



ओशो सुवांछा

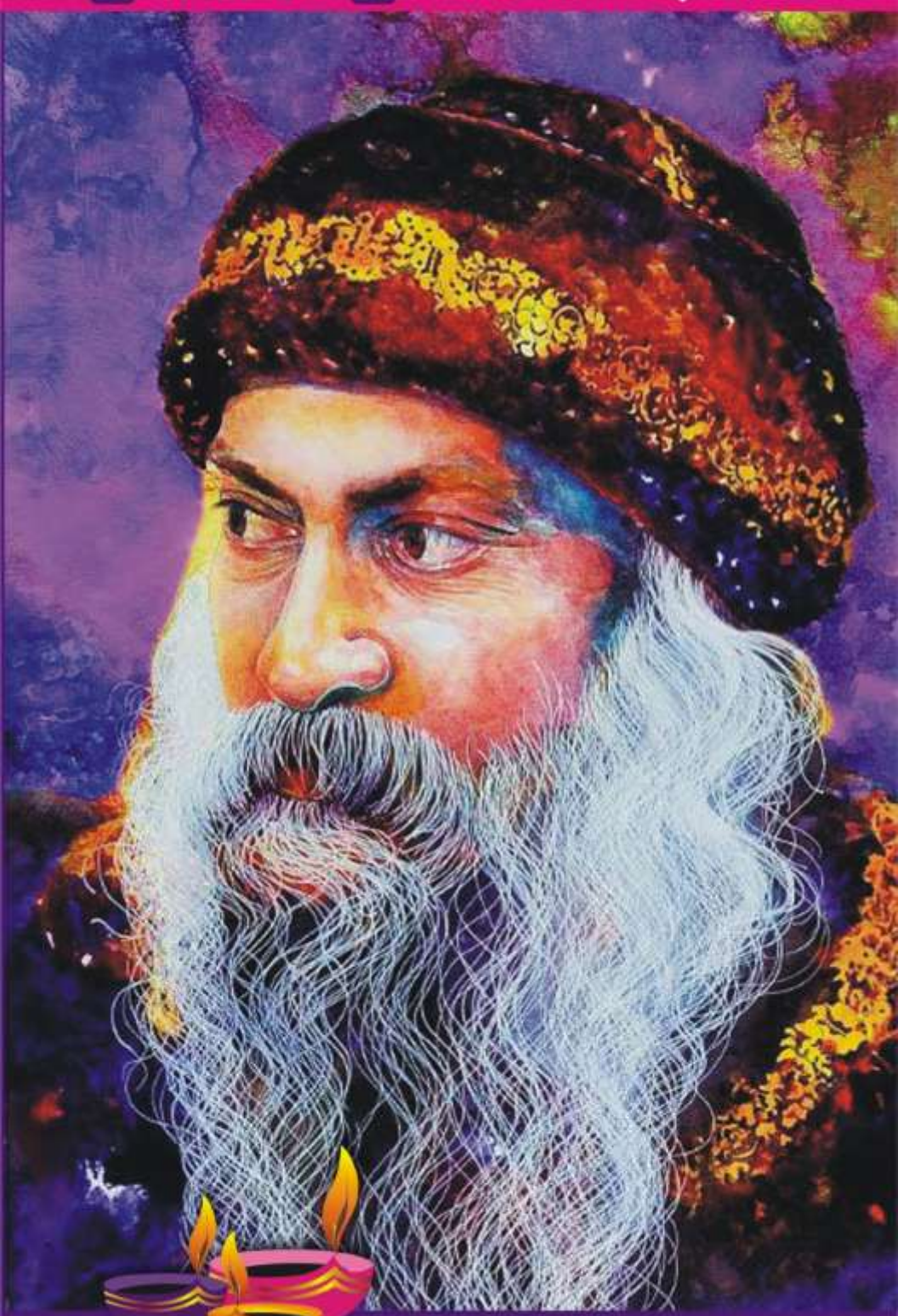
अक्टूबर 2022



पठनीय एवं



श्रवणीय मासिक ई-पत्रिका

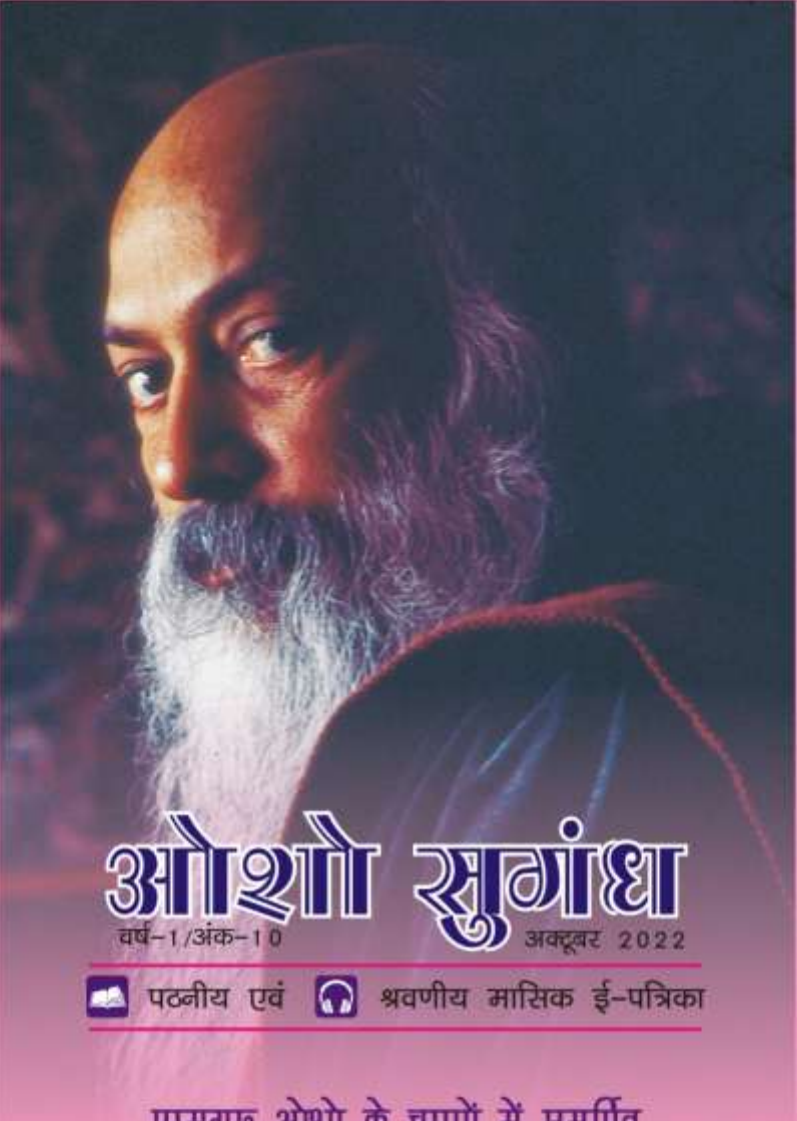


🔥 कैसे हो सच्ची दीवाली?

🔥 आंतरिक रोशनी के प्रति जागो

🔥 अंतरालोक में स्नान

🔥 महावीर को ज्ञान- दीवाली की रात



ओशो सुगंध

वर्ष-1/अंक-10

अक्टूबर 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



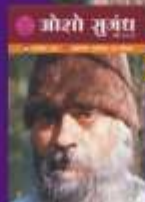
contact@oshofragrance.org

ओशो सुगंध

02 अक्टूबर 2022

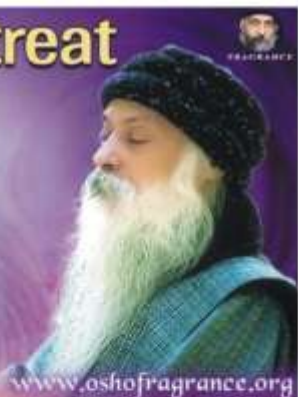
क्या आप औशो सुगंधा नियमित प्राप्त करना चाहते हैं

यह एक जीवंत पत्रिका है
नीचे दिए गए चिह्न को
स्पर्श करने से
आपका संदेश हम तक
पहुँच जाएगा
और पत्रिकाएं नियमित रूप से
आप तक
भेजने के लिए आप का
मोबाइल न.
पंजीकृत हो जाएगा।



Self-Realization Retreat

15-20
October 2022



www.oshofragrance.org

Osho Amrit Dham Ashram,
Devtal, Jabalpur, MP



Facilitated by
Swami Shalendra Saraswati
& Ma Amrit Priya

More Info:

7828184233, 8717961278

oshofragrance

RajneeshFragrance

औशो सुगंध

03 अक्टूबर 2022

ओशो सुगंधा

पठनीय एवं श्रवणीय

मासिक ई-पत्रिका की

विशेषताएं

यह एक जीवंत पत्रिका है
नीचे दर्शाए गए चिह्न 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



इस बटन को स्पर्श करते ही
आप सीधे हिंदी में क्वोरा
पर पढ़ सकते हैं

अनुक्रम

1. अंधकार =अभाव, प्रकाश=भाव	06
2. कैसे हो सच्ची दीवाली?	07
3. अंतरालोक में स्नान	10
4. आंतरिक रोशनी के प्रति जागो	11
5. गौरीशंकर ध्यान	14
6. कैसे मिटेगा मन का अंधेरा	15
7. महावीर को ज्ञान- दीवाली की रात	17
8. ज्योति-दर्शन- ओशो प्रवचनांश	18
9. आलोकित नामों के रहस्य	20
10. जिंदगी दीवाली हो जाए	21
11. अंतर्प्रकाश: काव्य या यथार्थ? स्वामी जी के जवाब (प्रश्नोत्तर)	22
12. दशहरा-दीवाली की मंगलकामनाए (हास्य-व्यंग्य कविता)	26
13. स्वस्थ रहें, मस्त रहें	29
14. Ma & Swami Shailendra's Videos	31
15. स्थितप्रज्ञ : अडोल, निष्कंप	32
16. भगवान महावीर की साधना पद्धति : ओशो की अनूठी दृष्टि	35
17. क्वोरा लिंक - ओम् की महीमा: ओशो की दृष्टि में	36
18. म्यूजिक एलबम - ओशो सजन बिन	37
19. जिंदगी की कहानी - सार गर्भित कहानी	38
20. आगामी कार्यक्रम	40
21. हास्य-विनोद	41
22. समाचार	42
23. संपर्क सूत्र	44
24. पूर्व के संस्करण	45



अंधकार = अभाव, प्रकाश = भाव

-ओशो



चूंकि प्रकाश नहीं है, इसीलिए अंधकार है। अंधकार से न लड़ें। प्रकाश को पैदा करें; केवल प्रकाश को पैदा करने का ध्यान रखें। जब प्रकाश होगा, तो अंधकार कहां होगा? किंतु आप तो सीधे लड़ सकते हैं। प्रकाश की सोचते ही नहीं, और सीधे अंधकार से लड़ना प्रारंभ कर देते हैं। किंतु आप कुछ भी करें, अंधकार नष्ट नहीं होगा। उसके विपरीत आप ही इस लड़ाई में नष्ट हो जाएंगे। आप सीधे अंधकार से कैसे लड़ सकते हैं? वह तो एक अभाव है। अंधकार का इतना ही मतलब है कि 'प्रकाश नहीं' है। अतः कृपया प्रकाश पैदा करें, अंधकार तो स्वतः नष्ट हो जाने वाला है।

-आत्म पूजा उपनिषद्, प्र-8

कैसे हो सच्ची दीवाली?

-ओशो

जीवन की कुटिया में हूं मैं बुझा हुआ सा दीपक।
 आशा के मंदिर में हूं मैं बुझा हुआ सा दीपक।
 बुझा हुआ सा दीपक हूं मैं, बुझा हुआ सा दीपक।।
 कजराएँ चौखट पर धरा हूं यूँ कुटिया में हाए।
 जैसे कोयल सीस नवा कर अंबुआ पर सो जाए।।
 जैसे श्यामा गाते-गाते कुहरे में खो जाए।
 जैसे दीपक आग में अपने-आप भस्म हो जाए।।
 विरह में जैसे आंख किसी क्वारी की पथरा जाए।
 बुझा हुआ सा दीपक हूं मैं, बुझा हुआ सा दीपक।।
 जीवन की कुटिया में हूं मैं बुझा हुआ सा दीपक।
 आत्म, हिरदय जीवन, मृत्यु, सतयुग, कलियुग, माया।
 हर रिश्ते पर मैंने अपने नूर का जाल बिछाया।।
 चारों ओर चमक कर अपनी किरनों को दौड़ाया।
 जितना दूँढा उतना खोया खोकर खाक न पाया।।
 बीत गए जुग लेकिन 'सागर' मुझ तक कोई न आया।
 बुझा हुआ सा दीपक हूं मैं, बुझा हुआ सा दीपक।।
 जीवन की कुटिया में हूं मैं बुझा हुआ सा दीपक।



आदमी एक अंधेरा है। आदमी है अमावस की रात। और दीवाली तुम बाहर कितनी ही मनाओ, भीतर का अंधेरा बाहर के दीयों से कटता नहीं, कटेगा नहीं। थोखे तुम अपने को कितने ही दो, पछताओगे अंततः। देखते हो, दीवाली हम मनाते हैं अमावस की रात! वह हमारे थोखे की कथा है। रात है अमावस की, दीयों की पंक्तियाँ जला लेते हैं। पर दीए तो होंगे बाहर। दीए तो भीतर नहीं जा सकते। बाहर की कोई प्रकाश की किरण भीतर प्रवेश नहीं कर सकती। भीतर की अमावस तो भीतर अमावस ही रहती है। बाहर की पूर्णिमा कितनी ही बनाओ, तुम तो भीतर जानते ही रहोगे कि बुझे हुए दीपक हो। तुम तो भीतर रोते ही रहोगे। तुम्हारी सब मुस्कुराहटें भी तुम्हारे आंसुओं को छुपाने में असमर्थ हैं। और छुपा भी लें तो सार क्या? मिटाने में निश्चित असमर्थ हैं।

थोखे छोड़ो! इस सीधे सत्य को स्वीकार करो कि तुम बुझे हुए दीपक हो। होने की जरूरत नहीं है। होना तुम्हारी नियति भी नहीं है। ऐसा होना ही चाहिए, ऐसा कोई भाग्य का विधान नहीं है। अपने ही कारण तुम बुझे हुए हो। अपने ही कारण चांद नहीं उगा। अपने ही कारण भीतर प्रकाश नहीं जगा। कहां भूल हो गई है? कहां चूक हो गई है?

हमारी सारी जीवन-ऊर्जा बाहर की तरफ यात्रा कर रही है। इस बहिर्यात्रा में ही हम भीतर अंधेरे में पड़े हैं। यह ऊर्जा भीतर की तरफ लौटे तो यही ऊर्जा प्रकाश बनेगी। यह ऊर्जा ही प्रकाश है। तुम्हारा सारा प्रकाश बाहर पड़ रहा है- वृक्षों पर, पर्वतों पर, पहाड़ों पर, लोगों पर। लेकिन तुम एक अपने पर अपनी रोशनी नहीं डालते। सबको देख लेते हो अपने प्रति अंधे रह जाते हो। और सबको देखने से क्या होगा? जिसने अपने को न देखा, उसने कुछ भी न देखा।

आज के सूत्र तुम्हारे भीतर का दीया कैसे जले, सच्ची दीवाली कैसे पैदा हो, कैसे तुम भीतर चांद बनो, कैसे तुम्हारे भीतर चांदनी का जन्म हो- उसके सूत्र हैं। बड़े मधु-भरे! सुंदर ने बहुत प्यारे वचन कहे हैं, पर आज के सूत्रों का कोई मुकाबला नहीं है। बहुत रस-भरे हैं, पीओगे तो जी उठोगे। ध्यान धरोगे इन पर, संभल जाओगे। डुबकी मारोगे इनमें, तो तुम जैसे हो वैसे मिट जाओगे; और तुम्हें जैसा होना चाहिए वैसे प्रकट हो जाओगे।

है दिल मैं दिलदार. . .।



जिसको तुम खोज रहे हो, तुम्हारे भीतर बैठा है। तुम्हारी खोज के कारण ही तुम उसे नहीं पा रहे हो। तुम दौड़े चले जाते हो। सारी दिशाओं में खोजते हो, थकते हो, गिरते हो। हर बार जीवन कब्र में समाप्त हो जाता है। जीवन से मिलन नहीं हो पाता। और जिसे तुम खोजने चले हो, जिस मालिक को तुम खोजने चले हो, उस मालिक ने तुम्हारे घर में बसेरा किया हुआ है। तुम जिसे खोजने चले हो, वह अतिथि नहीं है, आतिथेय है। खोजनेवाले में ही छिपा है। वह जो गंतव्य है, कहीं दूर नहीं, कहीं भिन्न नहीं, गंता की आंतरिक अवस्था है।

है दिल मैं दिलदार सही अंखियां उलटि करि ताहि चितइए।

लेकिन अगर उसे देखना हो, अगर उसके प्रति चैतन्य से भरना हो तो आंखें उलटाना सीखना पड़े। आंख उलटाना

ही ध्यान है। ध्यान साधारणतया दृश्य से जुड़ा है। ऐसा मत सोचना कि तुम्हारे पास ध्यान नहीं है। तुम्हारे पास ध्यान है- उतना ही जितना बुद्धों के पास। रत्ती-भर कम नहीं। परमात्मा किसी को कम और ज्यादा देता नहीं। उसके बादल सब पर बराबर बरसते हैं। उसका सूरज सबके लिए उगता है। उसकी आंखों में न कोई छोटा है न कोई बड़ा है। ऐसा मत सोचना कि कृष्ण को कुछ ज्यादा दिया था, कि बुद्ध को कुछ ज्यादा दिया था, कि सुंदरदास को जरूर कुछ ज्यादा दे दिया होगा- कि ये रोशन हुए, कि ये जगमगाए। न खुद जगमगाए, बल्कि इनकी जगमगाहट से और भी लोग जगमगाए। दीयों से दीए जलते चले गए। ज्योति से ज्योति जले! जरूर इन्हें कुछ ज्यादा दे दिया होगा छिपा कर; हमें दिया नहीं, हम क्या करें? नहीं; ऐसा मत सोचना।

परमात्मा की तरफ से प्रत्येक को बराबर मिला है। रत्तीभर भेद नहीं। फिर हम अंधेरे में क्यों हैं? फिर कोई बुद्ध रोशन हो जाता है और हम बुद्ध के बुद्ध क्यों रह जाते हैं। हमें जो मिला है, हमने उसे गलत से जोड़ा है। जैसे कोई सरिता मरुस्थल में खो जाए, जल तो लाए बहुत हिमालय से और मरुस्थल में खो जाए- ऐसी हमारी जीवन-ऊर्जा मरुस्थल में खोई जा रही है। बाहर विस्तार है मरुस्थल का। ध्यान तुम्हारे पास उतना ही है जितना मेरे पास। लेकिन तुमने ध्यान वस्तुओं पर लगाया है। तुमने ध्यान किसी विषय पर लगाया है। तुम्हारा ध्यान हमेशा किसी चीज पर अटका है। चीजों को गिर जाने दो- चीजों को हट जाने दो। विषय वस्तु से मुक्त हो जाओ, मात्र ध्यान को रह जाने दो, निरालंब! और आंख भीतर मुड़ जाती है।

निरालंब ध्यान का नाम समाधि। आलंबन से भरे ध्यान का नाम संसार। जब तक आलंबन है तब तक तुम बाहर जाओगे, क्योंकि आलंबन बाहर है। जब आलंबन नहीं तब तुम भीतर आओगे। कोई उपाय ही न बचा तो तुम्हें भीतर आना ही होगा। ध्यान को कहीं ठहरना ही होगा। बाहर न ठहराओगे तो अपने-आप सहज सरलता से ध्यान लौट आता है।

पुराने दिनों में जब समुद्र की लोग यात्रा करते थे और यंत्र नहीं थे जानने के, पहचानने के लिए नक्शे नहीं थे, कि हम भूमि के करीब पहुंच गए या नहीं। तो वे एक प्रयोग करते थे। हर जहाज पर कबूतर पालकर रखते थे। कबूतरों को छोड़ देते थे। अगर कबूतर न लौटते तो इसका मतलब, जमीन करीब है। उन्होंने कहीं वृक्ष पा लिए होंगे, भूमि पा ली होगी, कोई आलंबन मिल गया होगा, अब लौटने की कोई जरूरत नहीं है। अगर कबूतर लौट आते तो उसका अर्थ है कि जमीन करीब नहीं है, जमीन अभी दूर है। कबूतर को कहीं बैठना तो होगा, कहीं बसना तो होगा। अगर बाहर कोई सहारा मिल जाएगा तो वह फिर छोड़ देगा जहाज की। ऐसे थक गया होगा जहाज पर बैठ-बैठे। पानी और पानी और पानी. . .! मिल गई होगी

हरियाली, अटक गया होगा। लेकिन अगर कोई भूमि न मिले तो क्या करेगा? लौटना ही होगा, लौट आएगा वापिस।

ऐसा ही हमारा चित्त है। जब तक हम उसे बाहर भूमि दिए जाते हैं, तब तक भीतर नहीं लौटता। किसी का धन में अटका है, किसी का प्रतिष्ठा में अटका है, किसी का वस्तुओं में अटका है, किसी का संबंधों में अटका है- लेकिन मन जब तक बाहर अटका है तब तक भीतर नहीं लौटेगा। इसलिए सारे ज्ञानी कहते हैं : बाहर से तादात्म्य छोड़ो। मन को बाहर मत अटकाओ। बाहर से सारे सेतु काट दो। और तब अचानक एक प्रकांड ऊर्जा घर की तरफ वापिस लौटती है; जैसे गंगा वापिस लौट पड़े गंगोत्री में, ऐसी आंदोलनकारी घटना घटती है। तुम्हारी ही ऊर्जा जब तुम्हारे ऊपर वापिस लौटती है, रोशन हो जाते हो तुम।



ओशो सुगंध

09 अक्टूबर 2022



कोई शार्ट साइटेड (निकट दृष्टि वाला) हो जाता है, तो कोई दूरगामी दृष्टि वाला (फॉर साइटेड), हो जाता है। यदि कोई दूर ही देखता चला जाए, तो फिर वह पास में नहीं देख सकेगा। यदि वह पास ही पास देखता चला जाए, तो दूर नहीं देख सकेगा। आंखें स्थिर हो जाती हैं। वे यांत्रिक हैं। उनका लचीलापन खो जाता है। जिस तरह कि कोई निकट-दृष्टि वाला, और कोई दूर-दृष्टि वाला हो जाता है, ऐसे ही हम 'बाहर दृष्टि वाले- आउटसाइटेड' हो गए हैं। हमें अंतर्दृष्टि बढ़ानी पड़ेगी।

आपने शब्द सुना होगा- 'अंतर्दृष्टि', किंतु आपने यह शब्द 'ब्रट दृष्टि' नहीं सुना होगा। आप 'इनसाइट'- अंतर्दृष्टि शब्द से परिचित हैं, परंतु यह बेकार है जब तक कि आप 'आउट साइट', 'बहिर-दृष्टि' अर्थ नहीं समझ लेते। हम 'बहिर-दृष्टि' वाले हो गए हैं, स्थिर। अंतर्दृष्टि बढ़ानी पड़ेगी। अतः जब भी समय मिले, अपनी आंख बंद कर लें, अपने चित्त को बाहर के प्रति बंद कर लें, और भीतर प्रवेश करने का प्रयत्न करें। प्रारंभ में आप एक गहन अंधेरी रात्रि में होंगे। वहां सिवाय अंधकार के कुछ भी नहीं होगा। धैर्य न छोड़ें। रुकें और देखें, और धीरे-धीरे अंधकार कम होता जाएगा और आप बहुत-सी भीतरी घटनाएं अनुभव करेंगे। और जब आप आंतरिक संसार के प्रति सजग होंगे, केवल तभी आप यह जान सकेंगे उस स्रोत को जहां से प्रकाश आ रहा है। तब आप उस स्रोत में प्रवेश कर जाएं। इसे ही उपनिषद 'स्नान' कह रहा है।

मनुष्य का मन कितना मूर्ख है! हम हर बात को क्रियाकांड बना देते हैं, और महत्व खो जाता है। तब फिर केवल मूर्खतापूर्ण क्रिया-कांड बच रहते हैं। इसलिए जब हम मंदिर जाते हैं, तो स्नान कर लेते हैं। वहां न तो कोई मंदिर है, और न स्नान ही। मंदिर तो भीतर है और स्नान भी वहीं होता है। और यह स्नान, उपनिषद कहते कि अंतरालोक में स्नान है।

- आत्म पूजा उपनिषद, प्र-11



दो यात्रायें हैं प्रकाश की: या बाहर की तरफ, या भीतर की तरफ। और जो गहनतम घटना घटती है, वह यह है, कि जैसे ही प्रकाश भीतर आना शुरू होता है, जैसे ही तुम आंख बन्द करते हो और ध्यान भीतर आता है...

कब आयेगा ध्यान भीतर? जब बाहर कोई वासना न हो। वासना ध्यान को आकर्षित करती है। वह ध्यान का ऑब्जेक्ट है, विषय—वस्तु बन जाती है। उपवास करो, भोजन पर ध्यान जायेगा। कभी नहीं जाता था भोजन पर। उपवास के दिन भोजन पर जायेगा। मंदिर में बैठो, ध्यान दूकान पर जायेगा। क्यों ऐसा होता है! जिस चीज की भी मौन में वासना है, चाह है, जब तुम उसे छोड़ते हो, तो वह सारी प्रगाढ़ता से ध्यान को आकर्षित करती है। आंख बन्द करते हो, भीतर ध्यान क्यों नहीं जाता! क्योंकि अभी बाहर चाह कायम है। निर्वासना हुए बिना ध्यान न होगा।

क्या करोगे? साधु सन्त समझाते हैं, वासना छोड़ो। काश, इतना आसान होता! यह ऐसे ही है, जैसे किसी को बुखार चढ़ा है, तुम बड़े ज्ञानी हो, उसे कहो, 'बुखार छोड़ो। औषधि बताओ कुछ।' यह तो वह भी चाहता है, कि बुखार छोड़ दे। लेकिन छोड़े कैसे? तुम कितने ही कहो कि, तुम्हीं बुखार को पकड़े हुए हो, बुखार तुम्हें नहीं पकड़े हुए है। फिर भी वह कहेगा कि मैं क्या करूँ? कैसे छोड़ूँ? बुखार है, औषधि चाहिए।

क्या है औषधि? इस संसार से चाह टूट जाय। एक ही औषधि मैं अनुभव कर पाता हूँ। और वह यह है, कि तुम बहुत सजगता से संसार को भोगो। बेहोशी में भोगोगे, यह संसार कभी भी तुमसे छूटेगा न। तुम सजगता से भोगो। जहां जहां संसार कहे यहां रस है, वहां वहां जाओ, वहां वहां पूरा ध्यान लगा दो। भूल जाओ परमात्मा को, भूल जाओ आत्मा को भूल जाओ सदगुरुओं को, शास्त्रों को। पूरा ध्यान वहां लगा दो और पूरे ध्यान से भोग लो। जिस चीज को तुम पूरे ध्यान से भोग लोगे, वही व्यर्थ हो जायेगी। सार्थकता वहां है नहीं। संसार को व्यर्थ करो, संसार को चुका दो, तुम अचाह से भर जाओगे।

और जब अचाह होगी, तब भीतर ध्यान ले जाने में क्या अड़चन है! अड़चन खतम हो गई। बाधा कोई न रही। तब बिना विधि के भी ध्यान भीतर जाता है। विधियों की तो जरूरत

इसीलिए है, क्योंकि तुम बिल्कुल अस्तव्यस्त हो। तब तुम आंख बन्द करो, ध्यान भीतर जाता है। आंख खोलो, ध्यान बाहर जाता है। हाथ से किसी को छुओ, स्पर्श दूसरे को मिलता है। मत छुओ, थिर बैठ जाओ, खुद का स्पर्श शुरु हो जाता है। इतना ही सहज है। लेकिन चाह टूट जाय। और चाह के टूटने का ढग है, औषधि है, कि चाह को ध्यानपूर्वक भोग करो ध्यान पूर्वक, स्त्री से छुटकारा हो जायेगा, पुरुष से छुटकारा हो जायेगा। भोजन करों ध्यानपूर्वक, स्वाद से मुक्ति हो जायेगी। सौंदर्य को देखो ध्यानपूर्वक, सौंदर्य समाप्त हो जायेगा। सुख को देखो गौर से, सुख खो जायेगा। दुःख को देखो गौर से, दुःख खो जायेगा। जैसे जैसे बाहर की चीजें व्यर्थ होंगी, वैसे वैसे दीये के नीचे जो अंधेरा है, वह मिटेगा, रोशनी आयेगी और जिस दिन दीये के नीचे का अंधेरा मिट जाता है, उस दिन आत्मज्ञान।

बुद्ध ने मरते समय जो अन्तिम शब्द कहे हैं, वे हैं "अप्पदीपो भव।" आनन्द ने पूछा, "अब हम क्या करेंगे? तुम हमारे दीये थे। तुम्हारी रोशनी से हम चलते थे। तुम प्रकाश थे, तो अंधेरा न था। अब रात अंधेरी हो जायेगी, अब हम भटकेंगे। हम तुम्हारे प्रकाश में भी न पहुंच पाये, हम तुम्हारे बिना कैसे पहुंचेंगे? तुम बुझे जा रहे हो, हमारा क्या होगा!" बुद्ध ने कहा—"अप्पदीपो भव। अपने दीये बनो, आनन्द।"

और दूसरे की रोशनी से कोई कभी नहीं पहुंचा है। क्योंकि दूसरे की रोशनी भी बाहर पड़ सकती है। तुम्हारे भीतर तो सिर्फ तुम्हारी रोशनी ही पड़ सकती है। मैं कितना ही प्रकाश करूं वह तुम्हारे चारों तरफ होगा। तुम्हारे भीतर नहीं जा सकता। मैं कितना ही समझाऊं वह समझ तुम्हारे चारों तरफ से तुम्हें घेर लेगी, तुम्हारा वातावरण बन जायेगी। तुम्हारे चारों तरफ एक आभा का मंडल बन जायेगी, लेकिन भीतर नहीं जायेगी। भीतर तो तुम्हारा ही ज्ञान स्फुरित होगा। तुम्हारी ही आत्मा जलेगी। तुम्हारा ही दीया जलेगा तभी। वह दीया जल ही रहा है, सिर्फ उसके नीचे अंधेरा है।

अंधेरे के कारण मैंने तुम्हें बताये। एक एक कारण को तोड़ते चलो। सबसे बड़ा कारण यह है, कि तुम्हारा रस अभी संसार में कायम है। तो मैं नहीं कहूंगा तुमसे, कि रस कायम रहते हुए तुम भीतर मुड़ो। तुम कभी न मुड़ पाओगे। तुम इस रस को विरस कर डालो। और विरस करने का मेरा प्रयोग बिल्कुल भिन्न है, जो तुम्हें दूसरों ने समझाया है। दूसरों ने समझाया, कि विरस कर डालो मतलब, समझो ऐसा, कि इसमें कोई रस नहीं है। विचार करो, इसमें कोई रस नहीं है। मैं तुमसे नहीं कहता, कि विचार करो। मैं कहता हूँ ध्यान करो। सोचो मत, कि रस नहीं है, सिर्फ ध्यान को गड़ा कर देखो। अगर रस है, तो मिल जायेगा। रस तो मिल जायेगा। अब तक संसार में जिन्होंने ध्यान से देखा, जिन्होंने बाहर ध्यान से देखा उन्होंने पाया यह कि वहां सब असार है।

यह असार की प्रतीति तुम्हारी अन्तर्यात्रा का द्वार बन जाती है। रोशनी भीतर आ जाय, तुम रोशनी के एक भीतर वर्तुल बन जाओ, फिर तुम्हारे जीवन में कुछ गलत न होगा। तुम जो भी करोगे वह ठीक। लोग कहते हैं कि साधु वह है, जो ठीक करता है। जो ठीक करता है सब काम, जिसका सब व्यवहार सम्यक है, वह साधु है।

मैं नहीं कहता। मैं तो कहता हूँ, साधु जो करता है, वही सम्यक व्यवहार है। वही ठीक ठीक व्यवहार है। व्यवहार से कोई साधु नहीं होता, साधु से व्यवहार जन्मता है। आचरण तो तुम ठीक ठीक कर सकते हो बिल्कुल राम जैसा, लेकिन तुम राम न हो जाओगे। तुम ज्यादा से ज्यादा रामलीला के राम रहोगे। यही तो बेचैनी है इतने साधु संत हैं, इतने राम कृष्ण चारों तरफ मौजूद हैं, उनमें अधिकतर अभिनेता हैं। उनकी मंच बड़ी है। वे किसी थियेटर में नहीं कर रहे हैं काम, लेकिन थियेटर में हैं। आचरण में सब कुछ है। भीतर वे भी परेशान हैं। साध लिया है सब, जैसे तोते ने कंठस्थ कर लिया हो।

तुमने अपनी चेतना का कोई उपयोग किया पकड़ने में! तुमने अपनी तरफ से जीवन को कुछ साधा! या जो सुना, अंधे की तरह तुम उसके पीछे चले गये? तुम बिल्कुल उधार हो। और इस उधारी से तुम्हारे भीतर बड़ा अन्धकार है। न चिन्ता करो आचरण की, न चिन्ता करो

व्यवहार की, न चिन्ता करो विचार की, चिन्ता करो सिर्फ ध्यान की। क्योंकि उस एक के साधने से सब साध लिया जायेगा। जैसे माला के भीतर धागा है। उस एक को पकड़ लो, सब पकड़ में आ जायेगा।

कहां से पकड़ोगे?—जहां तुम हो। अभी तुम बाहर हो, वहीं ध्यान करो। भोजन को ध्यान बना लो, भोग को ध्यान बना लो, धन को ध्यान बना लो, क्रोध को ध्यान बना लो। लोभी हो, जहां हो, वहीं ध्यान को लगा दो। और तुम बड़े चकित होओगे। क्रोध से ध्यान जोड़ा, कि क्रोध समाप्त हो जाता है, ध्यान ही रह जाता है। लोभ से ध्यान जोड़ा, लोभ समाप्त हो जाता है ध्यान ही रह जाता है। संसार में ही ध्यान करते तुम पाओगे कि संसार खो गया, ध्यान रह गया। जैसे ही ध्यान बचता है अन्तर्यात्रा शुरु हो जाती है। दीये के नीचे का अंधेरा मिट जाता है। पहुंच जाते हो तुम उस जगह, जहां हजारों सूर्य एक साथ उदित हो रहे हैं। और जो कभी डूबते नहीं, जिनका कोई अस्त नहीं है। तुम्हारे भीतर परम सूर्योदय छिपा है।

— दीया तले अंधेरा, प्र-1



भक्ति साधना शिविर

30 अक्टूबर -
3 नवंबर 2022

WWW.OSHOFRAGRANCE.ORG

स्वामी शैलेंद्र सरस्वती मा अमृत प्रिया

स्थान:-

ओशो आश्रम, सौराहा, चितवन, नेपाल

अधिक जानकारी के लिए स्पर्क करें - 00-977-9851074126,
00-977-9849992957, 00-977-9841522443

rajneeshfragrance @ f oshofragrance

ओशो सुगंध

13 अक्टूबर 2022



रात्रि के इस ध्यान में 15-15 मिनट के चार चरण हैं। तीसरे चरण में घटने वाले सहज लातिहान के लिये पहले 2 चरण भूमिका का कार्य करते हैं। यदि पहले चरण में श्वसन प्रक्रिया सही ढंग से की जाये तो रक्त-प्रवाह में पैदा हुई कार्बन डायआक्साइड आपको गौरीशंकर के शिखर का अनुभव देगी।

पहला चरण : १५ मिनट

आंखें बंद करके बैठ जाएं। नाक से गहरी श्वास लेकर फेफड़ों को भर लें। श्वास को जितनी देर बन पड़े रोके रखें, तब धीरे-धीरे मुख के द्वारा श्वास को बाहर छोड़ दें और जितनी देर संभव हो फेफड़ों को खाली रखें। फिर नाक से श्वास भीतर लें और पूरी प्रक्रिया को दोहराएं। पहले चरण में पूरे समय इस श्वास की प्रक्रिया को जारी रखें।

दूसरा चरण : १५ मिनट

सामान्य श्वास प्रक्रिया पर लौट आएँ और किसी मोमबत्ती की लौ अथवा जलते-बुझते नीले प्रकाश को सौम्यता से देखते रहें। अपने शरीर को स्थिर रखें।

तीसरा चरण : १५ मिनट

आंखें बंद रखे हुए ही, खड़े हो जाएँ और अपने शरीर को शिथिल एवं ग्रहणशील हो जाने दें। आपके सामान्य नियंत्रण के पार शरीर को गतिशील करती हुई सूक्ष्म ऊर्जाओं की अनुभूति होगी। इस लातिहान को होने दें। आप गति न करें, गति को सौम्यता से और प्रसादपूर्वक स्वयं ही होने दें।

चौथा चरण : १५ मिनट

आंखें बंद किए हुए ही, शांत और स्थिर होकर लेट जाएँ।



निर्देश

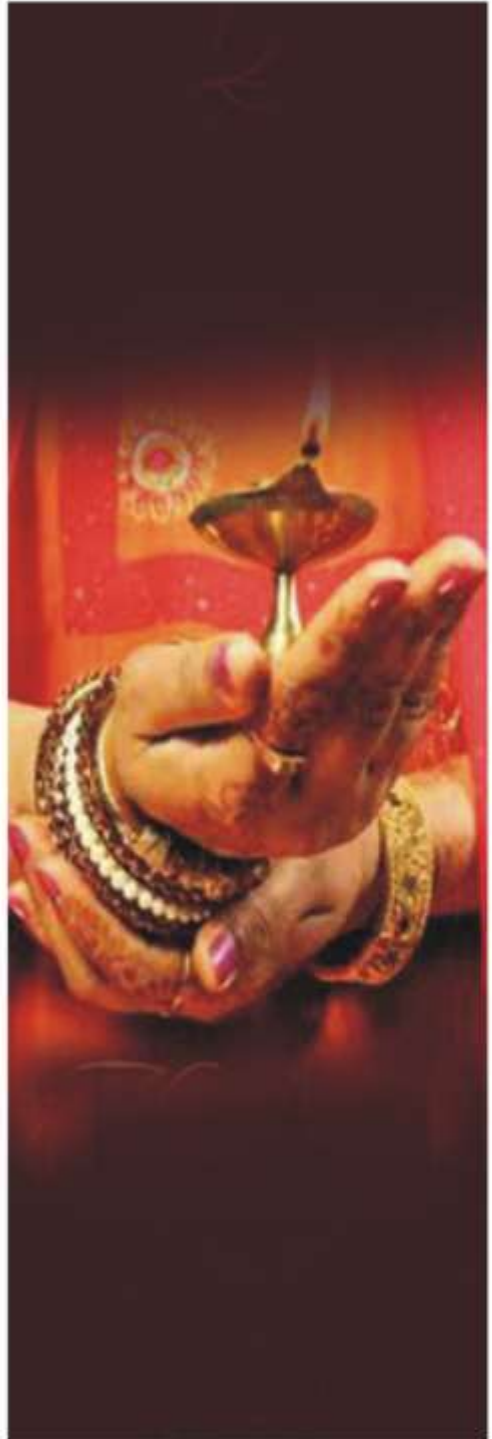


ध्यान

कैसे मिटेगा मन का अंधेरा

-ओशो

दिए से मिटेगा न मन का अंधेरा
 धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!
 बहुत बार आयी गयी यह दिवाली
 मगर तक जहां था वही पर खड़ा है,
 बहुत बार लौ जल-बुझी पर अभी तक
 कफन रात का हर चमन पर पड़ा है,
 न फिर सूर्य रूटे, न फिर स्वप्न टूटे
 ऊषा को जगाओ, निशा को सुलाओ!
 दिये को मिटेगा न मन का अंधेरा
 धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!
 सृजन शांति के वास्ते है जरूरी
 कि हर द्वार पर रोशनी गीत गाए
 तभी मुक्ति का यज्ञ यह पूर्ण होगा,
 कि जब प्यार तलवार से जीत जाए,
 घृणा बक्ष रही है, अमा चढ़ रही है
 मनुज को जिलाओ, दनुज को मिटाओ!
 दिए से मिटेगा न मन का अंधेरा
 धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!
 बड़े वेगमय पंख हैं रोशनी के
 न वह बंद रहती किसी के भवन में,
 किया कैद जिसने उसे शक्ति छल से
 स्वयं उड़ गया वह धुआं बन पवन में,
 न मेरा तुम्हारा, सभी का प्रहर यह
 इसे भी बुलाओ, उसे भी बुलाओ!
 दिए से मिटेगा न मन का अंधेरा
 धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!
 मगर चाहते तुम कि सारा उजाला
 रहे दास बनकर सदा को तुम्हारा,
 नहीं जानते फूस के गेह में पर
 बुलाता सुबह किस तरह से अंगारा,
 न फिर अग्नि कोई रचे रास इससे
 सभी रो रहे आंसुओं को हंसाओ!
 दिए से मिटेगा न मन का अंधेरा
 धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!
 बड़ा महाउपक्रम करना है!
 दिए से मिटेगा न मन का अंधेरा
 धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!



ऐसा महा उपक्रम करना है, जैसे कोई जमीन को उठो, गगन को झुकाए! यह कोई छोटे-मोटे सूर्यों से मिटने वाला अंधेरा नहीं है। यह बाहर की दीवालियां काम नहीं आएंगी। लेकिन आदमी बड़ा बेईमान है। भीतर की दीवालियां से बचने के लिए बाहर की दीवालियां मनाता है।



जैन-शास्त्र कहते हैं: दीवाली का जन्म हुआ महावीर की महा उपलब्धि के कारण। दीवाली की अमावस की रात महावीर को परम ज्ञान हुआ, संबोधि मिली, समाधि मिली, भीतर का दीया जगा, सूरज ऊगा; अनंत-अनंत काल का अंधेरा कटा, रात कभी, प्रभात हुआ। लेकिन हमने क्या किया? हमने बाहर मिट्टी के दीए जला लिए— उत्सव में। अगर महावीर से सच में कोई लगाव हो तो भीतर का दीया जलाओ, बाहर की दीवाली से क्या होगा? महावीर ने कोई बाहर का दीया नहीं जलाया था। सुबह हो जाने पर, अमावस की दीवाली की रात के बीत जाने पर जैन-मंदिरों में निर्वाण लाडू चढ़ाए जाते हैं। निर्वाण-लाडू! निर्वाण के लडू! क्योंकि महावीर को निर्वाण उपलब्ध हो गया, बांटो लडू! महावीर को तो भीतर अमृत का स्वाद मिला और तुम बूंदी के लडू बांट कर कर तृप्त हो रहे हो! और उनका नाम दे रहे हो— निर्वाण-लाडू! थोड़ी शर्म तो खाओ! थोड़ा संकोच तो करो! थोड़ा शर्माओ! महावीर का जागा भीतर का सूरज, तुमने जला दिए बाहर दीये। महावीर को मिला भीतर की मिठासबसा अमृत और तुम निर्वाण-लाडू बांट रहे हो! तुम कब तक अपने को धोखा दिए जाओगे? नहीं...

दिए से मिटेगा न मन का अंधेरा
धरा को उठाओ, गगन को झुकाओ!

कुछ बड़ा उपक्रम करना होगा। क्या है बड़ा से बड़ा उपक्रम इस जगत में? धरा को उठाने और गगन को झुकाने से बड़ी बात इस दुनिया में क्या है? अपने को मिटाओ! यह मैं-भाव जाने दो! यही पर्दा है। यही ओट है। यही दीवाल है। इसे गिरा दो और रोशनी ही रोशनी हो। रोशनी तुम्हारा स्वभाव है।

—दरिया कहै शब्द निरबाना— 7



महावीर को ज्ञान- दीवाली की रात

-ओशो

बुद्ध के जीवन में प्यारी कथा है। कथा ही होगी; ऐतिहासिक होने की संभावना कम है। ऐतिहासिक हो भी सकती है; मगर संयोगमात्र, अगर इतिहास ऐसा हुआ हो। बुद्ध पूर्णिमा के दिन ही पैदा हुए, पूर्णिमा के दिन ही ज्ञान को उपलब्ध हुए, और पूर्णिमा के दिन ही उनकी मृत्यु हुई। मान कर चलें कि कथा होगी। ऐसा संयोग मुश्किल से मिलता है कि उसी दिन जन्मे, उसी दिन ज्ञान उपलब्ध हो, उसी दिन मृत्यु हो। मगर हो भी सकता है, कभी करोड़ में एक-आध आदमी के लिए यह हो भी सकता है। पर वह बात गौण है; इतिहास मूल्यवान नहीं है, छिपी हुई बात गहरी है। पूर्णिमा ही है जागे हुए को। फिर जन्म हो, जीवन हो, जागरण हो, मृत्यु हो, कुछ भी हो- जागे हुए को पूर्णिमा ही है।



महावीर के जीवन में दूसरा प्रतीक है। महावीर को ज्ञान अमावस की रात उत्पन्न हुआ-

दीवाली की रात। जैनों का प्रतीक दीवाली के संबंध में हिंदुओं के प्रतीक से ज्यादा गहरा और ज्यादा प्यारा है। हिंदुओं की मान्यता है कि चूंकि राम लंका को जीत कर लौटे, रावण को जीत कर लौटे, उसकी खुशी में दीपावली मनायी गयी। यह विजय यात्रा बहुत बड़ी विजय यात्रा नहीं। जैनों का प्रतीक ज्यादा सार्थक मालूम होता है- महावीर निर्वाण को उपलब्ध हुए। अमावस की रात महावीर के लिए अचानक पूर्णिमा की रात हो गयी। इसलिए मैं कहता हूँ यह प्रतीक बुद्ध के प्रतीक से भी ज्यादा महत्वपूर्ण है, अमावस की रात एकदम पूर्णिमा की रात हो गयी!

हम क्या करें? हमारे पास और तो कोई उपाय नहीं, तो हमने बहुत दीये जलाये। और हम क्या कर सकते थे? अंधे लोग... भीतर के दीयों का तो हमें पता नहीं। महावीर के लिए अचानक अमावस की रात पूर्णिमा हो गयी; हम क्या करते, हम इस प्रतीक को कैसे समझालते? तो हमने खूब दीये जलाये। हमने बाहर रोशनी करने की कोशिश की। बाहर की रोशनी, महावीर के लिए जो भीतर की रोशनी बनी थी, उसका इंगित है, उसका इशारा है। बाहर के दीये तो जलेंगे और बुझ जाएंगे। दीवाली आयेगी और चली जायेगी; लेकिन महावीर का जो दीया जला, फिर नहीं बुझा। वह दिया बुझने वाला नहीं है।

तुम बाहर की दीवालियां बहुत मना चुके, अब भीतर की दीवाली मनाओ। वहां अंधेरा तोड़ना है, और वहां अंधेरा टूट सकता है। तुम हकदार हो तोड़ने के। तुम्हारा अधिकार है तोड़ना। न तोड़ो, तो तुम्हारे अतिरिक्त और कोई जिम्मेवार नहीं। किसी और की शिकायत मत करना, और किसी और पर दायित्व मत टालना कि ऐसा हो गया, ऐसा हो गया, इसलिए न तोड़ पाये; कि ऐसी परिस्थिति न बनी इसलिए नहीं तोड़ पाये। परिस्थिति रोज बन रही है तोड़ने की, तुम झुठलाये जाते हो, इंकार किये जाते हो परिस्थिति को; यह बात दूसरी है। तुम्हारे द्वार पर भी बुद्धों ने दस्तक दी है। और तुम्हारे द्वार पर भी गोरख ने अलख जगायी है। तुम सुनते ही नहीं।

- मरौं हे जोगी मरौं-19





इस संकलन में परमगुरु ओशो के निम्नलिखित 40 प्रवचनांश संकलित हैं, जो आंतरिक प्रकाश को जानने से संबंधित हैं। चार प्रवचनांश अंग्रेजी व्याख्यानमालाओं से भी लिए गए हैं। अंतस प्रकाश को जानने वाले साधकों को निर्देश दिया जाता है कि क्रमशः इन्हें अवश्य सुनें-गुनें। जैसे-जैसे साधक की समझ बढ़ती है, वैसे-वैसे समाधि में अनुभव की गहराई भी। तथा जैसे-जैसे अनुभूति प्रगाढ़ होने लगती है, वैसे-वैसे समझ और स्पष्ट होती जाती है। दोनों अन्वोन्याश्रित हैं।

मजेदार घटना प्रायः देखने में आती है—कुछ पाठकों को केवल पढ़ने का, कुछ श्रोताओं को केवल सुनने का, एवं कुछ साधकों को केवल साधना करने का शौक होता है। इन सबमें सदा अपूर्णता बनी रहती है। यदि कोई पाकशास्त्र अर्थात् कुकिंग बुक पढ़ता रहे और कभी रसोई गृह में जाकर भोजन न पकाए, भूखा रहे; तो क्या उसे पागल नहीं कहेंगे? और यदि कोई भोजन की रेसेपी और पकाने की विधि समझे बगैर ही सीधा किचिन में घुसकर खाना पकाने लगे, तो क्या वह स्वादिष्ट व्यंजन बना पाएगा? कतई नहीं।

ठीक ऐसी ही आत्मा की भूख, चेतना की प्यास को तृप्त करने के लिए प्रज्ञा और अनुभूति, दोनों की मदद चाहिए। गौतम बुद्ध अपने प्रसिद्ध ग्रंथ धम्मपद में कहते हैं कि प्रज्ञा, समाधि और निर्वाण आपस में संयुक्त हैं—

प्रज्ञा और जहां समाधि घटती है, वहीं तुम्हारे भीतर अंतःप्रज्ञा का दीया जलता है।

'प्रज्ञाहीन मनुष्य को ध्यान नहीं होता है, ध्यान न करने वाले को प्रज्ञा नहीं होती है। जिसमें ध्यान और प्रज्ञा हैं, वही निर्वाण के समीप है।'

ये दो शब्द बड़े बहुमूल्य हैं—ध्यान और प्रज्ञा। ऐसा समझो कि दीया जलाया। तो दीए का जलना तो ध्यान है। और फिर जो रोशनी दीए की चारों तरफ फैलती है, वह प्रज्ञा। ये संयुक्त हैं।

इसलिए बुद्ध कहते हैं—'प्रज्ञाहीन मनुष्य को ध्यान नहीं होता।' क्योंकि ऐसी तुमने कोई ज्योति देखी, जिसमें प्रभा न हो? बिना प्रभा के ज्योति कैसे होगी! प्रभाहीन ज्योति नहीं होती। जहां दीया जलेगा, वहां रोशनी भी होगी। ऐसा नहीं हो सकता कि दीया जले और रोशनी न हो। इससे उलटा भी नहीं हो सकता कि रोशनी हो और दीया न जले।

इसलिए बुद्ध कहते हैं—'प्रज्ञाहीन मनुष्य को ध्यान नहीं और ध्यान न करने वाले को प्रज्ञा नहीं।' ध्यान और प्रज्ञा ऐसे ही जुड़े हैं, जैसे मुरगी और अंडा। बिना मुरगी के अंडा नहीं; बिना अंडे के मुरगी नहीं। इसलिए बुद्ध कहते हैं कि तुम यह मत पूछो कि पहले क्या, पीछे क्या? वे दोनों साथ-साथ हैं। संयुक्त हैं। युगपत घटते हैं।

'जिसमें ध्यान और प्रज्ञा हैं, वही निर्वाण को उपलब्ध हो जाता है।' निर्वाण यानी उसका अंधेरा मिट जाता है। उसके जीवन में फिर रोशनी ही रोशनी हो जाती है। इन पर मनन करना। ये सूत्र तुम्हारे जीवन में क्रांति ला सकते हैं।

—ओशो, एस धम्मो सनंतनो, खंड-12, प्रवचन-1

• शिवलिंग जैसी अंतर्ज्योति

• लखत लखत लखि परै

• बिन चंदा उजियार

• अंधकार में समाधि

• तिलक टीका विज्ञान

• बिरहनी मंदिर दियना बार

• प्रकाश कैसे दिखे?

• दीपक बारा नाम का

• नैनों बीच नबी है

• लाली मेरे लाल की

• दीया तले अंधेरा

• बिन बाती बिन तेल

• बिन बाती बिन तेल

• महल भया अजियार

• आज्ञा चक्र साधना

• ज्योति से ज्योति जले

• सूक्ष्म शरीर के रहस्य

• अगोचर, गुंजार व जगमग

• शून्य में रहस्य का चांद

• बिन दामिन उजियार

• बुद्धत्व का आलोक

• तमसो मा ज्योतिर्गमय

• दिव्य स्वाद और दिव्य स्वप्न

• प्रकाश का पर्दा

• लाइट इन दि बाडी

• लाइट, लाइफ, लव

• ड्रीम्स एंड विजन्स

• अंधकार ध्यान

• हर क्षण ज्योतिर्मय हो



ओशो ने अपने अनेकों शिष्यों को अंतस प्रकाश की तरफ इशारा करने वाले अत्यंत खूबसूरत संन्यास नाम दिये हैं। उपनिषद् के ऋषि प्रार्थना करते हैं : तमसो मा ज्योतिर्गमय। एक संन्यासी की यात्रा अंधकार से आलोक तक की यात्रा है-बुद्धत्व तक की यात्रा है। ओशो द्वारा ऐसे 9 नाम का जो महत्व दर्शन डायरी में बताया गया है, उसकी झलक निम्नलिखित हैं - संपादक

देव नीलाम्बर

देव का अर्थ है दिव्य, नीलाम्बर का अर्थ है नीला प्रकाश, नीला आलोक-दिव्य आलोक। और नीला प्रकाश अनंत को प्रदर्शित करता है, यह अनंत का रंग है, आकाश का रंग। हकीकत में यह रंग नहीं है। आकाश का कोई रंग नहीं है, यह अपनी अनंतता के कारण नीला दिखलाई पड़ता है। इसका अनंत फैलाव, इसकी गहराई के कारण ही यह नीला दिखलाई पड़ता है। और जब कोई अपने अंदर गहरे उतरता है, अपने होने ही में गहरे प्रवेश करता है, एक दूसरा ही आकाश अपने द्वार खोलता है-अनंत गहराई लिए हुए, बाहर के आकाश से भी ज्यादा विशाल।

महावीर ने इसके लिए ठीक शब्द का प्रयोग किया है; वह इसे कहते हैं, 'अनंतानंत'। बाहर का आकाश तो केवल अनंत है, उसकी अनंतता एक आयामी है। अंतस का आकाश अनंतानंत है; यह बहुआयामी रूप में अनंत है। लेकिन यह केवल अनुभव से ही जाना जा सकता है, और जो इस अंतस आकाश में प्रविष्ट हो चुका है वह जानता है कि परमात्मा क्या है। यह परमात्मा का ही एक दूसरा नाम है-अंतस आकाश, आंतरिक आकाश-और यह कहीं ज्यादा सुंदर नाम है; धर्म, वेदान्त, चर्च के अनुमान के पार, अतीत के किसी भी अनुमान के पार, वास्तविकता के नजदीक, हकीकत में कहीं अधिक सत्य-यही है नीलाम्बर का अर्थ। नील का अर्थ है नीला, अम्बर का अर्थ है आलोक। और तुम्हें इसके विषय में चिन्तन करना होगा, तुम्हें नीले रंग के साथ लयबद्ध होना होगा। आकाश को देखो, नदी को देखो, समुद्र....सभी अस्तित्वगत, प्राकृतिक नीले हैं। जहां कहीं भी तुम्हें प्राकृतिक नीला रंग दिखता है, उसे देखो। इसके ऊपर ध्यान करो, इसके साथ लयबद्ध हो जाओ, इसे अपने ऊपर पूरी तरह छा जाने दो, इसे तुम्हें अपनी आगोश में ले लेने दो और धीरे-धीरे तुम पाओगे कि तुम्हारे अंदर कुछ स्वतः ही घटित होने लगा।

कार्ल गुस्ताव जुंग संयोग से इस अति महत्वपूर्ण प्राचीन सत्य पर पहुंचा। और उसने इसके लिए एक नया ही नाम दिया 'एक लयता' 'लयबद्धता; 'समस्वरता'। यह एक नियमबद्ध सिद्धांत है। यह अति महत्वपूर्ण है। यदि तुम नीले रंग पर ध्यान करते ही रहो, नीले रंग का कुछ है जो तुम्हारे अंदर भी उतरने लगता है। यह बाहरी नीले रंग के कारण नहीं है। इसने केवल तुम्हारे अंदर कुछ उकसाया है, इसने केवल एक उत्प्रेरक का काम किया है, यह स्वयं कारण नहीं है। यह इसके समानान्तर है, कारण नहीं है। यहां कोई कार्य-कारण का संबंध लागू नहीं होता; इस तरह का कोई संबंध नहीं है। यह केवल इतना ही है कि बाहर के नीले रंग ने आंतरिक नील गगन की क्षमता को उभार दिया। बाहरी वातावरण ठीक एक उत्प्रेरक की तरह कार्य करता है, और अचानक तुम अंतस आकाश में प्रवेश करने लगते हो, तुम इसकी पकड़ में आ जाते हो।

इसलिए पहले खुली आंखों से आकाश पर ध्यान लगाना शुरू करो और जब तुमको ऐसा लगने लगे कि तुम इसके साथ लयबद्ध हो रहे हो, धीरे से अपनी आंखें बंद कर लो और अब नील गगन को अपने अंदर उतर जाने दो। और जल्द ही तुम पाओगे कि तुम अपने अंदर भी, अपने अंतस में भी उस आकाश को देख सकते हो। और वह आकाश इस आकाश को भी समाहित किए हुए है।

मनुष्य छोटा है यदि तुम केवल उसके शरीर को, उसके मन को ही देखते हो। और यदि तुम उसकी आत्मा, उसके होने को देखते हो तब मनुष्य अनंत है।



धर्म की कला का पहला सूत्र है : ध्यान, सोच-विचार से मुक्त होना। निर्विचार में ठहरना। मौन में ठहरना। निःशब्द में जागना। साक्षीभाव में विराजमान होना। और तब एकदम अर्थ के दीयों पर दीये जल जाते हैं, दीपावली हो जाती है। अभी तो तुम्हारी जिंदगी एक दीवाला है, फिर तुम्हारी जिंदगी दीवाली हो जाती है।

धर्म को मूल्य दो। ध्यान में गति करो।

तुम पूछते हो : 'मैं क्या करूँ?'

ध्यान करो। ध्यान में डूबो। आएगा अर्थ। मेरे जीवन में आया, तुम्हारे जीवन में क्यों न आएगा! मैं अपने अनुभव से कहता हूँ। मैं जो कह रहा हूँ वह किसी और के आधार से नहीं कह रहा हूँ। मैं तुमसे यह नहीं कह रहा हूँ कि मेरी बात मान लो। मैं तुमसे इतना ही कह रहा हूँ कि मेरा निमंत्रण मान लो। प्रयोग करो। तुम्हारे भीतर भी इतनी ही संभावना है, जितनी किसी कृष्ण के भीतर, लाओत्सु के भीतर, जरथुस्त्र के भीतर। तुम्हारे भीतर भी इतना ही बड़ा कमल खिलेगा— सहस्रदल कमल! तुम्हारे भीतर भी बड़ी अपूर्व ज्योति भरी है।

पर भीतर जाओ तब पहचानो न! बाहर ही बाहर भटकते रहोगे, नहीं पा सकोगे। संपदा है भीतर और तुम भटक रहे बाहर।

— रहिमान धागा प्रेम का-1



प्रश्न:— अध्यात्म के जगत में आलोक अथवा अंतर्प्रकाश शब्दों का प्रयोग केवल काव्यात्मक ढंग से होता है या वस्तुतः भीतर रोशनी की सत्ता है? वह आन्तरिक प्रकाश सचमुच में विद्यमान है या केवल प्रतीकात्मक वर्णन है?

यह प्रतीक नहीं, वास्तविक प्रतीति है। अंतर आलोक सचमुच में होता है। यह कोई भ्रम नहीं है। डूबो ध्यान में, समाधि में देखो भीतर और दिखाई पड़ना शुरू हो जाता है। भारत में अध्यात्म के शास्त्र को दर्शन शास्त्र कहा है। चिंतन मनन नहीं, फिलासफी नहीं, दर्शन यानि देखना। संतों ने भीतर देखा है। उन्होंने भीतर जाना है। भीतर एक दीया जल रहा है, दीया जले अगम का, बिन बाती बिन तेल। न वहां कोई तेल है, न वहां कोई दीया है, ना कोई बाती है और फिर भी जल रहा है, फिर भी रोशनी है। वह नाम का दीपक उस तक पहुंचो। वह सचमुच में है यह कोई उपमा नहीं है। कुछ लोग सोचते हैं कि सिर्फ प्रतीक है, कि समस्या से घिरे चित्त में अज्ञान यानि अंधकार है, और प्रकाश यानि ज्ञान है। नहीं ऐसा नहीं है, सचमुच में भीतर प्रकाश है। भीतर जाओ और देखो बिरहणी मंदिर दियना बार, थोड़ी सी कोशिश थोड़ी सी साधना और ज्योति जल जाती है। और ज्योति जलाने का सबसे सुगम उपाय संत सुदंरदास ने कहा— ज्योति से ज्योति जले। किसी ऐसे व्यक्ति के पास बैठ जाओ जिसकी ज्योति जली हुई है। बुझा हुआ दीया किसी जले हुये दीये के निकट सत्संग में बैठ जाए। गुरु प्रताप साध की संगत। संगत करते—करते उसका दीपक भी जल जाता है।

ओशो ने एक प्रवचनमाला का शीर्षक रखा है 'ज्योति से ज्योति जले' उसके अन्तिम प्रवचन में अन्तिम बात ओशो कहते हैं ज्योति से ज्योति जले का अर्थ है किसी सद्गुरु के पास बैठो जिसने अनाहत नाद सुना है। जिसके भीतर नाम का प्रकाश हो गया है। उसके पास तुम बैठोगे, तुम्हारी भी वीणा झनझना उठेगी। 'सिनक्रोनीसिटी' सद्गुरु की वीणा बज रही है, उसकी वीणा के संगीत में तुम्हारे हृदय का तार भी छिड़ जाएगा। उसके भीतर प्रकाश है। तुम्हारे भीतर भी वह नाम का प्रकाश हो जाएगा। यही अर्थ है ज्योति से ज्योति जले का। तो बोधि शशि यह केवल प्रतीकात्मक वर्णन नहीं यह एक वास्तविक सच्चाई है।

हां, यह बात जरूर है कि बाहर के प्रकाश और भीतर के प्रकाश में कुछ भेद है। बाहर का प्रकाश गतिमान होता है। तीन लाख किलोमीटर प्रति सैकिण्ड की रफ्तार से भागता

है। भीतर का प्रकाश तभी पता चलता है जब सारी गति खो जाती है। चित्त की चंचलता समाप्त हो जाती है। तब भीतर के प्रकाश का पता चलता है। यदि भीतर प्रगति हो रही है तो भीतरी प्रकाश से हम भर जाएंगे। बाहर का प्रकाश उष्मता से भरा हुआ है, गरमाहट से। भीतर का प्रकाश शीतल है, चांदनी जैसा। शांति, शीतल, मधुर है। बाहर के प्रकाश में सात रंग हैं। भीतर के प्रकाश में भी अदभुत रंग हैं। लेकिन मुख्य रूप से वह प्रकाश रंगहीन है। लेकिन अलग-अलग चक्रों से वह रंगहीन प्रकाश गुजरता है तो अलग-अलग रंग उसके भीतर प्रकट होते हैं। जैसे बाहर के सूरज की रोशनी के सात रंग इंद्रधनुष में हैं, भीतर भी एक बहुत प्यारा इंद्रधनुष है, ठीक इससे मिलता-जुलता। हमें जाना है सब रंगों के पार, यह बात स्मरण रहे।

बाहर के प्रकाश के लिए ईंधन की जरूरत है, चाहे वह छोटा सा दीपक हो चाहे बहुत बड़ा महातारा हो कि सूरज हो। लेकिन उसके लिए ईंधन की जरूरत है। भीतर का प्रकाश बिन बाती बिन तेल है, बिना ईंधन के रोशनी हो रही है। और फिर यह कभी भी न चूकेगा। बाहर कितनी भी बड़ा स्रोत हो, उदगम हो, रोशनी एक न एक दिन चुक जाएगी। यह हमारा सूरज भी कुछ सालों बाद, हजारों, लाखों सालों बाद यह भी चुक जाएगा। उसका ईंधन रोज-रोज कम होता चला जा रहा है। भीतर चेतना का जो दीपक है वह कभी भी नहीं चुकेगा। वहां कभी कुछ समाप्त नहीं होगा। क्योंकि वहां कभी कुछ शुरू ही नहीं हुआ। जो शुरू होता है वह समाप्त होता है। तो बाहर के जगत का प्रकाश शुरू होता है और समाप्त होता है, भीतर का प्रकाश अनादि है और अनंत है। यह थोड़े से भेद हुए भीतर के प्रकाश के और बाहर के प्रकाश के। लेकिन भीतर का प्रकाश उतना ही सत्य है जितना बाहर का प्रकाश। यह कोई प्रतीक नहीं यह कोई कविता नहीं है। दिव्य आलोक साधना शिविर कार्यक्रम में अंतर आलोक की साधना सिखाई जाती है। इस साधना के द्वारा प्रत्येक साधक अपने भीतर के आलोक को जानता है।

प्रश्न: अलग-अलग है दीप मगर है एक उनका उजाला। जब सभी दीपों का एक उजाला है तो फिर इतना भेदभाव, इतनी वैमनस्यता क्यों है दुनिया में?

उजाले के कारण नहीं। उजाले के ऊपर जो आवरण है, कांच के भीतर होकर प्रकाश बाहर आ रहा है उनकी वजह से। जैसे अलग-अलग रंग के बल्ब हो सकते हैं। बल्ब के भीतर जो फिलामेंट है उससे तो एक ही प्रकाश पैदा हो रहा है। लेकिन बल्ब का जो कांच है जिससे होकर रोशनी बाहर गुजरती है वह अलग-अलग हो सकता है। और उसकी वजह से बहुत भेद पड़ जाते हैं। हमारा जो व्यक्तित्व है, हमारा जो मन है यह हमारा बाहरी आवरण है। चेतना का प्रकाश इससे होकर जब बाहर आता है तो हमारा व्यक्तित्व उसे रंग दे देता है। एक ढंग दे देता है। क्योंकि सारे लोग अलग-अलग हैं सब बड़े अनूठे और अद्वितीय हैं इसलिए यह प्रकाश इतना अलग-अलग रंग रूप ले लेता है। इसमें वैमनस्यता, वैरभाव का, कलंक का कोई कारण नहीं है। इसमें तो हमें आनन्दित और उत्साहित होना चाहिये। इतनी वैरायटी, विभिन्नता है। एक ही प्रकाश लेकिन इसमें इतने-इतने रंग, इतने-इतने ढंग उसके हो गये। हमें इसका उत्सव मनाना चाहिये। हमारी मूढ़ता की वजह से हम विभिन्नता में वैमनस्य साध लेते हैं। अगर हम समझदार हो जाए तो विभिन्नता का आनंद लेना सीखेंगे।

प्रश्न: ओशो ने अपनी दर्शन डायरी में अपने अनेक संन्यासियों को संन्यास देते समय प्रकाश से संबंधित नाम दिये हैं। क्या वह इस बात के संकेत हैं कि उन शिष्य-शिष्याओं की यात्रा का मार्ग प्रकाश ही है?

निश्चित रूप से ओशो ने जो नाम दिये हैं वे हमारे अध्यात्म मार्ग के द्योतक हैं। यह हमारे रास्ते के सूचक हैं। जिन लोगों को प्रकाश से संबंधित नाम दिया है, किसी को आलोक, किसी को आभा या कुछ और यह नाम सूचक है कि इस मार्ग से यात्रा करो। इस मार्ग से भीतर पहुंचो। यह प्रकाश मार्ग भी है और मंजिल भी। ओशो की किताब ध्यान योग प्रथम एवं अंतिम मुक्ति तथा तंत्र सूत्र नामक किताबों में, प्रकाश से संबंधित बहुत सी विधियां ओशो ने दी हैं। यहां दिव्य आलोक साधना शिविर में उन सारी विधियों का उपयोग करते हैं और समाधि के बहुत से सूत्र प्रकाश से संबंधित हैं, यद्यपि विधियां तो ओशो ने नहीं बताईं, क्योंकि वे विधियां गोपनीय

हैं। उनका प्रवचनों में कहीं कहीं जिक्र किया है बहुत स्पष्ट रूप से खुलासा नहीं किया है। क्योंकि वह बात गोपनीय है। वह किसी बहुत गहरे साधक को ही कही जा सकती हैं। यहां समाधि कार्यक्रम में उन सारे हीरे मोतियों को जो ओशो ने विभिन्न प्रवचनों में यहां वहां बिखेरे हैं उनका उपयोग किया जाता है। निश्चित रूप से ओशो ने प्रकाश से संबंधित जो विधियां दी हैं, प्रकाश से संबंधित जो नाम दिये हैं वे इशारे हैं साधना के लिए, मंजिल के लिए।

प्रश्न: संतों का कहना है कि भीतर हजारों-हजारों सूरज का प्रकाश छाया हुआ है। यदि वास्तव में इतनी तेज रोशनी हमारे भीतर छुपी हुई है तो मुझे डर लगता है यदि मैं ध्यान में डूबूंगा तो कहीं मैं जल ही न जाऊं। कृपया मेरी समस्या पर थोड़ा प्रकाश डालें।

पंडित ज्ञान प्रकाश चतुर्वेदी, ज्ञान प्रकाश तुम कह रहे हो मेरी समस्या पर प्रकाश डालो। अब मैं और क्या प्रकाश डालूंगा, बहुत गड़बड़ हो जाएगा कहीं जल ही न जाओ। नहीं भीतर के तीव्र प्रकाश की बात गलत है। भीतर तीव्र प्रकाश नहीं, हजारों सूरज का प्रकाश नहीं है। निश्चित रूप से प्रकाश तो है लेकिन यह वाला वर्णन गलत है। कुछ लोग, कुछ धर्मगुरु इस प्रकार की विधियां करवाते हैं कि अपनी हथेलियों से आंखों को जोर से दबाओ तो भीतर एक गोल्डन लाइट दिखाई पड़ती है। वह उसे दिव्य आलोक नहीं है। वो आंखों के दबाने से एक फिजियोलॉजिकल फिनोमिनन है। आंखों पर दबाव से रेटिना पर प्रकाश दिखाई देने लगता है। वह वास्तविक आन्तरिक प्रकाश नहीं है। इस प्रकार का तीव्र प्रकाश जो आंखों को चकाचौंध करता है, आंखों को दबाने से उत्पन्न होता है। वह किसी ने कहा है कि हजारों-हजारों सूरज की तीव्र रोशनी भीतर है उन्होंने किसी गलत विधि का उपयोग किया है। इसका अध्यात्म से कोई लेना देना नहीं है। निश्चित रूप से भीतर कुछ है। लेकिन उसे स्वर्ण कमल कहा जाए या सहस्रत्रदल कमल कहा जाए या चीन के फकीर लिंगी ने उसे गोल्डन फ्लावर कहा है। अन्य-अन्य संतों ने और अलग-अलग नाम दिये हैं। लेकिन हजारों-हजारों सूरज के प्रकाश वाली बात बिल्कुल गलत है। भीतर का प्रकाश लालीमा है, श्यामलता है। श्यामल, मधुर, शीतल, प्रकाश है वह। सूरज के साथ उपमा दी जाए तो उसके साथ जोड़ना होगा। शांत और शीतल। ज्यादा अच्छा होगा चांद की उपमा दें। पंडित ज्ञान प्रकाश चतुर्वेदी डरो मत जाओ अपने भीतर। उस परम प्रकाश को खोजो। वह परम प्रकाश ही परमात्मा है। उसमें डूबो। ऐसे डूबो कि परमात्मा मय ही हो जाओ। तुम भी प्रकाश स्वरूप हो जाओ।



प्रश्न: भारत में दिव्य आत्माओं जैसे श्रीकृष्ण, श्रीराम, भगवान शिव एवं मां काली, इन सबको गहरे काले रंग में चित्रित करने का क्या अभिप्राय है? इस बारे में ओशो का नजरिया हमें बताएं।

सफेद रंग उथला होता है, काले रंग में गहराई होती है। इसलिए आश्चर्य नहीं है कि हमने अपने देवी-देवताओं को गहरे रंग में चित्रित किया है, उनकी मूर्ति को हमने श्यामल रंग में बनाया है। भगवान कृष्ण का एक नाम है श्याम, कृष्ण का अर्थ होता है काला, श्याम का भी वही अर्थ है। श्याम जैसे धुंधलके का रंग। भगवान शिव को भी हमने नीले रंग में रंगा, मां काली को काले रंग में रंगा क्योंकि काले रंग में एक गहराई होती है, एक गहन सौंदर्य होता है, सफेद रंग तो छिछला-छिछला होता है। तुमने कभी देखा पहाड़ी नदियां सफेद दिखाई देती हैं, पानी बड़ी उथल-पुथल मचाता है और जब वही नदी गहरी हो जाती है, कोई झील जब शांत हो जाती है, प्रशांत महासागर जैसी गहराई और नीलिमा तथा कालिमा उसमें आ जाती है। भारत में सफेद रंग को कभी भी सौंदर्य का प्रतीक नहीं समझा गया। और आश्चर्य, पिछले करीब सौ सालों में पश्चिम के लोग भी श्यामल रंग को सुंदर मानने लगे हैं। भारत में अभी गोरे होने की औषधियां, क्रीमें और पाउडर बिका करते हैं, लेकिन आपको यह जानकर आश्चर्य होगा कि पश्चिम के मुल्कों में जहां गोरे लोग रहते हैं वहां काले होने की क्रीम सबसे मंहगी बिका करती है। अखबार और टी.वी. उसी के विज्ञापन से भरे होते हैं। लोग वह क्रीम लगाकर सूरज की तेज धूप में पड़े रहते हैं अपना रंग काला करने के लिए। काले रंग में एक गहराई है।

लाओत्से महान संत हुए चीन के, वे अपनी प्रसिद्ध किताब 'ताओ तेह किंग' में कहते हैं कि ताओ का प्रकाश धुंधलके जैसा है, मिस्ट जैसा, कोहरे जैसा है। ये मिस्ट शब्द से ही मिस्टीरियस शब्द बना है, मिस्टिक शब्द बना है। संत को, रहस्यदर्शी को हम मिस्टिक कहते हैं, रहस्यदर्शी जिसने कि उस कोहरे जैसे, धुंधलके रंग को देखा। जब आप लोग दिव्य आलोक साधना शिविर करने आएं तब आप भीतर के इस श्यामल रंग को पहचानेंगे। और तब आप जानेंगे कि क्यों भगवानों की, अवतारों की मूर्तियों को हमने श्यामल रंग का बनाया। उसके पीछे गहन कारण है, वह दिव्य रंग है, डिव्वाइन कलर। बांसुरी बजाते हुए कृष्ण प्रतीक हैं। उनका दिव्य रंग भीतर के नूर का, भीतर के आलोक का प्रतीक है और उनकी बांसुरी अनाहत नाद का प्रतीक है। तो हमारे देश के ऋषियों ने, कलाकारों ने, मूर्तिकारों ने दिव्य चेतनाओं को गहन श्यामल रंग में रंगा।



अष्टावक्र महागीता ध्यान शिविर



11-15 नवंबर 2022

ओशो तीर्थ आश्रम
धौलागिरी मार्ग, खल्लेमासीना,
पोखरा-14, कास्की, नेपाल
प्राकृतिक सौंदर्य से भरपूर पर्वतीय स्थल



आदरणीय
स्वामी रजिंद्र सरस्वती

आदरणीय
मा उममत् प्रिया

अधिक जानकारी के लिए व्हाट्सएप से सम्पर्क करें -

00-977- 9813676196, 00-977-9851019784

दशहरा-दीवाली की मंगलकामनाएं

—स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती

स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती जी के एक परिचित, लायंस क्लब के अध्यक्ष श्री परसुराम सिंह ने एक बार दशहरा-दीवाली की मंगलकामनाएं, एक कविता के रूप में इस प्रकार भेजी—

प्रिय मित्र, शैलेन्द्र जी,
कलयुग में अब मानवता आदर्श नहीं रही
आओ, हिंसा रूपी रावण को जलाएं
लक्ष्मी पूजन कर धन-धान्य बढ़ाएं।
दीप प्रज्वलित कर प्रेम-सौहार्द फैलाएं,
समाज सेवा के लिए कदम उठाएं।
पुनः राम-राज्य लाएं।
ज्योति-पर्व पर
लायन्स क्लब की ओर से शुभकामनाएं।
—लायन परशुराम सिंह

स्वामी शैलेन्द्र जी ने उन्हें पत्रोत्तर इस तरह लिखा—

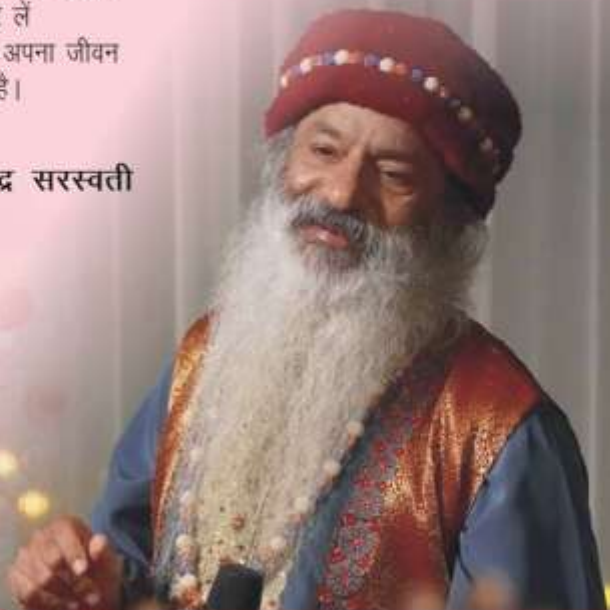
प्रिय मित्र, नमस्कार।
तुम्हारा काव्यात्मक पत्र मिला।
पर क्या बतलाऊं यार,
सुंदर-सुंदर शब्द पढ़कर भी
मेरा हृदय-कुसुम नहीं खिला।
क्योंकि तुमने लिखा कि—
'अब मानवता आदर्श नहीं रही है।'
इतिहास साक्षी है कि सदा-सदा से
जिसकी लाठी उसकी भैंस रही है।
आम आदमी तो बेचारा
मुसीबतों का मारा
हमेशा से संकटों में घिरा रहा।
और धनवानों, बलवानों तथाकथिक ज्ञानवानों का
यानि सम्राटों, अमीरों एवं पंडित-पुरोहितों का
छोटा सा वर्ग मजा करता रहा,
शोषितों की छाती पर चढ़ा रहा।
न जाने कौन सा 'राज' है—
कि राजनीति को हम 'नीति' कहते रहे;
जबकि 'राज' करने वाले सदैव
'अनीति' से प्रीति करते रहे।
धर्म के नाम पर धर्मयुद्ध हुए, जिहाद हुए;
अनगिनत लोग मरते रहे
देश के देश बरबाद हुए।
यदि युद्ध धार्मिक हो सकता है
तो फिर अधर्म भला क्या होगा?
सामूहिक हत्याओं से बड़ा
पापकर्म और क्या होगा?
मगर बुरी बातों पर अच्छे लेबल

चिपकाने के हम आदी रहे हैं,
 तमी तो काली करतूतों वाले
 पहनते उज्ज्वल खादी रहे हैं।
 हम बाह्य आवरण देखते हैं
 अंतर्सत्य छुपाते हैं।
 आचरण को पूजते हैं,
 पाखंडी बनते और बनाते हैं।
 हमें परहेज है—
 सच देखने सुनने व बोलने से;
 झूठ के परदे उठाकर
 वास्तविकता खोलने से।
 हम मधुर बोलना—सुनना चाहते हैं,
 सत्य की कटुता से बचना चाहते हैं;
 कपोल—कल्पनाओं में जीना चाहते हैं।
 संभवतः तुम्हें मेरी बात बुरी लग जाए
 प्रायः सच सुनकर अपने भी
 हो जाते हैं पराए।
 मगर क्या करूं...
 किसी न किसी को तो बुरा
 बनना ही पड़ेगा;
 गलत को गलत कहना ही पड़ेगा।
 क्योंकि असत्य के आधार पर
 समाज—सेवा नहीं हो सकती है।
 मित्र, बिल्कुल व्यर्थ लक्ष्मी की भक्ति है।
 निरर्थक है ये क्रिया—कांड, धर्म—कर्म
 मनुष्य होकर उलूक—वाहिनी की स्तुति में
 हमें आनी चाहिए शर्म,
 क्योंकि समृद्धि तो केवल विज्ञान
 से जन्म सकती है।
 अर्थहीन देवी—देवताओं की स्तुति है।
 अगर लक्ष्मी पूजन से धन—धान्य उत्पन्न होता;
 तो आज पश्चिम नहीं, पूरब सम्पन्न होता।
 काश, पुतले जलाने से रावण मिट जाते
 तो हमारे गणमान्य नेतागण
 राक्षसों से ज्यादा पतित न हो पाते।
 जलाने—मिटाने में तो स्वयं हिंसा है
 रावण को जलाना क्या अहिंसा है?
 इसीलिए तो बारम्बार जलाने पर भी
 बुराई रूपी रावण नहीं मिटता,
 क्योंकि अशुभ से अशुभ नहीं कटता।
 यदि दीप प्रज्वलित करने से
 प्रेम और सीहार्द फैलते होते,
 तो फिर हम क्यों
 घृणा—द्वेष—आतंक का इतना रोना रोते?
 हजारों वर्षों से तो दीए जला रहे हैं
 जहां देश के आधे नागरिकों के पास
 खाने को तेल नसीब नहीं है,
 वहां शेष आधे
 घी जलाकर खुशियां मना रहे हैं।
 न जाने कब हम अपनी मूढ़ताओं से जागेंगे,
 और देशहरे—दीवाली के

ये बचकाने खेल त्यागेंगे।
 जिस दिन गुड्डे—गुड़ियों की भांति
 इन देवी—देवताओं की मूर्तियों से
 खेलना बंद करेंगे,
 उस दिन हम विवेक का परिचय देंगे;
 और बुद्धिजीवी होने का प्रारंभ करेंगे।
 यदि हम जरा भी अक्लमंद होते,
 तो स्वयं को 'मानव' की जगह
 'लायन' कहलाने में, गर्व महसूस न करते।
 माननीय सिंह जी, कोई भी जानवर...
 सिंह की बात छोड़िये, श्वान तक
 खुद को मनुष्य नहीं कहता है,
 पता नहीं फिर क्यों
 यह तथाकथित प्रतिभाशाली प्राणी
 पशु बनने पर तुला रहता है।
 हे मेरे मित्र, लायन परशुराम सिंह जी,
 क्या अपने नाम का अर्थ जानते हैं आप?
 आगे अंग्रेजी में, पीछे हिंदी में
 दोनों तरफ से खतरनाक।
 और मध्य में परशुराम अर्थात्
 ईश्वर के अवतार...
 महाहिंसक, क्रोधी, क्रूर और बदनाम
 सदा फरसा लिए घूमते थे हत्याएं करने को
 इसी कारण कहलाते थे फरसे वाले राम।
 उन्होंने धरती पर से छतीस बार
 क्षत्रियों का नामो—निशां मिटा दिया
 हिटलर, स्टेलिन, मुसोलिनी, माओ,
 इन चारों से अधिक नरसंहार किया।
 क्या वह वाकई सतयुग था?जरा सोचो...
 अपने पौराणिक धर्मग्रंथों में तो खोजो...
 अंधविश्वासों के चश्मे उतार के देखो
 पूर्वाग्रह छोड़ो, मान्यताओं को खरोंचो।
 फिर आज के समय को कलयुग न कह पाओगे,
 शूद्र के कान में पिघला शीशा डलवाने वाले को
 मर्यादा पुरुषोत्तम कहने में शर्माओगे।
 आज यदि कोई सज्जन अपनी पत्नी
 की अग्नि परीक्षा लेंगे,
 तो पुलिस वाले उन्हें सीखचों के पीछे
 बंद कर देंगे।
 मित्र, नाराज मत होना;
 तथ्यों को तथ्यों की भांति देखना।
 हम पहले की तुलना में ज्यादा
 सम्य—सुसंस्कृत हो रहे हैं।
 डार्विन के अनुसार
 बंदरपन से आदमियत की ओर
 क्रमशः विकसित हो रहे हैं।
 अब हम जिसे सज्जन भी नहीं कह सकते
 कभी उसे पुरुषोत्तम कहते थे।
 जरा कल्पना करो कि जब सर्वश्रेष्ठ
 आदर्श पुरुष ऐसे थे,
 तो उस युग के सामान्य और निकृष्ट

लोग कैसे थे?
 समाज सेवा के लिए बाद में कदम उठाना,
 पहले चिंतन-मनन कर लेना कि
 समाज को कैसा बनाना?
 'राम-राम' कहकर अतीत से विदा लेना
 कि पुनः राम राज्य लाना?
 यदि फल में खराबी है,
 तो जमाना बीज को ही दोषी कहता है।
 फिर बतलाओ सतयुग से कलयुग
 कैसे जन्म सकता है?
 अगर आम की मीठी गुठली बोई थी
 तो कड़वा नीम कैसे पनप सकता है?
 दोस्त, मात्र शुभकामनाओं से कभी
 शुभ नहीं घटा है,
 अंग्रेजी में कहावत है कि...
 'नरक का रास्ता मंगल कामनाओं से पटा है।'
 इसलिए रुको, सोचो-समझो
 शीघ्रता न करो;
 अतीत का मोह छोड़ो, भविष्योन्मुख बनों।
 क्योंकि अवश्य ही कोई बुनियादी
 भूल होती रही है,
 तभी तो इतने सेवकों के बावजूद भी
 समाज को सेवा की जरूरत पड़ रही है।
 जैसे-जैसे दवा दी जा रही है
 बीमारी बढ़ रही है।
 जो भी समाज को सुधारने जाते हैं;
 थोड़े दिनों में वे खुद इतने बिगड़ जाते हैं
 कि फिर समाज को उन्हें सुधारने के
 प्रयत्न करने पड़ जाते हैं।
 हे सेल्फ अपाइंटेड सेवक जी
 समाज सुधार का ठेका
 हमको किसने दिया है?
 अगर हम 'पर' से नजरें हटाकर
 'स्व' को भर सुधार लें
 तो समझना, हमने अपना जीवन
 सफल कर लिया है।

स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती



स्वास्थ्य रहें, मरत रहें

-स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती

क्या आप चिकित्सा विज्ञान के विकास के बारे में कुछ बताएंगे?

मेडिकल साइंस का विकास



आयुर्विज्ञान, विज्ञान की वह शाखा है जिसका संबंध मानव तन-मन को निरोग रखने, रोग हो जाने पर रोग से मुक्त करने अथवा उसका शमन करने तथा आयु बढ़ाने से है। पाश्चात्य विद्वानों का मत है कि आयुर्विज्ञान का जन्म ई.पू. चौथी शताब्दी में यूनान में हुआ और लगभग 600 वर्ष बाद उसकी मृत्यु रोम में हुई। इसके लगभग 1500 वर्ष पश्चात विज्ञान के विकास के साथ उसका पुनर्जन्म हुआ।

यूनानी आयुर्वेद का जन्मदाता हिप्पोक्रेटीज था जिसने उसको आधिदैविक रहस्यवाद के अंधकूप से निकालकर अपने उपयुक्त स्थान पर स्थापित किया। उसने बताया कि रोग की रोकथाम तथा उससे मुक्ति दिलाने में देवी-देवताओं का हाथ नहीं रहता। उसने तांत्रिक विश्वासों और उन पर आधारित चिकित्सा पद्धतियों का अंत कर दिया। उसके पश्चात गत शताब्दियों में समय-समय पर अनेक अन्वेषण-कर्ताओं ने नवीन खोजें करके इस विज्ञान को उन्नत किया।

प्रारंभ में आयुर्विज्ञान का अध्ययन जीवविज्ञान की एक शाखा की भाँति किया गया और शरीर-रचना-विज्ञान (अनैटोमी) तथा शरीर-क्रिया-विज्ञान (फिजिऑलॉजी) को इसका आधार बनाया गया। शरीर में होनेवाली क्रियाओं के ज्ञान से पता लगा कि उनका रूप बहुत कुछ रासायनिक है और ये घटनाएँ रासायनिक क्रियाओं के फल हैं। ज्यों-ज्यों खोजें हुईं त्यों-त्यों शरीर की घटनाओं का रासायनिक रूप सामने आता गया। इस प्रकार रसायन विज्ञान का इतना महत्व बढ़ा कि वह आयुर्विज्ञान की एक पृथक शाखा बन गया, जिसका नाम जीवरसायन (बायोकेमिस्ट्री) रखा गया। इसके द्वारा न केवल शारीरिक घटनाओं का रूप स्पष्ट हुआ, वरन रोगों की उत्पत्ति तथा उनके प्रतिरोध की विधियाँ भी निकल आईं।

भौतिक विज्ञान ने भी शारीरिक घटनाओं को भली-भाँति समझने में बहुत सहायता दी। यह ज्ञात हुआ कि अनेक घटनाएँ भौतिक नियमों के अनुसार ही होती हैं। अब जीवरसायन की भाँति जीवभौतिकी (बायोफिजिक्स) भी आयुर्विज्ञान का एक अंग बन गई है और उससे भी रोगों की उत्पत्ति को समझने में तथा उनका प्रतिरोध करने में बहुत सहायता मिली है। विज्ञान की अन्य शाखाओं से भी रोगरोधन तथा चिकित्सा में बहुत सहायता मिली है। और इन सबके सहयोग से मनुष्य के कल्याण में बहुत प्रगति हुई है, जिसके फलस्वरूप जीवनकाल आशातीत बढ़ गया है।

क्या बच्चों को स्वास्थ्य पूरक (हेल्थ सप्लीमेंट) देना उचित है?

किसी बीमारी की अवस्था में डॉक्टर की सलाहानुसार फूड सप्लीमेंट देना उचित है। सामान्य रूप से समझपूर्वक दिया गया संतुलित आहार ही पर्याप्त होता है।

मैं हमेशा कब्ज की समस्या से परेशान रहती हूँ, इसे ठीक करने का कोई अच्छा इलाज है क्या?

1. दिन भर में करीब 4 लिटर कुनकुना पानी पीजिये।
2. अधिक सलाद, खीरा, सब्जी और फल, खासकर अंजीर व अमरूद जरूर खाइये।
3. छिलके वाले अनाज, साबुत दाल का इस्तेमाल कीजिए, मैदा व शक्कर का नहीं।
4. पर्याप्त शारीरिक व्यायाम महत्वपूर्ण है।
5. केफिर ग्रेन वाला दही बहुत उपयोगी है।
6. ईसबगोल की भुसी भी सहयोगी है।

जिम जाने से हमारी मांसपेशी क्यों बढ़ती है?

जिन मांसपेशियों का हम सम्यक रूप से उपयोग करते हैं, उनमें रक्त संचार अधिक होने लगता है। नए मसल फाइबर निर्मित होने लगते हैं। क्रमशः मसल की आति एवं शक्ति बढ़ती जाती है।

यदि हम जरूरत से कम उपयोग करें तो रक्त संचार भी उसी अनुपात में कम हो जाता है और मसल कमजोर पड़ जाती है।

यदि हम जरूरत से ज्यादा, अत्यधिक उपयोग करें तब मसल फाइबर टूट जाते हैं, सूजन आ जाती है, और मसल कमजोर पड़ जाती है।

इसलिए व्यायाम की सम्यकता की समझ बहुत आवश्यक है। साथ में उचित आहार परिवर्तन भी जरूरी है।

अक्टूबर -अंक



कृपया pdf खोलिए
एवं
रचनाओं का आनन्द उठाईए।

**अपने साहित्य-प्रेमी
मित्रों को फारवर्ड
करना न भूलें।**



ओशो सुगंध

30 अक्टूबर 2022

माँ एवं स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती जी के वीडियो

Swami Shailendra Saraswati ji's Videos

- ▶ पयूवर/भविष्य में क्या होगा, इसको लेकर हमेशा डर क्यों बना रहता है? डर से कैसे बचें?
- ▶ जानिए ओशो के द्वारा शुरू किये गए नव-संन्यास की ब्याख्या!
- ▶ ओम की महिमा-ओशो की दृष्टि में
- ▶ ओशो के पिता स्वामी देवतीर्थ भारतीजी के महापरिनिर्वाण (8-Sept-1979) पर शैलेन्द्र जी का सन्देश

Ma Amrit Priya ji's Videos

- ▶ 1. जानिए अध्यात्म के मार्गों की ब्याख्या - योग, भक्ति, सांख्य!
- ▶ 2. बंधन किसे है - शरीर या आत्मा को
- ▶ 3. सुख-दुःख से पार होकर जीवन कैसे जिएं?

Shorts

- ▶ 1. ओशो कहते हैं - ध्यान सहज स्वभाव है
- ▶ 2. ईश्वर हमारी प्रार्थना क्यों नहीं सुनता?





जब ओशो यू.एस.ए. से लौटकर भारत आए तो एक पत्रकार ने उनसे पूछा कि 'भगवान श्री, रजनीशपुरम में तो आप बहुत लज्जरी में जीते थे। 64000 एकड़ भूमि में आपका विराट शहर फैला हुआ था। आपके पास 93 रोल्स-रायस कारें थीं, आपका व्यक्तिगत स्विमिंगपूल था और अभी यहां मनाली में आप 12 बाई 14 फुट के एक छोटे से कमरे में रह रहे हैं जिसमें एयर कंडीशनर तक नहीं है। कड़ाके की ठंड पड़ रही है, स्नो फॉल हो रहा है, कुछ दिनों से बिजली बंद है। कमरे को गर्म करने के लिए कैरोसिन हीटर जलाया जा रहा है जो मिट्टी के तेल की दुर्गंध छोड़ता है। हम सभी जानते हैं कि आपको गंध से एलर्जी है। किंतु कैरोसिन हीटर जलाना मजबूरी है। क्या आप रजनीशपुरम की विलासपूर्ण सुविधाओं को मिस नहीं करते?'

ओशो ने जवाब दिया कि जब मैं जहां होता हूं वहां पूरी तरह से जीता हूं। सदैव

वर्तमान में रहता हूं। इसलिए अतीत की कोई भी बात मैं मिस नहीं करता। जब वहां था तब वहां उसका पूरा आनंद लिया। अभी यहां हूं तो अभी यहां इसका पूरा आनंद ले रहा हूं।

उस समय हम करीब एक दर्जन संन्यासी मनाली में ओशो के संग थे। वे उस पत्रकार से जो कह रहे थे, वह हम सब भी जी रहे थे उनके पावन सान्निध्य में। नदी के किनारे एक साधारण सी लकड़ी की बेंच पर बैठकर ओशो सुबह की धूप का मजा लेते। मगर उनकी असाधारण शहंशाहियत में कोई कमी न थी! सम्राट जैसा उनका भव्य रूप जैसा वहां देखा था, वैसा ही सुंदर, दिव्य रूप यहां भी था। रत्ती भर भी कोई परिवर्तन नहीं! जैसे किसी निर्जन स्थल पर, कठिनाइयों के कांटों के बीच में कोई गुलाब का फूल खिला हो!

सामान्यतः हमारा मन भूत और भविष्य में डोलता रहता है। वर्तमान में जो है उसे हम नहीं जी पाते हैं। मान लो हम किसी को प्रेम करते हैं और वह हमारे पास आए, तब हम उसके साथ उस क्षण में नहीं होते, कहीं और पास्ट-फ्यूचर में खो जाते हैं। जिस मोमेंट का इंतजार करते थे, वह आता है, लेकिन थोड़ी देर के बाद वह नहीं के बराबर हो जाता है। जब वह मित्र चला जाएगा फिर हम पास्ट की सोचने लगेंगे। जो परिस्थिति हमारे सामने है हम उसमें नहीं होते हैं। हम कहीं और होते हैं।

मन घड़ी के पेंडुलम की तरह डोलता है— राइट साइड गया फिर लेफ्ट साइड गया मध्य में ठहरता नहीं है। वह बीच में नहीं रुकता। एक साइड गया और तुरंत पलटता है दूसरी साइड के लिए। अगर मध्य में रुके तो समय ठहर जाए। जब तक दोनों तरफ डोलता है तब तक मन है। जब ठहरे तो मन न रहा, फिर वह चैतन्य हो गया। ऐसी उन्मनी दशा चैतन्य की अवस्था है।

जितनी भी हम साधनाएं करते हैं वे सब वर्तमान में आने के साधन हैं, उपाय हैं। साधना अपने आप में उद्देश्य नहीं है, उद्देश्य है वर्तमान में जीने की कला। कैसे एक अति से दूसरे अति पर जो डोलने वाला मन मध्य में थम जाए। दो ही प्रकार की तो साधनाएं हैं— पहली, स्पेस में ठहर जाना, दूसरी, समय में ठहर जाना। समय में ठहर जाना भगवान महावीर की साधना है, स्पेस में ठहर जाना भगवान बुद्ध की साधना है। उद्देश्य सबका ठहर जाना है।

किसी शायर ने कहा है—

दरीचा बेसदा कोई नहीं है, अगरचे बोलता कोई नहीं है।

मैं ऐसे जमघटे में खो गया हूं, जहां मेरे सिवा कोई नहीं है।

रुकूं तो मंजिलें ही मंजिलें हैं, चलूं तो रास्ता कोई नहीं है।

रुकते ही मंजिल मिल जाती है, और चले तो खो जाती है। याद रखना कि विभिन्न प्रकार की साधनाओं का मुख्य उद्देश्य है कि कैसे हम वर्तमान में आ जाएं।

क्यों वर्तमान में आ जाएं? क्योंकि वर्तमान में आ गए तो चैतन्य हो गए। चैतन्य से नाता जुड़ा तो निराकार आकाश से नाता जुड़ जाता है।

वस्तुतः 'वर्तमान' समय नहीं है। हमें दाएं और बाएं जाने से रुकना है। भूत-भविष्य से हम जब भी नाता जोड़ेंगे तो अपनी आत्मा से, अंतर-आकाश से विमुख हो जाएंगे। चैतन्य रूपी सूरज की तरफ हमारी पीठ हो जाएगी।

आंतरिक आकाश के प्रति जागरूकता हमें वर्तमान में लाएगी। मन का दाएं बाएं जाना खत्म हो जाएगा, पेंडुलम रुक जाएगा। अनेक साधक इसी में परेशान होते हैं कि कैसे हम रोकें इस पेंडुलम को? डायरेक्ट छेड़छाड़ नहीं करनी है, इनडायरेक्ट। रोकने की कोशिश में हारेंगे। निराकार चैतन्य से नाता जोड़ो, आकार वाली देह से तादात्म्य तोड़ो।

अभी—यहीं सुखी हो सकते हैं, शांत हो सकते हैं, मुक्त हो सकते हैं। बस तादात्म्य की बात है। हमने छुद्र से तादात्म्य बना लिया तो हम छुद्र हो गए हैं। अशांत हो गए हैं। हमारी सारी बेचैनी सीमा में बंधे होने की तकलीफ है। आकार से तादात्म्य बनाओगे, तो वह कितना ही बड़ा हो, उसकी सीमा होगी और जब भी सीमा में बंधेगा असीम चैतन्य, तो बेचैनी होगी ही। विराट को छुद्र पिंजड़े में बंद करो, कठिनाई होगी ही! भीतरी आकाश के प्रति जागरूकता हमें अपने चैतन्य में प्रतिष्ठित करती है।

'सामयिक' जैन शब्दावली का एक विशिष्ट शब्द है, जिसका भावार्थ है—समय में ठहरना—इस बात पर महावीर ने विशेष जोर दिया है।

चाहे आकाश को, चाहे समय को साधो, दोनों का परिणाम एक ही है।

एकता, अखंडता, अद्वैत के अनुभव हेतु राइट ब्रेन को ज्यादा एक्टिवेट करना उपयोगी है। तब चैतन्यता का अनुभव कुर्र्सी-टेबल आदि में भी होने लगता है। आत्मीयता, एकात्म होने की प्रतीति दाहिने मस्तिष्क में होती है।

मनोवैज्ञानिकों द्वारा उन सभी का डेटा एकत्र करने के लिए एक प्रयोग किया गया है, जिन्होंने अपने जीवन में सुख और दुख के बड़े अनुभव किए हैं। जैसे: किसी की अचानक लॉटरी खुल गई है, किसी को अप्रत्याशित रूप से खोया हुआ बच्चा मिल गया है, अनायास बड़ा मकान मिल गया है, अथवा अत्यंत प्रिय व्यक्ति मिल गया है। जिससे वह प्यार करता था उससे शादी हो गई। समाज में, राजनीति में, व्यापार में, शिक्षा में या किसी कला के क्षेत्र में महान सफलता मिल गई। उस समय उन्हें वह जीवन की बहुत ही मूल्यवान और रोमांचक घटना प्रतीत हुई।

मनोवैज्ञानिकों ने उन लोगों का भी साक्षात्कार लिया जिनके जीवन में बहुत दुखद परिणाम वाली दुर्घटनाएं हुईं। किसी प्रियजन की मृत्यु, अचानक लाइलाज बीमारी, एक्सीडेंट, धन की हानि, अपमान, अपयश, इत्यादि। उन्हें लगा कि इससे बुरा और क्या हो सकता है... जिंदगी बेमानी लगने लगी, आत्महत्या के विचार आने लगे, डिप्रेशन ने घेर लिया।

आश्चर्य की बात, तीन महीने के बाद न अच्छी घटनाओं का, न दुर्घटनाओं का कोई भी असर बाकी बचा। एक सामान्य, औसत मनुष्य को शुभ और अशुभ, सुखद और दुखद, दोनों प्रकार की घटनाओं के प्रभाव से करीब सौ दिन में मुक्ति मिल जाती है। और फिर सब सामान्य लगने लगता है। लगभग तीन महीने में घटना से पर्याप्त दूरी निर्मित हो जाती है।

यह क्षमता हमें अस्तित्व द्वारा दी गई है। अन्यथा जीवन में इतनी प्रतिकूल घटनाएं घटती हैं, आदमी कैसे बचेगा?हां, कुछ असामान्य बुद्धि के, एबनार्मल माइंड वाले लोग लंबे समय तक भूत को पकड़े रहते हैं। जितना विवेकपूर्ण आदमी हो, उतने जल्दी अतीत से मुक्त हो जाता है। मन पर उनके प्रभाव शीघ्र विलीन हो जाते हैं। अतीत की यादें परेशान नहीं करती हैं। ऐसी क्षमता हमारे भीतर है। क्योंकि हमारी निराकार चेतना के आकाश को कुछ भी छूता नहीं है। उसे न काले बादल, न सफेद बादल स्पर्श कर सकते हैं। वह जल में कमलवत रहता है। यह आकाश का गुण है, यह परमात्मा का गुण है।

हम आकाश से जुड़ गए, तो चैतन्य से जुड़ गए, सच्चिदानंद स्वरूप परमात्मा से जुड़ गए। एक अदभुत बात ओशो ने समझाई है कि यह आंतरिक स्थान, यह भीतरी आकाश ही ईश्वर है। हमारी आत्मा का स्वभाव शुद्धता है, पवित्रता है।

सवाल उठता है कि फिर हम अशुद्धता और दुख क्यों महसूस करते हैं?क्योंकि हमारी पहचान बन जाती है, तादात्म्य स्थापित हो जाता है मन से, हृदय से, तन से, बाहरी घटनाओं से, संयोगों से।

समग्र साधना का सारांश बस इतना है कि हम कैसे पहचान तोड़ें और द्रष्टा बन जाएं जो कि हमारा जन्मजात स्वभाव है। तब हम पाएंगे कि सुख और दुख दोनों ही बाहरी भ्रातियां हैं। जो भीतर है, वह अविनाशी है, सदैव एक-रस में मग्न रहता है। वह न दाएं जाता है और न बाएं, और उस अगतिमान चैतन्य की खोज ही अध्यात्म का लक्ष्य है। स्थितप्रज्ञ की अवस्था धर्म-साधना की परम उपलब्धि है।



भगवान महावीर की साधना पद्धति : ओशो की अनूठी दृष्टि

-ओशो



भगवान महावीर के ढाई हजार साल बाद उनके अमर संदेश को ओशो ने वैज्ञानिक एवं मनोवैज्ञानिक भाषा में प्रस्तुत किया जो आधुनिक युग के सुशिक्षित तर्कयुक्त, चिंतन-मननशील व्यक्ति को सरलता से समझ आती है।

ओशो द्वारा करीब 250 घंटों में दिए इन 165 प्रवचनों को 7 पुस्तकों में प्रकाशित किया गया है।

ई-बुक तथा आडियो प्रवचन डाउनलोड करने की निःशुल्क सुविधा—

नीले रंग के **Book** पर क्लिक करके पुस्तक पढ़ सकते हैं।

काले रंग के **Audio** पर क्लिक करके ओशो की अमृत वाणी सुन सकते हैं।

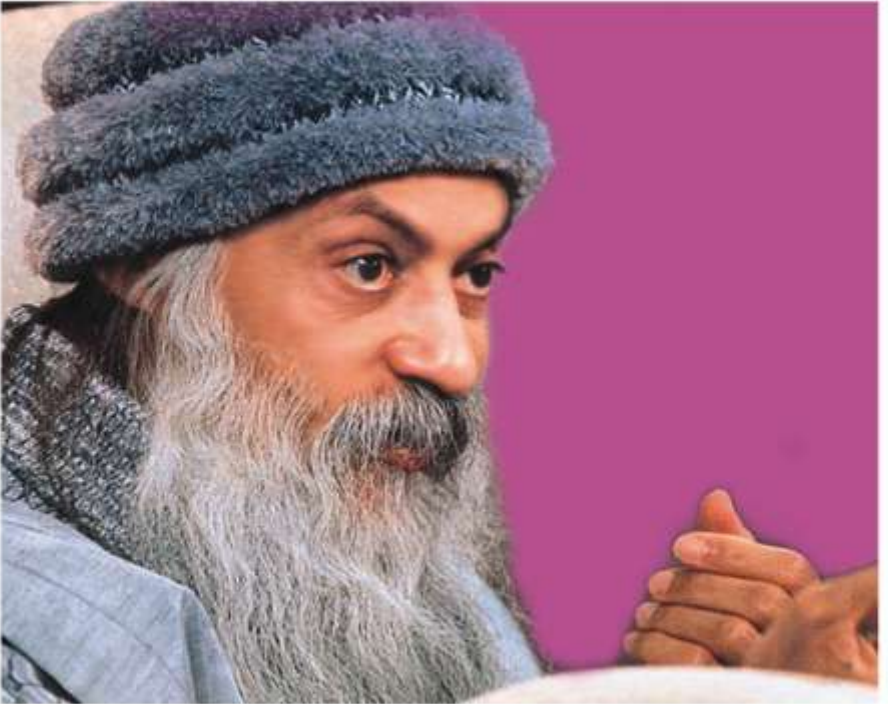
'महावीर वाणी' Vol-1		
'महावीर वाणी' Vol-2		
'महावीर या महाविनाश'		
'महावीर: मेरी दृष्टि में'		
'जिन-सूत्र' Vol-1		
'जिन-सूत्र' Vol-2		
'पंच महाव्रत (ज्यों की त्यों धरि दीन्हि चदरिया)'		

निवेदन है कि नियमित रूप से ओशो की अमृत वाणी का श्रवण करें और स्वाध्याय-सामायिक में हूँ। ध्यान तैरने जैसा है। हिम्मत करके रिवमिंग पूल या नदी में उतरना ही होगा। ज्यादा कुछ नहीं, बस थोड़ा सी साहस-वृत्ति, नई कला सीखने की रुझान, लगन, धीरज और प्रयत्न की निरंतरता चाहिए। कुछ दिनों में तैरना आ ही जाता है। इसी प्रकार आत्मा अवसागर भी पार कर जाती है।

स्मरण रखिए, महावीर का ज्ञान दिवस-दिवाली का यह पर्व आपकी जिंदगी का सर्वाधिक महत्वपूर्ण त्यौहार सिद्ध हो सकता है। एक दर्निंग प्वाइंट—पूरा जीवन ही एक आनंदमय उत्सव बन सकता है। मोक्ष की उपलब्धि प्रत्येक मनुष्य का जन्मसिद्ध अधिकार है, आवश्यकता है बस गहन संकल्प की। राजकुमार 'वर्धमान' ऐसा ही महा-संकल्प करके 'महा-वीर' हुए।

ओम् की महिमी: ओशो की दृष्टि में

- Q ओशो साहित्य शीर्षकों के रहस्य
- Q रहस्यों का रहस्य-ओशो
- Q अग्रेजी पुस्तक के संस्कृत शीर्षक!
- Q प्रभु को पाने का मार्ग: ओम्
- Q समाधि साधना शिविर क्यों?
- Q एक हाथ की ताली का रहस्य
- Q सत्य यानी ओंकार : ओशो



ओशो सजन बिन

-मा अमृत प्रिया



Osho Sajan Bin

Contents:

1. Osho Sajan Bin
2. Tarano mein Mohabbat ka
3. Hamari Jaan hai Murshid
4. Rab Hai Ya Masiha Osho
5. Pranon ka Nartan

1. ओशो सजन बिन
2. तरानों में मोहब्बत का
3. हमारी जान है मुर्शिद
4. ख है या मसीह ओशो
5. प्राणों का नर्तन

अमेज़ॉन इंडिया <https://www.amazon.in/-/hi>

पर उपलब्ध ओशो फ्रैगरेन्स की हिन्दी-साहित्य लिंक

<p>प्राण से समाधि की ओर: विज्ञान भैरव संग्रह भाग 1 में 1-28 विधियां</p>	<p>भाव से समाधि की ओर: विज्ञान भैरव संग्रह भाग 2 में 29-56 विधियां</p>	<p>दृश्यों से समाधि की ओर: विज्ञान भैरव संग्रह भाग 3 में 57-84 विधियां</p>
<p>भाव से समाधि की ओर: विज्ञान भैरव संग्रह भाग 4 में 85-112 विधियां</p>	<p>हास्य-फुलझड़ियां: मुस्ता मसकटौन के प्रेरणादायी ललीके</p>	<p>जीवन - हंसने-हंसाने का आधार (Hindi Edition)</p>
<p>तुम आज मेरे संग हैंस लो (Hindi Edition)</p>	<p>एक कप चाय: ओशो-रुटि से ओठ-ओठ प्रेरक कथाएं</p>	<p>मा प्रेम के राही: बाबल फ़कीरों के संग तीर्थ यात्रा - मा अमृत प्रिया</p>

जिंदगी की कहानी

-ओशो

इस सर्तभ में प्रत्येक माह एक कहानी शेयर करेंगे
जो हर उस वाले बच्चों, युवाओं और बूढ़ों को प्रेरणा देगी

टाक्सटॉय की प्रसिद्ध कहानी है कि एक आदमी के घर एक सन्यासी मेहमान हुआ- एक परिव्राजक। रात गपशप होने लगी, उस परिव्राजक ने कहा कि तुम यहाँ क्या छोटी-मोटी खेती में लगे हो। साइबेरिया में मैं यात्रा पर था तो वहाँ जमीन इतनी सस्ती है मुफ्त ही मिलती है। तुम यह जमीन छोड़-छाड़कर, बेच-बाचकर साइबेरिया चले जाओ। वहाँ हजारों एकड़ जमीन मिल जायेगी इतनी जमीन की कीमत में। वहाँ करो खूब फसलें पैदा... बड़ी उपयोगी जमीन है। और लोग वहाँ के इतने सीधे-सादे हैं कि करीब-करीब मुफ्त ही जमीन दे देते हैं।

उस आदमी को वासना जगी। उसने दूसरे दिन ही सब बेच-बाचकर साइबेरिया की राह पकड़ी। जब पहुँचा तो उसे बात सच्ची मालूम पड़ी। उसने पूछा कि मैं जमीन खरीदना चाहता हूँ। तो उन्होंने कहा, जमीन खरीदने का तुम जितना पैसा लाए हो, रख दो, और जीवन का हमारे पास यही उपाय है बेचने का कि कल सुबह सूरज के ऊगते तुम निकल पड़ना और साँझ सूरज के डूबते तक जितनी जमीन तुम घेर सको घेर लेना। बस चलते जाना, जितनी जमीन तुम घेर लो। साँझ सूरज के डूबते-डूबते उसी जगह पर लौट आना जहाँ से चले थे- बस यही शर्त है। जितनी जमीन तुम घेर लोगे, उतनी जमीन तुम्हारी हो जायेगी।

रात-भर तो सो न सका वह आदमी। तुम भी होते तो न सो सकते, ऐसे क्षणों में कोई सोता है? रात-भर योजनाएँ बनाता रहा कि कितनी जमीन घेर लूँ। सुबह ही भागा। गाँव इकट्ठा हो गया था। सुबह का सूरज ऊगा, वह भागा। उसने साथ अपनी रोटी भी ले ली थी, पानी का भी इंतजाम कर लिया था। रास्ते में भूख लगे, प्यास लगे तो सोचा था चलते ही चलते खाना भी खा लूँगा, पानी भी पी लूँगा। रुकना नहीं है; चलना क्या है; दौड़ना है। दौड़ना शुरू किया, क्योंकि चलने से तो आधी ही जमीन घेर पाऊँगा, दौड़ने से दुगनी हो सकेगी- भागा... तेजी से भागा...

सोचा था कि ठीक बारह बजे लौट पड़ूँगा, ताकि सूरज डूबते-डूबते पहुँच जाऊँ। बारह बज गए, मीलों चल चुका है, मगर वासना का कोई अंत है? उसने सोचा कि बारह तो बज गए, लौटना चाहिए, लेकिन सामने और उपजाऊ जमीन, और उपजाऊ जमीन... थोड़ी सी और घेर लूँ। जरा तेजी से दौड़ना



पड़ेगा लौटते समय- इतनी ही बात है, एक ही दिन की तो बात है, और जरा तेजी से दौड़ लूँ... फिर तो आराम ही आराम कर लूँगा।

उसने पानी भी न पीया, क्योंकि रुकना पड़ेगा उतनी देर- एक दिन की ही तो बात है, फिर कल पी लेंगे पानी, फिर जीवन भर पीते रहेंगे। उस दिन उसने खाना भी न खाया। रास्ते में उसने खाना भी फेंक दिया, पानी भी फेंक दिया, क्योंकि उनका वजन भी ढोना पड़ा रहा है, इसलिये दौड़ ठीक से नहीं पा रहा है। बाद में तो उसने अपना कोट भी उतार दिया, अपनी टोपी भी उतार दी, जितना निर्भार हो सकता था हो गया।

एक बज गया, लेकिन लौटने का मन नहीं होता, क्योंकि आगे और-और सुंदर भूमि आती चली जाती है। मगर फिर लौटना ही पड़ा, दो बजे तक लौटा। अब घबड़ाया। सारी ताकत लगाई, लेकिन ताकत तो चुकने के करीब आ गई थी। सुबह से दौड़ रहा था, हाँफ रहा था, घबरा रहा था कि पहुँच पाऊँगा सूरज डूबते तक कि नहीं। सारी ताकत लगा दी। पागल होकर दौड़ा। सब दौँव पर लगा दिया। और सूरज डूबने लगा...। ज्यादा दूरी भी नहीं रह गई है, लोग दिखाई पड़ने लगे। गाँव के लोग खड़े हैं और आवाज दे रहे हैं कि आ जाओ, आ जाओ! उत्साह दे रहे हैं, भागे आओ! अजीब सीधे-सादे लोग हैं- सोचने लगा मन में, इनको तो सोचना चाहिए कि मैं मर ही जाऊँ, तो इनको धन भी मिल जाये और जमीन भी न जाये। मगर वे बड़ा उत्साह दे रहे हैं कि भागे आओ!

उसने आखिरी दम लगा दी- भागा, भागा...। सूरज डूबने लगा, इधर सूरज डूब रहा है, उधर भाग रहा है...। सूरज डूबते-डूबते बस जाकर गिर पड़ा। कुछ पाँच-सात गज की दूरी रह गई है; घिसटने लगा।

अभी सूरज की आखिरी कोर क्षितिज पर रह गई- घिसटने लगा। और जब उसका हाथ उस जमीन के टुकड़े पर पहुँचा, जहाँ से भागा था, उस खूँटी पर, सूरज डूब गया। वहाँ सूरज डूबा, यहाँ यह आदमी भी मर गया। इतनी मेहनत कर ली! शायद हृदय का दौरा पड़ गया। और सारे गाँव के सीधे-सादे लोग जिनको वह समझाता था, हँसने लगे और एक-दूसरे से बातें करने लगे!

ये पागल आदमी आते ही जाते हैं! इस तरह के पागल लोग आते ही रहते हैं! यह कोई नई घटना न थी, अक्सर लोग आ जाते थे खबरें सुनकर, और इसी तरह मरते थे। यह कोई अपवाद नहीं था, यही नियम था। अब तक ऐसा एक भी आदमी नहीं आया था, जो घेरकर जमीन का मालिक बन पाया हो।

यह कहानी तुम्हारी कहानी है, तुम्हारी जिंदगी की कहानी है, सबकी जिंदगी की कहानी है। यही तो तुम कर रहे हो- दौड़ रहे हो कि कितनी जमीन घेर लें! बारह भी बज जाते हैं, दोपहर भी आ जाती है, लौटने का भी समय होने लगता है- मगर थोड़ा और दौड़ लें! न भूख की फिक्र है, न प्यास की फिक्र है।

जीने का समय कहाँ है? पहले जमीन घेर लें, पहले तिजोड़ी भर लें, पहले बैंक में रुपया इकट्ठा हो जाये, फिर जी लेंगे, फिर बाद में जी लेंगे, एक ही दिन का तो मामला है। और कभी कोई नहीं जी पाता। गरीब मर जाते हैं भूखे; अमीर मर जाते हैं भूखे, कभी कोई नहीं जी पाता। जीने के लिये थोड़ी विश्रांति चाहिए। जीने के लिये थोड़ी समझ चाहिए। जीवन मुफ्त नहीं मिलता- बोध चाहिए।

- मृत्योर्मा अमृतं गमय



ध्यान साधना शिविर कार्यक्रम

सूचना: ऑनलाइन कार्यक्रम अब शनिवार से शुक्रवार



OSHO FRAGRANCE

Program Schedule



Date	Program	Place	Contact
15-20 Oct	Self Realization Retreat	Osho Amritdham Ashram, Datal, Jabalpur, MP	7828184233 0717941278
15-21 Oct	Self Realization Retreat	Online	Osho Fragrance Numbers
29 Oct - 4 Nov	Bhakti Sadhana Shivir	Online	Osho Fragrance Numbers
30 Oct - 3 Nov	Bhakti Sadhana Shivir	Osho Ashram, Sauraha, Chitwan, Nepal	977-9851074126 977-9849962907 977-9841822443
5-Nov	Satsang	Kathmandu, Nepal	977-9841247948 977-9851818794
7-9 Nov	Buddham Sharanam Gacchami	Lumbini, Nepal	977-9857022506 977-9857022750
11-15 Nov	Ashtavakra Mahageeta Shivir	Fokira, Nepal	977-9813476196 (Whatsapp message only)
12-18 Nov	Ashtavakra Mahageeta Shivir	Online	Osho Fragrance Numbers
26 Nov - 2 Dec	Cosmic Realization Retreat	Online	Osho Fragrance Numbers
10-16 Dec	Osho Ke Anuthe Dhyam	online	Osho Fragrance Number
11 Dec	Osho's Birthday Celebration	Online + Rajneesh Dhyam Mandir	
17-21 Dec	Tao Sadhana Shivir	Osho Madhuban, Champa, Chhattisgarh	7746968139 9575518984
22-25 Dec	Jeene Ki Kalaa	Osho Madhuban, Champa, Chhattisgarh	7746968139 9575518984
24-30 Dec	Nirvaan Retreat	Online	Osho Fragrance Numbers
6-11 Jan	Gehan Sadhana Shivir	Guruharzabai, Punjab	9814587745 9859905180
7-13 Jan	Gehan Sadhana Shivir	Online	Osho Fragrance Numbers
21-27 Jan	Osho Loving Awareness Retreat	Online	Osho Fragrance Numbers



www.oshofragrance.org

Osho Fragrance Numbers -
9464247452, 9311806388, 9811064442, 9466661255, 9890341020, 8889709895

RajneeshFragrance f s t oshofragrance

पंजीकरण एवं अधिक जानकारी हेतु सुबह 10 बजे से रात 8 बजे के बीच संपर्क करें



हंस दो जरा....!



संस्कृत टीचर :- What is the meaning of "तमसो मां ज्योतिर्गमय"

full 2 fun

पप्पू :- 'तू सो जा मां मैं ज्योति के घर जा रहा हूँ'



अगर आपकी पत्नी बेहद शांत स्वभाव की है तो ज्यादा खुश ना हो यह चिंता का विषय है

उच्च क्वालिटी की रिवाल्वरों में ही साइलेंसर लगा होता है



भाई बहन का कितना अच्छा रिश्ता होता है प्यार भी और झगड़ा भी।

लेकिन एक दिन ऐसा आता है सिर्फ प्यार ही रह जाता है , और

झगड़े के लिए बहन को पति मिल जाता है और भाई को पत्नी.....!!

भिखारी - ऐ भाई एक रुपया देदे, तिन दिन से भूखा हूँ।

राहगीर - तिन दिन से भूखा है तो एक रुपए का क्या करेगा..?

भिखारी - वजन तोलूंगा कितना घटा है...!!

एक डॉक्टर और वकील दोनों एक ही लड़की को प्यार करते थे... डॉक्टर रोज एक लाल गुलाब लड़की को देता था जबकि वकील रोज एक सेव (apple) लड़की को भेंट देता था...

लड़की कन्फ्यूज हो गयी और वकील से पूछी :- प्यार में तो लाल गुलाब का मतलब समझ में आता है लेकिन प्यार से सेव का क्या कनेक्शन है ??? वकील ने जवाब दिया :-

क्योंकि प्रतिदिन खाया हुआ एक सेव सदा डॉक्टर से दूर रखता है...



पति पत्नी में भयंकर वाक् युध्द हुआ ।

पति ने क्रोध में आकर कहा- " मैं पति पद से इस्तीफा देता हूँ " ।

पत्नी ने कहा - " वैकल्पिक व्यवस्था होने तक पद पर बने रहिये "!



किस-किस का नाम लें, अपनी बरबादी में, बहुत लोग आये थे दुआयें देने शादी में।

ध्यान साधना शिविर



1. 10-12 सितंबर 2022 को ओशो मेडिटेशन कम्प्यून्, हिसार, हरियाणा में प्राणयोग साधना शिविर का संचालन गुरुदेव स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती एवं गुरु मा अमृत प्रिया जी ने किया।

रविवार 11 सितंबर की सुबह हिसार में प्राणयोग साधना शिविर का सत्र लेकर फिर स्वामी जी ने दो शहरों में, फतेहाबाद व सिरसा में सत्संग के लिए यात्रा की।

फतेहाबाद में सुबह 10 बजे से विमल पैलेस में साधकों ने अनेक प्रश्न किये। एक महत्वपूर्ण सवाल यह था कि आज के इनफॉर्मेशन टेक्नोलॉजी वाले जेट युग में हम शान्त कैसे रहें?

सिरसा में दोपहर को पत्रकार वार्ता हुई। मन की शांति और ध्यान के बारे में, वर्तमान समस्याओं के विषय में, राजनीति और धर्म संबंधी प्रश्न पूछे गए।

सिरसा के मंगलम पैलेस में शाम 5 से षीवन में बन्धन क्या? मुक्ति कैसे? इस विषय पर सत्संग हुआ। सिरसा व आसपास के 500 से अधिक मित्रों ने इस गूढ़ आध्यात्मिक चर्चा का लाम लिया। उपस्थित मित्रों में से 80 मुमुक्षुओं ने माला दीक्षा ली। इस कार्यक्रम को संगीत से सजाया पंजाब के स्वामी अनहद जोत की म्यूजिक टीम ने।

12 तारीख की सुबह 6 बजे हिसार के शिविरार्थियों के संग निकट के जंगल में प्रातः भ्रमण के दौरान सूर्योदय पर त्राटक ध्यान और प्राणायाम किया। कलाकारों की संगीत प्रस्तुति, हास परिहास, फिर प्रति सान्निध्य में ओशो की अमृतवाणी सुनते हुए सब ध्यानस्थ हुए।

हिसार, फतेहाबाद, सिरसा





2. नव संन्यास दिवस के पूर्व सुबह 25 सितंबर 2022 को स्वामी शैलेन्द्र सरस्वती और मा अमृत प्रिया जी ने सभी ध्यान केंद्रों को पुनः सक्रिय होने की प्रेरणा दी और लगभग 15-17 ध्यान केंद्रों से जुड़े अनेकों साधकों के प्रश्नों के समाधान दिए तथा ध्यान में डुबकी लगवाई। और ऐसे ही आनेवाले समय में यथासंभव जितने भी ध्यान केंद्र शामिल होना चाहेंगे उनके साथ ये सिलसिला चलता रहेगा। सभी ध्यान केंद्र संचालक तथा साधकों को सहृदय स्वागत।

शामिल हुए ध्यान केंद्रों की सूची-

महाराष्ट्र से उल्हासनगर, डोंबिवली, दहिसर, देवराष्ट्र, नागपुर

मध्य प्रदेश से उज्जैन, सागर, होशंगाबाद, कटनी, बुरहानपुर

हरियाणा से हिसार, सिरसा

उत्तर प्रदेश से गाजियाबाद

पंजाब तथा नेपाल



टोरंटो मेडिटेशन सेंटर, कनाडा में हुए ऑनलाइन ध्यान प्रयोग की कुछ झलकें।



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.



Download Osho Hindi & English Books from the link -



contact@oshofragrance.org

ओशो सुगंध

के पिछले अंक...

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।

पिछले 6 महीनों की पत्रिका को खोलने के लिए नीचे दिए गए पुस्तक वाले चिह्न को दबाएं।



अभी तक के सभी अंकों के लिए चिह्न को दबाकर उन्हें देख सकते हैं।



जीवन रोशन हो जाए

-ओशो

स्वयं को जान लेना सब कुछ जान लेना है। और जो स्वयं को नहीं जानता, वह कुछ भी जान ले, कुछ भी नहीं जानता।

इक साधे सब सधै, सब साधे सब जाए! तुम एक को साध लो, बस। यह जो तुम्हारे भीतर पुरुष है, इसको ही पहचान लो। इतना काफी है। और तुम्हारा जीवन रोशन हो जाएगा। जगमगा उठेगा। दीपावली हो जाएगी। और ऐसे दीए, जो फिर बुझते नहीं। और ऐसी रोशनी जो फिर कभी धीमी नहीं होती। जो प्रगाढ़ से प्रगाढ़तर होती चली जाती है। इसी परम ज्योति का नाम परमात्मा है। आत्मा का ही परम रूप परमात्मा है।

-ज्युं था त्यूं ठहराया-8

ऐसी सच्ची दीपावली से हमारा जीवन रोशन हो उठे यही मंगलकामना! - संपादक