

‘मन, आत्मा र शरीर’ निबन्धमा आत्मचिन्तन (Self-reflection in the Essay 'Mind, Soul and Body')

सुधा शर्मा^१

लेखसार

प्रस्तुत आलेख विनयकुमार शर्मा नेपालद्वारा रचित पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्रको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा आत्मचिन्तन’ विश्लेषणमा केन्द्रित रहेको छ। यो लेखमा विवेच्य निबन्ध प्रयुक्त कथ्य र निबन्धकारका चिन्तनको विश्लेषण गर्नु सान्दर्भिक रहेको देखिन्छ। यो मूलतः गुणात्मक प्रकृतिको अनुसन्धानमा आधारित रहेको छ। प्रस्तुत लेख मुख्यतया पुस्तकालयीय अध्ययनबाट सामग्रीसङ्कलन गरिएको छ। यहाँ पूर्वीय दर्शनले प्रतिपादन गरेका सिद्धान्तान्तर्गतको दार्शनिक मान्यताका रूपमा आत्मचिन्तनजस्ता योगदर्शन र वेदान्तदर्शनका मुख्य प्रतिपाद्य विषय अभिव्यञ्जित रहेका छन्। यहाँ आत्मचिन्तनका आधारमा रहेर निबन्धभित्र रहेको आत्मसम्बन्धी चिन्तनको सूक्ष्म विवेचना गर्न निबन्धकारले जीवनजगतसम्बन्धी वैयक्तिक चिन्तनका परिकल्पनामा पूर्वीय वैदिक षड्दर्शनका सैद्धान्तिक मान्यतालाई स्वीकार गरिएको छ। यहाँ आत्मसम्बन्धी दृष्टिकोण केकस्तो रहेको छ भन्ने उद्घाटन गर्ने काम भएको छ। विषयविश्लेषणका लागि आवश्यकताअनुसार निगमनात्मक र आगमनात्मक विधिको अवलम्बन गरेर पूर्वीय दर्शनका विविध मान्यतामध्ये आत्मसम्बन्धी मान्यतालाई आधार बनाएर आत्मसम्बन्धी चिन्तनको विश्लेषणजस्ता कुरा हेरिएको छ। यहाँ आत्मसम्बन्धी चिन्तनका दृष्टिले यस निबन्धमा शरीर नाशवान् छ तर आत्मा नित्य, अजर र अमर छ भन्ने निष्कर्ष निकालिएको छ। आत्मसम्बन्धी चिन्तनको अभिव्यक्तिका दृष्टिले यस निबन्धमा आत्मा भनेको आफू हो। यो शरीर, इन्द्रिय, प्राण, मन, बुद्धि, चित्त र अहङ्कारभन्दा परको कुरा हो भन्ने निष्कर्ष यहाँ निकालिएको छ। आत्मा नै ब्रह्म हो र आनन्दस्वरूप आत्मा आफैभित्र छ, ज्ञानद्वारा आत्मसाक्षात्कार गर्न सकिन्छ, स्वयम्प्रकाशानन्दस्वरूप आत्मा नै जगत्को केन्द्र हो भन्ने पूर्वीय दर्शनका परिकल्पनासँग यस निबन्धको विचारमा समानता देखिएको छ।

शब्दकुञ्जी : मन, आत्मा, शरीर।

१. विषयपरिचय

विनयकुमार शर्मा नेपाल (२०१९) नेपाली निबन्धपरम्परामा आधुनिक कालको उत्तरवर्ती चरण वा समसामयिक धारामा देखापरेका म्रष्टा हुन्। नेपाली साहित्यको कविता, बालकथा, उपन्यास, निबन्ध, समालोचना र सम्पादनका क्षेत्रमा सक्रिय रहेका नेपालका माथापच्ची (२०७०), पुनरावृत्ति (२०७३), परावर्तन (२०७४) र

१. दिल्लीबजार कन्या बहुमुखी क्याम्पस, दिल्लीबजार, काठमाडौंमा अध्यापनरत, ईमेल: poudelsudha480@gmail.com

खोल (२०७६) लगायत थुप्रै कृतिहरू प्रकाशित भएका छन् । उनका निबन्धहरूमा सामाजिक, सांस्कृतिक, साहित्यिक, राजनीतिक क्षेत्रमा देखिएका विकृति, विसङ्गति र मूल्यहीनताप्रति व्यङ्ग्य प्रकट गरेको पाइन्छ । पूर्वीय दर्शन मुख्य प्रतिपाद्य विषयवस्तु भए पनि उनले समाज र राष्ट्रमा देखिएका नकारात्मक पक्ष, चरित्र र कृत्रिमताको खुलेरै विरोध गरेको पाइन्छ । जीवनका अनुभव र अनुभूतिलाई निबन्धमा व्यक्त गर्नेक्रममा परिवर्तनको आवश्यकता औँल्याउने नेपालका निबन्धमा समसामयिक जनजीवनका वा समाजका यथार्थचित्रण, पुराण, दर्शन, इतिहास र सामाजिक जीवनका विविध पक्षलाई बिम्ब बनाएर निजात्मक शैलीशिल्पका माध्यमबाट प्रस्तुत गर्न सक्नु उनको आफ्नै छुट्टै विशेषता रहेको छ । यहाँ सोदेश्य नमुनाछनोट विधिद्वारा विनयकुमार शर्मा नेपालको पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धलाई चयन गरिएको छ । यहाँ “मन, आत्मा र शरीर” निबन्ध पौरस्त्य दर्शनमा आधारित रहेर आत्मा के हो, आत्मालाई कसरी जान्न सकिन्छ सोही आधारमा निबन्धकारको आत्मसम्बन्धी मान्यतालाई आधार बनाएर लेखिएको एक उत्कृष्ट निबन्ध रहेको छ । प्रस्तुत आलेख पौरस्त्य दर्शनका मान्यतामा केन्द्रित रहेको छ । यसको मूल आधार वेदलाई मानिएको छ । पौरस्त्य दर्शन जीवनजगत्लाई हेर्ने दृष्टिकोण वा चिन्तन भएकाले आत्मसम्बन्धी धारणालाई आत्मचिन्तनका कोणबाट विश्लेषण गरिएको छ । यहाँ विनयकुमार नेपालको पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्रका निबन्धहरूमध्ये “मन, आत्मा र शरीर” निबन्ध समावेश रहेको छ र यो अभिव्यञ्जित निबन्धको मात्र अध्ययन गर्नु प्रस्तुत अध्ययनको सीमा रहेको छ । प्रस्तुत अध्ययन पुनरावृत्ति निबन्धभित्र रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा आत्मचिन्तनमा केन्द्रित भई अध्ययन गर्नु मुख्यसमस्या रहेको छ । यस मूलसमस्यालाई केलाई वस्तुगत, प्रामाणिक एवम् प्राज्ञिक समाधान गर्नु नै यस अध्ययनको मुख्य उद्देश्य रहेको छ । यस “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा सामान्य पुस्तकसमीक्षा भए पनि पूर्वीय दर्शनका कोणबाट अध्ययन नभएकाले त्यसको परिपूर्तिका लागि अध्ययन गर्नु उपयोगी रहेको छ ।

३. अध्ययनविधि र सैद्धान्तिक पर्याधार

पूर्वीय दर्शनमा विकसित आत्मचिन्तनसम्बन्धी विश्लेषणको खोजी गर्नका निम्ति पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धलाई विषयका रूपमा उपयोग गरिएको छ । प्रस्तुत आलेखलाई प्रमाणिक निष्कर्षमा पुऱ्याउनका लागि आवश्यक सामग्रीको सङ्कलन पुस्तकालयीय अध्ययन कार्यबाट गरिएको छ र विश्लेषणको निश्चित ढाँचा अवलम्बन गरिएको छ । विनयकुमार शर्मा नेपालद्वारा रचित पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहमा रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धलाई प्राथमिक स्रोतका रूपमा उपयोग गरिएको छ भने यसका पठनबाट लिइने सामग्री प्राथमिक सामग्रीका रूपमा उपयोग गरिएको छ । यस अध्ययनका लागि सोदेश्य नमुना छनोटविधिद्वारा सामग्रीसङ्कलन गरिएको छ । यस सम्बद्ध निबन्ध कृतिका बारेमा गरिएको अध्ययन, अनुसन्धान, समीक्षा, समालोचना, विश्लेषण, टिप्पणी र सैद्धान्तिक पुस्तक आदिलाई आवश्यकताअनुसार द्वितीयक सामग्रीको रूपमा लिइएको छ । प्रस्तुत आलेख आत्मचिन्तनका मान्यतामा रहेर निबन्धको विश्लेषण गरिएको छ । पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहमा रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा आत्मचिन्तन र त्यसअन्तर्गत आत्मचिन्तन अध्ययनका लागि सामग्रीसङ्कलनको मूलस्रोत पुस्तकालय रहेको छ । सङ्कलित सामग्रीको अध्ययनपश्चात् वर्णनात्मक विधिद्वारा विश्लेष्य विषयलाई प्रस्तुत गरिएको छ ।

यो विशुद्ध सैद्धान्तिक प्रकृतिको विश्लेषणमा केन्द्रित रहेको छ । विषयवस्तुका दृष्टिले पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्रको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धको अध्ययन गर्नेक्रममा वर्णनात्मक र व्याख्यात्मक विधिको प्रयोग गरिएको छ । यो साहित्यको अध्ययनमा आधारित भएकाले गुणात्मक अध्ययनपद्धतिमा आधारित रहेको छ र त्यसमा मूलतः पाठविश्लेषणको दर्शनपरक पद्धतिको प्रयोग गरिएको छ ।

पौरस्त्य दर्शन भन्नाले आर्यावर्त क्षेत्रमा विकसित दर्शन हो र यसले विशेषगरी पूर्वीय वैदिक वाङ्मयको दर्शनलाई बुझाएको छ । यसले संस्कृत वाङ्मयको दर्शनलाई समेत बुझाउँछ । पूर्वीय दर्शनले प्रश्नशील र जिज्ञासु बनाउने हुँदा विश्वब्रह्माण्डको खोजी, आत्मा, ब्रह्म आदिको खोजीलाई कौतुहल बनाएको छ । आत्मा र ब्रह्म मूलतः वेदान्तको विषय भए पनि अन्य दर्शनले समेत महत्त्व दिएका छन् । आत्मा वा पुरुष स्वयम्सिद्ध छ र स्वयम् प्रकाश र प्रकाशित गर्ने वा बताउनको लागि अन्य कुराको आवश्यकता पर्दैन (उपाध्याय, सन् १९४२/१९६६, पृ. २६५) । यहाँ पुरुषलाई आत्माका रूपमा चिनाउँदै आत्मा स्वयम् प्रकाशानन्दस्वरूप भएको बताइएको छ । आत्मा प्रत्येक जीवमा रहने जीवात्मा र जीवात्माभन्दा व्यापक सबै जीवमा रहने एउटा परमात्मातत्त्व मानिन्छ (चालिसे, २०७५, पृ. ३७) । यहाँ प्रत्येक जीवमा रहने तत्त्व नै आत्मा हो र यही नै जीवात्मा वा परमात्मा हो, जसलाई प्राणत्व पनि भनिन्छ भन्ने चिन्तन अभिव्यक्त भएको छ । आत्मालाई प्रकृतिको घेरामा सीमित गर्न नसकिने अपरिवर्तनशील, नित्य एवम् सर्वव्यापी तत्त्वका रूपमा चिनाइएको छ । शरीर, मन तथा इन्द्रियको आत्मा मान्नु भूल हो र अज्ञानका कारण भूल सम्भेर बस्दछ जसको ज्ञानपश्चात् सुखदुःखको भोक्ता रहन्छ (उपाध्याय, सन् १९४२/१९६६, पृ. २६५) । यहाँ अज्ञानता नै दुःखको कारण हो र यो शरीर, इन्द्रिय र मनभन्दा परको कुरा हो तर आत्मालाई नचिन्दा दुःखमा पर्दछ भनिएको छ । जसले सम्पूर्ण कुरालाई व्याप्त गर्छ, जसले सम्पूर्ण पदार्थलाई ग्रहण गर्छ, जसले विषयहरूको उपभोग गर्छ र जुन सर्वथा विद्यमान छ, त्यसलाई नै आत्मा शब्दले बुझाउँछ (भट्ट, २०७२, पृ. ७६) । सम्पूर्ण कुरा व्याप्त रहने, पदार्थलाई आफूमा समाहित गर्ने, विषयलाई ग्रहण गर्न सक्ने नित्य, अजर, अमर, सर्वव्यापक, सर्वकालिक र एकमात्र सत्य वस्तु नै आत्मा हो भन्ने धारणा यहाँ अभिव्यक्त भएको छ ।

पूर्वीय वैदिक दर्शनमध्ये ब्रह्म मूलतः वेदान्तदर्शन र योगदर्शनको विषय हो भने ईश्वरीय सत्तालाई सर्वाधिक महत्त्व दिइएको पाइन्छ । ब्रह्म आफूदेखि अभिन्न हो, आफू नै हो, त्यस्तै ब्रह्म सदाकाल आनन्दरूप छ र आनन्द पनि आफूदेखि भिन्न हुनै सक्दैन त्यसैले आनन्दका रूपमा पनि ब्रह्म नै रहेको छ (रिमाल, २०६१, पृ. क/१९) । सच्चिदानन्दस्वरूप ब्रह्म नै आत्मा हो र आत्मा नै आफू हो त्यसैले आफूभित्र रहेको आत्मा आफूभन्दा अलग हुन नसक्ने आनन्दको स्वरूप भएकाले यो सर्वथा सर्वकालिक छ भन्ने कुरा देखाइएको छ । यम, नियम आदि अङ्गको अनुष्ठान गर्नाले चित्तवृत्तिनिरोध भई पुरुष पूर्णचैतन्य रूपको लाभ प्राप्त गर्दछ (उपाध्याय, सन् १९४२/१९६६, पृ. ३०५) । यसरी अष्टाङ्गयोगको साधनाद्वारा समाधिको तहमा पुगेपछि आत्मा वा ब्रह्मसाक्षात्कार हुन्छ र यसको सिद्धि प्राप्त हुँदा आत्माबाहेक अरू सबै अवास्तविक बोध हुन्छ भन्ने कुरा देखाइएको छ । यो सत् (सत्ता) चित् (ज्ञान) र आनन्दस्वरूप (सच्चिदानन्द) हो र यही ब्रह्मको स्वरूप लक्षण हो (उपाध्याय, सन् १९४२/१९६६, पृ. ३५१) । यहाँ सच्चिदानन्दस्वरूप आत्मा नै ब्रह्म हो र त्यही आत्मा वा ब्रह्म आनन्दमय चैतन्यस्वरूपको छ भनिएको छ । आत्मालाई शब्दद्वारा

व्याख्या गर्न, बुझ्न र बुझाउन नसकिने अदृश्य तत्त्वका रूपमा व्याख्या गरिएको छ । यसरी आत्मालाई ज्ञानद्वारा बोध गर्न सकिने नित्य, अजर, अमर, शुद्ध चैतन्यस्वरूपका रूपमा परिभाषित गरिएको छ । पूर्वीय वैदिक षड्दर्शनमा आत्माका सम्बन्धमा आ-आफ्नै दृष्टिकोण रहेको पाइन्छ । यहाँ आत्मा मूलतः वेदान्तदर्शन र योगदर्शनको विषय भए पनि अन्य दर्शनले पनि यसलाई स्वीकार गरेको देखिन्छ । पूर्वीय दर्शनले आत्मा, ब्रह्म जुनसुकै नाम दिएको भए पनि कुनै न कुनै कोणबाट यी केन्द्रमा रहेका छन् र यो नै जगत्को मूलकारण भएको कुरा दसाइएको छ ।

४. विमर्श र परिणाम

प्रस्तुत पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा पूर्वीय दर्शनका विभिन्न मान्यतामध्ये आत्मचिन्तन र त्यससम्बन्धी दृष्टिकोण केकसरी अभिव्यक्त भएको छ र त्यसले पारेको प्रभावलाई प्रस्तुत गरिएको छ । आत्मा एकमात्र सत्य, नित्य, अजर, अमर, सर्वव्यापक, सर्वकालिक छ भने जगत् अवास्तविक वा भ्रम हो । सारा संसारको केन्द्र ब्रह्म वा आत्मामा निहित छ भने त्यसको परिधि जगत् हो भन्ने मान्यता प्रस्तुत भएको छ । आत्मा वा ब्रह्म स्वयम्प्रकाशानन्दस्वरूपको रहेको छ र अज्ञानका कारण आत्मा वा ब्रह्ममा कुनै भेद नरहेको तर ज्ञानपश्चात् आत्मा वा ब्रह्म एकै भएको बोध हुन्छ भनिएको छ । आत्मसाक्षात्कारद्वारा नै आत्मा वा ब्रह्म प्राप्त गर्न सकिन्छ भन्ने चिन्तन अभिव्यक्त भएको छ ।

पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा स्वयम् प्रकाशानन्दस्वरूप आत्माको निवासस्थान शरीर हो भन्ने आत्मविषयक मान्यताको विश्लेषण यहाँ गरिएको छ । यहाँ मन र शरीरमा भिन्नता रहेको औँल्याउँदै यो अदृश्य मन मानवीय अनुभूतिसँग सम्बद्ध भौतिक तत्त्व हो भनिएको छ । आत्माले जीर्ण शरीर त्यागी नयाँ शरीरमा प्रवेश गर्छ र आत्मा आफैँभित्र छ भन्ने दृष्टिकोण यहाँ अभिव्यक्त भएको छ । एकमात्र सत्य आत्मालाई अविद्या वा अज्ञानका कारण जान्न र बुझ्न नसकेको चिन्तन प्रस्तुत भएको छ । अविद्याको नाशपश्चात् आत्मा नित्य, अजर, अमर छ भने शरीर नाशवान् र क्षणिक छ भन्ने बोध हुने कुरालाई आत्माको सत्यता र शरीरको नश्वरतालाई स्पष्ट पारिएको छ । यसको पुष्टि तलका निबन्धांशबाट गरिएको छ :

मन तपाईंको बुझाइमा के हो ?

मन मेरो बुझाइमा के हो ?

मन शरीर होइन, अर्थात् कुनै वस्तु होइन । मन न त कुनै भौतिक तत्त्व हो । मन न त देखिने चीज हो न त भेटिने वा छोड्ने पदार्थ हो । मन मूर्त होइनमात्र अमूर्तमा बसेको मानवीय भाव हो । वास्तवमा मन मस्तिष्कको संवेग, आवेग र उद्वेगको एउटा छालमात्र हो । (पृ. ६५)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मविषयक मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा मन शरीरभन्दा भिन्न तत्त्व हो भन्ने कुरा देखाइएको छ । यस अंशमा मनका सम्बन्धमा आआफ्नो बुझाइ भएको बताउँदै मन नै आत्मा वा प्राण हो र यो शरीरभन्दा भिन्न तत्त्व हो तर शरीर वा कुनै वस्तु होइन भन्ने कुरा देखाइएको छ । यहाँ आत्मा

नै मन हो र सच्चिदानन्दस्वरूप आत्माको निवासस्थान नै शरीर हो तसर्थ आत्मा अदृश्य तत्त्व भएकाले यसलाई देख्न, छुन, छाम्न र प्राप्त गर्न नसकिने पदार्थ भएको कुरा स्पष्ट पारिएको छ । उद्धृतांशमा शरीरगत उपाधिका कारण आत्मा कर्ता र भोक्ताजस्तो देखिए पनि यो देश, काल र सीमाभन्दा परको तत्त्व हुनुका साथै कर्मफलबाट प्रभावित हुँदैन भन्ने दृष्टिकोण अभिव्यक्त भएको छ । निबन्धकारले निबन्धांशमा मन मूर्त तत्त्व नभएर अमूर्तमा बसेको मानवीय मनोभाव वा अनुभूति भएकाले यो अविनाशी, व्यापक, अनन्त र ज्ञानस्वरूप छ तसर्थ यो कहिल्यै बन्धनमा पर्दैन भनेको पाइन्छ । यथार्थमा मन मस्तिष्कको संवेग, आवेग र उद्वेगको तरङ्गमात्र भएको हुँदा आत्मचेतना सल्ललाउँदा उत्पन्न तरङ्ग हो भन्ने कुरालाई यस अंशमा स्पष्ट सङ्केत गरिएको छ । यसैगरी यस कुराको पुष्टि तलका निबन्धांशले गरेको छ :

मन हामीलाई छातीतिर बसेजस्तो लागे पनि त्यसको बासस्थान छाती होइन । मुटु भौतिक वस्तु हो, शरीरको एउटा अति महत्त्वपूर्ण भाग हो । जसले प्राणीको सम्पूर्ण शरीर वा जीवन चलायमान बनाउँछ, रक्त सञ्चालन गराउँछ र मस्तिष्कलाई जीवित राख्छ । मुटु जति नै धेरै प्राणीका लागि महत्त्वपूर्ण वस्तु भए पनि यसले सोच्दैन, बुझ्दैन र जान्दैन मान्छेका कुनै क्रियाकलापहरू तर मस्तिष्कले सोच्दछ, जान्दछ र बुझ्दछ त्यसैले मन मुटु होइन र मनको बासस्थान मुटु होइन अर्थात् मन मस्तिष्ककै कुनै ज्वार हो, भाव हो, संवेग हो, आवेग हो र उद्वेग हो । (पृ. ६५)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मचिन्तन-विषयक मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा मन वा आत्मा र शरीर अभिन्न तत्त्व लागे पनि यी पृथक्पृथक् छन् भन्ने कुरा देखाइएको छ । यहाँ मन छातीतिर बसेको अनुभूति भए पनि त्यसको निवासस्थान छाती होइन तथा यो शरीर, इन्द्रिय, प्राण, बुद्धि, चित्त र अहङ्कार होइन भन्दै अज्ञानका कारणले एकैजस्तो प्रतीत भएको हो भन्ने कुरा अभिव्यक्त भएको छ । उद्धृतांशमा मुटु भौतिक वस्तुका साथै हाम्रो शरीरको महत्त्वपूर्ण एवम् केन्द्रीय अङ्ग हो जसको अभावमा शरीर सञ्चालन हुँदैन तसर्थ प्राणीको सम्पूर्ण शरीर गतिशील एवम् जीवन चलायमान बनाउने, रक्त सञ्चालन गर्ने तथा मस्तिष्कलाई जीवित राख्ने काम गर्दछ भन्ने कुरा उल्लेख गरिएको छ । निबन्धकारले निबन्धांशमा मुटु धेरै प्रणालीका लागि अनिवार्य र महत्त्वपूर्ण वस्तु भए पनि यसले मानिसका कुनै क्रियाकलाप सोच्ने बुझ्ने र जान्ने गर्दैन तर मस्तिष्क जाग्रत आदि तीनै अवस्थाको साक्षी भएकाले सोच्ने, जान्ने र बुझ्ने काम गर्दछ भन्ने विचार व्यक्त गरेको पाइन्छ । मन वा आत्मा स्वयम् प्रकाशक, निर्विकार र शुद्धवस्तु हो तसर्थ मन मुटु होइन, मनको निवासस्थान नभएर आत्मगत तरङ्ग उत्पन्न हुने ज्वार हो । भाव, संवेग, आवेग र उद्वेग हो भन्ने कुरालाई यहाँ स्पष्ट पारिएको छ । यसैगरी यसको पुष्टि तलका निबन्धांशले गरेको छ :

...आत्मा मन नै हो वा अरू केही ?

के आत्मा पनि मनजस्तै मस्तिष्कको भाव हो वा संवेग, आवेग, उद्वेगकै छाल हो ?

निश्चय नै आत्मा जे हो मन त्यही नै हो अर्थात् मन जे हो आत्मा पनि त्यही नै हो । मन बाहिरी पत्र हो भने आत्मा त्यही छालको भित्री पत्र हो । मन चञ्चल छ रे ! ...निश्चय नै मन शरीरको

सुरक्षामात्र चाहन्छ । प्राणीको साथ हिंडिरहन्छ, घुमिरहन्छ मन । सायद आत्मा मनकै अलि बौद्धिक, अलि सोचनशील, अलि विवेकी, अलि शान्त, अलि स्थिर, अलि गम्भीर पक्ष हो । (पृ. ६७)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मसम्बन्धी मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा आत्मा र मन एकै वस्तुका दुईपाटो भएको कुरा देखाइएको छ । यस अंशमा आत्मा के हो भन्ने निबन्धकारले जिज्ञासा राख्दै यो अन्तस्करणका मनोविकार हुन त भन्ने प्रश्न गरेका छन् । यहाँ आत्मा नै इन्द्रिय, प्राण, मन, जीवात्मा र परब्रह्म परमात्मा नै हुन् तसर्थ यी दुई एकै वस्तुका दुई नाम भएको कुरा बताइएको छ । यस अंशमा मन र आत्मामा अभिन्नता रहेको दर्साउँदै ती एकै स्वरूपका भएको कुरा उल्लेख गरिएको छ । मन बाहिरी पत्र भए पनि आत्मा चेतनतत्त्व र छालको भित्री पत्र हो तसर्थ चञ्चल मन सदैव शरीरको सुरक्षा चाहन्छ भन्ने विचार यहाँ व्यक्त भएको छ । शरीरभन्दा पर, सूक्ष्म र श्रेष्ठ इन्द्रिय, इन्द्रियभन्दा प्राण, मन, मनभन्दा पर सूक्ष्म, शक्तिशाली उत्तमभन्दा बुद्धि, बुद्धिभन्दा महान् आत्मा, त्यसभन्दा उत्कृष्ट अव्यक्त (मूलप्रकृति) नै आत्मा हो त्यसैले यो प्राणीका साथमा हिंड्ने, घुम्ने गरिरहन्छ भन्ने चिन्तनलाई यस अंशमा स्पष्ट पारिएको छ । उद्धृतांशमा मनकै परिष्कृत रूप आत्मा बौद्धिक, सोचनशील, विवेकी, शान्त, स्थिर, गम्भीर तत्त्व हो भन्ने चिन्तन यहाँ प्रस्तुत भएको छ । यस निबन्धांशमा मन नै बुद्धि, शरीरको सारथी, लगाम हो भने शरीर रथ हो भन्ने दार्शनिक दृष्टिकोणलाई स्पष्ट पारिएको छ । यसैगरी यसको पुष्टि तलका निबन्धांशले गरेको छ :

शरीरबिना मन वा आत्माको अस्तित्व शून्य ।

हो, त्यसैले समग्रवस्तु वा वस्तुको विन्दु शरीर हो, किनकि मेरो लागि मेरो शरीर नभए न आत्मा छ न मन । त्यसैले म छु र मन छ, म छु र आत्मा छ मेरा लागि । हो त्यसैले म मेरै लागि मात्र बाँच्छु । मेरो स्वपन, स्वभाव, विचार र निक्क्यौलतामा म कदापि सम्भ्रौता गर्न सकिदैन । ... (पृ. ६९)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मसम्बन्धी मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा आत्मा र शरीर एकअर्काका परिपूरक भएको चिन्तन प्रस्तुत भएको छ । यहाँ आत्माको निवासस्थान शरीर हो र शरीर नै आत्माको डेरा वा घर भएकाले आत्मा एक शरीरबाट अर्को शरीरमा स्थानान्तरण हुन्छ भनिएको छ । यस अंशमा शरीरबिना आत्माको अस्तित्व नहुने हुँदा चेतनतत्त्व आत्माको अभावमा शरीर मृतप्रायः हुन्छ तसर्थ समग्रवस्तु वा वस्तुको विन्दु शरीर हो भन्ने दार्शनिक दृष्टिकोण अभिव्यक्त भएको छ । उद्धृतांशमा शरीरबिना आत्मा र मन नहुनेभएकाले 'म'को प्रयोग अज्ञानका कारणले शरीरलाई सम्भ्रनाले भएको हो तर 'म' नै आत्मा हो भन्ने आत्मचिन्तनलाई स्पष्ट पारिएको छ । निबन्धकारले निबन्धांशमा 'म' हुनु नै मन र आत्माको अस्तित्व सम्भव भएकाले आफ्ना लागि 'म'को बोध नै चेतनतत्त्व आत्मा हो त्यसैले आत्मा नै भएको विचार व्यक्त गरेको पाइन्छ । यसैगरी यसको पुष्टि तलका निबन्धांशले गरेको छ :

जे होस् शरीर मन र आत्माको घर हो ।

शरीर मन र आत्माको आधारस्तम्भ पनि हो ।

शरीर छ त मन छ, शरीर छैन त मन पनि छैन । शरीर छ त आत्मा छ, शरीर छैन त आत्मा पनि छैन अर्थात् मन छ त आत्मा छ मन छैन त आत्मा पनि छैन, तपाईं यसलाई यसरी पनि बुझ्न सक्नुहुन्छ आत्मा छ त मन छ, आत्मा छैन त मन पनि छैन । मनले वा आत्माले गर्ने हरेक क्रियाकलाप प्रत्येक हाउभाउ, सबै कृत्यहरू शरीरकै हुन् वा शरीरद्वारा नै गरिने हुन् । शरीरको सुरक्षामा रातदिन सोच्नु र चिन्तित रहनु मन र आत्मा दुवैका कर्तव्य नै हुन् । ... (पृ. ७०)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मसम्बन्धी मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा आत्मा र मन एकै वस्तुका दुई स्वरूप हुन् भन्ने कुरा देखाइएको छ । मन र आत्माको घर शरीर भएको हुँदा यी दुवैको आधारस्तम्भ पनि हो भन्ने आत्मसम्बन्धी दृष्टिकोण यहाँ अभिव्यक्त भएको छ । यस अंशमा शरीर भएका कारणले मन भएको बताउँदै शरीर र मन एकआपसमा सम्बद्ध रहेका छन् भन्ने कुरा बताइएको छ । यहाँ आत्माको निवासस्थान शरीर हो र यो शरीर प्राण वा आत्मबिना मृतप्रायः हुने हुँदा शरीर र आत्मा सँगसँगै रहने तत्त्व हुन् भनिएको छ । उद्धृतांशमा मन भएकाले नै आत्मा भएको अँल्याउँदै मनलाई नै इन्द्रिय, प्राण, आत्मा, जीवात्मा, परमात्मा भनिएको हुँदा शरीरको क्रियाशीलताका लागि आत्मा वा मन अनिवार्य मानिएको कुरा उल्लेख भएको छ । कुनै कुराबाट प्रभावित नहुने तत्त्व नै आत्मा हो र यो नै शरीररचनाको कारण हुनुका साथै इन्द्रियका विषयको उपभोग गर्ने अपरिवर्तनशील, सर्वव्यापी, नित्य, स्वतन्त्र तथा मन, बुद्धि, अहङ्कारभन्दा परको तत्त्व हो भन्ने कुरालाई निबन्धकारले यस निबन्धांशमा स्पष्ट पारेको देखिन्छ । यस अंशमा आत्माका हरेक क्रियाकलाप शरीरका वा शरीरद्वारा गरिने कृत्य हुन् भन्दै शरीरको सुरक्षा गर्नु र चिन्तित हुनु मन र आत्मा दुवैको कर्तव्य हो भन्ने मान्यता प्रस्तुत गरिएको छ । यसैगरी यसको पुष्टि तलका निबन्धांशले गरेको छ :

मन होस् कि आत्मा न त्यसको कुनै रङ हुन्छ न आकार न प्रकार । न मन वा आत्माको विचार हुन्छ न मौनता । मात्र शरीरका अवयवको जोडको प्रतिक्रिया हो सबै । जोड छ त सबै छ । जोड फुस्क्यो त सबै चट । पदार्थको मिश्रणको प्रतिक्रियाजस्तै हो सबै । तापनि म मनबाट कम र आत्माबाट बढी बाँच्न मनपराउँछु । ... (पृ. ७०)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मचिन्तन-विषयक मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा आत्मा निर्विकार, रङ्गहीन, स्वरूपहीन तत्त्व भएको कुरा देखाइएको छ । यहाँ स्वयम् प्रकाशक आत्मा वा मन निर्विकार, रङ्गविहीन, निराकार, अजर, अमर, शुद्धवस्तु भएको कुरा उल्लेख गरिएको छ । आत्मा वा मनलाई आफूरूपमा जान्नु, बुझ्नु, पाउनु र हुनुमा नै आत्मसाक्षात्कार गरिने हुँदा यसको आफ्नो विचार, चिन्तन, दृष्टिकोण र मौनता केही पनि नहुने कुरालाई यस अंशमा स्पष्ट पारिएको छ । उद्धृतांशमा शरीरका विविध अवयवको जोड र तिनको क्रिया-प्रतिक्रियाको जोड वा संयोग नै सम्पूर्ण कुरा भएको उल्लेख गर्दै जोडकै कारण सबै भएको, पदार्थकै प्रतिक्रियाको परिणाम भएको उल्लेख भएको पाइन्छ । यस निबन्धांशमा अज्ञानताका कारण 'म' लाई शरीर सम्झिन्छ तर जब ज्ञान प्राप्त हुन्छ त्यतिबेला मन नै आत्मा भएको बोध हुन्छ भनिएको छ । यसैगरी यसको पुष्टि तलका निबन्धांशले गरेको छ :

मनले वा आत्माले गर्ने हरेक क्रियाकलाप, प्रत्येक हाउभाउ, सबै कृत्यहरू शरीरकै हुन् वा शरीरद्वारा नै गरिने हुन् । शरीरको सुरक्षामा रातदिन सोच्नु र चिन्तित रहनु मन र आत्मा दुवैका कर्तव्य नै हुन् ।... त्यसैगरी मन र आत्मा पनि शरीरलाई बचाउन अनेक उपाय गर्छन् । फरक मात्र यति हो कि मन क्षणक्षण समय, परिस्थिति, अवस्था अनुरूप बदलिएर तपाईंमा समर्पित रहन्छ भने आत्मा अलि गम्भीर, अलि गहन, अलि विवेक पुऱ्याएर समर्पित बन्दछ । एउटा उफ्रँदै, नाचँदै, गाउँदै र उछलकुद गर्दै बनेको बाटोमा मात्र हिँड्न खोज्छ भने अर्को खुब सोचेर, बुभेरेर, जानेर पुरानो बाटोमा हिँड्दै नयाँ बाटोको निर्माण गर्ने प्रयास पनि गर्दछ । (पृ. ७०)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मविषयक मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा आत्माद्वारा गरिने सम्पूर्ण क्रियाकलाप शरीरसँग सम्बद्ध छन् भन्ने कुरा देखाइएको छ । यस अंशमा चेतनतत्त्व आत्माको अभावमा शरीरको कुनै अस्तित्व सम्भव नभएको विचार व्यक्त गर्दै आत्मालाई शरीर सम्भ्रनाले 'म'को प्रयोग शरीरलाई बुझाउनका लागि भएको हो भन्ने मान्यता प्रस्तुत भएको छ । यस उदाहरणमा मन वा आत्माले गर्ने हरेक क्रियाकलाप, हाउभाउ, कार्य सबै अज्ञानका कारण शरीरद्वारा गरिने कार्य भएको बुझिएको हो भन्ने धारणा प्रकट भएको छ । यहाँ आत्मामा कुनै भेद नभएको हुँदा आत्माको निवासस्थान शरीर भएकाले शरीरको सुरक्षामा आत्माले रातदिन सोच्नु, चिन्तित रहनु आत्मा र मन दुवैको कर्तव्य भएको विचार व्यक्त भएको छ । उद्धृतांशमा मन र आत्मा एकै भएकाले शरीरलाई बचाउन हरपल अनेक उपाय खोजिरहन्छ भन्दै मन तीव्रगामी घोडाजस्तै चञ्चल रहने हुँदा क्षणक्षण परिवर्तन भइरहन्छ, परिस्थिति अनुरूप बदलिइरहन्छ भन्ने कुरालाई स्पष्ट पारिएको छ । निबन्धकारले निबन्धांशमा आत्मा आफैँभित्र रहेकाले आफूले आफूलाई जान्न, बुझ्न, आफैँलाई पहिचान गर्न गम्भीर, गहन र विवेक पुऱ्याएर हरक्षण समर्पित रहन्छ भन्ने कुरा अभिव्यक्त गरेको पाइन्छ । यस निबन्धांशमा मन चञ्चल वायुभन्दा पनि तीव्र भएकाले स्वतन्त्र भएर जता पनि दौडन्छ भने आत्माले पुरानो जीर्ण शरीरलाई त्यागेर नयाँ शरीरमा प्रवेश गर्छ भन्ने निबन्धकारका चिन्तन प्रकट भएको छ । यसैगरी यस कुरालाई तलको अंशले देखाएको छ :

...जानी नजानी संसारका यावत् प्राणी अर्थात् 'म' पहिले शरीर हेर्दछ, अनि मन त्यसपछि आत्मा । जे होस् मेरो निक्यौलमा मन वा आत्मा शरीरको सम्पूर्ण अवयवको जोड वा मिश्रणको कलाले जन्मिएको भाव, संवेग, आवेग, उद्वेग वा त्यस्तै अरू केही हो जुन मेरो लागि अमूर्त छ । म वा मेरो शरीर मूर्त, मेरो शरीर अर्थात् मूर्तको छाल वा शक्ति वा ऊर्जा अमूर्त । म यस्तै भन्छु तपाईं जे मान्नुस् । (पृ. ७१)

प्रस्तुत निबन्धांशमा आत्मविषयक मान्यता ल्याइएको छ र यसक्रममा 'म' नै आत्मा हो भन्ने कुरा देखाइएको छ । यस अंशमा संसारका प्रत्येक प्राणीले जानी नजानी 'म' भनेर आफू अर्थात् शरीरलाई बुझिएको पाइन्छ । यहाँ आत्मा स्वयम् अचेतन र जड भए पनि चेतनाको धारण गर्न सक्ने क्षमता हुन्छ र आत्माको सम्पर्क शरीर, इन्द्रिय र मनसँग हुन्छ, आत्मामा चेतनाको सञ्चार हुन्छ भन्दै अज्ञान वा अविद्याका कारण

मलाई शरीर सम्भन्नाले शरीरको बोध भएको हो भन्ने मान्यता प्रस्तुत भएको छ । उद्धृतांशमा मन नै आत्मा हो र आत्मा नै मन हो तर अविद्याका कारण शरीर, मन र आत्माको प्रयोग गरिएको हो भन्ने कुरा प्रस्तुत गरिएको छ । यस अंशमा मन, आत्मा शरीरको जोड वा मिश्रण नै भाव, संवेग वा आवेग हो र आफ्ना लागि अमूर्त हो भन्ने निबन्धकारका धारणा प्रकट भएको छ । निबन्धकारले निबन्धांशमा आत्मा शरीरको बासस्थान वा घर भएको हुँदा शरीर मूर्त भए पनि आत्मा नित्य, निराकार, सत्, चित् र आनन्द स्वरूप छ, त्यसैले आत्माको साक्षात्कार प्रत्यक्ष रूपमा नभई अप्रत्यक्ष रूपमा बोध गर्न सकिने हुँदा त्यस्तो अजर, अमर र अविनाशी आत्मा, नै छाल वा ऊर्जा अमूर्त हो भन्ने कुरालाई स्पष्ट सङ्केत गरेका छन् ।

यसरी पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा शरीर नै आत्मा वा मनको निवासस्थान हो र यसको अभावमा शरीर मृतप्रायः हुन्छ भन्ने निरूपण पाइन्छ । यहाँ आत्मा नित्य, शुद्ध, निर्विकार, सर्वव्यापी, अजर, अमर, निराकार स्वरूपहीन तत्त्व हो र यो नै इन्द्रिय हो भन्ने कुरा देखिन्छ । शरीर, मन र आत्मा सँगसँगै रहने तत्त्व हुन् र यसको अभावमा दुवै अस्तित्वहीन छन् भन्ने कुरा निबन्धमा पाइन्छन् । पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र रहेको यस निबन्धमा मन वा आत्माको कुनै विचार र मौनता हुँदैन भन्ने देखिन्छ ।

५. निष्कर्ष

प्रस्तुत आलेख “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा आत्मचिन्तन शीर्षकमा तयार गरिएको छ । यसक्रममा विनयकुमार शर्मा नेपालको पुनरावृत्ति निबन्धसङ्ग्रहभित्र समावेश रहेको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धलाई पाठका रूपमा उपयोग गरिएको छ । निबन्धको विश्लेषणका लागि आत्मचिन्तनसम्बन्धी पौरस्त्य दर्शनलाई सैद्धान्तिक आधारमा उपयोग गरिएको छ । यहाँ यिनै मान्यताका आधारमा विनयकुमार शर्मा नेपालको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धमा आत्मचिन्तनजस्ता अभिव्यञ्जित विषयको राम्रो निरूपण पाइन्छ । यिनै दृष्टिकोणलाई निबन्धका निबन्धांशले पुष्टि गर्दछ । पूर्वीय दर्शनअनुसार शरीर, जीवात्मा, परमात्मा नै आत्मा हो र यसको निवासस्थान शरीर हो यद्यपि शरीरगत उपाधिका कारण ‘म’ भन्ने सम्भन्ध तर आत्मा नित्य, अजर, अमर, सत्य छ । त्यस्तै निर्गुण, निराकार, अव्याख्येय, अनिर्वचनीय, सच्चिदानन्दस्वरूप ब्रह्म नै जगत्को केन्द्र हो भन्ने आत्मा वा ब्रह्मसम्बन्धी चिन्तन विशेषगरी योगदर्शन र वेदान्तदर्शनका मुख्य विषय विनयकुमार शर्मा नेपालको पुनरावृत्ति निबन्धमा अभिव्यञ्जित देखिन्छन् । आत्मचिन्तन, ब्रह्मसम्बन्धी अभिव्यञ्जित विषयलाई निबन्धभित्रका निबन्धांशले पुष्टि गर्दछ । यसरी पूर्वीय दर्शनको प्रयोगका दृष्टिले विनयकुमार शर्मा नेपालको “मन, आत्मा र शरीर” निबन्धलाई बढी वैचारिक र विशिष्ट तुल्याएको छ । दर्शनलाई जीवनजगत् र निबन्धकारका वैचारिक, वैयक्तिक अनुभूतिसँग जोडेर प्रस्तुत गर्नु विनयकुमार शर्मा नेपालको निबन्धको विशेषता नै हो । समग्रमा भन्नुपर्दा पूर्वीय वैदिक दर्शनका विविध मान्यतामध्ये आत्मचिन्तन एउटा प्रवृत्ति हो । यसमा आत्मा एकमात्र सत्य हो अरू सबै भ्रम हुन् भन्ने मान्यता प्रष्टै देखिन्छ । यसै आत्मसम्बन्धी मान्यताबाट निबन्ध प्रभावित छ भन्ने कुरा उपर्युक्त अध्ययनबाट स्पष्ट हुन्छ । यसक्रममा विमर्श र परिणाममा आधारित रहेर निबन्धको विश्लेषण गरिएको छ र निष्कर्ष प्रस्तुत गरिएको छ । अन्त्यमा अनुसन्धानका क्रममा प्रयोग गरिएका सामग्रीको सन्दर्भ प्रस्तुत गरिएको छ ।

(यस लेख दर्शनाचार्य-विद्यावारिधि तहको 'साठीका दशकका नेपाली निबन्धमा जगत्, मोक्ष र ब्रह्मचिन्तन' शीर्षकमा गरिएको शोधकार्यमा आधारित रहेको छ। यस कार्यका लागि अनुदान आयोगले उपलब्ध गराएको पूर्ण विद्वत्त्वृत्तिको मेरो अवार्ड नं. MPhil-78/79-H&S-05 हो। यसका लागि पूर्ण विद्वत्त्वृत्ति उपलब्ध गराई सहयोग गर्ने विश्वविद्यालय अनुदान आयोग, संस्थाका पदाधिकारी र सदस्यहरूप्रति म विशेष आभार प्रकट गर्छु। साथै आगामी दिनमा पनि यस संस्थाबाट म अध्ययन तथा अनुसन्धानमा यस्तै सहयोगको अपेक्षा समेत गर्दछु।)

सन्दर्भ सामग्रीसूची

अधिकारी, ज्ञानु (२०७६/७७), 'योगमाया' उपन्यासमा योगदर्शन र वेदान्तदर्शन, अप्रकाशित लघुअनुसन्धान प्रतिवेदन, त्रिभुवन विश्वविद्यालय, अनुसन्धान केन्द्र।

उपाध्याय, बलदेव (सन् १९४२/१९६६), भारतीय दर्शन, काशी : शारदा मन्दिर।

गिरी, रामानन्द (२०५५), जनक दर्शन, भक्तपुर : जनक शिक्षा सामग्री केन्द्र।

गौतम, लक्ष्मणप्रसाद (२०७८), "वैदिक षड्दर्शनका प्रमुख मान्यता", नेपाल अध्ययन जर्नल, (वर्ष १, अङ्क १), पृ. ७७-११३।

चालिसे, नारायणप्रसाद (२०७५), कृति विश्लेषणका पौरस्त्य दार्शनिक मानदण्डहरू, काठमाडौं : नेपाल प्रज्ञा प्रतिष्ठान।

नेपाल, विनयकुमार शर्मा (२०७३), पुनरावृत्ति, काठमाडौं : शब्दार्थ प्रकाशन।

भट्टराई, पद्मप्रसाद (२०७४), पौरस्त्य दर्शन : एक चिनारी, काठमाडौं: विद्यार्थी पुस्तक भण्डार।

भट्ट, रामचन्द्र (२०७२), उपनिषद्मा के छ ?, काठमाडौं : डिकुरा पब्लिकेसन।

राई, भक्त (२०७४), पूर्वीय दर्शन, काठमाडौं : नेपाल प्राज्ञिक अनुसन्धान केन्द्र।

रिमाल, वासु (२०६१), वेदान्त विश्वकोश, ललितपुर : विश्वकोश प्रकाशन।