

विचारशीलता

२४ जून, २०२६ के लिए

गुरुमाई चिद्विलासानन्द द्वारा प्रदान किया गया सद्गुण

बेन विलियम्स द्वारा लिखित व्याख्या

जून माह में सिद्धयोगियों और नए साधकों के अध्ययन हेतु, श्रीगुरुमाई ने सद्गुणों से जड़ा जो तेजोमय गगनमण्डल प्रदान किया है, उसमें उन्होंने हमारे लिए एक नया सितारा प्रकाशित किया है। अपने जन्मदिवस, २४ जून के लिए गुरुमाई जी ने जो सद्गुण प्रदान किया है, वह है 'विचारशीलता'।

आइए, गगनमण्डल के इस उत्कृष्ट सितारे की, इस सद्गुण की खोज हम एक-साथ मिलकर करें, ताकि यह हमारे बोध के तारों भरे आकाश में तेजस्विता के साथ चमक सके।

हर शब्द की कुछ बारीकियाँ होती हैं जो उसकी मूल भाषा का अनूठापन होता है। तो यही बात हिन्दी भाषा के शब्द 'विचारशीलता' के साथ भी है जो दो शब्दों से मिलकर बना है—'विचार' और 'शीलता'। 'शीलता' का अर्थ है, 'किसी विशिष्ट गुण, स्वभाव या प्रवृत्ति का होना'। 'विचार' द्योतक है, चिन्तन-मनन, सोचने-विचारने, समझ-बूझ, तर्क और विवेक का। यह संयुक्त शब्द, 'विचारशीलता' उस व्यक्ति का वर्णन करता है जो गहराई से चिन्तन-मनन करता है, जो तीव्र बुद्धि और सजग बोध के साथ अपने जीवन को दिशा देता है, जो सचेत रहकर सोचता व कार्य करता है।

किसी शब्द के अर्थ को बेहतर रूप से समझने हेतु, उसे अलग-अलग दृष्टिकोणों से देखने में मुझे आनन्द आता है—विशेषकर इसलिए कि एक भाषा से दूसरी भाषा में अनुवाद करते समय किसी शब्द के लिए बिलकुल सटीक शब्द खोजना हमेशा ही कोई सरल कार्य नहीं होता। और 'विचारशीलता' शब्द का अनुवाद करते समय भी यही बात आ रही है।

फिर भी, 'विचारशीलता' के लिए जो अंग्रेज़ी शब्द है, *thoughtfulness* [थॉटफुलनेस], वह इसके अर्थ का एक सहज-सुन्दर अनुमान तो प्रस्तुत करता ही है। विचारशीलता एक ऐसी क्षमता है जो सभी प्राणियों में जन्म से ही होती है, परन्तु सचेत रहकर इसका विकास करने और विद्यार्थीभाव बनाए रखने से ही यह उन्नत होती है।

तथापि, हमारे आज के संसार के वातावरण में, विचारशीलता अधिकाधिक दुर्लभ होती जा रही है।

क्या आपने ध्यान दिया है ?

यह स्थिति आंशिक रूप से उन टेक्नोलॉजियों और विचार-विमर्शों के तेजी-से फैलने से जुड़ी है जो लोगों को और समुदायों को बाँटते व अलग-थलग करते हैं। पृथ्वी के और हमारे अन्य साथियों के बीच परस्पर सौहार्दपूर्ण सम्बन्ध स्थापित करना हमेशा से ही एक नेक कार्य रहा है—ऐसे सम्बन्ध जिनकी जड़ें धैर्य, ग्रहणशीलता और समझदारी में निहित हैं। और यह एक ऐसा उद्यम भी है जो इस समय की माँग बनता जा रहा है।

हमारा जीवन तेज़ी-से उन समस्त टेक्नोलॉजियों से घिरता जा रहा है जो हमारे केन्द्रण को संकीर्ण कर, हमें आत्मकेन्द्रित बनाती जा रही हैं, यानी, हो सकता है कि हम जिस शिष्टाचार और परवाह के साथ दूसरों से व्यवहार कर सकते हैं, उसके स्थान पर 'मैं-मेरा' की अवधारणा को प्राथमिकता मिलने लगे। जब हम ऐसी परिस्थिति में से रास्ता निकाल रहे हों तो हम बहुत आसानी से थक सकते हैं। बल्कि, हो सकता है कि हमारे दैनिक जीवन में और संसार में जो कुछ भी घट रहा है, उसे ध्यान में रखते हुए, हम विचारहीनता से अधिक परिचित हो जाएँ जो कि विचारशीलता के विपरीत है।

दार्शनिक तर्क या विचार-विमर्श [शास्त्रार्थ] की भारतीय परम्परा के अन्तर्गत, किसी सिद्धान्त को स्पष्ट करने के लिए समान्यतः प्रयोग में लाई जाने वाली एक पद्धति है, बहिष्करण या नकारना ['नेति-नेति' या 'अपोहवाद']। किसी चरागाह में चर रही गाय को सही तरीके से पहचानने के लिए, पहले इस बात की पुष्टि कर लेना सहायक होगा कि वह *घोड़ा नहीं है*। इसी प्रकार, 'विचारशीलता' क्या है और इसमें क्या-क्या शामिल है, इसे पूरी तरह समझने के लिए, आइए पहले हम यह देखें कि विचारशीलता क्या नहीं है।

एक विचारहीन व्यक्ति तुरन्त ही अपनी राय या धारणाएँ बना लेता है। वह स्वतः, तुरन्त ही नतीजों पर पहुँच जाता है। वह बड़े आत्मविश्वास के साथ लोगों को आँक लेता है। इसके बाद प्रायः वह मन ही मन बहुत सारे निर्णय ले लेता है—वह लोगों की पुरानी आदतों और उनके व्यवहार के तौर-तरीकों की दृष्टि से उन्हें देखकर खुद ही यह अनुमान लगा लेता है कि वे कैसा व्यवहार करेंगे और उसी के आधार पर वह उनके बारे में अपनी राय बना लेता है। और लोगों को इस तरह तुरन्त ही वर्गों में बाँटना, हालाँकि सतही तौर पर 'कुशलतापूर्ण' लग सकता है, पर असल में यह समय और ऊर्जा के हमारे बहुमूल्य भण्डार को समाप्त कर देता है। ऐसा इसलिए है, क्योंकि दुनिया जैसी हमें अपने मन में दिखाई देती है, उसके साथ जूझते हुए, विचारहीनता हमें दुःखों के जाल में फँसा देती है। सौभाग्यवश, इसका एक बिल्कुल विपरीत दृष्टिकोण भी है जो हमारे लिए उपलब्ध है :

विचारशीलता—हर व्यक्ति के प्रति यह सहानुभूतिपूर्ण दृष्टिकोण रखना कि वह एक ऐसा विकासशील मानव है जो दिव्य शक्ति का साकार रूप भी है।

विचारशीलता, और सभी सद्गुण जिन पर हम इस माह चिन्तन-मनन कर रहे हैं और जिन्हें अमल में ला रहे हैं, वे सिद्धयोग पथ के लक्ष्य को साधने के लिए अत्यावश्यक हैं, और वह लक्ष्य है, जीवनमुक्ति यानी इसी जीवन में मुक्ति। ये सद्गुण सिद्धयोग पथ पर जीवन्त हो उठते हैं, क्योंकि इन्हें विकसित करने के हमारे प्रयत्नों और गुरुकृपा, सिद्ध-परम्परा के आशीर्वादों तथा सिद्धयोग संघम् में निहित प्रज्ञान के स्रोत व सहयोग के बीच, एक दोतरफ़ा या पारस्परिक सम्बन्ध है।

मेरा अनुभव है कि जब हम निरन्तर सिद्धयोग साधना द्वारा, स्वयं पर जागरूकतापूर्वक कार्य करते हैं तब कुछ असाधारण घटित होता है। मन लचीला हो जाता है, उसमें मृदुता आ जाती है। श्वास-प्रश्वास सहज हो जाता है।

हमारे मन में जिस प्रकार के विचार चलते रहते हैं और जो हमारे मानसिक जगत को आकार देते हैं, उनमें अपने लचीलेपन को खोकर कठोर हो जाने की प्रवृत्ति होती ही है। परन्तु जिस मन में मन्त्र स्पन्दित हो रहा है, जो उस मन्त्र के वर्णों में निहित उच्चतम स्पन्दनों से व्याप्त है, उस मन की प्रकृति अलग ही होती है। जो मन ध्यान में लीन है, प्रशान्ति की उत्कृष्ट शक्ति में रमा हुआ है, उसकी प्रकृति अलग ही होती है। जो मन श्रीगुरु की सिखावनियों से, ज्ञान व कृपारूपी स्वर्ण की इस अनमोल खान से परिशुद्ध हो चुका है, उसकी प्रकृति अलग ही होती है। ऐसा मन ऊर्जा का एक ऐसा स्रोत बन जाता है जिसमें सदैव नयापन आता रहता है।

शायद आपने यह उक्ति सुनी हो जो रोमन कवि श्री ओविड द्वारा दी गई एक उपमा पर आधारित है : “बूँद-बूँद गिरता पानी पत्थर में भी छेद कर देता है, ज़ोर के बल पर नहीं, बल्कि लगातार गिरते रहने के दम पर।” निरन्तर आत्म-निरीक्षण और आध्यात्मिक साधना द्वारा हमें एक ऐसा तरीका मिल जाता है जिससे हम ऐसे मन का विकास कर सकते हैं जो विचारशीलता से जगमगाता हो। हम चाहते हैं कि हम मन के अन्तर्जात विशुद्ध स्वरूप को पुनः प्राप्त करें और हम ऐसा खुशी-खुशी करते हैं। हम चाहते हैं कि हम मन के खुलेपन को और उसकी ग्रहणशीलता को प्रकट करें और ऐसा हम करते हैं अधिक गहराई से सुनकर। हम चाहते हैं कि हम मन की विवेकशीलता को और उसकी जिज्ञासा को जगाएँ और ऐसा हम करते हैं वर्तमान क्षण से प्रेम करके। इस प्रक्रिया के माध्यम से हम उन धारणाओं से मुक्त हो जाते हैं जो हमें सीमित कर देती हैं। तब हम अपने परिश्रम के प्रचुर फल पा सकेंगे। इस दीप्तिमान सद्गुण की हममें जो अन्तर्जात सामर्थ्य है, उसका हम भरपूर लाभ उठा पाएँगे।

समय के साथ, और सही प्रयत्न की लय के साथ बने रहने से, विचारशीलता हमारा स्वभाव ही बन जाती है। और जब भी हमें लगे कि हमारे जीवन में इसकी उपस्थिति कम हो गई है—जब यह सुन्दर सद्गुण काफी समय तक उपयोग में न लाया गया हो—तब हम इसे पुनः जाग्रत कर सकते हैं। हम इस बात को ध्यान में रख सकते हैं कि हम हर दिन और हर रात विचारशीलता के विकल्प को सतत चुनते रहें। जैसे-जैसे हम विचारशीलता के अनमोल सद्गुण को अपने अन्दर धारण करते जाते हैं और जैसे-जैसे हम इस सद्गुण को अपने व्यवहार में उतारते जाते हैं, यह हमें एक ऐसे जीवन की ओर ले जाता है जिसमें गहराई हो और अर्थपूर्णता हो। विचारशीलता, विचारशीलता को खींचती है; जब हम समझदारी और सद्भावना से व्यवहार करते हैं, तब संसार भी हमें ये गुण वापस लौटा देता है।

आइए, हम गुरुमाई जी के इस सद्गुणरूपी जन्मदिन-उपहार को पूरे हृदय से ग्रहण करें। आइए, हम विचारशीलता की शक्ति को खोजें और बार-बार खोजते रहें जो कि सद्गुणों के हमारे गगनमण्डल में एक जगमगाता सितारा है। आइए, हम इसकी बहुरंगी आभा को अपने हृदय के अँधेरे कोनों में मृदुलता से बिखरने दें, इसे पूरे संसार में फैलने दें। एक बार में एक कदम चलकर, एक बार में एक सद्गुण का विकास करते हुए, हम इस संसार को प्रकाश से भर सकते हैं।

विचारशीलता के लिए अभिकथन :

मैं विचारशीलता की ज्योति को
तेजस्विता के साथ प्रज्वलित रखने के लिए वचनबद्ध हूँ।

[अभिकथन—वे कथन जिन्हें जागरूकता के साथ बार-बार दोहराया जाता है ताकि वे हमारी चेतना में पैठ जाएँ।]

