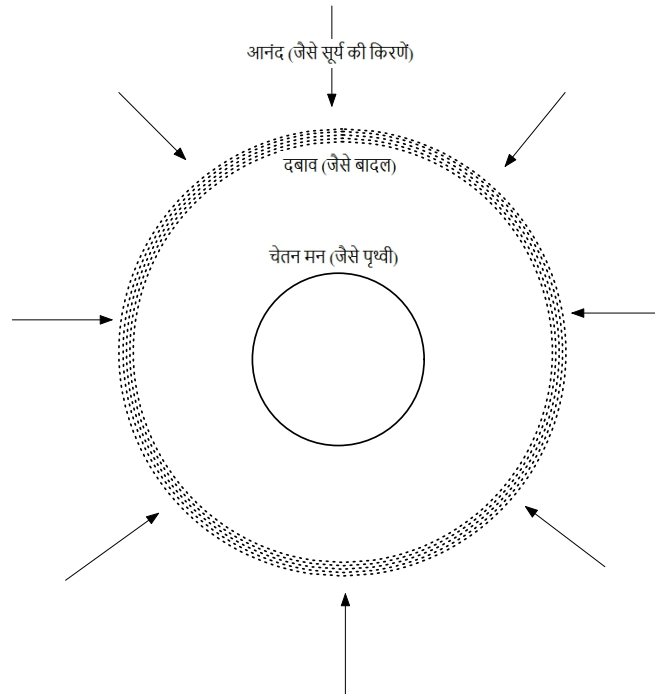


## आनंद आपके भीतर है

प्रश्न: जब मैं चॉकलेट खाता हूँ तो आनंद का अनुभव करता हूँ तो क्या इसका यह अर्थ नहीं है कि चॉकलेट से आनंद मिलता है?

उत्तर: जब मच्छर आपको काटता है तो खुजाने पर आपको अच्छा लगता है। इसका यह अर्थ नहीं है कि मच्छर आपको अच्छा लगने का कारण है।

कारण शरीर (अचेतन मन) में छुपी हुई इच्छाएँ होती हैं जो आंतरिक दबाव उत्पन्न करती हैं। इनमें से कुछ दबाव तो आसानी से पहचाने जा सकते हैं क्योंकि वे जानी हुई भावनाओं जैसे उदाहरण के तौर पर भूख इत्यादि के रूप में अभिव्यक्त करते हैं, किन्तु आपका मन दूसरे तरह के दबावों का आदी हो जाता है और तत्पश्चात उनको वह दबाव के रूप में नहीं पहचान पाता। लेकिन जब भी कोई दबाव हटता है, आनंद का प्रवाह होता है। यह आनंद दबाव के हटने से आता है न कि किसी बाहरी वस्तु से। वास्तव में आनंद आपके भीतर है पर वह दबाव के बादलों से छुपा हुआ है। जिस क्षण एक दबाव हटकर आनंद के लिए रास्ता बना देता है, वैसे ही आनंद अपने होने का एहसास करा देता है। नीचे दिया गया चित्र एक तुलना से इस व्याख्या को दर्शाता है:



एक दूसरी तुलना कबीर के, "धूँधट के पट खोल रे तोहे पिया मिलेंगे\*" के द्वारा की जा सकती है। यहाँ धूँधट को हम बाधा के रूप में, पति को हम आनंद के रूप में और स्त्री को हम जीव के रूप में देख सकते हैं।

\*वैसे तो कबीर के इन शब्दों को भिन्न रूपों में देखा जा सकता है। यह भी कहा जा सकता है की जगत एक माया (भ्रम) है और सत्य को जानने के लिए जिज्ञासु को माया से परे जाने की आवश्यकता है। यहाँ धूँधट को हम माया के रूप में, पति को हम सत्य के रूप में और स्त्री को हम जीव के रूप में देख सकते हैं।