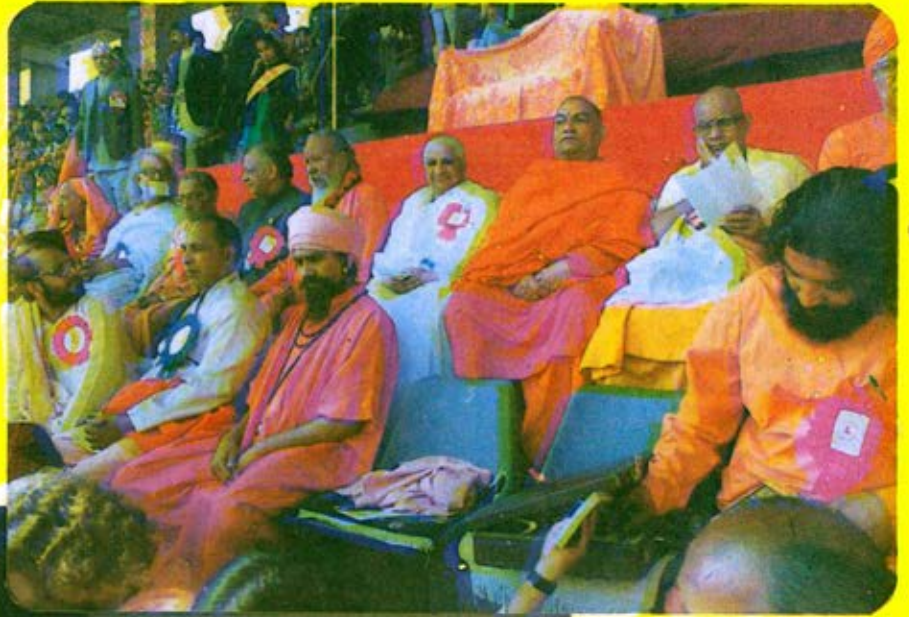


ज्ञानामृत

मई, 1988

वर्ष 23 * अंक 11

मूल्य 1.75



1. काठमाण्डू-में आयोजित विश्व हिन्दू महासम्मेलन में डॉ० क० सती प्रकाशमणी जी अन्य महासम्मेलनधरों के साथ दिखाई दे रही हैं।

2. विशालाखापटुनस-हॉस्टल में मेरी के आगमन पर आयोजित एक समारोह में मेरी जी द्वारा डॉ० क० प्रभा बहन को डॉ० राधाकुलामा, अधीक्षक, क० जी० एच० फॉर वीमन भीलड भेंट कर रही हैं।

3. त्रिसार-हॉस्टल में मेरी के आगमन पर आयोजित समारोह का शस्त्रारंभ डॉ० कल्पदीप कुमार, सी० एम० जी० त्रिसार डॉ० एम० वमा ड० ए० सी० एच० जी० त्रिसार तथा अन्य मान्यवर्तियों के साथ कर रहे हैं।



(१) काठमाण्डू - आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करने नेपाल के प्रधान मंत्री पधारें। उन का पुष्पा द्वारा स्वागत किया जा रहा है। (२) बुचनेश्वर - उद्योग के शान्ति एवं परीक्षण मंत्री तथा मरत चं पाण्डा को 'सर्व के सहयोग से सुखमय संसार' योजना में अवगत कराती हुई डॉ० के० पी० तथा अन्य। (३) सिर्फं बराबाब (आ० प्र०) - स्थानीय डाक्टरों, रैनी में भाग लेने वाले या अन्य ग्रुप फोटो में। (४) इनाहाबाब - रोटरी इंस्ट में प्रवचन करती हुई डॉ० के० पी०। (५) नारनौल - अमृतसर से दिल्ली डाक्टरों रैनी के पधारने पर आयोजित कार्यक्रम में आतागत यानपूर्वक सुनते हुए। (६) बिल्ली - सेरा अस्पताल में आयोजित कार्यक्रम में डॉ० एन० प्रकाश जी अपने विचार व्यक्त करते हुए। (७) मेहसाणा - डाक्टरों रैनी के आगमन पर एक कार्यक्रम प्रवचन करती हुई डॉ० राधा जी। (८) नरसिंह गढ़ - महिला क्लब में 'राजयोग और स्वास्थ्य' विषय पर प्रवचन के पश्चात् डॉ० रमेश शर्मा तथा अन्य।



(१)



(२)



(३)



(४)



(५)



(६)



(७)



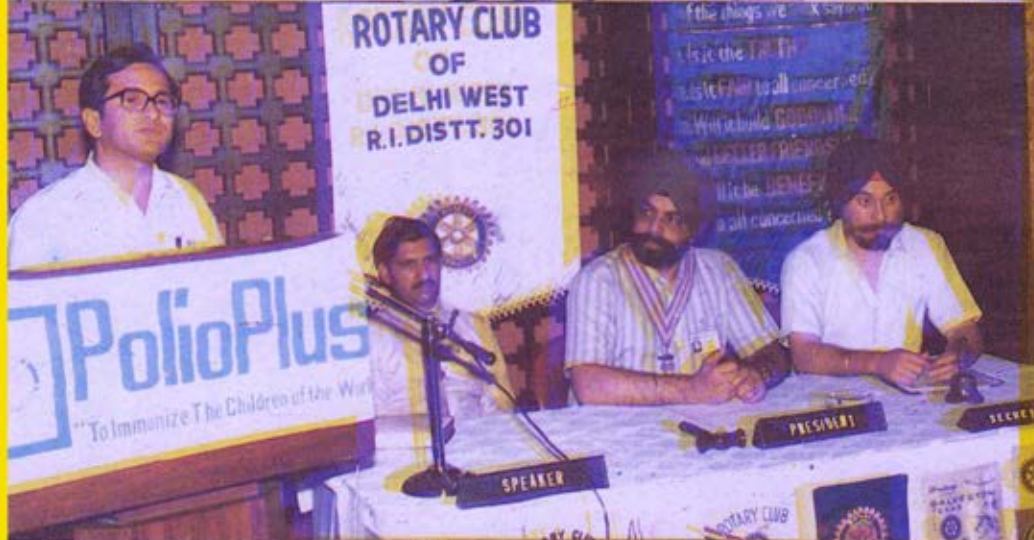
(८)

(१) जयपुर (राजापार) - डाक्टरों के स्नेह मिलन कार्यक्रम में डॉ० क० डी० गिरीश पटेल प्रवचन करते हुए। (२) पटना - में डाक्टरों रैली के आगमन पर आयोजित कार्यक्रम में (बाएँ) डॉ० आरबाल जी, डॉ० भगवान भाई, सीमा भाई आकर तथा अन्य। (३) लाहौर - में आयोजित 'निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर' में डॉ० मुनि तरसव्या रोगी बच्चों को चेक-अप कर रहे हैं। (४) दिल्ली नगर - में स्वास्थ्य प्रदर्शनी में बच्चों की व्याख्या करती हुई डॉ० क० ऊषा किरण। (५) दिल्ली (जनकपुरी) - महाराजा सुरजमल टेम्नोलॉजी एवं फार्मसी संस्थान में आयोजित नमारोह में मुख्य प्रशासक आता आई०एस० हाण्डा स्वागत भाषण कर रहे हैं। (६) जबलपुर - डाक्टरों रैली के आगमन पर कार्यक्रम में आता डॉ० जयंत जी प्रवचन करते हुए। (७) बीलीमोरा - डाक्टरों रैली के आगमन पर समारोह में डॉ० देविड गृध्रमैन प्रवचन करते हुए। (८) नवसारी - में डाक्टरों रैली के आगमन पर आयोजित कार्यक्रम में कार्यक्रम का दृश्य।



डॉक्टरों रेलियां — देहली में

६ अप्रैल, इण्डियन मेडिकल एसोसिएशन के कमीशन काम में आयोजित प्रेस कांफ्रेंस में डा० गिरीश पटेल देली का उद्देश्य एवं लक्ष्य स्पष्ट करते हुए।



६ अप्रैल, रोटरी क्लब (पश्चिमी) की मीटिंग अशोक होटल नई दिल्ली में डा० प्रताप मिश्रा 'तनाब-मूक्ति' पर प्रवचन करते हुए।



दिल्ली — अशोक होटल में आयोजित रोटरी क्लब की मीटिंग के यध्य 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य' विषय पर प्रवचन हुआ। विष में क्लब के सदस्यगण बहुत ही लीच से प्रवचन सुनते दिखाई दे रहे हैं।

अमृत-सूची

१. गलतफहमी (सम्पादकीय)	२
२. अमृतवेला - वरदानी-वेला	५
३. आरोग्य का आधार - 'राजयोग'	७
४. प्रेम और सद्भावना से विश्व में शान्ति	९
५. सबकी ज्योति जगाओ (गीत)	१०
६. सबसे बड़ी दवा (गीत)	१०
७. कितना सुख देती हैं - 'ये ईश्वरीय यादें'	११
८. डॉक्टर्स रैलियां - दिल्ली में	१२
९. डॉक्टर्स रैलियों द्वारा दिल्ली में सेवाओं की धूम	१३
१०. सेवा समाचार (सचित्र)	१४
११. शिव की सौगात - 'पवित्र जीवन'	१५
१२. आध्यात्मिक सेवा समाचार (सचित्र)	१६
१३. नव ज्योति नवचेतना लाते चलो (कविता)	१८
१४. गुणग्राहक वृत्ति	१९
१५. 'जीवन को दिव्य बनाने वाला कन्या छात्रावास'	२१
१६. ईश्वर और ईश्वरीय परिवार की पालना	२३
१७. मनुष्य और भगवान का अवमूल्यन!	२६
१८. 'उपराम स्थिति'	२९
१९. परिवर्तन का आधार - महसूसता की शक्ति	३१
२०. इष्ट देव बनने वालों की आठ विषेशताएं	३२

आवश्यक सूचना

प्रिय पाठक गण, जानामृत का नया २४वां वर्ष जुलाई मास से आरम्भ होगा। कृपया अगले वर्ष के नए सदस्यों की संख्या शीघ्र अति शीघ्र १५ जून तक भेज दें।

वार्षिक शुल्क २० रुपये, अर्धवार्षिक शुल्क १० रुपये
१ प्रति १.७५ रुपये, आजीवन सदस्यता शुल्क २५० रुपये
जानामृत के शुल्क का ड्राफ्ट प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के नाम भी भेज सकते हैं। ऐसा करने से आप को ड्राफ्ट की कमीशन नहीं देनी पड़ेगी।
-व्यवस्थापक

जानामृत का विवरण

फार्म - ४

१. प्रकाशन स्थान	: वी० ९/१९, कृष्ण नगर, दिल्ली-५१
२. प्रकाशन अर्वाध एवं भाषा	: मासिक, हिन्दी
३. मुद्रक का नाम	: ब० क० आत्म प्रकाश
४. क्या भारत का नागरिक है	: हाँ
५. पता	: उपरोक्त
६. प्रकाशक का नाम	: ब० क० आत्मप्रकाश
७. क्या भारत का नागरिक है	: हाँ
८. पता	: उपरोक्त
९. मुख्य संपादक	: जगदीश चन्द्र
१०. क्या भारत का नागरिक है	: हाँ
११. पता	: १९/१७ शक्ति नगर, दिल्ली-७

हस्ताक्षर

प्रकाशक, जानामृत

नई दिल्ली - 'सर्व के सहयोग से सुखमय संसार की स्थापना' योजना के अन्तर्गत विज्ञान भवन में हुए 'अन्तर्राष्ट्रीय स्नेह मिलन' का उद्घाटन वृश्य। सूचना एवं प्रसारण मंत्री एच० के० एल० भगत, न्यायाधीश धाता ओज़ा जी, दावी प्रकाश मणि जी, धाता जगदीश चन्द्र जी, दावी हवयमोहिनी जी तथा अन्य वीथ प्रज्वलित कर रहे हैं।



ग़लतफ़हमी

आज संसार में जो झगड़े, अनबन, मन-मुटाव, तनाव, सम्बन्धों में कटुता तथा स्नेह और सहयोग में अभाव दिखाई देता है, उसका एक कारण व्यक्तियों, संगठनों, सम्प्रदायों, दलों या देशों में परस्पर ग़लतफ़हमी है। ग़लतफ़हमी से जब पारस्परिक सम्बन्ध बिगड़ जाते हैं तो बात बिगड़ती ही चली जाती है। फिर तो विचारों रूपी रेल की पटरी ही बदल जाती है। अगर किसी स्टेज पर ग़लतफ़हमी को दूर न किया जाए तो ग़लतफ़हमी उस अमर बेल की तरह है जो वृक्ष पर बढ़ती ही चली जाती है और वृक्ष की सारी शक्ति को हड़प लेती है। ग़लतफ़हमी मनुष्य की मानसिक शक्ति, शान्ति और खुशी को हड़प जाती है और उसे थका देती है। मनुष्य को कार्य से इतनी थकावट नहीं होती जितनी कि परस्पर ग़लतफ़हमी से होने वाले परिणामों के कारण बने हुए वातावरण से होती है। ग़लतफ़हमी के कारण मनुष्य न आपस में मिलकर रह सकते हैं और न इकट्ठे होकर कार्य कर सकते हैं। अतः ग़लतफ़हमी को दूर करना जरूरी है क्योंकि इसके बने रहने से कई लोगों में बीमारियाँ पैदा हो जाती हैं और उनके लिए जीना भी कठिन हो जाता है।

ग़लतफ़हमी मनुष्य की बुद्धि पर पर्दा डाल देती है, उसकी आँखों पर पट्टी बाँध देती है और उसकी वृत्ति को बदल देती है। वो मनुष्य के नैतिक मूल्यों को एक मिनट में वैसे ही जला देती है जैसे कि आग की चिंगारी सूखी घास को २ मिनट में भस्मीभूत कर देती है। वह मनुष्य के मन को वैसे ही स्थिर नहीं होने देती जैसे तूफान के तेज भोंके जलाशय के जल को समतल और शान्त नहीं रहने देते। ज्ञानी ज्ञान को व्यवहार में लाने में और योगी योग में स्थित होने में इसके कारण से ही कठिनाई अनुभव करता है। इसलिए यह आध्यात्मिक पुरुषार्थ के मार्ग में एक पर्वताकार रुकावट है। यह दो भाइयों को इकट्ठा नहीं रहने देती और दो देशों को परस्पर सद्भावना और सहयोग से कार्य नहीं करने देती।

ग़लतफ़हमी पैदा होने के लिए कई कारण उपस्थित हो जाया करते हैं। इस कलियुगी संसार में कुछ लोगों का स्वभाव ही ऐसा है कि वे ईर्ष्या वश अथवा अपना कोई स्वार्थ सिद्ध करने के लिए बात को बदल कर अथवा इधर की उधर और उधर की इधर बात कहकर जान-बूझकर दो व्यक्तियों में ग़लतफ़हमी पैदा करते हैं। ऐसी स्थिति में मनुष्य को चाहिए कि जब एक व्यक्ति उसे कहता है कि अमुक व्यक्ति ने तुम्हारी

यह शिकायत अथवा निन्दा की है तो वह स्वयं ही स्नेह और नम्रता से उससे पूछ ले ताकि भ्रान्ति पैदा करने वाला व्यक्ति अपने कृपयत्न में सफल न हो और आगे के लिए भी ऐसे हथकंडों से बाज़ आ जाए। अधीर हुए बिना, भड़के बिना और जाँच से पहले विश्वास किये बिना जब मनुष्य सरलता और मधुरता से सीधे उसी व्यक्ति से बात कर लेता है तब एक तो भ्रान्ति पैदा करने वाले की पोल खुल जाती है और दूसरे, मन ही मन में भ्रान्ति पलते रहने तथा उस द्वारा घृणा तथा अशान्ति पैदा होने की स्थिति टल जाती है। वना आगे जाकर धूल पर धूल जमा होती जाती है और उसकी परतें बनती जाती हैं और एक दिन ऐसा आ जाता है कि ग़लतफ़हमियों के पत्थर को तोड़ना भी कठिन हो जाता है, ग़लतफ़हमियों के बीच रहना भी कठिन हो जाता है और व्यक्ति के लिए उन भ्रान्तियों का निराकरण दुष्कर हो जाता है।

कुछ ग़लतफ़हमियाँ मनुष्य के अपने अनुमान से पैदा होती हैं। मनुष्य स्वयं ही किसी के लिए जाने-अनजाने ग़लत दृष्टिकोण बना लेता है और उस ग़लत दृष्टिकोण को भी अमित बना लेता है। वह उस व्यक्ति के हर कर्म को उस भ्रान्त भावना से अर्थात् ग़लतफ़हमी का चश्मा लगाकर देखता है और उसके परिणामस्वरूप उसे उस व्यक्ति की हर बात ग़लत, निकृष्ट अथवा हानिकर मालूम होती है। कोई व्यक्ति उसका वह चश्मा हटाना भी चाहे तो वह उसे हटाने नहीं देता क्योंकि वह यह समझता है कि उसे यह चश्मा फिट बैठता है। माया की दुकान से ऐसा चश्मा खरीदकर वह सिरदर्द मोल ले लेता है और एक के बाद दूसरी ग़लत धारणा बनाए चला जाता है। जैसे रामायण-प्रसिद्ध मंथरा के अनुमान का चश्मा केकई द्वारा पहन लिये जाने के बाद सारे रघुवंश में खलबली मच गई, पति-पत्नि में भी यहाँ तक भ्रान्ति को बढ़ावा मिल गया कि दशरथ के प्राण पखेरू हो गए, राम को वनवास मिल गया और सारे राजमहल में कूहराम मच गया; वैसे ही अनुमान द्वारा भ्रान्ति फैलने या फैलाने से सदा ही जीवन के नाटक में दुःख-दर्द ही के दृश्य उपस्थित हो जाते हैं। जब राम जैसे व्यक्ति के बारे में ग़लत सोचकर दूसरों में भी भ्रान्ति पैदा करने की बात हो सकती है तो आज रामायण के सीरियल (Serial) के ज़माने में हमें यह तो समझ ही लेना चाहिए कि आज भी संसार में मंथरा व केकई जैसे लोग हैं, तो हम उनसे सावधान रहें अथवा हम स्वयं भी मंथरा व केकई की तरह

गलतफहमी के शिकार न हों। यदि कभी किसी ने हमारी निन्दा, शिकायत, चुगली, कटु आलोचना की थी या कुछ भूल भी की थी तो सदा के लिए उसे काका भुल्लेकर', 'भाता भूलचन्द', 'बहन भूलादेवी' मान लेना अथवा 'शिकायत नाथ' या 'कटुक महाराज' अथवा 'खिटखिट दास' समझ लेना— यह भी गोया भ्रान्ति का कतुब मीनार खड़ा करना है। यह संसार क्षण-क्षण में बदल रहा है और इस संसार में रहने वाले मनुष्य भी बदल रहे हैं। अतः यद्यपि मनुष्य को ऐसे व्यक्ति से सावधान रहना चाहिए तथापि इसके बारे में किसी एक-आध पूर्व वृत्तान्त के आधार पर उसके विषय में स्थाई रूप से कलुषित दृष्टिकोण बना लेना एक प्रकार से अपने ही विवेक को कुण्ठित करना है क्योंकि विवेक तो यह कहता है कि यह संसार परिवर्तनशील है।

निस्सन्देह कई बार ऐसा भी होता है कि किसी व्यक्ति के स्वभाव और संस्कार दुष्ट प्रकृति के होते हैं। उसे दूसरों को दुःख देने की ही मनोकामना (Urge) बनी रहती है। अतः उस व्यक्ति के विषय में हमारे मन में कोई भ्रान्ति नहीं होती बल्कि केवल हमारा ही नहीं अपितु उसके सम्पर्क में आने वाले अनेकानेक लोगों का यह अनुभव होता है कि वह दानवी प्रवृत्ति का व्यक्ति है; वह कष्ट का ही थोक व्यापार करता है। परन्तु उसके व्यक्तित्व की यह ठीक जानकारी होने पर भी एक और प्रकार की भ्रान्ति जीवन में क्रान्ति लाने की क्रिया में रुकावट होती है। वह भ्रान्ति यह है कि 'यह व्यक्ति बदलेगा ही नहीं'। विश्वास तो यह होना चाहिए कि यह एक दिन बदलेगा क्योंकि परिवर्तन ही संसार का शाश्वत नियम है। जबकि हरेक व्यक्ति का आदि स्वभाव पवित्रता और शान्ति है, तब अपवित्रता और अशान्ति भला सदाकालीन कैसे हो सकते हैं? यदि यह मन्तव्य बना रहे कि यह आज नहीं तो कल, सहज नहीं तो कठिनाई से, स्वयं के पुरुषार्थ से नहीं तो परिस्थिति के द्वारा, मनुष्य के द्वारा नहीं तो भगवान के द्वारा बदलेगा अवश्य, तो फिर कम-से-कम हमारे मन पर निराशा का आक्रमण नहीं होता और निराशा हमें ज़ल्मी करके चारों-खाने चित्त नहीं कर सकेगी। बर्ना उस व्यक्ति की आदतों से तो पहले ही हम परेशान होते हैं और निराशा को और अपने पर लाद लें, फिर तो दोनों के बोझ से हम मरेंगे ही मरेंगे। अगर दूसरे के बदलने की आशा ही बनी रहे, तब कम-से-कम हम आशावादियों की सूची में तो होंगे और ऋणात्मक विचारधारा (Negative Thinking) के व्यक्ति न कहलाकर गुणात्मक विचारधारा (Positive Thinking) वाले व्यक्तियों रूपी शहीदों में तो शुमार होंगे।

कुछ लोग ऐसे होते हैं कि वे हमारे बारे में स्वयं भी अपने

मन में गलतफहमियों को बिठा लेते हैं और वे दूसरों में भी मुनादी कर-कर के, ढोल पीट-पीट कर गलतफहमी के ऐलान करते रहते हैं। समझाने-बुझाने पर और हमारी शुभ भावना होने के बावजूद भी वे अपने इस रवैये को नहीं छोड़ते, तब हम कर ही क्या सकते हैं? वह हमारी गम्भीरता, सहनशीलता और हमारी धारणाओं की परीक्षा का समय होता है। हमें ऐसी परिस्थिति में यह दृढ़ भावना बनाए रखनी चाहिए कि अगर वे अपनी इस प्रवृत्ति को नहीं छोड़ सकते तो हम अपनी सज्जनता को क्यों छोड़ें? हम दूसरे पर तो कोई नियन्त्रण नहीं रख सकते परन्तु आत्म-नियन्त्रण तो कर सकते हैं। यदि कोई दूसरा नहीं सुधरता तो उसके न सुधरने के तर्क को सामने रख कर हम अपने ही स्वभाव को बिगाड़ने की बात यदि सोचते हैं तो गोया हम कुतर्क के तकिये का सहारा लेते हैं जो कि दुःखान्तक है।

कई बार ऐसा भी होता है कि हम किसी को कुछ बात कहते हैं तो सुनने वाला किसी दूसरे व्यक्ति को अपने शब्दों में बताता है। दूसरा श्रोता तीसरे को, तीसरा चौथे को और चौथा शायद पाँचवें को कुछ बात कहता है, इसी दौरान बात ही बदल जाती है। जैसे गंगा की धारा पहाड़ों में से बहते-बहते मैदानों में प्रवेश करती हुई उत्तरोत्तर प्रदूषित होती जाती है, वैसे ही हरेक की कहने की रीति, उसके शब्दों का प्रयोग और उसके भाव-भंगिमा अलग होने के कारण आगे चलते-चलते बात का रूप ही बदल जाता है। परिणाम यह होता है कि वह अनजाने ही से अथवा किसी के मन में कोई ऐसा उद्देश्य न होने पर भी बात बिगड़ जाती है, सत्यता प्रायः लोप हो जाती है और उसके स्थान पर असत्यता, अफवाहें, सुनी-अनसुनी और भ्रान्तियाँ पैदा होने लगती हैं। अतः हमें शुरु से ही लेकर बात कहने में सावधान होना चाहिए और गम्भीर, सन्तुलित, संयमित तथा युक्तियुक्त होना चाहिए और फिर भी यदि हमें भ्रान्ति का पता चले तो उसका निराकरण करने का प्रयत्न करना चाहिए।

कई बार सफाई पेश न करना और बीती बातों को न उठाना भी अच्छा होता है। पिछली बातों का पीछा करने से कई बार परेशानी बढ़ती ही है, अतः बीती को बिसार कर आगे की सुधि लेना भी अच्छी ही नीति है। वर्तमान की भूमि ठीक होने पर भविष्य रूपी भवन भी ठीक बन जाता है और भूतकाल के भूत भाग जाते हैं। अब और भविष्य में ठीक रीति से चलने से पिछली बातें किसी की भी स्मृति का पल्ला छोड़ जाती हैं। अतः बात को सिद्ध करने की बजाय स्वयं ही सिद्ध-पुरुष बन जाना अथवा सिद्धि-स्वरूप बनना अच्छा है। 'जो साचा सो नाचा' को आधार बनाकर भ्रान्ति रूपी दरान्ति के भय से बच सकते हैं।

हमें यह तो याद रखना ही चाहिए कि कर्मों का हिसाब-किताब प्रबल होता है। कभी तो हमारे अपने भी कर्मों का लेखा-जोखा चुकने का समय आ जाता है और कभी दूसरा व्यक्ति अपने कर्मों का खाता बनाने लगता है। परन्तु हम अपने कर्मों के लेन-देन में और ऋणी न होते जायें, घाटा

(हानि) न करते जायें— यह ख्याल रखना तो श्रेयस्कर ही है। 'सब सुखी हों, सबका भला हो', जो भला करता है उसका भी भला हो और जो भला नहीं करता उसका भी भला हो— इसी शुभ चिन्तन में भलाई है। कम-से-कम हमें इस सिद्धान्त के विषय में तो गलतफहमी नहीं होनी चाहिये।

— जगदीश



सिवनी में आयोजित 'आध्यात्मिक मेले' के उद्घाटन के पश्चात् डॉ० क० प्रेम बहन यहां के एस० डी० ओ० तथा अन्य को चित्रों पर व्याख्या दे रही हैं।

कटक में आयोजित एक समारोह में डॉ० बि० बि० की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका डॉ० क० दावी जानकी जी ने विकलांगों को साईकिलें प्रदान कीं। चित्र में बहन गौरी साहू को साईकिल प्रदान करने के पश्चात् वे उन्हें स्नेह-भरी दृष्टि दे रही हैं।



कलकत्ता (संग्रहालय) — 'अखिल भारतीय स्वास्थ्य चेतना अभियान' कार्यक्रम के अन्तर्गत आयोजित एक समारोह में मंच पर (बाएं से) डा० सयामल सेन, एम० डी०, अध्यक्ष, भारतीय चिकित्सक संघ, डा० हाईडी, प० जर्मनी, डॉ० क० दावी निर्मल शांता जी तथा अन्य बहतागण विराजमान हैं।

अमृतवेला – वरदानी-वेला

ब० क० सूरज कुमार, आब-पर्वत

महान् योगी आत्माओं को ये आभास हो रहा है कि हमारा ये विशाल अलौकिक जहाज जिसमें समस्त ब्राह्मण परिवार बैठा है और जिसका नाविक स्वयं भगवान् है, अब एक नाजुक तूफानी दौर से गुजरने जा रहा है। क्योंकि नाविक सर्व समर्थ है अतः ये जहाज सफलता पूर्वक इस तूफान को पार करके एक स्वर्णिम, आनन्दित दौर में प्रवेश करेगा। परन्तु इससे पूर्व नाजुक दौर में अनेक आत्माएँ भगवान् का साथ छोड़कर विषय सागर में छलांग लगा सकती हैं। क्योंकि इन कमजोर अपवित्र आत्माओं की उपस्थिति ही इस विशाल कार्य में बड़ा विघ्न है, इसलिए उनका इस जहाज से उतर जाना महान् कल्याणकारी ही होगा और तत्पश्चात् यह विशाल समूह संसार में जय-जय घोष करता हुआ अपने सुनहरे दौर में प्रवेश करेगा, जिसका अकथनीय परमानन्द उन महान् आत्माओं को ही प्राप्त होगा जो अपनी दिव्य व शक्तिशाली स्थिति में पहुँची होंगी।

इस वर्ष अव्यक्त बाप-दादा ने अपने गुह्यतम महावाक्यों से हम रूहों का शृंगार किया, अपना निर्मल प्यार बरसाया, श्रेष्ठ रफ्तार के लिए मार्ग प्रशस्त किया। उनके ज्ञान-दर्शन के आधार पर ही कुछ प्रश्नों का समाधान यहाँ किया गया है। आशा है श्रेष्ठ पथ के यात्रियों को कुछ नवीन दिशा ज्ञात होगी।

प्रश्न – कई योग-अभ्यासी यह प्रश्न पूछते हैं कि हम सदा ही अमृतवेले तो उठते हैं परन्तु अच्छा अनुभव नहीं होता, शक्तिशाली स्थिति नहीं बनती और कभी-कभी नींद भी आती है, इसका कोई हल ?

उत्तर – निस्सन्देह अमृतवेले का आनन्द मनुष्य को सारा दिन माया के प्रभाव से मुक्त रखता है। इस योगी जीवन का सार है – यह अनुभव। हम सभी इस सत्य के अनुभवी हैं अवश्य परन्तु इस बात में कई विघ्न हैं। हम यदि उन्हें दूर कर दें तो यह समय हमारे लिए अमृत-तुल्य बन सकता है।

अमृतवेले पर पिछले दिन का प्रभाव तो पड़ता ही है परन्तु रात्रि का भोजन, रात्रि की नींद व रात्रि के स्वप्न भी इस समय मन पर प्रभाव डालते हैं। यदि रात्रि का भोजन भारी किया या पेट में कब्ज रही या देर से रात्रि भोजन किया या हमें नींद ठीक नहीं आई या हमने व्यर्थ के अनावश्यक स्वप्न देखे तो आँख खुलते ही मन भारी होगा और फलस्वरूप अमृतवेला हमारे लिए वरदानी सिद्ध नहीं होगा।

अतः यदि हमें महान् लक्ष्य को पाना है तो रात्रि भोजन हल्का कर दें, बहुत देर से न खायें क्योंकि भोजन को पचने में लगभग ३.०० घण्टा लगता है, अतः सोने से २.३० या ३.०० घण्टे पूर्व ही हमें भोजन कर लेना चाहिए ताकि वह अच्छी तरह पच जाए और हमारी नींद फ्रेश हो। हो सके तो हफ्ते में २ या ३ दिन रात्रि को केवल फलाहार ही हो। इससे तन, मन दोनों शुद्ध होंगे।

नींद हमारी पर्याप्त हो। युवाकाल में मनुष्य को कम से कम औसतन ६.०० घण्टे नींद चाहिए। इससे कम नींद शरीर में तनाव पैदा कर मनुष्य को चिड़चिड़ा बना सकती है, फलस्वरूप हमें योग में आनन्द नहीं आयेगा। हाँ, जो बुजुर्ग हैं उनकी सन्तुष्टी इससे कम नींद में भी हूँ सकती है। इसलिए युवा वर्ग को नींद के मामले में बुजुर्गों का अनुसरण नहीं करना चाहिए। इस तरह पर्याप्त नींद हमें योग में मदद करेगी। हमारी नींद इतनी कम न हो कि सारा दिन हमें थकान रहे वा इतनी अधिक भी न हो कि सारा दिन सुस्ती रहे। निद्राजीत का अर्थ ही है कि हम अमृतवेले निद्राजीत हों।

रात्रि में स्वप्न आते हैं। स्वप्नों का कारण – ज्यादा नींद, जन्म-जन्म के संस्कार, सारे दिन में मन पर छाया सूक्ष्म प्रभाव, सूक्ष्म इच्छाएँ व मन की कल्पनाएँ हैं। यद्यपि स्वप्न हमारी स्थिति का दर्पण हैं तो भी इसके बारे में हमें चिन्तित होने की कोई आवश्यकता नहीं। सोने से पूर्व हम मन पर ज्ञान-योग की सम्पूर्ण छाप डालकर सोयें ताकि सारे दिन की किसी भी घटना की छाप मन से समाप्त हो जाए। दूसरी बात देर तक सुस्ती पूर्वक सोते ही न रहें। रात्रि को ठण्डे पानी से हाथ-मुँह धोकर फ्रेश होकर सोयें। फिर भी यदि स्वप्न हमें आ घेरें तो उठते ही हम अपनी विचार धारा को बदल दें।

ऐसे में जरा बिस्तर छोड़कर खुले आकाश में आओ और नजरें ऊपर उठाकर देखो – भगवान् तुम्हारा आह्वान कर रहा है और कह रहा है कि बच्चे, ये तो स्वप्न था, भूलो इसे और मेरे पास आकर ईश्वरीय रस का पान करो। आदि-आदि।

इसके अतिरिक्त यदि योग में बैठते ही नींद आती है तो योग से पहले थोड़ी अव्यक्त मुरली पढ़ो। इससे मन में श्रेष्ठ संकल्प उत्पन्न होंगे और योग में सहज एकाग्रता प्राप्त होगी। कभी भी लगातार घण्टों एक स्थान पर बैठकर नींद से संघर्ष न करो। यदि आपके पास स्थान है तो टहलते हुए योग-अभ्यास

करो। १५ मिनट बैठकर फिर घूमो, आदि आदि....।

एक और भी सुन्दर तरीका है नींव को जीतने का व सहज एकाग्रचित्त होने का। वह है — रुहानी ड्रिल का अभ्यास। यह कैसे करें? योग में बैठकर, पहले १५ सेकण्ड आत्म-वर्शन करो — मैं आत्मा इस शरीर रूपी मक्खन के अन्दर बैठी हूँ... मुझसे चारों ओर अनन्त प्रकाश फैल रहा है — इस प्रकार स्व-चिन्तन व स्व-वर्शन करते रहो। दूसरे १५ सेकण्ड — मैं आत्मा सूक्ष्म प्रकाशमय शरीर लेकर सूक्ष्म बतन में जा रही हूँ, वहाँ पहुँच कर अव्यक्त मात-पिता से दृष्टि ग्रहण करो। तीसरे १५ सेकण्ड — मैं आत्मा उड़कर परमधाम में ज्ञानसूर्य के पास जा बैठी और उससे सर्व-शक्तियों की किरणें प्राप्त कर रही हूँ। चौथे १५ सेकण्ड देखो कि मैं आत्मा परमधाम से उतरकर एक विद्य शरीर में प्रवेश कर रही हूँ। इस प्रकार एक मिनट में चार स्थितियों का अनुभव करो और इस अनुभव को ५ बार दोहराओ। तो जैसा हम जानते हैं कि मन भागता ही है तो क्यों न हम ही उसे अपनी इच्छा से ऋणायें और तब वह स्थिर हो जाएगा।

प्रश्न—बाबा बार-बार अपने महावाक्यों में बिन्दुरूप स्थिति के लिए प्रेरित करते हैं, परन्तु हमें इस स्थिति का ज्यादा अनुभव नहीं होता, फलस्वरूप मन सन्तुष्ट नहीं होता क्योंकि केवल बिन्दु-रूप स्थिति से ही तो विकर्म विनाश होते हैं। तो कैसे इस स्थिति को प्राप्त करें ?

उत्तर—यह सत्य है कि बीजरूप स्थिति ही योग की सर्वोच्च स्थिति है। परन्तु ऐसी बात नहीं है कि केवल इस स्थिति में ही विकर्म विनाश होते हैं, अन्य स्थितियों में नहीं।

विकर्म विनाश होने का तात्पर्य क्या है — हम इसे समझ लें। विकर्मों का स्वरूप है बुरे, विकृत संस्कार व संस्कारों का प्रत्यक्ष स्वरूप है व्यर्थ संकल्प। व्यर्थ संकल्पों का परिणाम है आत्मा की शक्तियों का पतन। तो हम सार रूप में यों कहें कि विकर्मों का प्रत्यक्ष स्वरूप है कि आत्मा अपनी सम्पूर्ण शक्ति खोकर अति निर्बल हो गई है अतः आत्मा की शक्ति को बढ़ाना — इसे ही विकर्मों को नष्ट करना कहेंगे।

आत्मा की शक्तियों में वृद्धि का सर्वप्रथम साधन है — यह बीजरूप स्थिति। परन्तु श्रेष्ठ मनन, श्रेष्ठ भावनाएँ, श्रेष्ठ कर्म, रूह-रिहान व अशरीरीपन — इन सबसे भी शक्ति वृद्धि तो होती ही है। हाँ, बिन्दुरूप स्थिति का अभ्यास ऐसा है, मानो किसी गन्दे पानी से भरे टब को गिराकर उसमें स्वच्छ जल भर देना तथा अन्य स्थितियाँ ऐसी हैं मानो गन्दे पानी के टब में स्वच्छ पानी का नल खोल देना जिससे धीरे-धीरे सारा गन्दा पानी जाहर निकल जाएगा व स्वच्छ पानी से टब भर जाएगा।

बिन्दुरूप का अर्थ केवल निस्संकल्प होना ही नहीं है। कई पुरुषार्थी केवल यही अभ्यास करते हैं, इससे या तो केवल

शान्ति का अनुभव होता है या फिर थोड़ी देर के बाद नींद आती है। बिन्दुरूप स्थिति हमें सर्व ईश्वरीय रसों का अनुभव एक ही साथ देती है। अतः बिन्दुरूप क्या है व इसका अभ्यास कैसे करें — इसे संक्षेप में जान लें।

श्रेष्ठ संकल्पों का आनन्द लेते-लेते जब मन ईश्वरीय याद में मग्न हो जाता है अर्थात् एक संकल्प में स्थित हो जाता है — इसे ही बीजरूप स्थिति कहते हैं। अतः बिन्दु रूप होने के लिए श्रेष्ठ संकल्पों की रचना करना परमावश्यक है।

बिन्दुरूप का अभ्यास केवल यह ही नहीं कि हम बिन्दु होकर परमधाम में बिन्दु-स्वरूप परमात्मा के साथ बैठकर अनुभव प्राप्त करें। हाँ, यह भी उसका एक अभ्यास है परन्तु यह अभ्यास सदा ही सहज तो नहीं होता। बिन्दु-रूप के ही ५ स्वरूपों का वर्णन यहाँ किया जाता है :—

१. हम स्वयं को अशरीरी आत्मा समझकर लाईट-हाऊस स्थिति में स्थित हो जाएँ कि परमपिता शिव से अथाह प्रकाश हमें प्राप्त हो रहा है। मैं एक विशाल अलौकिक प्रकाश पुँज हूँ और मुझसे चारों ओर प्रकाश फैल रहा है।

२. 'मैं मास्टर सर्वशक्तिमान आत्मा हूँ' — इस शक्तिशाली स्थिति में स्थित होकर, सर्वशक्तिमान से सर्व-शक्तियों की किरणें प्राप्त करें। यह है 'माईट हाऊस' की, बीजरूप की शक्तिशाली स्थिति।

३. हम यह विचार करें कि हम कल्प-वृक्ष की जड़ में बैठे हैं। बीजरूप परमपिता से शक्तियाँ लेकर कल्प-वृक्ष की समस्त आत्माओं को दे रहे हैं।

४. हम संकल्प करें कि हम सृष्टि के गोले के ऊपर बैठे हैं व शान्ति-सागर परमात्मा से शान्ति की किरणें लेकर, समस्त विश्व को शान्ति का दान दे रहे हैं। यह है पीस-हाऊस की शक्तिशाली स्थिति।

५. ऐसे ही हम यदि इस एक संकल्प में स्थित हो जाएँ कि मैं निरन्तर परमपिता शिव की छत्रछाया में हूँ, उसकी शक्तियों के फाउन्टेन (फव्वारे) के नीचे हूँ — यह भी बिन्दु रूप स्थिति है।

इस प्रकार बिन्दुरूप स्थिति के अभ्यास से शान्ति के साथ शक्ति-स्वरूप, आनन्द-स्वरूप व पवित्र-स्वरूप का अनुभव होगा। प्रेम-स्वरूप का अनुभव सर्व सम्बन्धों की याद में होगा। इस प्रकार श्रेष्ठ व आनन्दकारी संकल्पों की रचना करके सहज बिन्दुरूप स्थिति में एकाग्रचित्त हो सकते हैं। परन्तु इसके लिए रूह-रिहान, सारा दिन का ज्ञान चिन्तन व श्रेष्ठ कर्मों की भी मुख्य भूमिका होती है। इसलिए इन्हें भी हम कम महत्व न दें।

आरोग्य का आधार — 'राजयोग'

लेखिका—ड० क० अवधेश, राजयोग भवन, भोपाल

आरोग्य एक वरदान है और जीवन को प्रसन्न तथा सुखद सफल बनाने की चाबी है। आरोग्य प्राप्ति के लिए भी कुछ नियम, संयम का पालन करना पड़ता है। संयम का पालन करने में शुरू-शुरू में बड़ा कष्ट होता है। पर एक बार जब उसकी आदत पड़ जाती है तब सहज लगता है। संयम सुख का आधार है। दृढ़ संकल्प के साथ संयम का भी पालन करें, आपको सफलता अवश्य मिलेगी।

आहार

आज विश्व की ९७ प्रतिशत जनता नाना प्रकार के मादक द्रव्यों की आदी है। कहा जाता है कि मादक द्रव्य मानसिक तनाव उत्पन्न होने से रक्षा करते हैं। सिग्रेटों के विज्ञापनों में बार-बार कहा जाता है कि अमुक सिग्रेट पीजिए और राहत पाइये। यह वास्तव में एक बहुत बड़ी गलतफहमी है। आज विश्व के सम्पूर्ण डॉक्टर इस बात में एक मत हैं कि सिग्रेट में निकोटीन नामक जहर होता है। यह आदमी के शरीर को जलाता है। सिग्रेट के पैकटों पर भी यह वैधानिक चेतावनी अंकित रहती है कि सिग्रेट पीना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है। इसके बावजूद पीने वाले पीते हैं। उनके मन पर इसका असर ही नहीं पड़ता है। शराब, सिग्रेटों के अलावा पचासों प्रकार के ऐसे मादक द्रव्य इस प्रकार के हैं जो मनुष्य को थोड़ी देर के लिए चिन्ता, तनाव आदि से मुक्ति तो देते हैं पर शरीर में जहर घोल दिया करते हैं। धीरे-धीरे यह जहर एकत्रित होता जाता है और बुढ़ापा आने पर अपना प्रभाव दिखाता है। तब ढलती आयु के कारण इसको रोकने की क्षमता मनुष्य में नहीं होती है। तब नाना प्रकार की बीमारियाँ मनुष्य को भोगनी पड़ती हैं। जो व्यक्ति मादक द्रव्यों का सेवन करता है वह बुढ़ापा सुखपूर्वक नहीं जी सकता, न ही दीर्घायु पा सकता है—यह एक प्रामाणिक सत्य है। अपना वृद्धकाल सुखद बनाना चाहते हैं, शरीर स्वस्थ व प्रसन्न रखना चाहते हैं, आरोग्य जीवन व्यतीत करें अर्थात् मादक द्रव्यों का सेवन कदापि न करें। यदि सेवन कर रहे हैं तो त्याग दें।

विचार

भोगी जीवन से मानसिक और शारीरिक दोनों ही शक्तियों का ह्रास होता है और मस्तिष्क कमजोर होने के कारण नाना प्रकार के रोगों से घिर जाते हैं। उत्तम विचारों के कारण तन, मन दोनों ही स्वस्थ रहा करते हैं। प्रायः गन्दे विचारों में मन भटकता है। मनोशास्त्रियों का कथन है कि मानसिक भोगविलास शारीरिक भोगविलास से ज्यादा हानिकारक है।

अतः अपने विचार स्वच्छ रखिये। स्वच्छ विचार जीवन को निखार देते हैं। अगर आप अपना चेहरा तेजोमय और व्यक्तित्व आकर्षक बनाये रखना चाहते हैं तो सव्विचार मन में रखिये। आप सदा स्वस्थ रहेंगे और बुढ़ापे में भी चेहरे पर तेज होगा। शरीर में शक्ति रहेगी, उमंग-उत्साह रहेगा।

यह सभी जानते हैं कि काम, क्रोध, लोभ, मोह व अहंकार— यह मस्तिष्क व मनुष्य के लिए हानिकारक बतलाये गये हैं, पर हमारे स्वास्थ्य पर छोटी-छोटी भावनाओं का भी कुप्रभाव पड़ता है। अपना स्वास्थ्य अच्छा रखना यह हमारी मनोदशा, मस्तिष्क पर निर्भर करता है। यह बात वैज्ञानिकों ने परीक्षणों के द्वारा तय की है कि चिन्ता शरीर को गला डालती है, पर निराशा या असफलता का प्रभाव भी स्वास्थ्य पर जबरदस्त पड़ता है। आंखों देखा हाल है कि एक हट्टा-कट्टा व्यक्ति कुशती में जीत न सकने की निराशा से एक माह के अन्दर सूखकर कांटा हो गया। इस पराजय या असफलता का उसे बहुत गहरा धक्का लगा। उसका मस्तिष्क ही रूग्ण हो गया। हाथ-पैर ढीले हो गये। खाने-पीने में मन न लगता। असफलता ने उसका दिल तोड़ दिया। निराशा की भावनाओं ने उसके शरीर की तमाम ग्रन्थियों को कुण्ठित कर दिया।

अतः असफलता, निराशा की भावनाएं स्वास्थ्य की सबसे बड़ी दुश्मन हैं। इसको आसपास के जीवन में स्पष्ट देख सकते हैं। परीक्षाओं में फेल होने पर छात्र-छात्राओं का स्वास्थ्य गिर जाता है। उनका चेहरा उदास, फीका पड़ जाता है। जब स्वास्थ्य गिर जाता है तो बीमारियाँ धेर लेती हैं। कमजोर शरीर तो बीमारी का घर है। अतः पहली बात हम पक्की करें कि हमको उदास-निराश नहीं होना चाहिए। आपका काम नहीं बना, मित्र ने धोखा दे दिया, घर में कहा-सुनी हो गयी— यही सब उदासी के कारण होते हैं। पर इसमें उदासी से फायदा क्या होगा, अतः ऐसी तमाम बातों को मन से निकालकर मन को प्रसन्न रखना चाहिए। मान लीजिए, कोई मर गया है, उसको लेकर आप उदास हो रहे हैं, रो रहे हैं इससे क्या फायदा होगा, मुर्दा तो मुर्दा ही रहेगा, निराश होने से क्या लाभ? केवल अपना स्वास्थ्य ही खराब कर लेंगे।

अतः प्रसन्नता स्वास्थ्य के लिए वरदान है। प्रसन्नता संजीवनी बूटी है। प्रसन्नता एक दवा है।

व्यवहार

डॉक्टरों का कथन है कि बहुत-सी बीमारियों की जड़ स्वयं

का रूखा व्यवहार है। जैसा आपका व्यवहार होगा, वैसा ही पारिवारिक जीवन होगा। आज पारिवारिक कलह-क्लेश का कारण कड़ा व्यवहार है। परिवार में छोटा हो या बड़ा, समानता के साथ, आदर के साथ व्यवहार करें तो वह भी आपका तथा आपके घर आने वालों का आदर के साथ व्यवहार करेगा। समान व्यवहार की नीति अपनायें।

किसी भी बात पर तिरस्कार करना, झिड़कना, झल्लाना, चिड़चिड़ाना केवल आपके स्वास्थ्य को ही नहीं, परिवार के स्वास्थ्य को भी खोने का कारण बनेगा। किसी को भी प्यार से समझायें। कोई सदस्य कोई फरमाइश करता है तो प्यार से सुनें। एकाएक फटकारना, झिड़कना उचित नहीं है। ऐसे व्यवहार से उसका मन खिन्न हो जायेगा। मन ही मन अपने आप घृणा करने लगेगा। वह परिवार में विस्फोट का कारण बन जायेगा। परिवार को आप स्नेह देंगे, प्यार देंगे तो बदले में आपको भी मिलेगा। जैसा व्यवहार आप परिवार से करेंगे वैसा ही प्रतिफल आप पायेंगे। परिवार के प्रत्येक व्यक्ति का स्वभाव अलग-अलग होता है। विवाद होने पर समझदारी से काम लेना चाहिए। व्यवहार ऐसा न हो जो कलह का कारण बन जाये। गम्भीर से गम्भीर समस्याओं को शान्तिपूर्वक सुलझाना चाहिए।

अधिकांश बीमारी की जड़ है—पारिवारिक सुख-शान्ति का न होना। झगड़ा हो गया, बीबी ने खाना नहीं बनाया, बच्चों ने बासी खाना खाया, बच्चे बीमार पड़ गये। कलह के वातावरण में यदि खाना बनाया गया तो सबके स्वास्थ्य पर उसका प्रभाव पड़ेगा। परिवार में कलह रहता है तब खाना-पीना भी शरीर को नहीं लगता। अतः इसका उत्तरदायित्व आपके व्यवहार पर है।

विहार

सम्पूर्ण स्वास्थ्य का भाव शरीर के हर अंग के सही कार्य करने से है। यदि शरीर में किसी भी प्रकार का भारीपन महसूस हो रहा है जिसको बोल-चाल की भाषा में कहते हैं—शरीर टूट रहा है, आज भारीपन अनुभव हो रहा है, कुछ काम करने का मन नहीं कर रहा है। तो निश्चित समझ लीजिए कि यह आलस्य है और आलस्य सभी बीमारियों का जन्मदाता है। अतः हमें आलस्य को किसी भी रूप में ज्यादा देर अपने पास नहीं ठहरने देना है। इससे मुक्त रहने के लिए हम कोई न कोई कार्य की जिम्मेवारी लें। व्यायाम आदि करें। प्रातः हम सैर करें, इससे शरीर को स्फूर्ति मिलेगी, शारीरिक कार्यक्षमता बढ़ेगी। एक ही जगह बैठे रहने से, पड़े रहने से शरीर आलसी बन जाता है। कर्मेन्द्रियाँ शिथिल पड़ जाती हैं। 'परिश्रम एक कला है, शरीर को सुडोल, स्वस्थ बनाने का एक ठोस आधार है। प्राकृतिक सौन्दर्य, शुद्ध हवा हमारे मन

मस्तिष्क को एक प्रकार का टॉनिक प्रदान करते हैं। साथ ही खुशी की खुराक भी देती है। जो व्यक्ति अपने जीवन को अत्याधिक व्यस्त कर देता है, जिसे बाहर के शुद्ध वायुमण्डल को सेवन करने की फुर्सत नहीं मिलती—ऐसे व्यक्ति भी जल्दी बीमारी के शिकार होते हैं।

अतः जीवन में जितना काम, उतना आराम का भी नियम है। जितना बिजी (व्यस्त) उतना इजी का भी नियम है। जितना सोचना उतना घूमना अर्थात् जितना आहार उतना विहार का भी नियम जीवन-संगत है।

सम्पूर्ण स्वास्थ्य के कुछ नियम

(१) प्रातः एक गिलास ठण्डा पानी पीयें। (२) आधा घण्टा राजयोग का अभ्यास करें। (३) १५ मिनट व्यायाम करना। (४) ३ कि० मी० प्रतिदिन टहलना। (५) सन्तुलित शाकाहारी भोजन करना। (६) सदा प्रसन्नचित्त रहना। (७) सुन्दर भावनायें मन में बनाये रखना। (८) कोई न कोई कार्य में व्यस्त रहना। (९) अच्छा आकर्षक व्यवहार रखना। (१०) अच्छे कार्यों में मन लगायें। (११) सफाई के साथ रहें। (१२) भोजन को प्रेमपूर्वक चबाकर खायें। (१३) नाश्ता, खाना समय पर लें। (१४) मादक द्रव्यों का सेवन कदापि न करें। (१५) वस्त्र साफ पहने। (१६) दूसरों के वस्त्र या वस्तु को उपयोग में न लायें। (१७) घर का वातावरण शुद्ध रखें। (१८) कृत्रिम सुगन्धों को इस्तेमाल न करें। (१९) मुख व दांतों की सफाई रखें। (२०) मन में, दिमाग में शान्ति रखें। (२१) प्रत्येक कार्य धैर्य व सावधानी से करें। (२२) व्यर्थ वार्तालाप न करें। (२३) रात्रि जागरण से बचें। (२४) दूसरों को बदलने की कोशिश में क्रोध त्यागें। (२५) अपने आप की कमजोरियों को दूर करने पर विशेष ध्यान दें।

अतः आपको जानकर हर्ष होगा कि राजयोग एक वह कला है जिसे सीखने व इसका अभ्यास करने से ये सर्व विशेषतायें स्वतः जीवन में आ जाती हैं। राजयोग एक सच्चे जीवन जीने की कला सिखाता है। राजयोग एक वह योग है जो शरीर और आत्मा दोनों पर ही नियन्त्रण रखने की तथा सही दिशा में चलने की शक्ति देता है। राजयोग का नियमित अभ्यास करने वाले शरीर व आत्मा दोनों की ही स्वस्थता की अनुभूति करते हैं। अतः आवश्यकता है राजयोग की सही परिभाषा व विधि को हम समझकर अपने सम्पूर्ण स्वास्थ्य की उपलब्धि को हासिल करें।

आत्मा का परमात्मा से मिलन ही सर्वश्रेष्ठ मिलन है।

प्रेम और सद्भावना से विश्व में शांति

ले०—बहमाकुमारी मंजूषा, इंदौर

वर्तमान युग आधुनिक युग या वैज्ञानिक युग कहलाता है। आज विज्ञान अपनी सम्पूर्ण शक्ति लगाकर मानव जीवन में शांति लाने के प्रयास कर रहा है परन्तु हम देखते हैं कि अशांति तो दिन-प्रतिदिन बढ़ती ही जा रही है। आज एक परिवार के सदस्यों में शांति स्थापना करना भी लोग मुश्किल अनुभव करते हैं। 'प्रेम' और 'सद्भावना' से विश्व में शांति सहज रीति स्थापन हो सकती है।

प्रेम मधु है, जीवन का पुष्प है। प्रेम शब्द है तो बहुत छोटा किन्तु उसमें अजीब आकर्षण है। वह मन और हृदय को एक साथ बांध लेता है। वास्तव में अपने सुख को दूसरे के सुख में बदल देना ही प्रेम है। घुणा तो असुरों की सम्पत्ति है जबकि 'प्रेम' देवों की सम्पत्ति है। प्रेम अंधेरे हृदय में भी प्रकाश की किरणें देता है। उसमें हृदय परिवर्तन की शक्ति है। बुरे को भले में परिवर्तन करने की शक्ति 'प्रेम' में ही है। जिन हृदयों में प्रेम की धारा बहती है, वहां शांति के सुमन स्वतः ही खिलते हैं। अगर हम हृदय में प्रेम का प्रदीप लेकर चलते हैं तो उसका प्रकाश स्वयं को मिलता है और उस प्रकाश की किरणें अन्य व्यक्तियों के हृदय तक पहुंचती हैं। कहा भी गया है—

पोथी पढ़-पढ़ जग मुआ, पंडित भया न कोय।

ढाई अक्षर प्रेम का, पढ़े सो पंडित होय।।

प्रेम के साथ सद्भावना भी जुड़ी हुई है क्योंकि मन के अन्दर शुभ संकल्पों की उत्पत्ति ही प्रेम पुष्प को खिला हुआ रख सकती है। शुभ संकल्पों के आधार से ही मैले मन को निर्मल कर सकते हैं।

शुभ संकल्पों के आधार से ही हम मानव को श्रेष्ठ बना सकते हैं क्योंकि जैसा हम सोचते हैं, वैसा ही करते हैं। अगर हमारे मन के अन्दर शुद्ध विचार हैं तो बोल एवं कर्म भी श्रेष्ठ होंगे। तो हमारे कर्मों से प्रेरणा लेकर अन्य आत्माएं भी अपने आपको सहज परिवर्तन कर सकती हैं।

वर्तमान समय प्रत्येक क्षेत्र में दृष्टिपात करने से पता चलता है कि आज का मानव अपने वास्तविक प्रेम को खो बैठा है और न ही उसमें एक दो के प्रति सद्भावना है। फलस्वरूप दिनों-दिन देश ही क्या लेकिन सारे विश्व में दुःख, अशांति, विषमताएं फैलती जा रही हैं।

जबकि आज का युग आधुनिक युग कहलाता है, विज्ञान और तकनीकी के इस युग में एक से बढ़कर एक आविष्कार कर मानव को चकाचौंध कर दिया है। इसके बादजूद भी व्यक्ति अपने आपको अंधेरी कोठरी के अंदर बंद पाता है।

हम देखते हैं कि विज्ञान के युग में सब कुछ खरीदा जा सकता है पर आत्मिक शांति, प्रेम, भाईचारे की भावना शायद ही किसी भाग्यवान को प्राप्त हो। इसी चीज की कमी के कारण दिन-प्रतिदिन अशांति की लहर फैलती जा रही है।

एक परिवार के सदस्यों में सास-बहु की टक्कर चलती रहती है जिसके कारण कई बार तो सारा खानदान ही कलंकित हो जाता है लेकिन यदि उसी परिवार में प्रेम की गंगा बहे, सबके मन में सद्भावना हो तो सारा संघर्ष समाप्त हो सकता है।

सभी जानते हैं कि कैंची और सुई दोनों एक ही धातु के बने होते हैं लेकिन कैंची का काम है एक चीज के टुकड़े कर डालना और सुई टूटे हुए को जोड़ती है जबकि सुई में कैंची की अपेक्षा लोहा कम है। तो हम सुई बनकर रहें, न कि कैंची बनकर। हमारा कर्तव्य है—सभी बिखरे हुए मनुष्यात्माओं रूपी मणकों को स्नेह के धागे में पिरोना। चाहे समाज या परिवार में रहें लेकिन सुई की भाँति सर्वत्र जोड़ने का काम करते रहें।

यदि समाज के भाईयों में घुणा या वैमनस्य की दुर्गन्ध आती है तो आप उसे प्रेम के पानी से धो डालिए।

वैसे तो वर्तमान समय लोगों ने प्रेम का अर्थ कुछ और ही ले लिया है। शरीर के प्रति प्रेम होना देह अभिमान को जन्म देता है। और वही शारीरिक आकर्षण जिसमें प्रेम अन्य देह के प्रति होता है, विषय विकार को उत्पन्न करने के निमित्त बनता है परन्तु इसे सच्चा प्रेम नहीं कहेंगे। इससे मनुष्य अपनी आत्मिक शक्ति को खो बैठता है और इस कारण चिड़चिड़ाहट, क्रोध आदि विकारों का घर बनाकर बैठ जाता है।

वास्तव में प्रेम को सही अर्थों में जीवन में अपनाने के लिए परमप्रिय परमपिता परमात्मा ने हमें स्वयं की जानकारी दी है कि 'बच्चे, तुम अपने वास्तविक स्वरूप को पहचानो कि तुम देह नहीं, बल्कि ज्योति-बिन्दु आत्मा हो और मेरी सन्तान हो। प्रत्येक शरीरधारी व्यक्ति के अन्दर वही ज्योति-बिन्दु आत्मा विराजमान है। तो हम सब एक पिता की सन्तान होने के नाते आपस में भाई-भाई हैं। तो किससे बैर एवं बदला लेने की भावना रखें? बल्कि अपने आपकी पहचान मिलने के बाद हरेक के प्रति कल्याणकारी दृष्टि हो। जैसा व्यवहार हम अपने प्रति चाहते हैं, वैसा ही हम दूसरों के प्रति करें। जब हमारे मन में आत्मिक स्नेह की भावना जाग्रत होगी तो स्वतः विश्व-शांति हो जायेगी।

आज सारे विश्व की आत्माएं इस दुःख, अशांति रूप ज्वर से पीड़ित हैं। अफसोस की बात है कि विश्व के अन्दर बड़ी-बड़ी बीमारियों को दूर करने वाले डॉक्टर तो हैं पर इस अशांति रूपी बीमारी को कोई दूर नहीं कर सका।

तो इस बीमारी अथवा ज्वर को दूर करने के लिए परमपिता परमात्मा शिव इस सृष्टि पर अवतरित हो चुके हैं जो कि हम सभी आत्माओं के अविनाशी सर्जन हैं। वही आकर इस अशांति रूप ज्वर से मुक्त होने की दवाई बताते हैं। इस दवाई को सही सलामत उपयोग में लाने पर आप सहज रीति रोगों से मुक्त हो सकते हैं।

तो परमात्मा के कहे अनुसार आप एक ज्ञान का पात्र लें। ध्यान रहे, पात्र हमेशा 'ज्ञान' का हो क्योंकि आजकल कई पात्र ऐसी धातु के बने होते हैं जिसमें खाने की चीजों को रखने से रासायनिक-प्रतिक्रिया (Chemical-reaction) हां जाता है जो कि स्वास्थ्य के लिए घातक सिद्ध होते हैं और कई प्रकार की बीमारियों को उत्पन्न करने के निमित्त बनते हैं। इसलिए पात्र हमेशा ज्ञान का ही हो। उसमें आप 'प्रेम' का पानी डाल दीजिए। अब आप एक 'योग' (परमात्म-याद) की गोली डाल

दें। अब मिश्रण को शुभ संकल्पों के चम्मच से हिलाइये और पी लीजिए। पीते समय अटेन्शन यह हो कि स्वस्मृति में रहें, तभी आपको दवा पूरा असर करेगी। अगर दुर्व्यवहार के कारण जी मचलता है तो बीच-बीच में सद्भावना का चूर्ण ले लीजिए। साथ ही विवेक का थर्मामीटर लगाकर ज्वर का परीक्षण करते रहिये तो ज्यादा अच्छा रहेगा। परहेज सिर्फ इतना है कि रावण के बाजारों में बिकने वाली चीजों को प्रयोग न करें जैसे कि ईर्ष्या, द्वेष, घृणा, छल-कपट आदि। इसके बदले आप अल्लाह के बगीचे में से मन इच्छित फल अवश्य लें जिससे आपके अन्दर शक्ति भरती जाएगी। मन-इच्छित फल हैं—नम्रता, उदारता, कोमलता, गंभीरता आदि। अगर आप इन परहेजों के साथ इस दवा को लेंगे तो अशांति रूप ज्वर से शीघ्र ही मुक्त हो सकते हैं।

इस तरह से आप, आपका परिवार, समाज, देश और सारा विश्व ही इस ज्वर से मुक्त हो जायेगा और प्रत्येक व्यक्ति के हृदय में शांति के सुन्दर समन स्वतः ही खिलेंगे अर्थात् सभी मनुष्यात्माएं सच्चे अर्थों में शांति की अनुभूति करेंगी। इस तरह प्रेम और सद्भावना से विश्व में शांति सहज ही स्थापन हो जायेगी। ●

गीत

सबकी ज्योति जगाओ

अपने परिवर्तन से तुम, जग में परिवर्तन लाओ।
अपना आत्म-दीप जगाकर, सबकी ज्योति जगाओ।।

जगमग चमकेगा संसार, आयेगी सतयुग की बहार
तुम्हें बदलना निश्चित है, क्योंकि तुम हो सबका आधार
ज्ञान-योग की ज्वाला से तम जग के पाप मिटाओ
अपना आत्म-दीप जगाकर...

पवित्रता की धारणा से, नई दुनिया फिर आयेगी
योग की अद्भुत शक्ति से, सृष्टि शान्ति पायेगी
सुखमय हो जाए हर जीवन, ऐसा खुद को बनाओ
अपना आत्म-दीप जगाकर...

स्नेह का लेकर शीतल जल, सर्व पे करना है उपकार
भर कर खुद में रूहानी बल, रूहों का करो भुंगार
सत्यता के बल से अब, सच्चा पथ दर्शाओ
अपना आत्म-दीप जगाकर...

ब० क० मोहन, मारुण्ट आव

गीत

सबसे बड़ी दवा

मन को सन्तुलित रखना सबसे बड़ी कला है।
शिव परमपिता की याद ही सबसे बड़ी दवा है।।

शुभ भावना से मन को, मजबूत बनाते जाओ
मैं बीमार हूँ सोच-सोच कर, कमजोरी न लाओ
प्रभु के चिन्तन से मन को, मिलता सख चैन सदा है
शिव परमपिता की याद...

मन की मजबूती ही तन को मजबूत बनाती है
पवित्रता की शक्ति ही आत्मा की ज्योति जगाती है
हिम्मतवान बनो तो हर पल, करता मदद खुदा है
शिव परमपिता की याद...

मन पावन तन सुन्दर बनता, सहज ज्ञान और योग से
आत्म शक्ति प्रबल करो तो बच सकते हर रोग से
अच्छा होने की भावना, सबसे बड़ी दवा है
शिव परमपिता की याद...

ब० क० महेन्द्र, मारुण्ट-आव

“कितना सुख देती हैं — ये ईश्वरीय यादें !”

ब्र० कु० सूरजमुखी, रुद्रपुर

ईश्वरीय याद में रहने का अनुभव ही निराला है। जिसने इस सुख को पाया है वही इसे जानता है। इसका वर्णन, इसका आनन्द अवर्णनीय है। इसकी प्राप्ति अतुल है। जितना सुख हमें ईश्वरीय याद देती है इतना सुख संसार की कोई प्राप्ति नहीं दे सकती। हम गौरव से कहते हैं कि ईश्वरीय याद में रहने वाला ही सबसे ज्यादा सम्पन्न और सुखी है। परन्तु ये ईश्वरीय याद शक्ति देने वाली हैं जिसके कुछ अनुभव हम आपके सामने रखते हैं —

● ईश्वरीय याद में रहने वालों का मुख-मण्डल प्रकाश का पुंज दिखाई देगा।

● परमात्मा के दिव्य स्वरूप में मन का समाहित होना, बुद्धि का ईश्वर से जुड़ जाना, उनके गुणों का रसास्वादन करना ही ईश्वरीय सुख की अनुभूति है। इस अवस्था के कई अनुभव हमें एक साथ होने लगते हैं।

● एक विशाल शक्ति प्रवाह जब मन, बुद्धि को स्पर्श करने लगता है तब मन के संकल्प अति शक्तिशाली होते हैं और समर्थ होते हैं। ये शक्तिशाली याद हमें इतना शक्तिशाली बना दे कि लगे हम पूर्ण स्वतन्त्र हैं, आत्मा देह रूपी पिंजरे से निकल उड़ रही है, शरीर का भान आधार मात्र रह जाये।

● दूसरा अनुभव — मन इतना भरपूर हो जाये कि प्रेम, आनन्द सुख का सागर उमड़ आये। सभी को इस सुख की अनुभूति हो, ये लहरें लहराने लगे... सभी के लिये सुखों का द्वार खुल जाये।

● कई बार हमारी स्थाई याद इतनी शक्तिशाली हो जाये कि अनुभव हो — इसी याद से विश्व परिवर्तन की आधार-शिला रखी जाती है... हमारा राजयोग वर्तमान तमोप्रधान संसार के परिवर्तन का सफल अभियान है, हमारी ईश्वरीय शक्तियाँ कर्म-क्षेत्र पर अब पार्ट बजा रही हैं— ये शक्ति विश्व को सराबोर कर देने वाली है। हम भूल न जायें ईश्वरीय याद में रहने वाले संसार का सबसे बड़ा हित कर रहे हैं।

● अनेक बार महसूस होता है हम इतनी गहराई में पहुँच चुके हैं कि अखुट ज्ञान-रत्नों के भण्डार में जा बैठे हैं। हम ऐसी दुनियाँ में विचरण करने लगते हैं... जिसमें दो साथियों (बापदादा) के अलावा कोई तीसरा नहीं होता और कभी इतनी उँचाई भी अनुभव होती कि इस स्वमान की चोटी पर ही सदा बैठे रहें कि सत्त् निर्मल झरना झर-झर बह रहा है। हमारे ऊपर उतर-उतर कर वह शक्ति प्रवाह, शान्ति प्रवाह चारों ओर फैल रहा है। हमारी आत्मा शीतल

हो चुकी है, हर कर्मेन्द्रिय स्थिर हो चुकी है। स्थिर चित्त याद में बड़ा ही आनन्द भरा है।

परन्तु हमें मालूम हो कि नित्य नये-नये अनुभव होते ही उन्हें ही जो याद में रहते हैं। और खास जैसा कि बाबा ने विशेष महत्व दिया है अमृतवेले की याद को। इसका भी कारण है। अमृतवेले भगवान् स्वयं देता है, सारे दिन से खुद लेना होता है। हमने कई बार सड़कों पर लाटरी टिकट वालों को यह कहते सुना है — ‘लाटरी उसकी ही निकलती है जो टिकटे खरीदता है।’ बात समझ में आती है, ध्यान वही जाता है... सच है, ये ईश्वरीय सुख, ये आनन्द, ये रस उन्हें ही मिलता है जो ईश्वरीय याद में रहते हैं।

निरन्तर याद के द्वारा ही आत्मा सुख सम्पन्न बनती है और इतनी सम्पन्न बन जाती है कि एक सुख सम्पन्न दुनियाँ की ही स्थापना हो जाती है—ये भी कमाल है इस ईश्वरीय याद का।

ये तो थे यादों के कुछ ही अनुभव। लेकिन कर्मक्षेत्र तो बहुत बड़ा है... बाबा ने भी विश्व परिवर्तन की जिम्मेवारी हमें सौंपी है... शक्तिदाता तो वही है जिसने ये उम्मीद हमसे की है। फिर भी ये अवस्था कर्मक्षेत्र पर बहुत काम आती है। जिसने हमें पूरे सृष्टि चक्र का आदि-मध्य-अन्त सुनाया है, भावी देवताओं की दृष्टि से देखा है... विजयी रत्नों की लिस्ट में रखा है... उनको ही शिक्षाएं सुनकर हम कर्मक्षेत्र पर और ज्यादा मग्न हो जाते हैं। क्योंकि जानते हैं कि कर्मेन्द्रियों की प्रयोगशाला में बैठकर, विशाल कर्म-क्षेत्र पर कर्मों के प्रभाव से न्यारा रहने का साधन भी ‘याद’ ही है। कर्म की अलौकिकता का आधार याद ही है। एक सर्वोच्च स्थिति का अनुभव याद में रहकर कर्म करने पर जो होता है, कर्म को याद से अलग करने पर नहीं। कर्मों की गुह्यता में जायेगा भी वही जिसे कर्मों की गहन गति समझाने वाले की स्मृति होगी। याद का प्रैक्टिकल स्वरूप कर्मों की दिव्यता है।

कभी भी कोई बात हमें भारी न करे। बोझ के ऊपर अपनी शक्तियों को समाप्त न कर दे — हमारी याद दिल के विशुद्ध स्नेह पर आधारित है — दो अमर सत्ताओं (आत्मा और परमात्मा) का समझौता है, आशिक माशुक का मिलन है... हमारा सम्बन्ध इतना गहरा हो जाये कि एक बार धरा पर हमारी अनुपस्थिति हो जाये। स्नेह के बिना तो याद भी फीकी है... हृदय मरुस्थल न बन जाये... हृदय में ईश्वरीय स्नेह के गुल खिले रहें।

शेष पृष्ठ २८ पर

डॉक्टर्स रैलियाँ देहली में



७ अप्रैल, हाफडयन मेडिकल एसोसिएशन के हाल में, रेली में भाग लेने वाले डाक्टरों का सामूहिक छायाचित्र।



७ अप्रैल, दिल्ली मेडिकल एसोसिएशन हाल, दरियागंज में आयोजित कार्यक्रम में डा० गिरीश पटेल (बायें से दूसरे) वक्ताओं के मध्य। मंच पर बायें में उपस्थित हैं विश्व स्वास्थ्य संघ के रीजनल डायरेक्टर डा० यू० कोको।



हिन्दुराव अस्पताल में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित डाक्टरों एवं नर्सों।



अखिल भारतीय स्वास्थ्य चेतना अभियान का अंतिम समारोह दिल्ली में ७ अप्रैल को इण्डियन मेडिकल एसोसिएशन के हाल में आयोजित किया गया। मंच पर उपस्थित हैं (बायें से दायें)—डा० गिरीश पटेल, डा० हरचरन सिंह, एडवाइजर, प्लेनिंग कमीशन, हेल्थ, भारत सरकार, डा० पी० भिकोविच, भारत में विश्व स्वास्थ्य संघ के प्रतिनिधि, भी एम० पी० शाही, शिक्षा एवं संस्कृति विभाग के केंद्रीय राज्य मंत्री, भारत सरकार, दावी हृदयमोहिनी, श्रीमती अंजना कंवर, उपमहापौर, दिल्ली नगर निगम, डा० भी० पी० जग्गी, डाइरेक्टर, पटेल चैस्ट इन्स्टीच्यूट, दिल्ली, डा० एम० एन० सुव, दिल्ली में इण्डियन मेडिकल एसोसिएशन के आनरेरी ज्वाइंट सेक्रेटरी, डा० बनारसी लाल शाह।



७ अप्रैल, हिन्दुराव अस्पताल में डाक्टर्स के लिए आयोजित कार्यक्रम में प्रोफेसर उमा शंकर, डाइरेक्टर, इन्स्टीच्यूट ऑफ कार्डियोलॉजी मेडिसिन, बेलगाम, 'तनाव' के बारे में अपने विचार व्यक्त करते हुए। मंच पर उपस्थित हैं डा० पासी, हिन्दुराव अस्पताल के मेडिसिन बाई के प्रमुख, धाता बंसी लाल चौहान, कार्यकारी पार्षद (स्वास्थ्य), दिल्ली मेट्रो-पालिटन काउन्सिल, डा० निरंजन शाह, चीफ मेडिकल आफिसर, लिबिल अस्पताल बड़ोदा।



दिल्ली में डॉक्टर्स रैलियों के पहुंचने पर स्थानीय आई० एम० ए० हाल में आयोजित समारोह में उपस्थित श्रोतापत्र कार्यक्रम को बहुत ही रुचि से सुनते हुए विचार दे रहे हैं।



भोपाल—म० प्र० के मुख्यमंत्री धाता अर्जुन सिंह जी को डॉक्टर्स रैली के दौरान हो रही सेवाओं की जानकारी देते हुए रैली के डॉक्टर्स तथा अन्य डॉ० कु० भाई-बहनें।



अम्बाला (छावनी)— डॉक्टर्स रैली के आगमन पर आयोजित एक समारोह में कार्यक्रम का शुभारम्भ (दाएं से) डा० प्रताप मिड्डा, डॉ० कु० दादी चन्द्रमणि जी, संयुक्त नख्य प्रशासिका, ई० वि० वि०, डा० कुमारी अमृत सिंघल, मुख्य चिकित्सा अधिकारी, अम्बाला तथा अन्य मोमबतियाँ जलाते हुए कर रहे हैं।



दिल्ली—लेडी हाईंग मेडीकल कालेज एवं अस्पताल में आयोजित एक कार्यक्रम में डा० डोडामनी, मनोचिकित्सक, हयली 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य में राजयोग का महत्व' विषय पर अपने विचार व्यक्त कर रहे हैं। मंच पर डॉ० एन० टी० विभागी के प्रमुख डा० साहनी तथा अन्य विराजमान हैं।

शिव की सौगात — पवित्र जीवन

४० क० शकुन्तला, चण्डीगढ़

वरदाता शिवबाबा द्वारा हमें अनेक वरदान इस वरदानी युग में प्राप्त हुए हैं जिनके आधार पर यह योगी जीवन स्वतः और सहज अनुभव होता है। वास्तव में तो हम बच्चों को कोई एक वरदान या एक जन्म के लिए वरदान या एक तरफा वरदान नहीं मिला परन्तु यह जीवन ही वरदान में मिला है। जब कोई भी बड़ा व्यक्ति किसी से मिलने जाये तो वह सौगात ऊँचे से ऊँची, श्रेष्ठ से श्रेष्ठ ले जाता है क्योंकि यह सौगात उस देने वाले की महानता को सिद्ध करने का एक साधन होता है। तो बाबा ने भी आकर हमें यह पवित्र जीवन ही सौगात में दी है। हमारे अलौकिक जीवन को देखकर बाहर वाले भी सोचते हैं कि ऐसा इनको बनाने वाला कौन है? हमारी दिनचर्या, हमारी वेशभूषा, हमारा खान-पान, आचार-व्यवहार, दृष्टि वृत्ति—सब कुछ इस वरदानी पवित्र जीवन के अंग हैं। एक जन्म का यह पवित्र जीवन २१ जन्म तक सम्पूर्ण पावन, पूज्य जीवन प्राप्त कराने का आधार बनता है। तो संगमयुग पर ना केवल पवित्रता परन्तु सम्पूर्ण पवित्र जीवन की सौगात हमें बापदादा द्वारा मिली है।

पवित्रता अमृत है। जैसे अमृत शब्द किसी अमर बना देने वाले पदार्थ का बोध कराता है, ऐसे ही 'पवित्रता' शब्द भी कितना प्यारा, मीठा है जिसे अमृत का पर्यायवाची कहें तो अतिशयोक्ति नहीं होगी। वैसे तो ज्ञान को भी अमृत कहा जाता है, परन्तु पहले पवित्रता रूपी अमृत पीने से ही ज्ञान अमृत सार्थक होता है।

कई बार सोचते हैं इस जीवन की कीमत किस बात से है? पवित्रता ही इस अमूल्य जीवन का प्राण है। पवित्रता रूपी जल से ही यह अलौकिक जीवन रूपी पौधा सींचा जा रहा है। जैसे कि पवित्रता हमारे जीवन की धड़कन है, हमारा श्वास ही समझो पवित्रता है जिसके बिना यह बाह्मण जीवन निर्जीव है।

पवित्रता वरदान है। जब कोई अमूल्य वस्तु सहज और स्वतः मिलती है तो कितनी खुशी होती है। पवित्रता हमें वरदान में मिली जिससे इसकी प्राप्ति में हमें कोई मेहनत नहीं लगी। पवित्रता ने एक हथियार या शस्त्र का काम किया है क्योंकि इसके द्वारा बाकी सब दुर्गुणों पर विजय पाना आसान हो गया है। सर्वगुण सम्पन्न बनने की जैसे चाबी ही बाबा ने हमें दे दी।

हमारी यह पवित्र जीवन दुनिया वालों को विश्वास दिलाते हेतु अर्थात् यह सिद्ध करने के लिए कि हमें स्वयं भगवान् पढ़ाने

आते हैं और प्रैक्टिकल में हम देवता बनने का पुरुषार्थ कर रहे हैं—इसके लिए यह प्रत्यक्ष प्रमाण है। ऐसे जीवन के दाता ने कैसी अमूल्य सौगात हमें दे दी है। यह इस बात से पता पड़ता है कि ऐसे जीवन की किसी को इस दुनिया में कल्पना तक नहीं है।

पवित्रता का अछूट भण्डार केवल स्वयं के लिए ही नहीं है, अपितु जो भी सम्पर्क सम्बन्ध में आता है उस पर इसका प्रभाव अवश्य पड़ता है। पवित्रता के सागर से प्राप्त पवित्रता का अमृत हमें इतना मिला है कि हर कर्मेन्द्रिय से स्वतः ही प्रत्यक्ष होता है। दृष्टि से, मन के संकल्पों से, वचन व कर्म से स्वतः ही दूसरों को इस महान् शक्ति का दर्शन होता है।

बाबा कहते—'भविष्य २१ जन्मों में तुम्हारी आयु लम्बी होगी, कंचन काया होगी और तुम बच्चों को काल नहीं खायेगा।' पर पवित्रता रूपी औषधि का सेवन करने से हम इस जन्म में ही न जाने कितने रोगों से बच गये हैं और कितने ही रोग इसकी धारणा से समाप्त हो गये अथवा हल्के अवश्य हो गये। तो पवित्रता ने संजीवनी बूटी का भी पाठ अदा किया है।

ऐसे तो पवित्रता की महिमा बहुत है। परन्तु अब समय प्रमाण हमें पवित्रता की गुह्यता में जाना है। प्यारे बापदादा के इस सीजन (१९८७-८८) के महावाक्यों के अनुसार पवित्रता की गति अति गुह्य है। पवित्रता माना श्रीमत पर एक्यूरेट चलना। अमृतवेले से लेकर रात्रि योग निद्रा तक जो नियम वा मर्यादाएँ मिली हैं उनसे यदि जरा भी ऊपर-नीचे होते हैं तो इसको भी सूक्ष्म अपवित्रता कहा जायेगा। मन, वचन, कर्म और स्वप्न की सम्पूर्ण शुद्धि ही सम्पूर्ण पवित्रता कहलाती है। यही प्यारे बाबा ने पवित्रता की गुह्य गति का राज हमारे सामने रखा है जिस पर चल कर अब हम बच्चों को पवित्रता की संपूर्ण मूर्ति बनना है।

मन का ठिकाना

अगर किसी मनुष्य के पास रहने के लिये मकान न हो तो वह गली-गली में घूमता है कि कहीं कोई खाली मकान रहने के लिये मिले। इसी प्रकार आज मन भी इसलिये चंचल (अशान्त) रहता है अथवा उसीलिए उधर-उधर घूमता है कि कहीं कोई शान्ति का ठिकाना मिल जाए। अतः मन की चंचलता से निराश होने की आवश्यकता नहीं है। बल्कि शान्ति के सागर परमपिता परमात्मा को तथा परमधाम को जानकर, मन को वहाँ ठिकाना दीजिये तो मन शान्त हो जाएगा। इसी का नाम योगाभ्यास है।



सिरोही — में डॉक्टर रैली के आगमन पर एक विशाल 'निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर' का आयोजन किया गया जिससे अनेक रोगियों ने लाभ लिया। ऊपर के चित्रों में विभिन्न रोगों के विशेषज्ञ डॉक्टर सहानुभूतिपूर्वक रोगियों का निरीक्षण करते हुए दिखाई दे रहे हैं।



भिवानी — डॉक्टर रैली के आगमन पर स्थानीय बार एलेक्सिएशन के हॉल में आयोजित एक कार्यक्रम में उपस्थित बकीलों को डॉ० क० डॉ० कमल बहन 'सम्पूर्ण स्वास्थ्य' की विस्तृत जानकारी दे रही हैं।



दिल्ली — डॉक्टर रैली (बम्बई से दिल्ली) के पहुंचने पर आयोजित एक स्वागत समारोह में मंच पर उपस्थित हैं—डॉक्टर रैली के डॉक्टर, डॉ० क० हृदयमोहिनी, निदेशक, दिल्ली जोन (प्रवचन करते हुए) छाता सुभाष आर्य, महानगर पार्षद तथा अन्य।



माऊण्ट आब् — अहमदाबाद सिविल इंजीनियर्स एसोसिएशन के सौ सवस्य परिवार सहित फाण्डब भवन पधारे। चित्र में वे ड० कु० वादी प्रकाशमणि, मुख्य प्रशासिका ई० वि० बि० तथा अन्य के साथ विछाई दे रहे हे।



रायपुर — अखिल भारतीय स्वास्थ्य चेतना अभियान कार्यक्रम के अन्तर्गत आयोजित 'निःशुल्क स्वास्थ्य परीक्षण शिविर' में निर्धन रोगियों को दवाईयां वितरित की गई। यह चित्र उसी अवसर का हे।



बिदर — केन्द्रीय युवा एवं कीड़ा मंत्री बहन मार्वेटा अलवा जी को ड० कु० प्रतिमा बहन ईश्वरीय सौगात भेंट कर रही हैं।

नव ज्योति नव चेतना लाते चलो...

बी०के० गोपाल, गोकुलधाम, भोपाल

नवज्योति नव चेतना लाते चलो,
नित नवनीत गीत कोई गाते चलो।
सभी के गुणों को उठाते चलो,
हंस बन मोती चुगते-चुगाते चलो।
हाथों से बड़ हाथ मिलाते चलो,
सारी दुनिया का बोझ उठाते चलो।
ज्ञान का सच्चा अमृत पिलाते चलो,
मूर्छित हुआओं को फिर से जिलाते चलो।
नव ज्योति नव चेतना लाते चलो...।
नित नवनीत गीत कोई गाते चलो।।

दिव्यगुणों से जीवन सजाते चलो,
पुराने संस्कारों को अब मिटाते चलो।
ज्ञान के रंग में रंगते रंगाते चलो,
स्नेह की गंगा बहाते चलो।
शिव आया है ये सबको बताते चलो,
भटकों को मंजिल दिखाते चलो।
कदम से कदम मिलाते चलो,
माया को मार भगाते चलो।
नव ज्योति नव चेतना लाते चलो...।
नित नवनीत गीत कोई गाते चलो।।

उमंगों का संसार बसाते चलो,
सदा आगे बढ़ो और बढ़ाते चलो।
सुख का सौरभ सभी को लुटाते चलो,
और शान्ति के दीप जलाते चलो।
विकारों के बंधन छुड़ाते चलो,
फरिश्ते बन सभी को उड़ाते चलो।
ज्ञान रत्नों से खेलो खिलाते चलो,
संगम में खुशियाँ मनाते चलो।
नव ज्योति नव चेतना लाते चलो,
नित नवनीत गीत कोई गाते चलो।

बनो पावन सभी को बनाते चलो,
गिरे हुआओं को गले लगाते चलो।
अनमोल समय ये सफल बनाते चलो,
वक्त जाता है दूर तुम पास आते चलो।
साक्षी बन पार्ट बजाते चलो,
कांटों में खिलो और मुस्कराते चलो।
बीती को बीती करो और भुलाते चलो,
याद बाबा की सबको दिलाते चलो।
नव ज्योति नव चेतना लाते चलो...।
नित नवनीत गीत कोई गाते चलो।



फिरोजपुर (सिटी) - 'अखिल भारतीय स्वास्थ्य चेतना अभियान' के अन्तर्गत आयोजित एक समारोह में डॉ० कु० तृप्ति बहन डॉ० बी० पी० रंगबल्ला, अध्यक्ष, आई० एम० ए० को श्रीकृष्ण का चित्र भेंट कर रही हैं।



सिकन्दराबाद - डॉ० साय कुमार जी को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् डॉ० कु० दादी मनोहर इन्द्रा जी उन्हें मार्केट आबू स्थित ई० वि० वि० के मुख्यालय पाण्डव भवन में पधारने का सहर्ष निमन्त्रण दे रही हैं।

गुणग्राहक वृत्ति

ब० कु० आन्मप्रकाश, आबू पर्वत

सर्वगुण सम्पन्न बनने के लिए सर्व से गुण ग्रहण करने की कला का होना परमावश्यक है। जैसे-जैसे गुणग्राहक वृत्ति का विकास होता है, वैसे-वैसे जीवन दिव्यता से सम्पन्न अनुभव होता है और संगमयुग मौजों का युग अनुभव होता है। वरना अवगुण-ग्राहक वृत्ति से यह ईश्वरीय पथ जो एक सुखद पथ है वह संघर्षमय अनुभव होने लगता है। अतः अपनी पुरुषार्थ रूपी गाड़ी को सम्पूर्णता रूपी मंजिल पर समय के पहले पहुँचाने के लिए इस श्रेष्ठ धारणा को अपनाना नितान्त आवश्यक है।

वास्तव में अवगुण-ग्राही वृत्ति तो आत्मा पर माया की ग्रहचारी है जिससे आत्मा पतन की ओर बढ़ती ही जाती है और समयान्तर में दुःख, अशान्ति की गहरी खाई में गिर जाती है। इस ग्रहचारी को उतारने के लिए परमात्मा हम बच्चों के लिए सुन्दर, खुशबूदार दिव्य गुण रूपी पुष्पों का गुलदस्ता भेंट स्वरूप लेकर आये हैं।

मै कुली नहीं हूँ, मैं तो अच्छे कुल वाला हूँ

जब मनुष्य को परमात्म-ज्ञान से समझ मिलती है तो एहसास होता है कि माया के कुसंग के कारण मैं स्वयं के तथा दूसरों के दुर्गुणों की टोकरी ढोकर परेशानी मोल लेता रहा। माया ने धोखे से मुझे कुली बनाया जिससे मैं एकदम भूल गया कि मैं तो उँचे, देवी-देवताओं के कुलवाला हूँ। वास्तव में ये दुर्गुणों का बोझ ढोना तो मेरा धर्म और कर्म नहीं है।

बाबा की दृष्टि भी गुण-ग्राही थी

साकार में ब्रह्मा बाबा सभी बच्चों को सदा महानता की नजर से देखते थे, सदा आत्मा के सम्पूर्ण स्वरूप को ही देखते थे। इसलिए सदा ही प्रेमस्वरूप रहते थे। वे क्षमा के सागर थे। दूसरों की गलती जरा भी चित पर नहीं धरते थे। कोई भी भाई अथवा बहन भूल करते तब भी बाबा के भावों में उस आत्मा के प्रति तनिक भी अन्तर नहीं दिखाई देता था। बाबा सभी के गुणों को देखकर उन्हें आगे बढ़ाते थे, इसलिए सभी सदा यही कहते कि बाबा मुझसे ही सबसे ज्यादा प्यार करते हैं।

प्रभु, मोरे अवगुण चित्त न धरो"

भक्तिमार्ग में भी भगवान् से सदा यही प्रार्थना करते थे कि "प्रभु, मोरे अवगुण चित्त न धरो"। तो जो हम प्रभु से स्वयं के प्रति चाहते हैं, वैसे ही क्यों न हम अपनी सर्व के प्रति धारणा

बनाएँ। दूसरों के अवगुण चित्त पर न धरना यही तो महान् आत्माओं की महानता है। वैसे तो सभी में गुण हैं, महानताएँ हैं, त्याग की भावना है परन्तु अवगुण कोई एक दो ही होता है जो दिखता है। सभी पुरुषार्थी हैं, अपने अवगुणों को दूर करने में लगन-शील हैं। तो जो चीज दूसरे छोड़ रहे हैं, उसे हम ग्रहण क्यों करें। सभी का अलग-अलग अपना-अपना भाग्य, पार्ट, शक्ति और बुद्धि है। अतः हम उनके अवगुणों का चिन्तन क्यों करें?

गुणों का दान करने के लिए गुण-ग्राहक वृत्ति बनाएँ

मुझे याद है, एक बार हम सेवाधारी भाई मधुबन में अव्यक्त बापदादा से मिल रहे थे, तब बापदादा ने कहा कि अभी समय बहुत कम है, इसलिए हर सेकण्ड तीन प्रकार की सेवा करने का अभ्यास करो। बाबा ने पूछा कि "बताओ, कौनसी तीन प्रकार की सेवा करेंगे?" सभी ने अपना-अपना जवाब दिया। फिर बापदादा ने कहा— "एक तो-कर्मणा सेवा, दूसरी मन्सा द्वारा योगदान की सेवा, तीसरी हर्षितमुख चेहरे द्वारा दिव्य गुणों का दान करना।" क्योंकि यहाँ तो सभी ब्राह्मण ज्ञानी बच्चे हैं, तो ज्ञानियों की सेवा ज्ञान सुनाकर नहीं लेकिन दिव्य गुणों का दान देकर करें। जब चेहरा हर्षित अर्थात् दिव्य गुणों से भरपूर होगा तो दूसरों को स्वतः ही प्रेरणा मिलती रहेगी। इसलिए गुणमूर्ति बनने के लिए स्वयं की वृत्ति को गुण-ग्राहक बनाना अति आवश्यक है।

गुण-ग्राहक वृत्ति से लाभ

१. सर्व के प्रति स्नेह व शुभ भावना स्वतः रहती है — जब हम दूसरों के गुणों को देखते हैं तो हमें दूसरों की महानताओं का आभास रहता है और फलस्वरूप हमारे मन में सबके लिए स्नेह के बीज अंकुरित होते रहते हैं जिससे स्वतः ही शुभ भावना रहती है और यह शुभ भावना अपने व दूसरों के चित्त को शीतल रखती है। यदि हमारी दृष्टि किसी के भी अवगुण पर जाती है तो सद्गुणों की सुगन्ध के बजाय दुर्गुणों की दुर्गन्ध फैलने लगती है।

२. संगठन शक्तिशाली बनता है — इस प्रकार गुण-ग्राही वृत्ति होने से संगठन शक्तिशाली बनता है क्योंकि वहाँ कोई किसी से ईर्ष्या, द्वेष या बैर-भाव नहीं रखता जिससे सदा आपसी प्यार व सत्कार रहता है। यही सूक्ष्म धागा है जो संगठन को मजबूत बांधकर रखता है। यदि किसी संगठन में

समा अवगुण-ग्राहा हा ता वह सगठन कभी भी शाक्तशाली नहीं बन सकता।

३. श्रेष्ठ संकल्पों की पूंजी बढ़ती है— सदा गुण-ग्राहक वृत्ति होने से सभी के प्रति शुद्ध तथा महान् संकल्पों का प्रवाह चलता रहता है जिससे आत्मा सदा योग्युक्त रहती है। गुण देखने से मन में अवगुणों या व्यर्थ संकल्पों का किचड़ा नहीं भरता। फलस्वरूप वह आत्मा स्वयं को श्रेष्ठ संकल्पों के शृंगार से सजाती रहती है। जिसके पास श्रेष्ठ संकल्पों की पूंजी है वह सहज ही विघ्न-विनाशक बन जाते हैं।

४. प्रभु प्रेम के पात्र बनते हैं— सदा गुण-ग्रहण करते रहना—यह पवित्र दिल तथा दिव्य बुद्धि वालों की निशानी है। दिव्य बुद्धि वाले सदा ज्ञान मनन में मग्न रहते हैं। ऐसी ज्ञानी-तु-आत्मा प्रभु को प्रिय लगती है। वास्तव में जो दूसरों के गुण देखते हैं, प्रभु उनके गुण देखते हैं। तो गुणग्राही वृत्ति से हम प्रभु समान बनकर उसके प्रेम के पात्र बनते हैं।

अवगुण-ग्राहक वृत्ति होने से नुकसान

१. खुशी गुम हो जाती है— अवगुणों पर दृष्टि जाते ही मनुष्य की खुशी गुम हो जाती है क्योंकि उस समय बुद्धि अवगुण रूपी अशुद्ध भोजन खा लेती है, व्यर्थ संकल्प ग्रहण कर लेती है। परन्तु संगमयुग पर अविनाशी खुशी उन्हें ही प्राप्त होती है जो अपनी बुद्धि को सदा पौष्टिक भोजन देते हैं अर्थात् दिव्य गुणों रूपी श्रेष्ठ संकल्पों का भोजन देते हैं। ऐसा भोजन ही मन को स्वस्थ रखकर आत्मा को निरन्तर खुशी प्रदान करता है।

२. त्रुटि देखी तो तपस्या भंग— अवगुण देखने से परुषार्थी की तपस्या भंग हो जाती है। अतः महान् आत्माओं में

भगवान् के बच्चों में भी यदि हमें खामियाँ ही दिखाई दी, तो हम तपस्वी कहां ठहरे और तब भला हमारी तपस्या भी सफल कैसे होगी? अतः तपस्वियों को चाहिए कि वे हंस समान मोती चुगने वाले शुद्ध आत्मा बनें।

३. अवगुणी दृष्टि से जीवन किचड़े का डिब्बा बन जाता है— जो दूसरों के अवगुण देखता है, वह कभी भी गुणवान बनने के स्वप्न नहीं देख सकता। वास्तव में अवगुणी-दृष्टि रखना अहंकार का प्रतीक है। ऐसा अहंकारी व्यक्ति महान् से महान् आत्माओं में भी कमियाँ खोजता रहता है, मानो कि यही उसका लक्ष्य है! फलस्वरूप वह स्वयं अवगुणों का भण्डार बन जाता है। उसका जीवन किचड़े के डिब्बे समान दुर्गन्ध, मच्छर, कीट से भरपूर हो जाता है। वह कभी भी महानता के लक्ष्य को नहीं पा सकता।

४. स्वयं को खाली अनुभव करेगा— अवगुणी दृष्टि वाला स्वचिन्तन तथा परमात्म-चिन्तन के आनन्द से वंचित रहकर सदा परचिन्तन में मग्न रहता है जिससे वह संकल्प शक्ति को व्यर्थ गंवा कर स्वयं को खाली-खोखला अनुभव करता है। वह सदा स्वयं को हीन महसूस करता है। ऐसा व्यक्ति सदा ही स्नेह का प्यासा व स्वयं को अकेला महसूस करता है। वह सदा उदासी, निराशा का शिकार बना रहता है।

यदि हमें शीघ्र ही मंजिल को पाना है, अपने जीवन को आदर्श बनाना है, परस्पर स्नेह का आदान प्रदान करना है, अपने जीवन को निर्विघ्न बनाकर सर्व प्राप्तियों से सम्पन्न बनाना है और ईश्वरीय आज्ञा को पालन कर ईश्वर के विल पर चढ़ना है तो अपनी दृष्टि को तथा वृत्ति को गुणग्राही बना लें। यही सम्पूर्ण पवित्रता का भी प्रतीक है।



सहारनपुर— डॉक्टर रेली के आगमन पर आयोजित एक समारोह में मंच पर (बाएं से) डॉ० क० कमल, पद्म-श्री डॉ० आर० एन० बांगले, डॉ० एस० सी० पाण्डेय, चिकित्सा अधीक्षक, छाता सुभाष त्रिवेदी, नगर न्यायाधीश, डॉ० क० प्रकाश इन्ना विराजमान हैं।



भरतपुर— डॉक्टर रेली के आगमन पर सिमको लि०, भरतपुर के स्टाफ क्लब में आयोजित एक समारोह में डॉ० क० कविता बहन कम्पनी के अध्यक्ष छाता के एन० पाठक को श्री लक्ष्मी-श्री नारायण का चित्र भेंट कर रही हैं।

'जीवन को दिव्य बनाने वाला कन्या छात्रावास'

बहमाकुमारी करुणा, एम० ए०, इन्दौर

भारतीय संस्कृति में शिक्षा का परम लक्ष्य जीवन को सफल बनाने के लिए ज्ञानार्जन और अंतः ज्ञान का परिमार्जन ही है। लोक के साधन के साथ-साथ शिक्षा, परलोक का साधन भी है। शिक्षा का अर्थ साक्षरता मात्र न होकर सद्गुणों को सिखाना है, शिक्षा उत्तम गुणों का आश्रय है। शिक्षा का अर्थ विद्या ग्रहण कर सद्गुणों की प्राप्ति है।

इस प्रकार की शिक्षा और योग्यताओं का बालिकाओं में कैसे विकास हो, यह प्रश्न अत्यन्त जटिल है। यह जटिल प्रश्न आज समाज के सामने भी है और माता-पिता के सामने भी है। इस प्रश्न को हल करने हेतु एवं कन्याओं को सभ्य, शालीन और सुसंस्कारों से सम्पन्न, दिव्यगुणों से युक्त बनाकर उनके भविष्य को उज्ज्वल बनाने के स्वप्न को साकार करने हेतु सन् १९८३ में एक ऐसा शुभ दिन आया जबकि इन्दौर नगरी में "दिव्य जीवन कन्या छात्रावास" का शुभारम्भ हुआ।

सन् १९८३ से १९८५ तक यह छात्रावास श्रीनगर एक्सटेंशन (कालोनी) में सफलतापूर्वक वृद्धि को प्राप्त करता रहा। १९८६ में यह विचार किया गया कि सभी कन्यायें



इन्दौर—'दिव्य जीवन कन्या छात्रावास' के नवनिर्मित भवन के उद्घाटन के अवसर पर चित्र में (दाएँ से) डॉ० कु० आशा बहन, निदेशक, राजयोग पत्राचार पाठ्यक्रम, डा० हाईडी, डॉ० कु० मोहिनी बहन, दावी प्रकाशमणि जी, मुख्य प्रशासिका, ई० वि० वि० वि० वि० वि० दे रही हैं।



इन्दौर—चित्र में 'दिव्य जीवन कन्या छात्रावास' की कन्याएँ, ई० वि० वि० की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका डॉ० कु० दावी जानकी जी तथा अन्य भाई-बहनों के साथ विछाई दे रही हैं।

"ओमशान्ति भवन" (क्षेत्रीय कार्यालय, इन्दौर जोन) में होने वाली गतिविधियों से लाभान्वित होती रहें एवं महारथी भाई-बहनों के सान्निध्य का अनुभव प्राप्त कर सकें—इस बात को दृष्टि में रखते हुए इस छात्रावास का निजी भवन ओमशान्ति भवन के समीप बनाया गया है। छात्रावास के इस नये भवन का उद्घाटन संस्था की मुख्य प्रशासिका दिव्यता की प्रतिमूर्ति राजयोगिनी दादी प्रकाशमणी जी के द्वारा इसी ही वर्ष १९ फरवरी १९८८ को हुआ है।

इस प्रकार इस छात्रावास के पांच वर्ष सफलतापूर्वक व्यतीत हो रहे हैं। इस बीच की समयावधि में इसमें रहने वाली सभी बालिकाओं ने हर क्षेत्र में कामयाबी हासिल की है। जैसे कि क्रीडा के क्षेत्र में, वाद-विवाद प्रतियोगिताओं में, भाषण, निबन्ध, पुष्पसज्जा, कशीदाकारी, चित्रकला आदि में। शालेय कार्यक्रम के अन्तर्गत कई पारितोषिक भी इन बालिकाओं ने प्राप्त किये। इसके अलावा सांस्कृतिक कार्यक्रमों में भी काफी उन्नति की है। जैसे कि नृत्य में—कथक, भरतनाट्यम्, सामूहिक लोकनृत्य आदि। संगीत में—गायन। वादन में—हारमोनियम, सितार, केसिओ आदि। नवम्बर १९८७ में अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर हुए 'सोवियत महोत्सव' के अन्तर्गत इन कन्याओं द्वारा "माड़िया नृत्य" प्रस्तुत किया गया जो कि प्रथम पुरस्कृत हुआ। यही बालिकायें, समय प्रति समय ई.वि.वि. के मुख्यालय माउण्ट आबू में होने वाले कार्यक्रमों को भी शोभनिक बनाती हैं।

अध्ययन के क्षेत्र में ये कन्यायें अपनी प्रतिभा का प्रभाव छोड़ते हुए कक्षा में प्रथम स्थान लेकर छात्रावास को गौरवान्वित करती रहती हैं। लेकिन इनके सर्वांगीण विकास का आधार इनकी ज्ञानयुक्त एवं योग से युक्त नियमित दिनचर्या ही है।

दिनचर्या

सभी कन्यायें प्रातः ४.०० बजे अमृतवेले एक मधुर गीत के द्वारा उठती हैं। फिर ४.३० बजे तक योगाभ्यास करती हैं। ४.३० से ५.०० बजे तक नित्य नियमों से निवृत्त होकर ५.०० बजे से ६.३० बजे तक आत्मिक उन्नति के लिए

पुरुषार्थ करती हैं। इसके पश्चात् सभी आवश्यक रूप से शारीरिक व्यायाम करती हैं। फिर प्रातःकालीन सत्र में स्कूल जाने वाली कन्यायें नाश्ता आदि करके स्कूल जाती हैं। दोपहर सत्र वाली कन्यायें प्रातः क्लास के बाद अपने-अपने निजी कार्य के साथ-साथ गृहकार्य एवं रचनात्मक कार्य जैसे कि व्यक्तित्व विकास, बागवानी, घर की सजावट, भोजन बनाना आदि कार्यों का शिक्षण प्राप्त करती हैं। इसके बाद नाश्ता करके लौकिक पढ़ाई का अभ्यास करती हैं। फिर अपने-अपने समय पर स्कूल कालेज जाती हैं। प्रातः स्कूल जाने वाली कन्यायें १२.३० बजे वापिस लौटकर आती हैं। भोजनादि के बाद आराम करती हैं। फिर शाम ४.०० से ६.०० बजे तक लौकिक पढ़ाई करती हैं। ६.०० से ६.३० बजे तक शाम का चाय नाश्ता करने के बाद ६.३० से ७.०० बजे तक खेल-कूद आदि करती हैं। ७.०० से ७.३० तक योग करने के बाद ८.०० बजे तक खाने आदि से फारिग होकर ८.०० से १०.०० बजे तक अपनी लौकिक पढ़ाई का अध्ययन करती हैं। इसके पश्चात् १०.०० बजे सभी रात्रि विश्राम करती हैं।

भोजन बनाने के लिए एक समर्पित माता कार्यरत है तथा सभी कन्याओं की हर तरह से देखभाल करने के लिए एक ब्रह्माकुमारी बहन छात्रावास अधीक्षिका भी छात्रावास में ही रहती है जो सभी कन्याओं की समस्याओं को सुनती है एवं उनका समाधान करती है।

आज छात्रावास की इन गतिविधियों को देखते हुए बालिकाओं के बढ़ते हुए विकास एवं लौकिक अलौकिक पढ़ाई की दक्षता को देख सभी दैवी भाई-बहनों एवं कन्याओं के माता-पिता का यह सम्पूर्ण निश्चय है कि अगर कन्याओं को पार्श्वत्या सभ्यता एवं दुनिया के मायावी आकर्षण, बुरे संग तथा दूषित वातावरण आदि से बचाने के लिए यदि कोई स्थान है तो वह यही छात्रावास है। सभी की यही शुभ भावना है कि ये कन्यायें ही स्व-परिवर्तन के द्वारा विश्व-परिवर्तन कर विश्व की अनेकानेक आत्माओं का मिलन परमात्मा से कराने के निमित्त बनेंगी।

देश और समाज की समस्याओं का हल पवित्रता है।

भटिण्डा — डॉक्टर रेती के आगमन पर आयोजित एक समारोह में पधारे डा० प्रेम नाथ गर्ग, मुख्य चिकित्सा अधिकारी को डा० क० कमलेश बहन ईश्वरीय साहित्य भेंट कर रही हैं।



ईश्वर और ईश्वरीय परिवार की पालना

ब्रह्माकुमार गोलक, आबू पर्वत

आध्यात्मिक जीवन दर्शन में जितना ही ईश्वरीय ज्ञान को जानना एवं उसे अपने जीवन में धारण करना आवश्यक है, उतना ही ईश्वरीय पालना का अनुभव करना भी आवश्यक है। ईश्वरीय ज्ञान हमें ईश्वर से मिलन मनाने का सत्य मार्ग बताता है तो ईश्वरीय पालना हमें उस राह पर चलने की शक्ति प्रदान करती है। अतः ईश्वरीय पालना का अनुभव कर उसमें अपने को सम्पूर्ण समर्पण करना यह आध्यात्मिक जीवन के सिद्धिस्वरूप की निशानी है। संसार में ऐसे विरले ही सौभाग्यशाली होते हैं जो ईश्वर की बेहद पालना की विधि को जानते, पहचानते एवं उस पालना में पलकर अपने आध्यात्मिक जीवन के सर्व सुखों को प्राप्त करते हैं। व्यक्तिगत जीवन का पुरुषार्थ आध्यात्मिक जीवन में सफलता तो दिलाता है लेकिन ईश्वर एवं ईश्वरीय परिवार की पालना सुप्त आध्यात्मिक चेतना को जागृत कर उसके बहुमुखी विकास करने का आधार होती है। जैसे लौकिक जीवन में भी बच्चों के भविष्य का विकास उनके माता-पिता एवं परिवार की पालना के आधार पर होता है। उनकी पालना न सिर्फ बच्चों को जीवन जीने की कला सिखाती परन्तु बच्चों के व्यक्तित्व, जीवन शैली, संस्कार एवं विचारधारा को भी प्रभावित करती है। इसी प्रकार अलौकिक आध्यात्मिक जीवन में भी आध्यात्मिक चेतना के सर्वांगीण विकास के लिए ईश्वर एवं ईश्वरीय परिवार की पालना मुख्य आधार बनती है। परमात्म-पालना हमारी आध्यात्मिक शक्तियों को बाह्य साधनों में सही रूप से अभिव्यक्त करने में सहायक होती है। जबकि ईश्वरीय परिवार की पालना हमारे जीवन में अभिव्यक्त सर्व ईश्वरीय सिद्धियों को स्व के प्रति एवं सेवा के प्रति कार्य में लगाने में सहयोग प्रदान करती है। इसलिए ईश्वरीय ज्ञान को आध्यात्मिक जीवन में सन्निवेश कर सहज श्रेष्ठ प्राप्ति करने और कराने का सहज एवं सरल साधन है— ईश्वर एवं ईश्वरीय परिवार की पालना के महत्व को जानना एवं उसकी अनुभूति करना।

पालनहार परमात्मा की महिमा भक्तिमार्ग में सब गाते हैं—तुम मात-पिता हम बालक तेरे... तेरी कृपा से सुख घनेरे। परन्तु परमात्म पालना का सुख अनुभव नहीं कर पाते, केवल मांगते रहते हैं—हे प्रभु! सुख दो, शान्ति दो, सद्बुद्धि दो, सत्ज्ञान दो क्योंकि परमात्मा को केवल मानते हैं, जानते नहीं। परमात्म ज्ञान एवं परमात्म-कर्तव्य का ज्ञान न होने के कारण अपने को कभी भक्त, कभी दास तो कभी चरणों की

धूल समझ सिर्फ दर्शन के अभिलाषी रहते हैं। तो दूसरी तरफ भिन्न-भिन्न धर्मों की मान्यता के आधार पर प्रचलित पारस्परिक विधि में उलझे हुए कभी देवता तो कभी फरिश्ता या कभी ज्योति तो कभी प्रकृति को परमात्मा का रूप मानकर अपने मन की भावनाओं को अर्पण करते हैं। कभी-कभी अज्ञानता के वश, आत्म ज्ञान द्वारा स्वयं के पुरुषार्थ और साधना से क्षणिक सिद्धि प्राप्त करने वाली आत्माओं को अथवा स्वयं को परमात्मा का रूप मान लेते हैं। कितनी भिन्नताएं हैं उनकी मान्यताओं में! मानते कुछ, जानते कुछ व्यवहार एवं कर्म में करते कुछ और ही हैं। ईश्वर को मानने और जानने में अन्तर होने के कारण ईश्वर से सच्चे सम्बन्ध एवं प्राप्ति की अनुभूति नहीं कर पाते हैं। अतः विधान के अनुसार परमात्मा की अनादि सन्तान होते हुए भी परमात्म पालना के अधिकारी नहीं बन पाते हैं।

कितने ना हम सौभाग्यशाली हैं! एक तरफ अज्ञान आत्माओं की पुकार एवं चित्कार तो दूसरी तरफ शिव वंशी हम ब्राह्मण आत्माओं का परमात्मा द्वारा सत्कार। समय की बलिहारी है, तकदीर बलशाली है। कहां अल्पकाल की प्राप्ति वाली आत्माएं, जिसमें प्राप्ति के साथ अप्राप्ति भी है और यहाँ कोटों में कोई और कोई में भी कोई बहुत थोड़ी सदाकाल की प्राप्ति अनुभव करने वाली प्राप्तिस्वरूप आत्माएं हैं। सदियों से आत्माओं ने जिसके साक्षात्कार वा दर्शन के लिए साधनायें की; मंदिरों, मस्जिदों, गिरजाघरों और गुरुद्वारों का निर्माण किया, घण्टियां बजाई, शंख ध्वनि की, साधना एवं आराध करने के लिए वेद, उपनिषद् पुराण, बाइबिल, गीता की रचना की, वही ईश्वर भोलानाथ शिव अब साक्षात् हमारी पालना कर रहे हैं। वे अपनी साधना द्वारा दुंदु रहे हैं और हम पदमापदम भाग्यशाली आत्माएं उसकी छत्रछाया में सहज साधना द्वारा सिद्धिस्वरूप बन रहे हैं। क्योंकि ईश्वर इस सृष्टि के विधान के अनुसार व अपने वायदे अनुसार कलियुग के अन्त एवं सतयुग के आदि सन्धि समय संगमयुग पर आकर आदिपिता ब्रह्मा द्वारा नई सृष्टि की स्थापना हेतु ब्राह्मणों के अलौकिक ईश्वरीय परिवार की रचना करते हैं। सारे कल्प में वर्तमान का यह संगमयुग महान् युग है। यह संगमयुग का थोड़ा-सा वरदानी समय ही आत्माओं को परमात्म एवं परमात्म परिवार की पालना मिलने का समय है क्योंकि स्वयंनिराकार शिवबाबा साकार ब्रह्मा द्वारा मात-पिता बन आत्माओं को साकार रूप में प्रत्यक्ष ईश्वरीय पालना देते हैं। साथ ही

करनकरावनहार बनकर परोक्ष रूप में अपनी चैतन्य फूलवारी को संवारते हैं। जन्म-जन्मान्तर से बाप से एवं ईश्वरीय परिवार से बिछुड़ कर भटकती हुई हम निर्बल आत्माओं को रहमदिल बाप पालनहार बन हमें अपनी और समय की पहचान कराते हैं खोई हुई तकदीर को बनाने के लिए हमें श्रेष्ठ कर्म की विधि सिखाते हैं, जिसके आधार से हम ईश्वर से बाप, टीचर, सतगुरु आदि सर्व सम्बन्धों की पालना प्राप्त करते हैं एवं परमात्म याद की विधि द्वारा जीवन में सुखमय सम्बन्ध, शान्ति, शीतल, स्नेही स्वभाव और संस्कार, सच्ची ईश्वरीय ज्ञान की सम्पत्ति, श्रेष्ठ सतोप्रधान कर्म एवं श्रेष्ठ सम्पर्क की सम्पूर्ण प्राप्ति ईश्वर एवं ईश्वर के परिवार से सहज प्राप्त करते हैं। वरदाता भाग्यविधाता बाप के अवतरण होने के कारण यह समय भी वरदानी बन जाता है। साथ-साथ भक्त वत्सल परमात्मा अपने पुराने भक्त हम ब्राह्मण आत्माओं की हर मनोकामना पूर्ण करने के लिये स्वयं विश्व सेवाधारी बन जाते हैं। समय अनुकूल होने के कारण हम थोड़ी-सी मेहनत में पदमों की कमाई कर वर्तमान जीवन को सफल बनाने के साथ-साथ भविष्य जीवन की भी प्रालम्ब जमा कर सकते हैं। ऐसा श्रेष्ठ भाग्य इस दुनिया में और क्या हो सकता है? जन्म ईश्वर की गोद में, पालना ईश्वर के द्वारा ईश्वरीय परिवार में, पढ़ाई ईश्वर के द्वारा ईश्वरीय विश्वविद्यालय में, तपस्या भी सतगुरु की तपोभूमि में— ऐसे ईश्वरीय पालना के पात्र, बालक सो मालिक बनने का अधिकार उन आत्माओं को वरसे के रूप में मिलता है जिन आत्माओं में परमात्मा के प्रति अटूट निश्चय, समर्पण भाव एवं परमात्म-ज्ञान को धारण करने की हिम्मत है।

हम खुशानसीब आत्माओं को पारलौकिक मात-पिता का रूहानी स्नेह व लाडप्यार, विधाता वरदाता का वरदान, रत्नागर का अमूल्य रत्नों से सज्जित अलंकार, सर्वशक्तिवान् ईश्वर की सर्वशक्तियां, ज्ञान-सागर का ज्ञान खजाना, प्यार के सागर की प्यार भरी पालना ही इस श्रेष्ठ ब्राह्मण जीवन में वरसे के रूप में मिलती है। सर्व सम्बन्धों से मिली हुई इस ईश्वरीय पालना को विधिपूर्वक अपने जीवन में धारण करना अर्थात् आध्यात्मिक सिद्धि को प्राप्त करना, ईश्वर के समान दाता वरदाता बनना व फालो फादर करना हम सभी ब्रह्मा वत्सों का कर्तव्य है क्योंकि ब्रह्मा बाप ने ईश्वरीय पालना को विधिपूर्वक अपने जीवन में धारण कर जिस सिद्धि को प्राप्त किया, वह न केवल सिर्फ ईश्वरीय परिवार की पालना का विधान बना परन्तु सृष्टि के आदि पिता होने के कारण समग्र मानवता के लिये सनातन विधान बन गया जिस विधान को समय अनुसार भिन्न-भिन्न रूप में धर्म

स्थापकों ने एवं द्वापर युग के अव्यभिचारी भक्तों ने पालन करने का प्रयास किया। उनके जीवन के हर संकल्प, हर बोल, हर कर्म ईश्वरीय परिवार के लिये नियम मर्यादा व रस्म बन गये। ईश्वरीय परिवार की विधि से मिली हुई सिद्धि के प्रत्यक्ष प्रमाण के रूप में स्वयं ब्रह्मा बाबा सम्पूर्ण कर्मातीत बन ईश्वर समान अलौकिक पालना देने के अधिकारी बने। इसलिए ब्रह्मा को ग्रेट-ग्रेट ग्रैंड फादर कहते हैं।

ऐसे श्रेष्ठ, अलौकिक पिता एवं उसके श्रेष्ठ विधान द्वारा पालना करने वाली यह इस ईश्वरीय परिवार की पालना भी सिर्फ हम श्रेष्ठ ब्राह्मण आत्माओं को ही मिलती है जहाँ परमात्म पालना से मिली हुई विधि को अपने जीवन में साकार करने का अवसर मिलता है जिसका सहयोग हमें इस ब्राह्मण जीवन में सर्व सिद्धि प्राप्त करने में मदद करता है। संगठन की शक्ति, रूहानी भ्रातृत्व भावना, सर्व ब्राह्मणों की आशीर्वाद अथवा दुआ हमें ईश्वरीय शक्ति को अपने जीवन में प्रयोग में लाने में सहायक होती है क्योंकि ईश्वरीय परिवार ही निर्मल, निःस्वार्थ सच्चे प्यार का आधार है, जहाँ न देह का सम्बन्ध है, न देह का धर्म है। इसलिये ईश्वरीय परिवार की पालना देह और देह के भेदभाव को मिटा कर, विदेही सम्बन्ध में स्थित करा कर ईश्वरीय पालना लेने के लायक बनाती है। ईश्वरीय पालना द्वारा मिली हुई शक्ति, ज्ञान, गुण, श्रेष्ठ कर्म की विधि एवं अनुभव आध्यात्मिक जीवन के अन्तिम फरिश्ता-स्वरूप को प्राप्त कराने के साथ भविष्य २१ जन्मों के लिए दैवी पालना एवं दैवी स्वराज्य की प्राप्ति कराता है। क्योंकि ईश्वरीय परिवार का यह रूहानी स्नेह और सम्बन्ध, निष्काम प्यार ही भविष्य दैवी सम्बन्ध का आधार है। इसलिए यह ईश्वरीय ब्राह्मण परिवार न सिर्फ वर्तमान जीवन को श्रेष्ठ बनाने का आधार बनता है परन्तु भविष्य श्रेष्ठ सम्बन्ध और स्वराज्य का आधार बनता है। ऐसे परिवार की पालना हमें सारे कल्प में ईश्वरीय पालना की तरह एक ही बार मिलती है।

कितना न सुन्दर और न्यारा है—यह परमात्मा द्वारा रचा ब्राह्मणों का छोटा-सा परिवार। इसकी हर चीज प्यारी और न्यारी है। एक बाप है, एक ही परिवार है, एक ही जीवन का लक्ष्य है, एक ही वृत्ति एवं दृष्टि है, एक ही धर्म और ईश्वरीय कर्म है। अपनी ही एक रीति रस्म है, अपना ही खान-पान है वा दिनचर्या है और हर आत्मा स्वमान, स्वराज्य और तिलकधारी है। अपने इस अनोखे संसार की पालना स्वयं पालनहार, करनकरावनहार बड़े प्यार से करते हैं और श्रेष्ठ आत्माओं को निमित्तबनाकर कराते हैं। जिस परिवार की हरेक बातों की यादगार अभी तक भक्ति मार्ग में चलती रहती है। इसलिए तो ब्राह्मणों का जीवन देवताओं के जीवन से भी

श्रेष्ठ है। लेकिन इस परम श्रेष्ठ ईश्वरीय पालना या श्रेष्ठ परिवार की पालना, हम तब ही प्राप्त कर सकते हैं जब हमारे में निश्चय हो। जिस प्रकार लौकिक माँ बच्चों को परिवार में सबकी पहचान देती है, इसी तरह निराकार ईश्वर शिव ब्रह्मा बड़ी माँ द्वारा हमें स्वयं अपनी एवं अपने ईश्वरीय परिवार की पहचान देते हैं। अगर हम उस पर निश्चय करते एवं जीवन में अमल में लाते अर्थात् सम्बन्ध निभाते तो स्वतः ही मात-पिता एवं ईश्वरीय परिवार की पालना प्राप्त करने के अधिकारी बन जाते हैं। निश्चय बुद्धि ही विजयन्ती अर्थात् हम सदा अपने को ईश्वरीय पालना में निश्चित अनुभव करते हैं।

निश्चय के साथ जब हम हिम्मत कर श्रीमत के आधार पर श्रेष्ठ कर्म एवं रूहानी सम्बन्ध को निभाने के लिए दृढ़ता के साथ आगे बढ़ते हैं तो सफलता स्वतः ही मिलती है क्योंकि "हिम्मते बच्चे, मददे खुदा"—यह ईश्वरीय विधान है। हिम्मत हमारी, मदद बाप की। इस हिम्मत के साथ हमारे एक कदम पर ईश्वर पदम कदमों की मदद देता है। हिम्मतवान ही तकदीरवान होता है। लौकिक दुनिया में भी हिम्मतवान आत्मायें लौकिक परिवार एवं समाज का नामबाला करती हैं और सबके आदर की पात्र बनती हैं। अलौकिक दुनिया में भी जिन आत्माओं ने आत्म निश्चय, परमात्म निश्चय कर हिम्मत से देह और देह की दुनिया को मन से त्याग दिया है, अपने को परमात्मा की आज्ञा प्रमाण पवित्र एवं योगी बनाया है, वही आत्मायें परमात्म पालना का सम्पूर्ण आनन्द प्राप्त कर रही हैं। हिम्मतवान पर ही भगवान कर्बान है। हिम्मत रख जब तक सच्चाई-सफाई से निमित्त

भाव से ईश्वर को अपना तन-मन-धन, समय, सम्पर्क, सम्बन्ध अर्पण नहीं किया तब तक सम्पूर्ण पालना के अधिकारी नहीं बन सकते। अगर हमारी बुद्धि किसी भी दुनिया के व्यक्ति, वैभव या वस्तु की तरफ आकर्षित है तो हम परमात्म पालना की आकर्षण में नहीं रह सकते। हमारे कर्म में सदा निमित्त भाव एवं नम्रता भाव हो। हमारा हर संकल्प, बोल, कर्म परमात्मा के प्रति अर्पित हो अर्थात् ईश्वरीय विधि एवं विधान के अनुकूल हो। समर्पण अर्थात् आज्ञाकारी वा ईश्वर के शरणागत। जब हम अपने को ईश्वर की शरण में करते तो ईश्वर हमारी रक्षा एवं पालना करने में बन्धायमान होता है। इसलिए गीता में कहा गया है—"हे अर्जुन, तूने जो कुछ जाना है, सुना है, सब कुछ भूल एक मेरी शरण में आ जा। मैं जो और जैसे कहता हूँ ऐसे कर तो ही सफलता मिलेगी।" महाभारत में द्रोपदी का वस्त्र हरण इसी का ही दृष्टान्त है। जब निस्सहाय होकर, दोनों हस्त ऊपर कर उसने भगवान् को पुकारा, तब ही उसे ईश्वर की सहायता मिली। समर्पण भावना ही दूसरे के मन में कल्याण भावना पैदा करती है। इसलिए अपने को परमात्म समर्पण करना ही ईश्वरीय पालना लेना है।

हे प्रिय आत्माओ! इस संगम युग की सुन्दर बेला में परमात्म पालना के महत्व को जान, खुद खुदा द्वारा दिये गये अपने सच्चे परिचय के आधार से एवं प्रजापिता ब्रह्मा द्वारा बताये गये विधि और विधान से ईश्वरीय पालना एवं ईश्वरीय परिवार की पालना को प्राप्त करो क्योंकि यह तुम्हारा जन्म सिद्ध अधिकार है।



इन्दौर—'मानव का उत्थान और भारत की आदि संस्कृति' विषय पर आयोजित एक परिचर्चा में धाता रामेश्वर पटेल, उप मंत्री, म० प्र० सरकार अपने विचार व्यक्त कर रहे हैं। मंच पर नगीन कोचर, विधायक तथा अन्य वक्तागण विराजमान हैं।

मनुष्य का और भगवान् का अवमूल्यन!

आज प्रायः लोग कहते हैं— 'रुपये का मूल्य कुछ नहीं'। रुपये की खरीदने की शक्ति २० वर्ष में लगभग सात गुणा कम हो गई है। आज १०० रुपये का नोट १० रुपये के बराबर हो गया है। भारत सरकार भी समय-समय पर रुपये का अवमूल्यन करती रही है। आज वेतन में वृद्धि होने पर भी रुपये की कीमत बहुत कम होने के कारण गुजारा मुश्किल हो गया है।

परन्तु देखा जाय तो रुपये के अवमूल्यन से भी अधिक विचारणीय और अधिक गम्भीर एक अन्य प्रकार का अवमूल्यन है जिसकी ओर आज जनता का ध्यान नहीं है। वह है मनुष्य का अपना अवमूल्यन अथवा समूचे भारत देश का अवमूल्यन। आप देखते हैं कि आज यहाँ एक मनुष्य दूसरे मनुष्य को कुछ भी मूल्य नहीं देता। माता-पिता बच्चे की बात को मूल्य नहीं देते और बच्चे मां-बाप की बात का कुछ मूल्य नहीं समझते। विद्यार्थी अध्यापक की आज्ञा का और जनता सरकार की आज्ञा का कुछ भी मूल्य नहीं मानती। सरकार भी जनता को "थर्ड क्लास" (निम्न श्रेणी का) समझती है। अर्थात्, सरकार की निगाह में भी जनता का कोई सम्मान अथवा मूल्य नहीं है। रेल के डिब्बे में अगर आप जाकर देखें तो मनुष्य मनुष्य पर चढ़कर बैठा होता है। उससे भी आप जान सकते हैं कि सरकार की निगाह में आज साधारण मनुष्य का कितना मूल्य है! आज एक राजनीतिक दल दूसरे दल की आलोचना करके, उसका विरोध करके और उस पर दोष-आरोपण करके, उसे दो कौड़ी का सिद्ध करता है। मतलब यह है कि आज किसी के मन में किसी का भी मान नहीं है, यहाँ तक कि मनुष्य के मन में स्वमान भी नहीं रहा अर्थात्, वह स्वयं को भी कुछ मूल्य नहीं देता। वह मन्दिर में जाकर स्पष्ट कहता है कि— "मैं तो मुख, नीच और पापी हूँ।" तो बताइये कि भला उसकी अपनी निगाह में भी अपना क्या मूल्य रहा?

मनुष्य ने तो दूसरे मनुष्यों का मूल्य अथवा मान घटा ही दिया है परन्तु प्रकृति ने भी मनुष्य का अवमूल्यन कर दिया है। गोया वह भी मनुष्य का मान नहीं करती। कहीं बाढ़ के रूप में, कहीं दुर्घटनाओं के रूप में, कहीं अतिवृष्टि और कहीं अनावृष्टि के रूप में वह भी मनुष्यों की खूब दुर्गति करती है कि जिसका सुधार होना मुश्किल हो जाता है।

अतः मनुष्य के अवमूल्यन की समस्या बहुत गम्भीर है। वास्तव में रुपये का अवमूल्यन भी मानुषी अवमूल्यन से

अथवा देश के अवमूल्यन से जुड़ा हुआ है। यदि उनका ध्यान भाषा-भेद, प्रान्त-भेद, धर्म-भेद, मत-भेद आदि की ओर लगा रहता हो, यदि वे विकारों और विलासों में ही जीवन की अधिक शक्ति को गँवा देते हों, यदि वे मेहनत और सच्चाई की बजाये भ्रष्टाचारी बनकर या उधार लेकर ही जीवन-निर्वाह करते हों, यदि हड़तालें, अग्नि-काण्ड, नारेबाजी, उपद्रव, व्यर्थ भाषण और लड़ाई-झगड़े ही उनका नित्य का घन्धा बन गये हों तो उस देश के रुपये का अवमूल्यन जरूर ही होता है क्योंकि ऐसे आचार व्यवहार के फलस्वरूप देश के खजाने भी खाली हो जाते हैं और देश की खानें भी सोना नहीं देतीं। अतः यह बात याद रखनी चाहिये कि निश्चय ही किसी देश की मुद्रा के मूल्य में घटा-बढ़ी वहाँ के लोगों के गुण-कर्म-स्वभाव और कर्म-फल से सम्बन्ध रखता है।

मनुष्य के अवमूल्यन का कारण—चारित्रिक अवमूल्यन

विचार करने पर आप मानेंगे कि आज की आर्थिक दशा का सम्बन्ध प्रत्यक्ष रूप में यहाँ की जनता और यहाँ की सरकार के चारित्रिक अवमूल्यन से है। सरकार कहती है कि कर्मचारियों में भ्रष्टाचार जोर पकड़ गया है, कर्मचारी कहते हैं कि इस सरकार की नीति और रीति ही गलत है और इसके राज्य में मंहगाई इतनी अधिक है कि दोनों समय रोटी का गुजारा भी मुश्किल है। जनता कहती है कि यह सरकार ही निकम्मी है जो कि अपने कर्मचारियों की घूस-खोरी और जनता की चोर-बाजारी को नहीं पकड़ सकती, मंहगाई को बढ़ने से नहीं रोक सकती और कि नेता लोग तो अधिकतर पार्टी-बाजी, धड़े-बन्दी आदि में ही लगे रहते हैं।

अतः सभी इस बात को मानेंगे कि भारत की इस दुर्वशा का एक मात्र कारण यहाँ का चारित्रिक अवमूल्यन है। एक समय था कि इस देश को "सोने की चिड़िया" कहा जाता था। कहते हैं कि यहाँ सोने की द्वारका थी और यहाँ धी और दूध की नदियाँ बहती थीं अर्थात्, यह देश धन-धान्य सम्पन्न था, परन्तु आज तो पीने का पानी भी दुर्लभ हो गया है। आखिर इस दिवालियेपन (Insolvency) का कारण मनुष्य के बौद्धिक एवं चारित्रिक अवमूल्यन के सिवा और क्या हो सकता है? चरित्र ही तो वास्तव में सच्चा सोना है जिसको गँवा बैठने से सोने की मुद्रा भी नहीं मिलती। चरित्र ही किसी देश की साख हुआ करती है जो कि उसकी मुद्रा के भी मूल्य को बढ़ा देती है।

सतयुग और त्रेतायुग में मनुष्य पूर्ण पवित्र और निर्विकारी थे। परन्तु आज यहाँ के लोग कहते हैं कि पूर्ण पवित्र तो कोई हो ही नहीं सकता। उस काल में व्यावहारिक जीवन में काम-क्रोधादि विकार नहीं थे। परन्तु आज यहाँ के लोग कहते हैं कि इन विकारों के बिना तो घर-गृहस्थ चल ही नहीं सकता। उस समय लोगों को भाषा-भेद, तोड़-फोड़, लड़ाई-झगड़े, क्रोध और मत-भेद आदि ज्ञात ही न थे, परन्तु आज यहाँ इनके बिना कोई कार्य शुरू ही नहीं होता। स्पष्ट है कि आज के भारतवासी के मन में चरित्र का वह मूल्य नहीं है जो पहले था।

अतः सच पृच्छिये तो जिस दिन से मनुष्य ने चारित्रिक, आध्यात्मिक एवं नैतिक मूल्यों (Spiritual and ethical values) का अवमूल्यन किया है, उसी दिन से उसका अपना भी अवमूल्यन होता आया है और मनुष्य के अवमूल्यन के साथ-साथ देश की मुद्रा का भी अवमूल्यन होता आया है। अतः पहले यदि यहाँ स्वर्ण मुद्रायें चलती थीं तो आज सोना देखने को भी मुश्किल मिलता है। सतयुग में एक रुपये में खरीदने की जो शक्ति थी आज वह एक हजार रुपये में भी नहीं है। इसका कारण यही है कि सतयुग में चारित्रिक मूल्य की दृष्टि से मनुष्य यदि हीरे-तुल्य था तो आज वह कौड़ी-तुल्य भी नहीं है। आज वह कंगाल, मोहताज और दुःखी है।

चारित्रिक अवमूल्यन का कारण

मनुष्य के इस प्रकार के चारित्रिक, आर्थिक और निजी अवमूल्यन का भी एक मुख्य कारण है। वह कारण यह है कि मनुष्य के मन में भगवान् का अधिकाधिक अवमूल्यन होता आया है। आज आप यदि किसी मनुष्य को कहें कि— "भाई, इस कलियुगी संसार के हालात तो आप देख ही रहे हैं। तो कुछ समय निकालकर आप आया कीजिये और परमपिता परमात्मा के गुण और परिचय की चर्चा सुनकर योग में बैठा कीजिये," तो वह तत्क्षण ही कह उठता है— "अरे साहिब, आज हमारे पास इतना समय कहाँ है!" आज लोग स्पष्ट कहते हैं कि "पैसा प्रत्यक्ष चीज है और प्रभु परोक्ष और हम तो प्रत्यक्ष को मानते हैं।" इस प्रकार के कथन क्या मनुष्य के मन में परमात्मा का अवमूल्यन सिद्ध नहीं करते?

फिर एक और बात पर गौर कीजिये जो कि इससे भी अधिक आपत्तिजनक है। लोग कहते हैं कि परमात्मा कण-कण में है। प्रश्न हो सकता है कि किसी मनुष्य के पावों के नीचे जो धूली-कण हैं, क्या उनमें भी परमात्मा है? परमात्मा को सर्वव्यापी मानने वाले लोग कहते हैं कि— "हाँ, उनमें भी परमात्मा है?" विचार कीजिये, आज का मनुष्य कितना बे-समझ है कि उस परम पवित्र परमपिता के लिए ऐसी गन्दी बातें भी कहने में संकोच नहीं करता है!! अपने

लौकिक पिता के लिए भी कोई ऐसी बातें नहीं करेगा जैसा कि आज उस परमपिता के बारे में भारत में मनुष्य कहते हैं। मनुष्य की बुद्धि का इस प्रकार दिवाला निकलने का ही यह परिणाम है कि उसका चारित्रिक और आर्थिक दिवाला निकल चुका है।

भगवान् के अवमूल्यन का कारण

परन्तु भगवान् के इस प्रकार के अवमूल्यन का भी एक कारण है। वह यह कि भारतवासियों ने निराकार, जन्म-मरण से रहित, देवों के भी देव, बैकुण्ठ के रचयिता और राज्य-भाग्य विधाता एवं अशरीरी परमपिता शिव की बजाय श्रीकृष्ण को गीता का भगवान् मान लिया जो कि वास्तव में परमात्मा नहीं है, बल्कि उसकी एक श्रेष्ठ रचना है, जो कि 'देवों का देव' नहीं बल्कि एक देवता है, जो कि राज्य-भाग्य का दाता नहीं है बल्कि परमपिता परमात्मा द्वारा राज्य-भाग्य प्राप्त करने वाला है, जो कि गीता ज्ञान-दाता नहीं है बल्कि जिसने कि पूर्व जन्म में निराकार परमपिता परमात्मा से गीता-ज्ञान प्राप्त करके बैकुण्ठ में देव पद को प्राप्त किया था।

अतः इस प्रकार निराकार परमपिता परमात्मा शिव की बजाय श्री कृष्ण को गीता का भगवान् मानने से भारतवासियों ने गोया निराकार, सर्वशक्तिमान्, अजन्मा परमात्मा को मनुष्यों अथवा देवताओं की तरह जन्म-मरण में आने वाला मान लिया है। उन्होंने उसे कच्छ, मच्छ, वराह आदि के रूपों में अवतार लेने वाला मानकर उस त्रिलोकीनाथ परमपिता परमात्मा का भी अवमूल्यन कर दिया और परिणामस्वरूप सर्वशास्त्र शिरोमणि श्रीमद् भगवद्गीता का भी अवमूल्यन कर दिया है। परिणाम यह हुआ कि लोगों की बुद्धि उस ज्योतिस्वरूप, सर्वोच्च पिता से हटकर देह-धारियों और जन्म-मरण में आने वाली लौकिक मनुष्यात्माओं में जा भटकी है और इस प्रकार वे उस पिता से सम्बन्ध-विच्छेद करके अनाथ, कंगाल और मोहताज हो गये।

इतना ही नहीं बल्कि इस प्रकार परमपिता का तथा श्रीमद्भगवद्गीता का अवमूल्यन करने के बाद मनुष्य ने देवताओं का भी अवमूल्यन करना शुरू किया। उसने प्रजापिता ब्रह्मा, जगदम्बा सरस्वती, विष्णु, शंकर, श्रीकृष्ण, श्रीराम सभी का अवमूल्यन कर डाला। उसने यह मिथ्या आरोप लगाने शुरू किये कि "ब्रह्मा अपनी पुत्री सरस्वती पर मोहित हो गया, श्री राम की सीता चुराई गई, शंकर जी मोहिनी को देखकर कामातुर हो गये, श्रीकृष्ण ने कुमारिकाओं के चौर हरण किए," आदि आदि। इस तरह उसे भी अब पाप करने के लिए ओट मिल गई अथवा बहाना मिल गया। उसने स्वयं ही ऐसे-ऐसे ग्रन्थ बनाए जिसमें यह उल्लेख किया कि देवता भी आपस में लड़ते थे और उनमें भी विकार थे और

फिर उसने उनकी आड़ में अपने लिए भी लड़ाई-झगड़े तथा काम, क्रोध आदि का रास्ता बना लिया। आज हालत यहाँ तक पहुँची है कि लोग यह समझते हैं कि या तो भगवान् है ही नहीं और यदि वह है, तो उसमें भी विकार हैं, वह कृपित भी होता है, उसने यह कामी सृष्टि भी रची है और वह असुरों से अथवा शैतान से लड़ता भी है और मनुष्यों की तरह जन्म भी लेता है, आदि आदि। इस प्रकार उन्होंने भगवान् का अवमूल्यन करके तथा गीता-शास्त्र का और देवताओं का भी अवमूल्यन करके अपने चारित्रिक अवमूल्यन की स्थिति पैदा की और भारत देश का भी अवमूल्यन किया वरना, सभी देशों तथा धर्मों के लोग इस देश को परमपिता परमात्मा की अवतरण-भूमि, श्रीकृष्ण की जन्म-भूमि, स्वर्ग-भूमि, सर्वोत्तम धर्म-भूमि या गीता-ज्ञान-भूमि मानकर इसे अपना मुख्य तीर्थ स्थान मानते।

पृष्ठ ११ का शेष

प्राप्तियों की दृष्टि से भी देखें तो भी सब कुछ अर्थात् सुख, शान्ति, पवित्रता, स्नेह, सम्पन्नता परमात्मा से ही तो प्राप्त की है। हमारी विशेषताएं बाबा की विशेष शुभकामनाओं की पहचान है, हमारी महानता हमारे ईश्वरीय सन्तान होने का सन्देश देती है... तो क्यों न सबसे ज्यादा याद उसी दिन देने वाले की आये जिसने हमें पात्र समझा और निःस्वार्थ दिया है... क्या उनकी ये याद सुख देगी? देगी... अवश्य देगी... सारे विश्व को देगी। कुछ ही दिन शेष हैं... पतन का इन्तजाम हो रहा है... हमारा वतन में इन्तजार हो रहा है। कितना सुख देती है उनकी याद! कितना सुख मिलेगा उनके साथ!



दिल्ली - (कानका जी) में आयोजित विशाल 'आध्यात्मिक मेले' का उद्घाटन महानगर पार्षद भ्राता मंजाल जी, ४० क० गीता बहन, ४० क० दादी रुक्मिणी जी तथा अन्य मोमबत्तियां जलाकर कर रहे हैं।

उपर्युक्त से स्पष्ट है कि अब फिर से आवश्यकता इस बात की है कि भारत के लोगों में चरित्र को मूल्य देने की भावना पुनः जाग्रत हो, वे गीता महाशास्त्र के मूल्य को भी समझें और परमपिता परमात्मा को ठीक रीति जानकर उसकी स्मृति द्वारा अपने जीवन को भी हीरे-तुल्य अथवा अनमोल अथवा देवताओं-जैसा पवित्र बनायें।

खुशी की बात है कि आज के भारत की दुर्बला को देखकर स्वयं परमपिता परमात्मा शिव वर्तमान समय पुनः भारत में अवतरित होकर पवित्र गीता-ज्ञान दे रहे हैं, चरित्र की पुनः स्थापना कर रहे हैं और जीवन को अनमोल बनाने के लिए मार्ग-प्रदर्शना दे रहे हैं। अब यह हमारा कर्तव्य है कि हम उनकी मार्ग-प्रदर्शना से लाभ उठाकर स्वयं भी पावन बनें तथा अखुट एवं अनमोल प्राप्त करें तथा भारत देश को भी सिरताज बनाने में सहयोग दें।



मोदीनगर - अब ई सहयोग से सुखमय संसार' योजना के अन्तर्गत कष्ट रागियों को सेवा की गई। चित्र में ४० क० विनायक बहन, बहन सावित्री मोदी जी तथा ४० क० आशा बहन आश्रम-निवासियों के साथ दिखाए दे रही हैं।



आर्वी में 'सर्व के सहयोग से सुखमय संसार' कार्यक्रम का उद्घाटन भ्राता डॉ. एफोडे, एस० डी० ओ०, जस्टिस भ्राता पि० गो० बोधनकर, ४० क० सावित्री बहन मोमबत्तियां प्रज्वलित करते हुए कर रहे हैं।

उपराम स्थिति

ब० क० रामबहादुर सिंह, कानपुर

उप का अर्थ है समीप तथा राम का अर्थ है प्रभु। उपराम अर्थात् राम के समीप रहना। व्यक्ति, वस्तु एवं वैभव के आकर्षण से परे प्रभु पिता के समीप रहकर आराम अर्थात् अतीन्द्रिय सुख में मग्न रहना ही उपराम स्थिति है। इस अवस्था में आत्मा अपने आप को अत्यन्त हल्का अनुभव करती है। संसार में विचरण करते हुए वह आत्मा देखते हुए भी नहीं देखती और सुनते हुए भी नहीं सुनती। ऐसी उपराम स्थिति में स्थित होने के लिए यहां कुछेक युक्तियों का उल्लेख किया जा रहा है—

अपने को महान् और मेहमान समझो .

अपने को मेहमान और महान् समझने से सहज ही उपराम स्थिति का अनुभव किया जा सकता है। मेहमान की बुद्धि कभी भी पराई चीजों में फँसती नहीं क्योंकि वह जानता है कि हमें तो यहां से जाना है, यह हमारी चीज नहीं है। महान् समझने से कभी साधारण चीजें आकर्षित नहीं कर सकतीं। महान् व्यक्ति की आँख कभी भी किसी पराई और साधारण चीज में नहीं डूबती है।

कलियुगी दुनिया को कब्रिस्तान और नई दुनिया को परिस्तान जानो

यह दुनियाँ बारूद की ढेरी पर खड़ी है। कभी भी विनाश ज्वाला भड़ककर विश्व को कब्रिस्तान बना सकती है। कब्रिस्तान से किसी की प्रीति नहीं होती। आने वाली नई दैवी दुनिया—परिस्तान (स्वर्ग) की स्मृति से पुरानी दुनिया से उपराम सहज हो सकते हैं। नई दुनिया, नये संबंधों की स्मृति आत्मा को विकारी शरीरों के आकर्षण, सम्बन्ध, वैभवों तथा कर्मेन्द्रियों के आकर्षण से सहज उपराम कर देती है।

इच्छा मात्रम् अविद्या

संसार में अधिक फंसाव व तनाव का कारण है—अधिक इच्छायें। अधिक इच्छाओं की पूर्ति व्यक्ति के मन को मृग तृष्णा के सदृश्य सदा भटकाती रहती है। अतः इच्छा मात्रम् अविद्या की स्थिति से स्वतः ही उपराम रह सकेंगे और दूसरों की इच्छाओं को भी पूर्ण कर सकेंगे।

बीती बातों पर विराम लगाने से उपराम स्थिति

हर बीती परिस्थिति व घटना को, बीती सो बीती कर पूर्णविराम लगाकर आगे बढ़ने वाला सदा उपराम स्थिति का अनुभव कर सकता है क्योंकि उसकी बुद्धि व्यर्थ के झंझट से

मुक्त रहती है। इस प्रकार जितना हम अपने को बिन्दी (ज्योति-बिन्दु आत्मा) समझ, बिन्दी (परमात्मा) की स्मृति में रह सृष्टि ड्रामा के हर दृश्य के सम्मुख बिन्दी (विराम) लगाकर आगे बढ़ेंगे, उतना ही उपराम बनेंगे।

अपने को ट्रस्टी समझो

प्रवृत्ति में रहते हुए भी यदि हम अपने को ट्रस्टी समझ कर कार्य व्यवहार करते हैं तो भी किसी से लगाव-फंसाव नहीं होता है। ट्रस्टी कभी भी नाम, मान, शान के बंधन में नहीं फँसता है। वह तो सदा स्वामी के आदेशों का पालन करना ही अपना कर्तव्य समझता है। अतः विश्व के स्वामी ईश्वर की श्रीमत पर चलने से सदा हर कार्य में कल्याण समाया रहता है और इस प्रकार प्रवृत्ति में रहते हुए भी ट्रस्टी समझने से कमल पुष्प समान न्यारे-प्यारे जीवन का अनुभव होता है।

अशरीरी बनने का अभ्यास

जितना - जितना हम अशरीरी स्थिति का अनुभव करते हैं, उतना - उतना ही उपराम स्थिति का अनुभव होता है। योगी को कोई पुराना स्वभाव, संस्कार, संकल्प व देह अपनी तरफ नहीं खींच सकते हैं तथा कोई भी कर्मेन्द्री अपने आकर्षण के बंधन में बांध नहीं सकती है। विदेही स्थिति में कर्मेन्द्रियों कर्मचारियों की भांति आत्मा रूपी राजा की सेवा में तत्पर रहती हैं। वे सदा राजा के आदेशों का अनुपालन करती हैं। विदेही स्थिति में आत्मा देह और देह के सम्बन्धों से न्यारी रहकर एक प्रभु के प्यार में लवलीन होने के कारण प्रभु के प्यार का निरन्तर अनुभव करती हुई है उपराम रहती है। राजा जनक को विदेही कहते हैं। वे अपने राज्य के कारोबार को संभालते हुए सदा बंधन मुक्त अर्थात् उपराम अवस्था का सदा अनुभव करते थे।

सदा स्वमान में स्थित रहो

स्वमान में स्थित रहने वाला सदा उपराम स्थिति का अनुभव करता है। स्वमान की स्थिति में स्थित होने वाला सदा अपने को विशेष आत्मा समझने के कारण ऊँची स्थिति में रहता तथा साक्षी होकर हर घटना का अवलोकन करता है। वह सदा प्रभु को अपना साथी बनाकर कर्मक्षेत्र में व्यवहार करता जिससे सदा ही शक्तिशाली होने के कारण किसी के प्रभाव में नहीं आता। वह कर्मयोगी बन कर्म सम्बन्ध में आकर अपने दायित्व का निर्वाह करता तथा समय मिलने पर

कछुवे के समान कर्मेन्द्रियों को समेटकर प्रभु के चिन्तन में रहता है।

मनन चिन्तन

ईश्वरीय ज्ञान के गुह्य बिन्दुओं में रमण करने वाला ईश्वरीय अनुभूतियों में सदा डूबा रहता है। ऐसी आत्मा स्वतः ही समर्थ संकल्पों में रमण करने के कारण व्यर्थ संकल्पों से बच जाती है। वह तो सदा ज्ञान बिन्दुओं को मनन चिन्तन की मथानी से मथकर अनुभूतियों की शक्ति प्राप्त करती रहती है। इस प्रकार उसका दृष्टिकोण होली हँस के समान सदा गुण रूपी मोती चुगने का रहता है।

महान् लक्ष्य को सदा सामने रखो

जिसका लक्ष्य सम्पूर्ण बनना है वह कभी भी व्यर्थ की बातों में अपनी शक्ति और समय नहीं गंवायेगा। वह तो सदा अर्जुन के समान अपने मुख्य लक्ष्य (चिड़िया की आंख) को ही देखेगा अर्थात् वह सदा बिन्दु (परमात्मा) को देखेगा तथा बिन्दु रूप स्थिति में स्थित होने का पुरुषार्थ करेगा।

परमात्मा के साथ सर्व सम्बन्धों की अनुभूति

आत्मा देह के सम्बन्ध तथा सम्पर्क में अनेक जन्मों से रह रही है, अतः देह की कर्मेन्द्रियों, दैहिक पदार्थों तथा भोग

विलास में लिप्त रह भोगी बन गई और उसका मन सदा इन्द्रियों एवं वैभवों के रस में ही डूबा रहता है। परन्तु जब आत्मा परमात्मा पिता की याद में रह अतीन्द्रिय सुख का अनुभव करती हुई, एक प्रभु के साथ ही सर्व सम्बन्धों का रस प्राप्त करती तो उसे ऐन्द्रिक एवं भौतिक रस फीके लगने लगते हैं और वह सदा अतीन्द्रिय सुख में ही मगन रह उपराम स्थिति का अनुभव करने लगती है। अतः दैहिक सम्बन्धों के रस के प्रभाव से अपने को मुक्त करने के लिए एक प्रभु के साथ सर्वसम्बन्धों को स्थापित करना ही श्रेयष्कर है। सम्बन्धों के रस मोहपाश की रस्सियों में जकड़कर मनुष्य के लिए दुःख और अशान्ति का कारण बनते हैं जबकि ईश्वरीय रस हमें सर्वबन्धनों से मुक्त कर जीवनमुक्त अवस्था का तथा अलौकिक आनन्द का अनुभव कराता है।

व्यक्ति के जीवन की जब अंतिम घड़ियां होती हैं तो उसे गीता, रामायण का पाठ सुनाया जाता है ताकि अन्त में सम्बन्धों के मोह से छूट कर उसे प्रभु की याद आये और सद्गति का अधिकारी बने। इससे सिद्ध है कि सर्व दैहिक सम्बन्ध और पदार्थ व्यक्ति की दुर्गति का कारण बनते हैं। अतः पुरुषार्थी जीवन में हर घड़ी को अंतिम घड़ी समझते हुए सर्व सम्बन्धों को परमात्मा के साथ स्थापित करने से स्वतः ही उपराम स्थिति बन जाती है।



परिवर्तन का आधार — 'महसूसता की शक्ति'

राजयोग की साधना के सर्वोत्तम शिखर पर आरोहण करने के लिए अन्य आवश्यक गुणों के साथ एक विशेष शक्ति की भी आवश्यकता है। वह है — महसूसता की शक्ति, साधना पथ में रहकर जीवन परिवर्तन करने के लिए वह आधारशिला है। एक की पद्मगुणा प्राप्ति का, सर्वोत्तम साधना का यह उल्लेखनीय वर्ष है। तब हम सभी साधक किसी भी प्रकार के भेदभाव बिना, स्वयं की जाँच करें। तटस्थता (साक्षी) धारण करके स्वयं की जाँच करें। महसूसता की शक्ति का यथार्थ उपयोग करके परिवर्तन की शक्ति को तीव्र बनाएँ। इसलिए निम्नलिखित प्रश्नों के आधार पर विचार प्रस्तुत किये हैं, उनमें से सभी को किसी ना किसी बात का संबंध तो अवश्य होगा। हम उसी की महसूसता करके परिवर्तन के द्वारा उर्ध्वगति को धारण करें—यह शुभ भावना, शुभ कामना है।

● जब सूर्योदय होता है तब वह लाल रंग में प्रकाशमान होता है। संध्या के समय भी उसकी लालिमा उषाकाल की भाँति ही होती है। सुख और दुःख की परिस्थिति में भी जो साधक स्वस्थ मन से, प्रसन्नता का अनुभव कर सकता है—यह साधक की साधना की यथार्थता है। हम अपने आप से पूछें कि हमारी ऐसी स्थिति रहती है?

● लौकिक-अलौकिक जीवन के लिए आवश्यक ऐसी सर्व सुविधाएँ मिलने पर और इससे विपरीत परिस्थिति होने पर, अपने मन की स्थिति कैसी रहती है? सेवा और साधना का संबंध साधन एवं सुविधाओं से रहता है कि सामान्य स्थिति में भी साधना और सेवा की वो ही रफ्तार चलती है?

● अपने कार्य से, ईश्वरीय पढ़ाई से, व्यवहार से, वाणी से, अपनी दिनचर्या से, सेवा से स्वयं को संतुष्टता का अनुभव होता है या असंतुष्टता का भाव पैदा होता रहता है?

● वर्तमान समयानुसार मैंने दिव्य-गुणों की धारणा की है? पवित्रता की सूक्ष्मता को धारण किया है? काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, आलस्य, ईर्ष्या, द्वेष, नफरत, घृणा, परचित्तन, समय व्यर्थ गँवाना आदि स्थूल-सूक्ष्म विकारों का मुझ पर आक्रमण होता है? स्थूल रूप में या सूक्ष्म रूप में? कितना समय रहता है? उसका अपने साधनामय जीवन पर क्या प्रभाव पड़ता है? विकारों का हमला होना—यह मेरी लाचारी

है, असावधानी है या आलस्य है या साधना के लिए आवश्यक सहजता का अभाव है? उस से मुक्त होने का मैं निरंतर पुरुषार्थ करता हूँ? विशेष योगाभ्यास करता हूँ? ज्ञान का मंथन करता हूँ? अनुभवी दादियाँ एवं निमित्त टीचर का मार्गदर्शन लेता हूँ? मार्गदर्शन पाकर उसी अनुसार चलता हूँ? श्रीमत में मनमत मिक्स करता हूँ? ये सभी प्रश्नों का तटस्थता से उत्तर पाकर स्वयं की स्थिति को स्पष्ट करना—यह राजयोगी के लिए आवश्यक पुरुषार्थ है।

● कोई मुझे सेवा का, वक्तृत्व आदि अन्य कला, शक्तियों का विकास करने का अवसर दे, प्रशिक्षण दे उसकी इन्तजार करता हूँ? या खुद के पुरुषार्थ से, खुद की साधना रूपी लेबोरेटरी में प्रयोग करके उन योग्यताओं को धारण करता हूँ क्योंकि जो योग्य बनता है उसको पहले या बाद में उसकी योग्यता का फल अवश्य ही मिलता है।

● समय, संजोग, परिस्थिति, अन्य की उपस्थिति के कारण, अल्प समय के लिए मैं महसूसता की शक्ति धारण करता हूँ या दिल की सच्चाई, सफाई से धारण करता हूँ? समय बीतने पर मैं पूर्ववत् स्थिति में आ जाता हूँ या महसूसता की शक्ति के आधार पर जो परिणाम मिलता है उससे अपनी गलतियों के बीज को जला देने का पुरुषार्थ करता हूँ?

● अपने पास जो समय है, तन की, मन की, धन की, संबंधों की जो शक्तियाँ हैं उनका मैं यथार्थ उपयोग करता हूँ? उसमें मैं-पन का भाव पैदा होता है कि निमित्त भाव पैदा होता है? वे सब करते हुए मान, शान, गौरव, प्रसिद्धि की चाह रहती है? स्थूल में रहती है या सूक्ष्म में? उसे निर्मूल करने के लिए मन को तालीम, शिक्षा देता हूँ? करनकरावनहार शिवपिता की स्मृति रहती है?

● मुझसे छोटी आयु का, मुझसे कम शिक्षा प्राप्त, मुझसे कम अनुभव वाला पुरुषार्थी जब साधना और सेवा के पथ पर अग्रसर होता है तब मैं उन्हें अंतर से अभिनंदन देता हूँ? दिल से वाह! बाबा वाह! निकलता है कि आह और ईर्ष्या पैदा होते हैं? उस समय मेरी स्थिति कैसी होनी चाहिए? जैसी स्थिति होनी चाहिए, वैसी रहती है? ऐसी स्थिति निरन्तर रखने के लिए मैं निरन्तर स्वयं की चैकिंग करता हूँ?

● सोलह कला संपूर्ण, सर्वगुण संपन्न देवपद की प्राप्ति के

लिए मेरा पुरुषार्थ सर्व कलाएँ धारण करने का, सर्व दिव्य गुणों को धारण करने का है या निश्चित कला, निश्चित विषयों में ही मेरी बुद्धि चलती है ?

● मेरी सेवा और पुरुषार्थ औरों की प्रशंसा पाने का है कि दिलवाला बाबा को प्रसन्न करने का है ? कोई देखे, प्रशंसा करे ऐसे कार्यों में मैं आत्मा व्यस्त रहती हूँ कि शिवबाबा को प्रसन्न करने के लिए निष्काम एवं निमित्त भाव से प्रवृत्तियाँ करती हूँ।

● मेरा जीवन राजयोगी जीवन की दिनचर्या के अनुकूल चलता है ? उसमें नियमितता रहती है ? संग का प्रभाव, वातावरण का प्रभाव या अन्य प्रभाव मेरी दिनचर्या के नशे को, राजयोगी जीवन के नशे को खंडित तो नहीं करता है ना ?

● किसी के रूप, रंग, सौंदर्य, गुण या विशेषता के प्रति मुझे आकर्षण होता है ? विशेष मान पैदा होता है ? ममत्व भाव पैदा होता है ? विशेष याद आती है या न्याया प्यारापन की भावना रहती है ? किसी की विशेषता देखकर समझकर उसको विशेषता प्रदान करनेवाला भोलानाथ शिवबाबा याद आता है ?

● सेवाकेन्द्र की स्थापना के निमित्त बनने का, सेवा के विशेष पार्ट का, विशेष प्लानिंग बुद्धि का, विशेष धन से सेवा करने का, वी० आई० पी० होने का ख्याल रहता है ? इससे अधिकार की भावना पैदा होती है कि अन्य साधकों की तरह खुद को भी एक साधक ही समझते हो ? 'अपने आप सभी कुछ करके अपने आप छिपाया' — यह उक्ति बाबा के लिए कही जाती है, वैसी मेरी स्थिति रहती है ?

● मैं स्वयंपसंद, लोकपसंद, प्रभुपसंद बना हूँ ? उसके लिए आवश्यक योग्यता मैंने धारण कर ली है ? मेरे संकल्प, वाणी, व्यवहार से कोई असंतुष्ट तो नहीं होता ? उसके लिए मैं सुजाग हूँ ?

● मैं अपने तन, मन, धन का यथार्थ ट्रस्टी बना हूँ ? जब मैं अपने परिवार का ख्याल रखता हूँ, तब परमात्मा का घर, सेवाकेन्द्र मुझे याद आता है ? लौकिक अलौकिक कार्यों में संतुलन टिक सकता है ?

● समय की चेतावनी मिलने से पहले मैंने संपूर्ण कर्मातीत बनने का आयोजन किया है ? नष्टोमोहा बनने का मेरा पुरुषार्थ है ? समेटने की शक्ति अपना कार्य कर रही है ? निराकारी, निर्विकारी और निरहंकारी स्थिति धारण करने का मेरा तीव्र पुरुषार्थ है ? अंत समय में मुझे किसी भी प्रकार का अफसोस तो नहीं रह जाएगा ना ?

महसूसता की शक्ति के साथ-साथ आशावादी दृष्टि बिंदु की भी बहुत आवश्यकता है। साध्य सिद्धि के लिए दृढ़ मनोबल की जरूरत है।

ब० कु० प्रोफेसर कालिदास, अहमदाबाद

इष्ट देव बनने वालों की आठ विशेषताएं

अब हमें नम्बर वन पूज्य इष्ट देव बनने का लक्ष्य रखना है। ऐसा बनने के लिए हमें विशेषताओं को धारण करना है, तो आइए, अव्यक्त बापदादा द्वारा बताई गई नम्बरवन पूज्य इष्ट देव बनने वालों की मुख्य आठ विशेषताओं पर गौर करें :-

पहली विशेषता—इष्ट देव सदा निष्काम रहमदिल होगा। उनके रहम के संकल्प से अन्य आत्माओं को अपने रुहानी रूप वा रुह की मंजिल पेकण्ड में स्मृति में आ जाएगी। उनके रहम के संकल्प से भिखारी को सर्व खजानों की फलक दिखाई देगी, भटकती हुई आत्माओं को मुक्ति का जीवन—मुक्ति का किनारा वा मंजिल सामने दिखाई देगी।

दूसरी विशेषता—इष्ट देव आत्मा सदैव सर्व के दुःख हर्ता सुख कर्ता का पार्ट बजाएगी। वह दूसरे का दुःख अपने दुःख के समान समझ सहन नहीं कर सकेगी। दुःख को भुलाने की वा दुःखी को सुखी करने की युक्ति वा साधन सदा उनके पास जादू के चाबी के माफिक होगा।

तीसरी विशेषता—उनके संकल्प, बोल और कर्म में सदा प्योरिटी की परसनल्टी दिखाई देगी।

चौथी विशेषता—सदा स्वभाव में, संस्कार में, चलने में वह सिम्पल लेकिन श्रेष्ठ दिखाई देगा।

पांचवी विशेषता—इष्ट देव सदा सर्व गुणों के शृंगार से सदा सजे-सजाये नजर आएंगे। कोई एक गुण रूपी शृंगार भी कम नहीं होगा।

छठी विशेषता—ऐसी इष्ट आत्मा के फीचर्स सदा स्वयं भी कमल समान होंगे और समीप वालों को भी कमल समान न्यारा और प्यारा बना देंगे।

सातवी विशेषता—ऐसा इष्ट आत्मा सदा स्थिति में अचल, अडोल होगा। यादगार जड़-मूर्ति के समान वह चैतन्य मूर्ति सदा एकरस स्थिति में स्थित होगी।

आठवीं विशेषता—वह सदा सर्व के प्रति संकल्प और बोल में वरदानी होंगे। वह ग्लानि करने वालों के प्रति भी वाह-वाह के पुष्पों की वर्षा करेंगे।

इन सभी विशेषताओं से स्वयं को सम्पन्न बनाकर अब हमें नम्बरवन पूज्य इष्ट देव बनने का तीव्र पुरुषार्थ करना है ताकि समय रूपी पर्दा उठते ही भक्त लोग हमारे सम्पूर्ण स्वरूप का साक्षात्कार कर सकें।

ब० क० प्रेम विल्ली