योगी प्रियव्रत अनिमेष

नमो नारायण

manas moti

पहला परिवर्तन अन्य में नहीं, स्वयं में!

www.priyavratanimesh.com

योगी प्रियव्रत अनिमेष

नमो नारायण

इस पुस्तक के सर्वाधिकार लेखक सुरक्षित है। लेखक की अनुमति के बिना इसके किसी भी अंश की फोटो कॉपी एवं रिकार्डिंग सहित, इलेक्ट्रॉनिक अथवा मशीनी किसी भी माध्यम से, अथवा ज्ञान के संग्रहण एवं पुर्नप्रयोग की प्रणाली द्वारा किसी भी रूप में पुनरुत्पादित अथवा संचारित प्रसारित नहीं किया जा सकता।

मानस मोती

© योगी प्रियव्रत अनिमेष

प्रकाशक : शिवांक प्रकाशन
4598/12 बी, गोला कॉटेज, अंसारी रोड,
दरिया गंज, नई दिल्ली–110002

दूरभाष : 011-23251264, Mob.: 9811734184

प्रथम संस्करण : 2021

ISBN : 978-93-90157-32-7

लेज़र टाईपसैटिंग : *Guruji Prints* @ 42420872

मुद्रक : एस.के. ऑफसेट

प्रस्तावना

सतसैया के दोहरे ज्यो नाविक के तीर।
देखन में छोटे लगे घाव करे गंभीर।।

जिस प्रकार बिहारी सतसई के दोहे देखने में अवश्य छोटे होते हैं, लेकिन उनके मायने विशाद होते हैं। रामचरितमानस तो ऐसा विशाल सागर है जिसमें असंख्य मोती बिखरे हैं और जीवन के प्रत्येक पड़ाव में वह अनमोल है। योगी प्रियव्रत अनिमेष जी उसी सागर में गोते लगाते हैं और कुछ मोती चुनकर लाते हैं और जीवात्मा और आत्मा जैसे गूढ विषयों को सरल ढंग से समझाने का प्रयास करते हैं।

जीवन में विचार और स्वतंत्र विचार दोनों में अंतर है, योगी जी स्वतंत्र विचारों पर बल देते हैं। प्रेम, ईर्ष्या, घृणा, द्वेष मनुष्य के स्वाभाविक गुण हैं रामचरितमानस में तुलसीदास जी लिखते हैं,

जो काहू की सुने बढ़ाई,
श्वांस ले जिम जूड़ी आई।।

मनुष्य दूसरों की प्रशंसा नहीं सुन पाता, किंतु निंदा में उसे बहुत मजा आता है। लक्ष्य प्राप्ति में अनेक बाधाएं आती हैं। सामान्य मनुष्य तो क्या प्रभु राम के सामने भी अनेक बाधाएं आईं, जब लक्ष्मण जी को मूर्छा लगती है और हनुमान जी संजीवनी लेने जाते हैं तब मारीच छल से रास्ता रोकता है, उसी प्रकार जब पहली बार लंका जाते हैं तब सुरसा रास्ता रोक लेती है। योगी जी इन्हीं ज्ञान मोतियों के माध्यम से, लक्ष्य प्राप्ति का मार्ग दिखाते हैं।

डॉ. देवेंद्र कुमार शर्मा
लेखक एवं साहित्यकार
संस्कृति मंत्रालय
भारत सरकार

अनुक्रमणिका

प्रस्तावना		3-4
प्रभु श्रीराम गुण वर्णन		8-12
1.	आत्मा पर विश्वास	14
2.	कल्पना एक महाशक्ति	16
3.	आत्मा का आहार	18
4.	स्वतंत्र विचार	20
5.	योग	22
6.	श्रेष्ठता	24
7.	आश्रय	26
8.	ग्रहणशीलता	28
9.	लक्ष्यपति	30-31
10.	ईर्ष्या-वृति	34-35
11.	दोष-दर्शन	38-40
12.	गुरु वैद्य	42-43

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

प्रभु श्रीराम गुण वर्णन

बालकाण्डः।।

शुद्धब्रह्मपरात्पर राम।।१।।
कालात्मकपरमेश्वर राम।।२।।
शेज़तल्पसुखनिद्रित राम।।३।।
ब्रह्माद्यामरप्रार्थित राम।।४।।
चण्डकिरणकुलमण्डन राम।।५।।
श्रीमद्दशरथनन्दन राम।।६।।
कौसल्यासुखवर्धन राम।।७।।
विश्वामित्रप्रियधन राम।।८।।
घोरताटकाघातक राम।।९।।
मारीचादिनिपातक राम।।१०।।
कौशिकमखसंरक्षक राम।।११।।
श्रीमदहल्योद्धारक राम।।१२।।
गौतममुनिसम्पूजित राम।।१३।।
सुरमुनिवरगणसंस्तुत राम।।१४।।
नाविकधावितमृदुपद राम।।१५।।
मिथिलापुरजनमोहक राम।।१६।।
विदेहमानसरञ्जक राम।।१७।।
त्र्यम्बककार्मुकभञ्जक राम।।१८।।

सीतार्पितवरमालिक राम।।१९।।
कृतवैवाहिककौतुक राम।।२०।।
भार्गवदर्पविनाशक राम।।२१।।
श्रीमदयोध्यापालक राम।।२२।।
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम।।

।। अयोध्याकाण्डः।।

अगणितगुणगणभूषित राम।।२३।।
अवनीतनयाकामित राम।।२४।।
राकाचन्द्रसमानन राम।।२५।।
पितृवाक्याश्रितकानन राम।।२६।।
प्रियगुहविनिवेदितपद राम।।२७।।
तत्क्षालितनिजमृदुपद राम।।२८।।
भरद्वाजमुखानन्दक राम।।२९।।
चित्रकूटाद्रिनिकेतन राम।।३०।।
दशरथसन्ततचिन्तित राम।।३१।।
कैकेयीतनयार्थित राम।।३२।।
विरचितनिजपितृकर्मक राम।।३३।।
भरतार्पितनिजपादुक राम।।३४।।
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम।।

।। अरण्यकाण्डः।।

दण्डकवनजनपावन राम।।३५।।
दुष्टविराधविनाशन राम।।३६।।
शरभङ्गसुतीक्ष्णार्चित राम।।३७।।
अगस्त्यानुग्रहवर्धित राम।।३८।।
गृध्राधिपसंसेवित राम।।३९।।

पञ्चवटीतटसुस्थित राम।।४०।।
शूर्पणखार्तिविधायक राम।।४१।।
खरदूषणमुखसूदक राम।।४२।।
सीताप्रियहरिणानुग राम।।४३।।
मारीचार्तिकृदाशुग राम।।४४।।
विनष्टसीतान्वेषक राम।।४५।।
गृध्राधिपगतिदायक राम।।४६।।
शबरीदत्तफलाशन राम।।४७।।
कबन्धबाहुच्छेदक राम।।४८।।
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम।।

।। किष्किन्धाकाण्डः।।

हनुमत्सेवितनिजपद राम।।४९।।
नतसुग्रीवाभीष्टद राम।।५०।।
गर्वितवालिसंहारक राम।।५१।।
वानरदूतप्रेषक राम।।५२।।
हितकरलक्ष्मणसंयुत राम।।५३।।
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम।।

।। सुन्दरकाण्डः।।

कपिवरसन्ततसंस्मृत राम।।५४।।
तद्खगतिविघ्नध्वंसक राम।।५५।।
सीताप्राणाधारक राम।।५६।।
दुष्टदशाननदूषित राम।।५७।।
शिष्टहनूमद्खभूषित राम।।५८।।
सीतावेदितकाकावन राम।।५९।।
कृतचूडामणिदर्शन राम।।६०।।
कपिवरवचनाश्वासित राम।।६१।।
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम।।

॥ युद्धकाण्डः॥

रावणनिधनप्रस्थित राम।।६२।।
वानरसैन्यसमावृत राम।।६३।।
शोषितसरिदीशार्थित राम।।६४।।
विभीषणाभयदायक राम।।६५।।
पर्वतसेतुनिबन्धक राम।।६६।।
कुम्भकर्णशिरच्छेदक राम।।६७।।
राक्षससङ्घविमर्दक राम।।६८।।
अहिमहिरावणचारण राम।।६९।।
संहृतदशमुखरावण राम।।७०।।
विधिभवमुखसुरसंस्तुत राम।।७१।।
खस्थितदशरथवीक्षित राम।।७२।।
सीतादर्शनमोदित राम।।७३।।
अभिषिक्तविभीषणनत राम।।७४।।
पुष्पकयानारोहण राम।।७५।।
भरद्वाजादिनिषेवण राम।।७६।।
भरतप्राणप्रियकर राम।।७७।।
साकेतपुरीभूषण राम।।७८।।
सकलस्वीयसमानत राम।।७९।।
रत्नलसत्पीठास्थित राम।।८०।।
पट्टाभिषेकालङ्कृत राम।।८१।।
पार्थिवकुलसम्मानित राम।।८२।।
विभीषणार्पितरङ्गक राम।।८३।।
कीशकुलानुग्रहकर राम।।८४।।
सकलजीवसंरक्षक राम।।८५।।
समस्तलोकाधारक राम।।८६।।
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम।।

आगतमुनिगणसंस्तुत राम॥८७॥
विश्रुतदशकण्ठोद्भव राम॥८८॥
सीतालिङ्गननिर्वृत राम॥८९॥
नीतिसुरक्षितजनपद राम॥९०॥
विपिनत्याजितजनकज राम॥९१॥
कारितलवणासुरवध राम॥९२॥
स्वर्गतशम्बुकसंस्तुत राम॥९३॥
स्वतनयकुशलवनन्दित राम॥९४॥
अश्वमेधक्रतुदीक्षित राम॥९५॥
कालावेदितसुरपद राम॥९६॥
आयोध्यकजनमुक्तिद राम॥९७॥
विधिमुखविबुधानन्दक राम॥९८॥
तेजोमयनिजरूपक राम॥९९॥
संसृतिबन्धविमोचक राम॥१००॥
धर्मस्थापनतत्पर राम॥१०१॥
भक्तिपरायणमुक्तिद राम॥१०२॥
सर्वचराचरपालक राम॥१०३॥
सर्वभवामयवारक राम॥१०४॥
वैकुण्ठालयसंस्थित राम॥१०५॥
नित्यानन्दपदस्थित राम॥१०६॥
राम् राम् जय राजा राम॥१०७॥
राम् राम् जय सीता राम॥१०८॥
राम् राम् जय राजा राम।
राम् राम् जय सीता राम॥

आत्मा पर विश्वास

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

1. आत्मा पर विश्वास

विश्वास करो, ईश्वर तुम से बहुत उपयोगी कार्य लेना चाहता है। तुम ईश्वर का निमित्त बन कर प्रभु को आत्म समर्पण कर दो, समर्पण करने से तुम्हें बड़ी शक्ति मिलेगी।

आत्म-समर्पण का अर्थ यह नहीं कि तुम आत्मविश्वास खो बैठो। जब तुमने परम आत्मा को आत्मसमर्पण किया है। तब तुम में पूर्ण आत्म-विश्वास जागृत होना चाहिए। उस दशा में तुम महान बन गये हो, तुम्हें भय नहीं रहा ऐसा सोचो तुम महान से मिलकर महान बन गये यह विश्वास करो। विश्वास करो, तुम बलवान हो। निर्बलता पाप है। तुम अपने मन में से निर्बलता को सदा के लिये भगा दो।

आत्मा और परमात्मा दोनों बलवान हैं। तुम्हारी निर्बल मनोवृत्ति मानसिक है। मन भी प्राकृतिक है तुम तो प्रकृति से परे हो। इसलिए मन में कभी निर्बलता को न आने दो!

कल्पना एक महाशक्ति

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

2. कल्पना एक महाशक्ति

अद्‌भुत वृत्ति विकल्प अथवा कल्पना है। यह मन की बड़ी अद्‌भुत शक्ति है। गुरुदेव कहते थे- विकल्प वृत्ति या कल्पना साधारण चीज नहीं है। यह योगियों, साधकों एवं मनस्वियों की चेतना शक्ति का माध्यम बनती है। इसके माध्यम से उनके प्राण प्रवाहित होते हैं।

सामान्य जन इस शक्ति का दुरुपयोग करते हुए प्रायः ख्याली पुलाव पकाते रहते हैं। लेकिन जिन्हें इस शक्ति का थोड़ा-बहुत सदुपयोग करना आ जाता है, वे कवि या कलाकार बन जाते हैं, सामान्य से उच्च श्रेणी में पहुंच जाते हैं। इस विकल्प वृत्ति का उत्कृष्ट उपयोग ही उनकी कला की उत्कृष्टता की पहचान बनता है।

विश्व चिन्तन ने मनुष्य जाति को जो सर्वश्रेष्ठ कल्पनाएँ दी हैं, उनमें श्रेष्ठतम कल्पनाएँ उपनिषदों में है। इनमें से किसी एक को भी अपनाकर हम अपने जीवन को सार्थक कर सकते हैं।

सोऽहम, अहं ब्रह्मास्मि जैसे श्रेष्ठतम महत्त्वाकांक्षाओं को जीवन में धारण कर कल्पना शक्ति की सहायता से उस परम तत्त्व की अनुभूति पायी जा सकती है।

आत्मा का आहार

योगी प्रियव्रत अनिमेष

नमो नारायण

3. आत्मा का आहार

शरीर– अन्न, जल और हवा के आधार पर जीवित रहता है। सम्पन्नता– परिश्रम, चातुर्य और साधनों पर अवलम्बित है, किन्तु अन्तरात्मा को परिपोषण इनमें से किसी के सहारे भी नहीं मिल सकता। सम्पन्नता – सुविधा बढ़ाती है, उसके सहारे शरीरगत विलासिता, तृष्णा और अहंता का परिपोषण हो सकता है।

चाटुकारों में मुँह प्रशंसा भी सुनी जा सकती है, किन्तु आत्मिक विभूतियों को अर्जित किये बिना कोई तृप्ति, तुष्टि और शान्ति का रसास्वादन नहीं कर सकता।

समृद्धि दूसरों को चमत्कृत कर सकती है, किन्तु श्रद्धा और सद्भावना उपलब्ध करने के लिए आन्तरिक उत्कृष्टता की आवश्यकता पड़ती है। इसी का दूसरा नाम सज्जनता है। इसे पवित्रता, महानता, उदारता और संयमशीलता के मूल्य पर ही उपलब्ध किया जा सकता है!

स्वतंत्र विचार

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

4. स्वतंत्र विचार

स्वतंत्र बुद्धि की कसौटी पर आप जिस निष्कर्ष पर पहुँचते हैं उसे साहस के साथ प्रकट कीजिए, दूसरों को सिखाइए। चाहे आपको कितने ही विरोध-अवरोधों का सामना करना पड़े, आपकी बुद्धि जो निर्णय देती है, उसका गला न घोटें। आप देखेंगे कि इससे आपकी बौद्धिक तेजस्विता, विचारों की प्रखरता बढ़ेगी और आपकी बुद्धि अधिक कार्य कुशल और समर्थ बनेगी।

भूलें वे हैं, जो अपराधों की श्रेणी में नहीं आतीं, पर व्यक्ति के विकास में बाधक हैं। चिड़चिड़ापन, ईर्ष्या, आलस्य, प्रमाद, कटुभाषण, अशिष्टता, निन्दा, चुगली, कुसंग, चिन्ता, परेशानी, व्यसन, वासनात्मक कुविचारों एवं दुर्भावनाओं में जो समय नष्ट होता है, उसे स्पष्टतः समय की बर्बादी कहा जायेगा। प्रगति के मार्ग में यह छोटे-छोटे दुर्गुण ही बहुत बड़ी बाधा बनकर प्रस्तुत होते हैं। यह भूलें अपराधों के समान ही हानिकारक हैं।

घिसने और टकराने से ऊर्जा उत्पन्न होती है। यह वैज्ञानिक नियम है। ईश्वर अपने प्रिय पुत्र मानव को शक्तिवान, प्रगतिशील, विकासोन्मुख, चतुर, साहसी और पराक्रमी बनाना चाहता है। इसीलिए वह समस्याओं और कठिनाइयों का एक बड़ा अम्बार प्रत्येक मनुष्य के सामने खड़ा किया करता है।

ईश्वर को इस बात की इच्छा नहीं कि आप तिलक लगाते हैं या नहीं, पूजा-पत्री करते हैं या नहीं, भोग-आरती करते हैं या नहीं, क्योंकि उस सर्वशक्तिमान् प्रभु का कुछ भी काम इन सबके बिना रुका हुआ नहीं है। वह इन बातों से प्रसन्न नहीं होता, उसकी प्रसन्नता तब प्रस्फुटित होती है जब अपने पुत्रों को पराक्रमी, पुरुषार्थी, उन्नतिशील, विजयी, महान् वैभव युक्त, विद्वान्, गुणवान्, देखता है और अपनी रचना की सार्थकता अनुभव करता है।

योग

योगी प्रियव्रत अनिमेष

नमो नारायण

5. योग

योग का मतलब अपने शरीर को अतरंग तरीके से मोड़ना नहीं है। यदि गहनता से विचार करें तो यह अपने मन, शरीर और श्वांस को समन्वित करना है। योग हजारों वर्षों से भारतीय ज्ञानपीठ का एक महत्वपूर्ण अंग है। योग शब्द युज से उत्पन्न हुआ है।

यम, नियम, आसन, प्राणायाम और प्रत्याहार तो योग में प्रवेश करने की भूमिका मात्र हैं। इन्हें साधकर भी कई लोग इनमें ही अटके रह गए, लेकिन साहसी हैं वे लोग, जिन्होंने धारणा और ध्यान का उपयोग तीर कमान की तरह किया और मोक्ष नामक लक्ष्य को भेद दिया।

श्रेष्ठता

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

6. श्रेष्ठता

वेदों में जड़ बुद्धि से बढ़कर प्राण बुद्धि, प्राण बुद्धि से बढ़कर मानसिक और मानसिक से बढ़कर बुद्धि में ही जीने वाला श्रेष्ठ कहा गया है। बुद्धिमान लोग भुलक्कड़ होते हैं ऐसा जरूरी नहीं और स्मृतिवान लोग बुद्धिमान हों यह भी जरूरी नहीं। लेकिन उक्त सबसे बढ़कर वह व्यक्ति है जो विवेकवान है, जिसकी बुद्धि और स्मृति दोनों ही दुरुस्त हैं।

उक्त विवेकवान से भी श्रेष्ठ होता है वह व्यक्ति जो मन के सारे क्रियाकलापों, सोचने विचारने, स्वप्न दुख से पार होकर परम जागरण में स्थित हो गया है ऐसा व्यक्ति ही मोक्ष के अनंत और आनंदित सागर में छलांग लगा सकता है।

आश्रय

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

7. आश्रय

हनुमानजी ने आकाश मार्ग से समुद्र को पार किया। आगे चलकर गोस्वामीजी उसका विस्तार करते हैं कि जब सारे बंदर लंका की ओर गए तो वे समुद्र को तीन मार्गों से पार करते हैं। कुछ बंदर आकाश मार्ग से गये, कुछ पत्थर का पुल बनाकर गये, कुछ जलचरों के ऊपर से गये और इस प्रकार से तीन मार्गो से बंदरों ने समुद्र पार किया।

ये तीन मार्ग हैं – ज्ञान, भक्ति और कर्म के। जलचरों वाला भक्ति का मार्ग है, पत्थर का पुल कर्ममार्ग है और आकाश से जाना ज्ञान का मार्ग है। अभिप्राय यह है कि पत्थर के पुल पर तो पैर रखकर चलने के लिए एक ठोस आधार है। जलचरों वाले मार्ग में भी कोई न कोई सहारा है, वहां भी पैर रखने का आधार तो है, परंतु जो निरालम्ब भाव से चल सके, जहां पर आश्रय की अपेक्षा न दिखाई दे रही हो, वह ज्ञान का मार्ग है।

ग्रहणशीलता

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

8. ग्रहणशीलता

मानस की एक मान्यता यह भी है कि व्यक्ति पर भूमि का प्रभाव पड़ता है। हम जिस भूमि पर जाएंगे, वहां के वातावरण में, कण-कण में उस प्रकार के भावों का प्रवाह चारों ओर होता रहता है और उसका प्रभाव व्यक्ति पर पड़ता है किंतु उसके साथ एक विडंबना यह है कि उस प्रभाव को प्रत्येक व्यक्ति ग्रहण नहीं कर पाता।

उन भावों का प्रभाव प्रत्येक व्यक्ति पर समान होते हुए भी यह आवश्यक नहीं है कि प्रत्येक व्यक्ति में ग्रहणशीलता समान हो और वह समान रूप से उस भाव को ग्रहण कर पाए। ग्रहणशीलता न हो तो न देश का प्रभाव पड़ता है, न काल का।

इसलिए अच्छे से अच्छे देश में जन्म लेकर, श्रेष्ठ से श्रेष्ठ काल में रहकर और बड़े से बड़े महापुरुष का सानिध्य पाकर भी कई लोगों के जीवन में परिवर्तन नहीं होता।

इसके पीछे एकमात्र कारण यह है कि उनमें ग्रहणशीलता नहीं है।

ग्रहणशीलता का तात्पर्य यह है कि जैसे पानी की उपलब्धि के लिए पानी का बरसना ही यथेष्ट नहीं है। वर्षा तो खूब हुई। समाचार-पत्रों में पढ़ते हैं कि इतने मिलीमीटर वर्षा हुई, परंतु समाचार-पत्र का यह समाचार सत्य होते हुए भी प्रत्येक व्यक्ति के लिए सत्य नहीं होता। जिस व्यक्ति ने अपने पात्र को उस वर्षा में रखकर नापा है, उसे दिखाई देता है कि कितना जल बरसा है।

पर यदि कोई अपने घड़े को उल्टा रख दे, तो चाहे दिन-रात वर्षा होती रहे, उसके घड़े में एक बूंद भी पानी नहीं मिलेगा। उसके लिए तो मानो एक बूंद भी पानी नहीं बरसा है। ग्रहणशीलता का अर्थ है - घड़े को सीधा रखना। घड़े की एक विशेषता यह है कि यदि उसे उल्टा करके रख दे, तो लगता है कि वह परिपूर्ण है, कहीं कोई कमी नहीं है, परंतु यदि सीधा कर दे, तो उसका खालीपन दिखाई दे जाता है।

इसका अभिप्राय यह है कि जो अपने खालीपन को छिपाने की चेष्टा करता है, वह ग्रहणशील नहीं है,

परंतु जो गुरु के सामने, संत के सामने अथवा तीर्थ में अपने खालीपन को सामने कर दे, अपने अंत:करण के अभाव को स्वीकार कर ले, वही ग्रहणशील है।

यह ग्रहणशीलता ही सबसे बड़ी कसौटी है कि वह व्यक्ति उस वस्तु को पाने का अधिकारी है या नहीं।

लक्ष्यपति या होड़

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

9. लक्ष्यपति

हनुमानजी के सामने जब सुरसा की समस्या आई तो उन्होंने तत्काल ज्ञानयोग का आश्रय लिया। जैसे किसी लक्ष्यपति से कह दिया जाए कि आप तो करोड़पति हैं, तो उसे अभिमान हो सकता है कि मेरी प्रशंसा हो रही है। पर किसी लक्ष्यपति से कह दें कि आपके पास तो हजारों रुपए हैं, तब क्या वह अभिमान का अनुभव करेगा?

वह तो खीझ उठेगा कि मैं क्या हूं और यह मुझे क्या बता रहा है? इसी तरह सुरसा जब मुँह फैलाती है, तो हनुमानजी दूने हो जाते हैं। मानो कह देते हैं कि तुम मुझे समझ क्या रही हो? मैं तुमसे दूना बड़ा हूं। तुम क्या मुझे अपनी सीमा में देख रही हो? मेरी कोई सीमा नहीं है।

हनुमानजी का आकार बढ़ता चला जा रहा है। वे ज्ञान-योग से अपना विस्तार करते चले जा रहे हैं।

अब यदि वे चाहते तो ज्ञानयोग पर प्रतिष्ठित रह सकते थे, किंतु उन्होंने मानो संकेत दिया कि यद्यपि ज्ञानयोग के द्वारा भी कीर्ति की कामना पर विजय पाई जा सकती है, परंतु उसमें विलंब लगेगा। तब किस योग के द्वारा उन्होंने उसे परास्त किया?

वहां वर्णन आता है कि सुरसा ने भी सौ योजन का मुंह फैलाया। तब हनुमानजी अगर ज्ञानयोग पर ही अड़े रहते तो अपना आकार बढ़ाते ही जाते; दो सौ, चार सौ, हजार योजन तक बढ़ जाते, वहां तो कोई सीमा ही नहीं है।

पर उन्होंने सोचा कि न तो ज्ञान की कोई सीमा है और न सुरसा के मुंह की। इस खेल में व्यर्थ ही समय नष्ट होगा। तब उन्होंने किस योग का

आश्रय लिया?

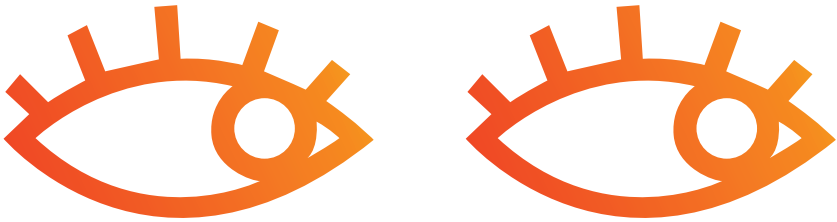
ज्यों ही सुरसा ने सौ योजन का मुंह फैलाया, त्योंही हनुमानजी श्अतिलघुश अर्थात छोटे ही नहीं, बहुत छोटे, अतिलघु बन गए। अतिलघु का क्या अर्थ है?

लघु अर्थात जो दिखाई दे जाए और अतिलघु अर्थात जो दिखाई न दे। जब हनुमानजी अति लघु बन गए, शून्य की भांति हो गए, तब सुरसा आंखें फाड़-फाड़कर देखने लगी कि बंदर गया कहां? यह तो अभी दूना, चौगुना हो रहा था, अब क्या हो गया?

तब हनुमानजी ने एक अनोखा कार्य किया। अत्यंत छोटे बनकर सुरसा के मुंह में पैठ गए और वहां से लौट भी आए। उन्होंने सुरसा से कहा कि लो! मैं तुम्हारे मुंह से लौट भी आया। इसका अभिप्राय क्या है? अतिलघु अर्थात दैन्ययोग।

इसका अभिप्राय यह है कि जब हम स्वयं को बड़ा बनाने की चेष्टा करेंगे, तो संसार में होड़ लग जाएगी और यदि मध्यम दृष्टि से लोगों की दृष्टि में आने की चेष्टा करेंगे तो भी इससे छुट्टी नहीं मिलेगी, पर व्यक्ति को अगर शून्य बन जाने की कला आती हो, स्वयं को अदृश्य कर लेने की कला आती हो, तो वही कीर्ति की कामना से बच सकता है।

हनुमानजी ने इसी दैन्ययोग का आश्रय लिया और कीर्ति कामना रुपी सुरसा पर विजय प्राप्त की।



ईर्ष्या - वृति

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

10. ईर्ष्या-वृति

काम को पहचानना सरल है, क्रोध और लोभ को भी पहचानना सरल है, परंतु ईर्ष्या को पहचानना सरल नहीं है। यह ईर्ष्या के वृत्ति गहरे समुद्र में छिपी हुई है, किंतु हनुमानजी उसे तुरंत पहचान लेते हैं और ज्ञानयोग के द्वारा तत्काल एक क्षण में उसे विनष्ट कर देते हैं।

जहां द्वैत है, वही ईर्ष्या भी है। ज्ञान के द्वारा, अद्वैत वृद्धि के द्वारा उस ईर्ष्यावृत्ति का विनाश करके हनुमानजी समुद्र के सारे विघ्नों को पार कर लेते हैं।

दूसरे शब्दों में हनुमानजी ने जान लिया कि गहराई में छिपी हुई, मात्सर्य की जननी, यह ईर्ष्यावृत्ति मनुष्य के अंत:करण में केवल अकल्याण की ही सृष्टि करने वाली है इसलिए हनुमानजी ने उसे तत्काल एक क्षण में नष्ट कर दिया।

लोकैषणा बनी रहे, यहां तक तो ठीक है, आवश्यक भी है, पर उसके साथ ईर्ष्या न रहे। क्योंकि ईर्ष्या यदि होगी तो मात्सर्य का भी जन्म होगा।

ईर्ष्यावान व्यक्ति दूसरों को गिराने की चेष्टा अवश्य करेगा, किंतु अगर कीर्ति की कामना हो और ईर्ष्या न हो तो व्यक्ति अच्छा काम करेगा, दूसरों को गिराने की चेष्टा नहीं करेगा।

ईर्ष्यालु व्यक्ति अपने जीवन में जिसे गुण समझता है, उसी को दूसरे के जीवन में दोष के रूप में देखता है। स्वयं के जीवन में जिसे प्रशंसनीय मानता है, उसी को दूसरों के जीवन में देखकर उसकी निंदा करता है।

यह बड़ा अद्‌भुत विरोधाभास है। व्यक्ति स्वयं को धन चाहता है, किंतु दूसरों के पास धन देखकर उसकी निंदा करता है। इसके मूल में ईर्ष्या ही है।

ईर्ष्या के कारण बुद्धि भ्रान्त हो जाती है और व्यक्ति गुण-दोष के लिए दोहरा मापदंड बना लेता है।

'मानस' में मन के रोगों का बड़े विस्तार से विवेचन किया गया है तथा उनकी चिकित्सा-पद्धति भी बताई गई है। अपने मन के रोगों या दुर्गुणों को जान लेना ही उन्हें नष्ट करने की दिशा में उठाया गया एक बड़ा कदम है।

ईर्ष्या की चर्चा चल रही है, अतः इसी संदर्भ में एक बड़े ही मनोवैज्ञानिक सूत्र की ओर ध्यान आकृष्ट करना चाहूंगा। ईर्ष्या चाहे किसी भी व्यक्ति से की जाए, वह दुखदाई और घातक तो अवश्य है, परंतु एक व्यक्ति ऐसा भी है, जिससे ईर्ष्या करना सर्वाधिक भयंकर और घातक है। किससे?

इसका उत्तर कागभुसुंडि-गरुण संवाद में मिलता है। कागभुसुंडि ईर्ष्या के उस परम भयानक स्वरूप का वर्णन करते हुए कहते हैं, कि ईर्ष्या जब गुरु से हो जाए, तो वही ईर्ष्या का सर्वाधिक भयंकर रूप है। ईर्ष्या की वृत्ति इतनी व्यापक है कि वह गुरु के प्रति भी हो सकती है।

दोष - दर्शन

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

11. दोष-दर्शन

दोषदर्शन दो प्रकार के होते हैं और दंड भी दो प्रकार के होते हैं। एक दोषदर्शन तो वह होता है, जो दूसरों को नीचा दिखाने के लिए होता है। उसका वर्णन देवर्षि नारद के प्रसंग में देखने को मिलता है।

देवर्षि नारद जब विश्वमोहिनी की स्वयंबर-सभा में जाते हैं, तब उनके दोनों तरफ दो रूद्रगण बैठ जाते हैं। नारदजी तो यह सोचकर प्रसन्न हैं कि भगवान ने मुझे अपनी सुंदरता दे दी है, परंतु उनकी समस्या यह है कि उस सुंदरता को स्वयं उन्होंने अभी तक देखा नहीं है, केवल कल्पना कर ली है कि मैं भगवान विष्णु के जैसा सुंदर दिख रहा हूं।

यदि उन्होंने सभा में आने के पहले दर्पण देख लिया होता, तो वे इस सभा में आते ही नहीं। लेकिन वे तो अपने आप में इतने भ्रांत है कि बिना आत्मनिरीक्षण के ही उन्होंने कल्पना कर ली कि मैं परम सुंदर हूं। यह समस्या केवल नारद की ही नहीं है, संसार में अधिकांश लोगों को यही भ्रम रहता है।

मनुष्य स्वयं को ही सर्वाधिक बुद्धिमान, सुन्दर, सुयोग्य या किसी न किसी रूप में श्रेष्ठ मान बैठता है। उसे कहीं न कहीं यह भ्रान्ति होती है कि भगवान ने सर्वश्रेष्ठ बुद्धि मुझे ही दी है, जो अन्य किसी के पास नहीं है।

नारदजी के दाएं और बाएं, ये जो दो रूद्र बैठे हैं, वे क्या कर रहे हैं? दोनों आपस में बातें कर रहे हैं। बीच में नारदजी बैठे हैं। उनकी बातें पहले बीच में बैठे नारदजी के कानों में आकर तब दूसरी और बैठे रूद्र तक पहुंचती है। और नारदजी को ही सुनाना उनका उद्देश्य भी है। सुनकर नारदजी खूब प्रसन्न हो रहे हैं। इन दाहिने-बाएं वालों से खूब सावधान रहना चाहिए।

ये लोग जब प्रशंसा करते हैं तो उसके पीछे उद्देश्य कुछ दूसरा ही होता है! रूद्रगणों का उद्देश्य वस्तुतः नारदजी को अपमानित कराना था। उन्हें तो नारद की आकृति बंदर के समान दिखाई दे रही थी। अगर वे सचमुच नारद के हितैषी होते तो वही बात वे नारदजी से पहले ही कह देते, जो उन्होंने उनके अपमानित होने के बाद कही।

सभा में जब भगवान विष्णु आए और विश्वमोहिनी को लेकर चले गए, तब उन्हीं पूर्वप्रशंसक रूद्रों ने व्यंग्य करते हुए उनसे जाकर अपना मुख शीशे में देखने को कहा।

इसका अभिप्राय है कि उनके दोषदर्शन में नारद को अपमानित करने की वृत्ति है।

जैसे, मां जब बच्चे की गंदगी देखती है तो उससे घृणा करने के लिए नहीं देखती, बल्कि उसका मन तो बच्चे की गंदगी को साफ करने के लिए व्यग्र रहता है। वह चाहती है कि मेरे बच्चे को कोई गंदा न कहे। मां द्वारा बालक के दोष-दर्शन की वृत्ति के पीछे यही भाव है।

वैसे ही गुरु या वैद्य के दोषदर्शन का उद्देश्य यही है कि शिष्य के दोष दूर हो जाएं, रोगी का रोग दूर हो जाए, साधक के जीवन में आए हुए दोष दूर हो जाएं और वह स्वस्थ हो जाए। इसी प्रकार गुरु द्वारा दिए गए दंड का उद्देश्य केवल चोट पहुंचाना नहीं, अपितु शिष्य का कल्याण ही होता है।

काक-भुसुंडिजी के गुरु ने भगवान शंकर से प्रार्थना की और इसका परिणाम यह हुआ कि शंकरजी के दंड के रूप में वह शाप भुसुंडिजी के लिए मानो कड़वी दवा की भांति कल्याणकारी सिद्ध हुआ।

गुरु ने संकेत रूप में बता दिया यह भी दवा है।

गुरु वैध

योगी प्रियव्रत अनिमेष
नमो नारायण

12. गुरु वैद्य

भगवान राम स्वयं ही सेना लेकर रावण पर आक्रमण कर देते, परंतु ऐसा न करके उन्होंने हनुमानजी को लंका क्यो भेजा? इसलिए कि रावण को प्रथम समझाया जाए। रावण को ज्ञान से अवगत कराएं एवं दोषों से वैद्य बनकर मुक्त कराएं।

भगवान राम का अभिप्राय था कि हनुमान जी गुरु वैद्य के रूप में रावण के रोगों को दूर करने की चेष्टा करेंगे। हनुमानजी लंका पहुंचकर रावण को दवा देने लगे, भक्ति के उपदेश देने लगे। उपदेश सुनकर रावण की दृष्टि कहां गई? सारी कथा का सार उसने क्या निकाला? वह खूब हंसने लगा। उसकी हंसी में व्यंग्य था। हनुमानजी बोले – मेरी बात सुनकर तुम्हें हंसी क्यों आ रही है?

रावण ने कहा– मैं जब तुम्हारी सूरत देखता हूं तो सिर पीट लेता हूं कि क्या मुझे गुरु के रूप में बंदर ही मिलना था? साथ ही उसने यह भी कहा कि अरे दुष्ट, मृत्यु तेरे निकट आ गई है और कहने लगे कि यह वैद्य तो अब मरने वाला है, तो इसका अर्थ यही हुआ कि रोगी को उन्माद हो गया है।

हनुमानजी तो वैद्य थे। वैद्य जब रोगी के पास पहुंचे तो पाया कि रोगी ही वैद्य का निदान करने लगा है कि वैद्य की शक्ल कैसी है, उसका ज्ञान कैसा है? हनुमानजी ने रावण के हित की बात की और आगे आने वाले संकटों के संकेत दिए, जो एक गुरु वैद्य ही दे सकता है।

लेखक के बारे में

योगी प्रियव्रत अनिमेष जी पूज्य गुरु देव नारायण पुरी जी द्वारा दीक्षित हैं, गुरु ब्रह्मलीन होने के बाद दादा गुरु पीर महंत परम पूज्य सुंदर पुरी जी महाराज ने दीक्षा दी। प्रियव्रत अनिमेष जी एक योगिक गुरु हैं। योगी प्रियव्रत अनिमेष जी ने विश्व स्तर पर मानव कल्याण की दृष्टि से गुरु के सानिध्य में योग साधना की है। उनके जीवन में सामाजिक संतुलन भी उतना ही मूल्यवान है, जितना कि आंतरिक अनुभव और ज्ञान है।

योगी प्रियव्रत अनिमेष का मानना है कि भ्रम, असुरक्षा की भावना, साथियों का दबाव और अविवेक से उत्पन्न आवेगपूर्ण कार्य दूसरों को और खुद को भी चोट पहुँचाता है। इसके लिए वह योग को इसका समाधान मानते हैं, जो व्यावहारिक ज्ञान के साथ संतुलन बनाता है। उनका संदेश ऊर्जाओं को संतुलित करने और किसी के संरक्षण को सही करने के महत्व में निहित है।

“

अनंत संसार समुद्र तार नौकायिताभ्यां गुरुभक्तिदाभ्यां।
वैराग्य साम्रराज्यद पूजनाभ्यां नमो नमः श्री गुरु पादुकाभ्यां॥

”

योगी प्रियव्रत अनिमेष जी का यह प्रयास "मानस मोती" , युवा वर्ग को एक सरल माध्यम से आध्यात्मिक और नैतिक ज्ञान के साथ जोड़ेगा।

डॉ. सुमन मंजरी , आईपीएस

"मानस मोती" एक सहज नैतिक सार गर्भ है जो की युवाओं को सरल माध्यम से अपनी ओर आकर्षित करेगा।

अतिली सुधाकर राव, आईपीएस

"मानस मोती" की लघु नैतकि सार कथाएं युवा वर्ग को एक सरल और स्पष्ट तरिके से सुमार्ग की दिशा दिखाती है।

अरिजीत दत्ता, सिनेमा निर्माता और अभिनेता

योगी प्रियव्रत अनिमेष जी जो मानस मोती लाए हैं, वह वास्तव में प्रेरणा का खजाना है। रामचरित्र मानस जीवन के प्रत्येक पहलू पर प्रकाश डालती है। उसी जीवन पद्धति में से जीवन के कुछ सूत्र योगी जी ने पुस्तक में दिए हैं।

डॉ. वागीश दिनकर, कवि एवम लेखक

योगी प्रियव्रत अनिमेष जी द्वारा लिखित पुस्तक “मानस मोती” परिवार एवं समाज में मानसिक संतुलन के साथ नवचेतना लाएगी। जिससे मनुष्य का भय, भ्रम व अभाव चला जाएगा।

मोनिका पंवार, बिज़नेस वुमेन

www.priyavratanimesh.com
Email - yogipriyavrat@gmail.com | Ph: +91 98126-35072

MRP: Rs.151