बाबा मुक्तानन्द के साथ एक प्रसंग

अहल्या नोरिस

वर्ष १९७९ की शरद ऋतु में श्री नित्यानन्द आश्रम में, जो अब श्री मुक्तानन्द आश्रम के नाम से जाना जाता है, बाबा जी एक सत्संग के दौरान दर्शन दे रहे थे। मैंने आगे बढ़कर उनसे यह प्रश्न पूछा, "बाबा जी, वह कौन है जो कहता है कि यह मेरा चेहरा है, यह मेरा हाथ है, यह मेरा शरीर है?"

बाबा जी ने उत्तर दिया, "तुम्हारे सवाल का जवाब मैं अगले ध्यान-शिविर में दूँगा।"

आप अन्दाज़ा लगा सकते हैं कि उस ध्यान-शिविर में भाग लेने के लिए मुझमें कितनी उत्सुकता रही होगी, जो बस कुछ ही दिनों बाद बाबा जी के साथ होने वाला था!

ध्यान-शिविर के दौरान मैंने पूरी लगन से सभी अभ्यास किए। पर कहीं न कहीं, मेरा मन इन्तज़ार करता रहा था कि बाबा जी मेरे प्रश्न का उत्तर कब देंगे। परन्तु, उन्होंने इस बारे में कोई ज़िक्र ही नहीं किया।

इसी दौरान, एक ध्यान-सत्र में मेरा पूरा शरीर लट्टू की तरह गोल-गोल घूमने लगा। मुझे जाग्रत कुण्डलिनी के प्रकट रूप का एक विशिष्ट अनुभव हो रहा था। वह बहुत आनन्दमय था! जब ये शारीरिक क्रियाएँ हो रही थीं, मुझे यह भी भान हो रहा था कि मैं अपने शरीर के बाहर, किसी जगह से इन क्रियाओं को देख रही हूँ। हालाँकि, मेरी आँखें ध्यान में बन्द थीं, फिर भी जो कुछ भी हो रहा था, उसे मैं चेतना की एक निराकार अवस्था से देख रही थी। मुझे हर चीज़ का पूरा भान था पर मैं कुछ कर नहीं रही थी। यह सब अपने आप हो रहा था।

ध्यान-शिविर के बाद जब मैं घर जाने के लिए अपना सामान बाँध रही थी, तब भी उसी द्रष्टाभाव और ज्ञाताभाव अर्थात् देखने वाले और जानने वाले के भाव में थी। मेरे हाथ सामान समेटने के लिए, बिना प्रयत्न के अपने आप ही चल रहे थे; बिल्डिंग से बाहर जाने के लिए सीढ़ियाँ उतरते समय मेरे पैर अपने आप ही चल रहे थे। पूरे समय मैं अपनी हर गतिविधि को शरीर के बाहर की किसी जगह से देख रही थी। "मैं" का भाव यानी वह शुद्ध बोध बस था।

मैंने बाबा जी से पूछा था, “वह कौन है जो कहता है कि यह मेरा चेहरा है, यह मेरा हाथ है, यह मेरा शरीर है?” और जैसा कि बाबा जी ने कहा था, उन्होंने अपना वादा निभाया; उन्होंने ध्यान-शिविर में मेरे प्रश्न का उत्तर दे दिया। उन्होंने मुझे उत्तर “बताया” नहीं, बल्कि मुझे अनुभव ही दे दिया।

© २०१८ एस. वाय. डी. ए. फ़ाउन्डेशन®। सर्वाधिकार सुरक्षित।