



International Journal of Sanskrit Research

अनन्ता

ISSN: 2394-7519

IJSR 2019; 5(5): 17-18

© 2019 IJSR

www.anantaajournal.com

Received: 11-07-2019

Accepted: 15-08-2019

रश्मि गुप्ता

एम. ए. संस्कृत, NET

श्रीगंगानगर राजस्थान, भारत।

गायत्री मंत्र जप से भौतिक और आत्मिक लाभ

रश्मि गुप्ता

प्रस्तावना

चौबीस अक्षरों में गुंथा हुआ संस्कृत भाषा का एक विलक्षण मंत्र है – गायत्री मंत्र। जिसे मंत्रराज कहा जाता है। इसे गायत्री, सावित्री, वेदमाता भी कहा गया है। 'वेदमाता' होने से यह ज्ञान का आदि कारण है। यों तो साधना उपासना के लिए अनेक मन्त्रों का आश्रय लिया जाता है। लेकिन बात जब सर्वोत्कृष्टता की आती है निस्संदेह वह गौरव 'गायत्री मंत्र' को ही प्राप्त होता है। गायत्री की सर्वश्रेष्ठता समय-समय पर प्राचीन और अर्वाचीन ऋषियों, विद्वानों, महापुरुषों ने अपने वक्तव्यों में प्रकट की है। इसे सर्वोपरि दिव्य क्षमता कहा गया है।

कुछ लोग मुझसे पूछते हैं कि क्या आज के मॉडर्न समय में इस मंत्र का सामान्य मनुष्य, नौकरीपेशा, गृहिणी, विद्यार्थी, व्यापारी, वैज्ञानिक, डॉक्टर, इंजिनियर या प्रशासनिक अधिकारी आदि के जीवन में कोई उपयोग है? या यह केवल पंडितों और सन्यासियों के द्वारा ही की जाने वाली साधना है। मेरा अपना अनुभव है कि जब कभी मैं किसी बच्चे को गायत्री मंत्र जप के लिए प्रेरित करती हूँ तो उसके अभिभावक की पहली प्रतिक्रिया यही होती है कि इसे साधु संन्यासी थोड़े ही बनना है। ये सब इसे मत बताओ। मैं उनकी अनभिज्ञता पर मुस्करा कर रह जाती हूँ।

इस लेख को लिखने का कारण व उद्देश्य ऐसे ही लोगों के भ्रम को दूर करना है। जो लोग वास्तव में आत्मकल्याण के इच्छुक हैं उन्हें इस लेख में कुछ काम की बात मिलेगी।

जीवन में सुख शांति सफलता संतोष उन्नति पाने के लिए मनुष्य में कुछ आधारभूतगुण होने चाहिए जैसे सकारात्मकता, निरालस्य, लगन, उत्साह, श्रद्धा, विश्वास, ईमानदारी, संवेदना आदि।

जो मनुष्य आत्म कल्याण चाहता है वह अनेक प्रकार के प्रयास या पुरुषार्थ करता है। उन किये जाने वाले अभीष्ट पुरुषार्थों में से गायत्री उपासना को अग्रणी माना गया है।

आधुनिक युग में अपने जीवन को गायत्री मंत्र की प्रयोगशाला के रूप में जीने वाले तपस्वी युगऋषिपं. श्रीराम शर्मा आचार्य जी के शब्दों में – "अपने व्यक्तिगत प्रयोगों में हमें जितने आश्चर्यजनक अनुभव हुए हैं, उनसे शास्त्रकारों के इस वचन पर हमें पूर्ण श्रद्धा हो गयी है कि 'गायत्री भूलोक की कामधेनु है'।"

अपने कष्टों का निवारण करने के लिए जिस प्रकार से सांसारिक भौतिक उपाय किये जाते हैं, उसी प्रकार अध्यात्मिक उपाय भी होते हैं। लोग अपने दुखों का निराकरण करने के लिए पाठ, अनुष्ठान, पुरश्चरण आदि करते हैं। गायत्री मंत्र भी इसी प्रकार के अध्यात्मिक उपाय के रूप में बहुत शक्तिशाली बताया गया है। जिस प्रकार प्राकृतिक चिकित्सा विज्ञान के मानने वालों के अनुसार शरीर में रोग तभी उत्पन्न होते हैं जब उसमें विष व विकार भर जाते हैं। प्राकृतिक चिकित्सक सभी रोगों का एक ही कारण मानते हैं और एक ही चिकित्सा से सभी रोगों का ठीक होना संभव सिद्ध करते हैं। इसी प्रकार गायत्री विद्या के जानकारों का मानना है कि नाना प्रकार के कष्टों और क्लेशों का हेतु है – 'आत्मा में सतो गुण का घट जाना और तमो गुण का बढ़ जाना।' जब मनुष्य गायत्री साधना करता है तो उसकी आत्मा में सत्त्व गुण बढ़ता है और तम गुण घटने लगता है। फलस्वरूप दोष घटने लगते हैं। दोषों का घटना प्रत्यक्ष रूप से मनुष्य के दुखों को कम करता है।

इसमें कोई संदेह नहीं है कि बुराइयों से, पापों से, बुरी आदतों से, संकीर्णता से, असंयम से, स्वार्थपरता से, दुर्बुद्धि से एवं अपव्यय से अनेक दुख उत्पन्न होते हैं। गायत्री की साधना से मनुष्य की आत्मिक भूमि में सतोगुण की वृद्धि होती है, जिससे इन दोषों की जड़ें कटनी शुरू हो जाती हैं। परिणामस्वरूप उसके दुख, भय, कष्टों और शोक का शमन होने लगता है। जिसे गायत्री के उपासक इस रूप में देखते हैं कि गायत्री मंत्र ने हमारी विपत्तियों को दूर कर दिया। उन्हें ये परिवर्तन आकस्मिक दैवी वरदान जैसे प्रतीत होते हैं। पर वास्तव में होता यह है कि अंदर का सुधार बाहर के सुधार से प्रकट होता है।

Correspondence

रश्मि गुप्ता

एम. ए. संस्कृत, NET

श्रीगंगानगर राजस्थान, भारत।

इसके पीछे एक वैज्ञानिक प्रक्रिया रहती है जिसे सामान्य मनुष्य समझ नहीं पाता और न ही उसे समझने में उसकी रुचि रहती है। यदि पूर्ण श्रद्धा, विश्वास, रुचि और समर्पण भाव से गायत्री साधना के पथ पर कोई बढ़ता है तो निस्संदेह अपना आत्मिक, बौद्धिक व भौतिक उत्थान करता है। इसका अर्थ यह नहीं है कि गायत्री जपने वाले के जीवन में कोई दुख कष्ट कभी आएंगे ही नहीं, क्योंकि कर्मों की गति बहुत गहन होती है और ऐसा जीवन किसी का नहीं होता है जिसमें कोई कष्ट क्लेश न हो। लेकिन गायत्री साधना से मनुष्य के आत्मिक, बौद्धिक और भौतिक स्थिति में सुधार व उत्थान निश्चित रूप से आता है।

अखिल विश्व गायत्री परिवार के संस्थापक पं. श्रीराम शर्मा आचार्य जी बताते हैं कि गायत्री मंत्र से कुछ भी प्राप्त करने के लिए बाहर से कुछ लाना नहीं पड़ता है किसी देवता या दानव की कृपा की आवश्यकता नहीं पड़ती है, केवल अंतःकरण के आवरणों को हटाना पड़ता है और ध्यानपूर्वक नियमित साधना से यह अपने आप होने लगता है। होता यह है कि गायत्री साधना के सूर्य से अयोग्यताओं व तुच्छताओं का पर्दा हट जाता है और आत्मा का जो स्वरूप निकलकर आता है वह योग्यताओं, श्रेष्ठताओं से परिपूर्ण व निर्मल होता है।

हरिद्वार में ऋषिकेश मार्ग पर स्थित 'शांतिकुंज गायत्रीतीर्थ आश्रम' गायत्री साधकों के लिए उपयुक्त वातावरण उपलब्ध करवाता है। न जाने कितने ही निराश, पीड़ित, रोगी, अभावग्रस्त व्यक्तियों ने शांतिकुंज गायत्री तीर्थ से पथ-प्रदर्शन द्वारा गायत्री उपासनाएँ की हैं और अपने जीवन की कठिनाइयों का निराकरण किया है।

गायत्री साधना उनके लिए नहीं है जो अपनी आत्मा में, विचारों में, आचरण में सुधार किये बिना केवल तोते की तरह मंत्र जप करके जादू की छड़ी घुमाने की तरह अपनी इच्छाएँ पूरी करने की अपेक्षा करते हैं। यह न तो जादू की छड़ी है और न ही ऐसा होना चाहिए। कष्ट, आपत्तियों, दुखों का उद्देश्य व्यक्ति की जागरूकता, प्रयत्नशीलता और योग्यताओं को बढ़ाना होता है इसी रूप में उन्हें स्वीकार भी करना चाहिए। यदि माँ बच्चे को हमेशा गोदी में ही लिए रहे, उसे खड़े होने, चलने, गिरने का कष्ट न दे तो वह बालक जीवन में क्या किसी योग्य बन पाएगा? नहीं, बल्कि वह लुंज – पुंज होकर रह जाएगा। अतः कष्टों और दुखों को जीवन में एक चुनौती के रूप में लेना चाहिए। यही सकारात्मक रवैया है। उनसे उबरने के प्रयासों में यदि गायत्री मंत्र को भी जोड़ लिया जाए तो अंधेरे कमरे में जलाये गए दीपक की भाँति सतोगुण बढ़ जाने से मनुष्य को अपने शरीर व मन के छिपे हुए दोष जिनके कारण बीमारियाँ, कठिनाइयाँ व असफलताएँ उपस्थित होती हैं ; साफ़ साफ़ दिखने लगते हैं और फिर घटने लगते हैं।

'सतोगुण' एक शक्ति है जिसके बढ़ने से नई नई योग्यताएँ बढ़ती हैं। इस प्रकार गायत्री साधना से उन वस्तुओं का प्राप्त होना सुगम हो जाता है जो अयोग्यों को प्राप्त नहीं हुआ करतीं। इसमें कहीं कोई अन्धविश्वास नहीं है। गायत्री साधना द्वारा आत्म-सुधार एक नितांत वैज्ञानिक प्रक्रिया है। जिसे समझने वाला ही इस क्षेत्र में कुछ प्राप्त कर सकता है। अनैतिक, स्वार्थी, लालची, चालाक, दुष्ट प्रकृति के लोगों को इस क्षेत्र में प्रयास नहीं करना चाहिए। क्योंकि गायत्री साधना की शर्त है – आत्मशोधन। हाँ, जो इस शर्त को पूरा करने के लिए तैयार रहते हैं वे साधना के इस क्षेत्र से बहुत कुछ प्राप्त कर सकते हैं।

कुछ लोग ऐसे होते हैं जो पाँच – दस दिन जप करने पर, यदि उनकी सब तृष्णाएँ पूरी नहीं होती हैं तो उनका साहस टूट जाता है और उत्साह टंडा पड़ जाता है और वे साधना छोड़कर बैठ जाते हैं। यहाँ तक कि साधना विधि के छोटे-छोटे नियमों तक को निभाना नहीं चाहते हैं। दुनिया भर के कुतर्क करते हैं। ऐसे लोगों की साधना प्रायः निष्फल ही रहती है। आलस्य, परावलंबन व अकर्मण्यता की मनोवृत्ति वाले लोग इस साधना से कुछ नहीं पा सकते हैं।

गायत्री-साधना में धैर्य व संयम का पालन करते हुए साधक एक प्रकार से अपना अध्यात्मिक कार्याकल्प करता है। इस कार्याकल्प का लाभ केवल शरीर तक ही सीमित नहीं होता अपितु बुद्धि, विचार, चित्त, स्वभाव और दृष्टिकोण का भी नवनिर्माण होता है। जिससे मनुष्य के स्वास्थ्य, मनोबल और सांसारिक सुख-सौभाग्यमें वृद्धि होती है।

हर लाभ की एक उचित कीमत चुकानी पड़ती है। जैसे पहलवान बनने के लिए दंड, बैठक, कुश्ती आदि कष्ट साध्य नियम निभाने होते हैं। परिश्रम करके पसीना बहाना पड़ता है। दूध, घी, मेवा और बलवर्धक भोजन पर काफी खर्च भी करना पड़ता है। तब कहीं जाकर पहलवान बना जाता है। डाक्टर, इंजिनियर, प्रोफेसर बनने के लिए कितना धन, समय और श्रम लगाना पड़ता है। इसी प्रकार गायत्री साधना में भी समय, श्रम व आत्म शोधनरूपी मूल्य चुकाना पड़े तो कोई घाटे की बात नहीं है।

जिन्होंने भी गायत्री मंत्र साधना को अपने जीवन का अंग बनाया व ईमानदारी से एक निश्चल बालक के समान निर्मल मन से साधना को नियमपूर्वक निभाया, उन्होंने अपने जीवन में अनेक चमत्कारिक परिणाम, आकस्मिक लाभ वसहयोग पाना स्वीकार किया।

विद्यार्थियों के लिए तो गायत्री मंत्र साधना को आवश्यक रूप से अपने जीवन में अपनाया जाना चाहिए क्योंकि यह बुद्धि का मंत्र है और मूलतः इसमें परमात्मा से 'बुद्धि को सन्मार्ग में प्रेरित करने की' प्रार्थना की गयी है। ऐसे अनेक शोध हुए हैं जिनमें सिद्ध हुआ है कि गायत्री मंत्र का बुद्धि व मानवीय चेतना पर प्रत्यक्षप्रभाव पड़ता है। यह बुद्धि बढ़ाने वाला मंत्र है।

अतः सभी प्रकार के विद्यार्थियों को इस दिशा में अपने पुरुषार्थ का कुछ अंश अवश्य लगाना प्रारंभ कर देना चाहिए क्योंकि गायत्री साधना में किया गया पुरुषार्थ अन्य किसी पुरुषार्थ से अधिक लाभदायक सिद्ध होता है। इसका अर्थ यह नहीं है कि अपना कर्तव्य कर्म छोड़कर सिर्फ यही करना चाहिए। बल्कि अपने निर्धारित काम करते हुए, कर्तव्यों को करते हुए यह भी किया जाए तो उत्तम परिणामदायी होगा।

निष्कर्ष रूप में कहा जा सकता है कि गायत्री उपासना विशुद्ध रूप से प्रज्ञा को प्राप्त करने की वैज्ञानिक पद्धति है। जो इस साधना को अपनाते हैं उन्हें आत्मिक व सांसारिक सुखों की कमी नहीं रहती।

संदर्भ

1. शर्मा, पं० श्रीराम, गायत्री महाविज्ञान, युग निर्माण योजना विस्तार ट्रस्ट, गायत्री तपोभूमि, मथुरा, 2013