

चित्त

चि-चिन्तन, त-तन, अर्थात् चिन्तन का तन

अशोक 'मानव'

चित्त की पूर्ण परिभाषा है जीव द्वारा उस अवयव (अंग) का विकास। जिससे जीव की आवश्यकता के ज्ञान की सोच का विकास होता है। सामाजिक परिभाषा के अनुसार चित्त उस अवस्था का नाम है जो जीवन के उतार-चढ़ाव को व्यवस्थित करता है। प्राकृतिक परिभाषा के अनुसार चित्त जीवन रचना का वह 'द्रव्य' है, जो शरीर की ऊर्जा और श्वसन क्रिया से मिलने वाली ऊर्जा को मिलाकर एक नई ऊर्जा बनाने का गुण है। वैज्ञानिक परिभाषा के अनुसार चित्त जीव का वह स्थान है जहाँ से चेतना पैदा होती है। चित्त जीव के हृदय और नाभि के बीच स्थापित वह प्राकृतिक रचना है। जो आंतरिक और वाह्य क्रियाओं का एहसास करके चिन्तन पैदा करता है। इसी चिन्तन से शरीर के अन्दर उस गुण का पदार्थ तैयार होता है जो भाव बनकर उस गुण ऊर्जा तैयार करता है। जिससे उस गुण का विकास होता है। यह ऊर्जा प्रकृति में निकलकर उस गुण के जीव की उत्पत्ति करता है और अपने सम्बन्धित जीव का सहयोग करता है। चित्त चिन्तन उत्पन्न करने का उद्गम स्थान है।

प्रकृति में चर-अचर जीव की रचना लगभग एक जैसी होती है। जिस प्रकार पेड़ की रचना में जड़ और तना होता है। जितनी लम्बाई तने की होती है उतनी ही लम्बाई जड़ की होती है। जड़ के ऊपर गोंठ वाले हिस्से में उसका चित्त वाला स्थान होता है वही से उसकी गुणात्मकता का विकास होता है ठीक उसी प्रकार चर जीव का नाभि स्थान का ऊपरी हिस्सा गोंठ (चित्त) का स्थान होता है। ऊपरी हिस्सा तने का और निचला हिस्सा जड़ का। चित्त जो गोंठ की गुन्थि होती है उसी से गुणात्मकता का विकास होता है। मानव में भी इसी जगह चित्त होता है। यह संवेदनशील स्थान है। यह इन्द्रियों द्वारा दिये गये संकेत का

एहसास करता है और उस एहसास को मस्तिष्क के पास भेज देता है जहाँ से चिन्तन, विचार और सोच पैदा होती है। चिन्तन गहन अध्ययन है। विचार लाभ हानि का संकेत देता है। सोच परिणाम की ओर ले जाती है। जो भावना में परिवर्तित हो जाती है। यही पर पदार्थ का रासायनिक परिवर्तन होता है। सोच से ही जीव की प्रवृत्ति बनती है। वाह्य घटनाओं से प्रभावित होने वाले विषयों की रासायनिक क्रिया यहीं से होती है। जो सोच में परिवर्तित हो जाती है। सूर्य से निकलने वाला प्रकाश ऊर्जा है जो जीव का विकास करता है। हर अवस्था इसी से गतिमान होती है। जैसी प्रवृत्ति होती है वैसा ही उसका विकास होता है। जैसे बिजली ऊर्जा है पर उससे लाल या अन्य रंग के बल्ब लगाने से उसी रंग का प्रकाश निकलता है। बिजली उसमें रंग परिवर्तन नहीं करती है। जो यंत्र उसमें लगाते हैं उसी का गुण पैदा होता है। गुण पदार्थ से पैदा होता है या उसकी प्रवृत्ति द्वारा छोड़ी गई ऊर्जा से। पदार्थ की प्रवृत्ति से जो ऊर्जा निकलती है वह जीव की आत्मिक रचना में अपने गुणों का समावेश करती है उसी से जीव में गुणात्मक प्रवृत्ति पैदा होती है। इसी गुणात्मक प्रवृत्ति की क्रिया चित्त से होती है। चित्त की ऊर्जा में विचार का गुण होता है जो मस्तिष्क में जाकर चिन्तन, सोच में परिवर्तन हो जाता है। जिसे मन देखता है उसी से सत् असत् की अनुभूति शरीर को होती है। जिसकी संवेदना पुनः चित्त के पास पहुँच जाती है। उसी से प्रवृत्ति बनती है और व्यक्ति उसके अनुसार अपनी जीवनशैली बना लेता है। सोच से ही सुख दुःख की अनुभूति होती है। सकारात्मक सोच से सुख की अनुभूति होती है और नकारात्मक सोच से दुःख की अनुभूति होती है। परिस्थितियाँ तो आती जाती रहती हैं पर सोच को स्थायी बनाकर सदैव सुख की अनुभूति की जा सकती है। सोच स्थायी बनाने से चित्त शान्त अवस्था में प्राकृतिक गति से क्रियाशील रहता है। जिससे जीवन में हलचल

नहीं पैदा होती है। इसी क्रिया से व्यक्ति एक निश्चित गुण बना पता है। जिसका लाभ स्वयं को मिलता है और प्रकृति में उस गुण की ऊर्जा अपने गुण का विस्तार करती है। जिससे शरीर में उसी गुण का पदार्थ बनता है। श्वसन क्रिया से भी चित्त को आहार मिलता है जब साँस ली जाती है तो आने वाली ऑक्सीजन में खनिज पदार्थ गुण हवा में नम रूप में होता है जो चित्त के पास रूक जाता है और गर्म साँस बाहर निकल जाती है। इसी लिए स्थान विशेष पर बहुत अच्छी सोच बनने लगती है। वहीं किसी-किसी स्थान पर खनिज पदार्थ अपरिपक्व अवस्था में होता है अथवा प्रदूषण युक्त होते हैं तो वहाँ पर सोच बहुत निराशाजनक बनने लगती है। इस विषय को ध्यान में रखकर चित्त की शान्त अवस्था बनायी जा सकती है। जिससे अच्छी सोच का विकास होता है।

चित्त से सोच और सोच से गुणात्मक ऊर्जा पैदा होती है। सोच जीवन का महत्वपूर्ण विषय है। इसी से जीवन की अनुभूति बनती है और उस गुण की ऊर्जा का विकास होता है। इसे अपने ज्ञान दुष्टि से देखकर स्थायी बना लेना चाहिए जो किसी परिस्थिति से प्रभावित होकर न बदले। सोच का स्वरूप विश्वव्यापी होना चाहिए। ऐसा करने से अनेको सोच की ऊर्जा सहयोगी हो जाती है। जिससे हर परिस्थिति का सामना करना आसान हो जाता है। जैसे यदि आप यह सोचते हैं कि अपना और अपने परिवार का कल्याण हो तो जो ऊर्जा निकलती है वह एकांगी हो जाती है क्योंकि अपने बारे में सोचने वाले आप अकेले हैं और यदि यह सोचते हैं कि विश्व का कल्याण हो तो ऐसी सोच के जितने लोग होंगे उनकी ऊर्जा आपस में जुड़ जायेगी जिससे आप की ऊर्जा शक्तिशाली हो जायेगी फिर जिसका कल्याण चाहेंगे आसानी से होगा। सोच चाहे अपने लिए बनाये या जगत के लिए बल समान लगता है। आप सब अपनी सोच का महान बनाकर महान गुणों का विकास करें। इसी शुभकामना के साथ।

