परिचय

स्वामी अखण्डानन्द द्वारा लिखित

इस संसार में बाबा मुक्तानन्द का मिशन था, आत्मज्ञान प्रदान करना और लोगों को उनकी अपनी दिव्यता के प्रति जाग्रत करना। बाबा मुक्तानन्द की महासमाधि का सम्मान करने के लिए समर्पित इस माह में, मैं आपको आमन्त्रित करता हूँ कि आप आत्मबोध में रहने के विषय पर बाबा जी की चार दिव्य सिखावनियों पर लिखी गई व्याख्याओं का अध्ययन करें।

आत्मा को समझना और आत्मा की अनुभूति करने के साधनों या उपायों को जानना, ये बाबा जी की सिखावनियों के आधारस्तम्भ हैं। बाबा जी बार-बार साधकों से कहते कि यदि तुमने अपनी आत्मा को जान लिया तो तुमने मानव-जीवन के सर्वोच्च लक्ष्य को प्राप्त कर लिया है।

आत्मा के बारे में आपकी क्या समझ है? आप किस प्रकार उसकी अनुभूति करते हैं?

बाबा जी साधकों को सिखाते कि उनमें इन दोनों ही विषयों के बारे में स्फटिक समान स्पष्टता होनी चाहिए—आत्मा क्या है और उसकी अनुभूति करने के उपाय क्या हैं। एक परिपूर्ण जीवन जीने के लिए यह ज्ञान अत्यावश्यक है—एक ऐसा जीवन जो चुनौतीपूर्ण समय में भी आनन्द व अच्छाई से जगमगाता हो।

आत्मा का यह ज्ञान पाने के लिए यह आवश्यक है कि आप कुछ करें। बृहदारण्यकोपनिषद् में कहा गया है कि साधक को निष्ठा के साथ दृढ़ प्रयत्न करना चाहिए ताकि उसके अन्तर में यह ज्ञान जीवन्त हो उठे। उपनिषदों के ऋषि-मुनि यह उपदेश देते हैं कि जिस प्रकार तिल में तेल निहित होता है, किन्तु उसे प्राप्त करने के लिए योग्य उपाय अपनाना आवश्यक है, उसी प्रकार यद्यपि आत्मा का आनन्द हमारे अन्दर पहले से विद्यमान है, फिर भी सही प्रयत्न से ही उसे अनुभव किया जा सकता है।

तो फिर क्या है वह प्रयत्न जो आपको करना चाहिए? बृहदारण्यकोपनिषद् में ऋषि याज्ञवल्क्य कहते हैं कि यह जानने के लिए कि आनन्दमय आत्मा ही आपका सच्चा स्वरूप है, आपको श्रीगुरु के वचनों का अध्ययन करना ही चाहिए, उन पर मनन-चिन्तन करना चाहिए, उन्हें अभ्यास में उतारना चाहिए और उन पर ध्यान करना चाहिए। परम्परागत रूप से अपनाए गए इस उपाय द्वारा आत्मा का अनुभव आपके लिए प्रत्यक्ष हो सकता है और आप उसमें अवस्थित हो सकते हैं।

मुझे आपको यह बताते हुए खुशी हो रही है कि आप बाबा जी की सिखावनियों में से चार सिखावनियों पर व्याख्याओं को पढ़ेंगे और उनका अध्ययन करेंगे; ये सिखावनियाँ इस विषय पर होंगी कि आप किस प्रकार अपने जीवन की हर परिस्थिति में आत्मा का बोध बनाए रख सकते हैं। सिद्धयोग ध्यान-शिक्षकों द्वारा लिखित ये व्याख्याएँ आपका मार्गदर्शन करेंगी कि बाबा जी के प्रत्येक शब्द में निहित गहन अर्थ को जानने के लिए आप कौन-से क़दम उठा सकते हैं और किस प्रकार आप अपने लिए उस अर्थ को उजागर कर सकते हैं। इससे आपको सम्बल मिलेगा कि बाबा जी जो ज्ञान प्रदान कर रहे हैं उसके सम्पूर्ण अभिप्राय या अर्थ को आप समुचित रूप में ग्रहण कर सकें। ये व्याख्याएँ आपको वे ठोस मार्ग भी बताएँगी जिनसे आप इन सिखावनियों को अपने दैनिक जीवन में लागू कर सकते हैं।

श्रीगुरु की हर सिखावनी एक बीज के समान है जिसमें सर्वोच्च ज्ञान समाया हुआ है; हर एक सिखावनी श्रीगुरुकृपा की शक्ति को धारण किए हुए है।

अपने अध्ययन के प्रयत्न द्वारा, आप अपने बोध को परिष्कृत करते हैं और श्रीगुरु अपनी सिखावनियों द्वारा जो कृपा व ज्ञान प्रदान करते हैं उसे प्राप्त करने के लिए आप स्वयं को ग्रहणशील बनाते हैं। जब आप श्रीगुरु के शब्दों का अध्ययन करने की इस अनोखी कीमियागरी के साथ संलग्न होते हैं तो आत्मा का ज्ञान आपके अन्दर पुष्पित-पल्लवित होता है।

© २०२२ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।