IJETIR
ISSN (Online) 2583-0554
International Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (IJETIR)
Impact Factor: 5.731
Volume 4, Issue 9, September 2024

# क्रियायोगस्य तात्त्विकं स्वरूपम् पतंजलियोगसूत्रेषु

**राजेश कुमार[1] and डॉ. रजनी शर्मा[2]**

शोधार्थी, विभाग संस्कृत[1]

प्रोफ़ेसर, विभाग संस्कृत[2]

सनराइज विश्वविद्यालय, अलवर, राजस्थान

## सारांश

योगदर्शनं भारतीयदर्शनानां महत्त्वपूर्णं शाखा अस्ति। महर्षिपतंजलिनिर्मितं योगसूत्रं योगदर्शनस्य प्रमाणभूतं ग्रन्थं विद्यते। अत्र योगस्य विभिन्नाः साधनानि प्रतिपादितानि सन्ति। तत्र क्रियायोगः विशेषरूपेण चर्चितः अस्ति। क्रियायोगः योगमार्गस्य एकः प्रमुखः अङ्गः भवति, यस्य माध्यमेन चित्तशुद्धिः साध्यते।

**मुख्य संकेतक**: - क्रियायोगः, तपः, स्वाध्यायः, ईश्वरप्रणिधानम्

## क्रियायोगस्य परिभाषा

योगशास्त्रे पतंजलेः योगदर्शनं महत्त्वपूर्णं स्थानं प्राप्नोति। अस्मिन दर्शनस्य आधारभूतं ग्रन्थं पतंजलियोगसूत्राणि इत्याख्यातानि। एषु सूत्रेषु योगस्य विभिन्नाः पक्षाः, तत्त्वानि, साधनानि च विस्तरेण निरूपितानि सन्ति। तत्र क्रियायोगः विशेषरूपेण प्रतिपादितः अस्ति।

क्रियायोगः योगदर्शनस्य अत्यन्तं व्यावहारिकः अंशः अस्ति। अस्य उल्लेखः पतंजलिना योगसूत्रेषु द्वितीयस्याध्यायस्य प्रथमसूत्रे एव कृतः अस्ति - "तपः स्वाध्याय ईश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः"। अस्मिन सूत्रे क्रियायोगस्य त्रयः आधारस्तम्भाः निर्दिष्टाः सन्ति - तपः, स्वाध्यायः, ईश्वरप्रणिधानम् च। एते त्रयः अङ्गानि योगसाधनाय अनिवार्याणि मत्वा निरूपितानि।

तपः तु आत्मसंयमस्य साधनं भवति। तस्य अर्थः दुःखसहनशीलता, इन्द्रियनिग्रहः, चित्तवृत्तिनिरोधः च। योगस्य साधकः तपसः अनुष्ठानद्वारा आत्मसंस्कारं कृत्वा मनःशुद्धिं प्राप्नोति। एवं सत्त्वशुद्धेः माध्यमेन सः आत्मज्ञानं प्रति प्रवर्तते।

Copyright to IJETIR

स्वाध्यायः आत्मचिन्तनं, वेदशास्त्राणां अध्ययनं, मन्त्रजपः च अस्याः परिधौ प्रविशन्ति। स्वस्य स्वभावस्य निरीक्षणं, गुणदोषविमर्शः, आत्मपरिष्करणं च अस्य मूलभूताः तत्त्वानि। स्वाध्यायेन साधकः आत्मानं परिज्ञाय भवबन्धनात् विमुक्तिं प्रति प्रवर्तते। पतंजलिः स्वाध्यायं "स्वरूपज्ञानप्राप्तेः साधनम्" इति वर्णयति।

ईश्वरप्रणिधानं तु आत्मसमर्पणं, भक्तियोगस्य अङ्गं च भवति। एषः तत्वः साधकस्य अहंकारं विलुप्य आध्यात्मिकं विकासं करिष्यति। भगवति श्रद्धा, अर्पणभावना, निरहंकारभावना च अस्य तत्त्वस्य मुख्यलक्षणानि सन्ति। अस्य अनुष्ठानेन योगसाधकः कर्मफलसंन्यासं कुर्वन् आत्मबोधं प्रति गच्छति।

पतंजलियोगसूत्रेषु क्रियायोगस्य महत्त्वं बहुशः प्रतिपादितम् अस्ति। अयं योगसाधनाय कदाचित् प्रथमोपायः भवति, विशेषतः तेषां योगिनां कृते येषां चित्तं अशुद्धं भवति। क्रियायोगः चित्तस्य शोधनं, अन्तःकरणस्य निर्मलत्वं, एवम् आध्यात्मिकसाधनाय दृढं आधारं निर्माति। एषः योगः अशुद्धानां मनसां शुद्ध्यर्थं परमोपयोगी अस्ति।

पतंजलिना क्रियायोगस्य उद्देश्यः "समाधिप्राप्तिः" इत्यपि निर्दिष्टः। अयं योगः द्विविधः फलदायी भवति - प्रथमं चित्तस्य अशुद्धिनाशः, द्वितीयं समाधेः उपलब्धिः। क्रियायोगस्य अनुष्ठानं योगसाधकानां सम्यग्दर्शनाय मार्गं प्रशस्तं करोति। अयं योगः कर्मयोगस्य, भक्तियोगस्य, ज्ञानयोगस्य च समन्वयस्वरूपः अस्ति।

योगदर्शनस्य प्रयोगात्मकस्य पक्षः इत्यस्मिन संदर्भे क्रियायोगस्य महत्त्वं अत्यधिकं भवति। एषः योगः केवलं शारीरिकव्यायामरूपेण न परिचिन्त्यः, अपितु मानसिकशुद्धेः मार्गः इति स्वीकारः करणीयः। पतंजलिना क्रियायोगस्य त्रैविध्यम् उक्तं यस्मिन् तपः शरीरोत्तेजनाय, स्वाध्यायः ज्ञानवृद्धये, ईश्वरप्रणिधानं आत्मसमर्पणाय च सहायकं भवति।

एवं योगसूत्रेषु क्रियायोगस्य तात्त्विकं स्वरूपं तपः, स्वाध्यायः, ईश्वरप्रणिधानम् इति त्रैविध्येन प्रतिपादितम् अस्ति। एषः योगः मनःशुद्धेः, आत्मबोधस्य, योगसाधनाय च सुदृढः आधारः भवति। अतः क्रियायोगः केवलं व्यावहारिकः न, अपितु आध्यात्मिकदृष्ट्या अपि महत्वपूर्णः अस्ति।

पतंजलिमुनिना क्रियायोगः "तपः स्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः" (योगसूत्र २.१) इति सूत्रेण निर्दिष्टः। अस्मिन् सूत्रे तपः, स्वाध्यायः, ईश्वरप्रणिधानं च क्रियायोगस्य आधारभूतानि त्रयाणि तत्त्वानि उच्यन्ते।

**तपः**

तपः संस्कृतभाषायां महत्त्वपूर्णं तत्त्वं विद्यते। तपः आत्मसंयमस्य साधनं, जीवनस्य शुद्धिकरणं च। वेदेषु, उपनिषत्सु च तपसः प्रधानं स्थानं निर्दिष्टम्। तपसा मनः, इन्द्रियाणि, आत्मा च विशुद्धिं प्राप्नुवन्ति। तपः केवलं शरीरस्य क्लेशः न, अपितु मानसिकं, आध्यात्मिकं च साधनम्। तपसा ज्ञानं दीप्यते, धर्मः स्थायित्वं प्राप्नोति। ऋषयः, योगिनः, साधवः च तपसा परमं मोक्षं प्राप्नुवन्ति। गीता अपि तपसः विविधरूपाणि वर्णयति – शारीरं,

IJETIR
ISSN (Online) 2583-0554
International Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (IJETIR)
Volume 4, Issue 9, September 2024
Impact Factor: 5.731

वाङ्मयं, मानसिकं च। तपसा एव जीवनं दिव्यं भवति, आत्मा परमात्मनि लीयते। अतः तपः धारणीयं, सेवनीयं च इति शास्त्रेषु उपदिश्यते।

### स्वाध्यायः

स्वाध्यायः एकः महत्वपूर्णः विषयः अस्ति यस्य माध्यमेन विद्यार्थी ज्ञानं सम्यक् प्रकारेण प्राप्तुं शक्नोति। स्वाध्यायस्य महत्त्वं वेदेषु, उपनिषत्सु च स्पष्टं प्रतिपादितम्। आत्मनः अध्ययनं, स्वयमेव ग्रन्थानां मननं, चिन्तनं च स्वाध्यायः इत्युच्यते। अस्मिन प्रक्रियायां छात्राः स्वयमेव पुस्तकेभ्यः ज्ञानं गृह्णन्ति, प्रश्नानां समाधानं चिन्तयन्ति, स्वभावतः जिज्ञासवः भवन्ति। स्वाध्यायेन आत्मविश्वासः वर्धते, आत्मानं ज्ञातुं अवसरः लभ्यते, आत्मनिर्भरता च उद्भवति। स्वाध्यायः केवलं पाठ्यपुस्तकाभ्यासः न, अपितु जीवनस्य विविधासु स्थितिषु आत्मोन्नतिको मार्गः अस्ति। अतः सर्वे अपि स्वाध्यायं सम्यक् प्रकारेण आचरन्तु, जीवनं समृद्धं सफलं च करोतु।

### ईश्वरप्रणिधानम्

ईश्वरप्रणिधानं योगस्य महत्त्वपूर्णं तत्त्वमस्ति। पतञ्जलिमुनिना योगदर्शनस्य सूत्रेषु ईश्वरप्रणिधानस्य विशेषो वर्णितः। ईश्वरः सर्वशक्तिमान्, सर्वज्ञः च अस्ति। तस्मिन् समर्पणं कर्तुं योगी प्रार्थनाम्, ध्यानं, जपं वा प्रयुञ्जीत। ईश्वरप्रणिधानं कर्तुं विनयभावः, श्रद्धा, भक्तिः आवश्यकानि। अहंकारस्य त्यागः, कर्मणां फलेषु अनासक्तिः च अस्य साधने सहायकरूपेण स्तः। ईश्वरप्रणिधानं चित्तस्य शुद्धिं, शान्तिं च प्रददाति। तदेव मोक्षस्य मार्गे साधकाय साहाय्यं करोति। निःस्वार्थं कर्म कुर्वन्तः, भगवति श्रद्धां स्थापयन्तः, जीवनं सफलं कुर्वन्ति। अतः, प्रत्येकस्य जीवने ईश्वरप्रणिधानस्य महत्त्वं अतीव महत्वपूर्णं भवति।

### क्रियायोगस्य प्रयोजनम्

क्रियायोगस्य प्रयोजनम् अत्यन्तं महत्त्वपूर्णम् अस्ति। अस्य योगस्य अनुष्ठानं द्वारा साधकः आत्मज्ञानं प्राप्नोति। क्रियायोगः शरीरस्य चित्तस्य च शुद्धिं करोति, यतः अस्मिन योगे श्वाससंबन्धिनी विशेषा साधना क्रियते। अस्य अभ्यासेन मनः प्रशान्तं भवति, चित्तवृत्तयः नियंत्रिताः भवन्ति, तथा च आध्यात्मिकप्रगतिरेव लक्ष्यताम्। अयं योगः कर्मयोगस्य भागः अस्ति, यत्र ध्यानं, प्राणायामः, मन्त्रजपः च प्रमुखं स्थानं धारयन्ति। क्रियायोगस्य अभ्यासेन शरीरस्य रोगप्रतिबन्धकशक्ति वर्धते, जीवने सत्त्वगुणस्य वृद्धिः भवति। एषः योगः मोक्षस्य मार्गं प्रसादयति, आत्मनः स्वरूपज्ञानं प्रददाति। अतः सर्वेभ्यः क्रियायोगः अनिवार्यः साधनं भवति।

IJETIR
ISSN (Online) 2583-0554
International Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (IJETIR)
Volume 4, Issue 9, September 2024
Impact Factor: 5.731

"**सामाधिभावनार्थः क्लेशतनूकरणार्थश्च**" (योगसूत्रम् २.२)। अर्थात्, क्रियायोगः समाधेः आधारभूमिः भवति, क्लेशानां क्षयाय साधनं च।

**उपसंहारः**

क्रियायोगः पतंजलियोगदर्शने एकः महत्वपूर्णः साधनमार्गः अस्ति। अस्य अभ्यासेन साधकः आत्मसाक्षात्कारं प्राप्नोति तथा च चित्तस्य शुद्धिः भवति। अतः योगसाधकानां कृते क्रियायोगः अनिवार्यः साधनं भवति।

**निष्कर्षः**

पतंजलियोगसूत्रेषु क्रियायोगस्य महत्त्वं सुस्पष्टं वर्तते। आत्मशुद्ध्यर्थं, चित्तनिरोधाय, मोक्षमार्गाय च क्रियायोगः प्रमुखं साधनं भवति। अतः योगसाधकानां कृते क्रियायोगः अनिवार्यः इति निर्णीयते।

**सन्दर्भाः**


[1]. पतंजलिमुनि – *योगसूत्राणि*।
[2]. व्यासभाष्यम् – योगसूत्रव्याख्या।
[3]. स्वामी विवेकानन्दः – *राजयोगः*।
[4]. स्वामी सत्यानन्द सरस्वती – *योगदर्शनस्य विवेचनम्*।
[5]. तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः।
[6]. समाधिभावनार्थः क्लेशतनूकरणार्थश्च।
[7]. अविद्यास्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः पञ्च क्लेशाः।
[8]. दृष्टानुश्रविकविषयवितृष्णस्य वशीकारसंज्ञा वैराग्यम्।
[9]. योगश्चित्तवृत्तिनिरोधः।
[10].अभ्यासवैराग्याभ्यां तन्निरोधः।
[11].स तु दीर्घकाल नैरन्तर्य सत्कारासेवितो दृढभूमिः।
[12].ईश्वरप्रणिधानाद्वा।
[13].तपःस्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः।
[14].क्लेशमूलः कर्माशयो दृष्टादृष्टजन्मवेदनीयः।
[15].हेयं दुःखमनागतम्।

IJETIR

ISSN (Online) 2583-0554

International Journal of Emerging Technologies and Innovative Research (IJETIR)

Impact Factor: 5.731

Volume 4, Issue 9, September 2024

[16].ध्यानहेयास्तद्वृत्तयः।

[17].वितर्कबाधने प्रतिपक्षभावनम्।

[18].प्रच्छर्दनविधारणाभ्यां वा प्राणस्य।

[19].संतोषादनुत्तमसुखलाभः।

[20].स्वाध्यायादिष्टदेवतासंप्रयोगः।

[21].समाधिसिद्धिरीश्वरप्रणिधानात्।

[22].योगाङ्गाऽनुष्ठानादशुद्धिक्षये ज्ञानदीप्तिराविवेकख्यातेः।

[23].ध्यानजन्यज्ञानान्निवृत्तिः।

[24].कायेन्द्रियसिद्धिरशुद्धिक्षयात्तपसः।