





संदेश शांति का संदेश

यह संदेश किसी मजहब, धर्म या किसी पुस्तक का संदेश नहीं है। यह संदेश हर एक मनुष्य से संबंधित है, जो उसके हृदय में विराजमान है। क्योंकि यह संदेश है शांति का। यह संदेश है उस जरूरी चीज का, जिसकी मनुष्य को जरूरत है। मैं अंदर की शांति की बात कर रहा हूँ। इस संसार में बाहर तो शांति तभी होगी, जब पहले मनुष्य के अंदर शांति होगी। लोगों ने बहुत कोशिश कर ली है कि किसी न किसी तरीके से बाहर शांति हो, परंतु सारी कोशिशों के बावजूद भी हर साल अशांति बढ़ती ही

चली जाती है। क्योंकि मनुष्य का ध्यान उस तरफ नहीं जा रहा है, जहां से शांति हो सकती है। मनुष्य अपनी उंगली से दूसरों की तरफ इशारा कर रहा है कि इसका दोष है, उसका दोष है; यह बात खराब है, वह बात खराब है, परंतु वह अपनी उंगली को अपनी तरफ नहीं कर रहा है कि “शांति मुझे चाहिए। शांति मुझसे शुरू होती है!” हर एक व्यक्ति जो इस संसार के अंदर है, उससे शुरू होती है।

यह संदेश किसी मजहब, धर्म या किसी पुस्तक का संदेश नहीं है। यह संदेश हर एक मनुष्य से संबंधित है, जो उसके हृदय में विराजमान है। क्योंकि यह संदेश है शांति का। यह संदेश है उस जरूरी चीज का, जिसकी मनुष्य को जरूरत है। मुझसे एक बार एक इंटरव्यू में एक प्रश्न पूछा गया कि “इस संसार के अंदर इतनी क्रांति फैली हुई है, लोग असंतुष्ट हैं, शांति नहीं है, एक मजहब दूसरे मजहब से आपस में लड़ने के लिए तैयार हैं तो शांति कैसे स्थापित होगी?” मैंने उसको जवाब दिया कि एक दूसरे से धर्म या मजहब नहीं लड़ते हैं, बल्कि मनुष्य लड़ते हैं। आपस में मनुष्य क्यों लड़ता है? अगर मनुष्य की जरूरतें पूरी नहीं होंगी तो लड़ाइयां होंगी ही। क्योंकि मनुष्य की कुछ ऐसी जरूरतें हैं, जिनको अगर पूरा नहीं किया गया तो वह असंतुष्ट होगा ही। मनुष्य की सारी जरूरतों के अलावा एक जरूरत ऐसी है, जिस जरूरत को पूरा किये बिना मनुष्य जो कुछ भी करेगा, वह अधूरा ही रहेगा।

मैं अंदर की शांति की बात कर रहा हूं। इस संसार में बाहर तो शांति तभी होगी, जब पहले मनुष्य के अंदर शांति होगी। लोगों ने बहुत कोशिश कर ली है कि किसी न किसी तरीके से बाहर शांति हो, परंतु सारी कोशिशों के बावजूद भी हर साल अशांति बढ़ती ही चली जाती है। क्योंकि मनुष्य का ध्यान उस तरफ नहीं जा रहा है, जहां से शांति हो सकती है। मनुष्य अपनी उंगली से दूसरों की तरफ इशारा कर रहा है कि इसका दोष है, उसका दोष है; यह बात खराब है, वह बात खराब है। मनुष्य अपनी उंगली से बाहर की तरफ दिखाता है, परंतु वह अपनी उंगली को अपनी तरफ नहीं कर रहा है कि “शांति मुझे चाहिए। शांति मुझसे शुरू होती है!” हर एक व्यक्ति जो इस संसार के अंदर है, उससे शुरू होती है।

तो सबसे पहले यह बात समझने की है कि जो आपका जीवन है, यह क्या है? क्योंकि इस संसार के अंदर लोग आते हैं। जब लोग बच्चे होते हैं तो खेलते हैं और जब वह उम्र चली जाती है तो पढ़ाई-लिखाई की उम्र आती है। उसके बाद जब आदमी पढ़-लिखकर कॉलेज से बाहर आता है तो नौकरी की तलाश करता है। फिर उसके बाद उसकी शादी होती है, वह परिवार बसाता है, नौकरी करता है, अपना कैरियर बनाता है, धन कमाने की इच्छा होती है। अगर वह भगवान के पास भी जाता है तो क्यों जाता है? वह भगवान से क्या मांगता है?

असली शांति क्या है?

आज मनुष्य की क्या हालत हो गयी है? भगवान के पास जाकर वह धन मांगता है, दौलत मांगता है, परिवार मांगता है, परंतु वह शांति को मांगना भूल गया। वह भगवान से शांति नहीं मांगता है। जिस चीज की उसको जरूरत है, वह नहीं मांग रहा है। अन्य चीजों को वह मांग रहा है। आदमी साल, दो साल, तीन साल, चार साल, पांच साल इंतजार करता है, मेहनत करता है, कोशिश करता है, पर आखिर में उसको क्या मिलता है?

वह असली शांति नहीं मिलती है। कोई यह मानता है कि “मेरे जीवन में इस चीज की व्यवस्था हो जाये, उस चीज की व्यवस्था हो जाये तो मुझको शांति मिल जायेगी”, तो वह असली शांति नहीं है। कई लोग हैं, जो ऐसी जगह जाते हैं, जहां कारों की आवाज नहीं है, बसों की आवाज नहीं है और कहते हैं, “यहां कितनी शांति है!” जो अपने जीवन में आवाज सुनाई देती है, शहरों में आवाज सुनाई देती है, अगर उसके अभाव को मनुष्य शांति समझने लगे तो क्या वह शांति है? अगर वह असली शांति होती तो ऐसा मनुष्य, जो सुन नहीं सकता है, वह तो हमेशा ही शांत रहता है। परंतु वह शांति नहीं है। लोग ऐसी जगह जाते हैं, जहां बहुत सुंदर दृश्य है। लोग सुंदर दृश्यों को देखते हैं तो कहते हैं, “कितना शांत वातावरण है!” लोग समझते हैं कि जंगल में बहुत शांति है, परंतु अगर जंगल में देखा जाये तो कोई जानवर किसी के पीछे पड़ा हुआ है, तो कोई किसी के पीछे पड़ा हुआ है — बाहर से आदमी देख रहा है तो कहता है, “कितना शांत वातावरण है!” परंतु अगर नजदीक से देखेंगे तो पता चलेगा कि कोई किसी को खा रहा है, कोई किसी को मार रहा है; छिपकिली किसी कीड़े को खा रही है, मच्छर किसी को काट रहा है; कहीं कुछ हो रहा है, कहीं कुछ हो रहा है। जो उस जंगल के अंदर पशु-पक्षी हैं, उनको तो शांति नहीं है, परंतु बाहर से मनुष्य कह रहा है



असली शांति वह है , जिसका मनुष्य अपने अंदर अनुभव कर सकता है । बाहर नहीं, अंदर अनुभव कर सकता है । जबतक मनुष्य अपने हृदय-स्थित चीज का अनुभव नहीं करेगा, तबतक इस संसार के अंदर शांति असंभव है ।

कि “कितना शांत वातावरण है !” वह भी असली शांति नहीं है । तो असली शांति क्या है ? असली शांति वह है, जिसका मनुष्य अपने अंदर अनुभव कर सकता है ।

एक बहुत जरूरी बात समझने की यह है कि जब मनुष्य अंदर से खुश हो जाता है — जैसे किसी दिन आदमी उठे और अंदर से वह खुश हो, किसी भी कारण से वह खुश हो तो उसका हुलिया ही दूसरा होगा । अर्थात् अगर किसी से गलती भी हो गयी तो वह उसको डांटेगा-फटकारेगा नहीं, उसको क्षमा कर देगा । इस संसार के अंदर, इस सोसाइटी के अंदर कितने ही लोगों को समझाने की कोशिश करते हैं कि किस तरह का वातावरण होना चाहिए । परंतु जब मनुष्य अंदर से प्रसन्न होता है तो स्वयं ही उसका सारा हुलिया बदल जाता है । गुस्से से वह अपने आप दूर हो जाता है । अगर उसका मूड खराब है तो कोई छोटी-सी भी बात हो जाये तो उसको तुरंत गुस्सा आ जायेगा, परंतु अगर उसका मूड अच्छा है, वह अंदर से खुश, प्रसन्न है तो उसका सारा हुलिया बदल जाता है । ऐसा क्यों होता है ? क्योंकि मनुष्य का स्वभाव है कि जब वह अपने अंदर स्थित शांति का अनुभव करता है तो वह बाहर भी शांति चाहता है और बाहर भी उसके शांति होगी । अगर उसके अंदर लड़ाई चल रही है तो चाहे वह कितनी भी कोशिश करे, वह अशांत रहेगा । शांति का अनुभव तो मनुष्य सिर्फ अपने अंदर ही कर सकता है । उसके लिए क्या चाहिए ?

जिस प्रकार इन आँखों को देखने के लिए दर्पण चाहिए, उसी प्रकार जो आपके अंदर स्थित शांति है, उसका अनुभव करने के लिए आपको ‘ज्ञान’ चाहिए । उसी को ‘ज्ञान’ कहते हैं । हमारे संत-महात्माओं ने इस चीज का पहले ही वर्णन किया हुआ है कि इस संसार के अंदर नाना प्रकार के ज्ञान हैं, परंतु जिस ज्ञान से मनुष्य अपने आपको पहचानता है, उस ज्ञान का सबसे ऊंचा दर्जा है । अपने आपको पहचानने की बात आज की नहीं है । यह तो सदियों पुरानी बात है कि “तुम अपने आपको पहचानो । जिस चीज की तुमको तलाश है, वह तुम्हारे अंदर है ।”

अगर मुझे भूख लगी है और मैं कहीं जाऊँ और मुझे भूख सता रही है — ठीक है, मैं और काम करने में व्यस्त हो सकता हूँ, परंतु भूख तो मुझे हमेशा सताती रहेगी । नींद भी मनुष्य की एक जरूरत है । मनुष्य की एक निजी जरूरत है । जबतक वह जरूरत पूरी नहीं होगी, तबतक उसे चैन नहीं मिलेगा । अगर उसकी जरूरत नींद है, तो जरूरी है कि वह सोये और अपनी उस जरूरत को पूरा करे । तो इन जरूरतों को तो हम समझते हैं । जब प्यास लगती है तो पानी पीने की जरूरत है । जब नींद आती है तो सोने की जरूरत है । परंतु क्या हम अपने अंदर उस अभाव को महसूस कर रहे हैं, जिस ‘जरूरत’ को पूरा करना जरूरी है, जिसको पूरा किए बिना कुछ नहीं होगा ? क्योंकि उसको पूरा किए बिना मनुष्य अशांत रहेगा ।

शांति कैसे संभव है ?

आजकल के लोग बाहर के ज्ञान-विज्ञान में बड़ा गर्व करते हैं कि “हमने यह कर लिया, हमने वह कर लिया।” ठीक है, मनुष्य चंद्रमा तक चला गया। उसने इस चीज का आविष्कार किया; उसने ये किया, उसने वो किया, परंतु शांति का अनुभव तो नहीं किया? मनुष्य क्रांति के यंत्रों में तो अब्बल निकल गया। बंदूक बनाने में, आग की वर्षा करने में, बम बनाने में — इन चीजों में तो वह बहुत आगे निकल गया, परंतु शांति कहाँ रह गयी? क्या शांति की खोज मनुष्य को आदि काल से नहीं है? सबने इस बात को माना है कि बिना शांति के हर एक चीज अधूरी रह जाएगी। परंतु पता नहीं, मनुष्य को क्या लगी है कि वह उन सारी चीजों को भूल करके अन्य दूसरी चीजों में आगे-आगे बढ़ता जा रहा है।

अगर मनुष्य का इस समय में रिपोर्ट-कार्ड बनाया जाए, जो इतनी अशांति फैल रही है — कितने लाखों लोग मारे जा रहे हैं — अगर रिपोर्ट-कार्ड बनाया जाए मनुष्य का, तो मनुष्य तो फेल होगा। एक ही साल की फेल होने की बात नहीं है, यह तो सदियों से, सौ साल से, दो सौ साल से ऊपर हो गए हैं मनुष्य को फेल होते हुए, हजारों साल हो गए हैं फेल होते हुए। मनुष्य ने हर एक चीज की कोशिश कर ली है, परंतु अपने अंदर-स्थित उस चीज का अनुभव करने की कोशिश नहीं की है। जबतक वह उस हृदय-स्थित चीज का अनुभव नहीं करेगा, तबतक इस संसार के अंदर शांति असंभव है। बाहर की शांति, अंदर की शांति का प्रतीक है। अगर मनुष्य के अंदर शांति नहीं है तो बाहर शांति असंभव है। यह मेरा अनुभव है। अपने जीवन के अंदर यह मैंने देखा है।

तो पहचानिए उस चीज को, जो असली चीज है! जानिए उस चीज को, जो असली चीज है। मैं किसी चीज को छोड़ने की बात नहीं कर रहा हूँ। मैं जानने की बात कर रहा हूँ और पहचानने की बात कर रहा हूँ, जो आपके अंदर है। अपने हृदय को जानिए। अपने हृदय को पहचानिए। अपने आपको जानिए और अपने आपको पहचानिए! जब आप पहचान जाएंगे, तब आप स्वयं इस चीज का अनुभव कर लेंगे। हर एक चीज जो बाहर की है, उसको बाहर रहने दें और अपने अंदर जा करके, अपने हृदय से, सच्चे भाव से आप उस चीज का अनुभव करें। जब उसका अनुभव करेंगे तो शांति मिलेगी। अंदर की शांति मिलेगी। सच्ची शांति!

समय के महापुरुष के पास जाओ

अपने अंदर स्थित शांति का अनुभव करने के लिए कोई बटन नहीं है। इसके लिए कहा है कि छल-कपट को त्याग करके, बालक का हृदय लेकर समय के महापुरुष के पास जाओ। यह चीज नहीं बदली है। यह समझने की बात है कि मनुष्य ने इस संसार के अंदर तरह-तरह की चीजों का आविष्कार किया है — तरह-तरह के गिलास बनाये, परंतु जब प्यास लगती है तो पानी की जरूरत है। प्यास अगर बुझेगी तो पानी से बुझेगी, चाहे वह पानी सोने के गिलास से पीये, कांच के गिलास से पीये या अगर गिलास नहीं है तो अपना मुंह खोले और पानी उसके मुंह में जाये। पानी की जरूरत है। वह चीज नहीं बदली है।

अगर आप अपने जीवन के अंदर शांति की जरूरत को समझते हैं तो आपको यह करना ही चाहिए। अगर आपने इस बात को समझा है कि आपको शांति की जरूरत है तो आप अपने जीवन के अंदर ऐसी विधि को अपनाइए, जो अंदर ले जाकर आपको स्वयं अनुभव कराये। आप ऐसे महापुरुष को ढूँढ़िए, जो स्वयं आपको पानी पिलाये, ताकि आपकी प्यास बुझे। यह बहुत जरूरी है कि आपके हृदय की प्यास बुझे। जब हृदय की प्यास बुझेगी तो उसका अनुभव आपको होगा। जब आपकी जिंदगी के अंदर शांति आयेगी तो इसका अनुभव आपको होगा। यह अंदर की बात है, यह अंदर की चीज है। इसको समझिए और अपने जीवन को सफल बनाइए। क्योंकि यह मौका बार-बार नहीं मिलता। अन्य सारी चीजें तो हम कभी भी कर सकते हैं, परंतु अपने अंदर स्थित उस चीज का अनुभव करने का मौका हमें बार-बार नहीं मिलता है। ❖

अगर आपने इस बात को समझा है कि आपको शांति की जरूरत है तो आप अपने जीवन के अंदर ऐसी विधि को अपनाइए, जो अंदर ले जाकर आपको स्वयं का अनुभव कराये।