इकाई 8 गीता में इन्द्रियनिग्रह व इन्द्रियनिग्रह फल

इकाई की रूपरेखा

8.0 उद्देश्य

8.1 प्रस्तावना

8.2 गीता में इन्द्रियनिग्रह

8.3 इन्द्रियनिग्रह फल

8.4 सारांश

8.5 शब्दावली

8.6 कुछ उपयोगी पुस्तक

8.7 बोध/अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

8.0 उद्देश्य

इस इकाई के अध्ययन से आप –

- इन्द्रियनिग्रह के बारे में जान सकेंगे ।
- इन्द्रियनिग्रह के साधनों से परिचित हो सकेंगे ।
- इन्द्रियनिग्रह के द्वारा प्राप्त फल से अवगत हो सकेंगे।
- इन्द्रियनिग्रह के द्वारा साधक स्थितप्रज्ञ की अवस्था को प्राप्त हो जाता है इसका अवबोध प्राप्त कर सकेंगे ।
- आप संस्कृत भाषा की शब्दावली स्मरण कर पायेंगे ।

8.1 प्रस्तावना

इकाई संख्या 8 'इन्द्रियनिग्रह' खण्ड के अन्तर्गत आती है । इस इकाई में इन्द्रियनिग्रह एवं इन्द्रियनिग्रह के फल विषय में वर्णन किया गया है । मानव के स्वस्थ विकास के लिए इन्द्रियनिग्रह करना आवश्यक है । मनुष्य इन्द्रियनिग्रह के द्वारा ही परमात्मा की प्राप्ति कर सकता है । मनुष्य को अपनी इन्द्रियों को अन्तर्मुखी बनाना चाहिए । जब कोई मनुष्य अपनी इन्द्रियों को समस्त सांसारिक विषयों से हटाकर किसी एक विषय में एकाग्र कर ले उसी का नाम इन्द्रियनिग्रह है ।

8.2 गीता में इन्द्रियनिग्रह

इन्द्रियों की स्वाभाविक प्रवृत्ति विषयों की ओर दौड़ना है, अतः सांसारिक विषयों की ओर गई हुई इन्द्रियों को उन विषयों से हटाना इन्द्रियनिग्रह है । जब इन्द्रियनिग्रह द्वारा इन्द्रियों का व्यापार रुक जाता है तो संकल्पविकल्पात्मक मन भी अध्यवसायात्मक बुद्धि के अनुसार अभीष्ट लक्ष्य की प्राप्ति की ओर अग्रसर हो जाता है । गीता में कछुए का उदाहरण देते हुए इन्द्रिय–निग्रह करने का मार्ग प्रशस्त किया है –

यदा संहरते चायं कूर्मोऽङानीव सर्वशः ।
इन्द्रियाणीन्द्रियार्थेभ्यस्तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिताः ॥ (गीता – 2/58)

अन्वय – च कूर्मः अंगानि इव अयम् यदा सर्वशः इन्द्रियाणि इन्द्रियार्थेभ्यः संहरते तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ।

शब्दार्थ – च = और (जिस तरह), कूर्म = कछुआ (अपने), अंगानि = अंगों को, इव = जैसे (समेट लेता है वैसे ही), अयम् = यह पुरुष, यदा = जब, सर्वशः = सब ओर से (अपनी), इन्द्रियाणि = इन्द्रियों को, इन्द्रियार्थेभ्यः = इन्द्रियों के विषयों से, संहरते = समेट लेता, तस्य = उसकी, प्रज्ञा = बुद्धि, प्रतिष्ठिता = स्थिर हो जाती है ।

हिन्दी अर्थ – जिस तरह कछुआ सब ओर से अपने अंगों को समेट लेता है, वैसे ही जब यह पुरुष इन्द्रियों को सब प्रकार से हटा लेता है, तब उसकी बुद्धि स्थिर है ।

व्याख्या – प्रस्तुत श्लोक में कछुए का दृष्टान्त देने का तात्पर्य है कि जैसे कछुआ चलता है तो उसके छः अंग (चार पैर, एक पूँछ और एक मस्तक) दीखते हैं । परन्तु जब वह अपने अंगों को छिपा लेता है तब केवल उसकी पीठ ही दिखाई देती है । ऐसे ही पुरुष जब पाँच इन्द्रियाँ और मन को अपने–अपने विषयों से हटा लेता है, तब वह स्थितप्रज्ञ की अवस्था को प्राप्त कर लेता है ।

व्याकरणिक टिप्पणी –

अंगानि– नपुसंकलिंग, बहुवचन ।

सर्वशः – सर्व + शस् (तद्धित प्रत्यय) ।

इन्द्रियार्थेभ्यः – इन्द्रियाणाम् अर्थाः इन्द्रियार्थाः तेभ्यः पञ्चमी तत्पुरुष ।

संहरते– सम् + हृ + लट् लकार, प्रथम पुरुष, एकवचन (आत्मने पद)

प्रतिष्ठिताः – प्रति + स्था + क्त + टाप् ।

छन्द – अनुष्टुप ।

मनोनिग्रह के साधन – अभ्यास और वैराग्य

असंशयं महाबाहो ! मनो दुर्निग्रहं चलम् ।
अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते ॥ (गीता – 6/35)

अन्वय – महाबाहो! असंशयम् मनः चलम् दुर्निग्रहम् । तु कौन्तेय! अभ्यासेन वैराग्येण च गृह्यते ॥

शब्दार्थ– महाबाहो! = हे महान् भुजाओं वाले अर्जुन!, असंशयम् = बिना किसी संदेह के, मनः = मन, चलम् = अस्थिर, दुर्निग्रहम् = कठिनता से वश में होने वाला है, तु = किन्तु, कौन्तेय = हे कुन्तीपुत्र अर्जुन, अभ्यासेन = अभ्यास के द्वारा, च = और, वैराग्येण = वैराग्य के द्वारा, गृह्यते = वश में कर लिया जाता है।

हिन्दी अर्थ – भगवान् श्रीकृष्ण अर्जुन की समस्या को सुनकर कहते है कि हे महान् भुजाओं वाले अर्जुन! इसमें कोई संदेह नहीं है कि मन बड़ा चंचल और कठिनता से वश में होने वाला है किन्तु हे कुन्तीपुत्र अर्जुन इस चंचल मन को अभ्यास और वैराग्य के द्वारा अपने वश में किया जा सकता है ।

व्याकरणिक टिप्पणी –

असंशयम् – न संशयम् असंशयम् (नञ् तत्पुरुष समास)

दुर्निग्रहम् – दुर् + नि + ग्रह् + अप्, दुष्करं निग्रहम् दुर्निग्रहम् (प्रादि समास)

गृह्यते –ग्रह + यक् + लट्, प्रथमपुरुष, एकवचन ।

8.3 इन्द्रियनिग्रह फल

तानि सर्वाणि संयम्य युक्त आसीत मत्परः ।
वशे हि यस्येन्द्रियाणि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ॥ (गीता – 2/61)

अन्वय – तानि सर्वाणि संयम्य युक्तः मत्परः आसीत हि यस्य इन्द्रियाणि वशे तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता ।

शब्दार्थ – तानि = उन, सर्वाणि = सम्पूर्ण इन्द्रियों (ग्यारह इन्द्रियों) को, संयम्य = वश में करके, युक्तः = समाहितचित्त हुआ, मत्परः = मेरे परायण , आसीत = बैठे, हि = क्योंकि, यस्य = जिस पुरुष के, इन्द्रियाणि = इन्द्रियाँ, वशे = वश में होती हैं, तस्य = उसकी, प्रज्ञा = बुद्धि, प्रतिष्ठिता–स्थिर होती है ।

हिन्दी अर्थ – भगवान् श्रीकृष्ण कहते हैं कि कर्मयोगी साधक को अपनी समस्त इन्द्रियों को अपने वश में करके समाहितचित्त हुआ मेरे परायण होकर ध्यान में बैठे क्योंकि जिस पुरुष की इन्द्रियाँ वश में होती हैं, उसकी बुद्धि स्थित हो जाती है ।

व्याख्या – तानि सर्वाणि संयम्य युक्त आसीत मत्परः – जो बलपूर्वक मन का हरण करने वाली इन्द्रियाँ हैं, उस सबको वश में करके विषयों में विचलित न होने देकर स्वयं मेरे परायण हो जाये । साधक इन्द्रियों का संयमन करने में कभी अपने बल का अभिमान न करे उसमें अपने उद्योग को कारण न माने, केवल भगवत्कृपा को ही कारण माने कि मेरे को इन्द्रियों के संयमन में जो सफलता मिली है, वह केवल भगवान् की कृपा से मिली है ।

वशे हि यस्येन्द्रियाणि तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिता– जो साधक अपनी इन्द्रियों को अपने वश में कर लेते हैं, वह स्थितप्रज्ञ है। स्थितप्रज्ञ पुरुष की इन्द्रियाँ वश में होती हैं और उसकी रसबुद्धि निवृत्त हो जाती है।

व्याकरणिक टिप्पणी –

संयम्य – सम् + यम् + कत्वा (ल्यप्) ।

युक्तः – युज् + क्त, पुल्लिंग एकवचन ।

आसीत् – आस् + विधिलिंग लकार, प्रथम पुरुष, एकवचन ।

मत्परः – मयि परः मत्परः, सप्तमी तत्पुरुष ।

छन्द – अनुष्टुप

8.4 सारांश

- गीता में इन्द्रियनिग्रह के बारे में जाना ।
- इन्द्रियनिग्रह द्वारा प्राप्त फल के विषय में ज्ञान प्राप्त हुआ ।

- स्थितप्रज्ञ के बारे में बोध हुआ ।
- इन्द्रिय संयमन के विषय में अवबोध हुआ ।

8.5 शब्दावली

मन – संकल्प–विकल्पात्मक इन्द्रिय।

परायण – कृष्णभक्ति में लीन होना।

संयमन – इन्द्रियों पर नियन्त्रण ।

निवृत्त – हटाना ।

8.6 कुछ उपयोगी पुस्तकें

1. श्रीमद्भगवद्गीता, राजेन्द्र प्रसाद शर्मा, जगदीश संस्कृत पुस्तकालय, जयपुर, २००६
2. श्रीमद्भगवद्गीता (साधक–संजीवनी) हिन्दी टीका, स्वामी रामसुखदास, गीताप्रेस गोरखपुर, सं० २०७१
3. गीता में आत्मप्रबन्धन, विनोद कुमार, परिमल पब्लिकेशन्स, दिल्ली, २०१२
4. ईशादि नौ उपनिषद्, शाङ्करभाष्यार्थ, गीताप्रेस गोरखपुर, सं. २०६६
5. भारतीय–दर्शन–बृहत्कोश, बच्चूलाल अवस्थी, शारदा पब्लिशिंग हाउस, दिल्ली, २००४

8.7 बोध/अभ्यास प्रश्नों के उत्तर

बोधप्रश्न 1

1) इन्द्रियाँ कितनी है ?

.....

.....

2) इन्द्रियनिग्रह का अर्थ लिखिए ।

.....

.....

3) पुरुष की बुद्धि स्थिर कब होती है ?

.....

.....

.....

4) इन्द्रियनिग्रह के दो उपाय कौन–से है ?

.....

.....

बोध प्रश्न 2

1. गीता में इन्द्रियनिग्रह का अर्थ स्पष्ट करते हुए इन्द्रियनिग्रह–फल का विवेचन कीजिए।

अभ्यास प्रश्नों के उत्तर –

बोध प्रश्न – 1

1) इन्द्रियाँ ग्यारह हैं – पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ, पाँच कर्मेन्द्रियाँ और मन ।

2) जब कोई साधक अपनी इन्द्रियों को सांसारिक विषयों से हटा लेता है, उसे इन्द्रियनिग्रह कहते है ।

3) जो पुरुष अपनी इन्द्रियों को अपने वश में कर लेता है, उस पुरुष की बुद्धि उसके वश में होती है ।

4) गीता में इन्द्रिय निग्रह के दो उपाय है – अभ्यास और वैराग्य ।

बोध प्रश्न – 2

इस प्रश्न का उत्तर विद्यार्थी स्वयं लिखे ।

ignou
THE PEOPLE'S
UNIVERSITY