International Journal of Sanskrit Research 2018; 4(4): 15-17

International Journal of Sanskrit Research

अनन्ता

ISSN: 2394-7519
IJSR 2018; 4(4): 15-17
© 2018 IJSR
www.anantaajournal.com
Received: 10-05-2018
Accepted: 13-06-2018

सीता
शोध–छात्रा पीएच०डी०,
संस्कृत–विभाग, हि०प्र०वि०वि०
शिमला

कौशल्या चौहान
शोध–निर्देशक, संस्कृत–विभाग,
हि०प्र०वि०वि०, समरहिल, शिमला

Correspondence
सीता
शोध–छात्रा पीएच०डी०,
संस्कृत–विभाग, हि०प्र०वि०वि०
शिमला

योगवासिष्ठ में सप्तचक्र–एक परिचय

सीता, कौशल्या चौहान

प्रस्तावना

'यत्र पिण्डे तत्र ब्रह्माण्डे' इसके अनुसार जो ब्रह्माण्ड में है, वही मनुष्य के शरीर में है। मनुष्य शरीर ईश्वर का सर्वश्रेष्ठ वरदान है और जो अपने शरीर को भली–भान्ति जान लेता है, वह पूरे संसार को समझ लेता है। परम–चेतन, परम–शिव ब्रह्माण्ड की भान्ति मनुष्य के शरीर में भी विद्यमान है, उसका निवास स्थान मस्तिष्क अथवा सहस्रार चक्र है और उन्हीं का ही विमर्श स्वरूप–शक्तितत्त्व मनुष्य में कुण्डलिनी के रूप में विद्यमान है। संसार में जितनी भी शक्तियाँ हैं, वे सारी शक्तियाँ व्यष्टि रूप से मनुष्य में जीवनी शक्ति हैं। शास्त्रों में प्राणशक्ति को ही जीवनी शक्ति कहा गया है। इन प्राणशक्तियों की केन्द्रभूत शक्ति को कुण्डलिनी शक्ति कहा गया है। मनुष्य की समस्त शक्ति, गति और क्रियाशक्ति का आधार यही कुण्डलिनी शक्ति है। यह शक्ति एक स्थान पर साढ़े तीन फेरे की कुण्डली मारकर सर्प के समान सोयी रहती है, इसीलिए इसे कुण्डलिनी कहते है। यह शक्ति मातृगर्भस्थ सन्तान में जागृत रहने पर भी सन्तान के जन्म लेते ही निद्रित सी हो जाती है। मुमुक्षु साधक आत्मकल्याण के लिए इस कुण्डलिनी शक्ति को सुषुम्ना नाड़ी के द्वारा ऊर्ध्वगति करके क्रम से षट्चक्र भेदन द्वारा सहस्रार में ले जाने के लिए प्रयासरत रहता है। जब वह इस प्रकार करने में समर्थ हो जाता है, तब उसका दिव्य नेत्र खुल जाता है और दिव्यज्ञान के बल से वह अपने स्वरूप को देखकर कृत–कृत्य हो जाता है। जन्म–मरण के बन्धन से वह हमेशा–हमेशा के लिए मुक्त हो जाता है।

सप्तचक्र

मानव शरीर में बहत्तर हज़ार नाड़ियाँ विद्यमान हैं। ये नाड़ियाँ अपने मूल स्थान से शरीर के विभिन्न भागों में व्याप्त हैं। जहाँ अनेक नाड़ियाँ एकत्र हो जाती है, वहाँ पर एक चक्र सा बन जाता है। इस प्रकार से शरीर में छः चक्र है। इन चक्रों का आकार कमल फूल के समान होने से इन्हें कमल अथवा पद्म भी कहते हैं। नाड़ियों के विशेष रूप से बिखर जाने के कारण दलों का भी निर्माण हो जाता है। इस प्रकार से शरीर में षट् कमल स्थित है, मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूर, अनाहत, विशुद्ध तथा आज्ञा। कमलाकार होने के कारण सहस्रार को भी सहस्रदल कमल कहते है। [1] योगवसिष्ठ में कहा गया है कि मूलाधार से लेकर ब्रह्मरन्ध्र पर्यन्त सात चक्रों में सुषुम्ना नाड़ी प्रविष्ट होकर निकली हुई है। मूलाधार में साढ़े तीन फेरे लगाकर कुण्डलिनी शक्ति सोयी हुई है। [2] जब यह कुण्डलिनी शक्ति जागती है, तो षट्चक्रों को भेद कर सहस्रार पद्म में पहुंच जाती है। [3] कुण्डलिनी जिस–जिस चक्र पर पहुंचती है, वह चक्र अधोमुख से ऊर्ध्वमुख होकर विकसित हो जाता है। अन्त में कुण्डलिनी शक्ति सहस्रार में जाकर सदा शिव से मिल जाती है। ये समस्त चक्र शक्तियों के सूक्ष्म केन्द्र हैं। ये चक्र अदृश्य हैं, इसीलिए इन्हें भौतिक रूप से नहीं देखा जा सकता। परन्तु ये योगियों को दिखाई पड़ते हैं। मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूर, अनाहत, विशुद्ध, आज्ञा और सहस्रार–ये सात चक्र हैं। [4]

1. मूलाधार चक्र

सुषुम्ना नाड़ी के मुख से लगा हुआ लिङ्गमूल से नीचे तथा गुदा के ऊपर मूलाधार कमल स्थित है। [5] यह कुण्डलिनी शक्ति का आधार है। योगवासिष्ठ में कहा गया है कि सुषुम्ना नाड़ी के भीतर मूलाधार चक्र में साढ़े तीन फेरे लगाकर कुण्डलिनी शक्ति सोयी रहती है। [6] मूलाधार चक्र के चार दल हैं, जो कि रक्त वर्ण हैं। इन चार दलों पर सुवर्ण के जैसे वर्णवाले वं, शं, षं और सं–ये चार अक्षर स्थित हैं। [7] योगवासिष्ठ में कहा गया है कि मूल प्राण कुण्डलिनीरूप चिदग्नि मूलाधार से लेकर कण्ठपर्यन्त चार दल वाले कमल में स्थित परा से लेकर वैखरी पर्यन्त वाणी रूप चन्द्रमा को अर्थप्रकाशनरूप शक्ति से अथवा अनुभव से इस तरह उत्पन्न करती है, जिस तरह भित्तिप्रकाश का सूर्य। [8] मूलाधार चक्र में ध्यान करने से कुण्डलिनी शक्ति जागृत होती है और विभिन्न प्रकार के आनन्द की प्राप्ति होती है।

2. स्वाधिष्ठान चक्र

यह दूसरा चक्र है। यह स्वाधिष्ठान चक्र लिङ्ग के मूलप्रदेश में स्थित है। यह छः दलों से युक्त है, जिन पर बँ, भँ, मँ, यँ, रँ, लँ–ये छः अक्षर सुशोभित है। यह स्वाधिष्ठान नामक कमल रक्त वर्णन का है। [9] इस चक्र के विषय में योगवासिष्ठ में विस्तार से नहीं कहा गया है। योगवासिष्ठ में मूलाधार से लेकर ब्रह्म पर्यन्त चक्रों का उल्लेख है, [10] जिसके अन्तर्गत स्वाधिष्ठान चक्र भी आता है। इस चक्र पर ध्यान करने पर काम, क्रोध, लोभ, मोह अभिमान, ईर्ष्या आदि दूर होते हैं और ज्ञान प्राप्त करने में सहायता मिलती है।

3. मणिपूर चक्र

यह चक्र नाभि के मूल में स्थित दस दल वाला है। इसका वर्ण पूर्ण मेघ के समान कृष्ण तथा नील वर्ण के समान प्रकाशमान है। इस चक्र के दस दलों पर क्रमशः डं, ढं, णं, तं, थं, दं, धं, नं, पं, फं–ये वर्ण हैं। [11] इस चक्र को नाभि चक्र भी कहते है। यह तीसरा चक्र है। इस चक्र पर प्राण का संयम करने से कायव्यूह अर्थात् शरीर में रहने वाले वात, पित, कफ आदि का परिज्ञान होता है। [12]

4. अनाहत चक्र

हृदय में अनाहत नामक चौथा कमल है। उसके बारह दल है, जिसमें क से ठ तक बारह अक्षर सुशोभित है। यह अत्यन्त रक्त वर्ण का है। [13] इस चक्र को हृदय चक्र भी कहते है। योगवासिष्ठ में कहा गया है कि द्वादशान्त अर्थात् अनाहत चक्र में प्राणवायु के चले जाने पर जब बहिर्मुख संवित् अर्थात् ज्ञान नष्ट हो जाता है, जब प्राण वायु निरूद्ध हो जाती है, [14] कुण्डलिनी जब जागृत होती है, तो तारों के आकार के समान तथा हृदयपद्म में सुवर्ण भ्रमर के सदृश उसका तेज इस शरीर में चारों ओर फैलता है, जो योगियों की चिन्त्य दशा को प्राप्त है, जिसकी योगी लोग उपासना करते है। [15] हृदय चक्र में जीव का आवास है अर्थात् आत्मा का निवास है। इस चक्र पर ध्यान लगाने से बुद्धिमत्ता, शुद्धता, इन्द्रियों का नियन्त्रण आदि की प्राप्ति होती है।

5. विशुद्ध चक्र

कण्ठ स्थान में विशुद्ध संज्ञक पाँचवा कमल है, जो स्वर्ण जैसी आभा वाला है और सोलह स्वरों से सम्पन्न है अर्थात् इसमें सोलह दल है, उन पर अ से लेकर अः तक स्वर सुशोभित है। [16] इस चक्र को कण्ठ चक्र भी कहते है। योगवासिष्ठ में कहा गया है कि तालु अर्थात् विशुद्ध नामक षोडशार चक्र में प्राणवायु जब गलित हो जाती है, तब प्राणवायु का स्पन्दन रूक जाता है। [17] पातञ्जलयोगप्रदीप में कहा गया है कि कण्ठ कूप अर्थात् विशुद्ध चक्र में संयम करने से क्षुधा और पिपासा की निवृत्ति होती है अर्थात् योगी को भूख प्यास नहीं लगती। [18] इस चक्र पर ध्यान करने से समस्त शास्त्रों का ज्ञान भी स्वतः हो जाता है।

6. आज्ञा चक्र

भौहों के मध्य में आज्ञा नामक कमल है, उसमें दो दल है, जिन पर हं और क्षं दो वर्ण सुशोभित है। वे दल शुक्ल आभा वाले है। [19] योगवासिष्ठ में कहा गया है कि जैसे पर्वत का झरना दूर जाकर वहीं पर लीन हो जाता है, वैसे ही भ्रूमध्य अर्थात् आज्ञाचक्र में अभ्यासवश से प्राण लीन हो जाता है। [20] पातञ्जलयोगप्रदीप में कहा गया है कि मूर्धा की ज्योति अर्थात् आज्ञा चक्र पर संयम करने से सिद्धों के दर्शन होते है। [21]

7. सहस्रार चक्र

ब्रह्मरन्ध्र में सहस्रार अथवा सहस्रदल कमल है। [22] यह नाना प्रकाश से युक्त सहस्र दलों वाले कमल जैसा है। इस चक्र के दलों पर अं से लेकर क्षं तक सब स्वर और वर्ण है। [23] इस प्रकार समस्त अक्षर हमारे शरीर के भीतर ही विद्यमान है। सहस्रार चक्र को ब्रह्मरन्ध्र भी कहते है। योगवासिष्ठ में कहा गया है कि जब कुण्डलिनी शक्ति जागती है, तो मूलाधार से लेकर ब्रह्मरन्ध्र अर्थात् सहस्रार चक्र तक पहुंच जाती है। [24] इस स्थान पर प्राण तथा मन के स्थिर हो जाने पर सर्ववृत्तियों के निरोधरूप असम्प्रज्ञात समाधि की योग्यता प्राप्त होती है। [25] इस पर ध्यान करने से योगी का परम शिव से ऐक्य हो जाता है। उसके अज्ञान और मोह नष्ट हो जाते है, वह देहमुक्ति को प्राप्त हो जाता है और मरने के पश्चात् उसका पुनर्जन्म नहीं होता।

इस प्रकार कुण्डलिनी शक्ति जागृत होकर क्रमशः षट्चक्रों को पार करते हुए एक–एक कर मूलाधार, स्वाधिष्ठान, मणिपूर, अनाहत, विशुद्ध, आज्ञा चक्र को प्रज्जवलित एवं अनुप्रमाणित करती हुई, अन्त में सहस्रार में जाकर सदा शिव से मिल जाती है, जिससे मनुष्य जन्म मरण के बन्धन से हमेशा–हमेशा के लिए मुक्त हो जाता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. षट्चक्रनिरूपण, भूमिका, पृष्ठ, 11
2. योगवासिष्ठ, निर्वाण प्रकरण (पूर्वार्द्ध), सर्ग–80, श्लोक 36 की व्याख्या
3. यदा जागर्ति कुण्डली।
   तदा सर्वाणि पद्मानि भिद्यन्ते .....।। हठयोगप्रदीपिका, तृतीयोपदेश, श्लोक–2
4. पातञ्जलयोगप्रदीप, पृष्ठ, 236
5. अथाधारपद्मं सुषुम्णास्यलग्नं
   ध्वजाधो गुदोर्ध्व.....। षट्चक्रनिरूपण, श्लोक–4
6. योगवासिष्ठ, निर्वाण प्रकरण (पूर्वार्द्ध), सर्ग–80, श्लोक 36 की व्याख्या
7. चतुः शोणपत्रम्।
   सुवर्णाभवर्णैर्वकारादि सान्तैर्युतं वेदवर्णैः।। षट्चक्रनिरूपण, श्लोक–4
8. चिदग्निः पद्मपत्रस्थं सोमं वाचात्मकं त्विषा।
   जनयत्यनुभूत्येह कुड्यालोकं यथा बहिः।। योगवासिष्ठ, निर्वाण प्रकरण (पूर्वार्द्ध) सर्ग–81, श्लोक–113
9. द्वितोयन्तु सरोजं चलिङ्गमूले व्यवस्थितम्।
   वादि लान्तं च षड्वर्ण परिभास्वत्तषड्दलम्।
   स्वाधिष्ठानाभिधं तत्तु पंकजं शोणरूपकम्।। शिवसंहिता, पंचम पटल, श्लोक : 98, 99
10. योगवासिष्ठ, निर्वाण प्रकरण (पूर्वार्द्ध), सर्ग–80, श्लोक–36 की व्याख्या
11. तृतीयं पंकजं नाभौ मणिपूरकसंज्ञकम्।
    दशारण्डादिफान्तार्णा शोभित हेमवर्णकम्।। वही, श्लोक–104
12. नाभिचक्रे कायव्यूहज्ञानम्। योगवासिष्ठ, उपशमप्रकरणम्, सर्ग–78, श्लोक–42 की व्याख्या/ पातञ्जलयोगप्रदीप, विभूतिपाद, सूत्र–29
13. हृदयेऽनाहतं नामचतुर्थं पंकजं भवेत्।
    कादिठास्तार्णसंस्थानं द्वादशारसमन्वितम्।। शिवसंहिता, पंचम पटल, श्लोक–109
14. द्वादशान्तगे। प्राणगलितसंवृते प्राणस्पन्दो निरूद्धयते।। योगवासिष्ठ, उपशमप्रकरण, सर्ग–78, श्लोक–28
15. सर्वतो विचरेदस्मिंस्तत्तेजस्तारकाकृति।
    हृत्पद्महेमभ्रमरो योगिनां चिन्त्यतां गतम्।। वही, निर्वाणप्रकरण (पूर्वार्द्ध) संग–81, श्लोक–72
16. कण्ठस्थानस्थितं पदमं विशुद्ध नाम पञ्चमम्।
    सुहेमाभं स्वरोतेतं षोडशस्वरसंयुतम्।। शिवसंहिता, पंचम पटल, श्लोक–116
17. योगवासिष्ठ, उपशमप्रकरण, सर्ग,–78, श्लोक–28 की व्याख्या।
18. कण्ठकूपे क्षुत्पिपासानिवृतिः। पातञ्जलयोगप्रदीप, विभूतिपाद, सूत्र–30
19. आज्ञापद्मं भ्रुवोर्मध्यं हक्षोपेतं द्विपत्रकम्।

शुक्लाभ.....।। शिवसंहिता, पञ्चम पटल, श्लोक–122
20. भ्रू..... अभ्यासाच्छाम्यति प्राणो दूरे गिरिनदी यथा।। योगवासिष्ठ, उपशमप्रकरण, सर्ग–78, श्लोक–42
21. मूर्धज्योतिषि सिद्धदर्शनम्। पातञ्जलयोगप्रदीप, विभूतिपाद, सूत्र–32
22. ब्रह्मरन्ध्रे हि यत् पद्मं सहस्रार व्यवस्थितम्। शिवसंहिता, पञ्चम पटल, श्लोक–129
23. पातञ्जलयोगप्रदीप, पृष्ठ–241
24. योगवासिष्ठ, निर्वाणप्रकरण (पूर्वार्द्धम्) सर्ग–81, श्लोक–46 की व्याख्या।
25. पातञ्जलयोगप्रदीप, पृष्ठ–242