भाव शुद्धि द्वारा व्यवहार शुद्धि

प्रो. (डॉ.) सोहन राज तातेड़,

पूर्व कुलपति सिंघानिया विश्वविद्यालय, राजस्थान

जीवन के सर्वांगीण विकास के लिए भाव शुद्धि और व्यवहार शुद्धि आवश्यक है। जैसा भाव होता है वैसे विचार बनते हैं और जैसा विचार होता है वैसा व्यवहार बनता है। भाव का अर्थ है हमारे भीतर से आने वाला चिन्तन। चिन्तन मन का कार्य है। बुद्धि मन पर नियन्त्रण रखती है। आत्मा के कारण सम्पूर्ण शरीर संचालित होता है। जीव का कार्यकलाप आत्मा के द्वारा होता है। कार्मण शरीर से जीवन संसार में आता है। पुद्गल और चेतन दो स्वतन्त्र द्रव्य हैं। धार्मिक प्रवृत्ति की ओर जब गमन होता है तो यह समझना चाहिए कि भाव शुद्ध हैं। आत्मा और शरीर उत्तरी और दक्षिणी ध्रुव की तरह दो छोर हैं, किन्तु दोनों मिले रहते हैं। तेजस शरीर लेश्या का जगत है। रंगों को लेश्या कहा जाता है। इनमें से कुछ प्रशस्त हैं और कुछ अप्रशस्त। तेजो, पद्म और शुक्ल लेश्या प्रशस्त लेश्याएं हैं। तेजो लेश्या से शरीर शान्त रहता है। यह उगते हुये सूर्य के समान है। पद्म लेश्या हल्दी के रंग की है। शुक्ल लेश्या से शुद्ध भाव बढ़ता है। लेश्याओं से भाव बनते हैं। कृष्ण लेश्या से क्रूरता का भाव, नील लेश्या से झूठ,कपट भाव और कापोत लेश्या से निम्न भाव उत्पन्न होते हैं। ये भाव कार्मण शरीर से बंध जाते हैं। यह स्थूल शरीर पर कार्य करता है। लेश्याएं वाइब्रेशन के माध्यम से कार्य करती हैं। शुभ विचार से धार्मिक प्रवृत्ति बढ़ती है। ऐसे भाव से भीतर यह होने लगता है कि सभी प्राणी समान हैं। मन, बुद्धि, इन्द्रियां प्रवृत्ति करती हैं। शुभ लेश्या वाला व्यक्ति बुरा कार्य नहीं करता। भाव भीतर से आते हैं। यदि लेश्याएं प्रशस्त हैं तो सुन्दर भाव ही आयेगा। यदि लेश्याएं अप्रशस्त हैं तो बुरा भाव प्रकट होता है।

आध्यात्मिक दृष्टि से लेश्याध्यान का प्रयोग भाव–शुद्धि का प्रयोग है। वैज्ञानिक दृष्टि से प्रत्येक रंग की अपनी तरंग दैर्ध्यता होती है तथा प्रत्येक रंग की अपनी प्रकृति होती है। ये तत्व

व्यक्तित्व को प्रभावित करते हैं। रंग–चिकित्सा में भी इन अतःस्रावी ग्रंथियों का सम्बन्ध रंग से होता है जिससे अनेक प्रकार के रोगों का उपचार किया जा सकता है। अतः ग्रंथियों के स्राव को भी रंगों के ध्यान द्वारा संतुलित किया जा सकता है। लेश्या का अर्थ है– विशिष्ट रगंवाले पुद्गल द्रव्य के संसर्ग से उत्पन्न होने वाला जीव का परिणाम या चेतना का स्तर। लेश्या ही सूक्ष्म शरीर और स्थूल शरीर के बीच संपर्क–सूत्र है। लेश्या के दो भेद हैं–द्रव्य लेश्या और भाव लेश्या। पौद्गलिक लेश्या प्राणी के आभामंडल का नियामक तत्त्व है। ओरा में कभी काला, कभी लाल, कभी पीला, कभी नीला, और कभी सफेद रंग उभर आता है। भावों के अनुरूप बदलते रहते हैं। लेश्या के छह प्रकार हैं–कृष्ण, नील, कापोत, तैजस, पद्म और शुक्ल। इनमें प्रथम तीन अशुभ हैं और अन्तिम तीन शुभ हैं। भावधारा के आधार पर आभामंडल बदलता है और लेश्याध्यान के द्वारा आभामंडल को बदलने से भावधारा भी बदल जाती है। लेश्याध्यान या चमकते हुए रंगों का ध्यान बहुत ही महत्त्वपूर्ण है। आभामंडल की व्याख्या रंगात्मक है। जिसमें लेश्या होती है उसका आभामंडल निश्चित रूप से शुभ अशुभ भावों के साथ बदलता है। यह बदलाव अच्छा है या बुरा यह जानने के लिए रंगों की भाषा जानना जरूरी है। रंग मनुष्य के भावों के साथ बदलते रहते हैं। आभामंडल में होने वाले रंगों की भिन्न–भिन्न प्रकृति होती है। यह रंग मित्रता, प्रेम, स्वास्थ्य और शक्ति का, सुनहरा पीला उच्च प्रज्ञा का, नीला आध्यात्मिक और धार्मिक मनोवृत्ति का, नारंगी बुद्धि और न्याय का, हरा सहानुभूति का प्रतीक है।

आभामंडल में उभरने वाला स्लेटी भय और ईर्ष्या का, काला अभाव का, तथा सफेद रंग आध्यात्मिक पूर्णता का प्रतीक होता है। आभामंडल में काले रंग की प्रधानता हो तो यह मानना चाहिए कि व्यक्ति का दृष्टिकोण ठीक नहीं है, आकांक्षा प्रबल है, प्रमाद प्रचुर है, कषाय का आवेग प्रबल और प्रकृति अशुभ है, मन वचन और काया का संयम नहीं है। इन्द्रियों पर विजय प्राप्त नहीं है, प्रकृति क्षुद्र है। बिना विचारे काम करता है, अविद्या, हिंसा में प्रवृत्ति इस प्रकार का भावधारा रहती है। आभामंडल में कपोत रंग की प्रधानता रहने पर व्यक्ति में वाणी की वक्रता, आचरण की कुटिलता, अपने दोषों को छिपाने की प्रवृत्ति, दुष्ट वचन बोलना, चोरी करना आदि इस प्रकार की भावधारा और प्रवृत्ति रहती है। आभामंडल में रक्तवर्ण की प्रधानता होने पर व्यक्ति नम्र व्यवहार करने वाला, स्थिर, ऋजु, कुतूहल न करने वाला, विनम्र,

जितेन्द्रिय, मानसिक समाधि वाला, धर्म में दृढ़ आस्था करने वाला, मुक्ति की गवेषणा करने वाला और पापभीरु होता है। आभामंडल में पीतवर्ण की प्रधानता होने पर व्यक्ति अल्प क्रोध मान माया और लोभ वाला, प्रशान्त चित्तवाला, समाधिस्थ, अल्पभाषी, जितेन्द्रिय और आत्मसंयम करने वाला होता है। आभामंडल में श्वेतवर्ण की प्रधानता होने पर व्यक्ति प्रशान्त चित्त वाला, जितेन्द्रिय, मन वचन और काया का संयम करने वाला शुद्ध आचरण से सम्पन्न ध्यानलीन और आत्मसंयम करने वाला होता है। असभ्य व्यक्ति के आभामंडल से निकलने वाली विकिरणें धुंधली–पीली, स्लेटी होती हैं। सभ्य व्यक्ति के आभामंडल में उच्च स्तरीय किरणें होती हैं। उनके आभामंडल में पीला रंग, शुद्ध लाल रंग और साफ पीला रंग अधिक होता है। भाव शुद्धि और व्यवहार शुद्धि का सम्बन्ध हमारे भोजन से भी है। यदि सात्विक भोजन किया जाता है तो भाव और व्यवहार दोनों शुद्ध रहते है। यदि तामसिक भोजन किया जाता है तो भाव और व्यवहार दोनों अशुद्ध हो जाते हैं।