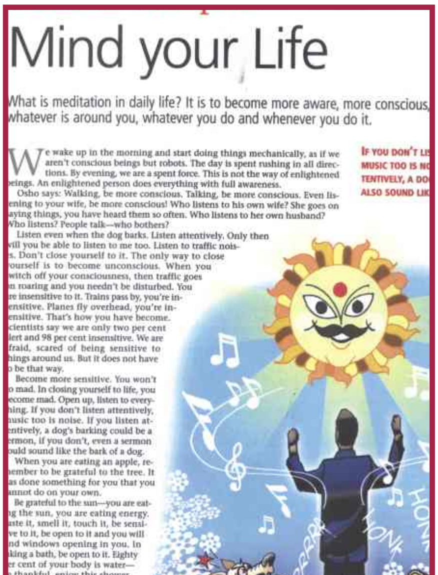
ऊर्जा से लबालब गीत और नृत्य

'मेरा सूरज बादलों के महल में सोया हुआ है
जहां कोई सीढ़ी नहीं, कोई खिड़की नहीं,
और वहां पहुंचने के लिए–
सदियों के हाथों ने जो डंडी बनाई है
वो मेरे पैरों के लिए बहुत संकरी है...'

'संभोग से समाधि की ओर' पुस्तक की भूमिका में लिखी अमृत प्रीतम ये पंक्तियां किस तरफ इशारा करती हैं, मैं नहीं जानता। मगर जब ऐसी प्रतिभावान शख्सियत को भी लिखने से पहले अक्षर परीक्षा की स्थिति महसूस हो, तो उसे क्या कहें। अनायास ही 23 मई के अमर उजाला में प्रकाशित उनका अनुभव पढ़ने को मिला। वे लिखती हैं–जब मुझे ओशो के बारे में लिखने के लिए कहा गया, तो मेरी कलम भी मेरी तरह हल्के से मुस्कुरा दी। आहिस्ता से कहने लगी–आप मुझे अक्षर परीक्षा में क्यों डालते हो? क्या अनुभव का अग्नि स्नान काफी नहीं है?' ओशो को खामोशी का अनुभव बताने वाली अमृता प्रीतम लिखती हैं–'अंतर का अनुभव सिर्फ एक ही भाषा जानता है–खामोशी की...और खामोशी के कण मेरी कलम से नहीं उतरते। बस इतना ही होता है कि जब भी ओशो की बात करती हूं, लगता है कि खामोशी की ओर एक संकेत ही हो पाया है, इससे अधिक कुछ नहीं हुआ।' 'सुख को बांटने की कला ही प्रेम है, तुम सुख से लबरेज हो, उस बहाव को तुम नहीं रोक सकते, तुम्हें उसे बांटना ही होगा। तब वहां एक ऐसा काव्य निर्मित होगा, ऐसा सुखद एहसास होगा जो इस लोक से परे मालूम पड़ेगा'–20 मई के दि टाइम्स ऑफ इंडिया में स्वामी कीर्ति की प्रस्तुति में धम्मपद का यह लेख प्रकाशित हुआ। नो योअरसेल्फ–स्वयं को जानो–18 मई के दि आफ्टरनून डिस्पैच एंड कूरियर में छपे लेख में लिखा है–मनुष्य हमेशा कमी महसूस करता है, क्योंकि वह स्वयं को जाने बिना ही चाहत रखता है। स्वयं को जाने बिना ही कुछ बनना चाहता है।... स्वयं को जानो, वैसे नहीं जैसा कोई और है, बल्कि वैसा जैसा कि तुम स्वयं हो।' इसी दिन राजस्थान पत्रिका ने 'मृत्यु क्या है' शीर्षक से ओशो प्रवचन को प्रकाशित किया, जिसमें लिखा है कि जीवन को जो जान लेते हैं, वे ही केवल मृत्यु को जान पाते हैं। जीवन का रहस्य जिन्हें ज्ञात हो जाता है, उन्हें मृत्यु भी रहस्य नहीं रह जाती है, क्योंकि वह तो उसी सिक्के का दूसरा पहलू है। 18 को ही 'थिंक दैट ऑल फिनोमिना...' शीर्षक का प्रवचन टाइम्स ऑफ इंडिया, नई दिल्ली और मुम्बई में प्रकाशित हुआ। इसी समाचार पत्र ने इसी दिन ओशो की ध्यान पद्धति को भी छापा जिसमें आंखों को विश्राम देने की बात समझाई गई है।



Mind your Life

What is meditation in daily life? It is to become more aware, more conscious, whatever is around you, whatever you do and whenever you do it.

We wake up in the morning and start doing things mechanically, as if we aren't conscious beings but robots. The day is spent rushing in all directions. By evening, we are a spent force. This is not the way of enlightened beings. An enlightened person does everything with full awareness.

Osho says: Walking, be more conscious. Talking, be more conscious. Even listening to your wife, be more conscious! Who listens to his own wife? She goes on saying things, you have heard them so often. Who listens to her own husband? Who listens? People talk—who bothers?

Listen even when the dog barks. Listen attentively. Only then will you be able to listen to me too. Listen to traffic noises. Don't close yourself to it. The only way to close yourself is to become unconscious. When you switch off your consciousness, then traffic goes on roaring and you needn't be disturbed. You are insensitive to it. Trains pass by, you're insensitive. Planes fly overhead, you're insensitive. That's how you have become. Scientists say we are only two per cent alert and 98 per cent insensitive. We are afraid, scared of being sensitive to things around us. But it does not have to be that way.

Become more sensitive. You won't go mad. In closing yourself to life, you become mad. Open up, listen to everything. If you don't listen attentively, music too is noise. If you listen attentively, a dog's barking could be a sermon, if you don't, even a sermon could sound like the bark of a dog.

When you are eating an apple, remember to be grateful to the tree. It has done something for you that you cannot do on your own.

Be grateful to the sun—you are eating the sun, you are eating energy. Taste it, smell it, touch it, be sensitive to it, be open to it and you will find windows opening in you. In taking a bath, be open to it. Eighty per cent of your body is water—be thankful, enjoy this shower, this water falling on you. Let the water inside you be thrilled.

—Compiled by Swami Chaitanya Keerti, from Walk without Feet, Fly without Wings and Think without Mind, Chapter 7

IF YOU DON'T LI[STEN ATTENTIVELY,] MUSIC TOO IS NO[ISE. IF YOU LISTEN AT]TENTIVELY, A DO[G'S BARKING COULD] ALSO SOUND LIK[E]

'बुद्ध का धर्म..' इस प्रवचन को 14 के दिव्य हिमाचल में पढ़ा जा सकता है। इसी दिन राष्ट्रीय सहारा ने ओशो और उनकी माता जी के बीच हुए संवादों को भी प्रस्तुत किया। दैनिक जागरण में क्रांतिबीज की कहानियां नियमित रूप से प्रकाशित हो रही हैं। 09 मई को प्रकाशित हुई एक कहानी में मनुष्य के विकारों के संबंध में ओशो कहते हैं कि मिट्टी फूल बन जाती है और गंदगी खाद बनकर सुगंध में परिणत होती है। ऐसे ही मनुष्य के विकार हैं। वे शक्तियां हैं जो मनुष्य में पशु जैसे दिखते हैं, वही दिशा परिवर्तित होने पर दिव्यता को उपलब्ध हो जाते हैं।' 06 के दि टाइम्स ऑफ इंडिया में 'लिव इन दि हियर एंड नाउ' शीर्षक से स्वामी कीर्ति की प्रस्तुति छपी है। 04 के राजस्थान पत्रिका ने क्रांतिबीज पुस्तक की कहानी 'क्या है प्रार्थना' और 'रहस्यदर्शी सूफी नसरुद्दीन' पर मा अमृत साधना की प्रस्तुति को प्रकाशित किया। 03 के डेक्कन हेराल्ड ने 'वैल्यू ऑफ सचनेस', 2 को दैनिक जागरण ने 'अमृत्व का विश्वास', विराट वैभव ने 'किसको मिलेगा भगवान' और मिलाप ने 'स्वाद के प्रति सजग' रहो प्रवचनों को छापा। इसी दिन मुम्बई के आफ्टरनून डिस्पैच ने 'डोंट फाइट योअरसेल्फ' भी प्रकाशित किया। 1 के अमर उजाला ने दि बुक ऑफ विज़डम का प्रवचन प्रकाशित किया है, जिसमें

HAND IN HAND: Anti-reservation demonstrators form human chains as part of the rally on

AIIMS doc bares all for cause

By Vidhu Kaul/TNN

New Delhi: He was protesting against the quota too, like the rest of them, but Dr Sunny Sandhu's way of protesting was certainly unique. Sitting cross-legged under a tree in the AIIMS central lawns, right next to the students' *shamiana*, Sandhu alternated between meditating and playing the guitar, with all his clothes lying folded neatly in a pile at his feet.

Sandhu, who is currently doing a house job at AIIMS, arrived on the scene on Friday and was heard telling students that their way of protesting was wrong. On Saturday morning, he decided to show them what he thought was the ideal way of protesting, much to the shock of the students who had gathered there. Things got slightly out of hand after people started returning from the rally at Jantar Mantar. Some students who had come to Delhi from outside were giving a speech, when Sandhu got up and started screaming.

"Nobody listen to them. If you really have the guts, come and join me and protest the way I am doing," he shouted. Onlookers tried to get him to put on his clothes, but he wouldn't budge. Security was called, but even they could not take him away. "What's wrong in being nude? This is how I am. Stop looking," he shouted for well over an hour. Sandhu relented after some time and put on a *kurta*, and went back to playing the guitar under the tree. Soon, however, he got up a second time to disrupt a student's speech which is when the AIIMS Resident Doctors' Association (RDA) president intervened. The doctors moved him away to a corner and after a lot of effort, convinced him to put on his clothes and leave. Sandhu finally left at 3 pm.

Sandhu was a topper in the Punjab PMT and was known to be a bright student. Later, he drifted into spirituality and joined the Osho Ashram in Pune. He has even taken on a new name — Sant Atulanand.

ओशो एक तिब्बती बौद्ध तकनीक का विश्लेषण करते हुए कहते हैं कि सभी घटनाएं जो भी देखी जा सकती हैं, सपना है। सपनों को तिरोहित होते हुए देखो तो तुम पाओगे कि तुम मात्र द्रष्टा हो, अनुभव करने वाले हो।

'उनका तार्किक चिंतन साधकों को यह बतलाना था कि हमें तर्क से अतर्क की ओर, मन से हृदय की ओर, विचारों से भाव की ओर जाना है...ओशो का चिंतन तर्क से परे, हृदय की अतल गहराइयों में डूबकर ही समझा जा सकता है'—डॉ. शब्बीर दुबे के इन विचारों को 15 मई के नई दुनिया, इंदौर ने प्रकाशित किया।

GenY takes up meditation to stay foc

OUR CORRESPONDENT / NEW DELHI

Skipping the prayer session of the morning assembly at school was done for the fun of it. But this summer some teenagers are making it a point not to miss meditation camps. Students believe these camps help them learn by instilling discipline.

Ma Dakshna who organises meditation camps for children at Oshodham in the capital, said that more youngsters are joining every year because of their interactive approach.

"Children are bubbling with energy. And they have to be trained by using creative tools like dance and art," she said. The camp also organises sessions for parents that help them develop an understanding with their children.

Megha Suri, 15, who meditates every morning, said that she first learnt it at a camp she attended last year and since then she has been doing this religiously. "Meditation has helped me concentrate better. Last time, I had gone for the camp because my father wanted me to, but this year I am enthusiastic about it and am waiting for it to begin. I really enjoy the dancing meditation session where participants are divided into pairs and made to concentrate on their movements. It helps you build trust in your dancing partner," she added.

For Sarika Verma, a Class 10 student, meditation was something to do with a religious ceremony till she attended a meditation camp at her school last month. She said, "I learnt that meditation is a way of communication with one's inner self and helps you to know

Children take a morning walk in the lush environs of a park

" Meditation has helped me concentrate better. Last had gone for the camp because my father wanted m this year I am enthusiastic about it and am waiting for it really enjoy the dancing meditation session. It helps you build trust in your dancing partner.

MEGHA SURI, *15-year-old student*

Class 12 Board examination this year believes that his outlook towards life

"I was bad-tempered and at my family members for

'वैशाली कौन है, यह बताना मुश्किल है। वह सब कुछ है—अस्पताल में काम करने वाली, घर में काम करने वाली, जूस बेचने वाली, डांस बार में परफॉर्म करने वाली और ओशो की शिष्या। और अब एक लेखिका भी। उसने 1200 पन्नों की एक किताब लिखी है, जिसमें अपने जीवन के अनेकों अनुभवों को शब्दों में उतारा है'—14 मई कि दि हिन्दू, नई दिल्ली में 'सरवाइवल स्टोरी' शीर्षक से छपी इस खबर को विस्तार से पढ़ा जा सकता है। संभोग से समाधि की ओर पुस्तक पढ़ने के बाद उसके जीवन में क्या और कैसा परिवर्तन आया, इसका खुलासा वैशाली ने अपने इस इंटरव्यू में और अपनी किताब में किया है। वैशाली कहती हैं कि मैंने अपनी इस किताब में सब कुछ लिखा है, जिसे पढ़ने के बाद स्त्री के संबंध में बहुत से रहस्यों को आप जान सकेंगे।'

Survival story

ulgarity lies in how one sees things, says Vaishali, bargirl who has just written a book about her life.

IONNE BUNSHA

"CAN you believe I'm 40?" asks Vaishali Haldankar, flashing a lively, paan-stained smile, chattering away from the minute we meet. "It's because in the music line. Singing keeps us alive and

For the life she has seen, Vaishali is amazingly "fresh". It's difficult to describe who she is. 's done it all — hospital worker, domestic rk, juice vendor, Osho disciple, bar performand now a writer. Vaishali has written a book sed on her life, a 1200-page hand-written anuscript in Marathi. "I never wanted to talk out all the abuse I have suffered. But now I ve written this book as a form of seva. If my ory helps others see women in a different ht. Or offers some strength to other women ho are exploited — at home or outside, then I n happy," says Vaishali.

untering stereotypes

"After the ban on dance bars, I got fed up with the dirty things being said about us in the edia. I wanted to counter it," Vaishali explains. "Everyday, we have to face these comments. Why don't people understand where we e coming from? What family circumstances ve brought us to into this situation? The ople who come to bars are all middle-aged thers of children. They come to see the ughters of other men."

From the age of five, Vaishali has faced abuse. was neglected at home, and didn't get enough eat. A 60-year-old neighbour used to play ith my body. At that age I learned that you ve to do whatever it takes to survive. I had to t involved with the fruit vendor to get some od."

Vaishali now lives with her younger son in mbernath, a suburb in Mumbai. Almost every ale family member — her father, husband and en her older son — exploited her. Her marage itself was an attempt to escape from her ther who tried to harass her. At 15, Vaishali roposed to Dilip, a signboard painter. "I wasn't love with him. But he seemed like a man who ould not use me," said Vaishali. "We had two ns. I was a housewife, but he didn't give me nough money. So I worked as a domestic serant in other people's homes. I've done all kinds f work. I've even danced in Muscat, worked at ick-up points and done free service." Free ervice? She explains, wryly. "Oh! That's when he lights are out and you have to bear whatever he customer does to you."

Performing is what she enjoys most. Vaishali ow sings with an orchestra band in a Mumbai ar. Since the ban on bar dancing, the bars have rchestras instead. "I've grown up with music. My father was a singer from the Gwalior gharana," she says, while humming a tune. "I got my irst job in a bar while I was still married and working in a video library. One of the customers here was a bar owner and gave me a job as a inger. When I could earn enough from the bar ob, I left my husband."

uined livelihood

"I've been a performer for more than 15 ears. Now, the ban on dance bars in Mumbai has ruined our earnings," Vaishali says, cursing the politicians who have enforced the ban and the policemen who harass the girls. "*Pehle dhoom mache ke naachte the. Ab gaate samay*

VAISHALI: *Telling it like it*
PHOTO: ASHIMA NARA

song. While talking about her son's abuse, s says, "My son became mentally unstable. I do care what he did to my body. My body was de long time back. Mental harassment hurts, much more. Yet, I will take him back. After al am his mother." Then starts singing a Mara song. "The world is a closed school. Some lost, some go on the right path. No one is go and no one is bad."

Her spiritual inspiration is Osho. "I was i relationship for four years with a gangs called Tarzan. He was wanted for murder, he was very good to me. When we broke up was in shock. I even attempted suicide. Th one day I found a book by Osho at the newsst called **From Sex to Superconscious**. It changed life. I've learned not to expect anything. I ev lived in the Osho commune for five month Vaishali says. The other big influence in her is Varsha Kale, president of the Bar Girls Uni "She has done so much for our rights. She encouraged me so much to write this book. has brought *khushboo* (sweetness) to my life

Ambition in life

"I have written everything in my book. potential publisher could not believe it was true. But it is. You can't imagine what women through. There are more secrets, which you find out when you read my book," Vais smiles, chewing *paan masala*. "Even thou am addicted to *paan masala* and have had throat operations, I can still sing."

Her ambition: to be a lawyer. "I want to able to fight for the rights of women. I've stu

'वहां कोई आंसू नहीं था, सिर्फ मुस्कानें थीं, कोई मौन नहीं था बल्कि ऊर्जा से लबालब गीत और नृत्य थे।' ऐसा लिखा है 3 मई के दि टाइम्स ऑफ इंडिया, चंडीगढ़ में। अवसर था स्वामी नारायण सत्यार्थी की अंतिम यात्रा का। ओशो कहते हैं, मृत्यु भी उत्सवपूर्ण ढंग से मनायी जानी चाहिए, जैसा कि जीवन है। जाने वाले को अहोभाव और उत्सवपूर्ण विदाई दी जानी चाहिए। ओशो के उत्सवपूर्ण जीवन जीने की देशना को मानने वाले स्वामी नारायण सत्यार्थी ने जब देहत्याग किया तो उनकी देह को भी उत्सवपूर्ण विदाई दी गई। गृहनंदिनी, महिलाओं की मासिक पत्रिका नियमित रूप से ओशो के प्रवचनों से चुने हुए अंशों को प्रकाशित करती है तथा इन लेखों की ओशो के चित्रों के साथ साज-सज्जा सराहनीय है। जून अंक में 'अनहद में बिसराम' पुस्तक की समीक्षा एक उद्धरण के साथ प्रकाशित हुई है—ओशो एक नयी ताजी हवा हैं ध्यान की, प्रेम की, धार्मिकता की। इस ताजी हवा से बंद कमरों और अंधकूपों में बिसराम करने वालों को बड़ी भारी अड़चन होती है। ओशो कहते हैं : 'ओशो मेरे साथ एक धर्म की पताका फहराने वालों को ही नहीं, सभी धर्मों की पताका फहराने वालों को अड़चन होगी। क्योंकि मेरा किसी धर्म से कोई लगाव नहीं, धार्मिकता से प्रेम है।'

'ध्यान मुझे अधिक एकाग्र होने में मदद करता है। पिछली बार मैं यहां आई, क्योंकि मेरे पिताजी मुझे यहां लाना चाहते थे, मगर इस बार मैं खुद इस कैम्प के शुरु होने का इंतजार कर रही हूं'—15 वर्षीय मेघा सूरी के इस अनुभव को एशियन एज ने 24 मई को प्रकाशित किया। अवसर था ओशोधाम, नई दिल्ली में आयोजित चिल्ड्रन्स कैम्प का। 10 वीं कक्षा की छात्रा सारिका वर्मा ने कहा कि ध्यान स्वयं से संवाद का और स्वयं को जानने का एक माध्यम है। वहीं 12 वीं कक्षा के छात्र प्रणय गर्ग ने भी अपने अनुभवों को ज़ाहिर करते हुए कहा कि ध्यान के बाद मैंने अपने स्वभाव में काफी परिवर्तन महसूस किया है, अब मैं स्वयं को अधिक शांत अनुभव करता हूं।' ओशोधाम में समय-समय पर बच्चों और अभिभावकों के ध्यान शिविर आयोजित होते हैं। ओशो वर्ल्ड पत्रिका, ओशो वर्ल्ड न्यूज़ और ओशोवर्ल्ड डॉट कॉम से आगामी ध्यान शिविरों की सूचना प्राप्त की जा सकती है।

— स्वामी प्रेम अभिनंदन