उपनिषद संवाद

मृत्यु–जीवन की सहचरी है

मृत्यु जिजीविषा है आनन्द की

डॉ0 कमल प्रकाश अग्रवाल

मृत्यु का नाम सुनकर ही डर लग जाता है । अपाहिज और असाध्य रोगों से पीड़ित हुए लोगों के लिए मृत्यु सुखदायी भी है, मृत्यु अन्तिम क्रिया नहीं है, मृत्यु के बाद भी जीवन है । कठोपनिषद में नचिकेता के द्वारा यमराज से जो संवाद हुए हैं उसका केवल अर्थ यही है कि मृत्यु के बाद भी जीवन है । उपनिषद के अनुसार जब पिता के श्राप देने के कारण नचिकेता यमलोक को जाता है, जब नचिकेता यमलोक के द्वार पर तीन दिन तक यमराज के न होने के कारण भूखे प्यासे खड़ा रहा, जब चौथे दिन यमराज से भेट हुई और जब उन्होंने भूखे प्यासे नचिकेता को देखा, तो उन्हें अपने ऊपर बड़ा खेद हुआ । और कहने लगे नचिकेता तुम मेरे यहाँ तीन दिन तक बिना भोजन करे हुये रहे इसका मुझे सचमुच बड़ा पाप लगा है, इस पाप को धोने के लिए मैं तुम्हें तीन वर मांगने का अनुरोध करता हूँ क्योंकि जो व्यक्ति घर आये अतिथि का स्वागत सत्कार नहीं करता, उसके सभी धार्मिक कृत्य, धन, वैभव पुत्र, पशु आदि नष्ट हो जाते हैं इसलिए हे नचिकेता तुम मुझसे यथेष्ट वर मागों जब तीन वर में से एक वर उसने यह मांगा कि संसार में मनुष्य की मृत्यु के बाद क्या होता है ? क्या मृत्यु के बाद भी कोई रहता है ? बताइये वास्तव में सही क्या है ? तब यम ने कहा "पुत्र श्रेष्ठ । संसार की हर वस्तु मांग लो चाहे तुम दीर्घजीवी होने का वर मांग लो, चाहे तुम अमर होने का वर मांग लो, पर यह मृत्यु के रहस्य पर से पर्दा हटाने के लिए मुझसे मत पूछो । लेकिन आध्यात्मिक प्रेमी नचिकेता ने अन्य किसी वर मांगने को मना कर दिया ।

यमराज ने नचिकेता को जो मृत्यु का रहस्य बताया – "मृत्यु के बाद यह आत्मा सूर्य रूप होकर, आकाश निवासिनी वायु बनकर, फिर अन्तरिक्ष में अग्नि रूप होकर, अग्नि से चन्द्रमा में स्थित होकर, यह आत्मा, मनुष्यों में कभी पृथ्वी, जल और पर्वत पर जन्म लेती है । जन्म लेने का कारण केवल अज्ञान ही है । जब तक मनुष्य पर अज्ञान की मात्रा और संकल्प शेष रहते हैं तब उसे पुन: जन्म आदि की प्राप्ति होती है । इसी कारण वो पुन: गर्भ में प्रवेश कर कर्मानुसार फल भोगता है । आत्मा उस अमृत के समान है, न कभी मरती है और न उसे मारा जा सकता है न उसे अग्नि, जल, वायु आदि का भय है । शीशे में पड़े प्रतिविम्ब के समान आत्मा शरीर में दिखाई देती है ।

महाराजा जनक ने कहा है "कि जिस प्रकार दूध में मक्खन होता है उसी प्रकार शरीर मे आत्मा का निवास होता है, जिस प्रकार दूध में मक्खन दिखाई नहीं देता उसी प्रकार आत्मा भी शरीर में दिखायी नहीं देती और संसार में जन्म लेकर जो इस तत्व को शरीर के नष्ट होने से पूर्व जान लेता है उसे मोक्ष मिलता है । अन्यथा भिन्न-भिन्न योनियों में लोक-लोकान्तरों में पुनः शरीर धारण करने के लिए बाध्य होता है । जो ऐसा कुछ जानता है वह कभी-कभी कष्ट में नहीं पड़ता । क्योकि इन्द्रियो से मन महान है, मन से बुद्धि और बुद्धि से आत्मा महान है । यह जानने के बाद संसार में कुछ भी जानने योग्य नहीं रह जाता ।

"चिन्ता, सन्देह, आत्मविश्वास का न होना आदि और निराशा यह लम्बे समय तक रहकर हमारे बीमारी को जगा देते हैं जो हमारे जीवन को मृत्यु की ओर ढकेल देते हैं और असमय ही वृद्ध हो जाते हैं उसका कारण केवल यही है । भगवान बुद्ध के वैराग्य का कारण भी बुढ़ापा-बीमारी-मृत्यु ही थी । जिस कारण सोते हुये राजकुमार और पत्नी यशोधरा तथा समस्त वैभव को छोड़कर सन्यास लिया ।

आदमी की मृत्यु के बाद मिट्टी-मिट्टी में, जल-जल में, वायु-वायु में, आकाश-आकाश में, तेज-तेज में लय हो जाता है और इस प्रकार मनुष्य पंच तत्व में विलीन होकर पृथ्वी से ऋण समाप्त होकर आत्मा अपने लोक में चली जाती है ।"

नरसिंह उपनिषद में वर्णित "भीषणं भद्रं मृत्यु मृत्युं नमाम्यहम् ।" इस मंत्र का जाप करने से मनुष्य मृत्यु को जीत लेता है । इस प्रकार मृत्यु के भय को जीतने के लिये नृसिंह उपनिषदों का अध्ययन करना चाहिये । भगवान नृसिंह से सम्बन्धित कई उपनिषद हैं।

सामवेद में कहा है "बन्धान मृत्यु मुर्क्षीय मा-अमृतात" अर्थात् मेरे मृत्यु रूपी बंधनो से मुक्त कीजिये ऐसी प्रार्थना भगवान मृत्युंजय" से वेद में की गई है । बलशाली रावण, हिरण्याकश्यप इन दोनों ने मृत्यु को जीतने का वरदान प्राप्त किया था । क्या वास्तव में यह मरे नही ? परन्तु ऐसा नहीं, जो संसार में आया है, मरेगा अवश्य । ऐसा ब्रह्मा जीने भी कहा था । मृत्यु को कोई नहीं जीत सकता । यमराज को भी एक न एक दिन मरना पड़ता है । विधाता के यहाँ उनका भी एक काल निश्चित है । लेकिन वह समय पूरा होने के बाद में । यही सिद्धानत प्रलय का है । यही सिद्धान्त सृष्टि के नये सृजन के लिये है । आधुनिक विज्ञान भी यही मानता है 'कि एक समय बाद पृथ्वी टकराकर नष्ट हो जावेगी वास्तव में सौर मण्डल में पृथ्वी जैसा अनगिनत तारे है, जब पृथ्वी के नष्ट होने पर उनमें से ही एक

पृथ्वी बन जायेगी । भागवत गीता में श्रीकृष्ण ने कहा है कि सबका नाश करने वाले मृत्यु और आगे होने वाली मृत्यु का कारण भी मैं ही हूँ –

मृत्यु : सर्वहरश्चाहमुद्भवश्च भविष्यताम् (10/34)

मृत्यु और आत्मा का वर्णन 'सावित्रि' में महर्षि अरविन्द ने भी बहुत सुन्दर किया है ।

मृत्यु को समझने से पूर्व हमें जीवन को भी समझ लेना चाहिये फिर मृत्यु का प्रश्न हल हो जायेगा । जीवन उस परम ज्योति का नाम है जो जगत के प्रत्येक पदार्थ को गति देती है, जिसको हम प्राण भी कहते हैं । इसका निवास मनुष्य के हृदय में है । यह चैतन्य शक्ति कार के ड्राइवर की तरह काम करती है । जहाँ आत्मा का निवास है उस हृदय से एक सौ एक नाड़ियाँ निकलकर शरीर के चारों ओर फैल गई हैं । आगे जाकर इन सबके सौ-सौ भेद और हो गये हैं । फिर हर एक शाखा मे से 72000 सूक्ष्म नाड़ी और निकली हैं । इस प्रकार 10100 × 72000 नाड़ियाँ फैलकर शरीर में अपना कार्य कर रही हैं । इन 72 करोड़ 72 लाख नाड़ियों का अधिष्ठात्रा प्राण ही है । इनमें से एक नाड़ी सुषुम्ना की ओर गई है । जो शुभ कर्म करता है, उसका प्राणा जीवन में और मरने के पश्चात भी सुख और शान्ति देता है । और पुण्य लोकों को भी प्राप्त कराता है । इसके विपरीत इड़ा और पिंगला नाड़ियों में जाकर आदमी प्राणी भटक जाता है । इन ही नाड़ियों के आधार पर शरीर में षड़चक्रों का निर्माण हुआ है । और इनके विभिन्न-विभिन्न देवता मानकर योगी लोग साधना करते हैं । वास्तव में यह चक्र 6 नहीं 18 हैं इन 18 चक्रों को तय कर लेने पर ही योगी पूर्ण योगी बन पाता है । 6 चक्र को जानने वाला व्यक्ति हठ योगी कहलाता है और 18 चक्र के जानने से राजयोगी कहलाता है । योग भ्रष्ट व्यक्ति 84 लाख योनियों जिसमें स्थावर (पहाड़ और पेड़ इत्यादि) योनिज (मनुष्य, पशु इत्यादि), अण्डज (कीड़, पक्षी), स्वेदज (जूँ, लाख, बिच्छू, जुगनू) में जीवात्मा भटकता रहता है ।

प्राण का रंग भी होता है भूरा चमकीला रंग शोकातुर प्राणी का होता है, अभिमानी का रंग हरा नीला अथवा नारंगी क्रोधी का लाल, दगाबाज का हरा, स्याही लिये हुए, धोखेबाज का हरा चमकीला, विलासी एवं पशु प्रवत्तियों में फंसे व्यक्ति का लाल, स्याही लिये हुए, अति क्रोधी में लाल-लाल चिंगारियों को लिए हुए, लोभी को बादामी, और प्रेमी को गुलाबी, बुद्धिमान का पीला, धार्मिक पुरूषों को श्याम व हल्का नीला एवं महापुरूषों के प्राण का रंग स्वच्छ उज्जवल और श्वेत प्रकाश दिखाई देता है । जो व्यक्ति निरन्तर योग अभ्यास करते हैं, उनके प्राणों का भी रंग बदल जाता है । वास्तव में किसी को

दूर से देखकर नहीं पहचाना जा सकता कि यह कैसा है और इसी कारण आदमी धोखा भी खा सकता है । महापुरूषों के प्राण की झलक आभामंडल में भी दिखाई देती है ।

मृत्यु और कुछ नहीं केवल शरीर से प्राण का अलग हो जाना है, और उस समय जैसी इच्छा प्रबल होगी उसी प्रकार मनुष्य का लिंग और शरीर बनेगा । प्राण को सूक्ष्म शरीर भी कह सकते हैं, प्राण के साथ में अहंकार भी साथ जाता है, अतः मनुष्य को चाहिये कि अपनी इच्छाओं और वासनाओं को शान्त करे । प्राणायाम और ध्यान, जप, तप, अहंकार को नष्ट करने के साधन हैं । आहार, विहार, विचार सभी अहंकार को बढ़ाते रहते हैं ।

शरीर (BODY)

स्थूल (PHYSICAL) सूक्ष्म (MIND) कारण (MONAD)

PHYSICAL BODY MIND BODY

अहंकार और बुद्धि का अति झीना वस्त्र जो चैतन्य आत्मा सबसे पहले धारण करती है, उसको कारण शरीर कहते हैं । इस कारण शरीर के ऊपर दूसरा खोल संकल्प एवं विकल्प तथा विचारों का आया करता है । उसको मानसिक शरीर कहते हैं या सूक्ष्म शरीर कहते हैं । यह मानसिक शरीर जब स्थूल परमाणु और पदार्थ (पृथ्वी) इत्यादि से खींचकर अपने ऊपर कवर सा चढ़ा लेता है । तब उसे स्थूल शरीर कहते हैं । प्राण पहले अपने लिए शरीर तैयार करता है, इसी पर स्थूल परमाणु चढ़कर स्थूल शरीर बन जाता है । फिर धीरे-धीरे अन्न, जल, वायु इत्यादि से खुराक लेकर प्राण रोकता है । प्राण शरीर के प्रत्येक अंग में व्याप्त रहता है ।

प्राण निकलने के समय प्राणों को अत्यन्त कष्ट होता है । शास्त्रों ने उस पीड़ा को असीम बताया है । इस पीड़ा कारण प्राणों का खींचना है, जिस समय प्राण वायु का नस-नाड़ियों से धीरे-धीरे खींचना प्रारम्भ होता है, तो ऐसा लगता है कि पाँव सनसना रहे हैं जो इन्द्रियों को बेकार बना देती है । अन्त में ज्ञाम होते हुए प्राणि भी अपनी इन्द्रियों के शासन मे नहीं रहता । आँख खाली है पर दिखायी नहीं देता । कान होते हुए भी सुनायी नहीं देता । जीभ रखते हुए भी स्वांद नहीं आता । कठ रूक जाते हैं । हृदय की गति मंद हो जाती है । घबराहट और बैचेनी हो जाती है । प्राण शरीर से खींचकर मस्तिष्क की ओर चला जाता है । यह सब किसी अज्ञात शक्ति की प्रेरणा से होता है । इतना होने पर

भी मन और बुद्धि बेकार नहीं हो जाते, तब उसे अपने पूर्व कर्मों की याद आने लगती है, तब व्यवस्था और शान्ति को देखकर पश्चाताप करता है । परन्तु वही शक्ति उसे ऐसा धोखा देती है कि उसकी बुद्धि नीचे के स्थान में गिरती है । तब उसके प्राण आँख, कान, नाक या गुदा के द्वारा निकल जाते हैं ।

मृत्यु के लिए भागवत गीता, गरूड़ पुराण में जितना विस्तृत लिखा है उतना कहीं नहीं । अन्तेष्टि भी वास्तव में मानव देह का अन्तिम यज्ञ है, जिसमें मृत्यु के बाद सम्पूर्ण देह को ही होम किया जाता है । दाह-संस्कार को अन्तयेष्टि नाम देना किसी योग्य कर्मकाण्ड विद्वान का मत दिखायी देता है ।

- मिल्टन के शब्दों मे "मृत्यु वह सुनहरी चाबी है जो अमृत का राजमहल खोजती है ।
- मृत्यु और जीवन एक वृत के एक ही बिन्दु पर स्थित हैं जब वृत के किसी बिन्दु से चलना प्रारम्भ करते हैं तो वह जीवन है, और जब चलकर उसी बिन्दु तक आते हैं तो विश्राम है यही जीवन-मृत्यु है । अतः जीवन मृत्यु एक रेखा के दो छोर हैं ।
- संतयाना के शब्दों में "मृत्यु पाप करते-करते अकस्मात रूक जाना है ।"
- महाभारत में यज्ञ प्रश्न के समय युधिष्ठर ने. कहा है कि रोज-रोज प्राणी यमराज के घर जा रहे हैं, किन्तु जो बचे हुये हैं, वे सर्वदा जीते रहने की इच्छा करते है, इससे बढ़कर और क्या आश्चर्य होगा ।
- पिकासों क शब्दो में "मृत्यु वह नारी है, जो आपको छोड़ेगी नहीं ।"
- ऋग्वेद के मण्डल 10 में लिखा है कि जिस मिट्टी से हमने शरीर ढका है, धूल और पत्थर के वह हजारों कर्ण अब इनके आवास भवन हैं । अब वह सोयेगा अनन्त युगों तक इनके भीतर आश्रय पाकर ।

आत्महत्या के विरोध में महर्षि अरविन्द भी विरोध करते हुये कहते हैं -

मनुष्य जितने मूर्खतापूर्ण कार्य कर सकता है उन सब में बढ़कर मूर्खतापूर्ण कार्य आत्महत्या है । शरीर का अन्त चेतना नहीं है जो चीज तुम्हें जीते जी कष्ट दे रही थी वह मरने के बाद भी कष्टकर रहेगी । जीते जी मन किसी भी दशा में मोड़ा जा सकता है परन्तु मरने के बाद नहीं - अतः -

"कभी मृत्यु के लिए इच्छा न करो ।
कभी मरने का संकल्प न करो ।
कभी मौत से न डरो ।
हर दशा में अपने आपको श्रेष्ठ बनाने का संकल्प करो ।"

चक्रपाणि हर्बल रिसर्च फाउंडेशन
श्रीधाम, हुसैनी बाजार, चन्दौसी-202 412

☎(05921) 51598
Dr. Kamal P. Agrawal
Shree Dham, 47 Hussaini Bazar,
Chandausi-202 412 (U.P.)

मो० - 9927311629