



आपने प्रवचनों में ओशो एक झेन कथा अक्सर सुनाते हैं। झेन सद्गुरु रिंझाई को एक व्यक्ति मिलने आता है और कहता है, 'मुझे आप केवल एक सार-सूत्र दे दें, क्योंकि मैं जल्दी में हूँ। मैं सरकार में एक बड़ा अधिकारी हूँ और मेरे पास समय नहीं है। मैं आपके आश्रम के पास से गुजर रहा था और मैंने सोचा कि अंदर जाकर आपसे कुछ पूछना श्रेयस्कर होगा। काफी समय से यह बात मेरे मन में मंडरा रही थी। इसलिए आप मुझे सार में बता दें, आधारभूत रूप में धर्म क्या है?'

रिंझाई मौन रहे। बड़े अधिकारी को बेचैनी होने लगी। उसने कहा, 'आपने मुझे सुना है कि नहीं? आप बहरे प्रतीत होते हैं। मैं आपसे धर्म के संबंध में आधारभूत शब्द पूछ रहा हूँ।'

रिंझाई बोले, 'वह मैंने आपको दे दिया है। अब आप जा सकते हैं।'

अधिकारी ने कहा, 'लेकिन मैंने सुना नहीं है।'

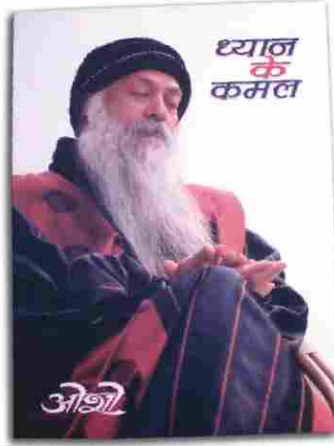
रिंझाई ने कहा, 'वह जो सुना जा सकता है, सारभूत नहीं होता। मैंने तुम्हें चाबी दे दी है; मौन चाबी है। अब तुम जाओ। तुम जल्दी में हो।'

लेकिन अब अधिकारी को दिलचस्पी होने लगी। यह आदमी मजेदार दिखता है। उसने कहा, 'आप थोड़ा विस्तार से कहें। यह बहुत संक्षिप्त है, बहुत सघन है, बहुत ज्यादा बीज जैसा है। थोड़ा विस्तार में बताना सहायक होगा।'

रिंझाई ने कहा, 'वह तो दोहराना हो जाएगा, क्योंकि जो भी कहा जा सकता है वह मैंने कह दिया है। अब तुम मुझे दोहराने के लिए बाध्य कर रहे हो।'

अधिकारी ने कहा, 'दोहराना ही सही, लेकिन कुछ तो विस्तार से कहो।'

तब रिंझाई ने कहा : 'ध्यान।' यह फिर वही बात हुई, क्योंकि ध्यान अर्थात् मौन। इसका और क्या अभिप्राय हो सकता है? अब यह एक शब्द है। पहले यह एक सरल मौन था—वह अधिक वास्तविक था। अब यह एक शब्द है—ध्यान।



विश्राम की झील: ध्यान के कमल

उस आदमी ने कहा, 'यह अभी भी मेरे लिए थोड़ा कठिन है। मैं एक सांसारिक आदमी हूँ। मुझे यह समझाएं; यह अभी भी एक उलझन है।'

रिंझाई ने कहा, 'अब अगर मैं और विस्तार से कहूँ तो वह असत्य होगा। पहले सत्य दिया गया था; अब यह केवल शब्दों में दोहराया जा रहा है। यह पहले ही आधा तो असत्य हो गया है, अगर मैं और विस्तार से कहूँगा तो यह पूर्णतः असत्य हो जाएगा। इसलिए तुम मुझे पाप करने को न कहो। अब तुम जा सकते हो। तुम जल्दी में हो।'

ध्यान मौन है। ध्यान विश्राम है। लेकिन पूरी दुनिया जल्दी में है, पूरी दुनिया दौड़ रही है—कहीं पहुंचने के लिए। विस्मय तो यह भी है कि धर्म के संबंध में भी हम जल्दी में होते हैं, कि कहीं मत्था टेक लिया और हो गई धर्म की उपलब्धि! और फिर लग गए अपनी भाग-दौड़ में। थोड़ी देर बैठ जाने के लिए हमारे पास फुर्सत ही कहां होती है? इसलिए ध्यान जैसी सहज घटना से सदा हम चूकते रहते हैं, अन्यथा संबुद्धों द्वारा दी गई प्रक्रिया बहुत सरल है : बैठ गए, मौन हो गए—ध्यान हो गया।

ओशो एक और झेन मास्टर हाकुइन के एक

सूत्र की चर्चा करते हुए कहते हैं : 'और केवल एक ही सिटिंग में, मात्र एक बार बैठ जाने में यह घटना घट सकती है।... केवल एक क्षण में ही घटना घट सकती है। यह अभी हो सकती है। इसे तुम्हें कल तक टालने की जरूरत नहीं है। कौन जानता है, कल कभी आए ही न! वास्तव में, यह कभी आता ही नहीं है। यह घटना इसी क्षण में घटित हो सकती है। आवश्यकता केवल एक बात की है कि हम इसे टालते न रहें, एक क्षण रुक जाएं, ठहर जाएं, विश्राम में हो जाएं।'

इस संबंध में एक और सूत्र की चर्चा करते हुए ओशो कहते हैं : 'कुछ दिन पूर्व एक अति सुंदर सांख्य-सूत्र को देखना हुआ—ध्यानं निर्विषयं मनः। सांख्य-सूत्र ध्यान को ऐसे परिभाषित करता है। ध्यान है—मन विचारों से मुक्त, भावनाओं से मुक्त, संकल्प से मुक्त। ध्यान है—किसी प्रकार के संघर्ष से मुक्त, चैतन्य। ध्यानं निर्विषयं मनः। किसी चीज की कोई आकांक्षा नहीं। तुम किसी चीज के लिए कोई प्रयास नहीं कर रहे हो, तब तुम ध्यान में हो। तुम कुछ कर नहीं रहे हो; किसी भी तल पर कुछ कर नहीं रहे हो। सब करना बस गायब हो गया है, तुम्हारे भीतर पूर्ण मौन हो गया है, और परम विश्राम।... .. इस 'विश्राम' का स्मरण रखें। शिथिलता। तुम इसे कर नहीं सकते, स्मरण रहे।... तुम इसे केवल होने दे सकते हो; तुम इसे कर नहीं सकते हो, तुम इसके साथ जबरदस्ती नहीं कर सकते। इसका तुम्हारे करने के साथ कुछ लेना-देना नहीं है। तुम केवल इसे समझ सकते हो कि यह कैसे होता है और तुम इस समझ में हो सकते हो। और यह आता है।'

समझ की इसी भाव-दशा में, ऐसे निर्मल जल में ध्यान के कमल खिलते हैं। प्रस्तुत पुस्तक के प्रवचनों के माध्यम से आप उसी समझ की भाव-दशा में प्रवेश करेंगे, उसकी पूर्व-तैयारी के लिए ओशो हमें छोटे-छोटे प्रयोग समझाते हैं। ये विधियां हमें उस विश्राम की झील में थिर करती हैं जहां चैतन्य के कमल खिलते हैं। ध्यानं निर्विषयं मनः।

— स्वामी चैतन्य कीर्ति