OM 17 EDITED_Page 1 and 2 11-11-2014 15:47 Page 10

तपस्या में बाधक... कामनाएं

''मेरे से निरंतर योग-युक्त कैसे रहो''- भगवान ने स्वयं ही सिखाया। इस योग की ही निरंतर व शक्तिशाली स्थिति तपस्या कहलाती है। तपस्या अर्थात् जिसमें तप कर आत्मा निखर जाए। इस तपस्या के लिए मनुष्य को अनेक बातों का, अनेक विचारों का, अनेक वृत्तियों का और अनेक कर्मों का भी त्याग करना पड़ता है।

तपस्या अर्थात् योगाग्नि में सदा ही तपते रहना। यह अग्नि होते हुए भी चित्त को शीतल करती है। इस अग्नि से पाप कर्मों का कूड़ा-करकट जल कर भस्म हो जाता है। यही वह योग-अग्नि है जिसके लिए प्रसिद्ध है कि 'रुद्र ज्ञान यज्ञ' से विनाश ज्वाला प्रकट हुई। अर्थात् योग की ज्वाला से पाप और पापी दोनों ही नष्ट हो जाते हैं।

''घोर तपस्या का अंतिम वर्ष'', इसमें भी यदि हम चूक गये, तो यह वरदान का समय यों ही निकल जायेगा। तो हमें स्वयं से पूछना है कि हम अच्छे से अच्छा क्या कर सकते हैं और हम क्या कर रहे हैं? तपस्वी स्वरूप में हमें यह स्पष्ट आभास होता है कि शान्ति व शक्ति की किरणें हमसे चारो ओर प्रवाहित हो रही हैं। तो आओ हम देखें कि ऐसी सूक्ष्म तपस्या में सूक्ष्म बाधाएं क्या हैं?

सूक्ष्म कामनाएं

यों तो संसार में रहते हुए आवश्यक इच्छाएं मन में उठती ही हैं, इच्छाओं के बिना तो जीवन का एक भी क्षण नहीं बीतता, परंतु मानव मन में अनेक अनावश्यक व सूक्ष्म इच्छाएं उठकर योग अभ्यास में बाधा उत्पन्न करती हैं। इन्हीं सूक्ष्म कामनाओं को परख कर हमें समाप्त करना है।

एक तपस्वी पथिक के लिए कटीली तारों के समान ये सूक्ष्म भौतिक कामनाएं मन का ध्यान बटाए रखती हैं। इनसे दु:खों का जन्म होता है और स्वाभिमान का नाश। और ज्यों-ज्यों आध्यात्म पथ पर राही उन्नति की ओर बढ़ता है, सूक्ष्म कामनाएं उसे चारो ओर से घेरने लगती हैं, और यह कामनाओं की वृद्धि तपस्या को कठिन बनाने लगती है। क्या हैं ये सूक्ष्म कामनाएं...? मान-शान व महिमा की कामना, देखने-सुनने व बोलने की कामना, खाने-पीने व पहनने की कामना, दैहिक रसों की कामना, दूसरों के प्यारे बनने की कामना, दूसरों की नज़रों में आने की कामना, सांसारिक पदार्थों की इच्छा आदि अनेक कर्मेंद्रियों के सूक्ष्म रसों की इच्छाएं योगी के पथ में बाधक हैं। वास्तव में इन सबका सच्चा सन्यासी ही सच्चा तपस्वी बन सकता है। अर्थात् जो सदा ही संतुष्ट है। जिसे न कोई इच्छा है न शौक है, जो ईश्वरीय प्राप्तियों में मग्न है वही तपस्वी बनने का अधिकारी है।

कामनाओं का मूल- काम

कामना शब्द का निर्माण काम से ही हुआ है। काम्ना अर्थात् जहाँ काम नहीं होगा, वहाँ कोई कामना नहीं होगी। सोचने की बात है कि जिसने काम जैसे भौतिक सुखों का त्याग कर दिया, वह और कहाँ सुख ढूंढ़ेगा। कामनाओं की होड़ मनुष्य को पुन: काम की ओर प्रेरित करती है क्योंकि काम की सूक्ष्म कामना मन को अतृप्त करती है और फलत: मनुष्य तृप्ति के लिए कामनाओं के पीछे दौड़ता है। वास्तव में जो योगी काम पर विजय प्राप्त कर लेता है, उसे असीम आत्मिक सुख की प्राप्ति होने से कामनाओं की अविद्या हो जाती है।

क्या अभौतिक आत्मा भौतिक साधनों से संतुष्ट होगी?

आज मनुष्य कामनाओं का गुलाम होकर जितना उनके पीछे दौड़ रहा है उतना ही अशान्ति का आह्वान कर रहा है। तो सत्यता यही है कि भौतिक प्राप्तियों से आत्मा तृप्त नहीं होती। आत्मा की क्या प्यास है-इसे हम महसूस करें और उसकी तृप्ति स्थूल प्राप्तियों से नहीं होती-यही सबका अनुभव है।

आध्यात्म पथ पर जब भौतिकता की प्राप्ति अधिक होने लगती है, तो यदि हम उसे स्वयं के लिए प्रयोग करने में लग गये तो उसका लगा हुआ रस, तीव्रता से ईश्वरीय रस को समाप्त कर देगा। इस लिए सत्य तो यही है कि भौतिकता, तपस्या के लिए अभिशाप है। भौतिक सम्पन्नता होते हुए तपस्वी बनना यह एक अत्यंत अनासक्त आत्मा ही कर सकती है। अन्यथा शेष सभी भौतिकता की लहर में तपस्या को भी बहा देते हैं।

कामना सामना नहीं करने देती

कामनाएं मन की शक्ति को क्षीण करके अनेक समस्याओं को जन्म देती हैं। कामना-युक्त मनुष्य अपने व दूसरों के मार्ग में अनेक बाधाएं खड़ी कर देता है, इससे मन धीरे-धीरे कमज़ोर होने लगता है। फलस्वरूप कमज़ोर मन माया के सूक्ष्म वार का सामना नहीं कर पाता। जो निष्काम है वह मानो राजा की तरह बलवान है, जिस पर माया शत्रु यदि वार भी करती है तो उसे सदा ही मुँह की खानी पड़ती है।

मान की कामना-तपस्वी की कुरूपता

मान-शान एक ऐसी मीठी माया है जिसके अधीन प्राय: सभी मनुष्य हो जाते हैं। ज्यों-ज्यों योगी आगे बढ़ता है, यह माया भी रॉयल रूप में सामना करती है। एक त्यागी पुरुष या गुप्त तपस्वी या गुप्त-सेवाधारी, जब दूसरों की महिमा प्रत्यक्ष-फल के रूप में प्राप्त होते देखता है तो उसका भी मन रूपी सिंहासन डोलने लगता है और वह यही सोचने लगता है कि हमें तो कोई जानता भी नहीं, शायद यह मान-शान ही सच्ची प्राप्ति है। परंतु जब मनुष्य को मान मिल जाता है तो वह पाता है कि तो भी आत्मा संतुष्ट नहीं हुई।

परंतु मान को स्वीकार करने से अहं का जन्म होता है जो आन्तरिक सुख को चुराने लगता है। यह सत्य है कि संगम युग पर महिमा होना श्रेष्ठ भाग्य की निशानी है और मनुष्य को सदा महिमा युक्त कार्य करना चाहिए। परंतु एक सच्चे तपस्वी को मान के पीछे नहीं भागना चाहिए अथवा इस सूक्ष्म कामना से तपस्या को नष्ट नहीं करना चाहिए। कौन ऐसा व्यक्ति होगा जो महिमा न चाहता हो, परंतु महिमा हमारे श्रेष्ठ स्वरूप की हो व उसमें सत्यता हो।

इस विश्व में सबसे अधिक महिमा परमात्मा की है, सभी उनका मुक्त कण्ठ से यशगान करते हैं परंतु क्या उनके मन में मान की कामना है? या स्वत: ही उनकी महिमा का प्रकाश, सूर्य के प्रकाश की तरह चारो ओर फैल रहा है जिसे कोई भी काले बादल ढक नहीं सकते। वास्तव में मान की कामना भिखारीपन है व मान का त्याग महादानीपन।

महिमा का भोग लगा दो

ईश्वरीय महावाक्य है कि तुम बच्चे इस धरा पर सूर्य तुल्य हो और ये मान-शान है दीपकों के समान। तो तुम इन दीपकों से स्वयं को प्रकाशित करने का संकल्प न करो। स्वमान में रहो तो मान परछाई की तरह सदा ही तुम्हारे साथ रहेगा। तो इतने श्रेष्ठ स्वभाव में रहने वाले तपस्वी को इन दीपकों के प्रकाश में भटक नहीं जाना चाहिए। योगियों को तो लाइट हाउस बनकर अन्धकार में भटकते हुए विश्व को प्रकाश देना है। और जब भी मान-शान के अनेक दीपक प्राप्त हों तो अपने ज्ञान-सूर्य परमपिता को उनका भोग लगा दो। यदि आप सूर्य सम तेजस्वी तपस्वी भी इन दीपकों के पीछे ही दौड़ते रहे तो आपका सम्पूर्ण तेज भी सिमट कर दीपक समान ही रह जायेगा।

इसलिए महिमा सुनकर फूल नहीं जाओ। दूसरों को मान दो, दूसरों को आगे बढ़ाओ और अपने मन में सर्वश्रेष्ठ शुभ-भावनाओं के बीज आरोपित करो। जैसे मैं सम्पूर्ण बनकर शीघ्र ही परमपिता को प्रत्यक्ष करूँ... मैं सर्वप्रथम सम्पूर्ण बनूँ... मैं विश्व के आगे आदर्श प्रस्तुत करूँ... मैं विजयी रत्न बनूँ... आदि आदि।

दुर्भावनाएं-दुर्गति का पथ

सदा शिव के बच्चे भी यदि दूसरों के लिए बुरी भावनाएं रखें तो विश्व का कल्याण कौन करेगा तथा आत्माओं को अपनी शुभ-भावनाओं का बल कौन देगा। एक तपस्वी, सच्ची योग अग्नि तब ही प्रज्ज्वलित कर सकता है जब उसके मन की दुर्भावनाओं की अग्नि भस्म हो चुकी हो। बुरी भावनाएं मन को जलाती हैं और बुद्धि को दूषित करती हैं।

दूसरों के लिए कुदृष्टि रखना, बुरे विचार रखना, शत्रुता का भाव रखना, बदले की भावना रखना, ईर्ष्या भाव रखना, नीचा दिखाने या गिराने की भावना रखना, असहयोग, अकल्याण, या विघ्न डालने की भावना रखना-ये सभी दुर्भावनाएं हैं जो पहले तो स्वयं को ही दुर्गति के मार्ग पर खींच ले जाती हैं। क्योंकि तपस्वी की तपस्या का बल वास्तव में तो इन्हीं भावनाओं के कारण नष्ट भी हो जाता है। इस प्रकार दुर्भावनाओं से परमार्थ भी बिगड़ते हैं और व्यवहार भी, संबंध भी बिगड़ते हैं व वातावरण भी, स्वयं की भी स्थिति बिगड़ती है और दूसरों की भी, पारस्परिक अशान्ति व वैर भी बढ़ते हैं। वास्तव में दुर्भावनाएं रखना अर्थात् दु:खों के बीज बोना। इसलिए तपस्वी को चाहिए कि अब दुर्भावनाओं को ज्ञान-अग्नि से भस्म करके सभी को शुभ-भावनाओं का बल प्रदान करे क्योंकि मन में किसी के लिए दुर्भावना पैदा होते ही तपस्या भंग हो जाती है, चित्त अग्नि में जलने लगता है और मन अनेक विकृतियों से भर जाता है। अत: जबकि शुभ-भावना रखने में तो हमारा कुछ भी खर्च नहीं होता तो क्यों न इस महानता से स्वयं को सजाकर तपस्वी बनें।

कर्म सन्यास से तपस्या असफल

कई पुरुषार्थी कर्म को तपस्या में बाधक महसूस करते हुए कर्म का सन्यास कर देना चाहते हैं परंतु वास्तव में कर्म व ईश्वरीय सेवा तपस्या में बलदायक है। और कर्म सन्यास ईश्वरीय आज्ञा भी नहीं है। यदि कर्म तपस्या में बाधक लगता है तो इसका कारण कर्म नहीं, कर्मों में कर्त्तापन का व आसक्ति का भाव है। अनेकों का अनुभव है कि कर्म त्याग करने पर धीरे-धीरे कई विकार तन-मन में सुस्ती लाने लगते हैं। कर्म सन्यास से बौद्धिक विकास भी रुक जाता है और यह अकाट्य सत्य है कि कर्म योग के बिना कर्मातीत स्थिति को नहीं पाया जा सकता। हाँ कर्मों को हल्का किया जा सकता है, जीवन में विकर्मों का त्याग हो, उलझनों व संघर्षों से बचा जाए तो तपस्या सहज रूप से सिद्ध होगी।

भोजन व निद्रा का सम्पूर्ण त्याग, तपस्या में बाधक

वास्तव में ये तपस्या न तो उनकी सिद्ध होती जो ज्यादा खाते हैं और न उनकी जो बिल्कुल नहीं खाते। न उनकी जो बहुत सोते हैं, और न उनकी जो बिल्कुल नहीं सोते। संयम ही सतोप्रधानता है। निद्राजीत बनने का अर्थ नींद को संयमित व सतोप्रधान करना है। नींद व भोजन के त्याग से तो धीरे-धीरे मस्तिष्क की क्षमता भी समाप्त हो जायेगी और फिर कमज़ोर दिमाग तपस्या में सबसे बड़ी बाधा सिद्ध होगा क्योंकि योग तपस्या में मस्तिष्क का शक्तिशाली होना उतना ही आवश्यक है जितना जीवन के लिए शरीर का शक्तिशाली होना। इसके अतिरिक्त न भोजन के त्याग से कर्मेन्द्रियां ही शीतल होंगी। कइयों ने इसे कर्मेन्द्रियों की शिथिलता समझ लिया है। है यह शीतलता और इसका आधार है-अशरीरीपन।

आलस्य अहम् व वहम्- तपस्या में बाधक

आलस्य का बीज पहले मन में अंकुरित होता है फिर तन के रूप में यह व्यग्र रूप धरकर मस्तिष्क को सुस्त व कमज़ोर बना देता है। फलस्वरूप मन तपस्या में स्थिर नहीं होता। सुस्ती बुद्धि के विकास को रोकती है और जहाँ बुद्धि दिव्य नहीं, वहाँ तपस्या कैसी! आलस्य वश मनुष्य यही सोचता है कि ''कल से करेंगे'' परंतु उसे यह भूल जाता है कि कल भी वही परिस्थिति होगी जो आज है और कल फिर वही संकल्प आयेगा कि ''कल से करेंगे''।

इसी प्रकार बुद्धि का अहं विवेक शक्ति को नष्ट कर देता है। यह शक्ति नष्ट होने पर, प्रबल इच्छा के बावजूद भी योगी एकाग्रचित्त नहीं हो पाता और जो थोड़ी बहुत तपस्या योगी करता भी है वह भी अहं के छिद्र से बहकर नष्ट हो जाती है। वहमी स्वभाव मन को अकारण ही विचलित करता है। उसके मन में सदा ही शक बना रहता है। किन्हीं भी दो व्यक्तियों को बातें करते देख उसकी बुद्धि की गति तीव्र हो जाती है। यह स्वभाव तपस्या में महान बाधक है।

तो आओ हम सभी मिलकर इन बाधाओं को हटाकर तपस्या की लहर फैलाएं। ये मौका हाथ से न निकल जाए। हम दूसरों को न देखें बल्कि आदर्श प्रस्तुत करें- कर्म छोड़कर नहीं, कर्मों में दिव्यता लाकर; मुख को बंद करके नहीं, मुख को दिव्य बनाकर; नयन बंद करके नहीं, नयनों में रूहानियत भरकर, कान बंद करके नहीं, कानों से ईश्वरीय वाणी का रस लेकर। इस प्रकार हम महान तपस्वी बनें, समय का पूर्ण लाभ उठायें, ईश्वरीय सहयोग का भरपूर फायदा लें। याद रखें- यह समय फिर हाथ नहीं आयेगा।

मुम्बई-नेपियन्सी रोड। माननीय मुख्यमंत्री देवेन्द्र फडणविस को परमात्म स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु.पुष्पारानी, ब्र.कु.प्रेमभाइ। ब्र.कु.मनीसा तथा अन्य।

रोपड़। सोलह दिवसीय 'ग्राम विकास आध्यात्मिक शिविर' में सम्बोधित करते हुए तनु कश्यप,आइ.ए.एस.,डिप्युटी कमिश्नर। साथ हैं ब्र.कु. प्रेमलता, अमरजीत सिंह शाही,एडिशनल डिप्युटी कमिश्नर, डॉ. आर.एस. परमार, एमिनेंट सोशल लीडर तथा डी.डी.पी.ओ.।

सदाबाद। अलीगढ़ के मंडलायुक्त को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भावना तथा ब्र.कु. सीमा।

छोटा उदेपुर-गुज.। दीपावली के शुभ अवसर पर एस.पी. राजन सुसरा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मोनिका। साथ हैं ब्र.कु. गीता तथा अन्य।

इन्दौर-प्रिकांको कॉलोनी। मूक बधीर स्कूल व कॉलेज में ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् परमात्म स्मृति में कॉलेज संचालिका डॉ.उषा पंजाबी, ब्र.कु. शैल, ब्र.कु. दामिनी तथा शिक्षकगण।

राजसमंद-(राज.)। पुलिस अधीक्षक श्वेता धनखड़ को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु.पूनम तथा अन्य।