किताब है – योग विज्ञान,

रचयिता हैं – आदि मुनीश्वर योगेश्वर श्री शिवमुनी जी महाराज,

अध्याय है – ५,

बिसय है – योग शान्ति और मुक्ति का मार्ग

संसार द्वन्दमय हैं, सब दो-दो हैं, सबका जोड़ा है। दिन-रात, सुख-दुःख, शीतोष्ण, ऊँच-नीच और ज्ञान-अज्ञान। इसी तरह से वास्तव में दिशायें भी दो हैं, जैसे, भीतर और बाहर। भीतर केन्द्र की ओर। बाहर परिधि की ओर। आप ही सोचें जब संसार गोल है तो पूर्व और पश्चिम या उत्तर और दक्षिण कैसा। करांची गोरखपुर से पश्चिम है और कोलकाता पूर्व पर – क्या वास्तव में यह ठीक है, कभी नहीं। करांची पश्चिम भी है और करांची पूर्व भी है और पश्चिम भी है। अतः वास्तव में यह दोनों न पूर्व है, न पश्चिम। यहां से कलकत्ता पूर्व है, उसके आगे श्याम भी पूर्व है, प्रशान्त महासागर भी पूर्व है। इसके आगे अमेरिका भी पूर्व है और अटलांटिक महासागर भी पूर्व है इसके आगे इंग्लैण्ड और भूमध्यसागर भी पूर्व ही हुआ। इसी हिसाब से अरब भी पूर्व हुआ और अरब के आगे करांची भी पूर्व है।

इसी तरह से देखते आइये मथुरा, कानपुर, लखनऊ, गोण्डा, और बस्ती सब पूर्व दिशा में आ गये, जो हमारे पश्चिम हैं। तात्पर्य कहने का यह है कि एक ही स्थान यहां से पूर्व भी है और पश्चिम भी है। वास्तव में न कोई पूर्व है न पश्चिम है । दो ही दिशायें हैं – एक जहां हमारा हम है और दूसरा उसके बाहर की ओर। हमारे हम के चारो ओर बाहर है और हमारा हम भीतर है। अतः दो ही दिशायें हैं – एक भीतर की ओर और दूसरी बाहर की ओर। बाहर संसार है, भीतर हमारा हम है। बाहर परिधि है और भीतर केन्द्र है, बाहर जगत् है और भीतर आत्मा है। बाहर सृष्टि है, भीतर सृष्टि कर्ता है। जो भीतर है, उसी का नाम आत्मा है।

अमृत कहां है

भीतर चेतन है, बाहर जड़ है। भीतर कल्पना करने वाला है और बाहर उसी की कल्पना है। बाहर कल्पना है, मिथ्या है और असत्य है। इसी तरह से भीतर सत्य है,

Copyright © 2019 shivmunisamaj.com. All rights reserved.

वास्तविकता है और कल्पना करने वाला है। भीतर ईश्वर है, बाहर माया है। बाहर भोग है भीतर योग है। बाहर की ओर प्रवृतिमार्ग है और भीतर की ओर निवृत्तिमार्ग है। अतः बाहर बन्धन है, भीतर मुक्ति है। अतः हमारा मन या मनोमयात्मा जब तक बाहर फंसा है, तब तक बन्धन है और जब बाहर से लौट कर भीतर की ओर आ गया तो मुक्ति है। बाहर की ओर मृत या मृत्यु है और भीतर की ओर उसका उल्टा अमृत है। अतः भीतर की ओर आना ईश्वर, अमृत, जीवन, आनन्द एवं मुक्ति और शान्ति की ओर आना है। और इसी तरह से बाहर की ओर जाना मृत, माया, मृत्यु, जड़ता, दुःख, बन्धन और अशान्ति की ओर जाना है। बस बाहर की ओर जाने का मार्ग भोग मार्ग है। और भीतर और आने का मार्ग ही योग मार्ग है । बाहर की ओर जाने की चेष्टा, उपाय या प्रयत्न भोग का साधन है और जिस उपाय से भीतर जाया जाता है, उसी का नाम योग साधन है। भोग करना है तो आंख खोलकर बाहर की ओर जाना होगा, बिना आंखे खोले बाहर घूमने में खतरा है, उसी तरह से बिना आँख बन्द किये भीतर जाना निरर्थक है। आंख बन्द करके यदि बाहर जाओगे तो आगे नहीं बढ़ सकोगे। ठीक उसी तरह से यदि बिना आंख बन्द किये भीतर जाओगे तो ऊपर नहीं चढ़ सकोगे। भोग में जिस तरह से आंखों को खुला रहना आवश्यक है, उसी तरह से योग में आंख का बन्द रहना जरूरी है । स्थूल आंख से मन की आंख, बड़ी तेज है। मन की आंखों से भी यदि संसार की किसी वस्तु को देखते रहोगे तो केवल इन स्थूल आंखों को बन्द करना व्यर्थ है । अपने आप को या अपने निज को छोड़कर किसी दूसरे को न देखो, यही योग है, यही शान्ति है, यही आनन्द अमृत और मुक्ति का मार्ग है।

बाहर अशान्ति और भीतर शान्ति है

सब दो-दो हैं। सारा संसार द्वन्दमय है। संसार द्वन्द में है और आत्मा द्वैत से परे अद्वैत में है । अपने साथ ही दूसरों को मानने वाला, आत्मपूजा छोड़कर किसी दूसरे को पूजने वाला द्वैतवादी है। सारा संसार और संसार का विषय भोग, जो अपना आप, अपनी आत्मा या अपना निज नहीं है, सब पराये हैं। मजहबी ईश्वर, देवी-देवता या भूत-प्रेत अपने आप नहीं हैं, पराये हैं, बाहरी तत्व हैं, रोग के जर्म्स हैं, फारेन मैटर हैं, रोग और अशान्ति के घर हैं। पराया द्वैत है और अपना आप, हमारा हम, आत्मा या हमारा जीव अद्वैत है। द्वैत के साथ बन्धनमय दुःख और अशान्ति है। शान्ति, मुक्ति,

Copyright © 2019 shivmunisamaj.com. All rights reserved.

निर्भयता और आनन्द का सम्बन्ध अद्वैत पद से है। बाहर द्वैत और भीतर अद्वैत है। योगमार्ग द्वैत मार्ग नहीं अद्वैत मार्ग है। अपने को छोड़कर, सभी पराये द्वैत हैं। जो अपना आप नहीं है, वह दूसरा है, वह चाहे मजहबी ईश्वर ही क्यों न हो। मजहबी ईश्वर और देवी-देवता और इन्द्रियों के विषय सब द्वैत के भूत हैं; जो शान्ति और अमृत के समुद्र के मार्ग के ठग, चोर और कण्टक हैं। यदि सच्ची समाधि और सच्चे योगपद तक पहुँचकर सच्ची मुक्ति प्राप्त करनी है तो द्वैत मात्र को छोडकर अद्वैत को ग्रहण करो। देख लो, जहाँ एक रत्ती भर भी द्वैत है, वहाँ, सच्ची मुक्ति और सच्ची शान्ति नहीं रह सकती। जहाँ अद्वैत है, जहाँ अपना आप है, जहाँ कोई पराया नहीं है; वहाँ कैसा शोक, कैसा मोह और कैसा भय ?

आत्मलोक ही मुक्ति का लोक है

आत्मलोक ही मुक्ति का लोक या शान्ति का स्थान है। भय, अशान्ति और बन्धन दूसरों से होता है। अद्वैत में दूसरों का ठिकाना नहीं है। अद्वैत पद ही निर्भय पद है। द्वैतवाद योग से बहुत दूर है। हमें जो दुःख दे रहे हैं, पराये हैं, विदेशी हैं, फारेन मैटर्स हैं। हमारे अपने आप का स्थान, हमारा आत्मलोक, हमारे भीतर का वह प्रदेश जहां अपना आप रहता है, वही अपना केन्द्र ही स्वदेश है और बाकी सब विदेश है, वह चाहे स्वर्ग हो, नरक हो, बहिश्त हो या दोजख हो। परलोक जो दूसरे का लोक है, वह किसी का हो, किसी बहुत बड़े राजा या ईश्वर का ही क्यों न हो, पर अपना लोक, स्वलोक या आत्मलोक नहीं, परदेश है। परदेश में सुख कहाँ, वहाँ शान्ति कहाँ? परदेश में दूसरे का शासन होगा, जिसका वह परदेश है। परदेश में हमारा शासन नहीं होगा, वहाँ दूसरे का राज होगा, स्वराज नहीं । जहाँ स्वराज नहीं होगा, स्वतंत्रता नहीं होगी, जहाँ स्थाधीनता गहीं होगी, वहाँ सुख कहाँ, वहाँ शांति कैसी? जहाँ दूसरे का राज है, जो दूसरे का राज है, जो दूसरे का देश है, वह शान्ति और मुक्ति का देश नहीं है। परलोक दूसरे का देश है। विष्णुलोक, शिवलोक, वहिश्त और स्वर्ग, यह सब विष्णु, शिव, खुदा और इन्द्र के देश हैं। जहाँ हमारा शासन नहीं, जहाँ हमारा स्वराज नहीं, वहाँ परतन्त्रता और बन्धन है, मुक्ति नहीं। मुक्ति, शान्ति और आनन्द की जगह और हमारे स्वराज का तख्त भीतर है, बाहर नहीं। शिबलोक , विष्णुलोक , स्वर्ग और

Copyright © 2019 shivmunisamaj.com. All rights reserved.

बहिश्तादि सब बाहर हैं और आत्मलोक भीतर है, जहाँ सच्ची मुक्ति विराजती है। शिव, विष्णु, ब्रह्मा, सूर्य, गणेश, गाँड, खुदा और तमाम पत्थर के देवता तथा तीर्थ और मन्दिर सब विषयोपभोग की तरह बाहर हैं। जहाँ सारी जनता है, जहाँ द्वैत है, जहाँ भीड़ है, जहाँ मेला है – मेला में और भीड़ में शान्ति कहाँ ? भीड़-भाड़ में योग कहाँ, साधन और समाधि कहाँ? मेला में माया है, भीड़-भाड़ में अशान्ति है, कशमकस है, युद्ध है और हजारों बखेड़े हैं। सारे झंझट बाहर हैं, पर भीतर अपना देश है, जहाँ शान्ति और अमृत की वर्षा है, और प्रकाश की मोती झर रही है, और शांति का झरना झर रहा है, और आनन्द का प्रकाश है। जहाँ द्वैत नहीं है, वहाँ युद्ध किससे होगा, जहाँ द्वैत नहीं है वहा होड़, युद्ध, विवाद, मुकाबला, कष्ट, अशान्ति और भय कैसा ? अतः भीतर ही शान्ति और मुक्ति का केन्द्र है।

बाहर असत्य और भीतर सत्य है

बाहर जड़ है, भीतर चेतन है। बाहर असत्य और भीतर सत्य है। बाहर के भगवान कल्पित, झूठे, अचेतन, निराकार या मिट्टी तथा पत्थर के हैं। इन टुकड़ों को तो बटोर रहे हो और अपने हीरे को, चेतन हीरे को और अपने चिन्तामणि को भूल गये हो। बाहर भीख माँगते और दर-दर भटकते और खाते। तुम्हें अनेक जन्म बीते, पर तुम्हें शान्ति नहीं मिली। बाहर भोग है, जहर है, दुःखदायी द्रव्यों के टुकड़े हैं। बाहर सब कुछ मिलेगा, पर शान्ति नहीं मिलेगी। बाहर राजनीतिक कुत्ते भुंक रहे हैं और मजहबी धौंसे पीटे जा रहे हैं। इनकी आवाज जब तक सुनते रहोगे, तब तक भीतर के शब्द नहीं सुने जा सकेंगे, जहाँ शान्ति के देवता विराज रहे हैं।

मजहबी गोबर फेंक दो

भीतर आते समय मन में मजहबी गोबर लपेटे न आवो। भीतर आए हो तो देखो तुम अपने कन्धे पर सड़े हुए मजहबी मुरदों को क्यों लादे हो? सोचो तो अपने आत्मदेव के स्वच्छ और पवित्र मंदिर में खूब स्वच्छ, पवित्र और शुद्ध होकर जाना है। पर तुम तो साथ में मजहब के सड़े हुए कीड़ों और भूतों को भी लेते आए हो। भीतर आते समय बाहर के इन कतवारों को, बाहर के इन कीड़ों को बाहर ही फेंक दो। मजहबी किताबों के अज्ञान ने तुम्हारे मस्तिष्क के भीतर निराकार और साकार ईश्वर

Copyright © 2019 shivmunisamaj.com. All rights reserved.

को घुसेड़ कर रखा है। इन्हें, जब तक भीतर से निकाल कर बाहर नहीं कर दोगे, तब तक यह तुम्हें अपने आत्मदेव के पास भीतर जाने नहीं देंगे। तमाम बाहरी कतवारों और कीड़ों-मकोड़ों को निकाल कर अपने भीतर वाले आत्मलोक के कमरे को खाली करा लो और जब सबको मस्तिष्क में से कान पकड़ कर निकाल दोगे तभी तुम भीतर आकर शान्ति और आनंद के भीतरी गद्दे पर लेट सकोगे। किसी को, वह चाहे कोई हो, भीतर न आने दो, भीतर जाने पर देखो जो तुम्हारे आत्मदेव के अलावा कोई भी मिले, उसे निकाल दो! इस परम पवित्र दरबार को, जो अद्वैत का दरबार है, इसमें द्वैत को लेकर गन्दा मत करो। इस शांति के समुद्र में, इस आनन्द के सागर में, बाहरी तुफान को और द्वैत की आँधी को न आने दो। इन्द्रियों के किवाड़ों को बन्द करके मन को पकड़े हुए इस भीतर वाले शान्ति के समुद्र में आनंद में डुबकी लगा के आत्मानन्द के शीतल जल में मग्न हो जाओ।

योगसाधन बहुत ही सरल है। आत्मा के पास जाना सबसे अधिक आसान है। बाहर जाने के लिए, बाहरी प्रभुओं से मिलने के लिए सवारी चाहिए, धन चाहिए, कपड़ा लत्ता और बाहरी सजधज और टीमटाम चाहिए। और सबसे बड़ी बात यह है कि बाहरी प्रभुओं के सामने जाकर उनकी खुशामद करने, स्तुति करने और उनके सामने बैठकर दुम हिलाने जानना चाहिए। पर अपने आपके पास जाने में कुछ नहीं लगता। यहाँ आने के लिये सजधज और बनाव-श्रृंगार नहीं चाहिए, यहाँ आने के लिए इन सभी को छोड़ देना चाहिए। आत्मदेव को कुछ नहीं चाहिए, वह तो तुम्हें चाहता है और कुछ नहीं। इस ज्ञान को इस विचारधारा को, इन वाक्यों को और हमारी बनाई हुई दूसरी पुस्तकों को बार-बार पढ़ो, तुम्हं अनिर्वचनीय शान्ति मिलेगी और तुम उस अद्वैत पद या परम पद पर पहुँचोगे जहाँ सच्ची शान्ति और सच्ची मुक्ति विराज रही है।

--समाप्त--

DRM Software Review
Copyright © 2019 shivmunisamaj.com. All rights reserved.