(मासिक)

ज्ञानामृत

वर्ष 50, अंक 11, मई, 2015
मूल्य 8.50 रुपये, वार्षिक शुल्क 100 रुपये

1

2

3

4

5

6

7

8

1.गांधीनगर- सेवाकेन्द्र के 35वें वार्षिकोत्सव का उद्घाटन करते हुए मेयर भ्राता महेन्द्र सिंह राणा, स्टैन्डिंग कमेटी अध्यक्ष भ्राता आशीष कुमार दवे, राजयोगिनी दादी रत्नमोहिनी, ब्र.कु.सरला बहन, ब्र.कु. सुदेश बहन, ब्र.कु.कैलाश बहन, ब्र.कु.करुणा भाई तथा अन्य। **2.वीरगंज (नेपाल)-** नेपाल के राष्ट्रपति महामहिम भ्राता रामवरण यादव को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.मीना बहन, साथ में ब्र.कु.मीरा बहन। **3.पानीपत (ज्ञान-मानसरोवर)-** 'जीवन की बैलेन्स शीट' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए रोटरी क्लब के सहायक गवर्नर भ्राता धीरज मिगलानी, रोटरी क्लब के अध्यक्ष भ्राता ओम् लखीना, ब्र.कु.भारत भूषण, आयकर विभाग के महानिदेशक भ्राता के.सी.जैन, ब्र.कु.सरला बहन, ब्र.कु.शिवानी बहन, विधायक भ्राता कृष्णलाल पंवार तथा अन्य। **4.राऊरकेला-** पूर्व राष्ट्रपति डॉ.अब्दुल कलाम को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.बिमला बहन। **5.भोपाल-** 'जीवन की बैलेन्स शीट' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए सांसद भ्राता आलोक संजर, भास्कर ग्रुप के अध्यक्ष भ्राता रमेशचन्द्र अग्रवाल, ब्र.कु.शिवानी बहन, ब्र.कु.अवधेश बहन तथा अन्य। **6.दार्जिलिंग-** योगगुरु बाबा रामदेव को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.नुना बहन। **7.डिमापुर (नागालैण्ड)-** लेफ्टिनेंट जनरल भ्राता विपिन रावत एवं बहन रावत को ईश्वरीय सन्देश देने के बाद ब्र.कु.अशोक गाबा, ब्र.कु.दिव्या बहन, ब्र.कु.भावेश भाई उनके साथ। **8.नई दिल्ली (लाजपत नगर-3)-** 'सुखद संबंध सुखद जीवन' विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए पार्षद बहन कविता मल्होत्रा, पूर्व पार्षद भ्राता सुभाष मल्होत्रा, पूर्वी नगरपालिका उपायुक्त बहन अलका शर्मा, महाप्रबन्धक, बी.एच.ई.एल.भ्राता राजीव शर्मा, ब्र.कु.ममता बहन तथा ब्र.कु.सपना बहन।

संजय की कलम से ..

‘भ्रष्टाचार’ का अर्थ और उन्मूलन

‘भ्रष्टाचार’ ‘भ्रष्ट’ और ‘आचार’ का संयुक्त शब्द है अत: ‘भ्रष्टाचार’ का अर्थ है – भ्रष्ट कर्म अथवा ‘चरित्रहीनता’। कर्म का जो उच्च आदर्श है, उससे विमुख होकर अथवा जो नैतिक एवं चारित्रिक मूल्य (Moral Values) मनुष्य के सामने रहने चाहियें, उन्हें भुलाकर किया गया कोई भी कर्म ‘भ्रष्टाचार’ की परिधि में आ जाता है। इस दृष्टिकोण से देखा जाये तो केवल रिश्वत नहीं बल्कि चोरबाजारी, मिलावट, बनावट, धोखेबाजी, मद्यपान, माताओं-बहनों से दुर्व्यवहार (Eve-teasing), वेश्यागमन आदि-आदि भी भ्रष्टाचार ही के अनेक रूप हैं।

मनुष्य लोभ के वश होकर रिश्वत लेता है लेकिन केवल लोभ ही नहीं बल्कि किसी भी विकार के वशीभूत होकर किया गया कर्म भ्रष्टाचार है। ‘काम’ के वश होकर मनुष्य माताओं-बहनों को अपवित्र दृष्टि से देखते और उनसे छेड़छाड़ करते हैं, वह भी तो भ्रष्ट आचार ही है। गहराई से सोचने पर आप इस परिणाम पर पहुँचेंगे कि मनुष्य रिश्वत लेता या चीज़ों में मिलावट करता है, उसका एक कारण अपनी स्त्री और बच्चों के प्रति मिथ्या मोह भी है, या तो वह अहंकार-वश अपनी मान-शान बनाये रखने के लिए मोटर-महफिल, सूट-बूट, ठाठ-बाट के विचार से ऐसा करता है। इसलिए लोग प्राय: कहते भी हैं, ‘यदि हम रिश्वत न लें तो स्त्री और बच्चों का पेट कैसे पालें अथवा अपना स्टैंडर्ड कैसे बनाये रखें?’ इससे स्पष्ट है कि केवल लोभ ही नहीं बल्कि मोह, अहंकार, काम आदि भी मनुष्य को रिश्वत, मिलावट, बनावट आदि की ओर ले जाते हैं। अत: सच तो यह है कि किसी भी दुर्गुण अथवा मनोविकार के वश किया गया कर्म ‘भ्रष्टाचार’ ही है परन्तु आज का मानव काम, क्रोध और मोह आदि के परिवेश को तो भ्रष्टाचार में गिनती करता ही नहीं बल्कि केवल लोभ के वश हुए ‘भ्रष्टाचार ’ के उन्मूलन के लिए चिन्तित है।

भ्रष्टाचार का मुख्य कारण है भ्रष्ट विचार। विचारों पर ही आचार निर्भर करता है। मनुष्य जो भी कर्म करता है, उसके लिए पहले मन में संकल्प उठता है अत: संकल्प ही कर्म का प्रेरक है। अंग्रेजी भाषा में भी कहावत है As you think so you become अर्थात् मनुष्य जैसा सोचता है वैसा ही वह बन जाता है। इसलिए ही मनुष्य को सादा जीवन और उच्च विचार की शिक्षा दी जाती है क्योंकि उच्च विचार ही चरित्र-निर्माण (Character building) की सीढ़ी है और भ्रष्ट विचार ही चारित्रिक पतन की जड़ है। विचारों को ऊँचा बनाकर ही भ्रष्टाचार का उन्मूलन हो सकता है। ❖

अमृत-सूची

- फर्ज और मर्ज़ (सम्पादकीय) 4
- मैं बाबा का बच्चा हूँ (कविता) .5
- प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी 6
- ईश्वरीय कारोबार में...........8
- शिवबाबा की नगरी (कविता) 10
- बेटी-बेटा दोनों को सशक्त ...11
- मन को चार्ज करें 14
- आश्चर्यजनक, अकल्पनीय...15
- ऐसे करें ईर्ष्या का उन्मूलन....16
- जिन्हें भगवान खुद याद 18
- अब मैं मन का गुलाम नहीं....19
- नशा छूटा, जीवन बदला 20
- कोटों में कोऊ होने का नशा .22
- सर्वोत्तम सेवा – मनसा सेवा ..23
- गुस्सा बदल गया 24
- नशा एक कलंक है 25
- जब वे बदल गये 26
- कानों की सफाई 27
- ‘पत्र’ संपादक के नाम........28
- लोभ से पनपता है पाप........29
- सचित्र सेवा समाचार 30
- संयमित वाणी 32
- ग्लोबल अस्पताल में हुए......33
- सर्जरी में परमात्म शक्ति 34

सदस्यता शुल्क

भारत	वार्षिक	आजीवन
ज्ञानामृत	100 /-	2,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	100/-	2,000/-
विदेश		
ज्ञानामृत	1,000 /-	10,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	1,000/-	10,000/-

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

शुल्क के लिए सम्पर्क करें -
09414006904, 09414423949
hindigyanamrit@gmail.com

फर्ज और मर्ज़

इस संसार में हर व्यक्ति अपने फर्ज (कर्त्तव्य) से बंधा हुआ है। फर्ज पूरा करके हरेक खुशी महसूस करता है। जैसे पिता का फर्ज है बच्चों की पालना करना, इसके लिए वह धन और साधन खुशी-खुशी अर्जित करता है। ऐसे ही एक माता का फर्ज है कि वह बच्चों को खिलाए-पिलाए, ओढ़ाए-पहनाए, सम्भाले – वह भी इस कार्य को करते आनन्द महसूस करती है। इस प्रकार हम देखते हैं कि फर्ज कोई लादी हुई चीज नहीं बल्कि खुशी से स्वीकार की गई, स्वाभाविक जिम्मेवारी है। मर्ज़ का अर्थ है रोग। रोग तो मानव का सुकून छीन लेता है। धन भी खर्च होता है, मन चिन्तित रहता है और तन भी कमज़ोर हो जाता है, फिर ऐसे चिन्तित, बोझिल व्यक्ति का सामाजिक-पारिवारिक मान-सम्मान भी कम हो जाता है।

मोह बनाता है फर्ज को मर्ज

वर्तमान समय हम देखते हैं कि कई लोगों का फर्ज, मर्ज़ में बदल जाता है। वे फर्ज अदा करते ऐसे महसूस करते हैं मानो कोई मर्ज़ लगा बैठे हैं जिसे जबरदस्ती भोगना पड़ रहा है। गहराई से विचार करने पर हमारे सामने यही निष्कर्ष आता है कि हम फर्ज अदा करते-करते हदों में आ जाते हैं और मोहग्रस्त हो जाते हैं। यदि बेहद की दृष्टि अपनाकर और डिटैच होकर कर्त्तव्य करें तो फर्ज, मर्ज़ न बनकर अर्श (ऊँचाइयों) पर ले जाने का साधन बन सकता है।

आए अकेले, जाना अकेले

संसार को सागर कहा गया है। इसमें कई कुटुम्ब रूपी नौकाएँ परिवारजनों को लिए इस पार से उस पार जाने में लगी हैं। नौकानिवासी एक-दूसरे से मोहग्रस्त होकर अर्थात् ''तुम मेरी स्त्री हो, मैं तुम्हारा पति हूँ,'' ''तुम मेरे पुत्र हो, मैं तुम्हारा पिता हूँ'' आदि कहते हुए, मानते हुए खाने-पीने अथवा भोग-विलास में समय खोते चले जाते हैं। उन्हें परमार्थ, श्रेष्ठ कर्म, परोपकार आदि के बारे में विचार करने का अवकाश ही नहीं मिलता। सागर में हिचकोले आते, लहरें आतीं, तूफान भी आते, नौका उलटती, पलटती भी है। ऐसे में वे एक-दूसरे के मोह में बँधे होने के कारण कष्ट झेलते हैं और डूब भी जाते हैं। यदि पहले से यह पाठ पक्का किया हुआ हो कि हम आए अकेले, जाना अकेले तो तूफान का सामना करके सहजता से पार हो सकते हैं। मोह और आसक्ति का त्याग करके परमात्मा पिता की स्मृति में जीवन-नैया को खेते चलें तो पारिवारिक तूफ़ान भी तोहफे में बदल जाते हैं।

सम्बन्धों की गाँठ को ढीला-ढीला बाँधिए

यदि हमें कहीं कोई ऐसी गाँठ बाँधनी हो जिसे थोड़े समय बाद खोलना हो तो हम उसे ढीला-ढीला बाँधते हैं। यदि कसकर बाँध दी तो सहजता से नहीं खुलेगी, बहुत मेहनत से खुलेगी और हो सकता है, ना ही खुले। तब तो फिर उस धागे या रस्सी या कपड़े को, जहाँ गाँठ लगी है, काट कर ही अलग करना पड़ता है। इसी प्रकार परिवारजनों के साथ, पदार्थों के साथ, साधनों और सम्बन्धियों के साथ मोह-ममता की गाँठ ढीली-ढीली बांधिए क्योंकि इसे आज नहीं तो कल खोलना ही पड़ेगा। शरीर में आत्मा का जितने दिन का पार्ट है उतना बजा लेने के बाद शरीर को छोड़ना ही पड़ेगा। शरीर छूटेगा तो सम्बन्ध और पदार्थ भी छूटेंगे। यदि इन सबके साथ मोह और आसक्ति की गाँठ कसकर बाँधी होगी तो जीते जी मर्ज़ झेलेंगे और अन्त समय आत्मा अलग होने में कष्ट महसूस करेगी। फिर ज़बरदस्ती अलग की जाएगी।

संसार रूपी नाटकशाला में हमारा फर्ज क्या है? हमारा फर्ज है, हम

अपना अभिनय अनासक्ति के साथ करें, दूसरे के अभिनय की चिन्ता न करके अपने डायलाग ठीक से बोलें। यदि हम आपसी सम्बन्धों में न्यारे, हर्षित, शान्त, सच्चे, ईमानदार होकर रहते हैं तो फर्ज है पर यदि अज्ञानतावश क्रोध, मोह, अहंकार, दिखावा, शोषण और दुख का लेन-देन करते हैं तो सम्बन्ध मर्ज़ बन जाते हैं।

पिता परमात्मा की स्मृति रखें कर्म और अपने बीच

हमारी माताएँ-बहनें या अन्य कोई भी जब रसोई में काम करते हैं तो गर्म पतीले को सीधा ही हाथ से नहीं पकड़ते। बीच में कपड़ा रखकर पकड़ते हैं या फिर पकड़ से पकड़ते हैं, क्यों? इसलिए कि पतीले की गर्माहट हाथ को जला न सके। इसी प्रकार संसार में रहते, कर्म करते, फर्ज निभाते हम भी पिता परमात्मा की स्मृति और निमित्त भाव को बीच में रखें तो फर्ज तो निभेगा पर मर्ज़ नहीं बनेगा। फर्ज को ईश्वरीय सेवा समझें। 'बच्चे परमात्मा की अमानत हैं, मैं परमात्मा की आज्ञा से उनकी पालना करने की सेवा कर रहा हूँ। पत्नी परमात्मा की सन्तान है, मैं परमात्मा की आज्ञा से उसके साथ से धर्म कमा रहा हूँ, वह सहधर्मिणी है', यह भावना रखें। यदि कार्यव्यवहार करते अति पापात्मा, अपकारी आत्मा, बगुले जैसी आत्मा सम्पर्क में आती है तो उससे भी घृणा नहीं, निरादर नहीं, रहम की, तरस की भावना रख सेवा करें। जैसे डॉक्टर कभी मरीज के लगाव में नहीं आता, साक्षी और कल्याणी बन सेवा करता है, ऐसे मोहमुक्त हो सेवाभावी बनें।

शरीर निर्वाह और आत्म निर्वाह

भगवान कहते हैं, ''शरीर निर्वाह अर्थात् शरीर की आवश्यकताएँ पूर्ण करते भी आत्मनिर्वाह अर्थात् आत्मा की आवश्यकताओं को पूर्ण करना ना भूलें। धन कमाते भी परमात्मा की याद की कमाई करना ना भूलें। व्यवहार और परमार्थ दोनों साथ-साथ हों। व्यवहार अर्थात् लौकिक और परमार्थ अर्थात् परमपिता की सेवा अर्थ। इससे तन से भी और मन से भी डबल कमाई होती रहेगी। फर्ज निभाते अनेक वस्तुओं, वैभवों के कनेक्शन में आते हैं, इनके प्रति अनासक्त भाव धारण करें। अनासक्त के आगे ये चीजें दासी के रूप में होंगी और आसक्त को चुम्बक की तरह खींचकर फंसाने वाली होंगी। संसार में, परिवारों में सुख के साधन बढ़ रहे हैं। जब साधनों पर आकर्षित हो जाते हैं, साधनों की होड़ में आ जाते हैं, साधनों के वशीभूत हो जाते हैं तो साधना भूल जाती है और फर्ज, मर्ज़ बन जाता है। साधनों के आधार पर जीवन ऐसे है जैसे रेत के आधार पर बिल्डिंग। बार-बार हलचल होगी, डगमग होते रहेंगे अत: साधन स्वरूप के बजाए साधना स्वरूप और सिद्धि स्वरूप बनें। साधन तो साधना के दास हैं। साधना बढ़ेगी तो साधन सेवक बनेंगे। बिना साधना के साधन जुटा भी लिए तो मालिक बनकर हमें चलाएँगे, मर्ज़ बन जाएंगे।''

– ब्र.कु. आत्म प्रकाश

मैं बाबा का बच्चा हूँ

ब्रह्माकुमार नीरज चतुर्वेदी, सारंगपुर (म.प्र.)

मैं बाबा का बच्चा हूँ, सदा रहे ये ध्यान मुझे,
बाबा कैसे बना रहे हैं, अपने ही समान मुझे।

बाबा, बाबा मधुर ध्वनि कानों में रस घोलती है,
उर में है आनंद समाता, जिह्वा कुछ न बोलती है।

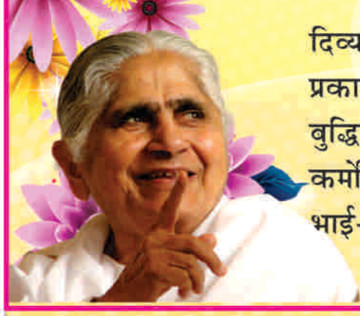
बाबा संग खेलूँ-खाऊँ, सदा वो रहते साथ मेरे,
जब भी उनको याद करूँ तो हाथ में देते हाथ मेरे।

प्यार से मीठे बच्चे कहकर ऐसा नशा चढ़ाते हैं,
हृदय से ऐसा प्यार लुटाकर, अपना मुझे बनाते हैं।

जब से मुझको शिव बाबा की मम्मा से पहचान मिली,
रोग-दोष सब दूर हुए हैं, एक अनोखी शान मिली।

मैं तो हूँ एक अमर आत्मा और अजर, अविनाशी,
कई जन्मों से बिछुड़ी हुई हूँ, प्रभु प्रेम की प्यासी।

प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के



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

– सम्पादक

प्रश्नः- जीवन में करने योग्य मुख्य बातें सुनाइये?

उत्तरः- दिल खुश है, शुक्रिया है भगवान का, दिमाग ठण्डा है, कभी गर्म नहीं होता, मन कभी नाराज़ नहीं होता। मैंने कभी आवाज़ से नहीं बोला होगा। जिनका दिल खुश और दिमाग ठण्डा होगा, उनसे जो काम होगा वह राइट और एक्यूरेट होगा। किसी ने कहा, तुम्हारे में इतनी शक्ति कहाँ से आई है? मैं कहती हूँ, मुफ्तलाल कम्पनी से मुफ्त में नहीं आई है, कुछ अच्छा किया है। बाबा पहले आशीर्वाद देता है, ठीक है, ऐसे-ऐसे करता है। फिर कहता है, हो जायेगा, मैं बैठा हूँ ना इसलिए मैंने कभी नहीं कहा है, मैं कैसे करूँ, क्या करूँ? कभी नहीं। कराने वाला करा रहा है सिर्फ निमित्त भाव को अपनाने से सब इज़ी हो गया है। हुआ पड़ा है, हो जायेगा, मुझे 4 बातें करनी हैं। एलर्ट रहना है, एक्यूरेट रहना है, आलराउण्डर रहना है, एवररेडी रहना है। ऐसे नहीं, मुझे समझ में नहीं आता है। जो अन्दर में घुटका खाता है वही झुटका खाता है। घुटका माना क्या करूँ, कैसे करूँ? स्नेह-सहयोग से हो ही जाता है।

प्रश्नः- वायुमण्डल को शक्तिशाली बनाने के लिए क्या करें?

उत्तरः- हम भगवान को डैडी नहीं कहते हैं, सभी कहते हैं बाबा। छोटा है, बड़ा है, हर धर्म वाला कहता है बाबा। वो मेरी माँ है, बाप है, शिक्षक है, सखा है, सतगुरु भी है। जैसे अकेली हूँ, सखा साथ में है तो ताकत है। भगवान की नॉलेज ने दुनिया से न्यारा बना दिया। दुनिया छोड़के कहीं नहीं गये हैं पर दुनिया में रहते पवित्रता, शान्ति, प्रेम, खुशी, शक्ति – ये पाँच बातें मिली हैं। पवित्रता है तो पीस (Peace) आ गयी, तो अभी दिल के टुकड़ों (Pieces) को प्रेम के गोंद से जोड़ करके वायुमण्डल को पावरफुल बनाओ। कोई टुकड़ा टेढ़ा नहीं है, अभी सभी एक हो जायें। अकेली हूँ पर एक की हूँ। सबको एकता में लाना है। यूनिटी में राजाई है। यह ऐसा है, यह ऐसा है, नहीं, इससे फ्री।

प्रश्नः- दादीजी, हमारा स्वभाव कैसा हो?

उत्तरः- स्वभाव और आदत में फर्क है। पवित्रता, सत्यता, धैर्य, नम्रता और मधुरता – यह स्वभाव हो जाये। थोड़ा धीरज से किसी की बात सुनो, जल्दी जवाब नहीं दो। जैसे बाबा कभी जवाब नहीं देता है, अभी भी गुलजार दादी कभी जल्दी जवाब नहीं देंगी। मैं उनसे बहुत कुछ सीखती हूँ। जवाब जो निकले वह बिल्कुल एक्यूरेट हो। कइयों को जल्दी बोलने की आदत होती है, किसकी बात समझी भी नहीं, तिरस्कार करने की आदत है, सत्कार करने की नहीं है। साकार बाबा के शब्द हैं – 'समझो, कोई टोली मिलती है, फट से कह देंगे, मैं नहीं खाती हूँ, तो यह तिरस्कार है।' टोली बाबा ने खिलाना सिखाया है। जो बाबा ने किया है वो करते आ रहे हैं। यह आदत नहीं है, नियम है।

उसमें कोई अपनी आदत मिक्स करके यज्ञ के नियमों का तिरस्कार करे, बड़ी भूल है। सच्चा दिल, बड़ा दिल, किसी को कुछ नहीं चाहिए, पर यह चाहिए। बाबा ने प्यार, पालना, पढ़ाई दी है, मुरली यदि जीवन में न धारण हुई हो, वो जीवन किस काम का?

प्रश्नः- वर्से और वरदान में क्या फर्क है?

उत्तरः- वर्सा सपूत बच्चे को मिलता है इसलिए सपूत बनें। कौन हैं जो यह फील करते हैं कि बाप के वर्से पर हमारा अधिकार है। बाप और वर्सा, और कुछ है ही नहीं। आज्ञाकारी, वफादार, ईमानदार बच्चे को वरदान है, बच्चे, हो जायेगा, कोई बड़ी बात नहीं है। देह-अभिमान का अन्दर अंश है, तो वो वर्से का भी अधिकारी नहीं है। करनकरावनहार स्वामी ने सबसे काम कराया है। कोई हैं जो कभी कुछ शो नहीं करते पर सपूत हैं, सबूत देते हैं। गुणग्राही हैं।

प्रश्नः- हमारा सबसे बड़ा दुश्मन कौन है?

उत्तरः- अपने को जानो, मैं कौन हूँ, तो इगो से फ्री हो जायेंगे। सबसे बड़ा दुश्मन है इगो। पवित्रता से शान्ति तभी आयी जब ईमानदार हैं। ईश्वर की तरफ से जैसे ईमानदारी गिफ्ट में मिल गयी है। पवित्रता में जो ईमानदारी है वह अन्दर ही अन्दर (अहंकार को) मेल्ट करती है। सच्चाई, हिम्मत, विश्वास तुरंत काम करते हैं। कभी भी नाउम्मीदी का, निराशा का ख्याल आ नहीं सकता क्योंकि बॉडी-कॉन्सेस नहीं है। अच्छी कम्पनी में रहने से विश्वास हो जाता है कि सब कुछ हो सकता है, सच्चा बन सकते हैं। ऐसे नहीं, कैसे बनूँ? नहीं, ऐसे बनेंगे। झूठ का नाम-निशान नहीं। कोई भी इन्सान ऐसा नहीं है जो झूठ, सच, पाप, पुण्य को न जानता हो। अन्दर से झूठ को खत्म करना, सच्चाई से काम लेना, इससे किये हुए पाप खलास हो जाते हैं और पुण्य कर्म का खाता जमा हो जाता है। ऐसा कोई कर्म न हो जाए जो मन खाता रहे। थोड़ा भी गलत काम करने से चेहरा उदास हो जाता है। अन्तर्मुखी सदा सुखी। ये आँखें, कान, मुख तीनों हमारे ऑर्डर में हों। देखना है तो क्या, सुनना है तो क्या, बोलना है तो क्या, सोचना है तो क्या! निराकारी स्थिति में रहना, निर्विकारी बनना, निरहंकारी रहना। शरीर में होते न्यारा, प्रभु का प्यारा, दाता बनके देते रहो। सदा के लिए खुश रहना, खुशी बांटना और खुशी की डांस करना।

प्रश्नः योग का प्रैक्टिकल स्वरूप क्या है?

उत्तरः- बाबा ने कहा है कि नये-नये आयेंगे, अच्छी तरह से आगे जायेंगे। यह भी वण्डर है परन्तु यह हमारे लिए भी परीक्षा है, तो उनके लिए भी परीक्षा है। धीरज धरके वायब्रेशन दो। संगमयुग है, मंज़िल ऊंची है, याद की यात्रा पर हैं, वहाँ ऊपर से यहाँ अशरीरी आये थे, यहाँ आकर पहले-पहले सतयुग में शरीर धारण किया। यहाँ की कमाई अनुसार किया। यहाँ की पालना, पढ़ाई और प्राप्ति जो आत्मा को हुई, वह आत्मा के अन्दर भर गई। शान्तिधाम में सभी आत्मायें जा रही हैं, उनमें मैं कैसे जा रही हूँ। तो योगबल कितना अच्छा काम करता है। योग हम लगायेंगे, योग लगाना माना एक्यूरेट, योगयुक्त, युक्तियुक्त रहना क्योंकि हम सबने भक्ति की। भक्ति क्या है, ज्ञान क्या है, इसमें बहुत फर्क है। भक्तिमार्ग में भगवान की भक्ति भी इसलिए करते हैं क्योंकि भगवान ने हमको सिखाया है, पढ़ाया है, इतना बड़ा काम किया है। भगवान ने हमको अपना बनाया है, हमने उनको अपना बनाया है। जब किसी का मूड खराब होता है तो बाबा क्या करेंगे! भक्ति में कहते हैं, मैं दर्शन करके प्रसन्न हो गई। हम बाबा को देख करके, जान करके सदा के लिए प्रसन्नचित्त हो गये। कमाल है! सन्तुष्ट हो गये क्योंकि कोई क्वेश्चन नहीं रहा। बाबा मिला, सब कुछ मिला, यह किसको समझाओ तो उसको लग जाये। ❖

ईश्वरीय कारोबार में आदर्श व्यवस्था संपन्न करने की ज़रूरत – 19

❍ ब्रह्माकुमार रमेश, मुंबई (गामदेवी)

हम ईश्वरीय कारोबार के अन्दर आदर्श व्यवस्था निर्माण करने के लिए क्या करें, इसके बारे में चर्चा कर रहे हैं। पिछले लेख में मैंने लिखा था कि ब्रह्मा बाबा ने मुझे लिखा था कि बच्चे, आप को बाबा की ओर से धन दान (donation) स्वीकार करने की स्वीकृति है परंतु बच्चे धन का दान लेते समय मेरी जिम्मेदारी का ख्याल रखना क्योंकि आप लेंगे और मुझे देना पड़ेगा।

यज्ञ का धन बहुत ही पवित्र एवं अनमोल है अत: हमें इस संबंध में बहुत ध्यान रखना पड़ेगा। हमसे कोई भी फालतू खर्चा नहीं होना चाहिए। ब्रह्मा बाबा का यह महावाक्य केवल मेरे लिए नहीं परंतु बाबा का यज्ञ अर्थात् जोन, सबजोन, सेवाकेन्द्र, उप-सेवाकेन्द्र आदि सम्भालने के लिए जो भी निमित्त बहनें एवं भाई हैं उन सभी के लिए है कि सभी को बहुत ही सावधानीपूर्वक यज्ञ का धन खर्च करना चाहिए क्योंकि यज्ञ का धन कोई कमाया हुआ धन नहीं है परंतु त्याग एवं समर्पण भावना से दिया हुआ धन है इसलिए इस धन का उपयोग अच्छे से अच्छी रीति करना चाहिए। यह धन बहुत फलदायी होता है क्योंकि कहा जाता है, जैसा अन्न वैसा मन और जैसा मन वैसा धन। इसलिए बाबा के यज्ञ में भण्डारी सिस्टम रखा गया। भण्डारी में बाबा के सभी बच्चे अपनी धन रूपी सेवा जमा करते हैं अर्थात् यथाशक्ति कमाई का धन रखते हैं। यह धन अच्छी कमाई का होता है इसलिए इसका उपयोग भी उसी प्रकार होना चाहिए।

कइयों ने अपनी अचल सम्पत्ति नि:शुल्क सेवार्थ दी है तो कइयों ने अपने साधन भी नि:शुल्क सेवार्थ दिये हैं। इस सेवार्थ दी हुई अचल सम्पत्ति या साधन का उपयोग एवं उपभोग करते हुए हम उस साधन-सम्पत्ति के प्रति बेपरवाह बन जाते हैं क्योंकि हमें फ्री में मिली हुई है। परंतु शिवबाबा के लिए यह फ्री नहीं है क्योंकि उसका रिटर्न बाबा को उस आत्मा को देना ही पड़ता है। जैसे बिना इच्छा वाला कोई भी कर्म नहीं होता है, ऐसे ही जो भी आत्मा बाबा के लिए कोई भी साधन, सम्पत्ति आदि नि:शुल्क देते हैं उस आत्मा को बाबा को रिटर्न देना ही पड़ता है अत: हमारा फर्ज है कि नि:शुल्क जो भी प्राप्त होता है उसका बहुत सावधानीपूर्वक उपयोग करें। उस सम्पत्ति या साधन का अगर नुकसान होता है तो वह बाबा का नहीं होगा बल्कि उसका बोझ निमित्त बनने वाले पर आयेगा अत: नि:शुल्क मिली हुई साधन-सम्पत्ति का हमारे द्वारा कोई भी नुकसान न हो, इस बात का हमें बहुत ध्यान रखना चाहिए।

ईश्वरीय सेवा के मुख्य तीन साधन हैं – तन सेवा, मनसा सेवा और धन सेवा। हम तन-मन-धन से सेवा कर सकते हैं। धन सेवा से भी धारणायें बनती हैं। इसके अनेक उदाहरण हमें अपने यज्ञ में मिलते हैं। हमारे पवित्र धन से कैसे ईश्वरीय धारणा होती है, इसका उदाहरण मैंने पवित्र धन किताब में लिखा था वह यहां भी प्रासंगिक होने से प्रस्तुत कर रहा हूँ। पटियाला में हमारे दो भाई ओमप्रकाश (इंदौर), आत्मप्रकाश (ज्ञानामृत प्रेस) हॉस्टल में रहकर पढ़ रहे थे और पढ़ाई के दौरान ही उन्हें बाबा का ज्ञान मिला। आत्मप्रकाश भाई को उनके बड़े भाई लक्ष्मण भाई (जो वर्तमान में सोनीपत में हैं) प्रतिमाह 150/- रुपये खर्च के लिए भेजते थे जिससे वे पुस्तकों का तथा अन्य खर्चा करते थे। बाद में आत्मप्रकाश

भाई ने हॉस्टल छोड़कर कमरा किराये पर लिया। उसी कमरे में उन्होंने बाबा का ज्ञान देना भी शुरू किया। वे स्वयं खाना बनाते थे। जो पैसा बचता था, उसे ईश्वरीय सेवा में लगाते थे। वे तो पढ़ते थे, कमाते तो थे नहीं, पैसा तो लक्ष्मण भाई का था जो ईश्वरीय सेवा में लगने से लक्ष्मण भाई को ईश्वरीय बल मिला और वे शीघ्र ही बाबा के बच्चे बन गये। उनका जीवन अति तमोगुणी था परंतु बाबा ने उन्हें बदल दिया। उनमें आये बदलाव को देखकर सारा परिवार ज्ञान में आया।

ऐसे ही पूणे के गोविंद भाई का उदाहरण है। गोविंद भाई बचपन में अपने माँ-बाप के साथ ज्ञान में चलते थे परंतु बड़े होने के बाद वे कारोबार अर्थ माता-पिता से अलग हो गये फिर बाद में उन्होंने शादी की और बिजनेस के लिए विदेश भी गये। एक बार विदेश जाते समय वे कलकत्ता में दादी प्रकाशमणि जी और दादी रतन मोहिनी जी से मिले और बाद में दादीजी और रतन मोहिनी दादी जी को जापान में सेवार्थ भेजने के निमित्त बने। जापान से आते समय दोनों दादियाँ हांगकांग में रहीं और गोविंद भाई दादियों के कारण फिर से ज्ञान में चलने लगे। इस दौरान गोविंद भाई सच्चाई से कमाया हुआ धन घर भेजते थे जिसके फलस्वरूप उनकी युगल लीला बहन भी ज्ञान की तरफ आकर्षित हुई और बाबा की बच्ची बनी। हांगकांग से जब गोविंद भाई पूणे आ रहे थे तो सोच रहे थे कि घर में पवित्र कैसे रहेंगे, खानपान की शुद्धि कैसे होगी। ठीक इसी प्रकार उनकी युगल को भी यही प्रश्न था कि गोविंद भाई घर आ रहे हैं तो पवित्र कैसे रहेंगे, खानपान आदि का क्या होगा। परंतु जब घर में दोनों का मिलन हुआ तो मालूम पड़ा कि दोनों ही बाबा के ज्ञान में चल रहे हैं। उसके बाद दोनों मिलकर बाबा के सेवाकेन्द्र पर जाने लगे। इस प्रकार सच्चाई के धन के द्वारा जीवन में श्रेष्ठ धारणा हुई।

इसी संदर्भ में मैंने पिछले लेख में लिखा था कि जैसे भारत में भगवद्गीता है, वैसे ही चायनीज लोगों का भी एक ग्रंथ है जिसे हम अपनी भाषा में चायनीज गीता कह सकते हैं जिसमें आध्यात्मिकता की बातें लिखी हुई हैं। उसमें से कई बातें बाबा के ज्ञान की धारणाओं के साथ मिलती-जुलती हैं। उनकी यह गीता खासकर 50 वर्ष की आयु के ऊपर के व्यक्तियों के लिए है। उसमें पहली बात यही लिखी हुई है कि अभी तो हम जीवन की संध्या की तरफ जा रहे हैं और याद रहे कि हमारे साथ हमारा धन नहीं चलेगा परंतु हमारे पुण्य कर्म चलेंगे अत: इसके बारे में सोचना और धन को सफल करना है। आगे उसमें लिखा है कि हमारे शरीर छोड़ने के बाद लोग हमारी निंदा करेंगे या स्तुति करेंगे, यह हम अनुभव नहीं कर पायेंगे परंतु अगर हम अपना धन सफल करेंगे और अच्छा व्यवहार करेंगे तो उस आधार पर लोग हमें याद करेंगे। इसलिए जितना हो सके उतना धन को दान करके धन को सफल करो। दूसरी बात यह लिखी हुई है कि अपना जीवन शांति, आनंद से व्यतीत करो। धन का जितना चाहे उतना उपयोग व उपभोग करो परंतु अपने पुत्र-पौत्रों के लिए जमा करने का लक्ष्य नहीं रखो, नहीं तो वे परावलंबी बनेंगे और वे इंतजार करेंगे कि कब आप शरीर छोड़ें और वे धन-सम्पत्ति के मालिक बनें। आपके परिवार का हर सदस्य अपना भाग्य अपने साथ लेकर आया है। अत: आप अपने बच्चों के साथ प्रेमपूर्ण व्यवहार करो, उन्हें सौगात आदि भी दो परंतु साथ-साथ उन्हें अपने पैरों पर खड़ा करने के लिए भी पूरी मदद करो जिससे कि वे आत्मनिर्भर बन स्व-पुरुषार्थ के आधार पर श्रेष्ठ बन सकें और आप पर आवलंबी ना बनें।

अमेरिका के एक बहुत धनाढ्य व्यक्ति वॉरेन बफेट का उदाहरण प्रस्तुत कर रहा हूँ। वे अपने समय में विश्व के दूसरे नंबर के धनाढ्य

व्यक्ति थे। उनके तीन बच्चे थे। उन्होंने अपने तीनों बच्चों को पूछा, मेरे मरने के बाद आपको मेरी संपत्ति में से क्या चाहिए? बच्चों ने लिखित जवाब दिया कि पिताजी, आपने हमें जन्म दिया, हमारी पालना की, पढ़ाया और हमें लायक बनाया, अब हम अपने पैरों पर खड़े हैं और अच्छी रीति धन कमा रहे हैं इसलिए हमें आपके धन की कोई भी इच्छा नहीं है। आप जैसे चाहें वैसे अपने धन का सदुपयोग करें और भाग्य बना लें। यह बात जानने के बाद वॉरेन बफेट माइक्रोसॉफ्ट के प्रमुख बिल गेट्स के पास गये और अपना बहुत सारा धन उनके धर्मादा ट्रस्ट में सफल किया।

तीसरी बात जो चायनीज गीता में लिखी है कि अपने बच्चों से ज्यादा उम्मीद मत रखिये क्योंकि उनका अपना भविष्य, परिवार, नौकरी-धंधा आदि होता है और वे उसमें व्यस्त होने के कारण आपको ज्यादा समय नहीं दे सकते हैं और इसलिए अगर आपको अपने बच्चों से ज्यादा स्नेह-प्यार ना मिले तो चिंता नहीं करना। आगे लिखा है कि कई बार बच्चे आपकी सम्पत्ति में अपना हक मांगते हैं और अपने हिसाब से उसे खर्च करना चाहते हैं परंतु आपके स्व-पुरुषार्थ से कमाया हुआ धन आपकी सम्पत्ति है और इस कारण से उनका आपकी सम्पत्ति पर कोई हक नहीं है। उन्होंने आगे और भी लिखा है कि अगर आपकी आयु 50 वर्ष की हो गई है तो अधिक धन प्राप्ति के लिए स्वास्थ्य नहीं बिगाड़ना क्योंकि धन आपको सेहत नहीं दे सकता। आप कितने भी धनवान हैं, आपके पास बहुत महल, ज़मीन-जायदाद आदि हैं परंतु रात को जब आप सोने जाते हैं तो आपको केवल 6 वर्गमीटर जगह ही लगती है। जैसे टोलस्टॉय ने अपनी कहानी के अंत में लिखा था कि मनुष्य जीवनभर भागदौड़ करता है और धन कमाता है परंतु जब वह मरता है तो अंत में उसे 6 वर्गमीटर की जगह काम आती है।

अगर आपके पास भोजन के लिए तथा जीवन जीने के लिए पर्याप्त धन है तो आप धन संचय के बारे में और ज्यादा ना सोचें। आप कभी भी दूसरों की धन-सम्पत्ति के साथ खुद की तुलना ना करें क्योंकि हरेक का अपना भाग्य होता है अत: ऐसी बातों के बारे में ना सोचें जिन्हें आप परिवर्तन नहीं कर सकते, नहीं तो आपका स्वास्थ्य इसी में खराब हो जायेगा। आप के पास जितना धन है, उसी से अपना जीवन अच्छी रीति से बितायें।

इस प्रकार से धन के बारे में अनेक विचार चायनीज गीता में प्रस्तुत किये गये हैं। शास्त्रों में धन को माया कहा जाता है और इसलिए लोग धन, परिवार का त्याग करके संन्यासी बन जाते हैं। बाबा का ज्ञान हम सब को धन का यथार्थ प्रयोग कैसे करें और धन कैसे हमारे भविष्य की प्रालब्ध बनाने के निमित्त बन सकता हैं उसका ज्ञान देता है।

शिवबाबा की नगरी

ब्रह्माकुमार श्यामसुन्दर,
लोटस हाउस (अहमदाबाद)

ओ! बाबा, तेरी नगरी पे नजर है ठहरी,
वह नगरी है कितनी सुनहरी,
जो सभी खजानों से है भरी।
वहाँ सुख-शान्ति है भरपूर,
जहाँ से दुख है कोसों दूर,
इसलिए तो वो जहान है मशहूर।

ओ! बाबा, तेरी नगरी में सब हैं अमीर,
इस कलियुग में सब हैं फकीर,
सुख की केवल रह गई है लकीर।
अब देने आए हो आप सतयुग का उपहार,
जीवन में 63 जन्मों बाद अब आई है बहार।

वो नगरी है कितनी सुंदर,
जिसका वर्णन है मुरली के अंदर।
चलना है तुझे उस नगरी में ओ राही,
जहाँ सुख मिलता है इलाही,
वो सुखद घड़ी अब आई कि आई।

‘बेटी बचाओ -बेटी पढ़ाओ’ आन्दोलन के परिप्रेक्ष्य में –

बेटी-बेटा दोनों को सशक्त बनाओ

❍ ब्रह्माकुमारी उर्मिला, संयुक्त संपादिका

भारत के देशी महीनों में 15-15 दिन के शुक्ल पक्ष और कृष्ण पक्ष आते हैं। इन 15 दिनों को अलग-अलग तिथियों के नाम से जाना जाता है जैसे कि एकम, दूज, तीज, चौथ, पाचम, छठ, सातम.....आदि। ये सभी तिथियाँ स्त्रीलिंग हैं। भले हम साल में एक बार 8 मार्च को महिला दिवस मनाते हैं परन्तु भारत का तो हर दिन ही स्त्री दिवस है। भारत देश भी मातृभूमि है, न कि पितृभूमि। अत: इस देश में नारियों का इतिहास गौरवमय रहा है और भविष्य में भी नारी के गौरव का परचम लहराना निश्चित है।

दोहरी मार

वर्तमान समय में नारी समस्याओं से जूझ रही है। वह दोहरी मार झेल रही है। एक तो समाज में से मूल्यों का क्षरण हो चुका है और दूसरी ओर उसकी पालना, पढ़ाई इस तरीके से हो रही है कि उसका मनोबल नहीं बढ़ता। वह समस्याओं का सामना छाती ठोककर, आत्मविश्वास के साथ कर सके, ऐसा आध्यात्मिक बल उसमें विकसित नहीं हो पाता। यह ऐसी स्थिति है कि महामारी के फैले भयंकर जीवाणुओं के बीच मानो रोगप्रतिरोधक शक्ति विहीन व्यक्ति खड़ा हो। ऐसे में समाधान यही है कि रोगप्रतिरोधक शक्ति को बढ़ाया जाए अर्थात् समस्याओं के बीच खड़ी नारी का मनोबल और आध्यात्मिक बल बढ़ाया जाए।

22–24 वर्षों तक अर्जित ज्ञान किस काम का?

एक इकलौती पुत्री (हम एक का उदाहरण ले रहे हैं, ऐसे मामलों से जूझती लाखों बहनें दुनिया में हैं) बड़े नाजों से पली, कार चलाना सीखी, महंगे विद्यालयों, महाविद्यालयों में पढ़कर हिन्दी, इंगलिश आदि भाषाओं की जानकार बनी, स्वतन्त्रतापूर्वक जहाँ चाहा, वहाँ गई, मनचाहा जेब खर्च पाया, पार्लर, आधुनिक पहनावा, सुख-सुविधा, पार्टी सभी का सुख भोगते बड़ी हुई। एक बड़े अधिकारी से शादी हो गई। अधिकारी शादी से पहले तो ठीक था, पर शादी के बाद शराब की लत लग गई। रात को देर से आना, क्रोध करना, कभी-कभी हिंसा पर उतारू होना – यह सब होने लगा। नाजों से पली लड़की यह सब झेलने को मजबूर हो गई। सवाल यह है कि उसने पिता के घर से जो अर्जित किया उनमें से कौन-सी चीज इस समस्या के समाधान के समय काम आएगी? क्या पार्लर के पाउडर से चमकता उसका चेहरा, उसकी पढ़ाई, उसका भाषाई ज्ञान या दहेज के रूप में ढूँढ़-ढूँढ़ कर इकट्ठा करके लाया गया उसका सामान – फूलों वाली चद्दरें, कोमल गलीचे, झालर वाले तकिए, सैकड़ों प्रकार के प्रसाधन – कौन-सी चीज उसे उपरोक्त समस्या से निजात दिला सकती है? जिन चीजों के पीछे शादी से पहले के उसके 22-24 वर्ष गए, उसकी पढ़ाई, डिग्री, कला, कौशल कौन-सी चीज उसे उबार सकती है?

निश्चित रूप से इनमें से कोई नहीं। हाँ, एक रास्ता तो यह है कि वह कोर्ट के माध्यम से छुटकारा पाए या बिना कोर्ट का सहारा लिए पीहर घर आकर बैठ जाए पर ये दोनों ही निर्विघ्न रास्ते नहीं हैं। लोकलाज का भय, अकेलेपन का भय, छोड़ी हुई, भागी हुई कहलाने का भय तो है ही, भाई-भाभी के तानों का भय भी है और सबसे बड़ा बन्धन उसके अपने मन का मोह है। मोह की चाशनी से चिपका उसका मन उस व्यसनी से छूटना भी नहीं चाहता, उसके साथ रहना भी नहीं चाहता।

सुहाग और सन्तान – दोनों द्वारा शोषित

ऐसी पीड़िता को कुछ लोग यह राय दिया करते हैं कि कोई बात नहीं, थोड़े दिन सहन कर ले, एक बच्चा हो जाने

दे, फिर इसकी बुद्धि ठीक हो जाएगी, बच्चे में मोह पड़ेगा तो सुधर जाएगा। यह तर्क कितना ठीक है, आइये, इस पर विचार कर लें। आज तो विज्ञान का युग है। सभी जानते हैं कि माता-पिता के मन (चरित्र) और तन (रोग आदि) का प्रभाव सन्तान पर स्पष्ट परिलक्षित होता है। एक व्यसनी, क्रोधी, इन्द्रियों के गुलाम, चरित्रहीन, दुर्गुणी और इनके फलस्वरूप रोगों की सम्भावना से भरे शरीर (भले आज रोग परिलक्षित न हो रहे हों) वाले व्यक्ति के इन समस्त दुर्गुणों का प्रभाव क्या उसकी सन्तान पर न होगा? घर के कलह क्लेश से भरे वातावरण में जन्म लेने और पलने वाले बालक का क्या सन्तुलित विकास हो पाएगा? कोई गारंटी तो नहीं कि बच्चे का मुँह देखने मात्र से बाप की राहें बदल जाएँ। इस प्रकार तो उस नारी के जीवन में दोहरे काँटे बोए जाएंगे। पति को झेलने के साथ-साथ उसे सन्तान को भी झेलना पड़ेगा। आज के समय में ऐसी महिलाओं की लम्बी पंक्ति देखने को मिल रही है जो सुहाग और सन्तान दोनों द्वारा शोषित और उपेक्षित हैं। कुछ लोग यह राय दिया करते हैं कि बच्चे के जवान होने पर बाप को शर्म आने लगेगी अत: किसी तरह बच्चे को बड़ा कर ले फिर सब ठीक हो जाएगा। लेकिन बहुत बड़ा विचारणीय सवाल यह भी है कि मानव जीवन का सबसे सक्रिय हिस्सा तो 20 से 40 वर्ष की आयु के बीच का माना जाता है। कर्मठता से भरे उम्र के इस हिस्से को वह रोते, सहते, दबते, पिसते भविष्य की आश में पार करे, पर क्यों? उसके वर्तमान का क्या होगा? उसके वर्तमान को समाजोपयोगी बनाने का क्या हमारे पास कोई मार्ग नहीं? वह ज़िन्दगी के सुनहरे 20 वर्षों को दूसरे के कन्धों पर ढोते हुए उन्हें मुर्दा क्यों बनाए? अनिश्चित आशाओं के चप्पुओं से जीवन की नाव क्यों खेवे? क्या मनुष्यों की भीड़ से भरे इस समाज के पास वर्तमान में उसके लिए कोई निरापद और सुकूनकारी मार्ग नहीं है?

अगला भी खोटा सिक्का सिद्ध हुआ तो!

ऐसी परिस्थितियों में समाज, परिवार, मित्र, सम्बन्धियों का एक अन्य विचार यह चलता है कि ठीक है, इस आदमी से नहीं निभी तो किसी दूसरे को ढूँढ़ लिया जाए। समाज में ऐसे पुरुष भी तो होते हैं जो एक असफल शादी के बाद दूसरा साथी ढूँढ़ रहे होते हैं। ऊपर से देखने में तो विचार ठीक लगता है कि किसी का बायां जूता खो गया और किसी का दायां, अब दोनों बचे हुओं को मिलाकर एक जोड़ा बना दिया जाए, यह सोच जड़ चीज़ के सम्बन्ध में तो ठीक है परन्तु चेतन मन क्या इतनी सरलता से उन घावों को भूल पाएगा, जो उसके मन पर लग गए और फिर अगला व्यक्ति भी खोटा सिक्का सिद्ध हुआ तो! भले ही उसमें पहले वाले जैसी बुराइयाँ न हों पर दूसरे प्रकार की बुराइयाँ निकल आईं तो? कई बार प्रत्यक्ष ना होकर ऐसी गुप्त बुराइयाँ होती हैं जो मौके, बेमौके उभर पड़ती हैं मसलन यदि नारी किसी कारण उदास है तो पुरुष का यह दनदनाता तीर कलेजे को टुकड़े-टुकड़े कर देता है कि लगता है, तुमको पहले वाले की याद आ रही है या पहले वाला ज्यादा कमाता था या ज्यादा पदवाला था या तुम भली होती तो पहले वाले के साथ ना निभा लेती आदि-आदि। जीवन के जिन पुराने पन्नों को वह फाड़ देना चाहती है, उन्हीं फटे पन्नों को बीच में लाकर वर्तमान जीवन में दूरियाँ और वैमनस्य पैदा करना, इल्जाम लगाना कितनी बड़ी मानसिक पीड़ा है!

कुछ लोग पीहर और ससुराल वालों का सहयोग लेकर दर्द से सुलगती जिन्दगी को ठेलते रहने की सलाह भी देते हैं। पीहर वाले तो यह कहकर पल्ला झाड़ लेते हैं कि हम क्या करें, तुम्हारी किस्मत और ससुराल वाले भी ऊपर से सहानुभूति जताते भी अन्दर से तो यही सोचते हैं कि शादी से पहले तो ठीक था, शादी के बाद बिगड़ा तो हम दोषी थोड़े हैं?

हीन मानसिकता से उबरे

चर्चा हो रही है, 'बेटी बचाओ और बेटी पढ़ाओ की'। जिस नारी की स्थिति पर हम विचार कर रहे हैं वह तो बची हुई भी है और पढ़ी हुई भी है फिर क्यों समस्याग्रस्त है? पढ़-लिखकर भी वह एक बिना पढ़ी के द्वारा झेले जाने वाले दर्द के समान दर्द को झेलने को मजबूर है। पिंजरा तो वही है, गर्म सलाखें तो वही हैं, उसमें अनपढ़ को धकेलो या पढ़ी-लिखी को, जलन दोनों की समान है। आखिर इस जलन का समाधान क्या है?

पहला समाधान

पहला समाधान यह है कि वह इस हीन मानसिकता से उबरे कि वह पुरुष से कमतर है, उसकी आश्रित है, जीवन चलाने के लिए उसके साथ की मोहताज है। ऐसी दृढ़ मानसिकता से वह उस मूल्यहीन पुरुष को चुनौती दे सकती है कि वह शराब (अन्य कोई व्यसन) को या उसको, दोनों में से एक को चुन ले। उसने जीवन साथी इसलिए नहीं बनाया कि उसका सफर चिन्ता, भय, हिंसा, क्रोध, अपमान, शोषण को सहते-सहते बीते। ऐसे साथ से तो बिना साथ अर्थात् अकेले सफर करना बेहतर है। हमारे ऐसा कहने का अर्थ यह नहीं है कि हम पारिवारिक सामन्जस्य के विरुद्ध हैं, परन्तु हम इस पक्ष में भी नहीं है कि समाज की एक मेधावी नारी अपने सुकून, चैन, शान्ति को अयोग्य व्यक्ति की गलत आदतों के आगे गिरवी रख दे।

कमजोर के साथ बांधकर, शक्तिशाली की चाल धीमी करने का क्या औचित्य?

इस पुरुष प्रधान समाज में पुरुष को अगुआ बनाकर उसके हाथ में नारी का हाथ सौंपा गया कि वह उसकी इज्जत करेगा, स्नेह देगा, सुरक्षा करेगा। पर वह अगुआ यदि इतना कमजोर है कि अपनी गाड़ी को ही ठीक से नहीं चला सकता तो उसके पीछे एक कुशल गाड़ी बांधकर उसकी चाल धीमी करने का क्या औचित्य है? एक अशक्त मन वाला, सशक्त मन वाले को कैसे चला सकेगा? रिश्ते की अहमियत तो रिश्ते के साथ जुड़ी स्वच्छता, सच्चरित्रता, कर्त्तव्यपरायणता निभाने तक है। यदि स्नेह, सम्मान, सहयोग से कर्त्तव्य को निभाए तो अनजान भी रिश्तेदार-सा लगने लगता है और यदि स्नेह, सम्मान, सहयोग आदि हैं ही नहीं तो रिश्तेदार को अनजान-सा बनने में कितनी देर लगती है।

दिशा दिखाने का काम करेगी आध्यात्मिकता

लेकिन नारी में इतनी मानसिक दृढ़ता कैसे आए? वास्तव में इसके लिए लौकिक पढ़ाई के साथ-साथ चाहिए आत्मज्ञान, ईश्वरीय ज्ञान और समय चक्र का ज्ञान। महिला कानून और महिला शिक्षा ने उसे बराबरी का दर्जा दिया, उसकी बेड़ियाँ भी तोड़ी पर अब वह किस दिशा की ओर बढ़े, यह दिशा दिखाने का कार्य आध्यात्मिकता ही कर सकती है। आध्यात्मिक ज्ञान से उसे महसूस होगा कि नारी नाम के इस कमजोर शारीरिक आवरण के अन्दर छिपी वह एक आध्यात्मिक शक्ति है जो परमात्मा शिव की सन्तान है। 'मैं परमात्मा शिव की संतान हूँ' यह स्मृति उसके मनोबल को बढ़ाएगी, अकेलेपन के भय से मुक्त करेगी, असुरक्षा की स्थिति से उबारेगी, निमित्त भाव पैदा कर निर्माण बनाएगी, अन्दर से आत्मनिर्भर बनाते हुए दूसरे की कमी-कमजोरी के प्रति रहमदिल बनाएगी, अपनी भौतिक जरूरतों को कम कर, आध्यात्मिक (आन्तरिक-आत्मिक) बल बढ़ाने की ओर उन्मुख करेगी। इस प्रकार आध्यात्मिक ज्ञान उसे सही अर्थों में जीवन जीने की कला सिखाकर दूसरों का मुँह देखते हुए जीने, समाज को कोसने, दूसरों के बदलने के इन्तजार में अपनी उन्नति को ग्रहण लगाने की कमजोर वृत्ति से बचाएगा।

त्याग का नहीं, सशक्त बनने का मार्ग

इसलिए बड़ी होती हर कन्या से हम यह अपील करना चाहेंगे कि वह उन गलतियों की सज़ा न भोगे जो उसने की ही नहीं। नैतिक, चारित्रिक रूप से कमजोर किसी की गुलामी करने या उसके परिवर्तन के अनिश्चित समय के

इन्तजार में जीवन के कीमती पलों को चिन्ता और दुखों में घोलने का अपराध ना करे। आध्यात्मिक ज्ञान की अनुभूति द्वारा निराकार ज्योतिस्वरूप परमपुरुष परमात्मा से नाता जोड़कर वह अपनी राहें अपने दम पर बना ले ताकि वह पुरुष के खूनी पंजों से निकलकर परमपुरुष की स्नेह भरी, शीतलता भरी छाँव में आ सके। अब तक तो उसे दो ही रास्ते नजर आते रहे हैं या तो शादी या तो नौकरी पर एक तीसरा रास्ता भी है परमपुरुष परमात्मा पिता की सहयोगी बन अपने जैसी पीड़िताओं को दिव्य मार्ग दिखाने का, उन्हें ईश्वरीय ज्ञान द्वारा सशक्त करने का। वो यह समझ ले कि मूल्यहीन लोग रोने वाले को अधिक रुलाते हैं और डरने वाले को अधिक डराते हैं पर जब कोई इन कमजोरियों से पार जाकर नई राहें बना लेता है तो उसके कदमों में सिर रख देते हैं। भौतिक ऊँचाइयों को छूने के बाद भी यदि राहों के काँटे नहीं छँटते दिखाई दे रहे तो आध्यात्मिक ऊँचाइयों की ओर बढ़िए। आध्यात्मिकता संसार त्याग का मार्ग नहीं बल्कि संसार में सशक्त बनकर जीने का मार्ग है। दीन-हीन, आँसू भरा चेहरा और दुखों से भरा मन लिए जीना भी कोई जीना है? संसार के लोगों को दिखाने के लिए चेहरे पर झूठी हँसी और चेहरे की लिपाई-पुताई पर अन्दर दुखों की काली स्याही, यह तो अपने ही साथ ठगी और अपने ही जीवन के साथ खिलवाड़ है। इसकी भेंट में आध्यात्मिकता के तेज और ओज से चेहरे को चमकाइये जिसे देख बांधने वाला स्वयं करबद्ध हो जाए।

दूसरा समाधान

दूसरा समाधान यह है कि 'बेटी बचाओ और बेटी पढ़ाओ' के साथ 'बेटों को भी नैतिक, आध्यात्मिक, चारित्रिक रूप से सशक्त बनाओ'। जब तक पुरुष को नैतिक, आध्यात्मिक और चारित्रिक मूल्यों से सशक्त न बनाया जाए, तब तक बेटियाँ न बचेंगी, न सुरक्षित रहेंगी। हर जन्म लेने वाले पुत्र को घूँटी के साथ नैतिक, आध्यात्मिक, चारित्रिक मूल्य पिलाओ तब समाज में सुरक्षा का वातावरण बन पाएगा। ❖

मन को चार्ज करें

अजय मदान, झाँसी (उ.प्र.)

हम लोग रोज सुबह उठते ही मोबाइल को चार्जिंग में लगा देते हैं। कार चलाते समय, ऑफिस में, स्टेशन पर कहीं भी मोबाइल को चार्ज करने लगते हैं ताकि दिन भर परिवार, मित्र, सगे-संबंधियों के सम्पर्क में रह सकें। मोबाइल चार्ज करना याद रहता है परन्तु मन को चार्ज करना भूल जाते हैं। प्रतिदिन मन में 30 हजार से भी ज्यादा विचार उत्पन्न होते हैं जिनमें से अधिकतम नकारात्मक होते हैं। इतने ज्यादा नकारात्मक विचार उत्पन्न होने से मन, बुद्धि एवं संस्कारों को विकृतियाँ चारों ओर से घेरेंगी और विनाश की ओर ले जाएँगी। इसलिए रोज सुबह उठते ही मन को चार्ज करें – ''मैं एक आत्मा हूँ'', ''मैं ज्योति बिन्दु आत्मा हूँ'', ''मैं दिव्यस्वरूप आत्मा हूँ'', ''मैं पुण्यस्वरूप आत्मा हूँ'', ''मैं आत्मा मन-बुद्धि की मालिक हूँ''। कोई भी काम करते समय ये महान विचार बार-बार मन में दोहराएँ, इससे आन्तरिक ऊर्जा की अनुभूति होगी। इससे दिन भर सकारात्मक विचार उत्पन्न होंगे। बुद्धि को सही निर्णय लेने की शक्ति मिलेगी एवं संस्कार अच्छे होंगे। यदि मन, बुद्धि, संस्कार अच्छे होंगे तो सामाजिक, शारीरिक, मानसिक, आर्थिक समृद्धि में वृद्धि होगी एवं सभी जगह सम्मान के पात्र बनेंगे। मैं अपने गुरुजी को धन्यवाद देना चाहता हूँ जिन्होंने मुझे राजयोग मेडिटेशन के बारे में जानकारी दी एवं मेरा मार्गदर्शन किया। साथ ही धन्यवाद देता हूँ निमित्त बहन जी को जिन्होंने मुझे राजयोग कोर्स कराया जिससे मेरे जीवन में बदलाव आया, अब तो शिव बाबा ही मेरे शिक्षक एवं मित्र हैं।

आश्चर्यजनक, अकल्पनीय किन्तु सत्य

❍ ब्रह्माकुमारी कविता मिश्रा, प्रथम अपर मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट, बलिया (उ.प्र.)

ईश्वरीय ज्ञान में चलते हुए मात्र डेढ़ साल में इतने आश्चर्यजनक दिव्य अनुभव हुए हैं जो कि अभिव्यक्ति से परे हैं। दिल में गुंजन है,

साथ तुम्हारा प्रभु कितना है प्यारा,
मिल गई मंजिल मिल गया किनारा।

बाबा के साथ का अनुभव करने के बाद अन्य हाथ या साथ की कोई ज़रूरत नहीं लेकिन शर्त यह है कि इस अनुभव में सिर्फ हम और बाबा हों, तीसरा कोई ना हो। मैं न्यायिक सेवा में हूँ। अच्छा घर, परिवार, अच्छी नौकरी, जीवन में सब कुछ अच्छा है पर आत्मा का एक कोना हमेशा खाली महसूस होता था। ईश्वरीय ज्ञान व रूहानी प्रेम से आत्मा का वह कोना हमेशा के लिए प्रकाशमान हो उठा है।

गृहस्थ व्यवहार में रहने वाले लोगों को बहुत बड़ी भ्रांति है कि ब्रह्माकुमारीज़ में आकर सब कुछ छोड़ देना पड़ेगा। यदि सब कुछ से आपका मतलब अपवित्रता (विकारों को ही सब कुछ होने की संज्ञा दे देना) से है, तो यह मतलब ठीक नहीं है। आप यकीन के साथ अपने तन, मन, दृष्टि, स्मृति, वृत्ति, संकल्प की बागडोर शिवबाबा के हाथों में सौंप दीजिए, वे सबकुछ पवित्र कर देंगे। पवित्रता की धारणा अति सहज हो जाएगी। जाँच यह करनी है कि कितने समर्पण के साथ यह बागडोर हम बाबा को सौंपते हैं।

अलौकिक समर्पण समारोह

स्थानीय सेवाकेन्द्र पर 7 बहनों का अलौकिक समर्पण समारोह हुआ। मैंने तो अपने जीवन में पहली बार ऐसा देखा। इस समारोह के द्वारा शिवबाबा ने समाज को पवित्रता का दिव्य सन्देश दिया। बाबा का आश्वासन है कि इस एक जन्म में तुम अपना हाथ मेरे हाथों में दे दो, मैं जन्म-जन्मांतर तुम्हारा साथ निभाऊँगा। साक्षात् परमपिता परमात्मा का इतना बड़ा वरदान! समारोह में साक्षात् शिवबाबा की उपस्थिति महसूस हो रही थी। मेरा परम सौभाग्य है जो मैंने भी इसमें भाग लिया। धन्य हैं ये निमित्त बहनें जिन्होंने एक अनगढ़ मिट्टी को इतनी सुन्दर जीवंतमूर्ति के रूप में तराशा, पालना दी, समाज में एक नई पहल की व नई दिशा दिखाई। सभी पाठकों से

गुजारिश है कि आप इस ईश्वरीय ज्ञान व राजयोग के बारे में जानें तथा अपना जन्म, जन्मांतर सफल कर लें क्योंकि पूरे कल्प में भगवान का अवतरण सिर्फ इसी समय होता है जो 21 जन्मों तक अविनाशी सुख, शांति, आनंद व प्रेम का खजाना देते हैं। भगवान दोनों हाथों से लुटा रहे हैं, अपना सौभाग्य पूरे कल्प के लिए चमका लें। ईश्वरीय खजाने को ले लें, बार-बार ऐसा मौका नहीं मिलता। शिवबाबा के बनकर देखें, कमाल हो जाएगा। रूहे गुलाब और बाबा के नयनों के नूर बन जाएँगे।

समय, सेहत और संबंध – इन तीनों पर कीमत का लेबल नहीं लगा होता है लेकिन जब हम इन्हें खो देते हैं तब इनकी कीमत का अहसास होता है

ऐसे करें ईर्ष्या का उन्मूलन

❍ ब्रह्माकुमार किशनदत्त, शान्तिवन, आबू रोड

उपलब्ध इतिहास का अध्ययन करने पर हम पाते हैं कि बहुत-सी स्थितियों में मात्र ईर्ष्या विकार ने इतिहास को नकारात्मक रूप दे दिया है। ईर्ष्या क्या है? ईर्ष्या क्यों पैदा होती है? ईर्ष्या का मनोवैज्ञानिक पहलू क्या है? ईर्ष्या के कार्यक्षेत्र कौन-कौन से हैं? ईर्ष्या कैसे दूर हो सकती है? आइये इन प्रश्नों के उत्तर खोजें।

ईर्ष्या एक नकारात्मक विचार है जैसे कि यह ऐसा क्यों है? मैंने इतना कुछ किया, मुझे इतना कम क्यों? इसने तो बहुत कम किया, इसे इतना ज्यादा क्यों? इसे मुझसे ज्यादा क्यों मिला? इसके पास ये-ये प्राप्तियाँ ज्यादा क्यों हैं? ये सब ईर्ष्या के विचार हैं। ईर्ष्या का अर्थ है, अन्य किसी की स्थूल-सूक्ष्म जो भी प्राप्तियाँ हैं उनके प्रति स्वीकार्य भाव का नहीं होना। किसी की भी, किसी भी प्रकार की श्रेष्ठ स्थिति को देखकर खिन्नता की मनोदशा ही ईर्ष्या का विकार है। इस प्रकार के भाव में ईर्ष्या की अप्रकट अवस्था होती है। यह हल्के रूप की ईर्ष्या होती है।

इस हल्के रूप से भी और आगे की यात्रा करती है ईर्ष्या। ईर्ष्या का दूसरा प्रकट रूप, यदि मैं ऐसा नहीं हूँ, तो आपको भी नहीं होने दूँगा। ईर्ष्या का तीसरा तथा भारी रूप, आपको तो ऐसा बिल्कुल नहीं होना चाहिए बल्कि मुझे ही ऐसा होना चाहिए। आपने इतनी उन्नति क्यों की? मैंने क्यों नहीं की? आपके पास इतना क्यों है? मेरे पास क्यों नहीं? आदि-आदि। दूसरे और तीसरे रूप में ईर्ष्या केवल संकल्प तक ही सीमित नहीं रहती बल्कि वह कर्मों में भी आने लगती है। ईर्ष्या जब और तीव्र होती है तो घृणा और क्रोध का रूप ले लेती, जैसेकि किसी को पीछे खींचना (Leg pulling), किसी को नीचा दिखाना (Humiliate) या अन्य अप्रत्यक्ष रूप से हानि पहुँचाना आदि-आदि।

ईर्ष्या के विषाक्त प्रकम्पनों का प्रभाव

मनुष्य के नकारात्मक संकल्पों से विषाक्त प्रकम्पन फैलते हैं। सकारात्मक संकल्पों से अमृत-तुल्य प्रकम्पन फैलते हैं। जैसे क्रोध अग्नि के समान है वैसे ही ईर्ष्या भी अग्नि के समान होती है। ईर्ष्या से आन्तरिक और बाह्य, दोनों प्रकार से विष फैलता है। ईर्ष्या करने वाला स्वयं के लिये व दूसरों के लिये अच्छा नहीं सोच सकता। सम्बन्धों की मधुरता को नष्ट कर देती है ईर्ष्या। ईर्ष्यालु के हृदय की प्रेमपूर्ण भावनाएँ सूख जाती हैं। वह कानाफूसी करके, मीठी जुबान रखते हुए भी सम्बन्धों को तोड़ने में विष का काम करता है। ईर्ष्या विकार के वशीभूत व्यक्ति दूसरों की क्षति के लिये अपनी क्षति को भी स्वीकार कर लेता है। ईर्ष्या अनेक प्रकार से जीवन को नीरस (निरर्थक) बना देती है। ईर्ष्या से शारीरिक, मानसिक और आध्यात्मिक तीनों प्रकार से अवनति ही होती है।

ईर्ष्या के कारण

ईष्या का मूल कारण है अन्दर का खालीपन। खालीपन (Hollowness) का अर्थ है आत्मिक ऊर्जा का अव्यवस्थित (Disorganised) हो जाना जिसे दूसरे शब्दों में आत्म-विस्मृति कह सकते हैं। आत्म-विस्मृति से उपजा अज्ञान ही गहरे में ईर्ष्या का कारण है। इसी कारण भौतिक साधनों का अम्बार होते भी आदमी स्वयं को रिक्त महसूस कर रहा है। हीनता की ग्रंथी भी ईर्ष्या की पृष्ठभूमि है। अज्ञानता की स्थिति में हीनता का भाव पैदा होना स्वाभाविक है। नजदीकी व्यक्ति से ईर्ष्या

पैदा होने की सम्भावना ज्यादा होती है। जैसे उत्तरी भारत में रहने वाले व्यक्ति को दक्षिणी या पूर्वी भारत या अन्य दूर स्थान पर रहने वाले से ईर्ष्या होने की सम्भावना नहीं होती और प्राथमिक कक्षा के विद्यार्थी को स्नातक या उच्च स्नातक में पढ़ने वाले विद्यार्थी से ईर्ष्या पैदा होने की सम्भावना नहीं होती। जिनसे हमारा गहरा सम्बन्ध रहा है, यदि हम उन्नति कर उनसे आगे बढ़ जाते हैं और उनके प्रति उपेक्षा का भाव रखते हैं तो भी उनमें ईर्ष्या पैदा होने की सम्भावना रहती है।

ईर्ष्या के उन्मूलन के लिए व्यवहार में जीवन मूल्य हों

ईर्ष्या के उन्मूलन के लिये जो आत्माएँ हमसे अनुभव, ज्ञान (बुद्धि) और आयु में बड़े हैं, उनका शुक्रिया मानें। आगे बढ़ना अपने पुरुषार्थ पर निर्भर होता है लेकिन उन्नति करते हुए भी एक-दूसरे के शुक्रगुजार बनें। हमारा पारस्परिक मूल्यांकन मूल्यनिष्ठ हो। हमारे व्यवहार में जीवन मूल्य हों ताकि ईर्ष्या भाव से बचा जा सके। रचनात्मकता के माध्यम से प्राप्त जीवन की सकारात्मक उपलब्धियों और प्राप्तियों को, चाहे वे गुणों की हों या शक्तियों की हो, छोटी हों या बड़ी हों, भौतिक हों, आध्यात्मिक हों या बौद्धिक हों, स्वयं की हों या अन्यों की हों, उन्हें स्वीकार करें। स्वयं की उपलब्धियों के लिये ईश्वर का और सम्बन्धित व्यक्तियों का आभार व्यक्त करते हुए खुशी का अनुभव करें। दूसरों की उपलब्धियों में भी खुशी का अनुभव करें, उन में शामिल हों। उनकी यथायोग्य प्रशंसा करें और बधाई दें। ऐसा समझ कर नीरस ना हो जायें कि इनसे हमारा कोई ताल्लुक नहीं है। श्रेष्ठ पुरुषार्थी को किसी की श्रेष्ठता देखकर ईर्ष्या पैदा नहीं होती बल्कि वह अपने ही लक्ष्य की ओर केन्द्रित रहता है और आत्म-सन्तुष्टि अनुभव करता है। यह तभी हो सकता है जब आत्मा ज्ञानवान (Knowledgeable) हो और उसमें रचनात्मकता (Creativity) का गुण हो।

विश्व नाटक की यथार्थ समझ स्मृति में रखें

यह सृष्टि का नाटक अनादि-अविनाशी है, बना बनाया है, इसकी निश्चित अवधि है, यह हूबहू पुनरावृत्त होता है। इसमें सबका अपना-अपना पार्ट (अभिनय) निश्चित है। इसमें कोई फेर बदल नहीं किया जा सकता। इसमें तुलना की कोई सम्भावना ही नहीं है। सबका अपना-अपना पुरुषार्थ व भाग्य है। सबकी अपनी-अपनी विशेषताएँ हैं। सबका पार्ट बजाने का अपना-अपना समय है। हमारे ईर्ष्या करने से किसी के निश्चित हुए पार्ट को बदला नहीं जा सकता। जो जैसा है या जिसका जो कुछ है या होगा, वह अविनाशी नाटक के अनुसार निश्चित है। ईर्ष्या करके हम किसी को कितना ही अवनत करना चाहें लेकिन यदि व्यक्ति की उन्नति निश्चित है तो फिर ईर्ष्या निरर्थक है। ईर्ष्यालु व्यक्ति नाहक अपना वक्त और ऊर्जा खर्च करता है। ईर्ष्या करने वाला अपना ही अज्ञान प्रकट करता है और अपनी ही हानि करता है। वह अपनी उन्नति की ओर ध्यान न देकर, दूसरों की अवनति की ओर ध्यान देता है परिणामस्वरूप अपनी मूर्खता ही दर्शाता है। वे आत्माएँ जिनमें आत्म-विश्वास की शक्ति है उनमें किसी भी हालत में हीनता की ग्रन्थि पैदा नहीं हो सकती।

ईश्वरीय मिलन का अनुभव

ज्ञानवान आत्माएँ यह स्वीकार कर लेती हैं कि हम आत्माओं की आदि-अनादि स्थिति माननीय व पूज्यनीय है। अब फिर से उसी स्थिति में लौटने का समय आ चुका है। वे जानती हैं कि सर्व शक्तियों और गुणों से सम्पन्न आत्माएँ हम ही थीं और हमें ही पुन: बनना है। ज्ञानवान आत्माएँ अन्तर्मुखी वृत्ति वाली होती हैं इसलिए उनमें ईर्ष्या की भावना पैदा नहीं हो सकती। ''A regular practice of introspection is the only remedy to conquer the vice of Jealousy.'' वे आंतरिक आनन्द के अनुभव में रहती हैं। योग अभ्यास में ईश्वरीय मिलन का अनुभव करने से मन में सबके लिये शुभ कामना, शुभ भावना पैदा होती है इसलिये स्व स्वरूप में स्थित, स्वयं को भरपूर अनुभव करने वाली आत्माएँ ईर्ष्या से कोसों दूर रह सकती हैं। आन्तरिक वैभव के अनुभवी बनने से ईर्ष्या का उन्मूलन अवश्य हो सकता है। ❖

पुण्यतिथि पर विशेष...

जिन्हें भगवान खुद याद करते

○ ब्रह्माकुमार सुरेश, भिलाई

वैसे तो परमात्मा को सब लोग याद करते हैं, कोई थोड़ा कोई ज्यादा लेकिन भगवान किसी को याद करें, वह बड़ी बात होती है। ऐसी ही एक महान हस्ती थे भ्राता जगदीश जी जिन्हें भगवान खुद याद करते व मिलने के लिए स्टेज पर बुलाते। हमने कई बार देखा, बापदादा पूछते, कहाँ है जगदीश बच्चा, उसे बुलाओ। हम कुमारों के लिए तो उदाहरण थे वे। जब भी उनके समीप आना हुआ, सदा ही कुछ न कुछ सीखने को मिला। उनके साथ के कुछ अनुभव व घटनायें सर्व के लाभार्थ प्रस्तुत हैं –

नम्रता

बात उन दिनों की है, जब पांडव भवन में दादियों व वरिष्ठ भाई-बहनों की बहुत रिमझिम रहती थी क्योंकि उस समय बापदादा ओमशान्ति भवन में बच्चों से मिलन मनाने आते थे। ओमशान्ति भवन में दादी प्रकाशमणि जी प्रात: मुरली सुना रही होती थीं। मुरली के प्रश्न का उत्तर जब वे भ्राता जगदीश जी से पूछतीं तो भाई साहब खड़े होकर हल्का सिर झुकाकर बड़ी ही नम्रता से जवाब देते थे। इसी प्रकार, संस्था की वार्षिक मीटिंग के दौरान उनकी दी गई सही राय में यदि दादियाँ कोई करेक्शन करती थीं तो वे नम्रतापूर्वक तुरंत स्वीकार कर लेते थे। तब भी उनका सिर हल्का-सा झुका हुआ ही रहता था। मुझे उनका वह स्वरूप बहुत ही प्रेरणा देता था व आज भी देता है। अव्यक्त बापदादा से मिलन के समय भी बापदादा के सम्मुख सिर झुकाये हुए ही खड़े रहते थे। इस प्रकार हमने देखा कि बाबा, मुरली व वरिष्ठ दादियों के प्रति उनका बहुत ही सम्मान था। मुरली सुनते समय व अन्य अवसरों पर भी मैं सदा उनके आस-पास रहने का प्रयास करता था तथा उनकी गतिविधियों को सूक्ष्मता से देख उनसे सीखता था।

उपराम अवस्था

सन् 1995 में ज्ञानसरोवर में नवनिर्मित बाबा के कमरे का उद्‌घाटन करने के लिए तमिलनाडु के राज्यपाल भ्राता एम.चेन्नारेड्डी जी आये हुए थे व उन्हें बापदादा से भी मिलना था। एम.चेन्नारेड्डी के साथ सभी वरिष्ठ दादियाँ व वरिष्ठ भाई बाबा के कमरे की तरफ गये लेकिन जगदीश भाई जी थोड़ा पीछे थे। वे पैदल चलते हुए बाबा के कमरे के विपरीत, ट्रेनिंग सेन्टर की तरफ जाने वाली सड़क के किनारे के एक पेड़ के नीचे बैठ गये। मैं भी उनकी तरफ ही मुड़ गया क्योंकि उनके पीछे-पीछे मैं भी आ रहा था। मैंने महसूस किया कि इतने बड़े समारोह व वी.आई.पी. के आने का इनको कोई आकर्षण नहीं, जैसे उपराम हैं, बाबा के पास बैठे हैं, कोई आकांक्षा नहीं। लेकिन अगले दिन जब भ्राता एम.चेन्नारेड्डी के सम्मान समारोह में एक वक्ता के रूप में उपस्थित थे तो उन्होंने उनकी तीन विशेषतायें ऐसी सुनाई कि बहुत देर तक हॉल तालियों की गड़गड़ाहट से गूँजता रहा।

सादगी के अवतार

अपने अंतिम दिनों में जब वे अस्वस्थ थे, उन्हें हॉस्पिटल से लाकर सुखधाम भवन के एक कमरे में रखा

गया था क्योंकि उनकी अंतिम इच्छा थी कि उनका अंतिम श्वास बाबा की तपोभूमि मधुबन में ही छूटे। सन् 2001 की एक घटना है, तब बापदादा की पधरामणी शान्तिवन में शुरू हो चुकी थी। उस समय सेवा का टर्न हमारे जोन का था, हम लोग सेवार्थ मधुबन गये हुए थे। जोन की तरफ से सभी वरिष्ठ भाइयों व बहनों के लिए सौगातें लाई गई थी। भाई साहब की तबीयत को देखते हुए जोन की वरिष्ठ बहनें उनसे मिलने सुखधाम भवन पहुँचीं और उन्हें सोने का एक बैज सौगात में देने लगीं। जगदीश भाई साहब ने बड़ी नम्रता से उसे अस्वीकार करते हुए कहा, मैं गरीब निवाज बाप का गरीब बच्चा हूँ, मैं इसे स्वीकार नहीं कर सकता, मुझे क्षमा करें। इतनी सादगी, इतनी नम्रता, इतना बाबा से प्यार! इस घटना की खबर जैसे ही जोन को मिली, सबको बहुत ही प्रेरणा मिली तथा ऐसी रचना रचने वाले बाप पर बहुत प्यार आया। शान्तिवन में उनके रहने के लिए सर्वसुविधायुक्त कमरा बनाया गया था लेकिन वे सदा साधारण कमरे में ही रहे, कभी वहाँ नहीं रुके।

उनकी इन्हीं विशेषताओं के कारण उन्हें संजय, गणेश, दधीचि इत्यादि टाइटल मिले थे। वे साकार बाबा व मम्मा की विशेषताओं की फोटोकॉपी थे। आज भी उनके साथ की घटनाओं को याद करके बहुत प्रेरणा मिलती है व वैसा बनने की लगन लगी रहती है। ❖

अब मैं मन का गुलाम नहीं

ब्रह्माकुमार जोगेन्द्र, शाहजहाँपुर जेल (उ.प्र.)

मेरा जन्म किसान परिवार में हुआ। मैं बचपन से ही बहुत क्रोधी था। बड़े होने पर भी क्रोध कम नहीं हुआ। माता-पिता ने मेरी शादी कर दी। शादी के बाद युगल ने भी समझाया, साधू-संन्यासियों ने भी समझाया पर मैंने किसी की नहीं मानी और मदिरा पीना शुरू कर दिया। कहावत है, 'भूत के हाथ में भाला' मेरा भी वही हाल हुआ। गलत संगत में पड़कर झगड़ा कर लिया। मेरे साथी ने गोली मार दी और 307 का मुकदमा मेरे पर दर्ज हो गया। जब मैं जेल में आया तब मुझे बहुत दुख हुआ। मुझे शान्ति की इच्छा हुई तो रामायण पाठ करना शुरू किया, फिर भी क्रोध शान्त नहीं होता था। एक भाई ने मुझे ब्रह्माकुमारीज की साप्ताहिक ज्ञान की पुस्तक दी, मैंने उसे पढ़ा, पढ़ते ही महसूस हुआ कि कोई काँटों से फूलों की तरफ मुझे खींच रहा है। जेल में ही ब्रह्माकुमारीज़ की क्लास लगती थी, वहाँ पर मुझे प्रदर्शनी के चित्रों द्वारा आत्मा और परमात्मा का परिचय दिया गया। मैं रोज़ ईश्वरीय ज्ञान सुनने लगा। इसके बाद मुझे लगा कि खोया हुआ सच्चा पिता मुझे प्राप्त हो गया है। ईश्वरीय ज्ञान में चलने से सब नशे जेल में ही छूट गये। क्रोध शान्त हो गया और मुझे शान्ति मिलने लगी। 'आत्मा परमात्मा की पहचान' और 'दिव्य गुणों का गुलदस्ता' पुस्तकें पढ़ने से बहुत ज्ञान मिला। फिर मैं शाम और सुबह योग लगाने लगा।

अब मैं शान्ति-प्रेमपूर्वक और नम्रता से चल रहा हूँ। ऐसा लग रहा है कि बाबा मेरे साथ, हाथ में हाथ लिए चल रहे हैं। मैं बहुत प्रसन्न रहता हूँ और लोग मुझसे बहुत प्रसन्न रहते हैं और कहते हैं कि इस को तो जाने क्या मिल गया है जो खोया हुआ रहता है। मेरा यही अनुभव है कि जब तक दवा ठीक तरह से नहीं होती है तब तक रोग नष्ट नहीं होता है। बाबा अब मेरा वैद्य हो गया, उन्होंने मेरे रोग की सही दवा दे दी जिससे रोग जड़ से गायब हो गया है और ज़िन्दगी शान्ति से जीने लगा हूँ। अब यदि मुझे कोई अपशब्द या कटु वचन बोलता है तो मैं बाबा को ढाल बना लेता हूँ। जैसे सीता एक तिनके की ओट से रावण से बात कर लेती थी ऐसे ही मैं आत्मा रूपी सीता, मायावी विचारों को बाबा की ओट से खत्म कर देती हूँ लेकिन पास नहीं आने देती हूँ। वाह रे वाह बाबा, कितना आनन्दित हूँ! अब मुझे ऐसा लग रहा है कि दुनिया के सारे खजाने मेरे ही पास हैं। अब मैं मन का गुलाम नहीं हूँ। अब जान गया हूँ कि मैं आत्मा राजा, मन मंत्री और कर्मेन्द्रियाँ मेरी नौकर-चाकर हैं। ❖

नशा छूटा, जीवन बदला

ब्रह्माकुमार भगवती प्रसाद, जिला कारागार, महाराजगंज

सच कहा गया है कि 'सत्संग तारे, कुसंग बोरे' अर्थात् सत्संग हमें तारता है और कुसंग डुबोता है। संग का रंग बहुत जल्दी चढ़ता है। अगर संग गलत है तो संस्कार व आचरण भी गलत बन जाते हैं जिससे हमारे भाग्य का गिरना शुरू हो जाता है। प्रत्येक मनुष्य अपने भाग्य का निर्माता खुद होता है।

कुसंग से बना व्यसनों का दास

जब मैं पढ़ रहा था तभी मेरा संग गलत लड़कों से हो गया और सुर्ती, गुटखा खाना शुरू कर दिया। इतना आदी हो गया कि इनके बिना रह नहीं पाता था। पिताजी को जब इस बुरी आदत का पता चला तो उन्होंने बहुत डांटा लेकिन मैं माना नहीं, मेरी आदत बनी रही। हारकर उन्होंने डांटना बन्द कर दिया। इसके बाद मैं बिना डर के सबके सामने खाने लगा और शराब भी पीने लगा।

पत्नी ने मानी हार

पारिवारिक जीवन में आने के बाद भी नशा करना जारी रखा। पत्नी के सामने नशा नहीं करता था। एक दिन उनको पता पड़ गया, मुझे बहुत समझाया, उनकी बात भी नहीं मानी तो समझाते-समझाते वे भी थक गई, समझाना बन्द कर दिया। मेरा रास्ता साफ हो गया। मेरी इस आदत के कारण मुझे संयुक्त परिवार से अलग कर दिया गया। उन्होंने सोचा, बच्चों की पालना का बोझ पड़ेगा तो शायद सुधर जायेगा लेकिन मैं और ही बिगड़ता चला गया।

मेरे तीन बच्चे (दो लड़के, एक लड़की) हैं। जब मैं घर पर शराब पीकर आता तो बच्चे मुझे देखकर डर जाते और अपनी मम्मी से कहते, मम्मी, क्या पापा ऐसे ही शराब पीते रहेंगे और रोने लगते। मेरी पत्नी बच्चों को समझाती, कहती, छोड़ देंगे। जब वे मुझे बच्चों की बात बताती तो बहुत कष्ट होता। मैं शराब छोड़ने का प्रयास करता। एक, दो माह तक छोड़ भी देता पर फिर अधीन हो जाता। इस प्रकार कई बार छोड़ी लेकिन पूर्ण रूप से छोड़ नहीं पाया। मेरा संग ऐसा था, मैं जितना सुधरने की कोशिश करता उतना ही और ज्यादा बिगड़ता जाता था। शराब पीने के लिए बहुत सारी परेशानियों को भी झेला पर छोड़ नहीं पाया क्योंकि आदत से मजबूर था।

फर्जी से आ गया जेल

दिनांक 8 सितम्बर, 2011 को पुलिस वालों ने फर्जी में चरस के मुकदमे में मुझे जेल भेज दिया। मैं निर्दोष, जेल आया तो बहुत रोता था,

सोचता था कि मेरे परिवार की देखभाल कौन करेगा। नींद भी नहीं आती थी। जब भी कोई जेल में मुलाकात करने आता तो मुलाकात के समय रोने के अलावा कोई बात नहीं करता था। ऐसे ही पाँच महीने बीत गये और मुझे लगने लगा कि मेरे आगे-पीछे कोई नहीं है।

हुआ ओमशान्ति का दीवाना

दिसंबर 1, 2011 को ओमशान्ति (ब्रह्माकुमारीज़) के चार भाई (ब्र.कु.कैलाश भाई, ब्र.कु. करन भाई, ब्र.कु. दामोदर दादा, ब्र.कु.बहादुर भाई) मेरे हाते में आये। पूरे हाते में हल्ला मच गया कि ओमशान्ति के चार भाई आये हुए हैं, जो ज्ञान सुनायेंगे। सभी बन्दी एकत्रित हुए, मैं भी था। मन में ओमशान्ति के बारे में जानने, सुनने की उत्सुकता थी। भाइयों ने कार्यक्रम शुरू कर दिया, पहला पाठ आत्मा का था। मुझे

आत्मा व शरीर के बारे में जानकारी बहुत ही अच्छी लगी। दूसरे दिन से कोर्स समझ में आने लगा। उत्साह व उमंग आने से मैं दो दिन में ही ओमशान्ति का दीवाना हो गया। मेरा मन यही कहता कि कब सुबह हो, ओमशान्ति के भाई आयें और ज्ञान सुनने को मिले। परमात्मा के ज्ञान से बहुत ही सुख व आनन्द मिला। फिर रोजाना क्लास करना शुरू कर दिया। धीरे-धीरे मैं आत्मा और परमात्मा के ज्ञान में इतना लीन हो गया कि चिन्ता छोड़ बाबा का बच्चा बन गया। मुझे लगने लगा कि मुझे ईश्वरीय ज्ञान के रूप में हीरा मिल गया है। अब मैं हर समय बाबा ही बाबा करता रहता हूँ। रोज मुरली सुनने जाता हूँ।

अज्ञानवश सबको समझता था भगवान

जब मैं जेल में नहीं आया था तब सभी देवी-देवताओं को भगवान मानकर पूजा किया करता था। यहाँ तक कि कई धर्मों में ज्ञान सुनने गया पर भगवान के बारे में सही तरीके से जान नहीं पाया। शिव और शंकर दोनों को एक ही समझता था। जब जेल में ईश्वरीय ज्ञान सुना तो समझ में आ गया कि शिव 'कल्याणकारी' हैं और शंकर जी के द्वारा विनाश का कार्य होता है। शिव पिता अज्ञानता को दूर करते हैं, पतित से पावन और गुणवान बनाते हैं, शिव ही परमपिता हैं। शिव ही सभी धर्मों के भगवान हैं, शिव ही निराकार हैं।

छूट गया नशा

दिनांक 3 फरवरी, 2013 को जब क्लास में मुरली सुन रहा था तो बाबा ने कहा, बच्चे विकारों से भी प्यार करते हैं और मुझसे भी प्यार करते हैं, ऐसे तो काम नहीं चलेगा। बाबा की यह बात मुझे गोली के समान लगी, मेरे रोम-रोम खड़े हो गये। मन में आया कि बाबा जो कह रहे हैं, सब सही कह रहे हैं। मुझे अभी बहुत बुराइयाँ छोड़नी हैं। मुरली सुनकर जब बैरक में आया तो अपनी जेब से सुर्ती की डिब्बी निकालकर फेंक दी। किसी को दी भी नहीं और कभी भी न खाने का संकल्प कर लिया। यहाँ तक कि लहसुन और प्याज जैसी तामसिक चीजें भी उसी दिन से न खाने का संकल्प कर लिया। छोड़ने के बाद कुछ दिन तक सुर्ती की चाहना सताती रही। जब भी कोई सुर्ती बनाकर खाता था तो मेरे होंठों को बेचैनी होती थी लेकिन आज तक किसी भी नशीले पदार्थ को मुँह तक आने नहीं दिया और न ही आगे कभी आने दूँगा।

परिवार में लौट आयी खुशियाँ

एक दिन मेरे माता-पिता जेल में मुझसे मुलाकात करने आये, साथ में सुर्ती और प्याज लाये। मैंने लेने से इनकार कर दिया और इनको छोड़ देने का समाचार उन्हें सुनाया। उसके बाद पत्नी मुलाकात करने आई, वह भी सुर्ती लेकर आई। जब मैंने उन्हें सुर्ती छोड़ने का समाचार सुनाया तो बहुत खुश हुई। मैंने जीवन में उन्हें पहली बार इतना खुश देखा। वे कहने लगी, शायद जेल के बहाने ही आपका सुधरना लिखा था।

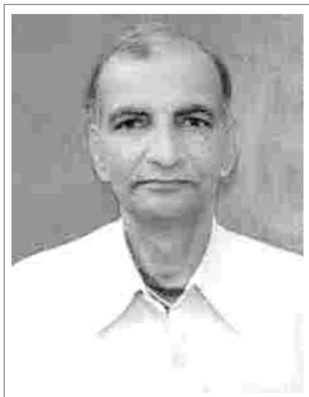
अब खुशियों का कोई अन्त नहीं

अब सुबह उठकर स्नान किये बिना और योग किए बिना पानी तक नहीं पीता हूँ। अमृतवेले, सुबह, दोपहर और शाम योग करता हूँ, जैसे कि ब्रह्माकुमार भाई-बहनें आश्रम में करते हैं। मुझे लगता है कि मैं जेल में नहीं बल्कि आश्रम में हूँ। बाबा से दुआ करता हूँ कि बाबा उन पुलिस वालों को भी आपका ज्ञान मिल जाये जिन्होंने मुझे जेल भेजा है, मैं उन सभी को धन्यवाद देता हूँ। अब जेल के अधिकारी जैसे अधीक्षक विपिन कुमार मिश्रा जी, जेलर अनिल राय जी, डिप्टी जेलर जय नारायण द्विवेदी जी और समस्त सिपाही भी प्यार से देखते हैं। मैं अधीक्षक हेड जेलर का भी शुक्रिया करता हूँ कि इन लोगों के सहयोग से ओमशान्ति का ज्ञान आज भी जेल में हमारे साथ अन्य भाइयों को सुनने को मिल रहा है। मैं उन दो बंदी भाई – शामबिहारी भाई

(शेष..पृष्ठ 22 पर)

कोटों में कोऊ होने का नशा

ब्रह्माकुमार दिनेश, सतना



बात जनवरी, 2003 की है। मेरे बगल के घर में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के भाई-बहनें ज्ञान देने आए। तबीयत ठीक न होने के कारण मैं घर पर ही था। युगल ने वहाँ चलने के लिए प्रेरित किया कि इससे मन भी बदल जायेगा और ज्ञान भी सुन लेंगे। उनकी राय अच्छी लगी और हम दोनों वहाँ पहुँचे।

भाई-बहनों की मीठी वाणी के द्वारा शिव बाबा का ज्ञान जब सुना तो बहुत अच्छा लगा। हर प्वाइंट का मैंने बारीकी से मंथन किया और लगा कि यह ज्ञान स्वयं शिव बाबा दे रहे हैं। कोई मानव तो इतनी गुह्य बातें बता ही नहीं सकता। पहले दिन ही वहाँ इतने भाई-बहनें पहुँचे हुए थे कि कमरे में समा ही नहीं रहे थे। एक भाई ने कहा कि बाबू जी (मैं) के यहाँ छत पर शिव मन्दिर भी है और सामने हाल भी बड़ा है, यदि आज्ञा दे दें तो वहाँ काफी लोग आ सकते हैं।

मेरी युगल और मैंने सुनते ही कहा कि शिव बाबा पधारे हैं, सबकुछ उन्हीं का तो है, हम तो सिर्फ निमित्त हैं, आप चल कर देख लें। बाबा को मेरा आंगन बहुत पसन्द आया। दूसरे दिन से स्वयं निमित्त बहन जी के कर कमलों के द्वारा ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय का शुभारम्भ हुआ। तब से प्रतिदिन बाबा की मुरली और बाबा को भोग स्वीकार कराना आज तक बराबर चल रहा है। बाबा ने मुझमें क्या विशेषता देखी कि मुझे अपना बनाकर सेन्टर के निमित्त बना दिया। हम दोनों युगल पवित्रता धारण करते हुए ज्ञानार्जन कर रहे हैं। कई आत्माएँ आकर नियमित ज्ञान लेकर अपना भाग्य बना रहे हैं। मुझे भी सेवा का अवसर मिल रहा है।

मार्च, 2003 को मधुबन जाने का सौभाग्य प्राप्त हो गया। डायमण्ड हाल में उस दिन लगभग 25000 भाई-बहनें आये हुए थे। बापदादा का आगमन हो चुका था। मुरली चल रही थी। मैंने बड़े ही विनम्र भाव से बाबा को विन्ध्य क्षेत्र पधारने का निमन्त्रण दिया। अगले दिन बाबा के कक्ष में ब्रह्ममुहूर्त में पहुँच गया। कुछ ही क्षण में मैं बाबा की यादों में खो गया। बाबा ने मुझे अपनी गोद में बैठा कर गले से लगा लिया। मेरे नयनों से प्रेमाश्रुओं की प्रबल धारा बह-बह कर गालों से होते हुए नीचे गिर रही थी। मैं बाबा की यादों में खोया रहा। वाह रे मेरा बाबा, वाह मेरा भाग्य। बाबा ने कोटों में कोई और कोई में भी कोई मुझे बना दिया। मैं कितनी भाग्यशाली आत्मा हूँ! ❖

नशा छूटा, जीवन बदला..पृष्ठ 21 का शेष

और बृजनंदन भाई का लाख-लाख शुक्रिया करता हूँ कि इन दोनों ने जेल में रहते हुए कई बार पत्र भेज-भेज कर ओमशान्ति वाले भाइयों को बुलवाया जिससे आज हम सब भाइयों को हीरे जैसा ज्ञान जेल में मिल रहा है। अब हमें इतनी खुशी रहती है जिसका कोई अन्त नहीं। मैं अन्य भाइयों से अनुरोध करता हूँ कि बाबा का हीरे जैसा ज्ञान ग्रहण कर अपने जीवन को हीरेतुल्य बनायें और बाबा के सहयोगी बनें, जीवन में खुशियों का आह्वान करें। अन्त में यही कहूँगा,

जिसने नशे का लिया सहारा, उसने ही पाया दुख सारा।
प्यारे भाई नशे को छोड़ो, बाबा से तुम नाता जोड़ो।।

सर्वोत्तम सेवा – मनसा सेवा

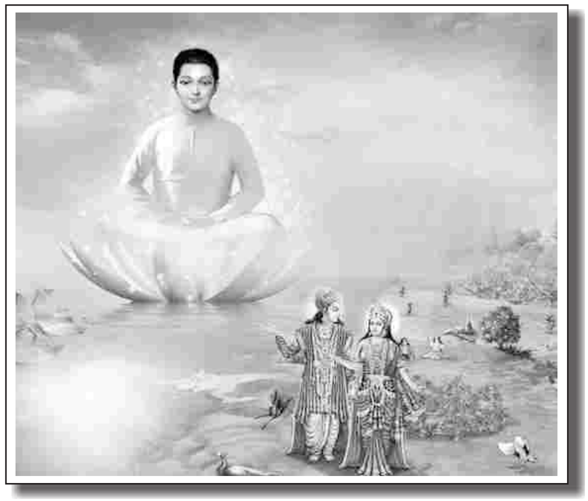
❍ ब्रह्माकुमारी विजय, श्रीगंगानगर

वर्तमान समय की परिस्थितियों और वातावरण को देखते हुए सबसे सहज, सफल, कमखर्च बालानशीन सेवा है मनसा सेवा। इसका अर्थ है, सकारात्मक, श्रेष्ठ, पवित्र, शक्तिशाली विचारों से प्रकृति, व्यक्ति और वातावरण को पवित्र और शक्तिशाली बनाना। इस प्रकार की सर्वोच्च सेवा कौन कर सकता है? जो मैं और मेरे-पन के नकारात्मक भाव से सदा मुक्त है। इस सम्बन्ध में एक कहानी याद आती है –

म्यांऊ का मुख कौन पकड़ेगा?

किसी पुराने मकान में चूहे बहुत हो गये थे। एक दिन एक बिल्ली ने दो चूहों को पकड़ कर अपना भोजन बना लिया। धीरे-धीरे चूहों की संख्या कम होने लगी। सभी चूहे चिन्ता में पड़ गये कि हमें कौन बचायेगा। आखिर उन्होंने मिलकर पंचायत की कि कैसे बिल्ली को यहाँ से भगाया जाये। एक नौजवान चूहा कहने लगा, देखो भाइयो, सभी मिलकर बिल्ली का मुकाबला करो। मैं सबसे आगे चलूँगा, बिल्ली का एक कान पकड़ कर फिर नहीं छोड़ूँगा। दूसरे ने कहा, मैं दूसरा कान पकड़ लूँगा। तीसरे ने कहा, मैं टांग पकड़ लूँगा। इस प्रकार से कई चूहों ने बिल्ली के भिन्न-भिन्न अंगों को पकड़ने की बात सुनाई। तभी एक बूढ़ा चूहा जो बहुत बुद्धिमान और विचारवान था, कहने लगा, अब तक आप में से किसी ने भी यह नहीं बताया कि म्यांऊ का मुख कौन पकड़ेगा? जब तक म्यांऊ (मैं) का मुख काबू नहीं होगा तब तक सबकी वीरता बेकार है। बूढ़े चूहे की बात पूरी होते-होते बिल्ली आ गई। उसे देखते ही सभी जान बचाने के लिए इधर-उधर भागने लगे, फिर भी बिल्ली ने एक-दो को पकड़ ही लिया।

यही दशा आज मानव मात्र की है। आज मानव मत पर कोई जाप कर रहा है, कोई हवन, कोई जागरण, कोई व्रत कर रहे हैं, पर यह विचार किसी को नहीं आता कि म्यांऊ (मैं) को कैसे काबू में करें? जब तक ''मैं'' से मुक्त नहीं होंगे तो विकर्माजीत, प्रकृतिजीत, कर्मेन्द्रियजीत कैसे बनेंगे? किसी ने ठीक ही कहा है,



माला जपूँ न कर जपूँ, मुख ते कहूँ न राम।
मन मेरा सुमिरण करे, कर पावे विश्राम।।

वाणी के साथ मन का मौन करें

प्रश्न उठता है कि मन में क्या सुमिरण करें? पहले स्वयं प्रति शुभ भावना रखें अर्थात् विचार करें कि मुझे जो शरीर, सम्बन्धी, वस्तु, स्थान आदि मिले हैं उनसे हर हाल में सन्तुष्ट रहना है, खुश रहना है। जो स्वयं से सम्पूर्ण संतुष्ट है वही संसार की सभी आत्माओं प्रति तथा प्रकृति के प्रति शक्तिशाली संकल्पों से श्रेष्ठ तरंगें (वायब्रेशन) दे सकता है। मनसा सेवा तभी कर सकते हैं जब संसार की किसी भी आत्मा के प्रति मन में कोई कड़वाहट, दाग अर्थात् नकारात्मक भाव न हो। किसी ने कैसा भी बोल बोला, व्यवहार किया फिर भी उसको निर्दोष मानकर यह मान लें कि उसका रोल निश्चित है एवं मुझ आत्मा द्वारा पिछले किसी जन्म में जाने-अनजाने किये गये किसी कर्म का ही परिणाम है। इसी प्रकार प्रकृति को सतोप्रधान

बनाने की सेवा तभी कर सकते हैं जब उसके तत्वों के प्रति भी कोई नकारात्मकता न हो। चाहे आज तत्व तमोप्रधान हो गए हैं, दुख भी देते हैं पर इनके बिना हम जीवन जी नहीं सकते। तो प्रकृति के तत्वों को भी शुभ संकल्पों की तरंगें दें। जितना हम तत्वों को सतोप्रधान बनाने की सेवा करेंगे उतना प्रकृति हमारी सहयोगी बनेगी, हमें सुख देगी। तो हमें स्वयं प्रति, सभी आत्मिक भाइयों प्रति, प्रकृति प्रति सदा शुभ सोचने की मनसा सेवा अवश्य करनी है। मनसा सेवा के लिए धन, समय, शक्ति की भी आवश्यकता नहीं है और सुपरिणाम निश्चित है। मनसा सेवा के लिए कुछ मानसिक तैयारी करें, वाणी के मौन के साथ मन का मौन करें। मौन से मन की शान्ति के द्वार तो खुलते ही हैं साथ ही ऊर्जा का संचय भी हो जाता है। मन का मौन बेहतर सोच, गहन सोच का सुअवसर प्रदान करता है।

मौन है मंगलकारी

महावीर, बुद्ध, जीसस और सुकरात ने मानवता के कल्याण के लिए अनेकों बार अमृत वचन उच्चारित किए परन्तु जितना वो बोले उससे अधिक मौन में रहे। मौन क्षणों में उन्होंने गहरी अनुभूति की। हमारी दादी जानकी जागृत अवस्था में भी मन का मौन रखने के कारण ही विश्व की स्थिरतम मन वाली महिला बन पाई। मौन अपने आप में मंगलकारी स्थिति है। इस प्रकार मन, वचन के मौन से सदा मनसा सेवा में लगे रहें। याद रखें, जीवन का कोई भाग व्यर्थ नहीं, जीवन का कोई श्वास व्यर्थ नहीं।

सबके प्रति हो शुभ संकल्प
तो जीवन बड़ा प्यारा लगता है।
प्रकृति के सभी तत्वों से हो प्यार
तो पूरा विश्व मधुबन लगता है।।

गुस्सा बदल गया हँसी-मजाक में

ब्रह्माकुमारी स्नेहा, रतलाम

बात उन दिनों की है जब मेरी बेटी को ससुराल वालों ने ज़हर देकर मार दिया जिससे मेरा जीवन बिल्कुल थम-सा गया था। मैं डिप्रेशन में चली गई थी। जीवन नीरस हो गया था। हर रोज़ नींद की गोलियाँ खाकर सोती थी। बहुत बुरे ख्याल मन में आते रहते थे।

मेरे युगल का तबादला उज्जैन से रतलाम हो गया। एक दिन हम दोनों ब्रह्माकुमारी बहनों से मिलने ब्रह्माकुमारी आश्रम गए, बहुत ही अच्छा लगा। मन को बड़ी शांति व सुकून मिला। बहनों के कहने पर सात दिन का कोर्स मैंने व मेरे पति ने किया जिससे हमारा सम्पूर्ण जीवन ही बदल गया और नई ज़िन्दगी मिल गई। इस कोर्स ने मानो संजीवनी बूटी का काम किया। इसके बाद मैं रोज़ मुरली क्लास में जाने लगी। मेरी जो दवाइयाँ चल रही थीं, वे बंद हो गईं व नींद अच्छी आने लगी। मुझे ऐसा लगा कि मेरा नया जन्म हुआ है। मेरा बाबा मुझे मिल गया। ज्ञान, योग, धारणा, सेवा से मेरा जीवन बदलने लगा। मैं महसूस करने लगी कि शिव बाबा मुझे पहले मिल जाते तो कितना अच्छा होता! मेरा बहुत समय बर्बाद हो गया लेकिन बाबा के महावाक्य हैं, ''लास्ट सो फास्ट''। मुझे पहले बहुत गुस्सा आता था, जब से ज्ञान व योग को अपनाया है, सारा गुस्सा गायब हो गया है।

मेरे युगल जब थाने से घर खाना खाने के लिए देर से आते थे तो झगड़ा होता था परन्तु अब मैं उनसे मोबाइल फोन पर कहती हूँ, बाबा के मीठे बच्चे, खाना खाने कब घर आ रहे हो? मेरे पति भी मजाक के लहजे में कहते हैं, शिव बाबा की मीठी बच्ची, मैं खाना खाने जल्द ही आ रहा हूँ। इस तरह अब गुस्से का वातावरण हंसी-मज़ाक में बदल गया है। यह सब बाबा के ज्ञान-योग का प्रतिफल है। ❖

तम्बाकू निषेध दिवस पर विशेष...

नशा एक कलंक है

❍ **ब्रह्माकुमार सुरेन्द्र शर्मा, सेवानिवृत्त प्राचार्य, नरसिंहपुर**

नशे के अंतर्गत तम्बाकू, गांजा, सिगरेट, चरस, अफीम, शराब आदि अनेक वस्तुएँ आती हैं। इनके सेवन से हमारा मन मादकता और क्रूरता से भर जाता है और विनाश को जन्म देता है। नशे के द्वारा शरीर की संचित शक्ति नष्ट होती है। अल्प समय के लिए इसके द्वारा शरीर में स्फूर्ति का अनुभव भी होता है परंतु परिणाम रूप में रही-सही शक्ति भी चली जाती है। दुर्व्यसनों से जनसमुदाय से लेकर राजा, महाराजा तक सर्वनाश के गड्ढ़े में गिर जाते हैं। बड़े-बड़े राष्ट्र यूनान, रोम, मिश्र आदि दुर्व्यसनों के अधीन होकर पतन के गर्त में धंस गए।

नशीले द्रव्य हैं मीठे ज़हर समान

नशे का सेवन करने वाला व्यक्ति दिन-रात क्षीण होते-होते अकाल मृत्यु का ग्रास बन जाता है। नशा दोस्त बनकर शरीर में प्रवेश करता है और शत्रु बनकर मार डालता है। सभी नशीले द्रव्य मीठे ज़हर के समान हैं। तम्बाकू (टुवेकी) का पौधा काफी विषैला होता है, जिस खेत में उगाया जाता है वहाँ की मिट्टी ज़हरीली हो जाती है, उसमें अन्य फसलों का उगना बंद हो जाता है, भूमि बंजर हो जाती है।

चूहों पर तम्बाकू का प्रयोग

नशायुक्त दवाएँ आज बहुचर्चित विषय बनी हुई हैं। आज का युवावर्ग इनकी चपेट में आता जा रहा है, यह बात हमारे समाज एवं राष्ट्र के लिए काफी चिन्ता का विषय है। वैज्ञानिकों के द्वारा तम्बाकू पर रिसर्च की गई। इसे जलाकर इसका तेल (काले रंग वाला) निकाला गया जिसका प्रयोग 100 चूहों पर किया गया। परिणामस्वरूप 50 की मृत्यु 2-4 माह में हो गई। अन्य चूहों को त्वचा का कैंसर हो गया। वे घुट-घुट कर मर गए। जिन चूहों के शरीर पर काला तेल नहीं लगाया गया था वे स्वस्थ्य रहे। इससे यह बात सिद्ध होती है कि तम्बाकू का धुआँ जितना शरीर के बाहर कुप्रभाव डालता है उससे कई गुणा आन्तरिक अंगों पर कुप्रभाव डाल कर उन्हें नष्ट कर देता है।

कार्यक्षमता पर बुरा प्रभाव

तंबाकू के लगातार सेवन से व्यक्ति की कार्यक्षमता प्रभावित होने लगती है, उसके शरीर एवं मस्तिष्क में क्षति होने लगती है और वह नशे पर निर्भर होने लगता है। प्रारंभ में शांति

एवं आनंद का अल्पकालिक अनुभव होता है परंतु नशों का प्रभाव समाप्त होने पर यह अनुभव तकलीफ में एवं उन्माद में बदल जाता है और व्यक्ति पुन: नशे का सेवन करना चाहता है। वह नशे की गिरफ्त में आ जाता है। मित्रों द्वारा प्रोत्साहन, किसी कार्य के होने में रुकावट, समाज एवं परिवार में समस्यायें, उदासी आदि नशे के कारण हो सकते हैं। रिसर्च स्कालरों के द्वारा इकट्ठी की गई जानकारी के अनुसार झूठ बोलना, घर देर से लौटना, कम बोलना, शाला में अनुपस्थित रहना, अधिक गुस्सा करना, हकलाहट होना, पैसे उधार मांगना, उदास रहना, झगड़ना, गाली

देना, घर की वस्तुओं का गबन करना, जेब खर्च बढ़ जाना, लडखड़ा कर चलना आदि लक्षण नशा करने वालों में देखे गए हैं।

नशा हमें पी जाता है

किसी भी समाज एवं धर्म के द्वारा नशे को मान्यता नहीं दी गई है। सभी धर्मों के महान पुरुष इसे अपवित्र एवं सामाजिक कलंक बताते हैं। वे कहते हैं, नशे एवं धूम्रपान से जीवन कम होता जाता है। यह घोर पाप है। क्रूर व्यक्ति से भी ज्यादा क्रूर नशेबाज़ व्यक्ति होता है। हमें अपनी भावी पीढ़ी को इससे बचाने के लिए लगातार प्रयत्न करना है, उनके स्वास्थ्य पर ध्यान देना है। उनको अनावश्यक आज़ादी और पैसा न दिया जाए।

हम नशे को नहीं पीते, नशा हमें पी जाता है। प्रिय भाइयो, इन नशीली वस्तुओं के प्रयोग से बचना है। यदि कोई साथी या व्यक्ति इनका प्रयोग करता है तो उसे समझा कर रास्ते पर लाना है। हमें भले बन दूसरों की भलाई करनी है। किसी की भी यह गलत आदत राजयोग के द्वारा छुड़ाई जा सकती है। मैंने 50 बच्चों पर इसका प्रयोग किया है। एक माह के राजयोग, ध्यान से 40 बच्चों ने तम्बाकू और गुटखे के सेवन को तिलांजली दे दी है। ❖

जब वे बदल गये

ब्रह्माकुमारी अमिता अनिल मराठे, प्रेमनगर, इन्दौर (म.प्र.)

परिवार के एक कर्त्ता पुरुष को जिन्दगी में किए कार्यों की सार्थकता का पता साठी गुजरने पर मालूम होने लगा। कहते हैं, ''मनुष्य बुढ़ापे में कुछ अधिक वाचल हो जाते हैं।'' इसका कारण भी हरेक का अपना होता है। कोई जिन्दगी की त्रासदी उगारता है तो कोई अच्छाइयों का बखान करना चाहता है।

उन्हें भी लगता था, मैंने अपने बल पर जो किया, कराया, बनाया उसे लोग देखें, वर्णन करें, यही भाव उन्हें बाह्यमुखता में लाता था। सदा हंसते हुए अपनी मस्ती के दिनों की बातें सुनाते रहते। एक बार उन्होंने कहा, ''देखो जितना मैंने किया वह पुण्य के खाते में जमा होगा ही।'' बात कितनी सत्य है, इसकी जानकारी न उन्हें है, न किसी और को। लेकिन मुझे बाबा का वरदान याद आया, ''ऑलमाइटी सत्ता की स्मृति के आधार पर आत्माओं को मालामाल बनाने वाले पुण्य आत्मा भव''।

प्रात: योग के समय मैंने बाबा के सम्मुख बैठकर कहा, इन कर्त्ता पुरुष का आपसे संबंध जोड़ने की सर्विस करना चाहती हूँ। आपका सहयोग मिलेगा, यह मुझे पूरा विश्वास है। मैं निश्चिंत हो गई। मन ही मन असंभव को संभव बनाने के कार्य में जुट गई। दिन के चारों प्रहर में मैं उन्हें बाबा के सम्मुख लाकर मनसा से बाबा से सकाश लेने व उन्हें देने का कार्य करने लगी।

कहती थी, ''बाबा सत्य में ये आत्मा श्रेष्ठ हैं। इनके पुण्य का खाता सार्थक हो। इन पर दृष्टि जाना जरूरी है। ये अपने मनमौजी स्वभाव से आपकी सर्विस में जुट जायें। इनका संबंध आपसे जुड़े, ये सत्य का परिचय प्राप्त करें व अपने कर्म कैसे व कहाँ जुड़ रहे हैं, इन्हें पता चले।'' कुछ दिन की गई सेवा मेरी आदत बन गई।

एक दिन उन्होंने कहा, ''प्रतिदिन तुम योग आदि क्या करती हो, यह जानने के लिए तुम्हारे सेन्टर चलता हूँ।'' मैं खुशी में अन्दर-अन्दर नाच उठी और कहा, अवश्य, आपको निमित्त बहन ज्ञान का कोर्स भी दे सकती हैं। आज वह आत्मा सेवा में जुटी हैं, वे समझ गये कि जीवन की सार्थकता बाबा की सर्विस में ही है। वो और कोई नहीं, मेरे पति ही हैं। इस प्रकार मेरे अनुभवों का खाता प्रगाढ़ हो गया। मैं जान गई कि किस प्रकार आत्मा का बाप से सम्बन्ध जुड़वाकर उसे मालामाल बना सकते हैं सिर्फ ऑलमाइटी सत्ता की स्मृति को यथार्थ रीति यूज़ करने की जरूरत है। ❖

कानों की सफाई

❍ ब्रह्माकुमारी कोमल, अम्बाला कैंट

हम जीने के लिए दिनभर कई शारीरिक क्रियाएँ जैसे – साँस लेना, पानी पीना, भोजन करना आदि करते हैं परन्तु कई बार इन क्रियाओं के साथ कुछ अवांछित कीटाणु हमारे शरीर में प्रवेश कर जाते हैं। वे भयंकर रोग का कारण बन जाते हैं जिन्हें खत्म करने के लिए फिर कड़वी दवाइयों का सेवन करना पड़ता है। कीटाणुओं से बचने के लिए हम आवश्यक सावधानी रखते हैं जैसे कि पानी को फिल्टर कर पीना, भोजन बनाते समय सफाई का ख्याल रखना, बदबू वाली जगह पर मुँह ढक कर रखना आदि। कीटाणुओं से शरीर की रक्षा के साथ-साथ बुराइयों से मन की रक्षा भी आवश्यक है। यह सम्भाल न रखने से कई भयंकर मानसिक बीमारियाँ (बुराइयाँ) जैसे कि ईर्ष्या, नफरत, सम्बन्धों में मतभेद, मनमुटाव, दूरियाँ, चिड़चिड़ापन, क्रोध आदि विकराल रूप धारण कर हमें खोखला करने में कोई कसर नहीं छोड़तीं। अंदर गलत विचार जाने का एक रास्ता है हमारे कान। हम दिन भर इन कानों से कुछ न कुछ सुनते रहते हैं। हम इनसे सत्संग भी सुनते हैं पर कई बार इनसे कुछ गलत बातें भी अन्दर चली जाती हैं जो हमारी विचार प्रक्रिया, बोल तथा आचरण पर गहरा असर डालती हैं।

ट्रिप्ल फिल्टर टैस्ट

महान दार्शनिक सुकरात के अनुसार कोई भी बात सुनने से पहले, सुनाने वाले से यह सुनिश्चित कर लेना चाहिए कि 1.वह बात सत्य हो, 2.अच्छी हो और 3. उसमें हमारे लिए कुछ उपयोगिता हो। यूँ ही व्यर्थ सुनने का कोई औचित्य नहीं। जैसे हम ट्रिप्ल फिल्टर्ड पानी का प्रयोग करते हैं, ऐसे ही कानों पर यह ट्रिप्ल फिल्टर लगाकर ही हमें बातों को अंदर प्रवेश होने देना चाहिए ताकि नकारात्मक बातें नुकसान न पहुँचाएँ।

सुनी हुई बात का असर ज़रूर होता है

आत्मा मन, बुद्धि, संस्कार सहित है। हम जो भी सुनते हैं उसे आत्मा मन द्वारा ग्रहण करती है, वह बुद्धि पर चित्रित होकर संस्कारों में अंकित हो जाता है और किसी व्यक्ति के प्रति एक अनजान अवधारणा का निर्माण करता है। ज्ञान के गीत, संगीत सुनकर मनुष्य प्रसन्नता, हल्केपन का अनुभव करता है, वहीं व्यथा के गीत सुनने से गंभीर हो जाता है, भजन सुनने से प्रभु-प्रेम में मग्न हो जाता है। लड़ाई-झगड़ा, शोर, गालियाँ आदि सुनने से दुखी, अशांत होकर चिड़चिड़ेपन का अनुभव करता है। अपनी प्रशंसा सुनने से कार्य के प्रति उत्साह-उमंग बढ़ता है और निंदा सुनकर निराशा, नाउम्मीदी तथा असफलता का अनुभव करता है।

उचित व्यक्ति को सुनाएँ

गंदगी से बचाने के लिए जैसे चीज़ों को ढककर रखते हैं ऐसे ही कानों को भी ज्ञान का ढक्कन लगाकर रखना चाहिए। फिर भी यदि जाने-अनजाने, चाहे-अनचाहे कोई ऐसी बातें सुनने को मिल जाती हैं जो नहीं सुननी चाहिएँ तो उन्हें निकालना भी आना चाहिए। जैसे जगह-जगह कचरा बिखेरने से गंदगी, बीमारियाँ बढ़ती हैं, कचरे को उचित

(शेष..पृष्ठ 28 पर)

'पत्र' संपादक के नाम

मार्च, 2015 का संपादकीय लेख लाइफ स्कील से ओत-प्रोत है। इसमें बहुत बड़ा संदेश है कि 'लोग क्या कहेंगे' ऐसा न सोच कर हमें महान कार्य को तत्काल करना चाहिए। महान लोग रास्ते की रुकावटों से नहीं घबराते, वे उन्हें ऊँचाई की ओर ले जाने वाली सीढ़ियों में तब्दील कर लेते हैं। हमें सुकर्म के पथ पर अग्रसर रहना चाहिए, इस पथ पर बाधाएँ, मजबूत बनाने आती हैं। करे सब कुछ भगवान, फल हमें मिले, ऐसी चाहना त्यागनी है। ऐसे लेख मानव में देवत्व को जगाते हैं।

– देवेन्द्र सिंह, नरेला (दिल्ली)

दिसम्बर, 2014 अंक में गुजरात उच्च न्यायालय के वरिष्ठ न्यायमूर्ति का उद्‌बोधन काफी सराहनीय ही नहीं बल्कि देश के प्रति उनकी सद्‌भावना और प्यार की ओर ध्यान आकृष्ट करने वाला भी है। ज्ञानामृत द्वारा रोचक, ज्ञानवर्धक, व्यवहारिक तरीके से मानवीय हित तथा देश के सर्वांगीण विकास के प्रति जागृति लाई जा रही है। 'ज्ञानामृत' का निरन्तर विधिवत् अध्ययन करें तो निश्चित रूप से संस्कार में बदलाव होगा, यह मेरा तजुर्बा है।

– प्रकाश चन्द्र भारती,
गितवारपुर, समस्तीपुर

फरवरी, 2015 का अंक हाथों में आया, गहरी निगाहें लगाये मुखपृष्ठ को देखता ही रहा। ज्योतिबिन्दु के ठीक नीचे बाईं तरफ – हिंसा, अत्याचार, शोषण, भ्रष्टाचार और आतंकवाद। दाईं तरफ – काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार।

ये विकार पाँच-पाँच का समूह बनाकर आज के मानव को दुख के गहरे गड्‌ढे में खींच कर ले जा रहे हैं। परमपिता परमात्मा मानव आत्माओं को खुली चेतावनी दे रहे हैं कि हे! मानव, तू इन दस क्रूर अनिष्टों से बच। जब मुखपृष्ठ पर ही इतना अधिक ज्ञान झलक रहा है तो भीतर तो कितना ज्ञान बिखरा पड़ा होगा! 'आध्यात्मिक ज्ञान लेने का समय', 'स्वर्णिम गौरव', 'जीना अभी आया' आदि लेखों ने रोमांच खड़े करने में कोई कसर नहीं छोड़ी। धन्य हैं सभी संबंधित लेखक।

– अत्तरसिंह,
सूरजपुर (गोधा), अलीगढ़

कानों की सफाई..पृष्ठ 27 का शेष

स्थान पर ही डाला जाता है ऐसे ही किसी की कमी-कमजोरी को जगह-जगह वर्णन करने से वातावरण भारी तथा दूषित होता है और वह व्यक्ति भी स्वयं को बदलने में असमर्थ महसूस करता है इसलिए बात वहाँ बताएँ जहाँ से उसका सुधार हो सके। शुभभावना रखकर बताएँ, गलत भावना रखकर नहीं।

कमल समान बनाएँ कानों को

प्यारी मातेश्वरी जी कहा करती थी कि ये कान कचरे के डिब्बे नहीं हैं जो इधर-उधर की फालतू, गंदी बातें सुनकर इन्हें गंदा करते रहो और स्वयं को बीमार करते रहो। कानों की सफाई पर ध्यान देना बहुत ज़रूरी है। देवताओं के शरीर के हर अंग का वर्णन करते समय कमल शब्द जोड़ा जाता है, जैसे कमलमुख, कमलनयन, कमलकर्ण आदि। तो हम भी कानों को कमल समान बनाएँ अर्थात् सुनते हुए भी न्यारे-प्यारे बनकर रहें। दुनिया के बीच में रहकर ही अपने कानों को कमल समान बनाना है, दुनिया को त्यागकर नहीं।

लोभ से पनपता है पाप

❍ ब्रह्माकुमार रामसिंह, रेवाड़ी

मनुष्य अपनी परेशानियों का कारण स्वयं ही है क्योंकि वह सद्मार्ग को छोड़कर धन के पीछे भाग रहा है। धन का लोभ अनेक मुसीबतों को जन्म देता है। लालच आने पर स्वार्थ की भावना जगना स्वाभाविक है। लालची व्यक्ति कई तरह के पाप कर्मों में फंसकर गलत निर्णय ले लेता है। लालच से संसार में ज्ञानी, तपस्वी, शूरवीर, कवि, विद्वान और गुणवान आदि भी उपहास के पात्र बने हैं इसलिए मन को सदा नियंत्रण में रखना जरूरी है।

लालच बढ़ता है मोह से

लालच तुरन्त लाभ तो दे सकता है किन्तु अंततः उसका परिणाम बुरा ही होता है। दूसरे का बुरा सोचने वाला स्वयं भी अपनी गलत सोच का शिकार होता है। छल का परिणाम छल के ही रूप में आता है। कहते हैं – लालच बढ़ता है मोह से और यही संग्रह-वृत्ति को भी प्रोत्साहन देता है। इसलिए निजी स्वार्थ छोड़कर हर एक के प्रति शुभ भावना, शुभ कामना व कल्याण की भावना रखने में ही स्वयं का भला समाया है। लोभ से पनपता है पाप इसलिए कहावत है, पाप का बाप है लोभ। लोभ की नींव में सदा दूसरों के लिए अकल्याण ही होता है इसलिए यह अपनी समग्रता में अकल्याणकारी परिणाम ही देता है। इस पर एक कहानी इस प्रकार है –

एक जमींदार था। उसने एक किसान को अपने खेतों में काम करने के लिए रखा हुआ था और बदले में जमीन का एक छोटा-सा टुकड़ा दे रखा था। किसान ने उस ज़मीन के टुकड़े में एक बगीचा बना रखा था जिसमें अंगूर की बेल लगाई हुई थी। उसमें हर साल बड़े मीठे-मीठे अंगूर फलते थे। किसान अत्यंत परिश्रमी, सत्यवादी और त्यागी था। एक दिन उसने विचार किया कि बगीचा तो मेरे श्रम की देन है किन्तु भूमि तो जमींदार की ही है। अतः इन मीठे अंगूरों में से उन्हें भी कुछ भाग मिलना चाहिए अन्यथा यह मेरा उनके प्रति अन्याय होगा और मैं ईश्वर के सामने मुँह दिखाने योग्य नहीं रहूँगा।

यह सोचकर किसान ने जमींदार के घर कुछ मीठे अंगूर भिजवा दिये। उधर जमींदार ने सोचा, अंगूर की बेल मेरी ज़मीन पर है इसलिए उस पर मेरा पूर्ण अधिकार है। मैं उसे अपने बगीचे में लगा सकता हूँ। लोभ के अंधकार में जमींदार को सत्कर्त्तव्य का भी ध्यान नहीं रहा। उसने अपने नौकरों को आदेश दिया कि बेल उखाड़ कर मेरे बगीचे में लगा दो। नौकरों ने मालिक की आज्ञा का पालन किया। बेचारा किसान असहाय था। वह सिवाय पछताने के क्या कर सकता था। नौकरों ने आज्ञा का पालन किया किन्तु फल देने की बात तो दूर रही बेल कुछ ही दिनों में सूख गई। लोभ के कीड़े ने अंगूर की बेल को सदा के लिए मिटा दिया।

धन किसी का नहीं

लालच ऐसी कैंची है जो कभी भी, कहीं भी नुकसान करने में पीछे नहीं रहती। इसमें खुद का कोई फायदा ना हो रहा हो लेकिन दूसरों को नुकसान में डालना लोभी का मकसद बना रहता है। आज के युग में धन के बिना कुछ नहीं – ऐसा लोग सोचते हैं। सुनने में चाहे अच्छा न लगे लेकिन सच तो यही है कि हर पाप इसी से पैदा होता है। जब व्यक्ति के मन में लोभ जगता है तो उसके साथ क्रोध भी सीने पर आकर बैठ जाता है और अहंकार माथे पर चढ़कर बोलता है और यहीं से जीवन की चाल बिगड़ने लगती है। जिस धन के लिए मानव इतना पागल हो रहा है वह किसी का नहीं है। जिन्हें अपने आप पर विश्वास है वे आसानी से लालच से बच सकते हैं। लोभी व्यक्ति स्वयं पर विश्वास को छोड़ दूसरों में सुख ढूंढ़ता है। ❖

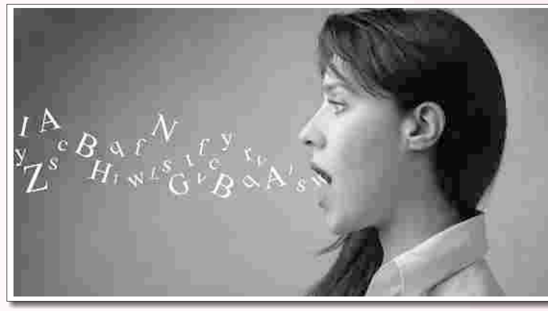
संयमित वाणी

○ ब्रह्माकुमारी निधि, सर्वोदय नगर, कानपुर

कबीरदास ने वर्षों पहले कहा था, ''वाणी ऐसी बोलिए, मन का आपा खोय, औरन को शीतल करे, आपहू शीतल होय।'' भावार्थ यह है कि बोल-चाल या वाणी ऐसी होनी चाहिए जो मन का मैं-पन खत्म हो जाए तथा दूसरों के साथ-साथ खुद भी शीतलता महसूस करें। यह भी कहा जाता है कि 'तोल-तोल के बोल'। हर बात सोचने की हो सकती है पर हर बात कहने की नहीं होती। अपनी बात को प्रभावशाली ढंग से रखने के लिए शब्दों को सावधानी से चुनें। जीभ हमारी अपनी है, इसका इस्तेमाल हम अच्छा बोलने में करें या बुरा बोलने में, यह चुनाव भी हमारा है। किसी को आप मिष्ठान्न भले ही न खिला सकें लेकिन आपके मीठे बोल भोजन को मीठा बना देंगे। इस विषय में एक छोटी-सी रोचक कहानी याद आती है। एक किसान ने अपने पड़ोसी की खूब आलोचना की। बाद में उसे लगा कि उसने कुछ ज्यादा ही कह दिया। उसको पश्चाताप होने लगा। वह पादरी के पास गया और बोला, 'मैंने अपने पड़ोसी को बहुत खरी-खोटी सुना दी, अब उन बातों को कैसे वापस लूँ?' पादरी ने उसे पक्षियों के कुछ पंख दिए और कहा कि इन्हें शहर के चौराहे पर डालकर आ जाओ। जब किसान वापस आया तो पादरी ने कहा, 'अब जाओ और उन पंखों को इकट्ठे करके वापिस ले आओ।' किसान गया लेकिन चौराहे पर एक भी पंख नहीं मिला, सब हवा में उड़ गए। किसान खाली हाथ लौट आया। पादरी ने कहा – 'जीवन का शाश्वत सत्य यही है कि जैसे हवा में उड़े पंखों को इकट्ठे करना मुश्किल है, वैसे ही कहे हुए शब्दों को वापिस लेना नामुमकिन है अत: हमेशा सोच-समझकर बात मुँह से निकालनी चाहिए।'

कैसे करें वाणी संयम

हमारी वाणी हमें ऊपर भी उठा सकती है और नीचे भी गिरा सकती है। यश-अपयश दोनों ही हमारी बोल-चाल से



हमें मिलते हैं। अच्छे विचार मन में लाएँ, हमारी भाषा में भी उनका असर दिखेगा। परमात्मा की याद में रहकर महत्वपूर्ण निर्णय करें। इससे मन में धीरज रहेगा तथा वाणी से मधुर वचन निकलेंगे। कोई भी बात कहने से पहले खूब विचार-मंथन करके बोलने से गलत या व्यर्थ वाक्य मुँह से नहीं निकलते। यही जीवन में सुख, शांति भरने की कला है। यदि कभी कटु सत्य कहना आवश्यक भी हो तो भी शब्दों का उचित चयन करें।

वाणी संयम के लाभ

कहते हैं, श्रेष्ठ विचारों से संपन्न व्यक्ति की जिह्वा पर माँ सरस्वती का निवास होता है। बोलने से ही हमारे व्यक्तित्व की परख होती है। कम व ज़रूरत अनुसार बोलने वाले को ज्ञानी कहा जाता है, अधिक तथा फिजूल बोलने वाले को मूर्ख कहा जाता है। इसी से हम जग-विख्यात अथवा कुख्यात बन जाते हैं। हमारी भाषा संबंधों को निभाने हेतु बेहद महत्वपूर्ण होती है। बोल-चाल में आत्मीयता व सहजता होती है तो रिश्तों में भी मिठास और ताल-मेल बना रहता है। किसी के बारे में इधर-उधर कहने की बजाय उसी व्यक्ति से स्पष्ट रूप से बात करना अच्छा होता है। तानों, उलहनों और नसीहतों से रिश्तों में तनाव पैदा हो जाता है। मधुर एवं सधे हुए वचन बोलने से गैरों को भी अपना बना सकते हैं। बड़ी से बड़ी भूल होने पर भी प्यार भरे शब्दों में माफी माँगने से सामने वाला क्षमा कर देता है।

ग्लोबल अस्पताल में हुए 1000 सफल जोड़ प्रत्यारोपण ऑपरेशन

❍ डॉ.प्रताप मिड्ढा, ग्लोबल हॉस्पिटल, आबू पर्वत

मानव शरीर में जितने पैर महत्वपूर्ण हैं, उतने ही उनके बीच में बने घुटने। हम सब जानते हैं कि 'घुटना' टांग और जांघ को जोड़ने वाला अंग है। यह मानव शरीर की सबसे बड़ी संधि है और इसकी बनावट बहुत ही जटिल है। घुटनों से ही पैरों को मुड़ने की क्षमता प्राप्त होती है।

अक्सर देखा गया है कि हमारा ध्यान घुटनों की तरफ तभी जाता है जब बढ़ती उम्र के साथ-साथ इनमें दर्द रहने लगता है, सूजन आने लगती है और सीढ़ी चढ़ना-उतरना तक भी मुश्किल हो जाता है।

ऐसे में घुटने को प्रत्यारोपित करने का एक मात्र चारा रह जाता है। शरीर के किसी भी जीर्ण-शीर्ण, दर्द भरे, गठिया रोग से ग्रस्त जोड़ की जगह कृत्रिम जोड़ को शल्यक्रिया द्वारा प्रत्यारोपित करने को जोड़ प्रत्यारोपण कहा जाता है। ग्लोबल अस्पताल में पिछले 10 वर्षों से घुटने और कूल्हे के जोड़ प्रत्यारोपण की सुविधा उपलब्ध है। ऑर्थोपेडिक सर्जन डॉ.नारायण खंडेलवाल और उनकी टीम ने हाल ही में ग्लोबल अस्पताल में 1000 सफल जोड़ प्रत्यारोपण करने का कीर्तिमान स्थापित किया है।

अनेकानेक विषेशताओं के कारण ग्लोबल अस्पताल केवल भारत के ही नहीं बल्कि विदेश के भी मरीजों को जोड़ों के ऑपरेशन के लिये आकर्षित करता आ रहा है। यहाँ अमेरिकन जोड़ प्रत्यारोपण के साथ सबसे कम शुल्क का पैकेज उपलब्ध है जिसमें मरीज के साथ एक रिश्तेदार के ठहरने की व्यवस्था, मरीज की होने वाली सभी जाँच, दवाइयाँ और इसी पैकेज में ऑपरेशन के पश्चात् अस्पताल में ही 12 दिन की फिजियोथेरेपी और पुनर्वास कार्यक्रम शामिल है। ध्यान देने योग्य बात यह है कि ऑपरेशन के तुरंत बाद दी जाने वाली फिजियोथेरेपी भी ऑपरेशन की सफलता के लिये अत्यंत जरूरी है और बहुत हद तक ऑपरेशन के पश्चात् के परिणाम इस पर निर्भर करते हैं। ग्लोबल अस्पताल में यह सुनिश्चित किया जाता है कि 12

डॉ. खण्डेलवाल घुटने का ऑप्रेशन करते हुए

दिनों तक मरीज अस्पताल में रहकर कुशल फिजियोथेरेपिस्ट की देखरेख में कसरत करे और बिना सहारा लिये अपने पैरों पर चलने लगे।

ग्लोबल अस्पताल में उच्चतम गुणवत्ता के लिये विश्व में जाने-माने ब्रान्ड्स की कम्पनियों के जोड़ों का ही केवल इस्तेमाल होता है। यहाँ सस्ती श्रेणी के जोड़ों का इस्तेमाल नहीं किया जाता क्योंकि भले ही इससे कम खर्च में सर्जरी हो जाती है किन्तु इन जोड़ों की उम्र कम होती है और ऑपरेशन के पश्चात् के परिणाम भी आशादायक नहीं होते हैं।

विश्वस्तरीय गुणवत्ता वाले ग्लोबल अस्पताल का ऑपरेशन थियेटर, अल्ट्राक्लीन लॅमीनर एयर फ्लो (हेपॉफिल्टर्स) टेक्नीक से सुसज्जित है। ऑपरेशन थियेटर उच्चस्तरीय होने के कारण इन्फेक्शन का प्रमाण आज तक शून्य है।

मुम्बई के जाने-माने, अन्तर्राष्ट्रीय ख्याति प्राप्त अनुभवी सर्जन डॉ. नारायण खंडेलवाल ने यू.के., ऑस्ट्रेलिया, जर्मनी तथा स्विटजरलैण्ड से जोड़ प्रत्यारोपण की ट्रेनिंग प्राप्त की है। आप भारत में ही नहीं बल्कि केन्या तथा तंजानिया आदि देशों के अस्पतालों में नियमित रूप से जोड़ों की सर्जरी करने जाते हैं तथा विदेश

(शेष..पृष्ठ 34 पर)

सर्जरी में परमात्म शक्ति का प्रयोग

❍ **ब्रह्माकुमार लालजी भाई बी.चोपटिया, राजकोट (गुजरात)**

पिछले 31 सालों से मुझे सत्य ईश्वरीय ज्ञान का परिचय मिला है। जीवन कमर्शियल बैंक में पिछले 15 सालों से ब्रांच मैनेजर के रूप से सेवा दे रहा हूँ। मई, 2014 में थोड़े सिरदर्द के कारण मैंने रिपोर्ट करवायी जिसमें ब्रेन ट्यूमर का पता चला। तुरंत ही बाबा को कहा, ''बाबा, अपने इस बालक को आपको ही संभालना है।'' वह रिपोर्ट अहमदाबाद के दो लीडिंग न्यूरो सर्जन्स को भेजी गई। रिपोर्ट देखकर डॉक्टरों ने ऑपरेशन करने की सलाह दी और तुरंत ही हॉस्पिटल में दाखिल होने को कहा। हम अहमदाबाद के सेल्बी हॉस्पिटल में दाखिल हो गए और अगले दिन (09-06-2014) को ऑपरेशन निश्चित हुआ। परमपिता परमात्मा के साथीपन के पिछले अनुभवों के कारण अंशमात्र भी भय नहीं था। दाखिल होने के बाद, ऑपरेशन के दिन अमृतवेले ही बाबा को बहुत ही प्यार से, अधिकार से कह दिया, ''बाबा, आप तो पूरे विश्व के कल्याणकारी पिता हो, भक्तों की मनोकामनाएँ पूरी करते हो, मैं तो आपका डायरेक्ट बच्चा हूँ, तो आपको ही रूहानी सर्जन बनकर मेरा ऑपरेशन करना है इसलिए आपको आना ही पड़ेगा और अपनी गोद में लेकर ऑपरेशन करना ही है।'' ऑपरेशन करने वाले डॉ.कल्पेश शाह को भी ईश्वरीय शक्ति के साथ का अनुभव हुआ, वे ऑपरेशन थियेटर में खुशी-खुशी से आये और खुशी-खुशी से ईश्वरीय शक्ति के साथ रहकर ऑपरेशन किया। ऑपरेशन के दूसरे दिन फिर से अमृतवेले बाबा के साथ रूहरिहान किया, बाबा का धन्यवाद किया।

ऑपरेशन सम्पूर्ण रीति से सफल हुआ जिसके कारण मुझे आई.सी.यू. से, बारह घंटे में ही वार्ड में भेज दिया गया। यह भी मेरे लिये चमत्कार है। राजकोट क्षेत्र की सभी ब्रह्माकुमारी बहनों ने, ब्रह्माकुमार भाइयों ने ऑपरेशन होने के पहले ही दिन से एक घंटा योग का प्रयोग कर शुभ वायब्रेशन दिये। इन सभी आत्मबंधुओं का मैं दिल से आभारी हूँ। छह दिन के बाद मैं डॉ.वघासिया के पास ड्रेसिंग कराने गया तो वे भी कहने लगे कि इतनी जल्दी, इतनी अच्छी रिकवरी कैसे हुई। मैंने कहा, ''यह है शिवबाबा का कमाल और योग के प्रयोग का फल।''

ऊंचे स्वमान का अभ्यास, सभी की दुआएँ, लौकिक-अलौकिक परिवार का स्नेह – इन कारणों से पहाड़ जैसी परिस्थिति भी रूई बन गई। जो बाबा के सहयोगी बनते हैं उन्हीं को बाबा भी समय पर सहयोग देते हैं, यह मेरा अनुभव रहा है। ❖

ग्लोबल हॉस्पिटल में... पृष्ठ 33 का शेष...

के कई मरीज आपके कुशल हस्तों से सर्जरी करवाने माउण्ट आबू आते हैं।

कुशल व अनुभवी सर्जन, सेवाभावी नर्सिंग स्टाफ, आधुनिक उपकरण एवं सुविधाओं के साथ-साथ माउण्ट आबू का प्राकृतिक सौंदर्य, पहाड़ों की खुली हवा, अध्यात्म से ओतप्रोत वातावरण का संगम जब हो तब ऑपरेशन की सफलता तो निश्चित ही है। यही वजह है कि जोड़ प्रत्यारोपण के लिये ग्लोबल अस्पताल देश-विदेश के मरीजों का विश्वासपात्र बन गया है और आज तक किये गये 1000 जोड़ प्रत्यारोपणों के मरीज इसके गवाह हैं। ❖

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

1

2

3

4

5

6

7

8

1.त्रिवेन्द्रम- 'डॉ.बी.आर.अंबेडकर सर्वोच्च राष्ट्रीय उत्कृष्टता पुरस्कार 2015' ब्र.कु.मिनी बहन को देते हुए केरल के गृहमंत्री भ्राता रमेश चेन्नीथाला। **2.पोखरा-** राष्ट्रीय औद्योगिक व्यापार मेले में जीवन मूल्य आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए नेपाल के अर्थमन्त्री डॉ.रामशरण महत, ब्र.कु.शोभा बहन तथा अन्य। **3.दिल्ली (सीता-राम बाजार)-** दिल्ली के खाद्य और आपूर्ति मंत्री भ्राता असीम अहमद खान को ईश्वरीय प्रसाद देते हुए ब्र.कु.सुनीता बहन। **4.मुंबई (मलाड)-** 'विश्व स्वास्थ्य दिवस' के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए फिल्म निर्माता भ्राता सुभाष घई, क्रिकेटर भ्राता अजिंक्य रहाणे, ब्र.कु.कुन्ती बहन तथा अन्य। **5.ओ.आर.सी.(गुड़गाँव)-** 2012 ओलिंपिक्स में कांस्य पदक विजेता कुश्ती खिलाड़ी भ्राता योगेश्वर दत्त को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.निक्की बहन, ब्र.कु.फातिमा बहन तथा ब्र.कु.दीपक भाई। **6.परतुर-** महाराष्ट्र के जल आपूर्ति तथा स्वच्छता मंत्री भ्राता बबनराव लोणीकर से ज्ञान-चर्चा करते हुए ब्र.कु.रेखा बहन। **7.कानपुर (सिविल लाइन्स)-** सिन्धी समाज के अखिल भारतीय संगठन मंत्री भ्राता वासवानी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.अर्चना बहन। **8.रूरा-** किसान सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.प्रीति बहन, ब्र.कु.सरोज बहन, ब्र.कु.राजेन्द्र भाई, सांसद भ्राता देवेन्द्र सिंह तथा अन्य।

RNI No.10563/1965, Postal Regd. No.RJ/SRO/9559/2015-2017 Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment No. RJ/WR/WPP/002/2015-2017. Published on 25th of each Month &
Posted on 1st to 6th of each month. Price 1 copy Rs. 8.50, Issue : May, 2015.

मोहाली-
हरियाणा तथा पंजाब के राज्यपाल महामहिम भ्राता कप्तान सिंह सोलंकी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.अमीरचंद भाई तथा ब्र.कु.प्रेमलता बहन।

सुनाम-
पंजाब के मुख्यमंत्री भ्राता प्रकाश सिंह बादल, सांसद भ्राता सुखदेव सिंह ढींढसा, पंजाब के वित्त मंत्री भ्राता परमिन्दर सिंह ढींढसा को ईश्वरीय सन्देश देने के बाद डॉ.बनारसी भाई, ब्र.कु.विजय बहन, ब्र.कु.मीरा बहन, डॉ.एस.पी.सिंगला तथा ब्र.कु.विजय भाई उनके साथ।

गुवाहाटी-
आसाम डाउन टाउन विश्वविद्यालय तथा ब्र.कु.शिक्षा प्रभाग के बीच मेमोरेन्डम ऑफ अन्डरस्टैन्डिंग के हस्ताक्षर समारोह में उपस्थित हैं बहन संगीता काकोटी, उप-निदेशिका, कुलपति डॉ.एन.एन.दत्ता, ब्र.कु.मृत्युंजय भाई, ब्र.कु.शीला बहन, भ्राता पाण्ड्यमणि तथा अन्य।

रायपुर-
छ.ग.के विधानसभा अध्यक्ष भ्राता गौरीशंकर अग्रवाल को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित करते हुए ब्र.कु.मृत्युंजय भाई। साथ में ब्र.कु.कमला बहन, डॉ. रमन सिंह, मुख्यमंत्री, छत्तीसगढ़, एवं ब्र.कु. ओमप्रकाश उपस्थित हैं।