INTERNATIONAL JOURNAL OF CREATIVE RESEARCH THOUGHTS
VOLUME 3, ISSUE 12, DECEMBER 2015 ISSN: 2320-2882(ONLINE)
ORIGINAL ARTICLE
Impact Factor: 0.345(GIF)
www.ijcrt.net

कुण्डलिनी शक्ति का स्वरूप

आयुष कुमार

शोध छात्र (योग विज्ञान)
पतंजलि विश्वविद्यालय, हरिद्वार

शोध सार:

हठयोग ग्रंथों में कुण्डलिनी शक्ति एक बहुत ही महत्वपूर्ण शक्ति के रूप में स्थापित है। कुण्डलिनी शक्ति का जागरण एवं इस शक्ति का षिव से मिलन ही नही हठयोग का मुख्य उद्देष्य है। हठयोग ग्रंथों में इस शक्ति के ही सहस्रार में पहुंचने को मुख्य उद्देष्य माना गया है। कुण्डलिनी शक्ति के स्वरूप को ग्रंथों में बहुत ही विस्तार के साथ वर्णित किया गया है। शब्दों की भिन्नता के बावजूद भी कुण्डलिनी शक्ति के बारे में इतना तो स्पष्ट ही कहा जा सकता है कि यह शक्ति शरीर में सुप्त रूप से स्थित विलक्षण शक्ति है जो कि जाग्रत होने पर मानव को अद्वितीय क्षमताओं का स्वामी बना देती है। उपनिषदों एवं मनिषियों के द्वारा कुण्डलिनी शक्ति के बारे में विस्तार से वर्णन किया गया है। कुण्डलिनी शक्ति प्रकृति से परे है, यह व्यक्ति का विकास करती है। यह शक्ति व्यक्ति के रचनात्मक गुणों का विकास करती है। यह शक्ति हठयोग के अभ्यास से प्राण शक्ति का सहारा लेकर मूलाधार से ऊपर उठती है और जैसे जैसे यह ऊपर उठती जाती है वैसे–वैसे व्यक्ति विषिष्ट क्षमताओं से युक्त होता जाता है।

परिचय:

कुण्डलिनी शब्द की उत्पत्ति 'कृ' धातु से हुई है, जिसका अर्थ है, कुण्ड अर्थात् खोह या गढ्ढा। कुण्डलिनी शक्ति का भी यही अर्थ है, गहरी खाई या गढ्ढे में स्थित किसी वस्तु का तब तक पता नहीं चलता जब तक वह वस्तु या तो गढ्ढे में उतरकर न देखी जाए अथवा उसे बाहर निकालकर न लाया जाएँ। कुण्डलिनी भी इसी प्रकार की एक शक्ति है, जो सुप्त अवस्था में है, इसकी आकृति भी गोलाई के आकार में है, जब तक इस शक्ति का जागरण नहीं होता तब तक व्यक्ति को शरीर में छुपी हुई अद्भूत क्षमताओं एवं संभावनाओं के बारे में पता नहीं चलता हैं अपनी इन विशेषताओं के आधार पर इस शक्ति का नाम कुण्डलिनी शक्ति रखा गया है। जो शरीर रूपी इस कुण्ड में 'अर्थात हमारा शरीर इतना विलक्षण है कि

इसकी विशेषताओं का ही पूर्ण ज्ञान नहीं है, जो कुछ भी ब्रह्माण्ड में है वह इस शरीर में है (यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे) छिपी हुई है। हठयोग से सम्बन्धित उपनिषद ग्रंथों में भी कुण्डलिनी शक्ति के बारे में इसी प्रकार का वर्णन किया है।

कुण्डलिनी शक्ति की व्याख्या करते हुए विभिन्न ग्रंथों में बडी ही व्यापकता के साथ भिन्न–भिन्न शब्दों में व्याख्यापित किया गया है। परन्तु वास्तव में वह एक ही स्वरूप को प्रकट करते हैं अर्थात मानव में निहित अद्वितीय शक्ति जो व्यक्ति को दिव्यता प्रदान करती है। प्रस्तुत शोध पत्र में उपनिषदों एवं मनीषियों के उद्वरणों की सहायता लेकर कुण्डलिनी शक्ति के इसी स्वरूप को प्रकट करने का प्रयास किया गया है।

स्वरूपः

योग चूड़ामन्युपनिषत् में कुण्डलिनी का वर्णन करते हुए कहा गया है कि कन्द के उर्ध्व भाग में कुण्डलिनी शक्ति आठ कुण्डलों से व्याप्त है और वहीं पर अपने मुख से ब्रह्मद्वार के मुख को ढ़के रहती है। जिस ब्रह्मद्वार के मुख से जीव को निष्पाप होकर जाना होता है, उसी द्वार को अपने मुख से ढककर यह परमेश्वरी शक्ति सोई पड़ी है। योगाग्नि से जाग्रत होकर वह मन और प्राणसहित सुषम्णा से होती हुई सूई के समान ऊपर की ओर चलती है। जिस प्रकार कुंजी से घर का दरवाजा खोला जाता है, उसी प्रकार योगी कुण्डलिनी शक्ति द्वारा मोक्ष का दरवाजा खोले।[1]

जाबालदर्शनोपनिषत् में भी कुण्डलिनी का वर्णन इसी प्रकार किया गया है– वहां भगवान दत्तात्रेय अपने शिष्य सांकृति को बताते है।

नाभिकंद के दो अंगुल नीचे आठ प्रकतियों से युक्त कुण्डली है। यह कुण्डली वायु के प्रयत्न एवं अन्न जल आदि को रोककर सदा नाभिकंद के दोनों पार्श्वो को घेरे रहती है, तथा अपने मुख से ब्रह्मरन्ध्र के मुख को आवृत्त किए रहती है।[2]

इसी प्रकार का वर्णन **त्रिशिखब्राह्मणोपनिषत्** में भी आता है। वहां गुरू आदित्य अपने शिष्य त्रिशिख ब्राह्मण के समक्ष वर्णन करते है। कुण्डलिनी शक्ति अष्टधाप्रकृतिरूप है। यह अग्निरूप नित्य है योगकाल में यह वायु एवं अग्नि से जाग्रत होकर नाग के समान उज्जवल होकर हृदयाकाश में चमकने लगती है।[3]

योगकुण्डल्युपनिषत् में ऋषि लिखते हैं–

कुण्डलिनी कमल की नाल के समान होती है, मूलकंद सर्प फन के अगले भाग के समान जैसा कमल का कन्द होता है दिखता है यह अपनी पूँछ को मुँह में लिए ब्रह्मरन्ध्र के मुख को ढंककर सोती है।[4]

ध्यानबिन्दुपनिषत् में भी कुण्डलिनी शक्ति को परमेश्वरी कहा गया है जो मोक्षद्वार (ब्रह्मस्थान का मार्ग) को मुँह से ढ़ककर सोती है। जैसे चाबी से ताला खुलता है वैसे कुण्डलिनी से मोक्षद्वार खुलता है। ऋषि लिखते है–

मुखेनाच्छाद्य तद्द्वारं प्रसुप्ता परमेश्वरी।

उद्घाटयेत्कपाटं तु यथा कुञ्चिकया हठात्। (ध्यानबिन्दु उ. 66–67)

कुण्डलिनी शक्ति के हठयोगग्रंथों एवं उपनिषद ग्रंथों में वर्णन के अनुसार यह शक्ति ईश्वरीय शक्ति है जो व्यक्ति के जीवन लक्ष्य अर्थात मोक्ष की प्राप्ति में सहायक है। इसी के जागरण से शक्ति प्राप्त कर जीव प्रभु दर्शन में समर्थ बन सकता है। इसी प्रकार का वर्णन कुण्डलिनी शक्ति के संबंध में आधुनिक काल के विद्वानों का भी है।

आर्थर एवलॉन अपने ग्रंथ 'इन्ट्रोडक्शन टू तंत्र सार' में लिखते है। कुण्डलिनी शक्ति तेजोमयी जीवन शक्ति है जो कि कुण्डली मारे हुए सर्प के आकार की है, वह मूलाधार में साढ़े तीन फेरे लगाए सुप्त पड़ी है। कान बन्द कर सुनाई पडने वाली आवाज उसी की फुंकार की आवाज है। जब वह सुनाई नहीं देती तो मृत्यु आ पहुँचती है।[5] **स्वामी विवेकानन्द जी** के अनुसार सुषुम्णा नाड़ी के सबसे नीचे कुण्डली का आधारपद्म स्थित है। वह त्रिकोणाकार है, कुण्डलाकार होकर यह शक्ति विराजमान है। यह शक्ति सुप्त है। योग के प्रभाव से ज्यों–ज्यों यह शक्ति ऊपर उठती है त्यों–त्यों मन के स्तर खुलते जाते हैं और अंत में आत्मा अपने मुक्त स्वभाव को प्राप्त करती है।[6] **आचार्य रजनीश** (ओशो) अपने ग्रंथ 'जिन खोजा तिन पाइयां' में लिखते है कि कुण्डलिनी शक्ति शरीर की विद्युत शक्ति है। यह वह कुण्ड है जहां से जीवन की ऊर्जा पूरे शरीर में फैल रही है।[7] इसी केन्द्र से रोजमर्रा के काम की भी शक्ति मिलती है और असाधारण काम की भी। यह केन्द्र कभी रिक्त नहीं होता। 15प्रतिशत से ज्यादा, महापुरूष भी अपनी शक्ति का प्रयोग नहीं करते। कुण्डलिनी जागी हुई शक्ति का नाम है जितना हिस्सा जागकर कुंड के बाहर आ गया वह कुण्डलिनी हैं यह शक्ति सूक्ष्म शरीर में स्थित है। **महर्षि अरविन्द** के अनुसार कुण्डलिनी शक्ति अतिमानसिक चेतना की सात पर्तों, अतिमानस के सात सूर्यों, को प्रकाशित करती है।[8] **मैडम बलैवेट्स्की** ने इसे विश्वव्यापी विद्युत शक्ति 'कास्मिक इलैक्ट्रिसिटि' नाम दिया है। सर्पवत या वलयान्विता गति अपनाने के कारण इस दिव्य शक्ति को कुण्डलिनी कहते है। इस सामान्य गति को योग साधक अपने शरीर में चक्राकार बना लेता है, इस अभ्यास से

उसकी वैयक्तिक शक्ति बढती है। कुण्डलिनी विद्युतीय अग्नियुक्त गुप्तशक्ति है। यह वह प्राकृत शक्ति है जो सन्द्रियनिन्द्रय प्राणियों एवं पदार्थों के मूल में विद्यमान है।[9] **डाक्टर रेले** के अनुसार– मांसपेशियों और नाड़ी संस्थान के संचालन में काम आने वाली सामर्थ्य ही आध्यात्मिक प्रायोजनों में काम करने पर कुण्डलिनी शक्ति कहलाती है।[10] वहीं डाक्टर रेले के इस मत का विरोध करते हुए **सर जॉन वुडरफ** लिखते हैं– वह एक चेतन और महान शक्ति 'ग्रान्ड पौटन्शियल है, जिसकी तुलना अन्य पदार्थ या प्रवाह से नहीं की जा सकती। नाड़ी शक्ति कुण्डलिनी का एक स्थूल रूप ही है, वह मूलतः नाड़ी संस्थान या उसका उत्पादन नहीं है, वह न कोई भौतिक पदार्थ है, न मानसिक शक्ति। वह स्वयं ही इन दोनों प्रवाहों को उत्पन्न करती है। स्थिर सत्य, गतिशील सत्य, अवशेषसत्य के समन्वित प्रवाह की तरह इस सृष्टि में काम करती है। इसे प्रयत्नपूर्वक जगाने वाला विशिष्ट सामर्थ्यवान बन सकता है।[11] **जॉन वुडरफ** इस शक्ति को सर्पेन्टाइन फायर नाम देते हैं। **दार्शनिक हर्बर्ट स्पेन्सर** के अनुसार इस शक्ति को जीवन सार कहा जा सकता है।[12]

आचार्य श्रीराम शर्मा के अनुसार कुण्डलिनी को अपराप्रकृति, पदार्थ चेतना, जड़ प्रकृति कहा जाता है। पदार्थों की हलचले, गतिविधियाँ उसी पर निर्भर है। सत्, रज, तम, पंच तन्मात्राएं आदि का सुत्र संचालन यही शक्ति करती है। इसका विस्तार सर्वत्र है पर पृथ्वी के ध्रुव केन्द्र में और शरीर के मूलाधार चक्र में इसका विशेष केंद्र है। साधना प्रयोजन में इसी को कुण्डलिनी शक्ति कहते हैं। **आई–लोहेन** जी ने कण्डलिनी शक्ति को स्प्रिट फायर कहा है और आत्मा की ज्वलन्त अग्नि के रूप में इसकी विवेचना की है। **डॉ. स्काट** के अनुसार यह क्रिस्टल है जिसके सहारे जीवन रूपी ट्रांजिस्टर अपनी ध्वनि बजाता है।[13] वैदिक साहित्य में इस शक्ति को ब्रह्मवर्चस् कहा गया है। जिस शक्ति का प्रयोग भोगों में हो रहा था, वहीं शक्ति योगाभ्यास द्वारा रूपान्तरित होकर उर्ध्वमुखी हो जाती है। यह मूलाधार चक्र में सन्निहित दिव्य विद्युतीय शक्ति है।[14]

प्रो. रामहर्ष सिंह के अनुसार कुण्डलिनी शक्ति शरीर में शक्ति तथा गतिक रूप से विद्यमान रहती है। मूलाधारचक्र शक्ति के गतिक रूप का केंद्र है और सहस्रारचक्र कुण्डलिनी शक्ति के शक्ति रूप का केंद्र है।[15] षट्चक्रनिरूपणम् में कुण्डलिनी शक्ति को कमलतन्तु के सदृश सूक्ष्म व सुप्ता बताया गया है। वे जगत की मोहिनी और महामायारूप है। वे अपने मुख से ब्रह्मद्वार को ढके हुए हैं। वे नवीन, चपला विद्युत्छटा की भांति प्रकाशमान् है, सुप्ता है अर्थात सर्प के तुल्य है।[16]

सौन्दर्यलहरी में श्री आद्य शंकराचार्य जी कुण्डलिनी शक्ति के बारे में बताते हैं, उनके शब्दों में– सर्पिणी की तरह कुण्डली मारकर तुम्हीं मूलाधार के कुलकुण्ड में शयन करती हो। तुम मूलाधार में पृथ्वी को, स्वाधिष्ठान में जल को, मणिपुर में अग्नि को, अनाहत में वायु को, विशुद्धि में आकाश को और आज्ञा चक्र में मन को प्रकाश देती हुई उस सम्पूर्ण मार्ग को भेदकर सहस्रर कमल में पर ब्रह्म के साथ विहार करती है।[17]

स्वामी सत्यानन्द सरस्वती जी के अनुसार कुण्डलिनी मानव की उच्च चेतना का प्रतीक है। यह शरीर में रीढ़ की हड्डी के सबसे निचले हिस्से में सोई हुई एक गुप्त शक्ति है। यह निष्क्रिय अवस्था में है। किन्तु इस शक्ति के प्रकट होने परअपनी अनुभूति के आधार पर उसे देवी, काली, दुर्गा, सरस्वती, लक्ष्मी या अन्य किसी भी नाम से जाना जा सकताहै।यह

साढे तीनकुण्डली मारकर सोये हुए सर्प के रूप में मानी गयी है। यह कुण्डलिनी शक्ति का प्रतीक मात्र है। साढ़े तीन कुण्डली का अर्थ है–ओ3म की तीन मात्राएं, तीन गुण, सत, रज, तम, चेतना की तीन अवस्थाएं–जाग्रत, स्वप्न, सुषुप्त, तीन अनुभव–स्वानुभूतिमूलक, इंद्रयिानुभव, अनुभवरहितता। आधी कुण्डली उस स्थिति की प्रतीक है जहां न जाग्रतावस्था है, न सुषुप्तावस्था है और न ही स्वप्नावस्था है। कुण्डलिनी एक रचनात्मक शक्ति है, यह अपने आप को व्यक्त करने की शक्ति है।[18] स्वाली शिवानंद के मतानुसार यह शक्ति मूलाधार चक्र में कुण्डली मारे हुए सर्प की भांति निवास करती है। सांसारिक मनुष्यों में यह शक्ति सुप्त रहती है।[19] ब्रह्मचारी जगन्नाथ पाथिक जी के अनुसार 'कुण्डलिनी' वह मानस दिव्य तेज है जो आत्मा चेतना से परिषिक्त हुआ प्रतिक्षण इस देवपुरी की रक्षा में सन्नद्ध रहता है और शरीर भर में व्याप्त है।[20]

निष्कर्षः

कुण्डलिनी शक्ति की उपरोक्त परिभाषाओं एवं व्याख्याओं के आधार पर स्पष्ट होता है कि कुण्डलिनी शक्ति मूलाधार में साढ़े तीन लपेट लगाये हुए सुप्त पड़ी एक शक्ति है। 'कुण्डलिनी' शब्द 'कुन्द्र' नामक शब्द से उद्गमित हुआ है जिसका अर्थ है गुफा या गहरा स्थान। यह शक्ति ही ज्ञानाधार, जीवनाधार, मोक्षाधार है। यह अष्टधा प्रकृति के परे है। (अष्टधा–पंचमहाभूत, मन, बुद्धि, अहंकार) यह शक्ति स्वरूप है, तेज, उत्साह, पराक्रम, साहस, धृति, बुद्धि का स्तर इसी शक्ति से ही निर्धारित होता है। इसका जागरण व्यक्ति को उच्च क्षमताओं की उपलब्धि कराता है। यह शक्ति परमतत्व का ही एक अंश है। आत्मा को शरीर में स्थित सभी कार्यों के लिए इसी कुण्डलिनी शक्ति की आवश्कता है। कुण्डलिनी शक्ति रूपी स्नेह के शोषण से बुद्धिमता का दीपक प्रदीप्त हो जाता है। यह शक्ति ही मनुष्य को सब शक्तियाँ, विद्या और अन्त में मुक्ति प्राप्त कराने का साधन है। यह आत्मशक्ति की तीव्र स्फूरणा है। यह शरीर को बलिष्ठ, स्फूर्तिवान, निरोगी, उत्साही एवं क्रियाशील बनाती है। इसके प्रभाव से बुद्धि की तीव्रता व स्मरण क्षमता बढती है। यह व्यक्ति की भावनाएं पवित्र व उच्च बनाती है। यह शक्ति इस विश्व के कण–कण में प्राण चेतना के रूप में संव्याप्त हैं कुण्डली के साढ़े तीन फेरों में तीन प्रतीक हैं– तृष्णा, वासना और अहं के। आधा लपेट प्रतीक है आत्मकल्याण का। यह शक्ति प्रतीक है मनुष्य के असीमित सामर्थ्य की, विराट ज्ञान की और जीवन की तीव्र गतिशीलता व अनंत प्रवाह की।

1. *कन्दोर्ध्वे कुण्डलिनीशक्तिराष्टधा कुण्डलाकृति। ब्रहमद्वार मुखं नित्यं मुखेनाच्छाद्य तिष्ठतिः। येन द्वारेण गन्तव्यं ब्रह्मद्वारमनामयम्। मुखेमाच्छाद्य तदद्वारं प्रसुप्ता परमेश्वरी।। प्रबुद्ध वहिनयोगेन मनसा मरूता सह। सूची व द्रात्राभादाय व्रजत्यूर्ध्वं सुषुम्नया।।उद्घाटयेत्कपाटं तुयथां कुञ्चिकया गृहम्। कुण्डलिन्यां तथा योगी मोक्षद्वारं प्रभेदयेत्।। (यो.चू.उ.–36–39)*
2. *नाभिकन्दारथधः स्थानं कुण्डल्या (द्यवगुलं) गुने। अष्टप्रकृतिरूपा सा कुण्डली मुनिसत्तम।। यथावद्धायुचेष्टां च जलान्नादीनित्यिशः परितः कन्दपार्श्वेषु निरूध्यैव सदा स्थिता। (जाबाल दर्शनोपतिषद 4/11–12)*
3. *अष्टप्रकृतिरूपा सा चाष्टधा कुण्डलीकृता। (त्रि.उ. 36)*
   योग कालेन मरूता साग्निना बोधिता सती। स्फूरित हृदयाकाशे नागरूपा महोज्जवला।। त्रि.उ. 64)
4. *शक्तिः कुण्डलिनी नाम बिसतन्तुनिभा शुभा। मूलकन्द फणाग्रेण दृष्ट्वा कमलकन्दवत्।। (यो.कुउ.1/82)*
   मुखेन पुच्छं संग्रह्य ब्रह्मरन्ध्रसमन्विता। ((यो.कुउ 1/83)
5. *इन्ट्रोडक्शन टू तंत्रसार– आर्थर एवलॉन।*
6. *राजयोग– स्वामी विवेकानन्द।*
7. *जिखोजा तिन पाइयां– आचार्य रजनीश।*
8. *सावित्री कुण्डलिनी एवं तंत्र– पं. श्रीराम शर्मा आचार्य*
9. *द वॉयस ऑफ्फ दि सायलेंस– मैड़म ब्लैवेट्स्की।*
10. *द मिस्ट्रीयस कुण्डली– डॉ. रेले।*
11. *द मिस्ट्रीयस कुण्डली– डॉ. रेले।*
12. *सावित्री कुण्डलिनी एवं तंत्र– पं. श्रीराम शर्मा 'आचार्य'।*
13. *सावित्री कुण्डलिनी एवं तंत्र– पं. श्रीराम शर्मा 'आचार्य'।*
14. *प्राणायाम रहस्य–स्वामी रामदेव*
15. *योग एवं यौगिक चिकित्सा–प्रो. रामहर्ष सिंह*
16. *ष.नि. (1/10–11)*
17. *षट्चक्रनिरूपण–श्री पूर्णानन्द परमहंस*
18. *कुण्डलिनी योग– स्वामी सत्यानन्द सरस्वती।*
19. *कुण्डलिनी योग– स्वामी शिवानन्द।*
20. *संध्यायोग ब्रह्मसाक्षात्कार– जगन्नाथ पथिक।*

संदर्भ ग्रंथः

1. उपनिषत्संग्रह : पं. जगदीष शास्त्री
प्रकाशन मोतीलाल बनारसीदास, दिल्ली।

2. इन्ट्रोडक्षन टु तन्त्रसार : आर्थर एवलॉन
प्रकाशन षिवालिक प्रकाषन, दिल्ली।

3. राजयोग : स्वामी विवेकानन्द अनुवादक पं. सूर्यकान्त
प्रकाशन रामकृष्ण मठ, नागपुर।

4. जिन खोजा तिन पाइयाँ : आचार्य रजनीष
प्रकाशनताओ पब्लिषिंग प्रा. लि., पुणे।

5. सावित्री कुण्डलिनी एवं तंत्र : पं. श्रीराम शर्मा आचार्य
प्रकाशन अखण्ड ज्योति प्रकाषन, मथुरा।

6. प्राणायाम रहस्य : स्वामी रामदेव
प्रकाशन दिव्य प्रकाषन, हरिद्वार।

7. योग एवं यौगिक चिकित्सा : प्रो. रामहर्ष सिंह
प्रकाशन चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान, दिल्ली।

8. षट्चक्र निरूपण : अनुवादक भारतभूषण
प्रकाशन चौखम्बा संस्कृत प्रतिष्ठान, दिल्ली।

9. कुण्डलिनी योग : स्वामी षिवानन्द
प्रकाशन द डिवाइन लाइफ सोसाइटी, दिल्ली।

10. कुण्डलिनी योग : स्वामी सत्यानन्द सरस्वती
योग पब्लिकेषन्स ट्रस्ट मुंगेर, बिहार।

11. संध्यायोग ब्रह्मसाक्षात्कार : ब्र. जगन्नाथ पथिक
प्रकाशन विजयकुमार गोविन्दराम हासानन्द, दिल्ली।