Swarnadwar, 5(1), 101–120 (2025)
ISSN: 2717-5006
© 2025 Bhaktapur Multiple Campus

Article History: Received: 7 December 2024, Revised: 8 May 2025, Accepted: 9 May 2025

सनातन धर्ममा तपस्वी जीवन, तन्त्र साधना, भक्तिमार्ग र कर्म योगः निर्वाण उपनिषद र भगवदगीताका दृष्टिकोणः एक विश्लेषणात्मक अध्ययन

श्यामराज सुवेदी*
समाजशास्त्र विभाग, भक्तपुर बहुमुखी क्याम्पस
त्रिभुवन विश्वविद्यालय, नेपाल

शोधसार

शैव धर्मका विविध अभ्यासहरू, विशेष गरी तपस्वी जीवन, तन्त्र साधना, भक्तिमार्ग र कर्म योग, आध्यात्मिक मुक्ति र आत्म-प्राप्तिप्राप्त गर्नका लागि महत्त्वपूर्ण पद्धतिहरूको रूपमा रहेका छन् । भगवदगीता र उपनिषदले यिनै मार्गहरूलाई स्पष्ट पार्दै, भक्तिको माध्यमबाट परमात्मा शिवसँगको एकता प्राप्ति र कर्म योगको माध्यमबाट जीवनका कर्तव्यहरूको निर्वाह गर्दै आत्म-साक्षात्कारका बाटो खोल्छ । तपस्वी जीवनले कडा अनुशासन, इन्द्रिय नियन्त्रण र त्यागको अभ्यास गर्न प्रेरित गर्दछ, जसले आत्मज्ञान र शिवसँग एकताको दिव्य अनुभवलाई सम्भव बनाउँछ । तन्त्र साधना, विशेष गरी भैरव तन्त्र र शक्तितन्त्रका माध्यमबाट, भक्तलाई शिव र शक्तिका गहिरा रहस्यहरूको अनुभूतिप्राप्त हुन्छ । शैव धर्ममा, भक्तले ध्यान र पूजामार्फत शिवसँगका सम्बन्धलाई प्रगाढ बनाउँछन्, र तान्त्रिक अभ्यासहरूले यी अभ्यासहरूलाई अझ गहिरो बनाउँछन् । उपनिषद र भगवदगीताका शिक्षा अनुसार, यथार्थको खोजीमा परित्याग र आत्म-संयम अत्यन्त आवश्यक छन्, र आत्मज्ञान प्राप्ति केन्द्रीय उद्देश्य हो । यस अध्ययनले शैव धर्मका भक्तिमार्ग, कर्म योग, तपस्वी जीवन र तन्त्र साधनाका विविध आयामहरूको समग्र अन्वेषण गरेको छ, जसले आध्यात्मिक मुक्ति र साक्षात्कारका मार्गमा सन्देश दिएको छ ।

कुञ्जी शब्द : *शैववाद, संन्यास उपनिषद, त्याग, आत्म-प्राप्ति, मोक्ष शिव, ब्राह्मज्ञान, वैराग्य, शिवत्व, अध्यात्म*

परिचय

सनातन धर्म वेदहरूमा आधारित एक प्राचीन र वैज्ञानिक धार्मिक परम्परा हो, जसले मानवताको सबैभन्दा पुरानो धार्मिक चेतनाको प्रतिनिधित्व गर्दै अपरिवर्तनीय र अविनाशी सत्यको उद्घाटन गर्दछ । धर्म स्वभावतः एकवचन र शाश्वत छ, तर यसको अभिव्यक्ति सामान्य धर्म र विशिष्ट धर्म गरी दुई प्रमुख रूपहरूमा हुन्छ। सामान्य धर्मले धैर्य, आत्म-नियन्त्रण, सत्यता र अहिंसाजस्ता सार्वभौमिक गुणहरू समेटी मानव जीवनको नैतिक आधार प्रदान गर्दछ । विशिष्ट धर्म भने व्यक्तिगत भूमिका, परिस्थिति र सामाजिक कर्तव्यहरूको सन्दर्भमा परिभाषित हुन्छ; उदाहरणस्वरूप, गृहस्थको कर्तव्य भिक्षुकोभन्दा फरक हुन्छ, सैनिकको धर्म राष्ट्ररक्षा हो भने विद्वानको धर्म ज्ञानको खोजी गर्नु हो । धर्मको अनुशरणले व्यक्तिगत अखण्डता र सामाजिक सन्तुलन सुनिश्चित

* Correspondence: shyamsubedi@gmail.com
Published by: Research Management Cell, Bhaktapur Multiple Campus (Tribhuban University), Bhaktapur, Nepal.

गर्छ, जबकि त्यसबाट विचलित हुँदा नैतिक र आध्यात्मिक पतनको सम्भावना उत्पन्न हुन्छ (सेन्ट्रल हिन्दु कलेज, २०२२) ।

सनातन धर्म पाखण्ड, गलत व्याख्या र असत्य कार्यहरूलाई स्पष्ट रूपमा अस्वीकार गर्दछ । विधर्म, परधर्म, आभास, उपमा र चालका रूपमा वर्गीकृत गरिएको धर्मविरोधी विचलनहरूले समाजमा भ्रम फैलाउने कार्य गर्दछन् र साँचो धर्मको संरक्षणमा गम्भीर अवरोध खडा गर्दछन् । यस सन्दर्भमा, सनातन धर्मको अभ्यास ऐच्छिक नभई एक नैतिक अनिवार्यता हो, जुन राष्ट्रको कानुनको पालना गर्नजत्तिकै आवश्यक ठहर्छ (पाण्डेय, २०८१)। वर्तमान युगमा फैलिरहेका भ्रामक र विकृत धर्मनिरपेक्ष विचारधाराहरूले सनातन धर्मलाई संकटमा पार्दै सांस्कृतिक क्षय र नैतिक भ्रम निम्त्याइरहेका छन् । अतः मानवताको नैतिक जग र आध्यात्मिक सम्पदाको संरक्षणका लागि सनातन धर्मका कालातीत सिद्धान्तहरूको संरक्षण अपरिहार्य छ । वैदिक ऋषिहरूद्वारा प्रतिपादित शिक्षाबाट प्रेरित सनातन धर्मले सत्य, आत्म-बोध र समन्वयको विश्वव्यापी मार्ग प्रस्तुत गर्दछ ।

शैववाद, सनातन धर्मको एक प्रमुख शाखा हो, जसमा शिव (रुद्र) परम आराध्य देवता हुन्, जो सृष्टिको संहार र पुनःसर्जनका दुवै पक्षहरूको प्रतिनिधित्व गर्दछन् । शैव शिक्षाले ब्रह्म, आत्मा र शिवको गहन अन्वेषण गर्दै मोक्ष र आत्म-बोध प्राप्तिको मार्ग प्रस्तुत गर्दछ । यसले अघोरमार्ग, मन्त्रमार्ग र तान्त्रिक परम्पराहरू जस्ता विभिन्न आध्यात्मिक अभ्यासहरू समेट्दछ, जसले यसको अनुयायीहरूको जीवनशैलीमा विविधता हुँदाहुँदै पनि एकता कायम राखेको छ (स्वामी परमेश्वरानन्द, २००४)। वेदान्त परम्परामा समावेश निर्वाण उपनिषद् एक गहन ग्रन्थ हो, जसले आत्म-प्राप्ति, त्याग र मुक्ति (मोक्ष) को अवधारणालाई स्पष्ट रूपमा प्रतिपादन गर्दछ । यस ग्रन्थमा जन्म-मृत्युको चक्रबाट मुक्तिका लागि आवश्यक त्याग, आत्म-अनुशासन र आत्माको वास्तविक स्वरूप बुझ्नुपर्ने आवश्यकतालाई बलियो रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । उपनिषद्ले सांसारिक आसक्तिहरूको अतिक्रमण गरी अस्तित्वको अद्वैत स्वरूपको अनुभूति कसरी गर्न सकिन्छ भन्ने गहन दर्शन प्रस्तुत गर्दछ, जहाँ आत्मा परम चेतना ब्रह्मसँग विलीन हुन्छ, र अन्ततः शिवसँगको ऐक्य अनुभूत हुन्छ (ओलिभेल, प्याट्रिक, १९९२)।

यस अध्ययनको प्रमुख उद्देश्य शैव दर्शनको सन्दर्भमा निर्वाण उपनिषद्मा प्रतिपादित त्याग, आत्म-प्राप्ति र मोक्षसम्बन्धी प्रमुख दार्शनिक शिक्षाहरूको विश्लेषण गर्नु हो । यसले ब्रह्म, आत्मा र शिवबीचको सम्बन्धलाई स्पष्ट गर्दै, तिनले मोक्षको अवधारणामा कसरी योगदान पुर्याउँछन् भन्ने विषयमा अनुसन्धान गर्नेछ। साथै, अध्ययनले शैववादका विभिन्न शाखाहरूले निर्वाण उपनिषद्का शिक्षाहरूलाई कसरी बुझेका र व्यवहारमा उतारेका छन् भन्ने तुलनात्मक दृष्टिकोणसमेत प्रस्तुत गर्नेछ। यस अनुसन्धानले उपनिषद् र शैव परम्परामार्फत मुक्ति प्राप्तिको मार्ग, आत्माको स्वरूप र परमेश्वरसँगको ऐक्यको अन्तिम लक्ष्यबारे समग्र अन्वेषण गर्नेछ । यस्तो अध्ययन न केवल हिन्दू दर्शनका विद्वानहरूका लागि, तर शैव परम्परामार्फत आध्यात्मिक उन्नति खोज्ने अभ्यासकर्ताहरूका लागि पनि अत्यन्त उपयोगी हुनेछ ।

अनुसन्धान विधि

यस अध्ययनमा निर्वाण उपनिषदमा प्रतिपादित दार्शनिक अवधारणाहरू र तिनको शैववादसँगको सम्बन्धको विश्लेषण गर्न गुणात्मक अनुसन्धान विधि अपनाइएको छ। प्रारम्भमा, निर्वाण उपनिषदको गहन पाठ विश्लेषण गरिएको छ, जसमा संन्यास, आत्मप्राप्ति, र मोक्षसम्बन्धी शिक्षाहरूमा विशेष ध्यान दिइएको छ । साथै, शास्त्रीय व्याख्या, माध्यमिक स्रोतहरू, र शैव दर्शनका आधुनिक अध्ययनहरूलाई समेत समावेश गर्दै वैदिक वेदान्त सन्दर्भमा शैव दृष्टिकोण बुझ्न प्रयत्न गरिएको छ । यसमा त्याग, आत्मज्ञान, र मोक्षका

विषयहरूलाई अन्य उपनिषद र हिन्दू दर्शन परम्परासँग तुलना गर्दै विश्लेषण गरिएको छ। थप रूपमा, ब्रह्म, आत्मा, शिव र मोक्षका अवधारणामाथि दार्शनिक व्याख्या प्रस्तुत गरिँदै आत्मा र परमात्माबीचको सम्बन्धबारे अन्तर्दृष्टिपूर्ण अनुसन्धान गरिएको छ।

अनुसन्धान अन्तर

हालसम्मको अध्ययनमा शैव दर्शन र उपनिषदहरूमा उल्लेखनीय अनुसन्धान भए तापनि निर्वाण उपनिषदका विशेष शिक्षाहरू–जस्तै त्याग, आत्मप्राप्ति, र मोक्ष–को शैववादसँगको गहिरो सम्बन्धमाथि विस्तृत अनुसन्धान अभाव छ। धेरैजसो अध्ययनहरू मोक्ष, शिव, वा ब्रह्मका पृथक अवधारणाहरूमा केन्द्रित भए पनि, यी बीचको अन्तरसम्बन्ध, विशेषतः निर्वाण उपनिषदको सन्दर्भमा, सम्यक् विश्लेषण गरिएको पाइँदैन। यस अनुसन्धानले शैव दर्शनका विविध शाखाहरू र तिनले निर्वाण उपनिषदका शिक्षालाई कसरी आत्मसात् गरेका छन् भन्ने विषयमा तुलनात्मक र समग्र अध्ययन प्रस्तुत गर्नेछ। विशेषतः, शैव परम्पराहरूमा संन्यास अवस्थालाई दर्शनिक दृष्टिकोणबाट पुष्टि गर्न यो अध्ययनले उल्लेखनीय योगदान पुऱ्याउने अपेक्षा गरिएको छ।

अनुसन्धानको महत्व

यो अनुसन्धान शैव दर्शनको आध्यात्मिक र दार्शनिक आधारलाई गहिरो रूपमा बुझ्नमा सहायक हुनेछ, विशेषतः निर्वाण उपनिषदमा वर्णित मोक्ष प्राप्तिका सिद्धान्तहरू सन्दर्भमा। यसले उपनिषदीय शिक्षाको सूक्ष्म विश्लेषण प्रस्तुत गर्दै हिन्दू दर्शनको बृहत्तर परिप्रेक्ष्यमा वैचारिक योगदान पुऱ्याउनेछ। साथै, शैववादका विविध शाखाहरूका दृष्टिकोणबाट मोक्ष प्राप्तिको अवधारणा कसरी भिन्न रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ भन्नेबारे अन्तर्दृष्टि प्रदान गर्नेछ। यसले समसामयिक अध्यात्मिक अभ्यासमा संन्यासको सैद्धान्तिक भूमिका तथा वेदान्त परम्परामाथि पनि प्रकाश पार्नेछ।

अनुसन्धान प्रश्नहरू

तपस्वी जीवन, तन्त्र साधना, भक्तिमार्ग र कर्म योगसम्बन्धी निर्वाण उपनिषद र भगवद्गीताका शिक्षाहरू के हुन्, र तिनीहरू शैव दर्शनसँग कसरी समाहित हुन्छन् ?

शैववादका विभिन्न शाखाहरूमा निर्वाण उपनिषदको व्याख्यामा के प्रमुख भिन्नताहरू छन्, र तिनले मोक्ष प्राप्तिको अवधारणालाई कसरी परिभाषित गर्छन् ?

अनुसन्धान उद्देश्यहरू

१. तपस्वी जीवन, तन्त्र साधना, भक्तिमार्ग, र कर्म योगसम्बन्धी निर्वाण उपनिषद र भगवद्गीताका प्रमुख शिक्षाहरूको गहिरो अन्वेषण गर्नु।
२. शैव दर्शनका विविध शाखाहरू र निर्वाण उपनिषदका शिक्षाहरूको सरल, तुलनात्मक र विश्लेषणात्मक अध्ययन प्रस्तुत गर्नु।

शैद्धान्तिक ढाँचा

यस अनुसन्धानको सैद्धान्तिक आधार हिन्दू दर्शन विशेष गरी वेदान्त र शैवदर्शनका अवधारणामा आधारित छ, जसमा आत्मा, ब्रह्म, शिव, मुक्ति (मोक्ष), त्याग, र आत्म-बोध जस्ता तत्वहरू केन्द्रमा छन्। वेदान्तदर्शनको अद्वैत अवधारणाले आत्मा र ब्रह्मबीचको अभिन्न सम्बन्धलाई पुष्टि गर्दछ, जसअनुसार आत्मा स्वयं ब्रह्मस्वरूप हो र मुक्तिको मार्ग आत्म-बोधद्वारा सम्भव हुन्छ। यस दृष्टिकोणले निर्वाण उपनिषदको

शिक्षामा प्रतिबिम्बित दृष्टिहरूसँग गहिरो संगति देखाउँछ, जहाँ त्याग, वैराग्य र ध्यानद्वारा आत्मसाक्षात्कारको लक्ष्य प्रस्तुत गरिएको छ ।

साहित्य समीक्षा

निर्वाण उपनिषद र अन्य संन्यास उपनिषदहरूको अध्ययनले हिन्दू दर्शनको विशेष गरी शैव धर्मको परम्परामा त्याग, आत्म-प्राप्ति र मुक्तिको विषयमा महत्त्वपूर्ण दृष्टिकोण प्रस्तुत गर्छ; यी उपनिषदहरू वैदिक ग्रन्थहरूको भाग भएर समकालीन आध्यात्मिक अभ्यासहरूलाई गहिरो दार्शनिक सोचमा समाहित गर्छन् र यस साहित्य समीक्षामार्फत शैववादका दार्शनिक दृष्टिकोणमा यी उपनिषदहरूको महत्त्व र तिनीहरूको विचार-प्रणालीलाई विश्लेषण गरिन्छ; शैव धर्मको आधारभूत तत्व भनेको त्याग र आत्म-प्राप्ति हो; वेदान्त दर्शनका विभिन्न विचारधाराहरू जस्तै द्वैत, विशिष्टाद्वैत र अद्वैतमा वास्तविकता र अस्तित्वको परिभाषा फरक रूपमा गरिएको छ; वेदान्तमा ब्रह्म र आत्माबीचको सम्बन्धलाई गहिरो रूपमा विश्लेषण गरिएको छ र त्यागलाई आध्यात्मिक जागरणको मुख्य उपायको रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ; विशेष गरी अद्वैत वेदान्तको परिप्रेक्ष्यमा, ब्रह्म र आत्मा एकै तत्वको रूपमा मानीन्छ र यो एकता को अनुभवलाई मोक्षको प्राप्ति मानिन्छ; शैव धर्ममा शिव केवल सर्वोच्च देवता मात्र होइन, तर मुक्तिको सिद्धान्तका अवतार पनि हुन्; निर्वाण उपनिषदका अनुसार, शिव सृष्टि र विघटनका स्रोत हुन् र उहाँसँगको एकता अनुभवले मुक्तिप्राप्त गर्नमा मद्दत गर्दछ; अन्य उपनिषदहरू जस्तै कृष्ण यजुर्वेदको अवधूत उपनिषदले शिवलाई परम वास्तविकताको रूपमा प्रस्तुत गर्छ, जसको माध्यमबाट भक्तिको अभ्यासले मुक्ति हासिल गर्न सकिन्छ; शैववादका विभिन्न शाखाहरू, जस्तै पाशुपत परम्परा र तान्त्रिक शैववाद, आध्यात्मिक साक्षात्कारका विभिन्न मार्गहरूको प्रस्ताव गर्दछन्; शैव सिद्धान्तमा शिवको बाह्य पूजा र भक्ति, साथै ध्यान र चिन्तनमार्फत आन्तरिक अनुभवलाई जोड दिइन्छ; शैववादमा ब्राह्मणलाई आत्म-प्रकाश र अविनाशीको रूपमा देखिन्छ, जसले ब्रह्मसँग एकतालाई महत्त्व दिन्छ; संन्यास उपनिषदले त्यागको अवधारणामा जोड दिन्छ, जसको माध्यमबाट साधक भौतिक संसारका आसक्तिहरू र इच्छाहरूलाई त्यागेर आत्म-प्राप्ति र मुक्तिप्राप्त गर्न प्रयास गर्दछन्; शैववादमा त्याग केवल भौतिक संसारको अस्वीकृति मात्र नभई, अहंकार र क्षणिक सुखहरूको माया पार गर्ने प्रक्रिया हो; यसमा आत्म-अनुशासन, मानसिक स्पष्टता र भित्री रूपान्तरण समावेश छ; संन्यासको जीवनको उद्देश्य आत्मा र ब्रह्मको एकता अनुभव गर्नँ हो; शैव परम्परामा, आत्मा शिवको प्रतिबिम्बको रूपमा मानिन्छ र आत्मिक अनुभूति र ध्यानमार्फत एकता प्राप्त गर्न सकिन्छ; शैववाद र संन्यासमा, ज्ञान र त्यागको घनिष्ठ सम्बन्ध छ, जहाँ आत्मिक ज्ञान र अनुभवमार्फत मोक्ष प्राप्त गर्नका लागि इच्छाहरू र आसक्तिहरू त्याग गर्न महत्त्वपूर्ण मानिन्छ; आदि शंकराचार्यको अद्वैत वेदान्तमा आत्मा र ब्रह्मको एकताले संसारको वास्तविकता र अस्तित्वको प्रकृति बुझाउँछ; शंकराचार्यले ज्ञानको चार-गुण मार्गको माध्यमबाट आत्मा र ब्रह्मको एकताको अनुभूति प्राप्त गर्ने मार्ग प्रस्तुत गरे; उनले भने, "जहाँ कसैले अरू देख्दैन त्यो असीम आनन्द हो", जसले संसारको भ्रामक असत्यतालाई पार गर्ने अभ्यासलाई जोड दिन्छ; शंकराचार्यका अनुसार, मोक्ष आत्म-साक्षात्कार मार्फत प्राप्त हुन्छ, जुन कर्मकाण्ड वा भक्ति माध्यमबाट होइन, व्यक्तिगत अनुभव र आत्म-ज्ञान मार्फत हासिल गर्न सकिन्छ । (शंकराचार्य, स्वामी. २००६)

अद्वय तारक उपनिषद शुक्ल यजुर्वेदको एक प्रमुख योग उपनिषद हो जसले तान्त्रिक ध्यान र अद्वैत वेदान्तका गहिरा तत्त्वज्ञानलाई प्रस्तुत गर्दछ र यसको मुख्य उद्देश्य आत्मज्ञान प्राप्ति मार्फत जन्म-मृत्युको चक्रबाट मुक्ति हो। यस उपनिषदमा तीन प्रकारका ध्यान लक्ष्यहरूको वर्णन गरिएको छः आन्तरिक लक्ष्यमा साधकले सुषुम्ना नाडीमा स्थित कुण्डलिनी शक्तिको अनुभव गर्ने, बाह्य लक्ष्यमा शिरको माथि सुन्तला र

सुनको मिश्रित रंगको प्रकाश देखिने, र मध्य लक्ष्यमा सूर्योदयको समयमा आत्मालाई विशाल र प्रज्वलित सूर्यको रूपमा अनुभव गर्ने । यी ध्यान अभ्यासहरू तान्त्रिक ध्यान विधिहरूसँग मेल खान्छन्, जसमा आन्तरिक ऊर्जा चक्रहरूको जागरण र आत्मज्ञानको प्राप्ति महत्त्वपूर्ण छ। उपनिषदमा तान्त्रिक ध्यान विधिहरू जस्तै सम्प्रभा मुद्रा र सम्भावी मुद्रा पनि उल्लेख गरिएका छन्, जसमा साधकले आँखालाई माथि र मध्य भागमा केन्द्रित गर्दै ध्यान गर्दा आन्तरिक प्रकाशको अनुभव गर्छ। यस उपनिषदमा गुरुको महत्त्वलाई विशेष स्थान दिइएको छ र गुरुलाई ब्रह्मज्ञानको प्राप्तिका लागि मार्गदर्शकको रूपमा सम्मान गरिएको छ । यसले तान्त्रिक ध्यान र अद्वैत वेदान्तका गहिरा तत्त्वज्ञानको माध्यमबाट साधकलाई जन्म-मृत्युको चक्रबाट मुक्ति प्राप्त गर्नको लागि मार्गदर्शन प्रदान गर्दछ ।

निर्वाण उपनिषदले त्यागको अवधारणा र मोक्षको प्राप्तिको मार्गमागहिरो ध्यान केन्द्रित गरेको छ, राधाकृष्णन (१९३१) का अनुसार, यस उपनिषदले भित्री रूपान्तरणलाई प्राथमिकता दिएको छ, जसले सांसारिक आसक्तिको त्यागसँगै आध्यात्मिक जागरणको अवस्थासम्म पुऱ्याउँछ; यस उपनिषदका अनुसार, मुक्ति परमात्मासँग एकताको अनुभव हो, जुन गहिरो ध्यान र साधनाबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ (राधाकृष्णन, १९३१). विभिन्न अन्य संन्यास उपनिषदहरूमा पनि त्याग र आत्म-ज्ञानका अवधारणाहरूलाई विस्तृत रूपमै व्याख्या गरिएको छ; उदाहरणका लागि, मैत्रायणी उपनिषद् र कुण्डिकोपनिषद् ले आत्मा र ब्रह्मबीचको सम्बन्धलाई गहिरो रूपमा अन्वेषण गर्दै आत्म-ज्ञानको मार्गमा त्यागको महत्त्वलाई प्रमाणित गर्छन् यस्ता उपनिषदहरूले त्यागलाई भौतिक अस्तित्व र अहंकारको पारको मानसिक अवस्थालाई छोडेर आत्म-शाश्वत सत्यसँगको एकतालाई प्राप्त गर्न आवश्यक कदमको रूपमा प्रस्तुत गर्छन्. मध्वाचार्य र रामानुजाचार्यका विचारहरूलाई हेर्दा, द्वैतवाद र विशिष्टाद्वैतवादले ब्रह्म र आत्माबीचको फरकलाई स्वीकार्दै, भक्ति र कर्मको माध्यमबाट मोक्ष प्राप्तिको मार्गमा जोड दिएका छन्, यी दर्शनहरू शैव धर्मका आदर्श विचारधारासँग भिन्न छन्, जहाँ आत्मा र ब्रह्मलाई एकै तत्वको रूपमा व्याख्या गरिएको छ (पन्त, अर्जुन देव, २०१९), (सावन्त, चितरञ्जन, २००३). यसरी, शैव धर्म र निर्वाण उपनिषदका विचारहरूलाई समाहित गर्दै, त्याग र आत्म-ज्ञानको अवधारणाले जीवनको गहिरो सत्य र आत्म-अवबोधनको महत्त्वलाई उजागर गर्छ; यी उपनिषदहरूले आत्मा र ब्रह्मको एकताको अनुभवलाई शुद्ध चेतना र आनन्दको रूपमा बुझाउँछन्, जसको माध्यमबाट साधकले संसारका द्वैततताहरूलाई पार गर्दै मोक्ष प्राप्त गर्छन् सर्वोच्च आत्माको अनुभूति र सन्यासको मार्गमा शैव दर्शनको गहिरो अध्ययन गर्दै, शैव धर्म र सन्यास परम्परा बीचको अन्तरसम्बन्ध र त्याग, आत्मा र ब्रह्मको एकता सम्बन्धी गहिरो चिन्तनमा हामी पुग्न सक्छौं; शैवदर्शनमा, शिवको अवस्था केवल एक बौद्धिक-धार्मिक विश्वास मात्र होइन, तर एक अनुभवात्मक र जीवन्त यात्रा हो जसले आत्माको मुक्ति र ब्रह्मसँगको एकता सुनिश्चित गर्छ.। शैववाद र सन्यास परम्पराले आत्मज्ञान र मुक्तिप्राप्तिको लागि मार्गदर्शन प्रदान गर्दछन् । त्याग र साधनाका माध्यमबाट व्यक्तिले आफूलाई शिवसँग जोडेर आत्माको वास्तविक स्वरूप अनुभव गर्न सक्छ, जसले जन्म-मृत्युको चक्रबाट मुक्त पार्छ । 'सन्यासोपनिषद्' (सामवेद २.२३) अनुसार, सन्यासीहरू छ प्रकारका हुन्छन् : (१) कुटिचक, (२) बाहुदक, (३) हंस, (४) परमहंस, (५) तुरियातित, र (६) अवधूत । अवधूतले त्यागको उच्चतम अवस्थाको प्रतिनिधित्व गर्छ । यी वर्गहरूले आध्यात्मिक ज्ञानका विभिन्न चरणहरू प्रतिबिम्बित गर्दछन् । स्वामी नीरगुणानन्द र हरि ब्रह्मेन्द्रानन्द (२०२२)द्वारा लेखिएको "सन्यासः सिद्धांत और अभ्यास" नामक पुस्तकमा सन्यासका यी वर्गीकरणहरू र सन्यासजीवनका उद्देश्य तथा अभ्यासका पहलुहरू व्याख्या गरिएको छ । पुस्तकका अनुसार, सन्यासीहरूलाई तिनका मानसिक र आध्यात्मिक गुणहरूअनुसार वर्गीकृत गरिएको छ । १. कुटिचकः स्थिर स्थानमा बसी पूजा र साधारण साधनासहित जीवन बिताउँछ । २. बाहुदकः कुटिचकजस्तो

नै तर खाना भिक्षाटन गरेर मात्र प्राप्त गर्छ र सीमित मात्रामा खान्छ। ३. हंसः स्थिर स्थानमा बस्दैन र सामान्यतः लामो यात्रा मात्र गर्छ। ४. परमहंसः कपाल मुण्डन गरेर, जनै तानेर, शरीरमा खरानी लगाएर जीवन बिताउँछ र आफ्नो खाजा भिक्षाटनबाट प्राप्त गर्छ। ५. तुरियातितः गाईको मुखबाट खाना खान्छ र केवल फलफूल वा पकाएको अन्न मात्र ग्रहण गर्छ। ६. अवधूतः संसारिक बन्धनबाट मुक्त भई आत्मचिन्तनमा लीन हुन्छ र बाह्य कर्मकाण्डबाट विमुक्त हुन्छ। पुस्तकले सन्यासीज्ञान र आध्यात्मिक गुणहरूमा आधारित वैराग्य (त्याग), ज्ञान, ज्ञान-वैराग्य र कर्म-आधारित त्यागजस्ता अन्य वर्गीकरणहरू पनि प्रस्तुत गरेको छ। यसमा भक्ति र कर्मयोगका साथै साँचो सन्यासीको जीवनका मापदण्डहरू चर्चित छन्। एक साँचो सन्यासीले ईश्वरको प्रतीक आत्मसात गर्छ, न्यूनतम जीवनशैली अपनाउँछ र मोक्षप्राप्तिको उद्देश्यमा समर्पित रहन्छ। यो पुस्तकले शैववाद र सन्यासका गहिरा दार्शनिक र आध्यात्मिक मूल्यहरू अन्वेषण गरेको छ र विशेषगरी त्याग, आत्म-प्राप्ति र मोक्षको विचारमा सशक्त योगदान पुऱ्याएको छ। शैव सिद्धान्तमा तन्त्रको अर्थ "ढाँचा" हो र यसको विकास समयसँगै वैदिक परम्परासँग मिश्रित हुँदै शैव, वैष्णव, शक्ति, बौद्ध र जैन धर्ममा फैलियो। तन्त्रका अभ्यासहरूमा अनुष्ठान, मन्त्र पठन, योग, मुद्रा, मण्डला र पूजाहरू समावेश छन्। शैव सिद्धान्तमा, विशेषगरी भैरव-आगम र शैव आगममा शिव र शक्तिदुवैको पूजामा ध्यान दिन्छ। भैरव तन्त्र र कापालिक शैववादमा खोपडी र मृत्युजस्ता अनुष्ठानहरूको अभ्यास हुन्छ, जसमा शक्तिहरू र देवीहरूको आह्वान गरिन्छ। शक्ति तन्त्रहरूको अभ्यास, जस्तै विद्यापीठ र कालीपंथ, गूढ ज्ञान र आध्यात्मिक मार्गदर्शन प्रदान गर्दछन्।

शैव सम्प्रदायहरू

नाथ सम्प्रदाय

नाथ सम्प्रदाय वा नाथ पंथ दक्षिण एशियामा फैलिएको एक धार्मिक परम्परा हो, जसले योगका साधकहरूको समुदायलाई जनाउँछ। यस परम्परामा संन्यासीहरूका साथै केही गृहस्थ अनुयायीहरू पनि समावेश छन्। यद्यपि नाथ पंथका अनुयायीहरू प्रायः उत्तरी भारतमा पाइन्छन्, यो पंथ अन्य क्षेत्रहरूमा पनि फैलिएको छ आजकल गोर्खनाथ मन्दिर भारतको उत्तर प्रदेश राज्यमा रहेको सबैभन्दा प्रमुख नाथ केन्द्र हो, जुन न केवल मन्दिरको रूपमा प्रसिद्ध छ, तर यहाँ योगी आदित्यनाथजस्ता प्रसिद्ध व्यक्तिहरूको घर पनि हो। नाथ पंथका अनुयायीहरूलाई सामान्यतया 'नाथ योगी' भनिन्छ, तर स्थानीय साहित्य र परम्परामा तिनीहरूलाई 'जोगी', 'सिद्ध', र 'अवधूत' जस्ता अन्य उपनामहरू पनि दिइन्छ। यी शब्दहरूको प्रयोग र अर्थ विभिन्न समय र स्थानमा फरक देखिन्छ। जेम्स मलिन्सनले भनेअनुसार, 'नाथ सिद्ध' शब्द २० औं शताब्दीको मध्यसम्म प्रचलनमा थिएन। यी शब्दहरूको मिलन सम्भवतः भारतीय योग परम्परामा सिद्ध र नाथ समूहहरूको एक आपसी अन्तरक्रियाबाट आएको हो।

नाथ सम्प्रदायको एक महत्त्वपूर्ण विशेषता यसको धार्मिक अभ्यासमा हठयोगको प्रयोग हो, जसलाई न केवल नाथ पंथका अनुयायीहरूले, बरु अन्य योगी समुदायहरूले पनि अभ्यास गरेका छन्। नाथ पंथका महत्त्वपूर्ण ग्रन्थहरू तीन प्रमुख स्रोतहरूमा आधारित छन्: (१) संस्कृतमा लेखिएका योग सम्बन्धी ग्रन्थहरू, (२) स्थानीय भाषामा लेखिएका काव्य र धार्मिक ग्रन्थहरू, र (३) लोककथाहरू। यी स्रोतहरूले नाथ पंथको धार्मिक र सांस्कृतिक महत्त्वलाई प्रकट गर्छन्। संस्कृत साहित्यमा लेखिएका ग्रन्थहरू योग र हठयोगसँग सम्बन्धित छन्, जबकि स्थानीय साहित्य मुख्यतः भक्तिपूर्ण काव्य र धार्मिक संवादमा आधारित छ। लोककथाहरूले नाथ पंथका प्रमुख योगीहरूको कथा र उपदेशलाई जनसमाजमा फैलाएको छ। यसरी, नाथ पंथको प्रभाव व्यापक र गहिरो छ, जसले धार्मिक, सांस्कृतिक, र सामाजिक क्षेत्रहरूमा आफ्नो छाप छोडेको छ।

नागनाथ परम्परामा योग, ध्यान, र तन्त्र प्रयोग गरेर साधकले आफ्नो शरीर र मनको परिष्करण गर्नुपर्ने बताइएको छ । यस सम्प्रदायका प्रमुख ग्रन्थहरूमध्ये 'गोरखनाथ गीता', 'गोरखबानी' र 'नात समुच्चय'लाई विशेष महत्त्व प्राप्त छ। यी ग्रन्थहरूले नाथ सम्प्रदायका दर्शन, सिद्धान्त र साधनाको मार्गदर्शन प्रदान गर्दछन्। विशेष गरी गोरखनाथ गीताले साधकलाई 'आत्मबोध' र 'परमात्मा' सँगको एकात्मताको महत्व बुझाउँछ ।

नाथ सम्प्रदायका अनुयायीहरू, विशेष रूपमा 'नाथयोगी', शरीर र मानसिक अवस्थाको पूर्ण नियन्त्रणका लागि ध्यान र योगका अभ्यासहरूमा समय व्यतीत गर्दछन् । यस सम्प्रदायको विशिष्टता भनेको यसले शरीरलाई शुद्धिकरण र मानसिक शान्ति प्राप्ति गर्नका लागि साधकलाई विविध अभ्यासका लागि प्रेरित गर्दछ । यस्ता अभ्यासहरूले न केवल व्यक्तिगत उन्नति र साधनामा सहयोग पुऱ्याउँछन्, बरु सामाजिक र धार्मिक क्षेत्रमा पनि यसको प्रभाव देखिन्छ ।

नेपालमा नाथ सम्प्रदायको प्रभाव विशेष रूपमा गोरखा र कर्णाली क्षेत्रका केही समुदायहरूसम्म फैलिएको छ । यहाँका योगी र साधकहरू गोरखनाथका शिक्षाहरूलाई जीवनमा उतारेर धार्मिक र सामाजिक परिवर्तनका लागि काम गर्दै आएका छन्। यद्यपि, नेपालमा नाथ सम्प्रदायको प्रभाव अन्य केही हिन्दू परम्पराहरू जस्तै शैव र वैष्णव परम्परासँग मिलेर समन्वय भएको छ। यससँगै, नाथ सम्प्रदायका अनुयायीहरूले समाजमा विभिन्न सुधारात्मक कार्यहरूको माध्यमबाट आफ्नो योगदान पुऱ्याएका छन् ।

नाथ सम्प्रदायसँग सम्बन्धित सूचीहरूमा प्रायः देखिने दुई प्रमुख नामहरू मत्येन्द्रनाथ र गोरखनाथ हुन्। यीमध्ये गोरखनाथलाई मत्येन्द्रनाथका शिष्यका रूपमा उल्लेख गरिन्छ। यी दुई महत्त्वपूर्ण व्यक्तित्वहरूबारे पाइने तथ्य र किंवदन्तीहरूको संक्षिप्त विवरणपछि अन्य नाथहरूको पनि संक्षिप्त परिचय दिइएको छ ।

मत्येन्द्रनाथ

मत्येन्द्रनाथ जसलाई "माछाका स्वामी" वा "मत्स्येन्द्र" भनिन्छ, उहाँलाई विभिन्न मत्स्यसम्बन्धी नामहरू–जस्तै मीन, मच्छन्दर, र मच्छघ्न–ले चिनिन्छ। उहाँ पूर्वाम्नाय र पश्चिमाम्नाय, अर्थात् कौला तन्त्रको पूर्वीय र पश्चिमीय परम्परा, साथै दक्षिण भारतमा पूजित शम्भवसंग पनि मिल्न जान्छ । उहाँसँग सम्बन्धित विभिन्न ग्रन्थहरू छन् । करिब १००० ई. तिर अभिनवगुप्तको 'तन्त्रालोक' (२९.३२) मा उहाँलाई सिद्धका रूपमा उल्लेख गरिएको छ र उहाँकी संगिनीलाई 'कद्रङ्कद्रनाम्बा' अर्थात् 'कोङ्कण क्षेत्रकी देवी' भनिएको छ ।यस आधारमा मत्येन्द्रनाथ ९औँ वा १०औँ शताब्दीमा दक्षिण भारत, सम्भवतः डेक्कन क्षेत्रमा रहेका थिए भन्ने अनुमान गर्न सकिन्छ ।

किंवदन्तीअनुसार, मत्येन्द्रनाथले कुल सम्प्रदायका तान्त्रिक अभ्यासहरू, जसमा श्मशानमा बस्ने योगिनीहरूसँगको रक्तपिपासु र असामान्य व्यवहार थियो, तिनीहरूलाई कम कठोर बनाउँदै कौल सम्प्रदायमा रूपान्तरण गर्नुभयो (सन्डर्सन १९८५)। यद्यपि १३औँ शताब्दीको 'मत्स्येन्द्रसंहिता'मा देखिएअनुसार उहाँको सम्प्रदायमा यौनिकता र अन्य परम्पराभन्दा बाहिरका अभ्यासहरू अझै जीवित रहनुभएको विश्वास छ ।

किंवदन्ती र 'गोरक्षविजय' (१५औँ शताब्दी, मैथिली) जस्ता ग्रन्थहरूमा उल्लेख गरिएअनुसार, मत्येन्द्रनाथका शिष्य गोरखनाथले उहाँका ती यौनिक र असामाजिक अभ्यासहरूलाई सुधार्दै उहाँलाई मुक्त गराउनुभयो ।

गोरखनाथ

गोरखनाथ, जसलाई बोलीचालीको भाषामा 'गोरख' भनिन्छ, उहाँले मत्येन्द्रनाथका अभ्यासहरूलाई

सुधार गर्दै नाथ सम्प्रदायको संस्थापकको रूपमा काम गर्नुभयो। उहाँलाई हठयोगका पहिलो गुरु मानिन्छ, उहाँले कौल तन्त्रका यौनिक अभ्यासहरूलाई आन्तरिक साधनामा रूपान्तरण गर्दै ब्रह्मचर्यमा जोड दिनुभयो ।संस्कृत भाषामा लेखिएका हठयोग सम्बन्धी विभिन्न ग्रन्थहरू उहाँको नाममा अर्पित छन्, साथै निर्गुण भक्तिको परम्परामा लेखिएका धेरै पदहरू पनि छन् ।

गोरखनाथबारे पाइने सबैभन्दा प्रारम्भिक लिखित उल्लेखहरू १३औँ शताब्दीदेखि सुरु हुन्छन् । उत्तर बंगालमा १२औँ शताब्दीको अन्त्यतिर जन्मेका विभूतिचन्द्रको 'अमृतकणिकोड्यतनिबन्ध'मा उहाँको संक्षिप्त उल्लेख पाइन्छ (Stearns, १९९६)। हरिहरद्वारा रचित कन्नड 'रगले' हरू, विशेषतः 'रेवणसिद्धेश्वर रगले'मा गोरखसँगको जादु प्रतिस्पर्धा वर्णित छ। दक्षिण भारतमा लेखिएको 'मत्स्येन्द्रसंहिता' (१३औँ शताब्दी), अबयदत्तश्रीद्वारा रचित ८४ सिद्धहरूको जीवनकथा, कर्नाटकको १२७९ को कलेश्वर अभिलेख, र सोमनाथको १२८७ को अभिलेखमा पनि गोरखनाथको नाम पाइन्छ ।

पुरानो मराठी ग्रन्थहरू–१२७८ को 'लिलाचरित्र' र १२९० को 'ज्ञानेश्वरी'मा पनि गोरखनाथको उल्लेख भए तापनि ती संस्करणहरूको ठ्याक्कै मिति स्पष्ट छैन। १३औँ शताब्दीका दुई प्रमुख हठयोग ग्रन्थहरू– 'विवेकमार्तण्ड' र 'गोरक्षशतक'–उहाँको नाममा अर्पित छन्, र तीमा उल्लिखित योग शिक्षा 'ज्ञानेश्वरी'सँग मेल खान्छ ।

यसरी, प्रारम्भिक उल्लेखहरू र ती ग्रन्थहरूको उत्पत्ति स्थल अध्ययन गर्दा गोरखनाथ ११औँ-१२औ ँ शताब्दीको डेक्कन क्षेत्रमा बसोबास गर्नुहुन्थ्यो भन्ने देखिन्छ। १४औँ शताब्दीका अन्य उल्लेखहरूमा मैथिली वर्णरत्नाकरको सिद्धहरूको सूची, १३६३ मा जयपुर नजिकै सङ्कलित 'शार्ङ्गधरपद्धति' (४३७२-७३), काठमाडौंको इतुम बहालमा १३८२ को शिलालेख–जहाँ मन्त्री मदनराम वर्धनले आफूलाई 'गोरखात्मजशिष्य' (गोरखका वंशजका शिष्य) भनेर चिनाएका छन् (Vajracarya, १९७५)–र फर्पिङको गोरखनाथ गुफामा १३९१ मा जोगी अचिन्तनाथले बनाएका गोरखनाथका पादचिन्हको उल्लेख (Regmi, १९६६) पनि पर्न आउँछ। 'अमरौघप्रबोध' भन्ने योगसम्बन्धी संस्कृत ग्रन्थ पनि सम्भवत: १४औँ शताब्दीमा लेखिएको हो र गोरखनाथकै नाममा अर्पित छ ।

१५औँ शताब्दीपछि भने गोरखनाथ र उहाँका नाममा लेखिएका ग्रन्थहरूको उल्लेख उल्लेखनीय रूपले बढेको पाइन्छ ।

नेपालमा नाथ सम्प्रदायको प्रभाव विशेष रूपमा गोरखा र कर्णाली क्षेत्रका केही समुदायहरूसम्म फै लिएको छ । यहाँका योगी र साधकहरू गोरखनाथका शिक्षाहरूलाई जीवनमा उतारेर धार्मिक र सामाजिक परिवर्तनका लागि काम गर्दै आएका छन् । यद्यपि, नेपालमा नाथ सम्प्रदायको प्रभाव अन्य केही हिन्दू परम्पराहरू जस्तै शैव र वैष्णव परम्परासँग मिलेर समन्वय भएको छ। यससँगै, नाथ सम्प्रदायका अनुयायीहरूले समाजमा विभिन्न सुधारात्मक कार्यहरूको माध्यमबाट आफ्नो योगदान पुर्याएका छन् ।

समग्रमा, नाथ सम्प्रदायको अध्ययन गर्दा यो स्पष्ट हुन्छ कि यसको दर्शन र अभ्यासले भारतीय र नेपाली समाजमा गहिरो प्रभाव पार्न सफल भएको छ । योग, ध्यान, र तन्त्रिका प्रयोगमार्फत यो सम्प्रदाय आध्यात्मिक उन्नतिको मार्ग खोल्दछ। यस सम्प्रदायको महत्व बुझ्न र यसको अभ्यासलाई जीवनमा उतार्नका लागि अझै थप अध्ययन र अनुसन्धानको आवश्यकता छ ।

नाथ पंथको उत्पत्ति र परम्परागत अभ्यासहरूको विश्लेषणले यस पंथको सांस्कृतिक र धार्मिक धरोहरलाई बुझ्नमा मद्दत पुर्याउँछ। यसले अन्य योग परम्पराहरूसँगको सम्बन्ध र अन्तरसम्बन्धलाई पनि प्रकट गर्छ, जसका माध्यमबाट नाथ पंथको ऐतिहासिक र धार्मिक महत्व अझ स्पष्ट हुन्छ ।

नाथ सम्प्रदाय एक तान्त्रिक परम्परा हो जसले शिवलाई सर्वोच्च प्राणीको रूपमापूजा गर्न जोड दिन्छ । यो सम्प्रदाय योग, ध्यान, हठयोग, प्राणायाम (श्वासप्रश्वास व्यायाम), र कुण्डलिनी जागरण जस्ता आध्यात्मिक अभ्यासहरूको माध्यमबाट आत्म-अनुभूति र मुक्तिप्राप्त गर्नलाई महत्त्व दिन्छ । यस सम्प्रदायको प्रमुख संस्थापक गोरखनाथ र मत्स्येन्द्रनाथ मानिन्छन्, जसले नाथ परम्पराको आधार तयार गरे। गोरखनाथले हठयोगका सिद्धान्तहरू र अभ्यासहरूलाई प्रणाली बद्ध गरेर गोरक्ष संहिता लगायतका ग्रन्थहरू रचनाअत गरेका थिए ।

नाथ सम्प्रदायले तान्त्रिक शिक्षाहरूमा गहिरो विश्वास राख्छ, जसमा ध्यान, मन्त्रजप, र शारीरिक आसनहरूको अभ्यास गरेर आत्मा र परमात्माबीचको एकतामा ध्यान केन्द्रित गरिन्छ । नाथयोगीहरू आत्म-अनुशासन, शारीरिक सहनशीलता र अलौकिक शक्तिहरूको माध्यमबाट आध्यात्मिक उन्नतिको लक्ष्य राख्छन् । गोरखनाथ र मत्स्येन्द्रनाथका शिक्षाले आजको आधुनिक योगको आधार तयार पारेको छ ।

नाथ सम्प्रदायकाअनुयायीहरू तपस्वी जीवन बिताउन ध्यान र साधनामा समर्पित हुन्छन् । त्यस्तै, यिनीहरू पारम्परिक रूपमा संन्यासको मार्ग अपनाउँछन्, तर केही गृहस्थनाथहरू पनि यस परम्परामा रहन्छन् । यसले नाथ सम्प्रदायलाई भिन्न-भिन्न सामाजिक र सांस्कृतिक परिवेशमा फैलाउन मद्दत पुर्याएको छ । (बासुदेवनाथ, २०२३)

नाथ पन्थले आफ्नो परम्परामा आधारित भएर चौरासी सिद्धहरू (८४ सिद्धहरू) को एक अद्वितीय नामावलीसमेत प्रस्तुत गरेको पाइन्छ । हरिद्वारस्थित नाथ केन्द्रद्वारा प्रकाशित श्रीनाथ रहस्य (२००३: ३०५-३०७) मा समावेश 'चौरासी सिद्धहरूको प्रार्थना'मा उल्लेख गरिएका नामहरूको सूची निकै रोचक देखिन्छ । यो सूची हठयोग प्रदीपिका र वज्रयान परम्पराको प्रेरणाबाट निर्मित वा त्यसमा आधारित देखिन्छ । यसमा समावेश केही नामहरू HP वा तिब्बती परम्परामा मात्रै पाइन्छन्, केही दुवैमा, जस्तै मीना, शाबर, काणिपा, विरूपाक्ष, चर्पटा, र सम्भवतः टिण्टिनी र काकचण्डी ।

ज्ञानेश्वर, निवृत्ति, मार्कण्डेय र याज्ञवल्क्यजस्ता नामहरू परम्परागत रूपमा नाथ वा सिद्ध परम्पर खासै देखिँदैनन् । तसर्थ, यी नामहरूको समावेशले यस सूचीलाई ऐतिहासिक र आधिकारिक स्वरूप दिने उद्देश्य राखेको देखिन्छ, साथै प्रतीकात्मक रूपमा चौरासी भन्ने संख्या पूरा गर्न खोजिएको देखिन्छ । बाँकी अन्य केही नामहरू नवनाथहरूको सूचीमा वा पछिल्लो ह्याजियोग्राफीहरूमा पाइन्छन्, जस्तैः ज्वालेन्द्र, गहिनी, धर्मा, रतन, मानिक, मस्ता आदि ।

यस सूचीमा विविध नामहरूको समावेशले यसलाई केवल सम्प्रदायिक सूची नभई, एक बहुपरम्परागत दृष्टिकोणमा आधारित सूची बनाएको देखिन्छ । हिन्दु परम्पराका नामहरू (जस्तै मार्कण्डेय, प्रकाश, ब्रह्म ई), बौद्ध परम्पराका (जस्तै नागार्जन, बुद्ध), र मुस्लिम नामहरू (जस्तै मल्लिक, गरीब, अल्लामा) को उल्लेखले यसले ऐतिहासिकता भन्दा पनि सांस्कृतिक अन्तरक्रियाको संकेत गर्दछ ।

यस अर्थमा यो सूची विशेष महत्वपूर्ण छ, जसले नाथ परम्पराको इतिहासमा देखिएको 'विकासक्रम' को आभास दिन्छ । नाथ पन्थ प्रारम्भमा हिन्दु (मुख्यतः शैव) र बौद्ध तत्त्वहरूको समिश्रणबाट पोषित भएको, र पछि मुस्लिम (विशेषतः सूफी) फकीरहरूसँगको अन्तर्क्रियामा पनि विकसित भएको परम्परा हो ।

जसरी वज्रयान बुद्धधर्मले चौरासी सिद्धहरूको सूची प्रस्तुत गरेको छ, त्यसैगरी नाथ वंशावलीले नौ नाथहरूको (नवनाथ) नाम सूचीबद्ध गर्ने परम्पराराखेको छ । यद्यपि, यो सूचीमा पनि एकरूपता छैन; विभिन्न स्रोतहरूमा नामहरू फरक-फरक पाइन्छन् । कतिपय अवस्थामा यी नवनाथहरूलाई व्यक्तिगत रूपमा नखुलाई सामूहिक रूपमा मात्र 'नवनाथ' भनेर सम्बोधन गरिन्छ र तिनको स्तुति प्रस्तुत गरिन्छ ।

राजस्थानबाट प्रकाशित एक देशीय नवनाथ वन्दना नामक भजनमा शिव र चौरासी सिद्धहरूको वन्दना गरेपछि तल उल्लेखित नामहरू प्रस्तुत गरिएको पाइन्छः

"ॐ नमो नवनाथ गण चौरासी गोमेश ।
आदिनाथ आदि पुरुष शिव गोरख आदेश ॥
शिव गोरख आदेश मच्छंदर ज्वाला करुणी नाग ।
गहनी चर्पटा रेवन वन्दो गोपी भर्तरी जाग ॥
नवदुर्गा नवनाथ में रच्यो बाँध्यो जग व्योम ।
सिद्धनाथ की वन्दना सोऽहम साखी ॐ॥"
(नाथ वाणी प्रकाशः १५)

यस वन्दनाले नाथहरूको धार्मिक प्रतिष्ठा र सांस्कृतिक गाथालाई दर्शाउँछ, विशेषगरी राजस्थानमा जहाँ नाथ संप्रदायको लोकप्रियता अत्यधिक छ र तिनको विषयमा लेखिएको साहित्यको संख्या उल्लेख्य छ ।

समग्रमा, नाथ सम्प्रदायको अध्ययन गर्दा यो स्पष्ट हुन्छ कि यसको दर्शन र अभ्यासले भारतीय र नेपाली समाजमा गहिरो प्रभाव पार्न सफल भएको छ । योग, ध्यान, र तन्त्रिका प्रयोगमार्फत यो सम्प्रदाय आध्यात्मिक उन्नतिको मार्ग खोल्दछ । यस सम्प्रदायको महत्व बुझ्न र यसको अभ्यासलाई जीवनमा उतार्नका लागि अझै थप अध्ययन र अनुसन्धानको आवश्यकता छ ।

दंडी सम्प्रदाय

दंडी सम्प्रदायपनि शैव परम्पराका एक महत्त्वपूर्ण हिस्सा हो । यो सम्प्रदायविशेष गरी तपस्वी जीवनशैली र संन्यासमा केन्द्रित छ । दंडी साधुहरूलाई विशेषगरी आचार्य, साधक र गुरुको रूपमा सम्मानितगरिन्छ। यी साधुहरूले व्रत र तपस्या गरेर आत्मज्ञान प्राप्त गर्ने प्रयास गर्छन् र भगवान शिवका विविध रूपहरूको पूजा गर्छन् । दंडी सम्प्रदायका अनुयायीहरू ब्रह्मचर्य र तपस्वी जीवनको पालन गरेर मुक्तिप्राप्त गर्ने विश्वास राख्छन् ।

दीगम्बर सम्प्रदाय

दीगम्बर सम्प्रदाय विशेष गरी जैन धर्मसँग सम्बन्धित छ र यसको अनुयायीहरूले बाह्य सम्पत्ति र भोगका वस्तुहरूको त्याग गर्दै तपस्वी जीवन यापन गर्छन् । दीगम्बर सम्प्रदायका साधुहरू नाङ्गो भएर जीवनयापन गर्छन्, जसले उनीहरूको पूर्ण रूपले भौतिक संसारको मोहबाट मुक्तिको प्रतीक हो । दीगम्बर जैन परम्परामा ध्यान, तपस्या, र उपव्रतहरूको महत्त्वपूर्ण स्थान छ ।

नागा सम्प्रदाय

नागा सम्प्रदाय एक विशिष्ट शैव सम्प्रदाय हो, जसका अनुयायीहरू शरीर र मानसिक बलको प्रयोग गरेर आत्मा र परमात्माबीचको एकता प्राप्त गर्नका लागि हठयोग, प्राणायाम र ध्यानका विभिन्न अभ्यासहरूमा संलग्न हुन्छन् । यी साधुहरू प्रायः तपस्या र ध्यानको माध्यमबाट शारीरिक र मानसिक अनुशासनमा विश्वास राख्छन् र भगवानशिवको आराधना गर्छन् ।

अन्यशैव सम्प्रदायहरू

कौल सम्प्रदाय

कौल सम्प्रदायतान्त्रिक शैववादको एक प्रमुख परम्परा हो, जसमाकाली र भैरव जस्ता उग्र शैव रूपहरूको पूजा गरिन्छ । यो सम्प्रदाय विशेष गरी बायाँ-हातमार्ग (वाममार्ग) मा आधारित छ र यसको

साधनामा अनुष्ठान, मन्त्रजप, मुद्राप्रयोग, र निषेधित पदार्थहरूको सेवन समेत समावेश हुन्छ। यस सम्प्रदायको प्रमुख उद्देश्य आत्मा र परमात्माको एकताप्राप्त गर्नु हो। कौल सम्प्रदायम ाशारीरिक सुख र भौतिक संसारको यथार्थता स्वीकार गरिन्छ र यीप्रथाहरू मार्फत साधकहरू आत्मज्ञानको प्राप्ति गर्छन्।

कपालिक सम्प्रदाय

कपालिक सम्प्रदायतान्त्रिक शैववादको एक रहस्यमय र तपस्वी परम्परा हो जसमापंचमकार तान्त्रिक पद्धतिहरूको प्रयोग गरिन्छ। कपालिक साधुहरू प्रायः खोपडीको प्रयोग गरेर तपस्या र ध्यान गर्छन् र शिवको विनाशकारी रूपको आराधना गर्छन्। यो सम्प्रदाय मुक्ति प्राप्ति र आत्मा र परमात्मा बीचको एकताप्राप्त गर्नको लागि कडा अनुशासन र तपस्यामा विश्वास राख्छ।

शैव सिद्धान्त

शैव सिद्धान्त शैव धर्मको पुरानो र प्रभावशाली दर्शन हो, जसमा शिवको पूजा अन्तिम वास्तविकताको रूपमा गर्न जोड दिइन्छ। यस सिद्धान्तमा, मुक्तिकालागि अनुष्ठान र भक्तिमहत्त्वपूर्ण छन्। यसले आत्मा र शिवबीचको द्वैतलाई मानेको छ र विश्वास गर्दछ कि आत्मा र शिवको मिलनमुक्तिहो।

शिवअद्वैत (गैर द्वैत शैववाद)

शिवअद्वैत शैववादको एक गैर-द्वैत दृष्टिकोण हो, जसमा परमात्मा र व्यक्तित्वआत्मा एक अर्कासँग असम्भाव रूपले एक छन्। यस परम्परामा साधकहरूले ध्यान र अनुष्ठान मार्फत आत्मा र परमात्माको एकतामा ध्यान केन्द्रित गर्दै मुक्तिप्राप्त गर्छन्।

पाशुपतशैव धर्म

पाशुपतशैव धर्म शैव धर्मको सबैभन्दा पुरानो परम्परा हो। यस परम्परामा भगवान पाशुपतिनाथको पूजा आराधन ागरिन्छ र संसारिक इच्छाहरूको त्याग गरी तपस्वी जीवन यापन गरिन्छ। पाशुपतशैव धर्मका साधकहरू कर्म र योगको माध्यमबाट भगवान पशुपतिनाथसँग एकता प्राप्त गर्ने विश्वास राख्छन्।

यी सबै सम्प्रदायहरू शैव धर्मको विविधता र गहिराइको प्रतिनिधित्व गर्छन् र प्रत्येक परम्पराले आध्यात्मिक मुक्ति र आत्मज्ञान प्राप्त गर्नका लागि भिन्न-भिन्नमार्गहरू र अभ्यासहरूको प्रयोग गर्छन्।

शैववाद र बर्णाश्रम जीवनका चरणहरू

बर्णाश्रम जीवन प्रणाली हिन्दू धर्मको परम्परागत दृष्टिकोण हो, जसमा जीवनलाई चार प्रमुख आश्रमहरूमा विभाजन गरिएको छ। यी आश्रमहरूका नामहरू ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ, र सन्यास हुन्। प्रत्येक आश्रमले जीवनका भिन्न-भिन्न चरणहरू र उद्देश्यहरूलाई प्रतिबिम्बित गर्दछ। शैववादमा, यी चार आश्रमहरूको सम्बन्ध आध्यात्मिक साधनामा महत्त्वपूर्ण छ, विशेष गरेर सन्यास आश्रमसँग, जुन शैव दर्शनमा अत्यन्तगहिरो र सार्थक भूमिका निभाउँछ।

ब्रह्मचर्य आश्रम (विद्यार्थी चरण)

ब्रह्मचर्य आश्रम जीवनको पहिलो चरण हो, जसमा मुख्य ध्यान शिक्षा र आत्म-अनुशासनमा केन्द्रित हुन्छ। शैव धर्ममा, यस चरणलाई एक साधकको प्रारम्भिक आध्यात्मिक यात्रा मान्न सकिन्छ। यसमा, साधकहरूले पवित्रशास्त्रहरूको अध्ययन गर्छन् र शिवका सिद्धान्तहरूमा मनन गरेर ध्यान र आत्म-नियन्त्रणका अभ्यासहरू सिक्छन्। जीवनको यो प्रारम्भिक अवस्था आध्यात्मिक उन्नतिको आधार निर्माण गर्ने समय हो। शैवदर्शनमा यस चरणलाई आध्यात्मिक अनुशासनको बलियो आधार बनाउने अवधि मानिन्छ।

गृहस्थआश्रम (गृहस्थ चरण)

गृहस्थआश्रम जीवनको दोस्रो चरण हो, जसमाव्यक्ति परिवार, विवाह र सांसारिक जिम्मेवारीहरूको

सामना गर्छ । शैव धर्मका अनुसार, यस चरणमा व्यक्ति संसारिक कार्य र आध्यात्मिक अभ्यास बीच सन्तुलन कायम गर्दै अघि बढ्छ । गृहस्थजीवनमा, कर्म योग का सिद्धान्तहरू महत्त्वपूर्ण हुन्छन्, जसले निःस्वार्थ सेवा र हर क्रियालाई भगवानशिवको सेवा मान्न आग्रह गर्दछ । शैववादमा यो अवधिमा व्यक्ति सांसारिक कर्तव्यहरू पूरा गर्दै पनि ईश्वरको पूजा र भक्ति साधना गर्दै आध्यात्मिक उन्नति हासिल गर्न सक्छ ।

वानप्रस्थआश्रम (निवृत्ति चरण)

वानप्रस्थआश्रम जीवनको तेस्रो चरण हो, जसमा व्यक्ति संसारिक कार्य र उत्तरदायित्वबाट क्रमशः निवृत्त हुन्छ । शैव धर्ममा यो चरण गहिरो आत्मनिरीक्षण र एकान्त आध्यात्मिक अभ्यासहरूमा ध्यान केन्द्रित गर्ने समय हो । वानप्रस्थआश्रममा व्यक्तिभौतिक संसारबाट अलग हुँदै ध्यान र साधना गरेर आत्मा र परमात्माबीचको एकताको अनुभूति गर्नको लागि तयारी गर्दछ । यस चरणको उद्देश्य शारीरिक र मानसिक शुद्धता प्राप्तगर्दै, अन्तिम आध्यात्मिक अनुभवको तयारी गर्नु हो ।

सन्यास आश्रम (त्याग चरण)

सन्यास आश्रम जीवनको अन्तिम चरण हो, जसमा व्यक्ति संसारिक सम्पत्ति र सम्बन्धहरूलाई त्यागेर पूर्णतया आध्यात्मिक मार्गमा समर्पित हुन्छ । शैववादमा, सन्यासलाई मोक्ष प्राप्ति र शिवसँग एकतामा मिलन को लागिअन्तिम चरणको रूपमा मानिन्छ । यो चरणमा, सन्यासी सबै सांसारिक आसक्तिहरूबाट मुक्त हुन्छ र शिवको गहिरो ध्यान, जप र आराधनामा संलग्न हुन्छ । शैववादी परिप्रेक्ष्यमा, सन्यास भनेको केवल भौतिक संसारबाट भाग्ने प्रक्रियामात्र होइन, यो आन्तरिक शुद्धता र दिव्य अनुभवको खोजी हो ।

शैववाद र बर्णाश्रमको सम्बन्ध

शैववादमा, प्रत्येक बर्णाश्रम चरणलाई आध्यात्मिक यात्रा र आत्मज्ञान प्राप्त गर्ने मार्गका रूपमा लिइन्छ । विशेष गरी सन्यासको चरण, जसले भौतिक संसार र सांसारिक मोहबाट पूर्ण मुक्तिप्राप्त गर्नका लागि भगवान शिवसँग एकताको उद्देश्य राख्छ, शैववादका सिद्धान्तसँग गहिरो मेल खान्छ ।शैव धर्मले जीवनको प्रत्येक चरणमा भक्ति, ध्यान र साधनाको महत्त्वलाई जोड दिँदछ, र प्रत्येक आश्रमलाई आध्यात्मिक परिपक्वता र उन्नतिहासिल गर्ने अवसरका रूपमा प्रस्तुत गर्छ ।

यसरी, वर्णाश्रम जीवन प्रणाली र शैववादका सिद्धान्तहरू एकअर्कासँग परस्पर सम्बन्धित छन् र साधकलाई एक दीर्घ आध्यात्मिक मार्गमा मार्गदर्शन गर्ने भूमिका निभाउँछन् ।

यस साहित्य समीक्षाकार्यले निर्वाण उपनिषद र अन्य संन्यास उपनिषदहरूको अध्ययनको माध्यमबाट शैव धर्म र त्यसकादार्शनिक दृष्टिकोणहरूको विश्लेषण गर्दछ । विशेष गरी, त्याग, आत्म-प्राप्ति, र मुक्तिको अवधारणामा यी उपनिषदहरूको महत्त्वलाई उजागर गरिएको छ । शैव धर्ममा शिवलाई सर्वोच्च देवता र मुक्ति प्राप्तिको अवतारको रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ, जहाँ त्याग र आत्म-ज्ञानको महत्त्व विशेष ध्यान केन्द्रित गरिएको छ । निर्वाण उपनिषदले त्याग र ध्यानमार्फत आत्मा र ब्रह्मको एकता अनुभव गर्ने मार्गको व्याख्यागर्दछ । यसका अतिरिक्त, शैव परम्पराका विभिन्न शाखाहरू जस्तै पाशुपत, तान्त्रिक शैववाद र अन्य सन्यास उपनिषदहरूले त्याग र आत्म-प्राप्तिको मार्गलाई समग्रमा पुनःपरीक्षण गर्दै शैव दर्शन र सन्यास जीवनको उद्देश्यको गहिरो दार्शनिक अवलोकन प्रदान गर्छन् ।

परिणाम र छलफल

निर्वाण उपनिषद, संन्यास उपनिषद, र भगवदगीताका अध्ययनले शैव धर्म र तिनका गहिरा दार्शनिक सिद्धान्तहरूलाई स्पष्ट रूपले उजागर गरेको छ । यी उपनिषदहरूले त्याग, आत्मज्ञान र मुक्ति प्राप्तिका विविध मार्गहरूलाई परिभाषित गरेका छन्, र भगवदगीता समेत आत्मा र परमात्माको एकता, कर्मयोग, भक्ति, र

ध्यानका माध्यमबाट मुक्ति प्राप्तिका पथहरूलाई व्याख्या गर्छ ।

भगवदगीतामा भगवानश्री कृष्णले अर्जुनलाई कर्म योग र भक्तिमार्गका बारेमा गहिरो शिक्षादिएका छन् । कृष्णका अनुसार, आत्मा अमर छ र केवल शरीरको विनाश हुन्छ, आत्मा नष्ट हुँदैन । गीतामा शंकराचार्य द्वारा व्याख्या गरिएको कर्म योग सिद्धान्तले स्पष्ट गर्छ कि कर्मलाई निष्कलंक र निष्काम रूपमा गर्नं आवश्यक छ, ताकि आत्मा मुक्तिप्राप्त गर्न सकोस् । कृष्णले भन्छन्, तिम्रो कर्तव्य केवलकर्म गर्नु हो, फलको चिन्ता नगर्नु ।" (भगवदगीता) यद्यपि कर्मको परिणामको बारेमाचिन्तानगरी निष्कामभावले कर्म गर्नं शैवदर्शन र उपनिषदका सिद्धान्तसँग मेल खान्छ, जसमा त्याग र अहंकारको समाप्ति महत्वपूर्ण छ ।

निर्वाण उपनिषद र संन्यास उपनिषदमा व्यक्तगरिएको त्यागको अर्थ केवल भौतिक संसारको अस्वीकृति मात्र होइन, अपितु अहंकार र सांसारिक इच्छाहरूबाट मुक्त हुनु हो । शैवदर्शनका अनुसार, ब्रह्म र आत्माको एकताप्राप्त गर्नका लागि त्याग र ध्यानआवश्यक छन् । गीतामा कृष्णले भन्छन् कि "जो व्यक्तिले सबै प्रकारका इच्छाहरूको त्याग गरी, ममा पूर्ण विश्वास राखेर कर्म गर्दछ, त्यो व्यक्तिको आत्मामसँग एक हो ।" (भगवदगीता ९.२२) यसमा कर्म र त्यागको महत्वलाई जोड दिइएको छ ।

शैवदर्शनमा आत्मा र ब्रह्मको एकता एक मौलिकविचार हो । निर्वाण उपनिषद र संन्यास उपनिषदहरूले यस एकतालाई अनुभूतिका रूपमा प्रस्तुत गरेका छन्, जहाँ शैव साधकले शिवसँग एकता प्राप्त गर्नका लागि त्याग र ध्यानको अभ्यास गर्दछ । गीताका अनुसार पनिआत्मा र परमात्मा एकतामा छन् र भक्ति, कर्म, र ज्ञानका माध्यमबाट आत्मज्ञान प्राप्त गर्न सकिन्छ । गीता का शिक्षाले शैववादको सिद्धान्तसँग मिल्दोजुल्दो देखिन्छ, जहाँआत्मा र ब्रह्मको एकता स्वीकार गरिन्छ र यथार्थ बुझ्नका लागि आत्मज्ञान आवश्यक छ ।

अन्ततः, भगवदगीता, निर्वाण उपनिषद, र संन्यास उपनिषदले त्याग, ध्यान, कर्मयोग, भक्ति, र आत्मज्ञानका माध्यमबाट मुक्ति प्राप्तिको मार्गलाई परिभाषित गरेका छन् । यी सिद्धान्तहरूले शैव धर्म र वेदान्तका गहिरा दार्शनिक विचारलाई बलियो बनाएका छन्, जसले साधकलाई ब्रह्मसँ गएकता अनुभव गर्नका लागि मार्गदर्शन गर्दछ । शैव धर्मका विभिन्न शाखाहरू जस्तै पाशुपत र तान्त्रिक शैववादम ापनि त्याग र ध्यानको महत्त्वलाई प्रमुख स्थान दिइएको छ । यस अध्ययनले शैवदर्शन र भगवदगीताका समानता समेत उजागर गरेको छ र धार्मिक र दार्शनिक पक्षमा गहिरो समझ प्रदान गरेको छ ।

श्रीमद्‌भगवद्‌गीतामा वर्णित भक्तियोग, कर्मयोग, र सन्यास

श्रीमद्‌भगवद्‌गीता अनुसार भक्तियोग, कर्मयोग, र सन्न्यास आध्यात्मिक अनुभूतिको तीन प्रमुखमार्ग हुन् । यी मार्गहरूले मानिसलाई मोक्ष प्राप्त गर्न प्रेरित गर्छन् । यहाँ यी तीन मार्गहरूको संक्षिप्त विवरण सम्बन्धित श्लोकहरू सहित प्रस्तुत गरिएको छ ।

१.भक्तियोग (भक्तिको मार्ग)

भक्तियोगले भगवान्‌प्रतिको भक्ति र पूर्ण समर्पणलाई मोक्ष प्राप्तिको साधनको रूपमा हेर्छ । यो मार्गले परमात्मासँग प्रेमपूर्ण सम्बन्ध स्थापना गर्न प्रेरित गर्छ र सबै जात, धर्म वा सामाजिक स्तरका व्यक्तिहरूका लागि खुला छ ।

मन्मनाभवमद्‌भक्तो मद्याजीमां नमस्कुरु । मामेवैष्यसि सत्यं ते प्रतिजाने प्रियोऽसि मे ॥ श्रीमद्‌भागवतगिताअध्याय ९, श्लोक ३४

"मेरो ध्यान गर, मेरो भक्त बन, मेरो पूजा गर, र मलाई प्रणाम गर। यसरी तिमी मेरोमा आउँछौ । यो म तिमीलाई वचन दिन्छु, किनभने तिमी मलाई अत्यन्त प्रिय छौ ।"

ये तु सर्वाणि कर्माणि मयि सन्न्यस्य मत्परः। अनन्येनैव योगेन मां ध्यायन्तउपासते ॥

तेषामहं समुद्धर्ता मृत्युसंसारसागरात् । भवामि न चिरात्पार्थ मय्यावेशितचेतसाम ।अध्याय १२, श्लोक ६-७

"जसले सबै कर्म मलाई समर्पण गर्छन्, मलाई परम लक्ष्य मान्छन्, र अनन्यभक्ति सहित मेरो ध्यान गर्छन्–म तीभक्तहरूलाई जन्म-मृत्युको महासागरबाट चाँडै उद्धार गर्छु।"

२. कर्मयोग (कर्मको मार्ग)

कर्मयोगले स्वार्थ रहित कर्म गर्न र त्यसको फलप्रति आसक्त नभई आफ्नो कर्तव्य पालन गर्न सिकाउँछ। यो मार्गले मानिसलाई धर्मसँग समर्पित भएर कर्म गर्न प्रेरित गर्छ।

कर्मण्येवाधिकारस्ते माफलेषु कदाचन । माकर्मफलहेतुर्भूर्मा ते सङ्गोऽस्त्वकर्मणि ॥ अध्याय २, श्लोक ४७

"तिमीलाई केवलकर्म गर्न अधिकार छ, तर त्यसको फलप्रति छैन। कर्मको फल तिमी आफैले उत्पन्न गर्छौ भन्ने सोच नगर, र निष्क्रियतामा आसक्त पनि नहौ।"

यज्ञार्थात्कर्मणोऽन्यत्रलोकोऽयं कर्मबन्धनः। तदर्थं कर्म कौन्तेय मुक्तसङ्गः समाचर ॥ अध्याय ३, श्लोक ९

"परमात्माको लागि समर्पण नभएका कर्मले यो संसारमा बाँध्छ। त्यसैले, हे कौन्तेय, आसक्तिबाट मुक्त भएर आफ्नो कर्तव्य पालन गर।"

३. सन्न्यास (त्याग)

गीतामा सन्न्यासले कर्मको फलप्रतिको मोह र अहंकार त्यागलाई जनाउँछ, भौतिक जीवनको केवल बाह्य त्यागलाई होइन। यो सन्न्यास कर्मयोगसँग गहिरो रूपमा सम्बन्धित छ, किनभने सच्चा सन्न्यासले इच्छा र आसक्तिबिनाको कर्म समावेश गर्छ।

अनाश्रितः कर्मफलं कार्यं कर्म करोतियः। स सन्न्यासी च योगी च न निरग्निर्न चाक्रियः ॥अध्याय ६, श्लोक १

"जसले कर्मको फलप्रति आश्रित नभई आफ्नो कर्तव्य पालन गर्छ, त्यही सच्चा सन्न्यासी र योगी हो, कर्म र अनुष्ठानबाट बाहिरिने मात्र होइन"

न हि देहभृताशक्यं त्यक्तुं कर्माण्यशेषतः। यस्तु कर्मफलत्यागी स त्यागीत्यभिधीयते ॥ अध्याय १८, श्लोक ११

"शरीरधारी प्राणीले सम्पूर्ण कर्महरू त्याग्न सक्दैन। तर जसले कर्मको फल त्याग गर्छ, त्यही सच्चा त्यागी मानिन्छ।"

४. तीनमार्गहरूको एकीकरण

गीताले यी मार्गहरूलाई मानिसको स्वभाव र जीवनको चरण अनुसार मिलाएर अभ्यास गर्न प्रेरित गर्छ।

भक्ति योगले भगवान्सँग भावनात्मक सम्बन्ध स्थापना गर्छ। कर्मयोगले दैनिक कर्मलाई धर्मसँग समायोजन गर्न प्रेरित गर्छ। सन्न्यासले आन्तरिक असक्ति उत्पन्न गरेर संसारमा सक्रिय रहेर पनि मुक्ति प्राप्त गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ। भगवान् श्रीकृष्णले अर्जुनलाई यी मार्गहरूको सन्तुलित अभ्यास गर्न सल्लाह दिन्छन्। उहाँका अनुसार भक्तियोग सर्वोत्तम मार्ग हो, किनभने यसले अन्यमार्गहरूलाई समेट्छ र पूर्ण भक्तिमार्फत तिनीहरूलाई पार गर्छ।

सन्न्यासः आदिशङ्कराचार्यको व्याख्या

आदिशङ्कराचार्य, अद्वैत वेदान्तकामहान् दार्शनिक र प्रवर्तक, सन्न्यासको गहिरो र सूक्ष्म व्याख्या प्रस्तुत गर्नुहुन्छ। उहाँको व्याख्याले सन्न्यासलाई बाह्य त्याग भन्दा पनि आध्यात्मिक सारमा जोड दिन्छ। शङ्कराचार्यका शिक्षामा सन्न्यास आत्म-ज्ञान (आत्म-ज्ञान) र ब्रह्मको (परम सत्यको) अनुभूतिको अन्तिम लक्ष्यसँग सम्बन्धित छ। यहाँ उहाँका शिक्षामा आधारित सन्न्यासका प्रमुख पक्षहरू समावेश गरिएका छ।

१. सन्न्यासको परिभाषा र सार

आदि शङ्कराचार्यका अनुसार सन्न्यास भनेको अज्ञान, अहंकार, र भौतिक संसार प्रतिको आसक्तिको त्याग हो । यो केवल सम्पत्ति वा सामाजिक भूमिकाहरू त्याग्नु मात्र होइन, अस्तित्वका द्वैततालाई पार गर्दै अद्वितीय ब्रह्मसँगको एकत्वको अनुभूति हो ।

उहाँले भगवद्गीता(१८:११) मा टिप्पणी गर्दै भन्नुभएको छ:

"सत्य सन्न्यास भनेको कर्मका सबै फलहरूको त्याग हो ।"

"बाह्य रूपमाकर्म त्याग गर्नु भनेको आन्तरिक रूपमा इच्छाहरूबाट मुक्त नभएसम्म मोक्षका लागि पर्याप्त हुँदैन ।"

२. सन्न्यासः मानसिक अवस्था

शङ्कराचार्यका अनुसार सन्न्यास मुख्य रूपमा मानसिक अवस्था हो । बाह्य सन्न्यास (औपचारिक सन्न्यास) ले आध्यात्मिक प्रगतिमा सहायता पुऱ्याउन सक्छ, तर सच्चा सन्न्यासी त्यो हो, जसले सांसारिक कर्ममा संलग्न हुँदै पनि आसक्ति रहित रहन्छ ।

भगवद्गीता (६:१) का शिक्षासँग यो मेल खान्छ:

"अनाश्रितःकर्मफलं कार्यं कर्म करोतियः । स सन्न्यासी च योगी च न निरग्निर्न चाक्रियः ॥"

"जसले कर्मको फलप्रति आश्रित नभई आफ्नो कर्तव्य पूरा गर्छ, त्यही सच्चा सन्न्यासी र योग ीहो, कर्म वा अनुष्ठान त्याग्ने मात्र होइन ।"

शङ्कराचार्यले ब्रह्म सूत्र मा टिप्पणी गर्दै भन्नुभएको छ:

"सन्न्यास भनेको बाह्य सम्पत्तिको त्याग मात्रहोइन, सम्पूर्ण इच्छाहरू र 'म' र 'मेरो' भन्ने अहंकारको समर्पण हो ।"

३. सन्यास र ज्ञानयोग (ज्ञानको मार्ग)

शङ्कराचार्यले सन्न्यासलाई ज्ञानयोगसँग जोड्नुहुन्छ, जसले आत्म-ज्ञानतर्फ पुऱ्याउँछ । उहाँका अनुसार सच्चा सन्न्यासमा समावेश हुन्छ:

विवेक (विभिन्नताबोध):नाशवान् र शाश्वतको बीचको भिन्नताबुझ्नु ।

वैराग्य (आसक्तिको अभाव):भौतिक सुखप्रतिको आकर्षण हटाउनु ।

आत्म-विचारको लागि समर्पणः आत्म-ज्ञान प्राप्तिको निरन्तर प्रयास ।

उहाँको विवेक चूडामणि माउल्लेख छ:"सन्न्यास भनेको मनमा उठ्ने सबै इच्छाहरूको त्याग हो। सच्चा सन्न्यासी त्यो हो, जसले 'म' र 'मेरो' भन्ने भावनालाई त्याग्छ र सर्वत्र आत्मालाई देख्छ ।"

४. सन्न्यास र मोक्ष (मुक्ति)

शङ्कराचार्यले सन्न्यासलाई मोक्ष प्राप्तिकालागि अनिवार्य मान्नु हुन्छ । यसले अहंकार र अज्ञानको विघटनमा सहायता गर्छ, जुनबन्धनका जड हुन् । उहाँले भगवद्गीता(१८:६६) मा टिप्पणी गर्दै भन्नुभएको छ:

"सर्वधर्मान् परित्यज्यमामेकं शरणं व्रज ।
अहं त्वां सर्वपापेभ्यो मोक्षयिष्यामिमा शुचः ॥"

"सबै धर्म त्याग गरी केवलमलाई शरण गर । यो नै सन्न्यासको उच्चतम रूप हो ।"

यस श्लोकले अहंकारको त्याग र ब्रह्मसँगको एकत्वमोक्षको सार हो भन्ने कुरालाई जनाउँछ ।

५. बाह्य सन्न्यास र आन्तरिक सन्न्यास

शङ्कराचार्यले दुई प्रकारका सन्न्यास भिन्न गर्नुभएको छ:

बाह्य सन्न्यासः सांसारिक कर्तव्य, सम्पत्ति, र सामाजिकभूमिकाहरूको शारीरिक त्याग ।

आन्तरिक सन्न्यासःआसक्ति, इच्छाहरू, र अज्ञानको त्याग, जुनआध्यात्मिकप्रगतिकालागिअत्यावश्यक छ । बाह्य सन्न्यासले आध्यात्मिक ध्यानमा सहायता पुऱ्याउन सक्छ, तर उहाँका अनुसार आन्तरिक सन्न्यास नै मुक्ति प्राप्तिको साँचो मार्ग हो ।

६. सन्न्यासको अभ्यास

शङ्कराचार्यले सन्न्यासकालागि व्यावहारिक दिशानिर्देश दिनुभएको छः

विवेक (विभिन्नताबोध)ः संसारको नाशवान् प्रकृतिलाई बुझेर ब्रह्ममा केन्द्रित रहनु ।

वैराग्य (आसक्तिको अभाव)ःइन्द्रीय सुख र भौतिक उद्देश्यबाट मुक्त रहनु ।

शम–दम (मन र इन्द्रियहरूको नियन्त्रण)ः आन्तरिक शान्ति र आत्म–नियन्त्रणको विकास।

श्रवण, मनन, र निदिध्यासनःशास्त्रहरूको अध्ययन, शिक्षाको मनन, र आत्मामाध्यान।

७. आधुनिक सन्दर्भमा सन्न्यास

शङ्कराचार्यले आफ्नो समयका लागि औपचारिक सन्न्यासको महत्त्व दिएपनि उहाँका शिक्षाहरू गृहस्थहरूका लागि पनि सान्दर्भिक छन् । उहाँका अनुसार आन्तरिक असक्ति र समर्पणको दृष्टिकोण संसारमा सक्रियभएर पनिअभ्यास गर्न सकिन्छ ।

आदि शङ्कराचार्यका लागि सन्न्यास सामाजिक संस्था मात्र होइन, एक गहिरो आध्यात्मिक अनुशासन हो, जसले आत्मा (आत्मा) र ब्रह्मको एकताको अनुभूति गराउँछ । यो सबै आध्यात्मि कअभ्यासहरूको पराकाष्ठा र मोक्षतर्फको ढोका हो । उहाँका शिक्षाहरूले साँचो सन्न्यास अज्ञान र अहंकारलाई त्याग्नमा छ भनी सम्झाउँछन्, केवल भौतिक सम्पत्ति त्याग्नमा होइन । सन्न्यासमार्फत, मानिस द्वैतको भ्रमलाई पार गरी मोक्षको अन्तिम लक्ष्य प्राप्त गर्दछ ।

त्याग संन्यास हो, जसलाई निर्वाण उपनिषद र अन्य संन्यास उपनिषदहरूमामुक्ति (मोक्ष) को मार्गको रूपमा व्याख्या गरिएको छ । मुख्य बुँदाहरू यसप्रकार छन् ।

त्याग र मुक्तिः

त्यागलाई केवलभौतिक सम्पत्ति र सामाजिक सम्बन्धहरूबाट अलग हुने कार्य मात्र होइन, अहंकार र झूटो आत्म-पहिचानबाट गहिरो आत्मिक अलगावको रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । संसारको मोहलाई त्यागेर आत्मा र ब्रह्मको एकताअनुभव गर्नु मोक्षको लागि अनिवार्य मानिन्छ ।

ध्यानको भूमिकाः

ध्यानलाई आत्म साक्षात्कारको लागि आवश्यक साधन मानिन्छ । उपनिषदहरूले ध्यानलाई चेतनाको उच्चअवस्थातर्फ पुऱ्याउने माध्यमका रूपमा व्याख्या गर्छन्, जहाँ साधकले शरीर र मनको सीमाहरू पार गर्दै आत्मा र ब्रह्मको एकताको अनुभवगर्दछ ।

शैववादमाशिव र मोक्षः

शिवलाई ब्रह्मसँग पहिचान गरिएको छ र यस एकताको अनुभूति नै मुक्तिको कुञ्जीहो । शिवलाई सृष्टि र विघटनको अन्तिम कारण मान्दै, शिवसँगको एकताबाट जन्म-मृत्युको चक्रलाई पार गर्न सकिन्छ ।

मोक्षको प्रकृतिः

मोक्षलाई भौतिक संसारबाट भाग्ने कार्य होइन, तर आत्माको सत्य स्वरूपको अनुभूति मानिन्छ। यो अनुभूतिव्यक्तिगतआत्मा (आत्मा) र परम सत्य (ब्रह्म) बीचको गैर-द्वैत एकतालाई स्वीकार्नु हो ।

संन्यासीहरूको गुणहरू :

प्रबुद्ध संन्यासीहरू (परमहंसहरू) ले संसारिक मोह त्यागेर भित्री शुद्धता र आध्यात्मिक लक्ष्यप्रति दृढता

देखाउँछन् । तिनीहरू दया, करुणा, सन्तोष, र आत्मनिरीक्षणजस्ता गुणहरूको मूर्त रूप हुन् ।

जीवनशैली र अभ्यासः

संन्यासीहरू घद्रमन्ते जीवन बिताउँछन्, सांसारिक सम्बन्धहरूबाट अलग रहन्छन्, र केवलमोक्ष प्राप्तिको लागि साधनाको मार्गमा अग्रसर हुन्छन् । उनीहरूको जीवनशैलीले भोगको त्याग, सन्तोष, र आत्म साक्षात्कारप्रतिको समर्पणलाई झल्काउँछ ।

निर्वाण उपनिषदहरुले त्याग, ध्यान, र गैर-द्वैतको अनुभूतिलाई आध्यात्मिकमुक्तिको मुख्यआधारका रूपमाव्याख्या गरेको छ ।

धैर्यकन्था । उदासीन कौपीनम् । विचारदण्डः ।ब्रह्मावलोकयोगपट्टः ।श्रियां पादुका । परेच्छाचरणम् । कुण्डलिनीबन्धः । परापवादमुक्तो जीवन्मुक्तः । शिवयोगनिद्रा च । खेचरीमुद्रा च । परमानन्दी । निर्गतगुणत्रयम् । विवेकलभ्यं मनोवागगोचरम् ।अनित्यं जगद्यज्जनितं स्वप्नजगदभ्रगजादितुल्यम् । तथादेहादिसङ्घातं मोहगुणजालकलितं तद्रज्जुसर्पवत्कल्पितम् । विष्णुविद्यादिशताभिधानलक्ष्यम् । अङ्कुशो मार्गः । शून्यं न सङ्केतः । परमेश्वरसत्ता । सत्यसिद्धयोगो मठः ।अमरपदं तत्स्वरूपम् । आदिब्रह्मस्वसंवित् । अजपागायत्री ।विकारदण्डो ध्येयः ।

सन्यासीहरूको जीवनशैलीमा धैर्य, सहनशीलता, र दृढतालाई मुख्य गुणको रूपमा व्याख्यागरिएको छ। यी गुणहरूलाई उनीहरूको आन्तरिक शान्ति र लचिलोपनको लागि सुरक्षात्मक “रजाई”सँग तुलन ।गरिएको छ, जसले उनीहरूलाई बाह्य अशान्तिहरूबाट जोगाउँछ । भौतिकवादप्रति उदासीनता उनीहरूको “कम्बरको कपडा“ हो भने, धार्मिक विचारहरूलाई उनीहरूको “कर्मचारी” र ब्रह्ममा केन्द्रित जीवनलाई “पोशाक“का रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ । धनलाई नगण्य मान्दै, केवल “जुत्ता” जस्तो हेर्ने दृष्टिकोणले उनीहरूको भौतिक सम्पत्तिप्रतिको दृष्टिकोण देखाउँछ ।

कुण्डलिनी ऊर्जालाई बाँधहरूसँग तुलना गरिएको छ, जसलाई जगाएर उनीहरू आध्यात्मिक ऊर्जा र मुक्तिप्राप्त गर्न खोज्छन् । संसारमाउपस्थित रहे पनि, सन्यासीहरू सांसारिक बन्धनबाट मुक्त रहन्छन । भगवानसँग एक हुने प्रतीकात्मक निद्रामा उनीहरूले योग अभ्यास (जस्तै खेचरी मुद्रा) बाट परम आनन्द अनुभव गर्छन् ।

तीन गुणहरू (सत्व, रजस, तमस) माथि उठेर तटस्थ रहने, संसारका क्षणिक र भ्रामक स्वरूपहरूलाई चिन्ने, र ब्रह्मलाई बुद्धि र आत्म-चेतनाबाट मात्रअनुभूत गर्ने मार्गमाउनीहरू अग्रसर छन् । संसारलाई सपनाको परिवर्तनशील आकारसँग तुलना गरिएको छ, र शरीरलाई अज्ञानताका कारण विकृत मानिएको छ, जस्तै डोरीलाई सर्प ठानेर भ्रममा पर्ने अवस्था ।

ब्रह्मा, विष्णु, र शिव जस्ता नामहरूले चिनिने ब्रह्म नै प्रत्येक प्राणीको अन्तिम लक्ष्यहो । ब्रह्मको अनुभूतिका लागि आत्म-संयम, ध्यान, र सही मार्गदर्शन आवश्यक छ । दिव्यभगवान नै परम गन्तव्य र अधिकार हुनुहुन्छ । साँचो योग र तपस्या, गहिरो ध्यान, र ब्रह्म-आत्माएकताको निरन्तर स्मरणमार्फत मुक्तिप्राप्त हुन्छ ।

मुक्ति भनेको संसारका सबै त्रुटिहरू र बन्धनलाई हटाएर आत्मा र ब्रह्मको अद्वैत एकतालाई अनुभूत गर्नं हो, जुन गायत्रीमन्त्रको जप जस्तै निरन्तर अभ्यासद्वारा प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

मनोनिरोधिनीकन्था। योगेन सदानन्दस्वरूपदर्शनम्।आनन्दभिक्षाशी।महाश्मशानेऽप्यानन्दवने वासः।एकान्तस्थानम्। आनन्दमठम्। उन्मन्यवस्था। शारदा चेष्टा। उन्मनीगतिः। निर्मलगात्रम्। निरालम्बपीठम्। अमृतकल्लोलानन्दक्रिया। पाण्डरगगनम् । महासिद्धान्तः । शमदमादिदिव्यशक्त्याचरणे क्षेत्रपात्रपटुता ।परावरसंयोगः । तारकोपदेशाः । अद्वै

तसदानन्दो देवता ।

सन्यासीहरूको जीवनशैलीले चंचल र लापरवाह मनलाई आत्म-नियन्त्रणद्वारा स्थिर बनाउने प्रयास गर्दछ, जसलाई रजाई वा गद्दाको रूपमा तुलना गरिएको छ। यसले स्थिरता र शान्तिप्रदानगर्दछ। ब्रह्मप्रतिस्थिर र सूक्ष्म दृष्टिकोण राख्दै, उनीहरू ध्यानमा मग्न रहन्छन्, जहाँ आनन्द र परमानन्दले उनीहरूको आध्यात्मिक पोषणको रूपमा काम गर्छ ।

सन्यासीहरू भौतिक परिवेशबाट पूर्णत:अलग जीवन बिताउँछन्। श्मशान होस् वा आनन्दम यवन, उनीहरूको अनुभव समान रहन्छ । शान्त, एकान्त र प्राकृतिक स्थानहरू उनीहरूको मठ हुन्, जसले उनीहरूलाई शान्ति र आत्मचिन्तनको अवसर दिन्छ । उनीहरू अडिग, शंका र भ्रमबाट मुक्त, तथास्थिर जीवनको उदाहरण हुन् ।

उनको कार्य र आचरण अरूलाई प्रेरणा दिने खालको हुन्छ । तिनीहरूको जीवन पूर्व-निर्धारित र निश्चित छ। उनीहरूको शरीर पवित्र, पापरहित, र संसारको दूषित प्रभावबाट अछुतो रहन्छन् । उनीहरूको कुनै स्थायी वासस्थान हुँदैन; उनीहरूको प्राकृति कअवस्था भनेको अमृतको सागरमा डुबेर अनन्त आनन्द र आध्यात्मिक अनुभव प्राप्त गर्नु हो ।

सन्यासीहरूको दर्शनले अन्तरिक्षको विशालता, सर्वव्यापकता, अलगाव, र पूर्णताको गुणलाई प्रतिबिम्बित गर्दछ । उनीहरू आत्म-संयम, सहनशीलता, र सहिष्णुताको अभ्यासमा समर्पित छन् । ब्रह्मसँग एकता प्राप्त गर्न उनीहरू निरन्तर प्रयत्नशील रहन्छन् ।

उनीहरूको आध्यात्मिक अभ्यास र प्रचारले आत्माको मुक्ति र ब्रह्म-आत्माको अद्वैत (गैर-द्वैत) सिद्धान्तमा आधारित छ। यसले शुद्ध चेतना र सर्वोच्च स्वरूपको शाश्वत आनन्दलाई प्रतिनिधित्व गर्दछ। यस प्रकार, सन्यासीहरू ब्रह्मसँग मिल्न जीवन समर्पित गर्छन् र अनन्त सत्यको मार्गमा अघि बढ्छन् ।

तपस्वीजीवन र निर्वाण उपनिषदको दार्शनिक दृष्टिकोण

नियमः स्वातरिन्द्रियनिग्रहः । भयमोहशोकक्रोधत्यागस्त्यागः । अनियामकत्वनिर्मलशक्तिः ।स्वप्रकाशब्रह्मतत्त्वे शिवशक्तिसम्पुटित प्रपञ्चच्छेदनम् । तथा पत्राक्षाक्षिकमण्डलुः । भवाभावदहनम् । बिभ्रत्याकाशाधारम् । शिवं तुरीयं यज्ञोपवीतम् । तन्मयाशिखा । चिन्मयं चोत्सृष्टिदण्डम् । सन्तताक्षिकमण्डलुम् । कर्मनिर्मूलनं कन्था । मायाममताहङ्कारदहनम्।स्प्रशाने अनाहताङ्गी।निस्त्रैगुण्यस्वरूपानुसन्धानं समयम्।भ्रान्तिहरणम्।कामादिवृत्तिदहनम्। काठिन्यदृढकौपीनम् । चीराजिनवासः । अनाहतमन्त्रः ।अक्रिययैव जुष्टम् । स्वेच्छाचारस्वस्वभावो मोक्षः परं ब्रह्म । प्लववदाचरणम् । ब्रह्मचर्यशान्तिसंग्रहणम् ।ब्रह्मचर्याश्रमेऽधीत्य ससर्वसंविन्न्यासं संन्यासम् ।अन्ते ब्रह्माखण्डाकारम् । नित्यं सर्वसन्देहनाशनम् । एतन्निर्वाणदर्शनम् ।

तपस्वीहरूले कडा अनुशासन पालन गर्दै आफ्ना इन्द्रियहरूमा संयम र नियन्त्रणको अभ्यास गर्छन् । उनीहरूका लागि साँचो त्याग भनेको डर, आसक्ति, शोक, र क्रोधलाई त्याग्नु हो । उनीहरू सर्वोच्च ब्रह्मसँग एकताको दिव्य अनुभवमा रमाउँछन् । उनीहरूको शक्तिअरूलाई सम्मान नगरी वा तिरस्कार नगरी समान व्यवहार गर्नमा निहित छ। तिनीहरूले संसारको भ्रमलाई हटाएर, यसलाई खोक्रो रूपमा हेर्छन् र आत्म-ज्ञानद्वारा शिव र शक्तिको दिव्यता भोग्छन्। स्थूल, सूक्ष्म, र कारण शरीरलाई पार गर्दै उनीहरूले आफ्नो आत्म-स्वरूपको पहिचान गर्छन्। प्रतीकात्मक रूपमा आकाश धारण गर्ने उनीहरूको स्वभाव असीमितता र स्वतन्त्रताको प्रतिक हो । शिवलाई, जो परम सत्य र आनन्दका प्रतिनिधि हुन्, आफ्नो जनैको रूपमा स्वीकार्छन् ।

माया, सर्वोच्च ब्रह्माण्डीय ऊर्जा, तिनीहरूको दिव्यशक्तिको प्रतीक हो। सबै सृष्टि - सजीव र निर्जीव - ब्रह्मको अभिव्यक्तिभएको मान्दै उनीहरू निःस्वार्थ कार्य र फलप्रति निर्लिप्त रहने जीवनशैली अपनाउँछन्।

तिनीहरूले भ्रम, आसक्ति, र अहंकारलाई जलाउँदै, सांसारिक बन्धनबाट आफूलाई मुक्त गर्छन् ।

तपस्वीहरूको साधना र जीवनशैलीको महत्वपूर्ण पक्ष भनेको शुद्ध आत्मामा ध्यान केन्द्रित गर्नं हो । तिनीहरू लगनशीलताका साथ वासनालाई नष्ट गर्छन् र आत्म-संयमको अभ्यास गर्छन् । हिरणको छालाको प्रयोग र लङ्गौटी लगाएर, तिनीहरूले तपस्वी जीवनको गहनता देखाउँछन् । मौनताको अभ्यासले उनीहरूलाई "ओम" को ब्रह्माण्डीय अनुनाद महसुस गराउँछ ।

निर्वाण उपनिषदको उपसंहार

निर्वाण उपनिषदले मुक्ति, निर्वाण, र शाश्वत ब्रह्मसँगको एकतालाई प्राथमिकता दिन्छ ।यसले सन्देश दिन्छ कि ज्ञान त्यही व्यक्तिलाई दिनु पर्छ, जसले साँचो प्रतिबद्धता र श्रद्धा देखाउँछ ।

सन्यासीहरूले आफ्नो त्याग र साधनाबाट मानव समाजलाई नैतिक, बौद्धिक, र आध्यात्मिक उन्नतिको मार्ग प्रदान गर्छन् । तिनीहरूको जीवनले सबै पेशाका व्यक्तिहरूलाई उच्चआदर्शका लागि प्रेरित गर्दछ । उनीहरूको आध्यात्मिक ज्ञान र दृढ संकल्पले हिंसा, भेदभाव, र अज्ञानताको अन्त्यगर्दै विश्वव्यापी सद्भाव र मानवताको एकताको भावना विकास गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ ।

सन्यासीहरू मानवता र अध्यात्मको मार्गदर्शक प्रकाशहुन्। उनीहरूको जीवनले निस्वार्थ सेवा, नैतिकता, सरलता, र आत्म-अनुभूतिलाई मूर्त रूप दिन्छ। यसरी, उनीहरू मानव जातिका लागि आदर्शको स्रोत र प्रेरणाका केन्द्र हुन् ।

निष्कर्ष:

शैव धर्मका विभिन्न अभ्यासहरू, भगवदगीता र उपनिषदका शिक्षाहरूले भक्तिमार्ग, कर्म योग, तपस्वी जीवन र तन्त्र साधनाका माध्यमबाट आत्म-प्राप्ति र शिवसँग एकताको उच्चतम लक्ष्यलाई प्राप्त गर्नका लागि उपयुक्त मार्गदर्शन प्रदान गरेका छन् । भक्तिमार्गमा भक्तले शिवप्रतिको प्रेम र समर्पणमा ध्यान केन्द्रित गर्दछन्, भने कर्म योगले कर्मका माध्यमबाट आत्म-प्राप्ति र शुद्धता प्राप्त गर्नका लागि मार्गदर्शन गर्दछ। तपस्वी जीवनले अनुशासन र त्यागको अभ्यास मार्फत आत्मज्ञानको मार्ग खोल्छ, जबकि तन्त्र साधनाले ब्रह्मसँग एकताको दिव्यअनुभूति प्रदान गर्दछ । भगवदगीता र उपनिषदका शिक्षाहरूले शैव धर्मका गूढ तान्त्रिक अभ्यासहरूमा पनि महत्त्वपूर्ण दृष्टिकोण र सन्देश दिइरहेका छन् । यी सबै पद्धतिहरूका समग्र अभ्यासले आत्मज्ञान र मुक्तिप्राप्तिको लागि विभिन्न मार्गहरू प्रस्तुत गरेका छन्, जसले शैव धर्मका विश्वास र अभ्यासहरूको गहिराइमा जाने अवसर प्रदान गर्दछ ।

ॐ वाङ्मे मनसीतिशान्तिः ॥

सन्दर्भ:

केन्द्रीयहिन्दू कलेज सनातन धर्मः हिन्दू धर्म व नैतिकता का एक प्राथमिक पाठ्यपुस्तक क्रिएटिभ मिडिया पार्टनर्स (२०२२) ।

डा. माधव प्रसाद पाण्डेय । सनातन धर्मको मूलप्रवाह सनातन विद्धत परिषद् नेपाल, २०८१)

परमेश्वरानन्द, स्वामी, शैववाद का विश्वकोश सरूप एंड संस। २००४)

ओलिभेल प्याट्रिक सन्यास उपनिषदः संन्यास र त्यागमाहिन्दू शास्त्रहरू अक्सफोर्ड विश्वविद्यालय प्रेस । (१९९२) ।

शंकराचार्य, स्वामी. शंकराचार्यका उपनिषद् प्रवचन (डा. राजीवशर्माद्वारा अनुवाद). जयपुरः धर्म संस्कृतिप्रकाशन. (२००६)

राधाकृष्णन उपनिषद. ऑक्सफोर्ड यूनिवर्सिटी प्रेस। (१९३१)

स्वामीनीरगुणानंद, और हरिब्रह्मेन्द्रानंद सन्यासः सिद्धांत और अभ्यास. २०२२)

बासुदेवनाथ (२०२३, नोभेम्बर १). नाथ परम्पराको परिचय. न्यूज़कोसेली। प्राप्तभएको लिंकःhttps://newskoseli.com/archives/42393

श्रीहरिकृष्ण, दास. अनु.श्रीमद्भगवदगीता (श्रीशंकराचार्य भाष्य सहित). गीता प्रेश गोरखपुर (२०१०).

हट्टंगडी, एस. (अनुदित संपादित)। (२०१८। निर्वाण उपनिषद. वैदिक परंपरा.प्राप्तभएको लिंकःhttps://sanskritdocuments.org/doc_upanishhat/nirvana.pdf

पन्त, अर्जंन देव (२०१९) वेदान्तदर्शनसार, रत्न पुस्तक भण्डार, नेपाल ।

सावन्त, चितरञ्जन (२००३) वैदिकचिन्तनविजयकुमार गोविन्धम् हशानन्, भारत ।

Sanderson, A. (1985). Purity and Power among the Brāhmans of Kashmir.

Stearns, C. (1996). Historical Perspectives on Nāth Yoga.

Vajracarya, Dhanavajra (1975).

Regmi, D.R. (1966). Medieval Nepal