

आधुनिक जीवन में 'श्रीरामचरितमानस' एवं पातंजल योगसूत्र की भूमिका

डॉ. वीना

प्रवक्ता, योग विज्ञान विभाग
पं. ललित मोहन शर्मा परिसर, ऋषिकेश
श्री देव सुमन विश्वविद्यालय, उत्तराखण्ड

डॉ. सुषमा मौर्या

असिस्टेंट प्रोफेसर, योग
श्री जे.जे.टी. विश्वविद्यालय, झुंझुनूर, राजस्थान

शोध सार : भारत देश की जिस धरती में 'श्रीरामचरितमानस' की रचना की गई वहाँ के सामाजिक, आध्यात्मिक, धार्मिक और जीवन मूल्यों की सम्पूर्णता का समावेश एक साथ है। "रामचरित मानस" अपने मूल रूप में अवधि साहित्य (हिन्दी साहित्य) की एक महान रचना मानी जाती है, भारतीय संस्कृति में 'श्रीरामचरितमानस' का एक विशिष्ट स्थान है। 'श्रीरामचरितमानस' की लोकप्रियता अद्वितीय है। उत्तर भारत में इसे बहुत से मनुष्यों द्वारा "रामायण" के रूप में पढ़ा जाता है।

योग कीर्ति को प्रत्येक जन मानस तक पहुँचाने व मानव को महामानव बनाने वाली प्रक्रिया योग विद्या का रहस्य जितना गूढ़ माना जाता है। उसके कहीं अधिक योग विद्या के प्रणेता महर्षि पतंजलि का जीवन चरित्र है। योग के क्षेत्र में महर्षि का जीवन चरित्र वस्तुतः जो जन सामान्य के सामने हैं, परंतु आज भी उनके जीवन के ऐसे अनसुलझे पहलू हैं। योग सूत्र वर्तमान काल में भी योग का एक अद्वितीय ग्रंथ माना जाता है।

मुख्य शब्द : श्रीरामचरितमानस, महर्षि पतंजलि, योग, समाधि, साधन, विभूति व कैवल्य पाद।

प्रस्तावना : रामचरितमानस अवधी भाषा में गोस्वामी तुलसीदास द्वारा 16वीं सदी में रचित प्रसिद्ध ग्रन्थ है। इस ग्रन्थ को अवधी साहित्य की एक महान कृति माना जाता है। इसे सामान्यतः 'तुलसी रामायण' या 'तुलसीकृत रामायण' भी कहा जाता है। रामचरितमानस भारतीय संस्कृति में एक विशेष स्थान रखता है। रामचरितमानस की लोकप्रियता अद्वितीय है। उत्तर भारत में 'रामायण' के रूप में बहुत से लोगों द्वारा प्रतिदिन पढ़ा जाता है। शरद नवरात्रि में इसके सुन्दर काण्ड का पाठ पूरे नौ दिन किया जाता है। रामायण मण्डलों द्वारा मंगलवार और शनिवार को इसके सुन्दरकाण्ड का पाठ किया जाता है।

रामचरितमानस के नायक भगवान श्रीराम हैं जिनको मर्यादा पुरुषोत्तम के रूप में जाना जाता है जो इस अखिल ब्रह्माण्ड के स्वामी हरि नारायण भगवान के अवतार स्वरूप है साथ ही महर्षि वाल्मीकि द्वारा रचित रामायण में राम को एक आदर्श चरित्र मानव के रूप में दिखाया गया है। जो सम्पूर्ण मानव समाज यह सिखाता है कि जीवन को किस प्रकार जिया जाय भले ही उसमें कितने भी विघ्न हों तुलसी के राम सर्वशक्तिमान होते हुए भी मर्यादा पुरुषोत्तम हैं। गोस्वामी जी ने रामचरित का अनुपम शैली में दोहों, चौपाइयों, सोरठों तथा छंद का आश्रय लेकर वर्णन किया है।

योगमणि महर्षि पतंजलि जितने अद्भुत व विचित्र थे। उतना ही अद्भुत उनका अवतरण माना जाता है। ऐसी मान्यता है कि उनका जन्म उनके पिता की अंजली में ही अर्धदान देते समय हुआ था। यह उर्ध्व लोक से ही अपने पिता की

अंजली में आ गिरे, जिसके कारण उनका नाम पतंजलि पड़ा। उनकी माता का नाम गोर्णिका था। ऐसा माना जाता है कि एक गोलार्द्ध देश में निवास करती थी। महर्षि पतंजलि शेषनाग का अवतार भी माने जाते हैं। उनका नाम योग विद्या के शिखर पुरुष के रूप में स्थापित है। उनके जन्म काल को लेकर अनेक मत-मत्तान्तरों व विद्वानों के मध्य विवाद है। विद्वानों का एक समूह उनका जन्म 200 ई. पूर्व मानता है तो दूसरा इसे 500 ई. पूर्व स्वीकार करता है। परंतु यदि तार्किकता कि कसौटी पर रख कर देखें तो यह स्वीकार करना ज्यादा श्रेयस्कर है कि उनका जन्म 200 ई. पूर्व हुआ था।

रामायण एवं योगसूत्र का योग सिद्धान्त :

प्राचीन ग्रन्थ रामायण में 'योग' शब्द का स्पष्ट उल्लेख तो प्राप्त नहीं होता परन्तु रामायण में जीवन जीने की कला एवं योग के अंग अहिंसा, तप, सन्यास आदि का विस्तृत वर्णन प्राप्त होता है। योग का मुख्य लक्ष्य समाधि प्राप्त करना है जिसके लिए इन्द्रियों पर संयम मुख्य आधार है और इस संयम की अवस्था की प्राप्ति के लिए नियमित आसन, प्राणायाम आदि का अभ्यास जरूरी है जैसा कि रामायण में इन्द्रिय संयम के लिए वर्णन प्राप्त होता है –

न्यस्तदण्डा वयं राजम्जित क्रोध जितेन्द्रियाः।

रक्षितव्यास्त्वया शश्वद्गर्भ भूतास्त पोधनाः।¹

अर्थात् ऋषिगण तपस्या करते हुए इन्द्रियों को जीत लेते थे और क्रोध का परित्याग कर देते थे। वन भ्रमण के समय ऋषिगण श्री रामचन्द्र जी से दुष्ट राक्षसों के दमन करने के प्रसंग में स्वयं को जितेन्द्रिय होना बतलाते हैं।

हालांकि रामायण काल में तप का विशेष महत्व एवं प्रचलन रहा है परन्तु योग का स्वरूप एवं विकास कम क्या था, यह कहना कठिन है। योग में तप का प्रयोग क्रियायोग (तप, स्वाध्याय, ईश्वर प्राणिधान) के रूप में प्राप्त होता है जिसके अभ्यास से आध्यात्मिक उपलब्धियाँ प्राप्त होती थी। तप से मुनि अग्नि के समान देदीप्यमान और ब्रह्म तेजयुक्त हो जाते थे। तप से ब्रह्मतत्त्व की प्राप्ति हो जाती थी। इस अवधि के समाप्त करने पर तपस्वी जैसे ही स्नान करता है जैसे – ब्रह्मचारी अध्ययन समाप्त करने पर स्नातक बनते समय²

योग शास्त्र में शरीर शुद्धि का अपना विशेष महत्व है उसी प्रकार से रामायण में भी देह शुद्धि का विधान प्राप्त होता है। योग का अंतिम लक्ष्य के रूप में माना जाता है –

इदमेव सदा प्राहुर्योगिनो मुक्ति साधनम्।

नारदोऽपि तथा व्यासो ब्रह्म कमलसाधनम्।³

अध्यात्म रामायण मोक्ष की परिकल्पना को भी आत्मसात् करती है क्रियायोग में फल के सन्दर्भ में मुक्ति का उल्लेख प्राप्त होता है। जिनका अध्ययन एवं चिन्तन करने पर योगदर्शन के यथार्थ स्वरूप को समझते हुए जीवात्मा परब्रह्म का साक्षात्कार कर सकता है। प्राचीन साहित्य के अन्तर्गत नेतृत्व करने वाले योगी नेतृत्व हुआ करता था जैसे रामायण काल में महाराज जनक, रघु, अज, दिलीप, राम, भरत, गुरु वशिष्ठ आदि ऋषि राजाओं में योग की वृत्ति विद्यमान थी। पौराणिककाल में भगवान् श्रीकृष्ण एवं शुकदेव मुनि का जीवन देखते हैं तो उनका सम्पूर्ण जीवन योगमय था। योग सूत्र में इन्होंने योग के गूढतम रहस्यों को भी उद्घाटित किया है।

1 बाल्मीकि रामायण-गीता प्रेस गोरखपुर, सं.2024, अरण्यकाण्ड-द्वितीय सर्ग/प्लोक 21

2 बाल्मीकि रामायण-गीता प्रेस गोरखपुर, सं.2024, बालकाण्ड-63/1

3 अध्यात्म रामायण, गीता प्रेस गोरखपुर, -4/9

समाधि पाद : समाधिपाद योग ग्रंथमाला एवं योग सूत्र ग्रंथ का प्रथम अध्याय, जिसमें 51 सूत्र है। इसी अध्याय से महर्षि पतंजलि ने योग का अनुशासन आरंभ किया है। प्रत्येक साधको को योग विषय में प्रवेश करने के पूर्व अनुशासन में प्रतिबद्धित करने को कहा है। **अथ योगानुशासनम् ।।⁴**

अर्थात् महर्षि पतंजलि ने प्रत्येक योगियों व साधकों को योग के अनुशासन में प्रतिबंध करने का प्रयास किया है और अब यहाँ से योग का अनुशासन आरंभ होता है। इन्होंने योगसूत्र के प्रथम अध्याय के प्रारंभ में ही प्रथमपाद में योग का स्वरूप व उसके लक्षणों का वर्णन प्रदान किया है।

पातंजल योग सूत्र के प्रथम अध्याय में चित्त एवं उसकी वृत्तियों के इतर इसी अध्याय में 17 एवं 18वें सूत्र में योग की सर्वोपरि परिकल्पना समाधि का लक्षण व स्वरूप का वर्णन भी प्राप्त होता है। इस अध्याय में समाधि का वर्णन इसी सूत्र के आगे 41वें सूत्र से समाप्ति तक सामाधि का वर्णन सबीज समाधि एवं निर्बीज समाधि के रूप में प्राप्त होता है। साथ ही साथ यहाँ आनंदानुगत एवं अस्मितानुगत समाधि का वर्णन भी प्रकट होता है। लेकिन यहाँ पर भी इसके पूर्ण स्वरूपका वर्णन प्राप्त नहीं होता है; किन्तु यह कहना अधिक सार्थक है कि यहाँ समाधि एवं उसके अंग जैसे आनंदानुगतसमाधि एवं अस्मितानुगतसमाधि का संक्षेप में वर्णन प्राप्त होता है। यहाँ पर सूत्रकार ने निर्बीज समाधि हेतु ही परवैराग्य का मार्ग प्रशस्त किया है। यद्यपि परवैराग्य निश्चित ही थोड़ा कठिन मार्ग है। तथपि यहाँ पर सरल मार्ग की भी व्यख्या प्राप्त होती है। जिसे ईश्वर की शरणागति मार्ग के नाम से भी जाना जाता है। प्रथम अध्याय में पूर्व वर्णित समाधि के दो भेदों में यहाँ पर सम्प्रज्ञात योग के भी दो भागों का वर्णन प्राप्त होता है— सविकल्प समाधि एवं निर्विकल्प समाधि।

समाधि योग की पूर्वावस्था मात्र है। इस अवस्था में विवेकज्ञान की प्राप्ति संभव नहीं है। इसके विपरीत देखें तो निर्विकल्प समाधि—समाधि कि ऐसी अवस्था है। जिसमें चित्त निर्मल अवस्था को प्राप्त करता है साथ ही विवेक ज्ञान भी प्रकट हो जाता है। जब इस विवेक ज्ञान का प्रकटीकरण होता है। तब वह पुरुषख्याति का सूचक माना जाता है। योग में इसे यहाँ पर वैराग्य की अवस्था मानी जाती है। इसी अवस्था में पुरुष एवं प्रकृति के वास्तविक स्वरूप का ज्ञान प्राप्त होता है। इसके अतिरिक्त साधक के सम्पूर्ण कर्मों व गुणों में आसक्ति का भाव भी उत्पन्न हो जाता है। इस स्वरूप में चित्त वृत्ति विहीन हो जाता है और उसमें कोई भी वृत्ति नहीं रह जाती। इसी को योग में निर्बीज समाधि या सर्ववृत्तिनिरोध रूप जाना जाता है। यही धर्ममेध समाधि है, जिसे असम्प्रज्ञात योग के नाम से भी जाना जाता है।

साधनपाद : महर्षि पतंजलि द्वारा प्रणीत योग सूत्र में द्वितीय अध्याय को साधनपाद के नाम से जाना जाता है। साधनपाद में 55 सूत्रों का वर्णन प्राप्त होता है। इस अध्याय के प्रारंभ में ही पूर्वोक्त प्राप्त वर्णन समाधि हेतु मार्ग कि व्याख्या प्राप्त होती है, जिसे क्रिया योग के नाम से भी जाना जाता है। जो इस प्रकार है— **तपः स्वाध्यायेश्वरप्रणिधानानि क्रियायोगः।।⁵**

दूसरे अध्याय के प्रथम सूत्र में क्रियायोग का प्रतिपादन समाधि मार्ग व समाधि प्राप्ति के विषय—वस्तु की गंभीरता का सूचक माना जाना चाहिए। इसमें तीन अंगों का वर्णन प्राप्त होता है। इसके अतिरिक्त यहाँ पर अविद्यादि पंच क्लेशों का वर्णन भी प्राप्त होता है। इन समस्त प्रकार की योनियों में जो दुःख प्राप्त होता है। इन दुःखों का विनाश करने के लिए क्लेशों को मूलोच्छेदित करना पड़ता है। जिसके पश्चात् ही विवेक ज्ञान की प्राप्ति सम्भव हो पाती है। इस विवेक ज्ञान की प्राप्ति हेतु ही अष्टांग योग के विधान का निरूपण किया गया है—**आविद्यास्मितारागद्वेषाभिनिवेशाः क्लेशाः।।⁶**

4 योग दर्शन-1/1

5 योग दर्शन-2/1

6 योग दर्शन-2/3

यही अविद्यादि पंच क्लेश है। जो मानव मात्र को अनन्त दुःख प्रदान करते हैं, साथ ही संसार चक्र में भ्रमण करने एवं जीवन मृत्यु के बन्धन में बन्धने को मजबूर कर देते हैं। साधनपाद से पूर्वोक्त पाद में क्लेशों को और अधिक सूक्ष्म रूप में निर्मित करने हेतु क्रिया योग का प्रकरण भी अवतरित होता है। इसी के अंतर्गत विपाक का स्वरूप एवं कारण का अवतरण भी प्राप्त होता है। तत्पश्चात् बिना पूर्ण ज्ञान के क्लेशों को नहीं त्यागा जा सकता इसका भी ज्ञान प्राप्त होता है; क्योंकि क्लेशों का ज्ञान शास्त्रों में सन्निहित है। इसी योग शास्त्र में हेय, हेय हेतु, हान, हानोपाय, के ज्ञान द्वारा चक्रव्यूह को स्व कारण में विलीन करने के लिए मुक्तिमार्ग है तथा विवेकज्ञान की प्राप्ति के बहिरंग एवं अन्तरंग भाव यम एवं नियम के रूप में स्थिर पाए गए हैं। इसी पाद में योग साधन रूपी अष्टांग योग का वर्णन प्राप्त होता है।

यमनियमासनप्राणायाम प्रत्याहार धारणा ध्यानसमाधयोऽष्टावंगानि।।⁷

यहाँ पर इस विवेकख्याति प्राप्ति के लिए एवं पंच क्लेशों के पूर्ण ज्ञान के लिए अष्टांग योग का विधान प्राप्त होता है। इस अध्याय में अष्टांग योग के पूर्णस्वरूप का आरम्भ एवं बहिरंग साधनों का वर्णन मिलता है।

विभूतिपाद : महर्षि पतंजलि ने अपने योगग्रंथ के तीसरे अध्याय को विभूतिपाद नाम प्रदान किया है। इस अध्याय में भी पूर्व अध्याय की भांति 55 सूत्रों का वर्णन प्राप्त होता है। पूर्वोक्त अध्याय में महर्षि पतंजलि ने योग के बहिरंग साधनों का वर्णन प्रदान किया है, परंतु इस अध्याय के आरंभ में ही इन्होंने योग को और गहराई और गंभीरता की ओर प्रवेश कराने का प्रयास किया है। बहिरंग साधनों के अवतरण के उपरांत ही इन्होंने तीसरे अध्याय में इसके अन्तरंग साधनों का वर्णन अवतरित किया है। अन्तरंग साधन है— धारणा, ध्यान व समाधि। इसी अध्याय में संयम अंग को वर्णित करते हुए बतलाया गया है कि जब धारणा, ध्यान और समाधि तीनों एक साथ संयमित हो तो वह अवस्था संयम कहलाती है, जैसे—
त्रयमेकत्र संयमः।।⁸

यहाँ संयम स्थापित करने तथा ध्यान स्थापित करने के अतिरिक्त संयम एवं उसके फलों का विस्तृत वर्णन प्राप्त होता है, साथ ही भिन्न-भिन्न धेय पदार्थों में संयम स्थापित करने के अलग-अलग फल बतलाए गए हैं। इसके उपरांत विभूतिपाद में योग के महत्व का वर्णन प्राप्त होता है। योग महत्व वर्णन वचनोंपरान्त यहाँ सिद्धियों का वर्णन प्राप्त होता है।

ततः प्रातिभश्रावणवेदनादर्शास्वादवार्ता जायन्ते।।⁹

सिद्धि वर्णन के अर्न्तगत सिद्धि के छः प्रकारों का वर्णन मिलता है। जैसे – प्रातिभ, श्रावण, वेदन, आदर्श, आस्वाद, वार्ता। इन समस्त सिद्धियों को यहाँ पर समाधि में विघ्न स्वरूप माना है। जो समाधि में उत्पन्न करते हैं। इस योग द्वारा समस्त भूतों पर विजय प्राप्ति के उपरान्त आठ सिद्धियों का भी वर्णन प्राप्त होता है। जैसे—**ततोऽणिमादिप्रादुर्भावः कायसम्पत्तद्धर्मानभिघातश्च।।¹⁰**

इन आठों सिद्धियों का पूर्ण वृत्तान्त समाधि के बाधक तत्व के रूप में सन्निहित एवं वर्णित है। यह सिद्धियाँ इंद्रियजय के पश्चात् ही प्राप्त होती हैं। जब साधक अपनी इंद्रियों पर विजय प्राप्त कर लेता है, तभी यह सिद्धियाँ प्रकट होती हैं।

महर्षि पतंजलि ने योग साधकों को यह बताने व समझाने का प्रयास किया है कि ये जो सिद्धियाँ हैं वास्तविकता में बड़ी चमत्कारिक एवं उपयोगी हैं, परंतु योग साधना में ये सिद्धियाँ उत्पन्न बाधक तत्व मानी जाती हैं। साधक इन सिद्धियों के मायाजाल में पडकर अपने साधना मार्ग व उद्देश्य से दिग्भ्रमित हो जाता है। जिससे लक्ष्य प्राप्ति असंभव हो जाती है।

7 योग दर्शन-2/29

8 योग दर्शन-3/4

9 योग दर्शन-3/36

10 योग दर्शन-3/45

समाधि सेवकों व साधकों को पतंजलि ने इन सिद्धियों को त्यागने के लिए प्रेरित किया है। जब साधक इन सिद्धियों का परित्याग कर देता है तब समाधि की अवस्था प्राप्त होती है।

कैवल्यपाद : समाधिपाद महर्षि पतंजलिकृत योगसूत्र का चौथा और अंतिम पाद है। इस अध्याय में मात्र 34 सूत्रों का समायोजन किया गया है। इसी अध्याय के उपरांत योग सूत्र की समाप्ति का विधान भी है। पूर्व के अध्याय या पाद में जिन सिद्धियों का वर्णन अवतरित है। वे सब सिद्धियाँ केवल और केवल मात्र समाधि से ही प्राप्त होती हैं। परंतु पतंजलि जी ने विषय को और विस्तार प्रदान करते हुए सिद्धियों का विस्तृत स्वरूप समाज के समक्ष रखने का निश्चित ही सफल प्रयास किया है और सिद्धियों के अन्य प्रकारों व स्वरूप का वर्णन प्रदान करते हुए कहा कि –

जन्मौषधिमन्त्रतपः समाधिजाः सिद्धयः ॥¹¹

यहाँ वे यह बतलाने का प्रयास कर रहे हैं कि कैवल्य की अवस्था को प्राप्त करना अथवा न करना यह कार्य चित्त के द्वारा ही सम्पादित होता है। अतः कैवल्य की अवस्था चित्त के अधीन मानी जाती चाहिए। इस हेतु कैवल्य में चित्तोंपयोगी ये पाँच सिद्धियाँ उपयोगी सिद्ध हो सकती हैं। इसके अतिरिक्त यहाँ इस पाद में योग, समाधि व चित्त से संबंधित समस्त शांकाओं का निवारण प्रदान किया है। चित्त का वर्णन प्रदान करते हुए बतलाया गया है कि—

तदा विवेकानिम्नं केवल्यप्राग्भारं चित्तम् ॥¹²

प्रत्येक मनुष्य में दो अवस्था होती है, अज्ञान व ज्ञान की अवस्था। यह चित्त अज्ञान की अवस्था व दशा में विषयों में लीन रहता है। परंतु ज्ञान की अवस्था में विवेक ज्ञान का उदय हो जाता है, इस समय साधक का चित्त विषय—वासनाओं में ना जाकर विनाश की ओर अग्रसित हो अपने ही कारण में लीन हो जाता है। यह चित्त जब दृष्टा के स्वरूप में स्थापित हो जाता है, प्रतिष्ठित होता है तो इसी अवस्था को कैवल्य के नाम से पहचाना जाता है।

उपसंहार :

आधुनिक समय का मनुष्य भौतिकवादिता के चरम दौर से गुजर रहा है। जिसके कारण संसार का प्रत्येक मानव संवेदना हीन होता जा रहा है जिसके कारण उसमें भावनाओं के प्रति उदासीनता आती जा रही है, कि मनुष्य भावनात्मक रूप से हीन होता जा रहा है और इस कारण मनुष्य अपने परिवार, सगे सम्बन्धियों, मित्रों और समाज से दूर होता जा रहा है। पातंजल योग सूत्र महर्षि पतंजलि प्रणीत योग सूत्र है। जो योग के सर्वश्रेष्ठ ग्रंथों में अनादिकाल से शिखर पर स्थापित है। यह योग का वह ग्रंथ है। जिसमें योग के गुढतम रहस्यों का अवतरण प्राप्त होता है।

श्रीरामचरितमानस' को प्रायः भक्ति रस से परिपूर्ण एक महाकाव्य माना जाता है किन्तु फिर भी योगी मनुष्यों के लिए भी 'श्रीरामचरितमानस' में अनेक सन्देश उपस्थित हैं। जिनके माध्यम से योगियों के सभी कार्य सफलता से पूर्ण होते हैं। गोस्वामी तुलसीदास जी ने मानस की दिव्य प्रेरणा से अपना साधना संकल्प पूर्ण कर लिया था।

अतः श्रीरामचरितमानस एवं महर्षि पतंजलि का यौगिक चिंतन मानव मात्र के लिए है। वे प्रत्येक मानव को उसके जीवन उद्देश्य व जीवन लक्ष्य की ओर अग्रसित करने का मार्ग प्रशस्त करने का उत्तम प्रयास इस योगसूत्र के माध्यम से कर रहे हैं। समस्त प्रकार के दुःखों का नाश करते हुए जीवन—मरण व बंधन से मुक्त होते हुए परमपद "कैवल्य" को प्राप्त करने के लिए उनके द्वारा उपदिष्ट योग मार्ग भारतीय दर्शन की आधारशिला मानी जाती है। श्रेयस्कर होगा कि यदि कोई भी

11 योग दर्शन—4/1

12 योग दर्शन—4/26

मानव उनके उपदिष्ट योग मार्ग का पूर्णश्रद्धा से पालन करता है। तो निश्चित ही वह कैवल्य का अधिकारी बन सकता है, साथ ही साथ महामानव पद ग्रहण कर सकता है।

सन्दर्भ ग्रन्थ सूची

1. कुमार श्री, 1966, "रामचरितमानस का तत्व दर्शन", लोक चेतना प्रकाशन, जबलपुर।
2. गुप्ता, डॉ० माता प्रसाद, 1942, "तुलसीदास", लोकभारती प्रकाशन इलाहाबाद।
3. पतञ्जलियोग दर्शन, स्वामी हरिहरानन्द, मोती लाल बनारसी दास, ISBN- 978-81-205-2255-9
4. योगदर्शनम्, आचार्य उदयवीर शास्त्री, गोविन्दराम हंसानन्द संस्करण 2015
5. महर्षि पातञ्जलयोग दर्शन, गीता प्रेस गोरखपुर, श्री हरिकृष्णदास गोयन्दका
6. योगदर्शनम् आचार्य उदयवीर शास्त्री, गोविन्दराम हंसानन्द संस्करण 2015
7. श्रीमद्भगवत्, गीतातत्त्वविवेचनी टीका, जयदयालगोयन्दका, गीता प्रेस गोरखपुर 2016, तेरहवा पुनर्मुद्रण, ISBN- 81-293-0204-7
8. पोद्दार, हनुमान प्रसाद—टीकाकार, 2069, "तुलसीदास रामचरित मानस", गीताप्रेस गोरखपुर।
9. दीक्षित, डॉ० राजपति, 1953, "तुलसीदास और उनका युग", ज्ञानमण्डल लिमिटेड, वाराणसी।
10. भटनागर, रामरतन, 1987, "तुलसी नव मूल्यांकन", स्मृति प्रकाशन इलाहाबाद।
11. भट्ट, सूर्य नारायण, 1987, "तुलसी और मानवता", ऊर्जा प्रकाशन, इलाहाबाद।
12. मंगला, डॉ० प्रेम सुख, 2015, "रामचरितमानस में अद्वैत मीमांसा" चौखम्भा संस्कृत प्रतिष्ठान, दिल्ली।