



आशा सुवांछा

अप्रैल 2022



पठनीय एवं



श्रवणीय मासिक ई-पत्रिका



समाधि का दांपत्य

ओशो सुगंधा

वर्ष-1/अंक-4/अप्रैल 2022



पठनीय एवं



श्रवणीय मासिक ई-पत्रिका

परमगुरु ओशो के चरणों में समर्पित

प्रेरणास्रोत

स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती एवं माँ अमृत प्रिया

संपादन एवं संकलन

माँ मोक्ष संगीता

अन्य सहयोग

मस्तो बाबा

कला एवं साज सज्जा

आनंद संदेश



contact@oshofragrance.org

#



ओशो सुगंधा

पठनीय एवं श्रवणीय
मासिक ई-पत्रिका की

विशेषताएं

यह एक जीवंत पत्रिका है
नीचे दर्शाए गए चिन्ह इस पत्रिका में आपको
विभिन्न जगह मिलेंगे, जिनके स्पर्श मात्र से
सक्रिय हो जाएंगे



ऑडियो

इस बटन को स्पर्श करते ही आप
संगीत का ऑडियो सुन अथवा
डाउनलोड कर सकते हैं



वीडियो

इस बटन को स्पर्श करते ही आप
वह वीडियो देख सकते हैं



व्हाट्स
ऐप

इस बटन को स्पर्श करते ही आप
व्हाट्स ऐप पर सम्बंधित व्यक्ति
को संदेश भेज सकते हैं



गुगल
मैप

इस बटन को स्पर्श करते ही
आपके फ़ोन पर उस जगह का
गुगल मैप खुल जाएगा



पुस्तक

इस बटन को स्पर्श करते ही आप
PDF में पढ़ अथवा डाउनलोड कर
सकते हैं



वेब
साइट

इस बटन को स्पर्श करते ही आप
सीधे उस वेब साइट पर जा सकते
हैं

अनुक्रम

1.	ओशा प्रेम-पाती	06
2.	समाधि का दांपत्य	07
3.	कामवासना के जीवन में दो काम	11
4.	मूलबंध से मूलाधार से सहस्त्रार तक!	14
5.	इस माह का ध्यान - मूलबंध	23
6.	ओशो प्रवचनांश	24
7.	अधूरी वासना	25
8.	रिश्तों की अहमीयत में कमी के कारण	27
9.	साधकों के सवाल स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती के जवाब	31
10.	वीडियो-स्वामी शैलेन्द्र जी	33
11.	काव्य-पुष्प	34
12.	प्रेम के विविध रंग	35
13.	माँ जी के भजन व प्रवचन वीडियो	39
14.	Mystery Behind the Titles of Books	40
15.	ओशा का ओशनिक साहित्य	41
16.	स्वास्थ्य स्तंभ	42
17.	हास्य-विनोद	43
18.	ऑन लाईन कार्यक्रम	44
19.	समाचार	45
20.	संपर्क सूत्र व अन्य जानकारी	

ओशो द्वारा हस्तलिखित पत्र



Acharya Rajaneesh

27, C. G. I. CHAMBERS BOMBAY-20 PHONE NO. : 293782

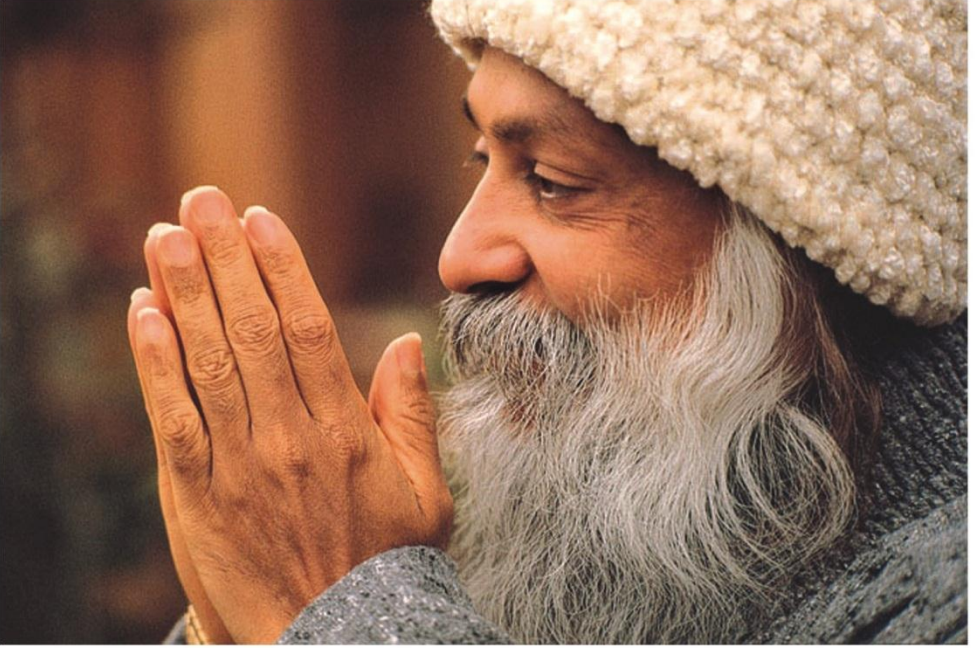
प्रिय पति प्रेमोत्सव,

हेन/चिन को कभी भी दबाया मत!
 दमन (Repression) रोग है/
 और जो दबाया जाता है, वह कभी भी मिटता नहीं है।
 वह लैट-लैटर आकृषण करता है।
 चिन को समझना है।
 अंतर: चिन की समझ ही बुद्धिगत जानी है।
 दमन ले सब लोगों का सामान (outfitment) है।
 न भोग में मार्ग है, न ज्ञान में मार्ग है।
 मार्ग है ज्ञान (Understanding) में।
 स्थापित, स्वयं के चिन को उसके सम्बन्धों में जान।
 होश ले जी।
 भाग्य भी।
 फिर जो लपट है, वह अपने आप ही लीनित हो जाता है।
 और उसकी कर्त्त (Energy) सापेक्ष में संपूर्णित हो जाती है।
 अन्वेषण एक स्वयं के साथ ही दुष्ट-वृत्त (Vicious Circle) बंध कर लेते हैं।
 एक लक्ष्यवादी संत एकान्त में पूर्णता समझे लेंगे वे।
 एक व्यापक उन्मत्त परिणाम के लिए आत्म और अपने कर। "बाबाजी पूर्णता में
 कुछ आता है?"
 संत ने कहा: "इसमें आता नहीं है।"
 उसने कहा: "दुःखकर देखिए, साम्य आता है?"
 संत ने व्यंग्यपूर्ण चढ़ाकर कहा: "सैंने तुमसे कह दिया इसमें आता नहीं।"
 उस व्यापक ने फिर किन्हीं— "बाबाजी, कुछ विचारों ने जहर हैं?"
 संत ने अपना भरीकर देकरे हुए: "सैंसा मरने है, है?"
 लेकिन, उस व्यापक ने फिर भी कहा: "बाबाजी, तुम्हें ले कुछ विचारों दिखाने
 देनी हैं?"
 संत ने कहा: "ले क्या हैं अंधा है?"
 वह व्यापक बोला: "अधारे कुछ लपट भी उन्नी दिखाने देनी हैं।"
 फिर ले संत ने होश लोदिया।
 उनकी आंखें चित्तारियों से भर गईं और उनकी बली लपटें ले। के अपने
 भरीकर लेखने उसे मारने के दंग रहे।
 भाग्य-भाग्ये उस व्यापक ने कर: "बाबाजी, देखीं अबले आने पूर्ण
 लपट भड़क उठी है।
 दर्याई दुर्ग अग्नि ही भड़क सकती है।
 और दर्याई दुर्ग अग्नि कभी भी भड़क सकती है।
 दमन स्वयं ले ही दुराचारी है।
 और स्वयं को ही पोषता भी।
 भोग और दमन के बीच में दार है— शांति का, सुख का, शांति का,
 सत्य का, समीप का।
 उस दार को खोज।

७.९.७७
 ओशो

समाधि का दांपत्य

-ओशो



ओशो, आपने एक प्रवचन में कहा है कि समाधि के प्रयोग में अगर तेजस शरीर अर्थात् सूक्ष्म शरीर स्थूल शरीर के बाहर चला गया, तो पुरुष के तेजस शरीर को बिना स्त्री की सहायता के वापस नहीं लौटाया जा सकता या स्त्री के तेजस शरीर को बिना पुरुष की सहायता के वापस नहीं लौटाया जा सकता; क्योंकि दोनों के स्पर्श से एक विद्युत-वृत्त पूरा होता है और बाहर गई चेतना तीव्रता से भीतर लौट आती है। आपने अपना एक अनुभव भी कहा है कि वृक्ष पर बैठकर ध्यान करते थे और स्थूल शरीर नीचे गिर गया और सूक्ष्म शरीर ऊपर से देखता रहा। फिर एक स्त्री का छूना और सूक्ष्म शरीर का स्थूल शरीर में वापस लौट जाना। तो प्रश्न है कि पुरुष को स्त्री की और स्त्री को पुरुष की आवश्यकता इस प्रयोग में क्यों है? कब तक है? क्या दूसरे के बिना लौटना संभव नहीं है? क्या कठिनाई है?

दो-तीन बातें समझनी उपयोगी हैं। एक तो इस सारे जगत की व्यवस्था ऋण और धन के विरोध पर निर्भर है, निगेटिव और पाजिटिव के विरोध पर निर्भर है। इस जीवन में जहां भी आकर्षण है, इस जीवन में जहां भी खिंचाव है, वहां सभी जगह ऋण और धन के बंटे हुए हिस्से काम करते हैं। स्त्री-पुरुष का विभाजन भी उस बड़े विभाजन का एक हिस्सा है, सेक्स का विभाजन भी उस बड़े विभाजन का एक हिस्सा है। विद्युत की भाषा में ऋण और धन के ध्रुव एक-दूसरे को तीव्रता से खींचते हैं।

साधारणतः स्त्री-पुरुष अपने बीच जो आकर्षण अनुभव करते हैं, उसका कारण भी यही है। इस आकर्षण में और एक चुंबक की तरफ खिंचते हुए लोहे के टुकड़े के आकर्षण में बुनियादी रूप से कोई फर्क नहीं है। अगर लोहे का टुकड़ा भी बोल सकता होता, तो वह कहता कि मैं इस चुंबक के प्रेम में पड़ गया हूं। अगर लोहे का टुकड़ा भी बोल सकता होता, तो वह कहता कि इस चुंबक के बिना अब मैं जी न सकूंगा। या तो इसके साथ जीऊंगा या मर जाऊंगा। अगर लोहे का टुकड़ा भी बोल सकता होता, तो जितनी कविताएं आदमियों ने लिखी हैं प्रेम की, उतनी ही कविताएं वह भी लिख लेता। वह चूंकि बोलता नहीं है, इतना ही फर्क है, अन्यथा आकर्षण वही है। इस आकर्षण की बात अगर हमारे ख्याल में आ जाए, तो और दो-तीन बातें ख्याल में आ जाएंगी।

सामान्य रूप से इस आकर्षण को अनुभव किया जाता है। लेकिन आध्यात्मिक अर्थों में इस आकर्षण का भी उपयोग हो सकता है और किन्हीं स्थितियों में अनिवार्य हो जाता है। जैसे अगर किसी पुरुष का सूक्ष्म शरीर आकस्मिक रूप से बाहर निकल जाए--आकस्मिक रूप से! जिसके लिए उसने पूर्व इंतजाम न किया

समाधि का दंपत्य

हो, पूर्व व्यवस्था न की हो, जिसे बाहर ले जाने के लिए कोई साधना और आयोजन न किया हो—अगर आकस्मिक रूप से बाहर निकल जाए तो लौटना बहुत मुश्किल हो जाता है। या स्त्री का सूक्ष्म शरीर अगर अनायास बाहर निकल जाए—किसी बीमारी में, किसी दुर्घटना में, किसी चोट के लगने से, या किसी साधना की प्रक्रिया में, लेकिन स्वयं के द्वारा अन-आयोजित—तो उस हालत में लौटना बहुत कठिनाई हो जाती है। क्योंकि न तो जाने के रास्ते का हमें पता होता है, न लौटने के रास्ते का कोई पता होता है। ऐसी अवस्थाओं में विपरीत आकर्षण के बिंदु की मौजूदगी सहयोगी हो सकती है।

अगर पुरुष का सूक्ष्म शरीर बाहर है और स्त्री उसके शरीर को स्पर्श करे, तो उसके सूक्ष्म शरीर को अपने शरीर में वापस लौटने में सुविधा हो जाती है। यह सुविधा वैसे ही है जैसे कि हम एक चुंबक को बाहर रखें और बीच में एक ग्लास की दीवाल हो और उस तरफ लोहे का एक टुकड़ा, फिर भी ग्लास की दीवाल की बिना फिर किए चुंबक के पास खिंच आए। शरीर तो बीच में होगा पुरुष का, स्थूल शरीर, लेकिन स्त्री का स्पर्श उसके बाहर गए सूक्ष्म शरीर को वापस लाने में सहयोगी हो जाएगा। वह चुंबकीय, मैग्नेटिक फोर्स ही उसका कारण बनेगी। ऐसा ही स्त्री के भी आकस्मिक रूप से गए सूक्ष्म शरीर को भीतर लाने में सहयोग मिल सकता है।

लेकिन यह आकस्मिक रूप से जरूरी है। अगर व्यवस्थित रूप से प्रयोग किया गया हो, तो जरूरी नहीं है। क्यों जरूरी नहीं है? क्योंकि मेरी पिछली चर्चाएं अगर आप सुन रहे थे, तो आपको ख्याल होगा, मैंने कहा कि प्रत्येक पुरुष का पहला शरीर पुरुष का है, दूसरा शरीर स्त्री का है। स्त्री का पहला शरीर स्त्री का है, दूसरा शरीर पुरुष का है। अगर किसी ने आयोजित रूप से अपने शरीर को बाहर भेजा हो, तो उसे दूसरे स्त्री के शरीर की जरूरत नहीं है। वह अपने ही भीतर के स्त्री-शरीर का उपयोग करके उसे वापस लौटा सकता है। तब दूसरे की आवश्यकता नहीं रह जाती। लेकिन यह तब होगा, जब कि सुनियोजित प्रयोग किया गया हो। घटना आकस्मिक न हो। आकस्मिक घटना में तो तुम्हें पता ही नहीं होता कि तुम्हारे भीतर और शरीर भी हैं। और न ही उन शरीरों की प्रक्रिया का तुम्हें पता होता है; न उन शरीरों का उपयोग करने का तुम्हें पता होता है। इसलिए यह हो भी सकता है कि बिना स्त्री के भी पुरुष का बाहर गया शरीर भीतर आ जाए, लेकिन वह भी आकस्मिक ही घटना होगी जैसे बाहर जाना आकस्मिक था। इसलिए उसके लिए पक्का नहीं कहा जा सकता।

इसलिए प्रत्येक तंत्र प्रयोगशाला में जहां कि मनुष्य के अंतस शरीरों पर सर्वाधिक काम किया गया है मनुष्य के इतिहास में—मनुष्य के आंतरिक जीवन के संबंध में जितना तांत्रिकों ने प्रयोग किया उतना किसी और ने नहीं किया है—इसलिए उन प्रयोगशालाओं में स्त्री की मौजूदगी अनिवार्य हो गई थी। और साधारण स्त्री की मौजूदगी भी अनिवार्य नहीं थी, असाधारण स्त्री की मौजूदगी अनिवार्य हो गई थी। क्योंकि अगर एक स्त्री बहुत पुरुषों से संसर्ग कर चुकी हो, तो उसकी मैग्नेटिक फोर्स कम हो जाती है। इसलिए कुंआरी लड़की का तंत्र में बड़ा मूल्य हो गया था। उसके कारण और कुछ भी न थे। अगर एक स्त्री बहुत पुरुषों के संबंध में आ चुकी है या एक ही पुरुष के बहुत संबंध में आ चुकी है, तो उसकी मैग्नेटिक, उसकी चुंबकीय शक्ति क्षीण होती चली जाती है।

वृद्ध स्त्री के आकर्षण के कम हो जाने का कारण सिर्फ वृद्धावस्था नहीं होती। वृद्ध पुरुष के आकर्षण के कम हो जाने का कारण सिर्फ वृद्धावस्था नहीं होती। बहुत बुनियादी कारण तो यह होता है कि उनकी जो पोलैरिटी है, वह क्षीण हो गई होती है। पुरुष कम पुरुष हो गया होता है; स्त्री कम स्त्री हो गई होती है। अगर कोई वृद्धावस्था तक भी अपने पुरुष या अपनी स्त्री को बचा सके—इस बचाने की प्रक्रिया का नाम ही ब्रह्मचर्य है—तो उसका आकर्षण अंत तक नहीं खोता।

एक स्त्री है अमेरिका में अभी जीवित, जिसकी उम्र सत्तर पार कर गई है। लेकिन अमेरिका में उस सत्तर वर्ष की बूढ़ी स्त्री के मुकाबले कोई जवान स्त्री भी आकर्षण का केंद्र नहीं है। और आज सत्तर वर्ष की उम्र में भी वह स्त्री जहां से गुजरे वहां पुलिस का विशेष इंतजाम करना जरूरी ही होता है। यह स्त्री सत्तर वर्ष तक अपने चुंबकीय तत्व को बचा सकी है। पुरुष भी बचा सकता है।

पृथ्वीचंद्र जी यहां बैठे हुए हैं पास में। उनकी उम्र काफी है। पर उनमें युवा होने का तत्व एकदम नष्ट नहीं हो गया। उन्होंने

समाधि का दांपत्य

अपनी चुंबकीय शक्ति को बहुत दूर तक बचाया है। वे आज भी आकर्षण रखते हैं, वृद्ध होकर भी! किसी भी भांति।

इसलिए तंत्र में कुंआरी युवतियों का मूल्य सर्वाधिक हो गया। और उन कुंआरी युवतियों का उपयोग साधक की बाहर गई चेतना को भीतर लौटाने के लिए किया जाता रहा। और कुंआरी लड़कियों को इतनी सेंकटिटी, इतनी पवित्रता दी कि किसी भी द्वार से उनकी जो चुंबकीय शक्ति है वह बाहर न हो जाए।

इस चुंबकीय शक्ति को बढ़ाने के भी उपाय हैं, इसे क्षीण करने के भी उपाय हैं। हमें साधारणतः ख्याल में नहीं है। जिसको हम सिद्धासन कहते हैं, पद्मासन कहते हैं, ये सारे के सारे आसन मनुष्य की चुंबकीय शक्ति बाहर न झरे, उसको ध्यान में रखकर निर्मित किए गए हैं।

हमारी चुंबकीय शक्ति के बहने के कुछ निश्चित मार्ग हैं। जैसे हाथ की अंगुलियों से चुंबकीय शक्ति बहती है। असल में कहीं से भी शक्ति को बहना हो, तो उसे कोई लंबी नुकीली चीज बहने के लिए चाहिए। गोल चीज से शक्ति नहीं बह सकती। वह उसी में गोल घूम जाती है। पैर की अंगुलियों से बहती है। हाथ और पैर दो खास जगह हैं जहां से चुंबकीय शक्ति बहती है। तो पद्मासन या सिद्धासन में दोनों हाथों को और दोनों पैरों को जोड़ लेने का उपाय है। जिससे शक्ति बहे तो एक हाथ से बही हुई शक्ति दूसरे हाथ में प्रवेश कर जाए। शक्ति बाहर न गिर सके।

दूसरा जो बहुत बड़ा द्वार है शक्ति के प्रवाहित होने का, वह आंख है। लेकिन अगर आंख को आधी खुला रखा जा सके, तो उससे शक्ति का बहना बंद हो जाता है।

यह जानकर आप हैरान होंगे कि खुली पूरी आंख से भी शक्ति बहती है और पूरी बंद आंख से भी बहती है। सिर्फ आधी खुली आंख से नहीं बहती। पूरी आंख बंद हो तो भी बह सकती है, पूरी आंख खुली हो तब तो बहती ही है। लेकिन अगर आधी आंख बंद हो और आधी खुली हो, तो आंख के भीतर जो वर्तुल बनता है, उसे तोड़ देने की व्यवस्था हो जाती है। आधी आंख खुली, आधी बंद, तो शक्ति बहना भी चाहती है, रुकना भी चाहती है। शक्ति के भीतर दो खंड हो जाते हैं। और दोनों खंड—आधा खंड बाहर निकलना चाहता है, आधा खंड भीतर जाना चाहता है—ये एक-दूसरे के विरोधी हो जाते हैं और एक-दूसरे को निगेट कर देते हैं। इसलिए आधी खुली आंख बड़े मूल्य की हो गई। तंत्र में, योग में, सभी तरफ आधी खुली आंख का भारी मूल्य हो गया।

अगर सब भांति शक्ति सुरक्षित की गई हो तब तो, और व्यक्ति को अपने भीतर के विपरीत शरीर का बोध हो, पता हो, तो दूसरे की आवश्यकता नहीं होती। लेकिन कभी-कभी प्रयोग करते हुए आकस्मिक घटनाएं घटती हैं। ध्यान कोई कर रहा है, उसे पता ही नहीं है, और ध्यान करते-करते वह घड़ी आ जाती है कि जहां घटना घट जाती है। और तब बाहरी सहयोग उपयोग में लाए जा सकते हैं। अनिवार्य नहीं हैं, सिर्फ आकस्मिक अवस्थाओं में अनिवार्य हैं।

और इसलिए मेरी अपनी समझ में अगर पति-पत्नी एक-दूसरे का सहयोग कर सकें, तो वे आध्यात्मिक रूप में भी साथी हो सकते हैं। अगर वे एक-दूसरे की पूरी की पूरी आध्यात्मिक स्थिति, चुंबकीय शक्ति और विद्युत के प्रवाहों को पूरी तरह समझ सकें और एक-दूसरे को सहयोग दे सकें, तो पति-पत्नी जितनी आसानी से अंतर-अनुभूति को उपलब्ध हो सकते हैं, उतनी अकेले संन्यासियों या संन्यासिनियों के लिए उपलब्ध करना बहुत कठिन है। और पति-पत्नी के लिए और भी सुविधा है कि न केवल वे एक-दूसरे से परिचित हो पाते हैं, बल्कि एक-दूसरे की चुंबकीय शक्ति एक गहरे एडजेस्टमेंट को उपलब्ध हो जाती है।

इसलिए एक बहुत अजीब अनुभव होता है कि अगर एक स्त्री और पुरुष में बहुत प्रेम हो, बहुत निकटता हो, बहुत आत्मीयता हो, कलह न हो, तो धीरे-धीरे एक-दूसरे के गुण-दोष एक-दूसरे में प्रवेश कर जाते हैं। यहां तक कि अगर स्त्री-पुरुष बहुत एक-दूसरे को प्रेम करते हैं, तो उनकी आवाज एक-सी होने लगती है,

समाधि का दांपत्य

उनके चेहरे के ढंग एक-से होने लगते हैं, उनके व्यक्तित्व में एक तारतम्यता आनी शुरू हो जाती है। असल में एक-दूसरे की विद्युत एक-दूसरे में प्रवेश कर जाती है और धीरे-धीरे वे सम होते चले जाते हैं। लेकिन उनके बीच अगर कलह का वातावरण हो, तो यह संभव नहीं हो पाता। तो इस बात को भी ध्यान में रखना उपयोगी है कि स्त्री-पुरुष सहयोगी हो सकते हैं। पति-पत्नी उनका दांपत्य सिर्फ संभोग का दांपत्य नहीं, समाधि का दांपत्य भी बन सकता है।

और इसी संबंध में यह भी ख्याल रखना जरूरी है कि साधारणतः संन्यासी इतना जो आकर्षक हो जाता है--साधारणतः संन्यासी जितना स्त्रियों को आकर्षित करता है, उतना साधारण आदमी आकर्षित नहीं करता--उसका और कोई कारण नहीं है। संन्यासी के पास मैग्नेटिक फोर्सस की बड़ी शक्ति इकट्ठी हो जाती है। एक साधारण स्त्री के मुकाबले एक संन्यासिनी स्त्री जितना पुरुष को आकर्षित करती है, उसका हिसाब लगाना मुश्किल है। उसके पास शक्ति इकट्ठी हो जाती है।

और अगर पति-पत्नी भी शक्ति को इकट्ठा करने और खोने की व्यवस्था को ठीक से समझ लें, तो वे एक-दूसरे की शक्ति के खोने में कम और एक-दूसरे की शक्ति को बचाने में बहुत सहयोगी हो सकते हैं। जैसा कि मैंने पिछली बातों में कहा है, तुम्हें ख्याल होगा कि अगर संभोग भी बहुत योग की प्रक्रियाओं और तंत्र की व्यवस्था को जानकर किया जाए, तो शक्ति-संरक्षक हो सकता है।

पर यह ध्यान रहे कि यह आकस्मिक घटना में अनिवार्यता है। यह अनिवार्यता ऐसी नहीं है कि हर स्थिति में जरूरी है। और बहुत दफे आकस्मिक रूप से भी घटना घटती है, तब भी सूक्ष्म शरीर वापस लौट आता है। लेकिन वह तब भीतर की स्त्री काम कर रही होती है। स्त्री जरूर काम कर रही होती है; पुरुष जरूर काम कर रहा होता है।

-मैं मृत्यु सिखाता हूँ-13



[Main Mrityu Sikhata Hoon-1](#)



[Main Mrityu Sikhata Hun](#)



पत्रिका को खोलने के लिए चिह्न को दबाएं।

ओशो सुगंध मासिक ई-पत्रिका जो पढ़ी, देखी और सुनी भी जा सकती है तथा जिसमें समाधि में डूबने, आनंद व भाव-विभोर से भरपूर प्रवचनों और भजनों के ऑडियो-वीडियो लिंक्स दिए गए हैं।



नियमित रूप से ई-पत्रिका प्राप्त करने हेतु, अपने मोबाइल नं. को पंजीकृत करवाने के लिए सामने दिए गए चिह्न को दबाएं।

कामवासना के जीवन में दो काम

-ओशो

प्रश्न - मेरी कामवासना नहीं जाती। क्या करूं?

हरिष्णदास ब्रह्मचारी,

ब्रह्मचर्य के कारण ही नहीं जाती होगी। वासना गई नहीं, और ब्रह्मचारी तुम हो कैसे गए? वासना जाए तब ब्रह्मचर्य है। लेकिन लोग उलटे कामों में लगे हैं : पहले ब्रह्मचर्य की कसमें खाते हैं, फिर वासना को हटाने में लगते हैं। ऐसे नहीं होगा। ऐसा जीवन का नियम नहीं है। तुम जीवन के नियम के विपरीत चलोगे तो हारोगे, दुख पाओगे। और तब तुम एक मूर्ख में जीओगे।

अब तुम मान रहे हो कि मैं ब्रह्मचारी हूँ। कसम खा ली है, तो ब्रह्मचारी हूँ। मगर कसमों से कहीं मिटता है कुछ? कसमों से कहीं कुछ रूपांतरित होता है? अब ऊपर-ऊपर ढोंग करोगे पाखंड का, ब्रह्मचर्य का झंडा लिए घूमोगे, और भीतर? भीतर ठीक इससे विपरीत स्थिति होगी। यह दुनिया बड़ी विचित्र है, हरिष्णदास ब्रह्मचारी।

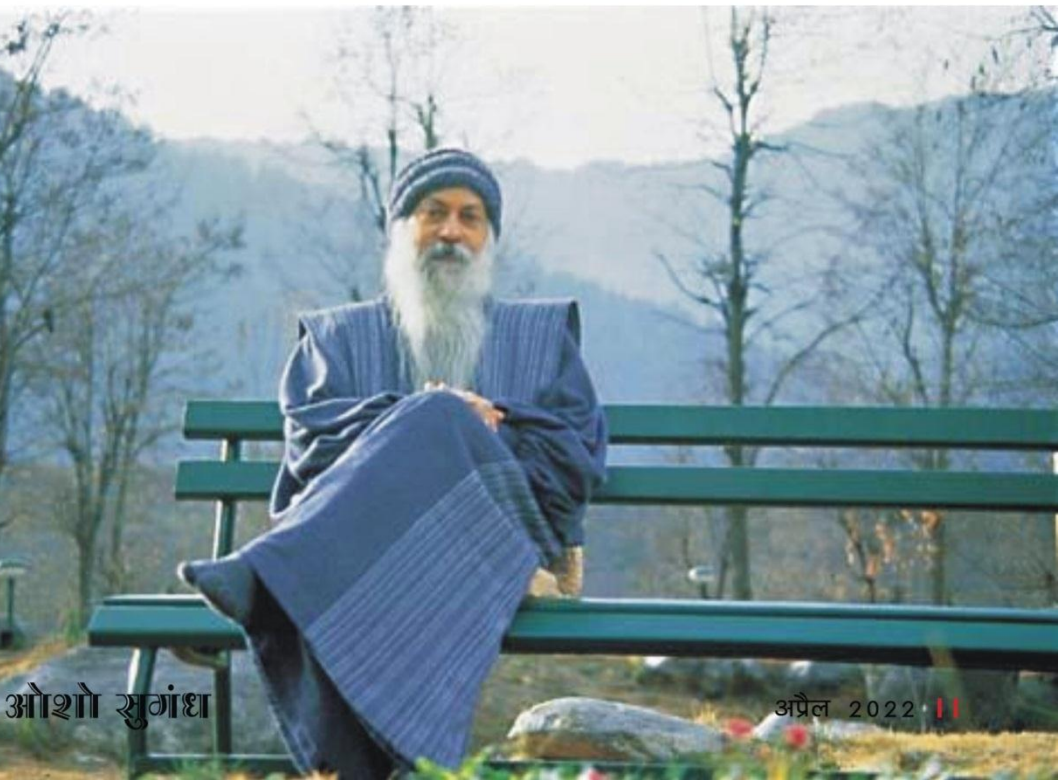
लास एंजिल्स के एक बाईस वर्षीय युवक ने अखबार में एक विज्ञापन दिया कि मैं अकेला हूँ और एक ऐसी लड़की की तलाश में हूँ जो मेरे साथ दक्षिण अमेरिका की यात्रा पर चल सके। बाक्स नंबर के साथ दिए इस विज्ञापन के जवाब में केवल एक पत्र आया। जानते हैं, वह किसका था? उसी युवक की अति धार्मिक विधवा मां का। अति धार्मिक विधवा मां! मगर चूंकि बाक्स नंबर था, उसे क्या पता कि अपने ही बेटे को उत्तर दे रही है। पाखंड कहीं न कहीं से खुलेगा ही, खुलना अनिवार्य है।

दादा चूहड़मल फूहड़मल नशे की पीनक में ऊँघ रहे थे। मैं पास ही बैठा अखबार पढ़ रहा था। एक खबर पढ़ कर मैंने कहा, दादा, अरे देखो किसी ने कुएं में गिर कर जान से हाथ धो लिए।

दादा बोले, कोई पागल था, अरे जब कुएं में गिर ही गया तो जान से हाथ क्यों धोए, पानी से धो लेता!

होश नहीं है, एक बेहोशी है। अब तुम कम से कम अपने को ब्रह्मचारी लिखना तो बंद करो! इतना तो कर ही सकते हो। कामवासना जाए या न जाए, कम से कम ब्रह्मचर्य को तो जाने दो। इतना ही कर लिया तो बहुत। मगर दो-दो नाव पर सवार हो, बहुत मुश्किल में पड़ोगे। दो-दो घोड़ों पर सवार होओगे, अड़चन आएगी। बहुत अड़चन आएगी।

फादर पैरट नाम के एक ईसाई पादरी इस बात पर अति क्रुद्ध थे कि मैंने पोप के इस वचन की आलोचना क्यों की कि स्वयं की पत्नी को वासनामयी नजरों से देखना पाप है। फादर पैरट ने एक संन्यासी स्वामी सत्यानंद से कहा, सुनो स्वामी, तुम्हारे भगवान ने ठीक नहीं किया जो पोप की निंदा की। पोप कहीं गलत बोल सकते हैं? जो भी व्यक्ति अपनी बीबी को कामुक नजरों से देखेगा वह निश्चित ही नरक में पाप का फल भोगेगा।



फिर कुछ दिनों बाद ऐसा संयोग हुआ कि सत्यानंद ब्लू डायमंड में नाश्ता कर रहे थे, उन्होंने देखा कि उनकी बगल में ही टेबल पर वेश बदल कर साधारण कपड़े पहने फादर पैरट बैठे हुए हैं और टकटकी लगा कर सामने बैठी एक सुंदर युवती को इस तरह देख रहे हैं, मानो अभी इनकी आंखों से लार टपकने वाली है। सत्यानंद ने आश्चर्य से कहा, हलो फादर, गुड मॉर्निंग! आप यहां क्या कर रहे हैं? क्या आप पोप की शिक्षा भूल गए कि अपनी बीबी को वासना की दृष्टि से देखना भी पाप है?

फादर पैरट एक क्षण को तो सकपका गए, फिर सम्हल कर बोले, मगर स्वामी, तुम यह क्यों भूल रहे हो कि यह स्त्री मेरी बीबी नहीं है!

फिर आदमी तर्क निकालता है। फिर एक से एक अर्थ निकालता है। फिर बचने के उपाय निकालता है।

पहली तो बात यह समझ लो कि इस ब्रह्मचर्य को जाने दो—यह दो कौड़ी का ब्रह्मचर्य। लेकिन अहंकार इस तरह की सजावटें पसंद करता है।

एक जिज्ञासु खट्टमल ने दादा चूहड़मल फूहड़मल से पूछा कि दादा, एक प्रश्न तो बताओ। मेरा बेटा मुझे बहुत परेशान किए हुए है, बार-बार पूछता है और मैं उत्तर नहीं दे पाता।

दादा ने कहा, पूछो-पूछो। अरे जिज्ञासा न करोगे तो ज्ञान कैसे होगा? क्या प्रश्न है?

खट्टमल बोले, मेरा बेटा मुझसे पूछता है कि पाजामा एक वचन है या बहुवचन?

दादा कुछ सोचे, आंख बंद करके धारणा साधी, धारणा से ध्यान मजबूत किया, ध्यान से समाधि मजबूत की, फिर बोले, बच्चा, ऊपर से एक वचन और नीचे से बहुवचन।

आदमी को अपनी रक्षा तो करनी ही पड़ेगी।

दादा चूहड़मल फूहड़मल के सत्संगी खट्टमल को कुछ दिनों से बुखार आ रहा था। दादा गए देखने, बोले, बच्चा, अब बुखार का क्या हाल है?

खट्टमल ने कहा, दादा, अब बुखार तो टूट गया है, अब केवल कमर में दर्द है।

दादा बोले, घबड़ाओ मत, ईश्वर ने चाहा तो वह भी टूट जाएगी।

ज्ञानियों से बचो। किसी ज्ञानी के चक्कर में पड़े हो। नहीं तो यह ब्रह्मचारी कैसे हो गए तुम? पहले तो कामवासना जानी चाहिए, फिर ब्रह्मचर्य तो अपने आप आ जाएगा; लाना तो नहीं पड़ता है। मगर कोई ज्ञानी का सत्संग कर रहे हो; उसने तुम्हें उलझन में डाल दिया, फांसी लगा दी।

एक दिन दादा चूहड़मल फूहड़मल सत्संग करवा रहे थे। बोले कि कल रात मैं दो बजे तक शास्त्रों का अध्ययन करता रहा। एक गोपी से न रहा गया और उसने कहा, दादा, अरे झूठ तो न बोलो। रात तो कल ग्यारह बजे के बाद सारे गांव की बिजली ही चली गई थी।

दादा बोले, चली गई होगी, मैं तो शास्त्र-अध्ययन में इतना मगन था कि मुझे पता ही नहीं चला कि बिजली कब चली गई।

थोड़ी होश की बात करो। इतने मगन न हो जाओ।

कामवासना जीवन की एक अनिवार्यता है; अनुभव से जाएगी, कसमों से नहीं; ध्यान से जाएगी, व्रत-नियम से नहीं। छोड़ना चाहोगे, कभी न छोड़ पाओगे, और जकड़ते चले जाओगे। इसलिए पहली तो बात, यह छोड़ने की धारणा छोड़ दो। जो ईश्वर ने दिया है, दिया है। और दिया है तो कुछ राज होगा। इतनी जल्दी न करो छोड़ने की, कहीं ऐसा न हो कि कुंजी फेंक बैठो और फिर ताला न खुले।

कामवासना कोई पाप तो नहीं। अगर पाप होती तो तुम न होते। पाप होती तो ऋषि-मुनि न होते। पाप होती तो बुद्ध महावीर न होते। पाप से बुद्ध और महावीर कैसे पैदा हो सकते हैं? पाप से षण और कबीर कैसे पैदा हो सकते हैं? और जिससे षण और कबीर, बुद्ध और महावीर, नानक और फरीद पैदा होते हों, उसे तुम पाप कहोगे? जरूर देखने में कहीं चूक है, कहीं भूल है।

कामवासना तो जीवन का स्रोत है। उससे ही लड़ोगे तो आत्मघाती हो जाओगे। लड़ो मत, समझो। भागो मत, जागो। मैं नहीं कहता कि कामवासना छोड़नी है; मैं तो कहता हूँ समझनी है, पहचाननी है। और एक चमत्कार घटित होता है; जितना ही समझोगे उतनी ही क्षीण हो जाएगी, क्योंकि कामवासना

का अंतिम काम पूरा हो जाएगा। कामवासना का अंतिम काम है तुम्हें आत्म-साक्षात्कार करवा देना।

तुम हैरान होओगे मेरी बात सुन कर। इसीलिए तो मुझे गालियां दी जाती हैं। कामवासना का पहला काम है तुम्हें जीवन देना और दूसरा काम है तुम्हें जीवन के स्रोत से परिचित करा देना। बस दो काम पूरे हो गए कि कामवासना अपने आप चली जाती है। सीढ़ी के तुम पार हो गए, अब सीढ़ी की कोई जरूरत न रही। परमात्मा उसे खुद खींच लेता है। जैसे दी है वैसे ही खींच लेता है। न तुमने बनाई है, न तुम मिटा सकते हो..इतना मैं तुमसे कहे देता हूं। जिसने बनाई है वही मिटा सकता है। तुम उपयोग कर लो।

एक काम तो हो गया कि तुम्हें जीवन मिल गया, अब दूसरा काम बाकी रह गया है, अधूरा है। अगर उसे पूरा न किया तो फिर-फिर आना पड़ेगा, फिर-फिर आना पड़ेगा। दूसरा काम है कि अब अपनी कामवासना को समझने में लगे कि यह है क्या। और निंदा मत करना। निंदा की तो समझोगे कैसे? दुश्मनी कर ली पहले से तो फिर आंखें ही न मिला सकोगे।

निष्पक्ष भाव से समझने की कोशिश करो, यह कामवासना क्या है। इसके साक्षी बनो।

जिस दिन तुम पूरे साक्षी हो जाओगे, चमत्कार घटित होता है : कामवासना तिरोहित हो जाती है। फिर तुम लाना भी चाहो तो नहीं ला सकते। अभी तुम कहते हो, कैसे जाए? तब तुम पूछो भी हरिकृष्णदास ब्रह्मचारी कि लाना है वापिस, फिर कोई उपाय नहीं। फिर लाख उपाय करो तो सब व्यर्थ है। काम पूरा हो गया कि गई। लड़ो मत। लड़ाई अति है। एक अति है कामुक व्यक्ति की, जो चौबीस घंटे कामवासना में डूबा हुआ है; दूसरी अति है ब्रह्मचारी की कि चौबीस घंटे लड़ रहा है। मगर दोनों का केंद्र कामवासना है।

दादा चूहड़मल फूहड़मल एक दिन कह रहे थे, कुछ भी करो, लोग नाराज ही होते हैं।

मैंने पूछा, अपनी बात जरा साफ करिए।

कहने लगे, पहले मैं उस मारवाड़ी मूरख चंदूलाल को कामदेव की औलाद कहता था, क्योंकि उसका बाप बहुत ही कामुक, लफंगा और एक जाना-माना गुंडा था। इस बात पर वह बहुत गुस्सा होता था। सत्य उसे कड़वा लगता था। मैंने सोचा कि चलो इस चंदूलाल को खुश करने के लिए आज झूठ बोल दूं। मैं झूठ बोला, मगर फिर भी उस मारवाड़ी को बात मीठी न लगी। साला क्रोध में भनभना उठा।

मैंने पूछा, दादा, आपने ऐसा कौन-सा झूठ बोल दिया जिससे वह क्रोध में भनभना उठा? आपने क्या कहा था?

बोले, आज मैंने उससे कहा था, कहो ब्रह्मचारी के बच्चे, क्या हाल हैं!

एक अति से दूसरी अति पर जाने में देर नहीं लगती। कहां कामदेव की औलाद..लल्लू मर गए औलाद छोड़ गए! और आज तुम अचानक कहोगे..लल्लू मर गए औलाद छोड़ गए! मतलब तो वही निकलेगा। आज कहने लगे कि ऐ ब्रह्मचारी के बच्चे! उसे और ही गुस्सा आ गया। पहले कम से कम बात सच भी थी, अब तो बात की हद हो गई।

मगर ऐसी ही अतियों पर चित्त डोलता रहता है।

भजन-प्रतियोगिता थी। दादा भी गए थे। कहने लगे मुझसे कि मैंने माइक पर एक भजन गाया तो किसी दुष्ट ने एक जूता फेंका।

मैंने कहा, दादा, यह तो हद हो गई! फिर क्या हुआ? फिर आपने क्या किया?

अरे..बोले..करते क्या! मेरे लिए एक जूता बेकार था, सो मैंने एक भजन और सुना दिया।

कामवासना को समझो। यह भजन गाने से जाएगी नहीं; और जूते पड़ जाएंगे। आदमी अपने ही हाथ से पीटता है; खुद को ही पीटता है। थोड़ा सजग होओ। थोड़ी बुद्धिमत्ता का उपयोग करो।

कामवासना बड़ा रहस्य है जीवन का, सबसे बड़ा रहस्य। उसके पार बस एक ही रहस्य है... परमात्मा का। इसलिए मैं कहता हूं, जीवन में दो रहस्य हैं... एक संभोग और एक समाधि। तीसरा कोई रहस्य नहीं है। संभोग ने तुम्हें जीवन दिया है और समाधि तुम्हें नया जीवन देगी। संभोग ने तुम्हें देह का जीवन दिया है, समाधि तुम्हें आत्मा का जीवन देगी।

लेकिन तुम कामवासना को एक किनारे कर दो। तुम उससे झगड़ो मत, उलझो मत, लड़ो मत। उसे मिटाने की चेष्टा न करो। तुम ध्यान में अपनी ऊर्जा को लगाओ। ध्यान आएगा, वासना ध्यान में रूपांतरित हो जाएगी। अभी तुमने बच्चों को जन्म दिया; यह एक कामवासना का रूप हुआ। जब ध्यान में जीओगे तो स्वयं को जन्म देने में समर्थ हो जाओगे। ऐसे व्यक्ति को ही हमने द्विज कहा है; वही ब्राह्मण है।

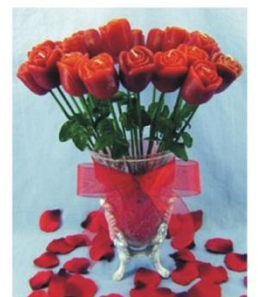
-सहज आसिकी नहीं -10, प्रश्न-2



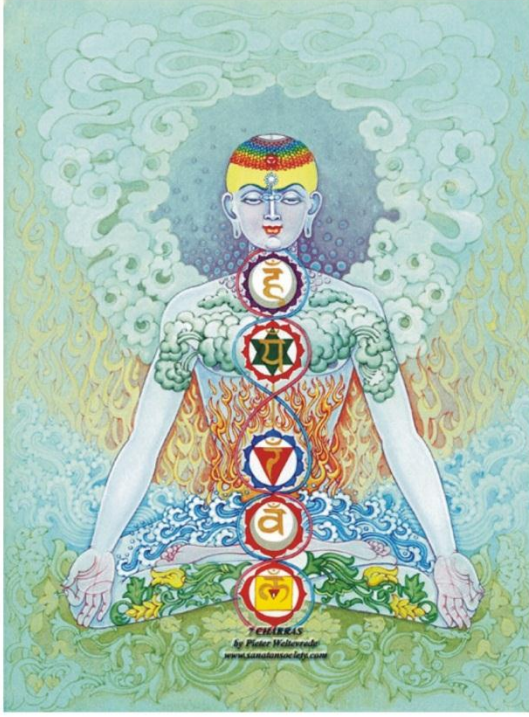
-सहज आसिकी नहीं -10, प्रश्न-2



-सहज आसिकी नहीं



मूलबंध से मूलाधार से सहस्रार तक!



-ओशो

अवधू गगन मंडल घर कीजै।
अमृत झरै, सदा सुख उपजै।

सदा! वही असली सुख की परिभाषा है। जो कभी-कभी, वह सुख नहीं। जो कभी-कभी, वह शांति नहीं। जो कभी-कभी, वह तो रोग है। उसमें एक तरफ का ज्वर होगा।

तुम देखो; लोगों को तुम सुख में भी उत्तेजित पाओगे। उत्तेजना ज्वर है। उत्तेजना सुखद नहीं है। इसलिए अक्सर ऐसा होता है, किसी को लाटरी मिली और वह

मर गया। इतने उत्तेजित हो गए सुख में। लाटरी के लिए वर्षों से राह देख रहे थे, वह मिल गई। सोचा न था कि कभी मिलेगी। कामना करते थे, कि मिल जाए। लेकिन जानते तो थे, कि मिलने वाली नहीं। यह अपने भाग्य में नहीं है।

लेकिन मिल गई। सम्हाल न सके सुख को। इतनी उत्तेजना हो गई, कि हृदय ने धड़कना ही बंद कर दिया। विचार ही बंद होते, तो ठीक था। हृदय भी बंद हो गया! खून की गति बढ़ गई। ब्लड-प्रेसर हो गया कि नसें ही फट गईं।

सुख मार डालता है। तो तुम्हारा सुख बहुत सुख मालूम नहीं होता। वह तो तुम्हें रत्ती-रत्ती मिलता है इसलिए तुम सम्हाल लेते हो। रत्ती-रत्ती जहर तुम खाते रहो रोज तो मरोगे नहीं मरोगे भी तो तीस चालीस साल लग जाएंगे रत्ती-रत्ती।

आदमी सिगरेट पीता है। वैज्ञानिक कहते हैं, कि अगर बीस साल में जितनी आदमी सिगरेट पीता है, अगर छह सिगरेट रोज पीए तो बी साल में जितनी सिगरेट पीएगा, उनका निकोटिन अगर इकट्ठा दे दिया जाए, तो आदमी मर जाएगा। लेकिन छह सिगरेट पीने से मरता नहीं। रत्ती-रत्ती! बल्कि अभ्यासी हो जाता है। अभ्यास से इम्यून हो जाता है। तो शुद्ध आदमी, जिसने कभी सिगरेट न पी हो उसको निकोटिन दे दो, तो जल्दी मर जाएगा, जो अभ्यासी है, हठयोग है एक तरह का सिगरेट पीना। धुआं भीतर ले जाना, बाहर लाना; प्राणायाम धुएं का। जो अभ्यासी है, वह ऐसे नहीं मरेगा।

तुम्हारा सुख रत्ती-रत्ती जहर है। और तुम्हारे हर सुख के पीछे दुख छिपा है। तुम्हारा हर सुख दुख अपने साथ ही लाता है। देर अबर सुख जाएगा, दुख प्रकट होगा। तुम्हारा सुख सदा नहीं है। जो सुख सदा है, उसी को हमने आनंद कहा है।

ओशो सुगंध

सदा सुख उपजै... दो सुखों को बीच में जब दुख नहीं रह जाता, तब सदा सुख उपजता है। तब तो तुम्हें पता ही नहीं चलता, कि सुख कब आया। आना पता चलता है एक बार; फिर जाने का तो पता ही नहीं होता। धीरे-धीरे ऐसी अवस्था हो जाती है सदा सुखी की, कि उसे यह भी पता नहीं चलता कि वह सुखी है।

तुम अगर बुद्ध से पूछो कि क्या आप सुखी हैं? तो वे यह नहीं कह सकते कि मैं सुखी हूँ। क्योंकि मैं सुखी हूँ, यह तो उसी का बोध है जो दुखी भी होता है। जैसे सदा स्वस्थ रहनेवाले आदमी को पता ही नहीं चलेगा कि मैं स्वस्थ हूँ। यह तो बीमार को पता चलता है। सदा जो स्वस्थ है, उसे स्वास्थ्य का भी पता नहीं चलता। सदा सुखी आदमी को सुख का भी पता नहीं चलता।

इसलिए तो बुद्ध नाचते हुए दिखाई नहीं पड़ते। सुख इतना सदा है कि अब उसके लिए नाचना क्या? वह तो श्वास जैसा है? बह ही रहा है। वह तो स्वभाव में है। वह तो बरस ही रहा है। उसके लिए नाचना क्या? उसके लिए हंसना क्या? उसके लिए शोरगुल क्या मचाना कि मैं सुखी हूँ?

सुख जब सदा होता है, तो शांति में रूपांतरित हो जाता है। आनंद जब परिपूर्ण होता है, तो शून्यवत हो जाता है। पूरा घड़ा जैसे भर जाए और आवाज नहीं करता, ऐसे ही पूरा सुख जब हो जाता है, तो कोई आवाज नहीं करता।

अमृत झरै सदा सुख उपजै, बंकनालि रस पीजै।

और पीते जाओ उसके रस को, जितना पीना हो। रस कभी चुकता नहीं। पीनेवाला थक जाए, पिलानेवाला नहीं थकता।

मूल बांधि सर गगन समाना, सुखमनि यों तन लागी।

यह जो महासुख की घटना घटती है, योगी कैसे उसे घटाता है? वह अपने भीतर क्या करता है? वह किस भांति अपने को आकाश में डुबा देता है? 'मूल बांधि सर गगन समाना' यह उसकी प्रक्रिया है।

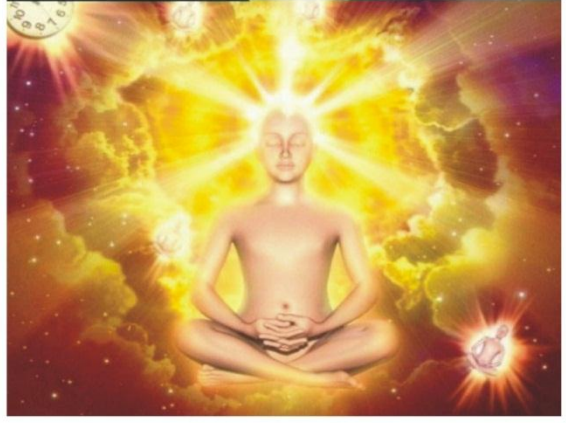
जीवन ऊर्जा है। शक्ति है। लेकिन साधारण तुम्हारी जीवन ऊर्जा नीचे की तरफ प्रवाहित हो रही है। इसलिए तुम्हारी सब जीवन ऊर्जा अनंत कामवासना बन जाती है। कामवासना तुम्हारा निम्नतम चक्र है। तुम्हारी ऊर्जा नीचे गिर रही है। और सारी ऊर्जा धीरे-धीरे काम-केंद्र पर इकट्ठी हो जाती है। इसलिए तुम्हारी सारी शक्ति कामवासना बन जाती है। जितने तुम शक्तिशाली हो जाओगे, उतनी प्रगाढ़ काम-वासना तुममें पैदा होगी

इसलिए तो साधु डर जाते हैं। तो भोजन कम करते हैं। क्योंकि न भोजन लेंगे, न शक्ति पैदा होगी। न शक्ति पैदा होगी, न काम-वासना उठेगी। साधु अपने को सुखाने में लग जाते हैं। साधु धीरे-धीरे ऐसी कोशिश करते हैं, कि इतना ही भोजन लें, जितने रोज दैनिक शरीर का काम चल जाए। ऊर्जा बचे न।

मगर यह कोई साधुता हुई? यह तो नपुंसकता हुई। यह कोई साधना हुई? शक्ति न बचे, तो तुम्हारे ब्रह्मचर्य का क्या अर्थ है? क्या मूल्य? कोई सार्थकता नहीं। निर्बल के ब्रह्मचर्य का क्या अर्थ है?

लाखों लोग निर्बलता को ब्रह्मचर्य समझ लेते हैं। रुग्णता को स्वास्थ्य समझ लेते हैं। शरीर को गला लेते हैं। ऊर्जा पैदा नहीं होती, इसलिए कामकेंद्र सूख जाता है। तो वे सोचते हैं कि हम सिद्धावस्था को उपलब्ध हो गए।

उन्हें ठीक से भोजन दो, एक सप्ताह के भीतर उनकी काम-ऊर्जा भीतर प्रवाहित होने लगेगी। फिर वासना जगने लगेगी। यह कोई छुटकारा न हुआ। यह तो धोखा हुआ। यह आत्म-प्रवंचना है। कबीर जैसे ज्ञानी, ऐसी साधुता को दो कौड़ी का भी नहीं मानते।



साधुता का अर्थ ऊर्जा को समाप्त करना नहीं है, ऊर्जा को रूपांतरित करना है। ऊर्जा को नष्ट करना, सूखाना नहीं है; ऊर्जा की दशा बदलनी है। वह जो नीचे की तरफ बहती है, वह ऊपर की तरफ बहने लगे। अधोगामी शक्ति ऊर्ध्वगमन की तरफ निकल जाए। जो अभी जमीन की तरफ बहती है, वह आकाश की तरफ उठने लगे। जो अभी पानी की तरह है, वह अग्नि की तरह हो जाए। पानी नीचे की तरफ बहता है। अग्नि सदा ऊपर की तरफ जाती है। जिस दिन तुम्हारी ऊर्जा आग्नेय हो जाएगी, उसी दिन एक अनूठे ब्रह्मचर्य का जन्म होगा, जो निर्बलता से नहीं, वरन परम-वीर्य से पैदा होती है।

मूल बांधि-वह जो मूलाधार चक्र है, जहां से ऊर्जा काम ऊर्जा बनती है, उसे बांध लेना है। उसे सिकोड़ लेना है। इसलिए योग ने, पतंजलि ने, हठयोग ने बहुत सी प्रक्रियाएं खोजी हैं मूल को बांधने की। मूल जब बंध जाए तो ऊर्जा अपने आप ऊपर उठने लगती है। क्योंकि नीचे द्वार बंद हो जाता है। द्वार अवरुद्ध हो जाता है।

एक छोटा-सा प्रयोग जब भी तुम्हारे मन में कामवासना उठे तो करो, तो धीरे-धीरे तुम्हें राह साफ हो जाएगी।

जब भी तुम्हें लगे, कि कामवासना तुम्हें पकड़ रही है, तब डरो मत। शांत होकर बैठ जाओ। जोर से श्वास को बाहर फेंको- उच्छ्वास। भीतर मत लो श्वास को। क्योंकि जैसे भी तुम भीतर गहरी श्वास को लोगे, भीतर जाती श्वास काम-ऊर्जा को नीचे की तरफ धकाती है। जब तुम्हें काम-वासना पकड़े, तब एक्सहेल करो। बाहर फेंको श्वास को। नाभि को भीतर खींचो, पेट को भीतर लो और श्वास को बाहर फेंको जितनी फेंक सको।

धीरे-धीरे अभ्यास होने पर तुम संपूर्ण रूप से श्वास को बाहर फेंकने में सफल हो जाओगे। जब सारी श्वास बाहर फिंक जाती है, तो तुम्हारा पेट और नाभि वैक्यूम हो जाते हैं। शून्य हो जाते हैं। और जहां कहीं शून्य हो जाता है, वहां आसपास की ऊर्जा शून्य की तरफ प्रवाहित होने लगती है। शून्य खींचता है। क्योंकि प्रकृति शून्य को बर्दाश्त नहीं करती। शून्य को भरती है।

तुम नदी से पानी भर लेते हो घड़े में। तुमने घड़ा भर कर उठाया नहीं कि गहवा हो जाता है पानी में घड़े से। तुमने पानी भर लिया, उतना गहवा हो गया। चारों तरफ से पानी दौड़ कर उस गह्वे को भर देता है।

तुम्हारी नाभि के पास शून्य हो जाए, तो मूलाधार से ऊर्जा तत्क्षण नाभि की

तरफ उठ जाती है। और तुम्हें बड़ा रस मिलेगा। जब तुम पहली दफा अनुभव करोगे कि एक गहन ऊर्जा बाण की तरह आकर नाभि में उठ गई। तुम पाओगे, सारा तन एक गहन स्वास्थ्य से भर गया। एक ताजगी! यह ताजगी वैसी ही होगी, ठीक वैसा ही अनुभव तुम्हें होगा ताजगी का, जैसा संभोग के बाद उदासी का होता है। जैसे ऊर्जा के स्खलन के बाद एक शिथिलता पकड़ लेती है, एक रुग्ण-दशा, एक विषाद, एक हारापन, एक थकान। तुम सो जाना चाहते हो।

बहुत से लोग संभोग का उपयोग केवल नींद के लिए ही करते हैं। क्योंकि थक जाते हैं। पश्चिम में डाक्टर तो लोगों को सलाह देते हैं, जिन को नींद नहीं आती, कि संभोग उनके लिए उचित है। संभोग कर लोगे, थक जाओगे, टूट जाओगे! नींद अपने आप आ जाएगी। लेकिन वह नींद कोई स्वस्थ नींद नहीं है। वह थकान की नींद है। वह विश्राम नहीं है, थकान है। थकान और विश्राम में बड़ा फर्क है। विश्राम में ऊर्जा पूरी आराम करती है। थकान में ऊर्जा नहीं होती। हारे, थके, टूटे हुए तुम पड़ जाते हो।

संभोग के बाद जैसे विषाद का अनुभव होगा, वैसा ही अगर ऊर्जा नाभि की तरफ उठ जाए, तो तुम्हें हर्ष का अनुभव होगा। एक प्रफुल्लता घेर लेगी। ऊर्जा का रूपांतरण शुरू हुआ। तुम ज्यादा शक्तिशाली, ज्यादा सौमनस्यपूर्ण ज्यादा उत्फुल्ल, सक्रिय, अनथके, विश्रामपूर्ण मालूम पड़ोगे। जैसे गहरी नींद के बाद उठे हो। ताजगी आ गई।

इसलिए जो लोग भी मूलाधार से शक्ति को सक्रिय कर लेते हैं, उनकी नींद कम हो जाती है। जरूरत नहीं रह जाती है। वे थोड़े घंटे सो कर भी ताजे हो जाते हैं, फिर तो दो घंटे सो कर उतने ही ताजे हो जाते हो जितने तुम आठ घंटे सो कर नहीं हो पाते, क्योंकि तुम्हारे शरीर को तो ऊर्जा को पैदा करना पड़ता, निर्मित करना पड़ता है, भरना पड़ता है। और बड़ा पागलपन है। रोज शरीर भरता है, रोज तुम उसे उलीचते हो। यूं ही उम्र तमाम होती है। रोज भोजन लो, शरीर को ऊर्जा से भरो, फिर उसे उलीचो और फेंक दो।

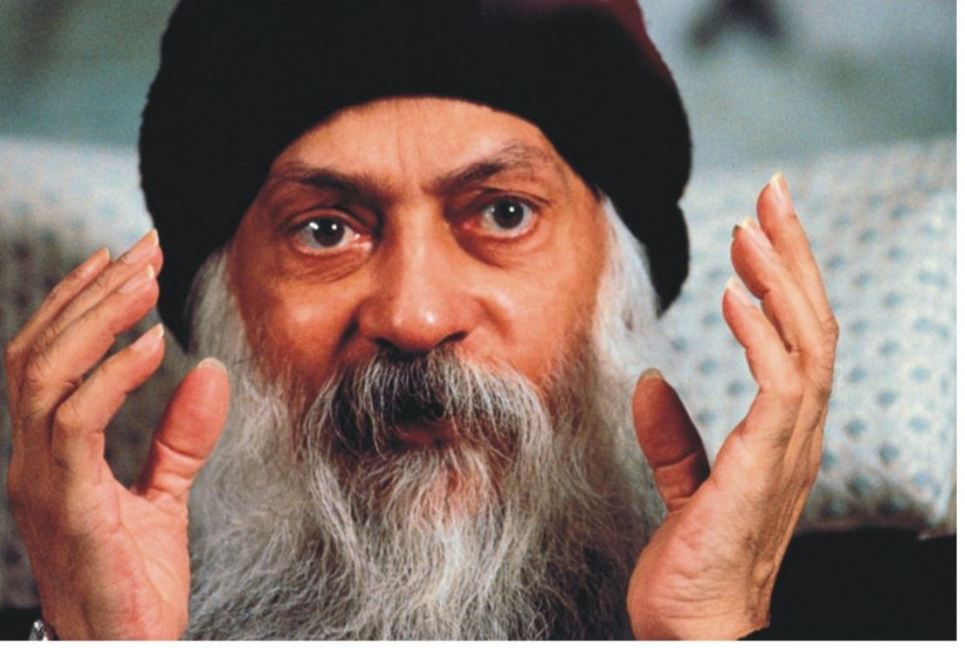
ऊर्जा का ऊर्ध्वगमन बड़ा अनूठा अनुभव है। और पहला अनुभव होता है, मूलाधार से नाभि की तरफ जब संक्रमण होता है।

यह मूलबंध ही सहजतम प्रक्रिया है कि तुम श्वास को बाहर फेंक दो, नाभि शून्य हो जाएगी, ऊर्जा उठेगी नाभि की तरफ, मूलबंध का द्वार अपने आप बंद हो जाएगा। वह द्वार खुलता है ऊर्जा के धक्के से। जब ऊर्जा मूलाधार में नहीं रह जाती, धक्का नहीं पड़ता, द्वार बंद हो जाता है।

मूल बांधि सर गगन समाना...

बस, तुमने अगर एक बात सीख ली कि ऊर्जा कैसे नाभि तक आ जाए, शेष तुम्हें चिंता नहीं करनी है। तुम ऊर्जा को, जब भी कामवासना उठे, नाभि में इकट्ठा करते जाओ। जैसे-जैसे ऊर्जा बढ़ेगी नाभि में, अपने आप ऊपर की तरफ उठने लगेगी। जैसे बर्तन में पानी बढ़ता जाए, तो पानी की तरह ऊपर उठती जाए।

असली बात मूलाधार का बंद हो जाना है। घड़े के नीचे का छेद बंद हो गया, अब ऊर्जा इकट्ठा होती जाएगी। घड़ा अपने आप भरता जाएगा।



एक दिन तुम अचानक पाओगे, कि धीरे-धीरे नाभि के ऊपर ऊर्जा आ रही है। तुम्हारा हृदय एक नई संवेदना से आप्लावित हुआ जा रहा है। तुम कहते हो कि तुम प्रेम करते हो। लेकिन तुम कर नहीं सकते क्योंकि तुम्हारे हृदय में ऊर्जा नहीं है। तुम लाख कहो, कि तुम प्रेम करते हो। तुम प्रेम कर नहीं सकते। क्योंकि प्रेम तभी घटता है, जब हृदय चक्र में ऊर्जा आती है। उसके पहले घटता नहीं। तो तुम समझाते रहे अपने को कि तुम प्रेम करते हो; लेकिन तुमने किसी को प्रेम नहीं किया। न अपनी पत्नी को, न अपने बेटे को। ज्यादा से ज्यादा तुम अपने को प्रेम करते हो। बाकी तुम किसी को प्रेम नहीं करते। और वह भी बहुत कमजोर है। वह भी कोई बड़ा गहरा नहीं है।

जिस दिन हृदय-चक्र पर आएगी तुम्हारी ऊर्जा, तुम पाओगे भर गए तुम प्रेम से। तुम जहां भी उठोगे, बैठोगे, तुम्हारे चारों तरफ एक हवा बहने लगेगी प्रेम की। दूसरे लोग भी अनुभव करेंगे कि तुममें कुछ बदल गया है। तुम अब वही नहीं हो। तुम कोई और ही तरंग लेकर आते हो। तुम्हारे साथ कुछ और ही लहर आती है कि उदास प्रसन्न हो जाते हैं; कि दुखी थोड़े देर को दुख को भूल जाता है, कि अशांत, शांत हो जाता है, कि तुम जहां छू देते हो, जिसे छू देते हो, उस पर ही एक छोटी सी वर्षा प्रेम की हो जाती है। लेकिन हृदय में ऊर्जा आएगी, तभी यह होगा।

ऊर्जा जब बढ़ेगी, हृदय से कंठ में आएगी तब तुम्हारी वाणी में एक माधुर्य आ जाएगा। तब तुम्हारी वाणी में एक संगीत, एक सौंदर्य आ जाएगा। तुम साधारण से शब्द बोलोगे और उन शब्दों में काव्य होगा। तुम दो शब्द किसी से कह दोगे और तुम उसे तृप्त कर दोगे। तुम चुप भी रहोगे तो तुम्हारे मौन में भी संदेश छिप जाएंगे। तुम न भी बोलोगे, तो भी तुम्हारा अस्तित्व बोलेगा। ऊर्जा कंठ पर आ गई।

उपनिषद के गीत तभी तो फूटे होंगे, जब ऊर्जा कंठ पर आ गई होगी। बुद्ध के वचन तभी तो निस्सृत हुए होंगे, जब ऊर्जा कंठ पर आ गई होगी। कुरान के वचन साधारण वचन हैं। लेकिन जब मोहम्मद ने उन्हें कहा था तब उन वचनों में बात ही कुछ और थी। तब वे किसी और ही लोक से आते थे।

तुम भी उनको दोहरा सकते हो। लेकिन तुम्हारी ऊर्जा जहां होगी, उन शब्दों में वही गुणधर्म प्रविष्ट हो जाएगा। अगर कामवासना से भरा हुआ आदमी कुरान को कितने ही तरन्धुम से गाए, तो भी वह कव्वाली ही होगी। वह कुरान हो नहीं सकता। क्योंकि कुरान का संबंध शब्दों से थोड़े ही है! तुम्हारी जीवन ऊर्जा से है। और अगर मोहम्मद कव्वाली भी गाएं, तो एक कुरान हो जाएगा। उन शब्दों में भी नये भाव आविर्भूत हो जाएंगे। नई कोंपलें लग जाएंगी। नये फूल लग जाएंगे।

कृष्ण ने गीता कही। वह कंठ से आई ऊर्जा की अभिव्यक्ति है, अभिव्यंजना है। कितने लोग गीता को कंठस्थ किए हैं। और कितने लोग रोज उसका पाठ करते रहते हैं। कितने हजारों पाठ कर चुके हैं। लेकिन अगर काम-ऊर्जा मूलाधार से गिर रही है, तो गीत तुम गाते रहो, वह गीता तुम्हारी ही होगी; भगवद्गीता नहीं हो सकती। भगवद्गीता होने के लिए तो चेतना का भागवत ही जाना जरूरी है।

ऊर्जा ऊपर उठती जाती है। एक घड़ी आती है, कि तुम्हारे तीसरे नेत्र पर ऊर्जा का अविर्भाव होता है। तब तुम्हें पहली दफा दिखाई पड़ना शुरू होता है। तुम अंधे नहीं होते। उसके पहले तुम अंधे हो। क्योंकि उसके पहले तुम्हें आकार दिखाई पड़ते हैं। निराकार दिखाई नहीं पड़ता। और वही असली में है। सब आकारों में छिपा है निराकार। आकार तो मूलाधार में बंधी हुई ऊर्जा के कारण दिखाई पड़ते हैं। अन्यथा कोई आकार नहीं है।

तुम कहां समाप्त होते हो? कहां तुम्हारी सीमा है? कहां तुम शुरू होते हो? न कोई कहीं शुरू होता है, न कोई कहीं समाप्त होता है। सारा जगत संयुक्त है। तुम झाड़ों से जुड़े हो। पहाड़ों से जुड़े हो। चांद तारों से जुड़े हो। छोटा-सा मकड़ी का जाला हिलाओ, और अनंत आकाश के तारे भी कंप जाते हैं। क्योंकि सारा अस्तित्व एक है : इसमें दो तो हैं नहीं कहीं; लेकिन तुम्हें अनेक दिखाई पड़ता है। अंधे हो मूलाधार अंधा चक्र है। इसलिए तो हम कामवासना को अंधी कहते हैं। वह अंधी है। उसके पास आंख बिल्कुल नहीं है।

आंख तो खुलती है, तुम्हारी असली आंख, जब तीसरे नेत्र पर ऊर्जा आकर प्रकट होती है। जब लहरें तीसरे नेत्र को छूने लगती हैं। तीसरे नेत्र के किनारे पर जब तुम्हारी ऊर्जा की लहरें आकर टकराने लगती हैं, पहली दफा तुम्हारे भीतर दर्शन की क्षमता जगती है।

इसलिए हमने इस देश में विचार की प्रक्रिया को फिलासफी नहीं कहा। हमने विचार की प्रक्रिया को दर्शन कहा। फिलासफी पश्चिम में दर्शनशास्त्र का नाम है। हमने वह नाम पसंद न किया। क्योंकि फिलासफी तो पैदा हो जाती है, मूलाधार में ऊर्जा हो तब भी। लेकिन दर्शन पैदा नहीं होता। और मूलाधार में भटके हुए अंधे कितना ही सोचें, उनके सोचने का क्या मूल्य हो सकता है? वे सोच कर भी क्या सोच पाएंगे।

अंधा कितना ही प्रकाश संबंध में विचार करे, सिर पटके, गणित बिठाए, विश्लेषण करे, मीमांसा में उतरे, क्या हल होगा? अंधा जो कहेगा प्रकाश के संबंध में, गलत होगा। अंधे को तो अंधेरा भी दिखाई नहीं पड़ता। प्रकाश तो बहुत दूर की बात है।

तुम शायद सोचते होगे कि अंधे को अंधेरा दिखाई पड़ता है तो तुम गलती में हो। अंधेरा देखने के लिए भी आंख चाहिए। अंधेरा भी आंख का ही अनुभव है। तुम आंख बंद करते हो, तुम्हें अंधेरा दिखाई पड़ता है क्योंकि आंख खोल कर तुमको प्रकाश का अनुभव है। अंधे को तो अंधेरा भी दिखाई नहीं पड़ सकता। अंधेरा और प्रकाश तो आंख के अनुभव है।

तो अंधे सोच सकते हैं। और बड़े दर्शन शास्त्र खड़े कर सकते हैं। अरिस्टोटल, कांट, हीगल, बर्ट्रेण्ड रसल, पश्चिम के बड़े से बड़े विचारक भी दार्शनिक नहीं हैं।

दर्शन एक अनूठी प्रक्रिया है। जिसका संबंध विचार से नहीं, ऊर्जा से है। कवि, कणाद, बुद्ध, महावीर, शंकर, नागार्जुन दार्शनिक हैं, विचारक नहीं हैं। क्योंकि दार्शनिक होने का अर्थ है, जिसकी ऊर्जा की लहरें तृतीय नेत्र के तट से टकराने लगी। अब इसको दिखाई पड़ता है। यह कोई सिद्धांत नहीं बनाता। इसे जो दिखाई पड़ता है, उसे सिद्धांत में बांधता है। यह टटोलता नहीं है अंधेरे में। इसे जो दिखाई पड़ता है, उसे शब्दों में उतारता है ताकि अंधों तक शब्द पहुंचाए जा सकें।

और तब तुम्हारे जीवन में आंख आती है, तब सिवाय परमात्मा के कुछ भी नहीं दिखाई पड़ता। सारा संसार माया हो जाता है। सिर्फ परमात्मा सच होता है। अभी माया सच है। परमात्मा एकमात्र असत्य है। तो तुम लाख कहो कि हम मानते हैं। लेकिन तुम जानते हो कि परमात्मा है नहीं। मानोगे तुम कैसे? जिसे जाना नहीं, उसे मानोगे कैसे? जिसे देखा नहीं उसे तुम मानोगे कैसे? भीतर तो संदेह बना ही रहता है।

पूजा कर लेते हो मंदिर में जाकर, हाथ जोड़ कर मूर्ति के सामने खड़े हो जाते हो, जरा गौर करना भीतर तुम संदेह के कीड़े को सरकता हुआ पाओगे। लेकिन झुक जाते हो सर के कारण पता नहीं, हो ही! पीछे पछताना पड़े।

मुल्ला नसरुद्दीन का एक मित्र मर रहा था। मित्र एक मौलवी था, पंडित था बड़ा। लेकिन मरते वक्त उसे भी कठिनाई होने लगी। क्योंकि पांडित्य मृत्यु में तो साथ नहीं देता। वह डरा। अब तक तो कहता रहा, कि ईश्वर है, यह है, वह है... सब सिद्धांत। लेकिन अब उसे समझ में न आया कि क्या करें! मौत करीब आ गई। क्षण भर की देरी है, क्या होगा? क्या न होगा?

किसी ने कहा : तुम मुल्ला नसरुद्दीन को क्यों नहीं बुला लेते? वह बड़ा ज्ञानी है। मरता क्या न करता। डूबते तिनके का सहारा ले लेते हैं। उसने कहा : हां, चलो बुला लो। नसरुद्दीन को संदेह तो था। भरोसा तो था नहीं। लेकिन कोई हर्जा नहीं। नसरुद्दीन आया और उसने कहा : ठीक। तुम प्रार्थना करो कि हे परमात्मा! हे शैतान! मुझे सम्हाल। उसने कहा : यह किस प्रकार की प्रार्थना है? हे परमात्मा, समझ में आता है, लेकिन। नसरुद्दीन ने कहा कि मरते वक्त खतरा लेना उचित नहीं। पता नहीं परमात्मा हो या न हो। और पता नहीं शैतान ही हो। तुम दोनों से ही प्रार्थना कर लो। जो भी होगा, सहायता करेगा। इस घड़ी में किसी को नाराज करना ठीक नहीं।

भय के कारण पूजा चलती है, श्रद्धा के कारण नहीं। परमात्मा पर भरोसा

तो तभी आता है जब ऊर्जा तीसरे नेत्र में प्रवेश करती है। तुम देखने में समर्थ हो जाते हो। तब तक परमात्मा एक झूठ है और माया सत्य है। फिर सारी चीज बदल जाती है। परमात्मा सत्य हो जाता है और संसार झूठ हो जाता है।

दर्शन की क्षमता, विचार की क्षमता का नाम नहीं है। दर्शन की क्षमता देखने की क्षमता है। वह साक्षात्कार है। जब बुद्ध कुछ कहते हैं, तो देख कर कहते हैं। वह उनका अपना अनुभव है। अनानुभूत शब्दों का क्या अर्थ है? केवल अनुभूत शब्दों में सार्थकता होती है।

मैंने सुना है, एक छोटे से गांव में मैं ठहरा हुआ था। और शहर से एक डाक्टर आया था गांव के ग्रामीणों को समझाने के लिए परिवार-नियोजन के संबंध में। तो जिस घर में मैं ठहरा था, उस घर के सामने के ही आंगन में ग्रामीण इकट्ठे हुए थे और डाक्टर समझा रहा था। तो मैं भी बैठा सुन रहा था। परिवार नियोजन के संबंध में सब बातें उसने समझाईं। एक ग्रामीण ने खड़े होकर पूछा, कि आप विवाहित हैं? उस डाक्टर ने कहा कि नहीं। मैं अविवाहित हूं। वह ग्रामीण हंसने लगा और, और भी हंसने लगा दूसरे ग्रामीण। तो उस डाक्टर ने पूछा : मामला क्या है? तो उस ग्रामीण ने कहा, बंदर क्या जाने अदरक का स्वाद।

लेकिन जीवन में जिन चीजों का तुम्हें स्वाद नहीं मिला है। उनको भी तुमने मान रखा है। और मानते मानते तुम्हें लगता है, कि तुम्हें भी मिल गया है। गुड़ कभी चखा नहीं, गुड़ शब्द सुना है। परमात्मा कभी चखा नहीं, परमात्मा शब्द सुना है। जल कभी पीया नहीं, जल शब्द सुना है। परमात्मा कभी पीया नहीं, परमात्मा शब्द सुना है।

ऊर्जा जब तीसरी आंख पर प्रवेश करती है, तो अनुभव शुरू होता है। और ऐसे व्यक्ति के वचनों में तर्क का बल नहीं होता, सत्य का बल होता है। ऐसे व्यक्ति के वचनों में एक प्रामाणिकता होती है, जो वचनों के भीतर से आती है। किन्हीं ब्राह्मण प्रमाणों के आधार पर नहीं। ऐसे व्यक्ति के वचन को ही हम शास्त्र कहते हैं। ऐसे व्यक्ति के वचन वेद बन जाते हैं। जिसने जाना है, जिसने जीया है, जिसने परमात्मा को चखा है, जिसने पीया है, जिसने परमात्मा को पचाया है, जो परमात्मा के साथ एक हो गया है।

फिर ऊर्जा और ऊपर जाती है। सहस्रार को छूती है।

मूल बांधि सर गगन समाना।

सिर यानी सहस्रार। पहला सबसे नीचा केंद्र, चक्र है, मूल बंध : मूलाधार। और सबसे अंतिम चक्र है, सहस्रार।

उसे हम सहस्रार कहते हैं आखिरी चक्र को, क्योंकि वह ऐसा है, जैसे सहस्र पंखुडियों वाला कमल बड़ा सुंदर है। और जब खिलता है तो भीतर ऐसी ही प्रतीति होती है जैसे पूरा व्यक्तित्व सहस्र पंखुडियों वाला कमल हो गया है। पूरा व्यक्तित्व खिल गया। जब ऊर्जा टकराती है सहस्र से तो उसकी पंखुडियां खिलनी शुरू हो जाती हैं। सहस्रार के खिलते ही व्यक्तित्व से आनंद का झरना बहने लगता है। मीरा उसी क्षण गाने लगती है 'पग घुंघरू बांध मीरा नाची।' उसी क्षण चैतन्य महाप्रभु पागलों की तरह उन्मुक्त होकर नाचने लगते हैं।

मूल बांधि सर गगन समाना, सुखमनि यों तन लगी।

बड़ी अनूठी बात है यह 'सुखमनि यों तन लगी।' ऐसा सुख पैदा होता है कि आत्मा तो नाचती ही है, आत्मा तो नाचेगी ही, लेकिन नाच इतना गहन हो जाता है, कि शरीर तक उस नाच में नाचने लगता है। शरीर तक आनंदित हो जाता है, जो कि जड़ है।

कबीर यह कह रहे हैं, कि उस क्षण चेतना तो नाचती ही है। उसमें कुछ कहना नहीं है लेकिन जड़ शरीर तक चेतना के साथ चैतन्य जैसा होकर नाचने लगता है। चेतना तो प्रसन्न होती ही है, रोआं-रोआं शरीर का आनंदित हो उठता है। आनंद की लहर ऐसी बहती है कि मुर्दा भी, शरीर तो मर्दा है वह भी नाचने लगता है।

तुम अभी शरीर के साथ बंधे-बंधे खुद मुर्दा हो गए हो। तब धारा उलटी बहती है। तुम्हारी चैतन्य की क्षमता के साथ मुर्दा शरीर भी नाचने लगता है। जो तुमने सुना है कि उसकी कृपा से अंधे देखने लगते हैं, लंगड़े चलने लगते हैं, गूंगे बोलने लगते हैं, उसका तुम मतलब न समझे होओगे। उसका यही मतलब है।

उस घड़ी जो आदमी सदा गूंगा रहा हो, वह भी बोल उठेगा। इतनी बड़ी घटना घटती है, ऐसा उत्सव घटता है कि जो आदमी सदा का बहरा रहा हो, वह भी सुनने लगेगा। सारा तन जाग उठता है। सारी नींद दूट जाती है। आत्मा की ही नहीं, जड़ शरीर तक में कंपन सुनाई पड़ता है। संगीत वहां तक गुंजायमान होता है। प्रतिध्वनि वहां भी सुनाई पड़ने लगती है।

मूल बांधि सर गगन समाना, सुखमनि यों तन जागी।

काम क्रोध दोऊ भया पलीता, जहां जोगणी जागी।

और ऐसी घड़ी में काम और क्रोध जैसे कि कोई बम लगा देता है, उसमें पलीता लगाता है। पलीते में आग लगती है तो थोड़ी देर में बम फूट जाता है।

काम क्रोध दोऊ भया पलीता, जहां जोगणी जागी।

और उस आनंद की घड़ी में कहां काम, कहां क्रोध! अब जिनको शत्रुओं की तरह जाना था, वे मित्र सिद्ध होते हैं। काम और क्रोध दोनों ही उस परम विस्फोट में पलीता बन जाते हैं। उन दोनों का भी उपयोग हो जाता है। उनकी आग भी काम में आ जाती है। और एक विस्फोट घटता है, एक एक्सप्लोजन।

- कहै कबीर दीवाना-5



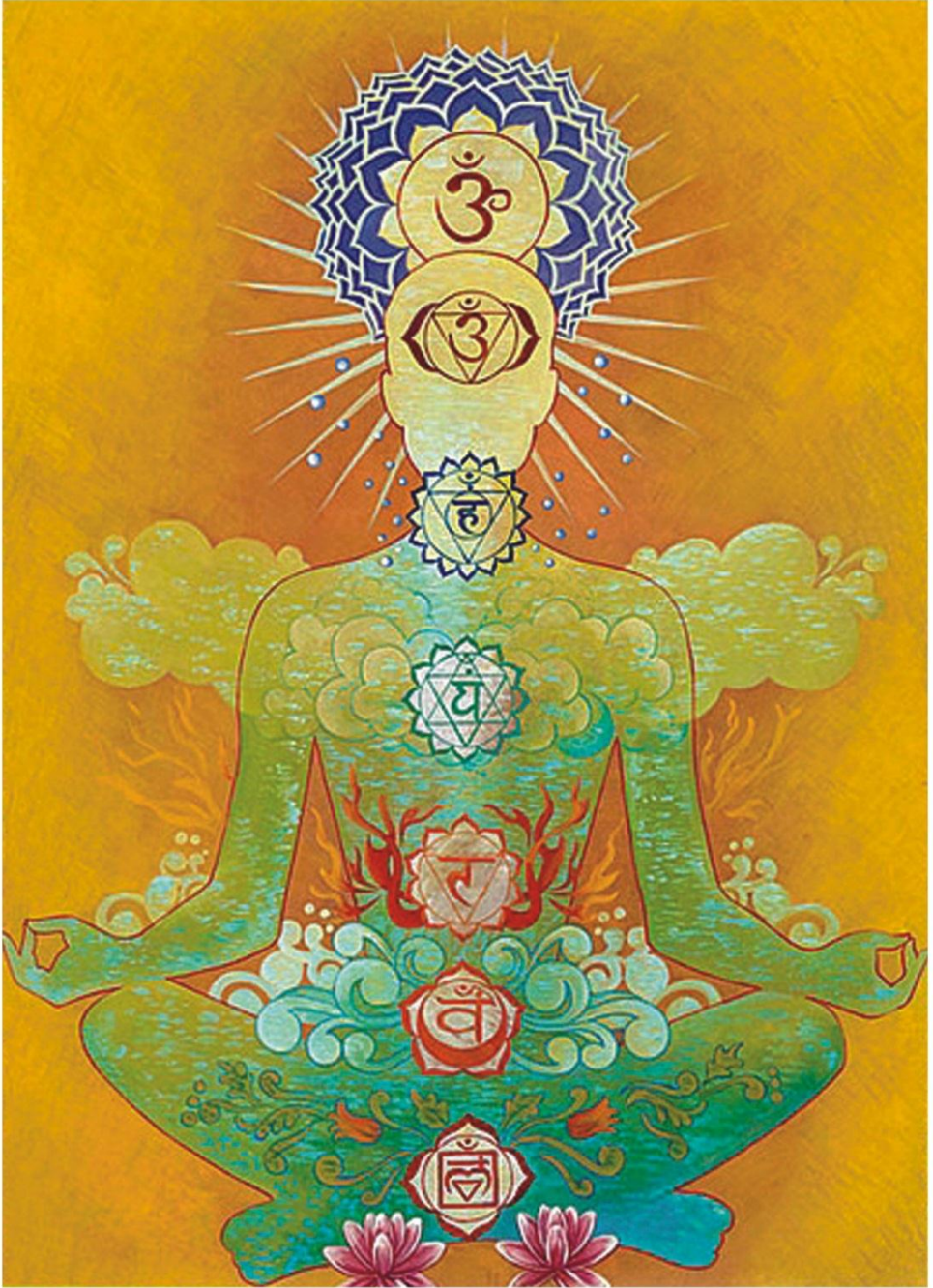
- Kahe Kabir Deewana - 5



- Kahe Kabir Deewana



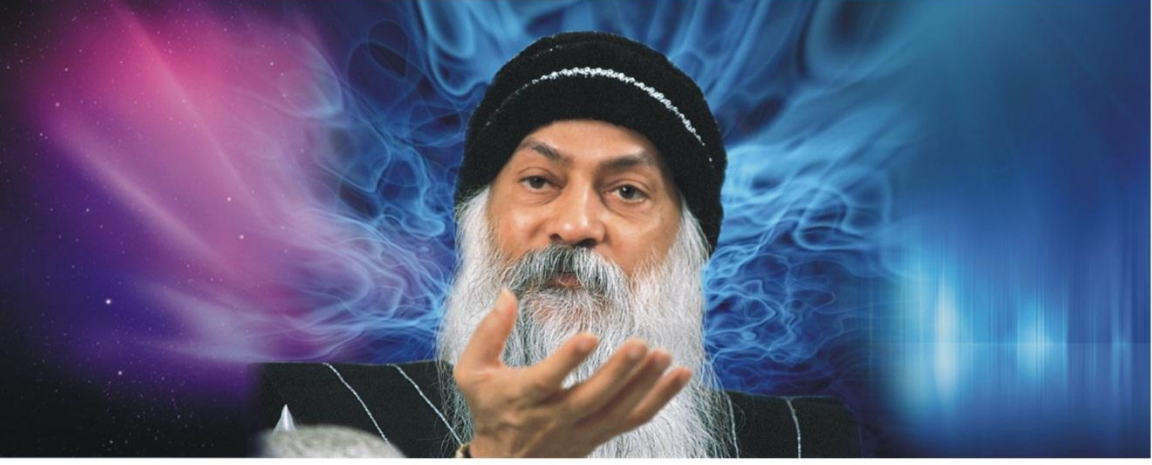
मूलबंध ध्यान



मूलबंध ध्यान विधि

ओशो सुगंध

अप्रैल 2022 23



ओशो प्रवचनांश



[Brahmacharya Ki Sadhana](#)



[Vaasna Mukti Ke Upaay](#)

ओशो संबोधि दिवस उत्सव



[Osho's Enlightenment Day Celebration Part - 1](#)



[Osho's Enlightenment Day Celebration Part - 2](#)



[Osho's Enlightenment Day Celebration Part - 3](#)



अधूरी वासना

-ओशो

28 नवंबर 1953 के 'नव भारत' समाचार पत्र में इस संपादकीय टिप्पणी के साथ ओशो द्वारा लिखित यह कहानी प्रकाशित हुई थी-

'अधूरी वासना' लेखक की रोमांटिक कहानी है। भारत के तत्व दर्शन में पुनर्जन्म का आधार इस जीवन की अधूरी छूटी वासनायें ही हैं। कहानी के लेखक ने अन्य जगह लिखा है कि 'शरीर में वासनायें हैं, पर वे शरीर के कारण नहीं हैं, वरन् शरीर ही इन वासनाओं के कारण से है। अधूरी वासनायें जीवन के उस पार भी जाती हैं और नया शरीर धारण करती हैं। जन्मों-पुनर्जन्मों का चक्र इन अधूरी छूटी वासनाओं का ही खेल है, लेखक की इस कहानी का केंद्रीय विषय यही है।

○○○○○○○○○○○○○○○○○○

अधूरी वासना

लेखक : रजनीश

○○○○○○○○○○○○○○○○○○

मैं पथ पर अकेला था, मेरा गीत था और दूर-दूर तक पहाड़ी पगडंडियों में चांदनी बिखरी, सोई थी। रातें ठंडी हो गई थीं। ऊंचे-ऊंचे पहाड़ों पर बर्फ गिरने लगी थी। एक माह की देर थी कि यहां भी बर्फ के गोले पड़ने लगेंगे, नदिया जमकर चाँदी की धारों में बदल जायेगी और काले पहाड़ों की चोटियों पर शुभ्र हिम ऐसे चमकने लगेगा, जैसे पहाड़ों ने अपने जूड़ों पर जुही के सफेद फूल बाँध लिये हों। मैं अपने आप में खोया-खोया आगे बढ़ता गया। कभी-कभी पक्षी रात में मौन को तोड़ता निकल जाता और सूती वादियाँ उसके परों की फड़फड़ाहट में गूँज जातीं। फिर रात का ठंडा मौन वैसे ही वापस घिर आता जैसे नदी की छाती पर गिरे पत्थर से कांपती लहरें फिर एक दूसरे में मिलकर मौन सो जातीं। आधी रात का जवान चाँद चमक रहा था। और एक सफेद बादल का तनहा-सा टुकड़ा उसके पास-पास तैरता जा रहा था।

मैंने सोचा, चाँद के साथ तो कोई है पर मैं बिल्कुल ही अकेला हूँ। और मैंने नजर उठाकर चारों तरफ फैली सुनसान वादियों को देखा और फिर अपनी 25 वर्ष की मानो उस ज़िंदगी पर नजर डाली जो आज मुझे एक लंबी सुनसान अंधेरी वादी के सिवाय और कुछ भी नहीं लगती है। इससे मेरा मन उदास हो गया और मैंने बीच में अचानक ही टूट गये अपने गीत को फिर गुनगुनाना शुरू कर दिया। सफेद बदली देर तक चाँद को घेरे रही, और फिर अंत में उस पर छा गई और मेरे पथ पर एक क्षण को झीना सा अँधेरा उतर कर चाँदनी के सफेद रूप में घुलमिल गया।

मेरी पगडंडी अब एक मोड़ पर आ गई थी। पहले थोड़ा-सा उतार था और फिर दूर तक एक लंबा चढ़ाव जो चिनार के वृक्षों में से होता पहाड़ के ऊपर तक घूमता चला गया था। इस चढ़ाव के अंत में मेरा गाँव था, जहां बूढ़ी मां मेरी बाट जोह रही थी। उतार पर धीरे-धीरे नीचे उतरने लगा। सामने की घाटी के उस पार शैल नदी की चौड़ी धारा चाँदनी की झिलमिलाहट में चमक रही थी। उस पर दूर एक सफेद धब्बे सा बजरा पानी पर टिका था और उससे बांसुरी के मीठे स्वर थिरकते पहाड़ों से टकरा रहे थे। मैंने अपना गीत बंद कर दिया और बांसुरी को सुनने लगा। वादियों के सुनसान प्राण धीरे-धीरे उसके लहराते स्वरों से भर गये, मेरी आंखों में नौद की खुमारी उतरने लगी और पहाड़ की रात एक मधुर से स्वप्न में बदल गई।

पगडंडी का उतार अब पूरा होने को था। और मेरे गांव को जाती राह सांप की सुनहरी कांचुली-सी दूर तक चमकती दिख रही थी। बांसुरी के स्वर तीव्र हो गये थे और नाव धीमी गति से अब किनारे की तरफ आ रही थी। चाँद लहरों को चूम रहा था। और सफेद बदली का टुकड़ा बहुत पीछे किनारों के ऊंचे वृक्षों में उलझा-सा लगता था। मैं कंकड़ली पगडंडी के उतार पर किसी स्वप्न में खोया सा उतरने लगा।

मेरा रास्ता ऊपर जाता था। पर मेरे प्राणों के तार नीचे को बह रहे थे। मुझे लगा कि जैसे मुझे कोई नीचे खींच रहा है और मैं अपने कदमों को रोकने में असमर्थ हूँ। बांसुरी के स्वर धीरे-धीरे तीव्र से तीव्रतर होते जा रहे थे। नदी करीब आती गई और किनारों के ऊंचे वृक्षों के बीच से नीचे उतरता गया। पगडंडी पर अब रेत ज्यादा बढ़ गई थी। और शैल का किनारा मुझसे ज्यादा दूर नहीं था। ठंडी हवाएँ लहरों को थपड़े देती मुझे छूने लगीं। मेरी शाल का पल्ला पीछे-पीछे उड़ता और मेरी सांसों में बरफ का ठंडापन उतरने लगा। साँसें भीतर जातीं तो ऐसा लगता जैसे प्राण में बरफ के लहराते फीते घँसते चले जा रहे हों। पगडंडी अंत में रेत में जाकर खो गई।

मैं अब पहाड़ से नीचे उतर आया था। सफेद बगुलों के परों सा पाल ताने बजरा किनारे पर लगने को था। चाँद सिर पर आ गया था और मेरी लंबी छाया सिमट कर मेरे पैरों में लिपट आई थी। बांसुरी अब और मधुरता से बज रही थी। और उसके स्वर मेरी सांसों में डूब रहे थे। मैं उनकी मधुरता में आगे बढ़ता गया और किनारे पर जाकर खड़ा हो गया। हिलती लहरों ने मेरा स्वागत सत्कार किया और किनारे पर बैठा कोई पक्षी उड़ता उस पर चला गया। नाव मेरे पास ही आकर रुक गई। लहरें उसके आगमन से हिलीं और एक-दूसरे पर दौड़ती चली गईं।

बांसुरी के स्वर तीव्र से तीव्रतर होते चले गये। और अंत में एकाएक ऐसे टूट गये जैसे कोई चीनी का बर्तन अचानक पत्थर पर गिरकर बिखर गया हो। उनकी प्रतिध्वनि पहाड़ों में गूँजी और फिर नाव में कोई जोर से मीठी हंसी हंसने लगी। उसकी मीठी हंसी में उस बांसुरी के सुरों से ज्यादा मिठास थी। मेरे रोएं-रोएं में कंपन की लहर दौड़ गई। और मेरे दिल की धड़कनों पर उसकी ध्वनि टूटे गजरे के फूलों सी बिखरती चली गई। दो क्षण नितांत स्वामोशी में बीते और मुझे मेरे दिल की धड़कनों की आवाज स्पष्ट सुनाई देती रही।

फिर कोई बाहर आया और चाँद की रोशनी अचानक दोगुनी हो उठी। मैं एकटक उसे देखता ही रह गया। वह फिर हंसने लगी अरे मेरे दिल के कमल थर-थर होने लगे। वह कौन थी? मैं नहीं जानता था पर मुझे लगा जैसे हम युग-युग के जाने-पहचाने मुसाफिर हैं। और मेरे सपनों को छूने वाली जादूगरनी मेरे सामने खड़ी है। उसकी भँवरे सी काली-काली पुतलियों पर चांद प्रतिबिंबित हो रहा था। और उसके चाँदनी से गोरे गालों पर बालों की एक काली लट हवा में झूल रही थी। वह एक क्षण चुपचाप मुझे देखती रही और फिर धीरे से बोली : नाव पर आ जाओ।

उसकी आवाज में फूलों की खुशबू और सुबह की ताजगी थी। मैं एक क्षण ठिठका और पागल की तरह किसी अनजानी कशिश में बंधा नाव पर चढ़ गया। नाव मेरे चढ़ने से धीमे से डोलने लगी जैसे सुबह की दक्षिणी हवा में नयी-नयी फूल की पंखुरी डोलती है। लहरें जोर से हिलने लगीं और शैल के आँचल पर सोया चाँद का प्रतिबिंब टूक-टूक होकर बिखर गया। उसने अपने गोरे शरीर पर आसमानी रंग की पतली सी साड़ी पहनी थी। और लंबे-लंबे काले बालों को खुला छोड़ रखा था। पतली साड़ी से उसके शरीर का रूप ऐसे छन-छन कर बाहर आ रहा था जैसे पतली मलमल की तहों में किसी ने चाँदनी की रूपहली रोशनी छुपा दी हो। मैं उसे देखता रहा, देखता रहा, और देखता ही रह गया।

वह पीछे लौटी और पर्दा उठाकर बड़ी मधुर आवाज में बोली : 'भीतर आ जाओ।' मुझमें उसके आदेश को इनकार करने की सामर्थ्य बिल्कुल नहीं थी। वह भीतर गई तो मैं भी उसके पीछे ही पर्दा उठाकर भीतर हो गया। उसके अपने कोमल हाथों में मेरे हाथ को ले लिया और लौटकर मेरी आँखों में झांकने लगी। उसके उभरे उरोज मेरी छाती को छू रहे थे। मेरे प्राणों को तार-तार कांपने लगा और मेरी आँखों के सामने से सब कुछ मिटाता एक शून्य बिखरता चला गया। उसने धीमे से मुझे अपनी बांहों में भर लिया और मेरे होठों पर अपने मधुमय ओंठ लगा दिए। मेरा अंतर उसके हृदय की धड़कनों के स्पर्श से भर गया और उसके आलिंगन के नशे में मेरी चेतना घुल-मिलकर एक हो गई।

सुबह मेरी चेतना लौटी। मैं ठंडी रेत में पड़ा था और पहाड़ों के पीछे से सुबह का सूरज धीरे-धीरे ऊपर उठ रहा था। मैंने अपने चारों तरफ देखा। कहीं भी कोई नहीं था। बस दूर एक मछुए का झोंपड़ा विचारमग्न किसी एकाकी दार्शनिक-सा घास में सिर उठाए खड़ा था। मैं उठा और झोंपड़े की तरफ चल पड़ा। मेरा अंग-अंग शिथिलता से बोझिल था और रात की घटनाओं की स्मृति मेरी आँखों में घूम रही थी।

बड़े मछुए से मैंने रात की सारी बातें कहीं। वह गंभीर हो गया और बोला : तुम खुशकिस्मत हो जो अब भी जिंदा हो। इस घाटी को जितनी जल्दी हो सके, छोड़ दो। जिसके आलिंगन में तुम रात भर रहे हो वह कोई जीवित व्यक्ति नहीं, एक वेश्या की मृतात्मा है जिसकी वासना अधूरी छूट गई।

रिश्तों की अहमियत में कमी के कारण

-स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती

जीवन में रिश्तों की अहमियत कम क्यों होती जा रही है ?

प्राचीन युग में रिश्ते जिस खातिर बनाए जाते थे, वे कारण नवीन युग में क्रमशः समाप्त होते जा रहे हैं। बदलते वक्त के संग नाते-रिश्ते भी परिवर्तित होने को बाध्य हैं। संबंध शब्द में "बंध" समाया हुआ है। आर्थिक एवं जैविक बंधन, थपदंदबपंस दक ठपवसवहपबंस ठवदकंहम, संबंधों की बुनियाद थे। विशेषकर निम्नलिखित बिंदुओं पर चिंतन कीजिए जो तीव्र गति से पिछली सदी में बदले हैं

1- महिलाओं को सब प्रकार से दबाकर, मुख्यतः चौके की चारदीवारी में गृह-कैद करके रखा जाता था। अब उन्हें शिक्षा, बेहतर सामाजिक सुरक्षा, आर्थिक आत्म-निर्भरता, पुरुषों के संग बराबरी वाली स्थिति प्राप्त होने लगी है।



स्वाभाविक है कि सदियों पुरानी गुलामी के खिलाफ वे बगावत करें। पश्चिम में 'नारी मुक्ति आंदोलन' इसी का परिणाम है। पूरब में बिना आंदोलन का रूप लिए भी वही घटना धीरे-धीरे महानगरों से गांवों की ओर अग्रसर हो रही है।

2- संतति-नियमन के साधनों ने पुरुष की और खासकर स्त्री की यौन-संबंधों की स्वतंत्रता को बढ़ावा दिया है। प्राचीन युग में एक स्त्री औसतन करीब दस बार गर्भवती होती थी। इतने बच्चों के पालन-पोषण का भार उसके स्वास्थ्य को बर्बाद कर देता था। आज इस प्रातिक मजबूरी से काफी हद तक मुक्ति मिली है। ऊर्जा एवं समय का

सदुपयोग करने के लिए जीवन के विविध रचनात्मक आयाम पहली दफा स्त्रियों के लिए खुले हैं। पहले संतानोत्पत्ति में ही सारा जीवन चुक जाता था, अन्य किसी सृजन का अवसर ही नहीं मिलता था। भविष्य में जेनेटिक इंजीनियरिंग के कमाल से क्लोन्स उत्पन्न होने लगेंगे। तब महिलाएं अपनी मन-मर्जी से जीने के लिए पूर्णरूपेण स्वतंत्र होंगी। पुराने ढर्रे के रिश्ते आगे नहीं चल सकते।

- 3- प्रजातांत्रिक सोच केवल राजनीति तक ही सीमित नहीं है, बच्चे भी अपनी पसंद-नापसंद और अभिव्यक्ति की स्वतंत्रता का सदुपयोग करने लगे हैं। पिताजी या दादाजी की दादागिरी अर्थात् हिटलरशाही के दिन गए। शिक्षकों की तानाशाही भी समाप्ति की ओर है। विकसित देशों में बच्चे को मारना तो दूर, जोर से डांटना भी गैर-कानूनी है। बच्चा तुरंत पुलिस को फोन करके बुला लेता है। जर्मनी जैसे अनेक मुल्कों में 18 साल तक सरकार बच्चे का सारा खर्च देती है। माता-पिता किस दम पर अकड़ दिखा सकते हैं? यदि पालन-पोषण में कुछ भूल हुई तो बच्चा शिकायत कर देता है। इंग्लैंड में एक बच्चा माता-पिता से "तलाक" भी ले चुका है। (कोई और बेहतर शब्द निर्मित करना होगा, तलाक शब्द से पुराने भावार्थ जुड़े हुए हैं।)
- 4- बेरोजगार लोगों को उन्नत देशों में बेरोजगारी भत्ता मिलता है जो सामान्य सुविधाओं वाला जीवन निर्वाह करने के लिए पर्याप्त है। आर्थिक रूप से सभी आजाद हैं। 18 वर्ष के बाद कोई भी पेरेन्ट्स के संग नहीं रहता। उच्चतर शिक्षा के दौरान विद्यार्थी खुद अपनी आजीविका कमाते हैं। ऐसा व्यक्ति अपनी जिंदगी में किसी का हस्तक्षेप क्यों पसंद करे?
- 5- वृद्धजन पेंशन प्राप्त कर रहे हैं, आवश्यकता पड़ने पर मेंडिकल इंश्योरेंस का उपयोग कर रहे हैं। बहुत लोग बेटा-बहू आदि से दूर, वृद्धाश्रम में निवास करतु हुए अपनी शेष जिंदगी प्रसन्नतापूर्वक गुजार रहे हैं। वे किसी के मुहताज नहीं हैं। गर्व सहित अपने ढंग से जी रहे हैं।
- 6- पिछले सौ सालों में इंसान की औसत आयु तीन गुनी से ज्यादा हो गई। जापान



में 100 वर्ष से अधिक उम्र वालों की गिनती सर्वाधिक है। उनकी चौथी या पांचवीं पीढ़ी दुनिया में आ चुकी है। इन बुजुर्गों की उन सबसे जान-पहचान तक नहीं है। पीढ़ी-अंतराल नामक एक नई समस्या पैदा हो गई है। आने वाले समय में यह और भी बढ़ जाएगी। हम पुरानी शैली के संबंधों की अपेक्षा भला कैसे कर सकते हैं? 70-75 वर्ष के लोग अच्छे खासे स्वस्थ तथा दांपत्य जीवन जीने के योग्य हैं। वे विधवा या विधुर की जिंदगी क्यों जियें ?



- 7- पुरानी परंपराओं, रूढ़ियों, व्यर्थ के क्रियाकांडों, अंधविश्वासों, फिजूल के दार्शनिक सिद्धांतों एवं पाखंडी धर्म-गुरुओं से आधुनिक लोग बुरी तरह थक चुके हैं। कार्ल मार्क्स के प्रभाव में करीब आधी दुनिया कम्युनिस्ट और नास्तिक हो चुकी है। शेष आधी दुनिया में भी प्राचीन धर्मों की आधारशिला डगमगा गई है। जिन शास्त्रों की मानकर लोग चल रहे थे, उन पर प्रश्नचिह्न लग गए हैं। सदियों से मान्यताप्राप्त धारणाओं की जड़े उखड़ गई हैं, अथवा शीघ्र उखड़ जाएंगी। उन पर आधारित संबंध कैसे यथावत रह सकते हैं ?
- 8- विज्ञान और तकनीकी विकास ने जीवन को अत्यंत सुविधा सम्पन्न कर दिया है। पुरानी लोग चाहते हैं कि नई पीढ़ी के लोग उनके जैसी मेहनत करें, कंजूसी से रहें। उनकी अपेक्षाएं तिथि-बाह्य हो गईं। बहू को मजा करते देखकर सास को असहनीय ईर्ष्या होती है। पोते को वर्ल्ड-टूर पर जाते देख दादाजी के प्राण छटपटाते हैं। उनके लिए यह फिजूलखर्ची बर्दाश्त के बाहर है। एक परिवार में चार संसार जी रहे हैं। एक दूसरे को समझना नामुमकिन हो गया है।
- 9- यातायात और कम्युनिकेशन के साधनों से विश्व एक छोटे से गांव जैसा बन गया है। अब कोई अपनी परंपरा बचाना चाहे तो यह संभव नहीं है। उदाहरणार्थ: कनाडा में रहने वाले सिक्खों के लाखों बच्चे कनाडा की संसति के मुताबिक बड़े हो रहे हैं। उनके मां-बाप सोचें कि वे उनकी तरह कट्टरपंथी सिक्ख बनें तो वे बड़ी भूल में हैं। अब तो वही सभ्यता बचेगी जो बचने योग्य है। उसी के अनुसार संबंध भी नया रूप लेंगे।
- 10- स्वीडन तथा अन्य कुछ समृद्ध देशों में कानूनी रूप से विवाह व्यवस्था समाप्त हो गई है। कई देशों में समलैंगिक विवाह कानूनी मान्यता प्राप्त कर चुके हैं। जनता के बहुमत से कानून बनता है। लोकतांत्रिक युग में शुभ-अशुभ

की बात गौण हो गई है। बहुमत हावी होगा, चाहे वह शुभ हो अथवा अशुभ हो।

11- गुलामों की खरीद-फरोख्त की प्रथा कब की समाप्त हो चुकी किंतु हमारे देश में अधिकांश परिवारों में नौकर या नौकरानी के संग ऐसा व्यवहार किया जाता है जैसे कि वे बाजार से कीमत चुका कर लाये गये दास या दासी हों। मालिक-गुलाम वाला पुराना रिश्ता आगे कैसे चलेगा? बुनियादी मानव अधिकारों के अनुसार एंप्लायर और एम्पलाई के रिश्ते नए रूप ले रहे हैं। भविष्य में और भी निखरने चाहिए ताकि हर इंसान का समुचित सम्मान हो।

12- शिक्षा के प्रचार-प्रसार के संग मनुष्य में विचारशीलता और तर्कशक्ति की खूब वृद्धि हुई है। पुराने जमाने में ज्ञान प्राप्ति का उपाय केवल अनुभव था। पुरानी पीढ़ी हमेशा अधिक जानकार होती थी। नई पीढ़ी उनके प्रति आदर महसूस करती थी। वह ज्ञान का सम्मान था, उम्र का नहीं। आज हालत उल्टी हो गई है। ज्ञान अनुभव से नहीं, किताबों से और इंटरनेट से मिल जाता है। अब युवक और युवतियां ज्यादा जानकार हैं। एक होशियार विद्यार्थी अपने शिक्षक से भी अधिक जानकार हो सकता है। वह अपने शिक्षकों अथवा अज्ञानी बुजुर्गों का सम्मान करने में कठिनाई महसूस करता है। गुरु-शिष्य का नाता पहले जैसा नहीं चल सकता। उसकी बुनियाद ही बदल गई है।

विनम्र निवेदन है कि हम नये युग का स्वागत करें। पुराने का मोह व आग्रह छोड़कर, यह ख्याल करें कि नया कैसे बेहतर की दिशा में आगे बढ़े? जब हमारे पूर्वज आदिवासियों की कबीले वाली व्यवस्था टूटी होगी तो उन्हें कैसा लगा होगा? फिर संयुक्त परिवार आया। करीब 5,000 वर्ष के बाद एकल परिवार आया। अब उसके भी समाप्त होने के दिन आ गए। कुछ और सुंदर व्यवस्था जन्म रही है। विराट परिवर्तन में कुछ छोटी-मोटी गलतियां भी होंगी। आने वाले समय में उनमें पुनः सुधार की जरूरत पड़ेगी। ऐसा ही पहले भी होता आया है। आज हो रहा है और भविष्य में होगा।

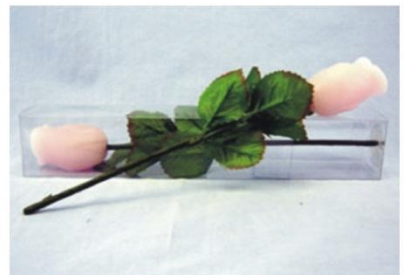
हम सब एक क्रांतिकारी मोड़ से गुजर रहे हैं। सारी मानवता को बधाई हो। उपरोक्त विषय में और विस्तार से समझने हेतु निम्नांकित पुस्तकों पर क्लिक करके आप उन्हें डाउनलोड करके पढ़ सकते हैं



Nari aur Kranti



Naye Samaaj Ki Khoj



साधकों के सवाल

स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती के जवाब

एक पुरुष के लिए, शादी करने से पहले किन 10 बातों को पता जरूर होना चाहिए ?

दस नहीं, केवल एक अत्यंत महत्वपूर्ण बात पता होनी चाहिए कि 90% लोगों का दांपत्य जीवन बहुत दुखद है।

दुख का कारणरू पारस्परिक-समझ, प्रेम एवं आपसी-सम्मान की सख्त कमी है। और ये सारे सद्गुण ध्यान (मेडिटेशन) के बिना फलते-फूलते नहीं हैं।

अत्यंत भावुक लड़के के लिए कैसी जीवन संगिनी उचित होगी प्रैक्टिकल टाइप या इमोशनल टाइप ?

जोड़ी हमेशा ऐसी होनी चाहिए कि दोनों व्यक्ति एक-दूसरे के परिपूरक हों। यदि एक "फूल" (Flower) की तरह है तो दूसरा "मूल" (Root) की तरह हो। एक आकाश में उड़े तो दूसरा जमीन पर पैर जमा कर रखे।

एक भावुक हो तो दूसरा विचारक हो। एक आलसी हो तो दूसरा कर्मठ हो। ऐसी जोड़ी सदाबहार होती है। एक दूरदर्शी+स्वप्नदर्शी हो एवं दूसरा निकटदर्शी+तथ्यदर्शी हो।

मेरे सहपाठियों कि जिंदगी का निकट से निरीक्षण करके मैंने पाया कि जिनकी जोड़ी डॉक्टर-डॉक्टर की है, वे लोग ज्यादा दुखी हैं। उनकी परस्पर ईर्ष्या का कारण प्रोफेशनल जैलेसी है। उनका अवचेतन चित्त एक-दूसरे के साथ प्रतिस्पर्धा तथा विकर्षण पैदा कर रहा है।

जैसे चुंबक के विपरीत ध्रुव एक-दूसरे को आकर्षित करते हैं ठीक इसी प्रकार विपरीत व्यक्तित्व वाले स्त्री-पुरुष आपस में ज्यादा प्रेमपूर्ण होते हैं।

अंत में निवेदन कर दूं कि जो व्यक्ति प्रेम-संबंध के संबंध में ऐसा तर्कपूर्ण एवं सैद्धांतिक सवाल पूछ रहा है, वह खुद बौद्धिक टाइप है, भावुक टाइप नहीं है। इमोशनल व्यक्ति सोच-विचार नहीं करता, प्रेम में डूब जाता है। इसीलिए तो लोग प्रेम को अंधा कहते हैं। इसलिए एक बार अपनी पर्सनैलिटी टाइप पर पुनर्विचार अवश्य कीजिए।

क्या कोई अपने आप से प्यार किये बिना जीवित रह सकता है ?

दुनिया में आश्चर्यजनक चमत्कार घट रहे हैं।

करोड़ों लोग स्वयं से प्रेम किए बगैर जी रहे हैं।

आत्म निंदा, हीन भावना, अपराध बोध, दूसरों से तुलना, ईर्ष्या, परफेक्शनिस्ट आइडिया, दूसरों को और खुद को भी सुधारने की नाकाम कोशिश, आदर्श का अनुकरण इन सारी बातों की वजह से व्यक्ति स्वयं का सम्मान नहीं करता। खुद से ही नफरत करता है। हमारे समाज, परिवार व्यवस्था, शिक्षा प्रणाली, धर्मगुरुओं, शास्त्रों और ग्रंथों का योगदान है- इस अभिशाप में।

स्वयं की आलोचना और नकारात्मक द हमारे अवचेतन मन में जड़ें जमा ली है। बहुत साहस और समझ की जरूरत है इन जड़ों को उखाड़ने के लिए।

अधूरी इच्छाएं हमारे मन और जीवन पर क्या प्रभाव डालती हैं ?

अधूरी इच्छाएं दो प्रकार के रूप धारण कर सकती हैं।

सकारात्मक रूप में वे हमें चिंतन-मनन एवं कर्म करने की प्रेरणा देती हैं। अपने लक्ष्य को हासिल करने हेतु संकल्प शक्ति जगाती हैं। सफलता प्राप्ति के लिए हमारे प्रयत्न में सातत्य बवदजपदनपजल बनाए रखती हैं।

यदि हम नकारात्मक पक्ष पर ज्यादा जोर देने लगे तो अधूरी इच्छाएं हमें निराशा, अपराध बोध, व हीन भावना की तरफ ले जाती हैं। आत्मविश्वास टूट जाता है। आलस्य उत्पन्न होता है। विल पावर और डिटरमिनेशन समाप्त हो जाता है।

क्या ओशो रजनीश चरित्रहीन थे ?

अपनी तरफ से कुछ नहीं कहता, एक अनूठी महिला द्वारा दिया उत्तर उद्धृत कर रहा हूँ--

ओशो की पिछले जन्म की माताजी, चंद्रपुर (महाराष्ट्र) की निवासी श्रीमती मदन कुवर पारेख से किसी पत्रकार ने जब ऐसा ही सवाल पूछा तो वे सहजता से मुस्कुराते हुए बोलीं--

“जिस व्यक्ति के प्रति दुनिया की लाखों स्त्रियां के हृदय में इतनी गहरी श्रद्धा है, निश्चित ही वह अलौकिक चरित्र वाला होगा।”





ध्यान-साधना में केंद्रित/ Centered होने का क्या अर्थ है ?



क्या आत्म-ज्ञान से मन और शरीर (विचार - व्यवहार) में बदलाव संभव है?(Part 1)



क्या आत्म-ज्ञान से मन और शरीर (विचार - व्यवहार) में बदलाव संभव है?(Part 2)



मणिपुर चक्र से हठयोग !!



प्रेम के झूठे सिक्के ~ जानिए झूठे प्रेम के कौन-कौन से रूप हैं ?



घृणा से ढंका है प्रेम

ब्रह्मर्षि श्री सुभाष पत्री जी ओशो को अपना बड़ा भाई कहते हैं। उन की पीएमसी हिंदी चैनल पर ओशो के छोटे भाई को साक्षात्कार हेतु निमंत्रित किया गया। देखिए



साक्षात्कार का भाग 1 निम्नांकित लिंक पर
Osho Sambodhi diwas spl interview -1



साक्षात्कार का भाग 2 उपरोक्त लिंक पर।
Osho Sambodhi diwas spl interview -2

आंचल थाम लिया है तुमने
इतना ही आधार बहुत है
नेह-नजर से देख रहे हो
इतना ही आभार बहुत है।

चाहे दूरी पर जलता हो
दीप रूप का जलता तो है
जिसे देख कर दुर्गम पथ पर
श्वास-पथिक यह चलता तो है
मेरी राहें चमकाने को
इतना ही उजियार बहुत है।

किसी सगे को तरस रहा था
मेरा एकाकीपन कब से
सारा जग अपना लगता है
तुम आए जीवन में जब से
तुम मेरे कोई अपने हो
इतना ही अधिकार बहुत है।

भीगे रहते अधर हंसी से
महका करता मन का उपवन
चहका करता प्राण-पपीहा
बरसा करता सुधि का सावन
सारी उम्र हरी रखने को
इतनी ही रसधार बहुत है।

बड़भागी मेरा मन कितना
जन्मों का वरदान मिला है
गाने को मृदु गान मिला है
पूजन को भगवान मिला है
कर चुका पाऊं न उम्र भर
इतना ही यह प्यार बहुत है।

- स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती

ओशो तुम्हारे दर पर
जीवद बदल जाते हैं
तूफां में जो बुझ रहे थे
वो दीप जल जाते हैं

जब सदगुरु की पड़ी
जादू भरी वो नजर
दिल पे सदा होता है
जादू सा कोई असर
जो फूल खिलते नहीं थे
वो फूल खिल जाते हैं

बेहोशी ये जन्मों की
तुमने हटाई प्रभु
जब से दवा होश की
तुमन पिलाई प्रभु
तब से फिसलने वाले
पल में सम्हल जाते हैं

ना जाने कैसा जादू
ओशो तुम्हें आता है
जिसको तराशा तुमने
वो भक्त बन जाता है
छूते ही अनगढ़ पत्थर
सांचे में डल जाते हैं

- स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती

प्रेम के विविध रंग -मा अमृत प्रिया

प्यार में सुख के साथ दुख क्यों मिलता है ? क्या बिना दर्द वाला प्रेम संभव नहीं है ?

एक युवती ने स्वामी जी से एक बार पूछा हे गुरुदेव, पिछले दो माह से मैं एक युवक के गहन प्रेम में हूं। प्रेम में मीठा-मीठा दर्द क्यों होता है ?

उन्होंने जवाब दिया हे देवी, अगर कड़वा होता तो तुम कब की भाग गई होती सब छोड़-छाड़ कर! मछली को फंसाने के लिए आटा लगाते हैं कि नहीं ? मछली पूछे कि कांटे में मीठा-मीठा, इतना स्वादिष्ट, लुभावना आटा क्यों लगा रहता है ? ताकि तुम कांटे में उलझ जाओ। अतः थोड़ी सी मिठास जरूरी है। विवाह होने दो, फिर दो-चार माह बीतने दो! थोड़ा धैर्य रखो, जल्दी ही सारा रहस्य खुल जाएगा। मेरे समझाने से नहीं समझ आएगा।

प्यार की मन में जोत जलाए एक जमाना बीत गया

आंसू की परवान चढ़ाए एक जमाना बीत गया।

अब क्या हमको दौरे जमाना होश दिलाएगा साकी
शायद हमको होश में आए एक जमाना बीत गया।

अहदे बहारां जोशे जवानी कुंजे गुलिस्तां तन्हाई
चांदनी रातें और दो साए एक जमाना बीत गया।

आओ अदम फिर सुंदर सुंदर मूरतियों से प्यार करें

उजले उजले धोके खाए एक जमाना बीत गया।

दिल को ढाढस देने वाले अब इतनी तकलीफ न कर

इस घर में कंदील जलाए एक जमाना बीत गया।

एक जमाना बीत जाएगा तब अक्ल आएगी, जल्दबाजी नहीं की जा सकती। थोड़ा धैर्य रखो, जल्दी ही सारा रहस्य खुल जाएगा। मेरे समझाने से नहीं समझ आएगा। अभी तो बस इतना जान लो कि इस दर्दयुक्त प्रेम से परमानंद वाले प्रेम तक की यात्रा करनी है।



प्रेम के अनेक रूप हैं। जितने निचले सोपान वाला प्रेम होगा उतना ही-ईर्ष्या-जलन उसके संग चिपके होंगे। जितने उच्च सोपान वाला प्रेम होगा, उतनी शांति-सुख-संतुष्टि की अनुभूति होगी। प्रेम का नाता भी एक इंद्रधनुष है। भिन्न-भिन्न दिखाई देने वाले रंग भी एक ही श्वेत रंग से निकले हैं। जैसे सूरज की सफेद किरण, इंद्रधनुष में सात रंग की दिखाई देने लगती है। ठीक वैसे ही हमारी जीवन ऊर्जा सात रंगों में अभिव्यक्त होती है।

सबसे पहला समझो मोहय वस्तुओं के प्रति, मकान के प्रति, सामानों के प्रति, स्थानों के प्रति जो हमारी पकड़ है वह भी प्रेम का ही एक स्थूल रूप है। उसे हम कहते हैं मोह, अटैचमेंट। यह मेरा सामान है, यह मेरा मकान, मेरी कार, मेरा फर्नीचर, मेरे गहनेय यह जो मेरे की पकड़ है वस्तुओं के ऊपर, यह सर्वाधिक निम्न कोटि का प्रेम है। लेकिन है तो वह भी प्रेम। उसे इंकार नहीं किया जा सकता है कि वह प्रेम नहीं है। वह भी प्रेम है। राजनीति पद व शक्ति के प्रति प्रेम है, लोभ धन-संपत्ति के प्रति प्रेम है।

उससे ऊपर है, दूसरे तल पर देह का प्रेम, जो कामवासना का रूप ले लेता है। तो पहला रूप हुआ वस्तुओं के प्रति प्रेम जो मोह का रूप ले लेता है और दूसरा प्रेम हुआ देह के प्रति प्रेम जो वासना का रूप ले लेता है।

तीसरा प्रेम है विचारों का, मन का प्रेम। जिसे हम कहते हैं मैत्री भाव। यहाँ देह का सवाल नहीं है। वस्तु का भी सवाल नहीं है। मन आपस में मिल गए तो मित्रता हो जाती है। मन के तल का प्रेम, विचार के तल का प्रेम दोस्ती है।

चौथा है हृदय के तल पर, जिसे हम कहते हैं--प्रीति। सामान्यतः हम इसे ही भावनात्मक प्रेम कहते हैं। उसे यहाँ बीच में रख सकते हैं, चौथे सोपान परय क्योंकि तीन रंग उसके नीचे हैं, तीन रंग उसके ऊपर हैं। तो चौथा है हृदय के तल पर प्रीति का भावय अपने बराबर वालों के साथ हृदय का जो संबंध है--भाई-भाई के बीच, पति-पत्नी के बीच, पड़ोसियों के बीच। इसके दो प्रकार और हैं--अपने से छोटे वालों के प्रति



वात्सल्य भाव है, स्नेह है। अपने से बड़े जो हैं उनके प्रति आदर का भाव हैय वे भी प्रीति के ही रूप हैं।

पांचवां, आत्मा के तल का केंद्र है इसमें भी दो प्रकार हो सकते हैं। जब हमारी चेतना का प्रेम स्वकेंद्रित होता है तो उसका नाम ध्यान है। और जब हमारी चेतना परकेंद्रित होती है उसका नाम श्रद्धा है। गुरु के प्रति प्रेम श्रद्धा बन जाता है।

चेतना के बाद छठवें तल का प्रेम घटता है जब हम ब्रह्म से, परमात्मा से परिचित होते हैं। वहाँ समाधि घटित होती है। वह भी प्रेम का एक रूप है। अतिशुद्ध रूप। अब वहाँ वस्तुएं न रहीं, देह न रही। विचारों के पार, भावनाओं के भी पार पहुंच गए। तो समाधि को कहें पराभक्ति, परमात्मा के प्रति अनुरक्ति।

उसके बाद अंतिम एवं सातवां प्रकार है--अद्वैत की अनुभूति। प्रेम गली अति सांकरी ता में दो न समाई। जब अद्वैत घटता है तो न मैं रहा, न तू रहाय न भगवान रहा, न भक्त बचा। कोई भी न बचा। वह प्रेम की पराकाष्ठा है। ये सात रंग हैं प्रेम के इंद्रधनुष के, ऐसा समझें।

सबसे पहला है मोह, वस्तुओं के प्रति। दूसरा सैक्स, देह के प्रति। तीसरा मैत्री, विचारों के प्रति। चौथा प्रीति, भावना के प्रति। पांचवां चौतन्य के प्रति प्रेम, जिसके दो रूप हो सकते हैं। जो लोग स्वकेंद्रित हैं वे ध्यान करेंगे, जो लोग परकेंद्रित हैं वे श्रद्धा में डूबेंगे। छठवां तल है परमात्मा के प्रति प्रेम, सर्वात्मा के प्रति प्रेम उसका नाम है--पराभक्ति। और सातवां है अद्वैत की अनुभूतिय यह नाता नहीं, प्रेम की पराकाष्ठा है जहाँ दो नहीं बचते। यह प्रेम की अंतिम मंजिल है जहाँ द्वैत खो गया, दुई समाप्त हो गयी। इस मंजिल के पहले कहीं भी रुकना मत।

शेष सब सीढ़ियां हैं। जब तक तुम मंजिल पर ही न पहुंच जाओ प्रेम की, तब तक कहीं भी मत रुकना। चलते चलना, चलते चलना, चरैवेति-चरैवेति। काम से राम तक की लंबी है यात्रा। अहम से ब्रह्म तक का है सफर। इसमें मध्य का पड़ाव है प्रेम। अगर तुम तीन खंडों में तोड़ना चाहो तो कह सकते हो अहम्, प्रेम, ब्रह्म। या कह लो काम, प्रेम, राम। प्रेम बीच में है। इसलिए मैंने प्रेम को चौथी सीढ़ी पर रखा उसके तीन-तीन पायदान दोनों तरफ हैं। अगर वह नीचे की तरफ गिरे तो मोह बन जाता है, कामवासना बन जाता है, दोस्ती बन जाता है। यदि वह ऊपर उठे तो ध्यान अथवा श्रद्धा बन जाता है, पराभक्ति बन जाता है और अंततः अद्वैत में ले जाता है।

जितने नीचे के तल पर आओगे उतनी ही घृणा व दर्द की मात्रा बढ़ती जाएगी, प्रेम की मात्रा कम होती जाएगी। जितने ऊपर जाओगे, घृणा व दर्द की मात्रा कम होती जाएगी, प्रेम व आनंद की मात्रा बढ़ती जाएगी।

प्रेम का शुद्धिकरण होता जाएगा। एक ही ऊर्जा का खेल है प्रेम और घृणा। सबसे निम्नतम तल पर प्रेम करीब-करीब नहीं के बराबर, घृणा ही घृणा है। जितने ऊपर जाओगे, वहाँ पर घृणा शून्य हो जाएगी, प्रेम परिपूर्ण हो जाएगा। और बीच में जिसे हम सामान्य भाषा में प्रेम कहते हैं वह चौथी सीढ़ी पर है, उसमें तो मिश्रण है फिफटी-फफटी। वहाँ जहर और अमृत आपस में घुले-मिले हुए हैं। दोनों एक साथ हैं और इस पर निर्भर करता है कि तुम स्वयं को क्या समझते हो ?

क्या तुम स्वयं को देह समझते हो ? तो तुम्हारा प्रेम कामवासना ही होगा। दूसरे से तुम उसी तल पर संबंधित हो पाओगे जिस तल पर तुम स्वयं को जानते हो। यदि तुम स्वयं को मन समझते हो तो तुम्हारा संबंध दोस्ती बनेगा। यदि तुम स्वयं को हृदय मानते हो, भावनाओं के तल पर जीते हो तब तुम्हारा प्रेम मध्य में होगा। यदि तुम स्वयं को चौतन्य समझते हो कि मैं चौतन्य हूँ, मैं साक्षी आत्मा हूँ तब तुम्हारा दूसरे से जो प्रेम होगा वह चेतना के तल पर होगा। दूसरे में तुम वही देखते हो जो स्वयं के भीतर देख पाते हो। ऐसा नहीं हो सकता कि तुम स्वयं देह केंद्रित हो और दूसरे के भीतर की चेतना को जान पाओ। यह संभव नहीं। यदि तुम स्वयं के भीतर अपनी चेतना को महसूस करते हो तो दूसरे के भीतर भी तुम चेतना को महसूस कर पाओगे। तब तुम्हारा प्रेम उच्चतर होता चला जाएगा। जब तुम अपने भीतर भगवत्ता को जान लेते हो तब तुम सारे जगत के कण-कण में उसी भगवान को पहचानते हो। तब तुम्हारा प्रेम भक्ति बन जाता है। और एक दिन वह अद्भुत घटना भी घटती है जिसका नाम बुद्धत्व है। जहाँ भक्त और भगवान का द्वैत भी मिट जाता है। फिर वहाँ कोई नाता नहीं है। नाता तो दो के बीच घटता है।

एक शब्द तुमने सुना है ब्रह्मचर्य। मैं दो नये शब्द निर्मित करना चाहता हूँ। ब्रह्म को जानकर जो चर्या है, वह ब्रह्मचर्य कहलाती है, तो अहम के तल पर जो जी रहा है उसके आचरण को कहना चाहिए अहमचर्य। और मध्य में जो है उसका नाम होना चाहिए प्रेमचर्य। तीन तरह के संबंध इस अस्तित्व से तुम्हारे हो सकते हैं अहमचर्य, प्रेमचर्य, और ब्रह्मचर्य।

और ये तीनों आपस में विपरीत नहीं हैं। ये आपस में सोपान की तरह एक दूसरे से जुड़े हुए हैं। निचले पायदान से ऊपरी पायदान तक हमें जाना है। दर्द वाले प्रेम से परमानंद वाले प्रेम तक की यात्रा करनी है।



Discourse –
प्रेम एक तीर्थ यात्रा है



Bhajan
मेरी मोहबत के तुम खुदा हो



Album
Osho Aapne Kamaal Kar diya

इस एल्बम में निम्नलिखित गीत हैं एवं उनकी लिस्टिंग
पी-डी-एफ में –

- 1- ओशो आपने कमाल कर दिया
- 2- ढोल बाजे रे
- 3- ओशो पिया आयो रे
- 4- ध्यान का मौसम आया रे
- 5- मेरी बात बन ई
- 6- ओशो के मयखाने में



Mystery Behind the Titles of Books

Hammer On The Rock

Om Mani Padme Hum...

And what is the Hum? It means nothing but emphasis. It simply means, as when you **strike a rock with a hammer** you say "**Hummmm!**" -- that is Hum. And the mystics have to **strike on the rock** of your unconscious... Hummmmm! (Notes of a Madman ,Series 2, #5))

I will have to destroy you; only then you can be reborn. I will have to be hard. I will have to be like a hammer on your rock, mm? Good.

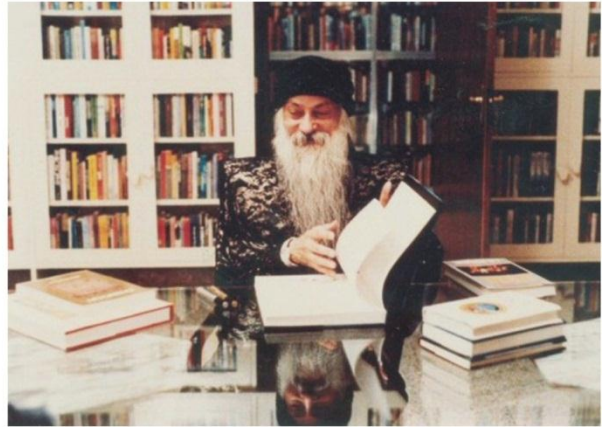
(Hammer on the Rock #6)

With a natural conscience, this sound **AUM** hitting it continually, **hammering it**, creates an inner fire. And that inner fire burns everything that has become the cause of our bondage. It burns the whole past; not only the past, it burns the whole future. Then you are in an eternity, without any past and without any future. Then you are just in the present.

Then you begin to live moment-to-moment, free - totally free, with no bondage, with no commitment with the past, with no longing, with no investment with the future. Moving moment-to-moment, totally free, spontaneous; this freedom is the longing of all religions. This freedom is the flowering of the religious phenomenon.

Why can this **constant hammering of AUM** or hoo, or any sound, create an inner fire? For two reasons: one, words are electric forces, sounds are electrical -- **every sound is electrical.**

(Thar Art Thou #26)



Heartbeat of the Absolute

The Hindu mystics have called it AUMKAR, the ultimate sound or, even better, they have called it the ANAHATA, the soundless sound -- the sound that is uncreated, the sound that has always been there, the sound of existence itself. It is surrounding you; it is within you, without you; you are made of it... This music is constantly there, you need not do anything else except listen to it. **Listening is all that meditation is about -- how to listen to that which is already there...**

Listening means hearing without mind... You will not be able to know-truth unless you have become capable of listening to the **ancient music of AUMKAR. This music is the very heartbeat of existence**; this music is the very door of existence. You will not be able to enter the temple of God -- but this music is the bridge. Only on this music, riding on this music, will you enter him. The kingdom of God is available only to those who have become capable of listening to the eternal music.

It has been heard; **I have heard it, you can hear it...** It is your birthright. (Ancient music in the pines#9)

ओशो का ओशनिक साहित्य

हर माह इस स्तंभ में हम ओशो की पुस्तकों के संदर्भ में एक परिचय देंगे।

अनहद में बिसराम

हद और अनहद

एक अदालत में मुकदमा पेश हुआ।

‘साहब, यह पाकिस्तानी है। हमारे देश में हद पार करता हुआ पकड़ा गया है।

‘तू इस बारे में कुछ कहना चाहता है?’ मजिस्ट्रेट ने पूछा।

‘मुझे क्या कहना है, सरकार! मैं खेतों में पानी लगाकर बैठा था। पपीहे के सुरीले बोल मेरे कानों में पड़े। मैं उन्हीं बोलों को सुनता चला आया। मुझे तो कहीं कोई हद नजर नहीं आई।’

सब हदें आदमी की बनाई हैं। परमात्मा तो स्वयं अनहद है! असीम है!!

उसके बोली को जो सुनने लगा, वह भी मानवीय हदों के पार निकल जाता है।

संत दरिया कहते हैं:

‘जात हमारी ब्रह्म है, माता-पिता है राम।

गिरह हमारा सुन्न में, अनहद में बिसराम।।’

परमगुरु ओशो कहते हैं:

‘एक ही बात याद रखो कि परमात्मा के सिवा न हमारी कोई माता है, न हमारा कोई पिता है। और ब्रह्म के सिवाय हमारी कोई जात नहीं। ऐसा बोध अगर हो, तो जीवन में क्रांति हो जाती है।

तो ही तुम्हारे जीवन में पहली बार धर्म के सूर्य का उदय होता है।

गिरह हमारा सुन्न में।

तब तुम्हें पता चलेगा कि शून्य में हमारा घर है। हमारा असली घर, जिसको बुद्ध ने निर्वाण कहा है, उसी को दरिया शून्य कह रहे हैं। परम शून्य में, परम शांति में, जहां लहर भी नहीं उठती, ऐसे शांत सागर में या शांत झील में, जहां कोई विचार की तरंग नहीं, वासना की कोई उमंग नहीं, जहां विचार का कोई उपद्रव नहीं, जहां शून्य संगीत बजता है, जहां अनाहत नाद गूँज रहा है वहीं हमारा घर है।

अनहद में बिसराम।

और जिसने उस शून्य को पा लिया, उसने ही विश्राम पाया। और ऐसा विश्राम जिसकी कोई हद नहीं है, जिसकी कोई सीमा नहीं है।’

ओशो की इस अमूल्य पुस्तक ‘अनहद में बिसराम’ में निम्नलिखित दस प्रवचनों को संकलन है—

विषय सूची—

प्रवचन 1 : संसार पाठशाला है

प्रवचन 2 : नास्तिकता : अनिवार्य प्रक्रिया

प्रवचन 3 : तप, ब्रह्मचर्य और सम्यक ज्ञान

प्रवचन 4 : वर्तमान क्षण की धन्यता

प्रवचन 5 : अंतःकरण का अतिक्रमण

प्रवचन 6 : ऋषि पृथ्वी के नमक हैं

प्रवचन 7 : गुरु तीर्थ हैं

प्रवचन 8 : चिंतन नहीं—मौन अनुभूति

प्रवचन 9 : पहले ध्यान—फिर सेवा

प्रवचन 10 : सत्य की उदघोषणा



Anhad Mein Bisram (book)



Anhad Mein Bisraam (Audio)

स्वस्थ रहें, मस्त रहें -स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती

1. स्वास्थ्य-सुधार हेतु आम आदमी की क्या भूमिका हो सकती है ?

लोक-स्वास्थ्य-सुधार का इतिहास तीन कालों में बँटा हुआ है-

पहला परिशोधी काल, जिसमें मुख्यतः जल, वायु, भोजन, शरीर, वस्त्र आदि की स्वच्छता का ध्यान दिया जाता था।

दूसरा कीटाणु शास्त्रसंबंधी ज्ञान का काल, जिसमें संक्रामक रोगों का वैज्ञानिक ज्ञान प्राप्त कर उनसे बचने की चेष्टा की गई।

और तीसरा सकारात्मक स्वास्थ्य का वर्तमान काल, जिसमें समस्त जनता के सर्वांगपूर्ण स्वास्थ्य में उत्तरोत्तर संवर्धन किया जाता है।

आज प्रत्येक व्यक्ति को आधुनिक चिकित्सा शास्त्र के बारे में सामान्य ज्ञान होना जरूरी है। तभी वह आयुर्विज्ञान की इन उपलब्धियों का पूरा लाभ उठा पाएगा। जरूरत पड़ने पर वह 'प्राथमिक चिकित्सा' यानि 'फर्स्ट-एड' द्वारा अपनी या किसी और की जीवन रक्षा कर पाएगा। लालची चिकित्सकों द्वारा किए जा रहे शोषण, अनावश्यक खर्चीले टेस्टों, बेवजह आपरेशनों इत्यादि से भी बच पाएगा। गरीब देशों की तो बात छोड़ो, अमीर देशों तक में पचास प्रतिशत सर्जरी अनावश्यक रूप से होती है।

सर्वांगीण लोक-स्वास्थ्य-सुधार में केवल सरकार और चिकित्सक ही जिम्मेदार नहीं, प्रत्येक नागरिक का भी महत्वपूर्ण उत्तरदायित्व है। इसी लक्ष्य को ध्यान में रखते हुए ओशो के शिष्यों ने तत्संबंधी हिन्दी साहित्य की आवश्यकता को महसूस करते हुए, 'संपूर्ण स्वास्थ्य' नामक पुस्तक रूपी प्रथम पुष्प लोक-मानस को समर्पित किया है। स्वास्थ्य-क्रांति की इस लहर में, अपने-अपने क्षेत्रों में कार्यरत चिकित्सा विशेषज्ञों का योगदान सराहनीय है।

स्वयं के, राष्ट्र के और विश्व के स्वास्थ्य-सुधार में आम आदमी की महत्वपूर्ण भूमिका निभा सकता है।

2. आपके मुताबिक कौन-सा व्यायाम सबको करना चाहिए ?

घर में सूर्य नमस्कार

बाहर तीव्र पदयात्रा

3. जिम जाने के बिना अद्भुत काया पाने के लिए हम रोज क्या कर सकते हैं ?

पैदल चलना, योगासन, प्राणायाम, ध्यान, संतुलित आहार, गहरी नींद।

4. मुझे कुछ ज्यादा ही नींद आती है। नींद न आने का क्या उपाय है ?

तीव्र गति से गहरी सांस लीजिए और छोड़िए। ऐसा प्राणायाम 3 मिनट करने से नींद दूर भागती है।

चाय अथवा कॉफी का सेवन सहयोगी है।

यदि तब भी समस्या रहे तो चिकित्सक की सलाह लीजिए--"मोडअलर्ट" नामक गोली इसी उद्देश्य से निर्मित की गई है। इसका प्रयोग कम से कम डोज में और कम से कम अवधि तक किया जाना चाहिए-अपने फैमिली फिजीशियन के निर्देशानुसार।



तुम आज मेरे संग हंस लो



आज मैंने दोस्त से पूछा – मेरी डी.पी. बहुत पुरानी हो गई है, चेंज कर डालूं क्या?
मेरी सीधी सादी पत्नी ने दोस्त से पूछा – ये डी.पी. क्या होती है?
दोस्त बोला – डी.पी. यानी धर्म पत्नी!
कह कर भाग गया...
कमीना घर में आग लगाकर चला गया।

सुबह बीवी को अप्रैल फूल बनाने के चक्कर में बोल दिया कि आज कामवाली बाई नहीं आएगी...
और वो सचमुच नहीं आई..
अब नार्को टेस्ट चल रहा है कि मुझे कैसे पता था....।

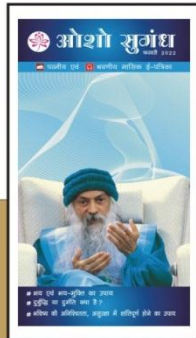
जिंदगी भर बाँडी बनाने के बाद बाँडी बिलडर रोते हुए – अब जाके पता चला बाँडी नहीं एंटीबाँडी बनानी थी...।

शादी के बाद पति और पत्नी एक ही सिक्के के दो वो मुंह बन जाते हैं जो बस एक दूसरे के सामने नहीं आ सकते पर फिर भी साथ रहते हैं।

एक दोस्त दूसरे से – भाई मेरी और प्रमिका की शादी हो रही है।
दूसरा पहले से – अरे वाह! बधाई हो! कब?
पहला दोस्त – मेरी 20जून को और उसकी 6 जुलाई को।

एक आलसी का दर्द – घर वाले मुझे सुबह-सुबह ऐसे उठाते हैं जैसे तीसरा विश्वयुद्ध शुरु हो गया है। और मैं ही एकमात्र आखरी सैनिक बचा हूँ!

टीचर – अगर रात में मच्छर काटे तो क्या करना चाहिए?
राजू – चुपचाप खुजाकर सो जाना चाहिए। क्योंकि आप कोई रजनीकांत तो हो नहीं कि मच्छर से साँरी बुलवा लोगे।



ओशो सुगंध



ओशो सुगंध ई-पत्रिका प्राप्त करनेके लिए इस लिंक को क्लिक कर के अपना संदेश छोड़क



← ओशो सुगंध ई-पत्रिका के पिछले 3 अंकों के लिए इस लिंक को क्लिक करें

#

Online Dhyan Programmes

30Apr_6May 2022

Omkar Sadhana Shivr

14-20 May2022

**Osho Vipassana
Retreat**

11-17 June 2022

**Mystics Meditation
Retreat**

8 May 2022

**Ma Amrit Priya ji's
Birthday + Osho
Fragrance Day
Celebration**

28 May - 3 June 2022

**Inner Awareness
Retreat**

17 June 2022

**Swami Shailendra Saraswati ji's
Birthday Celebration**

ONLINE + Rajneesh Dhyan Mandir,
MURSHIDPUR, Haryana

9464247452, 9311806388, 9811064442,
9466661255, 9890341020, 8889709895

25 June 1July 2022

**जस पनिहार धरे सिर
गागर**

ओशो फ्रेगरेंस के कार्यक्रमों के लिए अब आप स्वयं भी ऑनलाइन बुकिंग कर सकते हैं अन्यथा नीचे दिए गए नंबर पर फोन करके भी अपना पंजीकरण करवा सकते हैं

अगर आप अपना पंजीकरण स्वयं करना चाहते हैं तो नीचे दिए गए ZOOM बटन पर क्लिक करें।

फ़ोन - 9464247452 / 9311806388

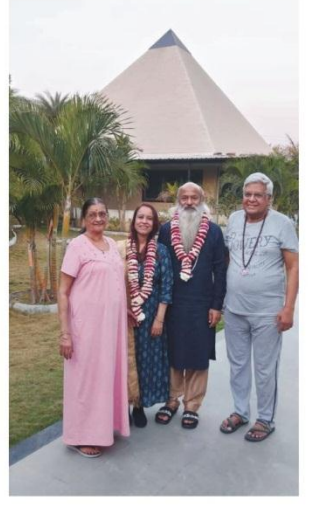


zoom





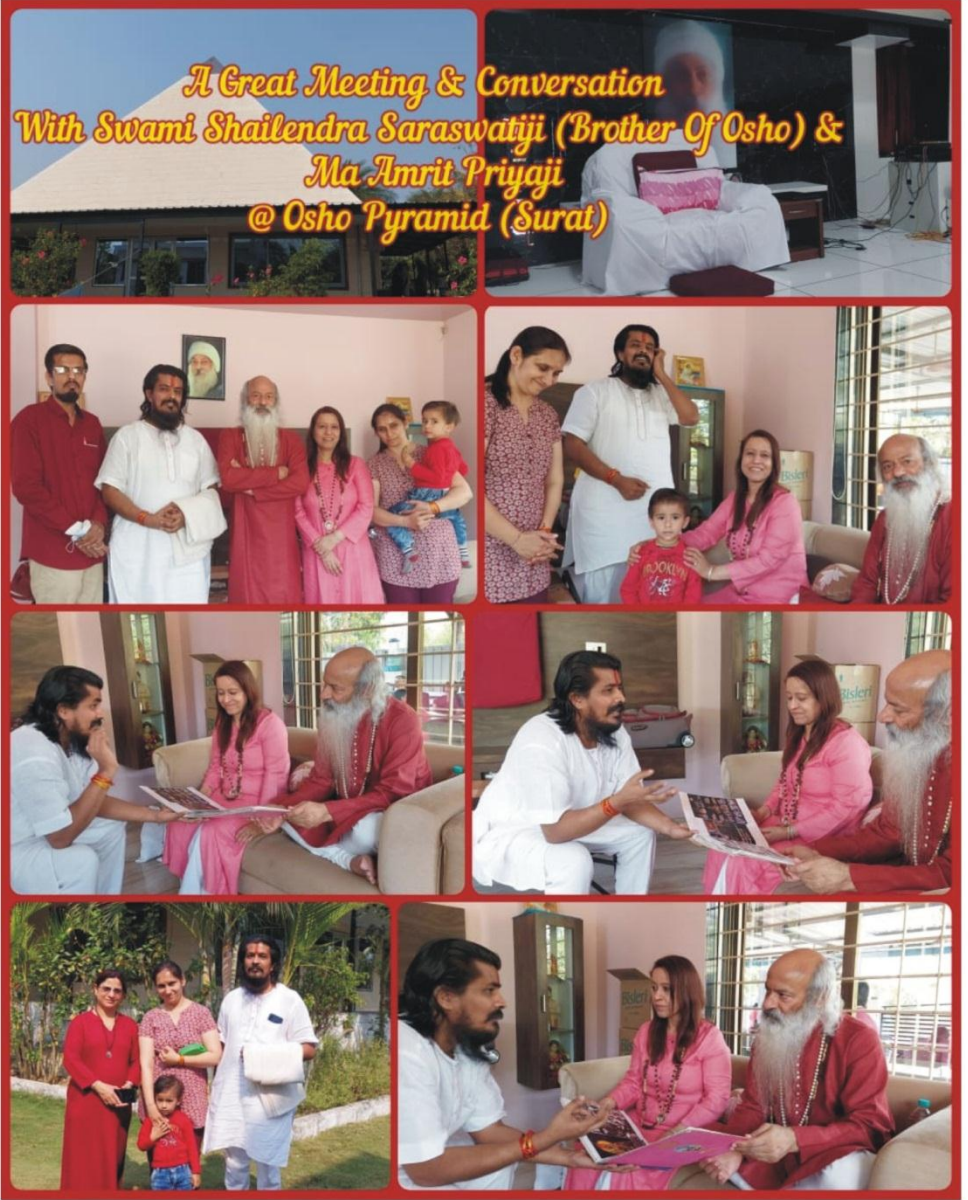
भज
गोविंदम्
साधना
शिवीर



ओशो पिरामिड, सूरत में हृदयपूर्ण स्वागत। मां अमृत प्रियाजी और स्वामी शैलेंद्र सरस्वती जी के पावन सान्निध्य में भज गोविंदम् साधना शिवीर

महाराष्ट्र से पधारे स्वामी दिगंबर जी द्वारा सत्र-संचालन सबको बहुत भाया। कनक भाई व उनके सुपुत्र मनोज जी ने व्यवस्थापन कार्यभार कुशलता से संभाला।





श्री संतराम समाधि स्थल, नडियाद (गुजरात) के सुयोगम आश्रम के स्वामी मानव भक्त जी और उनकी धर्मपत्नी श्रीमती चांदनी जी अपनी छोटी सी प्यारी पुत्री सहित ओशो पिरामिड आश्रम में मिलने आए। उन्होंने बताया कि उनके आश्रम में भी ओशो के द्वारा बताई गई समस्त ध्यान विधियों से ही साधना सिखाई जाती है। उनके साधक मैरुन रंग के गाउन पहनते हैं। यूट्यूब के माध्यम से वे ओशो फ्रेगरेंस से जुड़े रहते हैं। उन्होंने नडियाद स्थित अपनी संस्था में शिविर संचालित करने हेतु सहृदय निमंत्रण दिया है।

ओशो संबोधि दिवस महोत्सव



ओशो संबोधि दिवस महोत्सव का लाइव प्रसारण चला ढाई घंटे।

मुरशिदपुर के नव निर्मित श्री रजनीश मंदिर में आज 500 से अधिक ओशो संन्यासी एवं प्रेमीगण इस जश्न में शामिल हुए। एक हजार से ज्यादा मित्रों ने अपने घर बैठे बैठे या ध्यान केंद्र में एकत्रित होकर ऑनलाइन उत्सव मनाया।

हिमालय के सुप्रसिद्ध योगिराज अमर ज्योति जी महाराज के मधुर गायन तथा संबोधन ने कार्यक्रम में चार चांद लगा दिए। मां कंचन, मां मृणालि, मां रेणुका, मां वंदना और श्री शेखर जी की भजन प्रस्तुति मनोहारी रही।

मां अमृत प्रिया जी के दो नए भजन इस सुअवसर पर रिलीज किए गए। ओशो की अमृत वाणी का रसपान, स्वामी जगदीश भारती जी की बनाई लघु फिल्म, संन्यास दीक्षा समारोह तथा स्वामी शैलेन्द्र जी द्वारा विज्ञान भैरव तंत्र की एक गहन ध्यान विधि का प्रयोग भी संपन्न हुआ।

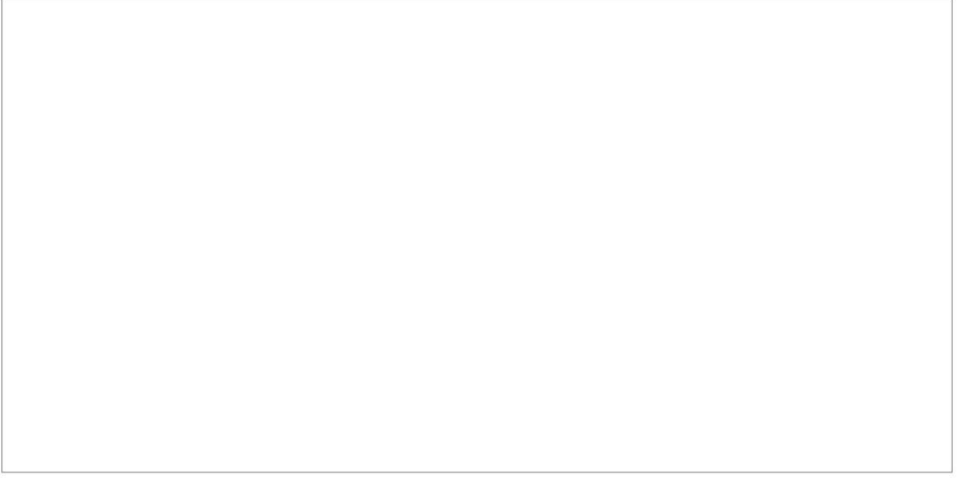
'ओशो की दिव्य उपस्थिति' का स्वाद सभी मित्रों को मिला। ओशो की प्रिय संख्या 21 में संदेश छिपा है कि चेतना की ऊंचाई से देखने पर द्वैत (2) में भी अद्वैत (1), अनेक में एक दिखाई देता है।

'जय ओशो।'

ओशो संबोधि दिवस महोत्सव



काठमांडू एयरपोर्ट पर स्वागत



अग्रवाल भवन, काठमांडू में हुए सत्संग, प्रश्नोत्तर, ध्यान प्रयोग एवं उत्सव की कुछ झलकें। आज नेपाल के दो प्रमुख टीवी चैनलों पर इंटरव्यू होगा, जिसकी लिंक बाद में उपलब्ध हो जाएंगी। तब तक इस सत्याकथा का आनंद लीजिए



Kathmandu Satsang Q&A &1



Kathmandu Satsang Q&A &2



Glimpses of Kathmandu Satsang

अधिक जानकारी व संपर्क सूत्र



Osho fragrance Numbers -

9464247452, 9311806388, 9811064442, 9466661255, 9890341020, 8889709895



Youtube page - Rajneesh Fragrance



Facebook page - Rajneesh Fragrance



Instagram - Osho Fragrance



Twitter - Rajneesh Fragrance



oMeditate App -

Osho Fragrance's Mobile App

Keep up to date with Osho Fragrance program schedules and live events. Read the latest articles, Osho books, watch the newest videos on various topics, listen to bhajans by Ma Amrit Priya Ji, and participate in guided meditation techniques.

Ask questions to our Masters Swami Shailendra Saraswati and Ma Amrit Priya. Get automatic notifications on key events and daily quotes of Osho wisdom.

Download our official Android App on google play store by searching oMeditate or by clicking on the below link-

Note: The contents are getting updated daily, please keep watching this space for more to come.

Now you can listen to Osho Fragrance Music, Discourse etc anywhere, anytime on popular platforms of Podcast like Spotify & Gaana.



Spotify -



Gaana -



Download Osho Hindi & English Books from the link -



contact@oshofragrance.org

