

## अहं

अहंकार का अर्थ, नए ज्ञान को सीखना छोड़कर, मौजूद पुराने ज्ञान के साथ अंदर एक रूप का सृजन करके उसी में रह जाना। इसके अतिरिक्त सिर्फ मैं सही हूँ और अन्य गलत है, ऐसा सोचना भी अहंकार ही है। हमारे ज्ञान के आधार पर हमें शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक बंधन उत्पन्न होते हैं। इसके अनुसार ही हम कष्ट-सुख का अनुभव करते हैं।

इस विषय पर ध्यान देना होगा की अहंकार भी दिव्य है। क्योंकि अहंकार होने से ही हम परमात्मा की महत्व को जान पाते हैं। जब हम एकत्व में थे, तब हम दिव्यत्व में ही जन्म लेकर बड़े हुए, लेकिन हम दिव्यत्व को महसूस नहीं कर पाए। इसका कारण - हमारे और दिव्यत्व के बीच दूरी ना होना। उदाहरण के लिए समुद्र में ही पैदा होकर, बड़ा होकर, मर जाने वाला मछली को समुद्र और पानी के बारे में जागरूकता नहीं होता। क्योंकि वह हमेशा समुद्र में ही रहता है। अर्थात् हमेशा उसी में रहने के कारण, मछली और पानी के बीच दूरी ना होने की कारण, मछली को पानी की जागरूकता पता नहीं चलत है।

इसलिए दूरी उत्पन्न करने के लिए हमने स्वयं अहंकार को सृजन किए हैं। उसके बाद हमने अहंकार को दूरी उत्पन्न करने के लिए अर्थात्, मैं अलग हूँ परमात्मा अलग है, ऐसा भ्रम सृजन करने की आदेश दिए। इसी कारण से वह हमारे और हमारे दिव्यत्व के बीच दूरी को उत्पन्न की है। अर्थात् अपनी माया-पर्दा के साथ चारों ओर से हमें बांधकर, द्वंद्व कि खेल में हमें डुबाया। यह द्वंद्व खेल का अर्थ, स्वच्छ शक्ति को व्यतिरेक शक्तियों में विभाजित करके, हम कोई एक की तरफ रहते हुए शेष से युद्ध करना। इस खेल में हम पूरी तरह डूबने की वजह से अविभाजित स्वच्छ शक्ति और स्वच्छ चेतना की अनुभूति नहीं कर पा रहे हैं।

हमारे आज्ञा के अनुसार अहं दूरी उत्पन्न करने की वजह से ही, हमें दिव्यत्व की स्वाद लेने की मौका मिला। दूसरे शब्दों में कहना है तो, भावना पूर्वक मानव यह भ्रम में जी रहा है की, दिव्यत्व से बाहर आकर एक रूप को सृजन करने में वह सक्षम है।

जन्म के समय हमें दिव्यत्व की जागरूकता होता है। लेकिन माता-पिता स्वच्छ बच्चों को सिखाते हैं कि यह अच्छा है, यह बुरा है। इसकी वजह से हमारे अंदर सीमित रूप उत्पन्न होता है। इसे हम अहंकार कहते हैं। इसी तरह से हम एक सामर्थ्य के बारे में जानकर, उसे साधना करके, उसी में प्रवीणता को हासिल करने के तुरंत ही, हमारे अंदर अहं बढ़ जाता है। उसे लोगो को फैलाकर, गर्व से कहते हैं कि मैंने इसे हासिल किया। इसकी वजह से हमें समाज में नाम, प्रतिष्ठा, पैसे और सम्मान प्राप्त हो रहा है। यह हासिल करने की वजह से हम थोड़े दिन खुश रहते हैं।

लेकिन किसी भी सामर्थ्य का प्रभाव सिर्फ थोड़े दिन के लिए ही रहता है, उसके बाद वह कम हो जाता है। एक बार जब इसका प्रभाव कम हो जाता है तब हम बोर महसूस करने लगते हैं। तब से हमारे पास जो ज्ञान है वह हमारे लिए काम नहीं आएगा। इसकी वजह से हमारे अंदर अनजान सी कमी उत्पन्न होता है। इस तरह कितने हासिल करने से भी उसका

प्रभाव सिर्फ थोड़े वक्त रहने की वजह से, हमारे अंदर बार-बार कुछ कमी उत्पन्न होता रहता है। तब हमें लगता है कि परमात्मा और शाश्वत आनंद की आवश्यकता है। अलग-अलग मार्गों में कोशिश करके, आखिर हम परमात्मा की अनुभूति को पाते हैं। प्रत्येक व्यक्ति दिव्यता को अनिवार्य से अपनाता है, उसके लिए चाहे जितना भी जन्म लेना पड़े। तो मेरे दोस्तों! कृपया अहंकार से नफरत मत कीजिए। इसकी वजह से ही हम परमात्मा की अनुभूति को हासिल कर सकते हैं। यदि अहंकार नहीं होता तो हम मछली की तरह कभी भी यह नहीं जान पाएंगे की, हम परमात्मा हैं। इसलिए आप जितना संभव हो सके उतना प्रेम उसे देकर अहंकार को मुक्त कीजिए। क्योंकि वह पिघल जाने से ही परमात्मा प्रकट होगा।

माय डियर अहंकार! तुम शीघ्र पिघल जाओ। मैं परमात्मा से नया सीखकर, दुबारा मेरे अंदर एक नया रूप को उत्पन्न करके, मैं इसका भी आनंद लेना चाहता हूँ। मुझे आप पर पूरा भरोसा है। आप मेरी सबसे अच्छे दोस्त हैं कहकर अहंकार को प्यार से अलविदा कहिए। तब अहं खुद को परमात्मा के सामने समर्पित होकर, उन में ही आनंद से विलीन हो जाता है।

मैं ये सब कहने में सक्षम हूँ क्योंकि मैंने दिव्यत्व की स्वाद को देखा और द्वंद्व की महत्व को जाना। पहली बार अहंकार को मुक्त करना बहुत कठिन लगता है। लेकिन नापसंद के साथ भी उसे मुक्त कीजिए। क्योंकि बाद में आप अकल्पनीय आनंद पाएंगे। इसी तरह हमेशा परमात्मा से नए ज्ञान सीखते हुए अनुभवपूर्वक से जानिए की मैं ही परमात्मा हूँ।

समस्या आने के तुरंत ही आनंद पाने की संकल्प करके, उसके संबंधित आपके पास उपलब्ध ज्ञान को मुक्त करके, उसके संबंधित मनोभावों को पूरी तरह से अनुभव करने के तुरंत ही आनंद प्रकट होगा। क्योंकि उसके संबंधित रूप पिघल गए हैं। उदाहरण के लिए जब बुखार आने पर, उससे उत्पन्न हुए डर, उसके संबंधित विश्वासों को मुक्त करके, ऐसा नया विश्वास रखिए की यह मुझे आनंद की ओर ले जाता है, बुखार के संबंधित दर्द और पीड़ा को पूरी तरह से अनुभव करेंगे तो आनंद प्रकट होगा। आपको यह समझना होगा कि, यहां सभी विश्वास, विचार और सारी इरादे भी अहं के रूप हैं।

हम बोर महसूस करने के तुरंत अहं को मुक्त करे तो, वह परमात्मा की गोद में तेजी से पहुंचकर तन्मयत्व की अनुभूति पाते हुए, उन्हीं में अहं पिघल जाता है। जैसे ही हम कुछ हासिल करते हैं तभी हमें पता चलता है कि हमारा अहंकार बढ़ रहा है। तब उसे पहचान करके, “माय डियर अहं! मुझे अहंकार रहित स्वच्छ स्थिति में ले जाओ” कहकर, उसे भी आप आनंद से अनुभव करें तो, आनंद तुरंत आ जाएगी।

कई लोग ऐसी भावना में रहते हैं कि अहंकार ना होना चाहिए। कुछ भी हासिल करने के तुरंत हाथों को ऊपर की ओर दिखाते हुए कहते हैं कि, मैंने कुछ नहीं किया सब कुछ परमात्मा की दया कहकर पूरा श्रेय परमात्मा को दे देते हैं। इस तरह करने से ही आपके और आपके दिव्यत्व के बीच दूरी जारी हो रहा है। क्योंकि उत्पन्न हुए अहं के साथ आप ठीक से नहीं व्यवहार किया, इसलिए वह ना पिघलते हुए उनके अंदर स्थिर होकर रह जाता है। इसलिए कुछ भी हासिल करने से, मैं अपनी परमात्मा की सहकार से हासिल किया कहकर अपने

आपको और परमात्मा को श्रेय दीजिए। ऐसा करने से अहंकार आपके सबसे अच्छी दोस्त बन जाता है। उसके बाद अहं-रूप अर्थात् सफलता की अनुभूति को आनंद से महसूस करके उसके द्वारा परमात्मा तक पहुंचिए।

आपके साथ उपलब्ध ज्ञान को पकड़कर, उस पर आप निर्भर होने के तुरंत ही, वह ज्ञान आपको बांधकर एक रूप का सृजन करता है। इसकी वजह से अहंकार प्रकट होता है। क्योंकि पकड़ने और निर्भर होने से ही अहंकार पैदा होता है। इसलिए सही वक्त में आपके पास रहने वाला ज्ञान को मुक्त कीजिए। अर्थात् आनंद कम होकर बोर महसूस होने के तुरंत ही ज्ञान को मुक्त कीजिए। तो आपके ज्ञान के आधार पर या आप हासिल किए परिणामों द्वारा उत्पन्न होने वाला विश्वास पर निर्भर ना होते हुए, अपने आप पर, परमात्मा पर, अपने सारे भागों पर विश्वास बढ़ाइए। क्योंकि भागों के बीच अन्योन्यता होने से ही, आप कुछ भी हासिल करने में सक्षम होंगे। आपको परिणाम ना मिलने पर भी, सारे भाग के साथ मिलकर आप आनंद से रह सकते हैं।

अहंकार नहीं रहना इस भावना में रहते हुए, कुछ हासिल करने के तुरंत अहंकार उत्पन्न हुआ तो, उसका आनंद ना लेते हुए, उससे भाग जाने के लिए या भयभीत होकर जल्दी छुटकारा पाने की कोशिश करने से भी, अहंकार आप में स्थिर होकर बैठ जाता है। क्योंकि आप अनजाने में अहंकार के साथ युद्ध कर रहे हैं। इसकी वजह से वह और मजबूत हो जाता है।

जैसे अंधकार के बाद रोशनी और रोशनी के बाद अंधकार आते-जाते हैं, वैसे ही अहंकार के बाद दिव्यत्व, दिव्यत्व के बाद अहंकार...इस तरह वे आते-जाते हैं, इसे विश्वास करते हुए, आपके जीवन में कुछ भी हो, उसका आनंद पूरी तरह से लीजिए। इसे ध्यान से समझिए कि जब तक आप पूरी तरह से नहीं जान पाते हैं कि आप ही परमात्मा हैं, तब तक दिव्यत्व और अहंकार आते-जाते रहते हैं।

जो आदमी गिरता है और उठता है, वह उस आदमी की तुलना में अधिक मजबूत होगा जो कभी नहीं गिरता है। जो परिश्रम से सफलता प्राप्त करता है, उसे ही सुख का मूल्य पता होता है। जो व्यक्ति परमात्मा की खोज के लिए उत्सुक होता है, वह परमात्मा की मूल्य जानता है। तो मेरे दोस्तों! परमात्मा तक पहुंचने में रुचि दिखाएं। इसके लिए अहंकार को जितना संभव हो सके उतना प्यार से मुक्त करने की कोशिश कीजिए। इस तरह जब हो सके तब अहंकार को छोड़िए और उसके बाद नए अहंकार को विकसित करके, बाद में फिर उसे आनंद के साथ छोड़ने की विद्या को सीखने से, हम हमेशा आनंद रह सकते हैं। क्योंकि आनंद सिर्फ सीखने के वक्त ही नहीं, छोड़ने के वक्त भी आता है। इसलिए, इस विश्वास को मजबूत करें कि अहंकार भी देवत्व का एक महत्वपूर्ण हिस्सा है, ऊपर बताई गई जानकारी को ध्यान में रखते हुए इसे आप अनुभव से जानिए।

\*\* यह ज्ञान तेलुगु भाषा से अनुवादित है। तेलुगु या अन्य भाषाओं में यह ज्ञान पढ़ने के लिए इस लिंक पर क्लिक करें <http://darmam.com/library.html>