कर्म

एअर द्वारा

नियम

“आप जो देते हैं वही आपको मिलता है!”

कर्मा

नियम

"आप जो देते हैं वही आपको मिलता है!"

एआर द्वारा

कर्मा

एआर द्वारा

कॉपीराइट © एआर इंस्टीट्यूट ऑफ रियलाइज़ेशन 2018
एआर इस पुस्तक के लेखक के रूप में पहचाने जाने के नैतिक अधिकार का दावा करते हैं।

सर्वाधिकार सुरक्षित।
ISBN 978-93-5346-245-1

इस प्रकाशन का कोई भी हिस्सा (छवियों को छोड़कर) बिना प्रकाशक की पूर्व अनुमति के पुन: प्रस्तुत, किसी पुनर्प्राप्ति प्रणाली में संग्रहीत, या किसी भी रूप में या किसी भी माध्यम से प्रेषित, इलेक्ट्रॉनिक, मैकेनिकल, फोटोकॉपी, रिकॉर्डिंग या अन्यथा, नहीं किया जा सकता।

नव्या ग्राफिक्स द्वारा भारत में मुद्रित
नंबर -8, 12 वीं मुख्य, 14 वीं क्रॉस, लक्कसंद्रा एक्सटेंशन, विल्सन गार्डन, बैंगलोर -560030

प्रकाशक: ए.आई.आर.

केम्प फोर्ट मॉल, नंबर -97, ओल्ड एयरपोर्ट रोड, बैंगलोर -560017

विषय-वस्तु

"कर्म" क्या है?	1
कर्म का नियम कैसे काम करता है?	12
क्या वास्तव में कर्म मौजूद है?	24
कर्म के तीन खाते	39
कर्म के साथ रहना	52
कर्म, मृत्यु और पुनर्जन्म	61
कर्म से मुक्ति	68
कर्म के नियम का प्रवंधन कौन करता है?	80
बोध कर्म के पार ले जा सकता है	90
बोध के तरीके	98
एक पर्यवेक्षक के रूप में रहना	118
एक सच्चा कर्म योगी	123
हमारा अंतिम लक्ष्य - निर्वाण या मोक्ष	129
कर्म पर प्रश्न	134
कविता	143
लेखक के बारे में	147

मैंने क्या किया ओ मालिक!
कि भगवान आपको मेरे पास लाया?
आपके बिना हर दिन अंधेरे में संघर्ष करते हुए...
मेरा क्या होता?
आपने मेरा हाथ पकड़ा और मुझे आगे बढ़ाया
सत्य को खोजने के मार्ग पर
और आखिर में मुझे आजाद करने के लिए
यह समझने को कि मैं शरीर या मन नहीं हूं।
आप पृथ्वी पर मेरे गुरु और भगवान के रूप में
मेरे दिल में हमेशा के लिए रहते हो
कृतज्ञता का कोई भी शब्द आपका असली मूल्य
कैसे व्यक्त कर सकता है!

मेरे गुरु का आभार

"आनन्द मनाओ!" दादा ने मुझे चकित करते हुए कहा, जब मैं उनसे एक त्रासदी साझा करने के लिए गया था। वे सुनकर मुस्कुराए और मुझे समझाया, "कुछ भी ऐसे ही नहीं होता है। हमारे लिए जो कुछ भी होता है वह हमारे अपने कर्म हैं जो लौटकर हमारे पास वापस आते हैं। यह हमारा अपना कर्म है जो लौटकर आता है, और इससे कोई भी बच नहीं सकता।"

यद्यपि मेरे गुरु ने भौतिक दुनिया को छोड़ दिया है, किन्तु वे मेरे हृदय और आत्मा में सदा विद्यमान हैं। मैं उनके मार्गदर्शन और उनकी कृपा, उनके प्यार और उनसे मिले सहारे के लिए उनके सामने नतमस्तक हूं, जिसने बढ़ते रहने को प्रेरित किया, आगे लाया, अंतर्मन में झांकना सिखाया, ऊपर की ओर उठाया, और सबसे महत्वपूर्ण बात, ईश्वर की ओर प्रेरित किया।

दादा ने खुद कर्म पर एक किताब लिखी थी जिसमें उन्होंने इस बारे में बात की है कि कैसे जीवन में कुछ गलत होने पर लोग कभी-कभी सोचते हैं कि ईश्वर पक्षपाती है। उन्हें एहसास नहीं होता कि कर्म नाम का एक सार्वभौमिक कानून मौजूद है। दुनिया में होने वाली हर छोटी-बड़ी चीज़ को ईश्वर स्वयं नहीं करता। सब कुछ कर्म के विधान द्वारा प्रबंधित किया जाता है।

मैं इस पृथ्वी पर उनके सौ वर्ष निवास करने के दौरान इस पुस्तक की प्रेरणा देने के लिए, अपने गुरु और **स्वामी दादा जे पी वासवानी** का आभारी हूं। वे पूर्ण विनम्रता, करुणा, प्रेम और दया से भरे एक दुर्लभ संत थे। वे एक सिद्ध आत्मा थे जो कर्म से ऊपर उठ चुके थे क्योंकि वे इस दुनिया को एक ब्रह्मांडीय नाटक के रूप में देखते थे। मैं यह पुस्तक अपने गुरु को समर्पित करता हूं व उनका आशीर्वाद चाहता हूं।

प्रस्तावना

पृथ्वी एक अनोखी जगह है। इसमें 8 बिलियन से अधिक लोग हैं, खरबों कीड़े, जानवर और पौधे हैं। यह एक ग्रह है जो अंतरिक्ष में कहीं मौजूद है व सूर्य की परिक्रमा करते हुए अपनी धुरी पर घूमता है। यह कैसे होता है? इसे कौन करता है?

हम अस्तित्वमान हैं! निःसंदेह हम हैं। लेकिन हम कहां से आते हैं और कहाँ जाते हैं? कोई नहीं जानता। इसमें संदेह नहीं कि हम आते हैं और चले जाते हैं, लेकिन इसका कोई प्रमाण नहीं है कि क्या होता है, कैसे होता है और इसे कौन कर रहा है।

जीवन नामक ब्रह्मांडीय नाटक यूं ही नहीं हो रहा है। यह पृथ्वी नामक मंच पर मानव की समझ और कल्पना से परे किसी महाशक्ति द्वारा रचा गया नाटक लगता है। लेकिन जीवन चल रहा है। सूर्य उदय होता है और अस्त होता है। क्रमानुसार ऋतुएँ बदल जाती हैं और समय बीतता जाता है।

जन्म और मृत्यु के बीच, लगता है जैसे ब्रह्मांड में कई लौकिक नियम काम कर रहे हैं। इनका कोई प्रमाण नहीं है। लेकिन जब आप आकाश में गेंद फेंकते हैं, तो वह बादलों में नहीं बह जाती। वह पृथ्वी पर वापस आती है, और हालांकि कोई सबूत नहीं है, पर निष्कर्षत: हम जानते हैं कि गुरुत्वाकर्षण का नियम मौजूद है।

ऐसे कई लौकिक नियम पृथ्वी पर जीवन को संभव बनाते हैं। उनमें से एक कारण और प्रभाव का कानून है – जिसे आमतौर पर कर्म के विधान के रूप में जाना जाता है। इस विधान के अनुसार, किसी भी कार्रवाई के बाद एक उचित प्रतिक्रिया होती है। कुछ भी संयोग से नहीं होता है। यदि आप टमाटर लगाते हैं, तो आपको आम नहीं मिलेंगे। यह विधान हमारे भाग्य को नियंत्रित करता है। हमारी विगत क्रियाएं हमारे वर्तमान का कारण हैं, जैसे हमारी वर्तमान क्रियाएं हमारे भविष्य का निर्धारण करेंगी।

जबकि कर्म का विधान सरल, व्यावहारिक और सार्वभौमिक लगता है, यह वास्तव में बहुत जटिल है और मानवता की समझ से परे है। यह विधान मौत पर नहीं रुकता। जब शरीर मर जाता है, तो मैं (मन + अहम्) आगे बढ़ जाता है, और अपने कर्म के आधार पर एक नए जीवन के साथ एक नए शरीर में पुनर्जन्म पाता है। इस प्रकार दुनिया अपने अस्तित्व को जारी रखती है।

हम मृत्यु तक कर्म के विधान से नियंत्रित होते हैं और फिर से जन्म लेते हैं, चाहे हम कितनी ही बार मृत्यु और पुनर्जन्म का अनुभव क्यों न करें। इस सुंदर दुनिया का आनंद लेते समय हम दु:ख भी झेलते हैं। जीवन और मृत्यु के चक्र के बीच दुख से बचने का कोई रास्ता नहीं है।

यह विधान एक सरल बात कहता है - जो हम देते हैं वही हमें मिलता है! ऐसा लगता है जैसे इस विधान को किसी सर्वोच्च सत्ता ने बनाया है। यह सर्वोच्च शक्ति, स्पष्टत: वही है जिसने पृथ्वी और उस पर सब कुछ बनाया है। आइये हम कर्म के विधान को आद्योपांत जांचने की कोशिश करते हैं। एक बार ऐसा कर लेने के बाद हम कर्म का सागर पार करते समय अनंत आनंद, शांति और आनंद के साथ जी पाएंगे व कर्म और मृत्यु के चक्र से मुक्त हो जाएंगे।

1

“कर्म” क्या है?

कर्म का विधान क्रिया और प्रतिक्रिया का नियम है। इस कानून के अनुसार, हमारी हर कार्रवाई का हिसाब रहता है और हमारे काम के कारण हुए बुरे या भले के माध्यम से ही उसे पुरस्कृत किया जाता है। कर्म का विधान एक सार्वभौमिक कानून है और सभी के लिए सटीक है। इससे कोई नहीं बच सकता, और कुछ भी इसमें हेरफेर नहीं कर सकता है। भले ही क्रिया बंद दरवाजे के पीछे हुई हो और दुनिया को उसका पता न हो, कर्म का विधान इसे याद रखता है। यह ऐसा ही कानून है।

कर्म का शाब्दिक अर्थ है "क्रिया", लेकिन इसकी वैश्विक लोकप्रियता के कारण, यह उससे आगे पहुंच गया है। आज "कर्म" का अर्थ बहुत व्यापक है। यह एक लौकिक नियम के अस्तित्व को इंगित करता है। इस विधान की प्रासंगिकता क्या है?

कल्पना कीजिए कि कुछ बहुत ही बुरा अप्रत्याशित और अनुचित रूप से हो जाता है। ऐसा लगता है कि उस घटना का कोई तार्किक

कारण नहीं है। और हम कहते हैं - "कर्म!" यहाँ, हम इस तथ्य को स्वीकार कर रहे हैं कि कर्म का विधान उस परिस्थिति में खुद को क्रियान्वित कर रहा है जो अभी सामने आई। इस भयानक चीज़ के होने का कोई कारण नहीं था। फिर ऐसा क्यों हुआ? स्पष्ट रूप से यह किसी पूर्व में किए गए काम की प्रतिक्रिया है। हो सकता है क्रिया बहुत पहले हुई हो, और हमारी स्मृति की याद करने की शक्ति से परे हो। कर्म का विधान यह सुनिश्चित करता है कि सभी क्रियाएं उचित रूप से पुरस्कृत हों।

मान लीजिए एक बगीचा है जिसमें आप पेड़ पर बढ़ते सेब देखते हैं। सेब कैसे आए? क्या यह कोई जादू है? क्या यह प्रकृति का कोई यादृच्छिक कार्य है? बिल्कुल नहीं। बगीचे में फूल खिलने के लिए किसी ने सेब के बीज लगाए होंगे। यह आप भी हो सकते हैं, कोई और या यहां तक कि आपका पड़ोसी भी, जिसने कंपाउंड की दीवार के पार बीज फेंक दिया हो। यह हवा या पक्षियों की वजह से भी हुआ हो सकता है, लेकिन इस प्रतिक्रिया के होने के लिए कुछ कार्रवाई हुई अवश्य है। जब तक आप बोते नहीं हैं, आप सेब पा नहीं सकते, और यदि आप टमाटर बोते हैं, तो आपको आम नहीं मिलेंगे। कानून बहुत सरल है, और जबकि इसे सिद्ध नहीं किया जा सकता, निष्कर्षत: हम जानते हैं कि यह विधान मौजूद है।

क्या आप साबित कर सकते हैं कि गुरुत्वाकर्षण का नियम मौजूद है? नहीं कर सकते। पासवर्ड और अन्य संबंधित खुलासा करके आप यह साबित कर सकते हैं कि आपका जीमेल अकाउंट आपका है। लेकिन गुरुत्वाकर्षण का नियम भिन्न है। अगर आप अपने मोबाइल फोन को हवा में फेंक दो, तो वह ऊपर बादलों में गायब नहीं हो जाएगा। इस प्रकार, आपको लगता है कि कोई बल है जो इसे वापस जमीन पर खींच लेता है। आप निष्कर्ष निकालते हैं कि गुरुत्वाकर्षण का नियम मौजूद है। कर्म भी ऐसा ही विधान है जो निष्कर्ष के माध्यम से सत्यापित किया जा सकता है। इस बात पर कोई संदेह नहीं है कि कानून मौजूद है।

कर्म का विधान एक जटिल कानून है। यह कई तरीकों से काम करता है। हो सकता है आपको तुरंत अपने काम के लिए इनाम मिल जाए, या आपको परिणामों के लिए कई दिनों, महीनों या यहां तक कि वर्षों तक इंतजार करना पड़ सकता है। वास्तव में, यह माना जाता है कि आप मृत्यु के बाद भी इस विधान से बच नहीं सकते।

हमारे आसपास बहुत सी चीजें होती रहती हैं। होने वाली हर घटना का कारण क्या है? ऐसा लगता है कि कारण व प्रभाव का विधान घटित हो रहा है। कारण व प्रभाव का क्या विधान है? हर प्रभाव के लिए, एक कारण होना चाहिए। इसलिए, अतीत में घटित हुआ कुछ

न कुछ अब जो भी हो रहा है उसका कारण है। जो भी हो रहा है उसका कोई कारण है। प्रत्येक कार्य के लिए, उसी के समान प्रतिक्रिया होगी। अगर धुआं है, तो आग या ऐसा कुछ होना चाहिए जो इसका कारण बना है।

कारण और प्रभाव का विधान हमारे दैनिक जीवन में भी देखा जा सकता है। आप एक घड़ा, एक प्लेट और एक मूर्ति देखते हैं। आपको पता है कि तीनों मिट्टी से बने हैं। मिट्टी ही इनका कारण है। घड़ा, प्लेट और प्रतिमा कारण के प्रभाव मात्र हैं। हमारे आसपास जो कुछ भी हो रहा है वह सिर्फ प्रभाव है। कारण क्या है? हमारा अपना कर्म, हमारे द्वारा अतीत में किए गए कार्य जो कर्म के विधान में दर्ज हुए थे, कर्म के प्रभाव के रूप में सामने आ रहे हैं। इसलिए, कर्म को अक्सर न केवल "क्रिया और प्रतिक्रिया" के नियम के रूप में संदर्भित किया जाता है, बल्कि "कारण व प्रभाव के विधान" के रूप में भी बताया जाता है।

क्या आपने कभी बूमरैंग देखा है? जब आप इसे हवा में फेंकते हैं, तो यह आपके पास वापस आता है। कर्म बूमरैंग की तरह काम करता है। आपने दुनिया को जो दिया है अंततः आपके पास वापस आ जाता है। कभी-कभी कर्म का विधान हमें बरगलाता है, क्योंकि हालाँकि हम कई बुरे काम करते हैं, फिर भी केवल अच्छा ही परिणाम हम

तक आता है। हमें एहसास नहीं है कि जो हमारे पास लौट रहा है वह कर्म का ही विधान है। बूमरैंग के रूप में वापस आने वाले ये हमारे अपने पिछले अच्छे कार्य हैं। और वर्तमान में हम जो बुरे कार्य कर रहे हैं, उनका क्या? सावधान! हालांकि यह जादू की तरह लगता है और आपके जीवन में बहुत अच्छा हो रहा है, लेकिन वर्तमान में आपके द्वारा किया जा रहा हर एक बुरा काम भी कर्म के विधान द्वारा दर्ज किया जा रहा है, और अंत में आपके पास वापस आएगा।

आज दुनिया मानती है कि जो हम देते हैं वही वापस आता है। लोग इसे जानते हैं, और यह किसी को सिखाए जाने की जरूरत नहीं है। अंततः, लोगों को इस सच्चाई का एहसास होता है। वे इसका अनुभव करते हैं। जो हम देते हैं वही वापस आता है। यदि कोई अन्य लोगों के साथ बुरा व्यवहार करता है, तो अंततः उसके साथ भी बुरा व्यवहार किया जाएगा। लोग जानते हैं अगर वे किसी को प्यार में धोखा देते हैं, तो किसी दिन कोई और उन्हें भी धोखा देगा। वे अपने कर्म से आप बच नहीं सकते।

ब्रह्मांड कई लौकिक नियमों के साथ काम करता है। इसी तरह का एक नियम क्रमिकता और निरंतरता का नियम है। अगर आप किसी को जाते हुए देखते हैं, तो अंततः, वह वापस आ ही जाएगा। यदि आप किसी को आते हुए देखते हैं, तो वह व्यक्ति कुछ समय पहले कहीं

गया होगा। लोग शून्य से नहीं आते हैं और शून्य में गायब नहीं हो जाते। चीजें शून्य से आकर शून्य में गायब नहीं हो जातीं। जो जाता है वही वापस आता है।

आपने जो दिया आपको वही मिला। कर्म का विधान बहुत ही सरल है। कोई बच्चा भी इसे समझ सकता है, लेकिन हम इंसान अक्सर इस नियम को भूल जाते हैं क्योंकि हम कर्म के नियम के अस्तित्व को अनदेखा कर देते हैं। हमें एहसास नहीं होता कि यह विधान मौजूद है। सिर्फ इसलिए कि मेज, कुर्सी, अलमारी, बिस्तर, आप और आपका लैपटॉप सभी धरती पर सुरक्षित हैं, इसका मतलब यह नहीं हो जाता कि गुरुत्वाकर्षण के नियम ने काम करना बंद कर दिया है। गुरुत्वाकर्षण का ब्रह्मांडीय नियम मौजूद है। यह हमेशा अस्तित्व में रहा है और इसका अस्तित्व हमेशा बना रहेगा, और यही कर्म के नियम के साथ है।

कर्म का नियम सार्वभौमिक है। आप अमेरिकी हों, चीनी, भारतीय या जापानी, आपकी राष्ट्रीयता कुछ भी हो, कर्म का नियम आप पर लागू होता है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप हिंदू हैं, मुसलमान हैं, ईसाई, जैन, सिख, यहूदी या बौद्ध हैं, क्योंकि यह नियम उन सभी के लिए समान रूप से व्याप्त है जो धरती पर पैदा हुए हैं। कर्म से कोई नहीं बच सकता, चाहे वे जिस भी धर्म का पालन करते हों।

विडंबना यह है कि हम न तो कर्म (क्रिया) से बच सकते हैं न कर्म के विधान से। क्या हम क्रिया करने से बच सकते हैं? हर एक मानव को कार्य करना है - वे जो भी हैं और जहां भी हैं। उन्हें हर सुबह अपने बिस्तर से बाहर निकल और कुछ करना होगा। आप क्रिया करने से बच नहीं सकते। यह भी एक सार्वभौमिक नियम है। लेकिन यह वही "कर्म" का नियम नहीं है।

कर्म को क्रिया और प्रतिक्रिया या कारण और प्रभाव के नियम के रूप में सभी सभ्यताओं, राष्ट्रों और धर्मों में समझा गया है।

पीटर अपने चाचा के साथ एक गाँव में रहता था। नए अवसरों की तलाश में वह शहर के लिए रवाना हुआ और वहां दो दशक बिताकर अपना करियर बनाया। एक दिन, वह अपने चाचा से मिलने गया, और वे खेत में टहलने निकले। "क्या तुम्हें याद है पीटर, तुम्हारे जाने से कुछ दिन पहले, मैंने तुमसे खेत के चारों ओर सेब के बीज की एक पंक्ति लगाने के लिए कहा था?" उसके चाचा ने पूछा। "अब इन अद्‌भुत पेड़ों को देखो। बीस साल में ये कितनी खूबसूरती से बढ़े हैं।" उसके चाचा ने उसे पूरा खेत घुमाकर दिखाया कि पेड़ कितने अच्छी तरह बढ़ गए थे, जब तक वे खेत की उत्तरी सीमा के साथ नहीं पहुंच गए।

इस जगह अचानक पूरा खेत एक बेतरतीब जंगल जैसा लगने लगा।

जब पीटर ने यह देखा, तो उसने शर्मिन्दगी से आंखें बंद करते हुए कहा, "मैंने यहाँ तक अपना काम अच्छा किया था, लेकिन मुझे याद है कि फिर मेरे दोस्तों ने मुझे उनके साथ खेलने के लिए बुला लिया था। मेरे पास जो भी शेष बीज थे, मैंने एक गड्ढा बनाकर सब उसमें डाल दिए"। उसके चाचा ने हंसकर कहा, "तुम प्रकृति से बच नहीं सकते। तुम्हारे अच्छे काम खेत में हमेशा के लिए खड़े रहेंगे, लेकिन तुम्हारे गलत काम भी छुपेंगे नहीं।"

कर्म का नियम बहुत स्पष्ट है - जैसा कि आप बोएँगे, वैसा ही काटेंगे। यदि आप कुछ काट रहे हैं, तो इसमें बिल्कुल संदेह नहीं है कि यह इसलिए हो रहा है क्योंकि आपने कुछ बोया था - कब, कहाँ और किस परिस्थिति में, शायद यह आपके लिए अज्ञात हो। लेकिन अगर आप कोई इनाम या सजा पा रहे हैं, तो कर्म का विधान कहता है कि यह आपके अपने काम हैं जो आप तक वापस आ रहे हैं।

क्योंकि हम कर्म के नियम को नहीं समझते, हम भगवान से प्रश्न करते हैं। "हे भगवान! अच्छे लोगों के साथ बुरा क्यों होता है?" तथ्य यह है कि अच्छे लोगों के साथ कभी बुरी चीजें नहीं हो सकतीं। कर्म का सार्वभौमिक नियम इसकी अनुमति नहीं देगा। कभी कभी हम बाहर समझ नहीं पाते कि किसी अच्छे व्यक्ति के साथ कुछ बुरा क्यों हो रहा है, लेकिन हमें यह समझना चाहिए कि यह उनका अपना बुरा

काम है जो उनके पास वापस आ रहा है। कभी-कभी हम ईश्वर से सवाल करते हैं किसी निष्ठुर और क्रूर व्यक्ति को इतनी सफलता का पुरस्कार क्यों मिलता है। हमें एहसास नहीं होता कि यह तो कर्म का नियम अपने पिछले रिकॉर्ड के अनुसार प्रकट हो रहा है।

चूंकि हम इंसान कर्म के विधान को नहीं समझते हैं, अत: हम खुद को बुरे कर्म करने देते हैं - हम धोखा देते हैं, हम झूठ बोलते हैं, हम चोट पहुंचाते हैं, मारते हैं और फिर हम आशा करते हैं कि बदले में हमारे लिए अच्छी चीजें होंगी। कर्म के विधान के रहते हम यह अपेक्षा कैसे कर सकते हैं कि ऐसे में हमें अच्छाई मिलेगी? आज, कल या भविष्य में कभी, हमें कर्म के नियम के अनुसार अपने कामों का फल भोगना होगा। हमारा हर बुरा काम रिकॉर्ड किया जाता है और उसका पूरा हिसाब होता है, जैसे हर अच्छे कर्म का पुरस्कार मिलता है।

कर्म का नियम क्रूर नहीं है। यह सुधारवादी है, दंडात्मक नहीं। यह हर अच्छे काम के लिए पुरस्कार देकर और पापों की सजा देकर हमें अपनी नैतिक यात्रा में विकसित होने में मदद करता है। इसका उद्देश्य है कि अंतत: संसार को छोड़ देने से पहले हमारा सुधार हो।

यह किसी पुलिसकर्मी की तरह हमेशा अपराध कर रहे लोगों को ढूंढने की कोशिश नहीं करता। दूसरी ओर, कानून अच्छे और बुरे

दोनों को समान रूप से रिकॉर्ड करता है और हर क्रिया पर एक समान प्रतिक्रिया करता है। जब हम कर्म के नियम को नहीं समझते, तो हम नैतिकता या मूल्य के बिना जीते हैं और मर जाते हैं, और अंततः, हम फल हमें ही भुगतना पड़ता है। यदि हम नैतिक रूप से उचित तरीके से भी जिए हों, तो भी हमारे साथ बुरा होने पर हम दर्द में रोते हैं, क्योंकि हमें इस बात का एहसास नहीं है कि कर्म का विधान केवल अपने अतीत के कार्यों के अनुसार ही हमें लौटा रहा है। रोने के बजाय, कर्म के विधान को समझना और हमारे अपने पिछले कर्मों के परिणामों को स्वीकार करते हुए और सकारात्मक दृष्टिकोण के साथ जीवन जीना सबसे अच्छा है।

कर्म कुछ और नहीं, कर्म का विधान है।
जैसे हमारे कर्म होंगे, वैसी ही प्रतिक्रिया होगी।
यदि हम टमाटर लगाते हैं,
हमें आम की उम्मीद नहीं करनी चाहिए।
हम वही काटते हैं जो हमने बोया है!

कर्म क्या है?

कर्म एक सार्वभौमिक कानून है।
इसे कारण व प्रभाव का विधान या क्रिया व प्रतिक्रिया
का नियम भी कहा जाता है।
कर्म के नियम के अनुसार -
"आपने जो दिया आपको वही मिला!"
इस कानून से कोई भी बच नहीं सकता है।
अच्छे लोगों के साथ भी बुरा हो सकता है।
हमारे जीवन में जो कुछ भी हो रहा है,
वह हमारे अपने कार्यों का हमारे पास लौटना ही है।

2

कर्म का विधान कैसे कार्य करता है?

अगर मैं आपसे एक सेब को देखकर मुझे यह बताने के लिए कहूं कि उसका स्वाद कैसा है, तो क्या आप ऐसा कर सकेंगे? आप ऐसा नहीं कर सकते क्योंकि आंखें केवल देखने में ही सक्षम हैं। यह जानने के लिए कि सेब स्वादिष्ट है या नहीं, आपकी जीभ और स्वाद कोषिकाओं को उसका स्वाद लेना होगा। जीभ को स्वाद का बोध दिया गया है, देखने के लिए आँखों को, सूंघने के लिए नाक, सुनने के लिए कानों और छूने और एहसास के लिए त्वचा को। हमें विचारों का उत्पादन करने के लिए मन, रिकॉर्ड करने और याद करने के लिए स्मृति और परखकर चुनने के लिए बुद्धि दी गई है। हालाँकि, हमें कर्म को समझने व डीकोड करने के लिए एक संवेदी धारणा नहीं दी गई। हम यह नहीं देख सकते हैं कि हमारी कौन सी क्रिया किस प्रतिक्रिया के माध्यम से पुरस्कृत हो रही है। हम इस विधान को समझने में असमर्थ हैं, हम केवल इसके सिद्धांतों को समझने की कोशिश कर सकते हैं। हम या तो इसे स्वीकार कर सकते हैं या स्वीकार करने से इनकार कर सकते हैं। लेकिन केवल इसलिए कि

हम सार्वभौमिक कानूनों को स्वीकार नहीं करते, वे समाप्त नहीं हो जाएंगे।

सार्वभौमिक ब्रह्मांडीय नियम दुनिया को चलाते हैं। और ऐसे कई नियम हैं। विपक्षियों के नियम ने दुनिया में बहुत सारी विपरीत चीज़ें बनाई हैं – जैसे दिन और रात, सुख और दुख, हानि और लाभ, गर्मी और सर्दी, उत्तर और दक्षिण और जन्म और मृत्यु। ये विपरीत स्थितियां मौजूद हैं, और हमारे पास उन्हें स्वीकार करने के अलावा कोई विकल्प नहीं है। चक्रों का नियम नाम का भी एक नियम है। इस दुनिया में सब कुछ चक्रीय है - वसंत, गर्मी, पतझड़ एवं शरद ऋतु; दिन और रात और महिलाओं का ऋतु चक्र। ये नियमानुसार किसी भी हस्तक्षेप के बिना एक दूसरे का अनुसरण करते हैं।

सभी ब्रह्माण्डीय नियम एक शक्ति - परमपिता द्वारा गतिशील किए गए हैं और वे हस्तक्षेप की आवश्यकता के बिना अपने आप काम करते हैं। सैमसंग एक प्रोग्राम बनाता है जिससे हमारा मोबाइल काम करता है। हर बार जब आप अपने मोबाइल में फ़ॉन्ट का आकार बदलना तय करते हैं, तो इसका मतलब यह नहीं है कि सैमसंग के अध्यक्ष प्रकट होंगे औरआपके अनुरोध पर ध्यान देंगे। सभी सैमसंग मोबाइल में स्वचालित अपडेट और सॉफ़्टवेयर है जो डिवाइस को सामान्य रूप से कार्य करने लायक बनाते हैं। ब्रह्मांड भी इससे अलग

नहीं है। पृथ्वी पर सब कुछ क्रमादेशित और प्रबंधित है और कर्म का विधान ऐसा ही एक नियम है।

सृष्टिकर्ता न तो हमारे कार्यों का सूक्ष्म प्रबंधन करता है, न ही वह ब्रह्माण्डीय दरबार में बैठकर किस का क्या होना चाहिए या क्या नहीं होना चाहिए, इस पर निर्णय नहीं देता। कर्म के विधान के अनुसार सब कुछ होता रहता है।

कारण और प्रभाव का नियम, जिसे लोकप्रिय रूप से कर्म का विधान कहा जाता है, यह सुनिश्चित करता है कि कुछ भी संयोगवश नहीं होता। हर बात का उससे पहले और बाद कोई संबंध अवश्य होता है। हमारे अपने द्वारा किए गए कार्य हमारे भविष्य का कारण बनते हैं। इसलिए, हमारी वर्तमान क्रियाएं हमारे भविष्य को निर्धारित करेंगी, ठीक बैसे ही जैसे हमारे पिछले कर्म हमारी वर्तमान परिस्थितियों को निर्धारित कर रहे हैं।

कर्म एक ऐसा कानून है जो हमारे जीवन भर चलता है। कर्म का नियम कहता है कि आप जो देते हैं वही आपको मिलता है।

जैसी करनी वैसी भरनी। हम सूक्ष्म प्रबंधित नहीं हो रहे हैं। हम में से कुछ खुश और कुछ दुखी क्यों हैं? यह कर्म के नियम के कारण है। कर्म का नियम पिछले कार्यों के आधार पर तय करता है कि कौन

खुश होगा और कौन दुखी।

हमारे सभी कार्यों पर प्रतिक्रियाएं होती हैं। हम केवल अपने वर्तमान जीवन के दौरान ही प्रतिक्रिया प्राप्त नहीं करते, हमारे कार्यों की भरपाई हमारे आने वाले जीवनों में भी की जाती है।

इसका मतलब है कि हमारे कार्यों के आधार पर, न केवल हम अपने जीवनकाल में पुरस्कार या फटकार प्राप्त करते हैं, बल्कि यह हमारे अगले जीवन तक भी जाता है। हमारा अगला जीवन हमारे कर्म या वर्तमान और अतीत के हमारे कार्यों पर निर्भर करेगा।

पृथ्वी पर 8 अरब से अधिक लोग हैं, और प्रत्येक व्यक्ति को एक दिन में 50,000 तक विचार आते हैं। ये विचार भावनाओं और अंततः क्रियाओं में बदलते हैं। इसका मतलब है कि हर दिन खरबों क्रियाएं की जा रही हैं। क्या आप एक ऐसे कंप्यूटर के पैमाने की कल्पना कर सकते हैं जो इन क्रियाओं को रिकॉर्ड करने और यह सुनिश्चित करने के लिए आवश्यक होगा कि हर अच्छे काम को पुरस्कृत करने की ही तरह प्रत्येक डेबिट को एक संगत डेबिट मिले? कर्म का विधान ठीक वैसे ही मानवीय समझ से परे है जैसे कि ब्रह्मांड। आप पृथ्वी नामक ग्रह पर 200 से अधिक देशों में से एक में निवास करते हैं, 8 अरब लोगों और खरबों अन्य जीवित प्राणियों में से एक हैं। पृथ्वी मिल्की वे

नामक आकाशगंगा में एक छोटे धब्बे की तरह है, जो दिव्य ब्रह्मांड का एक महत्वहीन हिस्सा है। क्या आप सृजन के पैमाने की कल्पना कर सकते हैं?

जबकि हम ब्रह्मांड और उसके कानूनों को समझ नहीं सकते, हमें इसके अस्तित्व को समझने की बुद्धि मिली है। यह हमारे ऊपर है कि हम इन लौकिक नियमों के अनुसार अपने जीवन को सर्वश्रेष्ठ बनायें और संतोष और पूर्णता के साथ खुशी से रहें। जो लौकिक कानूनों, विशेष रूप से, कर्म के नियम को नहीं समझते, वे अपने जीवन में हर होने वाली हर बात पर आपत्ति जताते हैं। वे जीवन को उसके अर्थ और उद्देश्य को समझे बिना जीते हैं, जब तक कि इस उपहार का समय समाप्त न हो जाए।

बुद्धिमान मनुष्यों के रूप में, क्या हम कर्म का विधान घटित होने नहीं देख सकते? क्या हम यह नहीं समझते कि अगर हम टमाटर लगाते हैं, तो हमें आम नहीं मिलेगा? क्या हमारा सामान्य ज्ञान हमें यह नहीं बताता कि अच्छे को अच्छा मिलेगा और बुरे को बुरा? अगर कोई आकर आपको मुस्कान के साथ फूल पेश करे तो आप क्या करेंगे? क्या आप बदले में उन्हें लात मारोगे? दूसरी ओर, यदि किसी ने आपको कई घूंसे दिए, तो क्या आप बदले में एक उपहार या एक मुस्कान देंगे? हम इंसानों को पता है कि हमारा व्यवहार, दृष्टिकोण

और प्रतिक्रियाएं औरों के कार्यों से प्रभावित होते हैं। हम अच्छाई के बदले अच्छाई और बुराई के बदले बुराई लौटाते हैं। कर्म का विधान इससे भिन्न नहीं है। अंतर केवल इतना है कि यह विधान हमारे पिछले जीवन के हमारे कामों को रिकॉर्ड करता है, और इसलिए, कभी-कभी इसे समझना मुश्किल और यहां तक कि असंभव भी होता है।

कभी-कभी, हम अच्छे लोगों के साथ बुरा होता हुआ देखते हैं और भूल जाते हैं कि यह कर्म के विधान के अलावा और कुछ नहीं है। कानून हमारे अपने पिछले कामों के अनुसार फल दे रहा है। और जो बुरा हो रहा है, वह केवल हमारे अपने बुरे कर्म हैं जो लौटकर हमारे पास आ रहे हैं। हो सकता है ये क्रियाएं पुरानी हों – जिन्हें हम भूल गए हों या ये हमें ज्ञात न हों, लेकिन कर्म का विधान कोई गलती नहीं करता। उसे बुरे कार्यों को पुरस्कृत करने और अच्छे को दंडित करने का तरीका नहीं जानता। यह एक आदर्श ब्रह्मांडीय कानून है, और जैसे सूर्य सुबह उदय होना नहीं भूलता, उसी तरह कर्म का नियम अपना कर्तव्य नहीं भूलता। क्या किसी दिन आपके भोजन कक्ष की कुर्सियां अचानक आसमान में उड़ना शुरू कर देंगी? यह कभी नहीं होगा क्योंकि गुरुत्वाकर्षण का नियम ब्रह्मांड को नियंत्रित करने वाले ब्रह्मांडीय नियमों के एक अभिन्न अंग के रूप में हमेशा लागू रहेगा। इसी तरह कर्म का नियम हमेशा दुनिया पर लागू रहेगा।

हम कर्म के विधान को समझ या उसकी सराहना नहीं कर पाते, क्योंकि हमें यह बोध नहीं है कि कर्म के लिए मृत्यु अंत नहीं है। यह सिर्फ एक मोड़ है, और जैसे जैसे हम अपने अगले जीवन में आगे बढ़ते हैं, नियम हमारे कामों को रिकॉर्ड करना जारी रखता है। इसलिए, जब किसी जन्म लेने वाला बच्चे को गंभीर विकलांगता पाई जाती है, तो हम यह समझने में असमर्थ रहते हैं कि ऐसा क्यों। हमें इस बात का एहसास नहीं होता कि शिशु अपने साथ बुरे कर्म का भार लेकर आया है, जिसे निष्फल किया जाना है। इस पीड़ित बच्चे का जन्म होना आवश्यक था ताकि कर्म का विधान उसके अतीत के कर्मों का अच्छा-बुरा फल उसे दे सके। हम इंसान यह नहीं समझते कि हम कभी मरते नहीं। शरीर मर जाता है। लेकिन "हम", जो इस शरीर को पहनते हैं, नहीं मरते। इसीलिए जब कोई व्यक्ति मरता है, तो हम कहते हैं वह व्यक्ति गुजर गया या दिवंगत हो गया। वह व्यक्ति कहां चला गया है? चूंकि हमारे पास ऐसे सवालों के जवाब नहीं होते, हम चर्चा को यहां खत्म कर देते हैं। लेकिन इससे कर्म की कहानी खत्म नहीं होती।

कुछ लोग अमीर परिवारों में पैदा होते हैं और कुछ गरीबी में। क्यों? क्या यह यूं ही हो जाता है? बिल्कुल नहीं। कर्म का नियम जन्म को नियंत्रित करता है, और हम अपने पिछले कर्म के आधार पर जन्म लेते हैं। हम एक शरीर में रहते हैं, और जबकि वह शरीर मरता है

और विघटित हो जाता है, हमारे कर्म रिकॉर्ड होते हैं, जिसके आधार पर हम एक नए शरीर में पुनर्जन्म लेते हैं।

चूंकि ये जटिल घटनाएं हैं और प्रमाण की तुलना में निष्कर्ष के द्वारा अधिक जानी जाती हैं, हम में से ज्यादातर कर्म के नियम के अस्तित्व की अनदेखी करते हैं। फिर भी, इससे इसका अस्तित्व समाप्त नहीं हो जाता।

जैसा कि आमतौर पर समझा जाता है, हम एक ठोस भौतिक शरीर, एक सूक्ष्म अदृश्य शरीर और जीवन ऊर्जा, जिसे अक्सर आत्मा के रूप में जाना जाता है, का संयोजन हैं। स्थूल शरीर मर जाता है। लेकिन हम - सूक्ष्म शरीर या आंतरिक साधन,जिसमें मन, स्मृति, बुद्धि और अहम् शामिल हैं - अगले जन्मों में अपनी यात्रा जारी रखते हैं। हो सकता है कोई पुनर्जन्म में विश्वास करे या नहीं। लेकिन कर्म का नियम हमें यह बोध कराता है कि कोई दूसरा विकल्प नहीं है। जब तक हम एक अहम् और एक मन के रूप में जीते हैं जिसका एक शरीर भी है, हम कर्म करते हैं और कर्म के नियम के अधीन रहते हैं। हमारे सभी कार्य दर्ज किए जाते हैं, और यद्यपि हम अपना भौतिक शरीर छोड़ देते हैं और आगे बढ़ जाते हैं, हम अपने कर्म को अपने अगले जीवन में ले जाते हैं और एक नए शरीर में हमारे अच्छे कामों का आनंद लेते या पिछले पापों के लिए सजा पाते हैं।

कौन वास्तव में कर्म का आनंद लेता है? जब तक हम जीवित रहते हैं, लगता है कि हम, एक शरीर-मन-आत्मा का मिश्रण, कर्म के प्राप्तकर्ता होते हैं। लेकिन मृत्यु के बाद क्या होता है? शरीर बचता नहीं है। फिर कर्म को कौन भोगता है? शरीर तो मर जाता है, पर मन और अहम् एक नए शरीर में जन्म लेकर अपनी यात्रा जारी रखते हैं। न केवल जो जीवन अभी समाप्त हुआ उसका, बल्कि पिछले सभी जीवनों का कर्म भी उनके साथ रहता है। यह मैं (मन + अहम्) कर्म का आनंद लेता है। वास्तव में, यहां तक कि जो शरीर अभी-अभी मर गया है, उसने जीवित रहते अपने सभी अनुभव मैं को प्रेषित कर दिए। यह मैं कभी नहीं मरता। यह एक नए शरीर में फिर से प्रकट होता रहता है और वह कर्म करता है जो जन्म-जन्मान्तर तक संचित होते हैं। वास्तव में, इस मैं को इस संचित कर्म के आधार पर ही पृथ्वी पर एक नया जन्म दिया जाता है।

हम मनुष्य कर्म के नियम को नहीं समझते हैं। हम वास्तव में यह नहीं जानते कि जीवन क्या है और यह कि कर्म जीवन के अर्थ का पता लगाने करने का एक तरीका है। बेशक, स्व और सृष्टिकर्ता के संदर्भ में जानने के लिए बहुत कुछ है, लेकिन कर्म के विधान से बेखबर या क्रिया और प्रतिक्रिया के नियम के प्रति उदासीन होना दुख में ही जीने और मरने का निश्चित तरीका है। क्या हम यह नहीं देखते हैं यह संसार दुख से भरा है? और जीवन के आनन्द लेते हुए खुशी और गम

से गुज़रते हुए हम अंततः बूढ़े हो जाते हैं, बीमार होते हैं, पीड़ा झेलते हैं और मर जाते हैं। कर्म के नियम को समझना जीवन और उसके अर्थ को समझने की शुरुआत है।

कर्म का नियम हमें सजा देने के लिए नहीं है। यह दंडात्मक नहीं है, सुधारवादी है। यह हमारे मन और जीवन को सुधारने में हमारी मदद करने के लिए है, जब तक हम कर्म, दूसरे लौकिक नियमों और जीवन को न समझ लें।

कुछ लोग कर्म को बिल्कुल नहीं समझते। उन्हें लगता है कि सब कुछ पूर्व निर्धारित है, इसलिए, उनकी क्रियाओं का कोई महत्व नहीं है क्योंकि भगवान पहले से ही है भविष्य तय कर दिया है। सृष्टि का रचयिता अतीव बुद्धिमान है और उसने हमें कठपुतलियों की तरह जीने को नहीं बनाया है। हमें बुद्धि दी गई है और हमारे पास ऐसा जीवन जीने का विकल्प है जिसमें हम अच्छा या बुरा करना चुन सकते हैं। फिर भी, जीने के साथ हमें कर्म के नियम को समझने की कोशिश करनी चाहिए।

हमारे पिछले जीवन या जीवनों में जो कुछ भी हुआ है, वह हमारे वर्तमान जीवन में किसी सड़क या राजमार्ग जैसा है, जो पहले से ही है बना दिया गया है। हमारे पिछले कार्यों ने इस सड़क का निर्माण

किया है। यह धूल भरा होगा या उच्च गति वाला राजमार्ग, यह हमारे पिछले कर्मों द्वारा निर्धारित किया जाता है। इसे बदला नहीं जा सकता। हालांकि हम अतीत को नहीं बदल सकते, लेकिन अपने भविष्य को बदल सकते हैं क्योंकि हमारा भविष्य उस कार की तरह है जिसे हम चलाते हैं। हम तेज़ चलाना या धीमा करना और बाएं या दाएं मुड़ने का विकल्प चुन सकते हैं।

हम जिस तरह से चाहते हैं, उसे चला सकते हैं। हमें चुनने के लिए बुद्धि और इच्छाशक्ति दी गई है। जो कुछ हम करेंगे, हमारे वर्तमान कार्य निर्धारित करेंगे कि हम भविष्य में किस सड़क पर पहुंचेंगे। यह हमारा अपना कर्म है जो हमारी भविष्य की परिस्थितियों को निर्धारित करेगा। यही है कर्म का नियम।

जो भी ये वर्तमान है, जादू नहीं है...
अच्छा हो या दुखद हो...
हमने जो किया हो उसके हिसाब से,
कर्म तय करेगा कि कब तक ऐसा हो।

सारांश

कर्म का विधान कैसे काम करता है?

कर्म का विधान यह सुनिश्चित करता है कि हमारे काम -
दोनों, अच्छे और बुरे - दर्ज होते हों।
और यह कि वे हमें वापस मिलें!
"जैसा हम बोएंगे, वैसा ही काटेंगे!"
अच्छे कर्म अच्छे भाग्य के रूप में वापस आते हैं,
बुरे कर्म दुर्भाग्य के रूप में।
कुछ भी भाग्य से नहीं होता।
सब कर्म के विधान से होता है!

कर्म मैं से जुड़ा है (मन + अहम्)
यह मैं कभी नहीं मरता।
इसके संचित कर्म के आधार पर,
मैं को नया जन्म है मिलता।
सब कुछ जो होता है, पूर्व निर्धारित नहीं है।
हमारे पिछले कर्म हमारी वर्तमान परिस्थिति निर्धारित करते हैं
और हमारे वर्तमान कार्य हमारे भविष्य को।

3

क्या कर्म वास्तव में होता है?

हालांकि इस बात का कोई प्रमाण नहीं है कि कर्म का नियम मौजूद है, किन्तु इसमें कोई संदेह भी नहीं है कि ब्रह्मांड में ऐसा एक कानून लागू है। इस सरल से तथ्य से इस विधान की उपस्थिति पता लगती है, कि सभी क्रियाएं प्रतिफल देने के लिए आयोजित हैं। बुमेरांग, कारण और प्रभाव, क्रिया और प्रतिक्रिया के नियमों की पृथ्वी पर लगातार पुनरावृत्ति दिखती है।

यदि कोई कानून नहीं होता, तो हमारे आसपास की घटनाओं में स्पष्ट दिखता। नारियल के पेड़ों पर सेब होते। यह सार्वभौमिक नियम व्यवस्था और कारण के आधार पर प्रभाव का होना सुनिश्चित करता है।

यह सोचना हास्यास्पद होगा कि हमारे जीवन में होने वाला सब कुछ सिर्फ एक संयोग है। जो कुछ भी होता है वह क्रियाओं की एक पूरी श्रृंखला के लिए प्रतिक्रिया स्वरूप होता है। कर्म के विधान के बिना

दुनिया केवल एक अराजक जंगल होकर रह जाएगी।

कोई संदेह नहीं है कि कानून जटिल है और समझने में मुश्किल भी, लेकिन इस तथ्य के लिए किसी तर्क की आवश्यकता नहीं कि यह मौजूद है। प्रत्येक प्रतिक्रिया एक क्रिया पर आधारित होती है और प्रत्येक प्रभाव किसी कारण पर। कर्म के विधान की अनूठी विशेषता यह है कि हमारे कई कार्य इतने पुराने होते हैं कि वे हमें याद भी नहीं रहते। कभी-कभी, वे हमारे पिछले जीवन के काम होते हैं और हमारी स्मृति पिछले जीवन की घटनाओं को याद करने में विफल हो जाती है, लेकिन कर्म का नियम कोई गलती नहीं करता। यह एक सार्वभौमिक कानून है। ठीक वैसे ही जैसे गुरुत्वाकर्षण का कानून कोई गलती नहीं करता और कई लौकिक नियम सटीक ढंग से काम कर रहे हैं, कर्म का नियम भी हर क्रिया पर अमल करना और प्रतिक्रिया देना नहीं भूलता। कल्पना कीजिए कि हम कुछ बीज बोते हैं, मान लीजिए सेब, और फिर उम्मीद करते हैं कि हमें स्ट्रॉबेरी, चेरी या आड़ू बदले में मिलें। हम किसी दूसरे फल की कितनी भी आशा करें, वह नहीं उगेगा। यदि ऐसा होता तो हम अनुमान लगाते कि कर्म जैसा कोई कानून नहीं है। लेकिन हम अपने चारों ओर देख सकते हैं कि क्रिया और प्रतिक्रिया का नियम लागू है। हम इसके अस्तित्व को नकार नहीं सकते।

संदेही लोग अब भी इस कानून के अस्तित्व पर सवाल उठाएंगे और प्रमाण मांगेंगे। दुनिया जानती है कि कुछ चीजें प्रमाणित हो सकती हैं और कुछ का अनुमान लगाया जा सकता है। हम आसानी से अनुमान लगा सकते हैं कि कर्म का नियम हमारे जीवन और हमारे आसपास की दुनिया पर लागू है।

एक युवा लड़के ने एक बार अपनी माँ से कर्म के अस्तित्व पर सवाल उठाया था। वह जिसे देख नहीं सकता था उस पर कैसे विश्वास कर सकता था! माँ ने कर्म की अवधारणा को समझाने की पूरी कोशिश की, लेकिन अंत में उसे भान हुआ कि उसका बेटा अपनी तर्क शक्ति और बुद्धि का उपयोग करके कर्म के अस्तित्व को स्वीकार करने को तैयार नहीं था।

वह उससे पूछता रहा, "कर्म का प्रमाण कहाँ है? किसी वैज्ञानिक पुस्तक ने कानून के अस्तित्व को दर्ज क्यों नहीं किया है? मैं नहीं मानता कि इस तरह का कोई विधान है," उसने कई बार दोहराया। वह उस समय खाना पकाने में व्यस्त थी, और उसके हाथ में गरमा गरम चम्मच था। उसने पैन से चम्मच लिया और उसके मुंह के अंदर डाल दिया। वह दर्द से चिल्ला उठा। "ओह माँ, दर्द होता है।" "सच में?" उसने पूछा। "क्या तुम साबित कर सकते हो कि यह दर्दनाक था? " "तुम्हारा मतलब क्या है?" बेटे ने कहा। "मैंने दर्द अनुभव किया है। मुझे पता है!" "बहुत जल्द तुम यह भी जान जाओगे कि कर्म का

विधान मौजूद है।" अगली बार जब बेटे ने माँ से कर्म के नियम पर पूछताछ की, तो उसे बस एक गर्म चम्मच हाथ में लेना पड़ा।

हम कुछ चीजों के अस्तित्व से इनकार नहीं कर सकते। मुझे यह साबित करने की जरूरत नहीं है कि मेरे चेहरे पर एक नाक है, मुझे पता है कि वह है। ऐसा ही कर्म का नियम है। हम जानते हैं कि यह मौजूद है, लेकिन हम नहीं जानते कि वास्तव में यह कैसे काम करता है।

कुछ लोग इस कानून की शक्ति को अनदेखा करते हैं। कर्म सिर्फ हमारे जीवनकाल के दौरान ही नहीं, मृत्यु के बाद भी काम करता है। यह कैसे हो सकता है? कर्म क्रिया है। क्रिया विचारों से प्रेरित होती है। इसलिए, कर्म के लिए केवल शरीर ज़िम्मेदार नहीं है, इसके लिए मन भी ज़िम्मेदार है। हमारे शरीर को उतनी ही पीड़ा और आनंद मिलता है जितना कर्म का विधान तय करता है। हो सकता है हमारा शरीर अपने पूर्व जन्म में मन द्वारा अर्जित किए गए कुछ कर्म की पीड़ा भोगे, जैसे कि यह अपने कुछ वर्तमान कर्मों से इस जन्म में बच सकता है। ये कर्म खोते नहीं हैं बल्कि मन को अनुभव करने और अपने अगले जीवन में एक नए शरीर में फल भोगने के लिए आगे बढ़ा दिए जाते हैं।

राम एक ईमानदार और ईमानदार कारपेंटर था। उसने किसी को चोट पहुँचाने और पाप करने से बचने की हर संभव कोशिश की। लेकिन एक दिन जब वह मशीन से लकड़ी काट रहा था, उसके हाथ उसमें फंसकर कट गए। अपने हाथों और आजीविका के नुकसान के कारण टूटा हुआ राम अपने गुरु के पास गया और उनसे पूछा, "मैं नहीं समझ सकता कि ऐसा क्यों हुआ, कि मेरे हाथ कट गए। मैंने मेरे जीवन में एक भी बुरा काम नहीं किया है।" उसके गुरु ने कहा, "यह तुम्हारे इस जीवन में किए पापों का परिणाम नहीं है। आपके पिछले जीवन में, तुम श्याम थे, जो पेशे से कसाई था।

तब तुमने हर दिन सैकड़ों जानवरों को मारा। श्याम के रूप में, तुम अपने कर्म को पूरा किए बिना मर गए, जिसका अर्थ है कि तुम्हें अपने कामों के फलस्वरूप पीड़ा नहीं भोगनी पड़ी। उस श्याम के मन ने तुम्हारे यानि राम के रूप में पुनर्जन्म लिया है। इसलिए, अब तुम श्याम के कर्म को भुगत रहे हो।"

राम समझ नहीं पाया। गुरु ने आगे बताया, "आज तुम राम हो और अच्छे कर्म कर रहे हो, लेकिन तुम्हें उनका फल नहीं मिल रहा। चिंता मत करो राम। अगले जन्म में तुम एक राजा के रूप में जन्म लोगे। तुम्हारे वर्तमान शरीर को इनका लाभ नहीं मिल सकता, लेकिन तुम्हारा अहम् और मन फिर से जन्म लेगा, और तब तुम अपने परोपकार के फलों का आनंद ले पाओगे।"

कभी-कभी हमारा शरीर इस जीवन के कार्यों के कारण उत्पन्न कर्म का अनुभव नहीं करता। हो सकता है शरीर उस कर्म का अनुभव करे जो मन ने पिछले शरीर के माध्यम से किया था। इसलिए, यह कर्म इस शरीर का नहीं है, इस मन का है। इस मन ने अपने पिछले जन्म में एक दूसरे शरीर के माध्यम से कुछ कर्म किए थे। पृथ्वी पर अपना भौतिक जीवन समाप्त करते समय, मन ने उस शरीर में अर्जित कर्म को पूर्ण नहीं किया। अब मन के पास एक नया शरीर है, जो वे कर्म अनुभव करने वाला है जो मन ने अपने पिछले जन्म में किए थे। इसी प्रकार, जब कोई शरीर कर्म करता है और उनका फल अनुभव करने से पहले मर जाता है, तो इस शरीर पर कब्जा रखने वाला मन अगले जन्म में अपने अगले शरीर में अपने कर्म का अनुभव करेगा।

मृत्यु के समय क्या होता है? हम जानते हैं कि जब कोई व्यक्ति मरता है, तो केवल उसका शरीर मरता है; इसलिए, हम कहते हैं कि वह व्यक्ति गुजर गया है, ख़त्म हो गया या चला गया है। इसका क्या मतलब है? हम उस व्यक्ति के शरीर को हमारी आंखों के सामने देखते हैं, लेकिन हम जानते हैं कि यह शरीर वह व्यक्ति नहीं है जो जीवित था। यह केवल उसका मृत शरीर है। वह व्यक्ति कहां गया? अगर हम एक बड़े कमरे में बैठे हों और कोई व्यक्ति उठकर दरवाज़े से बाहर निकल जाए, तो हम जानते हैं कि वह व्यक्ति चला

गया है, लेकिन यह नहीं जानते कि कहाँ। जल्द ही हम किसी और को दूसरे दरवाज़े से प्रवेश करते हुए देखते हैं। हम नहीं जानते कि यह व्यक्ति कहां से आ रहा है, लेकिन जाहिर है कि उन लोगों के बीच कुछ संबंध है, जो जा रहे हैं और जो आ रहे हैं। मृत्यु अंत नहीं है। यह केवल बदलाव के लिए एक मोड़ है। हम कर्म के नियम द्वारा हमें जन्म के बाद जन्म दिए जाने के क्रम में आते हैं और चले जाते हैं।

हाल ही में, पुनर्जन्म और उसकी तार्किक संभावना के बारे में बहुत से अध्ययन हुए हैं। चार का छोटा बच्चा पियानो को खूबसूरती से बजाने में सक्षम है। बच्चे के लिए यह संभव नहीं है कि यह कला वह अपने कुछ महीनों के जीवन में सीख ले। एक छोटी लड़की, जो मुश्किल से कुछ साल की थी एक शास्त्र का पाठ करे। बाल के मन के लिए यह कैसे संभव है कि वह इतनी जानकारी याद रखे? नदी में फेंकने पर एक छोटा पिल्ला बिना किसी तैरने के प्रशिक्षण के तैरने लगता है। जब हम इन सभी उदाहरणों पर सवाल उठाते हैं, तो हमें बताया जाता है कि इन चमत्कारों के पीछे उनकी "प्रवृत्ति" है। लेकिन ये प्रवृत्ति क्या है? लगता है यह पिछले जीवन की याद के साथ मन के पुनर्जन्म से अधिक कुछ भी नहीं।

आज दुनिया भर में कई मामले साबित करते हैं कि कुछ लोगों का स्पष्ट रूप से उनके पिछले जीवन के साथ कुछ संबंध है। ऐसे कई

मामले हैं जिनमें छोटे बच्चे नए शहरों की यात्रा पर गए जहां वे पहले कभी नहीं गए थे, और उन्होंने अजनबियों को उनके पिछले जीवन से रिश्तेदारों के रूप में पहचाना। वे उन्हें उनके नाम से संबोधित कर पाते हैं और वह घर भी पहचानते हैं जहां वे अपने पिछले जीवन में रहते थे। किसी के पास इसका कोई उत्तर नहीं है कि वे ऐसा कैसे कर पाते हैं। इसकी अकेली व्याख्या यह हो सकती है कि मन और स्मृति का पुनर्जन्म हुआ है।

लुइसियाना के एक 8 वर्षीय लड़के जेम्स लीनिंगर ने सिर्फ 2 साल की उम्र में विमानन के बारे में बात करना शुरु की। उसके माता-पिता को विमानों के बारे में कुछ नहीं पता था और वह उसके विस्तृत ज्ञान से हैरान थे। जेम्स को बुरे सपने आने लगे जिसमें उसे एक लाल सूर्य वाले विमान ने गिरा दिया – यानि एक जापानी विमान ने। उसे 50 से अधिक साल पहले मारे गए द्वितीय विश्व युद्ध के फ़ायटर पायलट लेफ्टिनेंट जेम्स मैकक्रीड ह्यूस्टन जूनियर होने के सपने आते और उसके मन में उनके जीवन की यादें भी थीं। जेम्स लात चलाते हुए और छत की ओर इशारा करके पूरी ताकत से चिल्लाता, "हवाई जहाज में आग लग गई है। छोटा आदमी बाहर नहीं निकल सकता!" बाद में, जेम्स ने अपने माता-पिता को बताया कि उसने नाटोमा नाम के जहाज से कॉर्सियर नामक एक प्लेन उड़ाया था। उनके पिता ने मालूम किया तो पता चला कि एक छोटा एस्कॉर्ट कैरियर था जिसका

नाम नाटोमा बे था और जेम्स ह्यूस्टन नामक एक पायलट वास्तव में था, जिसका विमान जापानी गोलीबारी की चपेट में आ गया था।

पुनर्जन्म के सबसे प्रसिद्ध मामलों में से एक शांति देवी का है। जब से उसने बोलना सीखा, वह उन घटनाओं और अनुभवों को याद करती थी, जो उसे अपने पिछले जीवन के पति के साथ मिले। वह कहती रहती कि वह मथुरा की लुदगी देवी थी और इस पर अविश्वास करने पर माता-पिता से उसे उसके पिछले जीवन के शहर मथुरा ले जाने का अनुरोध करती। जब उसके अतीत के जीवन का पति केदार नाथ अपने 10 साल के बेटे और दूसरी पत्नी के साथ आया, तो शांति देवी ने उन्हें तुरंत पहचान लिया। केदार नाथ ने पुष्टि की, कि शांति के बताए विवरण वास्तव में सच थे। वह न केवल मथुरा में उसके घर का रंग जानती थी, अपितु वह यह भी जानती थी कि उसके घर की ओर जाने वाली सड़कों के नाम क्या हैं। जब उसने घर के आंगन में प्रवेश किया, तो वह एक कुएं को वहां न देखकर चकित हुई – तब उसके पूर्व जीवन के पति ने बिना मुँडेर वाले एक कुएं के ऊपर से पत्थर हटाया। वह अपने पिछले जन्म के भाई, माता-पिता और यहाँ तक कि पूर्व पति के बड़े भाई को भी पहचान गई।

क्या इस तरह के मामलों से हमें यह भान नहीं होता कि ये नए शरीरों में पुनर्जन्म लेने वाले मन हो सकते हैं? अन्यथा वे अपने पिछले जीवन

की घटनाओं को इतनी सटीकता और स्पष्टता से कैसे याद कर सकते थे?

लगता है कि पुनर्जन्म और कर्म का आपसी संबंध बहुत मजबूत है। हम अपने कर्म के आधार पर पुनर्जन्म लेते हैं, ठीक वैसे ही जैसे कि हम कर्म के कारण पुनर्जन्म लेते हैं। पुनर्जन्म और कर्म दोनों आपस में जुड़े हुए हैं।

ऐसा लगता है कि ब्रह्मांड के निर्माता ने कर्म के नियम और पुनर्जन्म को हमारे एक ऊर्जा के रूप में मानवीय अनुभव के साथ विकसित होने के लिए डिजाइन किया था। पुनर्जन्म की पूरी अवधारणा कर्म से जुड़ी हुई है। जैसा बोओगे, वैसा काटोगे। जब तक आप पुनर्जन्म नहीं लेते, तब तक कुछ भी कैसे पा सकते हैं? एक ही जीवन में सारे कर्म का उपभोग करना व्यावहारिक रूप से संभव नहीं है। इसलिए, मौत अंत नहीं है; सिर्फ एक मोड़ है जहां हम एक शरीर छोड़कर दूसरे में प्रवेश करते हैं। यह जीवन कहे जाने वाले नाटक का अंत नहीं है – यहां से केवल दृश्य बदल जाता है।

इसके अलावा, यदि हम कर्म के नियम के अस्तित्व के बिना पैदा हुए हैं, तो दुनिया कैसे चलेगी? यहां पूरी अराजकता फैल जाएगी। ठीक उसी तरह जैसे गुरुत्वाकर्षण का नियम सब कुछ पृथ्वी पर आधारित

रखता है, उसी प्रकार कर्म का विधान पृथ्वी पर जन्म से मृत्यु तक हर चीज़ की व्यवस्था सुनिश्चित करता है।

निश्चित ही, एक दिन हम सब मर जाएंगे, लेकिन हम कर्म के विधान से बच नहीं सकते। जब भी और जहां भी हम जन्म लेंगे, हम अपने पिछले कर्म को साथ ले जाते हैं। हमारा जीवन भाग्य से नहीं, बल्कि हमारे अपने कर्म से निर्धारित होता है। क्या एक बुद्धिमान रचनाकार, जिसने इस पूरे ब्रह्मांड को ऐसे व्यवस्थित और संगठित तरीके से बनाया, जन्म और जीवन में होने वाली घटनाओं को ऐसे संयोग के हवाले कर सकता है? ऐसा सोचना भी हास्यास्पद है। ब्रह्मांड में कई कानून हैं जो इसे एक क्रमबद्ध तरीके से चलाते हैं। ब्रह्मांड का रचयिता अपने दूतों के माध्यम से पृथ्वी को निर्देश देने वाला और यहां के 8 अरब लोगों के भाग्य का निर्धारण करने वाला कोई तानाशाह नहीं है।

हम जानते हैं कि यह सब एक स्वचालित प्रक्रिया द्वारा हो रहा है, एक सार्वभौमिक कानून के तहत, और क्रिया और प्रतिक्रिया के नियम के अलावा ऐसी कोई व्यवस्था नहीं हो सकती।

जिन लोगों को इस बारे में संदेह है कि कर्म हमारे पीछे चलते हैं और मृत्यु के बाद भी हमारे अगले जीवन में साथ रहते हैं, उन्हें नए जन्मे

बच्चों के गहरी पीड़ा के साथ धरती पर आने पर विचार करना चाहिए। क्या यह सृष्टिकर्ता की क्रूरता के कारण है या अपने पिछले जीवन में इस शिशु के कार्यों की वजह से? कोई एक राजकुमार के रूप में पैदा होता है, जबकि कोई और एक भिखारी के घर। हम अक्सर इस असमानता पर सवाल उठाते हैं। क्या यह सवाल करने की कोई ज़रूरत है? क्या हमें यह भान नहीं होना चाहिए कि लोग अपने पिछले कार्यों – उनके कर्म के आधार पर पैदा होते हैं?

जबकि हमारा शरीर उस अच्छे और बुरे का अनुभव करता है जो हमारे साथ होता है, यह हमारा मन है जो हमारे कर्म को वहन करता है। हमारा अस्तित्व शरीर-मन-आत्मा की युति है। शरीर भावना और क्रिया करने वाले अंगों के साथ हमारा भौतिक भाग है। यह मन द्वारा संचालित एक वाहन की तरह है। मन अमूर्त है, उसे छुआ या महसूस नहीं किया जा सकता है, लेकिन हमें पता है कि हमारे पास एक मन है। स्मृति और बुद्धि के साथ, मन न केवल सोचता है, वरन् रिकॉर्ड करता है,

याद करता है और निर्णय लेता है। यह हमारे शरीर का सूक्ष्म संकाय है और हमारे सभी कार्यों के लिए जिम्मेदार है। हालांकि हो सकता है ऐसा लगे कि शरीर कोई काम कर रहा है, किन्तु यह मन है जो उसे निर्देश देता है। इसलिए कर्म मन के होते हैं। आत्मा या जीवन ऊर्जा सिर्फ एक शक्ति स्रोत है। यह जीने के लिए ऊर्जा प्रदान करती है।

यह हमें जीवित रखती है, और इसके बिना, हमारी मृत्यु हो जाएगी। मृत्यु होने पर, शरीर नष्ट हो जाता है, लेकिन मन नहीं होता। यह अपनी यात्रा तब तक जारी रखता है जब तक कि वह अपने कर्म के अनुसार एक नया शरीर नहीं पा लेता, और इसके साथ होते हैं स्मृति, बुद्धि और अहम् जैसे अन्य सूक्ष्म संकाय। यह चक्र चलता रहता है, और हम अपने कर्म से बच नहीं पाते। हम अपने कर्म को, प्रत्येक जीवन में, अपने नए शरीरों में भोगते जाते हैं।

हर कार्य, चाहे अच्छा हो या बुरा, उसे दर्ज किया जाता है, और उसके अनुसार कर्म का फल मिलता है। लोग अक्सर सोचते हैं कि क्या हम अपने बुरे कर्म को निष्फल कर सकते हैं। यूं तो इस बारे में लोगों के भिन्न विचार हैं, पर एक सरल से तर्क से हमें सांत्वना मिलनी चाहिए। जितना अधिक अच्छा हम करेंगे, उतना ही खुशहाल जीवन हमें मिलता जाएगा। इसलिए, हमें पता होना चाहिए कि कर्म का विधान हमारी हर क्रिया को रिकॉर्ड करता है, केवल हमारी मृत्यु तक नहीं, बल्कि इसके बाद भी, और हमें यह हमेशा याद रहना चाहिए।

जबकि हम अब के कर्म के विधान के अस्तित्व के बारे में जानते हैं, हमें पता होना चाहिए कि हम मूक दर्शक नहीं हैं। हमें बुद्धि दी गई है जो प्रत्येक विचार के क्रिया बनने से पहले उसपर भला-बुरा सोच कर सोचकर निर्णय ले सकती है। यदि हम अपनी बुद्धि का उपयोग

समझदारी से करें, तो हम सकारात्मक कर्म बना सकते हैं; लेकिन अगर हम हमारे मन को स्वयं निर्णय लेकर जैसा वह चाहे, करने दें, तो हम निश्चित ही भविष्य में अपने कार्यों के परिणाम भुगतेंगे।

जो भी करो, अच्छा या बुरा...
रखेगा हिसाब कर्म आपका पूरा।
जो देते हैं, वापस आता है।
हमारा कर्म तय करेगा कि
इंसान क्या-क्या पाता है।

सारांश

क्या वास्तव में कर्म मौजूद है?

बेशक, कर्म का विधान मौजूद है!
कर्म के नियम के कारण हमारे आसपास सब कुछ व्यवस्थित है और
एक स्वचालित प्रक्रिया के रूप में घटित हो रहा है।
कोई किसी अमीर परिवार में तो कोई
गरीब परिवार में क्यों पैदा हुआ है?
अच्छे लोगों के साथ बुरी बातें क्यों होती हैं?
यह सब कर्म के विधान के कारण होता है।
क्या मन का पुनर्जन्म होता है?
क्या हम पुनर्जन्म को साबित कर सकते हैं?
हम पुनर्जन्म के अस्तित्व को साबित तो नहीं कर सकते,
किन्तु निष्कर्ष के माध्यम से हम समझ सकते हैं
कि कर्म के कारण पुनर्जन्म होता है,
जैसे पुनर्जन्म के कारण कर्म होता है।
कर्म और पुनर्जन्म का आपस में गहरा संबंध है।

4

कर्म के तीन खाते

कर्म को समझने के लिए उसके तीन खातों को जानना जरूरी है - संचयी कर्म भंडार, शुरुआती बैलेंस और चालू खाता।

एक खाता हमारे वर्तमान जीवन में हम जो भी कार्य करते हैं - अच्छे या बुरे, उन्हें पकड़ता है। इस खाते को चालू खाता या चालू खाता कहा जा सकता है। हालांकि, हम एक शुरुआती बैलेंस के बिना अपने जीवन की शुरुआत नहीं करते। जिस शुरुआती बैलेंस को हम जन्म के समय अपने जीवन में लाते हैं, वह हमारा दूसरा खाता है। हमारे जीवन के अंत में, हम जिस शुरुआती बैलेंस के साथ जीवन शुरू करते हैं और हमारे वर्तमान जीवन के कर्मों का चालू खाता, आपस में जुड़ जाते हैं, और वही हमारा अंतिम बैलेंस होता है। हमारा शुद्ध कर्म, या अंतिम बैलेंस आगे ले जाया जाएगा और हमारे कर्म भंडार में जोड़ा जाएगा। यह संचयी खाता या कर्म भंडार हमारा तीसरा खाता होता है – जिसे हम संचयी कर्म भंडार कह सकते हैं। अगर कोई कर्म के विधान को समझना चाहे, तो उसे कर्म के विधान के सभी तीन खातों को समझना होगा।

आइए हम कर्म के तीनों खातों की समीक्षा करें। हम में से हर एक के पास एक संचयी कर्म भंडार होता है। इसमें हमारे अच्छे और बुरे कर्मों का डेबिट और क्रेडिट संतुलन शामिल है, जो उत्तरोत्तर जीवनों में आगे बढ़ाते हैं। कल्पना कीजिए कि आपके पास दस क्रेडिट और डेबिट कार्ड हैं। कुछ कार्डों के लिए, आपको बैंकों का बकाया चुकाना है, और कुछ कार्डों में, आपके पास एक धनात्मक नकदी संतुलन है। अगर आप अपना नेट बैलेंस जानना चाहते हैं, तो आप क्या करेंगे? आप अपने सभी नकारात्मक और धनात्मक संतुलन विलय करके देखेंगे कि आपके पास वास्तव में कितना है। अगर आपने वर्तमान में आपके डेबिट कार्ड में नकद जमा से अधिक खर्च कर दिया है, तो आपको उस शुद्ध अंतर का भुगतान करना होगा जो बैंकों का आप पर बकाया है।

प्रत्येक जीवन एक आधार-रेखा पर समाप्त होता है - एक प्लस और माइनस के साथ, एक डेबिट और क्रेडिट के साथ, जो हमारे अच्छे और बुरे कार्यों के कारण बनते हैं। यह दोनों कर्म खातों का कुल बैलेंस है – वह आरंभिक शेष, जिससे हमने शुरुआत की थी, और इस जीवन का चालू खाता।

मान लीजिए कि आपने रेडियोशैक से एक शानदार डीवीडी प्लेयर खरीदा है और आप उनके इलेक्ट्रॉनिक स्टोर की उस अद्भुत

श्रृंखला से प्रभावित हैं जिसे वे न केवल संयुक्त राज्य अमेरिका में, बल्कि मैक्सिको, यूके, ऑस्ट्रेलिया और कनाडा में भी चलाते हैं। आप स्टोर के इतिहास के बारे में उत्सुक हैं और आपको पता लगता है कि इसकी शुरुआत एक अमेरिकी खुदरा स्टोर रेडियोशेक कॉर्पोरेशन के रूप में हुई थी और फिर इनकी संख्या बढ़ते हुए पूरे देश में 425 स्टोर तक पहुंच गई। यह तेजी से बढ़ा और विभिन्न देशों में फैल गया। यह निश्चित रूप से स्टोर्स की शानदार श्रृंखला थी। लेकिन अचानक एक दिन आपको पता लगता है कि सब रेडियोशेक स्टोर बंद हो गए हैं क्योंकि उन्होंने दिवालिया घोषित किये जाने का आवेदन दिया है। आप शायद इसके पीछे के कारण को न समझें। पूरी संभावना है कि आपको यह नहीं पता होगा कि उनकी डेबिट उनकी क्रेडिट की तुलना में अधिक थी। शायद उनके खर्च उनकी ज्यादा आय से ज़्यादा थे। यही कर्म के संचयी खाते के साथ होता है। यह केवल यह नहीं बताता है कि आप क्या अच्छा करते हैं, यह इस पर भी ध्यान देता है कि आप क्या बुरा करते हैं। रेडियोशेक ने शुरुआती वर्षों में बहुत अच्छा काम किया होगा, लेकिन अचानक इसकी संचयी शेष राशि के ऋणात्मक हो जाने के कारण इसपर इतना कर्ज़ हो गया कि इसे व्यवसाय बंद करना पड़ा।

हमारे जीवन का यह संचयी शेष, जो हमारा अंतिम शेष बन जाता है, हमारे कर्म के कोष में जुड़ जाता है। हमारा शेष धनारात्मक या

ऋणात्मक हो सकता है। हमारे खाते में जो कुछ भी शेष है, उसका हिसाब मृत्यु पर समाप्त नहीं होता। उसे हमारे कर्म कोष में जोड़ा जाता है। यद्यपि कोई भी नहीं बता सकता कि यह विधान कैसे काम करता है और केवल इसका निर्माता, जिसने ब्रह्मांड बनाया है, इसके विवरण जानता है, हम अनुमान लगा सकते हैं कि ऐसा कर्म का कोष मौजूद है। मान लीजिए आपके पास कई बैंक खाते हैं, और जब आप शेष राशि की जांच ऑनलाइन करते हैं तो आपको कई डेबिट मिलते हैं। आपकी क्लब की सदस्यता, स्वचालित इंटरनेट नवीनीकरण शुल्क, आपकी ऑनलाइन खरीदारी आदि सभी खर्च आपके स्टेटमेंट में सामने आते हैं। आपको अपने खाते में जमा एक बड़ा उपहार दिखाई पड़ता है। आप मुस्कुराते हुए अनुमान लगाते हैं कि यह आपके जन्मदिन के लिए आपके ससुर का उपहार होना चाहिए। हालांकि हम अपने बैंक स्टेटमेंट को देखकर धनात्मक और ऋणात्मक प्रविष्टियों को मिलाकर देख सकते हैं, हम हमेशा अपने तक लौटकर आने वाले सकारात्मक और नकारात्मक कर्म में सामंजस्य नहीं बना पाते। कभी-कभी, जब कुछ बहुत बुरा होता है, तो हम इस बात को याद करने की पूरी कोशिश करते हैं कि हमने इस जन्म में कौन सा पाप किया है। हमें एहसास नहीं होता कि हो सकता है हमने पिछले जन्म में कोई पाप किया हो।

कुछ लोग सोचते हैं कि इस तरह का कोई कोष नहीं होता और

इसके बजाय कर्म के केवल दो खाते होते हैं। उन्हें लगता है कि जीवन एक शुरुआती शेष राशि से शुरू होता है, जो उनके पिछले के जीवन का अंतिम शेष होता है। उन्हें लगता है कि उनका चालू खाता इसमें जुड़ जाता है और उनका जीवन अंतिम शेष के साथ समाप्त होता है जो उनके अगले जीवन का आरंभिक बैलेंस बन जाता है। इसलिए, वे मानते हैं कि इस जीवन का अंतिम शेष व अगले जीवन के शुरुआती बैलेंस समान हैं और इसे न तो संचयी खाते में जोड़ा जाता है न ही कोई संचयी खाता होता है। उनके अनुसार, जो भी इस जीवन का अंतिम शेष है – अच्छा या बुरा – वह अपने आप उनके अगले जीवन का आरंभिक बैलेंस बन जाता है। वे तीसरे कर्म खाते के अस्तित्व में विश्वास नहीं करते। हालाँकि, जिन आध्यात्मिक गुरुओं ने इस विधान का अध्ययन किया है, उनका मानना है कि अक्सर हमारा अंतिम शेष इतना विशाल होता है कि हम इसे अगले जीवन में अपने साथ ले जाने में असमर्थ होते हैं, और इसलिए, हम एक संचयी कोष बनाते हैं, जो बैंक में एक ऋण की तरह रहता है और हम केवल हमारे कर्म का कुछ हिस्सा हमारे अगले जीवन के आरंभिक शेष के रूप में ले जाते हैं। मान लीजिए आप एक कंपनी में काम कर रहे हैं और बीमार पड़ जाते हैं। आप अस्पताल में भर्ती होते हैं और बिल आपके दस महीने के वेतन के बराबर का आता है। आपके पास बीमा नहीं है। इसलिए आपकी कंपनी इसका भुगतान करती है और फिर इस राशि को पचास किश्तों में वसूल करती है, ताकि आप

जीवित रह सकें। यह एक नकारात्मक परिदृश्य है। मान लीजिए आप 1 करोड़ की लॉटरी जीतते हैं। समझदार लोग आपको इसे पूरा खर्च न करने की सलाह देते हैं। इसके बजाय, वे आपसे कहेंगे कि आप एक सावधि जमा कर दें और वर्षों तक छोटे हिस्से में पैसा निकालते रहें। संचयी कर्म कोष में दोनों जमा रह सकते हैं, ऋण के रूप में नकारात्मक संचय या जमा राशि के रूप में सकारात्मक संचय।

हमारा अगला जीवन कैसे तय होता है? शरीर मर जाता है; इसकी यात्रा खत्म हो जाती है। वह मन ही है जो कर्म को वहन करता है। विधान के अनुसार, ऐसा लगता है कि मृत्यु के बाद, हमारा मन अपने कर्म के बैलेंस – धनात्मक या ऋणात्मक के आधार पर संचित कर्म की समीक्षा करता है। इसके बाद इसे अपना अगला जीवन चुनने करने की अनुमति दी जाती है। अगर हमने क्रूरता और पाप का जीवन जिया है और संचयी नकारात्मक कर्मों के माध्यम से बहुत सा नकारात्मक कर्म अर्जित किया है, तो फिर हमारे पास दर्द और पीड़ा से भरा जीवन चुनने के अलावा कोई विकल्प नहीं होता। कुछ धर्मशास्त्र और धर्म घोषित करते हैं कि हमारे बुरे कर्म के कारण हम कुत्ते या एक कीड़े के रूप में पैदा हो सकते हैं, पीड़ा भोगते हैं और मर जाते हैं। यह पीड़ा ही हमारे बुरे कर्म को तब तक कम करती जाती है जब तक हमारा संचयी कर्म खाता सकारात्मक न हो जाए

और हम अच्छे के साथ पैदा हों। तब हम एक खुशहाल जीवन जीते हैं। इसलिए, यदि किसी के पास अच्छे कर्म का कोष है, तो वह एक अच्छा पुनर्जन्म चुन सकता है, लेकिन अगर किसी के पास केवल नकारात्मक कर्मों का बैलेंस है, तो फिर उसके पास पुनर्जन्म के लिए दर्द और पीड़ा से भरा जीवन चुनने के अलावा कोई विकल्प नहीं रहता। अत: पल-पल जीते समय सकारात्मक कर्मों का खाता बनाते रहना महत्वपूर्ण हो जाता है, जिससे न केवल हम एक खुशहाल जीवन जिएं, बल्कि साथ में सकारात्मक कर्म के संचय को भी बढ़ाएं जो हमारी मृत्यु के बाद पुनर्जन्म में आनंदमय जीवन दे।

कर्म का विधान न केवल हमारे वर्तमान जीवन को नियंत्रित करता है, बल्कि इससे परे हमारे जीवन को भी। यदि हम कर्म के तीन खातों को समझते हैं, तो हमें पता लगेगा कि हमारी वर्तमान परिस्थितियाँ हमारे अपने पिछले कर्मों का परिणाम हैं और कर्म के विधान द्वारा नियंत्रित हैं। हमारे जीवन में आज जो भी हो रहा है, वह संयोग से नहीं हो रहा। हमारे जीवन में सब कुछ हमारे अपने कर्मों का हमारे पास वापस आना ही होता है। बेशक, प्रत्येक कर्म हमें एक परिस्थिति या अवसर के रूप में दिखाई देता है। हमें इसे समझने व चुनने के लिए अपनी बुद्धि का उपयोग करना है। इससे वे कर्म बनेंगे, जो हमारे कर्म के रूप में दर्ज हो जाते हैं, और भविष्य में हमारे सामने आते हैं, चाहे इस जीवन में या इससे परे। जब तक हम कर्म के विधान और

कर्म के तीन खातों को नहीं समझेंगे, हम अपनी समझ का ठीक उपयोग करने में सक्षम नहीं होंगे। परिणामस्वरूप, अंत में हम कर्म का नकारात्मक भंडार बना लेंगे जो स्वाभाविक रूप से कष्ट और पीड़ा के साथ सामने आएगा।

हमारे चालू खाते का कर्म कैसे काम करता है? हमारी हर क्रिया कर्म के विधान द्वारा अच्छी या बुरी, दयालु या क्रूर और सकारात्मक या नकारात्मक के रूप में दर्ज की जाती है। उसके पास हमारे कार्यों का मूल्यांकन करने व हमारे कर्म का रिकॉर्ड रखने का अपना तरीका है। कोई नहीं बता सकता कि यह विधान कैसे काम करता है और हमारे कार्यों का मूल्यांकन कैसे करता है। हम अनुमान से जानते हैं कि हमारे सभी अच्छे कामों को पुरस्कृत किया जाएगा, जैसे हमारे बुरे कर्म दर्ज किए जाएंगे और आने वाले समय में उसी अनुसार हम या तो खुशियां मनाएंगे या पीड़ित होंगे। एक भी क्रिया विधान से बचती नहीं है। अगर हम किसी को मार डालें, तो जाहिर तौर पर कर्म का विधान हमारे कर्म का संज्ञान लेता है। इसलिए, कई धर्म इस बात की वकालत करते हैं कि हमें जानवरों, मछलियों अथवा पक्षियों को नहीं खाना चाहिए, क्योंकि वे भी जीव हैं, और जीना चाहते हैं। कुछ धर्म इससे भी आगे बढ़कर हमें चेतावनी देते हैं कि ऐसी सब्जियां न खाएं जो अपने आप में मूल हैं, जैसे गाजर, प्याज, और लहसुन। तो ऐसे में हम क्या करें?

बिल्कुल भी न खाएं? यह हम पर निर्भर है कि हम अपनी बुद्धि का उपयोग करके हमारे धार्मिक और नैतिक मूल्यों के आधार पर इस बारे में निर्णय लें। दूसरों को क्या करना है, इस पर निर्णय देने की आवश्यकता नहीं है, लेकिन हम स्वयं के लिए संकल्प कर सकते हैं कि हमें अपना जीवन कैसे जीना है। अगर हम किसी को धोखा देते हैं, तो बहुत संभव है कि हमें भी धोखा दिया जाएगा, जैसे कि अगर हमने हत्या की है तो हमारे साथ भी वही हो सकता है। इसलिए, दयालु, करुणामय, सौम्य और क्षमाशील होना हमारे भविष्य के लिए सकारात्मक परिणाम दे सकता है। यदि हम कर्म का विधान समझते हैं, तो हम इसे अपने वर्तमान जीवन में लागू करेंगे। अच्छे कर्म व्यर्थ नहीं जाते। सभी अच्छे काम कर्म की पुस्तक में तब तक दर्ज रहते हैं जब तक इन्हें निष्फल नहीं किया जाता या भुनाया नहीं जाता। हो सकता है आप एयर फ्रांस से यात्रा करते हों। आपके द्वारा ली गई हर फ़्लाइट पर आपको लॉयल्टी पॉइंट मिलते हैं जो आपके खाते में जमा कर दिए जाते हैं। हो सकता है एक दिन अचानक आपकी सेक्रेटरी आपको बताए कि उसने आपके लॉयल्टी पॉइंट रीडीम कर दिए हैं जिससे आपको पूरी दुनिया के दो बिज़नेस क्लास टिकट मुफ़्त मिले हैं। कर्म के समीकरण में, दो चीजें अलग तरह से काम करती हैं। एक, हमें इन अंकों को भुनाना नहीं पड़ता। यह विधान अपनी पसंद के अनुसार अंकों को हमारे लिए स्वयं भुना देता है। और दूसरा, हमारी एयरलाइन के पॉइंट्स के विपरीत, हमारे कर्म के अंक तब

तक समाप्त नहीं होते हैं जब तक उनका उपयोग नहीं हो जाता। इसलिए, हमारे वर्तमान जीवन में हमारा हर कार्य कर्म के सॉफ्टवेयर में दर्ज हो जाता है, जिसके लिए हमें अवश्य ही पुरस्कृत किया या सज़ा दी जाएगी।

क्या हम पाप करके अपने पाप कर्मों से बच सकते हैं? वास्तव में यह कल्पना करना बहुत अधिक उम्मीद पालने जैसा है कि कोई अपने पाप से बचने में सक्षम होगा। हर गलत काम कर्म के नियम द्वारा दर्ज कर लिया जाता है। इससे बचने का कोई रास्ता नहीं है। किसी न किसी तरह, जल्दी या देर से, हमें इसका फल मिलेगा। कर्म का नियम इसी प्रकार काम करता है। मान लीजिए कि आप एक रेस्तरां में ड्रिंक कर रहे हैं, तो आप इसके लिए भुगतान किए बिना निकल नहीं सकते। आप पीना जारी रख सकते हैं, लेकिन अंततः, इससे पहले कि आप वह जगह छोड़ें, आपको अपना बिल चुकाना होगा।

इस सबसे हम समझते हैं कि कर्म के तीन खाते होते हैं: (1) हमारा संचयी कर्म भंडार, (2) हमारी आरंभिक शेष राशि, और (3) हमारा चालू खाता। हम जानते हैं कि सभी आपस में जुड़े हुए हैं। अंततः, वे कर्म के नियम का एक हिस्सा हैं, और हमारे भाग्य को निर्धारित करते हैं। हम यह भी समझते हैं कि हमारे पास कर्म के विधान के अनुसार काम करने का विकल्प है और यह हमारी वर्तमान क्रियाएं

ही हैं जो हमारे भविष्य के कर्म का निर्माण करेंगी।

इसका मतलब यह है कि जो भी हमारे वर्तमान कार्य हैं, वे हमारे भविष्य का निर्धारण करेंगे। जबकि यह सब हमारे लिए बहुत स्पष्ट लगता है, तथ्य यह है कि कोई भी नहीं जानता कि कर्म का नियम वास्तव में कैसे कार्य करता है। कौन-कौन सी

क्रियाओं से अधिक लाभ मिलता है और किन पापों का मूल्यांकन अधिक नकारात्मक होता है, यह इस कानून और इसके निर्माता के अधीन है। कर्म का कानून कब और कैसे प्रतिफल देता है, यह हमारी समझ से परे है। यह जानना काफी है कि कर्म का विधान मौजूद है। यह हम पर निर्भर है कि हम अच्छे कर्म करें और जिससे भाग्य में आनंद और शांति रहें। कर्म के नियम को समझना और उसके अनुसार जीना महत्वपूर्ण है, लेकिन यह समझना संभव नहीं वास्तव में यह कानून कैसे काम करता है।

कर्म के विधान के तीन हैं खाते -
एक आरंभिक शेष जब हम दुनिया में आते,
जो कुछ भी करें, उसका है चालू खाता
और एक कार्मिक कॉर्पस, जो आप पर है नज़रें गड़ाता।

सारांश

कर्म के तीन खाते

हमारे पास कर्म के तीन खाते हैं -

1. आरंभिक शेष

जन्म के समय हमारे भंडार से आया हुआ
या संचित कर्म।
यह हमारे वर्तमान जीवन का फैसला करता है,
जिसमें हम कहां और कैसे पैदा हुए हैं, शामिल है।
हमारे जन्म की परिस्थितियों को भी यही निश्चित करता है।

2. चालू खाता

वर्तमान जीवन में हमारे सभी कर्म,
अच्छे और बुरे दर्ज किए जाते हैं।
जब हमारा जीवन समाप्त होता है,
तो यह आरंभिक शेष में जुड़ जाता है और
शुद्ध शेष आगे जाकर
हमारे संचित कर्म भंडार में जुड़ जाता है।

सारांश

कर्म के तीन खाते

3. संचित कर्म भंडार

जीवन के अंत में, हमारे शुद्ध कर्म,
जिनमें आरंभिक शेष और चालू खाता शामिल हैं,
सकारात्मक या नकारात्मक, कई जन्मों के
हमारे भंडार या संचयी खाते में जुड़ जाता है।
हम जो भी जीवन जीते हैं उसका शुद्ध कर्म बैलेंस होता है
जो हमारे भंडार या संचयी खाते में जुड़ जाता है।
इसी कोष से हमारे अगले जीवन का चुनाव किया जा सकता है।

कर्म के सभी 3 खाते जुड़े हुए हैं
और हमारे "कर्म" का फैसला करते हैं।

5

कर्म के साथ हमारा जीवन

क्या हम कर्म के कानून को चकमा दे सकते हैं? नहीं दे सकते। जैसे हम इंसानों को जीवित रहने के लिए सांस लेना, खाना, पीना और सोना पड़ता है, वैसे ही हमें क्रिया भी करनी पड़ती है। कोई भी इंसान क्रिया करने से बच नहीं सकता। चूंकि ये क्रियाएं "हमारे" कार्य हैं, जो हमारे अहं और मन के उकसावे पर होती हैं, हम लगातार अच्छे और बुरे दोनों कर्मों का निर्माण करते रहते हैं। हम क्रिया करने से बच नहीं सकते। हम जीते हैं, क्रिया करते हैं और फिर उस पर प्रतिक्रियाओं द्वारा प्रतिफल प्राप्त करते हैं।

जीने का सबसे अच्छा तरीका क्या है? आम तौर पर मानव जाति के लिए मूल लक्ष्य, कर्म के विधान को समझने, और उन अच्छे विचारों और कर्मों को चुनने का है, जो अंततः एक अच्छा भाग्य बनाएंगे। हालांकि यह कर्म के साथ जीवन का मूल सिद्धांत है, किन्तु किसी व्यक्ति को हर दिन हमारे सामने आने वाली कर्म संबंधी स्थितियों से कैसे निपटना चाहिए?

मान लीजिए हम एक अच्छा जीवन जी रहे हैं और हमारे सभी अच्छे कार्यों के बावजूद, हमारे साथ कुछ भयानक हो जाता है। ऐसे में क्या हम इस त्रासदी को इंगित करना जारी रखेंगे, शिकायत करेंगे और बुरा-भला बोलकर आगे के लिए नकारात्मक कर्म बनाएंगे या इस नकारात्मक स्थिति को स्वीकार करके यह समझते हुए आगे बढ़ेंगे कि यह हमारे अपने कर्म हैं जो लौटकर हम तक आ रहे हैं? बुद्धिमान लोग, जो कर्म के विधान के अच्छे जानकार हैं, वास्तव में तब प्रसन्न होते हैं जब उनके साथ कुछ बुरा हो, क्योंकि वे जानते हैं कि इसके द्वारा उनका कर्म निष्फल किया गया है। एक बार त्रासदी के गुजर जाने के बाद वे इस उम्मीद के साथ जीते हैं कि अब उनके जीवन में सकारात्मक कर्म आएगा। बेशक, जब तक हमारे बैंक या इस जीवन में लाए गए कर्म के चालू खाते में नकारात्मक कर्म हैं, तो वे तब तक हमारे सामने आते रहेंगे जब तक वे ख़त्म नहीं हो जाते। हमें इस स्थिति को खुशी से स्वीकार करना चाहिए और खुद को कर्म के कानून के हवाले कर देना चाहिए। हमें वो सकारात्मक कर्म बनाने के लिए नैतिक और सकारात्मक रूप से कार्य करना चाहिए, जो भविष्य में हमारे सामने प्रकट होगा। यही जीने का सही तरीका है।

हमारा मन दुष्ट होता है। यह लगातार विचार पैदा करता है। कहते हैं कि यह एक मिनट में 50 विचार उत्पन्न करता है, जिसका अर्थ है एक दिन में 50,000 विचार। विचार क्रिया बनते हैं और क्रियाओं को कर्म

का विधान रिकॉर्ड करता है।

इसलिए, यह अक्सर माना जाता है कि मन ही कर्मों का कारण बनता है, हालांकि शरीर वे क्रियाएं करता है। हम मन का क्या कर सकते हैं? विचारों को नियंत्रित करना यूं तो बहुत मुश्किल है, लेकिन हम हमारी बुद्धि के माध्यम से उन्हें संशोधित और फ़िल्टर कर सकते हैं। अगर हम अंतर करने की इस क्षमता का उपयोग करते हैं, तो हम विचारों को क्रिया बनने से पूर्व रोक सकते हैं या उस विचार के परिणामस्वरूप हुई क्रियाओं को उलटकर उन्हें फ़िल्टर कर सकते हैं। बुद्धि के उपहार का उपयोग करके, हम अपनी इच्छा शक्ति का उपयोग कर सकते हैं, जो हमारे कार्यों को चुनने के लिए चुनाव करने का माध्यम है, जिससे भविष्य के लिए सकारात्मक कर्म बने।

एक बार हम जीवन जीने के सही तरीके के माध्यम से सकारात्मक कर्म बनाएं तो, हम निश्चिंत रह सकते हैं कि अंततः हमारा नकारात्मक कर्म का खाता खाली किया जाएगा और हमारा जीवन सकारात्मक कर्म से भरा होगा। हालांकि यह आसान लग सकता है, पर यह काफी बड़ी चुनौती है क्योंकि हम इंसान एक ऐसे शरीर के साथ पैदा हुए हैं जिसके पास ज्ञानेंद्रियां और एक मन है, जो एक साथ अनुभव करते हैं, सोचते हैं और इच्छा करते हैं। ये इच्छाएँ अक्सर हमें गलत कार्यों की ओर ले जाती हैं जो वासना, लालच,

ईर्ष्या, और अन्य नकारात्मक भावनाओं से प्रेरित होते हैं। जब तक हम उपरोक्त बातों का एहसास नहीं करते और उदासीनता, अनासक्ति व समझ से नहीं जीते, हमारे द्वारा नकारात्मक कर्म बनाने की संभावना बढ़ी हुई रहती है।

हम में से कुछ भाग्यशाली हैं जो उन परिस्थितियों में पैदा हुए हैं जहां हमारी परवरिश अच्छे चरित्र का निर्माण करती है। यह, अपने आप में हमारे पिछले सकारात्मक कर्मों के कारण है जिसके कारण हम इस परिदृश्य में पैदा हुए। जैसे-जैसे हम बड़े होते जाते हैं, हमारा चरित्र सकारात्मक बनता जाता है, जिसमें सकारात्मक विचार, भावनाएं और आदतें होती हैं। यह सकारात्मक कर्म के निर्माण के लिए रूपरेखा बन जाता है। फिर भी, विधान इतना जटिल है कि ऐसा व्यक्ति भी अचानक नकारात्मक कर्म के समुद्र में डूब सकता है। यह पूरी तरह से हमारी पसंद और इच्छा पर निर्भर करता है जो हमारी बुद्धि और हमारे कर्म खाते में शेष द्वारा संचालित होती है। कर्म के विधान की ये विशेषताएं एक अच्छा जीवन और अच्छा भविष्य पाने के लिए बहुत महत्वपूर्ण हैं।

कभी-कभी हम पीड़ा झेलते हैं, और इसे कर्म का प्रभाव मानने के बजाय इसके लिए हम सृष्टिकर्ता को अपशब्द कहते हैं और प्रश्न करते हैं, "मुझे क्यों भुगतना चाहिए? मैंने क्या गलत किया है? क्या

इतनी अच्छी तरह जीवन जीने के बाद भी क्या मुझे इस तरह की पीड़ा मिलनी चाहिए?" ये सवाल अप्रासंगिक हैं क्योंकि सच्चाई यह है कि दुख हमारे पास यूं ही नहीं आता है। यह हमारा अपना कर्म है जो लौट कर आ रहा है। हमें इस सच्चाई का एहसास करने की जरूरत है और अज्ञानता में जीने के बजाय इस तथ्य को स्वीकार करना चाहिए। अगर हम शिकायत करें, जैसे कि हम विधान के बारे में अनभिज्ञ हैं, तो इससे परिणामस्वरूप केवल अधिक दुख मिलेगा। कर्म का विधान कैसे काम करता है, इस बारे में जागरूकता हमें दर्द को स्वीकार करने, पीड़ा को सहने और तेजी से इसे दूर करने में मदद करती है। वास्तव में, केवल कुछ ही भाग्यशाली हैं जो यह समझ पाते हैं। वे अतीत के अपने बुरे कर्मों के घटने पर आनन्द मनाते हैं।

कर्म का निर्माण कौन कर रहा है? मैं – यानि मन और अहं। हम पहले से ही जानते हैं कि मन विचार बनाता है जिनसे क्रियाएं उत्पन्न होती हैं और हमारे कर्म का निर्माण होता है। यह हमारा अहं है जो मानता है कि यह "मेरा" शरीर है, "मेरा" मन है और ये कार्य "मेरे" हैं। सब कुछ होता है क्योंकि "मैं करता हूँ"। इस प्रकार मन और अहं कर्म के सृजन और संचय दोनों के लिए मुख्य रूप से जिम्मेदार हैं।

जब कर्म अपना काम करता है और हमें दुख पहुंचाता है, तो पीड़ा

किसको होती है? बेशक, शरीर ही इसका शिकार होता है। दर्द का अनुभव सबसे पहले उसे ही होता है। दर्द मन तक जाता है और मन को भी पीड़ा होती है। अंततः, हम जो अहं, शरीर और मन हैं, शारीरिक और भावनात्मक - सभी दुखों का अनुभव करते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि हम ही हैं जो शरीर को क्रिया के लिए प्रेरित करते हैं, और फिर कर्म हमारे पास लौटकर आता है।

एक व्यक्ति के रूप में, हमारी चुनौती सरल है। हमें यह मानते हुए परमात्मा की इच्छा को स्वीकार करना सीखना होगा, कि यह जीवन अन्यायपूर्ण नहीं है। हमें समझना चाहिए कि हमारे अपने कार्य हमारे पास लौट रहे हैं। परमात्मा की इच्छा को आनंद से स्वीकार करने से हमारे पिछले बुरे कर्म निष्फल होते हैं। हालांकि हमें जब भी दुख आए, तब ऐसा ही करना चाहिए, किन्तु हमें लगातार हमारे कार्यों के माध्यम से सकारात्मक कर्म का निर्माण करने का प्रयास भी करते रहना चाहिए। अगर हम उन सौभाग्यशाली लोगों में से हैं, जिनके सकारात्मक कर्मों का फल इस जीवन में मिल रहा है, तो जो कृपा हम पर बरसाई जा रही है हमें उसके लिए कृतज्ञता और विनम्रता से झुककर भगवान को धन्यवाद देना चाहिए। चाहे हमारे जीवन में बहुत सारी अच्छी घटनाएं हो रही हों, यदि हम घमंड में आकर बुराई का सहारा लें, तो हमारे कर्म भी यू-टर्न लेंगे। इसलिए हमारा कर्म के विधान के अस्तित्व के प्रति जीवन भर सचेत रहना जरूरी है।

आखिरकार, हम अच्छा या बुरा करें या नहीं, अपने अच्छे कार्यों के लिए पुरस्कार प्राप्त करें या हमें अपने पापों के लिए दंडित होना पड़े, सभी मनुष्यों को मृत्यु के समय दुख-दर्द देखना पड़ता है। अधिकांश मनुष्य बूढ़े हो जाते हैं और रोग या क्षय का सामना करते हुए मर जाते हैं। कोई मृत्यु से बच नहीं सकता। भले ही मृत्यु से पहले बुढ़ापा न आया हो,

इंसान के लिए मौत बहुत दर्दनाक होती है क्योंकि वह सभी रिश्ते ख़त्म कर देती है और व्यक्ति वह सब कुछ खो देता है जिसे वो अपना समझता था। इसलिए, यद्यपि हमारी प्राथमिक चुनौती कर्म के नियम को समझना और समझदारी से जीना है, किन्तु अंततः, हमारा उद्देश्य सत्य को समझना और मृत्यु और पुनर्जन्म के निरंतर चक्र से मुक्त होना है। यह कोई आसान काम नहीं है और केवल बहुत ही सौभाग्यशाली इंसान इस रास्ते पर चल पाते हैं।

हमें यह बोध होना चाहिए कि जीवन में हमारा अंतिम लक्ष्य सत्य का बोध करके जन्म-मृत्यु के चक्र से बचना है। क्या यह संभव है? यदि कोई मृत्यु और पुनर्जन्म का विश्लेषण करता है और सत्य को समझता है, तो वह आत्म-साक्षात्कार की यात्रा पर आगे बढ़ सकता है, जो अंततः उसे कर्म से मुक्ति दिलाएगी, और, इस प्रकार, वह उस सभी दुख और पीड़ा से मुक्त होगा जो वर्तमान में अनुभव हो रही है।

जब कुछ गलत हो जाए, तो रोना मत।
अगर दुख आया, तो क्यों यह पूछो मत।
बुरा कर्म कम होता जाएगा।
तब ही तो जीवन में आनंद आएगा।

सारांश

कर्म के साथ हमारा जीवन

हम कर्म करने से बच नहीं सकते।
हम जीते हैं, क्रियाएं करते हैं और इस प्रकार कर्म बनाते हैं।
अत: जीने का श्रेष्ठ तरीका है -
केवल सत्कर्म करो और सकारात्मक कर्म बनाओ।
जब कुछ नकारात्मक हो, तो खुश रहो।
यह आपका पुराना कर्म है जो खत्म हो रहा है।
आप अपने खाते से अपने नकारात्मक कर्म को कम कर रहे हैं।
कर्म के नियम को स्वीकार करके जिओ।
हमारे कर्म के फलस्वरूप जो कुछ भी
लौट कर आए उसके सामने समर्पण करो
और सकारात्मक कर्म बनाते रहो।

6

कर्म, मृत्यु और पुनर्जन्म

यद्यपि यह समझना बहुत आसान है कि कर्म इस शरीर से संबंधित नहीं है, फिर भी हम मनुष्य अज्ञानता में ही जीते और मरते हैं। हम समझते हैं कि हम ही इस शरीर, मन और आत्मा के साथ हमारे कर्म का सामना करेंगे। इस शरीर के लिए भविष्य के कर्म का सामना करना असंभव होगा क्योंकि यह मरकर समाप्त हो जाएगा। जीवित रहते समय, यह उस कर्म का अनुभव करता है जो मन अपने पिछले जन्मों से अपने संचयी कर्म कोष के अनुसार लेकर आता है। इसलिए, इंसान को कर्म की और समझ प्राप्त करने से पूर्व रुककर मृत्यु का विश्लेषण करना चाहिए।

हम स्पष्ट रूप से समझते हैं कि कर्म का नियम मौजूद है। हम यह भी समझते हैं कि इस कानून को दरकिनार नहीं किया जा सकता। कोई भी अपने अच्छे या बुरे कार्यों से बच नहीं सकता। हम समझते हैं कि कर्म का खाता मौत पर बंद नहीं होता। यह जीवन के बाद अगले जन्मों में भी जारी रहता है। यदि शरीर मर जाता है, तो फिर यह

किसका कर्म है? मन सूक्ष्म और अदृश्य है।

इसमें कर्म कैसे हो सकता है? शरीर मर चुका है और इसका अंतिम संस्कार करके इसे वापस मिट्टी को लौटाया जा चुका है। यह मृत्यु के बाद अपने कर्म से उद्धार का अनुभव नहीं कर सकता। इसके लिए एकमात्र संभावना पुनर्जन्म है।

पुनर्जन्म कौन लेता है? "मैं", "अहं" जो एक शरीर में एक सूक्ष्म आंतरिक यंत्र के साथ जीवित था – जिसे आमतौर पर मन के रूप में जाना जाता है - दूसरे शरीर में पुनर्जन्म लेता है। जब मेरा पुनर्जन्म होगा, तो यह वही "मैं" (मन + अहं) है, लेकिन शरीर वही नहीं है। जैसे हम कपड़े बदलते हैं लेकिन हम वही बने रहते हैं, उसी तरह हम शरीर बदलते हैं लेकिन हम वही रहते हैं। यह वही मैं है। हमने उस आरंभिक शेष के साथ जो भी कर्म बनाए हैं जिससे हमने जीवन शुरू किया था, वह हमारे कार्मिक कॉर्पस, यह कर्म के हमारे संचय को हस्तांतरित कर दिए जाएंगे।

कर्म का नियम निम्नानुसार काम करता है। पुनर्जन्म से पहले, हम अपने अगले जीवन की तैयारी करते हैं। कुछ लोगों का मानना है कि सूक्ष्म शरीर नक्षत्रीय दुनिया में जाता है और फिर पुनर्जन्म लेता है। दूसरे कहते हैं कि मन करणीय दुनिया में झूमता है जहां इसे अपने

पुरस्कारों और सज़ाओं में से कुछ का अनुभव होता है। इस सिद्धांत पर सवाल उठाया जाता है क्योंकि जो एक जीवन से दूसरे में संक्रमण कर रहा है

उसका कोई भौतिक शरीर नहीं है और न ही महसूस करने के लिए कोई अंग ही हैं। फिर सूक्ष्म शरीर कुछ भी अनुभव कैसे करता है? सच्चाई चाहे जो भी हो, ये सिद्धांत अंतिम परिणाम में हस्तक्षेप नहीं करते हैं। अपने पिछले जीवन या जीवनों के संचित कर्मों के साथ मन और अहं एक नए गर्भ में एक नए जीवन की अपनी नई यात्रा शुरू करने के लिए क्रमादेशित हैं, जिसमें वे अपने सारे पूर्व कर्म के साथ जाएंगे।

जिस शरीर में जन्म होता है, उसकी प्रासंगिकता बहुत कम होती है। यह केवल एक उपकरण है जो आनंद और दर्द को महसूस करता है। और जबकि ऐसा लगता है कि वह दुख झेल रहा है, वास्तव में, यह मन और अहं होते हैं जो वास्तव में नए शरीर के माध्यम से कर्म के परिणामों – आनंद या दर्द का सामना करते हैं।

कर्म के कोष से, कर्म का कुछ भाग ही है अगले जीवन को दिया जाता है और अक्सर भविष्य में एक नए शरीर के रूप में भुनाने के लिए कोष में कर्म का शेष बनाए रखा जाता है। इस प्रकार, व्यक्ति

पैदा होने पर कर्म के शुरुआती संतुलन से शुरू करता है और अच्छे कर्म का फल पाता है या बुरे कर्म के कारण पीड़ित रहता है।

जब हम पैदा होते हैं, तो हम कर्म का भंडार बनाना शुरू नहीं करते क्योंकि बच्चे के रूप में हम निर्दोष होते हैं और हमारे आस-पास मौजूद दुनिया से बिल्कुल अनजान भी। जिस पल हम जीवन को समझने लगते हैं, हम अपने कर्म बनाना शुरू कर देते हैं। कभी-कभी, जब कोई छोटा बच्चा होता पीड़ित दिखाई पड़ता है, तो यह कहा जाता है कि वह अपने नकारात्मक कर्म को भोग रहा है। कर्म का यह भोग केवल बच्चे के लिए ही नहीं है, वरन् उन माता-पिता के लिए भी जिनका बच्चा पीड़ित है।

जैसे-जैसे हम बड़े होते हैं, कर्म का विधान पूरी तरह काम करने लगता है, वह नया कर्म बनाता है और पुराने को भुनाता है। अंत में, हम मृत्यु को प्राप्त होते हैं और संचित कर्म को आगे ले जाया जाता है। जीवन और मृत्यु का यह चक्र जारी रहता है, और यह कहा जाता है कि आखिरकार हर व्यक्ति को इस कर्म चक्र से बचते हुए उस सृष्टिकर्ता के साथ एकरूप होना है जिसके पास है न केवल कर्म का विधान बनाया, बल्कि संपूर्ण ब्रह्मांड भी।

हालांकि यह सब बहुत सरल लगता है, पर हमारे लिए सत्य का बोध होना बहुत महत्वपूर्ण है - यह सत्य कि हमारे पास एक शरीर है, लेकिन हम वह शरीर नहीं हैं; यह तथ्य कि शरीर मर जाता है लेकिन हम कभी नहीं मरते; यह अनुभूति कि मृत्यु अंत नहीं है, एक मोड़ भर है, परिवर्तन के लिए। इन सरल तथ्यों को समझना उन लोगों के लिए बहुत महत्वपूर्ण है जो कर्म के बारे में सच्चाई समझना चाहते हैं। यूं तो ये तथ्य समझने में आसान लगते हैं, यह हमारा अपना दिमाग है जो हमें कर्म को पूरी तरह समझने से रोकता है। ज्यादातर लोग जो सोचते हैं कि वे ही शरीर हैं, कर्म के विधान को भी गंभीरता से नहीं लेते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि वे देखते हैं कि शरीर अग्नि में भस्म हो जाता है। उन्हें लगता है कि यही कहानी का अंत है। दुर्भाग्य से, यह एक बड़ी गलतफहमी है। शरीर मर जाएगा, लेकिन हमारे कर्म तो इसके परे भी जीवित रहते हैं। केवल वे जो यह अनुभूति रखते हैं, नैतिकता व सदाचरण के साथ जीने की आवश्यकता को समझते हैं। बाकी दुनिया सिर्फ जीवन का जश्न मनाती है लेकिन कल्पना से परे पीड़ा भोगती है। लोग इसी जीवन में पीड़ित नहीं रहते, वे अपने अगले जीवन के लिए भी दुख के बीज बोते हैं।

कर्म को समझने वाले जानते हैं कि वह हमें बार-बार जन्म लेने पर मजबूर करता है और कर्म के कारण इस चक्र का कोई अंत नहीं है। यह चक्र चलता रहता है। ऐसा लगता है जैसे आप एक दरवाजे से

बाहर जा रहे हैं, लेकिन फिर दूसरे से वापस आ जाते हैं। जब तक कर्म है, हमारा पुनर्जन्म होना है, और जब तक हम जीवित हैं, हम कर्म का निर्माण कर रहे हैं।

जो बुद्धिमान हैं वे इस तथ्य को स्वीकार करते हैं कि उनका शरीर मर जाएगा। नए शरीरों में उनका पुनर्जन्म होगा और वे अपने अतीत के कर्म का सामना करेंगे। हालांकि यह खोज एक महान उपलब्धि है, यह अंतिम बोध नहीं है। सत्य के शोधार्थी एक सरल सवाल पूछते हैं - हम मर जाते हैं, और हमारा पुनर्जन्म होता है, लेकिन यह क्रम कब तक चलता रहता है? मृत्यु और पुनर्जन्म के इस चक्र का अंत कैसे होता है? अंतिम छोर दुख, पीड़ा और दर्द से मुक्ति है जैसा कि स्वयं कर्म से मुक्ति। क्या यह संभव है?

कर्म और पुनर्जन्म का संबंध क्या पता है।
अंत में भी हमारे कार्यों को भुनाया जाता है।
शरीर मरता है तो कर्म खत्म हो जाएंगे।
रोने वाले शरीर के रूप में पुन: दुनिया में आएंगे।

सारांश

कर्म, मृत्यु और पुनर्जन्म

कर्म का खाता मृत्यु पर बंद नहीं होता।
यह उत्तरोत्तर जीवनों में जारी रखता है।
मृत्यु के समय, शरीर मर जाता है लेकिन
कर्म के साथ मैं (मन + अहं) का पुनर्जन्म होता है!
मृत्यु अंत नहीं है।
यह सिर्फ एक मोड़ है।
हमारा कर्म हमें बार-बार जीवन देता है
और यह चक्र चलता रहता है।
जब तक कर्म है,
हम पुनर्जन्म लेते रहेंगे।
और जब तक हम जीवित हैं,
कर्म का निर्माण करते रहेंगे।

7

कर्म से मुक्ति

आमतौर पर लोग मानते हैं कि हम कर्म से बच नहीं सकते; इसलिए, इससे मुक्ति मिलने का कोई सवाल ही नहीं है। यह बिल्कुल सही है। जब तक हम खुद को शरीर और मन मानते रहेंगे, हम कर्म से कभी मुक्त नहीं होंगे।

कर्म से मुक्त होने का एकमात्र उपाय है अहंकार को पार करके वास्तविक स्व की अनुभूति करना। जब हमें यह अनुभूति होती है कि हम शरीर नहीं हैं, न ही मन हैं, तभी हम महसूस कर सकते हैं कि हमारी क्रियाएं हमारी नहीं हैं। हालांकि क्रियाएं की जा रही हैं, लेकिन अगर क्रियाएं मेरी नहीं हैं तो कर्म मेरा कैसे हो सकता है? यह पढ़ने में आसान हो सकता है, लेकिन समझने में बहुत मुश्किल है। इसलिए, व्यक्ति को सत्य की अनुभूति से पहले उसके निचोड़ पर चिंतन करना चाहिए।

हम कौन हैं? हम आमतौर पर मानते हैं कि हम शरीर हैं, मन और आत्मा हैं। इसका क्या मतलब है? विभिन्न लोग इसे अलग-अलग

तरह से समझते हैं। लेकिन लगभग हर व्यक्ति मानता है कि वे वही हैं जो वे सोचते हैं। उनका एक नाम है, परिवार, पेशा, राष्ट्रीयता, रिश्ते और धन हैं, और ये सभी उन्हें एक ऐसे व्यक्ति के रूप में परिभाषित करते हैं जो जीवित रहता है और मर जाता है।

हमारा दिमाग इस पर विश्वास करने के लिए ऐसा प्रशिक्षित है कि हम अन्यथा सोचने में ही सक्षम नहीं हैं। हम इस सच्चाई का विश्लेषण नहीं कर पा रहे हैं कि हम कौन हैं, कहां से आए हैं और मरने के बाद हम कहां जाएंगे। क्योंकि हम अज्ञानता में ही जीते और मरते हैं, हमें सच्चाई की अनुभूति नहीं होती और हम कर्म चक्र में गोल-गोल घूमते रहते हैं।

बेशक, हमारे पास एक शरीर है। हमारे हाथ, पैर, सिर और एक दिल है। हमें पता है। जैसे हमारे पास एक कार है, लेकिन हम कार नहीं हैं, और हमारे पास एक शर्ट है, लेकिन हम खुद वह शर्ट नहीं हैं; इसी तरह हमारे पास भी एक शरीर है, लेकिन हम स्वयं वह शरीर नहीं हैं। यह शरीर उस ब्रह्मांडीय ऊर्जा के चारों ओर, उसके पृथ्वी पर आने पर निर्मित होता है, जो असल में "हम" हैं। कई साल बाद, शरीर मर जाता है, और हम – उसके भीतर की जीवन ऊर्जा – प्रस्थान करते हैं, चले जाते हैं या गुजर जाते हैं। हमें यह पता है। हम इसे हर दिन होते हुए भी देखते हैं। लेकिन फिर भी, हम उस सच्चाई को नहीं समझते

कि हम शरीर नहीं हैं।

हमारा मन हमें विश्वास दिलाता है कि "हम" मन ही हैं। यह हमें सोचने पर मजबूर करता है और हमारे विचारों से हमारी क्रियाओं पर नियंत्रण करवाता है। कर्म के विधान में विश्वास करने वाले सभी यह अनुभूति करते हैं कि वे शरीर नहीं हैं, लेकिन वे निर्विवाद रूप से यह विश्वास करते हैं कि वे मन हैं। शरीर मरकर नष्ट हो जाता है, लेकिन यह मन ही है जो जीता रहता है और इस प्रक्रिया में कर्म को संचित करता रहता है। जो लोग इस दर्शन को स्वीकार करते हैं, वे मानते हैं कि उनके शरीर बदलते हैं, लेकिन उनके मन नहीं। मन कर्म इकट्ठा करता है और अलग-अलग शरीरों में पुनर्जन्म लेता है। जब तक हम मानते हैं कि हम मन हैं और यह मन ही है जो शरीर के मरने के बाद रह जाता है, हम कर्म का संचय करना जारी रखते हैं।

यह बहुत अजीब लग सकता है, लेकिन अगर आप मन का विश्लेषण करने की कोशिश करेंगे, तो आपको एहसास होगा कि मन वास्तव में मौजूद ही नहीं है! कुछ घंटों के लिए चुपचाप बैठकर मन का पता लगाने की कोशिश करें। वह है कहाँ? आपके विचार आपके सिर से आते प्रतीत होते हैं (जहां मस्तिष्क स्थित है), लेकिन ऐसा प्रतीत होता है कि आपका मन आपके शरीर की हर कोशिका में है। यदि आप शरीर को आभासी तरीके से छीलें, तो आपको त्वचा, मांस, रक्त,

हड्डियों और अस्थि मज्जा मिलेगी, लेकिन कोई मन नहीं। आप अन्य अंगों के साथ-साथ मस्तिष्क, हृदय, गुर्दे और फेफड़ों का पता लगा सकते हैं, लेकिन मन का नहीं। यह सिर्फ शरीर का एक कार्य है। मस्तिष्क का कार्य है सोचना, जिस तरह मुंह का काम है बात करना और पैरों का चलना। मन अपने आप में पृथक इकाई के रूप में मौजूद नहीं है। यदि मन ही अस्तित्व में नहीं है, तो कर्म का संचय होने या मरकर अपने पिछले कर्म को भोगने के लिए पुनर्जन्म का प्रश्न ही कहां है? सब यह माया नामक बड़े भ्रम का एक हिस्सा है जिसे पृथ्वी पर खेले जा रहे इस अत्यन्त विराट लौकिक नाटक में प्रमुख है।

अगर कोई सच्चाई का एहसास करना चाहता है, तो उसे यह जानने के लिए गहराई तक जाना होगा कि वास्तव में हम शरीर या मन नहीं हैं, बल्कि जीवन ऊर्जा या आत्मा हैं। जीवन ऊर्जा हमें जीवित बनाए रखती है। जब जीवन ऊर्जा विदा होती है, तो मृत्यु हो जाती है। यह कोई ढीली-ढाली आध्यात्मिक बात नहीं है, बल्कि विज्ञान द्वारा समर्थित तथ्य है। दशकों पहले, विज्ञान ने एक नियम बताया - "ऊर्जा न तो बनाई जा सकती है और न ही नष्ट हो सकती है, वह केवल एक रूप से दूसरे रूप में रूपांतरित हो सकती है।" इस वैज्ञानिक कानून को प्रस्तुत और स्वीकार कर लिया गया था।

लेकिन हाल ही में इसने लोगों का ध्यान आकृष्ट किया है और इसके

परिणाम दूरगामी थे। एक प्रयोगशाला में, वैज्ञानिक पदार्थ के अणु, परमाणु, न्यूट्रॉन, प्रोटॉन और इलेक्ट्रॉन से भी छोटे कण का अध्ययन करने की कोशिश कर रहे थे। वे सबसे छोटे कण "क्वार्क" की एक परिष्कृत माइक्रोस्कोप से जांच कर रहे थे जब अचानक एक ऐसा ही कण बस गायब हो गया। वैज्ञानिक स्तब्ध रह गए और जो कुछ हुआ था उस पर करने लगे। यह इतना जटिल नहीं था क्योंकि मौजूदा वैज्ञानिक नियम ने पहले ही कहा था कि ऊर्जा को पदार्थ में परिवर्तित किया जा सकता है। लेकिन यहां मामला था पदार्थ के ऊर्जा में परिवर्तित होने का। उन्होंने जो देखा, उसे रिकॉर्ड करते समय उन्होंने अचानक देखा कि वह कण फिर से प्रकट हुआ। उन्होंने इस नई खोज को वेव-पार्टिकल ड्यूलिटी कहा, जिसमें एक कण तरंग बन सकता है व तरंग कण बन सकती है।

इस वैज्ञानिक खोज का क्या करना है कर्म से क्या लेना? यह समझना महत्वपूर्ण है कि विज्ञान ने पता लगाया है कि हम इंसान पदार्थ का एक बड़ा शरीर प्रतीत हो सकते हैं, लेकिन अंदर से वास्तव में हम ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं हैं। हम शायद ऊर्जा के खरबों कण हैं जो सामूहिक रूप से आप और मैं दिखाई देते हैं। इसलिए, हम क्या हैं? हम ऊर्जा के अलावा कुछ नहीं हैं। हम एक जीवन ऊर्जा हैं जो इस ग्रह पृथ्वी पर शरीर और मन के रूप में प्रकट होती है।

आप और मैं के रूप में ऊर्जा कैसे प्रकट हो सकती है? क्या आपके

कोई फ़िल्म देखी है? फिल्म में क्या होता है? क्या स्क्रीन पर प्रोजेक्ट किए गए एक्टर हमारे सामने वास्तव में अभिनय करते हैं? बिलकुल नहीं। हम जानते हैं कि फिल्म थिएटर में या किसी टेलीविजन स्क्रीन पर, ऊर्जा की बीम प्रक्षेपित की जाती हैं, जो उन छवियों को बनाती हैं। ये वास्तविक नहीं हैं। ये सिर्फ एक प्रक्षेपण हैं।

पृथ्वी पर मानव जीवन कहीं अधिक परिष्कृत प्रक्षेपण है। आज, फिल्में 3-डी में बनती हैं और सिनेमाघरों में वास्तविक अनुभव प्राप्त करने के लिए दुनिया वर्चुअल रिएलिटी का सहारा ले रही है। जबकि हम आधुनिक सिनेमैटोग्राफी का आनंद ले रहे हैं, हमें एहसास नहीं है कि पृथ्वी ग्रह पर सब कुछ एक बड़े सिनेमा के अलावा कुछ भी नहीं है, जो निर्माता द्वारा निर्मित और माया या भ्रम नामक शक्ति द्वारा नियंत्रित है। हम माया के इसी भ्रम में जीते और मरते हैं, यह सोच कर, कि हम ही शरीर और मन हैं; इसलिए, हम कर्म को संचित करते हैं। इस प्रकार, हम बार-बार मरते और पुनर्जन्म लेते हुए दुख भोगते हैं। सच्चाई का एहसास रखने वाले मानवता के एक छोटे से अंश को ज्ञान है कि वे शरीर या मन नहीं हैं। यह बोध होने पर, वे कर्म से मुक्त हो जाते हैं।

वे कर्म से कैसे मुक्त होते हैं? कर्म शरीर और मन का होता है। जिस क्षण इंसान को यह पता चलता है वे ही शरीर और मन नहीं हैं, तो कर्म का संचय करने का कोई प्रश्न ही नहीं रहता। अगर मुझे इस सच्चाई

का एहसास है - मैं शरीर नहीं हूं। मैं मन नहीं हूं। क्रियाएँ मेरी नहीं हैं। कर्म मेरा नहीं है – न केवल मैं नया कर्म संचय करने से मुक्त हूं, बल्कि पिछले सभी कर्म और कर्म का कोष जो मेरा प्रतीत होता है, सागर में एक कंकड़ की तरह गिरा हुआ लगता है। लेकिन यह केवल सत्य की प्राप्ति के साथ होता है। बोध के बिना, व्यक्ति अपने संचित कर्म के साथ जीना जारी रखता है।

वास्तव में सत्य की अनुभूति करना इतना मुश्किल नहीं है। लेकिन, बोध के उस स्तर तक पहुंचने के लिए प्रतिबद्धता, जोश और यहां तक कि जुनून की आवश्यकता होती है। मन किसी बंदर की तरह होता है। यह एक विचार से दूसरे पर कूदता रहता है। यह असंख्य विचार पैदा करता है, और हम इसे स्थिर और चिन्तन की अवस्था में बनाए रखने के लिए संघर्ष करते हैं। सत्य की अनुभूति कराने के लिए, हमें उस दिमाग को सन्तों की तरह शान्त रखना चाहिए जो बंदर की तरह उछलता है। जब हम अनावश्यक विचारों को कम करते हैं मस्तिष्क की लगातार बड़बड़ाहट और उसमें जमा कचरे को दूर करते हैं, तो वह सत्य पर ध्यान केंद्रित कर सकता है। अन्यथा, वह एक विचार से दूसरे पर कूदता रहता है और सत्य को न समझते हुए अतीत से भविष्य की ओर बढ़ेगा। जो लोग बंदर जैसे मन को वश में करने में सक्षम हैं, इस तथ्य को जानते हैं कि हमारा शरीर लगातार बदलता जाता है। जैसे-जैसे हमारी कोशिकाएँ मरती हैं, हमारा

शरीर पूरी तरह से पुनर्जीवित होता है। हर 5-7 साल में, हमारा शरीर पूरी तरह नया हो जाता है; इसलिए, 35 वर्ष के वयस्क पहले ही 5 शरीरों में जी चुके है और कोई व्यक्ति जो 70 पार कर चुका है, अपने 11 वें शरीर में है। हम वो कैसे शरीर कैसे हो सकते हैं

जो बदल रहा है? जाहिर है, ऐसा नहीं हो सकता। और वह मन कैसे हो सकते हैं जिसे हम खोज नहीं पा रहे? हम न तो शरीर हैं और न ही मन। हम केवल वह ऊर्जा हो सकते हैं जो दृश्यमान शरीर और सूक्ष्म दिमाग को जीवन देती है। एक बार हमें एहसास हो जाए कि हम केवल जीवन ऊर्जा हैं, शरीर और मन नहीं, तो हम अहं से भी पार हो जाते हैं। अहं केवल इसलिए मौजूद है क्योंकि मैं मानता हूं कि "मैं" शरीर है और यह "मेरा" मन है। जब न कोई शरीर और न कोई मन होगा, तो अहंकार "मैं" के अस्तित्व का कोई सवाल नहीं बचेगा।

जब न कोई अहं होगा, न कोई शरीर और न कोई मन तो कोई कर्ता नहीं होगा। वास्तव में, कुछ भी नहीं किया जाता है। यह सब एक भ्रम या कल्पना है। यह वास्तविक प्रतीत होता है, लेकिन वास्तव में यह है नहीं।

एक बार, एक प्राचीन राज्य में, शाही दरबार में एक नाटक आयोजित हुआ। बहुत सारे अभिनेताओं से भरे नाटक को देखने के लिए राजा और रानी तैयार थे। लेकिन उन्हें राजकुमारी के किरदार के लिए

लगभग 10 वर्ष की आयु की एक युवा लड़की की आवश्यकता थी, जो नाटक की सबसे सुंदर लड़की हो। लेकिन वे ऐसी लड़की नहीं ढूंढ सके। रानी को एक अच्छा विचार आया। उसने फैसला किया कि उसका अपना बेटा, जो बहुत दिखने में बहुत प्यारा और उसी उम्र के आसपास का था, छोटी सी सुंदर राजकुमारी के रूप में तैयार किया जा सकता है। राजकुमार का श्रृंगार करके उसे एक सुंदर लड़की बनाया गया, और दरबार में नाटक शुरू हुआ। क्योंकि नाटक का मंचन दरबार में हो रहा था, अतः इसमें कोई संदेह नहीं था कि यह राजकुमारी पूरे कलाकारों में सबसे सुंदर लड़की थी। वह इतनी सुन्दर लग रही थी कि रानी का मन हुआ कि इसकी सुन्दरता को सहेजा जाए। एक चित्रकार को बुलाया गया था और छोटी सी राजकुमारी की एक भव्य पेंटिंग बनाई गई।

लगभग 10-15 साल बाद, राजकुमार, जो अब एक युवा व्यक्ति था राज्य की देखभाल कर रहा था। वह शादी करना चाहता था, लेकिन उसे कोई खूबसूरत लड़की नहीं मिल सकी। एक दिन, अटारी में कुछ हथियार और कीमती सामान तलाशते समय, उसे सबसे सुंदर लड़की का वही चित्र मिल गया और उसे उससे प्रेम हो गया। जब उसने पेंटिंग की तारीख देखी, तो उसे लगा कि लड़की खुद उसी की उम्र की होगी। जल्द ही उसने घोषित कर दिया, "मैं केवल इस लड़की से शादी करूंगा।" फिर वह इस राजकुमारी की तलाश में पूरे राज्य में घूमा।

उसने अपनी माँ और पिता से बात की, और उन्होंने पाया कि उसे राजकुमारी से बहुत मोह हो गया है। उसके मोह ने उन्हें जड़वत् कर दिया और वे उसे सच्चाई न बता सके। लेकिन राज्य में एक बहुत बुद्धिमान व्यक्ति था जो राजकुमार का बहुत करीबी दोस्त भी था। उसने राजकुमार से पूछा, "समस्या क्या है?" और राजकुमार ने बताया कि, "मैं शादी करना चाहता हूँ।" बुद्धिमान व्यक्ति ने कहा, "बहुत अच्छा!, लेकिन आप किससे शादी करना चाहते हैं? क्या तुम उससे मिले हो? वो कहां है?" राजकुमार ने उत्तर दिया, "मैं उससे मिला तो नहीं पर मैंने उसे देखा है।" फिर वह उस व्यक्ति को अटारी में ले गया, और उसे चित्र दिखाकर कहा, "मैं इस लड़की से शादी करना चाहता हूं।" बुद्धिमान व्यक्ति ने मुस्कुराते हुए राजकुमार को बैठने के लिए कहा और समझाया, "राजकुमार, आप ही यह कला हैं! आप ही यह सुन्दर राजकुमारी थे।" फिर उसने राजकुमार को पूरी कहानी सुनाई। अब राजकुमार को एहसास हुआ कि वह चित्र की राजकुमारी से शादी नहीं कर सकता क्योंकि वह खुद ही राजकुमारी था! राजकुमारी का वास्तव में कोई अस्तित्व ही नहीं था। और जबकि वह पेंटिंग में मोजूद थी, पर सच्चाई यह थी कि वह खुद राजकुमारी था और इसलिए, वह खुद से शादी नहीं कर सकता था!

राजकुमारी एक मिथक थी। वह स्वयं मौजूद नहीं थी, हालांकि वह तस्वीर थी जिसमें वह दिखाई दे रही थी। सच्चाई का एहसास होने पर, राजकुमार अपनी अज्ञानता पर हँसा।

जिस क्षण हमें पता चलता है कि हम शरीर और मन नहीं हैं, तो हमारे कर्म बनाने का सवाल ही कहां रहता है? हम वह सब कुछ देखने में सक्षम हैं जो प्रकट है, लेकिन हम हर जगह मौजूद जीवन ऊर्जा को देखने में असमर्थ हैं। हम अज्ञान में जीते और मरते हैं। हमें सच्चाई की अनुभूति नहीं होती, और हम अपने कर्म से उस शरीर और मन के साथ पीड़ित रहते हैं जो मर जाता है और जिसका पुनर्जन्म होता है। यदि हम सच्चाई का एहसास करें, तो हम इससे आज़ाद हो सकते हैं। कर्ता के स्थान पर पर्यवेक्षक बनकर हम शरीर और मन के सभी कर्मों से मुक्त हो सकते हैं। हम अपने चारों ओर एक लौकिक नाटक का अनुभव करते हैं और सब कुछ जो हमें दिखता है, वह पृथ्वी नामक ग्रह के विशाल रंगमंच पर ब्रह्मांडीय ऊर्जा के प्रक्षेपण द्वारा पेश किया जा रहा है। यह सब एक ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा निर्मित और निर्देशित है जिसने पृथ्वी पर यह नाटक बनाया है।

क्या कर्म से बच पाना संभव है?
हम अपना धर्म निभाए बिना कैसे रह सकते हैं?
जब हमें एहसास होता है कि
दुनिया वास्तविक नहीं बल्कि एक नाटक है,
तो हम मोक्ष या निर्वाण पाते हैं।

सारांश

कर्म से मुक्ति

हम कर्म से कैसे मुक्त हो सकते हैं?
हम कर्म से केवल तब मुक्त हो सकते हैं
जब हम यह समझ लें कि हम शरीर नहीं हैं।
हम 'मैं' नहीं हैं – न तो मन और न अहं।
मन और अहं कर्म का संचय करते हैं और
शरीर के माध्यम से अच्छा और बुरा अनुभव करते हैं।
जब कोई शरीर, अहं और मन न हो, तो कोई कर्ता नहीं रहता।
अगर हम महसूस करते हैं कि मैं (मन + अहं) नहीं हैं
बल्कि भीतर की जीवन ऊर्जा या आत्मा हैं,
तो मृत्यु के समय, हम कर्म से मुक्त हो जाते हैं।

8

कर्म के नियम का प्रबंधन कौन करता है?

जो लोग कर्म को समझना और शरीर और मन की पीड़ा को ख़त्म कर उसके पार जाना चाहते हैं, इस दुनिया में हमारे जीवन की सच्चाई को समझे बिना ऐसा नहीं कर सकते। हम क्या जानते हैं? हम जानते हैं कि हम मौजूद हैं। दुनिया मौजूद है। हम जन्म लेते हैं और मर जाते हैं। हमें यह भी पता है कि हम जीवन यात्रा में सुख और दर्द का अनुभव करते हैं। लेकिन हम में से अधिकांश इससे परे कुछ भी नहीं जानते। हम रुकने और सवाल पूछने की जहमत नहीं उठाते। हम जीवन के महत्वपूर्ण प्रश्नों के उत्तर नहीं खोजते। हम जीते हैं, मरते हैं और रोते हैं, लेकिन क्यों, यह हम कभी नहीं पूछते। हम आकाश को देखते हैं और वहां तारे और बादल देखते हैं, लेकिन हम सवाल नहीं करते कि ये सभी कैसे अस्तित्व में आए। पहाड़ और समुद्र, नदियाँ और पेड़, तितलियाँ और मधुमक्खियां किसने बनाए? क्या वे सभी बस यूं ही अस्तित्व में आ गए? बिल्कुल नहीं। एक ब्रह्मांडीय शक्ति है, वह निर्माता, जिसने न केवल सब कुछ बनाया है, बल्कि इसका प्रबंधन भी कर रहा है।

कर्म का कानून एक ऐसा सार्वभौमिक कानून है जो यह सुनिश्चित करता है कि संपूर्ण ब्रह्मांडीय नाटक संरक्षित रहे। कोई शक्ति है जो कर्म का प्रबंधन करती है। हम नहीं जानते कि वह क्या है, कहाँ है और कौन है, लेकिन वह है।

इस शक्ति के बिना, यह दुनिया और इसका कुछ भी बाकी नहीं रहेगा। ब्रह्मांड को नियंत्रित करने वाली सर्वोच्च शक्ति के बिना जीवन असंभव होगा।

वास्तव में, यदि कोई गहन विश्लेषण करे, तो उसे लगेगा कि पूरी दुनिया, और जो कुछ भी होता दिखता है, वह सब और कुछ नहीं है, एक बड़ा नाटक है, एक शो। पृथ्वी एक रंगमंच है, और हम सिर्फ अभिनेता हैं जो आते और जाते हैं। लेकिन क्योंकि हमें एहसास नहीं है कि यह एक नाटक है, हम सब कुछ वास्तविक मानते हैं। क्योंकि हम समझते हैं कि हम ही शरीर और मन हैं, हम कर्म करते हैं और बार-बार पैदा होते हैं। हमें एहसास नहीं है कि जिसने इस संसार को बनाया है, तुम और मैं, अपने अन्दर की ऊर्जा हैं। दुर्भाग्य से, हम इस नाटक के निर्माता-निर्देशक को भूल जाते हैं और अहं-मन-शरीर की जटिल युति में इतने खो जाते हैं कि हम बार-बार पीड़ित होते हैं। सत्य का बोध कर लेने वाले कर्म से मुक्त हो जाते हैं।

वे इस सच्चाई की अनुभूति कर लेते हैं कि वे कौन हैं, और इस प्रकार, वे अहं को पार कर लेते हैं। वे मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से बच जाते हैं। ऐसे लोग अनंत आनंद, खुशी और शांति से जीते हैं।

आईये हम इसकी तह में जाते हैं। पृथ्वी एक विशाल मंच है। इस पर 8 अरब अभिनेता और पौधे और पशुओं सहित खरबों अन्य जीव हैं। यह सब कैसे होता है? यह ब्रह्मांडीय शक्ति का कार्य है - ब्रह्मांड के निर्माता का। इस शक्ति के बिना, पृथ्वी पर जीवन असंभव होगा। यह ब्रह्मांडीय शक्ति गुरुत्वाकर्षण, कर्म के नियम, संतुलन के नियम, चक्रों के नियम जैसे कई लौकिक और सार्वभौमिक नियमों के माध्यम से इसे चलाती है। वह ब्रह्मांडीय शक्ति इसकी हर छोटी चीज़ को नियंत्रित नहीं करती। हमारी हर क्रिया और हर परिस्थिति को सीधे उस शक्ति द्वारा नियंत्रित नहीं किया जाता। उस शक्ति ने हमें एक स्वतंत्र इच्छा दी है। हम जैसा चाहें वैसा करना चुन सकते हैं। लेकिन एक बार हम 'कर' देते हैं, तो फिर हम कर्म के विधान द्वारा पुरस्कृत या दण्डित होते हैं। यदि हम दयालु और अच्छे हैं, तो यह विधान हमारे जीवन को खुशियों से भर देता है; लेकिन अगर हम क्रूर हैं और नकारात्मकता का जीवन जीते हैं, तो हम स्वयं अपने कार्यों से बच नहीं सकते। यह सब उस सार्वभौमिक शक्ति द्वारा ऐसी खूबसूरती से कोरियोग्राफ, निर्मित और निर्देशित है।

इस शक्ति को अक्सर भगवान कहा जाता है और बहुत आसानी से एक नाम के साथ किसी रूप का मान कर गलत समझ लिया जाता है। तथ्य यह है कि यह ब्रह्मांडीय शक्ति मानवीय समझ और कल्पना से परे है।

वह अदृश्य और अमर है। वह सर्वव्यापी - हर जगह मौजूद, सर्वशक्तिमान – सबसे शक्तिशाली और सर्वज्ञ - सब कुछ जानने वाला है। आख़िरकार, यह ब्रह्मांड उसी का नाटक है! वह निर्माता-निर्देशक है, और हम दर्शक और अभिनेता दोनों ही हैं जो आते हैं, अपनी भूमिका अदा करते हैं और चले जाते हैं। हम कर्म के नियम के अनुसार पृथ्वी नामक मंच पर बार-बार वापस आते हैं। स्टोरीबोर्ड की योजना इसी तरह बनाई गई है। हमें इसका एहसास होना चाहिए कि यह एक तमाशा है और हम और कुछ नहीं हैं, केवल ब्रह्मांडीय ऊर्जा के अंश हैं, इसलिए हमें अंततः सच्चाई का एहसास करना चाहिए और उस ब्रह्मांडीय ऊर्जा के साथ एक हो जाना चाहिए। अन्यथा, हम पुनर्जन्म लेकर पृथ्वी पर इस नाटक के अगले दृश्य में एक नए शरीर के साथ नई भूमिका में आएंगे और पीड़ा झेलते रहेंगे रहेंगे।

इस दुनिया के सभी धर्म ईश्वर की बात करते हैं। समस्या केवल यह है कि वे मानते हैं कि उनका ईश्वर सर्वोच्च है। इससे हमें लगता है जैसे

बहुत से भगवान हैं। हिंदुओं का मानना है कि 33 करोड़ भगवान हैं। अगर हम अपने सामान्य ज्ञान का उपयोग करें, तो हम जानेंगे कि अगर ईश्वर निर्माता को दिया गया नाम है, तो केवल एक पावर ब्रह्मांड का और इसमें जो भी होता है उसका निर्माता और संरक्षक हो सकता है।

अधिकांश धर्म भी कर्म नामक सिद्धांत के अस्तित्व में विश्वास करते हैं, लेकिन उनमें से सभी उनके अनुयायियों को जीवन जीने संबंधी मार्गदर्शन देने के लिए उसे समझने हेतु गहराई में नहीं जाते जिससे वे लोग इसे पार कर सकें और दुख से बच सकें। अधिकांश धर्म यह भी कहते हैं कि जीवन का लक्ष्य निर्वाण, मोक्ष, मुक्ति, छुटकारा या ज्ञान प्राप्ति है, लेकिन उनमें से सब अपने अनुयायियों की अहं, मन और शरीर से मुक्त करने में मदद नहीं कर पाए। यह एक अलग चुनौती है, और जब तक सभी धर्म मानवता को नाम और रूप से परे एक शक्ति में विश्वास कराने के लिए एकजुट नहीं होते, हमें कभी यह एहसास नहीं होगा कि हम वास्तव में ऊर्जा हैं, ईश्वरीय ऊर्जा!

वह रचयिता, जिसने दुनिया को बनाया और इस दुनिया का सब-कुछ हमारे भीतर और हर प्राणी में है। यह किस तरह संभव है? यदि आप सूर्य को एक पानी की बाल्टी में देखें, तो आप मान सकते हैं कि सूर्य अपनी पूरी शक्ति के साथ बाल्टी के अंदर है। अगर आपके पास

दस बाल्टियाँ हैं, तो ऐसा प्रतीत होगा मानो दस सूर्य हों। ईश्वर की सभी रचनाएँ और कुछ नहीं उसी के प्रतिबिम्ब हैं। वह आपके और मेरे रूप में प्रकट होता है, लेकिन हमें इस सच्चाई का एहसास नहीं है। हम अज्ञानता में ही जीते और मर जाते हैं। मकड़ी अपना जाल कैसे बनाती है? मकड़ी अपना जाल खुद में से बनाती है। यदि कोई मकड़ी भी अपनी दुनिया खुद बना सकती है, तो हमारा रचयिता क्यों नहीं?

संपूर्ण ब्रह्मांड एक कर्मभूमि की तरह है - एक ऐसी भूमि जहां कर्म अपना जादू दिखा रहा है। यह कैसे होता है? अब हम जानते हैं कि कर्म क्या है और यह कैसे काम करता है, लेकिन हमें यह जानना होगा कि कर्म का नाटक कैसे रूप लेता है। यह माया की शक्ति है। माया या भ्रम एक है रचयिता की अद्वितीय शक्ति है।

इसकी दो अनूठी विशेषताएं हैं - दिखाने करने की शक्ति और छिपाने की शक्ति। फिल्म प्रोजेक्टर क्या करता है? वह फिल्म को प्रोजेक्ट करके स्क्रीन को छुपा देता है। माया एक वैश्विक प्रोजेक्टर है। यह पृथ्वी पर और इसके आगे भी प्रदर्शित होने वाले संपूर्ण भ्रम को प्रोजेक्ट करती है। हम इंसान माया में फंसकर अज्ञानी बने हुए हैं। माया न केवल एक सपने जैसा ब्रह्मांड प्रोजेक्ट करती है, जिसमें एक ब्रह्मांडीय नाटक हर दिन चल रहा है, बल्कि उसे रचने वाले

रचयिता को भी छुपा लेती है। हम मनुष्य मूर्खता से उस निर्माता को भूल जाते हैं और माया के जाल में खो जाते हैं।

जब आप सपने देखते हैं, तो क्या आप महसूस करते हैं कि आप जो भी उस सपने में देख रहे हैं वह सच नहीं है? बेशक आप करते हैं। अगर आप सपना देखते हैं कि आप एक पायलट हैं और विमान उड़ाते हुए अचानक आपका विमान आकाश में एक तूफान में फंस गया है और आप चौंक कर उठ जाते हैं, तो आप क्या करते हैं? क्या आप तब भी जहाज को सुरक्षित निकालने के लिए पायलट होना जारी रखते हैं या क्या आपको यह महसूस हो जाता है कि यह सिर्फ एक सपना था और फिर आप अपनी आँखें मलकर बिस्तर से उठ जाते हैं? आखिर यह केवल एक सपना था। यह दुनिया भी एक सपने मात्र से कुछ ज़्यादा नहीं है जो मृत्यु पर समाप्त होता है। दुर्भाग्य से, हम इंसान, माया के वशीभूत होकर सपने जैसे इस अस्तित्व का एहसास नहीं करते और भ्रम में ही जीते और मर जाते हैं। माया इस संसार को इतना वास्तविक बना देती है कि हम उस भ्रम में विश्वास करने के सिवा कुछ नहीं कर सकते। मृत्यु पर हमें पता लगता है कि कुछ भी हमारा नहीं है। शरीर नष्ट हो जाता है और मन जैसा कुछ नहीं रहता। हमारे अंदर ऊर्जा का विलय बाहर की ऊर्जा से हो जाता है। पुनर्जन्म का सवाल ही कहां है? माया के कारण पुनर्जन्म एक भ्रम है लेकिन जब तक हम झूठ पर विश्वास करते हैं, तब तक हमारे पास

कर्म को संचित करने, मरने और पुनर्जन्म होने के अलावा कोई विकल्प नहीं है। जिस पल हमें एहसास होता है कि हम अहं-मन-शरीर की जटिल स्थिति नहीं हैं, हम माया को दूर कर देते हैं। कोई कर्म नहीं है। कोई पुनर्जन्म नहीं है। ब्रह्मांडीय शक्ति द्वारा ब्रह्मांडीय ऊर्जा के शानदार प्रक्षेपण के अलावा कुछ भी नहीं है। सूरज चमकता है और गरजते समन्दरों के ऊपर इन्द्रधनुषों के बीच अठखेलियां करते बादलों के साथ ही आसमान चमकीला दिखता है।

इन महासागरों की लहरें 7 महाद्वीपों में 200 से अधिक देशों तक पहुंचती हैं जिनमें पृथ्वी नामक मंच पर 8 अरब से अधिक लोगों, खरबों विशेष प्रभावों और वस्तुएं के साथ इतना वास्तविक लगने वाला उस ब्रह्मांडीय शक्ति का रंगमंच मौजूद है। लेकिन यह वास्तविक नहीं है – यह केवल ऊर्जा का एक प्रक्षेपण है, और हम, अज्ञानता से पिंजरों में कैद, हमारे अज्ञान के कारण केवल अपने कर्मों के अनुसार पुनर्जन्म लेते रहने के लिए हैं। अगर हमें सच्चाई का एहसास हो, तो हम स्वतंत्र और मुक्त महसूस करेंगे और वास्तव में इस नाटक का आनंद लेंगे।

अगर हम अपनी सीमित बुद्धि और कल्पना के साथ हमारे रचयिता और उसकी विशाल महाशक्ति को समझने का प्रयास करेंगे, तो यह

महासागर को एक बाल्टी से खाली करने की कोशिश करने जैसा होगा। हम छोटी, तुच्छ रचनाएं हैं और हमारे रचयिता के बारे में और उसकी शक्ति को समझना हमारी कल्पना, क्षमता और समझ से परे है। हम यही कर सकते हैं, कि उसकी दिव्य इच्छा को स्वीकार कर समर्पण का भाव रखें, कृतज्ञता से जिएं और उसकी कृपा के समक्ष विनीत रहें। हम इससे परे कुछ भी करने में सक्षम नहीं हैं। हम इस सत्य की अनुभूति करने से आगे नहीं जा सकते कि हम अहं, मन या शरीर नहीं हैं, हम केवल ब्रह्मांडीय ऊर्जा के एक छोटे अंश हैं।

अगर हम इस अनुभूति के साथ जीते मरते हैं और यदि रचयिता की कृपा हुई, तो मृत्यु के समय, हम माया के अज्ञान पर काबू पाकर, कर्म के नियम से मुक्त हो सकते हैं। तब हम कर्म से, पुनर्जन्म से और अहं, मन और शरीर से मुक्त हो जाएंगे। हम अपने रचयिता से एकाकार हो जाएंगे। हमारे भीतर की ब्रह्मांडीय ऊर्जा की छोटी सी बूंद सार्वभौमिक ब्रह्मांडीय ऊर्जा के साथ विलय हो जाएगी।

कर्म एक लौकिक नियम है
जो सब कुछ करवाता है।
कौन है जो यह अलौकिक नाटक चलाता है?
वही जिसने पृथ्वी को बनाया।
वही जिसने मृत्यु और जन्मों का चक्र चलाया।

सारांश

कर्म के नियम का प्रबंधन कौन करता है?

कोई शक्ति है जो कर्म के नियम का प्रबंधन करती है।
हम नहीं जानते कि यह शक्ति कौन है
या क्या है, लेकिन यह मौजूद है!
हमारी समझ की सीमित शक्ति के कारण,
हम इस शक्ति को समझने में असमर्थ हैं
जिसे हमने भगवान या रचयिता कहा है।
हम केवल ईश्वरीय इच्छा को स्वीकार कर
उसके प्रति समर्पण कर सकते हैं।
ईश्वरीय कृपा से,
हम कर्म के विधान को पार कर मुक्त हो सकते हैं।

9

समझ कर्म के पार ले जा सकती है

कर्मजनित दुख से हमारी मुक्ति की ओर हमारा पहला कदम यह स्वीकार करना है कि एक ब्रह्मांडीय शक्ति मौजूद है। हम अज्ञान में जी रहे हैं। इस माया पर काबू पाना और अहं, मन और तन के पार जाना आसान नहीं है। लेकिन अगर हम सच्चाई की अनुभूति करने के लिए उत्सुक हों और मुक्त होने का जुनून जगा सकें, तो फिर तिरस्कार, भेद, अनुशासन और रचयिता की कृपा के साथ, हम सच्चाई का एहसास करके मुक्त हो सकते हैं। अन्यथा हम जीवन-मरण में लगे रहेंगे। हमारे कर्म के अनुसार, हम माया के भ्रामक संसार में बार-बार जन्म लेंगे।

हम जानते हैं कि कर्म क्या है और हम में से अधिकांश यह भी जानते हैं कि इसका सामना कैसे करें। हमें जब भी कुछ होता है, हम अपने कंधे सिकोड़कर कहते हैं "कर्म"। जब दूसरों के साथ कुछ ऐसा होता है जो हमारी समझ से परे है, तब हम कल्पना करते हैं कि यह उनका कर्म होना चाहिए जो उनके पास लौटकर आ रहा है। हालांकि यह पुस्तक कर्म और उसके कानून, "आप जो देते हैं वही आपको

मिलता है" पर शुरू से अन्त तक सब कुछ बताती है, हमारी सबसे महत्वपूर्ण चुनौती क्या है? यह सिर्फ कर्म के बारे में सब कुछ समझ लेना नहीं है, बल्कि इसके पार जाना है। सत्य का बोध होने पर ही व्यक्ति कर्म को पार कर सकता है।

जब तक हम यह मानते हैं कि हम जीवित हैं और कुछ कर रहे हैं, हमारे कार्य कर्म के कानून के अनुसार दर्ज किए जाते हैं। चाहे हमारे काम अच्छे हों या बुरे, यह मायने नहीं रखता। मायने केवल इसके हैं कि हम एक अहं, मन और शरीर की इकाई के रूप में मौजूद हैं और हमारे कामों का उत्तरदायित्व ले रहे हैं। यद्यपि हम अच्छे कर्म करते हैं, फिर भी हमें कर्म के विधान के अनुसार पुनर्जन्म लेना होगा ताकि हमारे सकारात्मक कर्मों का पुरस्कार हमें मिल सके। जिस क्षण हम इस शरीर-मन की जटिल इकाई में पैदा होते हैं जो सोचती है, तरसती है और इच्छाएँ करती है, हमारा दुख शुरू हो जाता है और उस क्षण तक जारी रहता है जब तक हम मर नहीं जाते। इसलिए, लक्ष्य है, मृत्यु के बाद पुनर्जन्म से मुक्ति, जिसका अर्थ है कर्म से मुक्ति।

आप और मैं एक शरीर-मन की जटिल इकाई में जीवित हैं। शरीर को मरना है। लेकिन अगर हम यह समझ लें कि हम वह शरीर नहीं हैं जो मर जाएगा और यह कि मन एक भ्रम है, तो हमारा पुनर्जन्म

नहीं होगा। यह तभी संभव होगा जब हम इस अहसास के साथ जीवित रहेंगे। केवल इस सच को जान लेना, कि हम शरीर और मन नहीं हैं, हमें पुनर्जन्म से मुक्त करने के लिए पर्याप्त नहीं है। अगर हम शरीर और मन युक्त अहं की तरह जीना जारी रखते हैं, क्रियाएं करते हैं, तो हम कर्म बनाना जारी रखते हैं। चुनौती है, कर्म बनाना बंद करना। यह कैसे हो सकता है?

अगर हम कर्म को बनाना बंद करना चाहते हैं, तो हमें अनुभूति करनी होगी कि हम शरीर-मन की जटिल युति नहीं हैं। यह अनुभूति करने का अर्थ केवल जानना नहीं, बल्कि इस तथ्य को जीना भी है। अपनी इंद्रियों के कारण शरीर तरसता है, और इससे इच्छा पैदा होती है। यदि हम इच्छा, तृष्णा और वासना के जाल में फँसे, तो हमने कर्म के ए टू जेड को समझने के बावजूद सच्चाई का एहसास नहीं किया। सही मायने में अनुभूति कर लेने वाला व्यक्ति लोगों और संपत्ति से मोह न रखते हुए संयमशीलता से रहता है। जिसे अनुभूति हो जाती है, वह जानता है कि उसका कुछ भी नहीं है। हालांकि वह शरीर में रहता है, पर जानता है कि वह शरीर नहीं है। शरीर केवल उसका निवास स्थान और सत्य की अनुभूति करने का साधन है। और केवल शरीर के मोह को पार कर जाना ही पर्याप्त नहीं है। अनुभूति कर लेने वाले को मन को भी पार करना चाहिए। कोई मन को पार कैसे करता है? मन निरंतर विचारों का उत्पादन करता है,

और ये विचार हमें विश्वास दिलाते हैं कि हम ही अहं हैं। ये विचार उन भावनाओं को पैदा करते हैं जो अंततः कर्म का निर्माण करने वाली क्रियाओं में बदलती हैं। जब हमें अनुभूति हो जाती है कि हम मन नहीं हैं, तो हम मन को दिन के हजारों विचार सोचने से रोकते हैं। मन किसी बन्दर जैसा है। हम इसे एक भिक्षु में बदलने की कोशिश करते हैं। हम मेंटल थॉट रेट (MTR) को कम करने की कोशिश करते हैं और इस तरह इसे साधु बनाते हैं। हमारे पास एक बुद्धि है जो मन से पूरी तरह अलग है। यह हमारे सूक्ष्म शरीर का एक और हिस्सा है, लेकिन हमारा मन हमें इस पर अविश्वास करने के लिए भ्रमित करता है। बुद्धि का उपयोग करके, हम बंदर जैसे मन को पिंजरे में रख सकते हैं, जो एक भ्रम है, और इस प्रकार इसे पार कर जाते हैं। हमें अहंकार को दूर करने की भी जरूरत है। यह मुक्ति के मार्ग पर प्रगति का एकमात्र तरीका है।

जब तक शरीर और मन पर हमारी सम्पूर्ण पकड़ नहीं हो, तब तक हमारा स्व अहं का दास बना रहता है। जब हम सच्चाई का एहसास करने की कोशिश करते हैं तो एक प्रकार का द्वंद्व शुरू हो जाता है - भ्रामक अहंकार और उस वास्तविक ऊर्जा के बीच, जो हम वास्तव में हैं। सच्चाई की अनुभूति करने के लिए हमें बुद्धि की सहायता की आवश्यकता होती है।

हम अहं नहीं हैं - वह एक भ्रम है। हम ऊर्जा हैं। यह सच है। जब हम सच्चाई का एहसास करते हैं और उसके आधार पर जीते हैं, तो हम कर्म नहीं बनाते। जिस क्षण हम कर्म बनाना बंद कर देते हैं, न केवल हम कर्म बनाने से स्वतंत्र होते हैं, बल्कि यह बोध हमारे सभी पिछले कर्मों को सागर में एक कंकड़ की तरह गिरा देता है। ऐसा इसलिए होता है क्योंकि हम इस अनुभूति के साथ जीते हैं कि हम अहं, मन और शरीर की जटिल युति नहीं, बल्कि दैवीय ऊर्जा की एक छोटी सी चिंगारी हैं, जो शरीर को उसके जीने के समय तक जीवन देती है। हम इससे परे कुछ भी नहीं जानते। हमें इसके आगे का कुछ भी जानने की शक्ति नहीं दी गई है।

अनुभूति साधारण लोगों का खेल नहीं है। मानवता का 0.00001% इस सच्चाई की अनुभूति करने और इसको जीने में सक्षम है। ऐसा इसलिए है क्योंकि हम माया या मायावी दुनिया के दास हैं। हमारे शरीर और मन पर नियंत्रण रखने के बजाय, हम उनके द्वारा नियंत्रित होते हैं।

सच्चे साधक जो कर्म को पार करना और मुक्त होना चाहते हैं, वे सच की खोज करते हैं। वे सभी जो सत्य की अनुभूति करते हैं और मुक्त हो जाते हैं, हो सकता है उन्होंने बोध की समान विधि का उपयोग न किया हो।

बोध आत्मज्ञान है। यह अंधेरे कमरे में रहने जैसा है जहां कुछ भी नहीं देखा जा सकता, लेकिन एक बल्ब चालू करने से, अचानक सारा अंधेरा मिट जाता है। इसी तरह, बोध होने पर, अज्ञान तत्क्षण मिट जाता है और इंसान मुक्त हो जाता है। जब तक किसी को अज्ञान ने घेर रखा है, उसे सच्चाई की अनुभूति नहीं होती। उदाहरण के लिए, किसी को अंधकार में सांप को दिखाई दे। उसे अपनी अज्ञानता का एहसास तब तक नहीं होता जब तक उसे यह पता न लगे कि वह सांप नहीं केवल एक रस्सी थी, जो सांप जैसी प्रतीत हो रही थी। एक बार जब हमें पता चल जाता है कि यह रस्सी है, सांप नहीं, तो भय दूर हो जाता है, बिलकुल समाप्त हो गया।

यह अज्ञानता दो चीज़ों के कारण होती हैं: पहला, व्यक्ति के दिमाग द्वारा सांप की छवि का झूठा प्रक्षेपण; और दूसरा, रस्सी का अवलोकन करने में असमर्थता। इस तथ्य का बोध होना कि यह सिर्फ एक रस्सी है, तुरंत व्यक्ति की अज्ञानता मिटा देता है जिसने उसे एक सांप के रूप में प्रकट किया। इसी तरह बोध के सब तरीके हमें जीवन के बारे में सच्चाई का एहसास कराते हैं है कि हम शरीर या मन नहीं हैं बल्कि जीवन ऊर्जा हैं। उस अज्ञान के हटने के साथ ही, जिसे हम सच मान रहे थे, हम कर्म से मुक्त हो जाते हैं। क्योंकि हम इस अज्ञान के साथ जीते और मरते हैं कि हम ही अहं, मन और शरीर हैं, हम कर्म बनाते हैं। इस सत्य का बोध, कि हम ईश्वरीय ऊर्जा

हैं, हमें सभी कर्मों से मुक्त करता है। इस सच्चाई को महसूस करने का तरीका क्या है?

कर्म से कभी कोई नहीं बचा।
हमने चाहे जो भी किया
वही हमारा भविष्य बना।
लेकिन जिसने जान लिया
कि कर्ता हूं मैं नहीं,
अंतत: कर्म से मुक्त हुआ केवल वही।

सारांश

बोध कर्म के पार ले जा सकता है

बोध होने पर हम कोई कर्म नहीं बनाते,
हम सभी कर्म छोड़ देते हैं।
जब हम समझ लेते हैं कि मैं
अहं मन या शरीर नहीं हूं,
तब हम कर्म के पार जाते हैं।
हमें समझना चाहिए कि न तो अच्छे कर्म मेरे हैं,
न बुरे कर्म मेरे।
मैं स्वयं के भीतर की ईश्वरीय ऊर्जा हूं।
यह बोध तीनों खातों के
कर्म को समाप्त कर देता है और हम मुक्त हो जाते हैं।
सिर्फ कर्म के A से Z तक का ज्ञान होना
काफी नहीं है।
एक बोधयुक्त आत्मा के रूप में जीना महत्वपूर्ण है,
अहं, मन और शरीर के रूप में नहीं।

10

बोध के तरीके

बोध और कर्म के बीच क्या संबंध है? इनके बीच सीधा संबंध है। बोध कर्म का अंत है। बोध के बिना, हम हमेशा कर्म बनाते रहेंगे।
कर्म किसका है - शरीर या मन का? बोध हमें यह समझाता है कि हम न तो शरीर हैं न मन। वास्तव में, कर्म हमारा है ही नहीं। हम क्रिया करने और इस प्रकार कर्म बनाने वाली शरीर, मन और अहं की जटिल युति को जीवन देने वाली जीवन शक्ति, आत्मा या अंतरात्मा हैं। सत्य की प्राप्ति पर, हम कर्म से और मृत्यु और पुनर्जन्म पर आने वाली पीड़ा से मुक्त हो जाते हैं।

बोध के कई तरीके हैं।

विधि 1: प्रतिबिंबन विधि

बोध की पहली विधि प्रतिबिंबन है। एक राजा को सपना आया कि वह भिखारी हो गया। सपने में, वह अपने दुश्मनों से युद्ध में हारकर अपना राज्य खोने के बाद घायल था और भूख से मर रहा था। वह

इतनी पीड़ा में था कि उसमें रोने या खाने के लिए भीख मांगने की भी ऊर्जा नहीं थी।

पूर्ण असहायता की स्थिति में, जब वह टूटने के कगार पर था, उसकी नींद खुली और उसने खुद को महल में सोता पाया। उसका बुरा सपना इतना सजीव था कि वह उसके दिमाग में एक सवाल छोड़ गया - "मैं कोई भिखारी हूँ जो सपना देख रहा था कि मैं राजा बन गया हूँ या मैं राजा हूँ जो सपना देख रहा था कि मैं भिखारी बन गया?" राजा खुद से सवाल पूछता रहा, "सत्य क्या है - यह या वह?" महल के पास से गुजर रहे एक संत राजा के पास जा पहुँचे, जो अभी भी विचार कर रहा था कि सच क्या है। उन्होंने अपने उत्तर से राजा की मदद की। उन्होंने कहा, "आप न तो भिखारी हैं और न ही राजा। आप न तो यह हैं और न ही वह। लेकिन आप चेतना की दो अवस्थाओं के पर्यवेक्षक हैं – जाग्रत स्थिति और सपने की स्थिति।" इस तरह सोचकर, कोई भी प्रतिबिंबन कर सकता है और सत्य को महसूस कर सकता है।

जाग्रत अवस्था में हमारा शरीर और मन जागता है और हम मानते हैं कि हम वही हैं जो हम हैं। हमारे सपनों की स्थिति में, हमारा शरीर सोता है, जबकि हमारा मन जागता रहता है, और हम मानते हैं कि हम वही हैं जो हमारा मन कल्पना कर रहा है। जब हम गहरी नींद की अवस्था में जाते हैं, तो शरीर और मन दोनों सो जाते हैं, और हम

जैसे कुछ नहीं रहते। हम गहरी नींद की अवस्था में आनंद का अनुभव करते हैं। हम समझते हैं कि हम एक लकड़ी के लट्ठे की तरह बेजान सोए थे। वास्तव में कौन जानता है कि हम सोए? चेतना की तीन अवस्थाएँ - जागना, सपने देखना और गहरी नींद का अनुभव हमें, यानि हमारे स्व को होता है।

हम चौथी इकाई हैं जो चेतना की तीन अवस्थाओं का आना और जाना देखते हैं। हम तीन में से कोई भी नहीं बनते – न वेकर, न ड्रीमर ना ही स्लीपर - बल्कि, हम इन चेतना के इन तीन राज्यों का अनुभव करते हैं।

वास्तव में इन तीनों स्थितियों में से कौन गुजर रहा है? हम, जो ऊर्जा हैं, चेतना की अवस्था में इस सच्चाई को महसूस करते हैं, ठीक उसी तरह, जैसे राजा को यह अनुभूति कराई गई कि वह न तो राजा था जो जाग रहा था और न ही वह भिखारी, जो उसने सपने में देखा था। उसे एहसास हुआ कि अंत में वह राजा नहीं रहेगा, ठीक ऐसे ही जैसे जब वह जागा तो वह भिखारी नहीं रहा। वह ऐसी चेतना था, जो एक राजा व भिखारी की भूमिकाओं का अनुभव कर रही थी। वह न राजा था, न भिखारी, बल्कि एक ऊर्जा चेतना, जो इन अनुभवों से गुज़र रही थी।

हम जो वास्तव में हैं उस पर पुन: विचार करने से अहसास हो सकता है कि हम प्रेक्षक हैं – एक चौथी इकाई – वे तीन इकाइयां नहीं जो

आती जाती हैं। हम न तो वेकर हैं, न ड्रीमर और न ही स्लीपर। हम ऊर्जा हैं। एक बार इस पर विचार करने और इसका बोध कर लेने पर हम कर्म से मुक्त हो जाते हैं।

विधि 2: पूछताछ वाली विधि

प्रश्न करना बोध करने की एक सरल विधि है। कोई ब्रह्मांड को देखकर प्रश्न पूछ सकता है। सूर्य, चाँद, तारे, पक्षी, जानवर और फूल - ये सब कैसे पैदा हुए? मेरा निर्माण कैसे हुआ? जैविक रूप से, मैं पुरुष और महिला कोशिकाओं के संलयन के माध्यम से हुआ। मैं एक छोटे बच्चे के रूप में पैदा हुआ था, लेकिन यह सब कैसे हुआ? सृष्टि का रहस्य क्या है?

पहले क्या आया - मुर्गी या अंडा? बेशक, अंडा कहेगा, "मैं आया था! मेरे बिना, मुर्गी कैसे पैदा होती?" लेकिन मुर्गी चिल्लाती है, "बकवास, पहले मुर्गी आई। मुर्गी के बिना कोई अंडा नहीं हो सकता।" इस प्रश्न पर चिंतन करें! आपको एहसास होगा कि न तो चिकन पहले आया और न ही अंडा। दोनों रचनात्मक शक्ति की एक साथ अभिव्यक्तियां हैं। इसका मतलब है ब्रह्मांड में बाकी सब कुछ भी, चाहे उसका रूप या प्रकार कुछ भी हो, उसी सार्वभौमिक ऊर्जा से उत्पन्न होता है जिससे हम उपजते हैं। प्रश्न पूछने वाले साधकों को बहुत धीरज रखना चाहिए। वे सवाल पूछते हैं - यह सब कहां से

आया - मैं, दुनिया और सब कुछ? वे तब तक लगातार सवाल पूछते रहते हैं जब तक वे जवाब का एहसास नहीं कर लेते।

क्या यह सच नहीं है कि जब हम गर्भ में आते हैं, तो हम सिर्फ एक छोटे युग्मज होते हैं - दो मानव कोशिकाओं का संलयन? जिंदगी भ्रूण में विकसित होती है। तब हमारा शरीर ऊर्जा के आसपास विकसित होता है जब तक अंतत: हमें पृथ्वी पर जन्म न दिया जाए।

हम वास्तव में क्या हैं - वह बच्चा जो पैदा हुआ था या कोशिकाओं का संलयन जो शुरू में युग्मज या भ्रूण के रूप में विकसित हुआ था? जिसे यह बोध हो कि वह सिर्फ बच्चे के रूप में पैदा होने वाली ऊर्जा है, वह जानता है कि वह युग्मज, भ्रूण या बच्चा नहीं है, जीवन है – वह ऊर्जा, जो इन जीवन चक्रों से होकर गुजरी।

आगे क्या होगा? हमारा शरीर बढ़ता है। यह कैसे बढ़ता है? यह हमारे द्वारा खाए गए भोजन से बढ़ता है। क्या हम वह भोजन हैं जो शरीर को एक बच्चे से पूर्ण विकसित वयस्क में बदलता है? बिलकुल नहीं। वही "मैं" बढ़ता है, उम्रदराज़ होता है, क्षय होता है और मृत्यु को प्राप्त होता है। मृत्यु होने पर क्या होता है?

मृत्यु के समय, शरीर जैसा है वैसा ही रहता है। उसके रूप में कोई बदलाव नहीं होता है। कौन मर गया? क्या मर गया? क्या हुआ? जिस

शरीर में ऊर्जा थी, उसकी मृत्यु हो गई। लगता है कि ऊर्जा शरीर से चली गई है। हम क्या हैं? वह शव जो ज़मीन पर पड़ा है या वह ऊर्जा जो चली गई? यदि मृत्यु के समय, हम शरीर नहीं होते, तो अब भी हम शरीर नहीं हैं; लेकिन हम इसे समझ नहीं पाते।

शरीर बूढ़ा हो सकता है, रोगग्रस्त हो सकता है, क्षय होकर मर सकता है, लेकिन हम नहीं मरते। ऐसा इसलिए है क्योंकि हम शरीर नहीं हैं। पूरी तरह से आत्मनिरीक्षण करने पर, साधक इस निष्कर्ष पर पहुंचते हैं कि वे शरीर-मन की जटिल युति नहीं हैं। शुरू में, मन यह मानने से इंकार कर देता है कि "मैं शरीर, मन और अहं नहीं हूँ।" लेकिन हमारी बुद्धि के प्रभावी उपयोग के माध्यम से और हमारी अज्ञानता को खत्म करके, हम सत्य को समझ सकते हैं। सत्य की प्राप्ति पर, हम सभी कर्मों से मुक्त हो सकते हैं।

विधि 3: ध्यान विधि

बोध की एक और विधि ध्यान है। यह एक ऐसी विधि है जिसमें हम अपनी मानसिक विचार दर (एमटीआर) को कम करते हैं और सिर्फ एक विचार पर ध्यान केंद्रित करने की कोशिश करते हैं।

हम विचार प्रक्रिया को धीमी रखते हैं और सिर्फ एक बात पर पर विचार करते हैं। चुनौती है, इंद्रियों को बंद करना और मन को सिर्फ

एक विचार पर केंद्रित करना - मैं कौन हूं? क्या मैं यह शरीर हूँ? क्या मैं मन हूं? इस विधि में, शरीर और मन दोनों ही स्थिर होते हैं। केवल बुद्धि ही ध्यान और चिंतन करती है, "यदि मैं शरीर हूँ, तो मैं कौन सा शरीर हूँ - वह शरीर जिसमें मैं पैदा हुआ था या जिसमें मैं आज निवास कर रहा हूं? क्या मैं वह शरीर हूँ जो बूढ़ा होकर मर जाएगा? शरीर लगातार बदल रहा है। तो मैं क्या हूँ?" इस तरह के चिंतन से बोध हो सकता है और उससे मुक्ति। मन को शांत करने का एक और तरीका हो सकता है सिर्फ सागर की लहरों पर ध्यान करना।

क्या जो हमें लहरों जैसी लगती हैं, वास्तव में लहरें हैं? अगर हम महासागर पर ध्यान केन्द्रित करते हैं, तो हमें दिखेगा कि सागर से आने वाली लहरें उसी में वापस जा रही हैं। तरंगों का स्वयं कोई अस्तित्व नहीं है, लेकिन वे मौजूद दिखती हैं। समुद्र और लहरों पर ध्यान, गहन चिंतन और विचार करने से लहर और सागर के बीच अंतर खत्म हो जाएगा। हमें समझ में आएगा कि लहर केवल महासागर का एक प्रभाव है, जो उसका कारण है। लेकिन जब तक हम ध्यान नहीं करते और अपने मन को एक विचार पर केंद्रित नहीं करते, सच की अनुभूति करना मुश्किल है।

ध्यान के माध्यम से, मन को स्थिर किया जा सकता है। यह भटकना बंद करके ध्यान केंद्रित करना शुरू कर देगा। जब कोई ध्यान करता है, तो उसे ध्यान के द्वारा निर्मित शांति के माध्यम से सत्य की

प्रत्यक्ष प्राप्ति होती है। केवल "मैं कौन हूं" जैसे सवाल पर ध्यान केन्द्रित करना इस ओर ले जा सकता है, और फिर कर्म से मुक्ति दिला सकता है।

विधि 4: छीलने की विधि

छीलने की विधि में, एक प्याज को छीलने की कल्पना करें। आप प्याज को तब तक छीलते रहेंगे जब तक कि कुछ भी नहीं बचा हो। हम शरीर को उसी तरह कई परतों से बना मानेंगे, जैसे कोई शरीर पर कपड़ों की परतें पहने - पहली परत अंडरगारमेंट, दूसरी परत परिधान; तीसरी परत वो कपड़े जो इंसान को गर्म रखते हैं, और चौथी परत ओवरकोट हो सकती है। जैसा जैसे आप परतें उतारते हैं, ओवरकोट, उसके बाद अगली परत और वस्त्र और फिर अंडरगार्मेंट, तब आप शरीर तक पहुंचते हैं।

अब इस शरीर को एक तरह से छीला जाना चाहिए जिससे पता लगे कि अंदर क्या है। सबसे पहले, शरीर की भौतिक परत को छीला जाएगा। यह एपिडर्मिस से शुरू होती है – जो त्वचा की बाहरी परत है जो रक्त को बाहर निकलने से बचाती है, जिसके बाद ऊतकों, मांसपेशियों और हड्डियों को छीला जाएगा, जब तक कि समूचा भौतिक शरीर न छील दिया जाए। तब हमें एक हड्डियों का कंकाल मिलेगा, और अगर कोई हड्डियों को तोड़ता है, तो हड्डी मज्जा

मिलेगी। जाहिर है, छीलने का तरीका आभासी तरीका है; और इसके लिए कल्पना की आवश्यकता होती है, जिसके बिना शरीर को छीलने की कल्पना नहीं कर सकते। जब वस्तुतः सब कुछ छील कर मेज पर रख दिया जाए, तो प्रश्न उठता है – "वह मैं" कहाँ हूँ, जो इस तन में जीवित था?" 'मैं' बच कर उस चारों ओर फैली चेतना में समा जाता है।

विधि 5: निषेध विधि "यह नहीं, यह नहीं; मैं वह हूं:

बोध की सबसे लोकप्रिय विधि को "यह नहीं, यह नहीं; मैं वो हूं" के रूप में जाना जाता है। इस विधि में, हम पहले इसका बोध करते हैं कि हम क्या नहीं हैं क्या मैं यह शरीर हूं? नहीं! जबकि मुझे लगता है कि मैं शरीर हूं, मैं समझता हूं कि मृत्यु पर क्या होता है। शरीर जैसा था वैसा ही है, लेकिन हम कहते हैं कि वह मृत व्यक्ति चला गया या गुजर गया। इसका मतलब है कि जिस व्यक्ति की मृत्यु हुई है वह यह मृत शरीर नहीं है। ऐसा कभी नहीं था! इसलिए मुझे स्पष्ट है कि "मैं यह शरीर नहीं हूं, यह मन नहीं हूं।"

जब इस शरीर का अंतिम संस्कार किया जाता है या दफनाया जाता है, तो इसके पांच घटक विघटित हो जाते हैं। हवा वातावरण में निकल जाती है, पानी वाष्पित हो जाता है, अग्नि शरीर के ठंडा होने के साथ लुप्त हो जाती है, शरीर द्वारा घेरा गया अंतरिक्ष सिकुड़ जाता है,

और जो बच जाता है वह है थोड़ी सी मिट्टी। बेशक, मैं यह शरीर नहीं हूं जो मैं लगता हूं। मैं अलग हो जाने वाले पांच घटकों में से भी नहीं हूं। वह बिखर गया। अगर मैं यह शरीर और इसके घटक नहीं हूं, तो फिर मैं क्या हूँ? मैं वह ऊर्जा हूं जो चली गई। यह इसका एहसास है कि मैं वास्तव में क्या हूं। मैं यह नहीं हूँ, मैं वह हूँ - "यह" शरीर नहीं जो मैं लगता हूं, बल्कि "वह" ऊर्जा, आत्मा या अंतरात्मा हूं। यह बोध हमें कर्म से मुक्त करता है।

विधि 6: द्रष्टा और दृष्टिगोचर विधि

कल्पना कीजिए कि आप एक सेब को देख रहे हैं। द्रष्टा कौन है? क्या देखा जा रहा है? आँखें सेब को देख रही हैं, और सेब देखा जा रहा है। सेब वस्तु है, और आँखें, विषय। अगर हम पूछें कि यह कौन देख रहा है कि आंखें सेब देख रही हैं, तो हमें कहना होगा कि मन आंखों को देख रहा है। तो अब, आंखों को वस्तु के रूप में माना जा सकता है, और मन द्रष्टा या विषय बन जाता है। अब एक कदम आगे जाओ - सेब को देखने वाली आंखों को देख रहे मन को कौन देख रहा है? मैं मन को देख रहा हूं। "मैं" - प्रेक्षक - मन को देखता हूं और सेब को देखने वाली आँखों को देखता हूं। अंत में, बोध की यह विधि पुष्टि करती है कि मैं सब कुछ देख रहा हूँ। मैं मन को देख रहा हूं, मन आंखों को देख रहा है और आंखें सेब देख रही हैं।

यह वास्तविकता है, है ना? चेतना 'मैं' जानता हूं कि मेरा मन भटक रहा है। मैं अपने मन से अलग हूं। मेरा मन जानता है कि आँखें कोई सेब देख रही हैं या गेंद। मेरा मन आँखों को देखता है। मन आंखों से अलग है।

आँखें जानती हैं कि यह एक सेब है। आँखें देख सकती हैं कि वह सेब है या अनानास। लेकिन आंखें उस वस्तु, उस फल से भिन्न हैं, जिन्हें वे देखती हैं। इसलिए, अंततः परम द्रष्टा कौन है? वह कौन है जो आखिरकार देख रहा है? क्या ये आंखें हैं जो सेब देख रही हैं, वह मन जो आंखों को देख रहा है या चेतना 'मैं', जो मन को फल देखती आंखों को देखते हुए देख रही है।

अगर मैं आंखें निकाल कर उन्हें एक मेज पर रखूं, तो क्या आँखें देख पाएंगी? बिलकुल नहीं! आंखें तंत्रिकाओं के एक नेटवर्क के माध्यम से मन से जुड़ी हैं। इसलिए यदि आपके पास कोई वस्तु है, जैसे सेब, जो आंखों द्वारा देखा और मन द्वारा प्रेक्षित है, जिस क्षण मन सो जाता है, आँखें बंद हो जाती हैं और फिर हम उसे देख नहीं सकते। लेकिन यह मैं हूं - ऊर्जा - जो मन को वस्तु को समझने के लिए भावना बोध को जीवन देने की शक्ति देती है। यह थोड़ा जटिल लग सकता है। लेकिन अगर कोई सच्चाई का बोध करने के लिए उत्सुक है, तो उसे विषय-वस्तु विधि या द्रष्टा और दृष्टिगोचर विधि से चिंतन करना चाहिए कि वास्तव में वह कौन है। हम आँखें नहीं हैं, और हम मन भी

नहीं हैं। हम वह ऊर्जा हैं जो मन और आँखों को जीवन देते हैं। इसे कैसे समझाया जाए?

कभी-कभी हालांकि हमारी आँखें खुली होती हैं, लेकिन हम कुछ भी नहीं देखते हैं क्योंकि हम सो रहे हैं। मन सो रहा है यद्यपि आँखें खुली हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि आंख केवल मन का एक उपकरण है, और मन "मैं" का साधन है, जो देखता है।

अब तक चित्रित सभी विधियों में, क्या होता है? विधि पहले बोध कराती है। यह बोध कि हम वह शरीर, मन और अहं नहीं हैं जो हमें लगता है। हम शरीर को जीवन देने वाली ऊर्जा हैं। यह बोध अज्ञान को मिटा देता है और हमें कर्म से मुक्त करता है। जब हम महसूस करते हैं कि हम शरीर, मन और अहं नहीं हैं, तो हम उस सारे दर्द, दुःख और कष्ट से खुद को अलग करने में सक्षम हो जाते हैं जिसे हम अज्ञानी मानव के रूप में अनुभव करते हैं। यही वह प्रतीति है जो हमें उस विश्वास से मुक्ति की ओर ले जाती है कि हम क्या नहीं हैं और वास्तव में हम क्या हैं। अगर हम अहं, शरीर और मन नहीं हैं, तो कोई कर्म बनाने का कोई सवाल ही नहीं है।

विधि 7: वैज्ञानिक विधि

हम वास्तविकता में क्या हैं? विश्व प्रसिद्ध वैज्ञानिक, आइंस्टीन ने

दशकों पहले अपने वैज्ञानिक समीकरण $E = mc^2$ में यह समझाया था। उन्होंने इस समीकरण के माध्यम से समझाया था कि ऊर्जा न तो बनाई जा सकती है और न ही नष्ट की जा सकती है, लेकिन इसे केवल एक रूप से दूसरे में परिवर्तित किया जा सकता है।

द्रव्यमान और ऊर्जा विनिमेय हैं। इस वैज्ञानिक समीकरण से हमें इस सत्य की प्राप्ति हो सकती है कि हम ऊर्जा हैं, वह द्रव्यमान नहीं हैं जो हम प्रतीत होते हैं।

उन दिनों, यह समीकरण इस सच्चाई के बोध में उपयोग के लिए बहुत जटिल लगता था कि हम कौन हैं। लेकिन आज, यह बहुत प्रसिद्ध सूत्र इस रहस्य को डीकोड करता है कि हम वास्तव में कौन हैं। इससे पहले, इस वैज्ञानिक सूत्र ने केवल इस बात की वकालत की, कि ऊर्जा और द्रव्यमान विनिमेय हैं, लेकिन इससे किसी को कोई बोध नहीं हुआ। आज की दुनिया में, वैज्ञानिक इस खोज को एक नए स्तर पर ले जा रहे हैं।

जब एक मानव कोशिका की माइक्रोस्कोप से जांच हो रही थी, तो वैज्ञानिक केवल परमाणुओं को देखने पर नहीं रुके। वे प्रोटॉन, न्यूट्रॉन, इलेक्ट्रॉनों और उनमें से सबसे छोटे कण – क्वार्क तक चले गए।

आगे अध्ययन करने पर, वैज्ञानिक हतप्रभ थे कि एक अत्यंत छोटा कण अचानक लहर बनकर गायब हो गया। पदार्थ ऐसे गायब कैसे हो सकता है? वैज्ञानिकों ने निष्कर्ष निकाला कि यह वेव-पार्टिकल ड्यूलिटी है, जहां कण ऊर्जा की तरंगें बन रहा था। ऊर्जा की तरंग को एक कण में पुनर्गठित होता देख वे और भी चकित हुए।

बेशक, इसने आइंस्टीन के पहले के पदार्थ और ऊर्जा की परिवर्तनीयता के सिद्धांत का समर्थन किया। उससे परे, इस खोज ने वैज्ञानिकों को यह विश्वास दिलाया कि वास्तव में मानव शरीर जो मांस व अस्थि का द्रव्यमान प्रतीत होता है, वास्तव में खरबों ऊर्जा कणों से बना है जो एक साथ मिलकर मानव शरीर प्रतीत होते हैं। यह वैज्ञानिक खोज हम वास्तव में "कौन" और "क्या" हैं के बोध की एक और विधि है। हम वह शरीर नहीं हैं जो हम प्रतीत होते हैं। हम ऊर्जा हैं। और यह कोई दार्शनिक दावा नहीं है, एक वैज्ञानिक खोज है जो एक शक्तिशाली माइक्रोस्कोप का उपयोग करके साबित हुई है। यह वैज्ञानिक बोध हमें पिछले सभी कर्मों से मुक्त करता है, क्योंकि यह इस बात की पुष्टि करता है कि हम वह शरीर-मन युति नहीं हैं जो कर्म बनाने लगता है।

विधि 8: कार्य-कारण विधि

कार्य-कारण विधि क्या है? यह बहुत सरल विधि है जो निम्नलिखित

तीन सिद्धांतों पर आधारित है:

1. बिना कारण के प्रभाव नहीं हो सकता।
2. प्रभाव, कारण के अलग रूप में प्रकटन के अलावा कुछ भी नहीं है।
3. यदि आप प्रभाव में से कारण को हटा दें, तो कुछ भी नहीं बचेगा।

कार्य-कारण का नियम हमें अनुभूति कराता है कि हम सिर्फ प्रभाव हैं। एक कारण है जिसके कारण हम अस्तित्व में आते हैं। यह कारण हमारी समझ से परे एक शक्ति है - ऐसी शक्ति जो जीवन का स्रोत है। यदि शक्ति हमें छोड़ दे, तो मृत्यु आ जाएगी और कोई सांस नहीं बचेगी। हम शून्य में विघटित हो जाएंगे।

ठीक से समझने पर कार्य-कारण का नियम हमें एहसास कराता है कि हम दिव्य ऊर्जा की अभिव्यक्तियाँ और दिव्य कारण के प्रभाव हैं। दिव्य ऊर्जा के बिना, हम कुछ भी नहीं हैं।

जो कार्य-कारण के नियम को नहीं समझते हैं, उन्हें इस उपमा पर चिंतन करना चाहिए। सोना कारण है; अंगूठी, चूड़ी और हार केवल प्रभाव हैं। वे सोने के विभिन्न रूप हैं। यदि आप सोना निकाल दें, तो कुछ शेष नहीं रहता। मिट्टी कारण है। कीचड़ से बर्तन, थाली और मूर्ति बनते हैं, जो सिर्फ प्रभाव हैं। यदि आप मिट्टी हटा दें, तो कुछ भी

नहीं बचता। हम भी बस प्रभाव हैं; ईश्वरीय शक्ति हमारे होने का कारण है। दिव्य शक्ति के बिना, हम कुछ भी नहीं हैं। जहां कुछ भी नहीं है, वहां कर्म बनाने का प्रश्न ही कहां है? अगर हम अनुभूति कर लें कि हम वे शरीर और मन नहीं जो हम प्रतीत होते हैं, सिर्फ ऊर्जा हैं, तो हमें फिर से जन्म लेने की आवश्यकता नहीं है।

विधि 9: सौंदर्य विधि

सुंदरता के माध्यम से सच्चाई का एहसास कैसे किया जा सकता है? अपने आसपास देखिए; आप बहुत सुंदर कृतियां देखेंगे। बगीचे में गुलाब, आकाश में पक्षी, पानी में मछलियां और पृथ्वी पर प्यारे लोग। यह सुंदरता कहाँ से आई है? अगर हम सुंदरता की विधि को समझें, तो हम महसूस करेंगे कि सुंदरता फूलों में नहीं है। जिस पल कोई फूल तोड़ा जाता है और उसके अन्दर का जीवन समाप्त होता है, उसके अंदर कोई सुंदरता नहीं बचती। सब जीवित प्राणी अपनी सुंदरता को उसी क्षण छोड़ देते हैं जैसे ही जीवन ऊर्जा उनसे बाहर निकल जाए। अतः, सौंदर्य कभी उनका नहीं था। उनमें मौजूद दिव्यता के कारण उनमें सुंदरता दिखाई दी।

हमारी आँखें सुंदर हैं, लेकिन अगर हम अपनी आँखें निकालकर उन्हें एक मेज पर रख दें, तो वे किसी काम की नहीं रहेंगी, क्योंकि वे उस जीवन से अलग हो गई हैं, जिसके माध्यम से वे जीवित थीं। यदि

हम महसूस करते हैं कि इस संसार में सभी लोग अपने अन्दर मौजूद जीवन ऊर्जा के कारण चमकते हैं, तो हम इस भ्रम से मुक्त हो जाएंगे कि शरीर-मन-अहंकार परिसर उनकी सुंदरता है। यह हमें उन सभी कर्मों से भी मुक्त करता है जिन्हें हम प्रत्येक जीवन में ले जाते हैं क्योंकि हम समझ जाते हैं कि हम वह दिव्य सुंदर ऊर्जा हैं, न कि वह सुंदर शरीर जो हम स्वयं को समझते थे।

विधि 10: आत्म-साक्षात्कार विधि

बोध की अंतिम विधि जो हमें कर्म से मुक्त कर सकती है, उसे आत्म-साक्षात्कार विधि कहा जाता है। हमें यह अनुभूति अवश्य होनी चाहिए कि हम वास्तव में कौन हैं।

एक बुद्धिमान व्यक्ति ने एक बार अमेरिका से आए एक व्यक्ति से पूछा, "आप कौन हैं?" उसने जवाब दिया, "मैं जॉन हूं।" "यह आपका नाम है", संत ने कहा और उससे फिर पूछा, "आप कौन हैं?" आगंतुक ने कहा, "मैं अमेरिकी हूं।" तब संत ने कहा, "मैं जानता हूं आप अमेरिका से आए हैं, लेकिन आप कौन हैं?" "मैं श्री और श्रीमति स्मिथ का बेटा और टॉम और मैरी का पिता हूं, "उसने कहा। "नहीं, यह तो आपके परिवार के साथ आपका रिश्ता है, मुझे बताएं कि आप स्वयं कौन हैं?" संत उससे पूछताछ करते रहे। "ठीक है, मैं समझ गया," वह बोला, "मैं वॉल स्ट्रीट में काम करने वाला एक

व्यापार विश्लेषक हूं।" "क्षमा करें, मैंने आपका पेशा नहीं पूछा," संत ने कहा। "मुझे बताइये आप कौन हैं?" संत नहीं रुके। आगंतुक उलझन में था, उसने संत से कहा, "मुझे क्षमा करें। मैं नहीं जानता मैं कौन हूं। क्या आप मुझे समझा सकते हैं कि मैं कौन हूं?"

संत ने उसे पहले एहसास दिलाया कि हम वह शरीर नहीं हैं जो हम पहने रहते हैं। उसकी प्रतिक्रियाएँ जो भी हों, आगंतुक का इशारा उस शरीर की ओर था जो हम नहीं हैं। हम शरीर को धारण करने वाले हैं। तब संत ने उसे शांत बैठने और मन को शांत खोजने के लिए कहा। दो घंटे बाद, अमेरिकी ने कहा, "मैं अपने मन को नहीं खोज पा रहा।" तब संत ने उसे एहसास दिलाया कि हम न तो शरीर हैं और न ही मन। हम जीवन ऊर्जा हैं। अगर हमें सच्चाई का एहसास है कि हम कौन हैं, तो हम कर्म से मुक्त होंगे, क्योंकि कर्म शरीर और मन से है, जो हम नहीं हैं।

अनुभूति करने की विधि जो भी हो, एक साधक जो सत्य का बोध कर लेता है, कर्म से मुक्त हो जाता है। यह अनुभूति करना कि हम केवल शरीर-मन जटिल युति ही नहीं हैं, हमें न केवल हमारे वर्तमान कर्म से बल्कि हमारे माने जाने वाले तीनों कर्म खातों से भी मुक्त कर देता है, जो हमारे लगते हैं।

किसी भी विधि का उपयोग करें,
अपनी वास्तविकता का भ्रम न रखें।
न अहं, न शरीर और न ही मन
हम ईश्वरीय ऊर्जा हैं, इसका सत्य हम जानें।

सारांश

बोध के तरीके

सत्य के बोध के कई तरीके हैं।
सभी विधियाँ हमें इस बोध की ओर ले जा सकती हैं -
कि हम शरीर नहीं हैं। हम मन नहीं हैं।
हम अंदर की जीवन ऊर्जा - आत्मा हैं,
आत्मा या अन्तरात्मा!
जब यह जीवन ऊर्जा छोड़ देती है तो मृत्यु होती है।
कोई सांस नहीं है!
बोध हमें हम कौन नहीं हैं
इसकी अज्ञानता से और
इसके साथ ही, हमें अपने सभी कर्मों से
मुक्त करता है!

11

एक पर्यवेक्षक के रूप में रहना

एक बार सच्चाई का एहसास हो जाने पर आगे क्या चुनौती है? चुनौती है, विश्व को एक लौकिक नाटक के रूप में देखना।

पृथ्वी एक बड़ा रंगमंच है; हम सभी अभिनेता हैं, हम आते हैं, अपनी भूमिका अदा करते हैं और चले जाते हैं। नाटक का एक निर्माता और निर्देशक है। वह पल-पल की कहानी को नियंत्रित करता है। हम इस लायक नहीं कि उस शक्ति पर सवाल उठाएं। वास्तव में, निर्माता ने पृथ्वी पर हमारी भूमिकाएं तय की हैं। हमने यह नहीं चुना कि हम कब, कहां और कैसे पैदा हुए।

दुर्भाग्य से, हम सोचते हैं कि यह दुनिया वास्तविक है, जबकि वास्तविकता में यह सिर्फ एक मेगा ड्रामा है। क्योंकि हम इसे वास्तविक मानते हैं और क्योंकि हमें लगता है कि यह मेरा शरीर और मेरा मन है, इसलिए हम एक भ्रम "मैं" पैदा करते हैं। "मैं" कई कर्म करता है और कर्म बनाता है, दोनों तरह के, अच्छे और बुरे, लेकिन वह ऐसा अज्ञानतावश करता है। "मैं" को बोध के विभिन्न

तरीकों के माध्यम से महसूस करना चाहिए कि वह "मैं" केवल जीवन ऊर्जा है, शरीर या मन नहीं। इसलिए, ये मेरे कर्म नहीं हैं, मेरे शरीर और मन के कर्म हैं जो "मैं" नहीं हूं।

इसलिए, हमारी चुनौती नाटक का आनंद लेना है। इस "मैं" को नाटक का आनन्द लेना चाहिए, एक शरीर-मन जटिल युति में फंसे कैदी के रूप में नहीं रहना चाहिए। बेशक, हमें तब तक जीना होगा जब तक निर्माता-निर्देशक हमें पृथ्वी नामक मंच से हटा नहीं देते। लेकिन निस्संदेह, कर्म हमारा नहीं होता। बोध हमें यह समझने का उपहार देता है।

हमें नाटक देखना चाहिए। पृथ्वी के रंगमंच पर हो रहा कुछ भी अच्छा या बुरा नहीं है। वह सब एकदम सही है। रचयिता ने अरबों लोगों, और अन्य खरबों जीवों के साथ बहुत अद्‌भुत ब्रह्मांडीय नाटक बनाया है। वाह, क्या रचना है!

हमें न केवल नाटक का आनंद लेना चाहिए, बल्कि हमें भी इस एहसास के साथ जीना चाहिए कि हम शरीर या मन नहीं हैं। हम अभिनेता नहीं हैं। हम सिर्फ यंत्र हैं जिनके माध्यम से प्रभु अपने नाटक को लागू करते हैं। हमें मंच से या अन्य अभिनेताओं से जुड़ना नहीं चाहिए। हमारा लक्ष्य इस भ्रम से बचकर हमारा जीवन समाप्त होने पर रचयिता के साथ एकरूप होना है। अगर हम यह सोचने की

मूर्खता करते हैं कि "मैं" "जेम्स" नामक व्यक्ति हूं, यह मेरा घर है, मेरा परिवार है, मैं एक बड़ी संपत्ति का मालिक हूं और एक बड़ा व्यवसाय चलाता हूं, तो हम "कर्म" बनाने में फंस जाएंगे। तब हमारे सभी कार्यों को दूसरे जन्म द्वारा चुकाया जाएगा, अच्छा या बुरा, जो हमारे कर्म पर आधारित होगा।

वास्तव में, "मैं" जेम्स नहीं हूं। जेम्स सिर्फ नाटक में अभिनय करने वाले एक अभिनेता का नाम है। कल्पना कीजिए कि मंच पर सिकंदर की भूमिका निभाने वाला सच में सोचने लगे कि वह वास्तव में विश्व विजेता "अलेक्जेंडर" है, तो क्या होगा? जब वह मंच से उतरेगा, तो उसे बहुत दुख होगा क्योंकि उसे एक भ्रम से जागना होगा।

जब तक हम भ्रम में रहेंगे, तब तक हमें हमारे कार्यों के कारण पुनर्जन्म लेना होगा। मृत्यु के बाद फिर जन्म होगा, और उसके साथ सभी दुनियावी कष्ट आएंगे। हमारा लक्ष्य मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से बचकर निकलना है। हमें उन पर्यवेक्षकों के रूप में जीना चाहिए जिन्होंने सत्य को अनुभूत कर लिया है। मृत्यु के समय, यदि हम पर्यवेक्षक के रूप में रहते हैं, तो हमारा पुनर्जन्म नहीं होगा और हम रचयिता के साथ एकरूप हो जाएंगे।

लेकिन यह कैसे संभव है? बोध के बाद भी हम अभी भी जीवित है और अभी भी कर्म का निर्माण कर रहे हैं। एक कर्म योगी जिसने

सत्य को महसूस कर लिया है, वह कोई कर्म पैदा नहीं करता है।

सब कुछ केवल नाटक है जब लग जाए पता,
कुछ भी सच नहीं, बस आना जाना है पड़ता,
तब हम दुख और दर्द महसूस नहीं करते,
बस देखते हैं नाटक
फायदे नुकसान नहीं गिनते।

सारांश

एक पर्यवेक्षक के रूप में रहना

पृथ्वी बड़ा सा रंगमंच है।
हमें महसूस करना चाहिए कि हम सिर्फ अभिनेता हैं।
हम सिर्फ साधन हैं जिनके माध्यम से
प्रभु अपने नाटक का मंचन करता है।
हमें मंच से या मंच के अभिनेताओं
से नहीं जुड़ना चाहिए।
हमें अच्छे से जीना और नाटक का आनंद लेना चाहिए!
हमें कर्मयोगी के रूप में पर्यवेक्षकों की तरह रहना चाहिए
और खुद को कर्म बनाने से मुक्त करना चाहिए।

12

एक सच्चा कर्मयोगी

सच्चा कर्मयोगी कौन है और कर्म योगी कर्म से कैसे बचता है? जबकि दुनिया सोचती है कि वह कर्म के बारे में सब कुछ जानती है, वास्तव में, हम में से अधिकांश के सामने पूरे कानून का एक सीमित परिप्रेक्ष्य ही है। मानवता का एक बड़ा हिस्सा कर्म क्या है, यह नहीं समझता। उन्हें लगता है कि वे एक शरीर-दिमाग वाली जटिल युति हैं जो जीती है और मर जाती है। कुछ लोग, जिन्हें कर्म को समझने का मौका मिला, एक अच्छा जीवन जीते हैं ताकि वे अच्छा भविष्य, एक अच्छा भाग्य और अच्छा पुनर्जन्म भी बना पाएँ। केवल कर्म योगी जो कर्म को पूरी तरह समझता है, कर्म के पार जा सकता है और उस विधान से आगे जाकर शांति, खुशी और आनंद के एक गंतव्य पर पहुंचता है।

योगी वह होता है जो योग में होता है, जो हमेशा देव के साथ एकरूप रहता है। अत: जो कर्मयोगी है, वह कर्म या क्रिया को परमात्मा के साथ जुड़ने की विधि या उपकरण के रूप में उपयोग करता है।

कर्मयोगी की क्रियाएँ अहं, मन और शरीर द्वारा संचालित नहीं होतीं। कर्मयोगी के कार्य इस बोध के द्वारा संचालित होते हैं कि "मैं असली कर्ता नहीं हूँ। जबकि मैं साधन हूं, क्रियाएं मेरे माध्यम से हो रही हैं, लेकिन वे मेरे कर्म नहीं हैं। और इसलिए, मैं खुद के कोई कर्म नहीं बनाता।" यह किसी कर्मयोगी का परिप्रेक्ष्य, सिद्धान्त अथवा मान्यता है।

कर्मयोगी कर्म को बहुत अलग तरीके से समझता है। कर्म ऐसा सार्वभौमिक नियम प्रतीत होता है जो पृथ्वी पर हर किसी पर लागू होता है। लेकिन कर्म के नियम के बारे में कुछ चीजें हैं जो आप शायद नहीं जानते होंगे। दुनिया यह जानती है कि अगर हम अच्छा करते हैं, तो हमें अच्छा मिलेगा और कुछ बुरा भी। कोई भी कर्म के विधान से बच नहीं सकता। यह विधान इस जीवनकाल में ही नहीं, मृत्यु से परे भी काम करता है। यहाँ तक कि हमारे मरने के बाद, हम अपने कर्म को भी अपने साथ ले जाते हैं और इसे भुनाने के लिए हमें पुनर्जन्म लेना होगा। वास्तव में, हमारा पुनर्जन्म हमारी पिछली क्रियाओं या पिछले कर्म के आधार पर होता है। लेकिन कर्म किसका होता है? शरीर मर जाता है। शरीर भस्म हो जाता है, और यह मिट्टी में वापस मिल जाता है। इसे दफनाया जाता है या अंतिम संस्कार किया जाता है। फिर कौन है जो वास्तव में कर्म को अगले जन्म में ले जाता है?

यह "मैं", मन और अहं है। मैं, जो पहले किसी एक शरीर में था, उस शरीर को छोड़कर, सारे अर्जित कर्म के साथ एक नए शरीर में प्रवेश करता है। वास्तव में, जीवित रहते हुए, शरीर असली खिलाड़ी नहीं होता। यह "मैं" से मिले निर्देशों का आधार पर कार्य करता है। इसलिए, कर्म को सूक्ष्म शरीर मैं से संबंधित होना चाहिए, भौतिक शरीर से नहीं। जब एक शरीर मर जाता है, तो मन और अहं इकाई कर्म के साथ उसे छोड़कर एक और जन्म लेने के लिए चली जाती है और यह चक्र आगे बढ़ता जाता है...कर्मयोगी जानता है कि जीवन का लक्ष्य मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से बचना है। क्या है इसका क्या मतलब? कर्म का सिद्धान्त कहता है कि आपके द्वारा की जाने वाली क्रिया जो भी हो, आपको उसके लिए भुगतान करना होगा - अच्छा हो या बुरा। कर्म क्या है? इसका अर्थ है क्रिया। क्या आप क्रिया करने से बच सकते हैं? नहीं, यूं तो आप क्रिया करने से बच नहीं सकते, और हालांकि क्रिया करने से कोई स्वतंत्रता नहीं हो सकती, पर एक सच्चे कर्मयोगी को फिर भी क्रिया में स्वतंत्रता हो सकती है। आप अच्छे कर्म और बुरे कर्म से बच नहीं सकते। दोनों मामलों में, आप पृथ्वी पर वापस आएंगे। केवल एक कर्मयोगी को बोध होता है कि ये उसके कर्म नहीं है, क्योंकि वे न तो शरीर हैं और न ही "मैं", और इस तरह वह पुनर्जन्म से बच जाता है।

तो क्या कर्म वास्तविक है? क्या हम वास्तव में पुनर्जन्म लेते हैं? हमें

चिंतन करना चाहिए। शरीर का कभी पुनर्जन्म नहीं होता, लेकिन अगर हम मानते हैं कि हम मन और अहं, या मैं हैं, तो हम कर्म बनाएंगे और पुनर्जन्म लेंगे। यह कर्म करने वाले कर्मी और ये उसके कर्म नहीं हैं ऐसा महसूस करने वाले कर्मयोगी के बीच का मुख्य अंतर है।

दुनिया यह नहीं समझती कि जब एक बार हम यह अनुभूति कर लें कि हम शरीर और मन नहीं हैं, यह बोध हमें कर्मयोगी बनाता है और हमें अच्छे और बुरे, दोनों कर्मों से मुक्त करता है। क्रमशः, यह हमें पुनर्जन्म से मुक्त करता है। इसलिए, कर्म सिर्फ एक सार्वभौमिक कानून है जो दुनिया को चलाए रखता है। ब्रह्मांड के निर्माता ने इस कर्म विधान को इसलिए बनाया है ताकि पृथ्वी पर निरंतरता रहे। हमारा अंतिम लक्ष्य निर्वाण या मोक्ष है। यह कर्म से और इस प्रकार जन्म और मृत्यु के चक्र से बचाता है। यह सत्य की अनुभूति के साथ आता है। क्या हम शरीर हैं? नहीं, शरीर मर जाता है। क्या हम मन हैं?

मन कहाँ है? हम ढूंढ़ नहीं सकते। फिर हम कौन हैं? हम वह ईश्वरीय जीवन ऊर्जा हैं जो शरीर-मन की इस जटिल युति को जीवन प्रदान करते हैं। अगर हम मानते हैं कि हम शरीर-मन की जटिल युति हैं, तो हम कर्म का निर्माण करते हैं, जिससे हम मृत्यु और पुनर्जन्म के इस

चक्र में फंसे रहते हैं। हम रचयिता के नाटक में कैदी हो जाते हैं। हम इस भ्रम के अंदर फंस जाते हैं

और दुख पाते हैं, क्योंकि अंततः, चाहे हम अच्छे कर्म बनाएं या बुरे, पुनर्जन्म तो हम लेते ही हैं। यदि हम पुनर्जन्म लेते हैं, तो जैसे बुद्ध ने कहा, हम भुगतेंगे। इसलिए आइए, हम कर्म के बारे में वह सच्चाई जानें, जिसकी दुनिया बात नहीं करती। दुनिया हमसे अच्छा कर्म करने की बात तो करती है, लेकिन अच्छे कर्म करने से परे, चुनौती है कर्म के सत्य का बोध करना और स्वयं कर्म को पार करना। चुनौती है कर्मयोगी बनने और निर्वाण, मोक्ष, मुक्ति एवं ज्ञानोदय प्राप्त करने की जो जीवन का अंतिम लक्ष्य है।

क्या कोई जीवित रहते हुए क्रिया से बचा है?
नहीं, पर हम क्रिया करने को स्वतंत्र हैं।
मैं जो कुछ भी करता हूं, वह काम मेरा नहीं,
मैं केवल साधन हूँ, क्रियाएं आपकी हैं।

सारांश

सच्चा कर्मयोगी

एक सच्चा कर्मयोगी वह है जो यह महसूस करता है कि
कार्रवाई से कोई भी स्वतंत्र नहीं हो सकता,
लेकिन कार्रवाई में स्वतंत्रता हो सकती है।
वह अपने सभी कार्यों को प्रभु को सौंप देता है।
वह जानता है कि वह कुछ भी नहीं करता है,
भगवान ही सब कुछ करता है!
वह सिर्फ एक साधन है प्रभु का!
एक कर्म योगी कर्म के नियम को पार
करके मुक्ति प्राप्त करने में सक्षम है।
हालांकि ऐसा लग सकता है कि
कर्म योगी कर्म का निर्माण कर रहा है,
लेकिन सत्य यह है कि वह सभी कर्मों से मुक्त है।

13

हमारा अंतिम लक्ष्य – निर्वाण या मोक्ष

मानवता का अंतिम लक्ष्य कर्म से मुक्त होना और मृत्यु और पुनर्जन्म के कभी न खत्म होने वाले चक्र से बचना है। क्या यह संभव है? जो कर्म के ए टू जेड को जानता है और जिसने स्वयं के बारे में सच्चाई का एहसास किया है, उसे हमेशा के लिए मुक्त किया जा सकता है। हममें से जो आत्म-साक्षात्कार कर लेते हैं वे चिरस्थायी आनंद और सुख में रहते हैं, यह जानते हुए कि हम शरीर-मन की जटिल युति नहीं हैं, बल्कि वह ऊर्जा हैं जो व्यक्ति को जीवन देती है। इस बोध पर कि हम "कर्ता" नहीं हैं, हम कर्म नहीं बनाते हैं और हमें अपने कार्यों की भरपाई के लिए पुनर्जन्म नहीं लेना पड़ता है क्योंकि ये कर्म हमारे कार्य नहीं हैं। हम वर्तमान क्षण में निडर होकर जीने लगते हैं। इंसान को घेरने वाली सारी नकारात्मकता से हम आज़ाद हो जाते हैं। ऐसे जीव को जीवमुक्ता कहा गया है। जीवित रहते हुए भी ऐसा व्यक्ति विमुक्त रहता है।

ऐसा व्यक्ति जानता है कि, "मैं कुछ नहीं करता। प्रभु ही सब कुछ

करता है। मैं सिर्फ भगवान की दिव्य इच्छा का साधन हूँ।" एक जीवनमुक्ता न केवल अपने वर्तमान कर्म से मुक्त हो जाता है, बल्कि उन सभी कर्मों से जो अतीत की अज्ञानता के कारण आगे बढ़ गए हैं। वह कर्म मन और अहं इकाई - मैं का है, जो जीवनमुक्त नहीं है। वह जीवन ऊर्जा है, आत्मा या चैतन्य है। उसे पुनर्जन्म लेकर, अन्य मनुष्यों की तरह पृथ्वी पर पीड़ा नहीं सहनी पड़ती। वह अनंत आनंद और शांति में रहता है। नियत क्षण पर जब मृत्यु आती है, तो उसकी आत्मा को मुक्ति मिलती है। एक जीवनमुक्ता वापस नहीं आता, उन अन्य अज्ञानी लोगों की तरह उसका पुनर्जन्म नहीं होता, जिन्होंने यह सोचकर कर्म का निर्माण किया कि वे ही मन और अहं हैं।

प्रत्येक मनुष्य का लक्ष्य ईश्वर के साथ जीवनमुक्ता या एक आनंद की अनुभूति करने वाली जीवात्मा के रूप में आनंदमय जीवन जीना है। यद्यपि वह शरीर-मन युति में सन्निहित है, उसका लक्ष्य सत्य के प्रति निरंतर जागरूक और सचेत रहना है - यह नहीं, यह नहीं; हम वह हैं – और यह अनुभूत करना कि ईश्वर का राज्य हमारे भीतर है। हम नश्वर नहीं हैं जैसे कि हम दिखते हैं – हम मानव के रूप में ईश्वर ही हैं। हमारा अंतिम लक्ष्य सांसारिक इच्छाओं, वासना और तृष्णा से बचना और यह समझना कि खुशी की तलाश करने के बजाय "हम स्वयं खुशी हैं"। चुनौती धरती पर हर चीज को सुंदर बनाने वाली असली सुंदरता को देखना है। चुनौती सृजन से चमत्कृत होने की

नहीं, बल्कि रचयिता, हमारे दिव्य स्वामी, हमारे सच्चे स्रोत के प्रेम में पड़ने की है।

अधिकांश मानवता अज्ञानता में जीती है। हम कर्म का अर्थ भी नहीं समझते। कुछ इस मिथ्या विचार में घिरे रहते हैं कि हम कर्म से बच नहीं सकते। यह हमारा अज्ञान ही है, जो हमें लगता है कि हम प्रभु से अलग हैं! हमें बोध नहीं है कि वास्तव में हम, पृथ्वी पर भगवान की अभिव्यक्ति हैं। हमारा अंतिम लक्ष्य है सच्चाई का बोध और इस अहसास को जीना।

यदि कोई लहर यह कल्पना करे कि वह समुद्र से अलग है; कोई सोने की अंगूठी की कल्पना करे कि वह उस सोने से अलग है जिससे वह बनी है। सागर के बिना लहर कुछ भी नहीं है; सोने के बिना, अंगूठी कुछ भी नहीं है। भगवान के बिना, हम कुछ नहीं हैं। हमारा लक्ष्य इस सच्चाई का बोध करना है।

एक बार जब हमें सच्चाई का बोध हो जाएगा, तो न केवल हम कर्म से मुक्त हो जाएंगे, बल्कि हमारा जीवन चिरस्थायी आनंद और शांति से भर जाएगा। यह जानने के बाद, कि जिस प्रभु की हम तलाश कर रहे हैं, वह हमारे भीतर ही है, अब हम सुख की तलाश नहीं करेंगे।

हम स्वयं सुख बन जाते हैं। यह मानव जीवन का अंतिम लक्ष्य है - कर्म से बचना, मुक्त होना और भगवान के साथ मिल जाना।

हमारे जीवन का अंतिम लक्ष्य क्या है?
क्या खुश रहना और कलह से बचना है?
नहीं, यह सोचना गलत है कि खुशी ही लक्ष्य है।
हमारा उद्देश्य है बोध करें कि हम आत्मा हैं,
और हमें मुक्त होना है।

सारांश

हमारा परम लक्ष्य – निर्वाण या मोक्ष

हम सभी खुश रहना चाहते हैं।
लेकिन क्या हम हर समय खुश रह सकते हैं।
दुनिया दुःख से भरी हुई है इस दुख से बचने का एकमात्र
तरीका मुक्ति है, कर्म और पुनर्जन्म से मुक्ति।
मृत्यु के समय, हमें स्वतंत्र होना चाहिए,
प्रभु के साथ एकाकार होना चाहिए।
यही मुक्ति, मोक्ष, निर्वाण, मोक्ष या आत्मज्ञान है...
जीवन का अंतिम लक्ष्य!

कर्म पर सामान्य प्रश्न

1. क्या हमारे सभी कार्य कर्म बनाते हैं?

कर्म के नियम को इस नाम से इसलिए पुकारा जाता है क्योंकि यह कार्रवाई का एक नियम है। इसलिए, हमारी प्रत्येक क्रिया, अच्छी या बुरी, दर्ज की जाती है और कर्म, या एक स्वचालित प्रतिक्रिया बनाती है जो हमारे कर्मों के अनुरूप, अच्छे या बुरे रूप में हमारे पास वापस आती है।

2. लोगों का मानना है कि जो कुछ भी होता है वह पूर्व निर्धारित होता है, फिर हम अपने कर्म के लिए कैसे जिम्मेदार हैं?

इसमें कोई संदेह नहीं है कि कर्म कुछ पूर्व कृत जीवन निर्धारित करता है लेकिन यह हमें हमारे कार्यों को चुनने और नए सिरे से कर्म बनाने के अवसर से वंचित नहीं करता। हमारे पूर्व कर्म हमारे पूर्व निर्धारित वर्तमान जीवन के कई पहलुओं को निर्धारित करते हैं। हमारा लिंग, जन्म तिथि, जन्म का स्थान और माता-पिता हमारे पूर्व

निर्धारित जीवन के कुछ पहलू हैं जिन्हें हमारे पिछले कर्म निर्धारित करते हैं।

लेकिन, हमारे कार्य पूर्व निर्धारित नहीं हैं। केवल हमारी परिस्थितियाँ हैं। हमारे आस-पास जो कुछ भी हो रहा है, वह हमारे पिछले कर्म के कारण पूर्व निर्धारित है, लेकिन हम जो क्रिया करते हैं वह हमारी अपनी पसंद, हमारी अपनी स्वतंत्र इच्छा पर निर्भर है, और उसके बाद, हम अपने वर्तमान कार्यों और हमारे भाग्य के लिए जिम्मेदार हैं।

3. क्या हमारे गुरु या संत हमारे कर्म को मिटा सकते हैं?

हमारे गुरु और संत हमें अच्छे कर्मों की ओर ले जा सकते हैं। वे मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से मुक्त होने के लिए हमारा मार्गदर्शन भी कर सकते हैं। लेकिन वे हमारे कर्मों को हटा नहीं सकते। इस संसार में हमारे अलावा कोई भी हमारे कर्म को नहीं हटा सकता। ये हमारे कर्म हैं, और हमें ही इन्हें समाप्त करना होगा।

4. क्या हमारे कर्म के संतुलन को कम किया जा सकता है या घटाया जा सकता है? यदि हाँ, तो क्या तरीका है?

चूँकि कर्म को आम तौर पर हमारे बुरे कर्मों के रूप में जाना जाता है,

हमारे बुरे कर्म केवल हमारे द्वारा किए गए अच्छे कर्मों से कम हो सकते हैं। वैसे कुछ लोग मानते हैं कि हम अच्छे कर्मों से बुरे कर्मों के प्रभाव को कम नहीं कर सकते, लेकिन अच्छे कर्म ज़्यादा करने से बुरे कर्मों का प्रभाव घटाया जा सकता है।

5. क्या मानसिक रूप से असंतुलित लोग ताज़ा कर्म बनाने से मुक्त हैं क्योंकि उनके पास विवेकशील दिमाग या बुद्धि नहीं है?

कोई भी वास्तव में कर्म के कानून को परिभाषित नहीं कर सकता है। हम केवल कल्पना कर सकते हैं और संभावित अनुमान लगा सकते हैं। कर्म का सिद्धांत यह है कि जो कोई भी समझने में सक्षम दिमाग के साथ अपने कार्यों की बागडोर संभाले है, वह अपने कर्म के लिए जिम्मेदार है। इसलिए, यह कहा जाता है कि जिन बच्चों का दिमाग विकसित नहीं होता है, वे कर्म नहीं बनाते हैं, न ही जानवर क्योंकि वे सहज ज्ञान से जीते हैं, बौद्धिक भेदभाव से नहीं। मानसिक रूप से विकलांग लोगों के लिए भी यही सच हो सकता है।

6. क्या गुरु या जिन्हें आत्मा होने का एहसास है, वे भी कर्म बनाते हैं?

प्रत्येक व्यक्ति जो जीवित है, कर्म बनाता है। हालांकि, आध्यात्मिक गुरु या बोध प्राप्त कर चुकी आत्माएं कर्म का निर्माण नहीं करती हैं

क्योंकि उन्हें विश्वास नहीं है कि वे ऐसा कुछ भी करते हैं। उन्होंने महसूस कर लिया है कि वे सिर्फ अहं, मन और शरीर नहीं हैं। वे शरीर-मन की जटिल युति में विद्यमान हैं लेकिन उनके सभी कार्यों को प्रभु द्वारा निष्पादित किया जाता है। वे भगवान के एक उपकरण के रूप में कार्य करते हैं। वे अपने सभी कार्यों को प्रसाद के रूप में भगवान को समर्पित कर देते हैं।

और इस प्रकार, वे कर्म नहीं बनाते हैं। वे मुक्त हो गए हैं।

7. चूंकि पीड़ित लोगों का दर्द उनके कर्म का हिस्सा है, यदि हम उनके दुख को दूर करने की कोशिश करते हैं, तो क्या हम कर्म के साथ हस्तक्षेप कर रहे हैं?

जब हम एक पीड़ित व्यक्ति की मदद करते हैं, तो हमें इसकी चिंता नहीं करनी चाहिए कि उनके कर्म क्या हैं। हमें केवल इस बात की चिंता होनी चाहिए कि हम क्या कर्म बना रहे हैं। इसलिए, दयालु होना, ग़रीबों और दुखियों की सेवा करना ही हमारे लिए अच्छे कर्म का निर्माण कर सकता है। यह सोचना ग़लत होगा कि जो लोग पीड़ित हैं उनकी मदद करके, हम उनके कर्म में हस्तक्षेप कर रहे हैं।

8. यदि अच्छे काम भी अच्छे कर्म का निर्माण करते हैं जो हमारे पुनर्जन्म का कारण बनता है, तो क्या हमें अच्छे कर्म करना छोड़ देना चाहिए?

सामान्य सा उत्तर है, नहीं। हमें अच्छे कर्म करना नहीं छोड़ना चाहिए क्योंकि मूल रूप से मनुष्य बिना कर्म के नहीं रह सकता। हमें काम करना है। इसलिए, यदि हमारे पास दो विकल्प हैं – बुरे कर्म करना या अच्छे कर्म करना, तो हमारा सामान्य ज्ञान हमें अच्छा कर्म करने के लिए कहेगा। लेकिन यह सवाल एक कदम आगे जाता है। चूंकि अच्छे कर्म पुनर्जन्म का कारण बनते हैं, तो क्या हमें अच्छे कर्म छोड़ देना चाहिए? अगर हम अच्छे कर्म छोड़ देंगे तो हम क्या करेंगे? हम कुछ नहीं कर सकते। हमें कुछ करना है। इसलिए हमें बुरे कर्म की बजाय अच्छे कर्म करने चाहिए। हालाँकि, हमें याद रखना चाहिए कि - जब हम अच्छे कर्म करते हैं, तो हमें कर्ता के रूप में अच्छे कर्म नहीं करने चाहिए। हमें अच्छे कर्म केवल प्रभु के साधन के रूप में करने चाहिए, प्रभु की ओर से कार्य करना चाहिए। हमारा कर्म अहंकारी नहीं होना चाहिए। हमारा काम भगवान का कार्य करना होना चाहिए, और हमें उस कार्य को भगवान के चरण कमलों पर भेंट के रूप में समर्पित करना चाहिए।

9. क्या कर्म का विधान बदले की भावना से संचालित होता है?

कर्म क्षतिपूर्ति और मुक्ति का कानून है। हालांकि, वास्तव में कोई भी ठीक से नहीं जानता कि क्या हमारे बुरे कर्मों को कर्म द्वारा एक दर्पण प्रतिक्रिया के साथ वापस किया जाएगा, या हम किसी बदतर या उग्र प्रतिक्रिया का सामना करेंगे। कर्म ब्रह्मांड के रचयिता का एक नियम है, और हमें यह समझने की क्षमता नहीं दी गई है कि यह विधान वास्तव में कैसे काम करता है। हम अनुमान के आधार पर इसे समझ सकते हैं। हमारे पास कुछ संकेत हैं कि यह विधान कैसे काम करता है। लेकिन हम यह सुनिश्चित नहीं कर सकते कि यह कैसे काम करता है। लेकिन, चूंकि यह क्रिया और प्रतिक्रिया, कारण और प्रभाव, मोचन और क्षतिपूर्ति का कानून है, इसलिए इसमें कोई संदेह नहीं है कि जब तक हम कर्म से मुक्त नहीं हो जाते, तब तक जैसा बोएंगे वैसा काटेंगे।

10. हम जीवन में कुछ व्यावहारिक स्थितियों पर प्रतिक्रिया करने के लिए मजबूर हैं। उदाहरण के लिए, जब कोई मच्छर या कोई कीट हमें काटने लगता है, तो हम तुरंत इसे मारने की हद तक प्रतिक्रिया करते हैं। क्या उपरोक्त क्रिया कर्म बनाने के लिए गिनी जाएगी?

ऐसा कहा जाता है कि कर्म का कानून कुछ उचित सिद्धांतों के साथ काम करता है। उदाहरण के लिए, यदि कोई सांप है जो आप पर हमला करने और आपको मारने की कोशिश कर रहा है, तो आपको अपने जीवन की रक्षा करने का पूरा अधिकार है - यह आपका कर्तव्य है। लेकिन अगर कोई मच्छर आपको काटने वाला है, तो आप इसे दूर भगाकर, या मच्छर निरोधकों का उपयोग करके या कमरे को साफ रखकर रोक सकते हैं। जब आपको पता चलता है कि जीवन ईश्वर के अलावा कुछ नहीं है, तो आप हत्या नहीं करते, आप जीवन नहीं लेते। आप किसी को भी मारने से बचते हैं। लेकिन ऐसे मामलों में जहां यह अपरिहार्य है, हमें वह करना होगा जो हमारी बुद्धि हमें करने के लिए कहती है। हम नकारात्मक कर्म का निर्माण करते हैं या नहीं, यह क्रिया पर निर्भर करता है। यदि हमारा कार्य क्रूरता का कार्य है, उदासीनता का कार्य है या हत्या का कार्य है, तो निस्संदेह हम नकारात्मक कर्म करेंगे। दूसरी ओर, यदि हमारा कार्य आत्मरक्षा, या कोई ऐसा कार्य है जो न्यायसंगत है,तो इससे कोई नकारात्मक कर्म नहीं है।

11. क्या जानवरों को कर्म प्राप्त होता है?

जानवरों को वृत्ति का प्राणी माना जाता है बुद्धि का नहीं। इसलिए, वे मासूम बच्चों की श्रेणी में आते हैं। वे कर्म नहीं बनाते हैं उनके शरीर और मन, जिनका वे उपयोग करते हैं वे अहं द्वारा निर्देशित नहीं है।

हालांकि वे कर्म का निर्माण नहीं करते हैं, किंतु उनका वर्तमान जीवन उनके पिछले जीवन के कर्मों के बदले में उन्हें प्राप्त हुआ है।

12. यदि हमने किसी को अनजाने में चोट पहुंचाई क्या तब भी हम नकारात्मक कर्म पाते हैं?

यदि हम किसी को अनजाने में चोट पहुँचाते हैं, तो जो नकारात्मक कर्म हम पैदा करते हैं वह कम प्रभाव वाला हो सकता है। एक छोटा सा नकारात्मक डेबिट हमारे कर्म के खाते में डाला जाएगा। लेकिन हर बार जब हम किसी को चोट पहुँचाते हैं, तो इससे हमारे खाते में निश्चित रूप से एक नकारात्मक कर्म जुड़ेगा।

13. हमें पिछले जन्म के कर्म का भुगतान करने के लिए एक और जन्म लेने की आवश्यकता क्यों है?

चूंकि सृष्टिकर्ता ने ब्रह्मांड को इस तरह से बनाया है कि हम पैदा होते हैं और मरते हैं, लेकिन कर्म का हिसाब चुक नहीं पाता है। केवल इस जन्म के कर्म का खाता नहीं, हमारे कई जन्मों के कर्म के खाते चुकाना बाकी रह जाते हैं। हिसाब चुकता करने का एकमात्र तरीका बार-बार पुनर्जन्म ही है। पुनर्जन्म पूरी तरह से कर्म के नियम पर खरा उतरता है क्योंकि हमें अपने पिछले कर्मों के आधार पर सुख का या दुख का जीवन मिलता है। इस तरह हम अपने बुरे कामों का

प्रभाव कम करने में सक्षम होते हैं या अच्छे कामों के लिए पुरस्कृत होते हैं और इसी तरह कर्म का चक्र निरंतर चलता रहता है।

14. क्या जीवन हमारे कर्म के बोझ को साफ करने के लिए है?

सामान्य लोगों के लिए, हाँ, जीवन हमारे नकारात्मक कर्म को साफ़ करने के लिए है। हम अपने कर्म को समाप्त करने के लिए, कर्म का फ़ल पाने के लिए, और अपने कर्म की भरपाई करने के लिए जीते हैं और मर जाते हैं। लेकिन जिसे बोध हो गया है, उसके लिए जीवन कर्म को साफ़ करने के बारे में नहीं है। जीवन इस सत्य की अनुभूति करने में है कि हम सिर्फ शरीर और मन की जटिल युति नहीं हैं जो कर्म का निर्माण करते हैं। हम ईश्वरीय ऊर्जा हैं। एक बार जब हम यह महसूस कर लेते हैं तो हम मुक्त हो जाते हैं और कोई कर्म बाकी नहीं रहता।

हर क्रिया और शब्द हर एक,
अकेले किया हो या समूह में,
हमने जो किया हमारा है,
इस जीवन में नहीं तो अगले में सहारा है।

कविता

कर्म का नियम है बहुत गहरा,
जैसा कि हम बोते हैं, वैसा ही हम पाते हैं,
हम जो बुरा करते हैं उसके लिए हम रोते हैं,
जो हम अच्छा करते है, उससे हम अच्छा पाते हैं,

यह एक कानून है, प्रतिक्रिया का नियम है।
यह एक कानून है जो कहता है,
हमें वह मिलता है जो हम देते हैं
हमारे द्वारा जो बाहर जाता है वही हमारे पास वापस आता है,

कर्म का कानून हमारे धर्म से उपजा है,
एक कानून, एक सार्वभौमिक कानून
एक कानून है जो हमारे सभी कार्यों को देखता है
और एक कानून जो समान सी प्रतिक्रिया सुनिश्चित करता है

यदि हम टमाटर लगाते हैं, तो हम आम नहीं पाते हैं।
अगर हम कैक्टस लगाते हैं, तो हम गुलाब नहीं पाते हैं,
यदि हम अच्छा करते हैं, तो अच्छा इनाम पाते हैं
यदि हम बुरा करते हैं, तो प्रतिसाद भी बुरा पाते हैं।

क्या है ये लॉ ऑफ़ कॉज़ एंड इफ़ेक्ट?
एक कानून जो संतुलन को सुनिश्चित करता है
यह कानून हमारे कर्मों को रिकॉर्ड करता है,
अच्छा या बुरा यह आपके पास वापस आता है।

हमने नहीं जाना कि यह कानून कैसे काम करता है,
जिसने इस शो का निर्माण किया है, यह वही जानता है।
यह नियंत्रित करता है कि पृथ्वी पर हम कैसे आते हैं
क्या यह मृत्यु पर समाप्त होता है? जवाब ना है!

यह अच्छे और बुरे को वहन करता है जो हम करते हैं
जब हम जाते हैं तो स्कोर मृत्यु पर व्यवस्थित नहीं होता है
जीवन के बाद जीवन, स्कोर पर जाता है
कर्म स्कोर तय करता है कि हम कैसे पुनर्जन्म लेते हैं

तो क्या हमें बार-बार पीड़ित होना चाहिए?
हम इस दर्द से कब बचेंगे?
केवल जब हम सच्चाई का बोध करें
हमें नीचे तक उतरना चाहिए, हमें जड़ तक पहुंचना चाहिए

पृथ्वी पर जीवन का हमारा उद्देश्य क्या है?
क्या हम सिर्फ मरने और जन्म लेने के लिए पैदा हुए हैं?
हम कहां से आए थे? हम कहां जाएंगे?
कानून तब तक चलेगा जब तक हमें सच्चाई का पता नहीं चल जाता

क्या हम शरीर हैं? क्या हम दिमाग हैं?
क्या हम अहंकार हैं? सत्य हमें पता करना चाहिए
हमारे आस-पास जो अज्ञानता है, उसे हमें हटाना है
हम एक अलग तरह की ऊर्जा हैं

कर्म का नियम इस दुनिया को चलाता है
यह ऐसा कानून जो सुनिश्चित करे सब अच्छा हो
कानून उन सभी के लिए है जो आते और जाते हैं
केवल इस नाटक को समझने वालों को छोड़कर

जिन्हें बोध है कि हम शरीर या मन नहीं
जो सक्षम हैं – सत्य को पाएं
वे भाग्यशाली हैं जो क्रिया से बचते हैं
उनके लिए, कोई कर्म नहीं, कोई कानून नहीं है

जब बुरी चीजें अच्छे के लिए होती हैं, तो पलक न झपकाएं
यह कर्म का नियम है, बस सोचें
यदि आप एक बीज लगाते हैं, तो आप विलेख का सामना करेंगे
आप जो करेंगे आपके पास वापस आएगा

यदि आप कर्म के कानून में महारत हासिल करना चाहते हैं
आपको महसूस होना चाहिए कि दुनिया एक नाटक है
आपको पता होना चाहिए कि आप नहीं हैं शरीर और मन
फिर होगी शान्ति और सच्चा आनंद

एअर द्वारा

लेखक के बारे में - एअर

एअर - रवि में आत्मन, या रवि में आत्मा, एक सन्निहित आत्मा है जिनका जीवन में एकमात्र लक्ष्य लोगों को सत्य का बोध करने में मदद करना है।

उनका जन्म 15 अक्टूबर, 1966 को बैंगलोर में रवि वी मेलवानी के रूप में हुआ था। बहुत कम उम्र में, उन्होंने व्यवसाय में सफलता हासिल की और एक बहुत ही सफल व्यवसायी बन गए, जिन्होंने किड्स केम्प, बिग किड्स केम्प और केम्प फोर्ट के साथ भारत में खुदरा बिक्री में क्रांति ला दी।

बहुत पैसा कमाने के बाद, उन्होंने महसूस किया कि जीवन का अर्थ केवल पैसा कमाना नहीं है। उन्होंने 40 साल की उम्र में अपने व्यवसाय को बंद कर दिया, अपना जीवन आरवीएम में बदल दिया, आरवीएम दर्शन - रिजॉइस, वैल्यू लाइफ, और मेक अ डिफरेंस के आधार पर जीवन व्यतीत किया। उन्होंने एच.आई.एस. कार्य शुरू किया-

ह्युमैनिटेरियन, इंस्पिरेशनल और स्पिरिचुअल (मानवीय, प्रेरणादायक और आध्यात्मिक कार्य)। उनका मिशन अपनी यात्रा समाप्त होने से पहले इस दुनिया में "मेक अ डिफरेंस" (कुछ खास करना) था।

आरवीएम की मानवीय पहल के एक भाग के रूप में, आरवीएम ह्यूमैनिटेरियन हॉस्पिटल की स्थापना 1998 में गरीब, बेसहारा और जरूरतमंदों को मुफ्त चिकित्सा और देखभाल प्रदान करने के उद्देश्य से की गई थी। अस्पताल में कैश काउंटर नहीं है। वर्तमान 250-बेड अस्पताल से, यह जल्द ही गरीबों और निराश्रितों के लिए एक बहु-विशिष्टता वाले 1000-बेड अस्पताल में विकसित होगा। 600 से अधिक बेघर और पीड़ित लोगों की बेसहारा आश्रमों में सेवा और देखभाल की जाती है और उन्हें मुफ्त आश्रय, भोजन, चिकित्सा देखभाल और कपड़े प्रदान किए जाते हैं।

आरवीएम ने, आरवीएम स्कूल ऑफ़ इंस्पिरेशन के माध्यम से, अपनी प्रेरक वार्ता, प्रेरणादायक पुस्तकों और वीडियो, और विचार-उत्तेजक उद्धरणों के माध्यम से कई लोगों के जीवन को बदल दिया है।

आरवीएम ने वर्ष 1995 में बैंगलोर में एक शिव मंदिर का निर्माण किया, जिसे अब शिवोहम शिव मंदिर के रूप में जाना जाता है। भगवान शिव के परम भक्त होने की वजह से, उन्होंने एक हजार से अधिक भजन - भक्ति के गीत लिखे और गाए हैं। अब उनका मानना

है कि धर्म केवल आध्यात्मिकता का एक बाल विहार है, और हम सभी को धर्म से परे जाकर वास्तव में ईश्वर का बोध करना है।

एक दिन, उनके गुरु ने उन्हें आत्मनिरीक्षण करने की प्रेरणा दी: जीवन का उद्देश्य क्या है क्या जीवन का मतलब सिर्फ सुखों की तलाश करना और बिना किसी उद्देश्य के जीना और मरना है? मरने के बाद क्या होता है? क्या हमारा पुनर्जन्म होगा? भगवान कहाँ है? इस तरह के कई सवाल उन्हें एक खोज पर ले गए, सत्य की खोज। उन्होंने जीवन के चरम शिखर - "ज्ञानोदय" की खोज में अपना सफलतापूर्ण और सुखी जीवन छोड़ दिया।

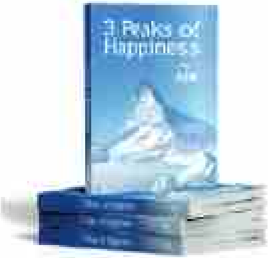
सुदूर पहाड़ों में कुछ वर्षों की गहन खोज के बाद, उन्होंने महसूस किया कि हम यह शरीर नहीं हैं। हम आत्मा हैं, आत्मन। उन्होंने दूसरी बार अपना नाम आरवीएम से बदलकर एआर - आरवीएम में आत्मन कर लिया। उन्होंने एआर को रूपांतरित किया और अपना पूरा जीवन आरवीएम के रूप में त्याग दिया और ईश्वर के उपकरण के रूप में उसकी दिव्य इच्छा के साथ जीवन व्यतीत करने लगे। इसने कई अनुभूतियों को जन्म दिया, उन्होंने सत्य को महसूस करने और लोगों को सत्य का बोध कराने में मदद करने के लिए अपने जीवन के नए मिशन का गठन किया।

लेखक की पुस्तकें - एआर

1. तलाश – अ सर्च फॉर द ट्रू मीनिंग ऑफ़ लाइफ़. डिस्कवर यॉर ट्रू सेल्फ

'तलाश' का अर्थ है खोज या जुस्तजू। एआर की यह पुस्तक सच्चाई को महसूस करने के लिए उनकी निजी यात्रा के बारे में है जिसमें उन्होंने अपनी अनुभूति को साझा किया कि हम वह शरीर और मन नहीं हैं जो हम प्रतीत होते हैं। हम एक शक्ति हैं। दिव्य जीवन शक्ति आत्मा, अंतरात्मा या आत्मन के रूप में जानी जाती है। एआर की इस खोज और तलाश ने उनका जीवन बदल दिया। यह एक खोज है जिसने उन्हें सच्चाई का बोध कराया। यह वह पुस्तक हो सकती है जो आपको मुक्ति के लिए प्रेरित कर दे।

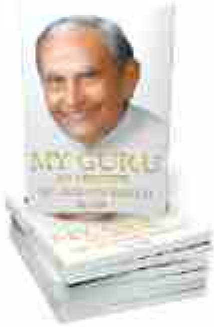
2. 3 पीक्स ऑफ़ हैपिनेस



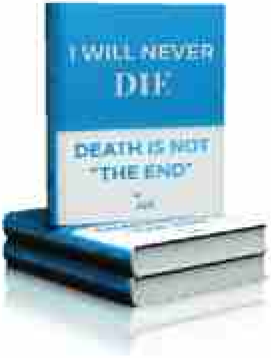
3 पीक्स ऑफ़ हैपिनेस, एआर द्वारा एक सरल पुस्तक है जो मानवता की तलाश के बारे में बात करती है। हर कोई खुश रहना चाहता है। लेकिन क्या हर कोई खुश है? नहीं, इसका कारण यह है कि हम खुशी के प्रथम

शिखर – अचीवमेंट (उपलब्धि) पर फंस गए हैं। 20% लोग ही भाग्यशाली हैं जो खुशियों के दूसरे शिखर पर चढ़ पाते हैं - खुशी और संतृप्ति, जो संतोष से मिलते हैं। लेकिन उससे परे एक तीसरी चोटी भी है। सुख का तीसरा शिखर आपको कष्ट और दुःख के कारागार से मुक्त करेगा और शाश्वत आनंद और परमसुख देगा।

3. माय गुरु, माय मेंटर, माय गॉड ऑन अर्थ



माय गुरु, माय मेंटर, माय गॉड ऑन अर्थ एआर की वह किताब है, जिसमें वह अपने गुरु के साथ अपने अनुभवों को साझा करते हैं, जो न केवल उनके गुरु और मेंटर थे, बल्कि पृथ्वी पर उनके भगवान भी थे। हम सभी को एक प्रशिक्षक की आवश्यकता होती है, एक शिक्षक जो समझने में हमारी मदद करे, जीवन जीने के लिए हमारा मार्गदर्शन करे और यह पुस्तक "माय गुरु" आपको अपने गुरु को खोजने के लिए प्रेरित करेगी या आपके गुरु के साथ आपके संबंधों को और अधिक परिपूर्ण और सार्थक बनाएगी।



4. आय विल नेवर डाय. डेथ इज़ नॉट "द एंड"

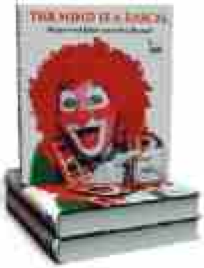
अपने जीवन की यात्रा में, एआर को कई सच्चाइयों का बोध हुआ। एक सच्चाई यह थी कि वे कभी नहीं मरेंगे।

शरीर मर जाएगा, लेकिन जो शरीर में रहता है वह कभी नहीं मरता। हम वह शरीर नहीं हैं जिसे हम पहनते हैं, हम वह हैं जो शरीर को पहनते हैं। मृत्यु अंत नहीं है। यह आगे बढ़ने के लिए एक मोड़ भर है। इस किताब से मौत के सच का पता चलता है।

5. डेथ इज़ नॉट "द एंड". डेथ इज़ "लिबरेशन"

डेथ इज़ नॉट "द एंड". डेथ इज़ "लिबरेशन" - एअर द्वारा मृत्यु पर पुस्तकों की श्रृंखला की दूसरी पुस्तक - कठोपनिषद के रहस्य को छूती है, जो मृत्यु पर क्या होता है, इसके बारे में बात करता है। दो चीजों में से एक होती है - यदि हम सोचते हैं कि हमारा शरीर और मन एक कर्ता हैं, तो हम पुनर्जन्म लेते हैं। लेकिन अगर हम सोचते

नहीं हैं। हमारे पास कार है, लेकिन हम खुद कार नहीं हैं। हमारे पास शरीर है, लेकिन हम खुद शरीर नहीं हैं। हमारा मन हो सकता है, लेकिन हम खुद मन नहीं हैं। हम कौन हैं? सत्य को पहचानो।



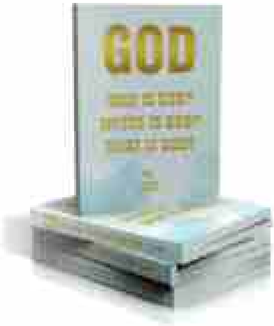
7. द माइंड इज़ अ रास्कल

क्या आप मान सकते हैं कि मन दुष्ट है? आप हमेशा सोचते थे कि मन राजा है - यह सब कुछ है। एक कोशिश करें। एक घंटे के लिए चुपचाप बैठें, और मन को खोजने का प्रयास करें। कहाँ है मन? आप देखेंगे कि मन मौजूद ही नहीं है। एआर की यह अद्भुत पुस्तक हमें सिखाएगी कि मन हमारा दुश्मन है। यही है वो जो हमें पीड़ा पहुँचाता है। समय आ गया है कि उस दुष्ट को मार दिया जाए। आप यह कैसे कर सकते हैं?

8. अ कॉस्मिक ड्रामा

एआर द्वारा लिखित यह पुस्तक हमें यह सोचने पर मजबूर करती है कि जीवन में जो कुछ भी हो रहा है वह वास्तविक नहीं है। यह किसी नाटक के अलावा और कुछ नहीं है। पृथ्वी एक बड़ा रंगमंच है, और हम सभी कलाकार हैं जो इस पर आते

हैं और चले जाते हैं। मरते दम तक चिंता करने और रोने की कोई ज़रूरत नहीं है। यदि हम सच्चाई को समझते हैं, तो हम जीवन नामक नाटक का आनंद ले सकते हैं।



9. हू इज़ गॉड, वेअर इज़ गॉड, वॉट इज़ गॉड?

यह प्रश्नों का एक सरल सेट लग सकता है, लेकिन वास्तव में कोई भी इनके जवाब नहीं जानता है। हम सभी जानते हैं कि ईश्वर का अस्तित्व है। हम अपने धर्म के अनुसार भगवान से प्रार्थना करते हैं लेकिन भगवान के बारे में सच क्या है? क्या किसी ने भगवान को देखा है? भगवान कहां है? यह सरल पुस्तक ईश्वर के बारे में आपकी धारणा और विश्वास को बदल देगी और आपको ईश्वर नामक इस शक्ति के करीब लाएगी। यह आपको ईश्वर को महसूस करने में मदद करेगी।

10. द ए टू ज़ेड ऑफ़ कर्म- द लॉ "वॉट यू गिव इज़ वॉट यू गेट!"

जल्द आ रही हैं!

11. हू आर यू एंड वाय आर यू हीयर?

12. द फ़ोर्थ फ़ैक्टर- वॉट मेक्स द पॉसिबल, पॉसिबल?

13. बी हप्पी इन द नाओ! – डोन्ट सफर इन यस्टर्डे एंड टुमॉरो

॥ ओम नमः शिवाय ॥ ॥ शिवोहम् ॥

AiR - Atman in Ravi App डाउनलोड करने के लिए Google Play पर जाएं या QR कोड स्कैन करें
www.air.ind.in | air@air.ind.in

AiR
Ask Investigate Realize
AiR Institute of Realization

कर्मा

यदि आप टमाटर लगाते हैं, तो क्या आपको आम मिलेंगे? बिलकुल नहीं। यह कैसे मुमकिन है? जैसी करनी वैसी भरनी। कर्म का नियम ऐसा ही है।

दुनिया इस सार्वभौमिक नियम को अच्छी तरह जानती है। इस कानून में कहा गया है कि हर क्रिया के बाद उसकी प्रतिक्रिया होती है। तुम जो देते हो वही तुम्हें मिलता है। दुनिया एक बूमरैंग की तरह काम करती है। जैसा जाएगा वैसा ही लौटकर आएगा।

हालांकि कर्म का विधान मौजूद है, पर बहुत से लोग इसके बारे में नहीं जानते हैं। क्योंकि वे कानून की अनदेखी करते हैं, इसलिए वे मूल्यों और नैतिकता के बिना रहते हैं, जिससे बाद में उन्हें अपने ही कर्म की मार पड़ती है। कर्म के कानून को दरकिनार नहीं किया जा सकता। आप कानून से बच नहीं सकते, लेकिन आप इसके साथ रहना सीख सकते हैं। आप समझ सकते हैं कि यह कैसे काम करता है। जो अच्छा या बुरा हम करते हैं, वही हमारे पास आता है, न सिर्फ इस जीवन में, बल्कि बाद के जीवनों में भी।

क्या मृत्यु के बाद जीवन है? हाँ। जो अहं, मन और शरीर के रूप में जीते हैं उन्हें अपने कर्म को भोगने के लिए पुनर्जन्म लेना पड़ता है। केवल वे ही कुछ भाग्यशाली जो स्वयं के और भगवान के बारे में सत्य का बोध करते हैं, कर्म और पुनर्जन्म के पार जा सकते हैं।

कर्म का ए टू ज़ेड, कर्म को समझकर जीवन को बेहतर बनाने और अंत में सभी कर्मों और मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से मुक्त होने में आपका मार्गदर्शन करेगी। यह आपको अनन्त आनन्द, आनंद और शान्ति का मार्ग दिखाएगी।

एअर द्वारा

ए.आई.आर.

आस्क इन्वेस्टिगेट रियलाइज़

एअर इंस्टिट्यूट ऑफ़ रियलाइज़ेशन

केम्प फोर्ट मॉल, नंबर -97, ओल्ड एयरपोर्ट रोड, बैंगलोर -560017