संजय की कलम से ..

ईर्ष्या को जीवन से निकाल दें

खुशी तब कम होती है जब मन में किसी के प्रति ईर्ष्या या द्वेष का भाव उत्पन्न होता है। परन्तु ज्ञानवान मनुष्य को चाहिए कि जब उसके मन में ऐसा भाव उत्पन्न हो तब सोचे कि यह तो मेरी गिरावट की निशानी है। महानता का चिह्न तो परोपकार, हृदय की विशालता, चित्त की उदारता और दूसरे के प्रति सद्भावना और कल्याण की भावना है। संसार में हरेक आत्मा का अपना-अपना पार्ट है। कोई भी अपने पुरुषार्थ से या किसी पूर्व कर्म की प्रालब्ध के रूप में ऊपर चढ़ता है तो उसको देखकर तो यह सोचना चाहिए कि ''इसने कभी-न-कभी कोई ऐसा उच्च कर्म किया है जिससे इसको ऊँची गति मिली है, अब मैं भी उच्च पुरुषार्थ करूँ। इसके पार्ट की मेरे पार्ट से कहाँ तुलना है? यहाँ तो हरेक का पार्ट अलग-अलग है। सब एक तो हो ही नहीं सकते।''

दूसरे के प्रति ईर्ष्या या द्वेष रखने से दूसरे की प्रालब्ध कम तो हो नहीं जाती, न ही अपनी प्रालब्ध ऊँची होती है बल्कि अपने ही जीवन में गिरावट आने के फलस्वरूप अपनी ही प्रालब्ध में घाटा पड़ता है और अपने ही मन में वर्तमान समय भी अशान्ति होती है तथा आध्यात्मिक उन्नति भी रुक जाती है और योगाभ्यास में भी विघ्न पड़ता है। अत: सही तरीका तो यह है कि दूसरे की उन्नति को देखकर हम अपना पार्ट, अपने ही पुरुषार्थ से उच्च बनाने की कोशिश करें और उसके लिए सहनशीलता तथा धीरज से काम लें और उस व्यक्ति से मधुरता से व्यवहार करें।

दूसरे की उन्नति को देखकर यदि हम अपने मन में खुश होंगे और मधुरता से व्यवहार करेंगे तो निश्चय ही यह दृष्टिकोण उन्नति पर ले जाने वाला सिद्ध होगा और दूसरे व्यक्ति से हमारा टकराव भी नहीं होगा, न जीवन में क्लेश बढ़ेगा। हम अपने जीवन से ईर्ष्या निकालें अर्थात् दूसरों से रीस न करें, स्पर्धा चाहे करें अर्थात् रेस बेशक करें।

इसी प्रकार, कभी-कभी क्रोध का अंश अथवा कड़वापन मन में आता है, तो यह सोचना चाहिए कि ''यह क्रोध तो बहुत बड़ा भूत है, यह तो खुशी को अथवा ज्ञान के खज़ाने को लूटने वाला डाकू है, इसे तुरन्त निकाल बाहर करना चाहिए। मन को निर्विकार स्थिति में रखने से ही मन में खुशी रहेगी और जो मन का दर्पण अर्थात् मुख है उस पर हर्ष दिखाई देगा। ❖

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

अमृत-सूची

- आध्यात्मिकता में है समाधान *(सम्पादकीय)* 4
- प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी.....6
- 'पत्र' संपादक के नाम 8
- ईश्वरीय कारोबार में.....9
- विकारी लहरें हुईं शान्त 12
- जेल में नया जन्म 13
- कामजीत जगतजीत 14
- समय से पहले परिपक्वता.....17
- श्रद्धांजलि 18
- दिल से देते चलो दुआयें.....19
- तो दीवाली मन जाए.*(कविता)* 22
- विचारों का सौन्दर्य.....23
- छोटी-सी बात *(कविता)*..... 24
- आत्म प्रबन्धन से जीभ 25
- सचित्र सेवा समाचार 27
- अलौकिक शक्ति 28
- तुच्छ, कुछ और सब कुछ ...29
- सचित्र सेवा समाचार..... 30
- स्वयं भगवान ने बनाया 32
- हड्डी रोग का उत्तम उपचार.... 33
- बाबा के साथ से 34

सदस्यता शुल्क

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

शुल्क केवल '**ज्ञानामृत**' अथवा '**द वर्ल्ड रिन्युअल**' के नाम से ड्राफ्ट या मनीऑर्डर द्वारा भेजने हेतु पता है- संपादक, ओमशान्ति प्रिंटिंग प्रेस, ज्ञानामृत भवन, **शान्तिवन- 307510 (आबू रोड) राजस्थान।**

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

सम्पादकीय ..✍

आध्यात्मिकता में है समाधान

आज के समय में कई अच्छे पढ़े-लिखे समझदार लोग भी व्यसनों के अधीन हैं। उनसे पूछा जाता है, आपने यह शराब, सिगरेट का व्यसन क्यों पाल लिया तो उत्तर मिलता है, यूँ ही बस थोड़ा सुकून, थोड़ी शान्ति मिल जाती है। सवाल यह है कि शान्ति एक बढ़िया चीज़ है, उसे हम गली-सड़ी-बदबूदार चीज़ों में क्यों खोज रहे हैं। शान्ति के लिए तो राजा भर्तृहरि ने महल और राज्य छोड़ दिया और हम उसे अखाद्यों में ढूंढ़ रहे हैं, क्यों? घर की बच्ची कोई गलत काम कर ले तो माँ-बाप कहते हैं, जा, हम तेरी शकल नहीं देखना चाहते पर टी.वी के पर्दे पर चल रहे दृश्यों को तो हम आँखें गड़ा-गड़ा कर देखते हैं, वो पार्टधारी बहुत चरित्रवान हैं क्या?

हाँफ रहा है गाड़ी खींचने में

आज के विद्यार्थी बड़ी-बड़ी डिग्रियाँ लेते हैं, जवानी है, उम्र का साथ है, माता-पिता का भी स्नेह, सहयोग है, वे उमंग देते हैं, बेटा पढ़ो और बच्चा सब तरफ से आंखें बन्द करके पढ़ाई में तेज़ दौड़ता है। इतना दौड़ता है कि 30 साल की आयु में एक कम्पनी का महाप्रबन्धक बन जाता है। बहुत बड़ी उपलब्धि है यह, लोग बधाई देते हैं, माता-पिता की छाती गर्व से फूल उठती है। अब तक तो बच्चा अकेला था, अब शादी कर दी। बोझ और ज़िम्मेवारी बढ़ गई। कम्पनी के भी हजारों छोटे-बड़े लोग उससे तरह-तरह की अपेक्षाएँ रखते हैं। कोई विरोधी है, कोई समय पर नहीं आता, कोई कहना नहीं मानता, अब तनाव आने लगा। घर में आता है तो बीबी से स्वभाव नहीं मिलता या माँ और बीबी की आपस में नहीं बनती। न घर में शान्ति, न कार्यालय में। पद है, नाम है, पैसा है पर शान्ति नहीं है। गाड़ी खींच रहा है कम्पनी की भी और गृहस्थी की भी पर हाँफ रहा है। यदि भौतिक साधनों क्लब, सिनेमा, तामसिक आहार, व्यसन आदि से इस हाँफ को मिटाने का भ्रम पालता है तो मन की शान्ति के साथ-साथ तन का तेज भी क्षीण हो जाता है। तनाव और अवसाद से घिरे इस नौजवान के लिए सबसे अनुकूल तरीका है कि वह आध्यात्मिकता की शरण ले। भौतिक दौड़ में थके-हारे व्यक्ति को आध्यात्मिकता आत्मबल देती है, भीतर से समर्थ बनाकर सकारात्मक चिंतन और आशावादी दृष्टि देती है। परिस्थितियों से पार जाने के तरीके समझाती है। स्वभाव-संस्कार मिलाकर चलने का मार्ग दिखाती है। बोझों को परमात्मा पिता के हवाले कर निमित्त भाव से हलके होकर कर्त्तव्य करने की कला सिखाती है।

सकारात्मकता का मार्ग सुझाएँ

माता-पिता का अपनी सन्तान से नि:सन्देह असीम प्यार होता है परन्तु बच्चे की अन्तरात्मा की शान्ति की आवश्यकता को अनदेखा कर जब वे उसे भौतिक चकाचौंध में चुंधियाने के लिए उकसाते हैं तो निश्चित ही उसका भला नहीं करते हैं। उन राहों पर चलकर वह निराशा और अवसाद के गहरे कुहरे से घिर जाता है। कोई सन्देह नहीं कि यह कुहरा उसे किसी भयंकर रोग की चपेट में ले जाकर कुछ ही समय में संसार से अलविदा करवा दे। बढ़िया से बढ़िया अस्पताल, धन का निर्बाध व्यय भी उसे बचाने में असमर्थ रहते हैं क्योंकि जिस शान्ति, धैर्य, सकारात्मकता की वास्तव में ज़रूरत थी, उसका मार्ग उसे सुझाया नहीं गया। इन महत्त्वपूर्ण आवश्यकताओं को उपेक्षित कर इन्हें प्राप्त करने के सच्चे उपायों से दूर रहने को प्रेरित किया गया।

स्वतन्त्रता की आड़ में परतन्त्रता

एक बार एक चील आसमान में उड़ रही थी और एक पतंग भी उड़ रही थी। पतंग ने देखा कि यह चील तो

ऐसे ही स्वतंत्र रूप में उड़ रही है। इसको ना तो कोई बंधन है, ना कोई डोरी है, मेरे को डोरी से बांधा गया है और एक आदमी का नियन्त्रण भी है। वह कभी मुझे इधर कर देता है, कभी उधर कर देता है। व्यर्थ के इस बंधन को मैं भी काट देती हूँ। उसने डोरी काट दी। एक हवा का झोंका आया, वह कांटों वाले पेड़ में उलझ गई और....। हम भी पतंग की तरह गलती करते हैं। मनमर्जी से चलकर स्वतन्त्र होने की सोचते हैं पर ज्यादा बन्धनों में बंध जाते हैं। हम अध्यात्म रूपी डोरी को काट देते हैं। जल्दी उठकर भगवान को याद करो, किसी से गलती हो गई हो तो माफ कर दो, बीती को भुलाना सीखो, धैर्य रखो, किसी से अनबन हुई हो तो उसे किनारे कर पुन: हाथ मिला लो, नम्र बन जाओ, ये बातें बन्धन नहीं बल्कि हमारी सुरक्षा हैं।

जहाँ समय, शक्ति लगाएंगे प्राप्ति भी वहीं से

सुबह-सुबह कुत्ते को घुमाने में हम सुख महसूस करते हैं। यदि कोई दुख आ जाए तो भगवान से उसे दूर करने के लिए प्रार्थना करते हैं। भगवान भी कहेगा, बेटा, सुबह तुमको मेरे पास आने के लिए समय नहीं है, जिसके साथ घूमने जाते हो उसी से समाधान पूछ लो ना। जहाँ हम समय और शक्ति लगाएंगे प्राप्ति वहीं से होगी। जब समय लगाते हैं कुत्ते में तो भगवान पर अधिकार कैसे रख पाएंगे। भगवान से प्राप्ति चाहिए तो वह समय भगवान द्वारा सिखाए जा रहे ज्ञान और योग में लगाएँ।

आध्यात्मिक जीवन अधिक सरल

शान्ति और सुकून चाहिए तो जीवन जीने के तरीके को बदलना पड़ेगा। आध्यात्मिक जीवन जीने का तरीका अधिक सरल है। आध्यात्मिकता में हर बात का समाधान है। भौतिकता में दिखावा है, झूठ है, आवरण पर आवरण चढ़ा हुआ है। ऐसे नहीं कि हम सच्चाई जानते नहीं, जानते हैं लेकिन एक लहर की तरह वह सच्चाई मन में उठती है, फिर तिरोहित हो जाती है और फिर से उसी आसक्ति में, बंधन में खो जाते हैं। हमें ऐसे बल की ज़रूरत है जो बार-बार शाश्वत सत्य का साक्षात्कार कराये। **हम जानते हैं, असत्य का परिणाम दु:ख है पर सत्य पर अटल रह सकें, यह काम अध्यात्म करता है, इसलिए हर रोज़ आध्यात्मिक ज्ञान सुनना जरूरी है। एक दिन भोजन खाने से जीवन सबल नहीं बनता, रोज़ भोजन खाना पड़ता है। आध्यात्मिक ज्ञान रोज सुनना पड़ता है। भोजन शरीर के लिए अनिवार्य है, आध्यात्मिक ज्ञान हमारे मन के लिए, श्रेष्ठ सोच के लिए अनिवार्य है।** तन का बिगाड़ कम तकलीफ देता है, मन का बिगाड़ ज्यादा तकलीफ देता है। इसलिए कहते हैं, व्याधि से ज्यादा भयानक है आधि। आधि अर्थात् मानसिक बीमारी। आज की दुनिया नये-नये दु:खों का सुपर बाज़ार बन गई है, इसमें नये-नये तरीके के दु:ख जुड़ते जाते हैं। भगवान कहते हैं, अपने आपको बदलो। दु:ख कहाँ से निकलता है, भीतर से। सुधार भी भीतर से होगा। भीतर के दाग धोने में आध्यात्मिक ज्ञान मदद करता है।

– ब्र.कु. आत्म प्रकाश

घुटनों व कूल्हों की प्रत्यारोपण सर्जरी

नियमित हर महीने के अंतिम सप्ताह में की जाती है।

सर्जरी यू.के., ऑस्ट्रेलिया और जर्मनी से प्रशिक्षित, मुम्बई के कुशल एवं अनुभवी सर्जन डॉ. नारायण खण्डेलवाल द्वारा की जाती है।

अग्रिम चेकअप तथा सर्जरी की तारीख जानने के इच्छुक मरीज संपर्क करें:

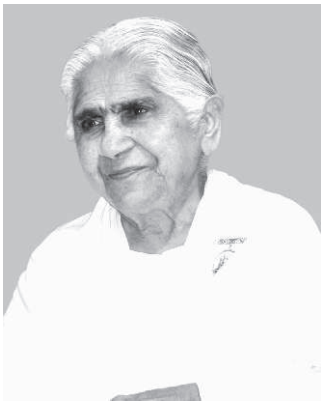
डॉ. मुरलीधर शर्मा, ग्लोबल हॉस्पिटल, माउंट आबू, राजस्थान

मोबाइल: 09413240131 **फोन:** (02974) 238347/48/49

वेबसाइट: www.ghrc-abu.com **फैक्स:** (02974) 238570

ई-मेल:drmurlidharsharma@gmail.com

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 गुत्थियाँ सुलझाकर समाधानस्वरूप बना देती हैं। प्रस्तुत हैं भाई-बहनों द्वारा पूछे गए प्रश्नों के दादी जानकी द्वारा दिये गये उत्तर ...

– सम्पादक

प्रश्नः- दीपावली पर्व के लिए आपका क्या सन्देश है?

उत्तरः- दीवाली में दीपकों की जगी हुई माला कितनी सुन्दर लगती है, कितनी खुशी होती है। भले ही हरेक की लाइट में थोड़ा-थोड़ा फर्क होगा। ऐसे हम भी जब एक-दो को देखें तो जो हमारे सामने आये वह लाइट (हलका) बन जाये। ऐसा कौन-सा संकल्प है जिससे सफाई भी करें और कमाई भी करें? घर में भाई कमाई करते हैं, मातायें सफाई करती हैं। ऐसे ही एक तरफ स्वयं ही स्वयं की सफाई का काम भी करो और दूसरी तरफ कमाई भी करो। यह समय बहुत कमाई का है, पर एक ही समय पर दोनों काम हों, ऐसा कौन-सा संकल्प है? मुझे करना है... यह संकल्प दृढ़ हो। पुरानी बातों की सफाई भी करनी है, सफाई के बिगर सच्चाई की कमाई की कीमत का पता नहीं पड़ता है। आत्मा के ऊपर अनेक जन्मों का मैल चढ़ा हुआ है। अब परमात्मा ने अपनी समझ दी है कि कोई न कोई तरीके से सफाई करते रहो क्योंकि सफाई के बिना खुशहाल नहीं बनेंगे। कमाई के बिना खुशहाल नहीं रहेंगे। इसलिए सच्ची दीवाली मनाने के लिये दिन-रात स्वप्न, चाहे संकल्प में सच्ची कमाई करते चलो। इसके लिए अन्तर्मन में शान्ति की ज्योत जगाओ, साथ-साथ ज्योत से ज्योत जगती रहे, ऐसा संग और सहयोग दो क्योंकि संग का रंग लगता है। अभी भगवान हमारा साथी है, हम अकेले नहीं हैं। दुनियावी सम्बन्ध में होते बन्धन-मुक्त हैं क्योंकि बाप से सम्बन्ध होने से बन्धन-मुक्त, जीवन-मुक्त हैं। जीवन जीते हैं पर मुक्त हैं। तो इतनी अच्छी संकल्प की क्वालिटी हो।

प्रश्नः- भगवान से बातें करनी हों तो क्या करें?

उत्तरः- भगवान से बातें करनी हैं तो और बातें सुनना बन्द कर दो। भगवान जो सुनाता है, वही सुनो, वही बोलो। बाकी और कोई बातें न करनी हैं, न सुननी हैं। जो यह ध्यान रखता है वह भगवान से बातें करना सीख जाता है। भगवान उसकी बातों को सुनता है, उत्तर भी देता है।

प्रश्नः- ईश्वरीय पढ़ाई की मुख्य तीन धारणाएँ कौन-सी हैं?

उत्तरः- आज्ञाकारी, वफादार, ईमानदार – तीनों को अपने में देखो। जैसे चार सबजेक्ट हैं, वैसे ये तीन धारणायें हैं। आज्ञाकारी सदा ही हलका रहता है, भारी नहीं होता है। जो श्रीमत पर चलता है वह थकता नहीं है। बाबा जो महावाक्य उच्चारण करता है उन्हें कान सुनते हैं। इन बातों को भूल और क्या बातें याद करें! दौड़ का घोड़ा अपनी लाइन में चलता है। घोड़े कैसे दौड़ते हैं, टक्कर नहीं खाते हैं। ध्यान है, मुझे दौड़कर पहुंचना है, पीछे नहीं रहना है। आज्ञाकारी वह बनता है जो वफादार है। एक बाबा दूसरा न कोई। आज्ञाकारी और वफादार स्वतः ईमानदार होता है। एक कौड़ी भी इधर-उधर नहीं करेगा। आज्ञाकारी के सिर पर बाप का हाथ है। वफादार है तो बाबा को विश्वास है कि कहाँ भी इसकी बुद्धि

लटकेगी, चटकेगी नहीं। जीवन-यात्रा में बुद्धि कहाँ लटकी है या मेरे पीछे कोई लटकता है, तो आदत खराब है। लटकने वाले पर बाबा को दया नहीं आती है, क्षमा नहीं करता है। बाबा कहता है, याद अव्यभिचारी हो। पतिव्रत, पिताव्रत में रहे। कैसी भी परीक्षा आये, पिताव्रत में आज्ञाकारी है, सतीव्रत में ईमानदार, वफादार है। जितना ज्ञान की गहराई में जाएँगे, उतना योगयुक्त रहेंगे। बाबा के शब्द सिर्फ दोहराने नहीं हैं। उन पर हमें चलते हुए देख सबके लिए चलना सरल हो जायेगा। ईमानदार हैं तभी ट्रस्टी बन सकते हैं। बाबा ने माताओं को ट्रस्टी बनाया, खुद न्यारा हो गया। बाबा भी विदेही और ट्रस्टी रहा। कारोबार, संबंध में ट्रस्टी, मेरा कुछ नहीं है। बाबा में तिनके मात्र भी मेरापन नहीं है।

प्रश्नः- आशीर्वाद और दुआएँ कब मिलते हैं?

उत्तरः- गीता में भगवान ने कहा है, तुम्हें मैं दिव्य बुद्धि और दिव्य दृष्टि देता हूँ जिससे तुम मुझे जान-पहचान सकते हो। तो बुद्धि को, दृष्टि को देखो, कितनी दिव्य बनी है? किसी भी विषय में नम्बर कम न हों तो बाबा की आशीर्वाद मिलती है। फिर लाइट रहकर माइट खींचते हैं, लाइट हाउस बन जाते हैं। हाँ जी कहा, काम हो गया। हम कुछ नहीं करते हैं, सबका सहयोग करा रहा है। एक है आशीर्वाद, दूसरी हैं दुआयें। दोनों इकट्ठे हो गए। जिसकी सेवा की उसकी दुआयें, बाबा की आशीर्वाद इसलिए मेहनत नहीं है। दिल से, प्यार से सेवा करते दुआयें मिल रही हैं। हिम्मत हमारी, मदद बाप की, सहयोग सबका। सदा श्रीमत पालन करने वाले को प्यार भी मिलता है, आशीर्वाद भी मिलता है और दुआयें भी मिलती हैं। फिर बाबा के बाजू में बैठो तो शक्ति आती है। सामने बैठो तो कैसी स्थिति है! भाग्यवान हूँ, किसके सामने बैठी हूँ! बाबा ऐसी दृष्टि दे रहा है जो शरीर ही भूल गया। बाजू में बिठाया तो शक्ति आ गई, अशरीरी बन गये। फिर है सकाश। बाबा की सकाश कितना बड़ा कार्य करा रही है। सफलता जन्म सिद्ध अधिकार है। मैंपन के अभिमान से और मेरा-मेरा से मुक्त हो गये हैं। कइयों के संकल्प, वाणी या कर्म इच्छा, ममता वाले हैं। इच्छायें रखना अच्छा नहीं है। ज्ञानी तू आत्मा माना ही इच्छा मात्रम् अविद्या।

प्रश्नः- किसी का भी ध्यान हमारी देह में ना जाए, क्या करें?

उत्तरः- बाबा कहते हैं, बच्चों को लगावमुक्त बनना है। अगर थोड़ा भी लगाव किसी व्यक्ति, वैभव से है या किसी का हम में मोह है तो यह भी हमारी कमी है। अभी तक मैं देही-अभिमानी स्थिति में नहीं हूँ, तभी उसका ध्यान मेरी देह में जाता है। तो देही अभिमानी स्थिति में रहने से बाबा याद रहेगा। दूसरा कोई मेरी देह को याद नहीं करेगा। अगर कोई मेरी देह को याद करता है तो बुद्धि वहाँ खिंच जायेगी, फिर याद में मेहनत करनी पड़ेगी। तो कोई भी देहधारी मेरी बुद्धि को खींचे नहीं। सेवा कितनी भी करो, बुद्धि सालिम रहे। एक बाबा दूसरा न कोई। दिल में सिवाए एक बाबा के और कुछ भी याद न हो। कोई भी कारण हो, कोई भी परिस्थिति हो लेकिन बाबा की शक्तिशाली याद परिस्थिति को दूर कर देती है।

प्रश्नः- सच्चा व्रत कौन-सा है?

उत्तरः- भक्ति में व्रत का बहुत महत्त्व है। कोई-कोई व्रत बहुत अच्छा रखते हैं। हमारा व्रत है पवित्रता का, श्रेष्ठ संकल्प का व्रत है। ऐसा व्रत हमारी वृत्ति को सदा के लिए बदल देता है। पवित्रता से वृत्ति शान्त हो जाती है। ज़रा भी पवित्रता की कमी है तो सच्ची शान्ति का अनुभव नहीं होगा। जैसे बाबा ज्ञान, प्रेम, शान्ति, पवित्रता का टावर है, ऐसे हमें भी टावर बनना है। टावर ऊंचा होता है, ये चारों बातें भी हमको ऊंच ले जाती हैं। लेकिन नींव है पवित्रता इसलिए बाबा हम सबको व्यर्थ संकल्प की अपवित्रता को भी समाप्त करने की शिक्षायें दे रहा है। सदा शुद्ध संकल्प हों। संकल्प में स्वच्छता, निःस्वार्थ भाव और सेवा में निष्काम भावना हो। ❖

'पत्र' संपादक के नाम

'ज्ञानामृत' में रमेश भाई के 'विदेश में ईश्वरीय सेवा का प्रारम्भ' शीर्षक से सभी लेख दिल में उमंग-उत्साह भरते हैं। इन से स्पष्ट है कि सेवा हुई पड़ी है, केवल निमित्त बनना है। यदि सभी लेख मन में उतार लें तो कभी भी सेवा में आलस्य, अलबेलापन नहीं रह सकता है। लेखों से स्पष्ट है कि बाबा ने कम खर्च में तथा कम समय में अतुलनीय सेवा कराई है। आज मुझे जो तीव्र पुरुषार्थ का संकल्प आता है उसका आधार रमेश भाई के लेख तथा उनकी पवित्र धन की किताब है।

– ब्रह्माकुमार विजय,
उरई (उ.प्र.)

अगस्त, 2013 अंक में 'आधि और व्याधि' सम्पादकीय लेख बहुत ही प्रभावशाली है। इसमें लिखा है, जितनी भी मन की बीमारियाँ हैं, चाहे काम हो, क्रोध हो, लोभ हो..... इनका इलाज स्थूल औषधि से नहीं हो सकता। यह इलाज वही कर सकता है जिसका अपना मन साफ हो और जो सदा मन का मालिक हो। ऐसा तो एक पिता परमात्मा ही है, जो सबके भटकते मनों को ठिकाना देने वाला है। इसलिए आधि का सबसे अच्छा इलाज है राजयोग। इसी अंक में 'आखिर कब तक सहन करें?' लेख का भी एक-एक शब्द कीमती है।

– शिवमंगल सिंह,
केन्द्रीय कारागार, फतेहगढ़

जुलाई, 2013 अंक में 'पीछा करता है कर्मफल' अनुपम लेख अंतर्मन को छू गया। जो हम बोते हैं उसी को पाते हैं। पिछले जन्मों में दूसरों के साथ हमने जो किया उसी को इस जन्म में सामने पाते हैं। अगर स्वर्ग की बादशाही हमें अगले जन्म में लेनी है तो वर्तमान में पाप छोड़कर पुण्य कर्म करके पुण्य का खाता खोलना बहुत ज़रूरी है।

– ब्रह्माकुमार लालजीभाई गोवेकर,
मेहकर (महाराष्ट्र)

ज्ञानामृत आत्मबोध से भरपूर लेखों द्वारा समाज के निर्माण में योगदान दे रही है। सेवा और परोपकार के कार्य करते हुए सदा आगे बढ़ने की प्रेरणा यह देती है। यह सुन्दर पत्रिका दिन दुगनी रात चौगुनी उन्नति करते हुए सभी पाठकों के दिलों पर राज करती रहे।

– अशोक एल.घेवडे,
ससाणे नगर (पुणे)

अगस्त, 2013 अंक में 'तहेदिल से शुक्रिया खुदा दोस्त' पढ़कर आंखें ठहर गई और लेख दिल को छू गया। सोचा, अब तो सभी को निश्चय हो जाना चाहिये कि राजयोग सीखने की कोई उम्र नहीं होती है। बाबा का ज्ञान अनोखा है, न इसमें उम्र का बन्धन है, न जाति, न धर्म का। कोई भी अपने अविनाशी पिता का परिचय पा सकता है। सत्यम, जैसा नाम है वैसी ही राह पर चलते रहें, यही तमन्ना है।

– सुनीता, इन्दौर

जुलाई, 2013 अंक में 'बुझे दीपक को लौ मिल गई' लेख में जीवन परिवर्तन की सच्ची कहानी बहुत प्रेरणादायक लगी। लेखक का जीवन ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के ज्ञानरूपी प्रकाश से बदल गया। जो जीवन में दुख, दर्द, निराशाओं से असफल होते हैं उन्हें भी सच्ची राह व खुशियाँ मिलें, इसी आशा और विश्वास के साथ ओम् शान्ति।

– शांतन फडते, फोंडा (गोवा)

जुलाई, 2013 में 'कहनी है इक बात हमें - अपने साथी युवकों से' पढ़कर दिल में विचार आया कि इंटरनेट जैसे यन्त्रों ने दुनिया के अनगिनत बच्चों को बुरी तरह से भटका दिया है। फिर विचार आया, ये बच्चे बाबा को अपना साथी बना लें तो सारी दुविधायें खत्म हो जायेंगी। 'मनमानी और बुद्धिमानी' लेख भी सराहनीय है।

– चिराग अग्रवाल,
महोली रोड, मथुरा

ईश्वरीय कारोबार में आदर्श व्यवस्था संपन्न करने की ज़रूरत

● ब्रह्माकुमार रमेश शाह, मुंबई (गामदेवी)

जब ब्रह्मा बाबा अव्यक्त हुए तब अव्यक्त बाबा ने पहली अव्यक्त मुरली 21 जनवरी, 1969 को चलाई। उसमें यही बताया कि अब तक तो ज्ञान सूर्य और ज्ञान चन्द्रमा की रिमझिम इस सृष्टि रूपी रंगमंच पर चलती थी, अब बाबा आप बच्चों रूपी सितारों की रिमझिम देखना चाहता है कि किस सितारे की चमक सबको कितनी आकर्षित कर रही है। बाबा ने यह भी कहा कि बापदादा अभी देखना चाहते हैं कि कहाँ तक संगम पर बच्चों ने अपनी ज़िम्मेदारी का ताज उठाया हुआ है जिससे आप सतयुग में विशेष ताजधारी बनेंगे और यह भी कहा कि यहाँ की ज़िम्मेदारी ही वहाँ की नींव डालती है। बापदादा की दी हुई यह ज़िम्मेदारी या आश हम कैसे पूर्ण कर सकते हैं, इसी संदर्भ में मैंने यह लेख लिखा है और आगे भी इस विषय पर लेखमाला लिखने का सोचा है (आप सुवाचक अगर इस बारे में अपने कोई विचार देना चाहते हैं तो दे सकते हैं)।

प्रश्न उठता है कि यहां की ज़िम्मेदारी क्या है? ज़िम्मेदारी का ताज क्या है? अब तक तो हम यही समझते थे कि ज्ञानमार्ग में चार ही विषय हैं - ज्ञान, योग, धारणा और सेवा। हमारा लक्ष्य था कि इन चारों ही विषयों में पास विद् ऑनर बनना है। तो फिर इन चार विषयों के अलावा यह पाँचवाँ विषय **ज़िम्मेदारी** का कौन-सा विषय है, यह भी समझना पड़ेगा क्योंकि जब तक ज़िम्मेदारी का विश्लेषण नहीं जानेंगे तब तक ज़िम्मेदारी उठाने का पुरुषार्थ भी नहीं करेंगे और समझेंगे कि इन चारों विषयों में सम्पूर्ण बनने से ही सम्पूर्णता की स्थिति को प्राप्त कर सकेंगे।

बापदादा ने कहा हुआ है कि जैसी अवस्था वैसी व्यवस्था। इन चारों विषयों के आधार पर हमारी अवस्था बनती है जिसके आधार पर ही हमें श्रेष्ठ व्यवस्था करने की शक्ति मिलती है। व्यवस्था करने के लिए अनेक प्रकार की शक्तियों की ज़रूरत होती है और ये सब शक्तियाँ अनुभव से ही आती हैं। इन चार विषयों के आधार पर हमारे में गुण, विशेषताएँ, शक्तियाँ आती हैं। जब तक हम इन चार विषयों में सम्पूर्ण नहीं बनेंगे तब तक हमारी अवस्था भी सम्पूर्ण नहीं बनेगी। दुनिया में भी यही होता है कि राजा बनने वाले राजकुमारों के लिए विशेष शिक्षा दी जाती है। जैसे महाभारत में कौरव-पाण्डवों को आदर्श शिक्षा देने के लिए विशेष स्थान बनाया गया था और गुरु द्रोणाचार्य को विशेष आचार्य के रूप में नियुक्त किया गया था। महाभारत में लिखा हुआ है कि कौरव-पाण्डव जब गिल्ली-डंडा खेल रहे थे तो खेलते-खेलते उनसे वह गिल्ली उछलकर कुएं में गिर गई। सभी राजकुमार उलझन में पड़ गये कि यह गिल्ली कैसे निकालें। वहाँ से एक ब्राह्मण गुज़र रहा था, उसने देखा कि सभी राजकुमार बहुत चिंतित मुद्रा में हैं। उसने राजकुमारों से पूछा कि आप सभी इतने चिंतित क्यों हैं, तो उन्होंने कहा कि हमारी गिल्ली कुएँ में जा गिरी है। ब्राह्मण ने कुएँ में अपने तीर चलाये, उन तीरों से एक रस्सी बन गई, आखिरी तीर उस गिल्ली को लगा और उससे वह गिल्ली कुएं से बाहर निकल आई। सभी राजकुमार बहुत खुश हुए, वे उस ब्राह्मण को अपने राजमहल में ले गये और उन्हें अपने पितामह भीष्म से मिलवाया। भीष्म पितामह को पता चला कि इस ब्राह्मण द्रोणाचार्य ने गुरु परशुराम आदि से शिक्षा प्राप्त की है। भीष्म पितामह ने उन्हें राजकुमारों को शिक्षा देने की ज़िम्मेदारी दी और उन्हें राजगुरु के पद पर नियुक्त किया।

ऐसे ही रामायण में वर्णन आता है कि श्रीराम और श्रीलक्ष्मण को ऋषि विश्वामित्र ने विशेष शिक्षा दी और फिर जब उनके आश्रम पर असुरों

और राक्षसों का उपद्रव हुआ तो श्रीराम और श्रीलक्ष्मण को उसे दूर करने के लिए बुलाया। उनमें से एक राक्षस मारीच था जिसे श्रीराम के तीर ने घायल कर दिया और वह आकाशमार्ग से भाग गया। बाद में जब सीता को हरण करने की रावण को इच्छा हुई तब रावण मारीच के पास गया और कहा कि मारीच, सीता हरण के कार्य में तुम मेरी सहायता करो। मारीच ने कहा कि मैं जब से श्रीराम से घायल हुआ हूँ तब से उनसे प्रतिशोध लेने का विचार कर रहा हूँ। उसने फिर सोने के मृग का रूप धारण कर राम-लक्ष्मण को अपने जाल में फँसाया और इस प्रकार सीता का अपहरण हो गया।

जब भारत आज़ाद नहीं हुआ था तब सौराष्ट्र में अनेक छोटे-बड़े राज्य थे। ऐसे राज्यों के सभी राजकुमारों को विशेष शिक्षा दी जाती थी ताकि भविष्य में वे अच्छे व्यवस्थापक के रूप में राज्य कर सकें। इसलिए अंग्रेज़ सरकार ने राजकोट में इन राजकुमारों की ट्रेनिंग के लिए एक कॉलेज खोला था जहाँ सभी राजकुमार पढ़ने के लिए जाते थे।

हम सबने भी भूतकाल में सतयुग-त्रेतायुग में राज्य किया है और भविष्य में भी करेंगे। हमें अपने वर्तमान पुरुषार्थ के आधार पर देखना है कि हमारा भूतकाल में क्या पद था और भविष्य में क्या पद होगा। हमें श्रेष्ठ राज्य व्यवस्था के लिए कौन-सी विशेषतायें धारण करनी होंगी। हम कह सकते हैं कि हमारा विश्व विद्यालय होवनहार विश्व महाराजा बनाने की ट्रेनिंग देने वाला अर्थात् राजा-महाराजाओं को निर्माण करने का कॉलेज है। इसलिए हमें हमारे प्रबंध और नियोजन की शक्ति बढ़ानी होगी तभी हमसे सतयुग में श्रेष्ठ राजकारोबार करने की जो उम्मीद प्यारे बापदादा ने रखी है, उसे पूर्ण कर सकेंगे।

शिवबाबा के विश्व विद्यालय के अनेक रूप हैं। यहाँ सच्चे ज्ञानी-योगी बन सकते हैं। यहाँ पर ही आने वाले विश्व में विशेष ताजधारी बन सकते हैं। मैंने कई बार हँसी में कहा है कि कलियुग में साहूकार, द्वापरयुग में राजा, त्रेतायुग में महाराजा और सतयुग में विश्व महाराजा की तालीम यहाँ संगमयुग पर प्राप्त होती है अर्थात् इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय में आने के बाद हमें भविष्य में क्या बनना है, यह इन चारों ही विषयों के आधार पर तथा व्यवस्था शक्ति से तय कर सकते हैं।

ईश्वरीय ज्ञान की पहली प्रदर्शनी का अंतिम चित्र ब्रह्मा बाबा ने बनाया था। उस चित्र में पृथ्वी को अंतिम शैय्या पर लेटा दिखाया है और एटम बम आदि गिरने की तैयारी में हैं और बाजू में एक संन्यासी दिखाया है जो कह रहा है कि कलियुग अभी बच्चा है। इस चित्र के अंत में छपवाने के लिए बाबा ने एक लिखत दी कि ''आपका भाग्य आपके हाथों में है। आपका भाग्य न कोई बिगाड़ सकता है, न कोई बना सकता है। अपने भाग्य के आप मास्टर ब्रह्मा हो।''

इन बातों से यह सिद्ध होता है कि हम स्वयं ही अपने भविष्य के निर्माता हैं। अव्यक्त मुरली में बाबा ने कहा है कि बच्चे, बाबा ज्ञान-योग की शिक्षा देता है परंतु पुरुषार्थ तो आपको ही करना है। बाबा श्रेष्ठ पुरुषार्थ करने का मार्गदर्शन दे सकता है। ऐसा मत समझो कि पुरुषार्थ बाबा करे और आप बच्चे विश्व महाराजन बनें। हमारी आदरणीया दादियां इस बात का प्रत्यक्ष प्रमाण हैं। इस प्रकार हमें ही पुरुषार्थ करना है और अपने आप को देखना है कि हमारे पुरुषार्थ में क्या कमी है। जैसे किला बनाते हुए देखा जाता है कि किले में कौन सी कमी बाकी है क्योंकि दुश्मन उसी कमी के आधार पर वार करेगा और उससे ही उसकी जीत होगी। इसलिए सदा ही किले की सुरक्षा का ध्यान रखा जाता है। इसी प्रकार हमें भी समस्याओं का सामना करने के लिए हमारे में किन बातों की कमी है, यह देख कर कमी को निकालने का पूरा पुरुषार्थ करना है तभी भविष्य में भी हमारा राज्य

निर्विघ्न चल सकेगा।

मैंने एक बार साकार बाबा से पूछा था कि मेरे पुरुषार्थ में क्या कमी है, तो बाबा ने कहा कि बच्चे, तुम्हें सेन्टर चलाने का अनुभव नहीं है और यह चीज़ अनुभव से ही सब सीखते हैं। सेन्टर पर आना, मुरली सुनना ज़रूरी है परंतु सेन्टर चलाने का अनुभव प्रैक्टिकल में होना चाहिए इसलिए तुम्हें सेन्टर चलाने की ज़िम्मेदारी उठानी चाहिए। तब मैंने बाबा से कहा कि आप मुझे सिखाओ। बाबा ने कहा कि समय पर आपको सेन्टर चलाने का अनुभव होगा और ऐसा ही हुआ। जब हम 1971 में न्यूयॉर्क में 9 हफ्ते से भी अधिक समय रहे, तब सेवाकेन्द्र कैसे चलाना है। उसका पूरा अनुभव हुआ। रसोई की सब प्रकार की सामग्री लाना तथा कपड़े धोना, बर्तन साफ करना, झाड़ू लगाना आदि सब काम हम ही करते थे। हम लोग हाथों में 25-30 किलो सामान बाज़ार से लेकर आते थे। जगदीश भाई झाड़ू निकालने की सेवा करते थे और मेरी मशीन से कपड़े धोने तथा बर्तन साफ करने की ज़िम्मेदारी थी। इस प्रकार से सेन्टर चलाने का अनुभव प्राप्त करने का सौभाग्य मिला।

मैंने एक बार अव्यक्त बापदादा से पूछा कि बाबा आप हमारी परीक्षा क्यों लेते हैं? दुनिया में तो अनेक प्रकार की परीक्षायें आती ही हैं, उनका सामना करने के लिए हमें आपकी मदद चाहिए। आप भी हमारी परीक्षा लेते हो, ऐसा क्यों? बाबा ने बहुत सुन्दर जवाब दिया कि जब आप बाज़ार में एक मटका लेने जाते हो तो आप उसे अच्छी तरह ठोक-बजाकर देखते हो कि उसमें दोष, दरार या रिसाव तो नहीं है, ऐसे तीन प्रकार की परीक्षा करते हो। मुझे तो आप बच्चों में से ही ऐसे बच्चों को चुनना है जो भविष्य सतयुगी-त्रेतायुगी दुनिया का कारोबार अटल-अखण्ड, निर्विघ्न 2500 वर्षों तक चला सकें। मैं तो आप बच्चों को ज़िम्मेदारी देकर परमधाम में चला जाऊँगा। सतयुग त्रेतायुग में आपके पास वज़ीर नहीं होंगे और आपको ही अपना राज्य कारोबार सुचारु रूप से चलाना है इसलिए ऐसे लायक बच्चों को चुनने के लिए मैं परीक्षा लेता हूँ।

ऐसे ही लौकिक दुनिया में देखते हैं कि जब किसी बड़े ओहदे पर किसी की नियुक्ति करनी होती है तो उसके लिए अखबार में जो विज्ञापन आते हैं, उनमें लिखा होता है कि उन्हें 5-10 साल का अनुभव होना चाहिए अर्थात् अनुभव ही उन्हें उस पद की प्राप्ति कराता है। संगमयुग पर हमें विश्व विद्यालय का कारोबार चलाने का अनुभव मिलता है और इसलिए यह विश्व विद्यालय सचमुच विश्व का राज्य कारोबार सिखाने का विद्यालय है। यह भी हम जानते हैं कि जो करेगा सो पायेगा अर्थात् जो सीखेगा वही करेगा और फिर पायेगा। राज्य कारोबार चलाने के लिए कितने प्रकार की ज़िम्मेदारियाँ हैं जैसे कि राज्य कारोबार की, प्रजा को सम्भालने की, धन का कारोबार करने की और अपने राज्य का विस्तार करने की ज़िम्मेदारी है, इस तरह से एक सूची बनायें तो वह बहुत लम्बी होगी। यह सब हमें संगमयुग में ही सीखना है।

एक बात मैं यहाँ अवश्य लिखना चाहता हूँ कि ब्रह्मा बाबा जब अव्यक्त हुए तो शिवबाबा को बहुत जल्दी-जल्दी संदेशी बहन के तन में आना पड़ता था और हमें छोटी-छोटी बातों की शिक्षा देनी पड़ती थी। हम बच्चे भी अनेक बातों की जानकारी प्राप्त करने के लिए आदरणीया गुलजार दादीजी के द्वारा प्यारे बाबा को संदेश भेजते थे और बाबा हमें फिर शिक्षा देते थे। अभी आप सब जानते हैं कि एक वर्ष में बाबा केवल 10-11 बार ही आते हैं और हम भी बाबा से संदेश द्वारा कम ही पूछते हैं क्योंकि अभी हम सब अनुभवीमूर्त बन रहे हैं अर्थात् ब्रह्मा बाबा का अव्यक्त बनना ही हम बच्चों को अनुभवीमूर्त बनाने की बाबा की दैवी योजना है। यह योजना क्या है और उसमें हम कैसे सफल बनेंगे इस पर हम आगे के लेख में चर्चा करेंगे।

विकारी लहरें हुईं शान्त

● ब्रह्माकुमार गजराम सिंह, उझानी, बदायूँ

मेरे एक मित्र ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से वर्षों से जुड़े हुए हैं। वे मेरी आध्यात्मिक निष्ठा को देखते हुए अक्सर मुझे आश्रम पर जाने के लिए प्रेरित करते रहते थे। मैं ऊपरी मन से हाँ-हाँ करता रहता था पर अंदर से आश्रम जाने की इच्छा नहीं होती थी। मन में सोचता था कि कितने ही संतों, वेदों, उपनिषदों के सत्संग का रसपान किया है, इनके राजयोग आश्रम में क्या रखा होगा? हाँ, इतना अवश्य था कि मुझमें आत्मज्ञान की प्यास थी। आत्मज्ञान की प्यास भी शास्त्रों व सत्संग से जागृत हुई परंतु पूर्णरूपेण बुझी नहीं।

आश्रम जाने का संयोग

आखिर मई, 2010 में मुझे अपने मित्र की बात माननी पड़ी। आश्रम पर पहुँचने पर ज्ञात हुआ कि यहाँ पर ओमशान्ति शब्द से एक-दूसरे को ससम्मान संबोधित किया जाता है। आश्रम की एक सफेद वस्त्रधारी बहन जी प्रदर्शनी के चित्रों के माध्यम से परमपिता शिवबाबा व परमधाम के बारे में मुझे समझाने लगी। बीच-बीच में मैं बहन से प्रतिवाद भी करता गया। योगिनी बहन जी प्रतिवाद को हल भी करती गई। बहन जी ने बड़े स्नेह भाव से प्रतिदिन आश्रम आने की सलाह दी। फिर सात दिन का राजयोग का कोर्स कराया तथा मुरली भी समझाई। मासिक पत्रिका 'ज्ञानामृत' से भी जोड़ दिया। योग से संबंधित छोटी-छोटी पुस्तकें आश्रम से क्रय करके अध्ययन भी करने लगा। धीरे-धीरे मन में अधिक जानने की जिज्ञासा जागृत होने लगी और हार्दिक इच्छा से आश्रम जाने लगा। आत्मिक सुख-शान्ति भी मिलने लगी और ज्ञान का काफी मार्गदर्शन भी मिलने लगा।

आमूल परिवर्तन

ज्ञान-यज्ञ में आने से जीवन में परिवर्तन आ गया है। भौतिक संसार की विकारों की आंधी से मैं घिरा रहता था। सागर की लहरों की तरह अशान्ति, अज्ञानता, देहाभिमान, काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार की लहरें अंत:करण में हर समय उठतीं और विलीन होती रहती थीं। अब हृदय-सागर शान्त है। अब विकारी विकल्पों की लहरें नहीं उठती हैं। ज्ञान के सागर परमपिता से योग लगाने से, नियम व परहेज से चलने से आत्मा को परमात्मा के रूहानी प्रेम का भी अहसास होता है।

वर्षों की प्यास बुझ गई

जिस आत्मज्ञान की वर्षों से प्यास थी, वह 'विश्व निर्माण की अनूठी ईश्वरीय योजना' से तृप्त हुई। ईश्वरीय ज्ञान से मुझे पता चला, मैं

कौन हूँ, आत्मा क्या है? मन-बुद्धि-संस्कार आत्मा की तीन शक्तियाँ हैं। शरीर अलग सत्ता है, आत्मा अलग। दोनों मिलकर 'जीवात्मा' कहलाते हैं। आत्मा चालक है और शरीर है गाड़ी। चालक के उतरते ही मोटर निष्क्रिय हो जाती है, इसी प्रकार शरीर से आत्मा चली जाती है तो शरीर भी निष्क्रिय हो जाता है। आत्मा एक अति सूक्ष्म चिंगारी है जिससे सारा शरीर आलोकित है। प्रकृति के पाँच तत्वों से बना शरीर प्रकृति प्रदत्त अमानत है। यह पुण्य कर्म करने के लिए आत्मा का किराये का मकान है। आत्मा शरीर से न्यारी चेतन शक्ति है, सूर्य, चांद, तारों से पार परमधाम की रहने वाली है और अविनाशी पिता परमात्मा की संतान है।

शिव और शव

ज्ञान-रत्नों की रोशनी मिलते ही ममता, मोह, देह से प्यार करने के झूठे

अंधकार के बादल छँट गये। भौतिक संसार की एक नाशवान देह की स्मृतियाँ, मिलन व वियोग की वेदना हर समय घाव की तरह दर्द देती थी। वियोग का दर्द असहनीय था। उस नश्वर देह से जो स्नेह था, वह मिथ्या था। उस देह का चालक और मालिक आत्मा है। प्यारे बाबा ने एक रात्रि स्वप्न में उस देह को शव के रूप में दिखाया जिसे अज्ञानतावश मैं शिव (कल्याणकारी) समझता था। उस स्वप्न से जीवन में एक नया मोड़ आया है। शव रूप में देख मन दूर भागने लगा है उन पुरानी यादों से और जुड़ने लगा है परमपिता परमात्मा से। पतित पावन परमपिता परमात्मा का ज्ञान निराला और कल्याणकारी है।

❖

जेल में नया जन्म

● पवन शर्मा, जिला जेल सिरसा

मेरे वैष्णव और निर्व्यसनी परिवार में देवी-देवताओं की भक्ति होती थी। मैं भी बाल्यकाल से भक्ति करने लगा था। घर की आर्थिक स्थिति कमज़ोर होने के कारण केवल आठवीं कक्षा तक ही पढ़ पाया। फिर गांव से दूध इकट्ठा करके शहर में बेचने ले जाने लगा। धीरे-धीरे मैं गलत संग में फँसकर मादक पदार्थों की तस्करी भी करने लगा। इस पाप कर्म में मैं डूबता ही चला गया। सन् 1994 में मुझ पर मुकदमा दर्ज हो गया और चार वर्षों तक जेल में रहा। जमानत होने के बाद फिर वही तस्करी का धंधा करने लगा। मैं अपना धर्म तथा कर्म सब कुछ भूल गया।

भले ही मैं भक्ति करता था पर मन में कभी भी शान्ति और सुख अनुभव नहीं हुआ। सन् 2008 में मुझे फिर से उसी केस में जेल आना पड़ा और मैं चिन्तित रहने लगा। खुद को हारा हुआ महसूस करने लगा। जेल परिसर में ही बने ओमशान्ति के सेवाकेन्द्र पर गया तो वहाँ मुझे आत्मा और परमात्मा का असली परिचय मिला। मैंने अन्य कैदी भाइयों के साथ ज्ञान का सप्ताह कोर्स किया। फिर मुझे एहसास हुआ कि मैं तो परमपिता परमात्मा का बच्चा हूँ। मेरी असली पहचान और मेरा असली घर तो कुछ और ही है। मैं अज्ञानवश इस दृश्यमान जगत को ही सब कुछ मान रहा था।

जनवरी, 2010 से निरंतर सुबह-शाम परमपिता परमात्मा शिव बाबा का ज्ञान सीख रहा हूँ। मैं बाबा के ज्ञान से इतना प्रभावित हुआ कि लौकिक चिन्ताएँ छूट गईं। मैं बिल्कुल शान्त व हर्षित रहने लगा, मानो मेरा नया जन्म हुआ हो। आज मैं खुद को भाग्यशाली समझता हूँ कि मुझे जेल परिसर में शिवबाबा का परिचय मिला और नई ज़िन्दगी मिली। तब से लेकर आज तक मैं और मेरे साथी लगातार बाबा की क्लास में जाते हैं, रोज़ाना मुरली सुनते हैं। मेरी जिन्दगी के बदलाव को देखकर और भी कई भाई बाबा की क्लास में आने लगे हैं और अपनी ज़िन्दगी को सही राह में ले जाने का भरपूर प्रयत्न करके सतयुग का उत्तराधिकार पाने की चाहत में हैं।

मैं दिल से परमपिता परमात्मा शिव का धन्यवाद करता हूँ जिन्होंने नरक बनी जिन्दगी से छुटकारा दिलाकर इसी जन्म में स्वर्ग जैसा अनुभव करवाया। हमारी इच्छा है कि जल्दी ही जेल से बाहर आकर अपने गांव में सेवाकेन्द्र खोलकर ज्यादा से ज्यादा आत्माओं को माया के बन्धनों से छुड़ाने में बाबा के सहयोगी बनें। ❖

कामजीत जगतजीत

● ब्रह्माकुमार भारत भूषण, पानीपत

गीता के भगवान के महावाक्य हैं, काम महाशत्रु है। शत्रु तो पुरुषार्थी के अनेक मनोविकार हैं लेकिन काम महाशत्रु है जो किसी न किसी तरह से आज के युग में अपनी गिरफ्त में किए हुए है।

इतिहास साक्षी

यदि हम इतिहास के पन्ने पलट कर देखें तो अनेक राजाओं ने भोग-विलास में डूबकर अपनी राजाई गंवा दी। सारे जग में बदनामी हुई। उनकी विलासिता के परिणामस्वरूप भारत वर्ष को सैकड़ों वर्षों तक गुलामी में रहना पड़ा। सारा धन लूट कर ले गये। कभी किसी को यह काला कर्म करने पर काला मुंह कर गधे पर घुमाया गया। इस पाप कर्म के अधीन लाखों लोगों को, बलात्कार व अपहरण करने के कारण सलाखों के पीछे जाना पड़ा। अभी भी कलियुग के अंत में कितने सत्ताधारियों को सत्ता इसी विकार के कारण गंवानी पड़ी। इसी की गिरफ्त में आकर कभी तो सुनने में आता है, किसी राष्ट्र के राष्ट्रपति की विश्व भर में बदनामी हुई। कभी अपने ही राष्ट्र के राज्यपाल अथवा उपमुख्यमंत्री को सत्ता से हाथ धोने पड़े।

भयंकर परिणाम

भगवानुवाच, काम विकार तुम्हें आदि-मध्य-अन्त दु:ख देने वाला है। आत्मा का वर्तमान तो सत्यानाश हो ही जाता है लेकिन जन्म-जन्मान्तर भी वह इस भ्रष्ट कर्म से अपनी तकदीर को लकीर लगा लेता है। कहते हैं, चरित्र गया तो सब कुछ गया। सबसे बड़ा धन चरित्र धन ही है। कामजीत व्यक्ति को ही चरित्रवान कहते हैं। कामी व्यक्ति की हालत एक कामी कुत्ते की तरह अथवा बन्दर की तरह हो जाती है। शरीर को अनेकानेक रोग पकड़ लेते हैं। मन भी दुर्बल हो जाता है, उत्साह खत्म हो जाता है। चेहरे का तेज चला जाता है। उसकी हालत उस गन्ने के छिलके की तरह हो जाती है जिसका सारा रस निचोड़ दिया जाता है। बुद्धि भटकती रहती है। यह एक ऐसा महा-महापाप है जिसके करने पर मनुष्य इतना पापी बन जाता है जो वो अनेक प्रकार के अन्य पाप पर पाप करता जाता है। वास्तव में तो यह सब कुछ लुट जाने वाली बात है, वह भी एक कल्प के लिए नहीं बल्कि कल्प-कल्पान्तर के लिए।

कैसे बनें कामजीत?

प्राप्तियों का चिन्तन: काम को जीतने से मानो घर बैठे सारे जग पर जीत प्राप्त कर ली है। इससे बड़ा कोई धन नहीं। इस अन्तिम जन्म के थोड़े से वर्षों में यदि पुरुषार्थी एड़ी से चोटी तक का ज़ोर लगा कर मन-वचन-कर्म से पूर्ण पवित्र बन जाता है तो जैसे कि वह धरा का सबसे धनवान, सबसे ऊँच पदवान एवं प्रतिष्ठावान विभूति बन जाता है। न केवल इस जन्म के लिए बल्कि जन्म-जन्मान्तर के लिए इतने ऊँचे भाग्य का अधिकारी बन जाता है। इन प्राप्तियों का जितना चिन्तन करेंगे उतना ही धारणा स्वरूप होंगे।

दृढ़ लक्ष्य एवं दृढ़ संकल्प: दृढ़ता ही सफलता की कुंजी है। दृढ़ लक्ष्य रखना चाहिए, चाहे मेरा सिर धड़ से अलग कर दिया जाए, चाहे कितने सितम सहन करने पड़ें लेकिन मुझे पूर्ण पवित्र आत्मा, नम्बरवन चरित्रवान बनना ही है। इस दृढ़ संकल्प को दिन में बार-बार दोहराएँ तो जैसा लक्ष्य वैसे लक्षण हो ही जाएंगे।

अश्लील फिल्मों व गानों का त्याग: मनोविज्ञान के अनुसार मनुष्य जैसा देखता या सुनता है, वैसा ही बन जाता है। हमें दृढ़ प्रतिज्ञा करनी चाहिए कि नर्क की ओर धकेलने वाली अश्लील फिल्में व फिल्मी गाने न देखने हैं, न सुनने हैं। अधिकतर फिल्मों में अश्लीलता होती ही है। इसलिए केवल चरित्रवान बनाने वाले

आध्यात्मिक धारावाहिक देखें। इसी प्रकार अश्लील पोस्टर कभी न देखें। अश्लील साहित्य न पढ़ें, पत्रिकाओं व समाचार पत्रों में अश्लील चित्र न देखें एवं लेख न पढ़ें क्योंकि जैसा हम अध्ययन करेंगे वैसे ही बन जाएंगे।

आत्मिक दृष्टि का अभ्यास: हम यह दृढ़ निश्चय बार-बार करें कि हम शरीर नहीं बल्कि अजर-अमर-अविनाशी आत्मा हैं। मैं ज्योतिबिन्दु आत्मा मस्तक में भ्रकुटि में निवास करती हूं और सृष्टि में उपस्थित अन्य सभी मनुष्य भी आत्माएं हैं। हम सभी आत्माएं एक पिता परमात्मा की संतान होने के नाते आपस में भाई-भाई हैं। इस आत्मिक दृष्टि एवं भाई-भाई की दृष्टि का अभ्यास जितना-जितना पक्का करते जाएंगे उतना ही कामजीत जगतजीत बन जाएंगे। जीवन का नियम बना लें, मुझे कभी देह को नहीं देखना है, सदा आत्मिक दृष्टि रखनी है। जब यह व्रत ले लेंगे, देह देखना ही नहीं तो स्वत: ही दैहिक आकर्षण समाप्त हो जाएगा। इसके साथ अपने आदि-अनादि स्वरूप को बार-बार स्मृति में लायें, मैं हूँ ही पवित्र, पूज्य आत्मा तो उससे स्वत: पवित्र संस्कार इमर्ज होंगे ।

काम है बड़े से बड़ी हिंसा: भगवानुवाच, काम विकार बड़े से बड़ी हिंसा है जिसके अधीन हो कर मनुष्य अपना एवं दूसरे का भी जन्म-जन्मान्तर के लिए पतन करता है। कोई दो प्राणी एक-दूसरे को चरित्र से भ्रष्ट बनाने में सहभागी हैं जैसे कि एक-दूसरे का गला घोट रहे हैं अथवा यूं कहें, एक-दूसरे की आत्मिक हत्या कर रहे हैं। वैसे तो आत्मा की हत्या होती नहीं लेकिन जन्म-जन्मान्तर की बर्बादी करना किसी हत्या से कम भी नहीं है। इसलिए इस विकार का संकल्प आते ही कांप उठना चाहिए कि नहीं-नहीं, मैं इतना बड़ा पाप कर्म कभी नहीं करूंगा, कभी नहीं करूंगी।

काम विकार – बड़े से बड़ा घाटा: संकल्प में भी काम विकार के अधीन होना अपना भारी नुकसान करने के समान है। कोई योगी यदि एक मास योग लगाए, अच्छी सेवाएं करे, तन-मन-धन लगाए और एक दिन कुछ क्षणों के लिए काम विकार के संकल्पों के अधीन हो जाए तो एक मास की कमाई नष्ट हो जाती है। इसलिए बाबा भी कहते हैं, बच्चे, यह की कमाई चट करना या पांच मंज़िल से गिरने के समान है। यह तो हड्डु-गुड्डु टूट जाने के समान है। इसलिए इसमें संकल्प मात्र से भी होने वाली भारी हानि को महसूस कर विजय पानी है।

काम विकार से नफरत: हमें चिन्तन कर के इस विकार के प्रति बेहद नफरत पैदा कर लेनी चाहिए जैसे कई वैष्णव लोगों को स्वप्न में भी मांस नज़र आ जाए तो नफरत करेंगे। इसी प्रकार काम विकार के संकल्पों से इससे भी अधिक नफरत होनी चाहिए। इसी प्रकार देह को चलते-फिरते शौचालय की तरह ही समझना चाहिए जिसमें मल-मूत्र, गन्द, खून, मांस, हाड़ ही तो भरे हैं। शौचालय कितना भी सुन्दर सजा हो, उस पर कोई भी आकर्षित नहीं होता। इस देह के नौ दरवाज़े हैं, सभी से ही गन्दगी बाहर निकलती है इसलिए विकारों द्वारा पैदा हुई पतित देह पर आकर्षित होना तो महामूर्खता है।

चेक एवं चेन्ज: रोजाना रात्रि को सोने से पूर्व अपना चार्ट लिखें कि आज सारा दिन कोई अपवित्र संकल्प तो नहीं आया। कहीं दृष्टि खराब तो नहीं हुई। किसी भी देहधारी पर आकर्षित तो नहीं हुए। किसी मर्यादा को तोड़ा तो नहीं। यदि कहीं गलती हुई हो तो उसकी शिव बाबा से माफी मांगें और आगे के लिए दृढ़ संकल्प करें। जैसी गलती वैसी अपने को सज़ा दें। कभी दो घंटे वा चार घंटे योग तो कभी अन्य कुछ! इसी प्रकार सप्ताह का रिकार्ड, मास का रिकार्ड एवं वर्ष का रिकार्ड रखें। दृढ़ लक्ष्य रखें कि आज के दिन या इस सप्ताह या इस मास एक भी विकारी संकल्प नहीं आने दूंगा या आने दूंगी।

शुद्ध एवं योगयुक्त अन्न: अन्न का मन से बहुत गहरा संबंध है। यदि कोई

पुरुषार्थी शुद्ध शाकाहारी भोजन के साथ-साथ यह दृढ़ संकल्प करे कि मुझे योग में बना हुआ भोजन, योग में स्थित हो कर खाना है तो हो नहीं सकता कि अशुद्ध संकल्प आएं। अवश्य ही कहीं ना कहीं अन्न की अशुद्धि से मन में अशुद्ध संकल्प आते हैं। इसलिए पूर्ण शुद्ध, सात्विक एवं योगयुक्त होकर बनाया गया भोजन, योग की स्थिति में स्वीकार करें।

रात्रि को समर्थ स्थिति में सोएं: सोने का बिस्तर साफ-सुथरा हो। सोने से पूर्व ईश्वरीय महावाक्य वा ईश्वरीय साहित्य पढ़ें। प्रभु स्मृति में कुछ देर बैठ कर सोएं और दृढ़ संकल्प करके सोएं कि मैं एक महान, पवित्र आत्मा हूँ। एक भी अशुद्ध संकल्प, चाहे नींद ना भी आए, अपने नज़दीक न आने दें। बार-बार अपने स्वमान को याद करते रहें।

ज्वालामुखी योग: कड़े संस्कारों को भस्म करने के लिए चाहिए कड़ी तपस्या इसलिए रोज़ाना कम से कम दो घंटे ज्वालामुखी योग करें जिससे पुराने विकर्म तो विनाश होंगे ही लेकिन पुराने संस्कार भी भस्म होंगे। वैसे तो चलते-फिरते निरन्तर याद करना है लेकिन विशेष दो घंटे बैठकर कुछ विशेष दृढ़ लक्ष्य रख कर शक्तिशाली योग करना है। इससे कामजीत जगतजीत बन जाएंगे ।

सदा समर्थ में व्यस्त रहें: खाली मन शैतान का घर! जब भी मन को खाली छोड़ेंगे तो पुराने संस्कार, पुरानी स्मृतियां इमर्ज हो जाएंगी। इसलिए मन को सदा शुद्ध संकल्प एवं स्वमान के लक्ष्य देकर रखें। सदा मन-बुद्धि व्यस्त रहने से बुरे संकल्प नहीं आएंगे।

उमंग-उत्साह: कभी भी निराश न हों, दिल शिकस्त न हों कि कई बार मैंने पुरुषार्थ किया लेकिन ये विकारी संकल्प समाप्त ही नहीं होते। ईश्वरीय महावाक्य याद रखें कि यह माया के साथ बाक्सिंग है। इसलिए माया तूफान लाएगी, मुझे डरना नहीं है, घबराना नहीं है क्योंकि काम को जीतना, जग को जीतने के समान है, तो अवश्य मेरी परीक्षा होगी। लेकिन क्योंकि सर्वशक्तिवान मेरे साथ है, मेरी विजय अवश्य होगी, हुई ही पड़ी है। मैं हूं ही कल्प-कल्प का विजयी रत्न! तो सदैव उमंग-उत्साह में रहें, कभी भी निराश न हों।

सच्चाई एवं सफाई: यदि कोई पुरुषार्थी बहुत जल्दी ही कामजीत जगतजीत बनना चाहता है तो उसके लिए सहज पुरुषार्थ है, कोई वरिष्ठ जन, जिनकी बहुत ऊंची स्थिति हो, जिनमें समाने की शक्ति हो उनसे निकटता का सम्बन्ध बना लें और उन्हें प्रतिमास सच्चा-सच्चा चार्ट लिख कर दें। इसको कभी भी मिस ना करें। चाहे पोस्ट से भेजें एवं उनकी प्रेरणा लें। सच्चे दिल पर साहेब राजी। जीवन में पूर्ण पवित्रता आ जाएगी।

कुसंग से बचाव: हमेशा ध्यान रखें, बहुत उच्च और श्रेष्ठ पुरुषार्थियों का ही संग रखना है। कुसंग से बचाव करना है। बुरे संग के कारण कई अच्छे-अच्छे पुरुषार्थियों का जीवन बेकार हो गया। इसलिए कुसंग से बहुत सम्भाल रखनी है। युक्ति से मुक्ति पानी है। ढीले-ढाले पुरुषार्थियों से किनारा करना है।

पतित से पावन बनाने की सेवा: जितना-जितना हम अनेक आत्माओं को पतित से पावन बनाने की सेवा करेंगे उतना स्वयं पावन बनते जाएंगे। जीवन का दृढ़ लक्ष्य धारण करें कि मुझे हजारों-लाखों को कामजीत जगतजीत बनाना है। इस विशेष सेवा के परिणामस्वरूप उन सब की दुआयें मिलेंगी, उससे स्वत: पूर्ण पावन बन जायेंगे।

इस प्रकार ऊपर लिखित 16 युक्तियों को बार-बार प्रयोग में लाएं एवं दिन में कई बार दोहराएँ। रोज़ाना भगवान से वायदा करें कि मैं संकल्प से भी पवित्रता को अपनाऊंगा। दृढ़ संकल्प करें कि भगवान से किया हुआ वायदा निभाना ही है, तो पूर्ण सफलता मिलेगी। ❖

बाल दिवस पर विशेष..

समय से पहले परिपक्वता

● ब्रह्माकुमारी उर्मिला, शान्तिवन

आज के समय में बच्चे समय से पहले सयाने हो रहे हैं। पहले के समय में जिन बातों को 18 साल का किशोर समझ पाता था आज उन्हें 8 साल का बच्चा समझ लेता है। एक तीसरी कक्षा की बच्ची से मैंने पूछा, आप बड़े होकर क्या बनना चाहते हैं? उसने कहा, मैं शिक्षिका बनना चाहती हूँ। मैंने सोचा, अक्सर बच्चे डाक्टर या इन्जीनियर बनने की बातें किया करते हैं, पर यह बच्ची शिक्षिका बनकर सन्तुष्ट है, आश्चर्य है! बात को आगे बढ़ाते हुए मैंने पूछा, आप कौन-सा विषय पढ़ाना पसन्द करेंगी। उसका उत्तर था, कोई भी पर मैं एक ऊँचा जूड़ा बनाऊँगी, कंधे पर पर्स लटकाऊँगी और हील वाले सैन्डल पहनकर स्कूल जाया करूँगी। उसके इस वर्णन को सुनकर मुझे समझ में आया कि इसे मैडम बनने का आकर्षण क्यों है। यह आकर्षण पढ़ाने का नहीं है, अपनी एक लुक बनाने का है। आठ वर्ष की आयु में अपने बाहरी व्यक्तित्व का इस प्रकार चयन! इस बच्ची ने आश्चर्य को तब चरम सीमा तक पहुँचा दिया जब आश्रम को मेरा घर समझकर, मेरे कान में पूछा, आपका इतना बड़ा घर है, आप बहुत रिच (धनवान) हैं क्या? इस आयु में अमीरी और गरीबी को मापने में मन का ऐसा नियोजन!

बच्चों में बढ़ते धन के आकर्षण की बात को लेकर मुझे एक घटना और याद हो आई। एक बार ब्रह्माकुमारीज़ के एक कार्यक्रम में साहित्य के स्टाल पर एक डाक्टर भाई अपने 8 वर्ष के पुत्र का हाथ पकड़े पुस्तकों का अवलोकन कर रहे थे। तभी बच्चे की नज़र 'धन कमाओ पर कैसे?' इस पुस्तक पर पड़ी और उसने अपने पापा को कहा, पापा, यह पुस्तक ले लीजिए, इसे पढ़कर धन कमाने के तरीके सीखेंगे। यह छोटी पुस्तिका, धन कमाने में सात्विकता होनी चाहिये, इस विषय पर लिखी गई है।

शेखी अमीरी की नहीं, ईमानदारी की

बढ़ता धन और लुक का यह आकर्षण बच्चों को छोटी आयु में अभिमान या अपमान की बातों में उलझा रहा है। अक्सर स्कूल में आपसी बातचीत के दौरान वे अपनी समृद्धि का वर्णन एक-दूसरे के आगे करते हैं। कोई अपने बड़े मकान की, कोई बढ़िया कार की, कोई हवाई यात्रा की, कोई घर के अन्य महंगे साधनों की शेखी एक-दो के आगे मारते हैं और गौरव का अनुभव करते हैं। इस आयु के निर्दोष मन में, अपने से कम स्तर के बच्चों के प्रति दया भावना या कुछ मदद करने की भावना जो पहले के समय में हुआ करती थी, वो अब नदारद ही रहती है। धन की शेखी बघारने वाले इन बच्चों को क्या इस बात का भी पता होता है कि उनके घर में धन आता कैसे है? कहीं यह धन रिश्वत का तो नहीं, कम तौलकर, नकली और मिलावटी माल बेचकर, टैक्स बचाकर तो नहीं आया? किसी के हिस्से का हड़पकर या किसी अन्य अवैध तरीके से तो नहीं आया? ऐसे धन से प्राप्त महंगी सुविधाओं की भेंट में, ईमानदारी के धन से प्राप्त साधारण सुविधाएँ कई गुणा ज्यादा अच्छी हैं। **इसलिए शेखी अमीरी की नहीं, ईमानदारी की होनी चाहिए। धन के आकर्षण के साथ-साथ मितव्ययता और ज़रूरतमन्द की मदद का आकर्षण भी चाहिए।**

पिताश्री ब्रह्मा बाबा कहा करते थे, बच्चों की कर्मेन्द्रियाँ भले ही छोटी होती हैं परन्तु उनकी आत्मा तो जन्म-पुनर्जन्म लेते-लेते अनुभवी बनी हुई है। इसलिए उन्हें भी ईश्वरीय ज्ञान सीखना और धारण करना चाहिए। शरीर नया भले ही हो पर आत्मा तो 5,000 वर्ष पुरानी ही है। सांसारिक

लोग, इसके विपरीत, यह कह देते हैं कि आध्यात्मिक ज्ञान की बड़ी-बड़ी बातें ये छोटे-छोटे बच्चे क्या जानेंगे। लेकिन विचार कीजिए, संसार की उलझी हुई बातों को समझने वाले बच्चे ईश्वरीय ज्ञान की सरल बातों को क्यों नहीं समझेंगे?

संसार की गहराई समझते हैं तो अध्यात्म की क्यों नहीं?

एक छठी कक्षा की बालिका (11 वर्ष) ने एक विचित्र सवाल पूछ लिया, दीदी, मेरे स्कूल में मेरी सखियाँ जब ज़रूरत होती है, मुझसे हर प्रकार की मदद ले लेती हैं और फिर मुझे उपेक्षित-सा कर देती हैं, क्या वे सचमुच मुझसे स्नेह करती हैं या मुझे यूज (स्वार्थ के लिए प्रयोग) करती हैं। मैंने उससे कहा, आप यदि मदद करने में समर्थ हैं तो अवश्य करें क्योंकि किया हुआ कभी व्यर्थ नहीं जाता। जो मदद करेगा वो मदद पाएगा भी। बाकी वो आपका यूज़ करती हैं या क्या करती हैं इसमें मन को मत उलझाओ। भला करो और भूल जाओ, इस नीति को अपनाओ। अध्यात्म कहता है, कार्यव्यवहार में आने के बाद अपनी इन्द्रियों को समेटो और शरीर से न्यारा होने का अभ्यास करो। मैंने जानबूझकर उसे अध्यात्म की यह गहरी बात इसलिए बताई (समझाई) कि जो बच्चा यूज करने की भाषा समझ सकता है वह डिटैच होने और इन्द्रियों को सिकोड़ने की भाषा भी तो समझ सकता है।

समय परिवर्तन की तेज़ रफ्तार को देखते हुए बच्चों को आध्यात्मिक ज्ञान का संग अवश्य दीजिए। इससे उनकी स्मरण शक्ति, एकाग्रता की शक्ति तो बढ़ेगी ही, वे अच्छे-बुरे की पहचान कर सकेंगे, बुराई से बच सकेंगे और दिनोंदिन अधिक से अधिक उलझते जा रहे संसार में अपने लिए सुरक्षित मार्ग खोज सकेंगे। ❖

श्रद्धांजलि

प्यारे साकार मात-पिता के हस्तों से पली हुई, यज्ञ की आदि रत्न, सर्व की स्नेही बृजपुष्पा दादी ने भारत के विभिन्न स्थानों पर सेवायें करते हुए, बाबा के अव्यक्त होने के पश्चात् जब मनोहर दादी मधुबन में रहने लगी तब से करनाल की सेवाओं को अच्छी तरह सम्भाला और सबकी बहुत प्यार से पालना की। आपके जीवन में गंभीरता और रमणीकता का, स्नेह और शक्ति का बहुत अच्छा बैलेन्स था। कुछ समय से आपका स्वास्थ्य ठीक नहीं था। ग्लोबल हॉस्पिटल आबू में ही आपका इलाज चल रहा था।

आपने दिनांक 20 सितंबर, 2013, शुक्रवार के दिन प्रात: 4.40 बजे अपना पुराना शरीर छोड़ बापदादा की गोद ली। आपकी आयु 86 वर्ष थी। यज्ञ स्थापना के समय आप छह बहनें एक साथ समर्पित हुईं। बाबा आप बहनों को 'सिक्स लक्की सिस्टर्स' कहकर पुकारते थे। इनमें से दादी कमलमणि जी दिल्ली, कृष्णानगर में अपनी सेवायें दे रही हैं। बाकी बहनें एडवांस पार्टी में जा चुकी हैं। दैवी परिवार की स्नेह भरी श्रद्धांजलि के पश्चात् 21 सितंबर को मधुबन के चारों धामों की यात्रा कराते हुए अन्तिम संस्कार किया गया। ❖

दिल से देते चलो दुआयें

● ब्रह्माकुमार ओंकार चन्द, चंडीगढ़

इतिहास गवाह है कि जब बादशाह बाबर का बेटा हुमायूँ सख्त बीमार था और बचने की कोई उम्मीद नहीं थी तो बाबर ने खुदा से दुआ माँगी थी। उसने हुमायूँ की खाट के 7 फेरे लगाकर कहा था कि ए खुदा, तू चाहे तो मेरी जान ले ले पर मेरे बेटे की जान बख्श दे। देखते ही देखते दुआओं की करामात से तन्दुरुस्त होकर हुमायूँ ने दिल्ली सल्तनत की बागडोर सम्भाल ली। सचमुच में दुआओं में इतनी शक्ति है। प्रश्न उठना स्वाभाविक है कि सभी लोग अपने सम्बन्धियों के स्वस्थ होने की कामना करते हैं तो उनकी दुआओं से सभी हर बार क्यों नहीं ठीक हो जाते? क्या दुआयें देने व लेने में कोई शर्त है? दुआयें क्या हैं? वर्तमान परिस्थितियों में उनकी सख्त ज़रूरत क्यों है? आज इन सब बातों पर विचार करने की आवश्यकता है।

दुआओं में है जादुई शक्ति

जब हम किसी के भले के लिए शक्तिशाली संकल्प व शुभ भावनाएं रखते हैं तो वे ही दुआ बन जाते हैं। दुआओं का सम्बन्ध सच्चे दिल व मन के पवित्र संकल्पों से है। हम जैसा सोचते हैं उसी प्रकार के संकल्पों की किरणें हमारे चारों तरफ के वातावरण में फैलती हैं। संकल्प रूपी ये किरणें अति सूक्ष्म व तेज़ होती हैं जिनका सीधा असर आसपास के व्यक्ति व वातावरण पर पड़ता है। दुआएं घायलों के लिए मरहम का और थके व्यक्ति के लिए मालिश का काम करती हैं। दुआएं दर्द से परेशान के लिए सच्ची हमदर्द और मूर्च्छित के लिए संजीवनी बूटी बन जाती हैं। दुआएं हिम्मतहीन को हिम्मतवान, हताश को आशावान, अधीर को धैर्यवान और निर्बल को बलवान बना देती हैं। मुसीबत में सहयोगी बनकर, अकेले में साथी बनकर और बीमारी में दवा बनकर दुआएं मदद करती हैं। जिनके पास दुआओं का खज़ाना है वे निश्चिन्त और बेफिक्र हैं।

दुआओं के द्वारा मीलों दूर बैठे व्यक्ति के रोग, शोक, दुख-दर्द व समस्याओं को कम किया जा सकता है। दुआएं असम्भव को सम्भव, मुश्किल को आसान कर देती हैं। दुआओं की शक्ति से बिगड़े काम बन जाते हैं। कष्टों से पीड़ित आज की मानवता को दुआयें राहत व सुख प्रदान करती हैं। इस दुख भरे संसार में दुखों से छुटकारा पाने व सुख-शान्ति का अनुभव करने का एक ही रास्ता है कि सदा दुआयें दो और दुआयें लो।

कौन व कब दे सकते हैं दुआएं?

दुआ लेने व देने में हमारा कुछ भी खर्च नहीं होता और प्राप्तियाँ अनन्त होती हैं। यह कार्य कोई भी छोटा-बड़ा, अमीर-गरीब, बड़ा-बूढ़ा, महिला-पुरुष, शिक्षित-अशिक्षित, हिन्दू-मुस्लिम कर सकता है। दुआएं जब बड़ों से ली जाती हैं तो उन्हें आशीर्वाद कहा जाता है और दुआएं जब ईश्वर से लेनी हों तो उन्हें वरदान कहा जाता है। बच्चे भी सवेरे उठकर घर में दादा-दादी, माता-पिता व अन्य वरिष्ठ सदस्यों को प्रणाम करते हैं जिससे वे सुसंस्कृत बनते हैं, उनसे ढेर सारी शुभकामनाएं प्राप्त करते हैं। दुआयें देने व लेने का व्यापार ऐसा है जिसमें कभी हानि नहीं होती बल्कि हमेशा लाभ ही लाभ होता है। जिस व्यक्ति ने जीवन में अनेकों की दुआएं प्राप्त की हैं वह कभी भी धोखा नहीं खा सकता और कभी भी दुखी नहीं हो सकता।

दुआएं देने की विधि

दुआ देना अर्थात् जो भी हमारे सम्बन्ध-सम्पर्क में आएं उन्हें हमारे से कुछ न कुछ प्राप्ति हो जाए। उन्हें ऐसा अनुभव हो जाए कि जो चाहिए था वह मिल गया। जिस तरह सूरज कभी यह नहीं सोचता कि उसे रोशनी देनी है बल्कि स्वाभाविक रूप से उससे सदा ही प्रकाश निकलता रहता है। उसी तरह हमें कोई विशेष कार्यक्रम

बनाकर दुआएं नहीं देनी हैं बल्कि वे सदा ही हम से निकलती रहें। दूसरों को दुआयें देने के लिए हमारा दुआओं का भण्डार भरपूर हो । जैसे चन्दन की रग-रग में खुशबू समाई रहती है और उसे खुशबू देने में मेहनत नहीं लगती, वैसे ही हम अपने अन्दर इतनी ज्यादा दुआयें भर लें जो दुआओं के अलावा अन्दर कुछ भी न रहे। जब हम दुआओं से भरपूर होंगे तो हर परिस्थिति में अपने आप ही दुआयें निकलेंगी। भगवान के द्वारा दी गई ज्ञान की हर बात दुआ का ही रूप है। ज्ञान का जितना मनन-चिन्तन और स्मरण करेंगे उतने ही अन्दर से दुआओं से भरपूर हो जाएंगे। इसके अलावा दुआओं के सागर भगवान का जितना हम सानिध्य और अनुसरण करेंगे, उन्हें देख-देख कर हमें दुआयें बरसाने की आदत पड़ जाएगी। हम तभी दुआयें दे सकते हैं जब दुख को सुख में, अवगुण को गुण में और नकारात्मक को सकारात्मक में बदलना जानते हों।

सभी अपने हैं

हम मन, वचन, कर्म व दृष्टि से दूसरों को दुआयें दे सकते हैं। मन में सब के लिए शुभभावना व शुभकामना रखें। वाणी से सदा वरदानी, उमंग-उत्साह बढ़ाने वाले वचन बोलें। जब कर्म दूसरों की भलाई के लिए समर्पित होंगे तो नि:सन्देह ही वे दुआ देने व दुआ लेने का काम करेंगे। दृष्टि से हरेक को शुद्ध व शुभ भाव से देखें, हमारी दृष्टि गुणग्राही व आत्मिक भाव वाली हो। दो पल की हमदर्दी, दिलासा, स्नेह की भावना व करुणाभाव इस दुख भरे संसार में दुखों से छुटकारा दिलाने का काम करते हैं। वसुधैव कुटुम्बकम् की भारत की संस्कृति हमें यही सिखाती है कि संसार में सभी हमारे हैं, कोई भी पराया नहीं है। जब सभी अपने लगने लगते हैं तो दुआयें अपने आप निकलने लगती हैं।

सहनशक्ति को बना लें शस्त्र

दुआ देनी है तो दूसरों के बुरे व्यवहार व वैर को भुला दें, ईर्ष्या व नफरत की आग पर स्नेह का शीतल जल डाल दें, क्रोध व बदले की भावना को छोड़ कर सहनशक्ति को जीवन का शस्त्र बना लें। क्या कारण है कि किसी की दुआयें असरदार और किसी की बेअसर होती हैं? अनुभव कहता है कि साधारण लोगों की तुलना में आध्यात्मिक व्यक्तियों की इच्छाशक्ति ज्यादा होती है। पवित्र व निर्मल मन से किए गए संकल्प बहुत जल्दी साकार हो जाते हैं। असरदार दुआयें देने के लिए हृदय को शुद्ध व मन को पवित्र बनाना बहुत ज़रूरी है।

हमारा लक्ष्य हो कि हर हाल में हमें दुआ देनी है, चाहे दूसरा कुछ भी दे। चाहे वह बदुआ दे या ग्लानि करे या नुकसान भी कर दे तो भी हमें सदा दुआ ही देनी है। लोग तो भगवान की भी ग्लानि कर देते हैं लेकिन भगवान फिर भी सभी के लिए दुआएं ही देते हैं। वे सर्व के कल्याणकारी हैं। हमें भी उन्हीं की तरह अपने आप को दुआओं से भरपूर करना है ताकि हमारे मन-वचन-कर्म से सदा दुआयें ही निकलें। हो सकता है, लोग मज़ाक उड़ायें और कहें कि यह तो महात्मा बन गया है लेकिन घबरायें नहीं। लोगों की बातों की परवाह किए बिना दुआएं देने के कार्य में लगे रहें। वो करें जो अन्तरात्मा स्वीकार करे। अगर सद्बुद्धि पास में होगी तो अन्तरात्मा की आवाज़ आएगी कि दोषी को माफ कर दो। जैसे भगवान क्षमा व दया के सागर हैं ऐसे ही दयालु बनकर दुआयें देते चलो।

कैसे भरें दुआओं से झोली

दुआएं धन से भी अधिक मूल्यवान हैं। दुआ की शक्ति का अनुभव हमें संकटमयी परिस्थिति में होता है। दुआएं प्राप्त करना बहुत बड़े धन की प्राप्ति करना है। स्थूल धन तो नष्ट हो सकता है लेकिन दुआओं रूपी धन ऐसा है जिसके न जलने का, न लुटने का डर है। जिसने जीवन में दुआओं का धन कमाया है वही सच्चा धनवान व मालामाल है। स्थूल धन कमाना आसान है लेकिन दुआओं रूपी धन कमाने के लिए नेक कर्म करने पड़ते हैं।

दुआ देते वक्त तो आप मालिक हैं। जितनी चाहो मन से दुआ दे सकते हो लेकिन दुआ लेने के लिए खुद को योग्य बनाना पड़ेगा। कहते हैं, कुछ चीजें मांगने से कभी नहीं मिलती जिनमें से दुआ भी एक है। कुछ लोग मांगते हैं कि हमें आशीर्वाद दो या हमारे सिर पर हाथ रख दो जिससे हम ठीक हो जाएं लेकिन दुआयें तो सदैव बिना मांगे ही दिल से निकलती हैं।

जब किसी की आवश्यकता के समय मदद करते हैं या अपने व्यवहार से सुख देते हैं तो स्वत: ही उस व्यक्ति के दिल से दुआयें निकलती हैं। जो दिल से सेवा करते हैं उन्हें दिल की दुआयें अपने आप प्राप्त होती हैं। अगर कोई व्यक्ति मान-मर्तबे या महिमा के लिए सेवा करता है तो दिल की दुआयें उसे नहीं मिल सकतीं। अगर दुआयें प्राप्त करनी हैं तो नेकी करते जाएं और भूलते जाएं। सेवा करते समय व्यक्ति की आवश्यकताओं का भी ध्यान रखना होगा। यदि कोई को प्यास लगी हो और उसे 36 प्रकार के व्यंजन भी दे दें तो भी उसकी रूह को राहत नहीं मिलेगी।

इस संसार में जो कुछ हम दूसरों को देते हैं वही लौटकर आता है। यदि दुआयें देंगे तो वही दुआयें वापिस आयेंगी। जब हम दुआएं देना सीख जाएँगे तो दुआएं लेना आसान हो जाएगा। यदि हम बड़ों से दुआएं लेना चाहते हैं तो उनका विश्वासपात्र बनना पड़ेगा और विश्वासपात्र बनने के लिए ईमानदार, वफादार बनना पड़ेगा। बड़ों को हम जितना निश्चिंत रखेंगे उतनी वे दुआएं देंगे।

न बद्दुआ दें और न बद्दुआ लें

दुआ मानव को सुख का अनुभव कराती है तो बद्दुआ मानव को नर्क तक खींच कर ले जाती है। इसलिए हम किसी भी हालत में दूसरों को न बद्दुआ दें और न बद्दुआ लें। बद्दुआयें देकर व्यक्ति स्वयं नीचे गिरता है। बद्दुआयें वही देता है जिसके मन की स्थिति ऊँच नहीं है। हम बद्दुआ स्वीकार भी न करें। कोई यदि बदबूदार व बेकार चीज़ दे तो क्या हम उसे लेंगे? नहीं ना। उसी तरह अगर कोई बद्दुआ जैसी बदबूदार व बेकार चीज दे तो उसे लेते क्यों हैं? इसके साथ-साथ हम किसी को भी दुखी न करें, तंग न करें व सतायें नहीं क्योंकि दुखी व सताए गए व्यक्ति के मन से निकली हुई आह व बद्दुआ से बहुत बड़ा नुकसान हो सकता है। तभी तो कई बार लोगों से सुनने को मिलता है कि इसको किसी की बद्दुआ लग गई जो इतना बुरा हाल हो गया है। हम कोई भी ऐसा काम न करें कि दूसरा हमें बद्दुआ देने के लिए मजबूर हो जाए। जीवन को सुखमय बनाने के लिए दुआएं इकट्ठी करें।

ये दुआ है मेरी खुदा से,
किसी का दिल न दुखे
मेरी वजह से।

अ खुदा,
कर दे कुछ ऐसी इनायत मुझ पर,
कि खुशियाँ ही मिलें सब को
मेरी वजह से।।

परमात्मा से भी दुआयें लें

परमात्मा की दुआएं हम में कुछ कर गुज़रने की ताकत भर देती हैं। ईश्वर से दुआयें प्राप्त करने के लिए विशाल बुद्धि और दूरदृष्टि रखनी होगी। जैसे हर माता-पिता की इच्छा रहती है कि हमारे बच्चे, हमारे जैसे ही नहीं बल्कि हमारे से भी ऊँचे बनें वैसे ही परमात्मा, जो सर्व के पिता हैं, की भी यही इच्छा है कि उनकी सन्तान हम आत्माएं उनकी तरह ही शान्ति, प्रेम, आनन्द, दया की सागर बन जाएं। ईश्वर के गुणों को जीवन में धारण करना ही उनकी दुआयें प्राप्त करना है। ईश्वर का सबसे महान गुण है क्षमा करना। जितना हम विशाल हृदय रखके दूसरों को माफ करते जाएंगे उतने हम दुआओं के अधिकारी बन सकेंगे। ईश्वर से दुआएं लेने के लिए झूठ, ठगी, हेराफेरी, बेईमानी छोड़नी होगी। दूसरों को दुख देने वाला, कष्ट पहुँचाने वाला मानव, परमात्मा की दुआओं का अधिकारी नहीं बन सकता।

दुआयें लेने व देने की अग्नि परीक्षा

दुआयें लेने व देने के संकल्प की परीक्षा तब होती है जब हमारे चारों

ओर नकारात्मक लोग व परिस्थितियाँ हों। इस तरह के हालात के प्रभाव से क्षमा भाव ही हमें बचा सकता है। अगर हम दूसरों के प्रति घृणा भाव व नफरत की आग जलाकर रखेंगे तो यह आग हमारी खुशी को जला देगी। इसलिए जितनी जल्दी हम रहम भाव व क्षमा भाव को जीवन में लायेंगे उतनी जल्दी हमारे मन से दूसरे के लिए दुआयें निकलेंगी। अच्छे के साथ अच्छा और बुरे के साथ बुरा व्यवहार करना तो साधारण मनुष्यों का काम है लेकिन महान वे बनते हैं जो बुरे के साथ भी अच्छा व्यवहार करें, नुकसान पहुँचाने वालों को भी दुआयें दें, निन्दा व ग्लानि करने वालों को भी गले लगायें। सर्व के प्रति हर परिस्थिति में उपकार की भावना रखें। यदि सच्चे दिल व शुद्ध मन से दूसरों की भलाई व कल्याण की दुआ करते हैं तो निश्चित रूप से दूसरों के विचारों में भी परिवर्तन आएगा और बद्दुआ देने वाला भी दुआ देने लग जाएगा। जब हम सर्व के प्रति शुभभावना व शुभकामना रखते हैं तो हमारे विरोधी भी शुभचिन्तक बन जाते हैं। इसलिए अपने व दूसरों के दुख-दर्द मिटाने का व जीवन सुखमय बनाने का एकमात्र उपाय है दुआयें दो व दुआयें लो क्योंकि दिल की दुआओं में बड़ा असर है जो पत्थर को भी पिघला देती हैं। ❖

तो दीवाली मन जाए

ब्रह्माकुमारी राजकुमारी, मजलिस पार्क, दिल्ली

इक आत्म दृष्टि दीप, रूहे सृष्टि में, आओ आज जगाएँ।
इक स्मृति परमदीप की रहे उजागर, तो दीवाली मन जाए।।

असत के जमाने में सत की मशाल लिए बैठी हूँ,
घोर तिमिर के प्रांगण में ज्ञान दीप देहरी पे किए बैठी हूँ।
रहे अध्यात्म और अन्याय मिट जाए,
आए परमात्म सशक्तिकरण तो अन्तर्मन रोशन हो जाए।
इक स्मृति परमदीप की रहे उजागर, तो दीवाली मन जाए।।

चले जाएँ दस के दंश तो जीया हर्षाए,
हिया में पावनता का दीया जगमगाए।
यही विश्वास सँजोए बैठी हूँ, धरा की देहरी पे धरे बैठी हूँ।
हो जाए स्थापन धर्ममय राजनीति इस अधर्म में,
हैं खुले अखाड़े चहुँ ओर, है स्वार्थ कच्छ में कुरम में।
दुष्कर को पुष्कर बनाने वाले शिव शमा हैं पधारे।
इक स्मृति परमदीप की रहे उजागर, तो दीवाली मन जाए।।

शुभ्र आस की दुकान पर, परिवर्तन के मुकाम पर।
दिलखुश मिठाई खिलाने बैठी हूँ।
काँटों की राह में अतीन्द्रिय सुख झूलने बैठी हूँ।
बापदादा तेरी गोद में साक्षी होके बैठी हूँ।।
काश! समय रहते जागृति आ जाए।
इक स्मृति परमदीप की रहे उजागर, तो दीवाली मन जाए।।

हैं संस्कार मेरे भी और उनके भी,
बच के टकराव से, मर्यादाओं की चौखट पे बैठी हूँ।
विजयी तो होना ही है योगबल, मनोबल आखिर,
मरने वाले हैं, उछलें चाहे कितने शातिर,
छिपा लाल अन्तर्मन की भृकुटी से प्रकट हो जाए।
इक स्मृति परमदीप की रहे उजागर, तो दीवाली मन जाए।।

विचारों का सौन्दर्य

● ब्रह्माकुमार योगेश, ग्वालियर

हम सभी सारे दिन में अनेकानेक विचारों को मन में आते-जाते देखते हैं जिनमें कुछ नकारात्मक, कुछ सकारात्मक, कुछ आवश्यक व कुछ अनावश्यक भी होते हैं। मानव जीवन की सार्थकता विचारों का अवलोकन कर उन्हें पवित्र और सुन्दर बनाने में निहित है। हमारे लिए हमारे विचार ही सबसे महत्त्वपूर्ण हैं। विचार ही जीवन के हर क्रियाकलाप तथा सुख-दुख, लाभ-हानि, मान-अपमान आदि भावों के लिए ज़िम्मेवार हैं। अगर हम दुखी हैं तो अपने विचारों को चेक करें कि क्या विचारों को सुन्दर बनाया है? विचारों से कोई महान, तो कोई शैतान, तो कोई परेशान हो जाता है। विचार ही भावना को बनाते हैं। जिसके जैसे विचार, भाव भी वैसा ही बनता है। यदि हम सदैव अच्छा महसूस करना चाहते हैं तो हमें अपने विचारों को अच्छा बनाना होगा।

जैसे विचार वैसा व्यवहार

देह का सौन्दर्य कुछ समय के लिए होता है, विचारों का सौन्दर्य सदाकाल के लिए दिलों पर छाप छोड़ देता है। सुन्दर विचार वाले को सभी पसंद करते हैं क्योंकि वह सबके प्रति प्रेम और सद्भावना का व्यवहार करता है। हमारे विचार ही व्यवहार का रूप लेते हैं। कई बार ऐसा भी होता है, मन में अच्छे विचार आते हैं परन्तु व्यवहार में उलटा हो जाता है। इसका मुख्य कारण यह है कि अच्छे विचारों में स्थिरता नहीं है। स्थिरता का अभाव सकारात्मक विचारों को कर्म में परिणित होने से रोक रहा है। विचारों का एक चक्रीय प्रवाह होता है, जो इस प्रकार है, विचार - भाव - कर्म - संस्कार।

रोगी बना देते हैं अशुद्ध विचार

जब हम किसी विचार को बार-बार कर्म में ले आते हैं तो वह संस्कार बन जाता है। संस्कार वो विचार है जो हमारे अवचेतन मन में प्रोग्राम की तरह सेट हो जाता है। फिर उसी अनुसार विचार मन में उत्पन्न होते हैं। मन के ये विचार भाव बन हमें महसूस कराते हैं दुख या सुख। जिसके मन में एक भी अशुद्ध या व्यर्थ विचार नहीं आता वो सदैव अच्छा महसूस करता है। उससे मिलने वाले लोग भी अच्छा महसूस करते हैं। वास्तव में अनुभूति सदैव याद रहती है और प्रत्येक श्रेष्ठ अनुभूति का आधार हमारे श्रेष्ठ विचार ही होते हैं। यदि हमें किसी को अच्छा अनुभव कराना है तो हमें उसके मन में चल रहे विचारों को, अपने नि:स्वार्थ प्रेम तथा अच्छे व्यवहार से बदलना पड़ेगा। जैसे सड़ा हुआ भोजन व्यक्ति के शरीर को रोगी व कमज़ोर बनाता है उसी प्रकार अशुद्ध तथा भय, अशांति के विचार हमारे मन को रोगी और कमज़ोर बनाते हैं। हमें सबसे ज्यादा ध्यान अपने विचारों पर देना है। इससे हमारा सारा दिन सुखद बन जायेगा। वर्तमान सुखद रहेगा तो भविष्य स्वत: ही सुखद हो जायेगा क्योंकि भविष्य तो वर्तमान का ही पुत्र है। **प्रत्येक सुबह की शुरूआत पवित्र विचारों से करें, जैसे, आज मेरा सारा दिन अच्छा बीतेगा, आज यदि कोई मुझसे गलत भी बोलेगा, अच्छा व्यवहार नहीं करेगा तो भी मैं प्रेम से व्यवहार करूंगा,** उसके नकारात्मक और कमज़ोर विचारों को अपने अन्दर नहीं आने दूंगा, क्योंकि मेरे विचार ही मेरे भाग्य के निर्माता हैं। इस तरह के दृढ़ विचार हमें स्थिरता, उमंग तथा आगे बढ़ने की शक्ति प्रदान करते हैं।

मुरली है स्वर्णिम विचारों का खजाना

प्यारे शिवबाबा ने हम सभी से यही कहा है कि संसार में सबसे बड़ा खजाना संकल्पों का ही है। जो अपने संकल्पों की बचत करता है उसके सारे खजाने स्वत: ही बच जाते हैं और जीवन सुन्दर बगिया बनकर महकने लगता है। भगवान ने हम सभी बच्चों को स्वर्णिम विचार दिये हैं। ये विचार संसार में किसी के भी पास नहीं हैं। जब हम सभी के अन्दर केवल यही विचार चलेंगे तो स्वर्णिम दुनिया साकार होने लगेगी। मुरली स्वर्णिम विचारों का सबसे सुन्दर खजाना है। हम जितना मुरली का अध्ययन करेंगे उतना विचार भी गोल्डन होते जायेंगे व सतयुगी दुनिया के दृश्य मानस पटल पर उभरने लगेंगे। विचारों का सौन्दर्य ही जीवन का सौन्दर्य है। जो ज्ञान पाकर भी अपने विचारों को नहीं बदलते वे परमात्म आनंद व संगमयुग के सुखों से वंचित रह जाते हैं तथा उनका जीवन एक बोझ बन जाता है। विचार पावन बनने से भावना, व्यवहार, कर्म, निद्रा स्वत: ही पावन बन जाते हैं तथा अनमोल समय व्यर्थ जाने से बच जाता है।

चुनाव करें विचारों का

डिस्चार्ज बैटरी किसी को प्रकाश नहीं दे सकती है। जिन आत्माओं ने अपने विचार बदले वे संसार की महान आत्मायें बन गयीं। संसार उन्हें आज भी याद करता है जैसे तुलसीदास, मीराबाई, शंकराचार्य, स्वामी विवेकानन्द, प्रजापिता ब्रह्मा आदि। इसलिए हम विचारों को चुनें और निर्णय करें कि कौन से विचार मन में रखने ठीक हैं। अपने विचार स्वयं के ऊपर केन्द्रित करें, परचिन्तन में न बहायें। प्रभुचिन्तन कर विचारों में दिव्यता लायें और स्वर्णिम दुनिया की स्थापना में प्रभुप्रिय, प्रभु सहयोगी बन भविष्य को पुष्प वाटिका समान बनायें। ❖

छोटी-सी बात

ब्रह्माकुमार सुरेन्द्र सिंह बिष्ट, देहरादून

कुछ तो समय से जा रहे हैं लोग,
कुछ समय से पहले जा रहे हैं लोग,
अफसोस तो इस बात का है कि,
सब खाली हाथ जा रहे हैं लोग।

मरने की बात करने से भी डरते हैं लोग,
कैसी ये जिन्दगी जिये जा रहे हैं लोग,
मरने के बाद कुछ दूर ले जाकर,
जनाजे की दिशा बदल देते हैं लोग,
जीना तो उसे कहते हैं जो मरने से पहले,
जीने की दिशा सही बना लेते हैं लोग।

बीमारियों व दुखों से परेशान हैं लोग,
दिन-रात ऐसे ही जाल बुनते हैं लोग,
रिश्ते-नाते और ठगों से परेशान हैं लोग,
अपने को ठगने के नये तरीके ढूंढ लेते हैं लोग,
छोड़ आयेंगे तुझको श्मशान में ये रिश्ते-नाते,
साल में एक बार श्राद्ध करेंगे तेरे ये रिश्ते-नाते।

यह अन्तिम समय की अन्तिम कहानी है,
समय नहीं मेरे पास, यह तेरी बेईमानी है,
जीते जी मरने वालों के यादगार बन जाते हैं,
माटी का जो मोल चुकाते, अमर वही कहलाते हैं।

वरदानी संगमयुग में सोमरस जो पीयेगा,
स्वर्णिम युग में मान-शान से वो जीयेगा,
है यह छोटी-सी बात समझ गये तो अनमोल है,
ना समझो तो सारी दुनिया ही गोल है।

आत्म प्रबन्धन से जीभ प्रबन्धन

● ब्रह्माकुमार नरेश, मुजफ्फरनगर

मनुष्य पशु से श्रेष्ठ है क्योंकि उसकी जीभ शब्द उच्चारती है जबकि पशु गले से आवाज़ निकाल कर अपनी बात का स्थूल प्रकटीकरण करता है। एक प्रकार के पशु, एक ही प्रकार की आवाज़ निकाल कर आपस में बातें कर लेते हैं परन्तु मनुष्य अनेक प्रकार की भाषाओं और विविध शब्द-कोशों का प्रयोग करते हुए भी अपनी बात दूसरे को नहीं समझा पा रहे हैं। सभी समझाना चाहते हैं और समझना कोई नहीं चाहता क्योंकि अधिकांश मनुष्य ''स्वप्रमाणित ज्ञानी''(Self-certified spiritual authority) हैं। मनुष्य के पास चलाने को दिमाग भी है, हाथ-पांव भी हैं, गृहस्थी भी है, नौकर-चाकर, गाड़ी आदि भी हैं परन्तु उसे सबसे ज्यादा रास आता है व्यर्थ की 'जीभ' चलाना। इसके चलाने से सर्वाधिक समस्याएं उत्पन्न होती हैं, इसे तो कम से कम चलाना चाहिए।

दूसरों को गम्भीरता से सुनें

एक परेशान व्यक्ति वियना के प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक एडवर्ड एडलर के पास आया। उसने एडलर से अपनी परेशानी बतलाई कि कोई भी उसे गंभीरता से नहीं लेता और हर कोई उसकी उपेक्षा करता है। एडलर ने उसे सामने रखे टेलिफोन से तीन मिनट तक अपने किसी मित्र से बातें करने को कहा। जब वह व्यक्ति बातें कर चुका, तो एडलर ने उसका ध्यान इस बात पर दिलाया कि बातों में उसने 17 बार 'मैं' और 'मेरा' शब्द का प्रयोग किया था जिससे स्पष्ट होता है कि उसकी अपने मित्र की कुशल-क्षेम में दिलचस्पी कम थी और वह अपने मित्र का ध्यान बस अपनी ओर आकर्षित करना चाहता था। एडलर ने उसकी समस्या का जो हल बतलाया, वह था, दूसरों में दिलचस्पी लेना और उनकी भी बातें गंभीरता से सुनना। उस परेशान व्यक्ति ने एडलर की सलाह को स्वीकारा और कुछ समय के बाद वियना का मेयर बन गया। सफल व्यक्तियों की यह पहचान होती है कि वे अपने मैं व मेरा को नजरअन्दाज कर दूसरों की खुशहाली के प्रति सजग रहते हैं। पेड़ पर बैठी मैना गीत गाती है तो उसका गीत मीठा लगता है क्योंकि वह है ''मै ना'' अर्थात् मैं नहीं। परन्तु मनुष्य जब बन्दर जैसा 'मैं-पना' दिखाता है तो स्वयं के मैं-पने के द्वारा 'बन्द' कर दिया जाता है उसका सुख-शान्ति का 'दर' (मार्ग, रास्ता)।

90% पर भारी 10%

अभी समाज में सौ में से एक मनुष्य हिंसात्मक अपराध व 9 मनुष्य आर्थिक अपराध कर रहे हैं और 90 प्रतिशत तो उनका नुकसान भुगतते हैं। परन्तु ये 90 प्रतिशत मनुष्य अपने मनोविकारों के पराधीन रहते हैं और उनमें यह शक्ति नहीं होती कि वे 10 प्रतिशत मनुष्यों का सामना कर सकें, उन्हें रोक सकें।

विज्ञापनदाताओं की स्वतन्त्रता और जनता की परतन्त्रता

गौतम बुद्ध व महावीर, दोनों समकालीन हुए थे। एक बार यात्रा करते हुए दोनों एक ही सराय में विश्राम हेतु रुके थे। उनके शिष्य अपने गुरुओं की वार्ता सुनने को आतुर थे परन्तु दोनों महापुरुष बिना बोले ही अगले दिन विदा हो गए। उनकी मौन वार्ता को न तो कोई सुन सका, न अनुभव कर सका। सड़क के किनारे लगे विज्ञापन, विभिन्न कम्पनियों की तरफ से कुछ बोल रहे होते हैं और सड़क से आते-जाते मनुष्य उन विज्ञापनों के बोल अपनी आंखों से सुन रहे होते हैं। यह मौन वार्ता कितनी प्रभावशाली है, इसका पता इसी बात से चलता है कि कम्पनियों के सामानों की बिक्री इन विज्ञापनों के बलबूते बढ़ जाती है। इससे इस बात का पता पड़ता है कि एक आम व्यक्ति अच्छे-बुरे, सभी

प्रकार के मौन निमंत्रणों को स्वीकार करने को प्रवृत्त रहता है अन्यथा तो यह भी हो सकता था कि व्यक्ति सड़क पर सीधा चले और फिजूल के विज्ञापनों को नज़रअन्दाज़ कर दे। विज्ञापनदाताओं को यह कैसी स्वतंत्रता कि वे कुछ भी आम जनता को दिखा दें या कह दें और आम जनता की यह कैसी परतंत्रता कि उसके मन-बुद्धि में मोहल्ले के कूड़ेदान की तरह कोई (विज्ञापनदाता) कुछ भी डाल दे।

सकारात्मक परिवर्तन आता है साक्षात् स्वरूप दिखाने से

मौन में चलते एक सहज राजयोगी की आकर्षक-तेजोमय भाव-भंगिमा सभी का ध्यान आकर्षित करती है। उसका व्यक्तित्व, शान्ति व आनन्द के ऐसे बोल बोल रहा होता है जो अक्षरों व शब्दों की परिधि में नहीं आते। शान्ति व आनन्द ये दो शब्द हैं परन्तु ये शब्द नहीं बल्कि भाव, स्थिति या अनुभव हैं। जहां जीभ की भाषा समाप्त होती है, वहां से शुभ भावना-कामना, स्थितप्रज्ञता, सुख-शान्ति के अनुभव वाली भाषा शुरू होती है अर्थात् मनुष्य अपनी स्थिति से खुद सुख, शान्ति व आनन्द का विज्ञापन बन जाए, तो देखने वाले परिवर्तित अवश्य होंगे। सकारात्मक परिवर्तन, बोले गए या थोपे गए शब्दों से नहीं आता बल्कि उन शब्दों के साकार रूप (साक्षात् स्वरूप) को दिखाने से, अनुभव कराने से आता है।

हिलकर जीभ, हिला देती है संसार को

कथा है कि कौरवों और पाण्डवों के बीच जब शान्ति के सारे प्रयास विफल हो गए, तो श्रीकृष्ण शान्ति प्रस्ताव लेकर हस्तिनापुर गए। बड़बोले दुर्योधन ने श्रीकृष्ण के पांच गांवों के प्रस्ताव को ठुकराते हुए एक शब्द 'नहीं' कहने के बदले, श्रीकृष्ण को काफी अपशब्द कहे। यहां तक कि उन्हें गिरफ्तार करने के लिए अपनी सेना को आदेश दिया। परन्तु श्रीकृष्ण ने अपना प्रकाशमय रूप दिखाया और सब पीछे हट गये। श्रीकृष्ण जब पाण्डवों के पास वापस आए, तो सभी परिजन वार्ता का नतीजा जानने को उत्सुक थे। श्रीकृष्ण को पता था कि यदि सारी बातें वैसी की वैसी बतलाई गईं तो कटुता बढ़ेगी। अतः उन्होंने मुसकराते हुए 'ना' में सिर हिला कर वार्ता के विफल होने का संकेत दिया, बोले कुछ नहीं। जीभ का ज्यादा हिलना कई बार संसार को हिला देता है। हिटलर की जीभ ज्यादा हिलती थी, जिसने दूसरा विश्व युद्ध कराया और गांधीजी की जीभ बहुत कम हिलती थी, जिसने अंग्रेज़ों की सत्ता को हिला दिया। परमपिता शिव पूरे कल्प में मात्र एक जन्म के लिए ब्रह्मा की जीभ हिलवाते हैं और माया-रावण का राज्य ध्वस्त हो जाता है।

सबसे कम बोलने वाले हैं परमात्मा शिव

शेक्सपीयर के शब्दों में, 'संक्षिप्तता बुद्धि की आत्मा है (Bravity is the soul of Wit)।' यह एक तथ्य है कि जो जितना कम बोलता है, वह उतना मीठा व सारयुक्त बोलता है और उतना ही ज्यादा सुना जाता है। जो जितना ज्यादा बोलता है वह उतना कम सुना जाता है। सबसे कम बोलने वाले तो परमात्मा शिव हैं। आम आदमी ब्रह्माकुमार-कुमारियों को नित्य शिव बाबा के महावाक्य सुनने जाते देख आश्चर्य करता है कि आखिर ऐसा क्या सुनाया जाता है जो मौसम की भी परवाह किए बगैर, सवेरे नहा-धो कर ये सभी आश्रम की ओर भागते हैं। उन्हें पता नहीं कि पांच हज़ार सालों से चुप, वे जगत नियन्ता अब किस प्रकार अपने मीठे व प्रेममय शब्दों से दिव्य-ज्ञान उड़ेल रहे हैं। चूंकि आम आदमी परमात्मा के बोल के तौर पर शास्त्रों में लिखे वाक्यों का पाठ कर रहा है और देहधारियों को ही भगवान मान रहा है अतः वह ईश्वरीय महावाक्यों के 'रस' से वंचित है। कभी न बोलने वाले परमात्मा जब बोलते हैं, तो उसे कम बोलने वाले मनुष्य ही ग्रहण कर पाते हैं। भगवान के अपने महावाक्य जो ब्रह्मा के मुख द्वारा उच्चारित हो रहे हैं, उन्हें कोटों में कोई सुनने को तैयार हैं।

(क्रमशः)

अलौकिक शक्ति का साक्षात्कार

● ब्रह्माकुमार प्रेम सैनी, डेराबस्सी

चालीस वर्ष पहले मैं मध्यम दर्जे का दसवीं फेल किसान था। घर की अनेक प्रकार की समस्याओं के कारण ज्यादा पढ़ नहीं सका। कहावत है कि कमी में भगवान याद आता है। मैं भी परमात्मा को दिन-रात बहुत याद करने लगा। मैंने सुना था कि रात को शिव और पार्वती कैलाश पर्वत छोड़ दुनिया में घूमने आते हैं और जिसको वे मिल जाते हैं, उसे वरदानों से मालामाल कर देते हैं। इसी कारण मैं खेत में सोता था तथा रात को इधर-उधर घूमता भी रहता था कि शायद कहीं शिव पिता के दर्शन हो जायें।

बात सितंबर, 1972 की है, मैं खेत में उदास बैठा था। मेरा एक दोस्त आया। उसने उदासी का कारण पूछा। मैंने उसे अपनों के झगड़ने तथा परमात्मा द्वारा सच्चाई का साथ ना दिये जाने की बात बताई। उसने कहा, परमात्मा तो सदा ही सत्य हैं और वे अभी धरती पर आये हुए हैं, अगर तुम मिलना चाहो तो मैं मिला सकता हूँ।

अंधा क्या चाहे? दो नैन! बस, मैंने मिलने की स्वीकृति दे दी। शाम को वह मुझे जहाँ लेकर गया, वहाँ लिखा था, 'सच्ची गीता पाठशाला'। वहाँ पर भाइयों ने चित्रों द्वारा मुझे ज्ञान समझाया, जो बहुत ही अच्छा लगा। फिर मुरली (ईश्वरीय महावाक्य) सुनाए जिन्हें सुनकर मुझे महसूस हुआ कि यह ज्ञान मैंने पहले भी सुना है। मुझे इतना अच्छा लगा कि मैं उसी दिन से निश्चयबुद्धि होकर ज्ञान में चलने लगा।

ज्ञान मिलते ही मेरे दिन बदलने लगे तथा मुझे 'मोबाइल आई टीम' में एक छोटी-सी नौकरी मिल गई। फिर क्या था, शिवबाबा की छत्रछाया में मेरी पढ़ाई भी पूरी हो गई तथा ऑफथालमिक (नेत्र सम्बन्धी) टैक्नीशियन का कोर्स भी हो गया। फिर मैंने हजारों की संख्या में नि:शुल्क नेत्र जाँच शिविर लगाये तथा अनेकानेक आँखों के आपरेशन करने में डाक्टर्स को सहयोग दिया। स्वप्न में शिवबाबा की मिली आज्ञानुसार मैंने आर.एम.पी. के पेपर दिये। बाबा ने ही मुझे पास कराकर डाक्टर बना दिया। आज सेवानिवृत्ति के बाद भी निजी क्लीनिक द्वारा सेवा कर रहा हूँ।

जून, 2012 में मधुबन में आयोजित ज्वाला रूप योग भट्ठी में जाने का मुझे सुअवसर मिला। तेरह जून, सवेरे 4 बजे नहा-धोकर मैं त्रिलोक भवन के सामने वाले पार्क में बैठ शिवबाबा की लगन में मगन था, सभी सुध-बुध भुला चुका था। तभी

मैंने देखा कि ब्रह्मा बाबा मेरे पास आये। उनके हाथ में एक सैल (बैटरी का खोल) था जिसके दोनों सिरों पर छोटी-छोटी बिजली की तारें लगी हुई थीं। मैंने पूछा, बाबा यह क्या है? बाबा ने कहा, बच्चे, यह शक्ति (पावर) है। कभी शक्ति देखी है? दिखायें? मैंने कहा, हाँ बाबा, दिखाइये। बाबा ने उन दोनों तारों के सिरे आपस में टच किये तो वहाँ एक कण मात्र ज्योति चमकी। बाबा ने बताया, बच्चे, यह जो ज्योति का कण (बिन्दु) देखा, यही पावर या शक्ति है। यह शक्ति जिस भी यंत्र में जायेगी, उसी को हरकत में ला देगी और वह काम करने लगेगा। जितना बड़ा यंत्र होगा, उसी अनुसार उसमें शक्ति होगी। बाबा ने कहा, यह शक्ति मीटर के द्वारा नापी जाती है। इसी प्रकार की शक्ति आत्मा भी है, वह भी ज्योतिबिन्दु स्वरूप है। वह उसके गुण रूपी मीटर के द्वारा नापी जाती है। गुणों से पता चलता है कि

यह पुण्य आत्मा है, पाप आत्मा है, धर्म आत्मा है, श्रेष्ठ आत्मा है, कायर आत्मा है, चोर आत्मा है, हिंसक आत्मा है या अहिंसक आत्मा है। बाबा ने कहा, बच्चे, मैं भी तो एक आत्मा ही हूँ। मैं सर्वशक्तिवान, ज्ञान का सागर, आनंद का सागर, प्रेम का सागर, दया का सागर, दुखहर्त्ता-सुखकर्त्ता तथा शान्ति का सागर हूँ। मैं तुम सभी आत्माओं का पिता हूँ। मेरे बच्चे होने के नाते तुम मेरी सर्वशक्तियों और गुणों के मालिक हो परंतु तुम मुझ अपने पिता को भूलने के कारण शक्तिहीन और निर्गुण बन गये हो। मैं तुम्हारा पिता होने के नाते फिर से तुम्हें मास्टर सर्वशक्तिवान तथा मास्टर गुणों का सागर बनाने आया हूँ। तुम आत्माओं को ज्ञान और योग की शिक्षा देकर मनुष्य से देवता बनाता हूँ जिससे तुम 2500 वर्षों तक कभी दुखी-अशान्त नहीं होते। मुझे अपने वायदे तो पूरे करने ही हैं ताकि कोई भी आत्मा मुझे झूठा न कह सके।

आगे बाबा ने कहा, गीता के अनुसार, धर्मग्लानि के समय अनेक अधर्मों का विनाश और एक सत्यधर्म की स्थापना हेतु मुझे आना होता है। कुरान में मुझे खुदा (खुद + आ) कहकर बुलाया गया है। इसलिए मैं कयामत के समय बहिश्त की स्थापना करने आया हूँ। बाइबल में मुझे हेविनली गॉड फादर कहकर पुकारा है तो फिर से हैविन की स्थापना करने तो आना ही पड़ेगा ना। श्री गुरुग्रंथ साहिब के अनुसार, एक खालिस राज्य, जहाँ किसी भी प्रकार का कोई दुख होता ही नहीं, ऐसे स्वर्ग की स्थापना करने आना ही होता है। इस प्रकार बाबा से बातें हो रही थीं तभी मेरे एक साथी ने कंधे पर हाथ रखकर कहा, चलो भाई, उठो, क्लास का समय होने वाला है। इससे मेरा योग टूट गया और सारा दृश्य भी गायब हो गया। ❖

तुच्छ, कुछ और सब कुछ

ब्रह्माकुमार रामकुमार, रिवाड़ी

यदि हम जानबूझ कर आग में पड़ेंगे तो भी जलेंगे और गलती से आग में पड़ेंगे तो भी जलेंगे। जानबूझ कर गलत काम करेंगे तो भी दुखी होंगे और अनजाने में कुछ गलत हो गया तो भी दुखी होंगे। कर्म का फल तो अवश्य मिलेगा। अत: सदा याद रखें कि हर कर्म, कर्मयोगी होकर करना है। कर्म में मेरापन ना आये।

कई लोग चाहते हैं कि हमें कोई बुरा नहीं कहे। लेकिन, अगर हम अच्छा कर रहे हैं और कोई व्यक्ति हमें बुरा कह रहा है तो नाराज न हों। ऐसा कहने वाले को दुआएँ दें इसलिए कि हमारी निगरानी तो रख रहा है। इस निगरानी के कारण हम भूल से भी किसी का बुरा नहीं करेंगे क्योंकि स्मृति है कि वह हमें देख रहा है। अगर हमने गलत काम सचमुच किया है पर हमें कोई गलत या बुरा नहीं कहता बल्कि प्रशंसा करता है तो समझ लीजिए, वह हमारा शुभचिन्तक नहीं है। कोई हमें अच्छा कहे – यह कामना न करें, बस, अच्छा करते चलें। एक दिन आएगा, खराब कहने वाले भी अच्छा कहने लग जायेंगे।

सेवा करके पुरस्कार, प्रोत्साहन, मान-सम्मान मांगना, यह सच्ची सेवा नहीं है। करके माँगने वाला मजदूर, बिना किये माँगने वाला भिखारी और करके कुछ भी नहीं माँगने वाला अधिकारी होता है। बिना किए मांगने वाले को तुच्छ देकर टाला जा सकता है, कुछ किया है तो कुछ देकर टाला जा सकता है लेकिन जिसने समर्पित भाव से किया है उसको कभी भी टाला नहीं जा सकता। इसलिए कहा गया है कि भिखारी को तुच्छ, मज़दूर को कुछ और हृदय से करने वाले को सब कुछ मिल जाता है। शिव बाबा हमें घर बैठे सब कुछ दे रहे हैं। ❖

स्वयं भगवान ने बनाया खुशनसीब

● ब्रह्माकुमारी संतोष, तोशाम (हरियाणा)

मेरा जन्म एक भक्ति-भाव वाले परिवार में हुआ। सुख-सुविधाओं के साथ पालना हुई। मैट्रिक के बाद शादी हो गई। ससुराल परिवार ऐसा मिला जहां प्यार की भाषा किसी को आती नहीं थी। पूरा दिन काम करने के बावजूद पिटाई करते और छोटी-छोटी बात पर घर से निकाल देते। न ठीक से खाने को देते, न बीमार होने पर दवाई देते। चिन्ता के कारण मैं बीमार रहने लगी। सारा दिन काम करती और रात रो-रो कर निकालती। कभी सोचती, क्या करूँगी जीकर, मर जाऊँ तो अच्छा है। मायके वालों को बताती तो कहते, तेरी किस्मत, हम क्या करें। ससुराल वाले रखना नहीं चाहते थे, आखिर कहां जाऊँ ?

ज्ञान-मार्ग की परीक्षाएँ

शादी के चार साल बाद दो बेटे हुए। ससुराल वालों को एक ज्योतिषी ने बताया था कि बहू 10 साल में मर जाएगी, फिर दूसरी शादी होगी। मैं मरी तो नहीं लेकिन ठीक 10 साल बाद मुझे ईश्वरीय ज्ञान मिल गया। मैंने कहा, आप यही सोच लो, मैं जीते जी मर गई हूँ। ईश्वरीय ज्ञान में आने के बाद दो साल तक तो पति ने खूब मदद की, सेवाकेन्द्र पर ले जाते और ले आते। फिर परिवार वालों के भड़काने से परीक्षाएँ शुरू हो गईं। काम, क्रोध, अहंकार के वश हुए वे रोज़ नई परीक्षा खड़ी करने लगे। कभी खुद मरने की कोशिश, कभी मुझे मारने की। कभी लाठी का प्रहार, कभी दाँतों का प्रहार। कभी घर से निकालना, कभी धमकियाँ देना। सिवाय भगवान के मेरा कोई सहारा न था।

बन्धनों से मुक्ति

भक्तिमार्ग में मैं एक गीत गाती थी, 'मेरा किसी ने ना पूछ्या हाल, माँ मैंनू ला चरणा दे नाल।' संसार में तो किसी ने हाल नहीं पूछा, पर स्वयं भगवान मिले हाल पूछने के लिए। उनके सहारे, उनके बल और भरोसे मैं सब सहती गई। इतने अत्याचारों में भी मन ही मन हर्षित होती रही कि जिसे सारी दुनिया ढूँढ़ रही है, वह भगवान मुझे घर बैठे मिल गया है। कभी स्वप्न में भी नहीं सोचा था कि स्वयं भगवान मिलेगा और उसके बल पर मेरा जीवन बदलेगा। सारा दिन रोने वाली, कर्मों को कोसने वाली मैं अब अपने को सबसे अधिक खुशनसीब समझने लगी। कहाँ तो परिवार वालों को निहारती थी कि ये मेरी मदद करेंगे पर स्वयं भगवान मददगार बना तो मुझे सब बन्धनों और अत्याचारों से मुक्त कर दिया। अब तो मेरे युगल भी बाबा को जानने और मानने लगे हैं और हर सेवा के लिए तैयार रहते हैं। बच्चे तथा परिवार वाले भी बाबा की तरफ आते जा रहे हैं।

गुरु हुए प्रसन्न

भक्तिमार्ग के मेरे गुरु श्रीगंगानगर में रहते हैं। वे जब आते थे, स्वर्ग-नरक की कहानियाँ सुनाते थे और हम भी बड़ी रुचि से सुनते थे। जब ईश्वरीय ज्ञान मिला तो शिवबाबा ने सब कहानियों का आध्यात्मिक अर्थ समझा दिया। गुरु जी तो इतना ही बताते थे कि स्वर्ग की ओर बढ़ने वालों के मार्ग में काम, क्रोध, लोभ, स्वाद आदि विकराल परीक्षा का रूप धारण कर के आते हैं। पर शिवबाबा ने तो इनको जीतने का सरल रास्ता बताकर मानो अधूरी कहानियों को पूरा कर दिया। बाबा कहते हैं, आत्म अभिमानी बनो तो सब विकार समाप्त हो जाएंगे। इस बार जब गुरु जी हमारे घर आए तो उनको बताया कि कैसे शिवबाबा ने आपकी सभी कहानियों का आदि-मध्य-अंत स्पष्ट कर दिया है। यह सुनकर वे बहुत खुश हुए। मैंने उन्हें बाबा का साहित्य और वरदान कार्ड भेंट में दिए। जो खुशी मुझे मिली है, मैं चाहती हूँ, सभी को मिले। अगर सच्ची खुशी, सच्ची शान्ति की तलाश आपको भी हो तो नज़दीकी प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के सेवाकेन्द्र पर जाकर सत्य परमात्मा पिता द्वारा दिया जा रहा सत्य ज्ञान अवश्य सीखें। ❖

हड्डी रोग का उत्तम उपचार

● ब्रह्माकुमार रामलखन, शान्तिवन (आबू रोड)

जोड़ों का दर्द ही अर्थराइटिस या संधिवात कहलाता है। उमर बढ़ने के साथ शरीर का कोई न कोई जोड़ इस दुखदायी बीमारी की गिरफ्त में आ ही जाता है। यह रोग ज्यादातर घुटनों, कमर और अंगुलियों के जोड़ों में होता है। हमारी हड्डियों के जोड़ों के बीच लुब्रिकेशन के लिए एक तरल पदार्थ होता है। इस तरल पदार्थ की कमी होते ही संधिवात रोग शुरू हो जाता है।

समय पर अर्थराइटिस का उपचार न करने से गंभीर समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है। शरीर की कार्य प्रणालियों पर इस रोग का नकारात्मक प्रभाव पड़ने से रोगग्रस्त हिस्सों में सूजन आ जाया करती है। घुटने धनुषाकार होते जाने से चिड़चिड़ापन भी बढ़ता है। फलस्वरूप विषाक्त पदार्थों का शरीर में जमावड़ा होने लगता है।

हमारी हड्डियों के निर्माण में कैल्शियम की सर्वाधिक भूमिका होती है। इसकी कमी से हड्डियों की कई परेशानियाँ शुरू हो जाती हैं। हड्डी व दाँतों के साथ शरीर के हर सेल को संचालित करने के लिए कैल्शियम की ज़रूरत पड़ती है। शरीर में कैल्शियम की मात्रा कम होने पर शारीरिक गतिविधियाँ, हड्डियों में संगृहीत कैल्शियम का उपयोग करने लगती हैं जिससे हड्डियाँ कमजोर होती जाती हैं। फिर हड्डियों की मजबूती के लिए कैल्शियम और विटामिन डी की आवश्यकता पड़ने लगती है। दूध व उसके उत्पाद, पत्तागोभी, केले, हरे पत्ते वाली सब्जियाँ, बादाम, सोयाबीन दूध, अंकुरित अनाज, उबली सब्जी, दलिया, अंगूर, मूंगदाल, मेथी, हींग, अदरक, सोंठ, अजवाइन, हल्दी, गरम पानी का सेवन इसमें हितकारक होता है।

ग्लोबल हास्पिटल एवं रिसर्च सेन्टर, माउन्ट आबू में दस वर्षों से जोड़ प्रत्यारोपण की उत्तम सुविधायें कम खर्च में प्रदान की जा रही हैं। यहाँ का मेडिकल स्टाफ राजयोग का अभ्यासी होने से वातावरण को खुशनुमा-स्वच्छ व शान्तिमय बनाये रखता है। अन्य अनेक अच्छी और आध्यात्मिक सुविधाओं के कारण अब तक यहाँ किये गये सभी जोड़ प्रत्यारोपण शत-प्रतिशत सफल हुए हैं। किसी भी प्रकार का प्रदूषण व संक्रमण न होने से यहाँ रोगी घर से भी ज्यादा अच्छा अनुभव करते हुए शीघ्र ठीक हो जाते हैं। रोगियों को फिजियोथेरेपी का पूरा कोर्स करा करके ही यहाँ से भेजा जाता है। इसलिए उन्हें हास्पिटल में दुबारा आने की आवश्यकता ही नहीं पड़ती है। ग्लोबल में सेवा भावना से (No profit no loss की नीति) उपचार किया जाता है। रोगी को एक सहयोगी रखने की भी यहाँ सुव्यवस्था दी जाती है। यहाँ के सुरम्य वातावरण से रोगी व्यथा से मुक्त होने के साथ-साथ चिन्तामुक्त हो करके खुशी-खुशी जाते हैं। उन्हें खुद अनुभव होने लगता है कि विश्वबन्धुत्व वाली नि:स्वार्थ भावना से ग्लोबल हास्पिटल में उत्तम सेवा-सत्कार किया जा रहा है। इसी कारण हड्डी रोग के उपचार हेतु यहाँ दुनिया के कोने-कोने से मरीज आने लगे हैं।

ग्लोबल हास्पिटल से सम्बन्धित मुम्बई में 250 बेड वाला BSES हास्पिटल है। इसके हड्डी रोग विशेषज्ञ डाक्टर नारायण खण्डेलवाल तथा उनकी टीम जीर्ण-शीर्ण तथा गठिया रोग से ग्रस्त दर्द भरे जोड़ों पर सफल शल्यक्रिया द्वारा फिर से कृत्रिम, नया जोड़ प्रत्यारोपित कर देते हैं। ग्लोबल हास्पिटल में इस प्रकार के सैकड़ों आपरेशन हर साल होते हैं।

व्यायाम-मालिश या दवाइयों द्वारा संधिवात रोगों में अल्पकालिक लाभ ही हो पाता है। यहाँ की जोड़ प्रत्यारोपण टीम द्वारा आपरेशन करा लेने पर घूमने-फिरने और काम करने में बड़ी आसानी हो जाती है। यहाँ की

डिजिटल एक्सरे प्रणाली द्वारा जाँच कराने से जोड़ों में हुई क्षति का स्पष्ट पता पड़ जाता है। यहाँ प्रख्यात अमेरिकन कम्पनी जीमर एण्ड जान्सन के कृत्रिम जोड़ों का ही उपयोग किया जाता है। उच्च गुणवत्ता वाले ये जोड़ प्रत्यारोपित होने पर 15-20 वर्षों तक आसानी से काम करते हैं। इनसे मरीज़ों की गतिविधियाँ भी दर्द रहित, आरामदायक हो जाती हैं।

ग्लोबल हास्पिटल, माउन्ट आबू में दोनों घुटनों का आपरेशन एक साथ कराने पर कम से कम शुल्क में पूर्ण आराम मिल जाता है। यहाँ का विश्व स्तरीय आपरेशन थियेटर और पैथोलोजी उच्च तकनीक से सुसज्जित हैं इस कारण इन्फेक्शन आदि होने की बिल्कुल सम्भावना नहीं है। ख्यातनाम सर्जन डा.नारायण खण्डेलवाल और उनकी अनुभवी टीम को 600 से भी अधिक जोड़ प्रत्यारोपण की शल्य चिकित्सा का अनुभव है। मात्र दस दिन के अन्दर ही रोगी सहज रीति से चलने, उठने-बैठने और सीढ़ियाँ चढ़ने लगता है। डा.नारायण खण्डेलवाल भारत में ही नहीं, अन्य अनेक देशों में भी सफल सर्जन की हैसियत से आमन्त्रित किये जाते हैं। उनके मरीजों को जैसे ग्लोबल हास्पिटल में नई जिन्दगी मिल जाती है। इस कारण हास्पिटल की भी ख्याति बढ़ती जा रही है।

मोटापा होना माना संधिवात रोग को बढ़ावा देना। उन्हें चीनी, चाय, काफी, शीतल पेय, आइसक्रीम, पीजा, बर्गर, पेटीज, ब्रेड, बिस्कुट, अंडा, मांस, मदिरा, धूम्रपान, दाल, जंकफूड, फास्टफूड जैसी चीजों का सेवन करना ही नहीं चाहिए। रोग से बचाव के लिए घर की खुली हवा में ही गहरी सांस-प्रश्वास, आसन-प्राणायाम-व्यायाम आदि करते हुए सक्रिय रहना चाहिए। खुश रहना और खुशी बाँटते हुए नियम-संयम-ब्रह्मचर्य का पालन ही आदर्श जीवन है। ❖

बाबा के साथ से डर भाग गया

ब्रह्माकुमारी सुजाता शिंदे, चिपळूण (रत्नागिरी)

मार्च, 2013 में मैं मधुबन गयी थी। किडनी में पथरी की वजह से बहुत तकलीफ होती थी। बाबा को कहा, बाबा, डाक्टर ने आपरेशन करने को कहा है। कितनी बार करवाऊँ, पहले एक बार हो चुका है, इस बार आप ही कुछ कर दो।

बाबा की दी हुई शक्ति से दर्द सह लेती थी। मुझे देखकर किसी को पता ही नहीं पड़ता था कि इसे बहुत दर्द होता होगा लेकिन बाबा को सब कुछ पता था। मधुबन से आने के आठ दिन बाद मैं शाम के समय योग में बैठी थी तो अनुभव हुआ कि कल से मुझे बीमारी ठीक कराने का पुरुषार्थ करना है। दूसरे ही दिन हास्पिटल में पहुँची। कई टेस्ट करने के बाद डाक्टर बोले, आपकी किडनी में ब्लाक तैयार हो गया है, आपरेशन करना पड़ेगा। उन्होंने आपरेशन की तारीख भी दे दी।

तेईस अप्रैल, 2013 को मेरा आपरेशन था। मेरे पास पूरा पैसा भी नहीं था लेकिन बाबा कहते हैं, हिम्मत का एक कदम उठाओ तो बच्चे मैं हजार कदमों से मदद करूँगा, वैसे ही हो गया। आपरेशन थिएटर में जब मुझे ले जाया गया तो मेरा डर भाग गया क्योंकि मेरा बाबा मेरे साथ था। 'मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ' यह स्वमान लेकर स्ट्रेचर पर लेट गयी। तब शरीर से जैसे कि मैं अलग हो गयी। आपरेशन कई घंटे चला। जब बाहर लाया गया तब मैं होश में आ गयी और मन ही मन स्वमान याद कर रही थी। इस प्रकार बाबा के साथ से सब कुछ ठीक हो गया। ऐसा मेरा मीठा बाबा, प्यारा बाबा है। ❖

ब्र.कु. आत्मप्रकाश, सम्पादक, ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन, आबू रोड द्वारा सम्पादन तथा ओमशान्ति प्रिन्टिंग प्रेस, शान्तिवन -307510, आबू रोड में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के लिए छपवाया। संयुक्त सम्पादिका - ब्र.कु. उर्मिला, शान्तिवन
E-mail : omshantipress@bkivv.org Ph. No. : (02974) - 228125 gyanamritpatrika@bkivv.org