

आसमान छूने का प्रयास

कैसे विनम्रता उस सीमा को भंग करती है,
जिसे अहंकार निर्मित करता है



दाजी

योगाश्रम शाहजहाँपुर के
स्वर्ण जयंती समारोह के अवसर पर संदेश
बैच 3 – 20-22 फ़रवरी 2026

आसमान छूने का प्रयास

कैसे विनम्रता उस सीमा को भंग करती है,
जिसे अहंकार निर्मित करता है

प्रिय मित्रों,

आइए, इस बसंत भंडारे के पहले दिए तीन संदेशों से प्राप्त शिक्षाओं को फिर से याद करें —

- 'विभाजित हृदय' में हमारा उस साधक से परिचय हुआ जो इच्छा व आकांक्षा के बीच बँटा हुआ था और यह सोच रहा था कि अंततः किसकी जीत होगी।
- 'उद्देश्य का जागरण' में हमने उस साधक को देखा, जिसकी ऊर्जा तो अक्षुण्ण थी लेकिन वह निरुद्देश्य हो गया था, एक ऐसी अग्नि जिसमें दिशा का अभाव था।
- 'सुदृढ़ आधार का निर्माण' में हम उस अभ्यासी बहन से मिले जिसने निष्ठापूर्वक साधना की थी और आंतरिक बदलाव भी महसूस किया था लेकिन वह अपने ही हृदय में घटित हो रहे रूपांतरण पर विश्वास नहीं कर पा रही थी।।

अब हम चौथे साधक से मिलते हैं।

यह चौथा साधक अपनी आंतरिक यात्रा में थोड़ा और आगे बढ़ चुका है। उसने उचित चयन किया है, वह उद्देश्य से प्रेरित है और मार्ग के प्रति उसके भीतर पर्याप्त विश्वास भी है फिर भी उसका विकास रुक गया है — इसलिए नहीं कि उसकी क्षमता समाप्त हो गई है, बल्कि इसलिए कि जिन उपलब्धियों ने उसे यहाँ तक पहुँचाया, वही अब सूक्ष्म रूप से एक पिंजरा बन गई हैं।

इसे एक उपमा से समझें। एक वृक्ष की कल्पना करें जो बढ़कर इतना ऊँचा हो गया है कि पौधाघर (ग्रीन हाउस) की छत तक तो पहुँच गया है लेकिन अब उसे एक अजीब समस्या का सामना करना पड़ रहा है। उसकी जड़ें स्वस्थ हैं, पत्तियाँ हरी हैं और प्रत्यक्ष रूप से देखें तो वह भली-भाँति पनप रहा है लेकिन उसका विकास रुक गया है। यह रुकावट इसलिए नहीं है कि उसमें क्षमता का अभाव है बल्कि एक ऐसी सीमा के कारण है जिसे वह भेद नहीं पा रहा।

वह पौधाघर अहंकार है और उसकी छत वह कहानी है जो अहंकार अपने आप से कहता है। पौधाघर की छत से टकराता हुआ वह वृक्ष उसे ही आसमान समझ लेता है और मान लेता है कि वह अपनी पूर्ण ऊँचाई तक पहुँच चुका है।

अहंकार — भ्रामक रूप से सूक्ष्म अवरोध

आध्यात्मिक मार्ग पर अहंकार सबसे सूक्ष्म अवरोध है, क्योंकि वह स्वयं को मार्ग के रूप में ही प्रस्तुत कर देता है। जिस साधक ने वर्षों की साधना संचित की हो, शास्त्रों का अध्ययन किया हो, समुदाय का सम्मान प्राप्त किया हो और जो समर्पण तथा विनम्रता पर धाराप्रवाह बोल सकता हो वही साधक अहंकार की कुटिल चालों के प्रति सबसे अधिक असुरक्षित होता है।

ये उपलब्धियाँ अपने आप में झूठ नहीं हैं; संकट तब उत्पन्न होता है, जब इनका संचय एक पहचान बन जाता है। और पहचान चाहे वह कितनी ही आध्यात्मिक आवरण में क्यों न सुसज्जित हो, अंततः अहंकार ही है।

‘विभाजित हृदय’ में हमने हृदय के भीतर स्थित दो भेड़ियों के रूपक की बात की थी — एक उच्चतर, एक निम्नतर। इच्छा वह निम्नतर भेड़िया है, जिसे पहचानना आसान है क्योंकि उसकी



आध्यात्मिक मार्ग पर अहंकार सबसे सूक्ष्म अवरोध है, क्योंकि वह स्वयं को मार्ग के रूप में ही प्रस्तुत कर देता है। जिस साधक ने वर्षों की साधना संचित की हो, शास्त्रों का अध्ययन किया हो, समुदाय का सम्मान प्राप्त किया हो और जो समर्पण तथा विनम्रता पर धाराप्रवाह बोल सकता हो वही साधक अहंकार की कुटिल चालों के प्रति सबसे अधिक असुरक्षित होता है।

भूख स्पष्ट होती है। लेकिन अहंकार अधिक धूर्त है। वह उच्चतर भेड़िये की खाल पहन सकता है; अर्थात् वह स्वयं को किसी “उदात्त” रूप में प्रस्तुत कर सकता है। यही उसे खतरनाक बनाता है — वह सद्गुण के आभास के भीतर छिप जाता है। वह भक्ति या आध्यात्मिक तीव्रता के रूप में भी प्रकट हो सकता है।

चारीजी ने एक बार ऐसी बात कही थी जिसे प्रत्येक निष्ठावान साधक के लिए मनन का विषय होना चाहिए। उन्होंने कहा कि आध्यात्मिक क्षेत्र इतना कोमल और लाभदायी है कि वह घमण्ड के लिए उपजाऊ भूमि बन सकता है और हेरफेर की प्रवृत्ति इसमें अपनी जड़ें जमा लेती है। ध्यान से सोचें कि इसका अर्थ क्या है।

भौतिक जगत में अहंकार को निरंतर चुनौती मिलती रहती है। बाजार आपको सुधार देता है, प्रतिस्पर्धा आपको विनीत बना देती है और असफलता आपको बहुत कुछ सिखाती है। आध्यात्मिक क्षेत्र में ऐसे बाह्य नियंत्रण प्रायः अनुपस्थित होते हैं। आप आत्म-महत्त्व का एक साम्राज्य खड़ा कर सकते हैं और उसे भक्ति का नाम दे सकते हैं। आप दशकों की साधना संचित कर सकते हैं और उसी संचय को लक्ष्य समझ सकते हैं। कोई भी आपकी आंतरिक दशा के बारे में हर तीन महीने में रिपोर्ट नहीं देता जो आपको आइना दिखा सके।

अतः मार्ग की वही कोमलता ही अहंकार के जाल को प्रभावी बना देती है।

आध्यात्मिक संचय का विरोधाभास

विकास के लिए दो तत्त्व अनिवार्य हैं — ग्रहण करने की इच्छा और ग्रहण करने के लिए आंतरिक रिक्तता। जो पात्र पहले से ही भरा है, उसमें और कुछ भरा नहीं जा सकता। यह इस बात का सटीक विवरण है कि चेतना में भी यही होता है जब अहंकार उस स्थान को घेर लेता है, जहाँ विकास घटित होना था।

आध्यात्मिक घमण्ड के संस्कारों को हटाना अत्यंत कठिन होता है क्योंकि वे उच्चतर गुण प्रतीत होते हैं। वे कुछ इस प्रकार लग सकते हैं —

“मैं बीस वर्षों से साधना कर रहा हूँ।”
“मैं इन शिक्षाओं को गहराई से समझता हूँ।”
“मैंने इस मार्ग के लिए बहुत त्याग किया है।”

प्रत्येक कथन तथ्यात्मक रूप से सत्य हो सकता है; लेकिन जब वही सत्य एक पहचान बन जाता है तब वह विकास में अवरोध बन जाता है।

प्राचीन परंपराएँ इसे अभिमान कहती हैं — वह सूक्ष्म गर्व, जो अत्यंत निष्ठापूर्ण साधना में भी प्रवेश कर सकता है। वह अहंकार के रूप में उद्घोष नहीं करता; वह तुलना के माध्यम से फुसफुसाता है, “मैं उनसे आगे हूँ।” वह मिथ्या विनम्रता में छिप जाता है, “मैं तो कुछ भी नहीं हूँ,” और यह कहते हुए भीतर ही भीतर विनीत दिखने का आनंद लेता है। वह भक्ति का दिखावा भी करता है, “गुरु के साथ मेरा सम्बन्ध विशेष है,” मानो अनंत सत्ता भी पक्षपात कर सकती है।

‘सुदृढ़ आधार का निर्माण’ में हमने संशय का वर्णन इस प्रकार किया था, “यह डर का आवरण है जो निष्पक्षतावाद का दिखावा कर रहा है।” संशय कहता है, “जो मैंने पाया है, वह वास्तविक नहीं है,” अथवा “क्या यह वास्तव में काम का भी है?”

अभिमान इसे अलग तरीके से दिखाता है — “अहंकार, जो आध्यात्मिक भाषा में लिपटा हुआ समर्पण का अभिनय करता है।” अहंकार कहता है, “जो मैंने पाया है, वह मेरा है,” और भीतर ही भीतर फुसफुसाता है, “मैं तो कुछ भी नहीं हूँ।”

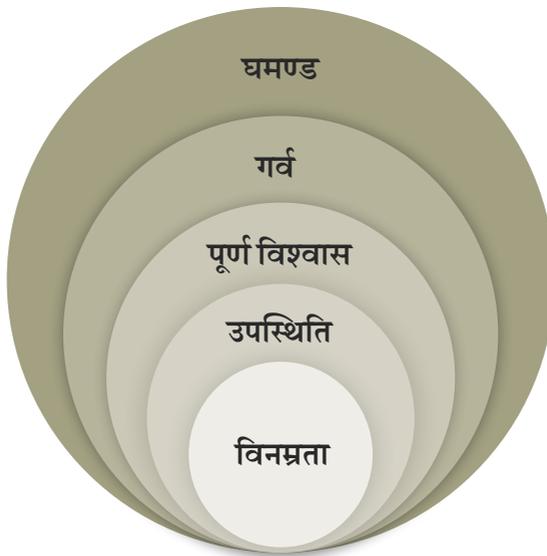
दोनों ही अगले चरण को अवरुद्ध करते हैं। संशय आपको यह देखने से रोकता है कि आपने क्या प्राप्त किया है; और अहंकार विकास के लिए आवश्यक स्थान ही नहीं छोड़ता।



विकास के लिए दो तत्त्व अनिवार्य हैं — ग्रहण करने की इच्छा और ग्रहण करने के लिए आंतरिक रिक्तता। जो पात्र पहले से ही भरा है, उसमें और कुछ भरा नहीं जा सकता। यह इस बात का सटीक विवरण है कि चेतना में भी यही होता है जब अहंकार उस स्थान को घेर लेता है, जहाँ विकास घटित होना था।

सेवा करने वाला अहंकार बनाम घुटन उत्पन्न करने वाला अहंकार

यहाँ एक अत्यंत महत्वपूर्ण तथ्य है — अहंकार स्वयं शत्रु नहीं है। 'स्पिरिचुअल एनाटमी' पुस्तक में हमने अहंकार को एक वर्णक्रम के रूप में समझा था, जिसकी पाँच अभिव्यक्तियाँ हैं — घमण्ड, गर्व, पूर्ण विश्वास, उपस्थिति और विनम्रता। घमण्ड उसका स्थूलतम रूप है — इतना बढ़ा हुआ कि हर सम्बन्ध और हर सोच को विकृत कर देता है। उसी वर्णक्रम के दूसरे छोर पर विनम्रता है। विनम्रता अहंकार का अभाव नहीं है; वह उसका सर्वोत्तम रूप है — ऐसी अवस्था, जिसमें व्यक्ति का पूर्ण विश्वास स्वयं में नहीं बल्कि अपने से कहीं अधिक महान सत्ता में होता है।



अहंकार का वर्णक्रम — घमण्ड से विनम्रता तक

अहंकार एक मांसपेशी के समान है जिसे इतना मजबूत होना चाहिए कि कार्य संपन्न कर सके; इतना लचीला होना चाहिए कि आवश्यकता होने पर झुक सके; और इतना समझदार होना चाहिए कि यह जान सके, कब आगे बढ़ना है एवं कब पीछे हटना है। उदाहरण के लिए, जो व्यक्ति



विनम्रता अहंकार का अभाव नहीं है; वह उसका सर्वोत्तम रूप है — ऐसी अवस्था, जिसमें व्यक्ति का पूर्ण विश्वास स्वयं में नहीं बल्कि अपने से कहीं अधिक महान सत्ता में होता है

भाषण दे रहा है, उसे अपने कथन को दृढ़ता से प्रस्तुत करने के लिए एक निश्चित स्तर का अहम् चाहिए। वही व्यक्ति जब ध्यान में बैठता है तब अहम् को लगभग लुप्त हो जाना चाहिए, ताकि प्राणाहुति के लिए आंतरिक रिक्तता उपलब्ध हो सके। अतः समस्या स्वयं अहंकार नहीं है; समस्या वह ठोस अहंकार है, जो एक ही स्तर पर जड़ हो गया है और परिवर्तन से इनकार कर देता है।

‘उद्देश्य का जागरण’ में हमने कहा था कि आलस्य ऊर्जा का अभाव नहीं है, बल्कि लक्ष्यविहीन ऊर्जा है। उसी प्रकार, अपने जड़ रूप में अहंकार भी ऊर्जा ही है लेकिन गलत लक्ष्य के साथ। आलसी व्यक्ति की अग्नि सुप्त रहती है; जबकि अहंकार में डूबे व्यक्ति की अग्नि प्रज्वलित तो होती है, पर वह खुले आसमान तक पहुँचने के बजाए पौधाघर को ही ऊष्ण करती रहती है। यह उपमा बताती है कि साधक की आध्यात्मिक ऊर्जा, उसकी निष्ठा एवं संचित साधना के फल उसकी अपनी छवि को बनाए रखने, उसे सुरक्षित रखने और उसे रूपांतरित करने में ही लग जाते हैं, बजाय इसके कि साधक उससे परे अपने आंतरिक विकास पर सोचे।

‘विभाजित हृदय’ में हमने इस विषय पर बात की थी कि बार-बार की असफलता संकल्प-शक्ति में सूक्ष्म दरारें उत्पन्न कर देती है। यह अदृश्य क्षति धीरे-धीरे बढ़ती जाती है और अंततः एक साधारण-सा अतिरिक्त भार भी बढ़ी तबाही कर देता है। हर बार जब हम अपनी इच्छा-शक्ति का उपयोग नहीं करते, वह कमजोर होती जाती है और अंततः ढह जाती है।

अहंकार इसके विपरीत दिशा में कार्य करता है। बार-बार की आध्यात्मिक सफलता को जब व्यक्तिगत उपलब्धि मान लिया जाता है तब यह व्यक्ति में सूक्ष्म अहंकार को बढ़ा देता है। हर सूक्ष्म अहंकार अदृश्य होता है और प्रगति जैसा प्रतीत होता है लेकिन उसका संचयी प्रभाव कठोरता में परिणत होता है, जो अंततः उसी विकास को अवरुद्ध कर देता है, जिसके लिए साधना आरंभ की गई थी।

विकास को क्या पोषित करता है

यदि अहंकार छत है तो विनम्रता खुला आसमान है।

विनम्रता को प्रायः गलत समझा जाता है। यह न तो आत्म-निंदा है न ही लघुता का कृत्रिम प्रदर्शन। वह वस्तुतः इस विराट सृष्टि-व्यवस्था में अपने स्थान का सही बोध है। हिमालय की चोटी विनम्र इसलिए नहीं है कि वह अपने को नगण्य मानती है बल्कि इसलिए कि वह जानती है कि वह एक ऐसी पर्वत-माला का अंश है, जो किसी एक शिखर की दृष्टि से कहीं अधिक विस्तृत है।

सच्ची विनम्रता तब शेष रहती है जब 'विशेष' होने की आवश्यकता विलीन हो जाती है। इस पर गहराई से सोचें। बहुत लोग यह मानते हैं कि यदि विशेष होने की आवश्यकता समाप्त हो गई, तो कुछ मूल्यवान खो जाएगा। अहंकार को भय होता है कि वह सिमट जाएगा, अदृश्य हो जाएगा अपनी शक्ति और आत्म-छवि खो देगा। यही सबसे बड़ा भ्रम है।

जब विशेष होने की आवश्यकता समाप्त हो जाती है तब जो शेष रहता है, वह है प्रदर्शन के बिना उपस्थिति, आत्म-प्रदर्शन के बिना शक्ति और तुलना के बिना आत्मविश्वास। आप किसी भी प्रकार से कम नहीं होते; बल्कि आप अपनी आत्म-छवि को बनाए रखने के बोझ से मुक्त हो जाते हैं। आपके विशिष्ट कौशल, आपकी शक्तियाँ और आपके विचार ज्यों के त्यों रहते हैं लेकिन आपकी पहचान और आत्म-मूल्य उन्हीं तक सीमित नहीं रहते।

जो ऊर्जा पहले अपनी छवि को बनाए रखने, उसे सुरक्षित रखने और उसे प्रदर्शित करने में लगती थी वही अब विकास के लिए उपलब्ध हो जाती है। अतः विनम्रता आपको संकुचित नहीं करती; वह आपको मुक्त करती है।



विनम्रता को प्रायः गलत समझा जाता है। यह न तो आत्म-निंदा है न ही लघुता का कृत्रिम प्रदर्शन। वह वस्तुतः इस विराट सृष्टि-व्यवस्था में अपने स्थान का सही बोध है। हिमालय की चोटी विनम्र इसलिए नहीं है कि वह अपने को नगण्य मानती है बल्कि इसलिए कि वह जानती है कि वह एक ऐसी पर्वत-माला का अंश है, जो किसी एक शिखर की दृष्टि से कहीं अधिक विस्तृत है।

हार्टफुलनेस पद्धति में प्राणाहुति उसी हृदय में सर्वाधिक प्रभावी होती है, जिसने उसके लिए रिक्तता बनाई है। प्राणाहुति बलपूर्वक प्रवेश नहीं करती। वह उस स्थान को भरती है जो रिक्त है और जो पहले से परिपूर्ण है, उसके द्वार पर प्रतीक्षा करती है। इसीलिए अधिकतम रूपांतरण प्रायः अनुभवी साधक में नहीं बल्कि उस सरल आरंभकर्ता में घटित होते हैं जो बिना अपेक्षाओं, बिना पूर्वाग्रहों और बिना आध्यात्मिक परिचय-पत्र के ध्यान में बैठता है। उसके पास बचाने के लिए कुछ नहीं होता। उसका पात्र रिक्त होता है और कृपा उसे अबाध रूप से भर देती है।

इसे इस प्रकार समझें। 'उद्देश्य का जागरण' में हमने आइसक्रीम-विरोधाभास की बात की थी। एक बालक को आइसक्रीम चाहने के लिए इच्छा-शक्ति की आवश्यकता नहीं होती। जहाँ वास्तविक रुचि होती है, वहाँ ऊर्जा स्वाभाविक रूप से प्रवाहित होती है। यही सिद्धांत यहाँ भी लागू होता है। जहाँ वास्तविक विस्मय उपस्थित होता है, वहाँ विनम्रता के लिए प्रयास की आवश्यकता नहीं रहती। जिस व्यक्ति ने सचमुच उस विराट व्यापकता का दर्शन किया है, उसे विनम्र बनने का अभ्यास नहीं करना पड़ता। विनम्रता तो निरंतर साधना और खुलेपन के साथ स्वाभाविक रूप से व्यक्ति में आ जाती है। गहन स्तर पर देखें तो हमारे भीतर विनम्रता का अभाव नहीं है। समस्या यह है कि धूर्त अहंकार हमारे और उस व्यापकता के मध्य स्वयं को स्थापित कर देता है। वह अपनी ही छवि को प्रतिबिंबित करता रहता है और उसके पार विस्तृत आसमान को ढक देता है।

निरंतर आरंभकर्ता

जापानी परंपरा में "आरंभकर्ता के मन" के लिए शोशिन शब्द का प्रयोग किया जाता है। आरंभकर्ता के मन में उनके सम्भावनाएँ होती हैं; विशेषज्ञ के मन में वे कम होती हैं। इसका अर्थ अज्ञान का अभिनय करना नहीं है, बल्कि प्रत्येक क्षण, प्रत्येक ध्यान, प्रत्येक मिलन को नवीन सजगता से ग्रहण करना है, मानो वह प्रथम बार घटित हो रहा हो। वस्तुतः वह प्रत्येक बार नवीन ही होता है।



हार्टफुलनेस पद्धति में प्राणाहुति उसी हृदय में सर्वाधिक प्रभावी होती है, जिसने उसके लिए रिक्तता बनाई है। प्राणाहुति बलपूर्वक प्रवेश नहीं करती। वह उस स्थान को भरती है जो रिक्त है और जो पहले से परिपूर्ण है, उसके द्वार पर प्रतीक्षा करती है।

जो साधक आज यह उम्मीद लेकर ध्यान करने बैठा है कि कल जो हुआ था, वह आज फिर से होगा, तो उसने पहले ही तय कर लिया है कि क्या हो सकता है। जो साधक गुरु के समीप पहले से ही यह सोचकर पहुँचता है कि वे क्या कहेंगे तो समझो वह उसी को सुनने का निश्चय कर चुका है, जो उसकी पूर्व-निर्मित रूपरेखा में समा सके। विकास उस सूक्ष्म स्थान में घटित होता है, जो हमारे ज्ञात और हमारे द्वारा खोजे जाने वाले के मध्य स्थित है। अहंकार उस जगह को निश्चितता से भर देता है, जबकि विनम्रता उसे खुला रखती है।

‘उद्देश्य का जागरण’ में हमने लोकप्रिय फिल्म Kung Fu Panda के उस रिक्त पत्र-रोल का उल्लेख किया था। जब वह अंततः खोला गया, तो उसमें से आइना निकला। उसमें कोई गुप्त तत्व नहीं था; शक्ति सदा से भीतर ही विद्यमान थी। उसी सत्य को दो अलग-अलग प्रकार से ग्रहण किया जा सकता है। अहंकार घोषणा करता है, “हाँ, मैं ही शक्ति हूँ!” विनम्रता मानती है, “शक्ति मेरे माध्यम से प्रवाहित होती है।” पहला कथन एक छत यानी अवरोध निर्मित करता है और दूसरा खुले आसमान को उद्घाटित करता है। सत्य एक ही है लेकिन उसके परिणाम परस्पर विपरीत हैं।

बाबूजी का तीसरा उसूल कहता है, “अपना ध्येय निश्चित कर लें और वह यह कि हम ईश्वर से एकात्म स्थापित कर लें। जब तक लक्ष्य प्राप्त न हो जाए चैन से न बैठें।” हमने “चैन से न बैठें” को आलस्य के संदर्भ में समझा है लेकिन यहाँ इसका अर्थ उतना ही गम्भीर है। “चैन से न बैठें” का एक सूक्ष्म अर्थ यह भी है, “यह न मान लें कि आप पहुँच गए हैं।” जिस क्षण आप यह मान लेते हैं कि आप पहुँच गए हैं या यात्रा पूर्ण हो चुकी है, उसी क्षण एक छत (अवरोध) खड़ी हो जाती है। याद रखें कि यात्रा हमेशा आगे बढ़ती रहती है क्योंकि आसमान खुला और असीम है।

यह आंतरिक साधना कोई एक बार का काम नहीं है बल्कि प्रतिदिन का अभ्यास है। अहंकार एक ही रात्रि में पुनः अपना स्वरूप रच सकता है; अतः हर सुबह उस छत रूपी अवरोध को फिर से



विकास उस सूक्ष्म स्थान में घटित होता है, जो हमारे ज्ञात और हमारे द्वारा खोजे जाने वाले के मध्य स्थित है। अहंकार उस जगह को निश्चितता से भर देता है, जबकि विनम्रता उसे खुला रखती है।

हटाना होगा। प्रत्येक ध्यान में पात्र को फिर से रिक्त करना होगा। यही विकास की लय है, संचित आवरणों का निरंतर विसर्जन, ताकि हम क्रमशः उसी स्वरूप में आ सकें जो हम मूलतः हैं।

असीम आसमान

बाबूजी ने एक बार कहा था कि जो व्यक्ति अत्यंत विनम्र होता है, वह किसी सम्राट से भी अधिक समृद्ध जीवन जी सकता है। उसका हृदय “आश्चर्यों के आश्चर्य” को अपने भीतर छिपाए रहता है और किसी को इसका आभास तक नहीं होता। यह उस आत्मा का चित्र है जिसने सीमाओं की छत को भेद दिया है। वह अपनी ऊँचाई का प्रदर्शन नहीं करती। उसे ऊँचा दिखाई देने की आवश्यकता नहीं होती। वह तो केवल बढ़ती रहती है, उस वृक्ष की भाँति, जो स्वाभाविक रूप से आसमान तक पहुँचना चाहता है।

जो वृक्ष पौधाघर की छत को भेद देता है, वह वृक्ष होना बंद नहीं करता। वह तो अपने वास्तविक स्वभाव को व्यक्त करने के लिए स्वतंत्र हो जाता है, क्योंकि अब वह वास्तविक सूर्यप्रकाश, वास्तविक वर्षा और वास्तविक पवन के संपर्क में है। इस नई समझ के साथ उसे भान हो जाता है कि छत आसमान थी ही नहीं; और उसका विकास निरंतर हो सकता है।

संक्षेप में

- ‘विभाजित हृदय’ में हमने यह जाना कि कामना हमें तब तक विभाजित करती रहती है जब तक हम विवेकपूर्वक चयन करना नहीं सीख लेते।



बाबूजी ने एक बार कहा था कि जो व्यक्ति अत्यंत विनम्र होता है, वह किसी सम्राट से भी अधिक समृद्ध जीवन जी सकता है। उसका हृदय “आश्चर्यों के आश्चर्य” को अपने भीतर छिपाए रहता है और किसी को इसका आभास तक नहीं होता। यह उस आत्मा का चित्र है जिसने सीमाओं की छत को भेद दिया है। वह अपनी ऊँचाई का प्रदर्शन नहीं करती। उसे ऊँचा दिखाई देने की आवश्यकता नहीं होती। वह तो केवल बढ़ती रहती है, उस वृक्ष की भाँति, जो स्वाभाविक रूप से आसमान तक पहुँचना चाहता है।

- 'उद्देश्य का जागरण' में हमने यह जाना कि जड़ता हमारी गति को रोकती है, जब तक हम अंतःकरण में प्रेरणा की ज्वाला प्रज्वलित कर अपने जीवन के उद्देश्य को नहीं पहचान लेते।
- 'सुदृढ़ आधार का निर्माण' में हमने जाना कि संशय हमें भीतर से क्षीण करता है, जब तक हम उसके आर-पार देखकर अपने ही अनुभवों पर विश्वास करना नहीं सीख लेते।
- 'आसमान छूने का प्रयास' में यह स्पष्ट होता है कि अहंकार हमें धीरे-धीरे अत्यंत सूक्ष्म तरीके से घेर लेता है, यहाँ तक कि हम उस घेराव को ही गन्तव्य समझ बैठते हैं। अब हम यह जान लेते हैं कि विनम्रता उस छत को भेद सकती है, जिसे अहंकार निर्मित करता है।

इन चारों में एक सूक्ष्म भेद है। कामना कम से कम इतनी ईमानदार तो है कि वह स्वयं को 'तृष्णा' के रूप में प्रकट कर देती है। आलस्य बोझिल प्रतीत होता है और संशय असहज रूप से स्पष्ट होता है। लेकिन केवल धूर्त अहंकार ही ऐसा है जो हमें रुक जाने पर भी बधाई देता है। वह रुक जाने को उपलब्धि का रूप दे देता है और यही उसे सबसे खतरनाक अवरोध बना देता है।

असीम आसमान तो सदा से मौजूद था। आपके और उस आसमान के बीच केवल वही काँच की परत थी जिसे स्वयं को परिस्थितियों से सुरक्षित रखने के लिए आपने बनाया था।

यह जान लें कि आपके भीतर सदैव इतना सामर्थ्य था कि आप हर प्रकार के मौसम की कठिनाइयों का सामना कर सकें।

अब, उस छत को भेदकर असीम आसमान को छू लें।

प्रेम और प्रार्थनाओं सहित,

कमलेश



योगाश्रम शाहजहाँपुर के स्वर्ण जयंती समारोह के अवसर पर संदेश

बैच 3 – 20-22 फ़रवरी 2026



दाजी के साथ मास्टरक्लास

आप किसी भी समय हार्टफुलनेस ध्यान का आरम्भ कर सकते हैं। दाजी के साथ तीन सत्रों की मास्टरक्लास श्रृंखला से जुड़ें जिसमें वे हार्टफुलनेस मार्ग के लाभ को साझा करते हैं और यह स्पष्ट करते हैं कि हार्टफुलनेस रिलैक्सेशन, ध्यान, सफ़ाई और प्रार्थना को अपनी दिनचर्या में कैसे समाहित किया जाए। सभी मास्टरक्लास पूर्णतः निःशुल्क हैं।



<https://heartfulness.org/global/masterclass/>

हार्टफुलनेस अभ्यास

हार्टफुलनेस के अभ्यासों को जानें – रिलैक्सेशन, ध्यान, सफ़ाई और प्रार्थना करना सीखें।



<https://heartfulness.org/in-en/heartfulness-practices/>



heartfulness

purity weaves destiny

