**प्रथम मंत्र**

*ॐ ईशावास्यम्‍ इदं सर्वं यत्‍ किं च जगत्यां जगत्‍ ।*

*तेन त्यक्तेन भुंजीथाः मा गृधः कस्य स्विद्‍ धनम्‍ ॥१॥*

*जीवन एक समरूप, समांगी जैविक समग्रता है। उसके भिन्न भाग नहीं हैं। जीवन में लय है, गतिविधि है। प्रत्येक गतिविधि के साथ निस्तब्धता, गतिहीनता अंतर्भूत है, उसमें समाई हुई है। चूँकि जीवन एकात्मता है, उसके सारतत्व का आनंद उठाओ। लेकिन असार, अनावश्यक, अतिरिक्त अथवा गौण का त्याग कर दो। जिस वजह से दिव्यता ससीम कर दी गई है उसके प्रति की आपकी आसक्ति हटा दो।*

आगे बढने से पहले यह स्मरण रखना ठीक होगा कि यहाँ विमला कुछ पढा नहीं रही है। ईशावास्य उपनिषद जो भी बताना चाह रहा है, केवल वही, विमला आप तक पहुँचा रही है। आज का विज्ञान कहां है और आज आप अपने जीवन से उस शिक्षा परस्पर संबंध कैसे लगाएँ, यह बता रही है। यह केवल राज-योग के अभ्यास में आपको सहायक हो, इस हेतु से है। तो यह विमला से संवाद नहीं है। विमला यहाँ बैढती है किंतु यह विमला का व्याख्यान नहीं है। ईशवास्य उपनिषद जो कह रहा है वही विमला पढा रही है, वही आपको समझाने का यत्न कर रही है।

इसीवजह से मैं ने लोगों से कहा कि आपको इसमें रूचि नहीं लगेगी। यह एक अभ्यास वर्ग है। उपनिषद्‍ में जो कहा गया है उसका हम अभ्यास कर रहे हैं।

*ईशावास्यम्‍ इदं सर्वं यत्‍ किं च जगत्यां जगत्‍।* उपनिषद्‍ के प्रथम मंत्र की पहिली पंक्ति कहती है कि सभी कुछ उस सत्य से, दिव्यत्व से, परम-प्रज्ञासे व्याप्त है। जीवन की प्रत्येक अभिव्यक्ति में प्रज्ञा समाई हुई है, अंतर्भूत है। किसी घोडे में, हाथी में, चिडिया में उस प्रज्ञाका सापेक्षिक स्तर भले ही भिन्न हो, लेकिन जीवन की कोई भी अभिव्यक्ति अंधी अथवा मूक नहीं है।

जैसे शांति पाठ में उपनिषद्‍ हमें बताने का प्रयास कर रहा है कि अव्यक्त समग्र है और व्यक्त भी समग्र ही है। समग्रता एक ऐसा विशिष्ट गुण है जो अभिव्यक्ति की विविधता से प्रभावित नहीं होता है। व्यक्त में विविध प्रकार की अभिव्यक्ति है। ग्रह, सितारे, सौर-मंडल, पृथ्वी, पेड, पंछी, प्राणि इ. ये सभी विविध अभिव्यक्तियाँ हैं। लेकिन वे विविध अभिव्यक्तियाँ टुकडे अथवा भाग नहीं हैं, वे मिलकर समग्र नहीं बनाते। वे अभिव्यक्ति हैं, प्रकाशन हैं, अभिव्यंजना हैं। इसका क्या मतलब हुआ? इसका मतलब हुआ कि प्रत्येक अभिव्यक्ति में समग्रता की गुणवत्ता है, समग्रता का विशेष गुण है। कार के गियर में कार की गुणवत्ता नहीं है। उनमें स्वयंभूत गतिविधि या हलचल नहीं है। समग्रता की विशिष्ट गुणवत्ता जीवन की प्रत्येक अभिव्यक्ति में समाई हुई है। जीवन समग्रता है।

क्या आप समग्रता तथा समग्रता की अभिव्यक्ति का आपसी संबंध जानते हैं? प्रत्येक अभिव्यक्ति में समग्रता की विशिष्ट गुणवत्ता समाई हुई है किंतु संकलित अथवा एकत्रित के भाग में, टुकडे में, एकत्रित की गुणवत्ता समाई हुई नहीं होती। प्रत्येक अभिव्यक्ति समग्रता की विशिष्ट गुणवत्ता धारण किये हुए है, वह अंतर्भूत है। लेकिन संकलित के किसी भाग में समूचे संकलित का गुण विशेष नहीं है।

वेदों को बहुत सही तथा अचूक तरीके से समझने की ओर मैं आपका ध्यान आकर्षित करना चाहूँगी। हम ‘समग्र’ तथा ‘समग्रता’ ये शब्द उपयोग में ला रहे हैं। जीवन एक समग्रता है। परम प्रज्ञा, जीवन का सारतत्व - एक समग्रता(wholeness) है। हम समग्र और समग्रता तथा ‘संकलित’ और ‘सकलता’ (totality) में अंतर समझ लेते हैं वरना हम उलझ जाएँगे, समझने में गडबड करेंगे। जब आप १ से १०० तक की गिनती करते हैं आप के लिये १०० यह इकठ्ठा अंक है, एक से १०० तक के अंक मिलकर, संकलित कर, १०० होते हैं। वह सकलता हुई। १०+९० = १००, दस और नब्बे मिलकर १०० होते हैं। आप एक कार या साइकिल बनाते हैं। आपको क्या चाहिये है इसकी कल्पना होती है। आप अपनी आवश्यकतानुसार भिन्न भिन्न पुर्जे एकत्रित करते हैं, संकलित करते हैं। आपकी जो भी पूर्व कल्पना होती है उस अनुसार, आप पुर्जे एकत्रित कर, कार या साइकिल बना लेते हैं। अगर उसमें से आप एक भी पुर्जा या भाग अलग करते हैं तो कार नहीं चलती है। सकलता या संकलितता सभी भागों को या पुर्जों को एकत्रित करना है, संकलित करना है। इसे विभाजित किया कर सकते हैं। पुर्जों को अलग कर सकते हैं। लेकिन समग्रता कोई संकलित की हुई नहीं है, इसे विभाजित नहीं किया जा सकता। समग्रता अखंड है, विभाजित नहीं की जा सकती। आप समंदर, पहाडीयाँ तथा वनों को इकठ्ठा कर समग्रता नहीं पा सकते। वे समग्रता के भाग नहीं हैं, वास्तव के पुर्जे नहीं हैं, वे तो समग्रता की अभिव्यक्ति हैं। वे तो समग्रता का, वास्तव का प्रकटीकरण है। सागर की एक बूँद सागर का भाग नहीं है, उस बूँद में सागर की समग्रता, सागर (जल?)की समग्रता की गुणवत्ता समाई हुई है।

हमें एकत्रितता तथा समग्रता में अंतर समझ लेना होगा। ‘एकत्रीकरण या संकलितता’ जो भागों में बँट सकती है, जिसमें और कुछ मिलाया जा सकता है, घटाया जा सकता है, जो विभिन्नता होने देती है और ‘समग्रता’ जैविक है, चेतन है। उसमें हम ऐसा नहीं कह सकते हैं कि मुझे आँखें यहाँ नहीं पसंद, जाँघ पर, पैरों पर होनी चाहिये। आप वह बदल नहीं सकते। शरीर की जैविक समग्रता में पारस्परिक संबंध है और यह संबंध ही समग्रता की अभिव्यक्ति है। मानवीय शरीर कोई रोबोट जैसा नहीं है कि जो कुछ पुर्जों को संकलित कर बनाया है और हम उसकी रचना बदल सकते हैं।

जीवन एक समग्रता है, कृपया इस ओर ध्यान दीजिये। जीवन एक एकरूप, समांगी जैविक समग्रता है। इसके खण्ड अथवा हिस्से, पुर्जे नहीं हैं। पृथ्वी, ब्रह्माण्ड का खण्ड अथवा हिस्सा नहीं है। सूरज, चाँद तथा सितारे जीवन की समग्रता के हिस्से नहीं हैं। वे अभिव्यक्ति हैं। तो ‘समग्रता’ तथा ‘संकलितता, एकत्रितता’ में अंतर है।

जीवन कोई किसी उद्देश्य से एकत्रितता को समेकित किया हुआ नहीं है।(?) इसके कोई खण्ड नहीं है, यह अखण्ड है, यह जैविक है और इसमें परस्पर संबंध है और यह संबंध, समग्रता की अभिव्यक्ति है।

आगे यह मंत्र हमें बतलाता है कि उसमें गतिविधि है, हलचल है। *‘जगत’* यह शब्द गतिविधि या हलचल की ओर संकेत करता है। यह जो गति है उसीमें निःश्चलता, निःस्तब्धता समाई हुई है। प्रत्येक अभिव्यक्ति में समग्रता की गुणवत्ता तथा प्रत्येक हलचल में निःश्चलता समाई हुई है। आप गति को निःस्तब्धता से पृथक नहीं कर सकते। आपके प्रत्येक शब्द में मौन समाया हुआ है। हरेक गतिविधि के साथ आंतरिक निःस्तब्धता है ही।

*तेन त्यक्तेन भुंजीथाः मा गृधः कस्य स्विद्‍ धनम्‍ ।* यह मानते हुए कि हमने जीवन की एकात्मता को खोज लिया है, जीवन के पावित्र्य को उसके अक्षयता को समझ लिया है - हम मंत्र के साथ आगे बढ रहे हैं। तो समझो हमने एकात्मता जान ली है, पवित्रता जान ली है तो अब इस एकात्मता की समझ का हम क्या करेंगे? मंत्र कहता है *“तेन त्यक्तेन भुंजिथाः” तेन त्यक्तेन*  का मतलब है - त्याग और *‘भुंजीथाः’* का मतलब है - आनन्द उठाना। किस बात का आनन्द उठाते हैं आप? आप सार-तत्व का आनन्द उठाते हैं। किसका त्याग करते हैं? जो अ-सार है, गौण है - उसका त्याग करते हैं।

आप अपनी आसक्ति का, किसी चीज या रंग, किसी रूप अथवा किसी विशेष वस्तु की धुन का – जिसमें भी दिव्यत्व ससीम है - उसका त्याग करते हैं। आप संस्कारिता का, ससीमता का त्याग करते हैं। काल तथा स्थान से जो जुनून है, उसका जो बंधन है, धुन है उसका त्याग करते हैं।

चूँकि काल तथा स्थान दिव्यत्व से प्रकट होते हैं, निर्गत होते हैं - वे गौण है, दूसरे क्रम के हैं और उनका त्याग किया जा सकता है। मैं आपकी आधुनिक भाषा में रखती हूँ - समय, काल वास्तविक नहीं है, मानसिक काल में कुछ भी तथ्यात्मक आशय नहीं है। आज के जमाने में यह बात इस तरह से रखी जाती हैं। ऋषियों ने हजारों वर्ष पहिले कहा कि, विस्फोट की, अभिव्यक्ति की प्रक्रिया में, उद्भव की प्रक्रिया में दिव्यत्व ने - काल तथा स्थान का रूप ले लिया, काल तथा स्थान प्रकाशित हुए। काल तथा स्थान, रूप तथा आकार, रंग इत्यादि को, इन सब गौण चीजों को - महत्व न दें, उनका त्याग कर दें। सार-तत्व का आनन्द उठाएँ।

शंकराचार्य से लेकर आज के संत विनोबा तक किसीने भी यह अर्थ नहीं लगाया है। उपनिषद्‍ के सैकडों विवेचन, व्याख्याएँ हो चुकी हैं। जो भी हो, मुझे यह मंत्र ऐसा ही विवेचन कहता है। मैं आपको वही अर्थ बता रही हूँ। किसी अन्य व्याख्याकार ने दिया हुआ या किसी पुस्तक में बताया हुआ अर्थ मैं आपको नहीं बता रही हूँ। यह आपके और मेरे बीच का संवाद है, जो भी मुझे समझा है वही मैं आपको बतलाऊँगी।

संत विनोबा जैसे लोगों ने “*तेन त्यक्तेन भुंजीथाः”* का अर्थ कुछ इस प्रकार लगाया है –जो भी आपने कमाया है अथवा जो भी आपको उपलब्ध हुआ है उसका त्याग का भाव रखते हुए उपभोग करो, आनन्द उठाओ। उन्होंने काफी अलग तरीके से व्याख्या की है; और *“तेन त्यक्तेन भुंजीथाः”*  का अर्थ मुझे कुछ ऐसे लगता है - काल तथा स्थान जो कि गौण है उसका - त्याग करना है।

\_\_\_\_\_-

हम सब जो आज यहाँ इकठ्ठा हुए हैं वे केवल रोझाना की ही वजह से हुए हैं। मैं अगस्त में इटली में थी तब करीब आठ दस योग शिक्षक मुझसे मिले। रोझाना इटालियन योग फाउंडेशन की प्रेसिडंट हैं। वे कई वर्षों से योगाभ्यास सिखा रहे हैं और वे अब याज्ञवल्क्य योग, याज्ञवल्क्य स्मृति की देहलीज तक आ पहुँचे हैं। इसी बात की हम चर्चा कर रहे थे तब मैंने कहा कि अगर किसी को याज्ञ्यवल्क्य समझना हो तो उपनिषदों का संदर्भ देखना पडेगा। उपनिषदों की समूची शिक्षा का सारतत्व एक छोटेसे उपनिषद्‍ में, ईशावास्य उपनिषद्‍ में समाया हुआ है। इसपर रोझाना ने कहा, “क्या आप उपनिषद्‍ के लिये हमारा अभ्यास वर्ग लेंगी?” इसपर मैं ने कहा, “ यहाँ नहीं, शायद भारत में हो सकेगा।” रोझाना ने स्वेच्छासे अपने समूह के साथ भारत आने का प्रस्ताव रखा। एक और सात लोगों का समूह बॉस्टन से आने वाला था, लेकिन दुर्भाग्यवश किसी कठिनाई की वजह से वे लोग पहुँच न सके। इटली से आनेवाले सभी मित्र अभी तक यहाँ पहुँचे नहीं हैं। इसलिये उपनिषद्‍-वर्ग शायद दोपहर के सत्र में शुरू होगा। दोपहर तक उनका इंतजार करते हैं। लेकिन मैं बहुत आनंदित हूँ कि रोझाना यहाँ आ सकी। और मुझे अत्यंत आनंद है कि एलिसन आई है। वे उपनिषद्‍-वर्ग के लिये नहीं आई हैं, अपने आप से ही आई हैं। वे ताइची में माहीर हैं यह शायद आप जानते नहीं होंगे। ताइची की कसरत वे अति सुंदर तरीके से सिखाती हैं। रोझाना मेरे भाषणों को इटॅलियन में भाषांतरित करती थी। कुछ दिनों के लिये मैं और कैसर उनके अत्यंत सुंदर तथा शांत घर में महमान बन कर रहे थे। धन्यवाद रोझाना। हम एक सप्ताह साथ रहेंगे। आपको २८ तारीख को जाना है। यहाँ जो अभ्यास-वर्ग लिये जायेंगे वे स्वाभाविकही भारतियेतर लोगों के लिये होंगे।