आत्मा की शरण लें

स्वामी ईश्वरानन्द

रक्षाबन्धन महोत्सव के सम्मान में आयोजित "मन्दिर में रहो" सत्संग
सिद्धयोग वैश्विक हॉल में सीधा वीडिओ प्रसारण
शनिवार, १ अगस्त, २०२०

रक्षाबन्धन के सम्मान में, आइए इस पर मनन करें कि आध्यात्मिक संरक्षण का स्वरूप क्या है, और यह हमारा संरक्षण किससे करता है।

सामान्य रूप से हम नुकसान या चोट से सुरक्षा को संरक्षण समझते हैं। आध्यात्मिक पथ पर, हम एक ऐसे कष्ट अथवा दुःख से सुरक्षा चाहते हैं जो कि सभी मनुष्यों को होता है। यह वह दुःख है जो मन में होता है। एक ऐसा मन जो सोचता है, "मैं उतना अच्छा नहीं हूँ", एक ऐसा मन जो भविष्य की अनिश्चितताओं को लेकर चिन्तित रहता है, एक ऐसा मन जो परितृप्ति को प्राप्त करना चाहता है परन्तु सच्चे सुख को कभी महसूस नहीं करता।

इस कष्ट अथवा दुःख का मूल कारण क्या है? भारतीय शास्त्र एवं सन्त-महात्मा यह सिखाते हैं कि अपनी आत्मा के विषय में गहरा अज्ञान ही इस दुःख का मूल कारण है।

हम सभी के अन्दर, हमारे गहरे अन्तर में ऐसा प्रेम विद्यमान है जो अहैतुक व असीम है, ऐसा प्रज्ञान है जो अच्छे-से-अच्छे कार्य करने में हमारा मार्गदर्शन करता है, ऐसा स्वतन्त्र, इतना गहन आनन्द है जिसकी हमने कभी कल्पना भी न की हो। श्रीगुरुमाई सिखाती हैं कि यही हमारा सच्चा स्वरूप है, हमारी आत्मा है। जैसा कि हमारी श्रीगुरु हमें बताती हैं, आत्मा बोध की वह शक्ति है जो हमारी सत्ता को व सम्पूर्ण सृष्टि को अनुप्राणित करती है।

जब हमें इस अन्तर-सत्य का ज्ञान नहीं होता है, तो क्या होता है?

हमें अधूरापन महसूस होता है, परितृप्ति से वंचित होने का भाव महसूस होता है। सच्चे सुख की खोज में हम इधर-उधर भटकते हैं, फिर भी ऐसा लगता है कि ऐसा कुछ भी नहीं है जो हमारी ललक को पूरा करे। ऐसी परिस्थिति भय, बेचैनी, व्यग्रता, भ्रम को और यहाँ तक कि निराशा को भी बढ़ावा दे सकती है।

इस दुःख से हम कैसे मुक्त हो सकते हैं? हम अपनी आत्मा को कैसे जान सकते हैं?

भारतीय शास्त्र एवं सन्त-महात्मा हमें बताते हैं : एक आत्मज्ञानी गुरु की कृपा से हम ऐसा कर सकते हैं। पवित्र ग्रन्थ श्रीगुरुगीता के ३४वें श्लोक में इसे समझाया गया है :

> अज्ञानरूपी अन्धकार से अन्धे बने हुए जीव के नेत्रों को जो ज्ञानरूपी अञ्जन-शलाका से खोल देते हैं, ऐसे श्रीगुरु को नमस्कार है।

कृपा प्रदान करके श्रीगुरु, आत्मा को ढक देने वाले अज्ञान के अन्धकार को दूर कर देते हैं। भारत में लोग, सूरज की प्रखरता और धूल से अपनी आँखों को सुरक्षित रखने हेतु काजल यानी अञ्जन का प्रयोग करते हैं ताकि वे अधिक स्पष्टता से देख सकें। उसी प्रकार, श्रीगुरु हमें हमारी अपनी सत्ता के मूल में निहित नित्य आनन्दमय, शान्तिपूर्ण सत्य के प्रति जाग्रत करके हमारी अन्तर-दृष्टि का शुद्धिकरण करते हैं।

"ज्ञानरूपी अञ्जन-शलाका" गुरुकृपा की शक्ति है; यह उसे उजागर करती है जो हमारी दृष्टि से छिपा हुआ है। शक्तिपात दीक्षा द्वारा श्रीगुरु उस प्रेम, प्रज्ञान व आनन्द के प्रति हमारे अन्तर-चक्षु को खोल देते हैं जो हमेशा ही मौजूद रहा है। एक आध्यात्मिक साधक के जीवन में यह महानतम घटना होती है। फिर श्रीगुरु सिद्धयोग की सिखावनीयाँ और अभ्यास प्रदान करते हैं जिससे हम आत्मा के प्रति अपनी जागरूकता को विस्तृत कर सकें। जब हम स्वयं को साधना के प्रति यानी आध्यात्मिक सिखावनियों व अभ्यासों के प्रति समर्पित करते हैं तब हम आत्मा के साथ जुड़े रहते हैं और हम नित्य रूप से आध्यात्मिक संरक्षण का, अज्ञान व दुःख से संरक्षण का अनुभव करते हैं।

मुझे बड़े बाबा का अपना एक स्वप्न याद आ रहा है, जो इस बात पर बल देता है। उस स्वप्न में बड़े बाबा ने मेरी ओर देखा और कहा : "तुम बाहर बहुत जाते हो।"

उनके शब्दों से मैं कुछ चकित-सा हुआ, और अपने दैनिक कार्यकलाप का अवलोकन करने लगा। और फिर मैंने आदर के साथ उत्तर दिया : "बड़े बाबा, मुझे नहीं लगता है कि मैं बाहर बहुत जाता हूँ।"

ज़ोर देकर उन्होंने कहा: "हाँ, हाँ, तुम बाहर बहुत जाते हो।" मैंने उत्तर दिया: "जी हाँ, मैं दन्तचिकित्सक के पास, डॉक्टर के पास और कसरत करने बाहर ज़रूर जाता हूँ।"

बड़े बाबा ने सिर हिलाते हुए कहा : "नहीं, नहीं। तुम बाहर बहुत जाते हो।" ऐसा कहकर, उन्होंने अपनी बड़ी-सी व सुन्दर हथेली खोलकर उसे मेरे सीने पर रखा और दबाते हुए कहा, "यहाँ रहो। यहाँ रहो। यहाँ रहना सीखो।"

बड़े बाबा के स्पर्श करते ही मैं ऐसे स्थान में पहुँच गया जो महान प्रेम और परम तृप्ति से पूरित था।

इस अनुभव पर मनन करके, मैं स्वयं को अपनी आत्मा पर केन्द्रित करने के महत्त्व के प्रति और भी सजग हो गया, मैं "यहाँ" *[स्वामी जी ने अपने सीने पर अपने हृदय के स्थान की ओर इशारा करते हुए कहा]* रहना सीखने के प्रति सजग हो गया जहाँ मुझे आध्यात्मिक संरक्षण का अनुभव होता है। पूरे दिन के दौरान, बीच-बीच में मैं थोड़ा रुककर, खुद से पूछता हूँ : "क्या यह आत्मा के समत्वभाव तथा प्रेम का स्थान है?" यदि ऐसा न हो तो मैं कुछ समय के लिए मन्त्र-जप या ध्यान करता हूँ। इस तरह, मैं अपनी जागरूकता को आत्मा की शाश्वत प्रफुल्लता और आनन्द की ओर पुनः मोड़ देता हूँ।

यह जानें कि श्रीगुरु की दिव्य कृपा से और उनके द्वारा दिखाए गए पथ का अनुसरण करने से, आध्यात्मिक संरक्षण का लोक हमारे जीवन में हर समय मौजूद है और हमारे लिए हर समय सुलभ है।

©२०२० एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।