ईश्वर प्राप्ति के उपाय

नमः शिवाय शान्ताय कारणत्रयहेतवे।
निवेदयामि चात्मानं गतिस्त्वं परमेश्वर ।।

ईश्वर---------------- ईश्वर प्राप्ति के भिन्न-भिन्न तरीके शास्त्रों में वर्णित हैं। किसी भी रास्ते पर जाओ, वे सब बुद्धि के साथ संबंध रखते हैं। हमारा यह स्थूल शरीर एक घर है। इस स्थूल शरीर के भीतर बुद्धि, मन वह एक अलहदा घर है। वास्तव में मन, बुद्धि इस स्थूल शरीर से संबंधित न होते हुए भी इससे संबंधित प्रतीत होते हैं।

किंतु बात ऐसी नहीं है। यह स्थूल शरीर एक स्थान है, जिसे हम बुद्धि के रहने का घर कहते हैं। इस स्थान के भीतर रह कर यह बहुत कुछ कर लेता है - इन्द्रियों के ज़रिए। इन्द्रियां एक ज़रिया है, इस स्थूल शरीर का काम करने के लिए। बुद्धि इन्द्रियों से काम लेती है, अन्य से काम लेती है। एक करण है यह।

बुद्धि इस शरीर से भिन्न है। हमेशा ही अलग रहती है। शरीर की हर क्रिया को, सुख-दुख को वह जानती है। इससे मोह कम हो जायेगा जब पता लग जाएगा कि देह और बुद्धि भिन्न है तो इससे मोह कम हो जायेगा यह भाव परिपक्क हो जाए तो स्थूल शरीर से संबंध ढीला पड़ जाता है। स्थूल शरीर से व्यवहार करते हुए भी वुद्धि इससे भिन्न ही रहेगी। अभी बेशक्क जब तुम किसी चीज़ का विचार करते हो, चिन्तन करते हो, स्मरण करते हो, लेकिन गहराई से देखो तो तुम इससे भिन्न ही रहते हो।

बुद्धि के अन्दर स्थिरता मिल जाये तो स्थूल शरीर से संबंध छूट जाता है। फिर इसके साथ ममत्व, मोह वगैरह बिल्कुल नहीं रहता। फिर बचा रहता है बुद्धि। वह भी किसी चीज़ का रहने का स्थान है। जैसे यह स्थूल शरीर किसी चीज़ का रहने का मकान है। बुद्धि के अन्दर चैतन्य काम करती है। चैतन्य के रहने का एक स्थान है बुद्धि।

चैतन्य सर्वत्र रहते हुए भी, एक बुद्धि का फायदा करने के लिए वह इसमें निवास करता है। इसलिए भिन्न-भिन्न शास्त्रकारों ने कहा है कि यदि तुम ईश्वर को प्राप्त करना चाहते हो तो बुद्धि से चैतन्य को अन्दर ढूंढो। वह मिल जायेगा। ईश्वर बुद्धि के जरिए ही क्रियान्वित होता है। चैतन्य के भीतर रहकर वह शरीर को शक्ति-सम्पन्न करता है। इन्द्रियों को शक्ति-सम्पन्न करता है। यह सब बुद्धि के जरिए ही होता है। इसलिए जैसी

बुद्धि होगी, वैसा ही चैतन्य बन जायेगा। चाहे साकार उपासना करो, निराकार उपासना करो, शिव की उपासना करो, राम या कृष्ण की करो। कल्पना करते ही यह चैतन्य उसको आकार दे देता है। वह चलने भी लगता है, सब काम भी करता है।

यह सब वास्तव में हमारी वृत्ति में छुपा हुआ चैतन्य है। यह हजारों शक्ल धारण कर सकता है। हजारों नहीं, करोड़ों। करोड़ों नहीं, अरबों। एक सैकिण्ड में धारण करता है, एक ही सैकिण्ड में लय करता है, पालन करता है। यह सब एक ही सैकिण्ड के अन्दर चलता रहता है। ये तीनों क्रिया हरदम चलती रहती हैं। इन्हें कोई रोक नहीं सकता। वास्तव में बुद्धि के जरिए यह सब होता है। इसलिए शास्त्रकारों नें, महात्माओं ने कहा कि यदि तुम इस बुद्धि में परमात्मा को ढूंढो तो वह मिल जाएगा। वैसे परमात्मा सर्वत्र है, लेकिन इसका विशेष स्थान बुद्धि है। बुद्धि को शिव की गिरिजा, विष्णु की लक्ष्मी और ब्रह्मा की सरस्वती कहा जाता है। इस बुद्धि के स्थिर होने पर मनुष्य इस रहस्य को समझ जाता है।

जब तक स्थिरता नहीं मिलती है, तब तक रहस्य खुलेगा नहीं। यह कैसे स्थिर हो? प्राण का प्रवेश इसमें करना होगा।

इसको स्थिर करने के लिये इसमें प्राण को प्रवेश करना होगा। जब तक प्राण का प्रवेश बुद्धि में नहीं होगा तब तक वह स्थिर नहीं होगी। इस प्राण के बुद्धि में प्रवेश के भिन्न-भिन्न तरीके हैं। जैसे राम-राम जपने से या कोई मानसिक जप करने से प्राण का प्रवेश उसके अंदर हो जाता है। ज्यों-ज्यों प्राण का प्रवेश उसमें होने लगेगा, सत्यता उसमें जाग्रत होने लग जाएगी। बुद्धि में चैतन्य छुपा हुआ है। इसका पता प्राण के प्रवेश से ही लगता है, कि उसमें कौन सी शक्ति छुपी हुई है।

राम का हर समय जप करने से प्राण का प्रवेश उसमें हो जायेगा। जो वेदान्त का अनुसंधान करने वाला है तो उसमें बारम्बार एक ही क्रिया के करने से भी प्राण का प्रवेश उसके अंदर हो जाता है। प्राण का प्रवेश हुए बिना उसकी सार्थकता सिद्ध नहीं होती। उसको सफलता नहीं मिलती। क्योंकि सफलता ना मिलने का अर्थ है कि प्राण का प्रवेश उसमें हुआ ही नहीं।

रास्ता खोलने के लिए भिन्न भिन्न उपाय करने होते है। जैसे हठ योग हुआ, राज योग हुआ। पातंजल, प्राणायाम पर जोर देता है कि किसी तरह खींच खांच कर उसे ऊपर ले जाओ तो वह अंदर चला जाएगा। प्राण के बिना कहीं भी किसी चीज़ का रास्ता

बनता ही नहीं है। प्राण ही है। प्राण के प्रवेश करने पर ही उस स्थान की शक्तियां जाग्रत होने में समर्थ रहता है। प्राण प्रवेश किए बिना यह जीव भी नहीं माना जाता। प्राण से ही देह हरकत करता है और जीवित माना जाता है।

हमारे शरीर और नाड़ी संस्थान में बहुत ताकत छुपी है। किन्तु वह प्राण के प्रवेश से हरकत में आती है। कोई रजोगुण है, तमोगुण है और कोई सतोगुणी है। नाड़ी संस्थान कैसे काम करता है? इसके लिए तांत्रिक-शास्त्र बना हुआ है। लेकिन ब्रह्म को प्राप्त करने वाला इस रास्ते पर नहीं जाता है। वह आत्मचिंतन करता है। आत्मा के द्वारा आत्मा में स्थिरता पाने की कोशिश करता है। वह बार-बार अनुसंधान करता है। जैसे वेदान्ती वेदों को ढूंढता है, वह बुद्धि के जरिए आत्मा को ढूंढता है। बारम्बार के इस अनुसंधान से बुद्धि में प्राण का प्रवेश हो जाता है। सबका आधार प्राण है। जब प्राण प्रवेश करेगा तो लाज़िमी है कि फिर तुम कामयाब होंगे।

वैसे प्राण का प्रवेश सामान्य-रूप से हर जगह है। लेकिन सामान्य-रूप से होने से पूर्ति नहीं होगी। उसे विशेष रूप से होना होगा। जैसे कि एक राम-राम करने वाला है, राम-राम करते-करते बुद्धि तभी स्थिर होगी यदि उसमें प्राणों का प्रवेश हो जाये। ज्यों-ज्यों कर प्राण प्रवेश करेंगे, त्यों-त्यों उसका राम नाम का रहस्य खुल जायेगा। प्राणायाम वगैरह इसीलिए बना है लेकिन इसका अर्थ यह नहीं है कि केवल प्राणायाम से ही इसका रहस्य खुलेगा।

एकान्त में बैठकर जो विचार करने वाला मनुष्य है, वही इसके रहस्य को समझता है। विचार-शक्ति प्रबल होती है। जितनी सूक्ष्मातिसूक्ष्म उसकी विचार-शक्ति होती है वह उसी स्थान पर पहुंच जाता है जहां इन सूक्ष्म-शक्तियों का स्थान होता है। प्राण की गति ऊर्ध्व हो जाता है। आमोमन हमारे प्राण की गति यहां टकराकर नाक से बाहर निकल जाती है। ऊपर नहीं चढ़ती है। जितना हम बुद्धि का सूक्ष्म चिंतन करेंगें, यह रास्ता खुल जाता है। यहां से एक रास्ता स्पैशल है, उसे खोलना पड़ता है।

मैडिकल विज्ञान कहता है कि ऐसा कोई रास्ता नहीं है। लेकिन योग शास्त्र कहता है कि है। यहां से प्राण को बारम्बार ऊपर चढ़ाने की कोशिश करोगो तो रास्ता खुलता है। प्रयत्न करके उसे खोलना होगा। लाज़िमी है कि वह सीधा ब्रह्म-रंध्र के अंदर पहुंच

जाएगा। उसके ब्रह्म-रंध्र के अंदर पहुँचते ही, बुद्धि के अंदर जो छुपे हुए रहस्य हैं, वो खुल जाएंगे। जब तक प्राण प्रवेश नहीं करता, तब तक किसी भी सूरत में वे रहस्य नहीं खुलते।

यह जरूरी नहीं कि योग शास्त्र ही एकमात्र उपाय है। राम-राम जप कर भी बुद्धि को एकाग्र किया जाए तो वह रास्ता खुल जाएगा। बुद्धि को एक लक्ष्य पर स्थिर किया जाए। क्योंकि, ज्योंहि बुद्धि में स्थिरता पैदा होगी, प्राण की गति ऊर्ध्व होगी। इसके विपरीत यदि बुद्धि चंचल होगी तो प्राण नाक से बाहर निकलेगा। ऊपर नहीं जाएगा। सीधी सी बात है। बुद्धि अस्थिर होगी तो प्राण बहिर्गति और स्थिर हुई तो ऊर्ध्व गति होगी।

हमारे कान के पीछे दो नाड़ियां हैं। यहां का स्थान कुछ उभर हुआ है। बुद्धि जब देह से भिन्न प्रतीत होने लगेगी तो शरीर का ममत्व नहीं रहेगा। यथार्थ होते हुए भी भम्रवत् लगेगा। इसी का विकसित रूप यह है कि यह आत्मतत्व स्पष्ट प्रतीत होने लगेगा। और बुद्धि उसका एकमात्र छिलका। चैतन्य को देख लेने पर। समझ लेने पर बुद्धि की कीमत भी खत्म हो जायेगी। फिर क्या बचेगा? फिर केवल ईश्वर बचेगा।

उसे परमात्मा कहो, आत्मा कहो, साकार कहो, सब कुछ हरकत में आ जाएगा। क्योंकि उसमें प्राण पड़ जाता है। यह केवल हिन्दू दर्शन नहीं, युरोप के देशों, अरब इत्यादि में भी सभी महात्माओं ने यही चिल्लाकर कहा कि बुद्धि को स्थिर करने से ही गॉड, खुदा या ईश्वर का पता चलेगा। हमारे शास्त्र भी यही कहते हैं। लेकिन प्रश्न यह है कि इतनी स्थिर यह चंचल बुद्धि हो सकती है?

गहराई में जाकर देखो। सुषुप्ति अवस्था में बुद्धि लय होती है या नहीं? स्थिरता के बिना सुषुप्ति-अवस्था किसी भी सूरत में आ नहीं सकती है। सुषुप्ति-अवस्था का आनंद बुद्धि के लय होने से मिला। यह आनंद बाहर के सब आनंद से विश्रामदायक है। इस आनंद का मूल रहस्य यह है कि बुद्धि इस अवस्था में लय रहती है।

बुद्धि का चांचल्य समाप्त होने पर केवल परमात्मा तत्व बचा रहता है। उसका आनन्द महान है। उस आनंद को चखने वाला फिर वापस नहीं आता। वह जाएगा कहां? यह सारी की सारी सृष्टि फिर आनंदमय बन जाएगी। जब तक इसकी झलक नहीं मिलती तभी तक दुःख है। लेकिन इसके मिलने के बाद सब कुछ आनंद में बदल जाऐगा क्योंकि आनंद के अतिरिक्त और कुछ है ही नहीं।

मैं पहले कह चुका हूँ कि सृष्टि के अंदर जितनी भी क्रिया होती है, वह केवल आनंद को दृष्टि में रखकर होती है। वो बुद्धि जाग्रत हो गया तो सारी सृष्टि आनंदमय हो जायेगी। सूक्ष्म-रूप में बुद्धि-तत्व लता, वृक्ष, मनुष्य सभी में छुपा हुआ है। वह चैतन्य भी सभी में है। चैतन्य होने से ही आनंद होता है। चैतन्य न हो तो आनंद का प्रश्न ही नहीं उठता। संसार में जहां तक भी मन, बुद्धि और कल्पना जाती है, केवल आनंद का प्रसार है।

आनंद के अतिरिक्त कुछ हो नहीं सकता। किन्तु आवश्यकता है कि हम बुद्धि को स्थिर करें। बुद्धि के विकार को हटा दें तो केवल आनंद बचा रहेगा। जैसे इस बुद्धि को थोड़ा स्थिर करने पर यह शरीर से भिन्न प्रत्यक्ष नज़र आता है, इसी तरह यह स्थिरता अधिक प्राप्त हो जाए तो वह बुद्धि में छुपा हुआ चैतन्य प्रत्यक्ष नज़र आने लग जाएगा। लेकिन शर्त यह है कि इसके लिए कोशिश करनी होगी।

जागृत अवस्था में यह बुद्धि कभी भी स्थिर होती नहीं है। सुषुप्ति अवस्था में होती है। उससे आनंद मिलता है। आनंद से तंदरुस्ती का अनुभव आता है। सुषुप्ति में जाने के बाद नया जीवन हमें मिल जाता है। इस जागृत अवस्था में चिन्तन द्वारा, मनन द्वारा किसी अन्य साधन से उस चैतन्य पर दृष्टि पहुंच गई तो महान आनंद आएगा। उस जगह से फिर कोई आता भी नहीं है। उसकी पुनरावृत्ति नहीं होती। वह आना ही नहीं चाहता। जन्म, मृत्यु को ही पुनरावृत्ति नहीं कहते। बल्कि उस अवस्था के बाद कोई स्थिरता बचती ही नहीं है। वह तो अखंडावस्था है। वहां, मैं, तुम, सृष्टि कुछ नहीं रहता। केवल आनंद है तो फिर वहां से निकलने का प्रश्न ही कहां है? यही मुक्तावस्था है। इसी लिए आत्म-कल्याण को चाहने वालों का फर्ज है कि वो अपनी बुद्धि को स्थिर करें।

अपने उद्देश्य को ठीक करो। वह निष्काम होना चाहिए। ढंग कोई भी हो। लेकिन अगर हमारे कर्म का उद्देश्य अपनी बुद्धि को स्थिर करना नहीं है, बल्कि उसके विकार को बढ़ाना है तो वह आत्म-तत्व कभी भी नहीं मिलेगा। इसलिए हमारे कहने का मतलब है कि यदि अपने जन्म को सफल बनाना है, आत्मतत्व को प्राप्त करना है तो इस बुद्धि को स्थिर करो। थोड़ा बहुत जोर लगाओ। बुद्धि कोई हमसे दूर तो नहीं। रात दिन हम उससे काम लेते हैं।

बस, इस काम में ही थोड़ा बहुत अंतर करना होगा। जो उसे हम स्थूल के लिए लगाते हैं, बस उसे सूक्ष्म की ओर मोड़ना होगा। चिन्तन करने से उसमें लज्जत आएगा।

बारम्बार चिंतन करने से बुद्धि के रहस्य खुलते चले जाएगा और हम आत्मतत्व में पहुंच जाएंगे। अखण्ड-शांति भी वहीं जाकर मिल सकती है। यह जीवन भी सफल वहीं जाकर होगा। अन्य कहीं भी नहीं हो सकता। जिसे तुम हठयोग, राजयोग और अष्टांग योग से प्राप्त करना चाहते हो, उसे राम-राम करके भी प्राप्त कर सकते हो।

मगर हमारा लक्ष्य बुद्धि को स्थिर करना हो। आत्म-तत्व में बुद्धि स्थिर हो गया तो प्राण स्वतः प्रवेश कर जाएगा। रास्ता खुल जाएगा। हर जगह हर पदार्थ है लेकिन मनुष्य योनि के अतिरिक्त किसी योनि में हम उसे पहचान नहीं सकते। मनुष्य जन्म मिला है तो हमारा फर्ज है कि हम उस आनंद को प्राप्त करें। थोड़ी देर एकान्त में बैठ कर चिन्तन करो और देखो कि यह शरीर और बुद्धि भिन्न है कि नहीं। फिर इसका ममत्व और अंहकार भी कम पड़ जाएगा। शरीर और बुद्धि को एक बनाकर हम कीचड़ बना देते है। इसलिए ममत्व कम नहीं होता।

चैतन्य पर दृष्टि पड़ते ही बुद्धि समाधिस्थ हो जाएगा। इसी को समाधि अवस्था कहते हैं। यह सृष्टि तो बुद्धि के हरकत करने से ही बनती है। क्योंकि उसमें संस्कार होते हैं। संस्कारों से ही संसार बनता है। लेकिन चैतन्य पर बुद्धि की दृष्टि पड़ते ही बुद्धि बिल्कुल शांत हो जाता है। वही समाधि अवस्था है। फिर केवल चैतन्य बचा रहेगा। वह कल्याण-स्वरूप है। हरेक के अंदर वह समाधि रूप में छुपा हुआ है। लेकिन हमने बुद्धि को स्थिर करके कभी देखा ही नहीं। इसलिए उसका पता नहीं चलता।

भिन्न भिन्न महात्मा लोगों ने तथा शास्त्रकारों ने हमें कहा कि बुद्धि को थोड़ा स्थिर करके देखो कि क्या सिलसिला बैठता है। इसलिए हमारे कहने का अर्थ यह है कि यदि मनुष्य जीवन को सफल बनाना है, सत्य को पहचानाना है, अखंडानंद को पहचानना है तो बुद्धि को स्थिर करो। इसी में कल्याण है और कल्याण होने का कोई रास्ता नहीं है।

– ॐ –