

जीवन में उतार-चढ़ाव आना एक प्राकृतिक नियम है। इसलिए सुख में हँसना और कठिनाइयों में रोना, यह आचरण गलत है

नमस्ते मैं हूँ पुलकित माथुर स्पिरिचुअलबी डॉट कॉम की संस्थापक और आज से मैं हिंदी ब्रॉडकास्ट का एक ट्रायल रन शुरू कर रही हूँ। आने वाले कुछ महीनों की हर पंद्रह तारीख को मैं हिंदी में एक ऑडियो पॉडकास्ट या फिर एक वीडियो रिलीज़ करूंगी। इसलिए अगर आपको ये हिंदी ब्रॉडकास्ट पसंद आये, या फिर आप के पास मेरे लिए कोई और अन्य सुझाव हों, तो उन्हें यूट्यूब या स्पिरिचुअलबी के कमेंट्स सेक्शन में लिखना न भूलें।

इस हिंदी ब्रॉडकास्ट सीरीज द्वारा, वेदांत का जो प्रैक्टिकल आस्पेक्ट, यानि कि व्यावहारिक पहलू है, उसे मैं आपके सामने प्रस्तुत करना चाहती हूँ। वेदांत के दो पहलू होते हैं - एक थ्योरी यानि कि वेदांत के वो सिद्धांत जो की उपनिषदों में पाए जाते हैं, और दूसरा प्रैक्टिकल, यानि कि वेदांत के सिद्धांतों को किताबों में से निकाल कर उन्हें जीवंत कैसे बनाया जाए, उन्हें अपने व्यवहार और आचरण में कैसे उतारा जाए, ताकि उन्हें अपनाकर हम मोक्ष और समाधि अवस्था की ओर बढ़ सकें - इसका ज्ञान वेदांत के प्रैक्टिकल पहलू में आता है।

उपनिषदों की गूढ़ शिक्षाएँ जो कि वेदांत की थ्योरी बनाती है, उन कठिन सिद्धांतों को हमारे लिए आसान बनाया है, रामकृष्ण परमहंस, स्वामी विवेकानंद, श्री औरोबिन्दो और स्वामी शिवानंद जैसे अवतारी ऋषियों ने। और वेदांत के सिद्धांतों को अपने जीवन में प्रैक्टिकल कैसे बनायें, इस बात को डिटेल यानि कि विस्तृत रूप से समझाया है एक और अवतारी ऋषिसत्ता ने, और वे हैं पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य। पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य जिन्होंने गायत्री परिवार की स्थापना की, वे ही मेरे प्रथम गुरु हैं, और उन्हीं की किताबें पढ़ कर मैं बड़ी हुई हूँ। उनकी सारी लेखनी हिंदी भाषा में है।

इन ५ ऋषियों के अलावा अन्य और ऋषि गण भी हैं जिन्होंने वेदांत के सिद्धांतों को आसान बनाकर आम जनता तक पहुंचाने का दैविक कार्य किया है, परंतु क्योंकि इन पाँचों ऋषियों की लेखनी से मैं अच्छी तरह से वाकिफ हूँ, और इन्हें मैं अपना गुरु मानती हूँ, इसलिए मैंने इन ५ ऋषियों को चुना है।

इन पाँचों में से प्रत्येक ऋषि ने, अपने समय की माँगों के अनुसार, वेदांत के कुछ पहलुओं को गहराई में उतर कर समझाया है। कुछ बातें स्वामी विवेकानंद ने विस्तार से समझाई है, तो कुछ श्री औरोबिन्दो ने। जो प्रश्न स्वामी विवेकानंद और श्री औरोबिन्दो ने छोड़ दिए, उनका समाधान स्वामी शिवानंद या फिर पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य ने अपनी किताबों में किया है। इसलिए वेदांत, जो की एक बहुत ही फैला हुआ व्यापक विज्ञान है, उसे ठीक प्रकार से समझाने के लिए, मैं इन पाँचों ऋषियों की लेखनियों को कंबाइन करके स्पिरिचुअलबी पर आपके सामने प्रस्तुत करती हूँ।

तो आइये इस हिंदी श्रृंखला के पहले पॉडकास्ट को शुरू करते है, और चलते है युगऋषि पंडित श्रीराम शर्मा आचार्य के सान्निध्य में और सुनते है उनके द्वारा रचित एक लेख, जिसमें उन्होंने बताया है की सुख में हँसना और कठिनाइयों में रोने की हमारी जो आदत है, वह वेदांत की दृष्टि से अत्यन्त ही गलत और हानिकारक क्यों हैं? वेदांत की इस सीख को युगऋषि ने अपनी पत्रिका अखण्ड ज्योति में, [सितंबर 1963 के एक लेख](#) में प्रस्तुत किया था।

तो चलिये समझते है युगऋषि श्रीराम शर्मा आचार्य जी से कि मुसीबतों में रोने-चिल्लाने और भाग्य को कोसने की बजाय, हमें कठिनाइयों का खुले हृदय से स्वागत क्यों करना चाहिए?

सृष्टि संचालन के सार्वभौम नियमों के अनुसार जीवन के प्रत्येक क्षेत्र में परिवर्तन होते रहना एक स्वाभाविक बात है। दिन के बाद रात और रात के बाद दिन होता है। वर्षा के बाद शरद और इसके पश्चात् ग्रीष्म ऋतु का आना भी प्रायः निश्चित ही होता है। सूर्य चन्द्र एवं अन्य ग्रह भी एक नियमबद्ध गति में चलते हैं। इसी तरह मानव जीवन भी इन सार्वभौम नियमों के अंतर्गत सदैव एक सा नहीं रहता।

मनुष्य की इच्छा हो या न हो, जीवन में भी परिवर्तनशील परिस्थितियाँ आती ही रहती हैं। आज उतार है तो कल चढ़ाव। चढ़े हुए गिरते हैं और गिरे हुए उठते हैं। आज अँगुली के इशारे पर चलने वाले अनेकों अनुयायी हैं तो कल सुख-दुःख को पूछने वाला एक भी नहीं रहता। रंक कहलाने वाला एक दिन धनपति बन जाता है, तो धनवान निर्धन बन जाता है। जीवन में इस तरह की परिवर्तनशील परिस्थितियों का आते-जाते रहना, नियति चक्र का सहज स्वाभाविक नियम है। इनसे बचा नहीं जा सकता। इन्हें टाला नहीं जा सकता।

परन्तु एकांगी यानि कि one-sided विचार धारा से प्रेरित मनुष्य इस नियति के विधान को नहीं समझ पाता। वह अपनी इच्छा कामना के अनुकूल परिस्थितियों में तो सुख अनुभव करता है, परन्तु विपरीत परिस्थितियों में दुखी हो जाता है। अधिकांश व्यक्ति सुख, सुविधा, सम्पन्नता, लाभ, उन्नति आदि में प्रसन्न और सुखी रहते हैं, किन्तु कठिनाई, हानि आदि में दुखी और उद्विग्न हो जाते हैं। दूसरों को अथवा ईश्वर को अपनी विपत्तियों के लिए कोसते हैं, शिकायत करते है, तथा इनसे बचने के लिए असफल प्रयत्न करते हैं। यह सब मनुष्य के एकांगी यानि कि unidirectional दृष्टिकोण का ही परिणाम है, जिसकी वजह से वह अपने जीवन में सिर्फ सुख, लाभ तथा अनुकूल परिस्थितियाँ ही देखना चाहता है, प्रतिकूलताएँ नहीं।

इस प्रकार का एकांगी दृष्टिकोण हमारे लिए अत्यंत ही हानिकारक है, क्योंकि इसके अपनाने से हमारी समस्याएँ घटती नहीं, बल्कि बढ़ती ही चली जाती हैं। ऐसी मानसिक धारणा के कारण, हम कठिन परिस्थितियों को, अपने अंदर साहस, दृढ़ता एवं इच्छा शक्ति बढ़ाने के लिए, उपयोग नहीं कर पाते। जिसकी वजह से हमारा आंतरिक स्तर कमजोर पड़ता जाता है, और हम जीवन कि अन्य छोटी-मोटी परेशानियों के सामने भी अपने हथियार डाल देते हैं।

इसलिए कठिनाइयों से घबराने की बजाय उनका खुले हृदय से स्वागत करना चाहिए, ताकि वे हमारे मानसिक विकास में और हमारे व्यक्तित्व को निखारने में, महत्वपूर्ण भूमिका अदा कर सकें। कोई भी वस्तु उत्कृष्टता को तभी प्राप्त करती है, मूल्यवान तभी बनती है, जब वह परीक्षा की कसौटी पर खरी उतरती है।

सोना भीषण अग्नि में तप कर ही शुद्ध और उपयोगी होता है। तेज़ धूप में तपने पर ही खेतों में खड़ी फसल पकती है। आग की भयानक गोद में पिघल कर ही लोहा साँचे में ढलने के उपयुक्त बनता है। जन-जन द्वारा पूजी जाने वाली मूर्ति पर पैनी-छैनी की असंख्यों चोटें पड़ती हैं। परीक्षा की अग्नि में तप कर ही वस्तु शक्तिशाली, सौंदर्य-युक्त और उपयोगी बनती है। इसी प्रकार मनुष्य भी कठिनाइयों में तप कर उत्कृष्ट, प्रभावशाली और महत्वपूर्ण बनता है।

कठिनाइयों में खुलकर खेलने से इच्छा शक्ति प्रबल होती है और बड़े-बड़े काम करने की क्षमता प्राप्त होती है। कठिनाइयों में मनुष्य की आन्तरिक शक्तियाँ एकत्रित और संगठित होकर काम करने लगती हैं। दुख और परेशानियों, से गुजरने की बाद ही मनुष्य में साहस और मनोबल का विकास हो पाता है। इसलिए कठिनाइयों से घबराने की बजाय उन्हें स्वीकार कर, उनसे धैर्यपूर्वक जूझने में ही लाभ है। जो लोग कठिनाइयों में भी अपने आप को सन्तुष्ट और सन्तुलित रखते हैं उनकी जीवन यात्रा मुश्किल परिस्थितियों में भी सहज गति से चलती रहती है। अनेकों विपत्तियाँ उनका मार्ग रोक नहीं पाती। छोटी बड़ी कठिनाइयाँ उनके लिए इसी तरह महत्व रखती हैं, जैसे रात और दिन, सर्दी और गर्मी।

वास्तव में कठिनाइयाँ इतनी भयंकर और कष्टदायक नहीं हैं जितना कि बहुत से लोग समझते हैं। जिन कठिनाइयों में कई व्यक्ति रोते हैं, हार बैठते हैं, मानसिक क्लेश अनुभव करते हैं, उन्हीं कठिनाइयों में दूसरे व्यक्ति नवीन प्रेरणा, नव उत्साह पाकर सफलता का वरण करते हैं। कठिनाइयाँ अपने आप में कुछ नहीं है वरन् मन की स्थिति से ही इनका स्वरूप बनता है। सबल मन वाला व्यक्ति, बड़ी से बड़ी कठिनाई को भी स्वीकार करके आगे बढ़ता है, तो निर्बल मन वाला सामान्य सी कठिनाई से भी निश्चेष्ट हो जाता है। निर्बल मन तो अपनी कल्पजन्य कठिनाइयों में ही अशान्त हो जाता है।

इसलिए कठिनाइयाँ दो धार वाली तलवार की तरह हैं। जो व्यक्ति इन से घबरा कर गिर पड़ता है, हार बैठता है, वह अपने जीवन की सभी सम्भावनाओं को नष्ट कर देता है। इसके विपरीत जो व्यक्ति कठिनाइयों को साध कर उन से समझौता, समन्वय कर लेता है, वह कठिनाइयों को ही अपनी सफलता और उत्कृष्टता का साधन बना लेता है। कठिनाइयाँ एक ओर जीवन में कसौटी बन कर सुधार, नवनिर्माण, उत्थान की प्रेरणा देने में, उत्साह और मनोबल को ऊँचा उठाने में सहायक होती हैं, तो दूसरी ओर मनुष्य को अकर्मण्य और निरुत्साह भी बना देती हैं। जीवन की आशा उमंगों को धराशायी कर देती हैं।

दोनों ही स्थितियों का उत्तरदायी मनुष्य स्वयं ही होता है, इसमें कठिनाइयों का कोई दोष या गुण नहीं। जब मनुष्य कठिनाइयों की यथार्थता को नहीं समझता, उन्हें जीवन का स्वाभाविक अंग मानकर सहर्ष स्वीकार नहीं करता तो ये ही कठिनाइयाँ अपार दुख, अशान्ति और क्लेश का कारण बन जाती हैं, भय और घबराहट पैदा कर देती हैं। इससे मनुष्य का मानसिक सन्तुलन, संगठन बिखर जाता है और उसके अंदर अन्तर्द्वन्द्व पैदा हो जाता है।

जैसा की हम जानते हैं, जब किसी राष्ट्र की आन्तरिक शक्तियाँ विघटित यानि कि बिखर जाती हैं, तो उसके अंदर अन्तर्द्वन्द्व यानि कि गृह युद्ध पैदा हो जाता है। ऐसे कमजोर राष्ट्र का पतन होना स्वाभाविक ही है। उस पर बाहर से आक्रमण भी होने लगते हैं। ठीक इसी तरह मनुष्य के अंदर अन्तर्द्वन्द्व होने से मानसिक शक्तियाँ नष्ट होने लगती हैं। फिर सामान्य सी कठिनाइयाँ भी मनुष्य की आशा, उमंग और धैर्य को घायल कर उसे निराशा, हीनता और अवसाद की ओर ढकेल देती हैं। मनुष्य की बड़ी-बड़ी आशाएँ-अभिलाषाएँ इस स्थिति में कठिनाइयों की चट्टान से टकराकर टूट-फूट जाती हैं, छिन्न-भिन्न हो जाती हैं।

इस तरह कठिनाइयाँ दो धार वाली तलवार की तरह वरदान भी बन सकती हैं और अभिशाप भी। फैसला मनुष्य के हाथों में है। कठिनाइयों को अभिशाप बनाना तो अत्यंत ही आसान है, परन्तु उन्हें वरदान बनाने के लिए आवश्यकता इस बात की है कि मनुष्य बार-बार प्रयत्न करे, कठिनाइयों की कसौटी में सफल होने के प्रयासों को न छोड़े और दृढ़ता एवं धैर्यपूर्वक मुश्किलों का सामना करने में जुटा रहें।

तो ये थे युगऋषि श्रीराम शर्मा आचार्य के प्रेरणादायक विचार। भारत में वेदांत के गौरव को फिर से लौटने के लिए इस पॉडकास्ट को अपने परिजनों के साथ जरूर शेयर करें। अगले ब्रॉडकास्ट में फिर मुलाकात होगी, तब तक के लिए नमस्कार।