**प्रथम मंत्र**

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

*तेन त्यक्तेन भुंजीथाः मा ग्रुधः 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।