आस्था | दुख | कर्म | भाग्य | विज्ञान

भगवान भरोसे?

भगवान हैं या नहीं, बुरा क्यों होता है,
और आपके हाथ में क्या है



अनूप गुप्ता

Contents

भगवान भरोसे?..... 4
कॉपीराइट और अस्वीकरण..... 5
आस्था के प्रति एक सम्मानपूर्ण दृष्टिकोण 6
भूमिका 8
अध्याय 1: भगवान भरोसे — हम अपनी ज़िंदगी भगवान केहवाले कैसे कर देते हैं 15
अध्याय 2: भगवान कहाँ थे? — दुख और अन्याय का सबसे कठिन सवाल.. 34
अध्याय 3: क्या भगवान सचमुच हैं? — अस्तित्व केपक्ष और विपक्ष में प्रमुख तर्क..... 51
अब भाग 2 — भारत की परंपराएँ वास्तव में क्या कहती हैं? 72
अध्याय 4: भगवद्गीता में कर्म और कर्तव्य — कर्म करो, फल की चिंता मत करो 73
अध्याय 5: वेदांत और उपनिषद — ब्रह्म, आत्मा और ईश्वर के अनेक विचार . 92
अध्याय 6: भक्ति — प्रेम, समर्पण और हार मान लेने में अंतर 110
अध्याय 7: सांख्य, योग और मीमांसा — सनातन विचार के भीतर के मार्ग. 126
अध्याय 8: चार्वाक और भारत की प्राचीन संदेह परंपरा 130
अध्याय 9: हिंदू चिंतन दुख को कैसे समझता है?..... 145
अगला भाग — विज्ञान, मन और प्रार्थना..... 149
अध्याय 10: इंसान भगवान पर विश्वास क्यों करता है? — आस्था का मनोविज्ञान 150
अध्याय 11: क्या प्रार्थना काम करती है? — विज्ञान, आशा और मन की शक्ति 166
अगला भाग — आपके हाथ में क्या है?..... 180
अध्याय 12: कर्म बनाम किस्मत — अपनी ज़िम्मेदारी को पहचानना..... 181
अध्याय 13: सवाल के साथ जीना — विश्वास, संदेह और कर्म के30 दिन . 196
मुख्य पुस्तक के13 अध्याय पूर्ण 211
परिशिष्ट A: हिंदू और भारतीय दार्शनिक विचारधाराओं की तुलना 212
परिशिष्ट B: प्रमुख संस्कृत और दार्शनिक शब्दों की सरल शब्दावली..... 214
परिशिष्ट C: हिंदू ग्रंथ और संदर्भ सूची..... 215
परिशिष्ट D: 30-दिवसीय कर्म, आत्मचिंतन और जीवन सुधार डायरी 216
परिशिष्ट D: 30-दिवसीय अभ्यास डायरी 217
परिशिष्ट E: आगे पढ़ने केलिए हिंदू मूल ग्रंथ और विश्वसनीय अध्ययन स्रोत 227
अब पुस्तक का अंतिम भाग..... 228
निष्कर्ष: भगवान भरोसे या अपने कर्मों के भरोसे?..... 229

लेखक की ओर से 235
पाठकों से एक विनम्र अनुरोध 236

भगवान भरोसे?

भगवान हैं या नहीं, बुरा क्यों होता है, और आपके हाथ में क्या है

लेखक: अनूप गुप्ता

कॉपीराइट और अस्वीकरण

कॉपीराइट © 2026 अनूप गुप्ता
सर्वाधिकार सुरक्षित।
इस पुस्तक का कोई भी हिस्सा लेखक की पूर्व अनुमति केबिना किसी भी रूप में पुनः प्रकाशित, वितरित या व्यावसायिक रूप से उपयोग नहीं किया जा सकता, सिवाय उन सीमित परिस्थितियों के जहाँ लागू कॉपीराइट कानून इसकी अनुमति देता है।

अस्वीकरण

यह पुस्तक शिक्षा, विचार और आत्मचिंतन के उद्देश्य से लिखी गई है।

इसका उद्देश्य किसी धर्म, धार्मिक समुदाय, देवी-देवता, धार्मिक परंपरा, पूजा-पद्धति या व्यक्तिगत आस्था का अपमान करना नहीं है।

इस पुस्तक में भगवान केअस्तित्व, कर्म, भाग्य, दुख, प्रार्थना, धर्म, दर्शन, विज्ञान और मनोविज्ञान से जुड़े विभिन्न विचारों पर चर्चा की गई है।

यह पुस्तक किसी धर्म की आधिकारिक व्याख्या नहीं है। इसे धार्मिक, चिकित्सकीय, मनोवैज्ञानिक या कानूनी सलाह के रूप में नहीं लेना चाहिए।

पाठकों को प्रोत्साहित किया जाता है कि वे मूल धार्मिक ग्रंथों का अध्ययन करें और आवश्यकता पड़ने पर योग्य विद्वानों, शिक्षकों तथा संबंधित विशेषज्ञों से मार्गदर्शन लें।

इस पुस्तक में प्रस्तुत धार्मिक और दार्शनिक विचारों का उद्देश्य पाठकों को सोचने केलिए प्रेरित करना है, न कि किसी एक विचार को अंतिम सत्य घोषित करना।

लेखक यह मानकर चलता है कि हर व्यक्ति को विश्वास करने, संदेह करने, प्रश्न पूछने और अपना निष्कर्ष बनाने का अधिकार है।

आस्था के प्रति एक सम्मानपूर्ण दृष्टिकोण

इस पुस्तक को पढ़ने से पहले एक बात समझना आवश्यक है।

हमारे देश में भगवान केवल पूजा का विषय नहीं हैं। वे करोड़ों लोगों केजीवन का हिस्सा हैं।

कोई सुबह उठकर मंदिर जाता है। कोई घर पर दीप जलाकर प्रार्थना करता है। कोई सत्संग में बैठता है। कोई मौन जप करता है। कोई ध्यान करता है। कोई प्रकृति को ही ईश्वर का रूप मानता है।

और कुछ लोग ऐसे भी हैं जो भगवान में विश्वास नहीं करते।

इन सभी लोगों के अपने अनुभव, अपने तर्क और अपनी जीवन-दृष्टि हैं।

यह पुस्तक किसी एक को सही और दूसरे को गलत साबित करने केलिए नहीं लिखी गई है।

यहाँ आस्तिक के विश्वास को भी सम्मान मिलेगा और नास्तिक के प्रश्नों को भी।

अगर कोई व्यक्ति भगवान में विश्वास करता है, तो उसे अपने विश्वास केकारण शर्मिंदा होने की आवश्यकता नहीं है।

अगर कोई व्यक्ति भगवान केअस्तित्व पर सवाल उठाता है, तो उसे भी अपने प्रश्नों के कारण दोषी महसूस करने की आवश्यकता नहीं है।

सवाल पूछना अपने आप में अपमान नहीं है।

कभी-कभी सवाल पूछना ही समझ की शुरुआत होता है।

इस पुस्तक में हम पाँच बातों का विशेष ध्यान रखेंगे:

1. किसी भी धर्म या धार्मिक समुदाय का मज़ाक नहीं उड़ाया जाएगा।
2. धार्मिक ग्रंथों की शिक्षाओं को संदर्भ और सम्मान केसाथ समझाया जाएगा।
3. जहाँ अलग-अलग विद्वानों की अलग-अलग व्याख्याएँ हैं, वहाँ इस अंतर को स्वीकार किया जाएगा।
4. विज्ञान को विज्ञान की सीमा में रखा जाएगा। विज्ञान ने भगवान के अस्तित्व को न तो निर्णायक रूप से सिद्ध किया है और न ही असिद्ध।
5. किसी व्यक्ति को केवल प्रार्थना करने या केवल प्रार्थना न करने के कारण अच्छा या बुरा नहीं कहा जाएगा।

इस पुस्तक का एक केंद्रीय विचार है:

आप भगवान में विश्वास करें या न करें, अपने कर्म और अपनी ज़िम्मेदारी से पूरी तरह बच नहीं सकते।

प्रार्थना आपको शक्ति दे सकती है, लेकिन प्रयास करना आपकी ज़िम्मेदारी है।

विश्वास आपको आशा दे सकता है, लेकिन किसी दूसरे की सहायता केलिए आगे बढ़ना आपका निर्णय है।

भाग्य में विश्वास हो सकता है, लेकिन अपने हिस्से का काम छोड़ देना समाधान नहीं है।

भूमिका

भगवान भरोसे: इस पुस्तक की शुरुआत एक सवाल से

कभी आपने किसी ऐसे व्यक्ति को देखा है जो जीवन भर भगवान की पूजा करता रहा, लेकिन उसके जीवन में फिर भी दुख आते रहे?

कभी आपने किसी माँ को अस्पताल केबाहर हाथ जोड़कर प्रार्थना करते देखा है?

कभी किसी किसान को फसल बर्बाद होने केबाद आसमान की ओर देखते हुए यह कहते सुना है कि अब सब भगवान के भरोसे है?

कभी किसी विद्यार्थी को परीक्षा से पहले मंदिर जाते देखा है, लेकिन पढ़ाई न करने के कारण परीक्षा में असफल होते हुए भी?

और कभी आपने खुद से पूछा है:

अगर सब कुछ भगवान के हाथ में है, तो फिर मेरे हाथ में क्या है?

यही सवाल इस पुस्तक की शुरुआत है।

हम भगवान पर भरोसा क्यों करते हैं?

भारत में एक आम वाक्य बहुत सुनाई देता है:

"कोई बात नहीं, सब भगवान की मर्ज़ी है।"

जब कोई काम नहीं बनता, हम कहते हैं कि शायद किस्मत में नहीं था।

जब कोई बड़ी समस्या आती है, हम कहते हैं कि भगवान सब ठीक कर देंगे।

जब कोई बीमारी होती है, हम मंदिर या घर के पूजा-स्थान में प्रार्थना करते हैं।

जब कोई सपना पूरा नहीं होता, हम उसे भाग्य से जोड़ देते हैं।

इसमें अपने आप में कुछ गलत नहीं है।

किसी ऊँची शक्ति पर भरोसा करना कई लोगों को मानसिक शांति देता है। उन्हें लगता है कि वे अकेले नहीं हैं। कोई है जो उनकी बात सुन रहा है। कोई है जिसके सामने वे अपना दुख रख सकते हैं।

लेकिन समस्या तब शुरू होती है जब भगवान पर भरोसा करना अपने कर्तव्य से बचने का बहाना बन जाता है।

अगर विद्यार्थी पढ़ाई नहीं करता और कहता है कि भगवान पास कर देंगे, तो क्या यह विश्वास है या अपनी जिम्मेदारी से बचना?

अगर कोई व्यक्ति बीमार होने पर केवल पूजा करता है और उचित चिकित्सा सहायता लेने से इनकार करता है, तो क्या यह आस्था है या गलत निर्णय?

अगर कोई दुकानदार अपनी दुकान की गलतियों को सुधारने केबजाय हर नुकसान को किस्मत बताता है, तो क्या वह वास्तव में अपनी स्थिति समझ रहा है?

इन प्रश्नों का उद्देश्य किसी की आस्था को चोट पहुँचाना नहीं है।

इनका उद्देश्य केवल इतना है कि हम भरोसे और जिम्मेदारी केबीच अंतर समझ सकें।

जब प्रार्थना के बाद भी समस्या दूर नहीं होती

जीवन में कुछ परिस्थितियाँ ऐसी होती हैं जहाँ इंसान केपास शब्द भी कम पड़ जाते हैं।

एक माँ अपने बच्चे केलिए प्रार्थना करती है। फिर भी बच्चा गंभीर बीमारी से जूझता है।

एक मेहनती किसान पूरे साल काम करता है। फिर भी प्राकृतिक आपदा उसकी फसल नष्ट कर देती है।

एक ईमानदार कर्मचारी अपना काम पूरी निष्ठा से करता है। फिर भी किसी दूसरे की गलती के कारण उसे नुकसान उठाना पड़ता है।

एक परिवार पूरी कोशिश करता है कि घर में शांति बनी रहे। फिर भी परिस्थितियाँ बिखर जाती हैं।

ऐसे समय में एक कठिन प्रश्न सामने आता है:

अगर भगवान दयालु हैं और सब कुछ कर सकते हैं, तो निर्दोष लोगों केसाथ इतना दुख क्यों होता है?

दर्शन में इस प्रश्न को दुख या बुराई की समस्या कहा जाता है। अंग्रेज़ी में इसे Problem of Evil कहते हैं।

यह प्रश्न नया नहीं है।

हजारों वर्षों से दार्शनिक, धार्मिक विद्वान और सामान्य लोग इस पर विचार करते आए हैं।

कुछ लोग कहते हैं कि इंसान की स्वतंत्र इच्छा के कारण बुराई होती है।

कुछ कहते हैं कि दुख जीवन की एक वास्तविकता है जिसे समझना आवश्यक है।

कुछ इसे कर्म और पुनर्जन्म से जोड़ते हैं।

कुछ मानते हैं कि इंसान भगवान की पूरी योजना को समझने में सक्षम नहीं है।
और कुछ लोग कहते हैं कि दुनिया में दुख और अन्याय का होना ही भगवान के अस्तित्व पर सवाल खड़ा करता है।
इस पुस्तक में इन सभी विचारों को निष्पक्ष रूप से समझने की कोशिश होगी।
हम किसी एक उत्तर को जबरदस्ती स्वीकार नहीं करेंगे।
क्योंकि ईमानदार सवाल का जवाब हमेशा आसान नहीं होता।

क्या भगवान से सवाल पूछना गलत है?

बहुत से लोग बचपन से सुनते आए हैं कि भगवान पर सवाल नहीं उठाने चाहिए।
कुछ लोगों को लगता है कि संदेह करना पाप है।
कुछ लोग सोचते हैं कि अगर उन्होंने भगवान केबारे में कोई कठिन प्रश्न पूछा तो उनकी आस्था कमजोर हो जाएगी।
लेकिन क्या किसी विषय को समझने के लिए सवाल पूछना गलत है?
हम शिक्षा में सवाल पूछते हैं।
विज्ञान में सवाल पूछते हैं।
इतिहास में सवाल पूछते हैं।
अपने जीवन के फैसलों में सवाल पूछते हैं।
फिर भगवान, धर्म और जीवन केसबसे महत्वपूर्ण प्रश्नों पर सवाल पूछना गलत क्यों होना चाहिए?
भारतीय दार्शनिक परंपरा में भी प्रश्न और संवाद का महत्वपूर्ण स्थान रहा है।
उपनिषदों में गुरु और शिष्य के बीच संवाद दिखाई देता है।
भगवद्गीता में अर्जुन अपने संदेह और संकट को सामने रखता है।
चार्वाक जैसी परंपराओं ने धार्मिक मान्यताओं और प्रमाणों पर प्रश्न उठाए।
इसका अर्थ यह नहीं कि सभी परंपराएँ एक जैसा निष्कर्ष देती हैं।
इसका अर्थ केवल इतना है कि भारतीय विचार-जगत में प्रश्न पूछने केअनेक रूप मौजूद रहे हैं।
इसलिए इस पुस्तक में संदेह को दुश्मन नहीं माना जाएगा।
संदेह कभी-कभी अज्ञान से बाहर निकलने का पहला कदम हो सकता है।

इस पुस्तक में हम क्या जानेंगे?

इस पुस्तक की यात्रा चार हिस्सों में आगे बढ़ेगी।
पहला हिस्सा: भगवान और दुख के सवाल

हम समझेंगे कि इंसान अपनी जिंदगी भगवान और किस्मत केभरोसे क्यों छोड़ता है।

हम भगवान के अस्तित्व के पक्ष और विपक्ष में दिए गए प्रमुख तर्कों को देखेंगे।

हम यह भी समझेंगे कि दुख और अन्याय का प्रश्न इतना कठिन क्यों है।

दूसरा हिस्सा: भारत और दुनिया के दर्शन

हम यह जानने की कोशिश करेंगे कि अलग-अलग परंपराएँ जीवन, भगवान, कर्म और दुख को किस प्रकार समझती हैं।

तीसरा हिस्सा: विज्ञान और मनोविज्ञान

हम जानेंगे कि इंसान धार्मिक विश्वास क्यों बनाता है।

प्रार्थना से मन को क्या लाभ हो सकता है?

ध्यान और तनाव के बीच क्या संबंध है?

क्या किसी के लिए की गई प्रार्थना उसके शारीरिक परिणाम बदल सकती है?

विज्ञान इन सवालों पर क्या कहता है और उसकी सीमाएँ क्या हैं?

चौथा हिस्सा: आपके हाथ में क्या है?

यह इस पुस्तक का सबसे व्यावहारिक हिस्सा होगा।

हम भाग्य और कर्म के अंतर को समझेंगे।

हम यह जानेंगे कि किन बातों पर हमारा नियंत्रण है और किन पर नहीं।

हम एक 30-दिवसीय कार्ययोजना बनाएँगे जिसमें विश्वास करने वाला और विश्वास न करने वाला, दोनों भाग ले सकते हैं।

इस पुस्तक का सबसे महत्वपूर्ण संदेश

मान लीजिए दो व्यक्ति एक ही समस्या से गुजर रहे हैं।

पहला व्यक्ति कहता है:

"सब भगवान के भरोसे है। मैं क्या कर सकता हूँ?"

दूसरा व्यक्ति कहता है:

"मैं भगवान पर विश्वास करता हूँ, लेकिन जो मेरे हाथ में है, वह मैं जरूर करूँगा।"

दोनों की आस्था हो सकती है।

लेकिन दोनों के व्यवहार में बड़ा अंतर है।

पहला व्यक्ति शायद परिस्थितियों के सामने रुक जाए।

दूसरा व्यक्ति परिस्थिति को स्वीकार करते हुए भी प्रयास जारी रख सकता है।

इसका अर्थ यह नहीं कि हर प्रयास सफल होगा।

जीवन में कई परिणाम हमारे नियंत्रण से बाहर होते हैं।

लेकिन प्रयास करना, सही निर्णय लेना, अपनी गलतियों को सुधारना और दूसरों की सहायता करना हमारे हाथ में हो सकता है।

इसलिए इस पुस्तक का मूल विचार है:

भगवान पर भरोसा रखिए, यदि आपका विश्वास ऐसा है। लेकिन अपने कर्म की जिम्मेदारी भगवान के नाम पर मत छोड़िए।

और यदि आप भगवान में विश्वास नहीं करते, तब भी यह संदेश आपकेलिए उतना ही महत्वपूर्ण है।

इस पुस्तक को कैसे पढ़ें?

यह पुस्तक केवल जानकारी प्राप्त करने केलिए नहीं है। इसका उद्देश्य आपको अपने विचारों को समझने का अवसर देना भी है।

इसे पढ़ते समय कुछ बातों का ध्यान रखें।

1. हर अध्याय को धीरे-धीरे पढ़ें। किसी विचार से तुरंत सहमत या असहमत होने की आवश्यकता नहीं है।
2. जहाँ अलग-अलग धार्मिक विचार दिए गए हैं, वहाँ सभी को समझने का प्रयास करें।
3. पुस्तक में दिए गए चिंतन के प्रश्नों के उत्तर अपनी डायरी में लिखें।
4. यदि कोई धार्मिक संदर्भ दिया गया है, तो उसकेमूल ग्रंथ और अनुवाद को भी जाँचें।
5. अपने अनुभवों को किसी विचार का अंतिम प्रमाण न मानें, लेकिन उन्हें समझने के महत्व को भी कम न करें।

एक छोटी डायरी अपने पास रखें।

उसमें तीन प्रश्न नियमित रूप से लिखें:

- मैं किस बात पर विश्वास करता हूँ?
- मेरे विश्वास का आधार क्या है?
- आज मैं ऐसा कौन-सा काम कर सकता हूँ जिसकी जिम्मेदारी पूरी तरह मेरी है?

इन प्रश्नों के उत्तर समय के साथ बदल सकते हैं।

और यह बिल्कुल सामान्य है।

इस पुस्तक को पढ़ने केबाद भी संभव है कि आप भगवान में पहले जितना ही विश्वास करें।

यह भी संभव है कि आपकेकुछ पुराने प्रश्नों केउत्तर मिल जाएँ और कुछ नए प्रश्न पैदा हों।

हो सकता है कि आप आस्तिक से अज्ञेयवादी बन जाएँ, या संदेह से दोबारा विश्वास की ओर बढ़ें।

इस पुस्तक का उद्देश्य आपकी दिशा तय करना नहीं है।

इसका उद्देश्य आपको सोचने की स्वतंत्रता देना है।

एक अंतिम बात

हम अक्सर अपनी जिंदगी में तीन चीजों को लेकर उलझे रहते हैं:

- जो हो चुका है।
- जो हमारे साथ हो रहा है।
- जो आगे होने वाला है।

बीती हुई घटनाएँ हमेशा हमारे नियंत्रण में नहीं होतीं।

वर्तमान की हर परिस्थिति भी हमारे नियंत्रण में नहीं होती।

और भविष्य का हर परिणाम भी हमारे हाथ में नहीं होता।

लेकिन वर्तमान में हमारा व्यवहार, हमारे फैसले, हमारी मेहनत, हमारी ईमानदारी और दूसरों केप्रति हमारा रवैया बहुत हद तक हमारे हाथ में हो सकता है।

शायद यही वह जगह है जहाँ आस्था और कर्म एक-दूसरे के विरोधी नहीं रहते।

आप भगवान को मानते हों या नहीं, एक बात पर विचार कीजिए:

अगर आपकेसामने कोई भूखा व्यक्ति खड़ा है, तो क्या उसे भोजन देना आपके हाथ में है?

अगर कोई बच्चा शिक्षा से वंचित है, तो क्या उसकी मदद करने का कोई रास्ता आपके पास है?

अगर आपने कोई गलती की है, तो क्या उसे स्वीकार करना संभव है?

अगर आप किसी समस्या को सुधार सकते हैं, तो क्या प्रयास करना आपकी जिम्मेदारी है?

इन सवालों केउत्तर केलिए आपको भगवान केअस्तित्व पर अंतिम फैसला लेने की आवश्यकता नहीं है।

यही इस पुस्तक की यात्रा है।

भगवान का सवाल अपनी जगह है। लेकिन इंसान का कर्म भी अपनी जगह है।

और शायद हमें दोनों को समझने की जरूरत है।

अगले अध्याय में हम देखेंगे: भगवान भरोसे: हम अपनी ज़िंदगी भगवान के हवाले कैसे कर देते हैं

भाग 1 — सवाल

अध्याय 1: भगवान भरोसे — हम अपनी ज़िंदगी भगवान के हवाले कैसे कर देते हैं

इस अध्याय का मुख्य सवाल: क्या भगवान पर भरोसा करना और अपनी जिम्मेदारी छोड़ देना एक ही बात है?

1.0 एक कहानी (काल्पनिक)

कहानी: रामपुर का किसान

उत्तर प्रदेश केएक छोटे से गाँव रामपुर में रघुवीर नाम का किसान रहता था। वह लगभग पचपन वर्ष का था। उसका परिवार खेती पर निर्भर था। उसकेपास थोड़ी-सी जमीन थी, जिस पर वह गेहूँ और धान उगाता था।

रघुवीर धार्मिक व्यक्ति था। हर सुबह वह नहाकर पूजा करता, मंदिर जाता और भगवान से अपने परिवार की खुशहाली की प्रार्थना करता।

उसका विश्वास था कि भगवान सब देखते हैं। अगर इंसान सच्चे मन से पूजा करे, तो भगवान उसकी मेहनत का फल जरूर देंगे।

रघुवीर केदो बेटे थे। बड़ा बेटा खेती में उसकी मदद करता था और छोटा शहर में नौकरी करना चाहता था।

एक साल गाँव में बारिश कम हुई। खेतों में पानी की कमी होने लगी। पड़ोस के किसानों ने मिलकर पानी बचाने केतरीकेअपनाए। कुछ लोगों ने फसल बदलने का फैसला किया। कुछ ने कृषि विभाग से सलाह ली।

रघुवीर ने भी समस्या देखी, लेकिन वह बार-बार कहता रहा, "भगवान सब ठीक कर देंगे। अभी बारिश होगी।"

उसकेबेटे ने सुझाव दिया कि वे खेत केलिए पानी की व्यवस्था करें और कम पानी में तैयार होने वाली फसल लगाएँ।

रघुवीर ने जवाब दिया, "बेटा, इतनी चिंता मत कर। भगवान केघर देर है, अंधेर नहीं।"

दिन बीतते गए। बारिश नहीं हुई। फसल कमजोर होती गई। आखिरकार उस साल रघुवीर को भारी नुकसान हुआ।

Anoop Gupta Books

End of free sample – buy the full book at onlineebook.in/books/bhagwan-bharose.html

This file is a free sample. The complete ebook is sold at onlineebook.in.