

कबीर की योग साधना

सारांश

संत कबीर उस समय धर्म, आध्यात्म और समाज सुधार के लिए आगे आए जब परमात्मा और आत्मा के नाम पर अनेक भ्रामक भ्रान्तियों प्रचलित थीं। वे केवल समाज-सुधारक महान काव्यधर्मी और दार्शनिक ही नहीं थे अपितु एक पहुँचे हुए योगसाधक भी थे। विद्वानों के अनुसार उनकी योगसाधना तान्त्रिक यौगिक और शक्ति योग साधना से प्रभावित थी। उन्होंने निर्गुण ज्ञानमार्गी होते हुए भी साकार साधकों के सिद्धान्तों को भी अपनी साधना में शामिल किया। यही कारण है कि उनकी साधना केवल अंतर्मुखी न होकर संतुलित है। कबीर ने ब्रह्म को नाद स्वरूप माना है। ब्रह्म की प्राप्ति के लिए उन्होंने नाद-योग साधना को सर्वोत्तम माना है। उनकी कविताओं में नाद-योग साधना की विस्तार से चर्चा की गई है। इनमें कहा गया है ब्रह्माण्ड का ही स्थूल रूप है और पिण्ड उस ब्रह्माण्ड का संक्षिप्त रूप है। यही बात वेद में भी- 'यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे' के रूप में बताई गई है।

मुख्य शब्द : योग, साधना, शक्ति, भक्ति, मूल आधार, समरसता।

प्रस्तावना

कबीर का नाद योग हठयोग और कुंडलिनी योग से सीधा सम्बन्ध रखता है। इनकी कविताओं में कुण्डलिनी का जो बार-बार वर्णन आता है वह इसी बात की पुष्टि करता है। कबीर भक्तिकाल के संत कवियों में श्रेष्ठतम स्थान रखते हैं। योग तन, मन और आत्मा सहित चेतना की सभी स्थितियों के उन्नयन और परिमार्जन का एक सशक्त माध्यम है। डॉ० हजारी प्रसाद द्विवेदी ने कबीर के काव्य पर विचार करते हुए लिखा है - 'कबीर की भक्ति योग के क्षेत्र में प्रेम का बीज पड़ने से अंकुरित हुई थी।' कहने का तात्पर्य है कि उनकी भक्ति का मूल आधार योग ही था। वस्तुतः कबीर के काव्य में योग, प्रेम, भक्ति आदि अंतर्भूत हैं। उनमें एक विचित्र प्रकार की समरसता है। यही कारण है कोई उन्हें योगी कहता है कोई ज्ञानी तो कोई भक्त एवं संत। योग भारत की सम्पूर्ण विश्व को दी गई अद्भुत देन है।

कबीर न केवल योग की महिमा से परिचित थे अपितु अपने काव्य द्वारा उसे नवीन प्रतिष्ठा भी दिलाते हैं। आचार्य रामचन्द्र शुक्ल कहते हैं कि - "जो ब्रह्म हिन्दुओं की विचार पद्धति में ज्ञान-मार्ग का एक निरूपण था उसे कबीर ने सूफियों के ढर्रे पर उपासना का विषय ही नहीं अपितु प्रेम का विषय भी बनाया। साथ ही उसकी प्राप्ति के लिए हठयोग साधना का समर्थन किया। इस प्रकार उन्होंने भारतीय ब्रह्मवाद के साथ सूफियों के भावात्मक रहस्यवाद, हठयोगियों के साधनात्मक रहस्यवाद और वैष्णवों के अहिंसावाद तथा प्रपत्तिवाद का मेल करके अपना पंथ खड़ा किया।⁽¹⁾ संत कबीर ने भक्ति का जो स्वरूप अंगीकार किया है वह योग-सम्मत होने से योग के अधिक समीप है। कबीर का मानना है कि "जहाँ - जहाँ भगति कबीर की, तहाँ तहाँ राम निवास"⁽²⁾ अतः उसे भक्ति योग कहना सार्थक प्रतीत होता है। संत कबीर के मंत्र योग में भक्ति योग का सर्वोच्च स्थान है।

संत कबीर की योग साधना वह निर्मल जलधारा है जो अनेक घाटों से गुजरती हुई वहाँ की विशेषताओं को आत्मसात् करती हुई भी निरंतर गतिशील एवं प्रवाहमान रही है। वह एकदम फूटकर बाहर नहीं आई अपितु डॉ० सम्पूर्णानन्द जी के शब्दों में - "अब यह प्रमाणित हो गया है कि योग का जो प्रवाह कबीर और उनके परवर्ती सन्तों में मिलता है वह वेदों से निःसृत होकर बराबर चला आ रहा था। उसका स्वाद कुछ बदल गया है। बौद्धों ने तो अपना प्रभाव डाला ही था वैष्णव भक्तों और मुसलमान सूफियों के विचारों का भी कुछ पुट है परन्तु मूलधारा अब भी वही है।"⁽³⁾ चाहे साधना का क्षेत्र हो या समाज का, हम समझते हैं कि कबीर का एक विशेष दृष्टिकोण रहा है जिसे उन्होंने कुछ साखियों में स्पष्ट किया है।



मिन्दू वर्मा

सहायक प्राध्यापक,
हिन्दी विभाग,
कु. मा० रा० म० स्ना०
महाविद्यालय,
बादलपुर

कबीर सहज योग की प्रतिष्ठा द्वारा उसे जन सुलभ बनाते हैं। वे अपने काव्य में जिस स्वानुभूत सत्य का उद्घाटन करते हैं वह योग अनुभव पर ही आधारित है। कबीर परिपक्व ज्ञान और भक्ति में कोई तात्विक अन्तर नहीं मानते क्योंकि यह ज्ञान शुद्ध चित्त होने के उपरान्त ही प्राप्त होता है। जो योग द्वारा ही सम्भव है। कबीर योग साधना में गुरु की भूमिका को विशेष महत्व देते हैं। कबीर की दृष्टि में मनुष्य योग साधना द्वारा अहंकार रहित और सांसारिक विषयों से उदासीन हो जाता है। यह आत्मिक पवित्रता ही उसे अच्छे कार्यों और ईमानदार प्रयासों की ओर उन्मुख करती है।

कबीर की साधना में हमें विकास की विभिन्न अवस्थाएँ, दृष्टिगोचर होती दिखायी पड़ती हैं। जीवन के सहजाचरण के रूप में अंत में वे जिस सहजयोग की प्रतिष्ठा करने में सफल हुए वहाँ तक वे सहज रूप में नहीं पहुँच गए “मार्ग की कितनी दुर्गम घाटियों को उन्हें पार करना पड़ा होगा यह कौन जानता है।”⁴ परन्तु इस दुर्गमपथ को पार करने में दो वस्तुएँ उनकी विशेष सहायक हुईं जो उन्हें एक सच्चे साधक का रूप दे सकीं ये विशेषताएँ थीं आत्म-विचार और निजी अनुभव। कबीर ने इन दोनों को ही अपनाया।

जिस समय कबीर ने योग साधना में प्रवेश किया उस समय नाथपंथी हठयोगिक साधना का ही चारों ओर बोलबाला था। अतः कबीर का ध्यान भी सर्वप्रथम इसी साधना की ओर आकर्षित हुआ। उन्हीं के अनुकरण पर वे इस साधना स्तर में काया का महत्व, प्राणायाम, इडा-पिंगला, सुषुम्ना, घटसोधन, षट्कर्म, पवन साधना, कुण्डलिनी, उत्थापन, चक्रबेधन, ब्रह्मारन्ध्र शून्य गुफा, दशम द्वार, अनाहत नाद, औघट घाट, त्रिकुटि सन्धि आदि के विस्तृत वर्णन करते हैं। उनका विश्वास है कि श्रम की प्राप्ति के लिए हठयोग साधना परम आवश्यक है –

“जब लग त्रिकुटी संधि न जानै,

ससिहर कै धरि सूर न आनै

जब लग नाभिकवल नहीं सौधे,

तो हीरै हीरा कैसे बैधे ॥”⁵

किन्तु आगे चलकर उनका यह विश्वास इस रूप में स्थिर न रह सका। वे मंत्रयोग की ओर उन्मुख हुए जिसमें केशव ही उन्हें सच्चे योगी के रूप में ही दिखायी देने लगे। जब हम कबीर के योग चिंतन पर विचार करते हैं तो पाते हैं कि पिंड और ब्रह्माण्ड की जिस एकता का वर्णन किया है उसकी सर्वप्रथम चर्चा अथर्ववेद में हुई है। अथर्ववेद के एक स्थान पर कहा गया है कि अष्टचक्रा नवद्वारा देवेन्द्र पुरयोध्या।

तस्याय हिरण्यमयः कोशः स्वर्गो ज्योतिषावृतः ॥”⁶

कबीर का योग चिंतन इस दृष्टि से भी महत्वपूर्ण है कि उसके माध्यम से वे मनुष्य के भीतर की अनंत सभावनाओं को टटोलकर जगाने और सक्रिय करने का भी उपक्रम है। कबीर के लिए कुंडलिनी का जागना प्रकारांतर से मनुष्य की सुषुप्त आंतरिक शक्ति का जागना है। बिना जागे न तो मनुष्य स्वयं को विकसित कर सकता है और न ही समाज अथवा राष्ट्र को। योग हमें जगाकर अपनी शक्तियों के सदुपयोग का मार्ग प्रशस्त करता है।

भारत में कबीर और उनसे भी पहले नाथपंथी योगियों से लेकर 19वीं शताब्दी तक योग साधना की एक अविरल धारा निरन्तर प्रवाहित दिखाई देती है। कबीर के एक बीजक की एक रमेनी संख्या 69 से यह स्पष्ट है कि उनके समय में योगियों का एक अच्छा संगठन बन गया था आगे चलकर अनेक सम्प्रदायों के रूप में विविध प्रान्तों में इन योगियों ने अपना प्रभाव स्थायी बना लिया था। इन सभी सम्प्रदायों को किसी न किसी रूप में कबीर से अवश्य प्रेरणा प्राप्त हुई यहाँ तक की महाराष्ट्र में जिस संत सम्प्रदाय का विकास हुआ वहाँ भी कबीर को मान्यता प्रदान की गई। प्रसिद्ध महाराष्ट्रीय संत तुकाराम ने “नामदेव, ज्ञानदेव तथा एकनाथ के साथ कबीर की गणना उन चार महापुरुषों में की है जो वस्तुतः अनुकरणीय हैं।”⁷

कबीर सारे धर्म सम्प्रदायों के कर्मकाण्डों से मुक्त होकर सहज साधना और भक्ति का आदर्श प्रस्तुत करते हैं। कबीर के लिए योग पद्धति मानवीकरण का ही अंग है। वे योग के साथ साथ अपने आराध्य के प्रति समर्पण और भावाकुलता भी लाते हैं। कबीर के लिए साधना का क्षेत्र एक प्रकार का युद्ध क्षेत्र है। काम, क्रोध, लोभ, मोह इत्यादि को जीतकर ही सिद्धि तक पहुँचा जा सकता है। कबीर के लिए योगसाधना केवल ईश्वर प्राप्ति का माध्यम ही नहीं है बल्कि मानवीय समानता और समदृष्टि का मूल सूत्र भी है।

कबीर की साधना में तृतीय अवस्था लययोग साधना की मानी जाती है जिसमें उनका ध्यान परिपूर्ण रूप से बाह्य साधनों से हटकर आन्तरिक साधनों की ओर लग गया था जिसमें उन्होंने ध्यानयोग, अनाहतयोग, शब्द सुरति या उनसे सम्बन्धित नाद-बिन्दु लययोग का वर्णन किया है। साधना के सभी मार्ग उत्तम हैं परन्तु मधुर वही है जिसमें सहज रूप में ब्रह्म की प्राप्ति की जा सके।

कबीर का ब्रह्म सम्बन्धी ज्ञान उपनिषदों के अद्वैतवाद से प्रभावित है। आदि से अन्त उनकी ब्रह्म भावना अद्वैत से सम्बन्धित है। अद्वैतानुभूति अभिव्यक्त करते हुए वे कहते हैं —

“कस्तूरी कुंडली बसे, मृग दूँडे बन माहि।

ऐसे घट-घट राम हैं, दुनिया देखत नाहिं ॥”⁸

वस्तुतः योग शब्द का प्रयोग कई अर्थों में होता है। इसका सामान्य अर्थ सम्बन्ध अथवा मिलन होता है। दर्शनशास्त्र में योग का अर्थ जीवात्मा और परमात्मा के मिलन के संदर्भ में होता है। इस सम्बन्ध को प्राप्त करने की प्रक्रिया को योग कहते हैं। भारतीय परम्परा में सर्वप्रथम पतंजलि ने योगसूत्र की रचना की। उनके द्वारा प्रतिपादित योग को राजयोग की संज्ञा दी गयी। इससे भिन्न हठयोग है। जिसकी उत्पत्ति तन्त्र ग्रन्थों से हुई है। योग सूत्र में यमुना, नियम, आसन, प्राणायाम और प्रत्याहार को सिद्धि का बाहरी साधन माना गया है जबकि ध्यान, धारणा, और समाधि को आंतरिक साधन माना है। कबीर काफी हद तक गोरखनाथ से प्रभावित थे और अपनी कविताओं में हठयोग की शब्दावली का प्रयोग भी करते हैं। वस्तुतः कबीर का योग चिन्तन पतंजलि और गोरखनाथ से भिन्न है। उनका योग भक्तियोग है जो जनसुलभ है। वे मनुष्यता के लिए शाश्वत मूल्य और मर्यादाएँ निर्धारित करते हैं। उन्होंने मनुष्य की समस्त

विभाजक रेखाओं को अस्वीकार करते हुए मानव मात्र की एकता, समता तथा बंधुत्व का आदर्श रखा। उनके अनुसार किसी भी साधना पद्धति का अंतिम लक्ष्य मानव जाति का कल्याण होना चाहिए।

निष्कर्ष

भारतीय योग परम्परा में कबीर का योगदान इसलिए भी महत्वपूर्ण है कि उन्होंने उसे लोकानुभव से परिपुष्ट किया है, उसे लोकोपकारी बनाया है। वास्तव में कबीर के रूप में भारतीय जनता ने एक ऐसे सन्त को अपने मध्य अनुभव किया जो निजी अनुभव द्वारा योग के उस बीहड़ मार्ग में उनके लिए एक ऐसे सहज पंथ का निर्माण कर सके जिस पर चलकर श्रेय और प्रेय दोनों के समान भागी बना जा सका। आज भी कोटि कोटि जन कबीर द्वारा प्रदर्शित इस मार्ग से सहज प्रेरणा तथा स्फूर्ति प्राप्त कर उनके प्रति अपनी भाव-भीनी श्रद्धाजलि अर्पित करते हैं।

संदर्भ ग्रन्थ सूची

1. आचार्य रामचन्द्र शुक्ल: हिन्दी साहित्य का इतिहास, पृ. 64
2. कबीर ग्रन्थावली : साखी 11 , पृ. 53
3. डॉ. सम्पूर्णानन्द : योग प्रवाह: भूमिका : पृ. 5
4. कबीर ग्रन्थावली : साखी 2 : पृ. 55
5. कबीर ग्रन्थावली : पद 202: पृ. 157
6. अथर्ववेद 10 1,2,31 मंत्र 7 ।
7. हिन्दी काव्य में निर्गुण सम्प्रदाय : डा. बडथवाल: भूमिका भाग
8. कबीर ग्रन्थावली