VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

कठोपनिषद् में वर्णित ॐकार का शिक्षापत्री के साथ तुलनात्मक अध्ययन

(COMPARATIVE STUDY OF OMKARA DESCRIBED IN THE KATHOPANISHAD AND THE SHIKSHAPATRI)

Mansi Pandya, Dr. Nehal Dave, Shivam Tripathi

P. G. Student, Department of Ashtang Yoga, Lakulish Yoga University, mansipandya49@gmail.com, https://orcid.org/0009-0001-6544-1507

Associate Professor & HoD, Department of Yoga & Humanities, Lakulish Yoga University, nehaldca08@gmail.com, https://orcid.org/0000-0001-5924-7495

Assistant Registrar (Academics), Lakulish Yoga University, shivam.ks.1011@gmail.com , https://orcid.org/0000-0003-2287-3825

सारांश

पृष्ठभूमि: *कठोपनिषद् कृष्णयजुर्वेद की कठ/काठक शाखा का प्रमुख उपनिषद है, जिसमें यम और नचिकेता के बीच का संवाद केन्द्रित है। यह उपनिषद आत्मा, परमात्मा, और ॐकार के गूढ़ रहस्यों की चर्चा करता है।* ***उद्देश्य:*** *कठोपनिषद् में ॐकार के महत्त्व को समझा कर उसके विभिन्न आयामों, जैसे कि ब्रह्म, जीवात्मा, और माया के संदर्भ में उसका शिक्षापत्री के साथ तुलनात्मक अध्ययन करना है।* ***महत्त्व:*** *ॐकार को न केवल सृष्टिकर्ता और पालनकर्ता ईश्वर माना गया है, बल्कि यह मोक्ष का द्वार भी माना गया है। शिक्षापत्री में ईश्वर को श्रीकृष्ण के रूप में दर्शाया गया है, जिससे यह स्पष्ट होता है कि ईश्वर मोक्ष और परम सिद्धि का साधन है।* ***परिणाम:*** *इस अध्ययन में पाया गया कि कठोपनिषद में ॐकार की तीन ध्वनियों—अ, उ, और म—का विशद वर्णन किया गया है। अकार परमात्मा, उकार जीवात्मा, और मकार माया (प्रकृति) का प्रतीक है, जो मिलकर ब्रह्मांड की तीन अवस्थाओं का प्रतिनिधित्व करते हैं। दोनों ग्रंथों में ॐकार और ईश्वर को ब्रह्म के सर्वोच्च स्वरूप के रूप में प्रतिष्ठित किया गया है, जो संपूर्ण सृष्टि और जीवात्मा का मार्गदर्शक है।*

मुख्य शब्द: *Omkar (ॐ), Katha Upanishad, Shikshapatri, Brahmavidya (ब्रह्मविद्या), Spiritual Philosophy*

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

परिचय

कठोपनिषद् कृष्णयजुर्वेद की कठ शाखा से संबंधित एक महत्त्वपूर्ण उपनिषद है, जो काठक संहिता का हिस्सा है। यह उपनिषद भारतीय दर्शनिक्ता और अध्यात्म का गहन अध्ययन प्रस्तुत करता है, और इसे प्रमुख उपनिषदों में से एक माना जाता है।

कठोपनिषद् एक संवादात्मक ग्रंथ है, जिसमें यमराज और नचिकेता के बीच गहन संवाद के माध्यम से परमात्मा के रहस्यमय तत्त्व का विस्तृत और महत्त्वपूर्ण वर्णन किया गया है। इस उपनिषद में कुल दो अध्याय हैं, प्रत्येक में तीन वल्ली शामिल हैं, और इसमें १२९ मंत्रों का समावेश है।

कठोपनिषद् न केवल आध्यात्मिक ज्ञान का स्रोत है, बल्कि यह जीवन, मृत्यु और आत्मा के संबंध में गहन विचारों को भी प्रस्तुत करता है, जो इसे अध्ययन और चिंतन के लिए अत्यंत मूल्यवान बनाता है।

पात्रपरिचय

1. गौतमवंशीय अरुण पुत्र ऋषि, वाजश्रवस (वाज- अन्न, श्रव- उसके दान से प्राप्त यश) उद्दालक
2. नचिकेता (उद्दालक के पुत्र)
3. यमराज

शांतिपाठ/ शांतिमंत्र

ॐ सह नाववतु। सह नौ भुनक्तु। सह वीर्यं करवावहै।
तेजस्वि नावधीतमस्तु। मा विद्विषावहै।
ॐ शांतिः शांतिः शांतिः

प्रथम अध्याय

प्रथम वल्ली

कठोपनिषद् का आरंभ परमात्मा का स्मरण कर 'ॐ कार' से होता है। इस उपनिषद की कथा का आरम्भ महर्षि अरुण के पुत्र ऋषि उद्दालक से होती है , जो फल की कामना से विश्वजीत नामक एक महायज्ञ का आयोजन करते है। इस यज्ञ में सर्वस्व दान देने का नियम होता है, जिसके अंतर्गत ऋषि उद्दालक ने अपनी संपत्ति ऋत्विजों को दक्षिणा में दे दी।

ऋषि उद्दालक का एक पुत्र था, नचिकेता। उस समय गो-धन को सबसे श्रेष्ठ माना जाता था। जब दान के लिए गायें लाई जा रही थीं, तो नचिकेता ने उनकी स्थिति देखी। गायों की अशक्तता को देखकर उसके मन में प्रश्न उठने लगा कि उसके पिता, जो इतने बड़े यज्ञ का आयोजन कर रहे हैं, ऐसी गायों को दान में दे कर पिताजी पाप के भागीदार बनेंगे।

गायें न तो पानी पी सकती थीं, न उनमें चबाने के लिए दांत थे, और न ही वे दूध दे सकती थीं। इनकी इंद्रियां निष्क्रिय हो चुकी थीं, और गर्भधारण की क्षमता भी नहीं थी। ऐसे निरर्थक और मृतप्राय गायों का दान करने से ब्राह्मणों को केवल दुःख ही मिलेगा।

इस सोच के बाद नचिकेता ने अपने पिता से पूछा, "आप मुझे किसे दान में देंगे?" जब एक-दो बार पूछने पर भी उसे उत्तर नहीं मिला, तो उसने बार-बार पूछा। अंततः ऋषि उद्दालक क्रोधित होकर बोले, "मृत्यवे त्वा ददमी" - "मैं तुझे मृत्यु को दान में देता हूँ।" नचिकेता उत्तम श्रेणी का पुत्र होने से पिता के मनोरथ को समजकर तथा यज्ञ के नियमों का पालन करते हुए और बिना समय गंवाए, नचिकेता यमराज की खोज में निकल पड़ा।

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

यमलोक पहुँचकर नचिकेता को पता चला कि यमराज वहाँ नहीं हैं तो नचिकेता तीन दिन और तीन रातें बिना कुछ खाए पिए यमराज की प्रतीक्षा करता रहा। जब यमराज को यह ज्ञात हुआ की घर आए अतिथि का स्वागत सत्कार नहीं हुआ है, तो क्षतिपूर्ति के लिये उन्होंने नचिकेता को तीन वरदान दिए:

1. पहला वरदान :- पिता के मन की शांति:, मेरे पिता जो क्रोधित हैं, वे शांत हो जाएं और जब मैं वापस जाऊ तो मुझे स्वीकार करें।
2. दूसरा वरदान :- स्वर्ग का ज्ञान: स्वर्गलोक जाने का ज्ञान (अग्निविद्या का उपदेश)।
3. तीसरा वरदान:- मृत्यु क पश्चात आत्मा की गति क्या होती है।

इन प्रश्नों के उत्तर देते हुए यमराज ने नचिकेता को ब्रह्मविद्या का ज्ञान प्रदान किया, जिससे नचिकेता ब्रह्मज्ञानी बन गया।

ओमकार का परिचय

ॐ, जिसे "ओम" भी कहाँ जाता है, यह एक दिव्य ध्वनि है जिसका अर्थ है "जिसका कभी क्षरण नहीं होता"। यह तीन अक्षरों—अ, उ, और म—से मिलकर बना है। भारतीय दर्शन में इसे संपूर्ण ब्रह्माण्ड का प्रतीक माना जाता है।

ध्यान देने वाली बात यह है कि सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड से निरंतर ॐ की ध्वनि निकलती रहती है, यह ध्वनि हमारे हर श्वास के साथ जुड़ी हुई है, जिससे यह हमारे जीवन की गति को नियंत्रित करती है।

ॐ को अत्यन्त पवित्र और शक्तिशाली माना जाता है। इसका जप और ध्यान साधना में महत्त्वपूर्ण स्थान रखता है, क्योंकि यह मानसिक शांति और आध्यात्मिक उन्नति का साधन है।[1]

श्लोक:-

ओंकाश्चाथशब्दश्च द्वावेतौ ब्राह्मणः पुरा।
कण्ठं भित्त्वा विनिर्यातौ तस्मान्मांगलिकावुभौ।।

ऐसा माना जाता है कि ॐकार शब्द सृष्टि के आरंभ में ब्रह्मा के कंठ को भेद कर निकला, इसलिए इसे मंगलवाची भी कहाँ जाता है। यह केवल एक ध्वनि नहीं, बल्कि एक गहन अर्थ और शक्ति का प्रतीक है।

ॐ (ओम) एक ऐसा मंत्र है, जिसके उच्चारण से सभी बंधन टूट जाते हैं। यह साधक को आध्यात्मिक उन्नति और मुक्ति की ओर अग्रसर करता है। जो लोग ॐ का महत्त्व नहीं समझते, उन्हें अज्ञान के अंधकार में बंधा हुआ माना जा सकता है।

इस तरह, ॐ केवल एक मंत्र नहीं, बल्कि एक दिव्य ऊर्जा है, जो मानव जीवन को दिशा और उद्देश्य प्रदान करती है।

[1] Amin, Arati, et al. "Beneficial effects of OM chanting on depression, anxiety, stress and cognition in elderly women with hypertension." Indian Journal of Clinical Anatomy and Physiology 3.3 (2016): 253.

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

ओम ध्वनि का स्वरूप

भगवान कार्तिकेय ने आशुतोष शिव को ओम का अर्थ समझाया। ओंकार (ॐ) वह पहले शब्द है जो परमात्मा या ईश्वर के मुख से निकलकर सृष्टि में प्राण डालता है। ओम केवल एक अक्षर और ध्वनि नहीं, बल्कि एक गहन नाद है जो समस्त ब्रह्मांड में गूंजता रहता है।

ॐ की ध्वनियां— अ, उ, और म—प्रकृति के तीन गुणों का प्रतिनिधित्व करती हैं:

अकार (अ): सतोगुण का प्रतीक
उकार (उ): रजोगुण का प्रतीक
मकार (म): तमोगुण का प्रतीक

जब अ और उ मिलते हैं, तो "ओ" बनता है, और जब "म" जुड़ता है, तो यह "ओम" का रूप लेता है। ओम के ऊपर की बिंदी इन तीनों गुणों से परे होने का, या इन तीनों में समानता की निर्गुणता का प्रतीक है।[2]

अनाहत नाद

ओम को अनाहत नाद कहाँ जाता है, जो हर व्यक्ति के भीतर और पूरे ब्रह्मांड में निरंतर गूंजता है। आमतौर पर, ध्वनि तब उत्पन्न होती है जब दो वस्तुएं आपस में टकराती हैं, लेकिन अनाहत नाद स्वतः उत्पन्न नहीं किया जा सकता।

स्वर उच्चारण करते समय, चाहे मातृभाषा कोई भी हो, स्वाभाविक रूप से अकार की ध्वनि निकलती है, जबकि अंत में केवल मकार की ध्वनि सुनाई पड़ती है। जब मुंह को आधा खुला और आधा बंद रखा जाता है, तब उकार की नैसर्गिक ध्वनि सुनाई देती है। इसलिए, सभी भाषाओं की ध्वनियां, चाहे वे स्वर हों या व्यंजन, ओंकार के अंतर्गत आती हैं। इस प्रकार, ओम एक वैश्विक ध्वनि है और ईश्वर के निर्गुण स्वरूप का प्रतीक है।

ओम का समग्र मूल्य

ओम वह सब अभिव्यक्त करता है जो अस्तित्व में है, समस्त सृष्टि का मूल्य है, और जो सर्वव्यापी है। इसे प्रणव भी कहाँ जाता है, जिसका अर्थ है वह ध्वनि जिसके द्वारा ईश्वर की स्तुति की जाती है।

ओम कार का अर्थ

अकार से परमात्मा, उकार से जीवात्मा, और मकार से प्रकृति(माया) का बोध हुआ है। अ मतलब अनुपम ब्रह्म, उ मतलब उन्नतिशील जीव और म मतलब माया (प्रकृति)। [3]

"अ"	परमात्मा
	अनुपम ब्रह्म
	विराट
	अग्नि
	विश्वादि

[2] माण्डुक्योपनिषद्, मन्त्र - 11
[3] माण्डुक्योपनिषद्, मन्त्र - 8

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY
Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal
ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

"उ"	जीवात्मा
	उन्नतिशील जीव
	हिरण्यगर्भ
	वायु
	तेजस
"म"	प्रकृति
	माया
	ईश्वर
	आदित्य
	प्राज्ञ

अकार का वर्णन[4]

अकार का अर्थ केवल प्रारंभ नहीं, बल्कि यह पूर्णता का भी प्रतीक है। इसमें किसी प्रकार की अपूर्णता या न्यूनता नहीं होती; यह हर दृष्टि से पूर्ण है, जो कि ईश्वर की सच्चाई का प्रतिनिधित्व करता है। अकार केवल अन्य अक्षरों में ही नहीं, बल्कि संपूर्ण ब्रह्माण्ड में गुप्त रूप से विद्यमान है। जैसे ईश्वर सभी जड़ और चेतन वस्तुओं में छिपा हुआ है, लेकिन उसे देखने में हम असमर्थ होते हैं। अकार का यह गुप्त रूप उसे अदृश्य बनाता है, फिर भी वह हर चीज़ का आधार है। जैसे अ अक्षर अपनी स्थिरता या अभिव्यक्ति प्राप्त करने के लिए अन्य अक्षरों पर निर्भर है, वैसे ही भगवान के बिना यह सृष्टि भी प्रकट नहीं हो सकती।

अकार की मौजूदगी के बिना, किसी भी अक्षर का उच्चारण संभव नहीं है। इस प्रकार, अकार संपूर्ण वर्णमाला का आधार और संरक्षक है, और इसी तरह ईश्वर भी हमारे अस्तित्व का आधार है। यह हमें याद दिलाता है कि बिना ईश्वर की कृपा के, कोई भी सृष्टि या जीवन संभव नहीं है। अकार केवल एक ध्वनि या अक्षर नहीं, बल्कि यह जीवन और सृष्टि के गहरे रहस्यों का प्रतीक है, जो हमें ईश्वर की पूर्णता और सभी वस्तुओं में उसकी अदृश्य उपस्थिति का अनुभव कराता है।

उकार का वर्णन[5]

जीवात्मा, परमात्मा और प्रकृति के बीच एक महत्त्वपूर्ण स्थान पर स्थित है। परमात्मा सूक्ष्म और सर्वज्ञ है, जबकि प्रकृति स्थूल और अज्ञानी है। जीवात्मा न तो सर्वज्ञ है और न ही अज्ञ, बल्कि वह केवल अल्पज्ञ है। इसका अर्थ है कि जीवात्मा ज्ञान के मार्ग में एक मध्यवर्ती भूमिका निभाती है।

परमात्मा अप्राप्य और अमूर्त है, जबकि प्रकृति दुःख का स्वरूप है। जीवात्मा न तो केवल सुख की स्थिति में है, न ही दुःख की; वह ईश्वर की कृपा से प्रसन्न होती है और प्रकृति के प्रति उसकी पूजा से दुःखी हो सकती है। इस प्रकार, 'उ' का स्वर जीवात्मा की मध्यस्थता का प्रतीक है, जो स्वयं प्रकाशित है।

जैसे 'उ' स्वर में प्रकाश है, जीवात्मा भी चेतन स्वरूप होती है और अन्य वस्तुओं, जैसे इमारतों और मशीनों का निर्माता है। यह दर्शाता है कि जीवात्मा में सृजन की क्षमता है और वह स्वयं को पहचानती है। इस प्रकार,

[4] प्रश्नोपनिषद्, प्रश्न - 5, श्लो. 3
[5] प्रश्नोपनिषद्, प्रश्न - 5, श्लो. 4

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

जीवात्मा परमात्मा और प्रकृति के बीच संतुलन बनाए रखने का कार्य करती है, और उसके प्रकाश में, हम अपने अस्तित्व को समझ सकते हैं।

मकार का वर्णन[6]

मकार का उच्चारण सीधे तौर पर नहीं होता, क्योंकि यह एक व्यंजन के रूप में अन्य स्वरों पर निर्भर करता है। इसी प्रकार, प्रकृति भी जड़ स्वरूप में है, जो अपने कार्यान्वयन के लिए चेतन जीवात्मा या परमात्मा के सहयोग की आवश्यकता महसूस करती है। बिना ईश्वर और जीवात्मा के ज्ञान और प्रयास के, प्रकृति कुछ भी नहीं कर सकती।

मकार अक्षर को परिणामी या प्रतिवर्ती माना जाता है, क्योंकि यह कभी कारण की ओर जाता है और कभी कार्य की ओर लौटता है। संस्कृत में मकार का स्थान अनुस्वर ने ले लिया है, जो यह दर्शाता है कि सभी वर्णों में मकार का महत्त्व बहुत अधिक है। जीवलोक में माया (प्रकृति) भी बहुत प्रभावशाली है, और यह जीवात्मा पर प्रभुत्व रखती है।

यदि मकार शब्द के अंत में आता है, तो यह अनुस्वार बन जाता है। इसका अर्थ यह है कि जैसे ही माया को स्वतंत्रता मिलती है, वह आत्मा पर चढ़ जाती है। लेकिन यदि माया को नियंत्रित किया जाए, तो वह धीरे-धीरे हमारे नियंत्रण में आ जाती है। इस प्रकार, मकार की भूमिका यह दर्शाती है कि कैसे प्रकृति और जीवात्मा का संबंध परस्पर निर्भरता और संतुलन पर आधारित है।

वेदमन्त्र और ओमकार

मंत्र से पहले यदि "ॐ" जोड़ा जाए, तो वह मंत्र पूर्णतया शुद्ध और शक्ति-सम्पन्न हो जाता है। किसी देवी-देवता, ग्रह या ईश्वर के मंत्रों के पहले "ॐ" का उपयोग अनिवार्य होता है। उदाहरण के लिए, विष्णु का मंत्र "ॐ विष्णवे नमः" और शिव का मंत्र "ॐ नमः शिवाय" प्रसिद्ध हैं। यह कहाँ जाता है कि "ॐ" से रहित कोई भी मंत्र फलदायी नहीं होता, चाहे उसका कितनी बार जाप किया जाए। मंत्र के रूप में केवल "ॐ" का जाप भी पर्याप्त है। मान्यता है कि एक बार "ॐ" का जाप, हजार बार किसी अन्य मंत्र के जाप से अधिक महत्त्वपूर्ण है।

"ॐ" का दूसरा नाम "प्रणव" है, जो परमेश्वर का प्रतीक है। योगसूत्र में कहाँ गया है, "तस्य वाचकः प्रणवः"[7], अर्थात् उस परमेश्वर का वाचक "प्रणव" है। इस प्रकार, "प्रणव" या "ॐ" और ब्रह्म में कोई भेद नहीं है। "ॐ" अक्षर है, जिसका क्षरण या विनाश नहीं होता, और यह शाश्वत सत्य का प्रतीक है।

- गीता में ओमकार

श्रीमद्भगवद्गीता में "ॐ" को एकाक्षर ब्रह्म के रूप में प्रतिष्ठित किया गया है। गीता में इसके महत्त्व को कई बार रेखांकित किया गया है। विशेष रूप से आठवें अध्याय में उल्लेख है कि जो व्यक्ति "ॐ" अक्षर रूपी ब्रह्म का उच्चारण करते हुए शरीर का त्याग करता है, वह परम गति प्राप्त करता है। यह बताता है कि "ॐ" का जप मृत्यु के समय विशेष लाभकारी है और यह आत्मा को उच्चतम स्थिति की ओर अग्रसर करता है। इस प्रकार, "ॐ" न केवल एक साधारण ध्वनि है, बल्कि यह आत्मा के लिए मुक्ति का एक द्वार भी है।[8] इस ॐ कार को श्रीकृष्ण ने अपना स्वरूप बताया है -

---

[6] प्रश्नोपनिषद्, प्रश्न - 5, श्लो. 5

[7] योगसूत्र 1-27

[8] ओमित्येकाक्षरं ब्रह्म व्याहरन्मामनुस्मरन्। यः प्रयाति त्यजन्देहं स याति परमां गतिम्।। गीता, 8.13।।

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

महर्षीणां भृगुरहं गिरामस्म्येकमक्षरम्।

यज्ञानां जपयज्ञोऽस्मि स्थावराणां हिमालयः।।10.25।।

महर्षियों में मैं भृगु, वाणी (शब्दों) में मैं एकाक्षर ओंकार हूँ। मैं यज्ञों में जपयज्ञ और स्थावरों (अचलों) में मैं हिमालय हूँ।

उपनिषदों में ओमकार

- कठोपनिषद् में उल्लेख कहा गया है कि आत्मा को अधर अरणि और "ॐ" को उत्तर अरणि मानकर उनका मंथन करने से दिव्य ज्ञानरूप ज्योति का आविर्भाव होता है। इस मंथन के माध्यम से साधक निगूढ़ आत्मतत्व का साक्षात्कार करता है। यह प्रक्रिया आत्मा और परमात्मा के बीच संबंध को प्रकट करती है, जिससे साधक को अद्वितीय ज्ञान और आत्मज्ञान की प्राप्ति होती है। इस प्रकार, "ॐ" का प्रयोग केवल एक ध्वनि नहीं, बल्कि आध्यात्मिक विकास का एक महत्त्वपूर्ण साधन है।

सर्वे वेदा यत्पदमामनन्ति
तपाँसि सर्वाणि च यद्वदन्ति ।
यदिच्छन्तो ब्रह्मचर्यं चरन्ति
तत्ते पदं संग्रहेण ब्रवीम्योमित्येतत् ॥१५॥

--(कठोपनिषद, अध्याय १, वल्ली २),

अर्थात, सभी वेद जिन शब्दों और पदों का वर्णन करते हैं, समस्त तपों का उद्देश्य जिसे प्राप्त करना है, और जिसकी इच्छाशक्ति से साधक ब्रह्मचर्य का पालन करते हैं, वही पद मैं तुमसे संक्षेप में बताने जा रहा हूँ—वह है "ॐ"। यह न केवल एक ध्वनि है, बल्कि समस्त ज्ञान, तप और साधना का सार भी है। "ॐ" का उच्चारण करते हुए साधक उस परम सत्य की ओर अग्रसर होता है, जिसे सभी वेद और शास्त्र प्रमुखता से वर्णित करते हैं।

एतद्ध्येवाक्षरं ब्रह्म एतद्ध्येवाक्षरं परम् ।
एतद्ध्येवाक्षरं ज्ञात्वा यो यदिच्छति तस्य तत् ॥१६॥

(कठोपनिषद ,अध्याय १, वल्ली २)

अर्थात, 'ॐ' अक्षर स्वयं ब्रह्म का प्रतीक है और यह अक्षर सभी में सर्वोच्च है। इस अविनाशी ब्रह्म का ज्ञान प्राप्त करने से मनुष्य जो भी चाहे, उसे प्राप्त कर सकता है। अर्थात्, 'ॐ' का ध्यान और उच्चारण न केवल आध्यात्मिक उत्थान का मार्ग प्रशस्त करता है, बल्कि जीवन में इच्छाओं की सिद्धि और मुक्ति का भी साधन बनता है। इस प्रकार, 'ॐ' का महत्त्व असीम है और यह साधकों को उनके लक्ष्यों की ओर प्रेरित करता है।

एतदालम्बनं श्रेष्ठमेतदालम्बनं परम् ।
एतदालम्बनं ज्ञात्वा ब्रह्मलोके महीयते ॥१७॥

(कठोपनिषद्, अध्याय १, वल्ली २)

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

अर्थात, ओंकार, जो कि परम आश्रय है, वह सबसे श्रेष्ठ है। इस आश्रय का ज्ञान प्राप्त करने से मनुष्य मोक्ष, यानी अंतिम मुक्ति की प्राप्ति कर सकता है। ओंकार का आश्रय न केवल आत्मज्ञान की ओर ले जाता है, बल्कि यह आत्मा के सही स्वरूप को पहचानने में भी सहायता करता है, जिससे जीवन में शांति और संतोष की प्राप्ति होती है। इस प्रकार, ओंकार का महत्त्व आत्मिक विकास और मोक्ष के मार्ग में अत्यधिक महत्त्वपूर्ण है।

ऋग्भिरेतं यजुर्भिरन्तरिक्षं
सामभिर्यत्तत्कवयो वेदयन्ते।
तमोंकारेणैवायतनेनान्वेति विद्वान्
यत्तच्छान्तमजरममृतमभयं परं चेति॥ ७॥

(प्रश्नोपनिषद प्रश्न ५, श्लोक ७),

अर्थात, साधक ऋग्वेद के माध्यम से इस भौतिक लोक को, यजुर्वेद से आन्तरिक्ष (आसमान) को, और सामवेद से उच्चतम लोक को प्राप्त करता है, जिसे ज्ञानी लोग पहचानते हैं। ओंकार, जो कि एक परम आश्रय है, के माध्यम से ही विद्वान् उस लोक को प्राप्त करते हैं, जो शान्त, अजर (जिसका क्षय नहीं होता), अमर, अभय (जिससे भय नहीं होता) और सर्वश्रेष्ठ है। इस प्रकार, ओंकार का ज्ञान साधक को उस दिव्य लोक की ओर मार्गदर्शन करता है, जो सभी भौतिक सीमाओं से परे है।

प्रणवो धनुः शरो ह्यात्मा ब्रह्म तल्लक्ष्यमुच्यते।
अप्रमत्तेन वेद्धव्यं शरवत्तन्मयो भवेत॥

(मुण्डकोपनिषद्, मुनण्डक २, खण्ड २, श्लोक-४)

अर्थात, प्रणव (ॐ) एक धनुष के समान है, आत्मा (जीव) बाण के समान है, और ब्रह्म (परमात्मा) उसका लक्ष्य है। साधक को चाहिए कि वह ध्यानपूर्वक इस धनुष का उपयोग करे और बाण की तरह तन्मय हो जाए, ताकि वह अपने लक्ष्य—ब्रह्म—को सही तरीके से भेद सके। यह ध्यान की गहराई और समर्पण को दर्शाता है, जो आत्मा को परम सत्य की ओर ले जाता है।।।४।।

- माण्डूक्योपनिषद् में ओंकार को त्रिकाल—भूत, वर्तमान और भविष्य—के रूप में प्रस्तुत किया गया है। अर्थात, ओंकार केवल वर्तमान समय में नहीं, बल्कि अतीत के तत्वों को भी समाहित करता है। आत्मा की दृष्टि से ओंकार अक्षर है, जबकि मात्रा की दृष्टि से यह 'अ', 'उ' और 'म' के रूप में प्रकट होता है। चतुर्थ पाद में मात्रा का अभाव है, जो इसे अतीत और प्रपंच (व्यवहार) से मुक्त अद्वैत अवस्था में दर्शाता है। यह इस बात को स्पष्ट करता है कि ओंकार और परब्रह्म दोनों ही एक-दूसरे से अभिन्न हैं, और ओंकार का ज्ञान व्यक्ति को अद्वितीयता और ब्रह्म की सच्चाई का अनुभव कराता है।

ओमित्येतदक्षरमिदंसर्व तस्योपव्याख्यानं भूत,
भवभ्दविष्यदिति सर्वमोंकार एव।
यच्चान्यत्त्रिकालातीतं तदप्योंकार एव॥ १॥

(माण्डूक्योपनिषद, गौ० का० श्लोक १)

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

अर्थात्, ॐ अक्षर सम्पूर्णता का प्रतीक है। यह भूत, भविष्यत् और वर्तमान की संपूर्णता को व्यक्त करता है; इसलिए, सभी तत्व ओंकार में समाहित हैं। इसके अतिरिक्त, जो भी त्रिकालातीत वस्तु है, वह भी ओंकार के रूप में ही अस्तित्व में है। इस प्रकार, ओंकार केवल एक ध्वनि नहीं, बल्कि सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड और उसके पार के सत्य का प्रतीक है।

सोऽयमात्माध्यक्षरमोंकारोऽधिमात्रं पादा मात्रा मात्राश्च पादा अकार उकारो मकार इति ।।८।।

(माण्डूक्योपनिषद् आ०प्र० गौ०का० श्लोक ८)

अर्थात्, आत्मा अक्षर की दृष्टि से ओंकार है; वह तीन मात्राओं—अ, उ, और म—के माध्यम से व्यक्त होती है। यह पाद और मात्रा का आपस में संबंध है; पाद स्वयं मात्रा है और मात्रा ही पाद है। इस प्रकार, ओंकार का अर्थ आत्मा के गहरे रहस्य को प्रकट करता है, जिसमें तीनों मात्राएँ उसकी पूर्णता का प्रतिनिधित्व करती हैं।

- छान्दोग्योपनिषद् में ऋषियों ने गाया है -

ॐ इत्येतत् अक्षरः (अर्थात् ॐ अविनाशी, अव्यय एवं क्षरण रहित है।)

अर्थात्, ॐ धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष—इन चारों पुरुषार्थों का प्रदायक है। केवल ॐ का जप करके कई साधकों ने अपने लक्ष्यों की प्राप्ति की है। उदाहरणस्वरूप, कोशीतकी ऋषि, जो निस्संतान थे, संतान प्राप्ति के लिए सूर्य का ध्यान करके ॐ का जाप करते रहे, जिसके फलस्वरूप उन्हें पुत्र की प्राप्ति हुई। इस प्रकार, ॐ का जाप साधक की इच्छाओं की पूर्ति में अत्यंत प्रभावी सिद्ध होता है।

- तैत्तिरीयोपनिषद शिक्षावल्ली अष्टमोऽनुवाकः में **ॐ** के विषय में कहाँ गया हैः-

ओमिति ब्रह्म । ओमितीदँसर्वम् । ओमित्येतदनुकृतिर्हस्म वा अप्यो श्रावयेत्याश्रावयन्ति । ओमिति सामानि गायन्ति ।
ओँशोमिति शस्त्राणि शँसन्ति । ओमित्यध्वर्युः प्रतिगरं प्रतिगृणाति । ओमिति ब्रह्मा प्रसौति ।
ओमित्यग्निहोत्रमनुजानाति ।
ओमिति ब्राह्मणः प्रवक्ष्यन्नाह ब्रह्मोपाप्नवानीति ब्रह्मैवोपाप्नोति ॥ १ ॥

अर्थात्, ॐ ही ब्रह्म है। यह प्रत्यक्ष जगत् और इसकी अनुकृति भी है। सामगायकों द्वारा ॐ से प्रारम्भ करके सामगान किया जाता है। ॐ-ॐ कहते हुए ही शस्त्र रूप मंत्रों का पाठ किया जाता है। अध्वर्यु भी ॐ कहकर प्रतिगर मंत्रों का उच्चारण करता है। अग्निहोत्र की शुरुआत भी ॐ कहकर होती है। अध्ययन के समय ब्राह्मण ॐ कहकर ब्रह्म को प्राप्त करने का प्रयास करते हैं, और वास्तव में ॐ के माध्यम से ही वे ब्रह्म को प्राप्त करते हैं।

इस प्रकार, ॐ न केवल आध्यात्मिक महत्त्व रखता है, बल्कि यज्ञ, मंत्रोपचार और ज्ञान के सभी पहलुओं में केंद्रीय भूमिका निभाता है।

"ध्यान बिन्दुपनिषद्" के अनुसार, ॐ मंत्र की एक विशेषता यह है कि पवित्र या अपवित्र किसी भी स्थिति में इसका जप करने वाले को अपने लक्ष्य की प्राप्ति अवश्य होती है। जैसे कमल के पत्र पर जल नहीं ठहरता, ठीक उसी तरह, जो व्यक्ति ॐ का जप करता है, उस पर कोई कलुष नहीं लग सकता। यह इस बात का प्रतीक है कि

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY
Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal
ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

ॐ का जप मानसिक और आत्मिक शुद्धता प्रदान करता है, जिससे साधक अपने उद्देश्य की ओर अग्रसर होता है। इस प्रकार, ॐ एक अद्वितीय और शक्तिशाली साधना है, जो हर परिस्थिति में लाभकारी साबित होती है।

ओमकार का महत्त्व

- तैत्तिरीयोपनिषद शिक्षावल्ली अष्टमोऽनुवाकः में **ॐ** के विषय में कहाँ गया है:-

ओमिति ब्रह्म । ओमितीदँसर्वम् । ओमित्येतदनुकृतिर्हस्म वा अप्यो श्रावयेत्याश्रावयन्ति । ओमिति सामानि गायन्ति ।
ओँशोमिति शस्त्राणि शँसन्ति । ओमित्यध्वर्युः प्रतिगरं प्रतिगृणाति । ओमिति ब्रह्मा प्रसौति ।
ओमित्यग्निहोत्रमनुजानाति ।
ओमिति ब्राह्मणः प्रवक्ष्यन्नाह ब्रह्मोपाप्नवानीति ब्रह्मैवोपाप्नोति ॥ १ ॥

अर्थात, ॐ ही ब्रह्म है और यही इस प्रत्यक्ष जगत की मूल प्रकृति है। हे आचार्य, कृपया ॐ के विषय में और भी विस्तार से बताएँ। आचार्य बताते हैं कि सामगान की शुरुआत ॐ से होती है, और इसी के उच्चारण से शस्त्र रूपी मंत्रों का पाठ किया जाता है। अध्वर्यु भी अपने मंत्रों का उच्चारण ॐ कहकर करते हैं। अग्निहोत्र की प्रक्रिया भी ॐ के साथ आरंभ होती है। अध्ययन के समय ब्राह्मण भी ॐ का उच्चारण कर ब्रह्म को प्राप्त करने की बात करते हैं, और वास्तव में, उसी ॐ के द्वारा वे ब्रह्म की प्राप्ति करते हैं। इस प्रकार, ॐ न केवल एक मंत्र है, बल्कि यह समस्त सृष्टि और ब्रह्म का प्रतीक है।

शिक्षापत्री का परिचय

शिक्षापत्री के आरंभ में श्रीकृष्ण का स्मरण किया गया है, जिनके बाँए भाग में श्री राधाजी और वक्षस्थल में श्री लक्ष्मीजी बिराजमान हैं, और जो वृंदावन में निवास करते हैं। यह शिक्षापत्री सहजानंद स्वामी द्वारा लिखी गई है, जो वृत्तालय निवासी हैं, और इसका उद्देश्य देश-विदेश में रहने वाले सत्संगियों के लिए मार्गदर्शन प्रदान करना है।

इस पुस्तक में २१२ श्लोक हैं, जिनमें पशु जीवन का विनाश, विपरीत लिंग के साथ अनैतिक संबंध, मांसाहार और मादक द्रव्यों का सेवन, आत्महत्या, चोरी और डकैती, साथी व्यक्ति पर झूठे आरोप लगाना, ईशनिंदा, नास्तिकों और विधर्मियों की संगति जैसी गतिविधियों पर कड़ा प्रतिबंध लगाया गया है।

साथ ही, साधकों को प्याज, लहसुन और हिंग का सेवन करने से भी सख्ती से रोका गया है, ताकि वे संस्थापक की शिक्षाओं के प्रभाव से भटक न सकें। इस प्रकार, शिक्षापत्री साधक के जीवन को सुधारने और आध्यात्मिक मार्ग पर आगे बढ़ने के लिए एक महत्त्वपूर्ण मार्गदर्शिका है।

शिक्षापत्री में ईश्वर साधना

स्थितः ज्ञेयः स्वतन्त्र ईशोऽसौ सर्वकर्मफलप्रदः ॥ १०७ ॥

अर्थ: जैसे हृदयमें जीवात्मा है उसी तरह जीव में अन्तर्यामी रूप से ईश्वर रहते है। वह स्वतन्त्र है और सभी जीवों को कर्म फल देने वाले है। इस प्रकार ईश्वर को समझें ॥१०७॥

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

स श्रीकृष्णः परंब्रह्म भगवान् पुरुषोत्तमः । उपास्य इष्टदेवो नः सर्वाविर्भावकारणम् ॥ १०८ ॥

अर्थ: वह ईश्वर कौन ? तो परब्रह्म पुरुषोत्तम ऐसे श्रीकृष्ण भगवान वे ईश्वर है तथा वे श्रीकृष्ण हमारे इष्टदेव हैं। उपासना करने योग्य हैं। वे सभी अवतारों के कारण हैं ॥ १०८॥

कृष्णस्तदवतारश्च ध्येयास्तत्प्रतिमाऽपि च । न तु जीवा नृदेवाद्या भक्ता ब्रह्मविदोऽपि च ॥ ११५ ॥

अर्थ: श्रीकृष्ण भगवान तथा उनके अवतार ध्यान करने योग्य हैं तथा श्रीकृष्ण भगवान की जो प्रतिमा वह भी ध्यान करने योग्य है तो उनका ध्यान करें। मनुष्य या देवादि जीव श्रीकृष्ण भगवान के भक्त हों या ब्रह्मवेत्ता हों तो भी वे ध्यान करने योग्य नहीं है । अत: उनका ध्यान न करें ॥ ११५ ॥

निजात्मानं ब्रह्मरूपं देहत्रयविलक्षणम् । विभाव्य तेन कर्तव्या भक्तिः कृष्णस्य सर्वदा ॥ ११६ ॥

अर्थ: स्थूल, सूक्ष्म तथा कारण इन तीन शरीर से विलक्षण एसा जो अपना जीवात्मा उससे ब्रह्मरूप की भावना करके श्रीकृष्ण भगवान की भक्ति सर्व काल में निरन्तर करें ॥ ११६ ॥

उपनिषद् और शिक्षापत्री के ओमकार का स्वरुप

शिक्षापत्री में ओमकार का प्रत्यक्ष उल्लेख तो नहीं मिलता, लेकिन ईश्वर साधना का उल्लेख हर जगह प्रकट होता है। "तस्य वाचकः प्रणवः" के अनुसार, ओमकार ही ईश्वर है। शिक्षापत्री में साधकों को श्रीकृष्ण के प्रति समर्पित रहने की प्रेरणा दी गई है।

साधकों को उस ईश्वर के प्रति समर्पित होकर धर्म, अर्थ, काम और मोक्ष के लिए प्रयत्न करने के लिए कहाँ गया है। इसके साथ ही, शिक्षापत्री में यह भी बताया गया है कि साधक को अपने कर्म अपने स्वभाव के अनुसार करने चाहिए। इस प्रकार, शिक्षापत्री साधक के लिए एक मार्गदर्शक का कार्य करती है, जिससे वह अपने आध्यात्मिक विकास को साध सके।

उपसंहार

ॐकार को ईश्वर का साकार और निराकार दोनों स्वरूप माना जाता है। उपनिषद् में परब्रह्म को भी इसी प्रकार से देखा गया है। शिक्षापत्री में श्रीकृष्ण को सर्वस्व मानकर उनके ध्यान और साधना के लिए उपदेश दिया गया है। उपनिषद् की व्यापकता ने शिक्षापत्री पर स्पष्ट प्रभाव डाला है, लेकिन शिक्षापत्री ने साधकों को सरल और कलयुग के अनुरूप उपदेश देने का प्रयास किया है। इस दृष्टि से, आधुनिक समाज ओमकार की साधना के माध्यम से अपनी अनेक समस्याओं का समाधान प्राप्त कर सकता है। ओमकार की साधना न केवल आध्यात्मिक विकास का मार्ग प्रशस्त करती है, बल्कि जीवन में संतुलन और शाँति भी लाती है। ओमकार का सामान्य जीवन में उपयोग करने में श्रीकृष्ण के प्रति समर्पण का भाव अत्यन्त सहायता करता है। कृष्ण के भजन, मन्त्र इत्यादि के माध्यम से साधक अपनी एकभक्ति में वृद्धि करके अपने साधना मार्ग में उत्कर्ष प्राप्त कर सकता है।

http://vidyajournal.org

VIDYA - A JOURNAL OF GUJARAT UNIVERSITY

Peer-Reviewed, Multidisciplinary & Multilingual Journal

ISSN: 2321-1520 **E-ISSN:** 2583-3537

सन्दर्भग्रन्थसूची

1. डोडिया नाथूभाई (Trans.). (n.d.). ॐकार दर्शन. आर्यसमाज.
2. Geeta Press. (n.d.). ईशादि नौ उपनिषद्. गोरखपुर: गीताप्रेस.
3. Geeta Press. (n.d.). भगवद्गीता. गोरखपुर: गीताप्रेस.
4. Chaukambha. (n.d.). योगसूत्र. चौखम्बा.
5. Chaukambha. (n.d.). कठोपनिषद्. चौखम्बा.
6. Swaminarayan Mandir, Vadtal. (n.d.). शिक्षापत्री (संस्करण - 4). नडीयाद: मुख्य कोठारीश्री स्वामिनारायाण मन्दिर - वडताल.
7. YouTube. (2022, September 3). उपनिषद् गंगा [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=W0k8OoXlPTs&t=1222s

http://vidyajournal.org