**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।

**\_\_\_\_\_-ईशावस्य उपनिषद्‍ as transcribed by KGS**

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 अब वे याज्ञवल्क्य योग, याज्ञवल्क्य स्मृति के अभ्यास 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। मुझे नही लगता कि वे उपनिषद्‍-वर्ग के लिये आई हैं, वे तो अपने आप से ही आई हैं। शायद आप में से कोई यह नहीं जानते होंगे कि वे ताइची में माहीर हैं । ताइची की कसरत वे अति सुंदर तरीके से सिखाती हैं।

रोझाना मेरे भाषणों को इटॅलियन में भाषांतरित किया करती थी। कुछ दिनों के लिये मैं और कैसर उनके अत्यंत सुंदर तथा शांत घर में महमान बन कर रहे थे। उनका घर रोम के बाहरी इलाके में था। अत्यंत शांत परिसर था। धन्यवाद रोझाना। हम एक सप्ताह साथ रहेंगे। (आपको २८ तारीख को जाना है।) स्वाभाविकही यहाँ जो अभ्यास-वर्ग लिये जानेवाले हैं वे भारतियेतर लोगों के लिये हैं जिन्होंने संस्कृत भाषा तथा भारतीय तत्वज्ञान का विस्तार में अभ्यास किया हुआ नहीं है। अगर किसी भी उपनिषद्‍ के अभ्यास-वर्ग मुझे भारतियों के लिये लेना होते तो विषय को अलग तरीके से रखा जाता। तो मेरे भारतीय मित्र यह जान लें कि इन अभ्यास वर्गों का स्वरूप भिन्न रहेगा। ये अभ्यास वर्ग योग के अभ्यास से संदर्भ रखेंगे, योग शिक्षकों के लिये होंगे। मानव जाति कई लाखों करोडों वर्षों से जिन प्रश्नों का सामना करती आ रही है जैसे : यह सृजन क्या है हमारे आसपास जो हम यह विश्व देखते हैं वह क्या है? इस सृजन का स्रोत क्या है, सृजन के स्रोत से इस अभिव्यक्त जगत का कैसे संबंध है? मानव समूची मानव जाति यहाँ क्या कर रही है? इस अभिव्यक्त जगत तथा उसके स्रोत के संबंध में मानव जाति की, मानव की, भूमिका क्या है? इस अभिव्यक्त जगत से,इस विश्व से तथा विश्व के अव्यक्त स्रोत से - जिसे भगवान कहते हैं, ईश्वर कहते हैं, दिव्यत्व कहते हैं उससे - मानव कैसे नाता रखे, संबंध रखे? दरसल ये दो समस्याएँ हैं, एक नहीं। इस सृजन का स्वरूप, सृजन का स्रोत –एक। मानव जाति की भूमिका तथा स्रोत जो कि अवयक्त है उससे - कैसे संबंध रखा जाए।

तो मेरे भारतियेतर मित्रों, आप एक ऐसे देश में आये हैं जो कि अति प्राचीन है। आप आबु की पहाडियों पर आये हैं। ये पहाडियाँ हिमालय से भी बहुत अधिक पुरानी हैं। ये ज्वालामुखी की पर्वत-श्रेणियाँ भारत के मध्य भाग से होती हुई युरोप के मध्य-पूर्व तथा कुछ पूर्व में दक्षिण-पूर्व अशियाई देशों तक फैली हुई हैं। यह जो माऊंट आबू आप आज देख रहे हैं, ये जो आसपास के लोग देख रहे हैं ये सभी अब भारतीय संस्कृती के नहीं रहे। इन लोगों का रहन-सहन अब एक भारतीय तथा भारतियेतर रहने के तरीके का अप्रिय, भद्दा मिश्रण है। यह पूर्व तथा पश्चिम का मिलाप नहीं है, किंतु एक अप्रिय, भद्दा संकरित मिश्रण है। और जिस आबु में, जिस गाँव में, मैं पचीस वर्ष पूर्व रहने के लिये आई थी वह अब नहीं बचा। करीब करीब पूरा जंगल गत पचीस वर्षों में काट दिया गया है। बडी बडी इमारतें, होटल आ गये हैं। जब १९६३ में, मैं सर्व प्रथम यहाँ आई थी तो इनमें से कुछ भी नहीं था। राजस्थान सरकार वैसे ही भारत की केंद्रीय सरकार जिन्हें आय की सर्वाधिक लालसा रहती है, उन्होंने यहाँ १९६८ में दारू की दुकानों को दाखिल करवा दिया। गुजरात में दारुबंदी का नियम था तो वहाँ के लोगों को आकर्षित करना चाहते थे। तो गुजराथ के लोग शराब की वजह से यहाँ आ जाते हैं। शुरू में यहाँ एक ही शराब की दुकान थी। अब तो हर होटल में एक शराब का बार है और बियर को तो खाने पीने की सूचि मे शामिल कर दिया है।

तो अब यह एक भद्दी जगह बन चुकी है। जिस जगह मैं पचीस वर्ष पहले आकर रही थी वह आप देख नहीं पाएंगे। इतनी गंदगी तथा भद्देपन के बावजूद भी यहाँ की जमीन, आसमान, अवकाश की रिक्तता में प्राचीन ऋषिमुनि जो यहाँ रह चुके हैं, उनके कंपन अभी भी समाये हुए हैं। हिमालय से भी प्राचीन यह जगह, इस जगह रहनेवाले ऋषिमुनी तथा सधुओं के कारण जानी जाती थी।

तो जो माऊंट आबु का तथ्य आप देख रहे हैं वही करीब करीब पूरे भारत के बारे में भी वैसा ही है। आप भारत के किसी भी क्षेत्र में जाएँ, विशेष कर उत्तर भारत में जिसे आपने आपके सपनों का आध्यात्मिक क्षेत्र, धर्म अथवा प्राचीन संस्कृति का क्षेत्र माना होगा, जिसकी आपने कल्पना की होगी वह नहीं मिलेगा। भारत, पश्चिम देशों की नकल करने की जल्दि में है। और ऐसा करने में अत्यंत असभ्य, अश्लिल तरीके से नकल उतारी जा रही है।

इतना सब होते हुए भी जब आप भारत में और आबु में भी जब लोगों से मिलेंगे तो जिस तरीके से वे बात करते हैं, इतनी गरीबी होते हुए भी जो आदरातिथ्य का भाव दिखता है, वह सरलता, खुलापन, मैत्रि भाव भी दिखेगा और यही उस प्राचीन सभ्यता की विशेषताएँ हैं, लक्षण हैं।

आप इस कमरे में आकर हर दिन कुछ घंटे बिताएँगे तब आप एक ऐसी व्य्कि के साथ रहेंगे जिसका जन्म भारत में हुआ है, उसकी संस्कृति भारतीय है, वह विश्व की नगरिक है और ब्रह्माण्डीय चेतना रखती है। तो आप इस कमरे में मेरे साथ प्राचीन भारत में हैं। उस प्राचीन भारत की विरासत से, उस आध्यात्मिक विरासत से, आपका परिचय करवाने में मुझे अत्यंत आनंद आयेगा। संस्कृति से मतलब है आपका रहन-सहन, आपका खाने पीने का तरीका, आपका पहराव, भाषा, मानव तथा मानवेतर प्राणियों से संबंध का तरीका अथवा ढाँचा। यह सब संस्कृति के अंतर्गत आता है।

इसी वजह से मैंने कहा कि यहाँ वक्ता भारतीय संस्कृति का है।( वक्ता की संस्कृति भारतीय है।) आध्यात्म संस्कृति को लाँघ जाता है और हम आध्यात्मिक विरासत के संदर्भ में बाते करेंगे।

**वेद**

तो अब हम वेदों से शुरुआत करते है। शायद मानवीय साहित्य में सर्वप्रथम लिखित शब्द हैं वेद, जो कि चार या पाँच हैं। अत्यंत प्राचीन पुस्तकें, सबसे प्राचीन शब्द ये वेद - ऋग्वेद, यजुर्वेद, सामवेद, अथर्ववेद इत्यादि ये सभी मानवीय प्रतिभा की विस्मयकारी अभिव्यक्ति है। सत्य की मनो कायिक स्तर पर प्रतीत, व्यक्तिगत अनुभूति की काव्यात्मक अभिव्यक्ति है। और सत्य को मनोकायिक स्तरपर अनुभूत करने वालों के जीवन में जो रूपांतरण महसूस किया गया, उस रूपांतरण का बयान है।

तो वेद कोई तत्वज्ञान नहीं है। वे कोई विचार प्रणाली नहीं हैं। वे कोई तात्विक विचार धारा नहीं हैं। वे वैयक्तिक अनुभूति तथा समझ की काव्यात्मक अभिव्य्क्ति हैं। शायद वे भिन्न भिन्न ऋषि मुनियों ने, संतों ने किसी युग में लिखे हैं। अनुभूति स्वाभाविक ही प्रकृति से, प्रकृति में समाई हुई, उसमें आवरित उर्जा से आये हुए संबंध का निष्पन्न होता है, चेतना के विभिन्न स्तरों पर घटित संबंधों का फलित होता है। ऍलिसन के जीवन में घटित अनुभूति निश्चित ही रोझाना या रॉबर्टो के जीवन में घटित अनुभूति से अलग होगी। उन लोगों ने उस अनुभूति को कोई निश्चित रूप देकर उसका तत्वज्ञान अथवा विचारधारा नहीं बनाई। ऐसा बाद में भारतीय तत्वज्ञान की छः प्रणालियाँ जैसे सांख्य, न्याय, वैशेषिक, मिमांसा,वेदांत इ. बना कर किया गया। वह बाद की बात है।

लेकिन वेदों का प्रारंभिक युग तो जीवन प्रेमियों का, प्रकृति के प्रेमियों का, पदार्थ अथवा मानवी मन से लेकर सत्य तक सभी चीजों के प्रेमियों का युग है। ऊर्जा से प्रभारित, व्यक्त तथा अव्यक्त का संबंध जताते हुए उस आपसी संबंध की प्रक्रिया में जो भी अनुभूत हुआ उसे अभिव्यक्त करने वालों का युग था। मेरे लिये वेद तो एक आनन्ददायी काव्य हैं। अत्यंत विस्मयकारी काव्य है।

वेदों में जिस संस्कृत भाषा का उपयोग किया गया है वह आज की संस्कृत जैसी नहीं है। वेदिक संस्कृत ‘आर्श संस्कृत’ कहलाती थी। आर्श यह शब्द ऋषि से आता है। ऋषियों द्वारा उपयोग में लाई गई संस्कृत भाषा। उस भाषा को आप व्याकरण तथा वाक्य-विन्यास से अथवा भाषा की अन्य किसी भी नियमावली से आँक नहीं सकते। आप उस प्राचीन संस्कृत को कदापि आँक नहीं सकते। वह अपने आप एक भिन्न विश्व है।

हम भारतीय भी वेदों का अभ्यास नहीं कर पाते हैं, उन तक नहीं पहुँच पाते हैं। और इसका कारण भी मैं आपको बतलाती हूँ। तत्वज्ञान की किसी विचार धारा का, सांख्य जो कि एक यथाक्रम, व्यवस्थित विचार धारा है उसका अभ्यास करना सरल है। पतंजली मुनी द्वारा दिये गये हठ-योग का, योग-सूत्रों का अभ्यास करना सरल है। उसमें आप एक सूत्र लेते हैं उसकी व्याख्या करते हैं, उसका अपनी भाषा में अनुवाद करते हैं। यह सब सुव्यवस्थित विचारधारा का, तार्किक विचार का बौद्धिक स्तर पर एकत्री करण हो गया। वेदों का अभ्यास तभी हो सकता है जब आप में वह जिज्ञासा है - “इस सृजन का स्वरूप क्या है? हम अपने चारो ओर जो यह जीवन देख रहे हैं उसके मायने क्या है? इस सबका स्रोत क्या है? यह कैसे सृजित हुआ? इस सबका सृजन क्यों हुआ और इस सबके बीच, मैं यहाँ क्या कर रही हूँ? मैं जीवन के सार तत्व से तथा जीवन की अभिव्यक्ति से भी, कैसे नाता रखूँ, कैसे संबंध रखूँ?” जब तक ऐसी जिज्ञासा नहीं है मुझे लगता है वेदों का पठन निरर्थक है। क्योंकि जब आप वेदों के शब्दों को स्पर्श करते हैं तब आप सत्य के एक अत्यंत प्रमाणिक जिज्ञासू के अनुभूति को स्पर्श करते हैं। जैसे एक माँ जब अपने नन्हें बच्चे के साथ होती है, उसके प्रति कुछ कहती है, या फिर कोई प्रेमी अपनी प्रेमिका के प्रति अपना प्रेम अभिव्यक्त करता है। प्रेम के शब्द तर्क से सीमित नहीं होते हैं। वे ना तो तर्क संगत होते हैं न ही तर्क विरोधी। वह तो इन सब चीजों के ऊपर/परे की बात है। तो, वेद जब कुछ कहते हैं तो वे केवल परम सत्य की व्यक्तिगत अनुभूति और उसकी कव्यात्मक अभिव्यक्ति ही बात करते है। अगर यह समझ गया है कि वेद कोई विशिष्ठ तत्वज्ञान प्रणाली अथवा तत्व विचार नहीं है बल्कि वे संवेदनशीलता की उस ऊँचाई की ओर इशारा करते हैं - जहाँ तक मानव पहुँच सकता है, तो क्या मैं वेदों को मानवीय अनुभूति का हिमालय कह सकती हूँ? कोई भी अनुभूति, प्रतीति आपमें कितनी संवेदनशीलता है, इस बात पर निर्भर करती है। आपकी दूसरों के साथ, जीवन के साथ, प्रकृति के साथ, पंछी पेड पौधों के साथ तथा अपने स्वयं के साथ के समन्वय की, ऐक्य की गुणवत्ता - आपकी संवेदनशीलता की गुणवत्ता पर निर्भर करती है। तो, जहाँ तक मैं वेदों को समझ पाई हूँ, वे संवेदनशीलता का उत्तुंग शिखर - एवरेस्ट हैं।

अब मोटी तौर पर वेदों में दो विभाग हैं। एक तो है व्यक्तिगत अनुभूति की अभिव्यक्ति और दूसरा है उस अनुभूति का, उस समझ का नित्य जीवन में किस तरह से समन्वय, समायोजन तथा संबंध लगाया जाय। इसे कर्मकाण्ड से संबंधित या विधिविधान के संबंधित - कर्मात्मक कहा जाता है और दूसरे को समझ के स्तर पर - ज्ञानात्मक कहा जाता है। इसप्रकार मोटे तौर पर इसका दो में विभाजन किया गया है।

**उपनिषद्‍**

हम वेदों के अंत में आने वाले उपनिषद्‍ देख रहे हैं। वेदों की अभिव्यक्ति का अंतिम चरण, जो ऐतिहासिक दॄष्टि से भी अंत में ही आया है। हम वेदों की अभिव्यक्ति के चरमबिंदु पर या शिखर पर नहीं किंतु वेदांत पर - वेदों के अंत पर - आ रहे हैं। वेदिक काल के अंतिम चरण पर जो उपनिषदों का काल है उस पर, आ रहे हैं। अब हम उपनिषद्‍ देखेंगे।

*‘उप’* का मतलब है ‘समीप’ और *‘षद्‍’* का मतलब है बैठना। शिष्य गुरू के चरणॊं में बैठता है तथा जीवंत वाणी ग्रहण करता है। प्राचीन भारतीयों का जीवंत वाणी का कागज पर लेखांकन कर, आगे की पीढियों को सौंपनें में विश्वास नहीं था। गुरू तथा शिष्य एक साथ बैठ कर वेदों का तथा उपनिषदों का अध्ययन किया जाता था। लिखे हुए शब्द अथवा पुस्तकों को वे लोग मृत शब्द मानते थे। गुरू तथा शिष्य के ऐक्य में, समन्वय में जो समझ फलित हुई वही उपनिषद्‍ कहलाया। उपनिषद्‍ इस शब्द का अर्थ अत्यंत सुंदर है। जब गुरु तथा शिष्य एक दूसरे के समीप समन्वय में जीवन के मौलिक, बुनियादी विषयों पर घटित जो संवाद फलित होता है - उप निषद्‍ - साथ रहते हुए संवाद होना।

प्राचीन शिक्षा पद्धति मृत शब्दों की नहीं वरना जीवंत शब्दों की शिक्षा पद्धति थी। विद्यार्थियों ने पुस्तक को हाथ लगाना तथा कागज पर लिखना अपेक्षित नहीं था। क्योंकि ऐसा करने से आप अपना समझा हुआ कागज को सौंप देते हैं तथा खुद भूल जाते हैं। जब तक आप कागज को सौंपते नहीं हैं तबतक वह आपमें आपकी चेतना का आशय बनकर रहता है। लेकिन जैसे ही आप लिख लेते हैं वैसे ही आपने याद रखने की जबाबदारी उस कागज पर, उस कॅसेट पर या विडियो पर छोड दी है। ऐसा करने से अपने भीतर उस समझ को समाये रखने की संवेदनशीलता कम होती जाती है। हम जिस जमाने में आज जी रहे हैं वहाँ एक ओर तो विज्ञान तथा तकनीक ने हमारा भौतिक जीवन समृद्ध कर दिया है और दूसरी ओर हमारी मानसिकता दरिद्री होती चली जा रही है। हम संवेदनशीलता में दिन-ब-दिन गरीब होते चले जा रहे हैं क्योंकि विज्ञान तथा तंत्रज्ञान ने दी हुई सुविधाओं को हमारे सभी संवेदनशीलता के साथ किये जाने वाले काम जैसे स्मृति में रखना, समय पर याद करना इत्यादि सौंप रहे हैं। सभी कुछ जैसे हिसाब करना, याद रखना इ. मशीनों द्वारा किया जाने लगा है। तो आप अपनी संवेदनशीलता खो देते हैं, स्मृति का पैनापन, समझ की अभिनवता खो देते हैं क्योंकि अब वह सब आपके लिये मृत शब्द बन गये हैं। आपकी संवेदनशीलता स्तंभित बन जाती है तथा जीवंत शब्दों के जरिये, संचरण के जरिये पाई गयी शिक्षा आपका श्वास बन जाती है। जीवंत शब्दोंमें, उनके पीछे की संचरित ऊर्जा, उन शब्दों के पीछे ज्वलंत जीवन रहता है। ऐसा सुंदर यह ‘उपनिषद्‍’ शब्द है।

अब हम ईशावास्य उपनिषद्‍’ जो की औपनिषदिक शिक्षा का सार है उसकी ओर आते हैं। आज करीब १०८ उपनिषद्‍ उपलब्ध हैं। उनमे से दस उपनिषद्‍ महत्व के माने गये हैं और उन दस उपनिषदों में इशावास्य प्रथम है। सभी उपनिषदों के नाम बता कर आपकी चेतना को उलझाने से कोई मतलब नहीं है लेकिन फिर भी मैं आपको नाम बता सकती हूँ – इश, केन, कठ, प्रश्न, मुन्डक, मन्डुक्य, तैतरीय, ऐतरेयम, छांदोग्य, बृहदारण्यक - ऐसे दस उपनिषद्‍ हैं। ये अत्यंत दिलचस्प उपनिषद्‍ हैं और अब हम प्रथम उपनिषद्‍, ईशवास्य उपनिषद्‍ की ओर मुडते हैं।

‘ईश’ शब्द व्याप्ति की ओर निर्देश करता है। आपने ईश यह शब्द आपके पातंजली योगसूत्रों में भी सुना होगा। ‘ईश्वरप्रणिधानाद्वा’ ऐसा एक सूत्र पातंजली योग सूत्रों में भी आता है। ईश्वर शब्द की उत्पत्ति ‘ईश’ - ईशते, इस मूल धातु से हुई है। ईशते, व्याप्त, सर्वव्यापी। व्याप्त से मतलब है उसके भीतर घुसना, अपने सार तत्व से पूरा भिगो देना, अपने चेतनत्व से भर देना। उसे व्याप्त कहते हैं। व्याप्त का मतलब केवल उपर से ढँकना नहीं है। केवल ऊपर से ओढ देना, अच्छादित कर देना नहीं जैसे आप चिट्ठी को लिफाफे में रख देते हैं। यह विश्व दिव्यत्व से अच्छादित नहीं है। दिव्यत्व सबमें भीत घुसा हुआ है। व्याप्त है। वह प्रत्येक अभिव्यक्ति का अस्तित्व है। व्याप्त, जिसमें व्याप्त हुआ है उसका सारतत्व हो जाना - ईश शब्द का यह अर्थ है। इस शब्द के अर्थ को हम आगे भी देखेंगे किंतु अगर हम कहते हैं ईश, ईश्वर एक तृण पाती में व्याप्त है। इसका मतलब है कि उस तृण पाती में, उसके आकार तथा रूप से वैसे ही स्थान तथा काल से सीमित, दिव्यत्व के सभी गुणधर्म आप देख सकेंगे। यह सीमित तरीके से रहेगा किंतु मौलिक ऊर्जा तत्व से व्याप्त होगा जरूर। तो ईशवास्य उपनिषद्‍ एक ऐसा उपनिषद्‍ है जो परम सत्य के सर्व व्यापी असली सारतत्व के बारे में, जिसने समूचे विश्व को व्याप्त कर रखा है उसके बारे में बताता है।

*ईशावास्यम्‍ इदं सर्वं यत्‍ किं च जगत्यां जगत्‍* । संस्कृत में *‘जगत्‍’* का मतलब होता है वह जिसमें गति है, हलचल है, जो हमेशा ही गतिमान है, जिसमें ऊर्जा है। ‘जगत्‍’ -*‘गतिशीलम्‍ जगत्‍’* वह जिसमें गति है, हलचल है, ऊर्जा है अविरत गतिशीलता है और विभिन्न तरीके से, विभिन्न अघाडियों पर सतत हलचल है।

यह उपनिषद्‍, इस विश्व में जो भी गति युक्त है, उसमे समाई हुई दिव्यता के बारे में बताता है। यही वजह है कि यह ईशावास्य उपनिषद्‍ कहलाता है। मैं केवल ‘ईशावास्य’ इस शब्द के बारे में ही कह रही हूँ। वह तत्व जो इस विश्व में जो भी दिखलाई देता है ऐसे प्रत्येक चीज में व्याप्त है, उसके बारे में ही बात कर रही हूँ। जब हम उपनिषद्‍ देखेंगे तो उसके प्रथम मंत्र को देखना होगा। आप मंत्र इस शब्द से तो वाकिफ होंगे। मंत्र एक अत्यंत सुंदर शब्द है। ‘*मननात्‍ त्रायते इति मंत्रः* ’ जिसका आप चिंतन करते हैं तो वह आपको मुक्ति में सहायक होता है। वह शब्द जो आपके आत्मसाक्षात्कार में सहायक होता है अगर आप उसके अर्थ पर चिंतन करते हैं। लोग उसके अर्थ की ओर ध्यान नहीं देते हैं। मंत्र : मनन तथा त्र, त्रायते याने जो आपकी रक्षा करता है, जो आपको सहायक होता है, जो आपके आत्मसाक्षात्कार को, मुक्ति को गति प्रदान करता है।

ईशावास्य उपनिषद्‍ में अठारह मंत्र हैं। किन्हीं प्रकाशनों में अठारह हैं और किन्हीं में सोलह। दोपहर में जब आपके सभी मित्र आ जायेंगे तब हम उनकी शुरुआत करेंगे। उसके पहिले हम शांति पाठ की ओर मुडते हैं।

ॐ – वेदों में हर कथन की शुरुआत ॐ से हुआ करती है। जिस आदि नाद से सृजन अस्तित्व में आया है उसका मानव द्वारा वैखरी में दिया गया प्रतिरूप - ॐ है। यह उस आदि नाद का मानव जाति ने किया हुआ अनुकरण है, प्रतिरूप है। इसका मतलब यह है कि विश्व हर क्षण इस नाद से कंपन पा रहा है। यह सभी जगह अभिव्यक्त नहीं हुआ है। वह जल में, आकाश के अवकाश में, पेडपौधों द्वारा, पंछियों में, प्राणियों में अभिव्यक्त हुआ है। यह बिना किसी आहत के उत्पन्न हुआ आदि नाद है। यहाँ जो मैं अभी बोल रही हूँ, जो शब्दों का उच्चारण कर रही हूँ वह जिव्हा दात तथा होंठ एकत्रित मिलकर उनके घर्षण से ध्वनि निर्माण हो रहा है। लेकिन यह ॐ कार नाद, जो कि आदि नाद कहलाता है, वह बिना किसी आहत के निर्माण हुआ है। यह स्वयंनिर्मित संपूर्ण/समग्र नाद है। समूची मानव जाति इसका अनुकरण करने का प्रयास करती है – और कहा जाता है कि आपको अपने दातों को स्पर्श नही करना पडता, आप अपने अंतस्‍ में यह नाद उत्पन्न कर सकते हैं और सुन भी सकते हैं।

तो आरंभ होता है –

*ॐ पूर्णम्‍ अदः पूर्णम्‍ इदम्‍ पूर्णात्‍ पूर्णम्‍ उदच्यते ।*

*पूर्णस्य पूर्णम्‍ आदाय पूर्णम्‍ एव अवशिष्यते ॥*

*ॐ शान्तिः शांतिः शांतिः*

यह शक्ति का आवाहन है। *पूर्णम्‍ अदः*, पूर्णम्‍ से मतलब है समग्र, समग्रता, संपूर्णता यह अनंत है, संपूर्ण तथा अनंत है। यह क्या है? स्रोत, दिव्यत्व, आप को लगता है तो आप उसे भगवान या ईश्वर भी कह सकते हैं। जिसे आप भगवान, ईश्वर या सृजन का स्रोत कहते हैं वह अनंत है, संपूर्णता है, एकरूपता है। *पूर्णम्‍ इदम्‍*  अपने आसपास आप यह जो विश्व देख रहे हैं वह भी अनंत है। स्रोत अनंत है और सृजन भी अनंत है। सृजन की अनंतता उसीमे से आविर्भूत हुई है। इसे सरल कैसे बनाया जाय यह मैं नहीं जानती। आप व्यक्त और अव्यक्त इन शब्दों से परिचित होंगे। अव्यक्त