AiR - आत्मा इन रवि

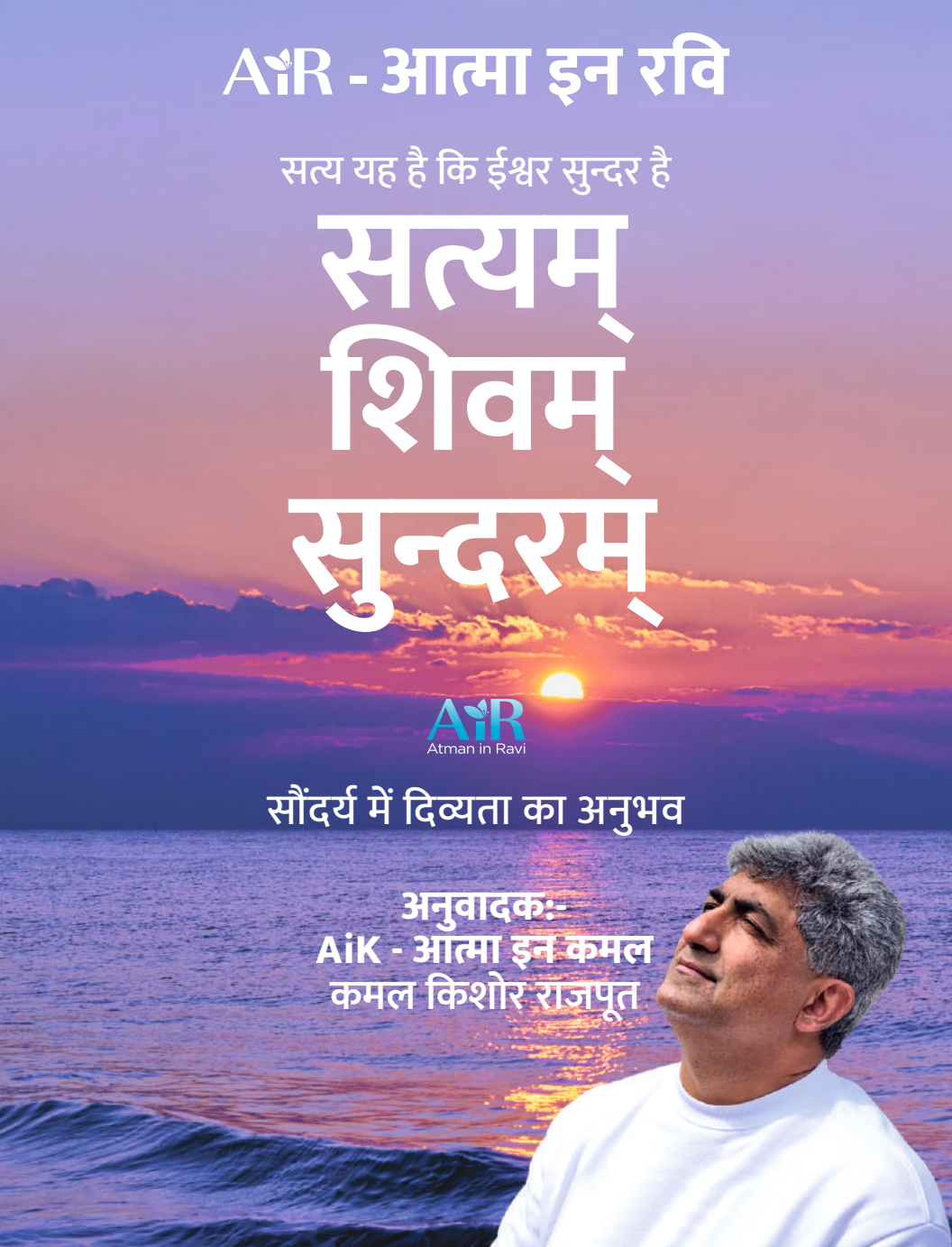
सत्य यह है कि ईश्वर सुन्दर है

सत्यम् शिवम् सुन्दरम्

AiR
Atman in Ravi

सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव

अनुवादकः-
AiK - आत्मा इन कमल
कमल किशोर राजपूत



AiR - आत्मा इन रवि

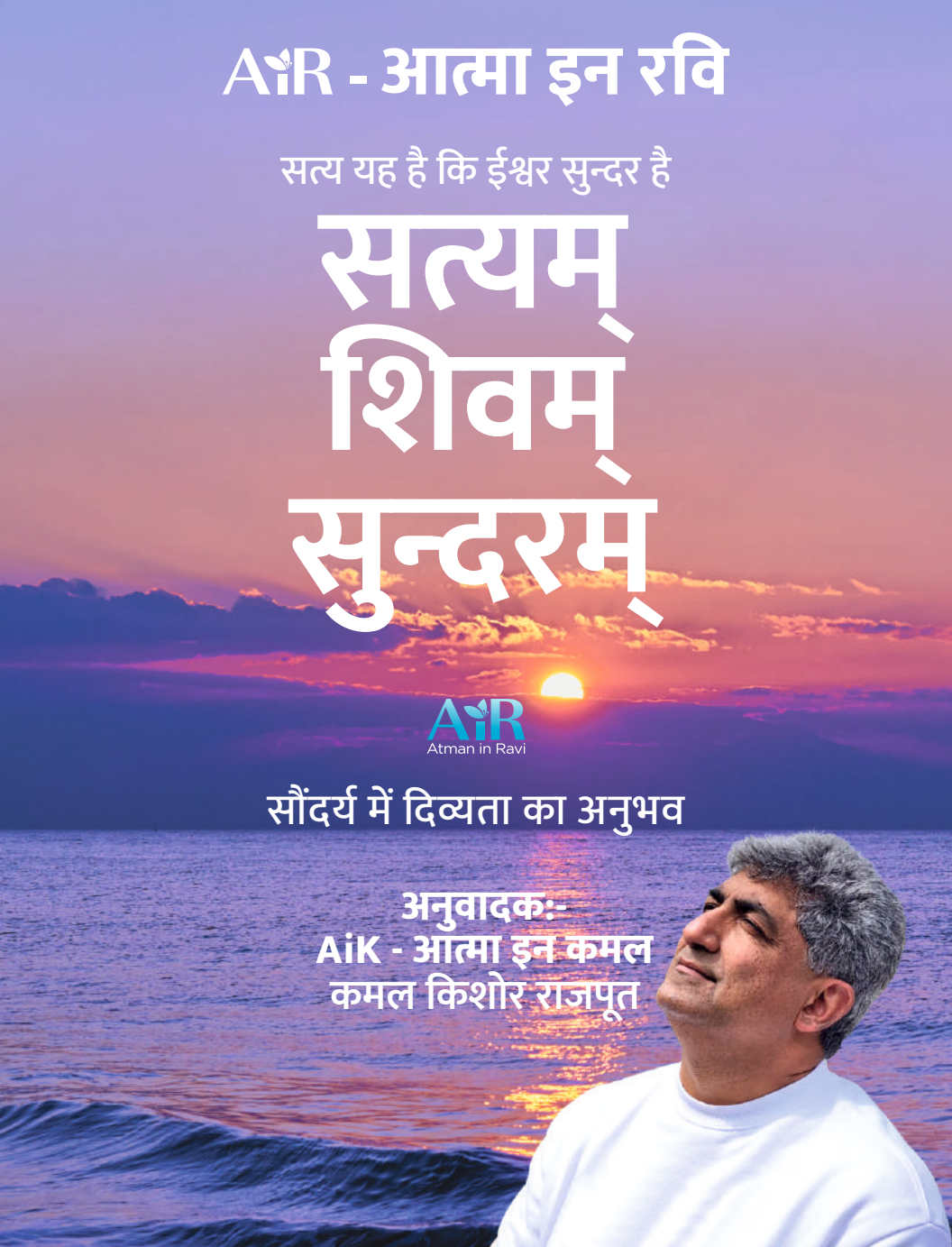
सत्य यह है कि ईश्वर सुन्दर है

सत्यम् शिवम् सुन्दरम्

AiR
Atman in Ravi

सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव

अनुवादकः-
AiK - आत्मा इन कमल
कमल किशोर राजपूत



सत्यम् शिवम् सुन्दरम्

By

AiR
Atman in Ravi
Ravi V. Melwani

कॉपीराइट © एअर इंस्टीट्यूट ऑफ रियलाइज़ेशन 2021
एअर इस पुस्तक के लेखक के रूप में पहचाने जाने के नैतिक अधिकार का दावा करते हैं।

सर्वाधिकार सुरक्षित।
ISBN 978-93-5445-283-3

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।

मुद्रित: सफायर ऑफसेट प्रिंटर्स

प्रकाशक: ए.आई.आर. (रवि वी. मेलवानी)
केम्प फोर्ट मॉल, नंबर -97, ओल्ड एयरपोर्ट रोड, बैंगलोर -560017

प्रस्तावना

सारा संसार ईश्वर को खोज रहा है। हर दिन हम प्रार्थना करते हैं और भगवान से जुड़ने का प्रयास करते हैं। हम किसी मंदिर, मठ, चर्च, गुरुद्वारे या मस्जिद में जाते हैं क्योंकि हम इन धार्मिक स्थानों में भगवान की खोज करते हैं। हम धर्मग्रंथ पढ़ते हैं और धार्मिक प्रवचन भी सुनते हैं। हम ईश्वर से प्रेम करते हैं, परन्तु ईश्वर को पाते नहीं!

हमें यह एहसास ही नहीं है कि भगवान को पाया नहीं जा सकता! ईश्वर को महसूस या उसे साकार करना होगा! ईश्वर-प्राप्ति कुछ धन्य लोगों के लिए एक उपहार है। वे भगवान के लिए उस तरह से अधिक तरसते हैं जैसे एक प्रेमी अपनी प्रेमिका के लिए तरसता है, एक कंजूस सोने के लिए जितना तरसता है उससे कहीं अधिक, जब एक बच्चा अपनी माँ के लिए रोता है जिसे उसने खो दिया है उससे कहीं अधिक। जब हम किसी भी चीज़ से परे ईश्वर को खोजते हैं, तब हमें ईश्वर का अनुभव होता है, हमें ईश्वर का एहसास होता है।

हमें इस सच्चाई का एहसास है कि ईश्वर कोई बादलों में या दूर किसी तारे पर, कहीं स्वर्ग नामक स्थान पर बैठा हुआ कोई व्यक्ति नहीं है। ईश्वर हर समय हमारे साथ है, न केवल हमारे भीतर बल्कि हमारे चारों ओर मौजूद हर खूबसूरत चीज़ में। एक पेड़ पर एक सुंदर फूल या एक छोटी तितली जिसे हम देखते हैं, वह कोई और नहीं बल्कि भगवान हैं जो आपके और मुझमें सुंदरता के रूप में प्रकट होते हैं। आकाश में उड़ते और गाते हुए पक्षी ही वही भगवान हैं जिनकी हम तलाश कर रहे हैं। दुर्भाग्य से, हम सुंदरता तो देखते हैं, लेकिन सुंदरता में दिव्यता का अनुभव नहीं कर पाते। ऐसा इसलिए है क्योंकि हमें सच्चाई का एहसास नहीं है।

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् - ये सत्य है कि ईश्वर सुंदर है। प्राचीन भारतीय ऋषियों का यह मंत्र हजारों साल पहले भक्ति प्रार्थनाओं में गाया जाता था। इसे सुंदर सूर्योदय और शानदार सूर्यास्त के समय गाया जाता था। इसे रात के आकाश में तारों को देखकर गाया जाता था, ठीक वैसे ही जैसे काले बादलों के छंटने पर गुनगुनाया जाता था। हर खूबसूरत चीज़ ने दिल में एक परमानंद पैदा कर दिया जिससे एक आध्यात्मिक 'अहा!' अपनी पूँछ हिलाता एक प्यारा कुत्ता, एक बच्चे के सफेद गुच्छे, और हाल ही में पैदा हुआ एक चीखता हुआ छोटा चूजा - ये सभी प्राणी न केवल सुंदरता, बल्कि दिव्यता को दर्शाते हैं जिसे मनुष्य समझ नहीं सकता है।

हम इंसानों में बहुत सुंदरता देखते हैं। हम आँखों, सुन्दर बालों और त्वचा जैसी दिखने वाली हर खूबसूरत चीज़ से चकाचौंध हो जाते हैं। लेकिन हमें अपने भीतर मौजूद सुंदरता का एहसास नहीं होता। ऐसा इसलिए है क्योंकि हमें यह एहसास नहीं है कि सारी सुंदरता ईश्वर है, ईश्वर अपनी सभी रचनाओं में प्रकट हुआ है। जो लोग ईश्वर की खोज में जाते हैं, वे इस मंत्र को खोजने के लिए भाग्यशाली हैं - सत्यम् शिवम् सुन्दरम्। उन्हें एहसास होता है कि उनके चारों ओर की सारी सुंदरता ईश्वर है। सुंदरता भगवान के कारण प्रकट होती है और जब भगवान चले जाते हैं, तो कोई साँस नहीं होती है, हम इसे मृत्यु कहते हैं! दिखाई देने वाली सारी सुंदरता जल्द ही गायब हो जाती है। ईश्वर के सच्चे साधक इस सत्य को समझते हैं कि सौंदर्य ही दिव्यता है। वे समझते हैं कि भगवान ही सुन्दर है। उन्हें पता चलता है कि जब भगवान चले जाते हैं, तो सुंदरता भी चली जाती है। वे सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के आनंद का अनुभव करते हैं।

जैसे ही वे ईश्वर की खोज में जाते हैं और उन्हें एहसास होता है कि ईश्वर कोई मूर्ति या संत नहीं है, वे ईश्वर की शक्ति का अनुभव करते हैं क्योंकि उन्हें अपने

हृदय के मंदिर में ईश्वर का एहसास होता है। वे सुंदरता में दिव्यता देखते हैं। वे ईश्वर की सुंदर रचना से परे, ईश्वर की अभिव्यक्ति को देखते हैं। ऐसा प्रतीत होता है कि वे निरंतर प्रार्थना की स्थिति में हैं जो किसी मंदिर या चर्च में भगवान के सामने हाथ जोड़ने की सामान्य स्थिति से परे है। यह पूर्ण करने वाली प्रार्थना आस-पास की हर सुन्दर चीज़ में ईश्वर से प्रेम करना है क्योंकि वे हर उस चीज़ में दिव्यता का अनुभव करते हैं जो इतनी लुभावनी है और उन्हें एहसास होता है कि यह ईश्वर ही वह आश्चर्य है जो हर जगह दिखाई देता है।

यह किताब आपके जीने का तरीका बदल देगी। यह आपको एहसास दिलाएगा कि सुंदरता ही दिव्यता है। यह आपको हर सुन्दर चीज़ में दिव्यता का अनुभव कराएगा। यह आपके प्रार्थना करने के तरीके और प्रार्थना करते समय आप जो कहते हैं उसे बदल देगा। यदि आप वास्तव में भगवान से प्यार करते हैं, तो आप हर समय भगवान को देखेंगे ही, आप जहाँ भी हों भगवान को महसूस करेंगे, और हर पल जो आप देखते हैं, सुनते हैं, सूंघते हैं और छूते हैं, उसमें दिव्य प्रेम का अनुभव करेंगे।

भगवान के साथ एक नया जीवन शुरू करें, जैसे ही आप सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की खोज करते हैं, 'सत्य ही भगवान सुंदर है' और सुंदरता में दिव्यता का अनुभव करें।

एयर–आत्मा इन रवि और एयर इंस्टीट्यूट ऑफ रियलाइज़ेशन, आदरणीय AiK - आत्मा इन कमल - कमल किशोर राजपूत जी (सेवानिवृत्त रक्षा वैज्ञानिक) का हार्दिक अभिनन्दन करते हैं तथा उन्हें धन्यवाद करते हैं कि उन्होंने इस पुस्तक का हिंदी में अनुवाद किया। आपके अमूल्य योगदान से यह ज्ञान अधिक से अधिक लोगों तक पहुँच सकेगा और उन्हें आत्मबोध एवं मोक्ष के मार्ग पर अग्रसर करेगा। आपकी मेहनत, समर्पण और सेवा भाव के लिए हम हृदय से कृतज्ञ हैं

CONTENTS

अध्याय 1	क्या आप ईश्वर की खोज में हैं?	01-10
अध्याय 2	ईश्वर कौन है, ईश्वर कहाँ है, ईश्वर क्या है?	11-19
अध्याय 3	खोज	20-27
अध्याय 4	सुंदरता कहाँ से आती है?	28-35
अध्याय 5	सत्यम् शिवम् सुन्दरम्	36-44
अध्याय 6	ईश्वर के बारे में सत्य की खोज करें	45-52
अध्याय 7	ईश्वर-प्राप्ति का मार्ग	53-60
अध्याय 8	अभिव्यक्ति, सृजन नहीं	61-69

CONTENTS

अध्याय 9	उस दिव्यता को देखना जो सौंदर्य से परे है	70-78
अध्याय 10	अनुभूति आनंद पैदा करती है	79-85
अध्याय 11	ईश्वर के साथ रहना	86-93
अध्याय 12	जीवन का उद्देश्य	94-102
अध्याय 13	मेरी यात्रा ईश्वर अनुभव से लेकर ईश्वर को प्राप्त करने तक की	103-111
अध्याय 14	प्रश्न और उत्तर	112-117
	कविता	118-126
	लेखक के बारे में	127-145

01
अध्याय

'क्या आप ईश्वर की खोज में हैं?'

हममें से बहुत से लोग ईश्वर की खोज में हैं।..
बिना यह जाने कि ईश्वर कौन, कहाँ और क्या है?

क्या आप भगवान को मानते हैं? क्या आप उस दिव्य शक्ति की तलाश में किसी मंदिर या चर्च में जाते हैं जब आप किसी समस्या का सामना करते हैं या जब चीजें नियंत्रण से बाहर हो जाती हैं? अधिकांश मानवता ईश्वर से प्रार्थना करती है, बिना यह जाने कि ईश्वर वास्तव में कौन है, वे वास्तव में किससे प्रार्थना करते हैं। हम अपनी प्रार्थनाओं में उसकी प्रासंगिकता को समझे बिना कुछ बड़बड़ाते हैं। हम जो कह रहे हैं उसे ईश्वर कैसे समझेंगे जब हम प्रार्थना करते समय जो कहते हैं उसका अर्थ हम स्वयं नहीं जानते? लेकिन हाँ हम प्रार्थना करते हैं!

आंकड़ों के अनुसार, दुनिया के 80% से अधिक लोग ईश्वर के बारे में 'वास्तविक' सत्य को जाने बिना, ईश्वर में विश्वास करते हैं। कुछ लोग ऐसे हैं जो किसी विशिष्ट उद्देश्य से प्रार्थना नहीं करते हैं। वे बस भगवान को धन्यवाद देते हैं या हाथ जोड़कर उनका आशीर्वाद गिनते हैं। क्या इसलिए कि वे परमेश्वर से प्रेम करते हैं? कुछ लोग ईश्वर से डरते हैं और प्रार्थना करते हैं क्योंकि वे नहीं चाहते कि उनके प्रभु का क्रोध उन पर हो। अधिकांश लोग अपनी आँखों में आँसू और कांपते हाथों के साथ प्रार्थना करते हैं क्योंकि उनके ऊपर कोई विपदा आ जाती है। वे भगवान के घर की घंटियाँ बजाकर या मोमबत्तियाँ जलाकर उस निर्माता को बुलाते हैं। वे एकत्रित होते हैं और भगवान का नाम गाते हैं, यह विश्वास करते हुए कि भगवान हर शब्द सुन रहे हैं। किसी तरह, हमें यह एहसास होता है कि भगवान उन चार दीवारों में रहते हैं जहाँ हम प्रार्थना करने के लिए एकत्र होते हैं। जब हम किसी मंदिर में जाते हैं, तो हम आम तौर पर मंदिर परिसर के बाहर भिखारियों को देखते हैं, लेकिन हम यह नहीं जानते कि भिखारी दो प्रकार के होते हैं। पहली श्रेणी में आने वाले भिखारी गरीबी से त्रस्त होने के कारण मंदिर के बाहर बैठकर भीख मांगते हैं लेकिन दूसरी श्रेणी में वे लोग आते हैं जो मंदिर के अंदर भीख मांगते हैं, हालाँकि उनके पास वह

सब कुछ हो सकता है जिसकी उन्हें ज़रूरत है, फिर भी वे संतुष्ट नहीं हैं और भगवान से और अधिक माँगते हैं।

ईश्वर के साथ हमारा रिश्ता अनोखा है। हम सभी ईश्वर से प्रेम करते हैं। हम भगवान को चाहते हैं। हम ईश्वर को खोजते हैं। हम भगवान से प्राथना करें। जब से हम बच्चे थे, हमें ईश्वर के बारे में सिखाया जाता है। हममें से कुछ लोगों को सिखाया जाता है कि ईश्वर बादलों में कहीं रहता है और वह लंबी सफेद दाढ़ी वाला एक बूढ़ा व्यक्ति है। हम इसी विश्वास के साथ बड़े होते हैं और प्रार्थना करते समय आसमान की ओर देखते हैं। कुछ अन्य लोगों को सिखाया जाता है कि ईश्वर कहीं दूर ग्रह पर, स्वर्ग नामक स्थान पर रहता है।

इस तथ्य के बावजूद कि हम नहीं जानते कि ईश्वर वास्तव में कहाँ है, हम समय-समय पर अपने ईश्वर से आशीर्वाद पाने के लिए तीर्थयात्रा पर जाते हैं। ईश्वर के लिए हमारी खोज रुकती नहीं है। हम ईश्वर को चाहते हैं और जब से हम जीवन के प्रति सचेत हुए हैं, हम किसी भी अन्य चीज़ से परे इसी चीज़ की तलाश कर रहे हैं।

प्रार्थना का मुख्य उद्देश्य ईश्वर से जुड़ना, ईश्वर से बात करना और यहाँ तक कि ईश्वर की आवाज सुनना भी है। हिंदू प्रार्थनाओं में, आरती दीपक जलाकर, गायन करके, घंटी बजाकर और आरती की थाली को गोलाकार घुमाकर की जाती है। यह अनुष्ठान हर हिंदू घर में प्रसिद्ध है, लेकिन बहुत से लोग इस अनुष्ठान की प्रासंगिकता को नहीं समझते हैं। प्रार्थना का अंतिम उद्देश्य एक ही है। भारत में, वे इसे मुक्ति या मोक्ष कह सकते हैं। बौद्ध और जैन इसे निर्वाण कहते हैं। पश्चिमी दुनिया में यह आत्मज्ञान, मुक्ति या मुक्ति के रूप में अधिक लोकप्रिय है। ईश्वर इस ब्रह्मांड का निर्माता है और जबकि हम सचेत रूप से

नाम और रूप वाले ईश्वर में विश्वास करते हैं, हम अवचेतन रूप से समझते हैं कि ईश्वर एक दिव्य शक्ति है जो दुनिया में बनाई गई हर चीज़ को नियंत्रित करती है।

निःसंदेह, आस्तिक और अविश्वासी भी हैं। आस्तिक भक्तिभाव से प्रार्थना करते हैं। हालाँकि ईश्वर का कोई ठोस और वैज्ञानिक प्रमाण नहीं है, फिर भी वे जानते हैं कि ईश्वर का अस्तित्व है। उन्हें उनके जन्म के समय से ही उनके धर्म और उनके धर्मग्रंथ के अनुसार, अपने भगवान को प्रसन्न करने के लिए कुछ अनुष्ठानों का पालन करना सिखाया गया है। लेकिन फिर, ऐसे अविश्वासी, नास्तिक भी हैं जो ईश्वर को स्वीकार करने से इंकार करते हैं। हालाँकि ये बड़ी संख्या में लोग नहीं हो सकते हैं, लेकिन ऐसा समूह मौजूद है।

कुछ लोग अज्ञेयवादी हैं। ऐसा नहीं है कि वे ईश्वर में अविश्वास करते हैं, बल्कि वे न केवल रीति-रिवाजों और हठधर्मिता पर सवाल उठाते हैं, बल्कि हर उस चीज पर सवाल उठाते हैं जो धर्म घोषित करता है क्योंकि वे आश्वस्त नहीं हैं कि ईश्वर वास्तव में मौजूद है या नहीं। वे कुछ बुद्धिमान लोगों से हाथ मिलाते हैं, कुछ तो खुद को प्रतिभाशाली वैज्ञानिक मानते हैं और मानते हैं कि मनुष्य का विकास बंदर से हुआ है। विकासवाद के सिद्धांत पर विश्वास करते हुए, वे यह सवाल नहीं करते कि 'वानर कहाँ से आये और कैसे विकसित हुए?'

दूसरों का मानना है कि यह अद्भुत ब्रह्मांड एक बिग बैंग के कारण अस्तित्व में आया, कि लोग और अन्य खरबों जीवित प्राणी एक रासायनिक विस्फोट से बाहर आए। वे इस बात पर विचार नहीं करते कि यह धमाका किसने किया? वे आश्चर्य करने से नहीं रुकते कि कैसे एक मानव शरीर का चमत्कार हर दिन साँस लेता है और तब तक जीवित रहता है जब तक कि एक दिन हम मर नहीं

जाते! दुनिया आस्तिक, नास्तिक, अज्ञेयवादियों का मिश्रण है, लेकिन अधिकांश लोग कुछ अर्थ की तलाश में हैं। हम अपने धर्म के ईश्वर में विश्वास करते हैं या नहीं, हमारे मन में कई सवाल हैं जो अनुत्तरित हैं।

एक-ईश्वरवादी धर्मों का मानना है कि हमें अपने अच्छे कार्यों के लिए वैसे ही पुरस्कृत किया जाएगा जैसे हमें अपने पापों के लिए दंडित किया जाएगा। एक ईश्वर है जो हम जो कुछ भी करते हैं उस पर नज़र रखता है और अंततः, पृथ्वी पर हमारी यात्रा समाप्त होने के बाद, न्याय का दिन आएगा। जबकि हम शरीर का अंतिम संस्कार करते हैं या उसे जमीन के नीचे ताबूत में दफनाते हैं, और व्यावहारिक रूप से जानते हैं कि शरीर मिट्टी में लौट आया है, हम किसी तरह मानते हैं कि हमें ईश्वर के दरबार में ले जाया जाएगा जहाँ हमारे द्वारा पृथ्वी पर किए गए सभी कार्यों का परीक्षण किया जाएगा। तब हमें सुखों से पुरस्कृत किया जाएगा या दंडित किया जाएगा। लेकिन अगर शरीर राख हो गया तो इनाम या सजा किसे मिलेगी? इनमें से कई प्रश्नों के उत्तर हमारे पास नहीं हैं, ना ही हम सत्य की खोज में जाना चाहते हैं। हम बस वही मानते हैं जो हमें सिखाया जाता है। हम तो बस झुंड का अनुसरण करते हैं। इतनी पीढ़ियों से चली आ रही बातों के विपरीत सोचना भी मुश्किल हो गया है क्योंकि इसे हमारे धर्म के प्रति निंदनीय और अपमानजनक माना जाता है।

यदि हमारा अंतिम लक्ष्य ईश्वर है, तो क्या स्वर्ग की सीढ़ी चढ़ते समय हमारी समझ में वृद्धि नहीं होनी चाहिए? क्या हमें जीते जी, मरने तक जो कुछ भी हमें बताया जाता है, उस पर आँख मूँद कर विश्वास कर लेना चाहिए? धर्म ईश्वर में हमारे विश्वास को प्रार्थना करने और हमारे विश्वास, आशा और विश्वास को बढ़ाने के लिए प्रोत्साहित करता है। हमें उत्साह के साथ जीना और ईश्वर की इच्छा के प्रति समर्पण करना सिखाया जाता है। प्रत्येक धर्मग्रंथ इस बारे में बात

करता है कि हमें ईश्वर से कैसे प्रेम करना चाहिए, लेकिन बात वहीं रुक जाती है। उनमें से कोई भी ईश्वर की खोज में हमारी मदद करने के लिए आगे नहीं आता क्योंकि ईश्वर के प्रति उनका जुनून उन अनुष्ठानों और अंधविश्वासों तक ही सीमित लगता है जिनकी वे वकालत करते हैं।

जब कोई प्रेमी अपनी प्रेमिका के प्यार में पागल हो जाता है तो वह क्या करता है? जब एक कंजूस व्यक्ति सोने के लिए तरसता है, तो उसके क्या कार्य होते हैं? एक छोटा बच्चा किस उन्माद में है और अपनी माँ के लिए पुकार लगा रहा है, जो उसे दिखाई नहीं दे रही है! ये सब लालसाएं हैं जो हम संसार में देखते हैं। लेकिन यह केवल तभी होता है जब ईश्वर के प्रति ऐसी त्रिगुणात्मक चाहत उभरती है, कि हम ईश्वर के प्रति अपने प्रेम में विकसित होते हैं और अपने धर्म की बाधाओं को तोड़ते हैं और ईश्वर की खोज में आगे बढ़ते हैं।

हर कोई खुश रहना चाहता है, और हम शरीर और मन का सुख चाहते हैं। लेकिन एक ऐसा आनंद है जो भौतिक सुखों से परे है, एक ऐसा आनंद जो हमें अपने हृदय की गहराई में, एक ऐसे मंदिर में परमानंद का अनुभव कराता है जहाँ ईश्वर विद्यमान है। हमें सिखाया गया है -

परमेश्वर का राज्य तुम्हारे भीतर है (ल्युक Luke 17, 20:21); ईश्वर आपके हृदय के मंदिर में रहता है (कोरिन्थियन्स Corinthians 3, 16:17); शिवोहम् - आप परम दिव्य हैं, अहं ब्रह्मास्मि - मैं ईश्वर की अभिव्यक्ति हूँ। यद्यपि धर्मग्रंथ सत्य को प्रकट करते हैं, हम धर्मग्रंथों की व्याख्या करने और अपने भीतर ईश्वर का एहसास करने में कदापि सक्षम नहीं हैं।

जबकि हमारा अपना धर्म यह घोषणा करता है कि भगवान हमारे भीतर हैं और हम उस आध्यात्मिक आनंद का अनुभव भी करते हैं, हम उस भगवान से प्रार्थना करना जारी रखते हैं जो कहीं दूर है। जबकि हमारा अंतिम लक्ष्य ईश्वर है, हम इस संसार के उथले सुखों में खोए हुए हैं। हम त्वचा जितनी गहरी खुशियों से इतने मोहित हो जाते हैं कि हमें अपने भीतर की शक्ति का पता ही नहीं चलता। हम इतनी अधिक पौराणिक कथाओं के साथ बड़े हुए हैं कि हमने मिथक को ही सच मान लिया है। हमें सिखाया गया है कि सांताक्लॉज़ हर क्रिसमस पर उपहार लाएंगे। हम न केवल अपने माता-पिता पर विश्वास करते हैं बल्कि हम बड़े होते हैं और पीढ़ी दर पीढ़ी अपने बच्चों को वही परियों की कहानियां सिखाते रहते हैं। जब हमें बताया जाता है कि भगवान शिव ने अपने बेटे का सिर काट दिया था और एक हाथी का सिर काटकर अपने बेटे में जीवन वापस लाने के लिए उसके बेजान कंधों पर रख दिया था, तो हम सिर्फ पौराणिक कहानी को स्वीकार करते हैं और रहस्यमय देवताओं पर विश्वास करते हैं और उनसे प्रार्थना करते हैं।

हमारे धर्मग्रन्थ की कहानियाँ जितनी रहस्यमयी हैं, हम उतने ही अधिक उत्साहित हैं। हम इंसानों को चमत्कार बहुत पसंद हैं और चाहे वह समुद्र का विभाजन हो या भगवान द्वारा अपनी तीसरी आँख खोलना, हर धार्मिक कहानी हमें दिलचस्प बनाती है और हमें हमारे धर्मग्रंथों और विश्वास में और भी अधिक आकर्षित करती है। यहीं हममें से अधिकांश लोग रहते हैं - पौराणिक कथाओं और कहानियों में खोए हुए। और जल्द ही, हमारे जाने का समय हो गया। हम कुछ दशकों तक जीवित रहते हैं और मृत्यु का सामना करते हैं जो निश्चित है। इससे कोई बच नहीं सकता. हम पृथ्वी पर कई चीज़ों का अर्थ खोजते हैं। हम आसमान का भी पता लगाते हैं और यह पता लगाने की कोशिश करते हैं कि चंद्रमा और अन्य सुदूर ग्रहों पर क्या है? हम तारों में जीवन के स्रोत और मंगल

ग्रह में क्या है, इसकी खोज में इतने व्यस्त हैं कि हमने फूलों की सुंदरता पर ध्यान ही नहीं दिया। वह कौन सी चीज़ है जो एक छोटी सी कली को मुरझाने से पहले एक सुन्दर गुलाब बना देती है? हमारे माता-पिता की दो कोशिकाएं एकजुट होकर एक हो जाती हैं और फिर, वह एकल कोशिका एक भ्रूण में विकसित हो जाती है, जिसे फिर एक धड़कते हुए दिल और फेफड़े, मस्तिष्क जैसे अन्य अंगों के साथ पृथ्वी पर पहूँचाया जाता है - प्रत्येक चमत्कार का एक आश्चर्य! 30 ट्रिलियन से अधिक कोशिकाओं वाले मानव शरीर का निर्माण किसने किया? हमारे पास कोई उत्तर नहीं है! लेकिन समस्या यह नहीं है! समस्या यह है कि हम सत्य की तलाश नहीं कर रहे हैं।

सत्य क्या है? वास्तविकता क्या है? दुनिया का प्रत्येक धर्म अपने ईश्वर को सच्चा ईश्वर और अपने धर्मग्रंथ को एकमात्र सत्य घोषित करता है। लोग अपने धर्म और अपने भगवान के प्रति इस हद तक पागल हो गए हैं कि पूरी दुनिया धार्मिक मान्यताओं में अंतर के कारण युद्ध लड़ रही है। क्या यह अजीब नहीं है कि जो धर्म हमें प्रेम, भाईचारा, दया और क्षमा सिखाता है वही धर्म खून बहाने का कारण बन रहा है? हम कब रुकेंगे, आत्ममंथन करेंगे और अज्ञानता से प्रेरित कार्यों पर विचार करेंगे? हम सत्य की खोज में कब निकलेंगे? हमें कब एहसास होगा कि ईश्वर कौन है, ईश्वर कहाँ है और ईश्वर क्या है?

क्या अब बाकी सब कुछ बंद करने और इस यात्रा को शुरू करने का समय नहीं आ गया है? इसका प्रतिफल सुख, शांति और आनंद है जो मनुष्य के लिए अज्ञात है। इसका मतलब यह नहीं है कि हमें अपना धर्म बदलने की जरूरत है।' इसका मतलब यह है कि हमें अपने धार्मिक संस्थान में जो कुछ भी सिखाया जाता है, उस पर आँख मूंदकर विश्वास नहीं करना चाहिए। ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम इतना तीव्र हो जाना चाहिए कि हम ईश्वर की खोज शुरू कर

दें। तब हम ईश्वर को पा लेंगे, और ईश्वर का अनुभव कर लेंगे। सत्य यह है कि ईश्वर सुंदर है - सत्यम् शिवम् सुन्दरम्।

इस पुस्तक पर अपना हाथ रखकर, आपने ईश्वर-प्राप्ति की अपनी यात्रा शुरू कर दी है। यदि आप इस पथ पर चलते रहेंगे, तो आप अपने चारों ओर, चाहे आप कहीं भी हों, दिव्यता का अनुभव करेंगे। आप आनंदमय जीवन का अनुभव करेंगे जिसमें कोई दुःख नहीं होगा। आप अपने चारों ओर प्रकट होने वाली सभी सुंदरता में ईश्वर को पाएंगे, ठीक उसी तरह जैसे आप अपने भीतर और उन सभी चीजों में ईश्वर का अनुभव करेंगे जो जीवित और साँस लेती हैं। आइए हम ईश्वर को प्राप्त करने की अपनी यात्रा पर आगे बढ़ें।

ईश्वर कोई ऐसा व्यक्ति नहीं है जिसे हम पा सकें।
जब हम मन से परे होंगे तो ईश्वर की प्राप्ति होगी।

संक्षेप में - अध्याय 1
क्या आप ईश्वर की खोज में हैं?

✦हम सभी ईश्वर की खोज में हैं।

✦लेकिन हम अपने धर्म और धर्मग्रंथ का आँख मूंदकर पालन करते हैं।

✦ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम ईश्वर को पाने का जुनून पैदा नहीं करता।

✦हमें ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास नहीं है।

✦हम मिथक का अनुसरण करते हुए बस जीते और मरते हैं।

✦यदि हमें ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास हो जाए, तो हम ईश्वर को महसूस कर लेंगे और फिर शाश्वत परमानंद, शांति और आनंद का अवश्य अनुभव करेंगे।

✦ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम इतना तीव्र हो जाना चाहिए कि हम ईश्वर की खोज शुरू कर दें।

✦तब हम अपने चारों ओर प्रकट होने वाली सारी सुंदरता में ईश्वर को खोज लेंगे।

✦इसके लिए हमें अपना धर्म बदलने की जरूरत नहीं है, बल्कि हमें जो कुछ भी सिखाया जाता है, उसका आँख मूंदकर पालन नहीं करना चाहिए। हमें ईश्वर-प्राप्ति की यात्रा शुरू करनी चाहिए।

02
अध्याय

ईश्वर कौन है?
भगवान कहाँ है?
ईश्वर क्या है?

ईश्वर को परिभाषित करना ईश्वर का खंडन है,
ईश्वर सर्वशक्तिमान है - सर्वशक्तिमान है,
सर्वव्यापी है - हर जगह मौजूद है, सर्वज्ञ है - सब कुछ जानता है।

हम सभी एक ईश्वर से प्रार्थना करते हैं। लेकिन क्या हमने कभी रुककर सबसे बुनियादी सवाल के बारे में सोचा है! - भगवान कौन है? प्रत्येक धर्म एक नाम और रूप के साथ अपने स्वयं के भगवान होने का दावा करता है। ईसाई यीशु में विश्वास करते हैं और हिंदू हजारों नहीं तो सैकड़ों देवताओं में विश्वास करते हैं। ऐसे अन्य धर्म भी हैं जहाँ धर्म के संस्थापक नहीं चाहते थे कि उन्हें भगवान माना जाए, लेकिन समय के साथ, गुरु नानक सिख धर्म के भगवान बन गए, और बुद्ध, बौद्ध धर्म के भगवान बन गए। प्राचीन हिंदू धर्म में, जिसे सनातन धर्म के नाम से जाना जाता है, भगवान का कोई नाम या रूप नहीं था। लेकिन समय के साथ, ब्रह्मा, विष्णु और शिव की त्रिमूर्ति आई। और फिर, राम, कृष्ण और अन्य। हर गाँव का अपना भगवान होने लगा, जैसे हर परिवार का अपना भगवान होता था। भगवान की पूजा शक्ति, काली, पार्वती और सरस्वती जैसी महिला देवताओं सहित विभिन्न रूपों में की जाती है। पौराणिक कथाओं में हाथी के सिर वाले भगवान और दिव्य वानर के रूप में भी भगवान की रचना की गई है। लेकिन क्या ये भगवान सचमुच भगवान हैं? क्या वास्तव में इसका मतलब यह है कि दुनिया में असंख्य भगवान हैं?

ईश्वर का क्या अर्थ है? ईश्वर इस ब्रह्मांड का निर्माता है, जो पृथ्वी पर जीवन का संरक्षण करता है और यह सुनिश्चित करता है कि ब्रह्मांड उसी तरह संचालित हो जैसे वह चलता है। हर सुबह सूरज उगता है। प्राचीन सभ्यताएँ यह सोचती थीं कि सूर्य पूर्व से पश्चिम की ओर गति कर रहा है। फिर पता चला कि यह पृथ्वी ही है जो घूम रही है। लेकिन पृथ्वी को अपनी ही धुरी पर जादू की तरह 24 घंटे में एक बार घुमाने वाला कौन है? पृथ्वी सूर्य की परिक्रमा 365 ¼ दिन में एक बार करती है। लेकिन यह सब कौन करा रहा है? क्या कोई एक ईश्वर है जो आकाश में कहीं बैठा है, इसे नियम (मेन्युअल) रूप से कर रहा है या रिमोट कंट्रोल यन्त्र (डिवाइस) के माध्यम से इसे नियंत्रित कर रहा है या फिर भी,

मनुष्य के लिए अज्ञात दिव्य तकनीक के माध्यम से? पृथ्वी ऋतुओं को बदलते हुए देखती है। सर्दी वसंत में बदल जाती है जो गर्म, हरी गर्मी बन जाती है, जो फिर ठंडी सुनहरी शरद ऋतु के लिए मार्ग प्रशस्त करती है, और यह चक्र प्रति वर्ष (साल दर साल) जारी रहता है। मनुष्य को यह एहसास हो गया है कि पृथ्वी पर जो कुछ भी घटित होता है, वह कुछ नियमों के अनुसार ही घटित होता है। ये सार्वभौमिक कानून हैं, और इन्हें किसी शक्ति द्वारा गठित किया गया है। बेहतर शब्द के अभाव में हम उस शक्ति को 'ईश्वर' कहते हैं।

'भगवान' शब्द अपने आप में 'भाग्यदाता' या 'मृत्यु का शासक' जैसे संक्षिप्त शब्दों से जुड़ा हो सकता है, हालांकि जिसे हम 'भगवान' कहते हैं उसका कोई सटीक अर्थ नहीं है। हालाँकि हम कई बार ईश्वर शब्द का उपयोग करते हैं, लेकिन हम वास्तव में ईश्वर की परिभाषा नहीं जानते हैं, क्योंकि यह मानवीय समझ से परे है। हम जानते हैं कि एक सार्वभौमिक शक्ति है, और हम प्रार्थना और दिव्य स्वीकृति में उस सर्वोच्च शक्ति के प्रति समर्पण करते हैं। लेकिन हम वास्तव में नहीं जानते कि ईश्वर कौन है, ईश्वर कहाँ है और ईश्वर क्या है? यह बिल्कुल स्पष्ट प्रतीत होता है कि 'तीन भगवान' या 'एक दर्जन भगवान' जैसी मान्यताएँ, जैसा कि कई लोग मानते हैं, असत्य हैं। जिसने बनाया, जो सुरक्षित रखा और जो संहार किया वह एक ही शक्ति है जिसे हम ईश्वर कहते हैं। ये परीकथाएँ हैं, जिन्हें आमतौर पर पौराणिक कहानियों के रूप में जाना जाता है। यह लोककथा सदियों से केवल हममें अंध विश्वास विकसित करने के लिए विकसित हुई है जो हमें अपने धर्मग्रंथों के प्रति आसक्त बनाती है। हमें नहीं पता कि इन सबका मतलब क्या है, लेकिन हममें से कई लोग इसे कट्टरपंथियों की तरह मान लेते हैं।

यह सब मानवता को चकित करता रहता है, जो ईश्वर के बारे में सच्चाई जानने

की खोज में रहते हैं। जबकि विश्वासियों को इस बात पर संदेह नहीं है कि ईश्वर का अस्तित्व है, उन्हें सहज अनुभूति होती है कि ईश्वर एक शक्ति है, हड्डी और त्वचा से बना नहीं। ऐसा प्रतीत होता है कि ईश्वर ही वह शक्ति है जो भीतर रहती है। कई धर्मग्रंथ इस सत्य को बताते हैं और यद्यपि हमें सिखाया जाता है कि भगवान भीतर के मंदिर में रहते हैं, हम भगवान को बाहर खोजते हैं। यद्यपि हमें एहसास है कि ईश्वर मानवीय समझ से परे एक शक्ति है, एक ऐसी शक्ति जिसे कोई भी मनुष्य चित्रित नहीं कर सकता है, फिर भी हम ईश्वर को एक मूर्ति या संत मानते हैं। लेकिन क्या ये सच है?

जैसे मनुष्य जन्म लेता है और फिर एक दिन, अंततः मर जाता है, क्या यह संभव है कि ईश्वर भी हममें से एक हो? वह जन्म लेता है, धरती पर रहता है, फिर मर जाता है और आम आदमी की तरह दूसरा जन्म लेता है। फिर, यह उसे भगवान कैसे बनाता है? ईश्वर जन्महीन और मृत्युहीन है। ईश्वर अमर है। भगवान हम मनुष्यों की तरह शरीर की शारीरिक पीड़ा, मन की पीड़ा और अहंकार की पीड़ा को सहन नहीं करते हैं। अपनी अज्ञानता के कारण, हम पौराणिक कहानियाँ बनाते हैं और अपने देवताओं को आकर्षक पोशाकें पहनाते हैं और यहाँ तक कि हम भगवान के नाम पर एक-दूसरे के साथ युद्ध भी छेड़ते हैं। जब तक हम मिथक पर विश्वास करते रहेंगे, हमें कभी भी इसकी सच्चाई का एहसास नहीं होगा। हमें कभी भी यह एहसास नहीं होगा कि ईश्वर कौन है, कहाँ है और क्या है? जब तक हम सांताक्लॉज़ जैसी परियों की कहानियों को सच मानते रहेंगे, तब तक हम ईश्वर के वास्तविक अर्थ की खोज में नहीं जा पाएंगे।

ईश्वर एक ऐसी शक्ति है जो सर्वशक्तिमान, सर्वव्यापी और सर्वज्ञ है। ईश्वर ऊर्जा है। ईश्वर ही जीवन है! हजारों साल पहले रहने वाले संतों ने कहा था कि भगवान कोई भी चमत्कार कर सकते हैं। ईश्वर इस पृथ्वी का निर्माता है। ईश्वर

वह है जो हमारे जन्म व पुनर्जन्म का पालन करता है। यह ईश्वर ही है जिसने गुरुत्वाकर्षण का नियम, चक्र का नियम और कर्म का नियम बनाया। और यद्यपि हम ईश्वर को देख नहीं सकते, ईश्वर को छू नहीं सकते या ईश्वर को महसूस नहीं कर सकते, हम संदेह से परे अनुमान और सहज अनुभव के माध्यम से जानते हैं कि ईश्वर का अस्तित्व है। बहुत कम लोग जो ईश्वर की खोज में जाते हैं, वे भाग्यशाली होते हैं और वे वास्तव में ईश्वर के बारे में सच्चाई जान पाते हैं।

जैसे एक लैपटॉप या मोबाइल फोन का निर्माता ठीक-ठीक जानता है कि प्रत्येक घटक का निर्माण कैसे किया जाता है और उत्पाद को कैसे इकट्ठा किया जाता है, भगवान ठीक-ठीक जानता है कि मनुष्य की 30 ट्रिलियन कोशिकाओं को एक साथ कैसे रखा जाता है। हम कल्पना और अनुमान लगा सकते हैं कि मस्तिष्क कैसे काम करता है? हम कैसे सोते हैं और सपने देखते हैं, लेकिन ईश्वर सर्वज्ञ है। भगवान सब कुछ जानता है। ईश्वर हमारे गहरे रहस्यों को जानता है, और उससे कुछ भी छिपा नहीं है। हालाँकि पृथ्वी पर 8 अरब से अधिक लोग हैं, ईश्वर सब कुछ जानता है जो सबके साथ हो रहा है। यह कैसे संभव है? ईश्वर उन अच्छे और बुरे कामों को कैसे नियंत्रित करता है जो हम सब दिन-ब-दिन, खुले में और बंद दरवाजों के पीछे करते रहते हैं?

ऐसा इसलिए है क्योंकि ईश्वर सर्वव्यापी है। ईश्वर हर जगह मौजूद है। ईश्वर किसी सुदूर स्वर्ग या नर्क में नहीं बैठा है, जिसके पास अत्याधुनिक कैमरे हैं जो हम जो कुछ भी कहते और करते हैं उसे रिकॉर्ड करते हैं। ईश्वर हममें से प्रत्येक के भीतर है। हम मनुष्यों के पास बुद्धि है, लेकिन हम इस सरल सत्य को नहीं समझते हैं कि ईश्वर सर्वशक्तिमान है, ईश्वर सब कुछ जानता है, और ईश्वर हर जगह मौजूद है। जब हम पैदा होते हैं तभी से हमें पारंपरिक कहानियाँ सिखाई

जाती हैं और हम उन कहानियों को आँख मूँद कर स्वीकार कर लेते हैं। हम अपने धर्म पर सवाल नहीं उठाते क्योंकि हमें सिखाया जाता है कि ऐसा करना ईशनिंदा है। हमारा धर्म एक बालवाड़ी की तरह है जो हमें ईश्वर की एबीसी सिखाता है। हालाँकि यह हमें ईश्वर में विश्वास करने, आशा, आस्था और उत्साह के साथ जीने में मदद करता है, और हम ईश्वर से प्यार करते हैं और ईश्वर से प्रार्थना करते हैं, लेकिन हम मरने तक धर्म के बगीचे में रहते हैं। जब हम विज्ञान, वित्त या इंजीनियरिंग में स्नातक करने के लिए किसी विश्वविद्यालय में जाते हैं, तो हम ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास करने के लिए धर्म के किंडरगार्टन से आध्यात्मिकता के विश्वविद्यालय में नहीं जाते हैं। हम जिससे प्रार्थना करते हैं उसके बारे में सच्चाई और प्रार्थना करते समय हम जो कहते हैं उसके वास्तविक अर्थ को जाने बिना प्रार्थना करते हैं।

यद्यपि एक शक्ति है, एक शक्ति जिसे हम ईश्वर कहते हैं, हमें यह विश्वास दिलाया जाता है कि 'हमारा' ईश्वर ही वास्तविक ईश्वर है और जिन ईश्वरों पर अन्य लोग विश्वास करते हैं वे सच्चे ईश्वर नहीं हैं। इस प्रकार हम दूसरे धर्मों की निंदा करते हैं, यहाँ तक कि दूसरों को अपने धर्म में परिवर्तित करने का प्रयास भी करते हैं, और इतनी शत्रुता, आतंक और रक्तपात पैदा करके एक-दूसरे से लड़ते हैं। यह सब इसलिए है क्योंकि हम ईश्वर के बारे में सच्चाई नहीं जानते हैं। हमें यह एहसास नहीं है कि ईश्वर एक शक्ति है और वह ईश्वर नहीं है जिसे हमारा धर्म ईश्वर घोषित करता है। ईश्वर धर्म से परे है। भगवान पहले आये, धर्म बाद में आये। लेकिन चूँकि हम सत्य की खोज में नहीं जाते, हम मिथक के साथ जीते और मरते हैं। क्या यह संभव है कि एक धर्म के भगवान ने पृथ्वी बनाई और दूसरे धर्म के भगवान ने आकाश बनाया, और तीसरे भगवान ने महासागर बनाए? क्या हम बिना किसी संदेह के नहीं जानते कि यह संपूर्ण ब्रह्मांड एक ही शक्ति द्वारा निर्मित और नियंत्रित है? और यद्यपि हम अपने ईश्वर को अलग-

अलग नामों से बुलाते हैं, हम बिना किसी संदेह के जानते हैं कि ईश्वर एक ही ईश्वर है।

भारत में पानी को 'पानी', 'तन्नी' या 'नीरू' कहा जाता है, जैसे फ्रांस में 'ईओ'- 'Eau', जर्मनी में 'वासेर' 'Wasser' और अरब में 'मा'न' 'Ma'an' कहा जाता है। इससे यह नहीं बदलता कि पानी क्या है? भले ही हम इसे अलग-अलग नामों से बुलाते हों।

अनादि काल से, मनुष्य ने मौसम के देवताओं से प्रार्थना की है - सूरज से, हवा से, बारिश से, जब वह असहाय होकर आसमान की ओर देखता रहा है। जब किसी प्रियजन की अचानक मृत्यु हो जाती थी, तो लोग रोते थे और मृत्यु के देवता से प्रार्थना करते थे। चाहे बाढ़ हो या सूखा, लोग अपने पूजा स्थल पर जाते थे। शुरू से ही लोगों ने ईश्वर की सर्वशक्तिमत्ता को समझा है। उन्होंने महसूस किया है कि मनुष्य के लिए यह असंभव हो सकता है, लेकिन भगवान के लिए सब कुछ संभव है। वे जानते हैं कि ईश्वर कोई भी चमत्कार करने में सक्षम है। जबकि हम यह भी जानते हैं कि ईश्वर सर्वशक्तिमान है, सब कुछ जानता है, और हर जगह मौजूद है, फिर भी हम ईश्वर को क्यों नहीं पा सकते?

हम ईश्वर को 'ढूँढ' नहीं सकते। ईश्वर को 'साक्षात्कार' करना होगा और यह तब होगा जब हम अपनी 'वास्तविक आँखें' खोलेंगे। जैसे अंधे लोग नहीं देख सकते, वैसे ही हम मनुष्यों को आध्यात्मिक मोतियाबिंद हो गया है। जब तक हम अपने अंध-विश्वास और अपनी पौराणिक मान्यताओं से पर्दा नहीं उठाएंगे, हमें ईश्वर का एहसास कभी नहीं होगा। इसमें कोई संदेह नहीं है, हम मनुष्य ही एकमात्र ऐसी प्रजाति हैं जिनके पास ऐसी बुद्धि है जो सही और गलत के बीच अंतर कर सकती है और हम सच्चाई का एहसास करने में सक्षम हो सकते हैं।

हम इस संसार के भौतिक सुखों का आनंद लेते हुए जीते हैं और हम भौतिक संसार में इतने खो गए हैं कि हम ईश्वर को प्राप्त करने और अपने प्रभु के साथ एक होने के लिए सत्य की खोज में जाना भूल जाते हैं।

यदि हम वास्तव में ईश्वर से प्रेम करते हैं, तो हमें ईश्वर तक अपनी यात्रा शुरू करनी चाहिए। हमें सत्य की खोज में जाना चाहिए। ईश्वर के प्रति हमारी चाहत हमें उन पारंपरिक मान्यताओं से परे ले जानी चाहिए जिन्होंने हमारी आँखों पर पट्टी बांध रखी है। हमें अज्ञानता के अंधकार को दूर करना चाहिए और सत्य से प्रकाशित होना चाहिए। तब हमें अपने हृदय के मंदिर में ईश्वर का एहसास होगा।

ईश्वर वह नहीं है जो हड्डी और त्वचा से बना हो;
ईश्वर एक सार्वभौमिक शक्ति है जो भीतर रहती है।

संक्षेप में - अध्याय 2
ईश्वर कौन है? ईश्वर कहाँ है? ईश्वर क्या है?

✦जबकि ईश्वर अस्तित्व में है, हम नहीं जानते कि ईश्वर कौन, कहाँ और क्या है?

✦क्योंकि हम पौराणिक कहानियों का अनुसरण करते हुए जीते हैं, हमें सच्चाई का एहसास ही नहीं होता है।

✦ईश्वर कोई मूर्ति या संत नहीं है, ईश्वर एक शक्ति है।

✦ईश्वर धर्म से परे है।

✦ईश्वर सर्वशक्तिमान है - सर्वशक्तिमान, सर्वज्ञ - सब कुछ जानता है और सर्वव्यापी - हर जगह मौजूद है।

✦हम ईश्वर को नहीं पा सकते। हमें ईश्वर का साक्षात्कार करना है।

✦यदि हम ईश्वर को महसूस करना चाहते हैं, तो हमें खोज में लगकर और सत्य को महसूस करके अपनी 'वास्तविक' आन्तरिक आँखें खोलनी होंगी।

✦तब हमें एहसास होगा कि भगवान हमारे भीतर हैं - भगवान हमारे दिल के मंदिर में ही रहते हैं।

03
अध्याय

एक खोज

ईश्वर पर विश्वास करना और आस्था रखना ही काफी नहीं है,
यदि हम ईश्वर से सच्चा प्रेम करते हैं, तो हमें अवश्य खोज पर जाना चाहिए।

हम भगवान को कहाँ पा सकते हैं? क्या हम भगवान को मंदिर या चर्च में पा सकते हैं? अगर हम इस दुनिया में मौजूद हर मठ, हर तीर्थ स्थान, हर पूजा स्थल को खोज लें, तो भी हम भगवान को कभी नहीं पा सकते हैं। भगवान आपके और मेरे जैसा हड्डी और त्वचा से बना हुआ नहीं है। ईश्वर ही वह शक्ति है जो भीतर रहती है। दुर्भाग्य से, हम ईश्वर को नहीं पा सकते। हमें ईश्वर का साक्षात्कार करना है। और यदि हम ईश्वर को महसूस करना चाहते हैं, तो हमें 'स्वयं' को महसूस करने से शुरुआत करनी होगी। यह उन लोगों द्वारा निर्धारित रहस्य है जिन्होंने ईश्वर के रहस्य को समझा है। जिन लोगों को ईश्वर-प्राप्ति का सौभाग्य मिला है, उन्होंने सबसे पहले उस सत्य की खोज की है जिसे आत्म-साक्षात्कार कहा जाता है। लेकिन आत्मबोध आखिर है क्या?

किसी चीज़ के प्रति जागरूक होना ही बोध है। यह जानने से परे है। ईश्वर को महसूस करने के मामले में, यह उस मिथक पर काबू पाना है जिसके साथ हम रहे हैं और इस सत्य को समझना है कि ईश्वर कौन है, कहाँ है, क्या है। यह हर समय, हर पल ईश्वर का अनुभव कर रहा है। जो व्यक्ति ईश्वर-प्राप्ति के उस अंतिम गंतव्य तक पहूँचना चाहता है, उसे ईश्वर-प्राप्ति से पहले 'हम कौन हैं' की सच्चाई को समझने की तलाश में जाना होगा। यह सब सरल प्रश्न से शुरू करने के बारे में है - 'मैं कौन हूँ?'

क्या मैं यह शरीर हूँ? यह शरीर 5 तत्वों से बना है और एक दिन यह मर जाएगा और इन्हीं तत्वों में लौट आएगा जिनसे यह बना है। शरीर लगातार बदल रहा है। जन्म के समय वह एक छोटा बच्चा था और उससे भी पहले, गर्भ में एक भ्रूण था। इसने अपनी यात्रा एकल निषेचित कोशिका के रूप में शुरू की जिसे युग्मनज (zygote) के नाम से जाना जाता है। एक दिन, हम जो शरीर प्रतीत होते हैं, वह बूढ़ा हो जाएगा और अंततः मर जाएगा। मृत्यु से कोई नहीं बच

सकता। जो खोज पर जाता है वह प्रश्न पूछता है, 'क्या मैं यह शरीर हूँ जो अंततः धूल बन जाता है?' वह जांच करता है और सच्चाई का एहसास करता है कि वह शरीर नहीं है। उसे एहसास होता है कि वह वैसा दिमाग भी नहीं है जैसा वह दिखता है। मन लगातार सोचता रहता है, लेकिन जब वह मन की खोज में जाता है, तो उसे नहीं मिल पाता। वह बाकी सब कुछ पा सकता है, अपनी नाक, अपनी आँखें, अपने कान। वह हृदय और मस्तिष्क सहित अपने आंतरिक अंगों का एक्स-रे या एमआरआई भी देख सकता है, लेकिन वह मन का पता नहीं लगा पाता है। जैसे ही कोई खोज जारी रखता है और पाता है कि वह शरीर या मन नहीं है, तो वह सोचता है - क्या मैं वह अहंकार हूँ जो कहता है, 'मैं', 'मुझे' और 'मेरा'? अहसास से पता चलता है कि अहंकार एक भ्रम के अलावा और कुछ नहीं है। यह हमें आत्म-साक्षात्कार और ईश्वर-प्राप्ति से रोकता है।

प्राचीन धर्मग्रंथ इसे 'नेति नेति' कहते हैं, जिसका अनुवाद है 'यह नहीं, यह नहीं!' हम शरीर नहीं हैं, हम मन भी नहीं हैं! यदि हम शरीर और मन नहीं हैं, तो हम कौन हैं? इसमें कोई संदेह नहीं है कि हमारा अस्तित्व है। लेकिन जन्म से मृत्यु तक हमारे अस्तित्व का कारण क्या है? मृत्यु के समय अचानक साँस नहीं आती। क्या होता है? हमारे अंदर का जीवन हमें छोड़ देता है और जैसे ही शक्ति चली जाती है, हम मर जाते हैं। हम वह शक्ति, आत्मा, प्राण, या आत्मन प्रतीत होते हैं। अनुमान के आधार पर ऋषियों का उद्घोष है - 'तत् त्वम् असि,' तू वही है। हम वही शक्ति, आत्मा या आत्मन हैं जो हमें जीवन भर जीवित रखती है।

यदि हम आत्मा न होकर शरीर होते, तो हमारे प्रियजन हमारे शरीर का दाह-संस्कार या दफ़न नहीं करते। क्योंकि हम यह नहीं हैं, मृत शरीर, जो जीवित था उसका नश्वर अवशेष, वे इसे नष्ट कर देते हैं। 'क्या यह एहसास करने के लिए

पर्याप्त नहीं है, 'मैं यह नहीं हूँ'?' जो खोज पर है वह निष्कर्ष निकालता है। जैसे गुरुत्वाकर्षण का नियम यह अनुमान लगाता है कि जब हम सेब को आकाश में फेंकते हैं तो वह उड़ता नहीं है, और कोई शक्ति होनी चाहिए जो उसे वापस खींच ले, उसी प्रकार, एक खोजकर्ता यह निष्कर्ष निकालता है कि यदि हम वह शरीर नहीं हैं जिसका मृत्यु के बाद अंतिम संस्कार कर दिया जाता है और हम मन को नहीं पा सकते हैं, तो हमें वह शक्ति होनी चाहिए जो चली जाती है।

बोध ही अनुमान है। यह वह 'अहा!' क्षण है जो केवल धन्य लोगों को ही आता है। हर किसी को सत्य का एहसास नहीं हो सकता है, लेकिन जो ईमानदार साधक ईश्वर को पाने की खोज में निकलते हैं, उन्हें शायद अहसास का उपहार मिल जाता है। इस पहले कदम को आत्म-साक्षात्कार कहा जाता है - यह अहसास, 'मैं मरने वाला शरीर नहीं हूँ; शरीर तो केवल एक वस्त्र है जिसे मैं पहनता हूँ। मैं ही शरीर को धारण करने वाला हूँ। मैं दिव्य आत्मा, प्राण या आत्मन हूँ।' यह अहसास हमें अगले कदम पर ले जाता है जब साधक सवाल पूछता है, 'वह शक्ति कहाँ गई जिसने मुझे जीवित रखा? जीवन शक्ति मुझमें थी, लेकिन अचानक मृत्यु के समय, शक्ति ने मेरी सभी 30 ट्रिलियन कोशिकाओं को एक झटके में छोड़ दिया। कहाँ गई?'

खोज अक्सर हमें कुछ उपमाओं और सरल उदाहरणों का उपयोग करने पर मजबूर करती है। यदि हम दो रबर के गुब्बारे लें जो रबर के दो मृत टुकड़ों की तरह प्रतीत होते हैं और हम उनमें हवा फेंकते हैं, तो वे अचानक जीवित हो जाते हैं और उछलने लगते हैं। अगर हम गुब्बारे फोड़ दें तो क्या होगा? एक पल में गुब्बारों की हवा निकल जाती है। हवा कहाँ जाती है? वायु सर्वत्र विद्यमान वायु में विलीन हो जाती है। मृत्यु के समय हमारी आत्मा भी वैसी ही होती है। क्या हम दोनों गुब्बारों की हवा अलग-अलग निकाल सकते हैं?

असंभव! इसी प्रकार, आत्मा उस शक्ति से आती है जो हर जगह है और वापस उसी शक्ति के पास जाती है जो सर्वव्यापी है। जब हम हवा अंदर लेते हैं तो मेरी हवा आपकी हवा से अलग नहीं होती। हम हर जगह मौजूद हवा में साँस लेते हैं और बाहर निकालते हैं, लेकिन हमें यह एहसास नहीं है कि जो शक्ति हमें जीवित रखती है, वह सिर्फ हमारे अंदर नहीं है, बल्कि वह हर जगह है, हमारे ऊपर, हमारे नीचे और हमारे चारों ओर। यह समझना आसान है कि गुब्बारे के अंदर हवा सिर्फ गुब्बारे के अंदर ही नहीं, बल्कि उसके चारों ओर होती है। लेकिन यह समझना कि हमारी आत्मा सिर्फ हमारे अंदर ही नहीं बल्कि हमारे चारों ओर है, एक चुनौती है जिसे अहसास कहा जाता है।

यह वह खोज है जो हमें यह एहसास कराती है कि हम वह शक्ति हैं जो हमारे दिल को धड़काती है। हम वह शक्ति हैं जो हमें चलने और बोलने में सक्षम बनाती है। हम वह शक्ति हैं जो न कभी जन्मती है और न कभी मरती है। ऐसा लगता है कि हम शरीर-मन का मिश्रण हैं, लेकिन अहसास से पता चलता है कि हम शरीर नहीं हैं। यह हमें यह भी समझाता है कि हम मैं, मन और अहंकार नहीं हैं जो हमारे अस्तित्व का सूक्ष्म हिस्सा प्रतीत होता है जो शरीर को कार्य करने के लिए प्रेरित करता है। जो लोग ईश्वर की खोज में नहीं जाते बल्कि जीवन के अर्थ को समझने का प्रयास करते हैं, वे एक मध्यवर्ती सत्य की खोज करते हैं। उन्हें पता चलता है कि एक दिन वे मर जायेंगे। लेकिन मृत्यु अंत नहीं है। उन्हें एहसास होता है कि मृत्यु सिर्फ एक मोड़ है और जब शरीर मर जाता है, तो वे अपनी सीमित समझ से यह विश्वास करते हैं कि वे एक नए शरीर में जन्म लेंगे। यह विश्वास यह सोचने से कहीं बेहतर है कि हम शरीर हैं, और मृत्यु का अर्थ है 'अंत'। यह मध्यवर्ती समझ क्या करती है? यह लोगों को कर्म के नियम में विश्वास दिलाता है और दुनिया को नैतिकता और मूल्यों के साथ जीने के लिए प्रेरित करता है। कर्म का नियम क्रिया और प्रतिक्रिया का नियम है।

इसमें कहा गया है, 'जैसा बोओगे, वैसा काटोगे।' इसमें कोई संदेह नहीं है कि जो लोग ईश्वर को नहीं जानते, उनके लिए यही जीवन का सत्य है।

यह कौन सा सत्य है जो पृथ्वी पर उन सभी के लिए प्रकट होता है जो ईश्वर-प्राप्ति के अंतिम लक्ष्य तक नहीं पहुँच पाते हैं? जिन लोगों को यह एहसास नहीं है कि वे दिव्य आत्मा हैं, वे केवल नए शरीर में पुनर्जन्म लेने के लिए जीवित रहेंगे और मरेंगे। यह चक्र निरंतर चलता रहता है। मृत्यु के समय, जब दैवीय शक्ति चली जाती है, जो मन और अहंकार के रूप में रहता है, वह अपने कर्म या पिछले कार्यों को मृत्यु से परे ले जाता है। इससे पुनर्जन्म होता है। लेकिन जब हमें इस सत्य का एहसास होता है कि मैं, मन और अहंकार एक भ्रम है, तो हम मुक्ति के लक्ष्य को प्राप्त कर लेते हैं। हमें एहसास होता है कि मन सिर्फ विचारों का एक बंडल है, जैसे अहंकार जो कहता है, 'मैं' और 'मैं' एक भ्रम है और एक साथ, मैं, मन और अहंकार, अहसास का दुश्मन है। हममें से बहुत कम लोग यह महसूस करके धन्य हैं कि हम दिव्य आत्मा हैं, वह शक्ति जो हमें जीवित रखती है।

जो लोग अपनी खोज में आत्म-साक्षात्कार की मंजिल तक पहुँचते हैं, वे ईश्वर-प्राप्ति की यात्रा पर आगे बढ़ते हैं। यदि मैं यह शरीर नहीं हूँ, बल्कि अंदर की शक्ति हूँ, और आप भी यह शरीर नहीं हैं, बल्कि दिव्य आत्मा हैं, तो, हम सभी एक दिव्य ऊर्जा का हिस्सा हैं। हम अलग-अलग जीवित प्राणी प्रतीत हो सकते हैं, लेकिन प्रत्येक जीवित जीव के भीतर एक दिव्य शक्ति होती है जो अंततः हर जगह मौजूद शक्ति में विलीन हो जाती है। यह शक्ति ही ईश्वर है। यह ईश्वर-प्राप्ति है। इस सत्य के बोध की ''अहा!' क्षण एक झटके में आता है। हमें ईश्वर तो नहीं मिला, लेकिन हमें सत्य का एहसास हुआ।

हमें इस सच्चाई का एहसास हुआ कि हम वह शक्ति हैं, ईश्वर-शक्ति जो हमें जीवित रखती है। हमारे अंदर जो ईश्वर-शक्ति है, वह सर्वत्र है। ये सच्चाई है। दुर्भाग्य से, क्योंकि हम खोज पर नहीं जाते हैं और महसूस नहीं करते हैं कि हम कौन नहीं हैं, हमें यह एहसास नहीं होता है कि हम वास्तव में कौन हैं और इस प्रकार हमें कभी भी स्वयं या ईश्वर का एहसास नहीं होता है। जिस क्षण हमें एहसास होता है कि हम दिव्य शक्ति हैं, और हमारा ज्ञान अहसास में बदल जाता है, हम ईश्वर की खोज करना बंद कर देते हैं। हालाँकि हम अपने धार्मिक स्थान पर प्रार्थना करना जारी रख सकते हैं, जैसा कि हमने इन सभी वर्षों में किया है, हमें एहसास है कि भगवान की दिव्य उपस्थिति हर जगह और हर चीज़ में है। यह आत्म-साक्षात्कार और ईश्वर-प्राप्ति का दिव्य सत्य है।

यह सत्य ही है जब इसका एहसास होता है, जो सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के जादू को प्रकट करता है। यह हमें सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव कराता है। यह हमें एहसास कराता है कि जब हम मरते हैं और वो परम शक्ति चली जाती है, तो सारी सुंदरता भी चली जाती है। इस ब्रह्माण्ड में जो कुछ भी सुन्दर है, वह सब उसके अन्दर विद्यमान दिव्यता के कारण ही सुन्दर प्रतीत होता है। जो इसे पहली बार पढ़ेगा, उसके लिए यह सब भ्रमित करने वाला लगेगा। लेकिन जब हम इस असाधारण सत्यम् शिवम् सुन्दरम् मंत्र को समझ लेते हैं, तो हम इस सच्चाई को महसूस करके धन्य हो जाते हैं कि हर सुन्दर चीज़ में भगवान मौजूद हैं।

संक्षेप में - अध्याय 3
खोज

- ✦यदि हम ईश्वर को पाना चाहते हैं तो हमें खोज पर निकलना होगा। हम ईश्वर को 'ढूँढ' नहीं सकते। ईश्वर को 'प्राप्त' करना होगा।
- ✦बोध का अर्थ है सत्य के प्रति जागरूक होना, ठीक वैसे ही जैसे यह मिथक पर काबू पाना है।
- ✦जब हमें एहसास होता है कि हम वह शरीर नहीं हैं जो मर जाता है, न ही वह मन है जिसे हम ढूँढ नहीं पाते हैं, तो हमें सच्चाई का एहसास होता है कि हम सब दिव्य आत्माएं हैं।
- ✦आप में आत्मा और मुझ में आत्मा - एक शक्ति है जो हर जगह है।
- ✦यह शक्ति ही ईश्वर है।
- ✦यह आत्म-साक्षात्कार और ईश्वर-प्राप्ति का दिव्य सत्य है।
- ✦यह सत्य, जब महसूस किया जाता है, तो हमें सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव कराता है।

04
अध्याय

सुंदरता कहाँ से आती है

पृथ्वी पर हर चीज़ में बहुत सुंदरता है,
जब कोई चीज़ जन्म लेती है तो उसमें बहुत जादू होता है।

क्या आपने कभी सोचा है कि इस दुनिया की सारी सुंदरता कहाँ से आई? हर जगह बहुत सुंदरता है। सुबह जब हम अपनी आँखें खोलते हैं, तब से हम वह जादू देखते हैं जो हमारे दिलों में खुशी पैदा कर देता है। चाहे आसमान में हो या ज़मीन पर, पहाड़ों पर हो या समंदर में। हम हर जगह सुंदरता पाते हैं। लेकिन इस सुंदरता का कारण क्या है?

एक बच्चा पैदा हुआ है। जब हम अद्‌भुत रचना को देखते हैं तो बहुत खुशी होती है। जीवन के तुरंत बाद, सुंदरता प्रकट होती है, चाहे वह बाघ का बच्चा हो या हमारे पालतू कुत्ते के छोटे पिल्ले हों, चाहे वह हंस के अंडे से निकला प्यारा पीला चूजा हो या खरगोश का छोटा बच्चा हो। अचानक, एक ऊर्जा है जो कहीं से प्रकट होती है जो सारी सुंदरता का कारण बनती है। लेकिन यह सुंदरता कहाँ से आती है?

इस सुंदरता के स्रोत पर विचार करने और जांच करने के बजाय, हम यह महसूस किए बिना इसमें खो जाते हैं कि सुंदरता दिव्यता है। ईश्वर को प्रसन्न करने के हमारे प्रयासों में, दिव्यता को उसके स्वरूप में देखने के बजाय, हम उसे सुंदर फूलों से सजाकर और यहाँ तक कि सोने और हीरे के आभूषणों से सजाकर अपने ईश्वर को सुंदर बनाने का प्रयास करते हैं। लेकिन यह सारी सुंदरता कहाँ से आई? हमें इस सुंदरता का कारण समझ नहीं आता। ईश्वर के प्रति अपने मासूम प्रेम में, हम ईश्वर के लिए सर्वश्रेष्ठ चाहते हैं और इस प्रकार हम इस सुंदरता के स्रोत को जाने बिना भी प्राकृतिक सुंदरता को दिव्य गुरु के साथ साझा करने का प्रयास करते हैं।

एक पल के लिए रुकें और अपने दरवाजे या खिड़की से बाहर देखें! किसी पेड़ पर लगे सुन्दर फूल, पत्ती या फल को देखें! फिर, जब आप पेड़ों के चारों ओर कुछ अद्भुत तितलियों और मधुमक्खियों को भिनभिनाते हुए देखते हैं, तो उनकी खुशबू को सूंघें। आसमान की ओर देखें और पक्षियों को उड़ते हुए देखें। क्या आपको उन्हें गाते और नाचते हुए, वीणा बजाते हुए और आश्चर्य का आनंद पैदा करते हुए सुनकर आश्चर्य नहीं होता? आगे बढ़ें और समुद्र में तैरती कुछ रंगीन मछलियों को देखें। फ़िरोज़ा सागर की लहरों को सफ़ेद रेत पर छपते हुए देखें। आनंद में उछलती डॉल्फ़िन की एक झलक देखें, जो आपके दिल को नाचने पर मजबूर कर देती हैं। अमावस्या की रात को, आकाश की ओर देखें और लाखों तारों की झिलमिलाहट को अपने हृदय में संगीत बजाते हुए देखें। हम कितनी बार अपने आस-पास मौजूद सुंदरता को देखने के लिए रुकते हैं?

प्रकृति बहुत सुंदर है। जंगल में राजसी शेर और बाघ, विशाल हाथी और वे सभी विविध जानवर, कीड़े, पक्षी, जलीय जीव जो पृथ्वी पर रहते हैं, प्रत्येक बहुत अद्भुत और अद्वितीय है। बर्फ से ढके पहाड़, घुमावदार नदियाँ, बहते बादल एक आश्चर्यजनक सुंदरता पैदा करते हैं जो मनुष्य को मंत्रमुग्ध कर देती है। यह सारा जादू कहाँ से आया? क्या हम यह समझना बंद कर देते हैं कि इस सारी रचनात्मकता का निर्माता कौन है? रंग और छटाएँ बहुत शानदार हैं, और संगीत कानों में कितना आनंद पैदा करता है! क्या हमने कभी यह सोचना बंद किया है कि पृथ्वी पर घटित इस भव्य स्वप्न का रचयिता कौन है? यह सारी कल्पना कहाँ से आई?

हम इंसानों की सुंदरता से आश्चर्यचकित हैं। हम किसी खूबसूरत व्यक्ति को देखकर दंग रह जाते हैं। लेकिन हम इस सुंदरता के स्रोत पर विचार करना बंद

नहीं करते हैं। इसमें कोई शक नहीं, हमारे चारों ओर सुंदरता है। लेकिन क्या यह सारी सुंदरता कहीं से प्रकट हुई? क्या यह सारी सुंदरता किसी के द्वारा, शून्य से बनाई गई थी? जब भी हम कोई खूबसूरत पेंटिंग देखते हैं तो हम कलाकार के हस्ताक्षर देखते हैं कि चित्रकार कौन है। लेकिन हम इस बात पर विचार नहीं करते कि इस ब्रह्मांड का रचनात्मक कलाकार कौन है। इस सारी सुंदरता का निर्माता कौन है और सुंदर पक्षियों, अद्भुत फूलों का विचार उस उत्कृष्ट सुंदरता में कैसे परिवर्तित हो गया जिसे हम देखते हैं और अनुभव करते हैं?

फिर अचानक एक दिन दुनिया का सबसे खूबसूरत इंसान अपनी सारी सुंदरता खो देता है। मृत्यु के समय, जिसे हम इतना प्यार करते हैं और उस पर इतना मोहित होते हैं, उसे जलाकर राख कर दिया जाता है। क्यों? क्योंकि, कुछ ही क्षणों में, सुंदरता गायब हो जाती है और खुशी दुःख में बदल जाती है, जैसे कि जो कुछ भी इतना सुंदर था वह बिगड़ने, क्षय होने और बिखरने लगता है। इतने खूबसूरत की मौत पर क्या होता है? सुंदरता कहाँ चली जाती है? उस सुंदरता का कारण क्या था जो अचानक गायब हो जाती है? न तो हम समझते हैं कि यह सुंदरता कहाँ से आती है, न ही हम जानते हैं कि यह कहाँ जाती है। लेकिन हम अनुभव करते हैं, हम महसूस करते हैं, और हम स्पर्श भी करते हैं, न कि केवल आसपास की सुंदरता को देखते हैं।

हमारे बगीचे का सबसे खूबसूरत फूल मुरझा कर सूख जाता है। एक पक्षी जो आकाश में उड़ते समय सुंदरता पैदा करता है, उसकी साँसें छूट जाती हैं और वह मृत्यु के आगोश में समा जाता है। इस दुनिया में हर खूबसूरत चीज़ अद्भुत है, लेकिन यह सारी सुंदरता इतनी अस्थायी, इतनी क्षणभंगुर है। एक रोएंदार छोटा खरगोश, एक छोटा बत्तख का बच्चा, एक प्यारा बिल्ली का बच्चा, और

हमारा पालतू कुत्ता, ये सभी बहुत सुंदरता बढ़ाते हैं। सूची का कोई अंत नहीं है। एक छोटा सा कछुआ, एक शरारती बंदर और इन सब में सबसे शाही, मोर। सुंदरता आती है और सुंदरता चली जाती है।

इन सभी खूबसूरत रचनाओं में सुंदरता एक शक्ति है, जीवन की शक्ति है। यह शक्ति, आत्मा, प्राण, या आत्मन ही सारी सुंदरता का स्रोत है। दुर्भाग्य से, हम सुंदरता के कारण को गहराई से नहीं देखते हैं। हम त्वचा की सुंदरता से आश्चर्यचकित रह जाते हैं। हम अपने भीतर ईश्वर की खोज नहीं कर पाते। एक दिन, जब सुंदरता गायब हो जाती है, तो हमें आश्चर्य होता है कि क्या हुआ। हम इसे मृत्यु कहते हैं; वहाँ कोई जीवन नहीं, कोई साँस नहीं। लेकिन हमें इस सच्चाई का एहसास नहीं है कि जो भी सुंदरता इतनी जादुई है वह दिव्यता के अलावा और कुछ नहीं है। हमें यह एहसास नहीं है कि भगवान किसी मंदिर या चर्च में नहीं रहते हैं, बल्कि इस सारी सुंदरता के रूप में प्रकट होते हैं। हम अपने आस-पास जो भी सुंदरता देखते हैं, वह और कुछ नहीं बल्कि स्वयं ईश्वर है, ईश्वर की ऊर्जा ही वह सब कुछ है जो सुंदर है।

जब हम इसे पहली बार सुनते हैं, तो हमारी पलकें झपकती हैं और हम सोचते हैं, 'यह कैसे संभव हो सकता है? यह सारी सुंदरता भगवान कैसे हो सकती है?' हम जानते हैं कि भगवान आसमान में कोई है, लेकिन हम भ्रमित हो जाते हैं जब हमें बताया जाता है कि हर सुन्दर चीज भगवान है। हमें यह भी बताया गया है कि हर भव्य चीज़ ईश्वरीय उपस्थिति के अलावा और कुछ नहीं है।

कई बार हमने सुना है कि भगवान सभी का निर्माता है - सूरज जो चमकता है, जो पानी बहता है, जो हवा चलती है वह सब भगवान द्वारा बनाया गया है। लेकिन हम कभी यह नहीं समझ पाते कि इसका मतलब क्या है। इन्हें ईश्वर

द्वारा कैसे बनाया जा सकता है? सुंदरता हमारे बगीचे में बढ़ती है, ठीक वैसे ही जैसे यह छोटे-छोटे घोंसलों में और समुद्र के पानी के नीचे बनती है। ब्रह्माण्ड के हर कोने से सुंदरता उभरती है। इसका भगवान से क्या लेना-देना है? हम प्रकृति को देखते हैं और सोचते हैं कि यह कितना सुंदर, भव्य पहाड़, गरजता हुआ समुद्र, आकाश में उड़ते बादल हैं। हम एक आश्चर्यजनक सूर्यास्त देखते हैं, ठीक उसी तरह जैसे हम भोर में एक सुंदर सूर्योदय से प्रेरित होते हैं। जबकि हम सृष्टि द्वारा प्रदर्शित सुंदरता से आश्चर्यचकित हैं और हम बारिश और बर्फबारी का अनुभव करते हैं, हमें कभी भी इस सच्चाई का एहसास नहीं होता है कि यह सब जिसे हम प्रकृति कहते हैं उसका एक निर्माता है, कि यह सब एक अद्‌भुत शक्ति का काम है।

अब तक हम ईश्वर को खोजने की कोशिश करते रहे हैं। हमें इस बात पर संदेह नहीं है कि ईश्वर का अस्तित्व है, हालाँकि हम नहीं जानते कि ईश्वर कौन है, कहाँ है और क्या है। हमें यह भी एहसास होता है कि हम यह शरीर और दिमाग नहीं हैं जैसा कि हम दिखाई देते हैं। हम दिव्य शक्ति हैं जो हमारी साँसों का कारण बनती हैं। लेकिन अब, हम कुछ अलग चीज़ पर विचार कर रहे हैं। हम अपने भीतर मौजूद इस जीवन शक्ति को उसी शक्ति के रूप में जोड़ रहे हैं जो हमारे चारों ओर जादुई सुंदरता पैदा कर रही है। सच तो यह है कि यह सारी सुन्दरता ईश्वर की कृति है। वास्तव में, ईश्वर स्वयं ही संपूर्ण सौंदर्य के रूप में प्रकट हो रहे हैं, लेकिन हम इसे समझ नहीं पा रहे हैं। हम उस चरण तक आगे बढ़ेंगे जब हमें इस सच्चाई का एहसास होगा। फिलहाल, हमें यह समझना होगा कि वह सारी सुंदरता जिस पर कोई कलाकार स्वामित्व का दावा नहीं करता, वह उस शक्ति का काम है जिसे हम ईश्वर कहते हैं। ईश्वर के बिना कोई सौंदर्य नहीं होता। क्या यह विश्वास करना कठिन है कि प्रकृति की सारी सुंदरता उस रचयिता का काम है जिसे हम भगवान कहते हैं और जो जीवन हमें मिला है, वह ईश्वर का एक उपहार है?

जब मनुष्य पृथ्वी पर जन्म लेता है, तो उसके पास पांच इंद्रियां होती हैं, प्रत्येक इंद्रिय सौंदर्य का अनुभव कर सकती है। आँखें रंग देख सकती हैं। कान संगीत सुन सकते हैं। नाक सुगंधों को सूँघ सकती है, जैसे हम किसी सुखद चीज़ को छू सकते हैं, और किसी स्वादिष्ट चीज़ का स्वाद ले सकते हैं। जबकि हमारी इंद्रियाँ हमारे चारों ओर की सुंदरता का आनंद लेती हैं, हम सुंदरता के आनंद में इतने गहरे डूब जाते हैं कि हम इसके मूल कारण पर विचार करना भूल जाते हैं। हम इस आकर्षक दुनिया में इतने फंस गए हैं कि हम उस ईश्वर को देखने में सक्षम नहीं हैं जो इस आकर्षण का कारण बनता है।

जीवन भर हम ईश्वर को खोजते हैं और ईश्वर से प्रार्थना करते हैं। दूसरी ओर, जैसे-जैसे हम जीते हैं, हम सुख की तलाश करते हैं और इस दुनिया की सभी सुन्दर चीजों का आनंद लेते हैं। एक बिंदु पर, हम भगवान की तलाश में जाते हैं, मंदिरों और चर्चों में, और दूसरे बिंदु पर, हम इतनी सुंदरता का आनंद लेते हैं जो वास्तव में दिव्यता है, लेकिन हम दोनों को एक साथ नहीं रखते हैं। हमें इस सत्य का एहसास नहीं है कि यह सारा सौंदर्य ही वह ईश्वर है जिसे हम खोज रहे हैं। हम इन दोनों में कैसे सामंजस्य बिठा सकते हैं? हम इस कथन को कैसे समझ सकते हैं सत्यम् शिवम् सुन्दरम् - सत्य ही ईश्वर सुंदर है? हालाँकि हम सुंदरता की उपस्थिति से इंकार नहीं करते हैं और न ही हम भगवान के अस्तित्व से इंकार करते हैं, हम इस सच्चाई से कैसे जुड़ते हैं और महसूस करते हैं कि सुंदरता दिव्यता है; वह दिव्यता समस्त सौंदर्य में प्रकट होती है? यह सारा सौन्दर्य ईश्वर है। यह केवल ईश्वर की रचना नहीं है; यह ईश्वर की अभिव्यक्ति है। यह ईश्वर ही है जो पृथ्वी पर सभी सुंदरता का कारण, स्रोत और सार है। हम इस सत्य को कैसे महसूस कर सकते हैं?

संक्षेप में - अध्याय 4
सुंदरता कहाँ से आती है?

✦हम इतनी सुंदर हर चीज़ से आश्चर्यचकित हैं।

✦हालाँकि, हम यह जानने के लिए विचार नहीं करते हैं कि यह सुंदरता कहाँ से आती है?

✦प्रकृति बहुत सुंदर है, लेकिन इसका कारण क्या है?

✦पक्षी, फूल, सब कुछ अद्भुत है!

✦यह सारी सुंदरता अचानक गायब होने का क्या कारण है?

✦कौन सी शक्ति प्रस्थान करते समय सुंदरता छीन लेती है?

✦हमें यह एहसास नहीं है कि यह जीवन शक्ति ही सुंदरता है।

✦हमें यह एहसास नहीं है कि सुंदरता दिव्यता, जीवन शक्ति के कारण होती है।

✦हम अपने आस-पास की सारी सुंदरता में ईश्वर को देखने में असमर्थ हैं।

✦हम यह कैसे महसूस कर सकते हैं कि यह सारी सुंदरता और कुछ नहीं बल्कि वह दिव्यता है जो उस सुंदरता के रूप में प्रकट होती है जिसे हम देखते हैं?

05
अध्याय

सत्यम्
शिवम्
सुन्दरम्

सत्यम् शिवम् सुन्दरम्, सच्चाई यह है कि ईश्वर ही सुंदर है।
'वास्तविक' सत्य यही है, प्रत्येक सुन्दर चीज़ ईश्वर के अलावा और कुछ भी नहीं है।

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का 'वास्तविक' अर्थ क्या है? 3 शब्दों से बने इस मंत्र को सत्यम् - सत्य, शिवम् - दिव्य, सुन्दरम् - सुंदर में विभाजित किया जा सकता है। इसे एक साथ रखने पर, सच्चाई यह है कि ईश्वर हर सुन्दर चीज़ में है। इसका यह भी अर्थ है कि सत्य ही वह सब कुछ है जो सुंदर है और 'परमात्मा' है। कोई सत्यम् शिवम् सुन्दरम् को कैसे समझ सकता है? हजारों साल पहले, प्राचीन भारत के ऋषि अपनी प्राप्ति के आनंद में इसका जाप करते थे। केवल वे ही समझ सकते थे कि इसका क्या मतलब है, क्योंकि इसका संबंध सत्य की उनकी अपनी व्यक्तिगत अनुभूति से था। उन्हें सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव हुआ। वे सूर्य, चंद्रमा, सितारों, पक्षियों, जानवरों, फूलों - हर सुन्दर चीज़ में दिव्य उपस्थिति के प्रति सचेत हो गए। उन्हें इस दैवीय सत्य का एहसास हुआ कि हर सुंदर चीज़ दैवीय अभिव्यक्ति है। सौंदर्य कुछ सुखद, ईश्वर द्वारा निर्मित कुछ के रूप में दिखाई देता था, लेकिन वास्तव में, यह ईश्वर ही उस सौंदर्य के रूप में प्रकट होता था जिसे उन्होंने देखा था।

हज़ारो वर्ष पूर्व उन्होंने इस मंत्र या जाप की खोज कैसे की? इसकी शुरुआत उनकी ईश्वर की खोज से हुई। उन्हें एहसास हुआ कि ईश्वर हम इंसानों जैसा नहीं है। ईश्वर कोई मूर्ति या संत नहीं है। रचयिता एक शक्ति है। सृष्टिकर्ता जन्महीन और मृत्युहीन है। जैसे-जैसे उन्होंने ईश्वर की खोज जारी रखी, इससे उन्हें आत्म-साक्षात्कार हुआ। उन्हें एहसास हुआ कि हम सभी दिव्य आत्मा, प्राण, या आत्मन हैं। उन्हें एहसास हुआ कि ईश्वर की शक्ति आपमें और मुझमें और पृथ्वी पर हर चीज़ में है। ईश्वर सर्वव्यापी है - हर जगह मौजूद है। आत्म-बोध कि हम ईश्वर की अभिव्यक्ति के अलावा और कुछ नहीं हैं और ईश्वर हर जगह मौजूद हैं, ईश्वर-प्राप्ति की ओर ले गया। इससे यह अहसास हुआ कि पृथ्वी पर सब कुछ ईश्वर की अभिव्यक्ति है। उन्हें सच्चाई का एहसास हुआ. हर सुन्दर चीज जिसे हम देख, सुन, सूंघ, चख या छू सकते हैं, वह ईश्वर के अलावा

और कुछ नहीं है। शुरुआत में उन्हें लगा कि ये सब भगवान ने बनाया है। लेकिन बाद में यह अहसास हुआ कि यह ईश्वर की रचना नहीं, बल्कि उसकी अभिव्यक्ति है।

दु:ख की बात है कि हम इंसान भेदभाव करने के लिए अपनी बुद्धि का उपयोग नहीं करते हैं। हम यह सवाल नहीं पूछते हैं, 'यह सारी सुंदरता कहाँ से आई?' इस प्रकार हम कभी भी आध्यात्मिक 'अहा!' हमें यह एहसास नहीं है कि ईश्वर हड्डी और त्वचा से बना नहीं है, बल्कि ईश्वर भीतर की शक्ति है। ईश्वर न केवल आपमें और मुझमें निवास करता है, बल्कि ईश्वर हर जगह, हर चीज़ में है, चाहे वह तितली हो या पेड़ पर फल, या पहाड़ हो या समुद्र। प्रत्येक सुन्दर चीज़ दिव्यता के अलावा और कुछ नहीं है।

यद्यपि हम यह सोचते हैं कि जब मृत्यु के समय भगवान चले जाते हैं, तो सारी सुंदरता चली जाती है, फिर भी हम सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के सत्य को महसूस नहीं कर पाते हैं। यदि किसी अंधे आदमी को किसी खूबसूरत समुद्र तट पर ले जाया जाए और उसे फ़िरोज़ा पानी, सफ़ेद रेत, सुंदर मूंगे और मछलियाँ दिखाई जाएँ, तो वह कुछ भी सुंदर नहीं देख पाएगा। ऐसा इसलिए नहीं कि उनमें सुंदरता नहीं है, बल्कि इसलिए कि वह दृष्टिबाधित हैं। दुर्भाग्य से, इस दुनिया का 1% हिस्सा दृष्टिहीन है और वह बर्फ से ढके पहाड़ों, ट्यूलिप उद्यानों और विदेशी समुद्र तटों की सुंदरता और भव्यता का अनुभव नहीं कर सकता है। यह वास्तव में दु:खद है। लेकिन सबसे दु:खद बात यह है कि जहाँ 1% लोग दृष्टिहीन हैं, वहीं हममें से 99% लोग आध्यात्मिक रूप से अंधे हैं। हम अपने चारों ओर मौजूद सुंदरम, सौंदर्य में शिवम, दिव्यता को नहीं देख पा रहे हैं। यद्यपि सुंदरता हमारे चेहरे पर दिखती है और यह सत्यम् है - सत्य, और हम भव्य पेड़ों पर बैठे विदेशी पक्षियों को देखते हैं, हमें इस सुंदरता का कारण पता

नहीं चलता है। हम कोहरे की चादर से ढके पहाड़ों पर घने जंगल देखते हैं, हालाँकि हम उनकी सुंदरता से आश्चर्यचकित हैं, लेकिन हम उससे परे किसी भी चीज़ के प्रति अंधे हैं। हम केवल सौंदर्य देख सकते हैं, दिव्यता नहीं। हम सुंदरम - सौंदर्य को देखते हैं, लेकिन शिवम, दिव्य को नहीं देख पाते क्योंकि हम सत्यम् - सत्य से अनजान हैं। जब तक हमें सत्य का एहसास नहीं होता, हम उन सभी में दिव्यता का अनुभव नहीं कर पाएंगे जो सुंदर है, हालांकि हम सुंदरता का अनुभव करने में सक्षम होंगे।

कुछ लोगों को ईश्वरीय शक्ति का एहसास होने का सौभाग्य प्राप्त होता है। फिर, वे उस हर चीज़ में ईश्वर के परमानंद का अनुभव करते हैं जो सुंदर है। कुछ अन्य लोग भी हैं, जो प्रकृति और ब्रह्मांड की सुंदरता से आश्चर्यचकित हैं। सौंदर्य दिव्यता का द्वार खोलता है। दोनों ही तरीकों से, यह वह सहज अनुभूति है जो हमें इस दुनिया की सुंदरता में दिव्यता का अनुभव कराएगी। जब तक हमें ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास नहीं होगा और हम यह सोचते रहेंगे कि ईश्वर नाम और रूप वाला है - तब तक हम धर्मग्रंथों की पौराणिक कथाओं पर विश्वास करते रहेंगे और हम अपने चारों ओर ईश्वर का अनुभव करने में असफल रहेंगे। इसके बजाय, हम यह मानेंगे कि इस दुनिया में जो कुछ भी सुंदर है, वह ईश्वर की एक शानदार रचना है और ईश्वर इस रचना में नहीं, बल्कि कहीं और है।

ईश्वर की शक्ति दृश्यमान है, और यह अनुभव करने के लिए हमारे चारों ओर है, लेकिन हमारी आध्यात्मिक आँखें बंद हैं। हम केवल ईश्वर की रचना को देख रहे हैं, यह नहीं समझ रहे हैं कि ये ईश्वर के प्रतिबिंब हैं। हम ईश्वर की अभिव्यक्ति को देखते हैं, लेकिन यह महसूस नहीं करते कि ये वास्तव में स्वयं ईश्वर के अलावा और कुछ नहीं हैं। हमें इस बात का एहसास नहीं है कि हमारे

चारों ओर की सारी सुंदरता सिर्फ एक प्रभाव है, ईश्वर इसका कारण है। सुंदर जीव और चीज़ें ईश्वर के कारण प्रकट होती हैं और तब तक अस्तित्व में रहती हैं जब तक ईश्वर-ऊर्जा उन्हें शक्ति देती रहती है।

जो लोग ईश्वर को महसूस करते हैं, उन्हें कार्य-कारण के नियम के तीन सिद्धांतों का एहसास होता है:

1. प्रत्येक प्रभाव का एक कारण होता है।
2. प्रभाव और कुछ नहीं बल्कि भिन्न रूप में कारण है।
3. यदि आप कारण को हटा दें तो कोई प्रभाव नहीं पड़ता।

इस प्रकार, उन्हें एहसास होता है कि हर खूबसूरत चीज सिर्फ प्रभाव है। ईश्वर कारण है। जब तक ईश्वर मौजूद है, सौंदर्य मौजूद है। सुन्दरता भगवान की एक अलग ही रूप लगती है। लेकिन जब भगवान चला जाता है, तो जीवन चला जाता है, सौंदर्य चला जाता है। कार्य-कारण का नियम हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की सच्चाई का एहसास कराता है।

हमें भारत के एक प्राचीन राजा की कहानी के बारे में बताया जाता है जिसने राजकुमारी को सबसे महंगा हीरे का हार उपहार में दिया था। यह बेशकीमती आभूषण महल का सबसे बड़ा खजाना था। लेकिन एक दिन ये गायब हो गया। राजा ने हार का पता लगाने वाले को बहुत बड़ा इनाम, सोने के सिक्कों से भरा बैग देने की घोषणा की। लेकिन कोई उसे ढूँढ नहीं सका। एक दिन, एक मछुआरे जो अपनी नाव चला रहा था, उसने नीचे पानी में कुछ चमकता हुआ देखा। जैसे ही उसने गहराई से देखा, उसने पाया कि यह राजा का हार था। उत्साहित होकर उसने उसे अपने हाथों से पकड़ने की कोशिश की। लेकिन

वह उस तक नहीं पहूँच सका। यह बहुत नीचे लग रहा था। यह झील के एक ऐसे क्षेत्र में था जो गंदगी और कचरे से भरा हुआ था। उसने नाव पकड़ी और हार तक पहुँचने की कोशिश में गहरे पानी में चला गया। लेकिन वह असफल रहे. वह सोने के सिक्कों की थैली का इनाम जीतने के लिए कृतसंकल्प था। और इसलिए, अगले दिन, उसने पानी में कूदने और हार लेने का फैसला किया। जैसे ही वह अंदर कूदा और खोजने लगा, उसे हार दिखाई दे गया, लेकिन जैसे ही उसने उसे उठाने की कोशिश की, वह गायब होता चला गया। यह बिल्कुल स्पष्ट था कि हार वहीं था, क्योंकि हर बार जब वह पानी के ऊपर से उसे देखता था, तो उसे पता चलता था कि हार कहीं बह नहीं गया है। रहस्य को न समझ पाने के कारण वह निराश और निराश होकर बैठ गया।

एक संत वहाँ से गुजर रहे थे और उन्होंने मछुआरे से पूछा कि वह इतना चिंतित और चिंतित क्यों दिख रहा है। पहले तो मछुआरे ने सच्चाई बताने से इंकार कर दिया, लेकिन संत ने जोर देकर कहा, 'यदि तुम मुझे नहीं बताओ कि तुम क्यों रो रहे हो, तो मैं तुम्हारी मदद कैसे कर सकता हूँ?' उस व्यक्ति ने अंततः संत के साथ अपनी कहानी साझा की, जब उससे वादा किया गया था कि रहस्य दूसरों के सामने प्रकट नहीं किया जाएगा और उसे आश्वासन दिया गया था कि संत उसकी मदद करेंगे। उसने संत से कहा, 'मुझे पूरा यकीन है कि हीरे का हार वहीं है, लेकिन जब मैं उसे उठाने की कोशिश करता हूँ, तो वह मुझे नहीं मिलता!' संत ने एक पल के लिए सोचा और उससे कहा, 'ऐसा इसलिए है क्योंकि तुम हार को पानी से निकालने की कोशिश कर रहे हो जबकि वास्तव में वह ऊपर पेड़ पर लटका हुआ है। आप प्रतिबिंब को पकड़ने की कोशिश कर रहे हैं।' जब मछुआरा पीछे गया और ऊपर देखा, तो उसे हार दिखाई दिया।

हम मनुष्य प्रतिबिंबों में इतने मोहित हो जाते हैं कि हमें वास्तविकता दिखाई ही नहीं देती। दिव्यता उन सभी चीज़ों के रूप में प्रतिबिंबित होती है जो सुंदर हैं। हम सारी सुंदरता देखते हैं, लेकिन यह महसूस नहीं करते कि ये सब ईश्वर के प्रतिबिंब हैं। ईश्वर के कारण ही सौंदर्य के ये प्रतिबिम्ब प्रकट होते हैं। परमात्मा कारण है, ये तो केवल प्रभाव हैं।

जब हम किसी कलाकार की दुकान पर जाते हैं तो हमें एक खूबसूरत मूर्ति दिखती है। फिर हम बर्तनों, कलात्मक प्लेटों, लैंपशेडस, मग्स और छोटे कछुए, घोड़ों और अन्य जानवरों की विदेशी आकृतियाँ भी देखते हैं। कलाकार ने जो बनाया है उससे हम आश्चर्यचकित हो जाते हैं, लेकिन हमें यह एहसास नहीं होता है कि सभी खूबसूरत कलाकृतियाँ मिट्टी के अलावा और कुछ नहीं हैं। वे मिट्टी से बनी विभिन्न सुन्दर आकृतियाँ ही हैं; इन्हें कला के टुकड़ों का आकार दिया गया है जो हमें चकित कर देते हैं। हम उत्पादों की सुंदरता से इतने मंत्रमुग्ध हो जाते हैं कि हम यह महसूस करना भूल जाते हैं कि इन सबका कारण मिट्टी ही है। हम अपने आस-पास की सुंदरता से इतने आश्चर्यचकित हो जाते हैं कि हम यह महसूस करना भूल जाते हैं कि सभी सुंदरता का कारण ईश्वर है।

इस संसार में हर चीज़ 5 तत्वों से बनी है। मनुष्य भी पृथ्वी, जल, वायु, अग्नि और आकाश से बना है। इस दुनिया में हर चीज इन प्राकृतिक तत्वों से बनी है, लेकिन हमें यह एहसास नहीं है कि ये सभी प्राकृतिक तत्व ईश्वर के हैं, वे ईश्वर से ही निकलते हैं। केवल वे ही जो सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के सत्य को समझते हैं, दिव्यता का अनुभव करने के लिए सुंदरता से परे देखते हैं। हममें से बाकी लोग केवल सुंदरता देखेंगे, लेकिन कभी भी इस सत्य का एहसास नहीं करेंगे कि यह सुंदरता दिव्यता है जो सभी सुंदर चीजों के रूप में प्रकट होती है।

यदि किसी ने सुंदर सफेद टी-शर्ट पहनी है, तो हम टी-शर्ट के डिजाइनर की सराहना कर सकते हैं, लेकिन हम यह नहीं देखते हैं कि टी-शर्ट वास्तव में टी-शर्ट नहीं है। यह धागों का एक बंडल है जो एक साथ इतना बुना और बुना हुआ है कि वे एक टी-शर्ट के रूप में दिखाई देते हैं। हालाँकि हम इस सत्य को समझ सकते हैं, लेकिन हम ईश्वर के बारे में सच्चाई को समझने के लिए गहराई में नहीं उतरते हैं - कि हर सुंदर चीज़ दिव्य है, कि वह दिव्य ही है जो हर सुंदर चीज़ का सार है। हम कह सकते हैं कि ईश्वर वह कच्चा माल है जहाँ से सुंदरता प्रकट होती है।

जो लोग इस सत्य को महसूस करते हैं कि ईश्वर हर सुंदर चीज़ में प्रकट होते हैं, जो महसूस करते हैं कि सुंदरता सुंदरता नहीं है, यह दिव्यता है, जो समझते हैं कि दिव्यता के बिना, कोई सुंदरता नहीं होगी, वे सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के बारे में सच्चाई को महसूस करने के लिए धन्य हैं। यह ईश्वर-प्राप्ति है, हमारे आस-पास की हर खूबसूरत चीज़ में ईश्वर की उपस्थिति का एहसास।

संक्षेप में - अध्याय 5
सत्यम् शिवम् सुन्दरम्

✦सत्यम् शिवम् सुन्दरम्, सत्य ही ईश्वर सुंदर है।

✦इसका 'वास्तविक' अर्थ यह है कि प्रत्येक सुन्दर वस्तु दिव्य है।

✦सुंदरता दिव्यता के कारण होती है।

✦दिव्यता के बिना, कोई सुंदरता नहीं होगी।

✦परमात्मा कारण है, सौन्दर्य प्रभाव है।

✦जिस क्षण परमात्मा चला जाता है, किसी सुंदर चीज़ के अंदर का जीवन चला जाता है, सुंदरता गायब हो जाती है।

✦हम सारी सुंदरता से आश्चर्यचकित हैं लेकिन यह नहीं जानते कि यह दिव्यता का प्रतिबिंब है।

✦जो लोग सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के सत्य को समझते हैं, उन्हें अपने चारों ओर भगवान की उपस्थिति का एहसास होता है।

✦वे हर सुन्दर चीज़ में ईश्वर का अनुभव करते हैं।

06
अध्याय

ईश्वर के सत्य की खोज करें

भगवान यहाँ है! भगवान अभी इसी समय मौजूद है,
हम जहाँ भी हैं, हमारे चारों ओर जो कुछ भी है वो उसमें है।

हम हर जगह भगवान की तलाश करते हैं, लेकिन हम भगवान को महसूस या साकार किए बिना जीते और मरते हैं। हम सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की खोज के लिए अपनी बुद्धि का उपयोग नहीं करते हैं - यह सत्य कि ईश्वर हर सुंदर चीज़ में है। हालाँकि भगवान हमारे चारों ओर मौजूद इस सारी सुंदरता के रूप में प्रकट होते हैं, हम दिव्य की उपस्थिति का अनुभव करने में असमर्थ हैं। ईश्वर कहीं दूर नहीं है, किसी सुदूर ग्रह पर नहीं रहता है, ऐसी जगह पर जिसे हम स्वर्ग समझते हैं, न ही ईश्वर उन तीर्थ स्थानों पर रहता है जहाँ लोग आते हैं। हालाँकि हम जानते हैं कि भगवान किसी मंदिर, मठ, गुरुद्वारे या चर्च में नहीं है, फिर भी हम वहाँ भगवान की तलाश क्यों करते रहते हैं? क्या ऐसा इसलिए है क्योंकि हमने ईश्वर के बारे में सत्य की खोज नहीं की है? ईश्वर एक शक्ति है। यह शक्ति हर जगह है और यद्यपि हम इसे सैकड़ों बार पढ़ सकते हैं या इसके बारे में हजारों बार सुन सकते हैं, फिर भी हमें ईश्वर का एहसास नहीं होता है। जिस क्षण हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की सच्चाई का एहसास हो जाता है, हमारा जीवन बदल सकता है।

ऐसा क्यों है कि यद्यपि साधु-संत सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का जाप करते हैं, फिर भी हम हर सुंदर चीज़ में ईश्वर का अनुभव नहीं कर पाते हैं? सच तो यह है कि ईश्वर सुंदर है, मंत्र का अनुवाद करने के बाद भी हमें सुंदरता में दिव्यता का अनुभव क्यों नहीं होता है? चूँकि हम अपनी 'वास्तविक' आँखों से नहीं देखते हैं, इसलिए हमें ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास नहीं होता है।

भगवान से प्रार्थना करते हैं और भगवान की खोज करते हैं, लेकिन उन्हें अपने जीवनकाल में भगवान का एहसास नहीं होता है। उन्हें सिखाया गया है कि ईश्वर एक रहस्यमय देवता है, जैसे उन्हें आत्माओं और भूतों के बारे में सिखाया गया है। प्रत्येक धर्म ने ईश्वर के इर्द-गिर्द इतनी सारी पौराणिक कथाएँ रची हैं

और धर्मशास्त्र इतना कमजोर हो गया है कि इसने हमारे जीवन-दर्शन को भ्रष्ट कर दिया है। हम भगवान के पास जाते हैं और भगवान को मिठाइयाँ चढ़ाते हैं, बिना इस साधारण समझ के कि भगवान हर चीज़ का निर्माता है। हम सत्य की खोज में नहीं जाते, यह महसूस करने के लिए कि ईश्वर ही हमारे भीतर का जीवन है। यद्यपि हम जानते हैं कि ईश्वर एक शक्ति है, कोई मूर्ति या संत नहीं, फिर भी हम अपने मन में ईश्वर की एक तस्वीर बना लेते हैं जो हमें उस मंत्र को समझने से रोकती है जो हमें ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास कराने में मदद करता है। सत्यम् शिवम् सुन्दरम् परम सत्य है। यह हमारी अपनी चेतना द्वारा अनुसमर्थित है। जब हम कोई इतनी खूबसूरत चीज़ देखते हैं तो हमारा दिल तेज़ क्यों धड़कने लगता है? जब हम अद्भुत सूर्योदय देखते हैं तो हमारा हृदय क्यों नाच उठता है? हम एक सुंदर तितली या पक्षी से मोहित हो जाते हैं क्योंकि सहज रूप से, हमारे अंदर की ईश्वरीय शक्ति चारों ओर मौजूद ईश्वरीय शक्ति के साथ आवृत्ति के साथ जुड़ जाती है। जब भगवान की तलाश में हमारे मंदिर या चर्च जाने की बात आती है तो हम अभी भी झुंड का अनुसरण करते हैं।

यद्यपि हम देखते हैं कि जब मृत्यु के समय भगवान चले जाते हैं तो सुंदरता गायब हो जाती है, फिर भी हमें यह एहसास नहीं होता है कि सुंदरता ही दिव्यता है। हम स्पष्ट रूप से समझ सकते हैं कि सुंदरता तभी प्रकट होती है जब ईश्वर मौजूद होते हैं, जब जीवन की शक्ति जीवित प्राणी में धड़कती है और जीवन के चले जाने पर सुंदरता गायब हो जाती है। हालाँकि यह इतना तार्किक है कि सुंदरता दिव्यता से प्रकट होती है, हम सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की सच्चाई को समझने से चूक जाते हैं।

यह सत्य समझने योग्य बात है। इसका ज्ञान किसी को नहीं हो सकता। हम सभी आकाश में, समुद्र के पानी में और इस विशाल पृथ्वी पर सुंदरता का

अनुभव करते हैं। उस सुंदरता की कोई सीमा नहीं है जिसे हम अपने जन्म से ही अनुभव करते हैं, लेकिन फिर भी, हम जीते हैं और मर जाते हैं बिना यह महसूस किए कि यह सुंदरता भगवान है। सच्चाई यह है कि ईश्वर हमारे चारों ओर है, ईश्वर हमारे चारों ओर की सुंदरता है, लेकिन हम ईश्वर के बारे में सच्चाई नहीं खोज पाते हैं।

हम उस अज्ञानी सोने के व्यापारी की तरह हैं जिसने पर्याप्त जांच नहीं की और अपना खजाना खो दिया। वह दुनिया भर से सर्वोत्तम गुणवत्ता का सोना आयात करके बेचता और खरीदता था। उन्होंने फार्म बनाने के लिए जमीन का एक बड़ा टुकड़ा खरीदा था। एक दिन, दो युवा लड़के उसके पास आए और उससे वह जमीन खरीदने के लिए बातचीत की। क्योंकि उन्होंने उचित मूल्य की पेशकश की, उसने इसे बेच दिया। कई साल बीत गए, और उसने पाया कि ये लड़के करोड़पति बन गए हैं। एक दिन, उसे कुछ ऐसा पता चला जिससे वह हैरान रह गया। उन्होंने चतुराई से यह जान लिया था कि उनके खेत में कई एकड़ सोने का भंडार है। उन्होंने कुछ बुद्धिमान शोध के माध्यम से इसकी खोज की थी। हालाँकि वह कई एकड़ सोने के भंडार पर बैठा था, लेकिन वह इस सच्चाई से अनभिज्ञ था कि जहाँ वह था वहाँ बहुत सारी संपत्ति थी। क्या यह ईश्वर के लिए भी सत्य नहीं है?

ईश्वर यहीं और अभी है, लेकिन चूँकि हम सत्य की खोज नहीं करते हैं, हम हर जगह खोजते हैं। भगवान हमें हर जगह, हर समय, हमारे चारों ओर की सुंदरता में दिखाई देते हैं। लेकिन हमें यह एहसास नहीं है कि ईश्वर वह शक्ति है जो पृथ्वी पर हर चीज़ में सुंदरता प्रकट करती है। हमें सत्य का एहसास कब होगा - ईश्वर सुंदर है? हम कब ईश्वर का अनुभव करेंगे, दिव्यता का, जो इतना अद्भुत, भव्य और आकर्षक है?

हम मनुष्य इस भौतिक संसार में इतने खो गए हैं कि हम भगवान की तलाश में नहीं जाते हैं। हम ईश्वर को चाहते हैं, परंतु हमें ईश्वर मिलता नहीं। ईश्वर हर जगह है, लेकिन हम सोचते हैं कि वह कहीं नहीं है। यह हमारे आदर्शों के कारण और ईश्वर के प्रति सच्चे प्रेम की कमी के कारण है कि हम ईश्वर को नहीं देख पाते हैं। कोई लिखता है कि ईश्वर 'कहीं नहीं है' और कोई इसे ऐसे पढ़ता है जैसे ईश्वर 'अभी यहाँ है'।

किसी को पहाड़, पहाड़ ही दिखते हैं, परन्तु ईश्वर का सच्चा प्रेमी पहाड़ों में ईश्वर देखता है। किसी को रात के आकाश में जादू का अनुभव होता है, लेकिन जिसे ईश्वर का एहसास होता है, वह ईश्वर को अंधेरे आकाश में टिमटिमाते अनगिनत तारों के रूप में देखता है। कोई किसी सुंदर पक्षी को गाते हुए सुनता है, लेकिन जिसने सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का एहसास कर लिया है, उसे पक्षियों की चहचहाहट में ईश्वर का अनुभव होता है। ऐसा नहीं है कि जिसे ईश्वर का एहसास हो जाता है, उसके लिए हमारे आस-पास की सुंदरता बदल जाती है। बात सिर्फ इतनी है कि जो ईश्वर को जान लेता है, वह सुंदरता को सुंदरता के रूप में नहीं, बल्कि दिव्यता के रूप में देखता है। ऐसे धन्य व्यक्ति को ईश्वर का साक्षात्कार होता है। वह ईश्वर की सभी रचनाओं में ईश्वर का अनुभव करने से लेकर हर जगह हर चीज़ में ईश्वर को महसूस करने की ओर बढ़ता है। वह ऐसा कैसे करता है?

वह आत्म-साक्षात्कार की अवस्था से ईश्वर-प्राप्ति की ओर बढ़ता है। ईश्वर-प्राप्ति कोई आसान काम नहीं है। यही कारण है कि दुनिया में अरबों लोग भगवान से प्रार्थना तो करते हैं लेकिन भगवान को महसूस नहीं कर पाते। क्यों? क्योंकि उन्हें यह एहसास ही नहीं होता कि वे कौन हैं। उन्हें यह एहसास नहीं होता कि वे शरीर या मन नहीं हैं। वे दिव्य आत्मा हैं। उन्हें इस बात का अहसास

नहीं है कि वे दिव्य जीवन-ऊर्जा हैं जो उन्हें साँस देती है। उन्हें इस बात का अहसास नहीं है कि यह जीवन-शक्ति सिर्फ हमारे अंदर ही नहीं बल्कि हर जगह मौजूद है। ईश्वर के प्रति उनका प्रेम उनकी प्रार्थना तक ही सीमित है। उनमें इतना उत्साह नहीं है कि वे यह महसूस करने की खोज में निकल सकें कि सौंदर्य ही दिव्यता है। यद्यपि ईश्वर की शक्ति चमकते सूरज में, बहती हवा में, बहते पानी में प्रकट होती है, फिर भी उन्हें ईश्वर का अनुभव नहीं होता है। इसका कारण यह है कि उन्हें ईश्वर का एहसास नहीं है।

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् एक मंत्र है, एक मंत्र जो हमें ईश्वर प्राप्ति की ओर ले जा सकता है। जब हम समझते हैं कि कहने का अर्थ है, 'सत्य ही ईश्वर सुंदर है', तो हम दिव्यता को खोजने के लिए सुंदरता से परे देखने का प्रयास करते हैं। ऐसे लाखों लोग हैं जो ईश्वर की रचना से आश्चर्यचकित हैं, जो प्रकृति की सुंदरता से आश्चर्यचकित हैं। जब वे बर्फ के मैदानों पर सुंदर पेंगुइन देखते हैं और वे चंचल डॉल्फ़िन को अंतहीन पानी से बाहर कूदते हुए देखते हैं, तो वे उस परमानंद का आनंद लेते हैं जिसे वे भगवान की रचना मानते हैं। लेकिन वे सुंदरता में दिव्यता नहीं देखते हैं।

सुन्दर चीज़ में ईश्वर की उपस्थिति का अनुभव करते हैं। जो नहीं करते, वे कई प्रकार के होते हैं। कुछ लोग उस सुंदरता की भी परवाह नहीं करते जो इतनी दिव्य है। अन्य लोग इस बात की सराहना नहीं करते कि भगवान ने इतनी सुंदर दुनिया बनाई है। उनका मानना है कि यह सब बिग बैंग से उत्पन्न हुआ या बस प्रकृति से विकसित हुआ। लेकिन वे ईश्वर और जो कुछ भी सुंदर है उसके बारे में सच्चाई जानने के लिए आगे की जांच नहीं करते हैं। कुछ लोग ऐसे भी हैं जो सत्यम् शिवम् सुन्दरम् मंत्र में विश्वास करते हैं। वे इस सत्य पर विश्वास करते हैं कि ईश्वर सुंदर है, और वे सुंदरता में ईश्वर का अनुभव करते हैं। वे वही हैं जो

अंततः महसूस कर सकते हैं कि यह सारी सुंदरता ईश्वर है। वे दुर्लभ अल्पसंख्यक हैं जो ईश्वर के सत्य की खोज कर सकते हैं। वे ही लोग हैं जिन्हें आत्म-साक्षात्कार से ईश्वर-प्राप्ति की ओर बढ़ने का सौभाग्य प्राप्त हो सकता है।

ईश्वर जीवित नहीं है,
सितारों में कहीं दूर।
ईश्वर हर उस चीज़ में है जो सुन्दर है,
आइए हम उसे मंगल ग्रह पर न खोजें।

संक्षेप में - अध्याय 6
ईश्वर के बारे में सत्य की खोज करें

✦हम ईश्वर को हर जगह खोजते हैं, हालाँकि ईश्वर यहीं और अभी मौजूद है।

✦ईश्वर एक सर्वव्यापी शक्ति है, लेकिन हमें इसका एहसास नहीं है।

✦हम सुंदरता में दिव्यता का अनुभव क्यों नहीं करते? हमें ईश्वर के बारे में परियों की कहानियां सिखाई जाती हैं और हम मिथक में फंस जाते हैं।

✦यद्यपि हम देखते हैं कि जब मृत्यु के समय दिव्यता चली जाती है तो सुंदरता चली जाती है, लेकिन हमें सच्चाई का एहसास नहीं होता है।

✦ज्ञान के माध्यम से सत्य का अनुभव नहीं किया जा सकता।

✦सत्यम् शिवम् सुन्दरम् हमें ईश्वर के बारे में सत्य खोजने में मदद कर सकता है।

✦यह आत्म-साक्षात्कार से शुरू होता है और ईश्वर-प्राप्ति तक जाता है।

✦एक बार जब हमें सत्य का एहसास हो जाता है, तो हम हर सुन्दर चीज़ में ईश्वर का अनुभव करेंगे।

07
अध्याय

ईश्वर-प्राप्ति का मार्ग

भगवान के बारे में सच्चाई क्या है?
क्या भगवान किसी सुदूर तारे पर रहते हैं?
जब हम हर सुन्दर चीज़ में ईश्वर को खोजते हैं,
हम फल और फूल में भगवान को महसूस करते हैं।

हमारे जीवन का अंतिम लक्ष्य क्या है? अंतिम लक्ष्य दु:ख की इस दुनिया से मुक्त होना और ईश्वर के साथ एकजुट होना है। दुनिया का हर धर्म इसी की बात करता है। हम इसे आत्मज्ञान या मोक्ष, मुक्ति, निर्वाण या मोक्ष, बोध या मुक्ति कह सकते हैं। लेकिन अंततः, हमारा लक्ष्य ईश्वर के साथ एक हो जाना है। कोई भी अन्य लक्ष्य जो हम अपनाते हैं वह उथला, क्षणभंगुर और अस्थायी है। हमारा लक्ष्य ईश्वर है। हमारा जीवन ईश्वर में विश्वास से शुरू होता है। इसके बाद यह समर्पित प्रार्थना और अटल विश्वास में विकसित होता है। हममें से अधिकांश लोग विश्वास रखते हैं और उत्साह के साथ जीते हैं, और हम ईश्वर से प्रेम करते हैं। हालाँकि, ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम अज्ञान के स्रोत से फूटता है। हालाँकि हम इस धन्य जीवन और हमें जो कुछ भी प्रदान किया गया है उसके लिए इस ब्रह्मांड के निर्माता, मालिक के प्रति आभारी हैं, हम ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास नहीं कर पाए हैं।

एक बार एक राजकुमार था जो विवाह योग्य उम्र से अधिक बड़ा हो गया था लेकिन शादी करने में सक्षम नहीं था। यह राजा और रानी के लिए चिंता का कारण था, क्योंकि वे अपने राज्य को स्थापित विरासत के बिना नहीं छोड़ना चाहते थे। इसलिए, वे राजकुमार के लिए सबसे उपयुक्त दुल्हन की तलाश करते रहे। राजकुमार ने निकट और दूर-दूर के शाही परिवारों की दर्जनों लड़कियों से मुलाकात की लेकिन उन्हें उनमें से किसी में भी कोई जादू नहीं मिला। वह अपने जीवन का प्यार पाना चाहता था और उसके बाद ही शादी करना चाहता था। वह अपने काम में तल्लीन था, जिसमें वह बहुत कुशल था। एक दिन, जब वह महल के गोदाम में शाही खजाने को छाँट रहा था, उसकी नज़र एक सुन्दर युवती की खूबसूरत पेंटिंग पर पड़ी और वह तुरंत उसके प्यार में पड़ गया। उसने घोषणा की, 'मैं इस लड़की से शादी करना चाहता हूँ।' वहाँ एक उत्सव मनाया गया और हर कोई तुरंत पेंटिंग की सुंदर राजकुमारी की

तलाश में लग गया। संयोग से, पेंटिंग बहुत पुरानी थी, लेकिन पेंटिंग की तारीख से संकेत मिलता था कि राजकुमारी की उम्र राजकुमार के समान ही होगी।

राजा और मंत्रियों ने भावी रानी की छवि वाली लड़की को ढूँढने के लिए भेजा। लेकिन वह कहीं नहीं मिली, न तो राज्य में और न ही आसपास के किसी राज्य में। रहस्य गहराता गया और शीघ्र ही रानी को इसका पता चल गया। उसने पेंटिंग मंगवाई और पहली नज़र में ही उसकी प्रशंसा कर दी। हालाँकि, गहराई से देखने पर वह आश्चर्यचकित रह गई क्योंकि यह पेंटिंग उसी की थी! उसने गुप्त रूप से यह पेंटिंग बनाने के लिए कहा था। कई साल पहले, राजा के दरबार में एक विशेष नाटक था, और उन्हें नाटक में अभिनय करने के लिए एक उपयुक्त, सुंदर राजकुमारी नहीं मिल रही थी। तब रानी ने इस पेंटिंग में राजकुमार को व्यक्तिगत रूप से इस खूबसूरत राजकुमारी के रूप में तैयार किया था। उसने इसे गुप्त रखा था और आज, उसका रहस्य उल्टा पड़ गया था। केवल वह जानती थी कि यह खूबसूरत राजकुमारी कोई और नहीं बल्कि खुद राजकुमार था और मजे की बात यह है कि उसे खुद से प्यार हो गया था।

क्या राजकुमार पेंटिंग में दिख रही इस राजकुमारी से शादी कर सकता है? असंभव! यह राजकुमारी अस्तित्व में नहीं थी। वह रानी की कल्पना का प्रतिरूप थी। वह खुद से शादी कैसे कर सकता है?

हम इंसानों को भी ईश्वर से प्रेम हो जाता है, लेकिन जिस मायावी ईश्वर से हम प्रेम करते हैं, वह मायावी ईश्वर चित्रों और मूर्तियों में, मंदिरों और चर्चों में प्रकट हो सकता है, लेकिन जिस ईश्वर से हम इतना प्रेम करते हैं, उस ईश्वर को हम कभी प्राप्त नहीं कर सकते, क्योंकि वह ईश्वर उस रूप में अस्तित्व में ही नहीं है। ईश्वर के प्रति हमारी चाहत ईश्वर के प्रति सच्ची भक्ति, प्रेम और जुनून होनी

चाहिए। वह भगवान हर जगह है। वह ईश्वर हमारे भीतर है, वह शक्ति जो हमारे हृदय को धड़काती है। ईश्वर हर चीज़ में है। लेकिन हम उस सच्चाई से अनभिज्ञ हैं। राजकुमार की तरह, हमें एक ऐसी पेंटिंग में मौजूद भगवान से प्यार हो गया है जिसका अस्तित्व ही नहीं है।

ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम विकसित होना चाहिए। ईश्वर के प्रति हमारे प्रेम को हमें अपनी अज्ञानता पर काबू पाना चाहिए और हमारी खोज को इतना तीव्र बनाना चाहिए कि हम मिथक पर काबू पाएं और सच्चाई का एहसास करें। हम ईश्वर को नहीं पा सकते। हमें ईश्वर का साक्षात्कार करना है और जब तक हम स्वयं का साक्षात्कार नहीं कर लेते तब तक हम ईश्वर का साक्षात्कार नहीं कर सकते। जब हमें आत्म-बोध प्राप्त होता है, तब हमें एहसास होता है कि भगवान हमारे हृदय के मंदिर में रहते हैं, भगवान एक शक्ति हैं जो हमें जीवन देते हैं। ईश्वर कोई मूर्ति या संत नहीं है जिसकी हम आँख मूँद कर प्रार्थना करें। एक बार जब हमें ईश्वर की शक्ति का एहसास हो जाता है, और हमें एहसास होता है कि ईश्वर हमारे आस-पास की हर सुन्दर चीज़ में है, तो मंत्र - 'सत्यम् शिवम् सुन्दरम्', हमें ईश्वर को महसूस करने में मदद करता है।

ईश्वर-प्राप्ति कोई आसान विषय नहीं है क्योंकि हमारा अपना मन हमें इस सत्य को समझने से रोकता है कि सौंदर्य ही दिव्यता है। यद्यपि हम सुंदर सूर्योदय देखते हैं, भोर में पक्षियों की चहचहाहट सुनते हैं, दिव्य हवा जो हमें ईश्वर की सुगंध देती है, मन इन्हें ईश्वर मानने से इंकार करता है। प्रकृति के ये सुन्दर पहलू भगवान की सुंदर रचनाएं हो सकती हैं, लेकिन मन सवाल करता है और आश्चर्य करता है, 'ये संभवतः भगवान कैसे हो सकते हैं?' जो यह महसूस करता है कि सारी सुंदरता दिव्यता से आती है और इस सच्चाई का एहसास करता है कि सौंदर्य दिव्य-ऊर्जा के बिना मौजूद नहीं हो सकता है, वह आत्म-

साक्षात्कार के उस चरण से ईश्वर-प्राप्ति की ओर बढ़ता है। न केवल उसे यह एहसास होता है कि वह शरीर या मन नहीं बल्कि दिव्य आत्मा है, बल्कि उसे यह भी एहसास होता है कि सभी में जो आत्मा है, वह परमात्मा के अलावा और कुछ नहीं है। वह इससे आगे निकल जाता है क्योंकि वह हर सुन्दर चीज़ में ईश्वर की दिव्य उपस्थिति के आनंद में रहता है। वह सूर्योदय को सूर्योदय के रूप में नहीं देखता है, बल्कि पहाड़ों, महासागरों और घास के मैदानों से परे, धुंध और कोहरे में भगवान के प्रकट होने के रूप में देखता है। जब एक छोटी सी चिड़िया गाती है तो उसे ईश्वर की दिव्य उपस्थिति का एहसास होता है और वह जानता है कि यह ईश्वर ही है जो उसके लिए गा रहा है। वह अब सुंदरता को सुंदरता के रूप में नहीं देखता। वह सौंदर्य को दिव्यता के रूप में देखता है। ईश्वर की उसकी अनुभूति उसे आनंद की स्थिति में विकसित कर देती है, एक आनंद जिसे सच्चिदानंद के नाम से जाना जाता है।

जो व्यक्ति अपने आस-पास की सारी सुंदरता में ईश्वर को महसूस करता है, वह अपने प्रार्थना करने के तरीके को बदल देता है, जैसे वह इस विश्वास से दूर हो जाता है कि धार्मिक पूजा स्थल ही भगवान का एकमात्र स्थान है। वह हर समय ईश्वर का अनुभव करता है। जब वह किसी पेड़ पर एक सुंदर फूल देखता है और तितली या मधुमक्खी को देखता है, तो उसे ईश्वर का अनुभव होता है। जब वह आकाश में बादल देखता है और किसी पक्षी को उड़ते हुए देखता है, तो उसे ईश्वर का अनुभव होता है। जब वह समुद्र में लहरें देखता है और डॉल्फ़िन को खुशी से हवा में उछलते हुए देखता है, तो वह भगवान को देखता है। जब वह एक छोटे कुत्ते को अपनी पूंछ हिलाते हुए देखता है, और एक सुंदर मोर को अपने पंख फैलाकर नाचते हुए देखता है, तो वह दिव्य को देखता है। जब वह ऊंचे पहाड़ों पर चढ़ते समय आसमान से बारिश या बर्फ के टुकड़े गिरते देखता है, तो उसे आश्चर्य नहीं होता कि यह कहाँ से आ रहा है,

बल्कि उसे दिव्य उपस्थिति का अनुभव होता है।

जिसने ईश्वर को जान लिया है उसे सुंदरता में दिव्यता का अनुभव कैसे होता है? यह ईश्वर-प्राप्ति है। यह आत्म-बोध से लेकर ईश्वर के बारे में सत्य को समझने तक विकसित हो रहा है। यह वह ज्ञान नहीं है जो किताबों या किसी प्रवचन के माध्यम से प्राप्त किया जा सकता है जिसे सत्संग, आध्यात्मिक सभा या टेलीविजन या इंटरनेट पर किसी वीडियो में सुना जा सकता है। जब तक सहज अनुभूति न हो, कोई ईश्वर को महसूस नहीं कर सकता।

चूँकि ईश्वर-प्राप्ति एक दुर्लभ उपहार है, इसका आध्यात्मिक रहस्य सत्यम् शिवम् सुन्दरम् है। यह मंत्र या मंत्र इस सच्चाई को उजागर करता है कि ईश्वर ही सुंदर है, कि हम जो कुछ भी सुंदर देखते हैं वह ईश्वर की उपस्थिति के कारण सुंदर है, यदि हम सुंदरता से दिव्यता को हटा दें, तो कोई सुंदरता नहीं होगी। हम इसके बारे में कितना भी पढ़ें, हम सुंदरता को सुंदरता के रूप में ही देखते रहेंगे और यदि हम ईश्वर के बारे में सत्य की खोज नहीं करते हैं तो सुंदरता में दिव्यता को नहीं देख पाएंगे।

ज्ञान बहुत महत्वपूर्ण है, लेकिन बोध के बिना ज्ञान किसी काम का नहीं है। यह घास के एक विशाल ढेर की तरह है जो तब तक बरकरार रहता है जब तक आग की एक चिंगारी उस पर नहीं गिरती और फिर, एक बड़ी आग लग जाती है। इसलिए, जब बोध की चिंगारी ज्ञान के ढेर पर पड़ती है, तो ईश्वर-प्राप्ति की आग शुरू हो जाती है। ईश्वर के प्रति हमारा प्रेम जो विश्वास, आशा और आस्था के रूप में शुरू हुआ था, अब हर समय ईश्वर की दिव्य उपस्थिति में रहने के आनंद में विकसित होता है। ईश्वर-प्राप्ति हमें उन सभी चीज़ों में ईश्वर का अनुभव कराती है जो बहुत दिव्य लगती हैं।

यही ईश्वर-प्राप्ति का मार्ग है। कोई इसे सौ बार पढ़ सकता है, लेकिन यदि कोई वास्तव में ईश्वर से प्रेम नहीं करता है, यदि वह सत्य की खोज में नहीं गया है, तो इन सबका कोई मतलब नहीं है। हम उस राजकुमार की तरह होंगे जो पेंटिंग में उस राजकुमारी को खोजते हुए जिएगा और मर जाएगा जो वास्तव में अस्तित्व में नहीं थी।

जैसे रानी ने राजकुमारी और पेंटिंग का रहस्य उजागर किया, वैसे ही हमें एक आध्यात्मिक गुरु की मदद की ज़रूरत है, जिसे गुरु के रूप में जाना जाता है, जो हमें अंधेरे से प्रकाश की ओर ले जा सकता है। गुरु हमें दिव्य आत्मा की सच्चाई का एहसास करने में मदद करेंगे, जैसे वह हमें भौतिक संसार की जेल की सलाखों से मुक्त होने में मदद करेंगे। लेकिन फिर भी, यह हमारा प्रयास, हमारी खोज, गुरु के मार्गदर्शन के साथ-साथ भगवान के प्रति हमारा प्रेम है जो हमें दिव्य कृपा प्रदान करेगा जो हमारी 'वास्तविक' आँखें खोल देगा। तभी हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का एहसास होगा। तभी हम इस सत्य के प्रति जागृत होंगे कि हर सुंदर चीज़ ईश्वर है। यही सत्य है और इस सत्य से परे कुछ भी नहीं है। यदि हमें इसका एहसास हो जाए, तो हम संसार से मुक्त हो सकते हैं और ईश्वर से एकाकार कर सकते हैं। लेकिन अगर हम ऐसा नहीं करते हैं, तो हम बस जीना और मरना, पीड़ित होना और रोना जारी रख सकते हैं। चुनाव हमारा है!

संक्षेप में - अध्याय 7
ईश्वर-प्राप्ति का मार्ग

✦ईश्वर-प्राप्ति का एक मार्ग है। इसकी शुरुआत विश्वास और प्रार्थना से होती है लेकिन इसे सिर्फ ईश्वर से प्यार करने से भी आगे जाना होता है।

✦यदि हम वास्तव में ईश्वर से प्रेम करते हैं, तो हमें अपने आस-पास की सभी सुंदर सृष्टि में ईश्वर को देखना शुरू करना चहिए।

✦हम जब सूर्य, चंद्रमा, सितारों, पक्षियों, जानवरों और फूलों में भगवान की दिव्य उपस्थिति का अनुभव करेंगे।

✦हालाँकि, जब तक हम मिथक पर काबू नहीं पाते और भगवान को एक मूर्ति या चित्र में चित्रित व्यक्ति मानते रहेंगे, तब तक हमें भगवान का एहसास कभी नहीं होगा।

✦ईश्वर एक शक्ति है जो हमारे चारों ओर सारी सुंदरता का निर्माण करती है।

✦जब तक भीतर की शक्ति का आत्म-साक्षात्कार नहीं होता, तब तक ईश्वर-बोध, उस शक्ति का बोध, जो हर जगह, सभी सौंदर्य में है, कभी नहीं होगा।

08
अध्याय

अभिव्यक्ति, सृजन नहीं

जब हमें एहसास होता है कि सौंदर्य ही दिव्यता है,
फिर, हम देखेंगे कि
सुंदरता ईश्वर की रचना जैसी नहीं,
लेकिन स्वयं ईश्वर के रूप में, ईश्वर की अभिव्यक्ति है।

अभिव्यक्ति और सृजन में क्या अंतर है? हममें से अधिकांश लोग मानते हैं कि इस ब्रह्मांड का एक निर्माता है, जैसे हमारे मोबाइल फोन का एक निर्माता है और हमारे लैपटॉप का उत्पादन चीन, कोरिया या यहाँ तक कि भारत में किसी कारखाने द्वारा किया गया है। इस प्रकार, यह समझना इतना कठिन नहीं है कि सूर्य, चंद्रमा, तारे, पक्षी, जानवर और फूल किसी निर्माता द्वारा बनाए गए होंगे। अन्यथा यह सब पृथ्वी पर कैसे प्रकट हो सकते हैं? अन्यथा 8 अरब लोग अमेरिकी और अफ़्रीकी, फ़्रांसीसी, भारतीय और चीनी के रूप में कैसे दिखाई दे सकते हैं? अन्यथा 8 अरब लोग कैसे हो सकते हैं जो पुरुष या महिला हैं, जो साँस लेते हैं, जीते हैं, चलते हैं, बात करते हैं, गाते हैं, सोते हैं, प्रजनन करते हैं और मर जाते हैं? यह सब जादू किसने रचा है? हम मनुष्य एक जीवित कोशिका, एक तितली, एक गुलाब, एक सेब नहीं बना सकते और हममें से कुछ लोग सृष्टिकर्ता के अस्तित्व पर सवाल उठाते हैं। क्या यह मूर्खतापूर्ण नहीं है?

इसलिए, सृष्टिकर्ता के अस्तित्व पर विश्वास करना कोई बड़ी बात नहीं है। खरबों पेड़ किसने बनाये? विश्व के महासागरों और समुद्रों में अनगिनत गैलन पानी का कारण कौन है? पहाड़ों और रेगिस्तानों, जंगलों और झीलों को किसने बनाया? पृथ्वी को किसने बनाया?

जब हम पृथ्वी को एक ऐसे अंतरिक्ष यान में छोड़ते हैं जिसे मनुष्य यह कहते हुए गर्व महसूस करता है कि उसने इसे बनाया है, तो पृथ्वी स्वयं विशाल अंधेरे शून्यता में चमकते प्रकाश का एक बिंदु प्रतीत होती है जो सृष्टि के विशाल समुद्र तट पर रेत के एक कण के समान है, जो स्वयं ब्रह्मांड में एक कण है। रात के आकाश में तारे और अनगिनत आकाशगंगाएँ और वह सब जो इससे परे अज्ञात है, किसने बनाया? हम एक अंधेरी चांदनी रात को देख सकते हैं और

आकाश में तारों को देखकर चकित हो सकते हैं, लेकिन जो चीज़ हमें अधिक आश्चर्यचकित करनी चाहिए वह है उस निर्माता की शक्ति जिसने यह सब बनाया है!

फिर भी, कुछ लोग सृष्टिकर्ता के अस्तित्व से इंकार करते हैं। उनका मानना है कि यह सब एक बिग बैंग से निकला है, कि यह सब एक जादुई रासायनिक विस्फोट के कारण हुआ है। वे यह सरल प्रश्न पूछने से नहीं चूकते कि यदि यह अद्भुत ब्रह्मांड 'बिग बैंग' नामक किसी चीज़ से घटित हुआ, तो बिग बैंग का कारण कौन था? मनुष्य अपने मस्तिष्क पर गर्व करता है जिसने विमान और रेलगाड़ी बनाई, लेकिन मनुष्य कब विचार करेगा - मस्तिष्क किसने बनाया, मनुष्य को जीवन किसने दिया? एक सृष्टिकर्ता है जो इस ब्रह्माण्ड को नियंत्रित करता है। हम नहीं जानते कि वह शक्ति कौन, कहाँ और क्या है, लेकिन ऐसी शक्ति मौजूद है और यह संदेह से परे है! ऐसे लोगों से बहस करने का कोई मतलब नहीं है जो बहस के लिए सृष्टिकर्ता के अस्तित्व को नकारना चाहते हैं। यह रचना कैसे हुई होगी इसका इतिहास एक साथ रखने का प्रयास करना अधिक सार्थक है। मनुष्य की समझ सीमित है और संपूर्ण सृष्टि को समझने की कोशिश करना एक छोटे से बाथटब में सागर को खाली करने की कोशिश करने जैसा है। लेकिन जबकि हम उस ब्रह्मांड को नहीं समझ सकते हैं जो समझ से परे है, हमें एक ऐसी बुद्धि मिली है जो भेदभाव कर सकती है।

क्या हमने यह नहीं समझा कि पानी कैसे उत्पन्न हुआ? स्कूल में छोटे बच्चों को उनकी रसायन विज्ञान कक्षा में सिखाया जाता है कि पानी का एक अणु बनाने के लिए, हमें ऑक्सीजन के एक अणु के साथ जुड़ने के लिए हाइड्रोजन के दो अणुओं की आवश्यकता होती है। जैसे पानी बना है, वैसे ही इस दुनिया में हर चीज़ अलग-अलग अणुओं द्वारा बनाई गई है, जो एक साथ मिलकर वह सब कुछ बनाते हैं जो हम देखते हैं।

विज्ञान यह पता लगाने की कोशिश करता है कि कितने अणु एक साथ आते हैं, लेकिन विज्ञान सृष्टि के स्रोत को समझने में पीछे नहीं जा सका है। ऑक्सीजन, कार्बन, हाइड्रोजन और नाइट्रोजन जैसे सभी तत्वों का निर्माण किससे होता है? जब ये तत्व टूटते हैं तो उनमें परमाणु प्रतीत होते हैं। वैज्ञानिकों ने परिभाषित किया है कि परमाणुओं में प्रोटॉन और न्यूट्रॉन से बने नाभिक होते हैं, जो इलेक्ट्रॉनों द्वारा परिक्रमा करते हैं। वैज्ञानिक यह पता लगाने के लिए और भी आगे बढ़ गए हैं कि ये सभी और भी छोटे कणों से बने हैं, जिन्हें क्वार्क के नाम से जाना जाता है।

आज विज्ञान ने 'तरंग-कण द्वैत' नामक एक नया सिद्धांत गढ़ा और स्वीकार किया है। जब वैज्ञानिक एक परिष्कृत माइक्रोस्कोप के तहत मनुष्य की कोशिका से लिए गए क्वार्क के गुणों का अध्ययन कर रहे थे, तो उन्होंने पाया कि पदार्थ का सबसे छोटा कण - क्वार्क, अचानक शून्य में गायब हो गया। जब वे यह परिभाषित करने की कोशिश कर रहे थे कि क्या हुआ था, उन्होंने देखा कि पदार्थ का कण, जिसे वे क्वार्क के नाम से जानते थे, अचानक जादू की तरह फिर से प्रकट हो गया। इस जादू को तर्क देने के लिए, उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि मानव आँखों के लिए अदृश्य छोटा क्वार्क, एक ऊर्जा तरंग में बदल गया। वैज्ञानिकों के लिए यह कोई नई बात नहीं थी क्योंकि यह पहले से ही थर्मोडायनामिक्स के नियम के नाम से जाने जाने वाले वैज्ञानिक सिद्धांत पर आधारित था। कानून कहता है कि ऊर्जा को न तो बनाया जा सकता है और न ही नष्ट किया जा सकता है, बल्कि इसे केवल एक रूप से दूसरे रूप में परिवर्तित किया जा सकता है। इसलिए, उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि पदार्थ और ऊर्जा एक दूसरे से भिन्न नहीं हैं, जो पदार्थ प्रतीत होता है वह वास्तव में ऊर्जा है और जिसे हम ऊर्जा कहते हैं, वह अंततः पदार्थ से ही उत्पन्न होती है। इस सब का क्या मतलब है? इसका मतलब यह है कि भले ही आप 30 ट्रिलियन

से अधिक कोशिकाओं से बने एक इंसान प्रतीत हो सकते हैं, लेकिन वास्तव में, अंतिम घटक में विभाजित होने पर आप ऊर्जा के अलावा कुछ नहीं हैं। यह सिर्फ एक आध्यात्मिक दावा नहीं है बल्कि एक स्वीकृत वैज्ञानिक खोज भी है।

इन सबका सृजन और अभिव्यक्ति से क्या लेना-देना है? उपरोक्त से यह अहसास होता है कि जो सृजन प्रतीत होता है, वह विभिन्न अणुओं से निर्मित होता है, अंततः क्वार्क के अलावा और कुछ नहीं है जो अंततः ऊर्जा से प्रकट होता है। यह ऊर्जा क्या है? यह परमात्मा की शक्ति है।

ऐसा कहा जाता है कि ब्रह्मांड पृथ्वी, वायु, जल और अग्नि से बना है। विज्ञान के अनुसार, इस तथाकथित ब्रह्मांड में व्याप्त सभी स्थान या तो ठोस, तरल, गैस या प्लाज्मा हैं। लेकिन आखिर ये सब है क्या? आज की वैज्ञानिक खोज के अनुसार यह सब ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है। ब्रह्मांड का अध्ययन करने वालों का दावा है कि ब्रह्मांड में 3 प्रकार के पदार्थ शामिल हैं - सामान्य पदार्थ, डार्क मैटर और डार्क एनर्जी, जिनमें से वैज्ञानिक यह पता लगाने में सक्षम हैं कि इनमें से अधिकांश ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है। लेकिन जब अस्तित्व का सबसे छोटा कण ऊर्जा है, तो हमें क्या निष्कर्ष निकालना चाहिए? कि यह ब्रह्माण्ड और कुछ नहीं बल्कि ऊर्जा है!

जब हम भगवान को महसूस करने की कोशिश करते हैं, तो हमें एहसास होता है कि भगवान कोई मूर्ति या संत नहीं हैं, बल्कि एक शक्ति हैं। यह शक्ति क्या है? यह ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है! हालांकि यह वैज्ञानिक समझ से परे है, आध्यात्मिक संतों ने हजारों साल पहले घोषणा की थी कि मनुष्य ऊर्जा के अलावा 'कुछ नहीं' से बना है, उन्होंने महसूस किया कि यह ब्रह्मांड भी ऊर्जा के अलावा कुछ नहीं है। उन्हें सच्चाई का एहसास कई शताब्दियों पहले ही हो

गया था, जब विज्ञान इसके बारे में कुछ भी नहीं जानता था। इसलिए, ये वही आध्यात्मिक संत हैं, जिन्होंने घोषणा की कि यह सारी ऊर्जा जो पदार्थ के रूप में प्रकट या व्यक्त होती है, वह कुछ और नहीं बल्कि दिव्य शक्ति है जो पृथ्वी, आपमें और मुझमें और इस ब्रह्मांड में मौजूद हर चीज के रूप में प्रकट होती है। आपके और मेरे रूप में दिव्य ऊर्जा का प्रकट होना, अभिव्यक्ति है।

इन सबको सरल और समझने योग्य शब्दों में सारांशित करने के लिए, जो कुछ भी हम अपनी आँखों से देखते हैं, पेड़, कोहरा, पहाड़, पक्षी, बादल, पृथ्वी, पानी और यहाँ तक कि जो आँखें देखती हैं, वे ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं हैं। ये सब किसी विधाता ने नहीं बनाये हैं। ये सब अभिव्यक्तियाँ हैं। वे वैसे ही दिखाई देते हैं जैसे वे दिखते हैं, लेकिन वास्तव में वे ऊर्जा हैं। ब्रह्मांड भी ईश्वरीय ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है। इसलिए, सृष्टिकर्ता ने यह सब बनाया नहीं, बल्कि वह इस सब के रूप में प्रकट होता है। पृथ्वी पर हर चीज़ का अंतिम घटक पदार्थ नहीं है, बल्कि ऊर्जा है जिसे एक साथ रखने पर पदार्थ के रूप में प्रकट होता है। यह ऊर्जा दिव्य ऊर्जा है जो आपके और मेरे रूप में प्रकट या प्रकट होती है।

अतः ईश्वर ने इस ब्रह्माण्ड की रचना यूँ ही नहीं की है, बल्कि ईश्वर ही ब्रह्माण्ड के रूप में प्रकट होता है। ईश्वर पृथ्वी और उस पर मौजूद हर चीज़ प्रतीत होता है। ऐसा प्रतीत होता है कि ईश्वर हमारे समान सुन्दर मनुष्य हैं। यह एक तितली या मधुमक्खी, या एक पेड़ पर फूल जैसा प्रतीत हो सकता है, लेकिन यह सब वास्तव में ऊर्जा है - दिव्य ऊर्जा।

सदियों पहले ऋषि-मुनियों ने इसकी तुलना उस मकड़ी से की थी जिसने

अपना जाल बनाया था। उन्हें एहसास हुआ कि यदि एक मकड़ी अपना जाल किसी और चीज से नहीं, बल्कि अपने मकड़ी के रेशम से बना सकती है जिसे वह खुद से बुनती है, तो निर्माता खुद से इस ब्रह्मांड का निर्माण क्यों नहीं कर सकता? उन्होंने वास्तव में जो अनुमान लगाया वह यह है कि पृथ्वी पर ये सभी अणु जो हम देखते हैं, वह दिव्य ऊर्जा है जो हमारे चारों ओर की सुंदरता के रूप में प्रकट होती है। इस प्रकार, सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की आध्यात्मिक अनुभूति हुई, सहज ज्ञान युक्त 'अहा!' जिसे ऋषियों ने अनुभव किया। इसने उन उत्तरों को व्याख्या कर दी उन्हें डिकोड कर दिया जो मनुष्य को गोल-गोल घुमाते रहते हैं।

आज भी मनुष्य यह प्रश्न पूछता है, 'पहले क्या आया, मुर्गी या अंडा?' और इस प्रश्न का उत्तर समझने का प्रयास करते समय मनुष्य का मस्तिष्क चक्कर लगाने लगता है। आदमी सवाल करने की कोशिश करता है - मुर्गी कैसे आई? यह अंडे से आया है। लेकिन अंडा कहाँ से आया? यह मुर्गी से आया है। सबसे पहले क्या आया? आध्यात्मिक संतों के लिए, यह कोई रहस्य नहीं है। कोई भी पहले नहीं आया। मुर्गी और अंडा दोनों ही ईश्वर की अभिव्यक्ति हैं। मनुष्य आश्चर्य करता है - बीज पेड़ से आया, और पेड़ ही से असंख्य बीज आए। लेकिन पहले क्या आया? जिन लोगों ने सत्य को जान लिया है, उन्हें आश्चर्य नहीं होता, क्योंकि उन्होंने जान लिया है कि बीज और वृक्ष दोनों ही ईश्वर की अभिव्यक्ति हैं।

मनुष्य, जो यह नहीं समझता कि इस ब्रह्मांड की उत्पत्ति कैसे हुई, कहता है कि यह एक रासायनिक विस्फोट के कारण हुआ जिसे बिग बैंग कहा जाता है, लेकिन मनुष्य यह नहीं समझता कि बिग बैंग का कारण कौन था। तब मनुष्य अपने छोटे से मस्तिष्क का उपयोग विकासवाद के सिद्धांत को आगे बढ़ाते

हुए, ईश्वर को समझने के लिए करने का प्रयास करता है। उनका मानना है कि मनुष्य वानरों से विकसित हुआ, लेकिन फिर, वानर किससे विकसित हुए? जिनको सत्य का बोध हो गया है, वे रुकें। वे यह जानकर आनंदपूर्वक रहते हैं कि यह सब ईश्वरीय अभिव्यक्ति है। वे इस बात पर आश्चर्य नहीं करते कि हमारे चारों ओर जो सुंदरता है, उसका कारण कौन है, क्योंकि वे जो कुछ भी सुंदर है, उसमें ईश्वर को महसूस करते हैं। वे सत्यम् शिवम् सुन्दरम् नामक आनंद की स्थिति में रहते हैं। ईश्वर के अस्तित्व पर सवाल उठाने के बजाय, वे उस दिव्य आनंद का आनंद लेते हैं जो वैज्ञानिक मनुष्य के लिए अज्ञात है, जो चिंता और चिंता में तनाव में रहता है और मर जाता है।

मनुष्य को इस सत्य का एहसास कब होगा कि हर सुंदर चीज़ दिव्य है, कि हर चीज़ जो इतनी अद्भुत दिखाई देती है, वह सिर्फ एक अद्भुत निर्माता की रचना नहीं है, बल्कि उस शक्ति का प्रकटीकरण है जिसे हम भगवान कहते हैं? सृष्टिकर्ता हमारे चारों ओर की सभी जादुई सुंदरता में प्रकट होता है। मनुष्य को कब एहसास होगा कि दिव्यता के बिना, कोई सुंदरता नहीं हो सकती?

संक्षेप में - अध्याय 8
अभिव्यक्ति, सृजन नही

- इस ब्रह्माण्ड का कोई तो रचयिता अवश्य होगा, अन्यथा इसकी उत्पत्ति कैसे हुई?
- हर चीज़ अणुओं से बनी है जो परमाणुओं में टूट जाते हैं और अंत में क्वार्क हो जाते हैं।
- पदार्थ का सबसे छोटा कण, जिसे क्वार्क के नाम से जाना जाता है, विज्ञान के अनुसार ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है।
- इसलिए, सारी सृष्टि वास्तव में ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है।
- यह ऊर्जा और कुछ नहीं बल्कि दिव्यता है जो हमारे चारों ओर की सुंदरता के रूप में प्रकट होती है।
- जो भी सौंदर्य प्रकट होता है वह किसी रचयिता की रचना नहीं है, बल्कि उसकी अभिव्यक्ति है।
- ईश्वर उस सभी सुंदरता के रूप में प्रकट या प्रकट होता है जिसे हम देखते हैं जिसमें आपकी और मेरी ऊर्जा भी शामिल है।

09
अध्याय

दिव्यता का दर्शन सुंदरता से भी परे है

जब हम त्वचा की सुंदरता से परे देखेंगे तो,
हमें अपने भीतर ही मौजूद दिव्यता का एहसास होगा।

हमें सुंदरता का अनुभव क्या कराता है? यह मन के साथ-साथ हमारी 5 इंद्रियां भी हैं। हम मनुष्यों को पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ प्राप्त हैं जो विशिष्ट रूप से मस्तिष्क से जुड़ी हुई हैं। जब हमें किसी सुंदर चीज का एहसास होता है, तो सौंदर्य संकेत मस्तिष्क तक पहूँचते हैं और हम आनंद की चरम सीमा का अनुभव करते हैं। इस जादुई शो को बनाने वाले जादूगर ने सब कुछ बहुत खूबसूरती से योजनाबद्ध किया है। यदि इन्द्रियाँ न हों तो हम सौन्दर्य का अनुभव नहीं कर पायेंगे। भले ही हमारे पास इंद्रियाँ हों, लेकिन वे ठीक से तार-तार नहीं हुई थीं और अलग-अलग थीं, सुंदरता मौजूद रहेगी, लेकिन सुंदरता वह उत्साह पैदा नहीं करेगी जो वह करती है। हम कोई खूबसूरत चीज़ देखते हैं और हमारा दिल नाच उठता है। क्यों? क्योंकि आँखों से संकेत मिलने पर एक हार्मोन निकलता है जो इस परमानंद को घटित करता है। हालाँकि विज्ञान ने शरीर के रसायन विज्ञान को समझ लिया है, लेकिन वह त्वचा के नीचे मौजूद दिव्यता को महसूस करने के लिए गहराई में नहीं गया है।

वह कौन सी शक्ति है जो हमारे कानों को सुनती है? विज्ञान समझता है कि ध्वनि संकेतों को संगीत में परिवर्तित करने के लिए लाउडस्पीकर को किस प्रकार शक्ति की आवश्यकता होती है। बिजली बिजली, बैटरी, यूपीएस या कोई अन्य स्रोत हो सकती है। मनुष्य सौर ऊर्जा से बिजली बनाने में आगे बढ़ गया है। इस प्रकार, मनुष्य अपने बगीचे में बस एक लालटेन लटकाता है, और एक छोटा सौर पैनल सौर ऊर्जा को अवशोषित करता है और इसे सौर ऊर्जा में परिवर्तित करता है। विज्ञान ऊर्जा और शक्ति के महत्व को समझता है। यह आश्चर्यजनक और काफी अजीब है कि विज्ञान उस शक्ति की खोज नहीं कर पाया है जो भीतर निहित है। वह सारी ऊर्जा किससे उत्पन्न होती है जो हमें ऑक्सीजन में साँस लेने के लिए प्रेरित करती है? दिल किससे धड़कता है? पाचन का कारण क्या है? कौन हमें चलने, बात करने, गाने या कुछ भी करने

की शक्ति देता है? भीतर एक शक्ति है जो हमें जीवित रखती है, जैसे यह हमें हमारे चारों ओर की सुंदरता का अनुभव कराती है।

इसमें कोई शक नहीं कि विज्ञान इस बात से इंकार नहीं करता कि इंसान के भीतर कोई न कोई शक्ति होती है। इसीलिए विज्ञान मृत्यु की अवधारणा को स्वीकार करता है। विज्ञान इस बात से इंकार नहीं करता कि हर इंसान के पास एक शरीर है जो मरेगा। लेकिन मृत्यु क्या है? कुछ वैज्ञानिक इसे जीवन के अंत के रूप में परिभाषित करते हैं। वे सोने और मरने के बीच का अंतर समझते हैं। जब हम सोते हैं, तो जागते हैं, लेकिन जब हम मरते हैं, तो यह उस व्यक्ति के लिए 'अंत' होता है जो जीवित था। हमें जीवित रखने वाली दैवीय शक्ति को विनम्रतापूर्वक स्वीकार करने के बजाय, वैज्ञानिक प्रमाण की तलाश में हैं। अनुमान से यह बिल्कुल स्पष्ट प्रतीत होता है कि मृत्यु के समय कुछ न कुछ घटित होता है। क्या होता है? हमारे भीतर की जीवन ऊर्जा समाप्त हो जाती है और मृत शरीर में जीवन वापस लाने के लिए विज्ञान कुछ नहीं कर सकता। मैकेनिक एक ऐसी कार की मरम्मत कर सकते हैं जो पूरी तरह से दुर्घटनाग्रस्त हो गई है, और डॉक्टर एक बीमार शरीर को दवा देने का प्रयास कर सकते हैं, लेकिन क्या कोई डॉक्टर किसी ऐसे व्यक्ति में जीवन वापस डाल सकता है जिसे मृत घोषित कर दिया गया हो? क्या कोई इंजीनियर पूरी तरह से जलकर राख हो चुके हेलीकॉप्टर को दोबारा बना सकता है? इंजीनियर सभी आवश्यक भागों का उपयोग करके एक नया हेलीकॉप्टर बना सकता है, यहाँ तक कि एक नई मोटर, एक गैस टैंक भी लगा सकता है और उसे उड़ा सकता है। लेकिन क्या कोई इंजीनियर मरे हुए आदमी को फिर से चला सकता है?

हम मृत्यु का अर्थ जानते हैं, लेकिन जिसे हम 'अनुमान' कहते हैं, उसके माध्यम से हमें अपने भीतर की शक्ति की सच्चाई का एहसास कब होगा? हम

वैज्ञानिक दृष्टि से मृत्यु को भीतर की शक्ति के प्रस्थान के रूप में कब परिभाषित करेंगे? जैसे विज्ञान ने गुरुत्वाकर्षण के नियम को अनुमान के माध्यम से स्वीकार कर लिया है, विज्ञान कब मृत्यु के नियम को भीतर मौजूद दैवीय शक्ति का प्रस्थान घोषित करेगा? जबकि विज्ञान ऊर्जा के सिद्धांत और नियम में विश्वास करता है, तो मृत्यु के समय क्या होता है, इस पर वैज्ञानिक चकित क्यों हैं? क्या यह सरल नहीं है? अंदर एक ऊर्जा थी जो बची! फिर साँस नहीं रहती, इसे कहते हैं 'मृत्यु'! यदि यह उस व्यक्ति की मृत्यु नहीं है जो जीवित था, तो हम किसी प्रियजन के शरीर का अंतिम संस्कार क्यों करेंगे? हम अपने परिवार के किसी सदस्य को ताबूत में क्यों लिटा देंगे, ताकि उन्हें धरती के नीचे मिट्टी में रहने वाले कीड़ों द्वारा नष्ट कर दिया जाए? ऐसा इसलिए है क्योंकि हम बिना किसी संदेह के जानते हैं कि जो जीवित है वह अब नहीं है। जो जीवित था वह मर गया, चला गया, समाप्त हो गया या आगे बढ़ गया। हम यहाँ तक कहते हैं, 'चलो दिवंगत आत्मा के लिए प्रार्थना करें।' लेकिन हमें इस बारे में कोई सुराग नहीं है कि आत्मा वास्तव में क्या है, वह वास्तव में कैसे निकलती है और कहाँ जाती है।

जीवन और मृत्यु और हमारे भीतर की शक्ति के संपूर्ण विषय को समझना बहुत कठिन नहीं है। अगर हम गहराई से देखें, तो हमें सच्चाई का एहसास होगा, लेकिन दुर्भाग्य से, भीतर का मैं, मन और अहंकार हमें इस तरह के एहसास से रोकते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि जिस क्षण हमें सत्य का एहसास होगा, मन और अहंकार का अस्तित्व समाप्त हो जाएगा। इसलिए, मन और अहंकार हमें इस तरह की अनुभूति से रोकने के लिए बहुत संघर्ष करते हैं। यह सब अनुमान के माध्यम से महसूस किया जाना चाहिए, जैसे हम महसूस करते हैं कि गुरुत्वाकर्षण मौजूद है। सदियों से, जब कोई सेब उनके सिर पर गिरता था, तो सभी लोग यही कहते थे, 'आउच!' - 'Ouch!' न्यूटन जैसे वैज्ञानिक को

यह प्रश्न पूछना पड़ा कि 'सेब नीचे क्यों गिरा?' अन्यथा, सेब को बादलों में उड़ जाना चाहिए था। क्या यह मनोरंजक नहीं है कि गुरुत्वाकर्षण के नियम को स्वीकार करने, गढ़ने और परिभाषित करने में मनुष्य को इतनी सदियाँ लग गईं? वैज्ञानिकों को एहसास है कि अगर गुरुत्वाकर्षण न होता तो पृथ्वी पर मौजूद हर चीज़ हवा में तैर रही होती। आपके और मेरे पैर सड़क पर नहीं होंगे। हम तो आसमान में उड़ना पसंद करेंगे. लेकिन जैसे विज्ञान गुरुत्वाकर्षण के नियम को स्वीकार करता है, वैसे ही विज्ञान दिव्यता के नियम को महसूस नहीं कर पाया है। विज्ञान मृत्यु को परिभाषित नहीं कर पाया है क्योंकि यह विज्ञान की समझ से परे है। इतना ही नहीं, वैज्ञानिक पेरिस में बनी सुगंध पैदा करने वाले रसायनों का आनंद ले सकते हैं, लेकिन वे दिव्यता के रहस्य को नहीं समझ पाए हैं, जबकि उस सुगंध में सुंदरता का अनुभव करने में वे सक्षम हैं।

मृत्यु निश्चित है। मरना तो सबको है। लेकिन मृत्यु पर क्या होता है? शरीर मर जाता है। लेकिन जो जीवित था वह उड़ जाता है या आगे बढ़ जाता है। कौन आगे बढ़ता है? जो जीवित था वह कहाँ जाता है? विज्ञान के पास कोई उत्तर नहीं है। ऐसा कहा जाता है कि कुछ वैज्ञानिकों ने एक आदमी को वायुरोधी कमरे में मरने देने का प्रयोग किया है। कमरा सील कर दिया गया था और कमरे से किसी के बाहर निकलने की कोई संभावना नहीं थी। जो जीवित था, वह मर गया। ये वैज्ञानिक यह पता लगाना चाहते थे कि जो जीवित था वह कहाँ गया। कुछ वैज्ञानिकों ने उस शक्ति को आत्मा कहा जो चली गई, जबकि अन्य ने इसे जीवित व्यक्ति का मैं, मन और अहंकार कहा।

उस वायुरोधी कमरे में मेज पर पड़ी लाश को लेकर वैज्ञानिकों ने बहस शुरू कर दी - 'क्या इसमें कोई संदेह है कि वह व्यक्ति मर गया है?' उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि यह शरीर मर चुका है। उनके मॉनिटरों से पता चला कि कोई

मस्तिष्क गतिविधि नहीं थी, कोई दिल की धड़कन नहीं थी, और कोई साँस नहीं चल रही थी। डॉक्टरों ने घंटों तक शरीर को पुनर्जीवित करने की कोशिश की, जबकि वैज्ञानिक मृतकों के बिस्तर के पास मेज के चारों ओर बैठे रहे। उन्होंने मृत्यु की वास्तविकता को स्वीकार किया, लेकिन उन्होंने यह स्वीकार नहीं किया कि अंदर का जीवन समाप्त हो गया था क्योंकि उन्हें इस बात का कोई अंदाज़ा नहीं था कि क्या हुआ था।

डॉक्टरों में से एक ऐसा भी था जो वैज्ञानिकों की चर्चा में आगे बढ़ गया। वह एक आध्यात्मिक चिकित्सक थे और वैज्ञानिकों को समझाने की कोशिश करते थे। उसने अपनी जेब से एक गुब्बारा निकाला और उन्हें दिखाया। फिर उसने गुब्बारे में हवा भरी और उनसे सवाल पूछा - 'मरे हुए गुब्बारे में जान कौन डालती है? यह रबर का एक बेजान टुकड़ा था, लेकिन अब उछल रहा है।' वैज्ञानिकों ने मुस्कुराते हुए जवाब दिया, 'यह अंदर की हवा है।'

डॉक्टर ने उनसे पूछा, - 'सबूत क्या है?' वैज्ञानिक मुस्कुराए क्योंकि कोई सबूत नहीं था, लेकिन यह सामान्य ज्ञान था। कमरा वायुरोधी था। गुब्बारा कमरे में मौजूद हवा से फुलाया गया और जब उसे फुलाया गया, तो हवा कमरे में हर जगह मौजूद हवा में वापस चली गई। कोई हवा बाहर नहीं निकली क्योंकि वह एक वायुरोधी कमरा था, लेकिन गुब्बारे के अंदर जो हवा थी उसे बाहर निकालना असंभव था।

डॉक्टर ने आगे बताया कि जैसे हवा हर जगह मौजूद हवा में विलीन हो गई, वैसे ही जीवित व्यक्ति में जो ऊर्जा थी, वह हर जगह मौजूद ऊर्जा में विलीन हो गई। व्यक्ति मर गया, लेकिन ऊर्जा नहीं मरी। तब डॉक्टर ने वैज्ञानिक ढंग से समझाया। 'क्या आप सहमत नहीं हैं' उन्होंने सवाल किया, 'उस ऊर्जा को न तो

बनाया जा सकता है और न ही नष्ट किया जा सकता है, बल्कि इसे केवल एक रूप से दूसरे रूप में परिवर्तित किया जा सकता है?' उन्होंने आगे कहा, 'जो शक्ति मृत व्यक्ति को छोड़कर गई थी वह ऊर्जा में परिवर्तित हो गई है जो इस कमरे में हर जगह है। आप अच्छी तरह जानते हैं कि कमरा वायुरोधी है। तुम भी मान लो कि वह आदमी मर गया। लेकिन वह जीवन कहाँ गया? इस कमरे में जीवन बहुत अधिक है। लेकिन जैसे गुब्बारे की हवा हर जगह मौजूद हवा में विलीन हो गई, वैसे ही जीवन शक्ति भी विलीन हो गई है।' वैज्ञानिक मुस्कुराए क्योंकि वे कुछ भी साबित नहीं कर सके, लेकिन वे बिना किसी संदेह के समझ गए कि डॉक्टर ने जो कहा वह सच था।

चूँकि वैज्ञानिक किसी वैज्ञानिक निष्कर्ष पर नहीं पहुँच सके, इसलिए उन्होंने और अधिक समझने के लिए आध्यात्मिक चिकित्सक से चर्चा शुरू की। डॉक्टर एक उन्नत साधक, एक आत्मसाक्षात्कारी व्यक्ति थे। उन्होंने समझाया, 'ज्यादातर लोग सोचते हैं कि जब शरीर मर जाता है, तो जो जीवित था, सूक्ष्म शरीर जिसमें मैं, मन और अहंकार शामिल है, एक नए शरीर में पुनर्जन्म लेता है। यह सच है, 'उन्होंने कहा', लेकिन केवल तब तक सच है जब तक हम अज्ञान में रहते हैं और हमें सच्चाई का एहसास नहीं होता है।

सच तो यह है कि हम मरने वाले शरीर नहीं हैं। यह शरीर मिट्टी में मिल जायेगा। हम मन और अहंकार भी नहीं हैं जो अपने कर्मों को वहन करता है और एक नए शरीर में पुनर्जन्म लेता है। सच तो यह है कि हम दिव्यात्मा हैं। हम वह शक्ति हैं जो मनुष्य को जीवित रखती हैं। शरीर आत्मा, प्राण, या आत्मन आत्मा का आवास मात्र है। मृत्यु के समय आत्मा सर्वत्र व्याप्त आत्मा में विलीन हो जाती है। इस सत्य को महसूस या साकार करना होगा।'

चूंकि वैज्ञानिक यह जानने के इच्छुक थे, इसलिए डॉक्टर ने आगे बताया, 'शव को देखकर पता चलता है कि इस शरीर में जो सुंदरता थी, वह मृत्यु के बाद क्यों गायब हो जाती है? ऐसा इसलिए है क्योंकि जीवन की शक्ति चली गई है। एक सुंदर फूल, एक रंगीन मछली, एक चहचहाता पक्षी, सभी मृत्यु के समय अपनी सुंदरता खो देते हैं। ऐसा इसलिए है क्योंकि उनके अंदर का जीवन सुंदरता का कारण होता है। जीवन के बिना कोई सौंदर्य नहीं है। यह जीवन दिव्यता है। यह हम सभी में ईश्वरीय शक्ति है, जो हमें खूबसूरत इंसान बनाती है। जिस क्षण कोई दिव्यता नहीं है, वहाँ कोई सुंदरता नहीं है।' उन्होंने निष्कर्ष निकाला, 'आप इसे अपनी प्रयोगशाला में साबित करने में सक्षम नहीं हो सकते हैं, लेकिन आपको यह महसूस करना होगा कि यह सत्य है।'

जब हम आँखों से आगे निकल जाते हैं
तो वह सुंदरता जो देखती है...
जिसे हम अनुभव करते हैं
वो आत्मा दिव्यता के अलावा और कुछ नहीं।

संक्षेप में - अध्याय 9
दिव्यता का दर्शन सुंदरता से परे है

✦हर जीवित चीज़ में सुंदरता का कारण क्या है? यह भीतर की जीवन ऊर्जा है।

✦जब मृत्यु के समय जीवन ऊर्जा चली जाती है, तो कोई सुंदरता नहीं रहती।

✦हम शव का दाह-संस्कार करते हैं क्योंकि यह वह नहीं है जो जीवित था।

✦मृत्यु पर क्या होता है? आत्मा कहाँ जाती है?

✦हम मनुष्य सत्य से अनभिज्ञ हैं।

✦हमें इस बात का एहसास नहीं है कि भीतर एक शक्ति है जो सारी सुंदरता पैदा करती है।

✦मरे हुए आदमी को वैज्ञानिक और डॉक्टर भी जीवित नहीं कर सकते।

✦हमारे भीतर का जीवन परमात्मा की उपस्थिति है। यह दिव्यता ही है जो सभी सुंदरता का कारण बनती है।

10
अध्याय

अनुभुति परमानंद पैदा करती है

जिस पल हमें एहसास होता है कि
सौंदर्य में दिव्यता है,
हम शाश्वत आनंद की स्थिति को प्राप्त करते हैं।

एहसास जादुई है। यह सामान्य से परे देखने की क्षमता है। यह हमें अदृश्य को देखने, अज्ञात को जानने और असीमित आनंद का एहसास कराता है। ये कैसे होता है? जब हमें यह एहसास होता है कि जिस दिव्यता की हम हमेशा से तलाश कर रहे हैं वह हमारे चारों ओर है, प्रकट होने वाली सारी सुंदरता में, तो यह आनंद की अनुभूति पैदा करती है। जब हमें यह एहसास होता है कि जिस शक्ति को हम भगवान कहते हैं, वह दूर नहीं है, बल्कि यहीं और अभी मौजूद है, जहाँ हम हैं, यही आनंद पैदा करता है। यह अहसास हमारी खोज के अंत की ओर ले जाता है। ऐसा इसलिए है क्योंकि हमें एहसास होता है कि हम वही दिव्यता हैं जिसकी हम तलाश कर रहे हैं।

दुर्भाग्य से, इस सत्य का ज्ञान बोध नहीं है। कोई सैकड़ों बार सुन या पढ़ सकता है कि पक्षियों की चहचहाहट और हवा का बहना दिव्यता है, लेकिन हम इसे समझ नहीं पाते हैं। हम इसे समझ सकते हैं, लेकिन फिर भी इसका एहसास नहीं कर पाते क्योंकि हमारी 'असली' आन्तरिक आँखें बंद हैं। तार्किक रूप से, हम समझते हैं कि हर सुंदर चीज़ दिव्य है। हम यह भी मानते हैं कि फूल और पेड़, तितलियाँ और मधुमक्खियाँ दैवीय शक्ति द्वारा बनाई गई हैं। लेकिन हमें यह एहसास नहीं है कि ये परमात्मा हैं।

कुछ लोग सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की यात्रा में विकसित होते हैं। वे सुंदर सूर्योदय और भव्य सूर्यास्त में भी भगवान का अनुभव करते हैं, लेकिन भगवान का अनुभव करना अभी भी भगवान को महसूस करने से एक कदम दूर है। बोध कोई बौद्धिक प्रक्रिया नहीं है। हालाँकि इसमें भीतर के ईश्वर को जगाने के लिए बुद्धि शामिल होती है, अंततः यह एक जादुई अनुभव है जो तर्क से परे है। इसलिए ऋषियों ने इसे सत दर्शन कहा, जिसका अर्थ है सत्य का दर्शन। जब

तक वह दिव्य दृष्टि नहीं होगी, हम सारी सुंदरता को एक रचना के रूप में देखेंगे, लेकिन अभिव्यक्ति के रूप में नहीं।

ईश्वर-प्राप्ति उस आध्यात्मिक "अहा!" क्षण को प्राप्त करना है जब हम ईश्वर को देखते हैं, ईश्वर का अनुभव करते हैं और हमारे चारों ओर जो कुछ भी है उसमें ईश्वर का एहसास करते हैं। इस अवस्था को अपरोक्ष अनुभूति के नाम से जाना जाता है, जिसका अर्थ है एक सहज अनुभव जिसे तार्किक रूप से परिभाषित नहीं किया जा सकता है। यह अनुमान से भी परे है। अत: इसे बोध कहा जाता है।

बोध माया नामक भ्रम पर विजय प्राप्त करता है। आम तौर पर, माया - ब्रह्मांडीय भ्रम, सच्चाई को छुपाकर और मिथक पेश करके हमें मूर्ख बनाती है। माया की शक्ति इतनी प्रबल है कि हम सत्य से अंधे हो जाते हैं। हम वह देख सकते हैं जो दिखाई देता है, लेकिन हम वह नहीं देख पाते जो वास्तव में है। इसकी वजह से हमें परेशानी होती है। हम त्रिविध दु:खों का अनुभव करते हैं - शरीर का शारीरिक दर्द, मन का दु:ख और अहंकार की पीड़ा, क्योंकि हम ब्रह्मांडीय भ्रम, माया में फंस गए हैं। हम सोचते हैं कि ईश्वर हमसे अलग है और हम ईश्वर को खोजते रहते हैं, जबकि वास्तव में हम ईश्वर की अभिव्यक्ति हैं। कोई इस ब्रह्मांडीय भ्रम पर कैसे काबू पा सकता है? बोध ही मार्ग है।

जब हमें इस सत्य का एहसास होता है कि इस संसार में ईश्वर ही सब कुछ के रूप में प्रकट होते हैं और हम सुंदरता को दिव्यता के रूप में देखते हैं, तो, हमने माया पर विजय पा ली है। हममें से कुछ लोग सत्यम् शिवम् सुन्दरम् मंत्र से धन्य और प्रेरित हो सकते हैं जो इस अनुभूति का कारण बनता है। जब हम इस मंत्र के साथ जीते हैं, तो हम इस सच्चाई को महसूस करने में सक्षम हो

सकते हैं कि हर सुंदर चीज़ ईश्वर है। हम यह महसूस करने में सक्षम हो सकते हैं कि यह दिव्यता ही है जो सारी सुंदरता का कारण बन रही है। जहाँ कुछ लोगों के लिए मंत्र बोध का कारण बन जाता है, वहीं कुछ के लिए यह बोध का प्रभाव बन जाता है। उनके लिए, सत्य की प्राप्ति सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव कराती है। ईश्वर-प्राप्ति से यह सत्य उजागर होता है कि ईश्वर सुन्दर है। चाहे सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का जाप बोध का कारण हो या उसका प्रभाव, दोनों ही परिदृश्यों में, यह भ्रम, माया और इसके साथ, हम जिस दुःख से पीड़ित हैं, उस पर विजय प्राप्त करना है, जैसे यह आनंद पैदा करता है, जो शाश्वत है।

जो लोग माया पर विजय पा लेते हैं, वे शरीर को होने वाली शारीरिक पीड़ा से पार हो जाते हैं। शरीर को कष्ट हो सकता है, परंतु उन्हें शरीर का कष्ट नहीं होता। ऐसा इसलिए है क्योंकि उन्हें एहसास होता है कि वे शरीर नहीं हैं, बल्कि उनके भीतर की शक्ति हैं जो पीड़ित नहीं होती हैं। बोध मन के दुःख से परे है। जैसे-जैसे मन चिंता करता है और भटकता है, बोध प्राप्त व्यक्ति उस मिथक से अछूता रहता है जिसे मन पैदा करने की कोशिश करता है। एक आत्मसाक्षात्कारी आत्मा उस अहंकार को भी पार कर जाती है जो सामान्यतः क्रोध, प्रतिशोध, घृणा और ईर्ष्या से पीड़ित होता है। बोध हमें इस त्रिविध कष्ट से मुक्त करता है क्योंकि यह हमें ईश्वर-प्राप्ति के परमानंद में ले जाता है।

एक बार जब हमें यह एहसास हो जाए कि सौंदर्य ही दिव्यता है तो इस आनंद के साथ जीना क्या है? जिस क्षण हमें अपने अंदर और अपने चारों ओर ईश्वरीयता का एहसास होता है, तब, हम हर समय ईश्वर की दिव्य उपस्थिति के साथ रहते हैं। हम ईश्वर की समस्त सृष्टि में ईश्वर का अनुभव करते हैं। जब हम आसमान में इंद्रधनुष देखते हैं तो खुशी होती है। जब हम किसी सुंदर पक्षी को उड़ते हुए देखते हैं तो आनंद की अनुभूति होती है। हम सभी भय को त्याग देते

हैं, क्योंकि यह ब्रह्मांडीय नाटक और कुछ नहीं बल्कि ईश्वर की अभिव्यक्ति है जो पल-पल प्रकट होती रहती है। इस आनंद को आनंद कहा जाता है। यह हमारे द्वारा अनुभव किये जाने वाले इन्द्रिय सुखों से कहीं परे है। यह संतुष्टि के साथ जीने से मिलने वाली शांति और सुकून से भी परे है। जैसे ही हम दिव्य सत्य के प्रति सचेत हो जाते हैं, अहसास का आनंद हमें सभी कष्टों और दु:खों से मुक्त कर देता है।

यह सच्चिदानंद की स्थिति है, आनंद की स्थिति है क्योंकि हम सत्य की चेतना में रहते हैं। जब तक कोई अहसास नहीं होता है, तब तक हम इस वास्तविकता के प्रति सचेत नहीं होते हैं कि जो कुछ भी हम अनुभव करते हैं वह केवल एक कारण का प्रभाव है जो कि दिव्य है। जिस क्षण बोध होता है, हम सत्य के प्रति सचेत हो जाते हैं। यह ईश्वर की सर्वव्यापकता की चेतना है जो आनंद का उल्लास पैदा करती है जो मनुष्य द्वारा अनुभव किए गए किसी भी आनंद से परे है। इस प्रकार, सच्चिदानंद की यह स्थिति, निर्बाध और शाश्वत आनंद की स्थिति है, जैसे यह बिना किसी नकारात्मकता के शांति और स्थिरता की स्थिति है। जो सच्चिदानंद का अनुभव करता है, उसे न केवल सुंदरता में दिव्यता का एहसास होता है, बल्कि वह इस सच्चाई से अवगत हो जाता है कि हम कुछ भी नहीं हैं। यद्यपि हम वैसे ही प्रतीत होते हैं जैसे हम हैं, वास्तव में हम ईश्वर की अभिव्यक्ति हैं, जैसे हमारे चारों ओर की सारी सुंदरता दिव्यता के अलावा और कुछ नहीं है। शाश्वत आनंद की इस स्थिति में, व्यक्ति अहंकार को छोड़ देता है और जो कुछ बचता है वह ईश्वर है। भौतिक आँखें वही देख सकती हैं जो दिखाई देता है, लेकिन 'वास्तविक' आँखें केवल ईश्वर को देखती हैं। यह ईश्वर-प्राप्ति की अवस्था है।

बहुत कम लोगों को आत्म-साक्षात्कार की स्थिति से ईश्वर-प्राप्ति की ओर विकसित होने का सौभाग्य प्राप्त होता है। इस प्रकार, हममें से अधिकांश का अस्तित्व मात्र है, हम मरने तक जीवित रहते हैं। हम ईश्वर की खोज करते हैं और अपनी अज्ञानता में फंस जाते हैं। हमें कभी भी ईश्वरीय सत्य का एहसास नहीं होता है और इस प्रकार, हम हर जगह मौजूद ईश्वरीय आनंद का अनुभव करने में असफल हो जाते हैं।

ख़ुशी की ओर पहला कदम,
आत्मबोध की अवस्था है।
यह हमें सौंदर्य में दिव्यता देखने की ओर ले जाता है,
ईश्वर-प्राप्ति का परमानंद।

संक्षेप में - अध्याय 10
अनुभुति आनंद पैदा करती है

✦हर खूबसूरत चीज़ में ईश्वर का एहसास आनंद की स्थिति पैदा करता है।

✦आनंद शाश्वत परमानंद और शाश्वत शांति है।

✦ऐसा तब होता है जब कोई ऐसी स्थिति में रहता है, सच्चिदानंद, सत्य के प्रति सचेत होना।

✦सौंदर्य ही दिव्यता है, इसका अहसास होने पर ही हम सत्य के प्रति सचेत होते हैं।

✦बोध हमें त्रिविध दु:खों से मुक्त कराता है।

✦बोध और मुक्ति से जो आनंद मिलता है वह निर्बाध शाश्वत आनंद है।

✦इसके लिए व्यक्ति को माया, ब्रह्मांडीय भ्रम पर विजय पाना होगा।

✦प्रतिफल हमारे भीतर और चारों ओर ईश्वर का अनुभव करना है।

✦यह नकारात्मकता के किसी भी संकेत के बिना परमानंद का जीवन जीने की ओर ले जाता है।

11
अध्याय

ईश्वर के साथ रहना

एक अज्ञात भगवान को
खोजने के बजाय,
क्यों ना उस भगवान के साथ रहें,
जो हमारे हृदय मंदिर में ही रहते हैं?

जो लोग ईश्वर को पाने का सौभाग्य प्राप्त कर लेते हैं, वे ईश्वर की खोज करना बंद कर देते हैं। उन्होंने ईश्वर के बारे में सत्य की खोज कर ली है। उनके लिए, ईश्वर सदैव, हर जगह, हर चीज़ में मौजूद है। यह अहसास उन्हें जागरूक बनाता है कि भगवान कहीं दूर ग्रह पर नहीं रह रहे हैं जैसा कि उन्हें तब सिखाया गया था जब वे बड़े हो रहे थे। जैसे ही उन्हें सच्चाई का एहसास होता है वे मिथक पर काबू पा लेते हैं। वे अपने जीवन की हर साँस में भगवान के साथ रहते हैं।

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की शक्ति केवल इस खोज में निहित नहीं है कि हर सुंदर चीज़ ईश्वर है, बल्कि यह उसकी चेतना के साथ जी रही है। यह सिर्फ जानना नहीं है कि सुंदरता में दिव्यता है, बल्कि इसका अनुभव भी करना है। यह ईश्वर के बारे में अज्ञानता पर काबू पा रहा है। यह उस मिथक को तोड़ रहा है जिसके साथ लोग रहते हैं। यह गर्भ से कब्र तक ईश्वर की खोज को रोक रहा है क्योंकि हमें एहसास होता है कि ईश्वर वह नहीं है जिसे हमें मंदिर, मठ या चर्च में मूर्ति या चित्र के रूप में दिखाया गया था। जिस क्षण व्यक्ति को ईश्वर का बोध हो जाता है, उसकी तलाश समाप्त हो जाती है। जैसे ही हम हर समय ईश्वर का अनुभव करते हैं, खोज समाप्त हो जाती है। अब कोई प्रश्न नहीं, कोई संदेह नहीं, कोई झिझक नहीं क्योंकि अनुभूति पूर्ण हो गई है। हमें एहसास होता है कि हमारे आस-पास की हर सुन्दर चीज़ सिर्फ भगवान द्वारा नहीं बनाई गई है, बल्कि वास्तव में वह स्वयं ही भगवान है। ईश्वर उस समस्त सौंदर्य के रूप में प्रकट हो रहा है जिसे हम देखते और अनुभव करते हैं। जब हम भीतर की शक्ति का अनुभव करते हैं तो अहसास हमें त्वचा से परे पंच-इन्द्रियों से परे देखने में सक्षम बनाता है। जब हम ईश्वर-प्राप्ति के आनंद का परमानंद लेना शुरू कर देते हैं, तो हम अपने जीवन का हर पल ईश्वर के साथ जीने लगते हैं।

सच तो यह है कि ईश्वर हर जगह है। अहसास रहस्य खोलता है। जो कुछ भी हमें सौंदर्य के रूप में दिखाई देता है, वह दिव्यता है। पदार्थ का प्रत्येक कण ईश्वर-ऊर्जा है। इस ज्ञान पर विश्वास करके जीना कठिन है। इसके लिए बोध की आवश्यकता है। लेकिन एक बार जब अहसास हो जाता है, तो हम ज्ञान से परे चले जाते हैं। यह ईश्वर का आंतरिक सहज अनुभव है। जब हम भोर में किसी सुंदर पक्षी को गाते हुए सुनते हैं, तो हमें यह सोचने की ज़रूरत नहीं है कि यह भगवान गा रहा है। हम यह जानते हैं! हम इसका अनुभव करते हैं। हमें इसका एहसास है।

क्या आपको यह देखने के लिए अपने चेहरे पर नाक को छूने की ज़रूरत है कि क्या यह अभी भी वहाँ है? बेशक, आप ऐसा नहीं करते। आपको पता है कि यह वहाँ है। आप साँस लेते हैं, जैसे आप इसके माध्यम से गंध लेते हैं। इसी प्रकार, एक बार जब हमें ईश्वर का एहसास हो जाता है, तो यह अहसास हमारी चेतना का एक हिस्सा बन जाता है। जब हम पेड़ की शाखा को देखते हैं जिस पर एक पक्षी गाता है, तो हम पत्तियों में, शाखाओं में भगवान को देखते हैं, जैसे हम पक्षी में भगवान को देखते हैं। हम फूलों में भगवान को देखते हैं, जैसे हम बादलों में और दूर उगते सूरज में भगवान को देखते हैं। हम हवा की सनसनाहट में ईश्वर का अनुभव करते हैं, ठीक वैसे ही जैसे हम हवा के झोंके में ईश्वरीय उपस्थिति का अनुभव करते हैं। सब कुछ भगवान है। ईश्वर के अलावा कुछ भी नहीं है। ईश्वर-प्राप्ति का जादू ही ऐसा है।

इस समय तक, हम लोगों को अपने से भिन्न रूप में देखते थे। लेकिन जिस क्षण हमें यह अहसास हो जाता है, तब हम लोगों को हड्डी और त्वचा से बनी संस्थाओं के रूप में नहीं देखते। हम भीतर की शक्ति को देखते हैं। हम ईश्वर को देखते हैं जो प्रत्येक प्राणी के भीतर रहता है और ईश्वर की दिव्य उपस्थिति

के आनंद का अनुभव करते हैं। हम सभी को नमन करते हैं, इस अहसास के साथ कि हम उस ईश्वर को नमन कर रहे हैं जो इन सभी लोगों के रूप में प्रकट हो रहा है।

एक बार जब हम इस मिथक पर काबू पा लेते हैं और ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास करने लगते हैं, तो हम अपने भीतर ईश्वर-ऊर्जा का अनुभव करते हैं। हम अपने हृदय के मंदिर में भगवान की दिव्य उपस्थिति को अपने भीतर महसूस करते हैं। तब हम एक क्षण के लिए भी इस दिव्य अनुभूति को नहीं खोते। यह अहसास हमें सचेत करता है कि हम वह नहीं हैं जो हम दिखते हैं, जैसे हम शरीर, मन और अहंकार नहीं हैं। हम हर उस 'शरीर' में ईश्वर की दिव्य उपस्थिति देखते हैं जिससे हम मिलते हैं और अभिवादन करते हैं। हम अब अपनों और परायों के बीच अंतर नहीं करते, जैसे हम त्वचा के रंग को देखना बंद कर देते हैं क्योंकि हमें अपने भीतर ईश्वर का एहसास होता है।

ईश्वर सुंदर है और इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि जिससे हम मिल रहे हैं वह भारतीय है या अमेरिकी, अफ्रीकी है या चीनी। हम सभी में ईश्वर की दिव्य उपस्थिति का अनुभव करते हैं और हम ईश्वर के साथ रहकर अपनी यात्रा शुरू करते हैं। वास्तव में, हम ईश्वर को न केवल ईश्वर द्वारा बनाई गई सुंदर प्रकृति में अनुभव करते हैं, बल्कि अपने आस-पास की हर चीज़ में भी अनुभव करते हैं। जब हमारा प्यारा सा पालतू कुत्ता अपनी पूँछ हिलाता है तो हमें ईश्वर का अनुभव होता है, ठीक वैसे ही जैसे हमें एक छोटी सी चींटी में ईश्वर का अनुभव होता है जो हमारे पैरों के पास रेंगती है। जिस व्यक्ति को ईश्वर का एहसास नहीं हुआ है, उसे यह अजीब ही लगेगा। कोई यह प्रश्न कर सकता है कि कुत्ते और चींटी में भगवान कैसे हो सकते हैं! दुर्भाग्य से, माया का पर्दा, ब्रह्मांडीय भ्रम हमें इस सच्चाई का एहसास करने से रोकता है। हम ईश्वर की इन अभिव्यक्तियों में

ईश्वर की दिव्य उपस्थिति को महसूस करने में असमर्थ हो जाते हैं और हम ईश्वर की खोज में लगे रहते हैं। लेकिन जो ईश्वर को जान लेता है, वह हर समय ईश्वर की दिव्य उपस्थिति को महसूस ही नहीं करता लेकिन उनके साथ रहने लगता है।

जो ईश्वर को जान लेता है, उसे इस गहन सत्य का एहसास हो जाता है कि हम कुछ भी नहीं हैं! ईश्वर ही सब कुछ है! हमें यह अहसास होता है कि भले ही हम एक-दूसरे से अलग दिखाई देते हैं, लेकिन वास्तव में हम एक ही ईश्वर की अलग-अलग अभिव्यक्तियाँ हैं। हमारे आस-पास की हर चीज़ में जो ऊर्जा है, वह एक दिव्य ऊर्जा है, और वही ईश्वर है। ऐसी कोई जगह नहीं जहाँ भगवान न हों। यह हमें ईश्वर के साथ निर्बाध रूप से रहने में सक्षम बनाता है।

लेकिन फिर भी हमारे मन में आता है, और हमें ऐसे विचार पैदा करने की कोशिश करवाता है जो हमें ईश्वर से दूर ले जाते हैं। पाँच शारीरिक-इंद्रियाँ हैं जो हमारी चेतना को ईश्वर की दिव्य उपस्थिति से विचलित करने में मन की सहायता करती हैं। हम कुछ देखते हैं और हमारा मन भटक जाता है। हम कुछ और सुनते हैं, और हम कुछ और सूंघते हैं, चखते हैं या कुछ और छूते हैं - और इन सबके माध्यम से, हमारा मन भगवान के साथ हमारा संबंध तोड़ने की कोशिश करता है। लेकिन जिसने ईश्वर को जान लिया है, वह मन से अप्रभावित रहता है। यह एक संक्षिप्त क्षण के लिए हो सकता है कि मन भटक जाए, लेकिन ईश्वर-प्राप्त आत्मा ईश्वर-चेतना की उस आनंदमय स्थिति में लौट आती है क्योंकि वह हर समय ईश्वर की दिव्य उपस्थिति में रहती है।

यह कोई परी कथा नहीं है, हालाँकि जिन लोगों को ईश्वर का एहसास नहीं हुआ है वे इसे परी कथा मान सकते हैं। यह ईश्वर-प्राप्ति है। जब हम आत्म-

साक्षात्कार से ईश्वर-प्राप्ति की ओर बढ़ते हैं, तो हमें न केवल यह एहसास होता है कि हम कुछ भी नहीं हैं, बल्कि हम यह भी महसूस करना शुरू कर देते हैं कि ईश्वर ही सब कुछ है। हमें एहसास होता है कि ईश्वर सर्वशक्तिमान है, वह ऊर्जा है जो हमारे चारों ओर सारी सुंदरता के रूप में प्रकट होती है। यह ईश्वर ही है जो सूर्य, चंद्रमा और तारों के रूप में आकाश में व्याप्त है। वह ईश्वर ही है जो सब कुछ सुंदर है, चाहे वह जानवर हों, पक्षी हों या फूल हों। यह अहसास हमें अपनी 'असली आँखें' खोल देता है जो ईश्वर के अलावा और कुछ नहीं देखती, इस सच्चाई को महसूस करती है कि ईश्वर के अलावा कुछ भी नहीं है। ईश्वर के अलावा किसी अन्य का अस्तित्व नहीं है। जो कुछ भी सुंदर प्रतीत होता है वह उस व्यक्ति के लिए दिव्यता है जिसने सत्य का एहसास कर लिया है।

आगे क्या? जिसने यह जान लिया है कि हम वह शरीर नहीं हैं जो कहता है, 'यह मैं हूँ', न ही हम मन या यह अहंकार हैं, उसे यह भी पता चलता है कि यह सब एक ब्रह्मांडीय नाटक है जो पृथ्वी नामक विशाल मंच पर प्रकट हो रहा है। यह भगवान की लीला या शो है, जिसमें हम आते हैं और चले जाते हैं। पृथ्वी पर जन्म और मृत्यु भगवान की योजना का एक हिस्सा है और जो कुछ भी घटित होता है उसे वह स्वीकार कर लेता है और ईश्वरीय इच्छा के प्रति समर्पण कर देता है। आत्मज्ञानी व्यक्ति जानता है कि दुनिया ईश्वर द्वारा बनाए गए कुछ सार्वभौमिक कानूनों पर चलती है - गुरुत्वाकर्षण का कानून, चक्र का कानून और कर्म का कानून - क्रिया और प्रतिक्रिया का कानून। यह हमारे जन्म और मृत्यु को नियंत्रित करता है। आत्मज्ञान प्राप्त व्यक्ति मृत्यु के क्षण तक भगवान की दिव्य उपस्थिति के साथ रहता है, जहाँ वह इस शरीर से मुक्त हो जाता है और दिव्य के साथ एकजुट हो जाता है। हालाँकि वैज्ञानिक दुनिया के पास इसका कोई प्रमाण नहीं है, लेकिन इसका एहसास उसी को होता है जो उस मिथक पर काबू पा लेता है जिसके साथ हम सभी रहते हैं। आज विज्ञान भी इस

बात से सहमत है कि मानव शरीर का प्रत्येक कण वास्तव में ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है। यह कौन सी ऊर्जा है? विज्ञान को आध्यात्मिकता के साथ तालमेल बिठाने में हजारों साल लग गए। सदियों पहले हुए आध्यात्मिक संतों ने इस सत्य को महसूस किया था। जब तक विज्ञान हर चीज़ पर सवाल उठाता है और सत्य का अनुमान लगाने से इंकार करता है, तब तक वह गोल-गोल घूमता रहेगा। लेकिन जिसने ईश्वर को जान लिया है, वह हर समय ईश्वर के साथ रहने लगता है, यह महसूस करता है कि हम दिव्य आत्मा हैं और ईश्वर के साथ एक होने के अपने अंतिम लक्ष्य को प्राप्त करता है।

हमारे पास एक विकल्प है। हम ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास कर सकते हैं और सुंदरता में दिव्यता का अनुभव कर सकते हैं और हम हर समय ईश्वर के साथ रहना सीख सकते हैं, या हम बार-बार पुनर्जन्म लेने के लिए बस जी सकते हैं और मर सकते हैं। चुनाव हमारा है। यदि हम अंतिम लक्ष्य को प्राप्त करना चाहते हैं, तो हमें अपने जीवन के अंत से पहले ही अपने जीवन के उद्देश्य को समझ लेना होगा, ईश्वर का एहसास करना होगा और ईश्वर के साथ रहना होगा। लेकिन हममें से कितने लोग वास्तव में यह सवाल पूछना बंद कर देते हैं, 'मेरे जीवन का उद्देश्य क्या है?'

हमारे पास एक विकल्प है,
हम ईश्वर की खोज जारी रखें
या हर खूबसूरत चीज़ में ईश्वर को महसूस करें,
और प्रभु की सदैव उपस्थिति के साथ हम जिएं।

संक्षेप में - अध्याय 11
ईश्वर के साथ रहना

✦हमारे पास एक विकल्प है। हम ईश्वर की खोज कर सकते हैं या ईश्वर का एहसास कर सकते हैं।

✦एक बार जब हमें ईश्वर का एहसास हो जाता है, तो हम हर समय ईश्वर के साथ ही रहते हैं।

✦ईश्वर हर जगह, हर चीज़ में है।

✦बोध हमें सचेत करता है कि केवल ईश्वर ही है, और कुछ नहीं है।

✦हर चीज़ में ईश्वर की ही अभिव्यक्ति है। यह आपके और मेरे रूप में प्रकट होने वाली ही ईश्वर-ऊर्जा है।

✦जब हम त्वचा से परे देखते हैं, तब हमें ईश्वर का एहसास होता है जो भीतर ही है।

✦यह हमें ईश्वर की सदैव उपस्थिति में रहने योग्य बनाता है।

✦हम ईश्वर की उपस्थिति में रहने लगते हैं, तब हम मृत्यु से मुक्त हो जाते हैं और ईश्वर के साथ एकजुट हो जाते हैं।

✦यही हमारा अंतिम लक्ष्य है।

12
अध्याय

जीवन का उद्देश्य

पृथ्वी पर आने का हमारा एक उद्देश्य है,
लेकिन हममें से ज्यादातर लोग जन्म के बाद भटक जाते हैं।

पृथ्वी पर हमारा उद्देश्य क्या है? हमारा जन्म क्यों हुआ? क्या इसका कोई कारण, कोई मतलब था या हम जीने के लिए ही बने हैं, और मरने के लिए ही? मनुष्य सभी जीवित प्राणियों में सबसे जटिल है। हमारे पास 30 ट्रिलियन से अधिक कोशिकाएँ, 5 ज्ञानेन्द्रियाँ, 5 क्रिया अंग और कई महत्वपूर्ण अंग हैं - मस्तिष्क, गुर्दे, हृदय, फेफड़े, प्रत्येक मनुष्य को ज्ञात किसी भी मशीन से अधिक जटिल और अद्वितीय हैं। पृथ्वी पर 8 अरब से ज़्यादा मनुष्य हैं, प्रत्येक अद्वितीय, भिन्न और विशेष है। हम सभी को बुद्धि की एक विशेष क्षमता से क्यों बनाया गया और आशीर्वाद दिया गया जो किसी अन्य जीवित प्राणी के पास नहीं है? हमारे जीवन का एक उद्देश्य है, लेकिन दुर्भाग्य से, हम बस जीते हैं और मर जाते हैं।

अगर कोई इंसान अपनी तुलना किसी जानवर से करता है, तो इसमें एक बड़ा अंतर है। अधिकांश जानवर चार पैर वाले होते हैं और मनुष्य के दो पैर होते हैं। इस मानवीय डिज़ाइन का एक कारण है। यह हमारे सिर को सबसे ऊपर रखता है, फिर हमारे हृदय, पेट, और अंत में हमारे प्रजनन अंगों को। इसका कारण यह है कि हमें पहले अपने सिर का उपयोग करके जीना है, फिर अपने दिल से थोड़ा भावुक होना है, जीने के लिए खाने के लिए अपने पेट का उपयोग करना है और अंत में, प्रजनन के लिए अपने प्रजनन अंगों का उपयोग करना है। जानवर अलग हैं। उनका सिर, हृदय, पेट और जननांग एक ही स्तर पर हैं। इसलिए, वे उपयोग को प्राथमिकता दिए बिना उन सभी का उपयोग करते हैं। वे तर्क को प्राथमिकता पर नहीं रख सकते। हम इंसान भी कभी-कभी इन चार पैरों वाले प्राणियों की तरह व्यवहार करते हैं और प्राथमिकता के क्रम में गड़बड़ी करते हैं। हम अपने जीवन की मुख्य प्राथमिकता के रूप में आनंद की तलाश करना शुरू करते हैं और अपने 'सच्चे' जीवन-उद्देश्य की खोज करना भूल जाते हैं। प्रत्येक मनुष्य आनंद की प्रवृत्ति से युक्त है। हम वह सब कुछ

करते हैं जिससे हमें खुशी मिलती है, जैसे हम दर्द के हर अवसर से दूर रहते हैं। हालाँकि यह बिल्कुल ठीक है, हम आनंद को अपने जीवन का उद्देश्य बना लेते हैं और खुशी का पीछा करना शुरू कर देते हैं। हम अपनी वासना और लालच को पूरा करके इंद्रिय-सुखों में खुशी खोजने की कोशिश करते हैं।

शुरू से ही हमें सफल होना सिखाया जाता है क्योंकि हमें बताया जाता है, 'सफलता ही खुशी है'। हम अपने स्कूल में प्रथम आने, अपने स्कूल की खेल टीम के कप्तान बनने और चैंपियन बनने के लिए प्रेरित होते हैं और जैसे-जैसे हम बड़े होते हैं यह बात हमारे दिमाग से उतरती ही नहीं है। हम जीवन के लक्ष्य को उपलब्धि समझने की गलत व्याख्या करते हैं और इस शिखर पर चढ़ते जाते हैं, जब तक एक दिन हमें एहसास नहीं होता कि यह एक भ्रम था। हम चट्टान से गिर जाते हैं और मर जाते हैं। फिर, हम इस दुनिया में मृत्यु और पुनर्जन्म के एक ही चक्र में पीड़ित होने के लिए बार-बार जन्म लेते हैं। हममें से कुछ लोग भाग्यशाली हैं। हम उपलब्धि के इस जुनून पर काबू पाते हैं और संतोष और संतुष्टि के जीवन की ओर बढ़ते हैं। हम अपनी आनंद की चाह को शांति का जीवन जीने, पूरी तरह से संतुष्ट और संतुष्ट रहने से बदलते हैं। हम अपनी सफलता के लिए 'बहुत हो गया' कहना सीखते हैं और अपनी ज़रूरत को लालच बनने से रोकते हैं।

हालाँकि, चाहे हम उपलब्धि या पूर्ति की खोज में हों, हर इंसान को कष्ट तो होता ही है। हम शरीर के शारीरिक दर्द का अनुभव करते हैं। हमारे जन्म से लेकर मरने तक ऐसा कौन है जो सभी प्रकार के कष्ट और दर्द का अनुभव नहीं करता है? बच्चों के रूप में हम मन से होने वाले कष्ट से मुक्त रहते हैं, लेकिन बड़े होने पर हमें कष्ट होने लगते हैं। मन चिंता करता है और भटकता है, क्योंकि यह हमें अतीत के पछतावे और भविष्य के डर के साथ जीने पर मजबूर कर देता है।

शरीर की पीड़ा और मन की पीड़ा के अलावा, हम अहंकार की पीड़ा का अनुभव करते हैं। हम क्रोधित हो जाते हैं, जैसे हम घृणा, प्रतिशोध और ईर्ष्या पैदा करते हैं, और अहंकार के रूप में पीड़ित होते हैं। हम सभी इस तिहरे कष्ट से गुजरते हैं। यद्यपि दु:ख सुख के साथ जुड़ा हुआ है, फिर भी पृथ्वी पर जन्म लेने वाला कोई भी व्यक्ति इस दु:ख और कष्ट से बच नहीं सकता है।

जीवन का उद्देश्य मुक्ति है, जब हम जीवित हैं तो सभी कष्टों और दु:खों से मुक्ति। इसके अलावा, हमारा उद्देश्य मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से मुक्त होना है। यह सब तब प्राप्त होता है जब हम जीवन के अंतिम उद्देश्य को प्राप्त कर लेते हैं, जो कि ईश्वर के साथ एकाकार होना है। हमें यह उद्देश्य कैसे प्राप्त करना चाहिए?

अपने अंतिम लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए, हमें अपनी अज्ञानता पर काबू पाना होगा और महसूस करना होगा कि हम दिव्य आत्मा हैं। हमें सत्य का एहसास करने और अपने दिमाग में भरी सभी अज्ञानता को दूर करने के लिए प्रयास करना चाहिए। हमें बुद्धि को सक्रिय करके, मैं, मन और अहंकार से परे जाना होगा। हमें विचारों में भेदभाव करने के लिए अपनी बुद्धि का उपयोग करना चाहिए। ऐसा करने से, हम सभी मिथकों को छोड़ देते हैं और हमें जीवन के बारे में सच्चाई का एहसास होता है।

बोध सामान्य व्यक्ति के लिए कोई उपहार नहीं है। जब हम अपनी भेदभाव की शक्ति का उपयोग करते हैं तो इसके लिए असाधारण मात्रा में दृढ़ संकल्प और अनुशासन की आवश्यकता होती है। यह हमें वैराग्य का जीवन जीने के लिए कहता है, क्योंकि हम ईश्वर की इच्छा रखते हैं और किसी अन्य चीज़ में उसकी तलाश नहीं करते हैं। ईश्वर का ऐसा सच्चा साधक मुक्ति की लालसा में जीता है वह अंततः मृत्यु और पुनर्जन्म के निरंतर चक्र से बच जाता है।

इस यात्रा को शुरू करने का तरीका क्या है? यह आत्मज्ञान का मार्ग है। हम मनुष्य अंधकार का जीवन जी रहे हैं और यद्यपि हमारे चारों ओर प्रकाश है, फिर भी हमारे आंतरिक अस्तित्व को प्रकाशित करने की आवश्यकता है। ऐसा प्रतीत होता है कि हमारे पास नौ दरवाजे हैं जो बाहरी दुनिया की ओर खुलते हैं। इस प्रकार, हम लगातार अपनी दोनों आँखों से देख रहे हैं, अपने दोनों कानों से सुन रहे हैं, दो नासिका छिद्रों से सूंघ रहे हैं, अपने मुँह से खा रहे हैं, और अपने भीतर क्या है, इसे देखे बिना अपने उत्सर्जन और प्रजनन के अंगों का उपयोग कर रहे हैं। हमें यह एहसास ही नहीं है कि हम सिर्फ हड्डी और त्वचा नहीं हैं, बल्कि वह शक्ति हैं जो भीतर रहती है।

जब हम 'मैं कौन हूँ?' की सच्चाई जानने की खोज में निकलते हैं तो हमें एहसास होता है कि हम न तो शरीर हैं और न ही मन। हम दिव्य आत्मा हैं। ऐसा तब होता है जब हम दसवां दरवाजा खोलते हैं जो भीतर देखता है, एक ऐसा दरवाजा जो आत्मज्ञान की रोशनी देता है और हमें सच्चाई का एहसास कराता है। यह वह आत्मज्ञान है जो उस बोध का कारण बनता है जो सभी दुःखों से मुक्ति और मृत्यु के समय ईश्वर के साथ एकीकरण की ओर ले जाता है। यही हमारा अंतिम उद्देश्य है - ईश्वर के साथ एक हो जाना और सुख और दुःख की इस दुनिया में बार-बार वापस लौट कर न आना।

इसे संभव बनाने के लिए, ईश्वर ने हमारे चारों ओर की सारी सुंदरता में इतना जादू पैदा किया है कि हमें इसकी सच्चाई प्रकट हो जाए, लेकिन हम अंधे, बहरे और गूंगे प्राणियों के रूप में जी रहे हैं। हालाँकि हममें से केवल 1% ही दृष्टिहीन हैं, हममें से 99% आध्यात्मिक रूप से अंधे हैं। जबकि भगवान हमारे दिल के मंदिर में रहते हैं, हम भगवान को बाहर खोजते रहते हैं। हम अपने शरीर की प्रत्येक कोशिका में मौजूद जीवन ऊर्जा पर विचार करना बंद नहीं करते हैं।

हम यह सोचना बंद नहीं करते कि हमारे हृदय में पंपिंग क्रिया को जारी रखने की शक्ति कहाँ से आती है, चाहे हम जाग रहे हों या सो रहे हों। कुछ विश्लेषणों के अनुसार, हृदय हर दिन इतनी ऊर्जा पंप करता है जो एक ट्रक को 30 किलोमीटर से अधिक तक चलाने के लिए पर्याप्त है। परमात्मा हमारी आँखों में मौजूद है, प्रत्येक आँख 576 मेगापिक्सेल कैमरे से भी अधिक शक्तिशाली है। जैसे हमारी सुनने की शक्ति अद्वितीय है, वैसे ही हमारे स्वर रज्जु भाषण और ध्वनि उत्पन्न कर सकते हैं। हमें यह एहसास नहीं है कि यह ईश्वर की शक्ति है जो हमारी नाक में अनगिनत सुगंधों को सूंघने की क्षमता पैदा करती है, जैसे हमारी जीभ स्वाद लेने में सक्षम होती है। हम इस संसार के सुखों का पीछा करने में इतने व्यस्त हैं कि हम अपने भीतर के ईश्वर को इस शक्ति की खोज नहीं कर पाते हैं।

दिव्यता न केवल हमारे शरीर की प्रत्येक कोशिका में मौजूद है, बल्कि दिव्यता हमारे चारों ओर भी प्रकट होती है, हर खूबसूरत चीज़ में, पेड़ों और हवा में, पक्षियों और फूलों में, आकाश और सितारों में। हमारे चारों ओर सब कुछ इतना आश्चर्यजनक, बहुत सुंदर है, लेकिन हम ईश्वर को महसूस नहीं कर पाते हैं जो हमारे चारों ओर हर जगह, हर खूबसूरत चीज़ में मौजूद है।

यद्यपि हम देखते हैं कि दिव्यता के चले जाने पर सुंदरता मुरझा जाती है और गायब हो जाती है, फिर भी हम सुंदरता में दिव्यता को नहीं पहचान पाते हैं। हम अपने चारों ओर मृत्यु का अनुभव करते हैं, और इसके साथ, हम देखते हैं कि सारी सुंदरता गायब हो जाती है, लेकिन फिर भी, हमें यह एहसास नहीं होता है कि यह दिव्य ही है जो चला जाता है और इस प्रकार मृत्यु के बाद सुंदरता मुरझाने लगती है।

हालाँकि भगवान हर जगह हैं, हमारे अंदर और बाहर, फिर भी हम भगवान का अनुभव नहीं कर पाते हैं। यद्यपि भगवान सभी सुंदर रचनाओं के रूप में प्रकट होते हैं, हम सुंदरता में इतने खो जाते हैं, कि हम दिव्यता को पहचान ही नहीं पाते हैं। यदि हम उपलब्धि से आनंद और संतुष्टि से शांति की तलाश से आगे बढ़ें, तो हम आत्मज्ञान के अंतिम शिखर तक विकसित हो सकते हैं। तब, हम हर जगह, हर चीज़ में ईश्वर को महसूस करेंगे। हम सत्यम् शिवम् सुन्दरम् - सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव करेंगे। हमें इस सच्चाई का एहसास होगा कि यह ईश्वर ही है जो सुंदर है। हमें इस बात का ज्ञान हो जाएगा कि हमारे आस-पास की सारी सुंदरता और कुछ नहीं बल्कि ईश्वरीय अभिव्यक्ति है। यही हमारे जीवन का अंतिम उद्देश्य है।

जीवन के अंतिम उद्देश्य को प्राप्त करने का प्रतिफल आनंद है, आम आदमी के लिए अज्ञात आनंद। जबकि एक आम आदमी अपने नाम, धन और प्रसिद्धि से आनंद लेता है और उपलब्धि से संतुष्टि की ओर बढ़ने पर शांति का अनुभव करता है, फिर भी वह पीड़ित होता है! यह प्रबुद्ध व्यक्ति ही है जो अंतिम उद्देश्य को प्राप्त करता है - परम आनंद जो सभी दु:खों और कष्टों से मुक्त है। ऐसी मुक्त आत्मा शाश्वत आनंद और शाश्वत शांति का अनुभव करते हुए सच्चिदानंद की स्थिति में रहती है। जैसे ही वह सत्य के प्रति जागरूक होता है, उसे एहसास होता है कि वह और कुछ नहीं बल्कि ईश्वर की अभिव्यक्ति ही है। उसे एहसास होता है कि ईश्वर हर जगह मौजूद है, कि इस ब्रह्मांड में सब कुछ ईश्वर के अलावा और कुछ भी नहीं है। वह न केवल जीवित रहते हुए आनंद की इस अवस्था में रहता है, बल्कि भौतिक शरीर की मृत्यु के क्षण में, वह मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र से मुक्त हो जाता है, जैसे वह दिव्य के साथ एकजुट हो जाता है।

क्या आप जीवन का अंतिम उद्देश्य प्राप्त करना चाहते हैं? तो हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की यात्रा शुरू करना चाहिए। अपने आस-पास की सारी सुंदरता में ईश्वर की उपस्थिति का एहसास करने के लिए गहराई से देखें। अपनी 'असली' आँखों से देखें, जैसे आपको एक खूबसूरत फूल में जादू का एहसास होता है। ईश्वर को खोजने के लिए केवल सतही सुंदरता को न देखें बल्कि गहराई से देखें। अगली बार जब कोई पक्षी गाए, तो ईश्वर की उपस्थिति का अनुभव करें। सूर्योदय या सूर्यास्त के सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव करें। जब आप किसी को सुंदर देखते हैं तो खुशी का आनंद उसमें बहने दें, क्योंकि यही आपको याद दिलायेगा कि भगवान ही सुंदर है। जब आप राजसी पहाड़ों और गरजते समुद्रों को देखते हैं, जब पहाड़ों में कोहरा या हवा का झोंका आपको छू जाता है, तो अपने चारों ओर मौजूद सभी शक्तियों में दिव्यता का अनुभव करें। इस सत्य के प्रति जागें कि ईश्वर ठीक आपके सामने है। यह हमारा अंतिम लक्ष्य होना चाहिए।

अंततः, हमारे पास एक विकल्प है, या तो हर पल भगवान के साथ रहें, उनकी दिव्य उपस्थिति का एहसास करें या छाया की तरह खुशी का पीछा करते रहें, जब तक कि हम मर न जाएं, केवल फिर से जन्म लेने के लिए, पृथ्वी पर खुशी और दुःख का अनुभव करने के लिये। यदि हम सामान्य जीवन जीना चाहते हैं तो हम ऐसा चुनाव कर सकते हैं। अगर हम ईश्वर के साथ रहना चाहते हैं, ईश्वर का अनुभव करना चाहते हैं, तो हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के सत्य के प्रति जागरूक रहना होगा। इसमें कोई संदेह नहीं है कि 'सत्य ही ईश्वर सुंदर है'। इसका एहसास करना होगा और अपने जीवन का अंतिम उद्देश्य प्राप्त करना होगा।

संक्षेप में - अध्याय 12
जीवन का उद्देश्य

✦जीवन का अंतिम उद्देश्य इस संसार से मुक्त होना और परमात्मा से एकाकार होना है।

✦मुक्ति सत्य के बोध से मिलती है।

✦इसके लिए हमें इस बात का ज्ञान होना चाहिए कि ईश्वर हर जगह, हर चीज़ में है।

✦यदि हम हर सुंदर चीज़ में ईश्वर का अनुभव करने लगेंगे, तो हमारी सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की यात्रा शुरू हो जायेगी।

✦तब ही हम शुद्ध आनंद का जीवन जीते हैं, क्योंकि हम ईश्वर के प्रति सचेत हो जाते हैं और अंततः ईश्वर के साथ एकजुट हो जाते हैं।

✦यह हमारे जीवन का उद्देश्य है, उपलब्धि से पूर्णता की ओर बढ़ना और अंत में आत्मज्ञान प्राप्त करना, अपने भीतर और अपने चारों ओर की सुंदरता में ईश्वर को महसूस करना।

13
अध्याय

मेरी यात्रा ईश्वर अनुभव से ईश्वर को प्राप्त करने तक की

मैं एक मूर्ति के रूप में भगवान की प्रार्थना करता था,
और मुझे विश्वास था कि भगवान एक संत हो सकते हैं।
जब तक मुझे यह एहसास नहीं हुआ कि ईश्वर हर खूबसूरत चीज़ में है,
एक कलाकार जितनी सुंदरता चित्रित कर सकता है उससे भी कहीं अधिक।

मैं भी ईश्वर में कट्टर विश्वास रखता था। मेरे लिए, भगवान मंदिर में रहते थे और अगर मैं प्रार्थना करना चाहता था, तो मुझे जाकर मंदिर की घंटी बजानी पड़ती थी। मैंने आरती, अभिषेक और भगवान की प्रतिमा के अनुष्ठान को महत्व दिया।

वास्तव में, भगवान में मेरी आस्था इतनी भावुक प्रेम में बदल गई कि मैंने भगवान शिव की एक ऐसी मूर्ति बनाई जिसे देखते ही लोगों में विस्मय पैदा हुआ। वे बैंगलोर के शिवोहम शिव मंदिर में शिव प्रतिमा की सुंदरता से मंत्रमुग्ध हो गए।

नि:संदेह, भगवान मंदिरों, गुरुद्वारों, आराधनालयों और चर्चों में मौजूद हैं। लेकिन क्या यह सच है कि भगवान क्या इन जगहों पर ही रहते हैं? - 'केवल 'मूर्तियों में? बेशक, मैं जानता था कि भगवान की मूर्ति मानव निर्मित है, और मनुष्य भगवान द्वारा बनाया गया है। लेकिन हर किसी की तरह, मैं भी अज्ञानता की चादर में लिपटा हुआ था। मेरे मन में भगवान शिव की 65 फुट की प्रतिमा बनाने का सपना आया। हमने मंदिर परिसर में कई छोटे-छोटे मंदिर भी बनाए। हमने खगोलीय सौंदर्य की दुनिया में एक विशेष नवग्रह बनाया। हमने भगवान शिव के बारह ज्योतिर्लिंग यात्रा, 12 शाश्वत लिंगों की प्रतिकृति भी बनाई। भगवान शिव पर मेरी आस्था अटल थी। जब मेरे पास अमरनाथ के बर्फ के शिवलिंग को फिर से बनाने की दिव्य दृष्टि थी, तो मेरी रचनात्मकता एक शानदार बर्फ के लिंग के रूप में फलीभूत हुई, जिसकी भक्त प्रार्थना करते हैं।

भगवान शिव में मेरी आस्था की यात्रा तब शुरू हुई जब मैं आठ साल का था और मैंने लोगों को उनकी भक्ति के प्रतीक के रूप में, भगवान के वार्षिक त्योहार, महाशिवरात्रि पर हर साल पूरी रात जागने के लिए कहा। ऐसा लग रहा

था कि मुझे अपने धर्म का चैंपियन बनने के लिए ही बनाया गया है। मुझे क्या पता था कि भगवान शिव मेरे हृदय के मंदिर में स्वयं को मेरे सामने प्रकट करेंगे।

मेरी आस्था की कहानी में उत्प्रेरक मेरे गुरु दादा जे.पी. वासवानी थे। उन्होंने धीरे-धीरे मुझे ईश्वर-प्राप्ति की यात्रा पर आगे बढ़ाया, पहले मुझे 40 वर्ष की उम्र में अपना व्यवसाय बंद करने के लिए प्रेरित किया और फिर, मुझे सत्य की प्राप्ति की खोज पर जाने के लिए मार्गदर्शन दिया। यह मेरे गुरु ही थे जिन्होंने एक दिन मुझसे कहा था, 'तुम्हें ईश्वर का अनुभव तो हो गया है, लेकिन तुम्हें ईश्वर का 'साक्षात्कार' नहीं हुआ है। आगे बढ़ें, और आपको हर जगह, हर चीज में शिव का एहसास करना होगा।'

मेरे व्यवसाय ने मुझे दुनिया भर की यात्रा करायी। मैं हर महीने हांगकांग और चीन जाता था। मैंने थाईलैंड, सिंगापुर, मलेशिया और यूरोप के कई देशों और अमेरिका के कई शहरों का भी दौरा किया। जब तक मैंने अपने व्यवसाय को बंद करने का निर्णय नहीं लिया, तब तक मुझे अपनी व्यापारिक यात्राओं पर यात्रा करने में आनंद आता था। इनमें से किसी भी व्यावसायिक यात्रा की तुलना उन यात्राओं से नहीं की जा सकती जो मैंने जीवन में बाद में कीं, जब मैंने दुनिया की खोज शुरू की। मैंने स्विट्जरलैंड, फिनलैंड, आइसलैंड, ऑस्ट्रेलिया और न्यूजीलैंड का दौरा किया। मैं दक्षिण अफ़्रीका के अंतिम छोर पर गया, ठीक वैसे ही जैसे मैं अलास्का में ग्लेशियरों पर चढ़ा। प्रकृति मुझे तंजानिया के जंगलों में ले गई और अंततः अंटार्कटिका में पेंगुइन देखने के लिए ले गई। मैं यह देखकर आश्चर्यचकित रह गया कि भगवान ने क्या-क्या बनाया है। जब मैं नीदरलैंड के क्यूकेनहोफ़ में ट्यूलिप उद्यान देखता था तो अवाक रह जाता था। सुंदरता का वर्णन करने के लिए मेरे पास शब्द नहीं थे। मालदीव के फ़िरोज़ा

पानी में अपनी नाव के आसपास सैकड़ों डॉल्फ़िन देखकर मैं आश्चर्यचकित रह गया। मैं सबसे सुरम्य सूर्यास्त में रंगीन आसमान को घंटों तक देखता रहता। मैंने ईश्वर की सभी सुंदर रचनाओं में ईश्वर का अनुभव करना शुरू कर दिया।

इसका क्या मतलब था? जब मैंने कूर्ग में ऊंचे, राजसी पेड़, मालदीव में रंगीन मछलियां, आइसलैंड में ग्लेशियरों और झरनों के बीच विदेशी पक्षियों को देखा, तो मुझे भगवान की शक्ति का अनुभव हुआ। मुझे पता चला कि ईश्वर ही वह शक्ति है जिसने यह सारी सुंदरता बनाई है, भले ही ईश्वर का कुछ तत्व था जिसे मैं समझ नहीं सका। चमकता सूरज, बहता पानी और बहती हवा ने मुझे ईश्वर का अनुभव कराया। जब मैंने अपने पालतू कुत्ते की आँखों में देखा तो मुझे दैवीय उपस्थिति का एहसास हुआ, और उससे उमड़े प्रेम का अनुभव हुआ, मानो यह ईश्वर की शक्ति हो।

एक दिन मेरे आध्यात्मिक गुरु, दादा ने मुझे आत्म-खोज की यात्रा पर जाने को कहा। अपने आध्यात्मिक एकांतवास के दौरान पहाड़ों में मैंने जो 9 प्रश्न उठाए, उनमें से कुछ मेरी तलाश, मेरी खोज की नींव थे। मैं कौन हूँ और मैं यहाँ क्यों हूँ? भगवान कौन है, भगवान कहाँ है, और भगवान क्या है? स्वर्ग और नरक कहाँ हैं? आत्मा क्या है? क्या कर्म और पुनर्जन्म वास्तव में अस्तित्व में हैं? मैं सैकड़ों पुस्तकों के साथ प्रश्नों को पहाड़ों में ले गया, क्योंकि मैंने चुपचाप आत्मनिरीक्षण किया कि वास्तविकता क्या थी। मैंने वह सब हटा दिया जिसका कोई मतलब नहीं था, जैसे ही मुझे एहसास हुआ कि मैं यह शरीर नहीं हूँ जो मिट्टी में मिल जाएगा और न ही मैं मन हूँ, जिसे हम ढूँढ नहीं सकते। मुझे एहसास हुआ कि हम दिव्य आत्मा हैं। इस सत्य की प्राप्ति एक आशीर्वाद थी और मुझे सभी धर्मों के सभी धर्मग्रंथों का अध्ययन करने में मदद मिली, जैसे मैंने पूर्व और पश्चिम के संतों के सभी दर्शन और धर्मशास्त्रों की समीक्षा की।

ल्यूक-Luke 17, 20:21 में बाइबिल का अर्थ है - 'भगवान का राज्य आपके भीतर है' और कोरिन्थियन- Corinthians 3, 16:17 में - 'भगवान आपके दिल के मंदिर में रहता है'? उपनिषदों ने कहा है तत् त्वम् असि - तू वही है। अयं आत्मा ब्रह्म, आत्मा ही परमात्मा है। प्रज्ञानं ब्रह्म, परमात्मा हर जगह, हर चीज में है। अहं ब्रह्मास्मि - मैं ईश्वर हूँ - ईश्वर की अभिव्यक्ति। इन सभी आध्यात्मिक प्रेरणाओं ने मुझे यह महसूस करने की यात्रा में विकसित होने में मदद की कि ईश्वर भीतर है।

जब मैंने आदि शंकराचार्य की कहानी पढ़ी और छोटे लड़के ने हिमालय में मिले अपने गुरु को कैसे उत्तर दिया, तो मैंने अपनी 'असली' आँखें खोलीं - चिदानंद रूप:, शिवोहम, शिवोहम। मैं शरीर, मन, अहंकार नहीं हूँ, न ही मैं वे 5 तत्व हूँ जिनसे मैं बना हुआ प्रतीत होता था। इस सबने मेरे चारों ओर की सुंदरता में ईश्वर को महसूस करने की नींव तैयार की। जैसे-जैसे मुझे सत्य से सत्य का एहसास हुआ, मैं ईश्वर का अनुभव करने से हटकर ईश्वर को समझने की ओर बढ़ गया।

स्वामी विवेकानन्द ने बहुत गहरी बात कही है। उन्होंने कहा, 'शिव ज्ञाने जीव सेवा'. इसका मतलब यह था कि जो लोग शिव को महसूस करते हैं, वे गरीबों, पीड़ितों और निराश्रितों तक पहुँचते हैं और उनकी सेवा करते हैं। शिव कैलाश या काशी में नहीं रहते हैं, बल्कि शिव हर जीवित प्राणी के भीतर आत्मा हैं। आत्मा ही परमात्मा है, आत्मा परमात्मा के अलावा और कुछ नहीं है। इससे मुझे एहसास हुआ कि यद्यपि ऐसा प्रतीत होता है कि हम हड्डी और त्वचा से बने हैं, वास्तविकता यह थी कि हम ईश्वर की शक्ति हैं जो भीतर है।

मेरा जीवन बदल गया. जब मैं भोर में सुंदर सूर्योदय के समय उठा तो मुझे ईश्वर का कोई अनुभव हुआ। मुझे ईश्वर का 'साक्षात्कार' हुआ। मुझे हर फूल में भगवान का एहसास हुआ, जैसे मैं एक तितली में दिव्यता देख सकता था। मुझे शिवोहम की सच्चाई का एहसास हुआ - यह शायद मेरे लिए भगवान का सबसे बड़ा उपहार था, यह एहसास कि शिव हममें से हर एक में हैं, यह भगवान ही वह ऊर्जा है जो हमें साँस देती है। ईश्वर के बिना ही हमारी मृत्यु होगी। मुझे एहसास हुआ कि जब भगवान किसी जीवित प्राणी या यहाँ तक कि एक पौधे को भी छोड़ देते हैं, तो वह मर जाता है और सूख जाता है क्योंकि सुंदरता गायब हो जाती है।

सौंदर्य दिव्यता है। मुझे यह गहन अनुभूति हुई जिसे शब्दों में परिभाषित नहीं किया जा सकता। यह एक सहज अनुभूति थी जिसका अनुभव तब होता है जब दैवीय कृपा स्वयं को भीतर प्रकट करती है। हालाँकि मैं पहले भी ईश्वर का अनुभव करता था, मेरा विश्वास था कि ईश्वर ने सूर्य, चंद्रमा, तारे, पक्षी, जानवर और फूल बनाए हैं। मैं एक ऐसे ईश्वर में विश्वास करता था जो सर्वशक्तिमान था और मैं अपने होठों पर 'ओम नमः शिवाय' शब्द लेकर भगवान शिव को नमन करता था। जब भगवान ने खुद को मेरे सामने प्रकट किया, तो मैंने 'ओम नमः शिवाय' को छोड़ दिया, मुझे इसका अर्थ पता चला कि 'हे सार्वभौमिक देवता, मैं शिव की अभिव्यक्ति के रूप में आपको नमन करता हूँ'। मैं शिवोहम के सत्य से अभिभूत हो गया कि मैं कुछ भी नहीं, शिव ही सब कुछ हैं। मेरे आस-पास जो कुछ भी मैं सुंदर समझता था वह कुछ और नहीं बल्कि शिव ही थे, एक ऐसा नाम जो दुनिया ने सर्वोच्च निर्माता को दिया। मेरा 'ज्ञान' 'बोध' में बदल गया, और इसने मुझे सत्यम् शिवम् सुन्दरम् की अंतिम अनुभूति का आशीर्वाद मिला।

सत्य की खोज के दौरान, मुझे एहसास हुआ कि ईश्वर किसी धर्म से संबंधित नहीं है, और यद्यपि प्रत्येक धर्म ने अपने ईश्वर को 'असली' ईश्वर और सबसे शक्तिशाली घोषित किया है, मैं बिना किसी संदेह जानता था कि ईश्वर एक शक्ति है। हालाँकि हम ईश्वर को अलग-अलग रूपों में, अलग-अलग नामों से देखते हैं, ईश्वर कोई मूर्ति नहीं है, न ही ईश्वर कोई संत है। ईश्वर सर्वव्यापी, सर्वशक्तिमान और सर्वज्ञ है। अहसास वह जादू पैदा करता है जो किसी भी तर्क से परे है। यह आध्यात्मिक मोतियाबिंद को दूर करता है जो हमें अपने चारों ओर दैवीय सत्य को देखने से रोकता है। हमें आश्चर्य नहीं होता जब हम देखते हैं कि एक अंधा आदमी हाथी के सामने खड़ा होकर कह रहा है, 'हाथी कहाँ है?' मुझे कोई हाथी नहीं दिख रहा!' हमें उस अंधे आदमी पर दया आती है। उन लाखों-करोड़ों लोगों के बारे में क्या, जो जीवन के हर पल, हर क्षण ईश्वर की उपस्थिति में रहते हैं, लेकिन ईश्वर को नहीं देखते क्योंकि उन्हें ईश्वर का एहसास नहीं हुआ है?

ईश्वर-प्राप्ति सामान्य लोगों के लिए नहीं है। केवल वे ही जो वास्तव में ईश्वर से प्रेम करते हैं, ईश्वर के लिए तरसते हैं और ईश्वर की तलाश करते हैं, अंततः उन्हें ही ईश्वर का एहसास होता है। वे वही हैं जिनके सामने सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का रहस्य प्रकट हुआ है: सत्य ही ईश्वर सुंदर है। वे ही लोग हैं जो सुंदरता में दिव्यता का अनुभव करते हैं।

मैं हर जगह और हर चीज में ईश्वरीय उपस्थिति का अनुभव करके धन्य महसूस करता हूँ। हवा के झोंकों में, पेड़ों के हिलने-डुलने में, फलों और पत्तियों में, पहाड़ों और समुद्रों में, मैं ईश्वर को देखता हूँ, ईश्वर का अनुभव करता हूँ, ईश्वर का अनुभव करता हूँ। मैं आपमें भगवान को वैसे ही देखता हूँ जैसे मैं खुद में भगवान को देखता हूँ। बोध से पता चलता है कि मैं नहीं हूँ, अकेला ईश्वर है। यह

अहसास मुझे हर खूबसूरत फूल में, गाने वाले हर पक्षी में, रात के आकाश में चमकते सितारों में, खूबसूरत सफेद रेत वाले समुद्र तटों को सुशोभित करने वाले फ़िरोज़ा पानी में शानदार ढंग से तैरने वाली मछलियों में भगवान की दिव्य उपस्थिति का अनुभव कराता है। मैं सुंदरता नहीं देखता, मैं दिव्यता देखता हूँ क्योंकि यही वास्तविकता है। हम जिन भी खूबसूरत लोगों से मिलते हैं वे त्वचा की सुंदरता के कारण सुंदर नहीं होते, बल्कि अपने भीतर मौजूद दिव्य शक्ति के कारण सुंदर होते हैं। मैं अब दिव्यता को सौंदर्य के रूप में प्रकट होते हुए देखता हूँ।

जबकि मैं मंदिर में अपने भगवान की प्रार्थना अब भी जारी रखता हूँ, सत्यम् शिवम् सुन्दरम् ने मुझे भगवान को उस सुंदरता का अनुभव करने के लिए बदल दिया है जिसे मैं देखता हूँ, छूता हूँ, महसूस करता हूँ। मैं अब प्रतिमा से प्रार्थना नहीं करता, बल्कि प्रतिमा के माध्यम से उस सुंदरता में प्रवेश करता हूँ जो दुनिया में हर जगह सर्वव्यापी है। मैं ईश्वर की खोज नहीं करता, क्योंकि ईश्वर तो हर जगह, हर चीज़ में है। यहाँ तक कि विज्ञान भी इस बात का समर्थन करता है कि इस ब्रह्मांड में प्रत्येक परमाणु, जब टूट जाता है तो केवल इलेक्ट्रॉन, न्यूट्रॉन और प्रोटॉन ही नहीं होता है, बल्कि सबसे छोटा कण - क्वार्क भी ऊर्जा के अलावा कुछ नहीं होता है। यह ऊर्जा क्या है? यही ईश्वर-ऊर्जा है! यही दिव्यता है जो आपमें, मुझमें और हमारे आस-पास की हर खूबसूरत चीज़ में सुंदरता के रूप में प्रकट होती है। यदि हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के सत्य का एहसास हो जाए, तो हम अपने आस-पास की हर चीज में हर पल भगवान की दिव्य उपस्थिति का अनुभव करेंगे। आप भी सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के आनंद का अनुभव करें!

संक्षेप में - अध्याय 13
मेरी यात्रा ईश्वर अनुभव से, ईश्वर प्राप्ति तक की

✦मैंने भी भगवान के साथ अपनी यात्रा एक मंदिर में प्रार्थना करके शुरू की।

✦ईश्वर में मेरी आस्था और ईश्वर के प्रति मेरे प्रेम ने मुझे ईश्वर के बारे में सच्चाई का एहसास करने के लिए प्रेरित किया।

✦मुझे एहसास हुआ कि सत्यम् शिवम् सुन्दरम्, सत्य ही ईश्वर है सुंदर है। मुझे सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव हुआ।

✦आज, मैं भगवान के साथ रहता हूँ, अपने चारों ओर, हर खूबसूरत चीज में भगवान का अनुभव करता हूँ।

✦मुझे एहसास हुआ कि इस दुनिया में जो कुछ भी है वह सुंदर है वही ईश्वर है।

✦यह दिव्यता ही है जो आपमें, मुझमें और हमारे आस-पास की हर खूबसूरत चीज़ में सुंदरता के रूप में प्रकट होती है।

14
अध्याय

प्रश्न और उत्तर

1. यदि ईश्वर वह सब कुछ है जो सुंदर है, तो उन सभी चीजों का क्या जो सुंदर नहीं है?

उत्तर: कुछ लोग आश्चर्य करते हैं, 'क्या कोई शैतान है जो कुरूप है?' उन्हें सत्य का एहसास नहीं हुआ है। वे यह नहीं समझ पाये हैं कि कुरूप कुछ भी नहीं है। यह सापेक्षता का मामला है। हम किसी चीज़ को बदसूरत समझते हैं। विचार करें तो क्या एक छिपकली दूसरी छिपकली को कुरूप समझेगी? जैसे-जैसे हम इस यात्रा में आगे बढ़ते हैं, हमें इस सच्चाई का एहसास होता है कि वास्तव में कुछ भी बदसूरत नहीं है, सब कुछ सुंदर है, और सब कुछ दिव्य है।

2. यदि कोई चीज़ कुरूप नहीं है तो वह ऐसी दिखाई क्यों देती है?

उत्तर: हम मनुष्य बाहरी दिखावे के अनुसार चलने के लिए बाध्य हैं। हमें त्वचा को देखना सिखाया जाता है। हम कभी भी अपने भीतर ईश्वर को देखना नहीं सीखते। जैसे कोई बच्चा सोचता है कि क्या काला गैस का गुब्बारा लाल गैस के गुब्बारे की तरह आकाश में उड़ेगा, उसे यह एहसास नहीं होता कि गुब्बारे का रंग मायने नहीं रखता बल्कि गुब्बारे के अंदर मौजूद गैस मायने रखती है, हम भी बाहरी दिखावे में बह जाते हैं। जो मायने रखता है वह भीतर की शक्ति है।

3. भगवान बिल्ली, कुत्ते या मेंढक में कैसे हो सकता है?

उत्तर: ऐसा नहीं है कि इनमें ईश्वर है। ये केवल प्रतीत होते हैं, लेकिन वास्तव में ये ईश्वर की अभिव्यक्ति हैं। जैसे सोने की अंगूठी देखने में तो अंगूठी ही लगती है, लेकिन असल में वह सोना ही होती है। वही सोना बनाया जा सकता है जिसे कोई बदसूरत बंदर के रूप में देख सकता है। लेकिन आंतरिक वास्तविकता

सोना है। तो, हर किसी और हर चीज़ में अंतर्निहित वास्तविकता भगवान है। हमें दिव्यता का एहसास करने के लिए शारीरिक सुंदरता से परे देखना होगा।

4. यदि ईश्वर हर जगह, हर चीज़ में है, तो फिर भी लोग मंदिर और चर्च में क्यों जाते हैं?

उत्तर: चूँकि हम भीतर ईश्वर को महसूस नहीं कर पाते, इसलिए हम बाहर ईश्वर की खोज करते हैं। हम बाहरी दुनिया - भौतिक दुनिया - से इतने मोहित हो गए हैं कि हम भीतर जाकर आध्यात्मिक दुनिया की खोज नहीं कर पाते हैं। क्योंकि हम अज्ञानता में रहते हैं, जैसे-जैसे हम बड़े होते हैं, हमें जो सिखाया जाता है, उस पर विश्वास करते हैं, हम भगवान की तलाश में जाने और अपने भीतर भगवान को महसूस किए बिना आँख बंद करके उसी का पालन करते हैं।

5. यदि ईश्वर एक ही सार्वभौमिक सौंदर्य है, तो हम इतने सारे देवताओं से प्रार्थना क्यों करते हैं?

उत्तर: जब से हम पैदा हुए हैं, हमें कुछ परियों की कहानियों पर विश्वास कराया जाता है। हमें सिखाया जाता है कि भगवान एक मूर्ति है, कि हम स्वर्ग या नरक में जायेंगे। ये मान्यताएं हमारे सिस्टम में रच-बस जाती हैं। सत्य का एहसास करने के लिए हमें कुछ चीजें सीखनी होंगी जो हमने सीखी हैं। और जब तक हम अपने दिमाग को दोबारा प्रोग्राम नहीं करते, हम अज्ञानता में जिएंगे और मरेंगे, अपने धर्मग्रंथों का अंधानुकरण करेंगे और उनकी गलत व्याख्या करेंगे, हर कोई यह विश्वास करेगा कि उनके धर्म का भगवान ही 'असली' भगवान है।

6. इसलिये क्या धर्म बुरा है, यदि वह हमें झूठ सिखाता है?

उत्तर: सभी धर्म अच्छे हैं। वे हमें ईश्वर में विश्वास दिलाने के, अपने उद्देश्य के प्रति ईमानदार हों। लेकिन वे हमें केवल मूल बातें ही सिखाते हैं। हमें धर्म से परे आध्यात्मिकता की ओर जाना चाहिए, जो कोई दूसरा धर्म नहीं है। धर्मों का इरादा हमें झूठ सिखाने का नहीं है, लेकिन दुर्भाग्य से, वे हमें सच्चाई नहीं सिखाते हैं। सत्य धर्म से परे है और हमें उस दिशा में विकसित होना चाहिए। धर्म एक बाल विहार (kindergarten) है जबकि अध्यात्म एक विश्वविद्यालय है।

7. कुछ लोग नास्तिक और अज्ञेयवादी क्यों बन जाते हैं?

उत्तर: जो लोग धर्म और ईश्वर पर सवाल उठाते हैं, उन्हें अज्ञेयवादी कहा जा सकता है, लेकिन वास्तव में, वे ईश्वर के वास्तविक खोजी हो सकते हैं। वे ईश्वर का सच्चा अर्थ खोजना चाहते हैं। जो नास्तिक अंधे हैं, वे कभी भी ईश्वर के बारे में सत्य नहीं जान पाते। वे स्वयं को इस दिव्य खजाने से वंचित कर देते हैं।

8. सत्यम् शिवम् सुन्दरम् मेरी कैसे मदद करेगा?

उत्तर: एक बार जब आपको इस सच्चाई का एहसास हो जाए कि हर खूबसूरत चीज़ में भगवान हैं, तो आप अपने आस-पास सब तरफ़ सुंदरता में दिव्यता का अनुभव करना शुरू कर देंगे। इस मंत्र की सरल समझ ईश्वर के बारे में आपके प्रतिमान को बदल देगी और ईश्वर की ओर आपकी यात्रा शुरू कर देगी। हर बार जब आप कुछ सुंदर देखते हैं, तो आप भगवान की महिमा पर विचार करेंगे।

9. क्या यह मंत्र मुझे मेरी पारंपरिक प्रार्थना पद्धति से दूर नहीं ले जाएगा?

उत्तर: यह मंत्र आपको अंध विश्वास और धर्मग्रंथों में निर्विवाद विश्वास से लेकर ईश्वर को समझने, ईश्वर को जानने और ईश्वर से प्रेम करने तक विकसित होने में मदद करेगा। यह आपको ईश्वर के करीब ले जाएगा और आपको ईश्वर का एहसास होने पर अपने भीतर मौजूद ईश्वर के साथ संबंध बनाने में मदद करेगा।

10. परन्तु परमेश्वर ने ये सौंदर्य, जो इतना अद्भुत है, कैसे बनाया?

उत्तर: वास्तव में, ईश्वर यह सब अद्भुत सौंदर्य 'सृजित' नहीं करता है। भगवान सदैव बहुत सुंदर हैं। ईश्वर हमें ईश्वर की सभी सुंदर रचनाओं के रूप में 'प्रकट' होता है। जब हमें एहसास होता है कि यह सब ईश्वर की 'अभिव्यक्ति' है, तब हम केवल सुंदरता नहीं, बल्कि दिव्यता देखेंगे।

11. यह मंत्र मुझे ईश्वर की अनुभूति कैसे कराएगा?

उत्तर: सत्यम् शिवम् सुन्दरम् हमें ईश्वर की सर्वव्यापकता और सर्वशक्तिमानता के प्रति सचेत करेगा। यह हमें एहसास दिलाएगा कि भगवान न तो किसी मूर्ति में रहते हैं, न ही हमारी पौराणिक कथाओं की परियों की कहानियों में। ईश्वर हर जगह, हर चीज़ में है। एक बार जब यह मंत्र हमारे विश्वास प्रणाली और हमारे जीवन का हिस्सा बन जायेगा, तो हम हर समय भगवान का अनुभव करना शुरू कर देंगे। आख़िरकार, हमें ईश्वर का एहसास होगा ही।

12. तो आख़िरकार, भगवान कहाँ है?

उत्तर: ईश्वर हर जगह है। ईश्वर ही वह शक्ति है जो हमारे हृदय को धड़काती है। ईश्वर वह आत्मा है जो हमें चलने और बोलने में सक्षम बनाती है। ईश्वर वह ऊर्जा है जो हमें जीवित और हंसाती है। ईश्वर वह ऊर्जा है जो पृथ्वी पर हर चीज़ को जीवन देती है। क्योंकि हमें ईश्वर की शक्ति का एहसास नहीं है, हम ईश्वर की खोज में लगे रहते हैं।

13. क्या ईश्वर केवल जीवित प्राणियों में ही है? प्रकृति के बारे में क्या?

उत्तर: जबकि ईश्वर एक ऐसी शक्ति है जो हर चीज़ को जीवित बनाती है, ईश्वर हर उस परमाणु में भी है जो इस ब्रह्मांड का निर्माण करता है। पृथ्वी, जल, वायु और अग्नि जो संपूर्ण अंतरिक्ष में व्याप्त हैं, ईश्वर के अलावा और कुछ नहीं हैं। इसलिए, चाहे पहाड़ हों या समुद्र, नदी हों या पेड़, सब कुछ ईश्वर की अभिव्यक्तियाँ ही है।

14. अगर ये सब सच है तो विज्ञान इससे सहमत क्यों नहीं है?

उत्तर: विज्ञान प्रमाण मांगता है और पहले उनके पास कोई प्रमाण नहीं था कि ईश्वर ऊर्जा है। अब वे मानने लगे हैं। उन्होंने पता लगाया है कि पदार्थ का प्रत्येक कण मूलतः ऊर्जा के अलावा और कुछ नहीं है, जो हमें पदार्थ के रूप में दिखाई देता है। जल्द ही, विज्ञान यह स्वीकार कर लेगा कि सुंदरता ही दिव्यता है क्योंकि उनका पहले से ही आध्यात्मिकता के साथ तालमेल है कि सब कुछ ऊर्जा है।

कविता

सत्य यह है कि ईश्वर सुन्दर है
सत्यम् शिवम् सुन्दरम्
दिव्यता में सौंदर्य का अनुभव

क्या हम सब भगवान की तलाश में नहीं हैं।..
मंदिर में और चर्च में?
एक बार हमें सत्यम् शिवम् सुन्दरम् का एहसास हो जाए
इससे हमारी खोज ख़त्म हो जाएगी

सच्चाई यह है कि ईश्वर हर चीज़ में है,
सुंदर ईश्वर, स्वर्ग या नर्क में नहीं रहता है
आइए हम परियों की कहानियों से आगे बढ़ें
हमारे धर्मग्रंथ जो कहानियां सुनाते हैं

ईश्वर एक ऐसी शक्ति है जो हर जगह मौजूद है
भगवान आपमें और मुझमें हैं
ईश्वर चारों ओर की सुंदरता में है
अफ़सोस! हम देख नहीं सकते

हमारे पास आँखें हैं लेकिन हम अंधे हैं
हम आध्यात्मिक सत्य को नहीं देख सकते
हमारे चारों ओर सारी सुंदरता है
भगवान हम सिर्फ़ फल देखते हैं, जड़ नहीं

ईश्वर कौन है, कहाँ है, क्या है?
इस सत्य का एहसास हमें कब होगा?
जब हम भौतिक संसार को देखना बंद कर देंगे
जब हम अपनी 'असली आँखें' खोलेंगे

वह क्या है जो हमारे दिलों को धड़कता है?
हमें हड्डी और त्वचा से परे देखना चाहिए
ईश्वर वह है जो अंदर रहता है
भगवान भीतर की शक्ति है

जैसे भगवान आप और मुझमें निवास करते हैं
ईश्वर पृथ्वी पर जीवन का कारण है
ईश्वर के बिना संसार में कुछ भी नहीं
कभी कोई जन्म नहीं लेगा

परन्तु, क्योंकि हम वास्तव में परमेश्वर से प्रेम नहीं करते
हम आध्यात्मिक खोज पर नहीं जाते
काश! हमारी चाहत गहरी और सच्ची होती
हम अंतिम परीक्षा में ज़रूर उत्तीर्ण होंगे

हम चारों ओर की सारी सुंदरता में भगवान को देखेंगे
हर एक खूबसूरत फूल में
हम ईश्वर की दिव्य उपस्थिति को महसूस करेंगे
रात में टिमटिमाते तारे में

जो पक्षी उड़ते और गाते हैं वे भगवान हैं
उनकी सुंदरता ईश्वर की शक्ति है
ईश्वर समस्त सौंदर्य का कारण है
सूरज से सूरजमुखी फूल तक

भगवान हर सुबह हमारे सामने प्रकट होते हैं
सूर्योदय की सुंदरता में
लेकिन बहुत कम लोग ही ईश्वर का अनुभव करते हैं
बहुत कम लोग वास्तव में बुद्धिमान होते हैं

जब शाम को सूर्यास्त के समय
रंग आकाश को रंग देते हैं
हम एक दिव्य उपस्थिति का अनुभव करते हैं
लेकिन यह प्रश्न मत पूछो, 'क्यों?'

हमें एहसास होता है कि ईश्वर उन सभी चीज़ों में है जो सुंदर हैं
हम जानते हैं कि ईश्वर कारण है
यदि ईश्वर नहीं होता तो कोई सुंदरता नहीं होती
जब हम रुकते हैं तो हमें ईश्वर का अनुभव होता है

शांति में ही हम ईश्वर का अनुभव करते हैं
जब हम मन की बकझक को रोक देते हैं
फिर, हर चीज़ में सुंदर
भगवान, हम ढूँढ लेंगे

जब हम गहराई से देखते हैं तो हमें क्या दिखाई देता है?
ईश्वर ही सब जादू का कारण है
जो सौंदर्य हम देखते हैं वह भगवान परमात्मा हैं
यह सरल तर्क के अलावा और कुछ नहीं है

जब परमात्मा चला जाता है और मृत्यु होती है
तो क्या सुंदरता चली नहीं जाती?
खूबसूरत जादू तब तक चलता है
जब तक हम हैं और फिर शो का अंत

लेकिन हम सुंदरता देखते हैं, हम ईश्वर को नहीं देखते
हम अपने भीतर ईश्वर को नहीं देख पाते
हम सब सतह से बहुत मोहित हैं
हम त्वचा के नीचे नहीं देखते हैं

यदि केवल हमें ईश्वर की उपस्थिति का एहसास हो जाये
चारों ओर सुंदरता में
तब हम खोज में नहीं जाएंगे
भगवान आकाश में है और जमीन पर

ईश्वर यहीं है, ईश्वर अभी है
हम जो भी सुंदरता देखते हैं
वह परमानंद जो हम अपने दिल में महसूस करते हैं
यह कोई और नहीं, बस वही है

लेकिन जब तक हमें सच्चाई का एहसास नहीं होगा
हम ईश्वर की खोज करते रहेंगे
यद्यपि ईश्वर चारों ओर की सारी सुंदरता में है
हम अपने भगवान को नहीं देख पाएंगे

हमें सिखाया जाता है कि ईश्वर एक मूर्ति है
वह ईश्वर एक दिव्य संत है
और इसलिए, हम सुंदरता में भगवान का अनुभव नहीं करते हैं
उस जादू में जिसे ईश्वर चित्रित करता है

यह ईश्वर स्वयं प्रकट होता है
पृथ्वी पर आप और मैं जैसे
आसमान और ज़मीन की सारी सुंदरता
भगवान के बिना नहीं होगी

ईश्वर कारण है, हम तो केवल प्रभाव हैं
जैसे लहर सागर के कारण उत्पन्न होती है
जिस क्षण हम ईश्वर के होने को हटा देंगे
तब कोई भी रचना नहीं होगी

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् मंत्र है
इससे पता चलता है कि ईश्वर हर खूबसूरत चीज़ में है
यह हमें सौंदर्य में दिव्यता का अनुभव कराता है
और फिर हमारे जीवन को आनंदमय बना देता है

हम ईश्वर की दिव्य उपस्थिति का अनुभव करेंगे
हर पल, हर समय हमेशा
हमें अपने प्रभु से बात करने के लिए प्रतीक्षा करने की आवश्यकता नहीं है
भगवान की सुंदरता ही हमें मुस्कान देगी

जब हम ईश्वर की दिव्य उपस्थिति को महसूस करेंगे
उस हवा में जो हम पर बहती है
हम बरसने वाली बारिश में ईश्वर को महसूस करेंगे
और उस सूरज में जो चमकता है

हम सिर्फ सुंदरता को नहीं देखेंगे
जब हम एक ख़ूबसूरत तितली देखते हैं
हम भगवान को सुनेंगे जैसे पक्षी गाते हैं
आसमान में अपने पंख फड़फड़ाते हुए

जब एक कुत्ता ख़ुशी से अपनी पूँछ हिलाता है
तब हम ईश्वर की उपस्थिति को महसूस करते हैं
हालाँकि अपनी आँखों से हम सब कुछ देखते हैं
बस एक छोटा सा कुत्ता है

भीतर ही भीतर हमें सत्य का एहसास होगा
सत्यम् शिवम् सुन्दरम्
सच्चाई यह है कि जो कुछ भी सुंदर है उसमें ईश्वर का वास है
यह संसार ईश्वर का होलोग्राम है

चाहे वह सफेद बालों का गुच्छा हो
जो एक खरगोश के बच्चे में पैदा हुआ है
एक बच्चा, एक पिल्ला या एक छोटी बिल्ली का बच्चा
भगवान ही इस सौन्दर्य को रचते हैं

जब ईश्वर-ऊर्जा जाने का निर्णय लेती है
तब जादू का अंत शुरू होता है
सारी सुंदरता गायब हो जाती है
जब परमात्मा चला जाता है

हमें इस दिव्य सत्य का एहसास कब होगा?
वह ईश्वर उन सभी में है जो सुन्दर है
हमें अपने हृदय में भगवान का एहसास कब होगा?
जिससे हमारा जीवन सार्थक हो जायेगा

ईश्वर की हमारी खोज समाप्त हो जायेगी
जब हम ईश्वर का अनुभव हर समय करेंगे
सभी सौंदर्य में, जिसे देखते हैं, सूंघते हैं और स्पर्श करते हैं
हम बस भगवान को ही पाएंगे

तो, अगली बार जब आप प्रार्थना करना चाहें
हवा के झोंके में ईश्वर को महसूस करें
ईश्वर की दिव्य उपस्थिति और प्रेम को महसूस करें
पेड़ों के लहराने में

भगवान बर्फ में है
और हर जगह जो हम जानते हैं
कोई भी ऐसा नहीं हो सकता, जो ईश्वर के बिना जीवित रह सके
जो दिल धड़कता है, वह एक उपहार है जो केवल ईश्वर ही दे सकता है

यह सब हमें करने की आवश्यकता है
हमारी 'असली आँखें' खोलना है
फिर वह सब कुछ सुंदर है जो हम देखते हैं
क्या ईश्वर है, हमें होगा 'एहसास'

फूलों में, पेड़ों में, तुममें और मुझमें
हम सिर्फ सुंदरता नहीं देखेंगे
जब हमें ईश्वरीय सत्य का बोध होगा
हमें दिव्यता का भी अनुभव होगा

जब हमें ईश्वरीय जादू का एहसास होगा
कि सुंदरता भगवान के कारण होती है
यही सत्य है और सत्य के अलावा कुछ नहीं
वह सब जो सुन्दर है वही हमारा प्रभु है

लेखक के बारे में

AiR - आत्मा इन रवि

AiR - आत्मा इन रवि, एक सन्निहित (Embodied) आत्मा है जिसका जीवन में एकमात्र मिशन 'लोगों को सच्चाई का एहसास कराने में मदद करना' है। उनका जन्म १५ अक्टूबर १९६६ को बैंगलोर में हुआ। बहुत कम उम्र में, रवि वी. मेलवानी ने व्यवसाय के क्षेत्र में महारत हासिल की और एक बहुत ही सफल व्यवसायी बन गए, जिन्होंने किड्स-केम्प, बिग-किड्सकेम्प और केम्पफोर्ट स्टोर के साथ भारत में खुदरा बिक्री में क्रांति ला दी। लाखों कमाने के बाद उन्हें एहसास हुआ कि जीवन का मतलब सिर्फ पैसा कमाना नहीं है। उन्होंने 40 साल की उम्र में अपना व्यवसाय बंद कर दिया और एच.आई.एस. (H.I.S. Work – Humanitarian, Inspirational and Spiritual Work) कार्य - मानवतावादी, प्रेरणादायक और आध्यात्मिक कार्य करके बदलाव लाना शुरू कर दिया।

मानवतावादी पहल के एक भाग के रूप में, गरीबों, निराश्रितों और जरूरतमंदों को मुफ्त चिकित्सा उपचार और देखभाल प्रदान करने के लिए ३ धर्मार्थ घर स्थापित किए। आज, 600 से अधिक पीड़ित बेघर लोगों को, जिन्हें सड़कों से उठाया जाता है, ३ निराश्रित घरों में सेवा और देखभाल दी जाती है और उन्हें मुफ्त आश्रय, भोजन, कपड़े और चिकित्सा देखभाल प्रदान की जाती है। 1995 में AiR - आत्मा इन रवि, ने बेंगलुरु में एक भव्य शिव मंदिर बनवाया, जो अब शिवोहम शिव मंदिर के नाम से जाना जाता है। AiR मानते हैं कि धर्म केवल आध्यात्मिकता का एक किंडरगार्टन है, और लोगों को वास्तव में भगवान को महसूस करने के लिए धर्म से परे जाना चाहिए।

एक दिन, उनके गुरु ने उन्हें आत्मनिरीक्षण करने और निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर खोजने के लिए प्रेरित किया: मैं कौन हूँ? मेरे जीवन का उद्देश्य क्या है? क्या जीवन का अर्थ केवल सुख की तलाश करना और बिना किसी उद्देश्य के जीना और मरना है? मरने के बाद क्या होता है? क्या मेरा पुनर्जन्म होगा? ईश्वर कौन है? भगवान कहाँ है? ईश्वर क्या है? आत्मा क्या है? स्वर्ग और नरक कहाँ हैं? आत्मज्ञान क्या है? इस तरह के कई प्रश्नों के साथ उनकी खोज, सत्य की खोज शुरू हुई। उन्होंने जीवन के अंतिम शिखर: आत्मज्ञान की तलाश में अपनी उपलब्धि और संतुष्टि वाला जीवन त्याग दिया।

पहाड़ों की गहराई में एकांतवास में कुछ वर्षों की गहन खोज के बाद, उन्हें एहसास हुआ कि हम यह शरीर नहीं हैं। हम आत्मा हैं, आत्मन हैं। उन्होंने अपना नाम रवि से बदलकर AiR - आत्मा इन रवि रख लिया। उन्होंने AiR आत्मा इन रवि में रूपांतरित होकर रवि मेलवानी रूप वाला अपना पूरा जीवन त्याग दिया और ईश्वर की दिव्य इच्छा को पूरा करने के लिए उनके एक उपकरण के रूप में रहना शुरू कर दिया। इसमें उन्हें कई अहसास हुए जिसने उनके जीवन का नया मिशन बना लिया - लोगों को सच्चाई का एहसास कराने में मदद करना।

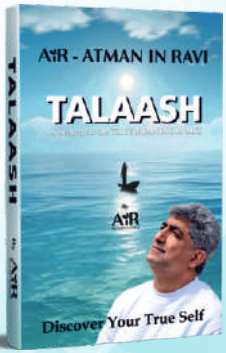
तब से, AiR आत्मा इन रवि का जीवन लोगों तक पहूँचने और उनकी अज्ञानता को दूर करने में मदद करने के लिए समर्पित हैं। अपनी अनुभूतियों के आधार पर, AiR आत्मा इन रवि ने 35 से अधिक पुस्तकें प्रकाशित की हैं, लगभग 1150 भजन लिखे और गाए हैं, कई ब्लॉग, उद्धरण और कविताएँ लिखी हैं। उन्होंने अन्य कईं पहल भी की हैं जो लोगों को सच्चाई की ओर ले जा सके जैसे AiR स्पिरिचुअल रिट्रीट आयोजित करना और बातचीत करना जो लोगों को उनकी आध्यात्मिक यात्रा पर आगे बढ़ने में मदद करे। वह एक TEDx वक्ता हैं और

उन्हें YPO (यंग प्रेसिडेंट्स ऑर्गनाइजेशन - Young Presidents' Organization), रोटरी क्लब, लायंस क्लब जैसे कई संगठनों और कई कॉरपोरेट्स, स्कूलों और कॉलेजों में बोलने के लिए भी आमंत्रित किया जाता है। वह लोगों को उनके जीवन के अंतिम उद्देश्य का एहसास कराने में मदद करने के लिए हर हफ्ते ज़ूम और फेसबुक लाइव पर वेबिनार आयोजित करते हैं।

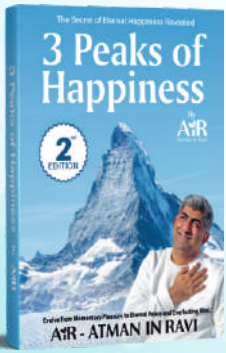
AiR आत्मा इन रवि ने इस सच्चाई को महसूस किया है कि हम शरीर, मन या अहंकार नहीं हैं; हम दिव्य आत्मा हैं। और इसे महसूस या साकार करना हमारा अंतिम लक्ष्य है। वह अपना जीवन केवल एक ही मिशन के साथ जीते हैं - लोगों को पूछने, जांच करने और सच्चाई का एहसास कराने में मदद करना। सब कुछ से संपन्न होने के कारण, वह जीवन के इस मिशन को पूरा करने के अलावा कुछ नहीं चाहते हैं।

कुछ नहीं से शुरू किया, कुछ बन गया...
सब कुछ हासिल किया - प्राप्त किया
केवल यह एहसास करने के लिए कि हम कुछ भी नहीं हैं!

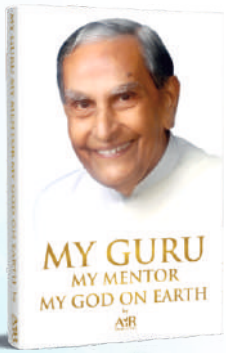
OTHER BOOKS BY AiR



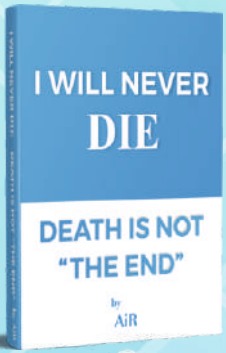
1



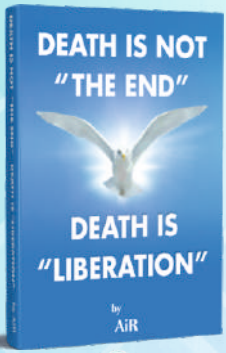
2



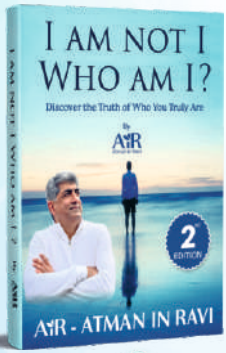
3



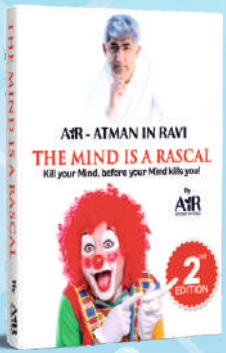
4



5

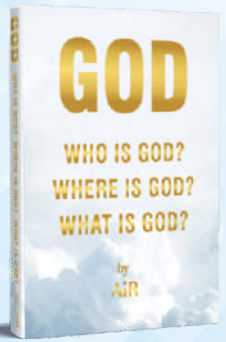


6

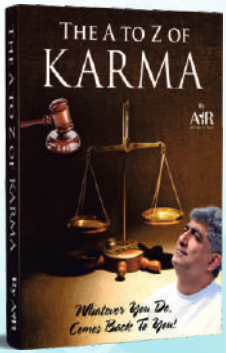


7

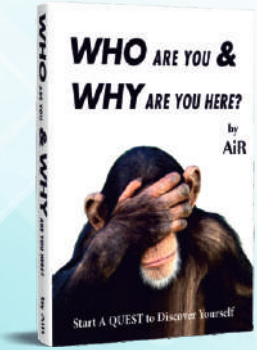
8



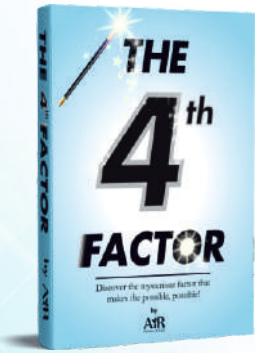
9



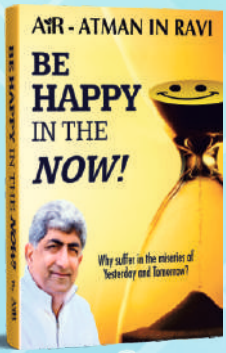
10



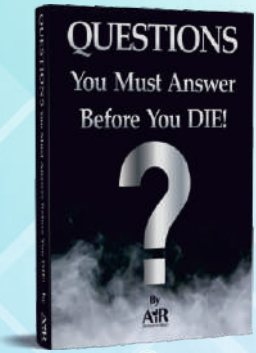
11



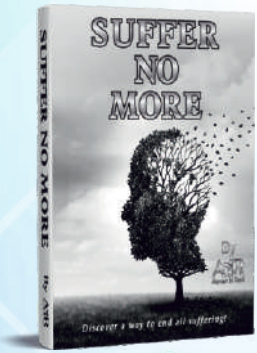
12



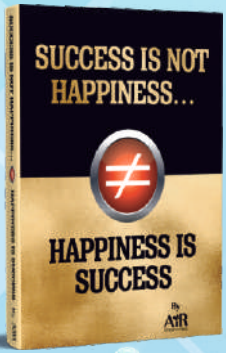
13



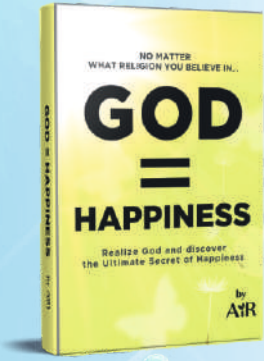
14



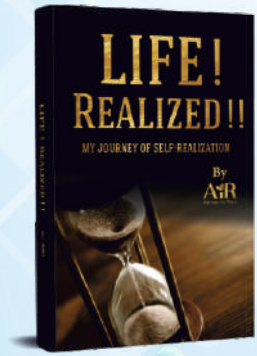
15



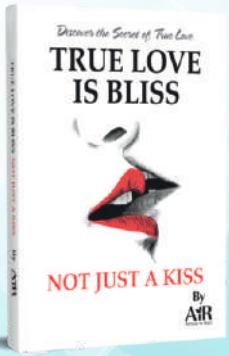
16



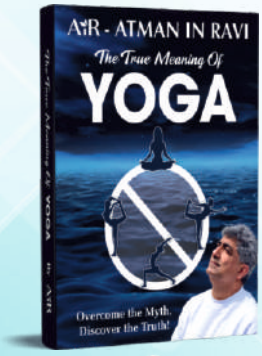
17



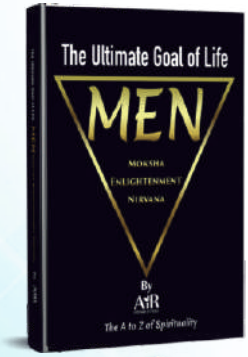
18



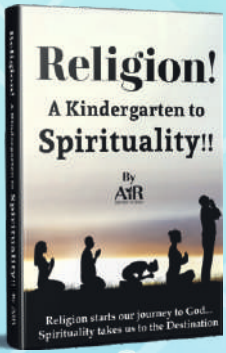
19



20

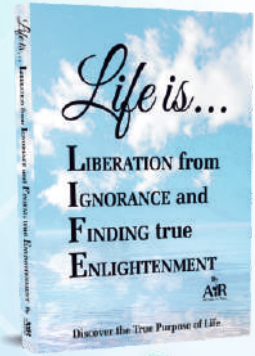


21



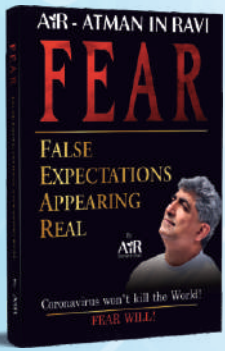
22

23

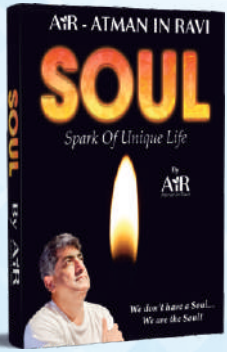


24

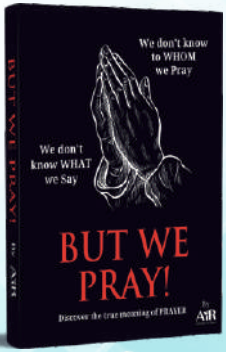
25



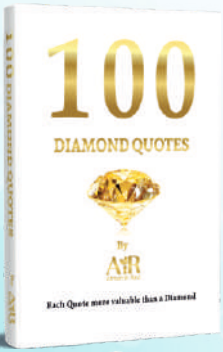
26



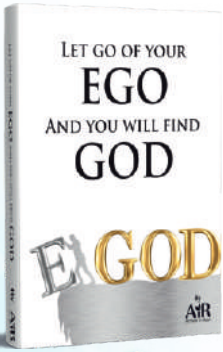
27



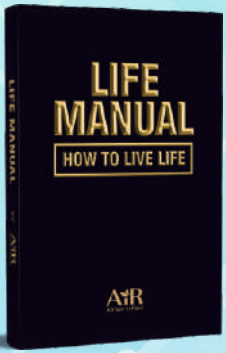
28



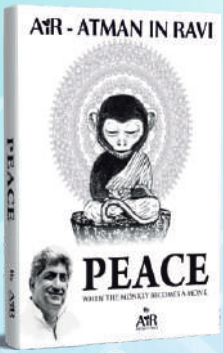
29



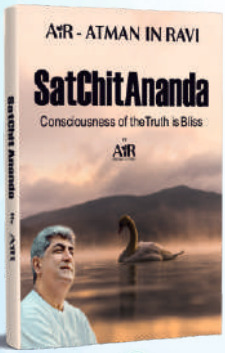
30



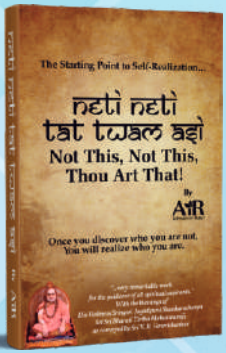
31



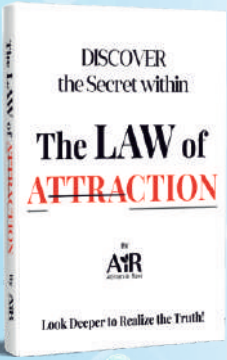
32



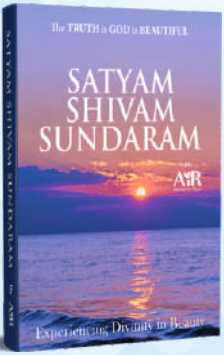
33



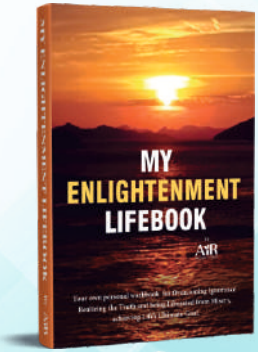
34



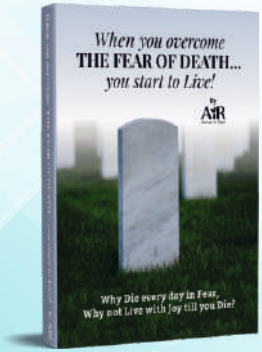
35



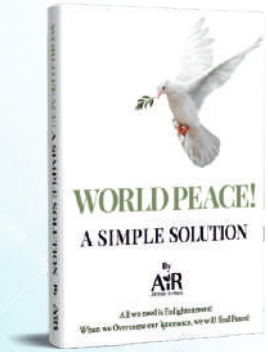
36



37

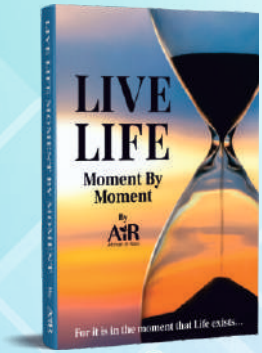


38

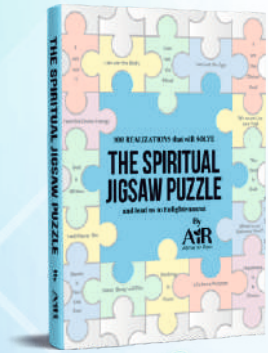


39

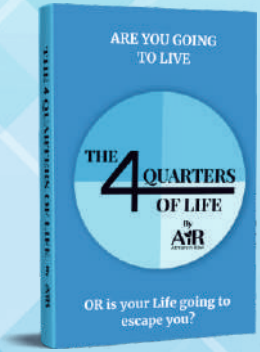
40



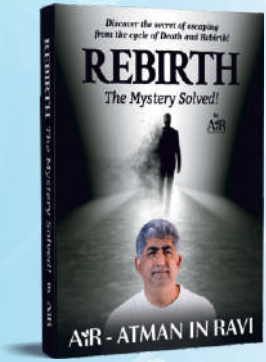
41



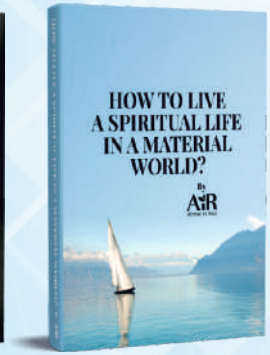
42



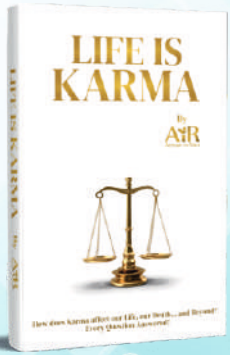
43



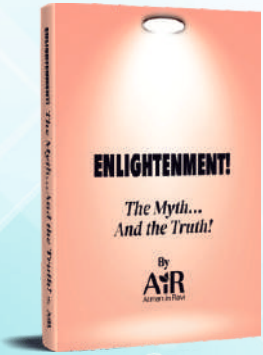
44



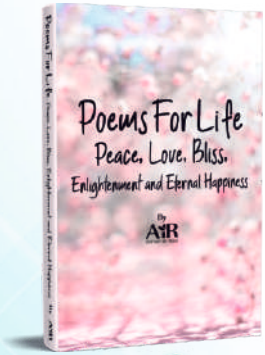
45



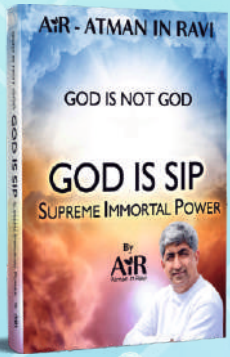
46



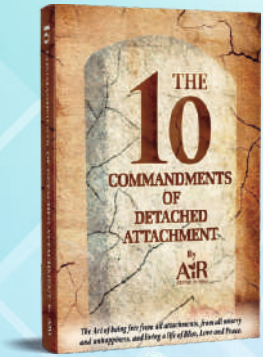
47



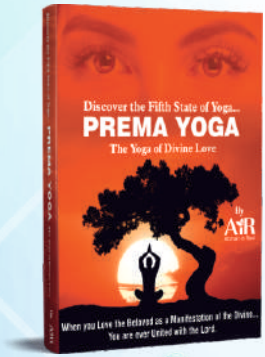
48



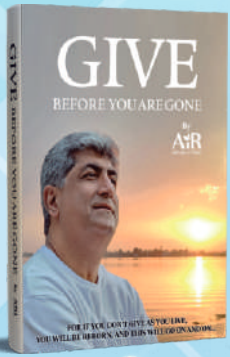
49



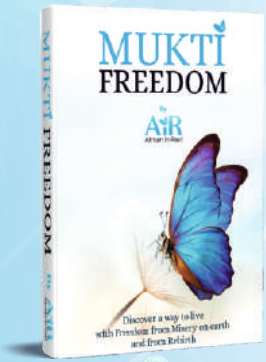
50



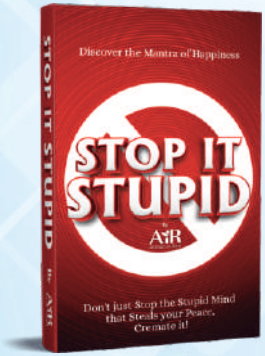
51



52

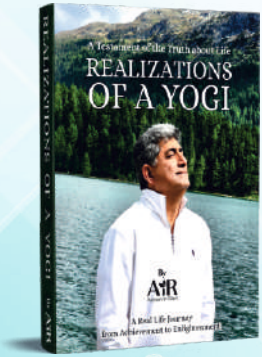


53

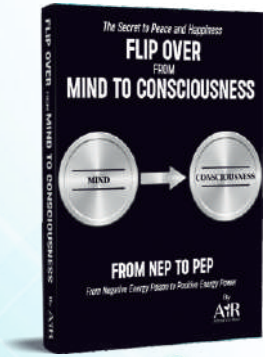


54

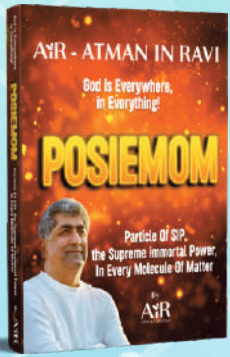
55



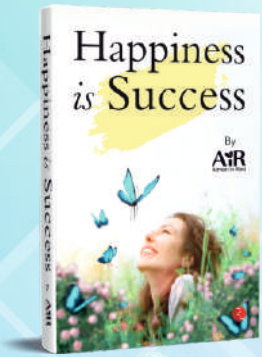
56



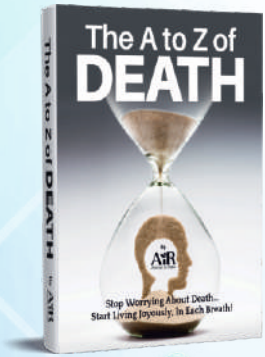
57



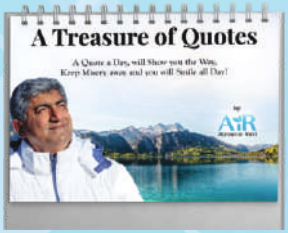
58



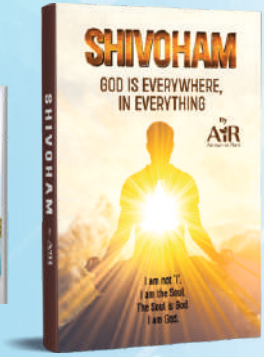
59



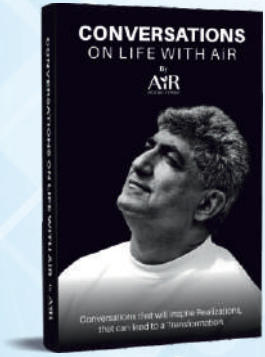
60



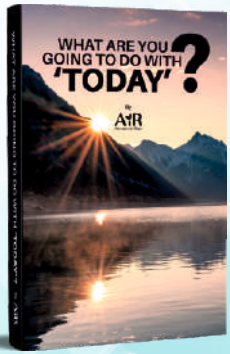
61



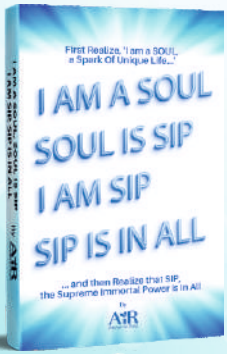
62



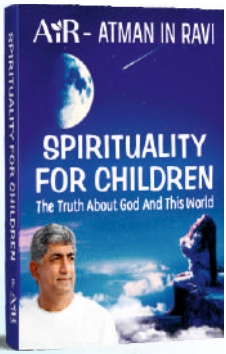
63



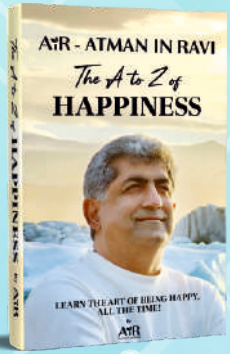
64



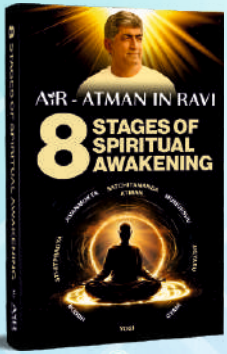
65



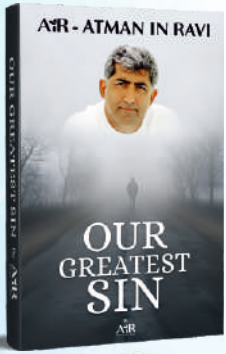
66



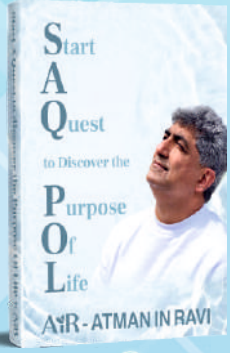
67



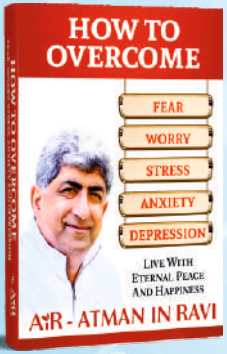
68



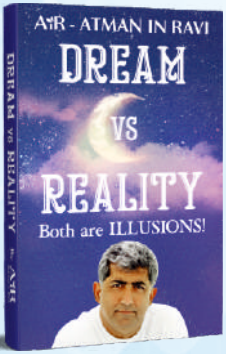
69



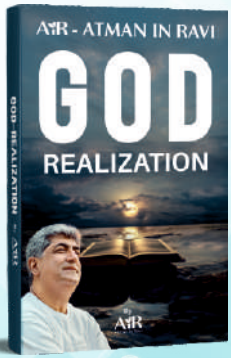
70



71

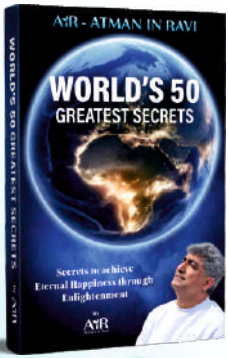


72

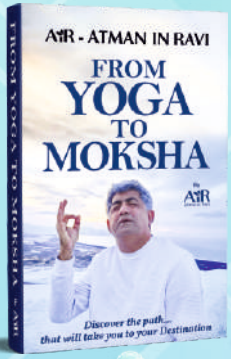


73

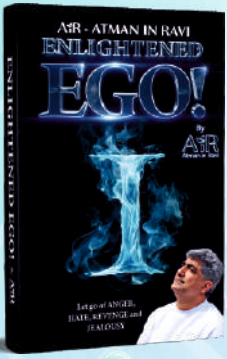
74



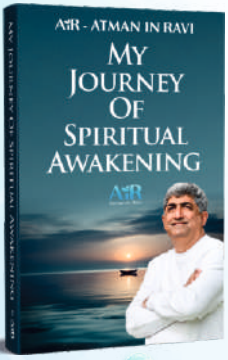
75



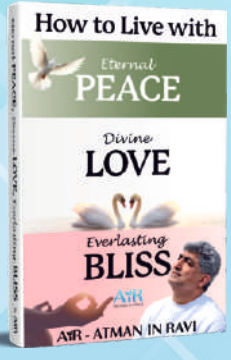
76



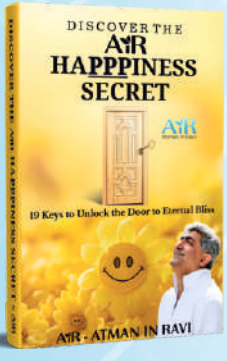
77



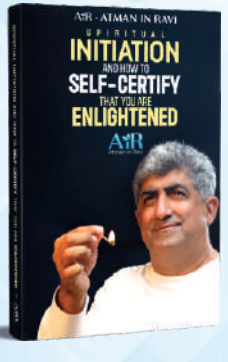
78



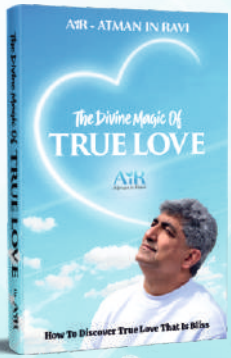
79



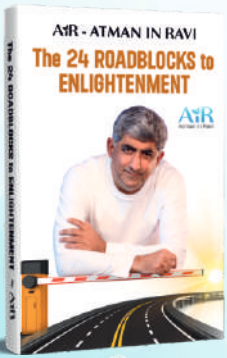
80



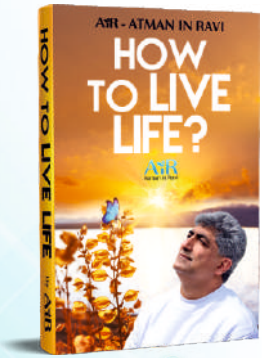
81



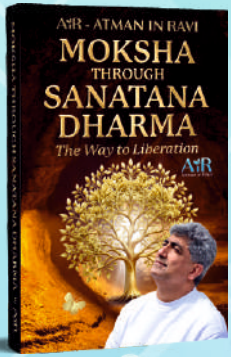
82



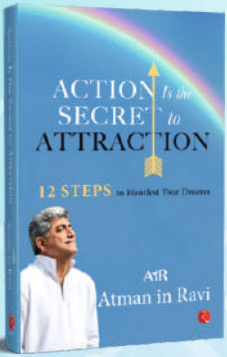
83



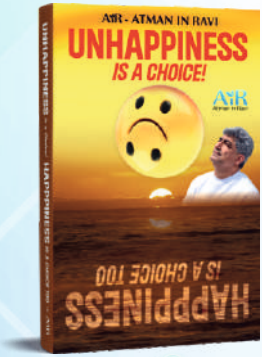
84



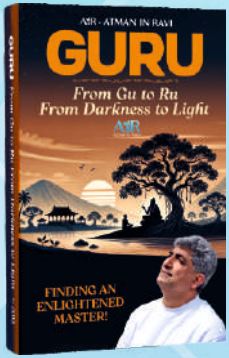
85



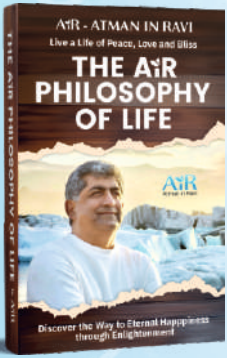
86



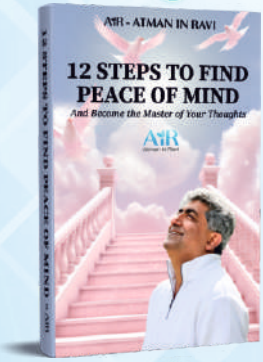
87



88



89



90

AiR - ATMAN IN RAVI

A Date, Every Evening *at* **'8'**
with **AiR** *to open the*
Enlightenment gate.
Join **AiR** *on* **ZOOM** *for the* **Ask AiR**
Hour *of* **Power** *and* **Realize**
the **Superpower within.**

zoom

MEETING ID: 85021104431

Ask ? AiR

And be ENLIGHTENED

at 8 pm every day

on zoom

ZOOM CALL QR CODE

Invest minutes
ELEVEN.
Get 1440 minutes in
HEAVEN.
Come on Insta every day at
SEVEN!

AIR
Atman in Ravi
Eternal Happpiness
Through Enlightenment

LIVE
7:00 PM
EVERY DAY

+91 98451 55555
www.air.ind.in

सत्यम् शिवम् सुन्दरम्

सत्यम् शिवम् सुन्दरम् - यह मंत्र आपके जीवन को बदल देगा। चाहे आप ईश्वर की खोज में हों, या आनंद और शांति की तलाश में हों, या जीवन के अंतिम अर्थ और उद्देश्य की तलाश में हों, इस पुस्तक में उन सबके उत्तर है।

यह आपको एक गहन सत्य का एहसास कराएगा; यह आपको हर समय, आपके चारों ओर ईश्वर का अनुभव कराएगा, आपको इस ब्रह्मांड की सभी सुंदरता में दिव्यता का एहसास होगा, यह पुस्तक आपकी 'वास्तविक' आन्तरिक आँखें खोलेगी और आप ईश्वर को देखेंगे, ईश्वर का अनुभव करेंगे, और आपके हृदय के मंदिर में ईश्वर की अनुभूति कराएगी। यह आपको अपने प्रभु के साथ घनिष्ठ संबंध बनाने में मदद करेगी और आपको आनंद, शाश्वत आनंद और चिरस्थायी शांति का अनुभव कराएगी।

आइए, ईश्वर को महसूस करने के लिए अपनी यात्रा शुरू करें। जैसे ही आप इस सत्य पर विजय पायेंगे कि ईश्वर हर चीज में है सुंदर है, सत्य की खोज करें, आप हर समय ईश्वर का अनुभव करेंगे। जब आप आनंद, परमानंद और शांति के जीवन में रहेंगे, आप अपने अन्दर और हर जगह ईश्वर को महसूस करेंगे। आप हर खूबसूरत चीज़ में दिव्य प्रेम के झरने की खोज करेंगे।

AiR Linktree

ISBN 978-93-5445-283-3

AiR Institute of Realization

AiR
Atman in Ravi
Eternal Happiness
Through Enlightenment

Kemp Fort Mall, #97, Old Airport Road, Bangalore - 560017
+91 9845155555 | www.air.ind.in | air@air.ind.in