत्न पुस्तक भण्डार ।

अधिकारी, हेमाङ्गराज र भट्टराई, बद्री विशाल (२०६३) *प्रयोगात्मक नेपाली शब्दकोश,* काठमाडौँ : विद्यार्थी प्रकाशन प्रा.लि. ।

आप्टे, वामन शिवराम (सन् २००१), *संस्कृत हिन्दी कोश,* दिल्ली : मोतीलाल वनारसीदास पब्लिसर्स ।

ईशावास्योपनिषद् , (२०२८), गीताप्रेस, (पा.सं.) गोरखपुर भारत ।

खड्का, पवित्रबहादुर (२०७१) *अध्यात्म दर्शन,* काठमाडौँ : आनन्द कम्प्युटर टाइपिङ सेन्टर ।

ढकाल, प्रमोद (२०७६), *पूर्वीय दर्शनको पुनर्व्याख्या,* काठमाडौं : विग फ्यामेली भेन्चर्स ।

भुसाल, बेदुराम (२०६८), *नेपालमा प्रचलित दार्शनिक चिन्तनहरू,* काठमाडौँ : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान ।

श्रीमद्भगवत् गीता (२०६७) चौंसठीऔं संस्करण ; गीताप्रेस, गोरखपुर, भारत ।