ओशो इंटरनैशनल मेडिटेशन रिज़ॉर्ट साक्षात्कार

क्रीना ब्रैलोनू - रोमानिया - फैशन इंडस्ट्री

ओशो बार्न अगैन मेडिटेटिव थैरेपी, एक हफ्ते का कोर्स है जो ओशो मल्टीवर्सिटी की ओर से दिया जाता है। इसमें शामिल होकर मुझे अपने आपसे मुलाकात करने का अवसर मिला। महज सरल शिशुवत होने की क्रियाओं द्वारा मुझे अपने पुराने ढांचे, भावों को पुन: जीने और बचपन में मेरी जो आदतें बनी थीं उन्हें जानने का अवसर मिला। यह भी जाना कि इन्हें खुद मैंने ही बनाया था और कि बाद में मेरे जीवन पर किस तरह इनका असर हुआ था। जब मैंने यह देखा कि यह खुद मैंने ही बनाया था तो यह भी दिखाई दिया कि इन्हें मैं ही तोड़ सकती हूं तो वाकई बड़ी राहत मिली। और यह अहसास खेल खेल में, सरलता से हुआ। अचानक मैं ऐसे द्वार पर पहुंची जिन्हें खोलना मुझे बहुत मुश्किल लगता था। एक दफा मैंने अपने अतीत की जिम्मेदारी ले ली तो उसके बाद नए निष्कर्ष निकालना, नए रास्तों पर चलना बहुत आसान मालूम हुआ। मेरा सचमुच दुबारा जन्म हुआ था!

OSHO

© 2017 OSHO International
Copyright & Trademark Information

माह का ध्यान

अपने भय का सामना करें

ओशो उद्धरण:
"नकारात्मक भाव भी अच्छे हैं अगर सच्चे हों तो। और अगर वे सच्चे हैं तो धीरे-धीरे वे अधिक से अधिक सकारात्मक होते जाते हैं। और एक घड़ी आती है जब सकारात्मकता और नकारात्मकता सब विदा हो जाती है। तुम सिर्फ प्रामाणिक रह जाते हो।"

समय: हर रात चालीस मिनट तक
ओशो का सुझाव है कि आप अपने कमरे में रोशनी बुझाकर बैठें और इस ध्यान को करें।

पहला चरण : **पंद्रह मिनट**
अंधेरे में बैठकर पहले कुछ मिनटों तक हर तरह की भयानक घटनाओं के बारे में सोचें -- जो भी

आपके भीतर भय पैदा करे। अपनी ही कल्पना से पूरी तरह हिल जाएं। भूत, प्रेत और राक्षसों की कल्पना करें। सोचें कि वे आपकी हत्या कर रहे हैं, बलात्कार कर रहे हैं, या कल्पना करें कि आपने अपनी नौकरी खो दी है, कोई पैसा नहीं है, आप मर रहे हैं, आपका प्रेमी धोखा दे गया...... भय के अंदर जितने गहरे उतर सकें उतरें और फिर जो भी होता है भीतर, उसमें प्रवेश करें। भय में प्रवेश करने के बाद आप जो भी भाव भंगिमा लेना चाहें, लें। या आवाजें निकालें: रोना, कराहना, चीखना इत्यादि।

दूसरा चरण: जिबरिश, पांच मिनट
खड़े होकर, जिबरिश करें, इस भय को कंपन के द्वारा शरीर से निकाल दें, शरीर को हिलाएं।

तीसरा चरण: दस मिनट
बैठ कर जो भी है उसे स्वीकार करें।
ओशो:" दिन के दौरान या किसी और समय जब भी भय उभरेगा, उसे स्वीकार करें। उससे इन्कार न करें। ऐसा न सोचें कि यह कुछ गलत है जिसे आपको जीतना है। यह स्वाभाविक है। उसे स्वीकार कर और रात को उसे अभिव्यक्त कर चीजें बदलने लगेंगी।

चौथा चरण : दस मिनट
मौन होकर बैठ जाएं।

OSHO
© 2017 OSHO International
Copyright & Trademark Information

माह का आलेख

भय प्रेम का अभाव है

मनुष्य-जाति भय से, चिंता से, दुख और पीड़ा से आक्रांत है, और पांच हजार वर्षों से--आज ही नहीं। जब आज ऐसी बात कही जाती है कि मनुष्यता आज भय से, चिंता से, तनाव से, अशांति से भर गई है, तो ऐसा भ्रम पैदा होता है जैसे पहले लोग शांत थे, आनंदित थे।

मनुष्य हमेशा से भयभीत है। और भय, फियर के आधार पर ही उसका सारा जीवन खड़ा हुआ है। जब वह मंदिरों में प्रार्थना करता है, तब भी भय के कारण। उसने जो भगवान गढ़ रखे हैं, वे भी भय से ही उत्पन्न हुए हैं। जब वह राजधानियों में पदों की यात्रा करता है, बड़े पदों पर पहुंचना चाहता है, तब भी भय के ही कारण। क्योंकि जितने बड़े पद पर कोई होता है, उतनी सत्ता और शक्ति उसके हाथ में होती है, उतना भय कम मालूम होगा, इस आशा में आदमी दौड़ता है, दौड़ता है। चंगीज और तैमूर और नेपोलियन और सिकंदर और हिटलर और स्टैलिन सभी

भयभीत लोग हैं। सभी घबड़ाए हुए लोग हैं। सभी डरे हुए लोग हैं। उस भय से बचने के लिए बड़ी ताकत हाथ में हो, इसकी चेष्टा में लगे हुए हैं।

धन की जो खोज कर रहा है, वह भी भयभीत आदमी है। धन से एक सुरक्षा, एक सिक्युरिटी मिल सकेगी, इस आशा में धन को इकट्ठा करता चला जा रहा है। मंदिरों में प्रार्थना करने वाला, राजधानियों की यात्रा करने वाला, धन की तिजोरियों को इकट्ठा कर लेना वाला, वे सभी के सब भय के आधार पर ही जी रहे हैं। वे जिन्हें आप संन्यासी समझते हैं, जिन्हें आप समझते हैं कि ये परमात्मा के मार्ग पर चले गए लोग हैं, शायद आपको पता न हो कि वे भी किसी आंतरिक भय के कारण ही उस यात्रा में संलग्न हो गए हैं।

भयभीत आदमी लोभी होता है, क्योंकि सोचता है इतना मिल जाए, इतना मिल जाए--धन मिल जाए, पद मिल जाए, भगवान मिल जाए, स्वर्ग मिल जाए, तो मैं दुख से बच जाऊं, चिंता से बच जाऊं, पीड़ा से बच जाऊं।

हम सब एक-दूसरे से भयभीत हैं।

जिस दिन दुनिया में भय नहीं होगा, उस दिन दुनिया में कोई जातियां नहीं रह जाएंगी, कोई देश नहीं रह जाएगा। उस दिन दुनिया में राजनीति का उतना ही मूल्य होगा, जितना और सारी संस्थाओं का होता है। राजनीति इतनी मूल्यवान नहीं रह जाएगी। राजनीतिज्ञ की इतनी प्रतिष्ठा नहीं रह जाएगी। राजनीतिज्ञ की प्रतिष्ठा फियर के कारण है, भय के कारण है।

मेरी दृष्टि में भय अंधकार की तरह नकारात्मक है। अंधकार को सीधा नहीं निकाला जा सकता। हां, प्रकाश जला लिया जाए, तो अंधकार जरूर निकल जाता है। लेकिन अंधकार को कभी कोई नहीं निकाल सकता। अंधकार वस्तुतः कुछ है नहीं, केवल प्रकाश की अनुपस्थिति है, एब्सेंस है, प्रकाश का न होना है। तो प्रकाश को ले आते ही अंधकार नहीं पाया जाता है। कहना गलत है कि निकल जाता है, क्योंकि निकलने को कुछ भी नहीं है। कोई चीज निकल कर बाहर नहीं चली जाती है। जब आप दीया जलाते हैं, कुछ बाहर नहीं जाता, कुछ मिटता नहीं। अंधकार अनुपस्थिति थी, एब्सेंस थी प्रकाश की। प्रकाश आ गया, अनुपस्थिति समाप्त हो गई।

भय निगेटिव क्वालिटी है, भय का कोई अस्तित्व नहीं है। भय किसी चीज की अनुपस्थिति है, किसी चीज की एब्सेंस है, किसी पाजिटिव क्वालिटी का अभाव है भय।

शायद आपको खयाल में भी न हो, भय प्रेम का अभाव है। जिस हृदय में प्रेम नहीं है, वह हृदय भयभीत रहेगा ही। आमतौर से इसका खयाल नहीं आता, क्योंकि हम भय के साथ घृणा को सोचते हैं। घृणा भय का विरोध है। घृणा प्रेम का विरोध है। भय प्रेम का अभाव है। तो हम कभी भय के साथ प्रेम को सोचते नहीं, दोनों को एक साथ। जिस हृदय में प्रेम नहीं, वह भयभीत होगा। और अगर आपने जीवन में कभी भी थोड़ा सा प्रेम अनुभव किया हो, तो जो क्षण प्रेम का है, वही क्षण अभय का, फियरलेसनेस का भी है। जिसके प्रति आपको प्रेम है, उसके प्रति आपका भय समाप्त हो जाता है।

ओशो **, प्रेम है द्वार प्रभु का** # 1

OSHO
© 2017 OSHO International
Copyright & Trademark Information

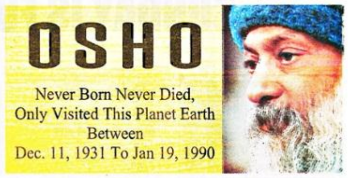
News & Updates

Aaj Ka Anand 25 June 2017 Pune

ऐसा दिन मुश्किल है जब कहीं न कहीं युद्ध न चल रहा हो

कोई तीन हजार साल में पंद्रह हजार युद्ध प्रतिवर्ष! और क्या चाहते हो? हिसाब लगाते हैं इतिहासविद् तो वे कहते हैं, ऐसा दिन खोजना मुश्किल है जब कहीं न कहीं युद्ध न चल रहा हो जमीन पर. कभी वियतनाम हो, कभी कोरिया हो, कभी इजराइल हो, कभी कश्मीर हो, कभी बांग्ला देश हो. युद्ध कहीं न कहीं चलना ही चाहिए. आदमियत कभी भी स्वस्थ नहीं. कभी पैर बीमार, कभी सिर बीमार, कभी हाथ बीमार, कहीं न कहीं ऑपरेशन चल ही रहा है. लेकिन कोई नहीं पूछता कि इस पूरी संस्कृति में कहीं कोई जहर के बीज होंगे. और फिर जब युद्ध नहीं भी चलता, तब छोटे युद्ध तो घर-घर में चल रहे हैं.

एक स्कूल में एक शिक्षक ने एक बच्चे से पूछा कि 'तुम बताओ, तुम्हे बड़े से बड़े युद्ध का कुछ पता है कौन सा?' तो उस लड़के ने कहा, 'बता तो देते, लेकिन बताने की मनाही है.' शिक्षक ने कहा, 'पागल! किसने मनाही की? इतिहास इसीलिए तो पढ़ाया जा रहा है.' तो उसने कहा कि 'बड़े से बड़ा युद्ध तो मेरी मां और पिता के बीच चलता है. मगर किसी को आप कहना मत.' बड़े युद्ध तो दिखाई पड़ते है, लेकिन छोट-छोटे युद्ध प्रतिपल चल रहे हैं. सारी जमीन प्रतिपल कलह से भरी है. प्रेम के नाम पर भी घृणा और कलह है.



"तुम्हारा मन भी एक झूठ है. तुम्हारा आचरण भी एक झूठ है, जो तुमने उधार ले लिया. तुम्हारे पास न तो कोई अंतरात्मा है, न कोई अंतःकरण. आचरण तुमने दूसरों से सीख लिया है. जैन घर में पैदा हुए, तो रात खाना नहीं खाते. हिंदू घर में पैदा हुए, तो मजे से खाते हो. मुसलमान घर में पैदा हुए तो मांसाहार में कोई अड़चन नहीं है. तुम सीखते हो दूसरों से. तुम्हारे चारों तरफ जो बताया जाता है, वही तुम पकड़ लेते हो. कोई फर्क नहीं है हिंदू-मुसलमान-जैन में. जो जैन को बताया गया, वह उसने पकड़ लिया. जो मुसलमान को बताया गया, वह उसने पकड़ लिया. जो हिंदू को बताया गया, वह उसने पकड़ लिया. तोतों में कोई फर्क नहीं है. जो बताया गया, वह पकड़ लिया. तुमने अपनी चेतना का कोई उपयोग किया पकड़ने में? तुमने अपनी तरफ से जीवन को कुछ साधा? या जो सुना, अंधे की तरह तुम उसके पीछे चले गये? तुम बिलकुल उधार हो. और इस उधारी से तुम्हारे भीतर बड़ा अंधकार है. न चिंता करो आचरण की, न चिंता करो व्यवहार की, न चिंता करो विचार की, चिंता करो विचार की, चिंता करो सिर्फ ध्यान की. क्योंकि उस एक के साधने से सब साध लिया जायेगा.

जीवन का उसकी परिपूर्णता में स्वाद लो

सूरदास की कहानी बड़ी प्रतीकात्मक है. मैं नहीं जानता सूरदास ने ऐसा किया हो. किया हो तो वह आदमी बेकार. दो कौड़ी की कीमत का नहीं. न किया हो तो ही कुछ सूरदास के पदों में अर्थ हो सकता है. कहते हैं कि एक सुंदर स्त्री को देखकर उन्होंने आंखें फोड़ लीं. न रहेंगी आंखें, न सौंदर्य दिखाई पड़ेगा.

यही तो गणित है आत्महत्या करनेवाले का. न रहेगा जीवन, न कोई बेचैनी होगी. लेकिन यह कोई उपलब्धि है? न रहेगा मरीज, न बीमारी बचेगी. अस्पतालों में तुम बड़ी गलती कर रहे हो, मरीजों को मार डालो! जब तक वे हैं तब तक बीमारी का डर.

यही तुम्हारे साधु-संत हजारों साल से कर रहे हैं. उनसे ज्यादा जीवन में जहर डालने वाले लोग खोजना कठिन है. वे ही पाइजनस हैं. उन्होंने सब विषाक्त कर दिया है. न तुम्हें स्वाद लेने देते ठीक से- उसमें नीम डाल दी. न तुम्हें गंध लेने देते ठीक से-उसमें पाप डाल दिया है. न तुम्हें स्पर्श करने देते हैं ठीक से. क्योंकि स्पर्श? वही तो सब नरक का द्वार है. न तुम्हें सौंदर्य को देखने देते हैं. उन्होंने सभी सूक्ष्म संवेदनाओं को मिटा डाला है.

नहीं, मैं तुमसे यह नहीं कहूंगा. मैं जीवन का पक्षपाती हूं, आत्महत्या का नहीं. मैं तुम्हें मरने को नहीं कहूंगा. और किसी ज्ञानी ने कभी नहीं कहा है. इसे तुम ज्ञानी की परीक्षा समझ लेना. यह कसौटी है. ज्ञानी तुम्हें अमृत देगा, जहर नहीं. तुम्हारे पास जो है वह नहीं छीनेगा. तुम्हारे पास जो नहीं है वह तुम्हें देगा. निश्चित ही जब तुम्हारे पास और विराट होगा तो क्षुद्र छूटता जायेगा.

मैं तुम्हें इतना स्वाद दूंगा कि भोजन की जरूरत न रह जाये. मैं तुम्हें इतनी गंध देना चाहता हूं कि तुम इतने सूक्ष्म हो जाओ गंध में, कि सारा जगत एक गंध का प्रवाह हो जाये. यहां तुम उठो, बैठो, डोलो तो जगत की सूक्ष्मतम गंध तुम्हें पकड़ ले. मैं तुम्हारे कानों को बहरा नहीं करना चाहता, उन्हें ऐसी ध्वनि चाहता हूं देना कि इस जगत में छिपा हुआ जो परम निनाद है, ओंकार -वह तुम्हें सुनाई पड़ जाये. चारों तरफ वह निनाद चल रहा है. हर हवा के झोंके में उसी की खबर है. हर फूल के खिलने में उसी का सौंदर्य है. हर आंख से वही झांक रहा है. और जब तुम किसी को स्पर्श करते हो, तो तुमने उसी को छुआ है. तुम जानो या न जानो, यह दूसरी बात है. तुम्हारी सारी इंद्रियां इतनी सतेज हो जाये कि पदार्थ के भीतर छिपे परमात्मा को तुम अनुभव कर सको.

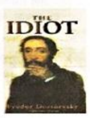
क्रोध भी अस्थायी पागलपन है...

जिनको तुम ठीक कहते हो, उनका भी ठीक होना कितना ठीक है? आदमी काम करता है, दूकान जाता है, बाजार जाता है, सम्हालता है घर-द्वार. क्या तुम सोचते हो, इतने से पक्का हो गया कि वह स्वस्थ है, पागल नहीं? तब तुम उसे क्रोध में देखो, तो तुम पाओगे वह पागल है. मनस्विद कहते है क्रोध अस्थाई पागलपन है. और दिन में कम से कम दो चार दस दफा हरेक को पकड़ता है. कितनी देर लगेगी स्थाई पागलपन आने में? उदास आदमी को देखो. और फिर तुम अपने मस्तिष्क की अगर जांच करो तो तुम बहुत हैरान हो जाओगे, कि वहां क्या चलता है! तुम वहां पाओगे सब तरह के पागल मौजूद हैं. तुम्हारे भीतर जो चलता है उसे लिख डालो. जैसा चलता है वैसा ही. फिर तुम अपने निकटतम मित्र को भी बताने को राजी न होओगे कि यह मेरे भीतर चलता है.

इसलिए भीतर की तरफ हम देखते नहीं, क्योंकि वहां पागलपन मालूम पड़ता है. तुम में और पागल में कोई गुणात्मक भेद नहीं है. सिर्फ परिमाणात्मक भेद है. डिग्री का थोड़ा सा अंतर है. तुम अट्ठानबे डिग्री पर हो, वह सौ डिग्री पर पहुंच गया. उबल रहा है, भाप बन रहा है.

बहुत समझदार है दोस्तोवस्की का 'दि ईडियट'

मनपसंद किताब



फ्योदोर दोस्तोवस्की के उपन्यास 'दि ईडियट' का केवल शीर्षक ही 'दि ईडियट' है वरना उसमें जिस व्यक्ति को उस महान उपन्यास में ईडियट कहा जा रहा है. दरअसल वह किसी भी उपन्यासकार द्वारा रचे गए किसी भी पात्र से अधिक सुंदर है. इस उपन्यास को विश्व के पूरे साहित्य जगत के दस सर्वश्रेष्ठ उपन्यासों में गिना जाना चाहिए. ऐसा सोचा भी नहीं जा सकता कि फ्योदोर दोस्तोवस्की के 'दि ईडियट' से बेहतर कुछ रचा जा सकता है.

वह ईडियट एक संत है. लोग उसे ईडियट कहते हैं क्योंकि वे उसकी सहजता, उसकी विनम्रता, उसकी शुद्धता, उसकी श्रद्धा, उसके प्रेम को समझ नहीं पाते. तुम उसे धोखा दे सकते हो, तुम उसे ठग सकते हो, लेकिन वह फिर भी तुम पर विश्वास करेगा. इसीलिए लोग सोचते हैं कि वह ईडियट है.

देखा जाए तो उपन्यास का नाम 'दि सेज' (संत) भी रखा जा सकता था. उसका विश्वास इतना गहन है कि तुम धोखा भी दो तो कोई फर्क नहीं पड़ता. तुम उसे धोखा देते हो तो यह तुम्हारी समस्या है, उसकी नहीं. उसका प्रेम, उसका विश्वास बना रहेगा.

दोस्तोवस्की का ईडियट कोई ईडियट नहीं है, वह तो इस मूढ़ समाज में सबसे समझदार व्यक्ति है. लेकिन यही समस्या है: समाज में हर कोई अंधा है और तुम्हारे पास आंखें हैं तो तुम हमेशा मुसीबत में ही रहने वाले हो. वे अंधे लोग विश्वास ही नहीं कर पाएंगे कि तुम्हारे पास आंखें हैं, वे तुम्हारी आंखें फोड़ देना चाहेंगे.

एक मूढ़ संसार में समझदार होना बड़ा मुश्किल है. लेकिन तुम अगर फ्योदोर दोस्तोवस्की के ईडियट बन सको तो बहुत सुंदर है. एक चालाक राजनेता या एक चालाक पुरोहित बन जाने से यह कहीं बेहतर है. सहजता की अपनी एक अलग ही धन्यता है. सब लुट जाए और तुम अपनी सहजता बचा लो तो और क्या चाहिए?

मुल्ला नसरुद्दीन

मैंने सुना है, मुल्ला नसरुद्दीन का बहुत खस्ता हाल था. नौकरी नहीं मिलती थी, दफ्तर-दफ्तर भटक चुका था. एक दिन गांव से तार आया कि पत्नी ने एक साथ छह बच्चों को जन्म दिया, कोई और होता तो छाती पीट कर रोता, वैसे ही मुसीबत थी और छह बच्चे! लेकिन मुल्ला नसरुद्दीन ने अपनी मूंछ पर ताव दिया. तार लिया और सीधा नौकरी दिलाने वाले दफ्तर में पहुंच गया. पहले तो डरता भी था, आज उसने पहरेदार की फिक्र ही न की, भीतर जाकर उसने अधिकारी से कहा, ''कोई बड़ी तनख्वाह की नौकरी चाहिए.'' अधिकारी ने उसकी हालत देखी-फटेहाल! पुराने कपड़े! हो सकता है, दिमाग खराब हो गया हो. मुसीबत में हो जाता है. तो पूछा, ''क्या कर सकते हो? कार चला सकते हो?'' नसरुद्दीन ने कहा, ''नहीं.''

''तो क्या कर सकते हो? पहरेदारी कर सकते हो?''

नसरुद्दीन से कहा, ''नहीं''.

उसने पूछा, ''क्या करोगे? कुछ सामान बेचने का काम कर सकते हो, सेल्समैन का?'' नसरुद्दीन ने कहा, ''नहीं.''

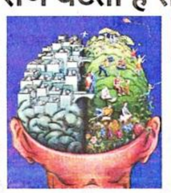
हैरान और थके हुए अधिकारी ने पूछा, ''फिर कर क्या सकते हो?''

नसरुद्दीन ने जेब से तार निकाला और कहा, ''ये तार पढ लो! छह बच्चों को एक साथ जन्म दे सकता हूं.''

...जहां हो वहीं से ध्यान शुरू करो

अभी तुम बाहर हो, वहीं ध्यान करो. भोजन को ध्यान बना लो, भोग को ध्यान बना लो, धन को ध्यान बना लो, क्रोध को ध्यान बना लो. जो भी हो, जहां हो, वहीं ध्यान को लगा दो. और तुम बड़े चकित होओगे. क्रोध से ध्यान जोड़ा, कि क्रोध समाप्त है, ध्यान ही रह जाता है. लोभ से ध्यान जोड़ा, लोभ समाप्त हो जाता है, ध्यान ही रह जाता है. संसार में ही ध्यान करते-करते तुम पाओगे कि संसार खो गया, ध्यान रह गया. जैसे ही ध्यान बचता है, अंतर्यात्रा शुरू हो जाती है. दीये के नीचे का अंधेरा मिट जाता है. पहुंच जाते हो तुम उस जगह, जहां हजारों सूर्य एक साथ उदित हो रहे हैं. और जो कभी डूबते नहीं, जिनका कोई अस्त नहीं है.

छोटी मात्रा में रोज घटता है सीजोफ्रेनिया



तुम्हारे पास दो मस्तिष्क हैं; एक मस्तिष्क नहीं है. इसीलिए तो सीजोफ्रेनिया जैसी बीमारी पैदा होती है. बायें में अलग मस्तिष्क हैं; दायां अलग मस्तिष्क है. क्योंकि शरीर में प्रत्येक चीज दो हैं. स्पेयर पार्ट्स का खयाल रखा गया है. एक गुर्दा खराब हो जाये, दूसरा गुर्दा काम करे. एक फेफड़ा काम न करे, तो दूसरा काम कर सके. एक मस्तिष्क अगर काम न करे, तो दूसरा काम कर सके. प्रकृति ने बड़ा इंतजाम किया है. वे स्पेयर पार्ट्स हैं. शरीर में सब चीजें दो हैं, ताकि एक से भी काम चल जाये. तो मस्तिष्क भी दो हैं. और अभी शरीर-शास्त्रियों, मनस्विदों ने बड़े प्रयोग किए हैं. अगर दोनों मस्तिष्क के बीच का जोड़ तोड़ दिया जाये, तो एक ही आदमी, दो आदमी हो जाता है. वह दो आदमी की तरह व्यवहार करने लगता है; तुम उसके बायें मस्तिष्क को जो सिखाओ, वह दायें को पता नहीं चलता. और दायें को जो सिखाओ वह बायें का पता नहीं चलता.

कुछ बिल्ली और कुत्तों के मस्तिष्क विभाजित कर दिए गए; वे दो व्यक्ति हो गए और यही घटना सीजोफ्रेनिया जैसी बीमारी में घटती है. कई दफा ऐसा हो जाता है कि एक आदमी कभी तो अच्छा व्यवहार करता है, कभी बुरा व्यवहार करता है. कभी तो एक तरह का आदमी होता है... तुमने कई ऐसे लोग देखे होंगे कि चार-छह महीने बिलकुल शांत और अच्छे और चार-छह महीने बिलकुल अशांत और क्रोधित.

तुम्हारे भीतर भी रोज यह घटता है - छोटी मात्रा में सीजोफ्रेनिया. सुबह तुम बड़े प्रसन्न, सांझ तुम बड़े परेशान. तुम खुद ही हैरान होते हो कि क्या करें? सांझ तय करते हो, ब्रह्ममुहूर्त में उठना है. ब्रह्ममुहूर्त में तय करते हो, क्या फायदा उठने का? क्या पा लोगे? सोओ मजे से आज! ऐसा लगता है कि तुम्हारी पहला, जो तुमने निर्णय किया था, वह एक मस्तिष्क से किया था. दूसरा निर्णय तुम दूसरे मस्तिष्क से ले रहे हो. दोनों को एक दूसरे की ठीक-ठाक खबर भी नहीं है. कसम खा लेते हो कि अब झूठ नहीं बोलेंगे और दूसरे ही क्षण झूठ बोलते हो. और जब तुम झूठ बोलते हो, तब बिलकुल भूल जाते हो कि कसम खाई है. और फिर जब याद आती है, तब तुम फिर कसम खा लेते हो.

तुम्हारे भीतर दो मस्तिष्क हैं. और दोनों मस्तिष्क, एक बायां, एक दायां-उल्टे हाथों से जुड़े हैं. तुम्हारा दायां हाथ, बायें मस्तिष्क से जुड़ा है. तुम्हारा बायां हाथ, दायें मस्तिष्क से जुड़ा है. और चूंकि तुम दायें हाथ का ही उपयोग करते हो निरंतर, तुम्हारा बायें हिस्से का मस्तिष्क ही सक्रिय है. दूसरा हिस्सा निष्क्रिय पड़ा हुआ है.

कम से कम 10% लोग बाएं हाथ से काम करते हैं

अक्सर जो लेफ्ट-हैंड के लोग हैं, जो बायें हाथ से चलाते हैं काम जिंदगी में, उनके साथ तुम्हें मेल बिठाने में बड़ी कठिनाई होगी. क्योंकि उनका दूसरा मस्तिष्क काम करता है, तुम्हारा दूसरा. उनके और तुम्हारे बीच तालमेल बैठना बहुत मुश्किल होगा. और वे कम नहीं हैं, काफी हैं. दस प्रतिशत तो निश्चित हैं. हर दस आदमी में एक आदमी बायें हाथ से काम चला रहा है. और स्कूल, यूनिवर्सिटी और समाज चूंकि दायें हाथ वाले लोग चलाते हैं, वे बायें हाथ वाले को बचपन से ही बाधा डालते हैं. वे उससे कहते हैं, तू भी दायें हाथ से चल रहे हैं. वे जिंदगी भर के लिए मुसीबत में पड़ गये. क्योंकि उनके पास बढ़िया मस्तिष्क बायां था, और सबने उनको जबर्दस्ती करवा-करवा कर दायें हाथ से लिखवाना शुरू कर दिया, काम करवाना शुरू कर दिया. तो दायें से वे काम कर लेते हैं, लेकिन वह उनका स्पेयर पार्ट है. सेकंडरी है. वे प्रतिभा में पिछड़ जायेंगे. वे कुछ भी कर लेंगे. पत्थर भी फेंक सकते हैं वे दायें से, लेकिन वह ताकत न आयेगी, जो बायें से आती. क्योंकि उनका बायां ही उनका दायां था.

OSHO

© 2017 OSHO International
Copyright & Trademark Information

News & Updates

Dainik Jagran 11 June 2017 New Delhi

दैंनिक जागरण 11 जून, 2017 2

टैरो कार्ड्स

सितारे बोलते हैं

11 से 17 जून 2017

ओशो कहते हैं : बाकी सब किस्से हैं, दरअसल अपना स्वर्ग और नर्क तुम खुद बनाते हो। तुम्हारा पूरा जीवन एक वर्तुल है। तुम जो कुछ दूसरों को देते हो, उसको तुम्हारे पास लौटकर आना ही है।

माँ प्रेम ऋतंभरा

OSHO

© 2017 OSHO International
Copyright & Trademark Information

News & Updates

Sanmarga 03 June 2017 Kolkata

दुःख है अकेलापन, आनंद है बंटवारा

■ ओशो ■

अब तक जो धर्म रहा है वह उदास है। मुदिता तीसरा द्वार है। हंसते हुए उस द्वार को पार करना है। निश्चित ही जो आदमी पूरे जीवन को एक खुशी और एक आनंद बनाना चाहता है वह आदमी भूल कर भी दूसरे को दुःख नहीं दे सकता। क्योंकि दूसरे को दुःख देना अपने लिए दुःख को आमंत्रण भेजना है। जो आदमी फूलों में जीना चाहता है, वह किसी के रास्ते पर कांटा नहीं रख सकता, क्योंकि दूसरे के रास्ते पर कांटा रखना दूसरे को चुनौती देना है कि मेरे रास्ते पर कांटे रखो। जो आदमी उदास रहना चाहता है, वही दूसरे लोगों से दुर्व्यवहार कर सकता है, लेकिन जो आदमी प्रफुल्लित होना चाहता है, उसे तो अपने चारों तरफ हंसी फैलानी पड़ेगी। जो आदमी खुश रहना चाहता है, उसे चारों तरफ खुशी बांटनी पड़ेगी, क्योंकि कोई आदमी अकेला खुश नहीं रह सकता। यह जरा समझ लेना जरूरी है। अकेला आदमी उदास रह सकता है। लेकिन खुशी, आनंद में, प्रसन्नता में अकेला आदमी नहीं रह सकता है। अगर आप अकेले बैठे हैं एक कोने में उदास, दुःखी, पीड़ति, परेशान तो कोई भी आपसे यह नहीं पूछ सकता आकर कि अरे ! तुम अकेले बैठे हो और उदास बैठे हो। लेकिन अगर अकेले में हंस रहे हैं, आप जोर से खिलखिला कर तो कोई भी आकर पूछेगा कि दिमाग खराब हो गया है, अकेले और हंस रहे हो? लेकिन अकेले में उदास होने पर कोई नहीं पूछता कि इसमें कोई गड़बड़ है। अकेले में हंसते हुए आदमी पर शंका पैदा होती है। इसका कारण है। क्योंकि खुशी... खुशी एक कम्युनिकेशन है, खुशी एक संवाद है, खुशी एक समष्टि की घटना है। आदमी उदास अकेला हो सकता है, लेकिन आनंदित होना एक शेयरिंग है, एक बंटवारा है। इसलिए जितना खुश आदमी होगा उतना विराट मित्रों का उसका समूह होगा, क्योंकि जितना बड़ा समूह होगा मित्रों का उतनी गहरी और बड़ी खुशी प्रकट हो सकती है। अगर उदास होना हो तो अकेले में जाना जरूरी है और अगर आनंदित होना है तो विराट से विराट होते जाना जरूरी है। जो आदमी परम आनंद को उपलब्ध होते हैं उनके लिए इस जगत का कण-कण मित्र हो जाता है। तभी वे परम आनंद को उपलब्ध होते हैं, उसके पहले नहीं। आनंद एक शेयरिंग है, आनंद है मित्रों के बीच एक बंटवारा। दुःख है अकेलापन। कभी आपने ख्याल नहीं किया होगा, जब आप दुःखी होते हैं तो लोगों से कहते हैं- मुझे छोड़ दें अकेला। मुझे अकेला छोड़ दें। जब दुःखी होते हैं तो द्वार-दरवाजे बंद कर लेते हैं, खिड़की बंद करके एक कोने में पड़े रह जाते हैं, क्योंकि दुःखी होने के लिए अकेले होने में सर्वाधिक सुविधा होती है। ■

सन्मार्ग

OSHO

© 2017 OSHO International
Copyright & Trademark Information