

Editor	संपादक
SECTION ONE	प्रथम अनुभाग
<u>Yourself and Your Life</u>	<u>आपका अहं और आपका जीवन</u>
CHAPTER ONE	अध्याय एक
What Are You?	आप क्या हैं?
-1-	- 9 -
Understanding the Mind	मन को समझना
It seems to me that without understanding the way our minds work, one cannot understand and resolve the very complex problems of living. This understanding cannot come through book knowledge. The mind is, in itself, quite a complex problem. In the very process of understanding one's own mind, the crisis which each one of us faces in life can perhaps be understood and gone beyond.	मुझे लगता है कि यह समझे बिना कि हमारा अपना मन किस प्रकार कार्य करता है, हम जीवन की जटिल समस्याओं को न तो समझ सकते हैं और न ही उनका निराकरण कर सकते हैं। यह समझ किताबी ज्ञान से नहीं आती। मन स्वयं में एक जटिल समस्या है। जिन विकट परिस्थितियों का, चुनौतियों का सामना हम सभी को अपने जीवन में करना होता है, मन को समझने की प्रक्रिया में ही उनका भी राज़ खुल-सा जाता है और उनके पार जाना संभव हो पाता है।
— 2 —	- २ -
It seems to me that it is very important to understand the process of our own minds..	मुझे लगता है कि अपने मन की गतिविधि को समझना अत्यंत महत्त्वपूर्ण है...
-3-	- ३ -
What Is the Mind?	मन क्या है?
We do not know the workings of our own mind—the mind as it is, not as if should be or as we would like it to be. The mind is the only instrument we have, the instrument with which we think, we act, in which we have our being. If we do not understand that mind in operation as it is functioning in each one of us, any problem that we are confronted with will become more complex and more	स्वयं अपने ही मन की कार्यविधि को हम नहीं जानते—मन, जैसा कि वह है, न कि जैसा उसे होना चाहिए, या कि जैसा हम उसे बनाना चाहते हैं। हमारे पास मन ही वह तंत्र है जिससे हम सोचते हैं, कार्य करते हैं और जिसमें हमें अपने होने की अनुभूति रहती है। हम सभी में यह मन क्रियाशील रहता है और जब तक हम इस सक्रिय मन को समझ न लें, तब तक हमारे सामने आने वाली प्रत्येक समस्या अधिक जटिल और अधिक विध्वंसक

<p>destructive. So it seems to me, to understand one's mind is the first essential function of all education.</p>	<p>होती रहेगी। इसलिये मुझे लगता है कि अपने ही मन को समझना किसी भी शिक्षा का प्रथम और परमावश्यक पाठ है।</p>
<p>What is our mind, yours and mine?—not according to...someone else. If you do not follow my description of the mind, but actually, while listening to me, observe your own mind in operation, then perhaps it would be profitable and worthwhile to go into the whole question of thought. What is our mind? It is the result, is it not, of climate, of centuries of tradition, the so-called culture, the social and economic influences, the environment, the ideas, the dogmas that society imprints on the mind through religion, through so-called knowledge and superficial information. Please observe your own mind, and not merely follow the description that I am giving because the description has very little significance. If we can watch the operations of our mind, then perhaps we shall be able to deal with the problems of life as they concern us.</p>	<p>हमारा मन है क्या? आपका और मेरा मन?—किसी और के कथनानुसार नहीं। जब आप मेरे द्वारा बताये गये मन के विवरण का अनुसरण न करते हुए, मुझे सुनते हुए स्वयं अपने मन की गतिविधि का अवलोकन करेंगे, तभी शायद विचार के पूरे प्रसंग में प्रवेश करना अधिक उपयुक्त और लाभकर रहेगा। हमारा मन क्या है? जलवायु, शताब्दियों की परंपरा, तथाकथित संस्कृति, सामाजिक व आर्थिक प्रभाव, वातावरण, विचार, समाज द्वारा धर्म के, तथाकथित ज्ञान के तथा ईश्वरीय संदेश के नाम पर थोपे गये हठीले धार्मिक सिद्धांत—क्या इन सबका परिणाम नहीं है यह मन? कृपया अपने स्वयं के मन का अवलोकन करें। मेरे द्वारा वर्णित विवरण का अनुसरण न करें क्योंकि विवरण का महत्त्व नगण्य है। यदि हम अपने मन की गतिविधि का सजग अवलोकन कर सकें तभी शायद हम जीवन की समस्याओं का तत्काल निराकरण कर पाएं।</p>
<p>The mind is divided into the conscious and the unconscious. If we do not like to use these two words, we might use the terms, superficial and hidden—the superficial, parts of the mind and the deeper layers of the mind. The whole of the conscious as well as the unconscious, the superficial as well as the hidden, the total process of our thinking--only part of which we are conscious of, and the rest, which is the major part, we are not conscious of--is what we call consciousness. This consciousness is time, is the result of centuries of man's endeavor.</p>	<p>यह मन दो भागों में विभक्त किया गया है--चेतन और अचेतन। यदि हम इन दो शब्दों का प्रयोग न करना चाहें तो इनके लिए अन्य शब्दावलियों का प्रयोग कर सकते हैं--सतही और प्रच्छन्न--मन के सतही भाग और उसकी गहन परतें। चेतन व अचेतन को एक समूचे रूप में, सतह से तह तक, अपनी संपूर्ण विचार-प्रक्रिया को--अर्थात् अपने मन के उस इकलौते भाग को जिसके प्रति हम सचेत रहते हैं तथा उस शेष भाग को भी, जो कि हमारे मन का बृहत्तर भाग है और जिसके प्रति हम सचेत नहीं रहते--इस सबको मिलाकर ही हम चेतना कहते हैं। यह चेतना काल है, शताब्दियों से मानव जो कुछ करता आया है उसका परिणाम है यह।</p>
<p>We are made to "believe in certain ideas from childhood, we are conditioned by dogmas, by beliefs, by theories. Each one of us is conditioned by various influences, and from that conditioning,</p>	<p>कुछ विचारों में विश्वास करना हममें बचपन से ही कूट-कूट कर भर दिया जाता है। हठीले धर्म-सिद्धांतों, विश्वासों और पद्धतियों के अनुकूल हमें ढाल दिया जाता है। हममें प्रत्येक व्यक्ति विभिन्न प्रकार के प्रभावों के अनुसार</p>

<p>from those limited and unconscious influences, our thoughts spring and take the form of a Communist, a Hindu, a Muslim, or a scientist. Thought obviously springs from the background of memory, of tradition, and it is with this background of both the conscious as well as the unconscious, the superficial as well as the deeper layers of the mind, that we meet life. Life is always in movement, never static. But, our minds are static. Our minds are conditioned, held, tethered to dogma, to belief, to experience, to knowledge. With this tethered mind, with this mind that is so conditioned, so heavily held, we meet life, which is in constant movement. Life, with its many complex and swiftly changing problems, is never still, and it requires a fresh approach every day, every minute. So, when we meet this life, there is a constant struggle between the mind that is conditioned and static, and life that is in constant movement. That is what is happening, is it not?</p>	<p>ढला हुआ है और इस प्रकार ढाले जाने से, सीमाबद्ध व अनजाने ही ग्रहण कर लिये गये इन प्रभावों से ही हमारे विचार उपजते हैं जो एक कम्यूनिस्ट, एक हिंदू, एक मुस्लिम या एक वैज्ञानिक का रूप ले लेते हैं। यह स्पष्ट है कि विचार स्मृति और परंपराओं की पृष्ठभूमि से जन्म लेते हैं। और इसी पृष्ठभूमि के साथ हम जीवन का सामना करते हैं--फिर यह पृष्ठभूमि चेतन मन की हो या अचेतन मन की, इसके सतही भाग की हो या इसकी गहन परतों की। जीवन सदैव गतिशील रहता है, यह कभी स्थिर नहीं रहता। परंतु हमारा मन स्थैतिक है, गतिहीन है। यह सांचागत है, कैदी है और हठीले धर्म सिद्धांतों, विश्वासों, अनुभवों व ज्ञान के खूंटों से बंधा हुआ है। इस खूंटों से बंधे हुए, किसी सांचे में ढले हुए, बेड़ियों से आबद्ध मन के साथ हम उस जीवन का सामना करते हैं जो निरंतर गतिशील है। जीवन अपनी अनेक जटिल और पलक झपकते परिवर्तित हो जाने वाली समस्याओं के साथ कभी कहीं ठहरता नहीं है। अतः इसे प्रतिदिन व प्रतिपल एक नये दृष्टिकोण से देखने की आवश्यकता है। तो जब हमारा सामना इस जीवन से होता है, तो इस निरंतर चलायमान जीवन और हमारे अतीत से आबद्ध और अचल मन के बीच एक अनवरत द्वंद्व चलने लगता है। यही कुछ तो हो रहा है, है न?</p>
<p>There is not only a conflict between life and the conditioned mind, but such a mind, meeting life, creates more problems. We acquire superficial knowledge, new ways of conquering nature, science. But the mind that has acquired knowledge still remains in the conditioned state, bound to a particular form of belief.</p>	<p>जीवन और सांचे में ढले हुए मन के बीच केवल द्वंद्व ही नहीं रहता, अपितु ऐसा मन जीवन का सामना करते हुए अधिकाधिक समस्याओं का कारक भी बनता जाता है। हम सतही जानकारी प्राप्त करते रहते हैं, प्रकृति और विज्ञान को जीत लेने की नयी-नयी विद्या एवं विधि सीखते रहते हैं, परंतु मन तो ज्ञान-विज्ञान प्राप्त करने के बावजूद एक निश्चित सांचे में ही जकड़ा हुआ है--एक विश्वास विशेष से आबद्ध।</p>
<p>So, our problem is not how to meet life, but how can the mind, with all its conditioning, with its dogmas, beliefs, free itself? It is only the free mind that can meet life, not the mind that is tethered to any system, to any belief, to any particular knowledge. So is it not important, if we would not create more</p>	<p>तो, हमारी समस्या यह नहीं है कि हम जीवन का सामना कैसे करें, अपितु यह है कि हमारा मन जो हठीले धर्म-सिद्धांतों और विश्वासों के सांचे में जकड़ा हुआ है, वह स्वयं को स्वतंत्र कैसे करे। केवल वही मन जीवन का सामना करने में सफल हो सकता है जो स्वतंत्र है, वह मन नहीं जो किसी मत, किसी विश्वास या</p>

problems, if we would put an end to misery, sorrow, to understand the workings of our own minds?	किसी ज्ञान विशेष के सांचे से बंधा है। तो, यदि हमें अपनी समस्याएं बढ़ानी नहीं हैं, यदि हमें अपने दुख और अपनी दुर्दशा का अंत करना है तो क्या अपने ही मन के कार्यकलापों को समझना हमारे लिये महत्त्वपूर्ण नहीं हो जाता?
-4-	- ४ -
What Is the Self?	अहं क्या है?
Do we know what we mean by the self? By that, I mean the idea, the memory, the conclusion, the experience, the various forms of nameable and unnameable intentions, the conscious endeavor to be or not to be, the accumulated memory of the unconscious, the racial, the group, the individual, the clan, and the whole of it all, whether it is projected outwardly in action or projected spiritually as virtue; the striving after all this is the self. In it is included the competition, the desire to be. The whole process of that is the self; and we know actually when we are faced with it that it is an evil thing. I am using the word 'evil' intentionally, because the self is dividing: the self is self-enclosing: its activities, however noble, are separative and isolating. We know all this. We also know those extraordinary moments when the self is not there, in which there is no sense of endeavor, of effort, and which happens when there is love.	क्या हम जानते हैं कि इस अहं से, स्व से हमारा अभिप्राय क्या है? मेरी समझ में इसमें शामिल है विचार, स्मृति, निष्कर्ष, अनुभव, अभिज्ञात व अनभिज्ञात प्रयोजन, कुछ बनने या कुछ न बनने हेतु आयास-प्रयास, अपने अचेतन मन, जाति, वर्ग, निजी या वंश की संचयित स्मृति और इस सब का गड़बड़झाला--भले ही यह सब बाहरी तौर पर कर्मशीलता के रूप में किया जा रहा हो या आध्यात्मिक तौर पर गुणों के रूप में--परंतु इस सब के पीछे लालसामय दौड़ लगाने वाला अहं ही तो है। इस स्पर्धा में और कुछ बनने की चाहत भी सम्मिलित रहती है। इस सब की संपूर्ण क्रिया-प्रक्रिया यही अहं है। जब यह हमारे सम्मुख आता है तब हम यथार्थतः जानते हैं कि यह एक बुरी चीज़ है। मैं 'बुरा' शब्द जानबूझ कर प्रयोग कर रहा हूँ क्योंकि यह अहं विभाजक होता है, स्वकेंद्रित रहता है, इसकी गतिविधि कितनी भी श्रेष्ठ क्यों न लगे यह विभक्त और विलग करने वाला होता है। हम यह सब जानते हैं। हम उन असाधारण पलों को भी जानते हैं जब यह अहं नहीं रहता, जब प्रयास करने या जूझने का भाव नहीं रहता--और ऐसा प्रेम की स्थिति में होता है।
-5-	-५-
Self-Knowledge Is a Process	स्वबोध तो एक अनवरत प्रक्रिया है
So, to understand the innumerable problems that each one of us has, is it not essential that there be self-knowledge? And that is one of the most difficult things, self-awareness— which does not	तो हम सभी के समक्ष जो असंख्य समस्याएं हैं उन्हें समझने के लिये क्या यह अत्यावश्यक नहीं है कि हम स्वयं को जानते हों, हमें स्वबोध हो? और यह कठिनतम चीज़ों में से एक है--स्व-जागरूकता जिसका तात्पर्य विलगाव

<p>mean an isolation, a withdrawal. Obviously, to know oneself is essential; but to know oneself does not imply a withdrawal from relationship. And it would be a mistake, surely, to think that one can know oneself significantly, completely, fully, through isolation, through exclusion, or by going to some psychologist, or to some priest; or that one can learn self-knowledge through a book. Self-knowledge is obviously a process, not an end in itself; and to know oneself, one must be aware of oneself in action, which is relationship. You discover yourself, not in isolation, not in withdrawal, but in relationship—in relationship to society, to your wife, your husband, your brother, to man; but to discover how you react, what your responses are, requires an extraordinary alertness of mind, a keenness of perception.</p>	<p>नहीं है और न ही विरक्ति है। यह बात तो स्पष्ट है कि स्वयं को जानना अत्यावश्यक है परंतु इसका अर्थ स्वयं को संबंधों से अलग कर लेना नहीं है। और यह सोच लेना निश्चय ही एक भूल है कि विलगाव द्वारा, वर्जना द्वारा, अथवा किसी मनोचिकित्सक या किसी पुरोहित के पास जाकर या कोई पुस्तक पढ़कर कोई व्यक्ति स्वयं को भली-भांति और संपूर्णतः जान सकता है। निस्संदेह स्वबोध, स्वयं को जानना एक अनवरत प्रक्रिया है--वह कोई अंतिम लक्ष्य नहीं है और इसके लिये आवश्यक है कि व्यक्ति स्वयं के प्रति तब सजग रहे जब वह कर्मरत हो अर्थात् जब वह संबंधों में संव्यवहार कर रहा हो। आप विलग रह कर, समाज से दूर हटकर अपना वास्तविक स्वरूप नहीं जान सकते। यह तो आप केवल संबंधों में रहते हुए अर्थात् समाज, अपनी पत्नी, अपने पति, अपने बंधु-बंधव व जन सामान्य के साथ अपने संबंधों के माध्यम से ही जान सकते हैं। परंतु अपनी प्रतिक्रियाओं, अपनी अनुक्रियाओं के सत्य-स्वरूप को जानने के लिये मन में असाधारण सजगता और अवलोकन की अत्यधिक उत्सुकता चाहिये।</p>
<p>-6-</p>	<p>- ६ -</p>
<p>What You Are, the World Is</p>	<p>जैसे आप वैसा संसार</p>
<p>What is the relationship between yourself and the misery, the confusion, in and around you? Surely this confusion, this misery, did not come into being by itself. You and I have created it, not a capitalist nor a communist nor a fascist society, but you and I have created it in our relationship with each other. What you are within has been projected without, onto the world; what you are, what you think and what you feel, what you do in your everyday existence, is projected outwardly, and that constitutes the world. If we are miserable, confused, chaotic within, by projection that becomes the world, that becomes society, because the relationship between yourself and myself, between myself and another is society—</p>	<p>आपके और संसार के बीच, आपके और विभ्रम के बीच क्या संबंध है, आपके भीतर व बाहर के बीच क्या संबंध है? निश्चय ही यह उलझन, यह संताप यूं ही नहीं उपज आये। आपने और मैंने इनका निर्माण किया है। किसी पूंजीवादी, साम्यवादी या किसी फासिस्ट समाज ने नहीं बल्कि आपने और मैंने अपने पारस्परिक संबंधों में इन्हें निर्मित किया है। जो कुछ आपके भीतर है आप उसी को बाहर इस संसार में प्रक्षेपित करते हैं। जैसे आप हैं, जैसा आप सोचते हैं और जैसा महसूस करते हैं, जैसा कुछ आप अपने दिन-प्रतिदिन के जीवन में करते हैं वैसा ही बाहर प्रक्षेपित होता है और उस सबसे ही संसार बनता है। यदि हम भीतर से दुखी हैं, भ्रमित हैं, अव्यवस्थित हैं तो इन्हीं के बाहर प्रक्षेपित होते रहने से संसार भी वैसा ही बनता जाता है, समाज भी वैसा बनता</p>

<p>society is the product of our relationship—and if our relationship is confused, egocentric, narrow, limited, national, we project that and bring chaos into the world.</p>	<p>चला जाता है क्योंकि आपके व मेरे बीच जो संबंध हैं, मेरे व औरों के बीच जो संबंध हैं, वही तो है समाज। समाज हमारे पारस्परिक संबंधों से ही उत्पन्न होता है और यदि हमारे संबंध दुविधाग्रस्त हैं, अहं केंद्रित हैं, संकीर्ण हैं, किसी सीमा में आबद्ध हैं, किसी राष्ट्र से जुड़े हैं तो हम बाहर वही प्रक्षेपित करते हैं और इस तरह संसार में अव्यवस्था फैलाते हैं।</p>
<p>What you are, the world is. So your problem is the world's problem. Surely, this is a simple and basic fact, is it not? In our relationship with the one or the many we seem somehow to overlook this point all the time. We want to bring about alteration through a system or through a revolution in ideas or values based on a system, forgetting that it is you and I who create society, who bring about confusion or order by the way in which we live. So we must begin near, that is, we must concern ourselves with our daily existence, with our daily thoughts and feelings and actions which are revealed in the manner of earning our livelihood and in our relationship with ideas or beliefs.</p>	<p>जैसे आप होते हैं वैसा ही संसार हो जाता है। इसीलिए आपकी समस्या संसार की समस्या बन जाती है। निश्चित रूप से यह एक सरल और मौलिक तथ्य है, है न? परंतु किसी एक के साथ या अन्य अनेकों के साथ अपने संबंधों में हम हमेशा किसी न किसी तरह इस मर्म को उपेक्षित करते प्रतीत होते हैं। हम किसी प्रणाली द्वारा या किसी प्रणाली पर आधारित विचारों और मूल्यों में क्रांति लाने के द्वारा परिवर्तन तो लाना चाहते हैं परंतु यह भूल ही जाते हैं कि ये आप और मैं ही तो हैं जिन्होंने इस समाज को बनाया है, जिन्होंने अपने रहन-सहन के तौर-तरीकों से इसमें व्यवस्था या अव्यवस्था फैलायी है। तो, हमें बिल्कुल निकट से ही आरंभ करना होगा अर्थात् हमें स्वयं के संदर्भ में ध्यान देना होगा--ध्यान देना होगा अपने दैनिक जीवन पर, अपने दैनिक विचारों पर, अपनी उन भावनाओं और क्रियाओं पर जो हमारे जीविकोपार्जन के तौर-तरीकों के ज़रिये उजागर होती हैं और इसी प्रकार विचारों तथा विश्वासों के साथ अपने संबंधों के दौरान ज़ाहिर हो जाया करती हैं।</p>
<p>-7-</p>	<p>- ७ -</p>
<p>Your Struggle Is the Human Struggle</p>	<p>आपका संघर्ष--मानव मात्र का संघर्ष</p>
<p>A total, an enriching revolution cannot take place unless you and I understand ourselves as a total process. You and I are not isolated individuals but are the result of the whole human struggle with its illusions, fancies, pursuits, ignorance, strife, conflict, and misery. One cannot begin to alter the condition of the world without understanding oneself. If you see that, there is immediately within you a</p>	<p>जब तक मैं और आप स्वयं को एक सकल प्रक्रिया के रूप में नहीं समझ लेते, तब तक एक संपूर्ण, एक संवर्धक क्रांति संभव नहीं हो सकती। आप और मैं कोई अलग-थलग व्यक्ति नहीं हैं अपितु इस संपूर्ण मानव जाति की अपनी भ्रांति, सनक, चाहत, अज्ञान, कलह, द्वंद्व और दुख के साथ संघर्ष के ही परिणाम हैं। कोई स्वयं को समझे बिना संसार की दशा बदलने की शुरुआत नहीं कर सकता। यदि</p>

complete revolution, is there not? Then no guru is necessary because knowledge of oneself is from moment to moment, it is not the accumulation of hearsay, nor is it contained in the precepts of religious teachers. Because you are discovering yourself in relationship with another from moment to moment, relationship has a completely different meaning. Relationship then is a revelation, a constant process of the discovery of oneself, and from this self-discovery, action takes place.	आप इस बात को स्पष्ट देख पाएं तो आपके भीतर एक आमूल परिवर्तन आ जाता है, है न? तब किसी गुरु की आवश्यकता शेष नहीं रह जाती, क्योंकि स्वयं को जानना तो पल-प्रतिपल चलती रहने वाली एक ऐसी क्रिया है जिसमें न तो सुनी-सुनाई बातों का संग्रह करते रहना शामिल है और न ही धार्मिक शिक्षकों के उपदेश संचित करना। चूंकि तब आप दूसरों के साथ अपने संबंधों में पल-प्रतिपल स्वयं के वास्तविक स्वरूप को जान रहे होते हैं, इसलिये संबंध का अर्थ ही बिलकुल बदल जाता है। तब संबंधों के ज़रिये असलियत का इज़हार होने लगता है, वे स्वबोध की अनवरत प्रक्रिया बन जाते हैं और अब इस आत्म-अन्वेषण के चलते सही कदम उठाये जा सकते हैं।
So, self-knowledge can come only through relationship, not through isolation. Relationship is action, and self-knowledge is the result of awareness in action.	इस प्रकार, स्वबोध केवल संबंधों के माध्यम से ही संभव है, विलगाव द्वारा नहीं। संबंध ही कर्म है और इस कर्म में सजगता का परिणाम है स्वबोध, आत्म परिचय।
-8-	- ८ -
Transform Yourself and You Transform the World	स्वयं बदलें तो संसार बदले
The transformation of the world is brought about by the transformation, of oneself, because the self is the product and a part of the total process of human existence. To transform oneself, self-knowledge is essential; without knowing what you are, there is no basis for right thought, and without knowing yourself, there cannot be transformation.	स्वयं में बदलाव लाकर ही संसार को बदला जा सकता है, क्योंकि हम स्वयं मानव अस्तित्व की संपूर्ण प्रक्रिया की उपज हैं, उसी का एक अंश हैं। स्वयं को बदलने के लिए स्वयं को जानना अनिवार्य है। जब तक आप यह न जान लें कि आप क्या हैं, तब तक आपकी सम्यक सोच का आधार ही नहीं बनता--और जब तक आप स्वयं को जान नहीं लेते तब तक कोई बदलाव आ नहीं सकता।
— 9 —	- ९ -
Why Change Now?	परिवर्तन अभी ही क्यों?
There is no essential difference between the old and the young, for both are slaves to their own desires and gratifications. Maturity is not a matter of age; it comes with understanding. The ardent spirit of	किसी वृद्ध और किसी युवा में कोई मौलिक अंतर नहीं होता क्योंकि दोनों अपनी ही आकांक्षाओं और परितुष्टियों के दास होते हैं। परिपक्वता का आयु से कुछ लेना-देना नहीं

<p>inquiry is perhaps easier for the young, because those who are older have been battered about by life, conflicts have worn them out and death indifferent forms awaits them. This does not mean that they are incapable of purposive inquiry, but only that it is more difficult for them. Many adults are immature and rather childish, and this is a contributing cause of the confusion and misery in the world. It is the older people who are responsible for the prevailing economic and moral crisis; and Dine of our unfortunate weaknesses is that we want someone else to act for us and change the course of our lives. We wait for others to revolt and build anew, and we remain inactive until we are assured of the outcome. It is security and success that most of us are after; and a mind that is seeking security, that craves success, is not intelligent, and is therefore incapable of integrated action. There can be integrated action only if one is aware of one's own conditioning, of one's racial, national, political, and religious prejudices; that is, only if one realizes that the ways of the self are ever separative.</p>	<p>होता, वह तो सूझबूझ से आती है। युवाओं में जिज्ञासा की उत्कट भावना शायद बहुत सहज रूप से होती है क्योंकि वयोवृद्ध लोगों को तो जीवन चूर-चूर कर चुका होता है, ढंडों के कारण वे चुक गये होते हैं और मृत्यु किसी न किसी रूप में उनकी प्रतीक्षा कर रही होती है। इसका अर्थ यह नहीं है कि वे किसी अर्थपूर्ण जिज्ञासा के लायक नहीं रहते, परंतु उनके लिये यह कुछ अधिक दुरूह होती है। कितने ही वयस्क लोग अपरिपक्व, बल्कि बचकाने होते हैं और यह बात विश्वव्याप्त विभ्रम और दुख को बढ़ाने वाले कारणों में से एक है। ये वयस्क लोग ही हैं जो आर्थिक और नैतिक अव्यवस्था के हावी रहने के लिए जिम्मेदार हैं। और हमारी दुर्भाग्यपूर्ण दुर्बलताओं में से एक यह है कि हम चाहते हैं कि हमारे लिये कोई और उठे और हमारे जीवन की दिशा व दशा बदल दे। हम तो केवल प्रतीक्षारत रहते हैं कि कोई और हमारे लिये क्रांति करे, नवनिर्माण करे। और जब तक उसकी फल-प्राप्ति सुनिश्चित न हो जाए, तब तक हम निष्क्रिय बने रहते हैं। ये सुरक्षा और सफलता ही हैं, जिनके पीछे हम में से अधिकतर लोग पड़े रहते हैं। और वह मन जो सुरक्षा चाहता है सफलता का दीवाना है, वह प्रज्ञाशील नहीं होता और इसीलिए वह कोई भी कर्म समग्र रूप से करने में अक्षम रहता है। समग्र कर्म तभी संभव है जब कर्ता अपनी मानसिकता के कारकों का सुविज्ञ हो, अपने जातीय, राष्ट्रीय, राजनीतिक और धार्मिक पूर्वाग्रहों का सुविज्ञ हो, अर्थात् यदि किसी को यह बोध हो जाए कि अहं का अनुकरण सदैव विभाजनकारी होता है, तभी उसके द्वारा समग्र कर्म के लिये कदम उठाये जाने की संभावना बनती है।</p>
<p>Life is a well of deep waters. One can come to it with small buckets and draw only a little water, or one can come with large vessels, drawing plentiful waters that will nourish and sustain. While one is young is the time to investigate, to experiment with everything-. The school should help its young people to discover their vocations and responsibilities, and not merely cram their minds with facts and technical knowledge. It should be the soil in which they can grow without fear,</p>	<p>जीवन तो गहरे जल वाला कुआं है। जो इसके पास एक छोटी सी बाल्टी लेकर जाता है वह उतना ही जल इससे प्राप्त कर पाता है और जो इसके पास बड़ा पात्र लेकर जाता है, वह उतना ही भरपूर जल प्राप्त कर लेता है जो उसका पोषण कर सके। जब व्यक्ति युवावस्था में होता है तब उसके पास खोजबीन करने और प्रत्येक चीज़ के साथ प्रयोग कर पाने योग्य समय होता है। स्कूलों को चाहिए कि वे अपने युवाओं की अपनी योग्यता और अपने दायित्वों का अनावरण करने में सहायता करें,</p>

happily and integrally.	न कि उन्हें तथ्यों और तकनीकी ज्ञान का रट्टू तोता बनायें। स्कूल वह धरती होनी चाहिए जिसमें निर्भय रूप से वे अंकुरित हो सकें, जहां वे सहर्ष और समग्र रूप से विकसित हो सकें।
-10-	- 90 -
Thought Cannot Solve the Problem of the Self	विचार अहं की समस्या को नहीं सुलझा सकता
<p>The more we think over a problem, the more we investigate, analyze, and discuss it, the more complex it becomes. So is it possible to look at the problem comprehensively, wholly? How is this possible? Because that, it seems to me, is our major difficulty. Our problems are being multiplied—there is imminent danger of war, there is every kind of disturbance in our relationships—and how can we understand all that comprehensively, as a whole? Obviously it can be solved only when we can look at it as a whole—not in compartments, not divided. When is that possible? Surely it is only possible when the process of thinking—which has its source in the 'me', the self, in the background of tradition, of conditioning, of prejudice, of hope, of despair—has come to an end. Can we understand this self, not by analyzing, but by seeing the thing as it is, being aware of it as a fact and not as a theory?—not seeking to dissolve the self in order to achieve a result but seeing the activity of the self, the 'me', constantly in action. Can we look at it, without any movement to destroy or to encourage? That is the problem, is it not? If, in each one of us, the center of the 'me' is non-existent, with its desire for power, position, authority, continuance, self-preservation, surely our problems will come to an end!</p>	<p>हम किसी समस्या पर जितना अधिक विचार करते हैं, उसके लिये जितनी अधिक विवेचना, विश्लेषण और विमर्श करते हैं, वह उतनी ही अधिक जटिल होती जाती है। तो क्या किसी समस्या को उसके संपूर्ण और समग्र रूप में देखा जाना संभव है? कैसे संभव है यह? क्योंकि मुझे तो लगता है कि हम लोगों के लिए यह काफी कठिन है। हमारी समस्याएं दिन दूनी रात चौगुनी बढ़ती जा रही हैं--युद्ध का खतरा सिर पर मंडरा रहा है, हमारे संबंधों में हर प्रकार का विक्षोभ घुसपैठ कर रहा है--इस सबको हम संपूर्ण-समाविष्ट रूप में, समग्र रूप में कैसे समझ सकते हैं? यह तो स्पष्ट है कि किसी समस्या का समाधान तभी संभव है जब हम उसे संपूर्ण-समग्र रूप में देखें, न कि टुकड़ों-टुकड़ों में विभाजित करके। ऐसा कब संभव है? निश्चय ही, यह तभी संभव है जब अहं एवं परंपरा, संस्कार, पूर्वाग्रह, प्रत्याशा एवं हताशा की पृष्ठभूमि में अपनी जड़ें जमाये बैठी विचार प्रक्रिया का अंत हो जाए। क्या हम इस अहं को समझ सकते हैं--वस्तुस्थिति का विश्लेषण करके नहीं बल्कि उसे प्रत्यक्ष देखकर, सिद्धांत रूप में स्वीकार करके नहीं बल्कि उसकी वास्तविकता के प्रति सजग रहकर--कोई परिणाम पा लेने हेतु इस अहं का अंत करने की चाहत से नहीं बल्कि इस सतत सक्रिय अहं की गतिविधियों का अवलोकन करते रहने से? क्या हम इसे पूरे ध्यान से देख सकते हैं--इसे ध्वस्त या प्रोत्साहित करने की कोई हरकत किये बिना? समस्या तो यही है, है न? यदि हम सभी में महत्त्व, प्रतिष्ठा, अधिकार, निरंतरता, आत्म-संरक्षण की लालसा वाले अहं का अस्तित्व ही शेष न रहे तो निश्चय ही हमारी समस्याओं का अवसान हो जायेगा।</p>

<p>The self is a problem that thought cannot resolve. There must be an awareness which is not of thought. To be aware, without condemnation or justification, of the activities of the self—just to be aware—is sufficient. If you are aware in order to find out how to resolve the problem, in order to transform it, in order to produce a result, then it is still within the field of the self, of the 'me'. So long as we are seeking a result, whether through analysis, through awareness, through constant examination of every thought, we are still within the field of thought, which is within the field of the 'me', of the T, of the ego, or what you will.</p>	<p>यह अहं एक ऐसी समस्या है विचार जिसका निदान नहीं कर सकता। एक ऐसी सजगता चाहिए जो विचारजनित न हो। सजग रहना, इस अहं की गतिविधियों को उचित-अनुचित ठहराये बिना--केवल उनके प्रति जागरूक रहना--यही पर्याप्त है। यदि आप इस आशय से जागरूक हैं कि 'कैसे' समस्या का समाधान किया जाए, 'कैसे' इसे रूपांतरित किया जाए, 'कैसे' कोई परिणाम प्राप्त किया जाए--तब यह जागरूकता अहं की परिधि में ही रहेगी। जब हम कोई परिणाम प्राप्त कर लेना चाहते हैं--चाहे वह विश्लेषण द्वारा हो, सजगता द्वारा हो या प्रत्येक विचार की निरंतर जांच-परख द्वारा हो--तब भी हम विचार की परिधि में ही रहते हैं जो कि स्वयं 'मैं' की, अहं की परिधि में स्थित है।</p>
<p>As long as the activity of the mind exists, surely there can be no love. When there is love, we shall have no social problems.</p>	<p>जब तक मन की गतिविधि विद्यमान रहती है, तब तक प्रेम हो ही नहीं सकता। और जब प्रेम विद्यमान होगा तब हमारी कोई सामाजिक समस्या नहीं रह जायेगी।</p>
<p>CHAPTER TWO</p>	<p>द्वितीय अध्याय</p>
<p>What Do You Want?</p>	<p>आप चाहते क्या हैं?</p>
<p>—1 —</p>	<p>- 9 -</p>
<p>Security, Happiness, Pleasure</p>	<p>सुरक्षा, प्रसन्नता, सुख-विलास</p>
<p>What is it that most of us are seeking? What is it that each one of us wants? Especially in this restless world, where everybody is trying to find some kind of peace, some kind of happiness, a refuge, surely it is important to find out, isn't it, what it is that we are trying to seek, what it is that we are trying to discover? Probably most of us are seeking some kind of happiness, some kind of peace; in a world that is ridden with turmoil, wars, contention, strife, we want a refuge where there can be some peace. I think that is what most of us want. So we pursue, go from one leader to another, from one religious organization to another, from one teacher to another.</p>	<p>वह क्या है जिसकी लालसा में हममें से अधिकांश लोग रहते हैं? वह क्या है जिसे हममें से प्रत्येक व्यक्ति चाहता है? विशेष रूप से इस उद्विग्न संसार में जहां प्रत्येक व्यक्ति किसी प्रकार की शांति, किसी प्रकार की खुशी, किसी प्रकार का आश्रय पाने के प्रयास में लगा है, यह जान लेना बहुत महत्वपूर्ण है कि आखिर वह क्या है जिसकी लालसा में हम सब रत हैं, वह क्या है जिसकी तलाश में हम सब लगे हैं? शायद अधिकतर लोग ऐसे संसार में जो विक्षोभ, युद्ध, विवाद और कलह से त्रस्त है किसी-न-किसी प्रकार के सुख-चैन, किसी प्रकार की शांति की चाहत में हैं। हम इसमें कोई ऐसा शरण स्थल चाहते हैं जहां कुछ तो शांति मिल सके। मैं समझता हूं कि हममें से अधिकांश लोग यही चाहते हैं।</p>