

## कैसे मनाएँ सच्ची दीवाली ?

दीवाली अथवा दीपावली का त्योहार हमारे देश के वार्षिक उत्सवों में सबसे प्रसिद्ध और लोकप्रिय रहा है। एक समय था जब भारतवासी बहुत धूमधाम से दीवाली मनाते थे। इस दिन के लिए घरों की खास सफाई और पुताई होती, नये-नये वस्त्र बनते और ढेर सारी मिठाइयाँ तैयार की जाती थीं। दीवाली की रात्रि को घर-घर में खूब दीपक जलाकर रोशनी की जाती और आतिशबाजी जलाकर खुशियाँ मनाई जाती थीं। परंतु, अब एक सामान्य भारतीय परिवार के लिए दीवाली के त्योहार का रंग प्रतिवर्ष, हर बीते हुए वर्ष की भेंट में बहुत फीका पड़ता जा रहा है। अब दीवाली सार्वजनिक खुशियों का त्योहार नहीं रहा बल्कि बाल-बच्चों के दिल को बहलाने के लिए थोड़ी-बहुत वनस्पति घी की मिठाइयाँ, पटाखे और मोमबत्तियों को खरीदने तक ही सीमित होकर रह गया है। कारण यह कि आज करोड़ों देशवासियों को तो दो समय का सादा भोजन भी नसीब नहीं होता। करोड़ों व्यक्ति बेरोज़गार हैं और यह संख्या प्रतिवर्ष घटती नहीं, बढ़ती ही जा रही है। इन दुखी और चिन्तित लोगों के लिए भला कैसी दीवाली और कैसी खुशियाँ? आज का भारत तो दीवाली से बहुत दूर निकल दिवाला के बहुत निकट पहुँच चुका है।

जिन लोगों के हाथों में देश की बागडोर है वही निजी दीवाली मनाने के स्वार्थ में देश का दिवाला निकालने पर तुले



हुए हैं। आये दिन मंत्रियों एवं पदाधिकारियों पर भ्रष्टाचार के आरोप लगते रहते हैं। समाचारपत्रों में जब कभी मंत्री महोदय के दफ्तर की सजावट, घर के रख-रखाव, बिजली और टेलिफोन के खर्चे, देश-विदेश, भ्रमण के यात्रा भत्ते इत्यादि .....

(शेष..पृष्ठ 22 पर)

### अमृत-सूची

◆ आध्यात्मिकता (सम्पादकीय)... 4	◆ गीता सार .....23
◆ प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के.. 6	◆ पंछी और शराबी ..... 24
◆ विहंग मार्ग की सेवा .....8	◆ पाना था सो पा लिया..... 25
◆ 'पत्र' संपादक के नाम .....12	◆ अंतर्मुखता .....26
◆ समय की पहचान .....13	◆ बाबा ने फूलों की वर्षा की ....27
◆ मेरा बाबा, मेरा दोस्त .....16	◆ रूठने से रूठ जाती है .....28
◆ असाधारण चरित्र .....17	◆ बाबा ने हृदयाघात से बचाया ..29
◆ मर्दानगी या कायरता .....18	◆ सचित्र सेवा समाचार..... 30
◆ स्वस्थिति बड़ी .....20	◆ समस्त प्रतिभाओं का .....32
◆ कार्य खेल लगने लगा .....21	◆ बहुतकाल का अभ्यास .....34

### सदस्यता शुल्क

भारत	वार्षिक	आजीवन
ज्ञानामृत	90 /-	2,000 /-
वर्ल्ड रिन्युअल	90 /-	2,000/-
विदेश	वार्षिक	आजीवन
ज्ञानामृत	1,000 /-	10,000 /-
वर्ल्ड रिन्युअल	1,000 /-	10,000/-

शुल्क के लिए सम्पर्क करें -  
09414006904, 09414154383  
hindigyanamrit@gmail.com

## आध्यात्मिकता और आधुनिकता

कई लोग राजयोगी जीवन, आध्यात्मिक जीवन, अनुशासित जीवन को पुरातनपंथ समझते हैं। वे सोचते हैं कि कम पढ़े-लिखे, अंधविश्वासी, विकास की दौड़ में पिछड़े लोग ही आत्मा, परमात्मा, कर्म जैसी अवैज्ञानिक बातें करते हैं। हम तो विज्ञान के युग में जी रहे हैं, इस विकसित जीवन में उन प्राचीन भूली-बिसरी बातों की क्या जरूरत है? उन्हें अपनायेंगे तो हम भी विकास की दौड़ में पिछड़ जायेंगे।

### क्या यही विकास है?

परंतु गहराई से देखने, समझने की जरूरत है कि हम विकास की ओर हैं या विनाश की ओर? विकास के नाम पर हमने कपड़े छोटे कर डाले, घरों के दरवाजे, खिड़की बंद कर डाले, नदी, नाले और आसमान बाँट डाले, और भी बहुत सारी चीजों को विकास के नाम पर बदल डाला। आध्यात्मिक जीवन शैली ने तो हमें सौ साल तक की या इससे भी अधिक समय तक की निरोगी काया दी। उसकी भेंट में आज हम 20 वर्ष में मधुमेह, हृदयरोग, कमर दर्द, बालों में सफेदी, हिलते दांत, आँखों पर चश्मा, फूलती सांस – ये सब झेल रहे हैं, क्या यही हमारा विकास है? अध्यात्म और अनुशासन पर आधारित जीवन शैली

में एक घर में 50 व्यक्ति भी पालना पाते थे पर आज दो व्यक्तियों के बीच भी दो चूल्हे जलने लगते हैं, क्या यही विकास है?

### मूलभूत चीजें नहीं बदली जा सकती

दूसरी बात यह भी समझने की है कि हमारे पूर्वज जिन पाँच तत्वों के सहारे जीए, क्या आधुनिकता के नाम पर उन्हें भी पुरानी चीजें कहकर, हम उनका त्याग कर सकते हैं? नहीं ना! मूलभूत चीजों के लिए आधुनिक या प्राचीन का कोई भेद नहीं हो सकता। तो जैसे जल, वायु, अग्नि, पृथ्वी, आकाश कल भी हमारी जरूरत थे, आज भी हमें चाहिएँ वैसे ही ज्ञान, पवित्रता, शान्ति, प्रेम, सुख, आनन्द, शक्ति – ये मूलभूत गुण कल भी हमारी जरूरत थे और आज भी हमें चाहिएँ।

### हाँफता है एक टाँग से चलने वाला

मानव दो पाँवों पर चलता है। इस स्वाभाविक चलन में कोसों चला जा सकता है परंतु यदि व्यक्ति एक टाँग से चले तो शायद दस कदम में भी हाँफ जायेगा। एक टाँग से चलना स्वाभाविक नहीं है। इसी प्रकार आधुनिकता और आध्यात्मिकता मानव की दो टाँगें हैं। यदि केवल

आधुनिकता के सहारे चलता है, आधुनिक जमाने द्वारा दी गई साधन-सुविधाओं के ही अंबार लगाने की सोचता है और आध्यात्मिक मूल्यों की अवहेलना करता है तो मानो वह एक टाँग पर चल रहा है और हाँफ रहा है। यह हाँफना ही तो है जो वो ए.सी. रूम में बैठकर भी भीतर की शीतलता नहीं पाता। ठंडा पेय पीकर भी ईर्ष्या-द्वेष की जलन से उबर नहीं पाता। मोबाइल से सारी दुनिया को जोड़ने का दम भरने वाला परिवार के आत्मीयजनों से जुड़ नहीं पाता, बिजली के प्रकाश से रंग-बिरंगी चकाचौंध पैदा करके भी भीतर उजाला भर नहीं सकता। खाद्य की अनगिनत वस्तुओं का उपभोग करते भी उम्र के आधे पड़ाव में या उससे भी पहले रोगग्रस्त हो जाता है।

### दिखावा है,

### सुख और सुकून नहीं

थके हुए मानव को जब तेज दौड़ना पड़ता है तो वह चिड़चिड़ाता भी है। एक टाँग से यानि जीवन के केवल भौतिक पहलू के सहारे भागते आदमी को बाहर के जगत की स्पर्धा के साथ स्पर्धा करनी पड़ती है, इस स्पर्धा में सारी शारीरिक शक्ति झोकनी पड़ती है, लगातार झोकनी पड़ती है, आराम और नींद को खोकर

भी बराबरी करनी पड़ती है इसलिए उसे बात-बात में क्रोध, उतावलापन, चिड़चिड़ापन, अधैर्य आदि आते हैं। भीतर की शक्ति तो है ही नहीं, शारीरिक शक्ति भी झोंक दी इस कारण वह इतना पस्त हो जाता है कि अपने द्वारा उपार्जित चीज़ों का आनंद भी नहीं ले पाता। उपार्जन करके अंबार लगाता है, दिखावा करता है पर सुख और सुकून नहीं ले पाता।

#### बह जाता है आंतरिक बल

इस एक टाँग की दौड़ में बहुतों से टकराता है, बहुतों से ठोकर खाकर खुद गिरता है और बहुतों को अपनी ठोकर द्वारा गिराता भी है। इस गिरने, उठने और एक-दूसरे पर खीजने, झल्लाने की प्रक्रिया में उसका आंतरिक बल, नकारात्मक संकल्पों के रूप में बहता रहता है, परंतु इसे रोके कैसे, वह यह जानता ही नहीं है।

#### नकारात्मक पहलुओं पर अंकुश, विकास पर नहीं

यदि दौड़ दोनों पाँवों से हो अर्थात् आध्यात्मिकता को भी साथ रखकर की जाये तो वह इन सब नकारात्मक पहलुओं से बचा सकती है। जैसे दोनों पाँव एक साथ ज़मीन से नहीं उठते। एक उठता है तो दूसरा ज़मीन को पकड़े रहता है, शरीर के भार को भी संभाल लेता है इसी प्रकार जब आधुनिकता रूपी पाँव उठता है तो आध्यात्मिक ज्ञान, गुण, शक्तियाँ मन

को संबल देने, सशक्त करने, सकारात्मक और आशावादी रहने का बल देती हैं। ऐसे सशक्त मन के साथ आप आधुनिकता की कितनी भी ऊँची छलांग लगा सकते हैं। आखिरकार, एक टाँग वाले की छलांग और दोनों टाँग वाले की छलांग में रात-दिन का अंतर तो होता ही है। अतः आध्यात्मिकता, आधुनिक विकास में बाधक नहीं है, साधक है। वह विकास के केवल नकारात्मक पहलुओं पर अंकुश लगाती है, विकास पर नहीं।

#### उद्योग बंद हो जायेंगे

कई लोग सवाल उठाते हैं, यदि सभी लोग सादगी पसंद हो जायें, एक जोड़े जूते-कपड़े से काम चलाने लगे तो कारखाने, कंपनियाँ बंद हो जायेंगी, औद्योगिक विकास रुक जायेगा। प्रसाधन निर्माण इकाइयों को ताला लग जायेगा, और भी बहुत-सी रंग-बिरंगी चीज़ें हैं जो हमारी चहल-पहल, खुशियों का आधार हैं, कहीं दिखेंगी नहीं। पहली बात तो यह है कि ऐसा हो ही नहीं सकता कि सभी एक जोड़े जूते-कपड़े वाले हो जाएँ। समाज के कुछ लोग ही ऐसा जीवन जीने के लिए प्रेरित हो पाते हैं। पर मान लीजिए, यदि सभी सादगी पसंद हो भी जायें तो औद्योगिकीकरण के नकारात्मक पहलू – जंगलों का नाश, पानी-हवा का प्रदूषण, मशीनी

दुर्घटनायें आदि भी तो रुक जायेंगी। रही बात खुशी और चहल-पहल की, बाज़ार निर्मित चीज़ें अल्पकाल का ही सुख दे पाती हैं। पल भर बाद दूसरी चीज़ का सुख आकर्षित करने लगता है और फिर उसे प्राप्त करने में समय, शक्ति और धन का अपव्यय होने लगता है। परंतु आध्यात्मिक आनन्द में ऐसा नहीं है। यह एक बार पा लेने के बाद अपने पास बना ही रहता है, इसका रस कभी फीका नहीं पड़ता।

एक अन्य पहलू भी विचारणीय है। मान लीजिए, हम भौतिक रूप से संपन्न हैं। हर महंगी चीज़ हमारे पास उपलब्ध है परंतु महंगे लिबास, महंगे मकान, महंगे वाहन में होते भी हमारे चेहरे पर या तो असंतोष या ईर्ष्या टपक रहे हैं तो टिप्पणी करने वाले यह भी तो कह देंगे – ऊँची दुकान, फीका पकवान। साधन महंगे हैं पर विचार सस्ते हैं। मकान, लिबास आलीशान हैं पर चेहरा परेशान है। ऐसी टिप्पणी भी तो हमें अच्छी नहीं लगेगी। उस वक्त हम सोचने पर मजबूर होंगे कि हमें अपना चेहरा भी तो हँसमुख, स्नेही, दयावान, नम्र, मिलनसार बनाकर रखना चाहिए। चेहरा ऐसा बने भी और बना रहे भी – यह ही तो आध्यात्मिकता है। अतः आधुनिकता का सच्चा आनन्द भी तभी आयेगा जब आध्यात्मिक मूल्य जीवन में होंगे।

– ब्र.कु. आत्म प्रकाश

## प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के

दिव्य बुद्धि के वरदान से विभूषित आदरणीया दादी जानकी जी, हर प्रकार के प्रश्नों के उत्तर देकर आत्मा को संतोष से भर देती हैं। बुद्धिवानों की बुद्धि बाबा ने उन्हें ऐसी कला प्रदान की है कि वे उलझे कर्मों की गुथियाँ सुलझाकर समाधानस्वरूप बना देती हैं। प्रस्तुत हैं भाई-बहनों द्वारा पूछे गए प्रश्नों के दादी जानकी द्वारा दिये गये उत्तर ...

— सम्पादक



**प्रश्न:- सन्तुष्ट रहने की विधि क्या है?**

**उत्तर:-** सन्तुष्टता की शक्ति वा सहनशक्ति के पहले चाहिए धीरज। धीरज का गुण है तो फरिश्ता रूप की स्थिति तक पहुँचना सहज है। अपने फरिश्ता स्वरूप को थोड़ा समय इमर्ज करो तो अच्छा अनुभव हो सकता है, पर ज्ञान योग के आधार से हमारी नेचर नेचुरल ऐसी बन जाये इसके लिए बहुतकाल से अभ्यास चाहिए। स्वयं का, बाप का या ड्रामा का ज्ञान बुद्धि में स्पष्ट हो तब सन्तुष्ट रह सकेंगे। जब मेरे सामने बाबा है तो मेरे में धीरज भी है, सहनशक्ति भी है, सन्तुष्टता भी है। फिर बाबा कहते हैं, बच्चे आत्म-अभिमानि स्थिति में रहो। कोई भी बात सामने आये तो स्थिति अचल-अडोल रहे। अन्दर स्मृति रहे कि ड्रामा में हर एक का अपना-अपना पार्ट है। यह सब बातें ध्यान पर रखने से मैं सन्तुष्ट रहूँगी और मेरे से सब सन्तुष्ट रहेंगे परन्तु इतनी सहज बात नहीं है क्योंकि इसमें हरेक की नेचर अपनी है। हरेक की

विशेषता अपनी है, हरेक का पार्ट अपना है, हर एक का अवगुण भी अपना है। इतनी अन्दर नॉलेज सार स्वरूप में हो तो वो स्थिति जैसे खींच रही है, हम उस स्थिति का आह्वान कर रहे हैं।

**प्रश्न:- कौन-सी दो बातें मन में आना ठीक नहीं है?**

**उत्तर:-** हमारा दिल रूपी दर्पण साफ हो, अपने लिये फीलिंग अच्छी हो तो मैं भाग्यवान हूँ। मन को शान्ति मिली, बुद्धि को अच्छा सोचने के लिये ज्ञान मिला तभी दिल रूपी दर्पण साफ हुआ, फिर अपने को देखने लगे। नहीं तो दर्पण मैला है तो देख नहीं पाते हैं। अगर दर्पण को साफ करके देखते हैं तो भी कोई निराशा हो जाते हैं और कोई को अपनी अच्छाई का अभिमान आ जाता है। मैं अच्छा हूँ, यह अभिमान, मैं अच्छा नहीं हूँ.. यह निराशा। दोनों बातें ठीक नहीं हैं। इन बातों के अनुभव की गहराई में जाना चाहिए। बाबा ने जो कहा, वो अभी तक हमने किया या नहीं किया, पर

अभी मैं दृढ़ संकल्प करती हूँ तो हो सकता है। बाबा जैसे देखता है ऐसे मैं भी देखूँ, सम्पूर्ण बनने में थोड़ी कमी है परन्तु मेरा पुरुषार्थ ऐसा है तो सम्पन्नता आ जायेगी। इतना अन्दर उमंग-उल्हास हो। कुछ भी हो जाये उमंग-उत्साह कम न हो।

**प्रश्न:- महसूस करना, माफी मांगना, अफसोस करना एक ही बात है, यह है रियलाइजेशन की सीढ़ी का पहला कदम, इसमें और आगे क्या है?**

**उत्तर:-** रियलाइजेशन स्व-उन्नति की सीढ़ी है परन्तु कई हैं जो रियलाइज नहीं करते हैं, कारण बताते हैं या अपना विचार सुनाते हैं... इसमें पक्के हैं। चेंज होना नहीं चाहते हैं। ऊंचे ते ऊंचे भगवान की तरफ से किसी आत्मा को अगर यह गिफ्ट मिल जाए, कोई रियलाइजेशन से अपना परिवर्तन कर लेवे तो वह बाबा के दिल पर चढ़ सकता है। उसे बाबा फिर इतना प्यार करता है, क्षमा करता है। अगर मैं खुद को क्षमा न करूँ या आपको क्षमा न करूँ, बार-बार याद

करूँ तो मैं कौन हूँ? क्षमा भाव, रहम भाव, कल्याण भाव से मेरी भावना काम करेगी। तो क्षमा करने की भी अक्ल चाहिए और बाबा से क्षमा मांगने की भी अक्ल चाहिए। कोई बात को पकड़के बैठना माना कोई भी समय माया हमारा शिकार कर लेगी, पकड़ लेगी। तो यह सूक्ष्म विवेक अगर महसूस होता है तो फौरन पश्चाताप करना चाहिए, बदलना चाहिए। उसको ऐसे ही चलाते नहीं रहना चाहिए, चलाते रहने से भगवान भी कहेगा ड्रामा... शायद इसको प्रजा में ही आना होगा...। क्योंकि क्षमा नहीं मांगी, माफ करने और भूलने का रहस्य नहीं समझा। हम अपनी भी भुला दें, दूसरे की भी भुला दें। किसी की भूल हुई, याद न करें। कोई याद दिलाते हैं तो छोड़ दो। नहीं सुनो, नहीं सुनाओ। नहीं तो वातावरण में वो बात फैल जायेगी।

सब विघ्न-विनाशक और खुश रहें माना अच्छी स्थिति में रहें। खुद को समझ, भगवान को समझ आत्म-स्थिति में रहें, भगवान की याद में रहने की जो गुप्त संबंध की शक्ति है वह अथक बनाती है। अगर हम किसी कारण से थके तो जो ईश्वरीय देन है वो मेरी छूट जायेगी। अपना पुरुषार्थ अलग बात है, पर भगवान राजी हो करके उसको कोई देन देता है, माना भगवान उसको निमित्त बनाके बुलवाता या करवाता है। आजकल

नवंबर 2012

कुछ भी होता है, किसी का कैसा भी स्वभाव है, वह मुझे थका न दे। कई हैं जो ऐसा कोई परिश्रम नहीं करते हैं फिर भी थक जाते हैं। तो ईश्वरीय सन्तान हूँ, ड्रामा की गहरी नॉलेज के संस्कार मन-बुद्धि के द्वारा नेचुरल हो जायें। तो वो पुरुषार्थ का फल है जो थकाता नहीं है। समझो पुरुषार्थ ऐसा है, संकल्प श्रेष्ठ है तो उमंग-उत्साह से काम हो गया।

**प्रश्न:- अकेला व खाली महसूस करने से बचने की विधि क्या है?**

**उत्तर:-** कभी अपने को खाली वा अकेला महसूस नहीं करना है। मैं अकेली होंगी तो कोई मेरे से फालतू बातें करेगा और कभी खाली होंगे तो मुझे कुछ चाहिए तो कौन देगा, सोचते उसकी याद आयेगी। अकेली आत्मा हूँ, देने वाला दाता बनना है। जो बाबा के बोल हैं ना, वो मेरी लाइफ में हों, यह है मंजिल। प्रेम है दिल में, जीवन है प्रैक्टिकल में। प्रैक्टिकल प्रमाण के आगे और कुछ स्पष्ट करने की जरूरत नहीं है। अभी हम ब्राह्मण आत्माओं को शिक्षा नहीं दे सकती हूँ, सावधानी भी नहीं दे सकती हूँ। नया कोई बाबा का बच्चा होगा तो शिक्षा देंगी, सावधान करेगी परन्तु शुरू में हम खुद सावधान रहते थे। एक-दो को सावधान करके उन्नति को पाया है। मैं अभी वो समय चाहती हूँ क्योंकि एक तो हम अपने लिये करती हूँ, भगवान कराता है, उसकी शिक्षायें जो सच्चा होगा वह सबका प्रिय होगा

सिखाती हैं परन्तु उसमें मेरा फायदा है। थोड़ा भी कम करेंगे तो मेरा ही नुकसान होगा। दूसरा जो मैं करेगी वो और करेगे। तो इसमें फायदा भी है तो नुकसान भी है। विघ्न रूप का कोई थोड़ा भी कर्म मैंने किया, औरों ने देखा, वायब्रेशन आये तो मेरी क्या गति होगी? तो लम्बे हैं जीवन के रास्ते, ऊंची मंजिल है, जाना जरूर है परन्तु कदम-कदम पर बाबा की याद में रह करके, बाबा की शिक्षाओं को, समझानी को, पालना को, प्रभु लीला को देख-देख करके अन्त मते, सो गति अच्छी होवे। हमारी होवे, सबकी होवे।

**प्रश्न:- मेरे कारण किसी का व्यर्थ संकल्प न चले, इसके लिए क्या ध्यान में रखें?**

**उत्तर:-** जैसे शिवबाबा ब्रह्मा बाबा द्वारा कराता है, ऐसे हम भी बाबा के इशारों को समझ जायें। अन्दर से मैं ऐसे संकल्प में रहूँ जो किसको व्यर्थ से फ्री कर दूँ। मेरे कारण किसी का व्यर्थ ख्याल न चले इतना ज्ञान की गहराई में जाओ, स्टेप बाई स्टेप, जो भगवान कह रहा है, वही करना है और किसको नहीं देखना है। अन्दर नीयत साफ है तो जो संकल्प करेंगे वो साकार हो ही जायेगा, यह निश्चित है। परिवर्तन लाने के लिये प्रैक्टिस कर रहे हैं, उसमें बाबा बल देगा। ❖

परमात्मा के गुणों-शक्तियों को स्वयं में धारण करना ही महान तपस्या है

## विहंग मार्ग की सेवा का प्रारंभ - 3

● ब्रह्माकुमार रमेश शाह, मुंबई (गामदेवी)

पिछले लेख के अंत में हमने बताया था कि प्यारी मातेश्वरी जी ने मुंबई में महारथी भाई-बहनों की मीटिंग कर प्रदर्शनी सेवा के बारे में विचार पूछे। उसमें सबने एक ही आवाज़ में कहा कि यह सेवा अवश्य ही विहंग मार्ग की सेवा है। मैंने जगदीश भाई से पूछा, प्रदर्शनी सेवा के बारे में आपका व्यक्तिगत विचार क्या है? जगदीश भाई ने कहा, बाबा मुरली में कहते हैं, ईश्वरीय सेवाओं का अवलोकन करने के लिए माउंट आबू से आबू रोड तक लाइन लगेगी, प्रदर्शनी के अवलोकन के बाद मुझे समझ में आया कि बाबा ने जो कहा, वह सत्य है। मातेश्वरी जी ने अपने विचारों के साथ आये हुए सभी महारथी भाई-बहनों के विचार मधुबन में ब्रह्मा बाबा को भेजे कि यह विहंग मार्ग की सेवा है।

उसी मीटिंग में जगदीश भाई ने अपना विचार रखा कि हम यह प्रदर्शनी दिल्ली में भी करेंगे। ब्रह्मा बाबा ने मुझे पत्र लिखा कि बच्चे, यह प्रदर्शनी तेरा आविष्कार है। तुम इस प्रदर्शनी का आयोजन दिल्ली जाकर करो और सबको मार्गदर्शन दो। मैंने जवाब दिया, बाबा, यह मेरा आविष्कार नहीं, यह तो जो आपने विहंग मार्ग की सेवा के साधन निर्माण करने का वरदान दिया था, उसी के

फलस्वरूप मैंने निमित्त बनकर सेवा की है, उस पर मेरा कोई भी अधिकार (Monopoly) नहीं है। इस सेवा को आगे कैसे बढ़ाया जाये, इस बारे में आप ही निमित्त बनें तथा मुरली द्वारा भी सबको प्रदर्शनी सेवा के बारे में प्रेरणा दें। मैं तो साधारण आत्मा हूँ। आप त्रिकालदर्शी बाबा इस सेवा को आगे बढ़ायें, यही इच्छा है। कृपया मेरा नाम इस प्रदर्शनी की सेवा में मत रखिए। ब्रह्मा बाबा ने बहुत सुंदर प्रशस्ति पत्र (Appreciation Letter) भेजा कि बच्चे ने त्याग करके मेरा दिल जीत लिया। (इस सारे पत्र व्यवहार के बारे में अलग लेख लिखूँगा)

दो दिन के बाद बाबा का पत्र आया कि बच्चे अभी तो बाबा खुद प्रदर्शनी सेवा के अवलोकन के लिए दिल्ली जा रहा है, आप दोनों बच्चे आयेंगे क्या? मैंने टेलीग्राम द्वारा उत्तर दिया कि हम दोनों अवश्य ही अगले दिन सुबह आबू पहुँच जायेंगे और फिर दिल्ली मेल द्वारा दिल्ली तक आपके साथ जाने का सौभाग्य प्राप्त करेंगे। हम दोनों ब्रह्मा बाबा के साथ ट्रेन में आबू रोड से दिल्ली गये। दिल्ली में प्रदर्शनी सेवा को देखा और उसकी महिमा बाबा ने दूसरे दिन मुरली में की। तीसरे दिन मैंने बाबा को कहा कि बाबा, इस प्रदर्शनी की सेवा में

दादी निर्मलशान्ता ने प्रारंभ से ही बहुत सहयोग दिया, इसलिए मेरी इच्छा है कि यह प्रदर्शनी कोलकाता में भी होनी चाहिए। हमने प्रदर्शनी के चित्रों के दो सेट शुरू से ही बनाये हैं। तब ब्रह्मा बाबा ने फौरन दादी प्रकाशमणि तथा निर्वैर भाई को बुलाया और कहा कि आप लोग कोलकाता में जाकर प्रदर्शनी करो। निर्वैर भाई को उसी दिन रात की ट्रेन से कोलकाता भेज दिया। हम दोनों तथा दादी प्रकाशमणि ट्रेन से पहले मुंबई आये। दादी प्रकाशमणि मुंबई में ही रहे और अगले दिन हम दोनों ट्रेन द्वारा कोलकाता गये तथा प्रदर्शनी सेवा की धूम मचाई। बाद में तो अनेक स्थानों पर यह प्रदर्शनी हुई और सबने इस प्रदर्शनी सेवा को विहंग मार्ग की सेवा के रूप में स्वीकार किया।

प्रदर्शनी चित्रों से हमने मुंबई में स्लाइड्स बनाई और सब जगह स्लाइड शो करने का निश्चय किया। ब्रह्मा बाबा को भी आबू जाकर स्लाइड शो दिखाया। ब्रह्मा बाबा ने नक्की किया कि हम दोनों, दादी प्रकाशमणि तथा दीदी मनमोहिनी पंजाब, हरियाणा आदि का चक्कर लगायेंगे और जगह-जगह स्लाइड शो का कार्यक्रम करेंगे। इस प्रकार प्रदर्शनी के आधार पर स्लाइड शो के कार्यक्रम हुए।

बाद में हमने प्रदर्शनी के चित्रों का एक नया सेट बनाया जिसका नाम 'Bharat: The World's Light House' रखा और उस प्रदर्शनी के अवलोकन हेतु भ्राता मंगलदास पकवासा (भूतपूर्व राज्यपाल, महाराष्ट्र) आये और उन्होंने अपनी लिखत में सुझाव दिया कि इस प्रदर्शनी के चित्रों के आधार पर ऐसा आयोजन करें जिसका लाभ सतत सबको मिलता रहे। हमने भ्राता मंगलदास जी की लिखत ब्रह्मा बाबा को भेजी और विचार बताया कि प्रदर्शनी के चित्रों का संग्रहालय बनाया जाये। जयपुर में किशनपोल बाजार में एक हॉल मिला था। उसमें बाबा ने म्यूजियम के रूप में चित्रों का आयोजन करने की जिम्मेवारी भोपाल के महेन्द्र भाई तथा दिल्ली साउथ एक्सटेन्शन की मोहिनी बहन को दी। ब्रह्मा बाबा ने म्यूजियम का नाम रखा - वर्ल्ड रिन्युअल स्पिरिच्युअल म्यूजियम। ब्रह्मा बाबा ने सबको म्यूजियम द्वारा सेवा कैसे हो सकती है, इसके अवलोकन के लिए जयपुर भेजा। फिर सब जगह म्यूजियम बनते गये। करीब 60 जितने म्यूजियम तुरंत खुल गये। इस प्रकार म्यूजियम, प्रदर्शनी रूपी विहंग मार्ग की सेवा का फल है।

मुंबई में ईसाई धर्म के बड़े-बड़े धर्मगुरुओं तथा पॉप जॉन पाल का कार्यक्रम था। उसी समय पर मुंबई में

हमारे सब साथियों ने मिलकर राजयोग की नई प्रदर्शनी बनाई और इसका आयोजन ईसाई धर्म के महारथियों के सामने किया। राजयोग की प्रदर्शनी के चित्रों के बारे में हमने ब्रह्मा बाबा को लिखा कि बाबा, प्रदर्शनी के अंत में सबको संदेश मिले, ऐसा चित्र हमें बनाकर दें।

ब्रह्मा बाबा ने वह चित्र जिसमें पृथ्वी मृत्युशैया पर लेटी हुई है तथा बाजू में संन्यासी, महात्मागण कह रहे हैं कि कलियुग अभी बच्चा है, कलियुग समाप्ति में अभी लाखों वर्ष पड़े हैं, बनाकर दिया तथा उसके नीचे की लिखत ब्रह्मा बाबा ने अपने हाथों से लिखी - आपका भविष्य आपके हाथों में है, आपका भविष्य ना कोई बना सकता है, ना कोई बिगाड़ सकता है इसलिए आपके श्रेष्ठ भाग्य को बनाने के लिए यह संदेश आपको दे रहे हैं ताकि राजयोग द्वारा आप श्रेष्ठ भाग्य बना सकें और सतयुगी सृष्टि में श्रेष्ठ पद प्राप्त कर सकें।

मुंबई में राजयोग प्रदर्शनी को विदेश के अनेक डेलीगेट्स ने भी देखा और फिर बाद में जब इस राजयोग प्रदर्शनी का आयोजन दिल्ली में किया तो मुंबई से कई डेलीगेट्स दिल्ली में भी आये। उनमें से एक डेलीगेट ने अमेरिका में होने वाली Awosting Retreat and Conference के लिए हमें निमंत्रण दिया। बीच में ब्रह्मा बाबा अव्यक्त हो

गये और अव्यक्त बापदादा ने दादी, दादी को सारे यज्ञ कारोबार की जिम्मेवारी दी। विदेश सेवा के निमंत्रण के बारे में चर्चा करने के लिए जयपुर में मीटिंग रखी जिसमें दादी, दादी, दादी गुलजार आदि जयपुर आये और वहाँ सबने राय की कि राजयोग प्रदर्शनी की सेवा द्वारा विदेश सेवा प्रारंभ की जाये। मीटिंग में ही नक्की हुआ कि छह डेलीगेट्स विदेश सेवा पर जायेंगे। यह सारा ही समाचार गुलजार दादी ने अव्यक्त बापदादा को बताया और अव्यक्त बापदादा ने छुट्टी दी कि विदेश सेवा का प्रारंभ किया जाये। इसकी तैयारी के लिए हम सबको कम से कम 6 मास लगे। हमने नये चित्र प्लाइवुड पर बनाये ताकि अच्छी तरह काम में आयें। उन पर अंग्रेजी में लिखत भी थी। हम सब छह डेलीगेट्स थे जिनके नाम अव्यक्त बापदादा ने नक्की किये थे। दादी शील इंद्रा ग्रुप लीडर थी। इनके अलावा रोजी बहन, डॉ. निर्मला बहन, ब्र.कु.ऊषा, जगदीश भाई और मैं थे। हम सब मधुबन पहुँचे और विदाई देने के लिए अव्यक्त बापदादा की विशेष पधरामणि हुई। अव्यक्त बापदादा ने कहा, बच्चों को एक सेवाकेन्द्र पूरब में तथा एक सेवाकेन्द्र पश्चिम में स्थापन करना है। हम छह लोग 15 जुलाई 1971 को मुंबई से पहले ब्रुसेल्स गये, फिर लंदन गये। इस प्रकार प्रदर्शनी की सेवा के द्वारा

विदेश सेवा शुरू हुई। यह सिद्ध करता है कि प्रदर्शनी की सेवा के रूप में प्यारे बापदादा ने विहंग मार्ग की सेवा का साधन दिया।

विदाई देते समय बापदादा ने कहा – मैंने विदेश में आपके लिए सब प्रकार की तैयारियाँ कर रखी हैं। बिजली का स्विच दबाने में जितनी मेहनत लगती है, उससे भी कम मेहनत आपको सेवा में लगेगी। हम सोच रहे थे कि यह कैसे होगा। इसके अलावा अव्यक्त बापदादा ने यह भी कहा कि आप देवता हैं। देवता का हाथ जिस मुद्रा में होता है, बाबा ने वैसा करके दिखाया और कहा कि आपका हाथ देने वाले के रूप में होना चाहिए, लेवता के रूप में नहीं। भारत सरकार के नियम अनुसार हम सबमें से प्रत्येक को 6 डॉलर ही विदेशी मुद्रा मिली थी। रोजी बहन के अलावा सबकी यह पहली विदेश यात्रा थी। एक हंसी की बात है, प्लेन में जब मुंबई से ब्रुसेल्स जा रहे थे तो एयरहोस्टेस सबको हेडफोन देने आई। जगदीश भाई ने हेडफोन हाथ में लिया। एयरहोस्टेस ने कहा कि इसके लिए आपको 3 डॉलर फीस देनी होगी। पहले 3 डॉलर दे दीजिये फिर रखिये। जगदीश भाई ने मेरी तरफ देखा। मैंने कहा, छह में से तीन डॉलर यहीं खर्च हो जायेंगे तो आगे खर्चा कैसे चलेगा। इस प्रकार हमने हेडफोन वापस कर दिये।

विदेश जाकर यह अनुभव हुआ कि प्यारे अव्यक्त बापदादा ने सब प्रकार की तैयारियाँ पहले से ही कर रखी थी। लंदन में काफी सेवायें हुई, इसलिए शील दादी ने नक्की किया कि शील दादी, जगदीश भाई, रोजी बहन और ऊषा बहन वहीं लंदन में रहेंगे और मैं तथा डॉ. निर्मला बहन अमेरिका सेवाओं के लिए जायेंगे। बाद में जगदीश भाई, रोजी बहन भी वहाँ आये और अंत में शील दादी और ऊषा जी भी आये। लंदन में बहुत अच्छी सेवा होती रही। लंदन में जो भी बाबा के पुराने बच्चे थे, उन्होंने मीटिंग रखी। मीटिंग में तय हुआ कि कोई एक मकान किराये पर लेकर सेवाकेन्द्र खोला जाये। अमेरिका में हमें इसकी सूचना मिली और कहा कि आपमें से कोई एक डेलीगेट आकर यह सेवाकेन्द्र संभाले।

न्यूयार्क में बहुत सेवायें हुईं। अमेरिका महाद्वीप में सेवा करने के लक्ष्य से हम लोगों ने अपने ग्रुप को दो भागों में बाँट दिया। पहला ग्रुप जगदीश भाई, शील दादी और रोजी बहन का था जो अमेरिका के दक्षिण भाग में जैमेका आदि मुख्य शहरों में गये। दूसरे ग्रुप में मैं, ऊषा, डॉ. निर्मला बहन थे जो न्यूयार्क के उत्तर की तरफ मांट्रियल, टोरंटो, शिकागो जाकर सेन फ्रांसिस्को पहुँचे। सेन फ्रांसिस्को पहुँचे तो लंदन से समाचार मिला कि 98 टेनिसन रोड पर एक मकान

किराये पर मिल रहा है। हमने शील दादी द्वारा अव्यक्त बापदादा को संदेश भेजा। संदेश के आधार पर डॉ. निर्मला बहन सेन फ्रांसिस्को से वापस लंदन की सेवा अर्थ निकल गये। तेइस सितंबर, 1971 के दिन लंदन की सेवाओं का शुभारंभ हुआ। बाद में तो आप जानते हैं कि लंदन कैसे विदेश सेवा का मुख्य तीर्थस्थान बन गया। मैं और ऊषा जी सेन फ्रांसिस्को से होनोलूलू गये जहाँ दादी पुष्पांता की बेटा का ससुर वाटुमल जी और अन्य साथी रहते थे। वहाँ से हम जापान के अनानापकियो शहर में गये जहाँ 1953-54 में आदरणीया दादी प्रकाशमणि, दादी रतनमोहिनी तथा भ्राता आनन्द किशोर गये थे। जापान से हम लोग हांगकांग गये जहाँ मैं करीब एक मास रहा। बाकी चार डेलीगेटस हांगकांग ज्यादा समय रुके क्योंकि लक्ष्य था हांगकांग में सेवाकेन्द्र स्थापन करना। हांगकांग में मकानों की दिक्कत थी। किंतु प्यारे अव्यक्त बापदादा को अपना कार्य कराना था। हमारे दैवी भ्राता श्याम और उनकी युगल हिरू बहन जो हांगकांग में रहते थे, व्यापार अर्थ उन्हें अमेरिका का वीजा मिल गया था इसलिए वे अपना घर खाली करके जाने वाले थे। उस घर में शील दादी ने सेवाकेन्द्र खोला। इस प्रकार प्रदर्शनी की सेवा द्वारा पूरब-पश्चिम दोनों ही स्थानों पर सेवायें हुईं। इससे सिद्ध है कि प्रदर्शनी की सेवा विहंग



मार्ग की सेवा है।

बाद में मैं मुंबई जल्दी आ गया। रोजी बहन भी भारत आ गये। शील दादी, ऊषा जी सिंगापुर गये। सिंगापुर में 6 मास सेवा करके भारत पधारे। दैवी भ्राता जगदीश जी हांगकांग से विदेश के अन्य स्थानों पर सेवार्थ गये। वे 15 मास से भी अधिक समय बाद भारत पहुँचे।

बाद में हम लोगों ने भारत में मेले करने शुरू किये जिसमें प्रदर्शनी के चित्रों के 8 स्टाल बनाते थे जिसमें राजयोग शिविर भी होते थे। प्रदर्शनी के चित्रों पर मेले की सेवा पहले दिल्ली में शुरू हुई, फिर 1974 में मुंबई में मेला लगा। वहाँ अफ्रीका, जांबिया के राम भाई पटेल ने प्रदर्शनी देखकर अफ्रीका सेवा का निमंत्रण दिया। तब मैं और ऊषा जी लंदन से अमेरिका जाने वाले थे। बापदादा का संदेश पाकर हम दोनों लंदन से अफ्रीका गये, बाद में दादी जानकी अफ्रीका आये, वहाँ दो मास रहे। जांबिया में सेवाकेन्द्र की स्थापना हुई। राम भाई पटेल को ईश्वरीय सेवा में बहुत रुचि थी। उन्होंने ही जर्मैका, जर्मनी, हांगकांग, सिंगापुर, आस्ट्रेलिया की सेवा के लिए धन की मदद की और नैरोबी में म्यूजियम के लिए पूरा सहयोग दिया। जांबिया में भी म्यूजियम बना। इस प्रकार से विदेश सेवा का विस्तृत स्वरूप प्रदर्शनी की सेवा द्वारा प्रस्थापित

हुआ। सबके मन में यही बात थी कि प्रदर्शनी की सेवा विहंग मार्ग की सेवा है, उसके बाद सभी जगह प्रदर्शनी, म्यूजियम, राजयोग शिविर, मेले आदि अनेक प्रकार की ईश्वरीय सेवाओं का प्रारंभ हुआ।

सन् 1977 में मुंबई के नजदीक पंचगीनी में योगा टीचर एसोसिएशन की अंतर्राष्ट्रीय कांफ्रेंस थी और उस कांफ्रेंस के लिए आदरणीया दादियों ने जयन्ती बहन, केन भाई और थोड़े डबल विदेशी भाई-बहनों को भेजा था। साथ में ट्रस्ट के ऑफिस से रावल भाई भी गये थे। उस कांफ्रेंस में योगा टीचर के अलावा योगाभ्यास में रुचि रखने वाले विदेश से कई डेलीगेट्स आये थे। उन्होंने राजयोग की प्रदर्शनी भी देखी फिर उस एसोसिएशन के अंतर्राष्ट्रीय प्रमुख मुंबई में आयोजित कांफ्रेंस 'Divinise the man' में भी आये। फिर उसी का एक डेलीगेट लंदन गया जहाँ दादी जानकी से सात दिन का कोर्स किया और राजयोग

का अभ्यास किया। फिर उन्होंने निमंत्रण दिया कि अगर आप ब्राजील में सेन्टर खोलेंगे तो पहले छह मास का पूरा खर्चा मैं वहन करूँगा।

पंचगीनी में केन भाई ने उसे राजयोग प्रदर्शनी दिखाई थी और राजयोग की गहन अनुभूति भी कराई थी। इसलिए दादी जानकी की राय से केन भाई (जो उस समय आस्ट्रेलिया में थे) ब्राजील गये और ब्राजील में सेवाकेन्द्र की स्थापना की। फिर अर्जेन्टीना, चिली, कोलंबिया आदि-आदि देशों में सेवाकेन्द्रों की स्थापना हुई। इस प्रकार से प्रदर्शनी की विहंग मार्ग की सेवा के आधार पर 1977 से दक्षिणी अमेरिका के सभी देशों में ईश्वरीय सेवायें शुरू हुई।

उम्मीद है कि आप सब भी मुझसे सहमत होंगे कि प्रदर्शनी की सेवा का साधन अवश्य ही विहंग मार्ग की सेवा है। विदेश में क्या-क्या सेवायें हुई, नये भाई-बहनों के लाभार्थ उसका विस्तार रूप अगले लेख में बतायेंगे।

### ग्लोबल हॉस्पिटल में महत्त्वपूर्ण चिकित्सा सर्जरी

घुटने व कूल्हे के जोड़ प्रत्यारोपण सर्जरी सुविधा  
(Regular Knee and Hip Replacement Surgery)

दिनांक : 26-29 नवंबर तथा 27-30 दिसंबर 2012

सर्जरी : डॉ. नारायण खण्डेलवाल, मुम्बई से कुशल व अनुभवी सर्जन  
पूर्व जाँच के लिये केवल घुटने व कूल्हे के ऑपरेशन के इच्छुक रोगी संपर्क  
करें - डॉ. मुरलीधर शर्मा, ग्लोबल हॉस्पिटल, फोन नं. 09413240131

फोन: (02974) 238347/48/49 वेबसाइट: www.ghrc-abu.com

फैक्स: 238570 ई-मेल: drmurlidharsharma@gmail.com



## ‘पत्र’ संपादक के नाम

सितंबर, 2012 के अंक के सभी लेख ज्ञानवर्धक तथा प्रेरणादायी लगे। विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस पर लिखा लेख ‘जीवघात के बाद भी जीवन है’ बहुत ही सराहनीय लगा। इंसान समस्याओं से घिरकर अपना साहस खो देते हैं और आत्महत्या जैसा गलत कदम उठा लेते हैं लेकिन यह नहीं जानते कि आत्महत्या करना समस्या का समाधान नहीं है। पत्रिका गागर में सागर जैसी है जिसकी जितनी प्रशंसा की जाये, कम है। कविता ‘ओम् शान्ति बेड़ा पार कराती’ अच्छी लगी।

— ब्र.कु.सरोज, बैरिया-बलिया

ज्ञानामृत पत्रिका का प्रत्येक पृष्ठ आत्मा का सच्चा परिचय करवा रहा है। पत्रिका पढ़ने मात्र से संपूर्ण शरीर हल्का व शान्तिप्रिय हो जाता है। अगस्त, 2012 की पत्रिका में ‘श्रेष्ठ स्मृति की कमाल’ लेख श्रेष्ठतम है। कविता ‘पल-पल जीना सीख रही हूँ’ भी अच्छी लगी।

— जगदीश चन्द्र साकी,  
सुवासरा, मंदसौर

जुलाई, 2012 अंक में संपादकीय लेख ‘कर्तव्यों का संतुलन’ सबसे अच्छा लगा। आध्यात्मिकता कहती है, या तो संबंध जोड़ो नहीं, यदि जोड़ते हो तो

बीस नाखूनों का जोर लगाकर भी निभाओ। आध्यात्मिकता का मूलमंत्र है निभाना। आदरणीया दादी जानकी जी के उत्तर सराहनीय हैं। पत्रिका ज्ञानवर्धक तथा तर्कसम्मत लगती है। यह मन की गहराइयों में झाँकने, आत्मचिन्तन करने व बुराइयों से दूर रहने की प्रेरणा देती है।

— ब्र.कु. नीलकंठ नाग,  
चिरकुण्डा, धनबाद

ज्ञानामृत के संपादकीय पढ़ना इतना अच्छा लगता है मानो इनमें सच्चाई का रस उड़ेल दिया है। ‘माफ करो दिल साफ करो’, ‘प्रश्न देश की रक्षा का’, ‘परधनम् लोष्ठवत’, ‘मनमनाभव’, ‘जिम्मेवारी’, ‘कर्तव्यों का संतुलन’ आदि लेख मन को छूकर बाग-बाग कर देते हैं। आप छोटी-छोटी घटनाओं व बातों के माध्यम से बात को बड़े सरल एवं सरस ढंग से समझाकर मानस-पटल में ज्ञान का रस उड़ेल देते हैं।

— ब्र.कु. राजरानी, इलाहाबाद

जुलाई अंक का लेख पेरेन्टस डे स्पेशल ‘माता, संस्कार निर्माता’ दिल को छू गया। विशेषकर ‘कान में सुना दीजिये दो बातें’ पढ़कर अपनी दोनों बेटियों को कैसे शिक्षा दें, यह संशय दूर हो गया। इससे पहले भी लेखिका बहन का लेख ‘हाफ पार्टनर’ काफी

अच्छा लगा था। जुलाई अंक का संपादकीय ‘कर्तव्यों का संतुलन’ भी मेरे गृहस्थ आश्रम का पार्ट निभाने में काफी मदद करेगा। वरिष्ठ भ्राता रमेश जी का लेख काफी मनोरंजक और तकनीकी ज्ञान से पूर्ण होता है, इस अंक में उन्होंने गीत-संगीत की भूमिका पर प्रकाश डाला है, प्रशंसनीय है। आज संसार में जब चारों तरफ विकारों का प्रदूषण फैला हुआ है, वहाँ अपनी ज्ञानामृत संस्कारों और वायब्रेशन को शुद्ध करने का बड़ा कार्य कर रही है। मैं इसकी उत्तरोत्तर उन्नति की मंगल कामना करता हूँ।

— ब्र.कु. रमेश महतो चौहान,  
धनबाद

ज्ञानामृत में कोई न कोई ऐसा लेख अवश्य आता है जो सेवा में निरंतर वृद्धि करने में सहायक सिद्ध होता है। अगस्त, 2012 ‘कर्मों की गहन गति’ संपादकीय लेख वास्तव में गहनता से आंतरिक परिवर्तन करने वाला सिद्ध हुआ है। जिनके यहाँ पिछले 10-11 वर्षों से नियमित ज्ञानामृत जा रही है, उन्होंने भी पढ़ने के उपरांत सराहना की। आत्मिक स्नेह से आपसे निवेदन करना चाहता हूँ कि इस विषय में ज्ञानामृत में चाहे एक ही उदाहरण प्रस्तुत करें लेकिन अवश्य करें क्योंकि मनुष्य को कर्मों की गहन गति समझ आ गई तो वह निश्चित रूप से बुरे कर्मों पर रोक लगा सकेगा।

— ब्र.कु. अमृत लाल शर्मा, टोंक

# समय की पहचान

● ब्रह्माकुमार नरेश, मुजफ्फरनगर

समय कोई गुण या शक्ति नहीं परन्तु समयानुसार कार्य करने वाले को यह गुणी व शक्तिवान बना देता है परन्तु समय का सम्मान न करने वाले को समय धूल चटा देता है। समय कोई दृश्यमान अच्छी या बुरी वस्तु नहीं परन्तु अच्छे व बुरे समय की चर्चा खूब की जाती है। समय का कोई रंग नहीं परन्तु रात्रि के काले रंग व दिन के उजले रंग को रंगने वाला समय ही है। समय का कोई निज-चरित्र नहीं परन्तु पहले सतोप्रधान समय था और अब तमोप्रधान समय चल रहा है, इसे सभी मानते हैं। समय किसी का इन्तज़ार नहीं करता परन्तु समय का इन्तज़ार दुनिया करती है।

जिस प्रकार नदी के बह गये उसी जल में आप दोबारा स्नान नहीं कर सकते, उसी प्रकार, गुजर गये समय में आप दोबारा जीवन नहीं जी सकते। बह रहे समय में जो सत्कर्मों का स्नान करता रहता है, वह तरोताज़ा व खुशहाल रहता है। रुका हुआ जल या तो सड़ जाता है या उड़ जाता है, उसी प्रकार जो समय के साथ न चल कर रुक जाता है, उसके विचार सड़ जाते हैं और सफलता उड़ जाती है।

**कल का संबंध काल से है**

दो बातें जानना आवश्यक है, वे हैं 'समय का परिवर्तन' और 'परिवर्तन



का समय'। समय का परिवर्तन सृष्टि चक्र के सतयुग, त्रेता, द्वापर व कलियुग के ज्ञान से समझ में आता है और परिवर्तन का समय अभी चल रहे 'पुरुषोत्तम संगमयुग' के ज्ञान से समझ में आता है। समय का परिवर्तन, युगों का परिवर्तन है, परन्तु परिवर्तन का समय कल्प का परिवर्तन है। समय का परिवर्तन पहले आधा कल्प गुणों की गिरावट का है और बाद के आधा कल्प विकारों की बढ़ोतरी का है परन्तु परिवर्तन का समय तो ज्ञान, गुण व शक्तियों की प्राप्ति का है। समय का परिवर्तन कभी रुक नहीं सकता परन्तु 'परिवर्तन का समय' बहुतों के लिए रुका पड़ा है। वे इसे 'कल' पर टाल रहे हैं। कल का सम्बन्ध 'काल' से है और इन्तकाल (मौत) किसी का इन्तज़ार नहीं करता।

**समय की बरबादी,  
जीवन की बरबादी**

जो देह से कर्मशील नहीं है, उसका तो मानो देहान्त है। यह ऐसी देह है जिसकी अंत्येष्टि मानो कुछ समय के लिए स्थगित कर दी गयी हो। देखा यह जाता है कि वे मनुष्य, जो समय नहीं मिलने का रोना रोते रहते हैं, समय का अत्यधिक दुरुपयोग करते हैं।

आलस्यवश ज्यादा सोना, सुबह देर से उठना, किसी भी काम को बेमन से ज्यादा समय लगा कर करना, यार-दोस्तों के साथ व्यर्थ की बातों में समय खराब करना, बेवजह रिश्तेदारों के घर जाना आदि बातें समय या जीवन नष्ट करने के समान हैं। मोटे तौर पर आज का मनुष्य एक-चौथाई दिन यूं ही स्वाहा कर देता है और स्वनिर्मित दुर्भाग्य का दोषारोपण दूसरों पर करता रहता है। एक समय ऐसा आता है, जब समय ऐसे मनुष्यों को रुलाता है। ऐसे मनुष्यों के लिए ही कहा गया है कि 'अब रोने से क्या लाभ, जब चिड़िया चुग गयी खेत।'

**दस प्रतिशत सेवार्थ निकालिए**

चींटी अति 'लघु-काया' होती है, परन्तु वह एक सेकेण्ड भी समय को बर्बाद नहीं करती। परन्तु, भैंस 'भीम-काया' होते हुए भी आलस्य में जीवन

काटती है। जो जितना समय का सदुपयोग करता है, उसकी बुद्धि उतनी ही विशाल होती है। लघु-काया चींटी विशाल बुद्धि है और विशाल काया वाली भैंस लघु बुद्धि रखती है। वही प्राणी श्रेष्ठ होता है जो चींटी की तरह समूह में रह कर सहयोग की भावना से काम करता है। सहयोगी मनुष्य ही सेवा कार्य में सफल हो सकते हैं। मनुष्य को अपने समय, धन व कार्य का कम से कम 10 प्रतिशत भाग दूसरों की सेवा हेतु अवश्य निकालना चाहिए।

कलियुग समस्या-प्रधान युग है। समस्याएं पैदा तब होती हैं जब सही समय पर, सही कार्य न किया जाये। सामयिक कार्यवाही हर समस्या का निदान है। कार्य यदि सिद्धान्तों व समय पर आधारित हो तो परिणाम सुखदायी मिलता है। तो जरूरत है समयबद्ध व सिद्धान्तबद्ध होकर मनुष्य कर्मबद्ध हो और परिणाम (फल) की चिन्ता न करे। वर्तमान समय का सदुपयोग, भविष्य के फल का योग बनाता है। परन्तु समय के दुरुपयोग से असफल मनुष्य अपनी सफाई में दूसरों पर अभियोग लगाता है।

### स्वर्ण-कण से ज्यादा

### मूल्यवान समय-क्षण

जिस प्रकार स्वर्ण का प्रत्येक 'कण' मूल्यवान होता है, उसी प्रकार समय का प्रत्येक 'क्षण' मूल्यवान होता है। कण-कण जोड़ कर सुन्दर नौलखा हार बनाया जाता है, वैसे ही

क्षण-क्षण जोड़ कर सुन्दर मूल्यवान जीवन बनाया जा सकता है। फिर भी स्वर्ण-कण से सामयिक-क्षण ज्यादा मूल्यवान है। स्वर्ण का अर्जन कभी भी किया जा सकता है परन्तु निकल गये समय का अर्जन नहीं किया जा सकता। स्वर्ण मिट्टी से निकाला जाता है परन्तु समय का दुरुपयोग मनुष्य को मिट्टी में मिला देता है। सीमा पर तैनात जवान एक क्षण की भूल से ही दुश्मन की गोली का शिकार हो जाता है। स्वर्ण का संग्रह कर उसे तालों में बन्द करके रखा जाता है परन्तु समय का न तो संग्रह किया जा सकता है और न ही इसे ताले में बन्द किया जा सकता है।

### समय संभालने से

### संकल्प संभल जायेंगे

समय की सुव्यवस्था से मनुष्य के मन की सुव्यवस्था का पता चलता है। जो समय को संभालना नहीं जानता, वह अपने संकल्पों को कदापि संभाल नहीं सकता। जिसका मन जितना चंचल होता है, उसका समय उतना ही नष्ट होता जाता है। पहले मनुष्य समय को नष्ट करता रहता है और फिर समय मनुष्य की सुख-शान्ति को नष्ट कर देता है। कई बार कोई धनवान तथा दंभी मनुष्य कहकहे लगाता है कि मैं तो जीवन को पूरा-पूरा जी रहा हूँ, मन की सारी हसरतें पूरी करता रहता हूँ परन्तु उसे पता नहीं होता कि वह अपने पूर्व जन्म की जमा पूंजी को लुटा रहा है और आगे के जन्मों के

लिए एक अभिशप्त भाग्य या दुर्भाग्य का निर्माण कर रहा है।

### वर्तमान का महत्व

समय का एक नाम 'काल' भी है, जिसमें वर्तमानकाल, भूतकाल व भविष्यकाल तीनों आ जाते हैं। इन तीनों का ज्ञान रखने वाले को त्रिकालदर्शी कहा जाता है। त्रिकालदर्शी बनने के लिए आत्मअभिमानी स्थिति चाहिये अन्यथा वह देहरूपी त्रिपाल को देखने वाला 'त्रिपालदर्शी' हो कर रह जायेगा। तीनों कालों में वर्तमानकाल का सर्वाधिक महत्व है, क्योंकि वर्तमान में रह कर ही मनुष्य कर्म कर सकता है। वर्तमान ही भूतकाल में परिवर्तित होता है। वर्तमान अर्थात् Present या Pre-sent। स्मृति में जो भूतकाल की बातें हैं, वे वर्तमान काल से ही Pre-sent की जाती हैं अर्थात् प्रवेश पाती हैं। भूतकाल को कभी भी वापस नहीं लाया जा सकता और भविष्य के आने की भी कोई गारण्टी नहीं है। बस, यह वर्तमानकाल ही उपलब्ध है। परन्तु केवल उन्हें, जिन्हें इसके मूल्य का पता है और जो इसकी कद्र करना जानते हैं। वर्तमान का एक दिन, भविष्य के दो दिनों से बेहतर है, जैसे कि हाथ में पकड़ी एक चिड़िया, पेड़ पर बैठी दो चिड़ियाओं से ज्यादा अपनी हैं। याद रहे,

(1) जो कुछ भी हुआ है, वर्तमान में ही

हुआ है,

(2) जो कुछ भी हो रहा है, वर्तमान में ही हो रहा है,

(3) जो कुछ भी होगा, वर्तमान में ही होगा,

(4) वर्तमान ही सत्य है, वर्तमान ही शाश्वत है,

(5) भूत के सुखों का स्मरण या दुखों की पीड़ा और भविष्य की चिन्ता भी वर्तमान में रह कर की जाती है।

(6) परमात्मा का सम्बन्ध वर्तमान से है, क्योंकि उस अजन्मे निराकारी का कोई भूत नहीं, कोई भविष्य नहीं।

(7) आप देह से न तो भूत में जा सकते हो, न भविष्य में, परन्तु आप भूत के दुखों की स्मृति से या भविष्य की चिन्ता से अपनी देह को वर्तमान में प्रभावित कर सकते हो। जिसके पास अकल (अक्ल) है, वह न तो कल (भूत) में जीता है, न कल (भविष्य) में। जिसके पास अकल ही नहीं है, वही कल में जीता है।

**जॉन रस्किन** इंग्लैंड के विश्व विख्यात लेखक, समाजसेवी और कला आलोचक थे। उनकी मेज पर एक सुंदर, चिकना पत्थर का टुकड़ा रखा रहता था जिस पर कलात्मक ढंग से मोटे अक्षरों में 'वर्तमान' लिखा हुआ था। एक दिन उनके एक मित्र ने पूछा कि आपने यह पेपरवेट जैसा पत्थर सुंदरता के लिए रखा है या इस पर लिखे शब्द के कारण? रस्किन ने मुसकरा कर कहा कि इस पर लिखे

'वर्तमान' का ही मूल्य है, जो मुझे याद दिलाता रहता है कि 'वर्तमान का हर क्षण कीमती है, यह हाथ से निकल ना जाए।'

पेपरवेट हमेशा कागजों के ऊपर रखा जाता है, चाहे कितने भी कागज क्यों न आते जायें। उसी प्रकार वर्तमान भी हमेशा भूतकाल में जा रहे एक-एक दिन के ऊपर रहता है। यदि पेपरवेट हटा दिया जाए तो कागज बिखर सकते हैं। मनुष्य चूंकि वर्तमान को हटा देता है, इसलिए गुजरे दिनों की व्यर्थ-स्मृतियों के पत्रे उसकी स्थिति को बिखरे देते हैं। वर्तमान में रहते, बीती हुई मधुर स्मृतियों से बल लेना भी एक कला है।

'भूत' वर्तमान की लाश है, 'भविष्य' वर्तमान की आश है। वर्तमान की दहलीज पर, भविष्य के गर्भ से एक 'क्षण' आता है और हमारे पकड़ने से पहले ही 'भूत' बन जाता है। सफलता इसी में है कि प्रत्येक क्षण का भूत बनने से पहले सदुपयोग कर पायें। जो 'क्षण' पकड़ा नहीं जा सका, वह क्षण जीया भी नहीं जा सका। यदि मनुष्य की स्मृति में से व्यर्थ बातों की खाद निकल जाये, तो उसे गाढ़ी, सात्विक नींद प्राप्त हो। ऐसे में प्रत्येक दिन एक घंटा कम सो कर भी तरोताजा रहा जा सकता है। इससे प्रतिदिन जीवन में एक घंटे की वृद्धि हो जाती है।

#### रमण, मनन और हनन

लौकिक अर्थों में मनुष्य का न तो जन्म निश्चित है, न मृत्यु निश्चित है,

परन्तु वर्तमान तो निश्चित है ही। वर्तमान ही सत्य है। अतीत में 'रमण' और भविष्य की अनहोनी का 'मनन', यह वर्तमान का 'हनन' है। अतीत को धिक्कारना नहीं है बल्कि जो हो चुका उसे स्वीकारना है, वर्तमान को गंवाना नहीं है बल्कि इससे कमाना है और भविष्य से घबराना नहीं है बल्कि इसके सुखद स्वरूप पर इतराना है। भविष्य हमारे वर्तमान की कल्पना व संकल्पों के अनुसार ही रचा जाता है, अर्थात् भविष्य वर्तमान के गर्भ में से उत्पन्न होता है।

समय सीमित है परन्तु मनुष्य की अपेक्षाये असीमित हैं। यदि अपेक्षाये व आवश्यकताये सीमित कर दी जायें, तो सीमित समय में से भी कुछ समय बचाया जा सकता है और उसे जगकल्याण हेतु लगाया जा सकता है। सफल मनुष्यों की यह पहचान होती है कि वे समय का बैंक-बैलेन्स रखते हैं और इसकी फिजूलखर्ची नहीं करते। शिव बाबा भी समय-सारणी रखने व इसकी जांच करते रहने की सलाह देते हैं। समय ही सबसे बड़ी सम्पत्ति है परन्तु इसे इकट्ठा नहीं किया जा सकता। हाँ, इसे सत्कर्मों के रूप में बदल कर वैसे ही जमा किया जा सकता है जैसे कि ना इकट्ठे किये जा सकने वाले दूध को घी में बदल कर इकट्ठा किया जा सकता है। हमारी प्रालब्ध भी घी के समान है।

(क्रमशः)

बाल दिवस पर विशेष..

## मेरा बाबा, मेरा दोस्त

● कुमारी इति गोयल, पीतमपुरा, दिल्ली

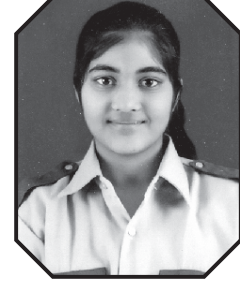
मैं जन्म से ही ईश्वरीय ज्ञान में हूँ। जब केवल एक माह की थी तभी मम्मी के साथ आश्रम पर जाने का सौभाग्य मिला। मेरा पहला जन्मदिन भी आश्रम पर ही मनाया गया। अब भी जब कोई खुशी का मौका होता है तो आश्रम पर ही मेरे निमित्त प्यारे बाबा को भोग लगता है। भोग लगवाकर मैं प्यारे बाबा को धन्यवाद करती हूँ। मैं जानती हूँ कि बाबा हर कदम पर मेरी बहुत-बहुत मदद करता है।

दसवीं कक्षा के परीक्षा परिणाम में मेरे पूरे नंबर आये। ग्रेडस के हिसाब से पूरे सौ प्रतिशत आये हैं। मुझे 95% की आशा थी, परन्तु जब पूरे नंबर आये तो आधे घंटे तक आँसू नहीं रुके यही सोचकर कि बाबा किस प्रकार मदद करते हैं। पूरे नंबर लाने के लिए बच्चे दिन-रात एक कर देते हैं परन्तु मैं तो बाबा की मस्ती में मस्त, बाबा की याद में खोई रहती थी। बस दीदी जैसा कहें, बाबा जैसे कहें, उसमें हाँ जी करती थी। मेरी कोई ट्यूशन भी नहीं लगी हुई है। हर परीक्षा देने जाने से पहले घर में बाबा को याद करती थी। जब शिक्षक प्रश्न-पत्र देते थे तो उसे पढ़ते समय यही सोचती थी कि बाबा मेरे साथ है,

वही करनकरावनहार है। मुझे फिर कोई तनाव नहीं रहता था। बाबा पूरा पेपर अपने आप ही लिखवाता था।

पढ़ाई के अतिरिक्त भी स्कूल में मैं जिस भी क्षेत्र में आगे जाना चाहती हूँ, सफल हो जाती हूँ। बाबा ने कभी निराश नहीं किया। कभी-कभी एकदम से सफलता नहीं मिलती है तो मुझे यही विचार आता है कि बाबा मेरे साथ है, मैं असफल हो ही नहीं सकती, सफलता में देरी होने में कोई कल्याण जरूर समाया होगा। इस सकारात्मक विचार के आने के बाद ऐसा हुआ ही नहीं कि सफलता प्राप्त न हुई हो। बिना किसी विशेष प्रयास के स्कूल में मैं सभी शिक्षकगण की चहेती बन जाती हूँ। वे सभी कहती हैं, आपकी एकाग्रता बहुत अच्छी है। मैं अध्ययन से पहले 5 मिनट बाबा को याद करती हूँ। उससे मेरी एकाग्रता बहुत अच्छी हो जाती है और अध्ययन भी सहज और जल्दी हो जाता है।

मैं पिछले पाँच सालों से ओमशान्ति रिट्रीट सेन्टर (गुड़गाँव) में बाल व्यक्तित्व विकास शिविर में भाग लेती हूँ। वहाँ बच्चों की बहुत अच्छी क्लास होती है। वहाँ मैं सभी स्पर्धाओं में भाग लेती हूँ। क्विज में हमेशा प्रथम इनाम आता है। भाषण में भी प्रथम



इनाम मिला। मैं वहाँ बाबा से वायदा करके आई कि कभी उदास नहीं होऊँगी और अगली बार सेवाकेन्द्र के अन्य बच्चों को लेकर नेत्री बनकर जाऊँगी।

जिस दिन परीक्षा-परिणाम आना था, मैंने बाबा को एक बार भी नहीं कहा कि बाबा, अच्छा परिणाम आना चाहिए। मैं जानती थी, मेरा प्रयास पूरा है। मेहनत मैंने पूरी की है, बाकी जो निश्चित भावी में होगा, वही मिलेगा। यह बाबा की अतिरिक्त मदद है जो इतना अच्छा परिणाम आया। सभी संबंधी बहुत खुश हुए। बाबा का नाम भी रोशन हुआ। मैंने सभी को कहा, यह मेरी नहीं, मेरे बाबा की मदद है। मेरी मेहनत इतनी नहीं थी। बाबा का तो दिल से इतना धन्यवाद है कि प्रकट करने के लिए शब्द ही नहीं मिलते। किस तरह से उस सर्वशक्तिवान का धन्यवाद करूँ। मैं यही कहूँगी, एक बार दिल से मेरा बाबा कहने से वह

सदैव के लिए आपका हो जायेगा।  
उसके कार्य में मदद करो तो वह भी  
आपको मदद देने के लिए बंध  
जायेगा। उससे कोई प्यारा-सा संबंध  
जोड़ो जैसे मैंने मित्र व भाई का संबंध

जोड़ा है। संबंध जोड़ने के बाद  
आपको खुद महसूस होगा कि कैसे वो  
आपका सारा कार्य चुटकियों में  
कराता है। फिर आपका अकल्याण  
हो ही नहीं सकता। मैं यही सोचकर

खुश होती रहती हूँ,  
जाने क्या देखा मुझमें,  
मुझे प्यार कर लिया,  
मेरे लाडले कहा,  
आंचल में भर लिया।

## असाधारण चरित्र

ब्रह्माकुमार गुणवन्त पाटिल, बिंबवेवाडी, पुणे

एक फकीर रोज भिक्षा मांगकर गुजारा करता था।  
कभी इस घर, कभी उस घर दस्तक देता था। एक  
अमीर व्यक्ति के घर से वह अक्सर गालियों के साथ  
ही खाली हाथ लौटता था।

एक दिन हमेशा की तरह उस फकीर ने उस घर का  
दरवाजा फिर खटखटाया। घर की मालकिन भागी-  
भागी आई और उसने फकीर पर गालियों की बौछार  
कर दी। वह बोली – ‘बेशर्म फकीर, कितनी बार मैंने  
तुझे खाली हाथ लौटाया फिर भी तुझे अक्ल न आई,  
अब निकल जा यहाँ से वर्ना नौकरों के द्वारा धक्के  
देकर निकलवाती हूँ।’

फकीर विनम्रता से बोला, माताजी, मुझे तेरा खाना  
नहीं चाहिए, अनाज भी नहीं चाहिए या बूंद भर पानी भी  
नहीं चाहिए।

‘फिर तुझे क्या चाहिए?’ – मालकिन चिल्लाते हुए  
बोली।

‘तेरे आंगन में पड़ी मुट्टी भर मिट्टी मेरी झोली में  
डाल’ – फकीर ने शान्तिपूर्वक कहा।

मालकिन मूझ गई, सोचने लगी। फिर अचरज से  
बोली – ‘तेरा दिमाग तो ठीक है ना?’

‘मेरा दिमाग बिल्कुल ठीक है, तभी तो बोल रहा

हूँ।’ – फकीर ने धैर्य से जवाब दिया।

‘क्या सचमुच मिट्टी चाहिए?’ – वह घमंडी औरत  
अविश्वास जताते हुए बोली।

‘हाँ, मुझे मुट्टी भर मिट्टी ही चाहिए।’ – फकीर ने  
फिर से शान्ति से जवाब दिया।

उस मूर्खा ने मुट्टी भर मिट्टी आंगन से उठाकर  
सचमुच उस फकीर की झोली में डाल दी। फकीर ने  
हर्षित होकर उसे आशीर्वाद दिये।

मालकिन ने हैरान होकर पूछा – ‘इस मिट्टी को  
लेकर तुम करोगे क्या?’

फकीर ने प्यार से मुसकराते हुए जवाब दिया –  
‘माई, तेरे इन हाथों को कुछ न कुछ देने की आदत हो  
जाये, यही मेरी शुभकामना थी।’

फकीर के चरित्र से कहानी हमें संदेश दे रही है कि  
सहनशील बनो, दयालु बनो। कहानी में फकीर कड़वी  
बातें सहन करता जा रहा है, समाता जा रहा है ‘पर चन्दन  
विष व्यापे नहीं लिपटे रहत भुजंग’ वाली कहावत को  
चरितार्थ करते हुए अपने मन को कड़वा नहीं होने देता।  
अपने भीतर के मिठास और शुभभावना से मालकिन को  
मीठा अवश्य बना देना चाहता है। कड़वा लेकर मीठा  
देना, यही तो भगवान हमें सिखाते हैं। मीठा लेकर, मीठा  
दिया यह तो साधारण बात है पर कड़वा देने वाले को  
मीठा देना, मीठा बना देना यही असाधारण चरित्र है। ❖

विशेष  
अूचना

✦ gyanamritpatrika@bkivv.org ई-मेल का प्रयोग केवल लेख, पत्र, कवितायें अर्थात्  
प्रकाशन सामग्री भेजने के लिए करें।

✦ सदस्यता शुल्क के लिए hindigyanamrit@gmail.com ई-मेल का प्रयोग करें।

# मर्दानगी या कायरता

● ब्रह्माकुमारी उर्मिला, शान्तिवन

दोपहर के 12.30 बजते ही हमने सेवाकेन्द्र के मुख्य द्वार को अंदर से बंद कर दिया और अंदर आकर भोजन की तैयारी में जुट गये। अभी आधा घंटा ही बीता था कि घंटी बज उठी। विचार चला, दोपहर में कौन आया होगा? पर्दा हटाकर बाहर झांका तो मधु खड़ी थी। मधु एक सरकारी कार्यालय में सेवा करती है। सुबह-शाम ही कभी-कभार या छुट्टी के दिन ही आती है। आज दोपहर में आया देख हम चौंके। दरवाज़ा खोलकर उसे अंदर बुलाया। जलपान के बाद उसने स्वयं ही कहना शुरू किया, 'आज मेरा आधे दिन का अवकाश था और पतिदेव की तो छुट्टी थी। मैं बारह बजे घर पहुँची, अभी स्कूटी रखी ही थी कि इन्होंने आवाज़ लगाई, रूई (कॉटन) कहाँ रखी है? मैंने कहा, वहीं तो रखी है और मैं हाथ-मुँह धोने वाशबेसिन की ओर चल दी। इन्होंने पीछे से आकर जोर से मुझे थप्पड़ मारा और झुंझलाकर बोले, पता नहीं कहाँ रख देती है, समय पर चीज़ें मिलती ही नहीं। एक तो कार्यालय की थकान, ऊपर से मार, मैं भी तिलमिला उठी, मैंने भी पलटकर जोर से थप्पड़ मार दिया, जिसकी उन्हें आशा नहीं थी। शर्मसार होकर कहने लगे, मैं तो

जलकर मरूँगा। मैंने रसोई के पिछले हिस्से में रखी केरोसिन की केन और माचिस उनके सामने लाकर रख दी और अपनी स्कूटी उठाकर आपके पास चली आई।' हमने मधु का दिल टटोलने के लिए पूछा, अगर उसने सचमुच अपने को जला लिया तो क्या होगा? कहने लगी, ऐसे कायर दूसरों को कष्ट दे सकते हैं पर स्वयं जलन की पीड़ा सहन करें, यह संभव ही नहीं है। हुआ भी ऐसा ही। घंटा भर हमारे साथ रहकर मधु वापस चली गई। शाम को हमने फोन से पूछा तो मधु ने बताया, सब कुछ सामान्य है, कुछ भी चिन्ताजनक नहीं है।

## क्या मारना ही मर्दानगी है?

भारत में हर दूसरी औरत घरेलू हिंसा का शिकार हो रही है और इस हिंसा में अधिकतम हाथ पतियों का है। कई लोग सोचते हैं कि स्त्री को मारना ही सच्चा मर्द बनना है, जो स्त्री को मारता नहीं, वह तो औरत का गुलाम है। लोग चाहें जो भी सोचें पर वास्तविकता यह है कि मारना या हिंसा करना, यह काम कसाई और जल्लाद करते हैं। और यदि हिंसा करना और मारना ही मर्दानगी है, फिर तो समाज में इन्हें छोड़कर कोई मर्द ही नहीं है। उनसे पूछा जाये, बुद्ध, महावीर, महात्मा गांधी ये सब जिन्होंने

सूक्ष्म हिंसा को भी त्याज्य माना, मर्द थे या नहीं? शादी के कौन-से कानून में लिखा है कि पत्नी को मारकर ही मर्द की मर्दानगी सिद्ध होगी। स्त्री ने भरा-पूरा पिता का घर छोड़ पति की शरण ली। उस शरणागत पर, शारीरिक बल से हीन पर हाथ उठाना, किस प्रकार की बहादुरी है? किसी अपने समान शारीरिक बल (वास्तव में पशुबल) वाले को पछाड़े, सबके सामने पछाड़े तो कोई कहे भी, हाँ, यह बहादुर है। पशुबल में जो बराबर नहीं, उस अबला को घर के दरवाज़े बंद कर, अकेले में मारना-पीटना, यह तो किन्हीं अपहरणकर्त्ताओं, चोर, उचक्कों, बलात्कारियों, आतंकवादियों और समाज विरोधियों जैसा काम है। उस नारी का दोष केवल इतना है कि उसने उस हिंसक प्राणी को पति स्वीकार कर लिया, जो प्रतिदिन बिना सींग, दाँत और नाखूनों के उसे घायल कर देता है।

## बड़ा कौन?

कई पुरुष यह दलील देते हैं कि चूंकि हम बड़े हैं, उच्चतर हैं और पत्नी कमतर है, इसलिए पत्नी को मारना उनका फर्ज है। आइये देखें, बड़े या छोटे की परिभाषा क्या है?

मान लीजिए, आप सुनसान जंगली रास्ते से गुज़र रहे हैं, बड़ी भूख



लग आई है। जंगल में बड़े-बड़े पेड़ हैं पर फल विहीन। आपकी क्षुधा बढ़ती जा रही है। तभी नज़र पड़ती है एक छोटी-सी झाड़ी पर जो लाल बेरों से लदी है। बिना किसी विशेष शारीरिक श्रम के, हाथ बढ़ाकर आपने बेर तोड़े और क्षुधा शांत हो गई। कौन बड़ा, वह 40 फुट ऊँचा पेड़ जो आपकी क्षुधा देखकर भी निष्ठुर बना रहा या यह छोटी-सी झाड़ी जिसके बेर क्षुधा तृप्ति में किन्हीं मोतियों से भी बढ़कर कीमती सिद्ध हुए?

वास्तव में बड़ा वही है जो किसी को कुछ दे सकता है। जो सुख छीन ले, प्यार छीन ले, अमन-चैन छीन ले, मान-इज्जत छीन ले, आशा और विश्वास छीन ले, वह तो छिनाल है, धोखेबाज और कपटी है, पर बड़ा कदापि नहीं है। और फिर संसार में हमसे छोटे तो और भी बहुत हैं, कई आयु में छोटे हैं और कई रिश्ते-नाते में छोटे हैं, कई तो दोनों में ही छोटे हैं, उन सब पर तो हम हाथ नहीं उठाते, करोड़ों की भीड़ में से यह हाथ केवल उसी अबला पर उठता है, क्या छोटा होने की सज़ा इस तरह भोगी जाती है? यदि हम कहते हैं, औरों को तो मैं खिलाता नहीं, इसको तो खिलाता हूँ, तो खिलाने के एवज़ में हमको क्या-क्या चाहिए? खिलाने के एवज़ में वह सुबह से शाम तक घर के कार्यों में चक्की की तरह पिसती है, क्या इतने

से उसका कर्ज़ चुक्ता नहीं होता। उस मुट्ठी भर खाने के बदले में 24 घंटे की जी हजूरी और ऊपर से मार, डाँट, अपमान! पशु को व्यक्ति खिलाता है, सारा दिन उससे काम लेता है, उसके साथ भी बदसलूकी नहीं करता तो मानव के साथ ऐसा करना जायज़ है क्या? लानत है उस मुट्ठी भर भोजन पर जिसके एवज़ में नारी को इतना भोगना पड़ता है। यह पेट भरना उसे बहुत महंगा पड़ रहा है। दुनिया में लोग बड़े-बड़े भंडारे चलाते हैं, मुफ्त खाना देते हैं और हम 24 घंटे घर को सजाने-संवारने वाली घर की मालकिन को खाना खिलाकर उस पर एहसान जताते हैं, उसे डंडा दिखाते हैं, उस पर अत्याचार करते हैं, यह तो इस रिश्ते पर कलंक है। इन बातों को देखकर यदि लड़कियाँ शादी करने से इंकार कर दें तो दोष किसका?

### क्या पत्नी बिना कुछ किए खाती है?

कुछ लोग यह भी धोस देते हैं कि वे मेहनत से कमाकर लाते हैं और पत्नी तो घर में बैठकर खाती है। इस संसार में कमाना कोई इतना आसान थोड़े ही है इसलिए उस बैठकर खाने वाली पर गुस्सा भी आ जाता है और हाथ भी उठ जाता है।

क्या सचमुच स्त्री बैठकर खाती है? मान लीजिए, वह ऐसा करती है तो आप उसे उसके मायके भेज दीजिये

और अपना घर, अपने आप चलाइये। चूंकि आप कमाने जाते हैं, 10 घंटे घर से बाहर रहते हैं, थककर आते हैं तो आपमें घर के कार्य करने की शक्ति नहीं रहती है इसलिए एक भोजन बनाने वाली नौकरानी रखिए, एक कपड़े धोने वाली, एक बर्तन मांजने वाली, एक झाड़ू-पोंछा करने वाली, एक बगीचा संभालने वाली, एक घर की साज-सज्जा का ध्यान रखने वाली, एक घर की टूट-फूट को ठीक कराने वाली, एक दुख-तकलीफ में मलहम-पट्टी करने वाली, एक रिश्तेदारों, संबंधियों, पड़ोसियों, मित्रों के समाचार सुनाने वाली और एक सलाह-मशवरा देने वाली नौकरानी रख लीजिए, यदि इनमें से हरेक महीने के कम से कम 2,000 रुपये भी ले तो आपकी आमदनी का कितना हिस्सा आपके पास बचेगा, आप हिसाब निकाल लीजिए। फिर कार्य की गुणवत्ता भी देख लीजिए, नौकरानी के कार्य की गुणवत्ता क्या घर की महिला के कार्य जैसी बन पायेगी? नहीं ना। फिर पुरुष किस दम पर कहता है कि वह कमाता है और पत्नी बैठकर खाती है? वह धन लाता है और स्त्री उस धन को रोटी में, कपड़े में, बिस्तर में, घर में परिवर्तित करती है। धन को रोजमर्रा की ज़रूरतों की पूर्ति में परिवर्तन करने की शक्ति, नारी की सबसे बड़ी शक्ति और खूबी है।

क्या बात मनवाने का  
एकमात्र तरीका हिंसा ही है?

कइयों का यह भी कहना है कि हमारा कहना नहीं माना जाता इसलिए हाथ उठता है? इस स्थिति में पहला सवाल तो यह है कि औरत किसी विशेष आदेश का पालन यदि नहीं करती तो क्या पता वह आदेश उसके ज़मीर (आत्मा) के विरुद्ध हो। नारी को भी तो अंतरात्मा की आवाज़ सुनने का हक है। यदि हम कहते हैं, आदेश सही था तो भी वह हाफ पार्टनर है, साथी है। एक साथी यदि दूसरे साथी का कहना ना माने तो क्या हिंसा ही एकमात्र उपाय है? हम अपने आदेश को अधिक स्नेहयुक्त होकर शायद अधिक अच्छे से मनवा सकते हैं। हम यदि उसकी सभी जायज बातों को मानते होंगे तो अपनी भी मनवा सकते हैं। कोई भी नारी अपने हाथों अपनी गृहस्थी को तोड़ना नहीं चाहती। अंत तक झुककर, सहकर भी समायोजन करना चाहती है। अपवाद तो सब जगह होते हैं पर सामान्य तौर पर वह सहनशीलता और नम्रता आदि गुणों का आधार बनाये रखती है। कारण चाहे जो भी हो, किसी भी रिश्ते में हिंसा सर्वथा त्याज्य है। हिंसा व्यक्ति के व्यक्तित्व को कुचल देती है। कुचला हुआ व्यक्ति किसी भी कर्तव्य का क्या निर्वहन करेगा? हिंसा का प्रशिक्षण यूँ ही घरों में मिलता रहा तो बच्चों का भविष्य क्या होगा? या तो दबू बनेंगे या उग्रवादी। अहिंसा परमोधर्म का पालन करते हुए घर को प्रेम और न्याय का मंदिर बनाइये, न कि खून और आँसू से सना हिंसा स्थल। ❖

स्वस्थिति बड़ी, न कि परिस्थिति

शिवप्रकाश मोदी, कोलकाता

धुँधली-सी याद है कि जब मैं अबोध बच्चा था, तब माँ-बाप एक खिलौना लाये थे, एक गुड्डा। उसकी विशेषता यह थी कि ज़मीन पर रखकर उसको किसी भी दिशा में घुमाया जाये तो तुरंत अपनी पहले वाली मूल अवस्था में वापिस आ जाता था। उससे खेलकर बड़ा मज़ा आता था। विडंबना ही कहिये, आज परिपक्वता के बावजूद जीवन की छोटी-सी हलचल में डॉर्वाँडोल और परेशान हो जाता हूँ।

अब कारण भी समझ में आ गया है। उस खिलौने का निचला भाग भारी था, खोखला नहीं। हम माया के प्रभाव में विकारों के कारण अंदर से खोखले एवं कमज़ोर हो गये हैं। ज़रा-सी विपरीत परिस्थिति को सहन करने की क्षमता नहीं, तुरंत मनोबल टूट जाता है। ईश्वरीय ज्ञान द्वारा आत्मिक शक्ति को सशक्त बनाते ही यह परेशानी दूर हो जाती है। स्वयं को स्थिर रखना अति सहज हो जाता है। ध्यान दीजिये, समुद्र में तूफान आते ही जहाज़ को लंगर डाल खड़ा कर देते हैं। जहाज़ की तलहटी में भारी सामान भरा होता है, फिर भी बाहरी हलचल में जहाज़ स्थिर रहता है। इसी तरह जब दूसरों का व्यवहार बदला नज़र आये तब स्वयं द्रष्टा बन शांत रहना है। यह तभी संभव है जब परमात्मा की याद में समाते हुए सर्वशक्तिमान की शक्तियों से आत्मा को प्रतिदिन सशक्त बनाते रहें, इसी विधि को ध्यान व राजयोग मेडिटेशन का नाम दिया गया है।

बेजान खिलौने द्वारा परमात्मा ने बचपन में ही सीख देने का प्रयास किया था पर खिलौना समझ गौर नहीं किया, अब परिस्थितियों से त्रस्त उसी से समझने का प्रयास किया।

प्रश्न भी उठा, परिस्थिति बड़ी या मैं? परमात्मा ने समझाया, जैसी स्वस्थिति वैसी परिस्थिति। परिस्थिति को बड़ा मानकर हताश होने से, स्वयं को कमज़ोर महसूस करने से ज़िन्दगी खूबसूरत कहीं? ज़िन्दगी तो उम्र के हर पड़ाव पर खूबसूरत है। परिस्थितियाँ एक-सी कभी भी नहीं रहने वाली एवं माया अपना प्रभाव दिखायेगी ही। सब कुछ स्वयं पर निर्भर करता है कि हम कैसा जीवन जीयें। आत्मिक बल के सामने माया प्रभावहीन प्रतीत होती है। इसी अडोल अवस्था में सुख-शांति आनन्द का सहज अनुभव होता है। ❖

# कार्य खेल लगने लगा

● डॉ. किशोर राणा, शिकागो

**मैं** अमेरिका देश के शिकागो शहर के पास एनस्थिसियोलॉजिस्ट के रूप में एक बड़े निजी अस्पताल में सेवारत हूँ। मेरी यह प्रैक्टिस एक प्रकार से केमिकल मेडिटेशन की प्रैक्टिस है। इसमें रोगी के शरीर को हम शल्य चिकित्सा से पहले दवाइयों के द्वारा सुला देते हैं। इसके बाद सर्जन अपनी क्रिया करता है। शरीर भलेही क्रियाहीन नज़र आता है पर आत्मा उसमें मौजूद रहती है। आत्मा की इस सुषुप्त जैसी अवस्था में मैं आध्यात्मिक मेडिटेशन (राजयोग) के माध्यम से रोगों को सहन करने की, सामना करने की, स्वस्थ होने की शक्तियों के प्रकम्पन प्रदान करता हूँ। शिवबाबा द्वारा प्रदत्त 7 गुणों के प्रकम्पनों का भी प्रयोग करता हूँ। इसका बहुत सुन्दर परिणाम निकलता है। जब रोगी जागृत हो जाता है तो उसे हम ईश्वरीय संदेश देते हैं। प्रकम्पनों से भूमिका बन जाने के कारण वह संदेश को दिल से ग्रहण करता है।

## आंतरिक तनाव बढ़ा

बाबा के बनने से पहले मैं भक्तिमार्ग के अनेक स्थानों, मन्दिरों, गुरुओं के पास भटका पर मन शान्त नहीं हुआ, विकारों का शमन नहीं हुआ। मैं शान्तिकुंज, हरिद्वार से 20 साल जुड़ा रहा, 5 वर्ष स्वाध्याय

परिवार से जुड़ा रहा, 5 वर्ष जैन संघ और सुधांशु महाराज और श्री श्री रवि शंकर से मार्गदर्शन लेता रहा पर मन को सुकून नहीं मिला।

इस दौरान मेरा आन्तरिक तनाव इतना बढ़ गया कि एलर्जी के रूप में त्वचा पर धब्बे हो जाते। विशेषकर सर्जरी के केस में जाने से पहले तो तनाव और भय असीमित हो जाते थे। रक्त का दबाव बढ़ जाता था, हृदय की धड़कन बढ़ जाती थी, प्यास बहुत लगती थी। इसके शमन के लिए कई प्रतिरोधक दवाइयाँ लेनी पड़ती थी। उनसे अल्पकाल की राहत मिलती थी पर फिर परेशानी पैदा हो जाती थी। मन में प्रश्न उठता था कि मैं हेल्दी प्रैक्टिस कैसे कर पाऊँगा।

## शान्ति को साकार देखा

एक बार एक बहन से मिलने न्यूयार्क के पीस विलेज (ब्रह्माकुमारीज़ रिट्रीट सेन्टर) जाना हुआ। वह बहन पिछले कई वर्षों से राजयोग का अभ्यास कर रही है और वहीं समर्पित है। उसके नौजवान पुत्र की अचानक हुई मृत्यु पर सान्त्वना देने हम दोनों (मेरी युगल सूला जी) का जाना हुआ था। इतनी बड़ी दुर्घटना होने पर भी उस बहन को स्थित-प्रज्ञ अवस्था में देखकर हम हैरान भी हुए और प्रेरित भी हुए। पीस विलेज के गहन शान्ति



के प्रकम्पन और वहां समर्पित भारतीय तथा विदेशी बहनों के त्याग और तपस्या को देखकर हम तो मानो वहीं के होकर रह गए। वहाँ मैंने शान्ति को साकार देखा, जीवन में अनुभव किया। मन को शान्ति से भरपूर अनुभव किया। जो मन कहीं स्थिर नहीं होता था वो वहां मानो हलचल करना ही भूल गया, सम्पूर्ण शान्तिमय हो गया।

## मन हुआ निर्मल और निश्चिन्त

हम वहाँ 3 दिन रहे और साप्ताहिक पाठ्यक्रम भी उसी समय पूरा कर लिया। कोर्स करते ही आत्म अनुभूति हुई और आत्मा के सभी मूल गुण जीवन में साकार होने लगे। विकार और अवगुण धीरे-धीरे समापन की ओर जाने लगे। क्रोध, जिस पर मेरा चाहते हुए भी नियन्त्रण नहीं था, सहज ही छूट गया। अहंकार भी जाने लगा। नकारात्मक सोच समाप्त होने लगी, निमित्त भाव आने से

जीवन में हल्कापन और प्रसन्नता बढ़ गई। तनाव बिल्कुल समाप्त हो गया। परमात्म निश्चय ने मन को निर्मल और निश्चिन्त कर दिया। पारिवारिक जीवन शान्त और सुखमय हो गया। घृणा, द्वेष दूर हो गए। व्यवसायिक क्षेत्र में जहां तनाव से भरपूर रहता था, मुझे कार्य खेल लगने लगा। अब कार्य को

देखकर आनन्दित होता हूँ। पेशेन्ट के प्रति आत्मीय भाव, कल्याण भाव, दया भाव पैदा होता है। ये सब परमात्मा के बच्चे मेरे बहन-भाई हैं, ऐसी महसूसता होती है।

मुझे ज्ञानामृत पत्रिका का इन्तज़ार चात्रक पक्षी की तरह रहता है। हर अंक को कई बार पढ़ लेता हूँ। इससे

प्रेरणा, निश्चय, धारणा में इज़ाफा होता है। मैं पीस चैनल का भी आभारी हूँ जिसके ज़रिए अमेरिका के एक कोने में होने पर भी मैं मधुबन से जुड़ा रहता हूँ। सभी महारथी भाई-बहनों के प्रवचन सुनने को मिलते हैं। अपने स्थान पर रहते हुए बापदादा को भी देखने, सुनने का आनन्द मिल जाता है। ❖

### कैसे मनाएँ सच्ची...पृष्ठ 3 का शेष

के आँकड़े प्रकाशित होते हैं तो मनुष्य सोचने लगता है कि ये लोग इस गरीब देश की सेवा कर रहे हैं या इसे लूटकर खा रहे हैं। जिस खेत की बाड़ ही उसे खाने लगे, उसके लहलहाने के स्वप्न देखना व्यर्थ नहीं तो क्या है? उसे तो आज नहीं तो कल वीरान बंजर बनना ही है।

जिन श्री लक्ष्मी जी की याद में दीवाली मनाई जाती है, उनकी सतयुगी राजधानी तो इतनी धन-धान्य संपन्न थी कि आज तक भी उन्हें 'धन की देवी' मानकर पूजा जाता है। परंतु उनका वह 'सोने की चिड़िया' सिरताज भारत आज बिल्कुल कंगाल, मोहताज और दिवालिया बन गया है। हमारी सरकार विदेशों से इतना तो ऋण ले चुकी है कि प्रत्येक भारतवासी पर कई सौ का विदेशी ऋण-बोझ है। इतने सारे ऋण को चुकता करना तो वश से बाहर की बात है ही, उसका ब्याज अदा करना भी कठिन हो रहा है। विदेशी मुद्रा कमाने के लिए गरीब जनता के खाने-पीने की चीज़ें, यहाँ तक कि केले और आम तक के भी निर्यात किये जा रहे हैं। सच ही तो है कि धन का दिवाला निकलने से पूर्व, बुद्धि का दिवाला निकलता है। जब बुरे दिन आते हैं तो अक्ल मारी जाती है। राज्य सरकारों का राष्ट्रीय ऋण भी दिनों-दिन बढ़ता ही जा रहा है। ज्यों ही किसी पुराने ऋण के लौटाने का समय निकट आता है, तो अधिक ब्याज पर नया ऋण चालू करके

पुराने ऋण को नये में बदलने को प्रोत्साहन दे दिया जाता है ताकि ऋण वापस न करना पड़े।

यदि सरकार की नीतियाँ ठीक होतीं तो देश की हालत दिनों-दिन बद से बदतर न होती जाती। जैसे जल का प्रवाह ऊपर से नीचे की ओर होता है वैसे ही प्रजा सदा अपने नेताओं का ही अनुकरण करती है। 'यथा राजा तथा प्रजा' की उक्ति भी प्रसिद्ध है। नतीजा यह है कि आज सारे देश में अराजकता, अन्याय, हिंसा, भ्रष्टाचार, धोखे और फरेब का बोलबाला है। लोग मिलावट, दिखावट और बनावट के खोटे धंधे में व्यस्त हैं। परंतु अफसोस कि वे सदा-सर्वदा सुख-शान्तिमय जीवन रूपी खुशियों की सच्ची दीवाली से बहुत दूर हो गये हैं और भय, दुख और अशान्ति का घोर अंधकार बढ़ता ही जा रहा है।

कर्म का आधार धर्म है। धर्मभ्रष्ट होने के कारण ही आज के मनुष्य कर्मभ्रष्ट बने हैं। हमारे पूर्वजों श्रीलक्ष्मी एवं श्रीनारायण के सतयुगी राजधानी के 'यथा राजा-रानी तथा प्रजा' सभी देवी-देवतायें श्रेष्ठाचारी थे क्योंकि वे धर्मनिष्ठ थे। धर्म से हमारा अभिप्राय कोरे कर्म-काण्ड या पूजा-पाठ से नहीं बल्कि जीवन की धारणा से है। सरकार हर वर्ष दीवाली का त्योहार मनाने के लिए छुट्टी तो कर देती है परंतु सच्ची दीवाली तब ही मनाई जा सकती है जब कि देश की नारियाँ श्रीलक्ष्मी और नर श्रीनारायण जैसे पावन, श्रेष्ठ धर्मी और श्रेष्ठ कर्मी बनें। ❖

# गीता सार

● ब्रह्माकुमार डॉ. रामश्लोक, शान्तिवन

## छठा दृश्य

(सच्ची गीता पाठशाला का बोर्ड लगा है, 6-7 भाई-बहनें बैठे हैं, एक भाई मुरली सुना रहा है)

**भाई पढ़ रहा है** – ‘पतित-पावन, सर्व का सद्गति दाता, गीता-ज्ञान-दाता, ज्ञान-सागर, परमपिता निराकार त्रिमूर्ति शिव भगवानुवाच :- ‘ओ मेरे मीठे-मीठे रूहानी बच्चो, आप सभी देह से भिन्न चेतन आत्मा हो और मैं आप सर्व आत्माओं का परमपिता निराकार परमात्मा शिव हूँ। मैं ही आकर तुम्हें सत्य गीता ज्ञान एवं राजयोग की शिक्षा देता हूँ। मैं तुम्हें सभी दुखों से लिबरेट कर वापिस मुक्तिधाम ले जाने के लिए परमधाम से आया हूँ। अतः तुम अपने को पवित्र आत्मा समझ मुझ निराकार शिव पिता को निरंतर याद करो तो जन्म-जन्मांतर के पापों से मुक्त हो जाओगे।

(हरीश का प्रवेश)

**हरीश** – (अपने आप से) अहा! कितना न शांत वातावरण है। सभी के चेहरों से सुख-शान्ति और पवित्रता की रश्मियाँ प्रस्फुटित हो रही हैं। सचमुच मैं आज किसी पवित्र स्थान पर पहुँच गया हूँ।

**हरीश** – नमस्ते महाशय जी!

**प्रोफेसर राजू** – नमस्कार बंधू, आइये, पधारिये, हम सभी आपका हार्दिक स्वागत करते हैं।

**हरीश** – मैं डॉ. हरीश, रिसर्च स्कालर, आजकल गीता पर खोज कर रहा हूँ। गीता संबंधी कई प्रश्नों को लेकर मैं बहुत विद्वानों से वार्तालाप कर चुका हूँ। गीता पाठशाला का बोर्ड देखकर यहाँ आ पहुँचा।

**प्रोफेसर** – मैं भी गीतापाठी रह चुका हूँ, गीता पढ़ने पर मुझे भी बहुत प्रश्न उठते थे परंतु अब तो स्वयं परमात्मा पिता ने सभी बातों का समाधान कर दिया है। कहिये, आपके क्या प्रश्न हैं?

**हरीश** – मेरा पहला प्रश्न तो यह है कि गीता का भगवान

कौन? युद्ध के मैदान में इतना बड़ा ज्ञान कैसे दिया! और इतना श्रेष्ठ ग्रंथ गीता लोग रोज पढ़ते हैं फिर भी उनका चारित्रिक व मानसिक उत्थान क्यों नहीं?

**प्रोफेसर** – इनसे पहले तो आपको यह जानना होगा कि भगवान है कौन? उनसे आपका क्या संबंध और प्राप्ति है? (भगवान का पूरा परिचय छह बातों में देता है – नाम, रूप, धाम, गुण, कर्त्तव्य, अवतरण का समय, गीता के कुछ महावाक्यों का उद्धरण (Reference) देता है)

**हरीश** – (सुनने के बाद) इस निष्कर्ष से तो श्रीकृष्ण भगवान नहीं हो सकते और न ही उन्हें गीता का भगवान माना जा सकता है।

**प्रोफेसर** – हाँ, श्रीकृष्ण तो महान थे परंतु निराकार भगवान को भूलने के कारण मनुष्यों ने श्रीकृष्ण को ही भगवान का स्थान दे दिया है। और वास्तव में गीता के भगवान ने कोई हिंसक युद्ध नहीं कराया बल्कि मनोविकारों से ही युद्ध करना सिखाया था। गीता ज्ञान द्वापर में नहीं, कलियुग के अंत और सतयुग के प्रारंभ के संगम पर दिया गया था जिससे धरती पर आदि सनातन देवी-देवता सत्य धर्म की स्थापना हुई।

**डॉ. हरीश** – (ब्रह्मा बाबा की ओर इशारा करते हुए) यह महापुरुष कौन हैं? क्या यह आपके गुरु हैं?

**प्रोफेसर** – यह कोई हमारे गुरु नहीं परंतु निराकार परमात्मा शिव ने इन्हीं के साकार माध्यम से ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग की शिक्षा दी है और इनका दिव्य नाम प्रजापिता ब्रह्मा रखा है। इन्होंने राजयोग के द्वारा पाँच विकारों पर विजय प्राप्त की। इनका जीवन हम सबके लिए आदर्श जीवन है।

(प्रोफेसर राजू की धर्मपत्नी का प्रवेश)

**सुशीला** – ओम् शान्ति! क्या आज आप कालेज नहीं

जायेंगे, समय हो चुका है?

**प्रोफेसर** – हाँ-हाँ क्यों नहीं, मैं जल्दी ही आ रहा हूँ। मैं इन्हें परमात्मा का परिचय दे रहा था।

**हरीश** – आप कौन हैं देवी? आपका परिचय?

**प्रोफेसर** – ये हमारी लौकिक धर्मपत्नी हैं। हम दोनों ही घर गृहस्थ में रहते पवित्र जीवन व्यतीत कर रहे हैं। आप भी राजयोग का अभ्यास करती हैं।

**हरीश** – ऐसी बात! गृहस्थ में रहते ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करना बहुत बड़ी बात है, सचमुच आपकी बड़ी कमाल है।

**प्रोफेसर** – यह कमाल स्वयं सर्वशक्तिवान शिव की है, जिन्होंने हमें यह शक्ति प्रदान की और पवित्रता के बल से प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के द्वारा नवयुग का निर्माण कर रहे हैं।

**हरीश** – मैंने इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय का नाम तो सुना है परंतु मुझे यह मालूम नहीं था कि यहाँ इतना गुह्य ज्ञान दिया जाता है और इतना श्रेष्ठ जीवन बनाया जाता है।

**प्रोफेसर** – और अधिक जानने के लिए हमारे किसी भी सेवाकेन्द्र पर 7 दिन का कोर्स लें, आपके सभी प्रश्न हल हो जायेंगे। संपूर्ण भारत एवं सारे विश्व में हमारे 8,500 से अधिक ईश्वरीय सेवाकेन्द्र व उपसेवाकेन्द्र हैं जहाँ प्रतिदिन ईश्वरीय ज्ञान एवं राजयोग की शिक्षा निःशुल्क दी जाती है।

**हरीश** – मुझे यह जानकर बड़ी खुशी हुई कि गीता के भगवान श्रीकृष्ण नहीं परंतु निराकार परमात्मा शिव हैं। इसी एक भूल के कारण आज समस्त संसार पतन की ओर जा रहा है क्योंकि सभी का अपने पारलौकिक पिता से नाता टूट चुका है। आपके विश्व विद्यालय के कार्यकलापों को देखकर मुझे ही नहीं परंतु समस्त विश्व को एक नई चेतना प्राप्त हो रही है, इसी से ही विश्व बंधुत्व की भावना आगे बढ़ेगी। हम आज यहाँ सभी जाति, धर्म, भाषा के लोगों को उपस्थित देख रहे हैं, अच्छा नमस्ते।

गीत बजता है – शिव हैं गीता के भगवान...

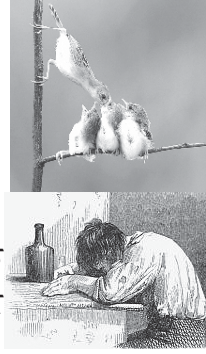
(पर्दा गिरता है)

(समाप्त)

## पंछी और शराबी

संजय वर्मा 'दृष्टि', मनावर

दीपावली के दिन एक व्यक्ति बाहर बैठा हुआ ऊपर आकाश में उड़ते पंछी को देख रहा था। वो पंछी अपनी चोंच में दाना लेकर चूजों को खिला रहा था। पंछी का अभिवादन उसके चूजे पंखों को फड़फड़ा कर तालियों के समान कर रहे थे।



ऐसा लग रहा था मानो उनकी प्रतिदिन दीवाली हो।

उसी पेड़ के नीचे बने घर में माँ अपने भूखे बच्चों के साथ पति का इंतजार इस उम्मीद से कर रही थी कि वो इनके लिए कुछ ना कुछ तो जरूर लायेंगे। किंतु धनतेरस पर जुए में हारकर लड़खड़ाते कदमों से घर आने वाले वाले शराबी का मोहल्ले वाले करने लगे गालियों से अभिवादन।

व्यक्ति बैठा सोचने लगा कि अच्छा है पंछी शराब नहीं पीते। नहीं तो उनके भी हालात उस इंसान की तरह हो जाते जिनके बच्चे दीपावली पर्व पर पेड़ के नीचे बने घर में भूखे सो गये। वो शराबी इंसान अब इस दुनिया में नहीं रहा किंतु बच्चों की माँ मज़दूरी करके अपने बच्चों के संग अब दीपावली मना रही है।

व्यक्ति सोचने लगा, यदि मानव शराब रूपी ज़हर के बदले, ईश्वरीय ज्ञान रूपी अमृत पान करे तो नित्य ही दीवाली जैसी खुशियाँ मनाये, जैसे वह पंछी अपने परिवार के साथ मना रहा था। शराब, जुए जैसे व्यसनो ने मानव को पंछियों से भी गया गुज़रा बना दिया है। पंछी अपने बच्चों को तो पाल लेते हैं, व्यसनी तो बच्चों को यतीम और पत्नी को विधवा बना संसार से कूच कर जाता है या जीते हुए भी मृतप्राय ही रहता है। ❖

## पाना था सो पा लिया

● डॉ. पी.आर.साहू, बिलासपुर

लौकिक में मैं एक जिस्मानी डॉक्टर (जनरल फिजिशियन) हूँ, आयु 35 साल है। मुझे बाबा का ज्ञान सन् 2005 में प्राप्त हुआ, उस समय मेरे पास एक छोटा-सा क्लीनिक था जो किराये का था लेकिन आज यह 'ओमशांति हॉस्पिटल' के रूप में बदल गया है। किराये के घर में अपने परिवार के साथ रहता था पर आज मेरे पास अपना घर है जिसका नाम 'शिवम् निवास' है। यहाँ तक पहुँचने का सफर काफी उतार-चढ़ाव वाला रहा है।

### सब कुछ उस पर छोड़ दिया

सन् 2006 की बात है। मेरे पास एक साल का छोटा-सा बच्चा आया जिसको 102 डिग्री बुखार था। मैंने अपने सहयोगी को कोल्ड स्पंज करके एक एंटीबायोटिक इंजेक्शन देने को कहा। फिर पैरासीटामॉल 125 एम.जी. की टेबलेट 3 दिन की खुराक देने को कहा। सहयोगी ने उसी आकार की डेरिफाइलीन रिटार्ड 150 नामक गोली दे दी जोकि अस्थमा के नौजवानों को दी जाने वाली खुराक थी। बाद में मैंने पूछा कि यह दवा किसको दी तब उसने कहा, सॉरी सर, मैंने यह दवा बच्चे के लिए उसकी माँ को दे दी। मैंने तुरंत दो सहायकों को गाड़ी में

भेजकर बच्चे एवं उसकी माँ की खोजबीन पूरे एरिया में करायी लेकिन वे कहीं नहीं मिले। फिर मैंने चाइल्ड स्पेशलिस्ट को कॉल किया और पूछा कि अगर बच्चा दवाई ले ले तो क्या होगा तब डॉक्टर ने कहा कि घातक आघात हो सकता है। अब मैं कुछ नहीं कर सकता था सिवाय बाबा पर छोड़ने के। मैंने बाबा को याद किया और कहा कि बाबा, आप ही कुछ कर सकते हैं, बाकी कोई कुछ नहीं कर सकता। तीन दिन की खुराक पूरी होने के बाद उसकी माँ आई और कहा, डॉक्टर साहब, आपने यह कौन-सी दवाई दे दी जिसे खाते ही बच्चा उल्टी करके निकाल देता है। बच्चा सारी दवाइयाँ ले लेता है लेकिन यही डोज निकाल देता है। माँ ने उसे 6 खुराक दी, बच्चे ने सब उगल दी। इसी बीच बच्चे का बुखार भी उतर गया। वाह बाबा वाह, आपने तो कमाल कर दिया, ऐसा कह मैंने दिल से बाबा का शुक्रिया अदा किया।

### झूठी शिकायत की चिट्ठी

सन् 2010 की बात है। मेरे पास एक मरीज़ आया जिसकी 35 प्रतिशत चमड़ी जल चुकी थी। मैं उस मरीज़ के घर कभी किराये पर रहता



था इसलिए मैंने एम.एल.सी. मेडिको लीगल केस (जले हुए व्यक्ति को अस्पताल में भर्ती करने से पहले थाने में सूचित करना पड़ता है कि मैं यह केस ले रहा हूँ) नहीं कराया। एक सर्जन को बुलाया, उन्होंने भर्ती की सलाह दी, जो सावधानियाँ उन्होंने बताई, हमने फालो की, मरीज़ धीरे-धीरे ठीक होने लगा और एक महीने के अंदर-अंदर उसे छुट्टी मिल गई। भर्ती, दवाई, डॉक्टर का चार्ज एवं हॉस्पिटल चार्ज मिलाकर कुल 22,000 रुपये का बिल बना जिसमें से 20,000 रुपये मरीज़ के घर वालों ने खुशी से जमा करवा दिये। बचे 2,000 रुपये के लिए एक हफ्ते की मोहलत माँगी और मैंने हाँ भर दी। फिर अचानक कलेक्टर साहब के यहाँ से भेजी गई एक चिट्ठी के साथ स्टाफ सहित सिटी मजिस्ट्रेट ने मेरे हॉस्पिटल में छापा मारा। चिट्ठी में लिखा था कि ओमशांति हॉस्पिटल में

एक जले हुए रोगी से 50,000 रुपये की माँग की गई, नहीं देने पर उसे बंदी बना लिया गया है।

### जीत सच की हुई

यह शिकायत किसी समाज विरोधी ने की थी क्योंकि मैंने एम.एल.सी. नहीं कराया था। इस तरह के मरीजों को सरकारी हॉस्पिटल में ही भर्ती कराते हैं क्योंकि वहाँ सुविधायें उपलब्ध रहती हैं। उस मरीज के परिवारजन को समाज विरोधी ने अपने पक्ष में ले लिया यह प्रलोभन देकर कि मैं आपके 20,000 रुपये वापस करवा दूँगा। मेरे सभी साथियों ने कहा कि आपको सिर्फ मरीज ही बचा सकता है। मजिस्ट्रेट साहब मरीज के घर बयान लेने गये। मरीज की माँ, बाप एवं भाई तीनों की बातों को उन्होंने नहीं सुना और कहा, मुझे सिर्फ मरीज के बयान लेने हैं। बाबा का कमाल देखो, उस मरीज बहन का जवाब था, अगर डॉक्टर साहू नहीं होते तो आज मैं भी नहीं होती। इस तरह बाबा ने सच को जिताया और अपने प्रति विश्वास को और पक्का किया। आज मेरे परिवार के सभी सदस्य बाबा का ज्ञान पा चुके हैं। मेरी युगल बाबा के हर कार्य में छाया की तरह साथ देती हैं। बाबा को पाकर मैंने सब कुछ पा लिया और कुछ बाकी नहीं रहा। ❖

## अंतर्मुखता

ब्रह्माकुमारी मिनाक्षी, लुधियाना

**ज**ब हम आत्मायें अपने धाम से इस धरा पर अवतरित होती हैं तो उस समय हर आत्मा की संपूर्ण अवस्था होती है। हर आत्मा अपने निज गुणों की अनुभूति स्वरूप होती है। उस समय किसी भी प्रकार के बाह्य सुख व आनन्द की आवश्यकता नहीं होती। धीरे-धीरे जन्म-मरण के चक्कर में आते-आते, देह के संपर्क में आते-आते ज्योंही हम स्वयं के गुणों की अनुभूति से वंचित हो जाते हैं तब हम आत्माओं का प्रवाह बाह्येन्द्रिय जन्य सुखों की ओर होने लगता है।

विषयों के द्वारा आभासित होने वाले सुख व आनन्द का रसास्वादन आत्मा करती है। बार-बार ऐसा करने पर आत्मा बाह्येन्द्रिय जन्य सुखों को ही सच्चा सुख समझ लेती है। स्वयं के अन्तर के सुख की अनुभूति का हास हो जाने के कारण तथा निरंतर इन्द्रिय सुख के बढ़ते जाने के कारण आत्मा अज्ञानता को प्राप्त होती है। वह बहिर्मुखी बन जाती है। धीरे-धीरे स्वयं के अस्तित्व से पूर्णतया अनभिज्ञ हो वह देह-अभिमानी बन जाती है। बुद्धि में सत्य ज्ञान का पूर्णतया अभाव हो जाता है। बुद्धि रजो व तमो बन जाती है और असत्य को सत्य, दुख को सुख, अज्ञान को ज्ञान तथा अनित्य को नित्य समझ लेने से आध्यात्मिकता का पूर्णतया हास हो जाता है।

जब स्वयं परमात्मा हमें फिर से आत्मा का सत्य परिचय देते हैं और आत्मिक स्थिति में स्थित होने का अभ्यास कराते हैं तो यह सारी प्रक्रिया उलट रीति से घटने लगती है। हमें स्वयं की सत्य पहचान मिल जाती है कि हम ज्योतिबिन्दु आत्मा हैं और हम आत्माओं में ही सत्य ज्ञान, शान्ति, सुख, पवित्रता आदि निहित है और हम आत्मिक स्थिति में टिक कर शांत स्वरूप, आनन्द स्वरूप, सुख स्वरूप, पवित्र स्वरूप आदि निज मौलिक गुणों की अनुभूति का अभ्यास करते हैं तो स्वानुभूति एवं स्वसाक्षात्कार होने लगता है।

इंद्रियाँ जीवन के लिए आवश्यक कार्यों का प्रतिपादन तो करती हैं लेकिन अनावश्यक विषयों का रसास्वादन प्रायः लोप हो जाता है। मन-बुद्धि इंद्रियोन्मुख न होकर अन्तरात्मान्मुखी हो जाते हैं। इस सारी प्रक्रिया के द्वारा आत्मा अंतर्मुखी बन जाती है। हमें अंतर्मुखी बनने के लिए केवल आत्मिक स्थिति में टिक आत्मा के मौलिक गुणों की अनुभूति करनी है। इससे सभी विकार स्वयं उतरोत्तर हीन होकर निष्क्रिय हो जायेंगे। ❖





## बाबा ने फूलों की वर्षा की



जब बाबा ने तपस्वीमूर्त दादियों को शुरू-शुरू में माउंट आबू से विभिन्न स्थानों पर भेजा तो कानपुर से कई युगल एक साथ ही ईश्वरीय ज्ञान में चले। उनमें से एक युगल थे मोतीराम भाई तथा सुमित्रा बहन। सन् 1956 से 2012 तक तन, मन, धन से समर्पित सुमित्रा बहन ने कानपुर तथा आस-पास, परिवार सहित अथक हो ईश्वरीय सेवायें की। पाँच अक्टूबर, 2012 को आपने पुराना शरीर छोड़ बापदादा की गोद ली। प्रस्तुत हैं उनके जीवन के कुछ प्रेरणादायी अनुभव जो उन्होंने देह त्यागने से कुछ समय पहले व्यक्त किये थे – सम्पादक



**प**हली बार मधुवन में बाबा से मिलकर मेरे युगल मोती राम जी घर लौटे तो उनका स्वभाव बिल्कुल बदल गया। वैराग्य आ गया। पान खाना, पिकचर देखना, सब छूट गया। मेरा विचार चला कि इतनी जल्दी वैराग्य

दिलाने वाली यह संस्था बहुत अच्छी है। मुझे भी चलकर देखना चाहिए और उसी दिन से हमारे जीवन में पवित्रता आ गई। अभी ज्ञान में चलते छह मास ही हुए थे कि ब्रह्मा बाबा का कानपुर में आगमन हुआ। सुबह-सुबह बाबा से मिलने सेवाकेन्द्र पर गये। बाबा की प्यार व शक्ति भरी दृष्टि जैसे ही मुझ पर पड़ी, कल्प पूर्व की विछड़ी मैं आत्मा रूहानी बाप की कशिश में खिंचकर बाबा से लिपट गई और पाँच मिनट तक रोती रही। बाबा ने मेरे ऊपर फूलों की वर्षा की। उस दिन से मैं रोज़ क्लास करने लगी।

### जीवन परिवर्तन

बाबा के सच्चे प्यार में मेरी लोकलाज छूट गई। विकारी जीवन के कपड़े, बिस्तर, रजाई आदि सब दान कर दिए और मरजीवा जन्म में उपयोग के लिए जो खरीदा, पहले सेवाकेन्द्र पर भेजा। हमारा रहन-सहन, पहनावा बिल्कुल दादियों जैसा हो गया। बच्चों को भी ईश्वरीय ज्ञान में चलाने के लिए बाल भवन खोला गया जिसमें एक मास तक मम्मा भी आकर रही।



हम ईश्वरीय सेवा में मस्त रहते थे। मोहल्ले में पर्चे बाँटते थे तो बंगलों के कुत्ते बहुत डिस्टर्ब करते थे। पर बाबा की याद और सेवा में मगन यही निश्चय और नशा रहता था कि गॉड हमारे साथ है तो डॉग क्या करेगा।

### बाबा ने वरदान दिया

एक बार बाबा ने मेरे लिए कहा था, इसका योग ठीक है। योग में मुझे कभी मेहनत का आभास नहीं हुआ।

आज 90 वर्ष की आयु तक भी बाबा की सेवा में तत्पर हूँ। सुबह को क्लास में जरूर जाती हूँ चाहे कितनी ही तबीयत खराब क्यों ना हो। शरीर छूटना ही है तो क्यों ना क्लास में ही छूटे। गाँव, देहात, शहर जहाँ-जहाँ भी सेन्टर, गीता पाठशाला, क्लास शुरू किये, वहाँ फोन द्वारा सेवा करती रहती हूँ। संपूर्ण परिवार भी ज्ञान में चल रहा है।



रुनेही पाठकों को आत्मा रूपी दीपक को प्रकाशित करने के यादगार पर्व दीपावली की कोटि-कोटि शुभ बधाइयाँ



## रूठने से रूठ जाती है किस्मत

रूठना एक महारोग है जो मनुष्य को अंदर ही अंदर कचोटता रहता है। यह मन में भी उबाल लाता है तथा संस्कारों को काला बना देता है। रूठने में घृणा का भाव सूक्ष्म रूप से समाया हुआ होता है जो खुशी को गायब कर देता है। रूठने वाले के मन में द्वेष घर कर लेता है और अंदर से रोष पैदा होता है, जो चेहरे पर साफ झलकता है।

रूठना स्वयं को हानि पहुँचाना, अपने संस्कारों को बिगाड़ना, अपनी खुशी को नष्ट करना ही नहीं है बल्कि स्वयं को दूसरों की निगाहों में गिराना भी है। इससे मन में खटास आ जाती है, मूड बदल जाता है, फिर योग नहीं लगता।

रूठना एक बहुत बड़ा विकार भी है। बार-बार रूठने वाले भगवान से भी रूठ जाते हैं क्योंकि मूड ऑफ करना माना परमात्म श्रीमत की अवज्ञा करना। रूठने वाले के मन में ग्लानि पैदा होती है। बार-बार रूठने की आदत से स्वभाव में उग्रता और उतावलापन प्रगट होने लगता है जो खतरनाक भी हो सकता है।

कहते हैं, जो दूसरों से रूठता है, उसकी किस्मत उससे ही रूठ जाती है। यदि किसी व्यक्ति की कोई बात हमें अच्छी नहीं लगती तो उसका कारण हमारी अपनी कमज़ोरी हो

सकती है चाहे कहने वाले का ऐसा कोई भाव न हो जो हमें ठेस पहुँचाये। इसलिए उस व्यक्ति के प्रति शुभ भावना, शुभ कामना, सज्जनता, मानवता, दया-भाव, कल्याण भाव हमें नहीं छोड़ने हैं। इन सदगुणों को छोड़ना माना स्वयं को हानि पहुँचाना और तकदीर को लकीर लगाना।

रूठने वाले को कभी मान नहीं मिल सकता। रूठने से अर्थात् मूड ऑफ होने से मन की स्थिति मुर्दे के समान हो जाती है। एक बार स्थिति बिगाड़ने से सौ गुणा नुकसान हो जाता है। रूठना, रोना ये सब नाजुकपने के सूचक हैं, आसुरी संस्कार हैं। रूठना माना किचड़े को अपने ऊपर लेना।

यदि किसी व्यक्ति ने अपमान किया और हमने उसे मन में बिठा लिया, फुलस्टाप नहीं लगाया तो समय और शक्ति व्यर्थ जायेंगे, अवस्था डगमग होगी अर्थात् दर्द ही दर्द। परिस्थिति, समस्या आदि माया डाकू के रूप में हमारी खुशी को लूट लेंगी।

### रूठने के कारण

यदि व्यक्ति सावधान नहीं रहता तो मनोदशा बिगड़ जाती है जिससे अप्रिय बोल, आपत्तिजनक वचन, अवांछित व्यवहार व ईर्ष्यालु स्वभाव बन जाता है। अतृप्त रहना, आंतरिक खुशी के खज़ाने की कमी रहना, धन का नशा होना, मान-शान-पद का

### ● ब्रह्माकुमार रामसिंह, रेवाड़ी

अहम होना – इन बातों के कारण हम दूसरों के अनुकूल ढलना नहीं चाहते। यही रूठने का कारण बन जाता है।

रूठने का एक कारण यह भी है कि स्वयं के किये हुए कार्य की कमी की बात दूसरों से नहीं सुनना चाहते। सबसे अधिक वही रूठता है जो स्वार्थी है। जो निःस्वार्थ भाव से कार्य करता है वह कभी रूठ ही नहीं सकता अर्थात् जो जीवन के हर राज़ को जानता है, वह नाराज़ कैसे हो सकता है।

### रूठने से हानि

रूठने से ब्लडप्रेशर, हृदय रोग, श्वास रोग, शूगर, मानसिक तनाव, चिड़चिड़ापन, अनिद्रा, सिरदर्द आदि रोगों का प्रभाव तन और मन पर पड़ता है। ऐसा मनुष्य अल्प आयु ही जी पाता है। इससे नेत्र रोग भी हो जाते हैं।

### रूठनाप्रूफ बनने के लिए सावधानियाँ

- जब आपकी कोई निन्दा या ग्लानि करता है तो समझो, यह विघ्न मेरी शक्तियों को जगाने आया है क्योंकि जीवन के इस युद्ध में उसी की जीत होती है जो हिम्मतवान है।
- यह सोचें कि छोटी-छोटी बातों की वजह से मैं अपनी श्रेष्ठ स्थिति से क्यों डगमग होऊँ! डाँवाडोल होकर अपने स्वमान का स्वर्ण सिंहासन क्यों छोड़ूँ?

- पानी की ठोकड़ें खाकर पत्थर भी पूजनीय बन जाता है। हमें भी सब कुछ सहन करके चलना है। ठोकड़ें खाकर ही ठाकुर बनेंगे।
- हमारी कामनायें, इच्छायें हमें कमजोर बनाती हैं। हम दूसरों से ज्यादा स्नेह व सहयोग की कामना रखते हैं जो पूर्ण न होने पर बुरा
- एहसास कराती हैं इसलिए दूसरों से अपेक्षाओं का त्याग करें।
- हर बात को साइडसीन समझकर पार करते चलें।
- स्वयं भगवान मेरे लिए खुशियों के खज़ाने बाँट रहा है। मैं अपनी खुशी छोटी-सी बात के लिए क्यों खत्म करूँ?
- पेपर्स तो आयेगे, इन्हें पास करना ही है अर्थात् परेशानियों से परेशान नहीं होना है, उन्हें अपनी प्रगति को आगे बढ़ाने वाले प्रमाण-पत्र समझना है।
- कहावत है, खुशी जैसी खुराक नहीं। पहाड़ जैसी बड़ी बात आये, विघ्न आये तो भी खुशी न जाये। ❖

## बाबा ने हृदयाघात से बचाया

— ब्रह्माकुमार जयराम, पलांदूर, भंडारा

मैं पिछले 10 साल से ईश्वरीय ज्ञान का नियमित विद्यार्थी हूँ। भू-मापन विभाग से सेवानिवृत्त होने के बाद पैतृक गांव में गीता पाठशाला शुरू की। मेरी युगल भी ज्ञान में चल रही है। सन् 2012 में महाशिवरात्रि पर्व के अवसर पर बाबा से अव्यक्त मिलन मनाने तथा ईश्वरीय सेवार्थ एक मास मधुबन रहना हुआ। अलौकिक परिवार में मुझे सच्चा परिवारिक सुख तथा मन की सच्ची शान्ति मिली।

दिलाराम बाबा को दिल में बिठाकर मधुबन से लौकिक गांव आ रहा था। अहमदाबाद के पहले मुझे छाती में हल्का-सा दर्द महसूस हुआ। अहमदाबाद में शाम 6 बजे ट्रेन में बैठ गया। बाबा को याद करके भोजन किया और गुडनाईट करके सो गया। अचानक रात 2 बजे महसूस हुआ कि कोई जोर-जोर से हिला रहा है और बोल रहा है, “बच्चे, जागो-जागो।” जब आँखें खोलीं तो सीने में बहुत दर्द हो रहा था और सरदर्द से नसें फटी जा रही थीं। मुख से झाग आ रहा था। ना मैं बोल सकता था, ना खड़ा हो सकता था। मन में संकल्प आया कि अगर मुझे यह शरीर छोड़ना था तो बाबा ने मुझे जगाया क्यों? संबंध निभाने वाले बाबा को मैंने सर्जन के रूप में बुलाया। कमाल बाबा की, “दिलाराम बाबा दिल की बीमारी से मुक्त करने मानो पहुँच गया।” एक क्षण

में ही मेरा दर्द 25 प्रतिशत कम हो गया। मैंने युगल को जगाया और दोनों अविनाशी सर्जन की मदद लेने के लिए योग में बैठ गये। छोटे बच्चे को जैसे सुलाते हैं वैसे बाबा ने 4:15 बजे मुझे पुनः सुला दिया और

5:00 बजे जब आँखें खुली तो दर्द 50 प्रतिशत कम हो चुका था। मैं सही-सलामत लौकिक गांव पहुँच गया। हृदय रोग विशेषज्ञ डॉक्टर ने चेकअप किया। डॉक्टर बोले, “आपको हृदयाघात इतना जोर से आया कि हृदय के एक तरफ सूजन आ गई है, आप इस आघात में बचे कैसे?” मैं बोला, “आप नेक्स्ट गॉड हैं, मुझे फर्स्ट गॉड ने बचाया।” डॉक्टर को आश्चर्य हुआ।

बाबा हमेशा कहते हैं, “बच्चे, तुम मुझे याद करो तो मैं महाकाल तुम्हें अकाल काल के पंजे से छुड़ा दूँगा।” बाबा ने अपना वचन निभाया। संगमयुग के अनमोल क्षण ईश्वरीय मधुर याद के लिए बाबा ने मुझे नवजीवन के रूप में प्रदान किए। मेरी आयु बढ़ा दी। प्राणप्रिय बाबा का बहुत-बहुत धन्यवाद। प्यारे बाबा, बस मेरी यही आशा है कि यह जीवन अनेक दुखी-अशान्त आत्माओं की सेवार्थ निमित्त बन जाए। ❖



# समस्त प्रतिभाओं का अजस्र स्रोत – मौन

● ब्रह्माकुमार महेश्वर, पारलाखमण्डी

**प्रायः** मौन का अर्थ लोग वाणी के विराम से लेते हैं परंतु मौन की यह सारयुक्त परिभाषा नहीं है। यदि मन में संकल्पों, विकल्पों की आँधी चल रही हो, विषय-वासना, ईर्ष्या-द्वेष का तांडव चल रहा हो और बाहर जुबान बंद हो तो क्या आप उसे मौन की संज्ञा देंगे? वास्तव में मौन की यह स्थिति खतरनाक हो सकती है। यदि एक प्रेशर कुकर को जलते चूल्हे पर रख दें, अंदर पानी उबल रहा हो और बाहर सेफ्टी वाल्व जाम हो जाये तो क्या होगा? प्रेशर कुकर फट जायेगा, भयंकर नुकसान भी हो सकता है। ऐसी ही स्थिति उन व्यक्तियों की होती है जिनका मुँह तो बंद रहता है मगर मन में तूफान होता है। इस मौन को मौन नहीं कहा जा सकता। मौन की सार्थकता तो शुभ चिंतन, प्रभु चिंतन और सदगुणों के चिंतन में है।

## मौन द्वारा नूतन भावों का अवतरण

मौन आत्मा का श्रृंगार है। यह जीवन की दिव्य आभा है। मानव जीवन में जो भी उच्चतम और श्रेष्ठतम है, उन समस्त प्रतिभाओं की अभिव्यक्ति और अभिवृद्धि मौन-शक्ति का ही जादुई परिणाम है। महापुरुषों ने अपने में असीम सामर्थ्य इसी मौन और एकांत के सेवन से भरा था। जिन्होंने भी इतिहास रचा, वे प्रायः वाणी में विनम्र तथा कर्मों में प्रचंड सामर्थ्य के धनी हुए हैं। नूतन और दिव्य भावों, विचारों और दर्शनों का अवतरण और आविष्कार मौन में ही संभव हुआ है। महावीर बारह वर्ष मौन रहे, बुद्ध ने दस वर्ष मौन की साधना की, लाओत्से ने मौन में ही सर्वोच्च सत्ता का साक्षात्कार किया था। जीसस थोड़े-थोड़े समय के अंतराल में अपने शिष्यों को छोड़कर मौन के लिए पहाड़ पर चले जाते थे। जिस अति मानसिक चेतन के अवतरण का अनुभव महान योगी श्रीअरविंद ने किया, वह मौन का प्रतिफल ही था। रमण महर्षि अक्सर मौन में ही रहना पसंद करते थे। उनके सान्निध्य से ही लोगों को 'स्व'

का बोध हो जाया करता था। कवि वर्ड्सवर्थ घंटों मौन होकर प्रकृति के अनुपम सौन्दर्य को निहारते-निहारते आनंद मग्न हो जाया करते थे। बापू गांधी ने जिस बल पर विशाल अंग्रेज़ी साम्राज्य की नींव उखाड़ फेंकी, उसमें मौन की महत्वपूर्ण भूमिका थी। तक्षशिला के आचार्य विष्णुगुप्त (चाणक्य) भी मौन और एकांत के उपासक थे।

## बोल में सत्यता के साथ सभ्यता हो

वास्तव में इंसान को उतना ही बोलना चाहिए जिसे बोले बिना बिल्कुल काम नहीं चले, जैसे कि टेलीग्राफिक भाषा। डंडे और पत्थरों से तो हड्डियाँ टूट जाती हैं परंतु शब्दों से तो प्रायः दिल और रिश्ते ही टूट जाते हैं। बोल में सत्यता और सभ्यता का संतुलन हो तब ये हीरे-मोती से भी अधिक मूल्यवान तथा महिमा योग्य माने जायेंगे।

## बोल से मुसीबत

इस जहान में शब्दों के प्रयोग का वास्तविक हकदार वही है जो मौन की भाषा जानता हो। श्री अरविन्द के आश्रम की श्रीमाँ हमेशा कहा करती थी कि यदि कोई व्यक्ति सात दिन गंभीर मौन में बिताये तभी वह एक घंटा सार्थक बोलने योग्य माना जा सकता है और यदि उसे एक दिन बोलना है तो उसे एक वर्ष मौन में व्यतीत करना चाहिए। जो अधिक बोलता है, लोगों का उस पर विश्वास हट जाता है। अपशब्दों के प्रयोग का इतना ही अर्थ है कि आपके पास सही शब्द प्रयोग करने की समझ का अभाव है। महान विचारक पास्कल ने कहा कि अगर दुनिया में लोग थोड़ा चुप रहें तो 70 प्रतिशत झंझट समाप्त हो जायें। अक्सर आदमी बोलकर मुसीबत मोल ले लेता है और बाद में पश्चाताप करता रहता है। यही सोचता है, काश, चुप रह जाते तो कितना अच्छा होता। कुछ प्रश्नों का तो मौन ही उत्तर होता है। प्रत्येक स्थान और समय बोलने योग्य नहीं है, कभी-कभी मौन रह जाना बुरी बात नहीं।

### मौन का दुरुपयोग

यदि कोई चुप रह जाये तो हम यही समझते हैं कि या तो इसने हमारे प्रश्नों को महत्व नहीं दिया या फिर बेचारा मूर्ख होगा। लोग अनेक गलत कारणों से भी चुप हो जाते हैं जैसे

1. यदि किसी का अपमान करना हो तो।
2. तिरस्कार दिखाने का सबसे अच्छा ढंग है मौन।
3. जब लोग उदास हो जाते हैं तब मौन हो जाते हैं।
4. अचानक घबराहट में भी चुप हो जाते हैं।
5. अति क्रोध की अवस्था में भी वाणी नहीं निकलती है।
6. कई बार तो लोग इसलिए चुप हो जाते हैं कि वे प्रश्नों का उत्तर नहीं जानते। साथ ही वे लोगों को अपनी अज्ञानता का अहसास भी नहीं कराना चाहते।

### मौन बना देता है प्रेमपूर्ण और करुणावान

जब दो प्रेमी आपस में मिलते हैं तो उनके बीच शब्दों का व्यापार बंद हो जाता है और मौन का संवाद घटित होने लगता है। जगत के समस्त महत्वपूर्ण और हितकारी विचार मौन से पैदा हुए हैं। इसलिए यदि कोई व्यक्ति थोड़े-थोड़े समय के लिए पूर्णतः मौन हो तो वह प्रेमपूर्ण और करुणावान बन सकता है।

### शरीर-भाषा (Body Language)

मौन के लिए होंठों का बंद होना काफी नहीं है। दूसरी अन्य इंद्रियाँ भी बंद हों तो अच्छा है जैसे आँखों को ही लीजिए। मुख से ज्यादा आँख बोलती है। जो नैनों की भाषा जानते हैं वे अपने समस्त अंतर-भावों को इसी माध्यम से प्रकट करने में सक्षम हैं। नयनों के संकेत से मनुष्य प्रेम भी प्रकट कर देता है तो घृणा भी। हाथ से भी बहुत इशारे हो सकते हैं। शरीर भाषा विशेषज्ञ (Body Language Experts) जिन्होंने पश्चिम में बहुत खोज की है, का कहना है कि आदमी के उठने-बैठने और चलने के ढंग से भी बहुत कुछ पता चल जाता है। आपकी यथार्थ पहचान आपकी सजीली पोशाक से कहीं अधिक आपके बोल

और भाव-भंगिमा से होती है। कई लोग कान से नहीं अपितु आँख से भी सुन लेते हैं। आपके होंठों के कंपन से वे यह बता देंगे कि आप क्या बोल रहे हैं। बिथोवन बहरे थे परंतु सारा संसार जानता है कि उन्होंने कितनी अद्भुत धुनों का योगदान संगीत जगत को दिया। ध्यान की समस्त मुद्राओं का विकास शरीर भाषा को दर्शाता है।

### मानसिक स्वास्थ्य के लिए आवश्यक है मौन

स्वामी विवेकानन्द कहा करते थे कि किसी बात पर वाद-विवाद बढ़ा कि मन का संतुलन नष्ट हुआ। मौन ही व्यक्ति का सबसे बड़ा शिक्षक है। वह दूसरों द्वारा स्वयं की निन्दा, टीका-टिप्पणी सुनकर भी मौन रहकर उन लोगों को अपनी गलती का एहसास करा देता है। जिस प्रकार शरीर के स्वास्थ्य के लिए संतुलित भोजन और गहन निद्रा की आवश्यकता है, उसी प्रकार मानसिक स्वास्थ्य के लिए सम्यक विचार, निरसकल्पता और मौन की आवश्यकता है। एकांत और मौन की बदौलत ही व्यक्ति अनेक अदृश्य शक्तियों जैसे विचारशक्ति, इच्छाशक्ति, सहन और परखने की शक्ति, एकाग्रता की शक्ति इत्यादि प्राप्त कर लेते हैं और जीवन की उच्चतर संभावनाओं के द्वार खोल देते हैं। पानी हम बाहर से डालते हैं तो अंदर से प्यास मिट जाती है, उसी तरह बाहर की खामोशी व्यर्थ की विचारधारा को रोकने में सहायक सिद्ध होती है।

### पूर्ण मौन से आत्मिक अनुभूति

सोने से पहले रात्रि को एक घंटे के लिए मौन में प्रभु की याद में चले जायें। अमृतवेले सुप्रभात में परमात्मा से योग लगाकर शान्ति और खुशी प्राप्त करें। रास्ते चलते, कार्य करते इतना ख्याल जरूर बना रहे कि हम मौन में हैं। जिस क्षण आप मौन हैं, वही क्षण श्रेष्ठतम है आपके जीवन का। जीवन का अधिकतम क्षण मौन में बीतता रहे। पूर्ण मौन में स्थापित होते ही आप अपने आत्मिक स्वरूप के अनुभव में चले जायेंगे, शरीर भूल जायेगा। ❖

# बहुतकाल का अभ्यास

## ● ब्रह्माकुमार भारत भूषण, पानीपत

परमपिता परमात्मा शिव ने अपने वत्सों को संपूर्ण बनाने के लिए जिन तीन शब्दों पर बार-बार ध्यान खिंचवाया है, वे हैं – अचानक, एवररेडी एवं बहुतकाल। ईश्वरीय महावाक्य हैं, अचानक ही स्थितियों के पहाड़ टूटने हैं। किसी को अचानक कैसर की बीमारी आ गई, अचानक व्यापार में घाटा हो गया, अचानक किसी संबंधी ने शरीर छोड़ दिया, अचानक कोई दुर्घटनाग्रस्त हो गया, अचानक ही जो अपने थे वे दुश्मन बन गये, अचानक किसी साजिश के शिकार हो गये। ऐसे अनेकानेक परिस्थितियाँ अचानक आ पड़ती हैं। विश्व में एवं भारत में भी हम देखते हैं, अचानक प्राकृतिक आपदाएँ आ जाती हैं। ऐसे अचानक के पेपर के लिए शिवबाबा अपने बच्चों को कहते हैं, एवररेडी बनो अर्थात् ऐसे पेपर का सामना करने के लिए आप तैयार रहें। केवल तैयार ही नहीं बल्कि ऐसी तैयारी करके रखें जो आप पास विद ऑनर हो जायें। आपकी अवस्था थोड़ी भी डगमगाए नहीं। आप अचल-अडोल रहें। परिस्थितियों में भी साक्षी अवस्था एवं निरंतर याद की अवस्था टिकी रहे। भगवान पूछते हैं कि क्या ऐसी तैयारी है? यदि आज विनाश का बिगुल

बजता है तो क्या पास विद ऑनर होने के लिए तैयार हैं?

एक बार हम बेलगाम में कुडम संगम टाटास्टेट बड़ी कार में जा रहे थे। मैं आगे की सीट पर था। पीछे तीन बहनें बैठी थी। दो बैलगाड़ियाँ सामने से दौड़ी आ रही थी। दोनों का कॉम्पीटिशन छिड़ गया था, लगभग एक कि.मी. दूरी पर थी। देखते ही टचिंग हुई कि दुर्घटना होगी। बचाव का कोई तरीका नहीं था क्योंकि साइड में दोनों तरफ 10 फीट गहरी खाई थी लेकिन सामने बाबा आ गये। बाबा से मानो अनुभव हुआ, बच्चे, दुर्घटना होगी लेकिन बाल भी बांका नहीं होगा।

बैलगाड़ियाँ दौड़ती हुई निकट आ गई। सामने वाली बैलगाड़ी जोर से गाड़ी से टकराई और ऊपर चढ़ गई जिससे कार का शीशा टूटकर मेरे ऊपर गिर गया। लेकिन दूसरा बैल दूसरी ओर गिरा जिससे बैलगाड़ी भी खिसक गई। भयंकर दुर्घटना हुई लेकिन किसी का बाल भी बांका नहीं हुआ। इसी को कहते हैं, जाको राखे साइयां मार सके ना कोई। हम सभी गाड़ी से नीचे उतरे। उतरते ही मैंने मुसकराकर बहनों से पूछा, कैसी अवस्था रही? एक बहन ने कहा, मैंने तो आँखें बंद कर ली थीं कि अब

बचना मुश्किल है। दूसरी बहन ने भी बताया कि एकदम भयभीत हो गई थी लेकिन बाबा से कहा, हमें बचाना। अम्बिका बहन ने सुनाया कि मैं साक्षी थी। मैंने भी अपनी स्थिति सुनाई कि मुझे यह तो पक्का था कि दुर्घटना होगी लेकिन यह भी निश्चय पक्का था कि कुछ भी नहीं होगा। कई बार सोचता हूँ कि यह कैसे संभव हुआ कि इतनी भयंकर दुर्घटना में जरा भी भय नहीं लगा तो उत्तर यही आत है कि जब बहुतकाल का जमा का खाता है तो जरा भी भय नहीं लगता। चाहिए बहुतकाल का अभ्यास।

बहुतकाल का अभ्यास क्या करें?

1. बहुतकाल से अभ्यास हो विदेही अवस्था का, देह याद ही ना पड़े।
2. मन-बुद्धि को प्यारे शिवबाबा पर एकाग्र करने का।
3. अभी-अभी निराकारी, अभी-अभी आकारी और अभी-अभी साकारी स्थिति का।
4. प्रेम के सागर बाबा के लव में लीन होने का।
5. अभ्यास हो सर्वशक्तिवान की सर्वशक्तियों से संपन्न होने का।

यदि अभ्यास कम हो तो हम बढ़ा लें। अभी फिर भी समय है। आगे परिस्थितियाँ ऐसी आयेंगी जो चाहते भी पुरुषार्थ नहीं कर पायेंगे। इसके लिए दृढ़ संकल्प लें कि कम से कम 2.30 घंटा शक्तिशाली योग प्रतिदिन करेंगे। ❖