

# बिना पानी के कल

प्रिय कृष्ण सरस्वती,  
प्रेम।

खाली हो जाओ—और तुम जान लोगे।  
खाली हो जाओ—और तुम दर्पण हो जाओगे।  
ओह! केवल समग्र शून्यता ही सब कुछ जान पाती है।  
मैंने सुना है कि साध्वी चियोनो ने वर्षों अध्ययन किया—और  
वर्षों ध्यान किया—अस्तित्व के अंतिम प्रश्नों को जानने के लिए  
परंतु उसे कोई प्रकाश नहीं मिलता।  
चिंतन से वह इतनी भर गई कि वह प्रभु के लिए मार्ग ही न  
हो सकी। वह स्वयं अपने में इतनी भरी थी कि वह  
दिव्य-अतिथि की आतिथेय न बन सकी।  
और, जितनी उसने प्रकाश की कामना की उतनी ही उससे वह  
दूर होती गई। परंतु एक चांदनी रात में वह एक पुराना घड़ा  
पानी का भरकर ला रही थी—और घटना घट गई।  
वह पूरे चांद को घड़े के पानी में निहार रही थी कि वह बांस  
की बंसी जो उस घड़े को संभाले थी टूट गई।  
घड़ा एक तरफ जा गिरा और पानी बाहर बह गया : चांद की  
परछाईं लुप्त हो गई—और उसके साथ ही चियोनो भी विलीन  
हो गई।  
अब वह नहीं थी—परंतु प्रकाश वहां था!  
उसने यह पद लिखा है:  
इस तरह और उस तरह  
मैंने बहुत यत्न किया घड़े को संभालने का,  
यह आशा करके कि कमजोर बांस कभी न टूटेगा।  
परंतु एकाएक पैदी निकल गई  
न पानी बचा न पानी में चांद बचा;  
और, मेरे हाथ खाली हो गए!

— ओशो  
मौन संगीत

# आधुनिक युग में योग और योगेश्वर कृष्ण

**वि**श्व भर से आजकल जो सुखद समाचार मिलते हैं उनमें एक समाचार यह है कि पूरी दुनिया में, विशेषकर पश्चिमी देशों में, योग बहुत लोकप्रिय हो रहा है। अब तो भारत में भी इसकी लोकप्रियता काफी बढ़ गयी है, जिसका श्रेय मुख्यतः स्वामी रामदेव जी को जाता है।

दुनिया में स्वस्थ रहने के लिए औषधियों, शक्तिवर्द्धक विटामिन तथा अन्य सुविधाओं का जो अभूतपूर्व विकास हुआ है वह विस्मयकारी है। और उससे बड़ा विस्मय यह भी है कि आधुनिक मनुष्य जितने विकसित किस्म के शारीरिक और मानसिक रोगों से जितना ग्रस्त हुआ है उतना पहले कभी न था। रहस्यदर्शी संत लाओत्से तथा ओशो को इसमें कोई आश्चर्य नहीं लगता; उनके लिए यह स्वाभाविक ही है : जितने डॉक्टर बढ़ेंगे, जितनी औषधियां बढ़ेंगी, उतनी ही मात्रा में रोगी बढ़ेंगे; जितने पुलिस वाले और न्यायाधीश बढ़ेंगे उतने ही अपराधी बढ़ेंगे। यह जीवन का आंतरिक रहस्य है। ऐसा क्यों है, यह आप मत पूछें। ऐसा है।

शारीरिक तथा मानसिक रूप से अस्वस्थ आधुनिक मनुष्य के लिए योग आवश्यक है; और पूर्णतः स्वस्थ होने के लिए ध्यान अनिवार्य है।

शारीरिक और मानसिक तल पर स्वस्थ होने के लिए योग जरूरी है और मानसिक और आत्मिक तल पर स्वस्थ होने के लिए ध्यान जरूरी है। इसलिए ओशो की ध्यान पद्धतियों में ध्यान और योग जुड़े हैं। ओशो की पुस्तकें 'ध्यानयोग : प्रथम और अंतिम मुक्ति', 'योग : नए आयाम' तथा 'पतंजली-योगसूत्र' इसके जीवंत उदाहरण हैं। योग की ठोस भूमि पर ध्यान और समाधि के सुकोमल फूल खिलते हैं। योग अधूरा है ध्यान के बिना, ध्यान पंगु है योग के बिना। शरीर, मन और आत्मा में पूर्ण संतुलन और स्वास्थ्य के लिए ध्यानयोग आवश्यक है।

ओशो की एक छोटी-सी पुस्तक है योग : नए आयाम। यह ऐसी महत्वपूर्ण पुस्तक है जिसको स्कूलों-कालेजों के पाठ्यक्रम में सम्मिलित करना श्रेयस्कर होगा। इसके प्रथम प्रवचन में ओशो कहते हैं : "योग का कहना है कि हमारे भीतर शरीर और मन, ऐसी दो चीजें नहीं हैं। हमारे भीतर चेतन और अचेतन, ऐसी दो चीजें नहीं हैं। हमारे भीतर एक ही अस्तित्व है जिसके ये दो छोर हैं। और इसलिए किसी भी छोर से प्रभावित किया जा सकता है।"

**ओशो समझाते हैं : "अगर आपका मन बीमार हो जाए तो**

**आपका शरीर बीमार हो जाता है और अगर आपका शरीर बीमार हो जाए तो आपका मन भी बीमार हो जाता है। जब हम आपको शराब पिलाते हैं तो आपके मन को नहीं पिलाते। शराब तो आपके पेट में जाती है, आपके लीवर में जाती है, आपके पाचन यंत्र में जाती है। आपके मन में नहीं जाती शराब। लेकिन जैसे ही शराब शरीर में जाती है कि मन अनर्गल बातें बकने लगता है। नहीं-बोलना चाहिए, वह बकने लगता है। शराब तो शरीर में गई लेकिन मन तक प्रभाव पहुंच गया। और जब मन रुग्ण होता है, वितित होता है, दुखी होता है, तो शरीर तत्काल उदास, बीमार और रुग्ण हो जाता है। अगर मन में बीमारी डाल दी जाए तो शरीर बीमार हो जाता है।**

शारीरिक, मानसिक और आत्मिक स्तर पर स्वस्थ रहने के लिए ओशो ने आधुनिक मनुष्य के लिए सक्रिय ध्यान (डायनेमिक मेडीटेशन) की एक सशक्त विधि दी है। इस विधि को आप ओशो ध्यान केंद्रों अथवा ओशो ध्यान शिविरों में अच्छी प्रकार से सीख सकते हैं।

ओशो वर्ल्ड पत्रिका का यह अंक योग तथा योगेश्वर श्री कृष्ण को समर्पित है। इस विषय पर ओशो के बहुत प्रवचन हैं। इस अंक में हम केवल एक छोटी-सी झलक ही प्रस्तुत कर रहे हैं। भगवान श्री कृष्ण योगेश्वर होने के साथ-साथ बहु-आयामी भी हैं; वे पूर्णावतार हैं। उनकी देशना में योग, भक्ति, कर्म, संन्यास—ऐसे सभी आयाम हैं। उन पर प्रवचन देते हुए ओशो ने मनाली की देवभूमि पर अपने नव-संन्यास आंदोलन का शुभारंभ किया था। ऐसे हंसते-खेलते-नाचते, सृजनात्मक नव-संन्यास का स्मरण करते हुए हम गत वर्षों की भांति इस वर्ष भी 21 से 26 सितंबर को ध्यान शिविर तथा संन्यास महोत्सव का आयोजन कर रहे हैं। यह महोत्सव मनाली के साथ-साथ ओशोधाम, नई दिल्ली तथा अन्य नगरों में भी घटित होगा।

ऐसे अपूर्व ध्यान तथा संन्यास के महोत्सवों में आप सबका स्वागत है।

— स्वामी चैतन्य कीर्ति