

अमृतबिन्दु उपनिषद् श्लोक २

श्लोक

मन एव मनुष्याणां कारणं बन्धमोक्षयोः ।

बन्धाय विषयासंगो मुक्त्यै निर्विषयं मनः ॥

मनुष्यों के लिए मन ही बन्धन व मोक्ष, दोनों का कारण है। जो मन सांसारिक विषयों में आसक्त है, वह बन्धन का कारण है, और जो मन अनासक्त व कामनारहित [निर्विषय] है, वह मोक्ष का कारण है।^१

अमृतबिन्दु उपनिषद्, श्लोक २

व्याख्या :

अमृतबिन्दु उपनिषद् का यह श्लोक, श्रीगुरुमाई के वर्ष २०१९ के सन्देश-प्रवचन की उस सिखावनी के विषय में बताता है जिसमें गुरुमाई जी मानव मन की असीम शक्ति का वर्णन करती हैं। सदियों से भारत के प्राचीन ग्रन्थ, बार-बार यह उद्घोषित करते आए हैं कि आप जो सोचते हैं वही बन जाते हैं। जब हमारे विचार सकारात्मक होते हैं, जब हम प्रसन्नता, पराक्रम और सन्तोष जैसे सद्गुणों पर केन्द्रण करने का चयन करते हैं, तब इस संसार का हमारा अनुभव भी इन सद्गुणों से भर जाता है।

इस श्लोक में, संस्कृत शब्द 'कारणं' का अर्थ है "कारण होना" या "उद्गम स्थान होना।" मन ही हमारे जीवन में सुख का उद्गम स्थान है और साथ ही साथ दुख का उद्गम स्थान भी मन ही है। यह बन्धन का कारण है और मोक्ष का कारण भी यही है।

श्लोक में आगे बताया गया है कि मन को क्या बान्धता है और क्या है जो उसे मोक्ष प्रदान करता है। यह वह है जिस पर मन चिन्तन करता है।

इस श्लोक में, शब्द 'निर्विषय' मन की उस स्थिति के बारे में बताता है जो इस भौतिक संसार में उलझा नहीं है, जिसे भय और आकांक्षाओं की बेड़ियों ने जकड़ा नहीं है — जो आपके इस संसार में रहते हुए भी स्वतन्त्र है।

सिद्धयोग पथ पर, अनासक्ति की विचारधारा का अर्थ जीवन में अपने उत्तरदायित्वों का त्याग करना या निष्ठुर और भावना-रहित हो जाना नहीं है। बल्कि, इसका अर्थ है इस संसार में अपना जीवन जीते रहना — अपने कर्तव्य कर्म करना और साथ ही यह सुनिश्चित करना कि मन आत्मा पर केन्द्रित रहे जो हमारे अन्दर निहित समस्त ज्ञान, प्रेम और आनन्द का स्रोत है। जब हम सभी कार्य इस भाव के साथ करते हैं कि हम जिस खुशी और प्रेम को बाहर खोज रहे हैं, वह सच में हमारे अन्दर ही है, तब हम स्वाभाविक रूप से स्वयं को मधुर अनासक्ति और गहन सन्तुष्टि के सान्निध्य में पाते हैं।

इस प्रशान्तिपूर्ण अनासक्ति का अनुभव करने का एक मूलभूत तरीका है, समयातीत आध्यात्मिक अभ्यासों जैसे ध्यान, श्रीगुरु की सिखावनियों का अध्ययन और मन्त्र-जप के साथ एक सशक्त और नितान्त सम्बन्ध स्थापित करना। ये आध्यात्मिक अभ्यास मन को उसके स्रोत में यानी हमारे अन्दर विद्यमान परमात्मा में अवस्थित रखते हैं।

