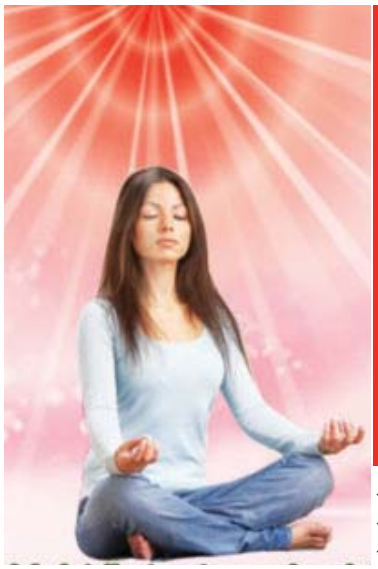
om 24 final Delhi_Page 1 and 2 18/03/2015 10:54 Page 3

स्व-अनुगामी बन देह की क्रियाओं को निहारो....

ज़रा अपनी किताब में लिखे गये कल के पन्ने को खोलकर देखें तो! कल की गई क्रियाओं पर एक नज़र डालें और फिर विचार करें कि उनमें से कितनी क्रियायें आपके शरीर के हुक्म से हुई।

हरेक व्यक्ति का शरीर उसे हुक्म (आदेश) देता रहता है। मनुष्य स्वयं अपने शरीर से 'हिप्नोटाइज़' हो जाता है और फिर वह उसके सम्मोहन में इतना डूब जाता है कि 'शरीर' कुछ मांगता है तो वो उसके वश में आकुल-व्याकुल होकर अविरत प्रयत्न करता है। शरीर कोई वासना-युक्त सुख मांगता है, तो मानव वह सुख देने के लिए रात दिन एक कर देता है। शरीर अपनी अनुकूलता की इच्छा रखता, तो मानव उस अनुकूलता को प्राप्त करने के लिए व्यापार-धंधे के लिए भाग-दौड़ करता है।

शरीर को गर्मी लगती है तो मानव ठंढक



हरेक व्यक्ति का शरीर उसे हुक्म (आदेश) देता रहता है। मनुष्य स्वयं अपने शरीर से 'हिप्नोटाइज़' हो जाता है और फिर वह उसके सम्मोहन में इतना डूब जाता है कि 'शरीर' कुछ मांगता है तो वो उसके वश में आकुल-व्याकुल होकर अविरत प्रयत्न करता है।

की शोध में निकल पड़ता है और यदि एयरकंडीशन नहीं है तो उसका मन उचाट हो जाता है। ये शरीर की आवाज़ सुनने जैसा है! अधिकतर व्यक्ति उसी आवाज़ के अनुसार जीवन व्यतीत करते हैं।

ऐसे सम्मोहन से घिरे हुए व्यक्ति कभी भी स्वयं (आत्मा) तक पहुँच नहीं सकते। खिस्ती धर्म के 'नया करार' (रोमियो C/12-14) में तो स्पष्ट रूप से कहा गया है कि: 'हे भाइयों, इस शरीर के आप दावेदार नहीं हैं, जो आप शरीर के कहने अनुसार दिन व्यतीत करें, क्योंकि शरीर के अनुसार दिन व्यतीत करेंगे, तो मरेंगे। जो आत्मानुरूप बन देह की क्रियाओं को मारेंगे वो ज़िंदा रहेंगे। इसलिए जो लोग आत्मा के अनुसार चलते हैं वे ही ईश्वर के पुत्र हैं।

यहाँ स्पष्ट रूप से कहा गया है कि जो शरीर के दिशा निर्देश अनुरूप चलेंगे वो मृत्यु को प्राप्त होंगे। इसलिए साधक को शरीर के अनुगामी बनने के बदले आत्मा का अनुगामी बनकर व्यवहार करना चाहिए।

इसका कारण यह है कि शरीर तो नश्वर है। उसकी अकाले मृत्यु हो जाती है, अकस्मात ही मृत्यु हो जाती है, और अनिवार्य रूप से भी मृत्यु तो होगी ही! यही उसकी क्षणभंगुरता है। शास्त्रों में और अन्य विचारकों ने भी शरीर की क्षणभंगुरता की बात ज़ोर-शोर से कही है।

चीन के प्रसिद्ध विचारक कनफ्युशियस ने तो कहा है कि यह हड्डी-मांस तो ज़मीन में वापिस समा जायेंगे, लेकिन आत्मा स्वयं की शक्ति से कहीं भी जा सकती है।

खिस्ती धर्म में तो यहां तक कहा गया है कि वो मानव जिसका चित्त शरीर से चिपका हुआ है; वो मनुष्य परमेश्वर से वैर रखता है।

शिंतो धर्म में ये स्पष्ट रूप से कहा गया है कि, 'तेरा शरीर स्वच्छंदता के लिए नहीं है।' इस तरह शरीर के निर्देश अनरूप जीवन व्यतीत करने वाला जीवन पर नियंत्रण खो बैठता है। हम अपने चारो तरफ देखते हैं कि शराब के व्यसन से बर्बाद कितने लोग हैं! गुटके, तम्बाकू आदि के व्यसनी कैंसर की यातना भोगने वालों की तादात कितनी है! इन सबके मूल में तो यही बात है कि आप शरीर और मन के अनुगामी बने और उसके परिणामस्वरूप मन कलूषित और शरीर रा-गग्रस्त बना। इसीलिए जैन धर्म के आगम ग्रंथ के श्री उत्तराध्ययन सूत्र में कहा गया है कि, 'शरीर नाव है और आत्मा नाविक है। संसार को समुद्र कहा गया है जिसे महर्षि पार कर जाते हैं।'

शरीर के सदुपयोग का सतत् विचार करना चाहिए। उसी संबंध में गुजरात के मूकसेवक रविशंकर महाराज ने कहा है कि 'घिस कर उजले होना' व्यक्ति शरीर के सम्मोहन से दूर हो सकता है।

सिक्ख धर्म के पवित्र ग्रंथ गुरुग्रंथ साहेब से स्मरण होता है 'जो दूसरों की निंदा सुनता है, ऐसे कान का कोई अर्थ नहीं। जो दूसरों के धन को चुरा लेता है, उसके हाथ स्वच्छ नहीं। जो पर नारी को विकृत रूप से देखता है वो नेत्र विफल है। भोजन के स्वाद में डूबा हुआ जीभ कोई काम का नहीं। दूसरों का नुकसान करने के लिए दौड़ते पैर (चरण) व्यर्थ हैं। दूसरों के पदार्थों का लोभ करने वाला मन व्यर्थ है। परोपकार में लीन नहीं, ऐसा शरीर किसी काम का नहीं। विकार में से उद्भव होती गंध लेने वाली नाक व्यर्थ है। ''यह ज्ञान बिन सब नष्ट हो गये, हे नानक, शरीर की सफलता तो हरि स्मरण में ही है।''

पवित्र गुरुग्रंथ साहिब की ये उक्ति है कि व्यक्ति शरीर रूपी साधना का उपयोग जीकर करता है। शरीर और सम्मोहन से बाहर आने के लिए सबसे ज़रूरी है निरंतर जागृति। ये निरंतर जागृति ही प्रत्येक साधक को उनके साधना पक्ष को दर्शाने वाला प्रथम सोपान है। वे कहते हैं कि आज तक देह के बाह्यसुख और मन की अनेक रंगी लीला में आप जिये। अब जागो! आज तक उनकी मोह-माया में उलझे रहे। अब उनसे बाहर निकलो। यदि शरीर के मोहजाल से नहीं निकलेंगे तो आत्मा की पहचान भी कभी नहीं होगी। मन के मोहजाल से मुक्त नहीं होंगे तो सुख नहीं मिलेगा। मन का मोहजाल ऐसा है कि वे वन को रण (रेगिस्तान) और रण को वन बना सकती है।

उसकी (मन) की आसक्ति ऐसी है कि संसार छोड़कर जंगल में बसने वाला सन्यासी भी उसके मन के कारण संसार भोगता रहता है। मन से परिग्रह छूटा नहीं है तो कितना भी अपरिग्रह का दिखावा करे, फिर भी साधु-सन्यासी या साधक बनकर भी नये-नये परिग्रह खड़ा करेगा। मन पदार्थ पर चित्त को रखता है और फिर व्यक्ति बाहर से पदार्थ को छोड़े, तो भी वो आसक्तिपन को नहीं छोड़ सकता। व्यक्ति किसी हिलस्टेशन पर जाकर या आश्रम में रहकर भी आसक्ति के कारण शांति पा नहीं सकता।

इसके लिए सबसे ज़रूरी है जागृति। अगर जागृति नहीं होगी तो मोह की एक तरंग भी वासना के सागर में डुबा देगी। दयालु और रहमदिल नणराजा के तलवे से काल प्रवेश हुआ जिससे नणराजा बाहुबली बन गये, उस विकार ने दयालु राजा को क्रूर बना दिया। इसी तरह यदि जागृति नहीं होगी तो कोई भी वृत्ति की छोटी सी मोह की तरंग भी महासागर की तरह हिला देगी। इसलिए ज़रूरत है देह के सुख की कामना और मन की निरंतर चलती दुविधा और मायाजाल की व्यूह रचना से बाहर निकलने की।

जैसे शरीर की वृत्ति-तृप्ति की इच्छा प्रबल होती है, इसी तरह मन की कामनायें भी अपरंपार होती हैं।

अध्यात्म ग्रंथों की रचना करने वाले उपाध्याय यशोविजयी जी महाराज कहते हैं कि, 'मानव को मोहमल्ल के साथ युद्ध करना चाहिए। मोह उनके सामने आक्रमण करे और साधक उनका सखी से सामना करे।'

विचारक कृष्णमूर्ति ने इसीलिए 'अवेयरनेस' शब्द का उपयोग किया है। जागृति आयेगी तो अजागृति दूर होगी। असावधानी दूर हो जायेगी। और सबसे विशेष बात तो यह है कि देह और मन के अनुगामी बनने के बदले आत्म-अनुगामी बनेंगे।

-ब्र.कु. प्रीति

वीरगंज-नेपाल। 'त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव मेला' का उद्घाटन करते हुए पूर्व प्रधानमंत्री माधव कुमार, ब्र.कु. राज, संविधान सभा के सदस्य सुरेन्द्र प्रसाद चौधरी व बिचारी यादव, मुख्य जिला अधिकारी हेमंत दवाड़ी, ब्र.कु. रविना तथा अन्य गणमान्य जन।

फरीदाबाद-से.21डी.। सूरजकुंड मेला के दौरान डी.सी.पी. सुमित कुमार को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हरीश बहन, ब्र.कु. प्रीति व ब्र.कु. मधु।

फर्रुखाबाद-बीबीगंज। ब्र.कु. मंजू को उत्कृष्ट आध्यात्मिक व सामाजिक सेवाओं के लिए सम्मानित करते हुए पुलिस अधीक्षक विजय कुमार यादव, जिलाधिकारी एन.के.एस. चौहान एवं जिला न्यायाधीश राजन चौधरी।

जम्मू-कश्मीर। त्रिमूर्ति शिव जयंती महोत्सव के दौरान मंचासीन हैं एडवोकेट पुष्पा डोगरा, ब्र.कु. सुदर्शन बहन, ब्र.कु. सुषमा, ब्र.कु. रजनी, ब्र.कु. रविन्दर व ब्र.कु. डेनिस।

खड़गपुर। 8 दिवसीय 'सर्व कल्याणकारी ईश्वरीय अनुभूति मिलन मेला' के दौरान मीडिया कर्मियों के लिए आयोजित सेमिनार में उपस्थित हैं विकास वर्मा,दैनिक जागरण, रघुनाथ शाहू,सलाम दुनिया, जहीर चौधरी, ग्लोबल न्यूज़, शंकर राय,ई.टी.वी. बंगला, ब्र.कु. अल्पना तथा अन्य।

नोएडा-से.26। त्रिमूर्ति शिव जयंती पर निकाली गई 'शिव जयंती यात्रा' को हरी झंडी दिखाते हुए ब्र.कु. शील। साथ हैं अन्य ब्र.कु. बहनें।