IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 5, Issue 1, October 2025
Impact Factor: 7.67

^ol/ko dVEcde e ;kx^ dh Hkfedk % ,d v/;;u

vfuy tk'kh] 'kk/kkFkh]
Mk- fotUn idk'k di#oku] lgk;d vkpk;]
श्री खुशाल दास विश्वविद्यालय, हनुमानगढ, राजस्थान

'kks/k lkj %

योग एवं वसुधैव कुटुम्बकम् प्राचीन भारतीय सनातन धर्म के अनुयायियों की मूल संस्कार तथा विचारधारा है। जो 'मोक्षदायी' योग्यता धारण करने वाला है। संपूर्ण पृथ्वी के मानवों को अपना एक परिवार मानना तथा सुख–दुःख में सम्मिलित होना ही वसुधैव कुटुम्बकम् का मूल स्वरूप है। जिसमें आतंकवाद, अलगाववाद, नक्सली, बेरोजगारी, अभावग्रस्तता तथा गरीबी सहित कोई भी मानव निर्मित भौतिक समस्या विश्व में नहीं हो। भारतीय संविधान में वसुधैव कुटुम्बकम् शब्द का उल्लेख संविधान की उद्देशिका में नहीं किया गया है, फिर भी भारतीय संविधान की उद्देशिका मूल रूपों में वसुधैव कुटुम्बकम् को ही स्थापित करने वाली है। यानि रामराज्य को स्थापित करने वाली है।

lkez[k "kCn %

योग, वसुधैव कुटुम्बकम्, मानवीय संस्कृति, भारतीय संस्कृति।

iLrkouk %

वसुधैव कुटुम्बकम् अर्थात् वसुधा पृथ्वी है और कुटुम्बकम् परिवार से वसुधैव कुटुम्बकम् एक संस्कृत वाक्यांश है, जिसका भाव है कि पूरी दुनिया एक ही परिवार है। योग हमारे ऋषियों की सर्वोत्कृष्ट व जन कल्याणकारी खोज और विरासत है, जिसमें जीवन व जगत से संबंधित समस्त समस्याओं का पूर्ण समाधान सन्निहित है। 21वीं सदी में आज 'योग' जन–जन की जिह्वा पर विद्यमान है। योग आज संपूर्ण विश्व को सूर्य की भॉति प्रकाशित कर रहा है। सभी एकमत हैं कि योग किसी विशेष मत, संप्रदाय, जाति, वर्ग, धर्म से संबंधित नहीं है अपितु यह योग विधा सार्वभौमिक, सार्वकालिक तथा सार्वजनिक दृष्टि से महत्वपूर्ण है। यह ऋषि–संस्कृति का ही नहीं अपितु संपूर्ण भारतीय धर्म, अध्यात्म, संस्कृति, दर्शन, परंपराओं का प्राणरूप है। जिसके ज्ञान एवं अभ्यास से मानव के मानस (चित्त) में निहित संपूर्ण जिज्ञासाओं, शंकाओं, समस्याओं और प्रश्नों का एकमात्र समाधान है। इसलिए इस दिव्य ज्ञान से समस्त मानव जाति को परिचित होना चाहिये। कर्म से भारत वर्ष के प्रत्येक बालक, युवा, प्रौढ़, वृद्ध सभी स्त्री–पुरूष को योग रूपी ज्ञान से युक्त होना चाहिये। जिससे वह अपने पूर्वज ऋषियों की भॉति पुनः पूरे विश्व का मार्गदर्शन कर सकने में सक्षम हो सके। योग के अभ्यास से शारीरिक, मानसिक, बौद्धिक, सामाजिक, नैतिक और आध्यात्मिक लाभ प्राप्त करके व्यक्ति का सर्वांगींण विकास करके सभी प्रकार की आधि–व्याधि को जीवन से दूर करके जीवन के उन्नत शिखर में पहुॅचाना है। योग शनैः–शनैः प्रत्येक व्यक्ति, परिवार, गली, गॉव, शहर, देश और संपूर्ण विश्व को अपने दिव्य प्रकाश से प्रकाशित कर रहा है। आज देश के स्कूलों व कॉलेजों में योग के अध्ययन एवं अध्यापन का कार्य बड़े जोर–शोर से संचालित हो रहा है। जिससे योग के मौलिक सिद्धान्तों एवं क्रियात्मक पक्ष से समाज के प्रत्येक व्यक्ति को लाभ पहुॅचाया जा सके जिससे समाज में शांति स्थापित हो सके।

IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 5, Issue 1, October 2025
Impact Factor: 7.67

भारतीय संस्कृति की आत्मा योग है अतः जिस जिज्ञासुजन को भारतीय संस्कृति को जानना है उसे सर्वप्रथम योग के सत्य स्वरूप को जानना परमावश्यक है। क्योंकि हमारे प्राचीन ऋषियों ने योग के निर्विकल्प सत्य पर आधारित रूप का प्रतिपादन किया है। योग का अंतिम उद्देश्य भी आत्म साक्षात्कार करना एवं कैवल्य की प्राप्ति करना है। जो कि विश्व कल्याण के लिए परमावश्यक है। इसी योग रूपी फल से समूचे विश्व में एकत्व की भावना विकसित होगी।

ekuoh; lLdfr

'संस्कृति' का अर्थ है—वह कृति—कार्य पद्धति, जो संस्कार संपन्न हो। सभ्यता और धर्म के समन्वय का नाम संस्कृति है। जिस तरह इड़ा और पिंगला के योग से सुषुम्ना का, गंगा और जमुना के योग से त्रिवेणी का अर्विभाव होता है, उसी प्रकार संस्कृति धार्मिक परिप्रेक्ष्य में तो अंर्तमुखी जीवन के विकास की प्रेरणा देती है और सभ्यता के रूप में वाह्य जीवन को भी शुद्ध और ऐसा बनाती है, जिससे एक मनुष्य किसी भी दूसरे प्राणी के हित का अतिक्रमण न करता हुआ, धार्मिक लक्ष्य की ओर बढ़ता रहे।

मनुष्य सत्प्रवृत्तियों को जागृत करने के लिए धर्म, अध्यात्म, संस्कृति, शासन तथा कानून की व्यवस्था को कठोर रूप देने के पीछे उनकी यही बौद्धित चतुराई थी कि मनुष्य समाज से अच्छा ही अच्दा ग्रहण करे और स्वयं उच्चतर श्रेणी का नागरिक बने। इस सुव्यवस्था के फलस्वरूप ही किसी जमाने में भारत भूमि को 'स्वर्गदपि गरीयसी' की गौरवपूर्ण गरिमा प्राप्त थी। तब यहाँ का मनुष्य देवता था, ऋषि था, भूसुर और ब्रम्ह्म तत्ववेत्ता था। उस समय लोगों में सदाचरण और सच्चरित्रता की प्रतिद्वंदिता चलती थी, इसका एकमात्र कारण यही था कि उस समय के समाज ने सत्प्रवृत्तियों पर गहन शोध की थी और वह उन तत्वों से भरा—पूरा था। मानव की यही सब प्रवृत्तियॉ ही 'वसुधैव कुटुंबकम्' की बात को सिद्ध करती हैं।

no lLdfr dh xkjo&xfjek

भारतीय संस्कृति एक ऐसी विश्व संस्कृति है, जो मनुष्य को सच्चे अर्थो में मनुष्य बनाने की क्षमता से ओत—प्रोत है। वह उच्चस्तरीय विचारण जिससे व्यक्ति अपने आप में संतोष और उल्लास भी अंतःस्थिति पाकर सुख और शांति से भरा—पूरा जीवन जी सके, भारतीय तत्वज्ञान में कूट—कूटकर भरी है। वह आदर्शवादी, क्रियापद्धति, जो सामूहिक जीवन में आत्मीयता, उदारता, सेवा, स्नेह—भावना, सहिष्णुता और सहकारिता का वातावरण उत्पन्न करती है, भारतीय संस्कृति—शिक्षण की मूल धारा है। इस महान तत्वज्ञान का अवगाहन, भारतीय प्रजा चिरकाल तक करती रही और उसके फलितार्थ इस रूप में सामने आये कि यहॉ के नागरिकों को समस्त संसार में देव पुरूर्ष कहा गया और जिस भूमि में ऐसे महामानव उत्पन्न होते हैं, उसे स्वर्ग के नाम से सम्बोधित किया गया।

यहॉ के तैंतीस कोटि नागरिकों को विश्व में तैंतीस कोटि देवताओं के नाम से पुकारा जाता था और जब भी भारतभूमि का स्मरण किया जाता था, उसे 'स्वर्गदपि गरीयसी' ही कहा जाता था। यहॉ के निवासी प्रेम, सदाचरण, सुव्यवस्था और समृद्धि का संदेश और मार्गदर्शन लेकर विश्व के कोने—कोने में पहुॅच तथा शांति और प्रगति के साधन जुटाने का नेतृत्व करते रहे। इस आस्था को क्रियान्वित करने की सुदृढ़ निष्ठा ही हमारी ऐतिहासिक महिमा तथा गरिमा का एकमात्र कारण है।

IJARSCT
International Journal of Advanced Research in Science, Communication and Technology
International Open-Access, Double-Blind, Peer-Reviewed, Refereed, Multidisciplinary Online Journal
ISSN: 2581-9429
Volume 5, Issue 1, October 2025
Impact Factor: 7.67

;kx esa olq/kSo dqVqacde~ dk Hkko%

वसुधैव कुटुंबकम् की दृष्टिकोण से महर्षि पतंजलि ने अपने योगसूत्र में चित्त को निर्मल बनाने का सुगम मार्ग बताया है–

eS=hd:.kkeqfnrksis{kk.kka lq[knq%[kiq.;kiq.;fo"k;k.kka Hkkoukrf'pRrizlknue~AA योगसूत्र–1.33

अर्थात् सुखी मनुष्यों में मित्रता की भावना करने से, दुःखी मनुष्यों में दया की भावना करने से, पुण्यात्मा पुरूषों में प्रसन्नता की भावना करने से और पापियों में उपेक्षा की भावना करने से चित्त के राग, द्वेष, घृणा, ईर्ष्या और क्रोध आदि मलों का नाश होकर चित्त निर्मल हो जाता है।

वसुधैव कुटुंबकम् का दर्शन मानवता की दृष्टि से बड़ा ही व्यापक है। प्राचीन भारत में वेदों, उपनिषदों, ऋषियों और बुद्ध आदि संतो का आपसी प्रेम, विश्वास और दोस्ती का परिणाम ही है कि एक आध्यात्म रूपी धागे में पूरी दुनिया के लोगों को बॉधने का सपना देखा है। 21वीं सदी दुनिया के लोगों को चेतना की उच्चतम दिशा की प्रगति में योग एक अच्छा माध्यम है। आधुनिक कहावत में भी कहा गया है–तुम और मैं एक साथ 'हम' हैं, जो चेतना रूपी धागे से हम सभी को जोड़े हुए है।

महोपनिषद् में कथन है कि–

v;a cU/kqj;a ufr x.kuk y?kqprlkAA
mnkjpfjrkuka rq olq/kSo dqVqcde~AA महो.उप.– 6.72

अर्थात् केवल छोटे पुरूषों कह भेद–भाव एक–एक रिश्तेदार हैं अन्य एक अजनवी है। जिन लोगों ने उदारता से जीने के लिए पूरी दुनिया का गठन किया, लेकिन एक परिवार है।

Hkkjr dh jktuhfr esa olq/kSSo dqVqcde~%

श्री मोदी जी ने संयुक्त राष्ट्र के 70वीं वर्षगॉठ में जलवायु परिवर्तन, समुद्री सुरक्षा, साइबर स्पेस में धमकियॉ और अन्तरिक्ष अन्वेषण के अप्रयुक्त क्षमता सहित वैश्विक चिन्ताओं से निपटने के लिए वसुधैव कुटुंबकम् का भाव प्रकट किया। इस प्रकार भारत अपनी प्राचीन संस्कृति के माध्यम से विश्व को समय–समय पर वसुधैव कुटुंबकम् के लिए दिशा–निर्देश देता रहा है और विश्वशांति में सफल प्रयास करता रहा है।

Lokeh th dk olq/kSo dqVqcde~ nf"V%

स्वामी विवेकानंद भारतीय दर्शन, धर्म, संस्कृति, देश प्रेम और विश्व बंधुत्व की जीवंत प्रतिमा थे, जिन्होंने विश्व में गहन आध्यात्किता और मानव मूल्यों के भारतीय दर्शन की स्थापना की। युवा नरेन्द्र अपने गुरू स्वामी रामकृष्ण परमहंस की उस रहस्यमीय ऊर्जा के समन्वय थे जो भारतीय ऋषियों ने युगों से विश्व विरासत की उदात भावना के परिप्रेक्ष्य में अपने शिष्यों को विरासत में दी है। ऊर्जा और अध्यात्म धर्म और समाज संस्कृति और समन्वय का ऐसा उदाहरण विश्व इतिहास में ही नहीं मिलता जो स्वामी जी के विराट व्यक्तित्व में समाहित रहा है।

स्वामी विवेकानंद ने मात्र 38 वर्ष की आयु में विश्व भ्रमण कर 11 सितम्बर, 1893 के **Parliament of Religions** में शिकागो में उद्बोधन दिया, वह हमेशा विश्व इतिहास की धरोहर रहेगा, जिसमें उन्होंने **My American brother and sister's** सम्बोधन से प्रारंभ कर अपनी और भारतीय संस्कृति की महान परम्परा को प्रमाणिक रूप से विश्व के सामने रखकर वास्तव में धर्म के प्रति विश्व चेतना को झकझोर कर धर्म के वास्तविक मूल्यों को स्थापित किया।

स्वामी विवेकानंद पूरे भारत का भ्रमण कर उन्होंने सामाजिक कुरीतियों, अज्ञान, अशिक्षा, नारी उत्पीड़न, परतंत्रता जैसे समकालिक विषयों पर अपनी ओजस्वी वाणी से जनमानस में नई चेतना और ऊर्जा का संचार किया, जिसकी परिणिति आगे भारत के स्वतंत्रता आंदोलन में भी देखने का मिलती है।

;kxxzUFkksa esa oSf'od dqVEcde~ fopkj %

योगग्रन्थों में स्थित योग विश्व में शांति, प्रेम, पवित्रता को स्थापित करने की बात कही गयी है। उसी प्रकार मुस्लिम धर्म में भी विश्व में शांति स्थापित करने एवं सबसे भाईचारे का व्यवहार करने की शिक्षा प्रदान करता है। इसाई धर्म में ईसा ने पहाड़ी पर उपदेश देते हुए कहा था–धन्य है वे लोग जो स्वभाव में नम्र हैं, दयालु है, पवित्र हैं, शुद्ध मन वाले हैं, लोगों के बीच मेल–जोल बढ़ाने वाले हैं, शांति स्थापित करने वाले हैं, स्वर्ग का राज्य उन्हीं का है, वे ही भगवान् के पुत्र कहलायेंगे।

अब यदि हम बौद्ध धर्म को देखें तो उसमें चार 'आर्य सत्य' बताये गये हैं– सम्यक् संकल्प, सम्यक् वचन और सम्यक् समाधि इन आठ पर जो बल दिया गया है और उसमें अहिंसा, अपरिग्रह, ब्रम्हचर्य इत्यादि 'शील' बताये गये हैं, जो दैवी एवं अनमोल रत्न हैं विश्वशांति के लिए। इसी प्रकार से जैनधर्म के तीर्थंकरों–पार्श्वनाथ और महावीर ने अहिंसा, सत्य, अस्तेय, अपरिग्रह, जितेन्द्रिय, संयम, तपस्या आदि पर बल दिया है एवं जैनधर्म में 'सम्यक् विश्वास', सम्यक् ज्ञान' एवं 'सम्यक् कर्म' इस 'त्रिरत्न' का उपदेश दिया है, जो वसुधैव कुटुम्बकम् के मधुर भाव को सरल भाषा में विश्व के सामने प्रस्तुत किया है।

JhenHkxoxhrk esa oSf'od dqVEcde~ %

प्राचीनकाल से लेकर आधुनिक काल में गीता आज की समस्त समस्याओं के निराकरण के लिए एक सकारात्मक ग्रंथ है जिसका संबंध शरीर, मन और आत्मा से है। आज की दुनिया में जीवन बहुत जटिल और संघर्ष से भरा हुआ है। गीता मानसिक संघर्ष एवं महान योद्धा अर्जुन और उनके दिव्य शिक्षक श्रीकृष्ण की सहायता के साथ अपनी समस्त दुविधाओं को समाप्त करने की उच्चस्तरीय संदेश है। व्यावहारिक जीवन में हर आदमी 'अर्जुन रोग' और 'कृष्ण–ईलाज' जो गीता का विषय है। जो हर युग में विश्व शांति के लिए लड़ा जाने वाला युद्ध है जो हमेशा जारी रहेगा। इस उद्देश्य की प्राप्ति के लिए श्रीकृष्ण गीता में योग अभ्यास की बात करते है–

r=Sdkxzaeu% d`Rok ;rfpRrsfUnz;fdz;%A
mifo';klus ;qUT;k|kxekRefo'kq)};sAA गीता–6.12

अर्थात् किसी सुखासन पर बैठकर इन्द्रियों की क्रियाओं को वश में रखकर मन को एकाग्र करके आत्मशुद्धि करके जीवन में सुख, शांति, पवित्रता के गुण विकसित करके लोक कल्याण में सहायक होगा।

तात्पर्य यह है कि हमारे परमात्म शिक्षक के कर्म दिव्य हैं, जिसके योगयुक्त मार्ग को अपनाकर हमारे कर्म भी दिव्य हो सकते हैं जिससे विश्व में प्रेम, पवित्रता पुनः आयेगी। भारत के महान ऋषियों ने गहराई से ज्ञान, प्रपत्र, वेद, उपनिषद् पुराणों में असीम परमात्मा का मानव जन्म से संबंधित संबंधों का वर्णन किया है। जिसमें ऐसी शिक्षाओं का वर्णन है जो 'वसुधैव कुटुम्बकम्' की शिक्षा को आधार प्रदान करती है। योग ग्रन्थों का सार ही मनुष्य के दूषित संस्कारो व विचारों से मुक्त कर मनुष्य को योग युक्त बनाकर विश्व में बंधुत्व का भाव पैदा करता है।

mi lgkj %

योग भारत वर्ष की अमूल्य एवं प्राचीन धरोहर है जो समस्त वेद, उपनिषद्, स्मृतियों, महाकाव्यों, गीता आदि में योग विद्या का चमत्कार है जो सर्वधर्म एवं जाति में योग किसी न किसी रूप में हमेशा से विद्यमान रहा है जो भारत को एक धागे में जोड़े हुआ है जो विश्वबंधुत्व की शिक्षा देता है। भारत के प्रधानमंत्री जी स्वयं 'संयुक्त राष्ट्र सभा' में योग और वसुधैव कुटुम्बकम्' को विश्व के लिए अनिवार्य कहा था, जिसके परिणाम स्वरूप आज विश्व के लगभग सभी देश इसे अपनाकर स्वास्थ्य लाभ प्राप्त कर जीवन को परिवर्तित कर रहे हैं।

दुनिया के करोड़ों लोग इसे अपना रहे हैं परन्तु दूसरी तरफ विश्व में आतंकवाद, भ्रष्टाचार, कालाधन जैसी स्थिति भी पनप रही हैं जो कि सारे विश्व, पर्यावरण, जलवायु आदि के लिए खतरा है। इसके लिए प्रारंभ से ही प्राइमरी स्कूल से ही योग रूपी शिक्षा का ज्ञान देने से व्यक्ति के जीवन में परिवर्तन आयेगा। मानवीय संस्कृति का विकास होगा, जिससे लोगों में 'वसुधैव कुटुम्बकम्' का भाव जागृत होगा, मनुष्य में देवत्व का उदय होगा, मानव अतिमानव की श्रेणी में आ जायेगा, चारो तरफ सुख, शांति, आनंद, प्रेम आत्मीयता के फूल खिलेंगे, सारा विश्व पुनः एक फूलों का बगीचा होगा।

lUnHkZ xzUFk lwph %

1. गोयन्दका, हरिकृष्णदास, वि.सं.–2035, योगदर्शन, गीता प्रेस गोरखपुर
2. आचार्य, श्री राम शर्मा,, वांगमय, खण्ड–46, भव्य समाज का अभिनव, अखण्ड ज्योति संस्थान, मथुरा
3. आचार्य, श्री राम शर्मा, वांगमय, खण्ड–46, युग निर्माण योजना दर्शन स्वरूप व कार्यक्रम, अखण्ड ज्योति संस्थान, मथुरा
4. आचार्य, श्री राम शर्मा, 2011, भव्य समाज की नत्य रचाना, प्रकाशक–युग निर्माण योजना, मथुरा
5. स्वामी विवेकानंद, 2015, ज्ञानयोग, प्रकाशक–प्रभात पेपर बैक्त, नई दिल्ली
6. आचार्य, श्री राम शर्मा, 2014, परिवार निर्माण की उपयोगिता समझी जाएँ, युग निर्माण योजना, मथुरा
7. पंड्या, डॉ0 प्रणव, 2015, पातंजलि योग का तत्व दर्शन, प्रकाशक–युग निर्माण योजना, मथुरा
8. कुमार, डॉ0 कामाख्या, 2010, मानव चेतना एवं योग विज्ञान, प्रकाशक–ड्रोलिया पुस्तक भण्डार, साधुबेला, हरिद्वार, उत्तराखण्ड
9. आचार्य, श्री राम शर्मा, 2015, ज्ञानयोग, कर्मयोग, भक्तियोग, युग निर्माण योजना, मथुरा
10. जोशी, डॉ0 कालीदास, शंकर, डॉ0 गणेश, योग के सिद्धान्त एवं अभ्यास, प्रकाशक–मध्य प्रदेश हिन्दी ग्रंथ अकादमी, भोपाल, म0प्र0
11. ऋग्वेद–दयानन्द संस्थान, नई दिल्ली
12. गोयन्दका, श्री हरिकृष्ण दास, 14वॉं संस्करण सं.2041, श्रीमद्भगवद्गीता, शंकर भाष्य, हिन्दी अनुवाद,, गोविन्द भवन कार्यालय, गीताप्रेस, गोपरखपुर
13. भारद्वाज, डॉ0 ईश्वर, 2015, मानव चेतना, प्रकाशक–सत्यम् पब्लिशिंग हाऊस, नई दिल्ली