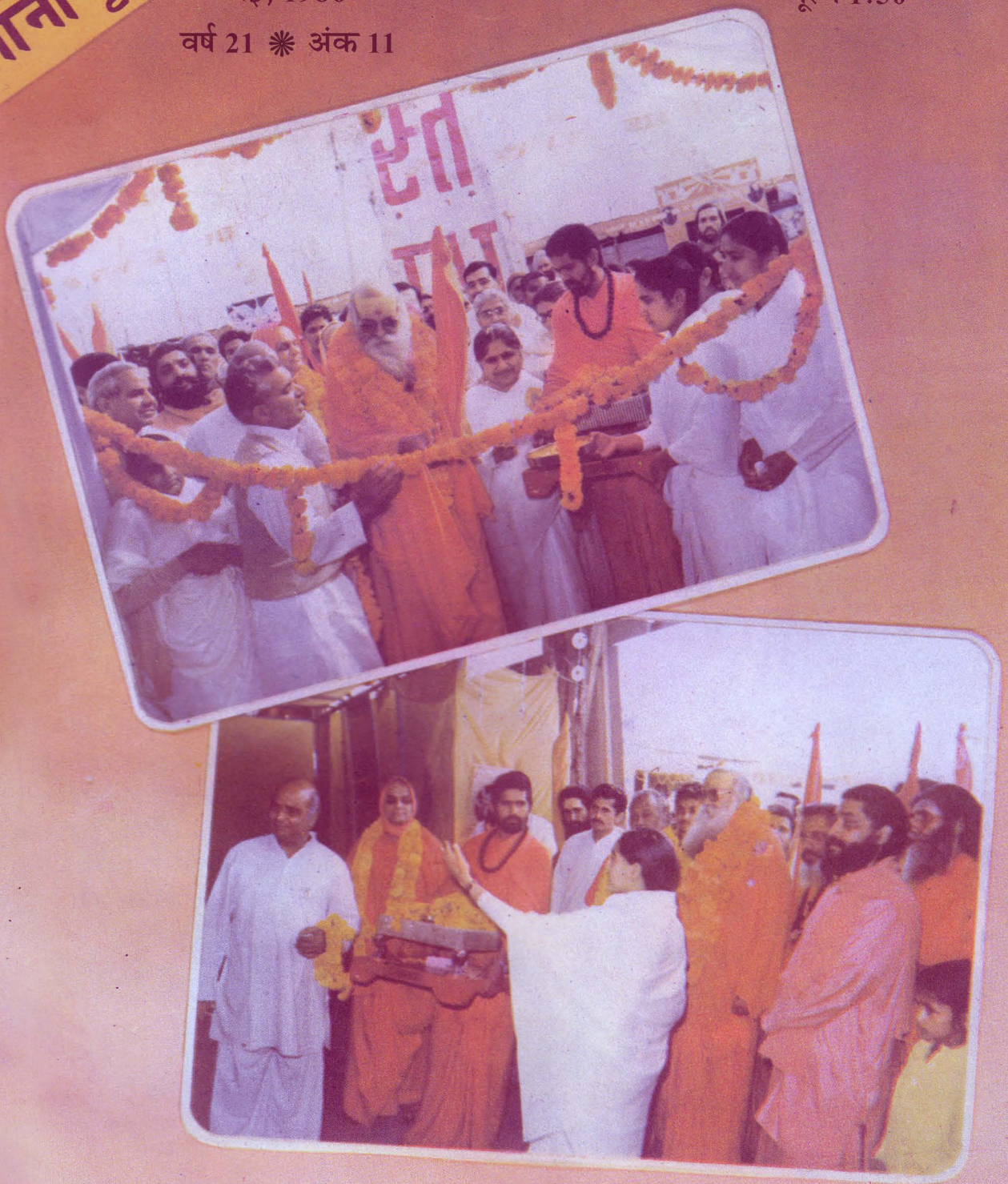
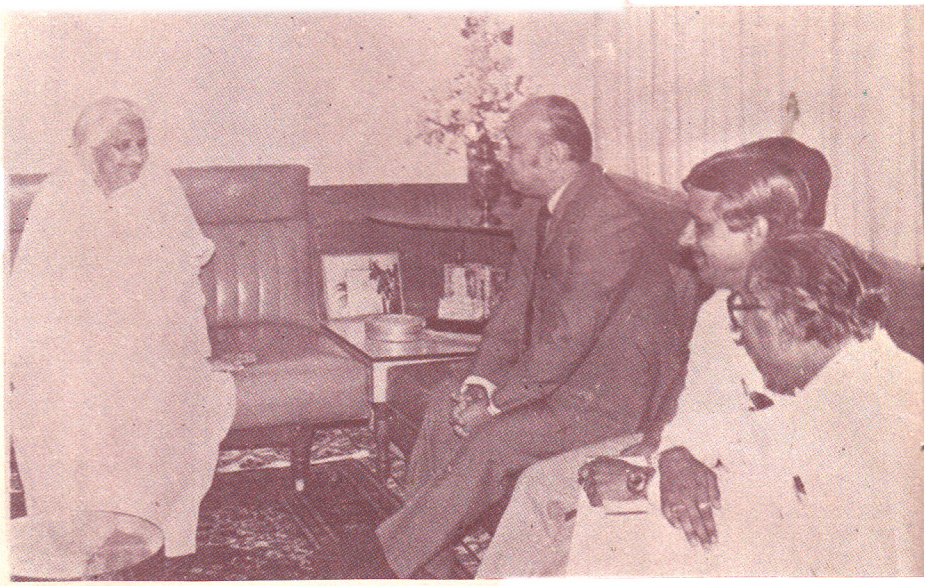
ज्ञानामृत

मई, 1986
वर्ष 21 ❋ अंक 11
मूल्य 1.50

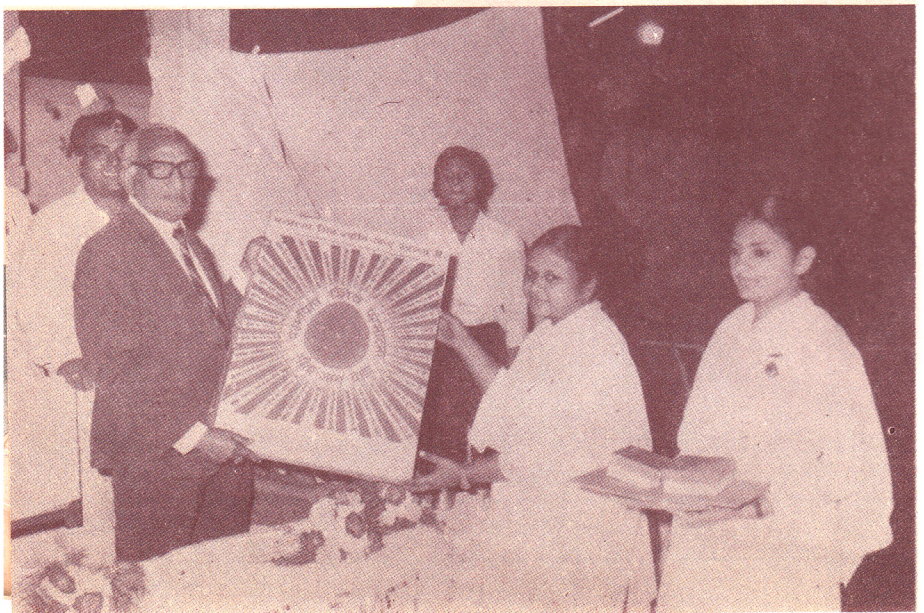


• हरिद्वार में कुंभ मेले के अवसर पर कुंभ दर्शन शांति मेले के अंतर्गत राजयोग शिविर का उद्घाटन करते हुए जगद्गुरु शंकराचार्य श्री विष्णुदेवानंद सरस्वती जी ।
• जगद्गुरु शंकराचार्य श्री विष्णुदेवानंद सरस्वती जी तथा अन्य मेले का अवलोकन करते हुए ।

गुजरात की राजधानी गांधी नगर में ब्र.कु. दादी जानकी जी गुजरात के राज्यपाल महामहिम भ्राता आर.के. त्रिवेदी जी को अपने राजयोग के अनुभव बताते हुए ।



आबू-पर्वत: 'दैनिक नवज्योति' अजमेर के मालिक भ्राता दीनदयाल चौधरी, ब्र.कु. दादी प्रकाशमणि जी से शिवबाबा का संदेश पाते हुए ।

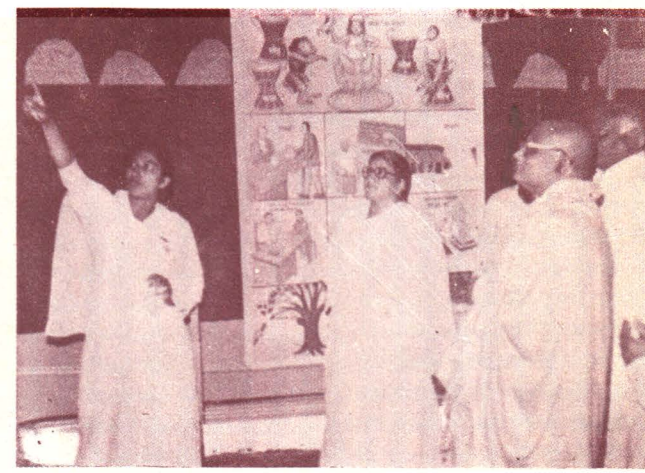


ग्वालियर में आध्यात्मिक कार्यक्रम में ब्र.कु. प्रतिमा न्यायाधीश भ्राता के.वी. खरे को ईश्वरीय सौगात देते हुए ।

महामण्डलेश्वर स्वामी उमाभारती जी महाराज, ओमेश्वरधाम् हरिद्वार को मेले का अवलोकन कराती हुई ब्र.कु. कमलेश जी ।

हरिद्वार कुंभ शांति मेले का अवलोकन करते हुए महामण्डलेश्वर स्वामी हंसप्रकाश जी, प्राचीन अवधूत मंडल आश्रम हरिद्वार ।

भादरा (राज.) स्थित सेवा केन्द्र पर पधारे विधायक को ब्र.कु. शान्ता ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ।



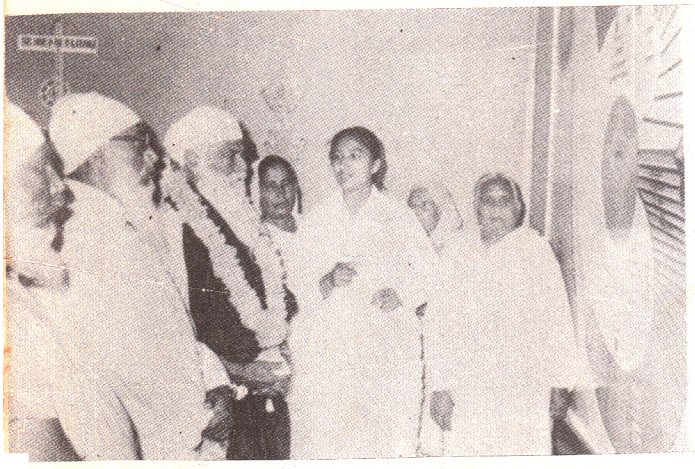
महामण्डलेश्वर स्वामी काशिकानंद जी को कुंभ दर्शन शांति मेले के चित्रों का अवलोकन करते हुए । ।

वेद निकेतन की अध्यक्षा वेद भारती जी 'कुंभ शांति मेला' हरिद्वार का अवलोकन करते हुए ।

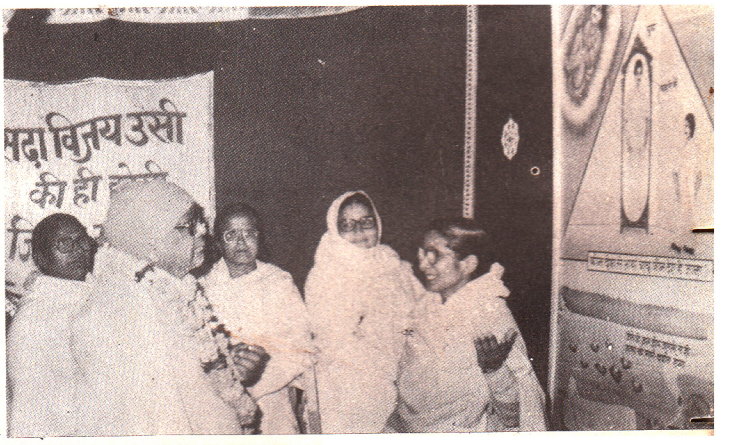
Regd No. 10563/65-D(E)-70

राजोरी गार्डन: नई दिल्ली—स्थित राजयोग भवन के प्रांगण में द्वितीय वार्षिकोत्सव के अवसर पर समारोह में न्यायाधीश पी.डी. कुडाल, चेयर कुडाल कमीशन, नरेशचंद्र चतुर्वेदी, संसद सदस्य, पार्षद सुभाष आर्या तथा ब्र.कु. मनोहर इंद्रा जी, भ्राता टी. अन्जैया उदगार प्रगट करते हुए ।

कल्याण सेवा केंद्र के दशाब्दी कार्यक्रम में मुख्य अतिथि भ्राता के.डी. कोचरगोनकर, अतिरिक्त सत्र न्यायाधीश थाना प्रवचन करते हुए ।



संत रघुवीरसिंह, निर्मल संतपुरा, कनखल हरिद्वार, 'कुंभ दर्शन शांति मेले' का अवलोकन करते हुए ।



हरिद्वार में 'कुंभ दर्शन शांति मेला' में ब्र.कु. विजय चेतनदेव कुटिया के अध्यक्ष को चित्रों की व्याख्या करते हुए ।

फतेहबाद (हरियाणा) में चिकित्साविद सम्मेलन में डॉ. पी.एस. वर्मा, पूर्व सी.एम.ओ. हिसार पधारे । ब्र.कु. सीता इस अवसर पर राजयोग पर प्रकाश डालते हुए ।

अमृत-सूची

१. दिल और दिमाग	..... २	१०. राजयोग समीक्षा	.....१८
२. सचित्र समाचार	..... ४	११. मनमनाभव	.....२०
३. स्थिर-चित्त योगी	..... ५	१२. जीवन लड़ते-लड़ते ही बीत गया	.....२२
४. पवित्रता कितनी अपनी	..... ८	१३. गीत गाया पत्थरों ने	.....२३
५. अंत भले का भला ! अंत बुरे का बुरा !!	..... ९	१४. भाग्य तथा कर्म	.....२४
६. आत्म-चिंतन की आवश्यकता	.....११	१५. पिंजरे का पंछी	.....२५
७. समय की पुकार	.....१२	१६. सहनशीलता	.....२८
८. कुंभ दर्शन शांति मेला	.....१३	१७. मुखड़ा देख ले प्राणी	.....२९
९. रेलगाड़ी (बच्चों के लिये)	.....१७	१८. आध्यात्मिक सेवा समाचार	.....३१

कृपया ध्यान दीजिये

ज्ञानामृत का २१वां वर्ष जून मास के अंक के साथ समाप्त हो रहा है । ज्ञानामृत का नव-वर्ष जुलाई से प्रारंभ हो रहा है ।

सर्व सेवाकेंद्रों की इंचार्ज भाई-बहिनों से निवेदन है कि वे अपने केंद्रों के ज्ञानामृत के सदस्यों की संख्या २०, जून तक आवश्य लिख भेजें । पत्र लिखते समय अपने सेवाकेंद्र की मोहर अवश्य लगाएं ।

यदि पिन-कोड भी लिख दें तो ठीक रहेगा ?

इस वर्ष ज्ञानामृत का शुल्क नहीं बढ़ाया गया है । शुल्क निम्न है—

वार्षिक शुल्क	१८ रूपये
अर्द्ध-वार्षिक शुल्क	९ रूपये
प्रति कापी	१.५० रूपये
आजीवन शुल्क	२०० रूपये
पैट्रन	१००० रूपये

मनीआर्डर भेजते समय अपना पता लिखना न भूलें । मनीआर्डर या बैंक ड्राफ्ट ज्ञानामृत या Gyan Amrit के नाम ही भेजें ।

व्यवस्थापक ज्ञानामृत
बी-९/१९ कृष्णानगर,
देहली-११० ०५१

विलेपारले-बम्बई: सेवाकेंद्र पर आयोजित एयरपोर्ट लायन्स क्लब प्रोग्राम में 'आधुनिक युग में राजयोग की आवश्यकता' पर प्रवचन करती हुई ब्र.कु. **योगिनी बहिन** ।

सम्पादकीय

दिल और दिमाग

दिल और दिमाग जीवन के दो पहलू हैं अथवा व्यक्तित्व की दो प्रकार की विशेषताओं का प्रतिनिधित्व करते हैं। दिल प्राय: भाव पक्ष (Emotions) और दिमाग प्राय: विचार, विवेक, तर्क अथवा निर्णय पक्ष के प्रतीक माने गये हैं।

एक बहुत दीर्घकाल तक लोग यह मानते रहे हैं कि आत्मा का निवास दिल अथवा हृदय में है। उसका कारण शायद यह था कि मनुष्य की भावनाओं का प्रभाव हृदय पर स्पष्ट और जल्दी पड़ता है और हृदयगति के रुकने से शरीर की भी मृत्यु होती मालूम पड़ती है। परन्तु अब शरीर विज्ञान, मनोविज्ञान, स्नायु मंडल विज्ञान और मस्तिष्क विज्ञान (Brain Sciences) से आध्यात्मवादियों के सामने यह बात स्पष्ट है कि आत्मा का निवास स्थान हृदय नहीं बल्कि मस्तिष्क ही है। भावनाओं (Emotions) की अभिव्यक्ति का केन्द्र स्थान भी मस्तिष्क ही में है। हां, उनका प्रभाव हृदय की गति पर पड़ता है और इसलिए हृदय में वह प्रभाव सहज ही अनुभव होता है। परन्तु उसके उद्गम और नियंत्रण का स्थान मस्तिष्क ही में है। हृदय की गति रुकने के बाद भी मनुष्य की तुरन्त मृत्यु नहीं होती। जब तक मस्तिष्क के जीव-कोष मृत न हो जाएं तब तक हृदय की गति को फिर से किसी उपाय द्वारा चालू करने से मनुष्य जीवित हो जाता है। इसीलिये ही तो डॉक्टरों को वह विधि-विधान भी बताये जाते हैं जिनसे कि हृदय की गति को फिर से चालू किया जा सके। हमें यह मालूम होना चाहिए कि हृदय को गति देनेवाली आत्मा नहीं है बल्कि हृदय की मांसपेशियां (Muscles) में ही एक ऐसा गुण है जिसके कारण वो सिकुड़ते और फिर वापस अपनी पहलीवाली अवस्था में आ जाते हैं। डॉक्टरों ने देखा है कि अगर किसी जीवित प्राणी के हृदय की मांसपेशियों का थोड़ा-सा भी अंश काटकर अलग कर दिया जाय तो भी वह कुछ समय तक सिकुड़ता और वापस आता, फिर सिकुड़ता और वापस आता—इस प्रकार की गति करता रहता है जिससे यह प्रमाणित होता है कि हृदय की गति आत्मा के वहां निवास करने के कारण नहीं।

हम ऊपर यह बता आये हैं कि मनुष्य की भावनाओं का केन्द्र-स्थान भी मस्तिष्क ही में है। उसे लिम्बिक सिस्टम (Limbic System) कहते हैं। उस स्थान को बिजली के द्वारा कृत्रिम रूप से भावावेश में लाया जा सकता है यद्यपि उन भावों की अनुभूति उस मस्तिष्क भाग को न होकर आत्मा ही को होती है।

इस प्रकार हमें यह समझना चाहिए कि विवेक और भाव—दोनों प्रकार की चेतन अभिव्यक्तियों का स्रोत तो आत्मा ही है परन्तु विचार, विवेक, निर्णय, मस्तिष्क द्वारा ही अभिव्यक्त होते हैं परंतु वे सीधे (direct) ही हृदय को प्रभावित नहीं करते। विचारों अथवा भावों का प्रभाव हृदय पर (Sympathetic Nervous System) और (Medulla) इत्यादि के द्वारा पड़ता है। परन्तु यह निश्चित है कि विचारों (Thoughts) और भावों (Emotions) का प्रभाव हृदय पर निश्चित रूप से पड़ता है और हृदय के कुछ रोग इन्हीं के कारण से होते हैं।

हृदय विशेषज्ञों का कहना है कि व्यक्तित्व की दृष्टि से दो प्रकार के व्यक्ति होते हैं। एक वे जिन्हें 'ए-टाइप' (A-type) कहा जाता है और दूसरे वे जिन्हें 'बी-टाइप' (B-type) की संज्ञा दी जाती है। इन्हें कोई और नाम भी दिया जा सकता है परन्तु मनोविज्ञान, मनोविश्लेषण विज्ञान (Psycho Analysis) मानसिक चिकित्सा विज्ञान (Psychiatry) और हृदय रोग विज्ञान (Heart Sciences) में इन्हें 'ए-टाइप' (A-type) और 'बी-टाइप' (B-type) कहा गया है। ए-टाइप व्यक्ति वे होते हैं जो स्वभाव ही से काम को जल्दी-जल्दी करना चाहते हैं, औरों से आगे निकल जाना चाहते हैं, अधिक-से-अधिक सफलता प्राप्त करना चाहते हैं, दूसरों से मुकाबला करते हुए काम करते हैं, थोड़ी-सी बात से चिढ़ जाते हैं, बात को पकड़ कर उसका चिंतन करते रहते हैं। किसी बात की ज्यादा चिंता करते हैं अर्थात् बात को भुलाने की कम क्षमता वाले होते हैं। ऐसे व्यक्तियों का स्वभाव ही ऐसा होता है कि वे किन्हीं विशेष प्रकार के हृदय रोगों की ओर अभिमुख होते हैं। इनके मानसिक तनाव, चिंता, क्रोध, उग्रता, जल्दबाजी आदि

संस्कार उनकी हृदय की गति पर और उनकी रक्त वाहिकाओं धमनियां (Arteries) पर अधिक दबाव डालते हैं जिससे उनके हृदय स्थान, छाती या कंधों में भी दर्द महसूस होता है और आगे चलकर यह हृदय के लिए धातक सिद्ध होता है ।

हृदय रोग विशेषज्ञ इसके लिए अनेक प्रकार की औषधियां देते और परहेज भी बताते हैं परंतु इसके लिए वे कोई ऐसी औषधि नहीं बता पाते जिससे मनुष्य का संस्कार परिवर्तन, स्वभाव-परिवर्तन, जीवन-विधि परिवर्तन हो जाय । सहज राजयोग का अभ्यास और उसके अंतर्गत जो जीवन-दर्शन है, उससे मनुष्य का दृष्टिकोण और उसकी मनोवृत्तियां तथा विचार और भावना परिवर्तित हो जाती हैं जिससे कि मानसिक तनाव और उससे होनेवाला उच्च रक्त-चाप (High Blood-Pressure) शांत हो जाता है । इस प्रकार राजयोग और उससे संबंधित जीवन-दर्शन मुफ्त ही में दवाई से भी अधिक महत्त्वपूर्ण लाभ देते हैं और स्वास्थ्यवर्द्धक हैं तथा रोग नाशक क्षमता (Immunity) को भी अच्छी तरह बनाए रखते हैं—उनसे जो अन्य सामाजिक, व्यवहारिक, मानसिक और आध्यात्मिक लाभ होते हैं सो अलग । नीचे हम कुछ उदाहरण दे रहे हैं जिनसे यह थोड़ा स्पष्ट हो जायगा कि राजयोग के जीवन-दर्शन से तनाव-मुक्ति कैसे होती है ?

ऊपर हमने 'ए-टाइप' व्यक्तित्व का जो उल्लेख किया है, उसमें हमने बताया है कि ऐसे व्यक्तित्व वाला व्यक्ति बहुत जल्दी-जल्दी कार्य करता है ताकि समय की रेखा (Dead line) के अन्दर ही काम हो जाय और वह दूसरों से मुकाबला भी करता है ताकि उनसे आगे निकल जाय । और कोई भी बात हो, उसको अधिक सोचता है और मन को लगा लेता है या **चिंता** करता है । उसे अपने मन में सूक्ष्म रूप से यह भी **डर** लगा रहता है कि कहीं ऐसा न हो कि काम रह जाय या मैं पीछे रह जाऊं या उचित सफलता न मिले । अत: अब ऐसे व्यक्तित्व को परिवर्तित करने का अर्थ यह है कि उसमें जल्दी के स्थान पर **धीरज**, मुकाबले और परचिंत की बजाय **आत्मचिंतन**, स्नेह तथा **सहयोग** की भावना, चिंता की बजाय **निश्चिंतता** और भय की बजाय **अभय** नामक गुण लाना । राजयोग-दर्शन ये गुण निम्नविधि से लाता है ।

राजयोग-दर्शन कर्म सिद्धांत पर बल देता है । और सद्गुणों को भी महत्त्व देता है । इसके अनुसार मनुष्य जैसा करता है, उसका वैसा ही फल पाता है । यह दर्शन परमात्मा से योग-युक्त होकर कर्म करने की प्रबल प्रेरणा देता है और परमात्मा के गुप्त अथवा प्रत्यक्ष सहयोग में, दूसरे लोगों के शुभाशीष अथवा शुभ भावना में और अपनी उच्च स्थिति से परिस्थिति को पार करने की नीति में आस्था पैदा करता है । अत: एक राजयोगी जो कि एक साथ कर्मयोगी भी होता है, यह सोचता है कि—"कर्म का फल अटल है ।" इस नियम के अनुसार मुझे नैतिकता और सदाचार-युक्त कर्म करते चले जाना चाहिए । इसमें चिंता का तो कोई स्थान ही नहीं है क्योंकि भले का अंत नि:स्संदेह भला ही होगा । फिर परमात्मा भी भलाई का सहयोगी है । उसकी बताई गई आज्ञाओं और विधि के अनुसार यदि मैं कर्म करूंगा तो विजय निश्चित है, सफलता का हार मेरे गले में पड़ा ही हुआ है । साक्षी होकर कर्म करने से परमात्मा मेरा साथी होगा । जल्दी और उतावलेपन की जरूरत ही क्या है ? नि:स्संदेह, आलस्य दुर्गुण है परंतु चिंता से पीड़ित होकर जल्दबाजी भी सतोप्रधान कर्म नहीं है बल्कि रजोप्रधान ही है । काम धीरे नहीं करना परंतु काम धीरज से तो करना है ।

इस प्रकार, राजयोग मार्ग चिंता करने के बजाय प्रभु-चिंतन और आत्मा-चिंतन (Soul-Consciousness) का मार्ग प्रशस्त करता है । जो मनुष्य परमात्मा को अपना साथी निश्चय करता हो, उसे भय और चिंता कहां ? जिसका सभी से स्नेह हो, वह सबकी शुभकामनाओं को साथ ले निश्चिंत, निर्भय और निश्चय-बुद्धि तो हो ही जाता है ।

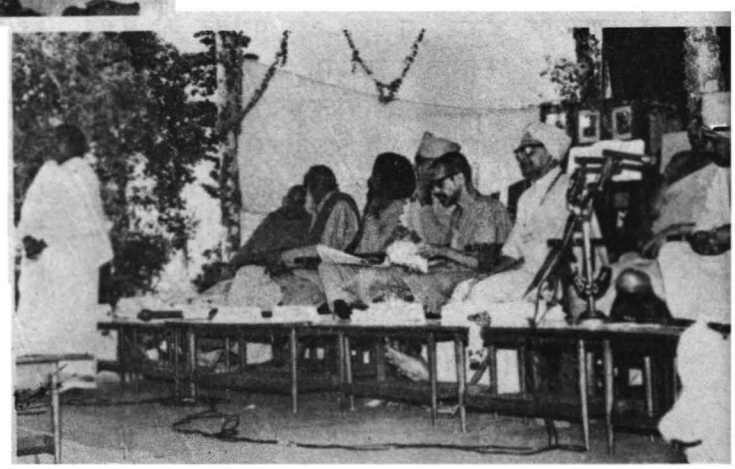
पुनश्च, यदि पिछले किन्हीं कर्मों के फलस्वरूप कोई कर्म-भोग सामने आ भी जाता है तो उसे भी वह उपराम चित्त होकर और ईश्वर-विश्वासी बनकर "शूली से कांटा" तो कर ही लेता है । वह उसे इस सृष्टि रूपी नाटक की अटलभावी मानकर अविचल रीति से सामना करता है । हर हालत में खुश रहते हुए वह हर परिस्थिति को स्वभाव और स्व-स्थिति में रह पार कर लेता है । प्रभु से मुहब्बत होने के कारण वह व्यर्थ की मेहनत से बच जाता है । "सच्चे दिल पर साहिब राजी है" और मेरा दिल ईश्वर के पास है—"ऐसी भावना से चलते हुए वह स्वयं को बहुत हल्का अनुभव करता है । इससे उसका दिमाग, विवेक, निर्णय और विचार भी ठीक रहता है और दिल-भाव भी ठीक बना रहता है । दिल और दिमाग का, प्रेम (Love) और नेम (Law) का, तर्क (Reason) और त्याग (Renunciation) का संतुलन होने से वह व्यस्त (Busy) और सहज-संतुष्ट (Easy) रहता है और जीवन को महान् बना लेता है । □

—जगदीश

मद्रास में ट्रेड-फेयर में ब्र.कु.ई.वि.वि. के मंडप को सर्वोत्तम माना गया । तमिलनाडू विधान-सभा अध्यक्ष ब्र.कु. **प्रेमा** को पुरस्कार देते हुए ।

कटक में स्वर्ण जयंति समारोह में (**दाएं से**) भ्राता **पी.के. महन्ती**, भ्राता **पी.सी. महापात्र**, भ्राता **लोकरत्न जी**, **डॉ. के.बी. दास**, ब्र.कु. **मंजू** तथा ब्र.कु. **उमेश** विराजमान हैं ।

महबूबनगर: में स्वर्ण-जयंति समारोह में मुख्य अतिथि विधान-सभा सदस्य भ्राता **पी. चंद्रशेखरजी** भाषण करते हुए ।



सिरसी में भारतीय धर्म सम्मेलन में ब्र.कु. **गायत्रीजी** प्रवचन करते हुए ।

"स्थिर-चित्त योगी"

ब्र.कु. सूरजकुमार., माउंट आबू

समय का आह्वान है कि हे योगियो, चारों ओर से स्वयं को समेटकर ईश्वरीय रस में एकाग्र हो जाओ । एकाग्रता के अभाव में योग एक अभ्यास और परिश्रम जैसा ही दृष्टि-गोचर होता है । और एक सच्चा एवं स्थिर चित्त योगी परमात्मा का ही स्वरूप बन जाता है, उसमें अनन्त शक्तियां व दिव्य धारणाएं प्रत्यक्ष स्वरूप में दिखाई देने लगती हैं । योग मनुष्यात्मा को परमात्मा की समीपता व समानता तक ले जाता है । और योग-अभ्यास में एकाग्रता ही योगी की चरम् सफलता का प्रतीक है । यह एकाग्रता ही योगी के जीवन को परम् आनंद से भरपूर कर देती है ।

जैसे चारों ओर के भयंकर तूफान के मध्य एक नन्हा-सा दीपक अविचलित गति से दूर-दूर तक प्रकाश फैला रहा हो तो यह कैसा मनमोहक दृश्य होगा । ठीक ऐसी ही स्थिति एक स्थिर-चित्त योगी की होती है । संसार के तूफानों के मध्य और परिस्थितियों की लहरों में भी उसका मन अविचलित हुआ परमात्मा के स्वरूप पर स्थिर रहता है । और यही स्थिरता उसे सर्व शक्तिवान से शक्तियां प्राप्त कराती हैं जिसके द्वारा वह समस्त जगत को प्रकाशित करता है ।

हम सभी राजयोगी, कर्मयोगी भी हैं, कर्म संन्यासी नहीं । हमें कर्मक्षेत्र पर ही माया से द्वन्द करते हुए योगयुक्त रहना है । हम संसार-क्षेत्र पर ही सदा स्थित चित्त कैसे हों—इसकी चर्चा हम यहां करेंगे । कौन योगी नहीं चाहता कि उसका मन स्थिर हो, योग में उसे संपूर्ण रस प्राप्त हो या उसके जीवन में अलौकिक शक्तियों का आगमन हो । जिस प्राप्ति की इंतजार में जन्म-जन्म गीत गाये थे, उसे पाकर मन कुछ और पाने की इच्छा कर भी कैसे सकता है ? तो आओ, आज हम एकाग्रचित स्थिति का विश्लेषण करें । देखें कि हमारा मन कहां-कहां भागता है और क्या वहां-वहां भागने की आवश्यकता है ?

एकाग्रता क्या है ?

एकाग्रता के दो स्वरूप हैं ।

एक—जब हम कोई काम करते हैं तो उसे इतने तल्लीन भाव से करें कि मन उसके अतिरिक्त अन्य विचारों में न जाए । जैसे जब हम ईश्वरीय महावाक्य सुनते हैं तो बहुत तल्लीनता से सुनें ताकि मन और कहीं न जाए तो संपूर्ण ईश्वरीय रस प्राप्त होगा । ये है कर्म में एकाग्रता ।

दूसरा—योग-अभ्यास में एकाग्रता । योग-अभ्यास करते हुए एक तो हमारे मन में आत्मा व परमात्मा के सिवाय अन्य कुछ भी चिंतन न चले और दूसरे फिर यह संकल्प की गति भी शांत होकर मन एक ही श्रेष्ठ संकल्प में स्थित हो जाय और बुद्धि परमात्मा के स्वरूप पर पूर्णतया स्थिर हो जाय । यह है योग में एकाग्रता ।

अब प्रश्न है कि मन व बुद्धि स्थिर कैसे हों ? यद्यपि बार-बार के अभ्यास से भी मन को स्थिर किया जा सकता है, तथापि हम कुछ अनुभवयुक्त धारणाओं की यहां चर्चा करेंगे जिनकी सहायता से एक योगी स्थिर-चित्त होकर निरंतर अलौकिक अनुभूति कर सकता है ।

बाह्य-मुखी मनुष्य एकाग्रता की कल्पना भी नहीं कर सकता—

बाह्य-मुखी मनुष्य को सच्चा ज्ञानी नहीं माना जा सकता । उसे उसके सर्वश्रेष्ठ खजाने—'संकल्प शक्ति' का ज्ञान नहीं होता । वह सारा दिन अनजान मनुष्य की तरह हीरों को पत्थर समझकर यत्र-तत्र फेंकता रहता है । फलतः उसका कमज़ोर मन व उसकी कमजोर बुद्धि एकाग्रता का आनंद नहीं ले सकती । अतः योगियों को चाहिए कि अपने एक-एक संकल्प के मूल्य को जानें । उसे व्यर्थ न बहायें । नहीं तो हमारा ही मन हमारी परेशानियों का कारण बनता रहेगा । अतः स्थिरता के अभ्यासी को मन व मुख की अन्तर्मुखता को धारण करके अपनी सूक्ष्म शक्तियों को नष्ट होने से बचाना चाहिए ।

ज्ञान-अमृत से भरपूर मन ही एकाग्र—

जैसे अर्द्ध खाली गगरी छलक-छलक कर मनुष्य को भी गीला कर देती है, वैसे ही ज्ञान-अमृत से खाली मन छलक-छलक कर आत्मा को उदास कर देता है । जो योगी स्वयं को ज्ञानामृत से भरपूर नहीं रखता, उसका मन एकाग्र नहीं हो सकता । अतः जैसे नशे की गोलियों से मस्तिष्क की गति शांत हो जाती है, वैसे ही ईश्वरीय नशे से, व श्रेष्ठ संकल्पों के बल से मन लंबे समय के लिए शांत हो जाता है । क्योंकि सारा दिन मनुष्य के मन पर अनेक बातों का, दृश्यों का व घटनाओं का प्रभाव पड़ता रहता है । परंतु यदि मन पर श्रेष्ठ संकल्पों

का प्रभाव छाया है तो अन्य किसी भी बात का प्रभाव मन पर ठहर नहीं सकेगा । अत: योगी को चाहिए कि श्रेष्ठ संकल्पों का खजाना जमा करें । क्योंकि ज्ञान-स्वरूप आत्मा ही—

● माया के सूक्ष्म स्वरूप को पहचान कर माया के युद्ध से दूर रह सकती है । ज्ञान विस्मृत होना मानो युद्ध में हथियार चलाने की विद्या का विस्मृत होना । और तब भला दुश्मन पर विजय कैसे होगी ।

● ज्ञान-स्वरूप आत्मा ही दुख-सुख, हार-जीत, मान-अपमान में समान रहकर एकाग्रचित्त हो सकती है ।

● ज्ञानयुक्त मन में ही विश्व-ड्रामा का ज्ञान स्मृति स्वरूप में रहता है । इस कारण वह सबके पार्ट को खेल की तरह साक्षी होकर देखने से विचलित नहीं होती ।

अत: प्रतिदिन अमृत वेले मन को ज्ञान-अमृत से इतना भरपूर कर दो कि मन कम-से-कम एक बार आनंदित हो उठे । क्योंकि—**आनंदित मन ही एकाग्र हो सकता है—**

यदि मन प्रसन्न नहीं, यदि मन आनंदित नहीं तो उसका बाह्य झुकाव समाप्त नहीं होता । उसकी तृष्णाएं उसे विचलित करती रहती हैं और मन आनंद के लिए तृष्णाओं के पीछे भागने लगता है । अत: ईश्वर प्राप्ति के नशे से, अपने सर्वश्रेष्ठ भाग्य के स्मरण से व ईश्वर द्वारा वर्तमान में अनगिनत प्राप्तियों के स्मरण से, प्रात: या शाम को सूरज ढलते समय एक बार अवश्य मन की सलवटें खोल देनी चाहिएं । तब मन सहज रूप से स्थिरता की ओर बढ़ेगा ।

कामना-युक्त मन एकाग्र नहीं—

मनुष्य यदि भगवान् को पाकर भी छोटी-छोटी, अल्पकालीन कामनाओं का गुलाम बना रहे तो भला गुलाम मनुष्य कैसे आनंदित होगा, और उसका विचलित व अशांत मन क्यों एकाग्र होगा । जन्म-जन्म की इच्छा पूर्ण होने पर भी इच्छाओं की दौड़ अवश्य ही मन को बेलगाम घोड़ा बना देगी । और ऐसा प्राणी योगानंद का अधिकारी नहीं बन सकेगा ।

इसलिए इच्छाओं की अधीनता छोड़, अब अधिकारीपन की स्थिति का आह्वान करो । परंतु यदि अनेक कामनाओं के त्याग के बाद भी यदि कोई काम की सूक्ष्म कामनाओं का त्याग न करे तो उसका मन विषय आसक्त हुआ भटकता रहेगा और लाख यत्न करने पर भी स्थिर नहीं होगा, क्योंकि मन की चंचलता मन व बुद्धि दोनों को कमजोर कर देती है ।

अत: प्रत्येक कर्म, सेवा निष्काम भाव से हो । बोल भी निष्काम हो । मन की कामनाओं को, संपूर्ण प्राप्ति के लिए त्याग दो तो स्थिर योगी बनकर आत्मा पूर्ण आत्म-संतोष प्राप्त करके देह का विसर्जन करेगी ।

शक्तिशाली बुद्धि ही एकाग्र—

जैसे कमजोर मनुष्य स्थिर नहीं बैठ सकता, स्थिर खड़ा नहीं हो सकता, वैसे ही कमजोर बुद्धि भी बारम्बार विचलित होती है । अत: सच्चे योगी को चाहिए कि वह बुद्धि के ह्रास को रोके । बार-बार परेशान होने से विवेक-शक्ति नष्ट हो जाती है । दूसरों के प्रति दुर्भावनाएं, ईर्ष्या व क्रोध और अहंकार से भी विवेक-शक्ति नष्ट होती है । अत: ज्ञान-स्वरूप आत्मा को ज्ञान के बल से बुद्धि को शक्तिशाली बनाना चाहिए । एक बार डिस्टर्ब होने से ही बहुत समय से इकट्ठी की गई शक्ति नष्ट हो जाती है । अत: छोटी-छोटी बातों में परेशान होना विवेकशीलता नहीं है ।

आत्मिक दृष्टि व अशरीरीपन से स्थिरता का बल भरता है ।

देहिक दृष्टि व वृत्ति मन को पुन:-पुन: चलायमान करती है । बार-बार देह पर दृष्टि व देह का आकर्षण बुद्धि की शक्ति को क्षीण करता रहता है । इसलिए इस स्थिति में योगी को स्थिरता प्राप्त नहीं होती ।

अत: दिन में बार-बार अशरीरीपन के अभ्यास से मन बाह्यमुखी नहीं होगा, मन का प्रवाह रुकता रहेगा और मन सहज ही एकाग्र होगा ।

इसलिए जो भी सामने आवे, उसे आत्मिक दृष्टि देने से मन अनेक संकल्पों में विचरण नहीं करेगा । और यह आत्मिक दृष्टि स्थिर मन का अनुभव करायेगी । आत्मिक दृष्टि के अभ्यास से ही आत्मा ज्ञान-स्वरूप स्थिति में स्थित रहेगी, मन में ज्ञान छलकता रहेगा । फलस्वरूप मन का अज्ञान व व्यर्थ समाप्त होता रहेगा और मन सदाकाल के लिए स्थिरता प्राप्त करने लगेगा ।

अनेक रसों में लिप्त आत्मा एकाग्र नहीं—

मन की एक रस स्थिति के लिए उसे अनेक रसों से निकालना होगा । हमने अपने मन को अनेक रसों का अभ्यासी बना दिया है इसलिए वह सदा परमात्मा के रस में डूबा नहीं रह

सकता । अनेक कर्मेन्द्रियों का रस अंत में मन को नीरस बना देता है और नीरस मन एकाग्र नहीं हो पाता...

इसलिए अंतिम जीवन का ये अंतिम समय खान, पान, वस्त्र, श्रृंगार व्यर्थ श्रवण, इन्हीं रसों में न बीत जाए । कहां ईश्वरीय सुख, कहां ईश्वरीय मिलन और कहां ये खान-पान...अत: समझदार ज्ञानी पुरुष को चाहिए कि दैहिक इच्छाओं की पूर्ति के रसों में ही इन अनमोल क्षणों को न गवां दे । ये प्रकृति के रस, मुख के रस, देखने के रस, सौन्दर्य के रस तो स्वर्ग में बाहुल्यता से प्राप्त होंगे, परंतु अब इनका त्याग ईश्वरीय रस का सुखद पान करायेगा ।

अत: मुख का रस मुख से ज्ञानामृत की धारा बहाने में है, कानों का रस ईश्वरीय वाणी सुनने में है, मन का सच्चा रस मनमनाभव होने में है । ऐसा समझकर दुखद और मृगतृष्णा सम भौतिक रसों में फंसकर स्वयं को अविनाशी व सर्वश्रेष्ठ सुखों से वंचित नहीं करना चाहिए । कोई भी आसक्ति मन को बार-बार विचलित करने वाली है । अत: एकाग्रता के इच्छुक को एक परमात्मा में ही सर्व रस देखने चाहिए ।

सरल चित्त योगी ही स्थिर-चित्त—

मन पर चाहे कोई भी बोझ हो, मन को विचलित करेगा । इसलिए ज्ञान-बल से बोझमुक्त होना सीखना पड़ेगा । हमें कोई भी बात बोझ न लगे क्योंकि करनकरावनहार परमपिता सब-कुछ स्वत: ही करा रहा है । पालनहार परमात्मा हमारी व सर्व की पालना स्वत: ही कर रहा है । और वही हो रहा है, जो सत्य है, वही होगा जो निश्चित है । इस प्रकार चिंताओं के बोझ से हल्का मन ही एकाग्रता का रस ग्रहण कर सकता है । जहां सरलता नहीं वहां स्थिरता भी नहीं ।

प्रभु-प्रेम में डूबा मन ही एकाग्र—

प्रेम ही मग्न बनाता है । ईश्वरीय प्रेम मन को एकाग्र करता है । हमें सोचना है कि जिसने हमें सत्य पथ दर्शाया है, जिसने हमारा भटकना बंद कराकर हमें ठिकाना दिया है, उससे हमारा कितना प्रेम है ! जिसने हमारी डूबती नैया को सहारा दिया है, जिसने हमारे सभी दुख हर लिये, जिसने हमारे जीवन को प्रकाशित किया, उससे हमारा कितना प्यार है ! संसार में यदि कोई हमें समय पर मदद करता है, हमारी रक्षा करता है, उससे हमारा बहुत प्यार हो जाता है । तो क्या इस प्राणों के रक्षक, सुखों के दाता के रक्षक, सुखों के दाता से हमारा असीम प्यार है ?

यह प्यार यदि कम है तो संबंधों में प्यार बंट जाता है । और बंटा हुआ मन स्थिर नहीं हो पाता । अत: मन को स्थिर करने के लिए प्रेम को स्थिर करो । जितनी सूक्ष्मता से हम अपने परमपिता को जानते जाएंगे, उतना ही उनसे प्यार बढ़ता जाएगा और मन स्थिर होता रहेगा ।

कर्म-क्षेत्र पर सफल आत्मा ही स्थिर—

सारे दिन स्वस्थिति के श्रेष्ठ अभ्यास करने वाले ही कर्म-क्षेत्र पर सफल होते हैं और तब ही कर्मों का प्रभाव मन को भारी नहीं करता । यदि कर्म-क्षेत्र पर माया से द्वन्द है, मनुष्यों से टकराव है, या मन में संतुष्टता नहीं है तो मन एकाग्र नहीं हो सकेगा ।

इसलिए कर्म में बार-बार योगयुक्त होने का अभ्यास करना चाहिए । प्रतिघंटा यदि 5 मिनट भी योगयुक्त रहने का अभ्यास किया जाय और प्रत्येक कर्म के आदि व अंत में यदि थोड़ा भी योग-अभ्यास कर लिया जाय तो कर्म करते हुए आत्मा निर्लिप्त जैसी स्थिति में रहेगी, तब मन एकाग्र होगा ।

एकांत और एकाग्रता—

राजयोग का अभ्यास करने वाले योगी को चाहिए कि एकांत में जाकर श्रेष्ठ संकल्पों के प्रवाह से मन को आनंदित अवश्य करे । यदि कोई योगी एकांत-प्रिय नहीं तो उसे रस कैसा ? एकांत-वास मन में नई प्रेरणाएं जागृत करता है । अत: मन को स्थिर करने में 'अभ्यास' बड़ी भूमिका निभाता है ।

तो आओ, हम सब मिलकर धीरे-धीरे एकाग्रता की शक्ति बढ़ाकर चमत्कारी शक्तियां प्राप्त करें, ताकि इस शक्ति के बल से, हम संकल्प मात्र से ही दूसरों को शांति दे सकें, उन्हें बल दे सकें, उन्हें संदेश दे सकें और उन्हें सहयोग दे सकें । इस स्थिरता के बल से जग में स्थिरता आयेगी, जीवन में स्थिरता आयेगी और मनुष्य ईश्वरीय शक्ति को स्वीकार कर सकेंगे । □

"पवित्रता कितनी अपनी"

□ब्र.कु. उर्मिला , कुरुक्षेत्र

आपके सामने दो मानवीय सजीव मूर्तियां खड़ी हैं एक मूर्ति पुरुष-वर्ग का प्रतिनिधित्व कर रही है और दूसरी नारी-वर्ग का । आप नीचे से ऊपर तक इनके गुण, स्वरूप,धर्म का विश्लेषण कीजिए ! आप देखेंगे कि दोनों शरीर सूर्य, वायु, अग्नि, आकाश और जल इन पांचों तत्वों के मिश्रण से बने हैं । दोनों शरीरों में कोई भी ऐसा अंग नहीं है जिसके निर्माण में कोई अन्य तत्व प्रयोग किया गया हो । दूसरे शब्दों में हम कह सकते हैं कि उनके निर्माण के आधारभूत तत्व एक ही हैं और शरीर के नष्ट होने पर सभी तत्व अलग-अलग होकर अपने भण्डार (Source) में जा मिलते हैं । हां, ऊपर से देखने में दोनों शरीरों की बाहरी बनावट में थोड़ा अंतर हो सकता है परंतु यह ऊपरी दिखावा मात्र है और इतना ही है जैसे कि हम गीली मिट्टी की दो गुड़ियां बनाएं उनमें से एक को थोड़ा बड़ा बना दें दूसरे को थोड़ा छोटा, एक को पतला बना दें और दूसरे को थोड़ा मोटा । परंतु दोनों के निर्माण का आधारभूत तत्व मिट्टी ही है और मिट्टी के गुण-धर्म ही मिट्टी की बनी गुड़ियों के गुण-धर्म हैं ।

अब हम इन नश्वर तत्वों से बनी देह को चलाने वाली चेतन आत्मा का विश्लेषण करते हैं । दोनों शरीरों में दो आत्माएं हैं परंतु आत्मा का कोई लिंग नहीं है । न वह स्त्रीलिंग है न पुलिग और न ही ऐसा कोई बंटवारा है कि कुछ आत्माएं केवल पुरुषतन को ही धारण करेंगी और कुछ केवल नारी तन को ही । आत्माएं अपनी सीट (Seat) बदलती रहती हैं । इस जन्म में वह नारी चोले में आकर मां, बहन, पत्नी, बेटी का पॉर्ट बजा रही है तो अगले जन्म में वही आत्मा पुरुष चोले में पिता, पुत्र, पति, भाई का पॉर्ट बजाती है । यही कारण है कि पुरुष चोले में होते हुए भी आत्मा नारी की भावनाओं से वाकिफ़ होते हैं और नारी चोले में होते हुए भी पुरुष की भावनाओं से और एक की अनुपस्थिति में दूसरे का पॉर्ट बजा लेते हैं । जैसे मां के न होने पर पिता भी बच्चे को किसी सीमा तक मां का प्यार देने में सफल हो जाता है । यह तथ्य तो है ही कि जिस चोले में हम बैठे हैं उस चोले के पार्ट के संस्कार आत्मा में पूर्ण रूप से इमर्ज होते हैं और दूसरे मर्ज होते हैं । जब दोनों वर्गों के शरीर और आत्मा में कोई अंतर ही नही,दोनों के ही साध्य और साधन के गुण-धर्म एक समान हैं तो एक का दूसरे के प्रति आकर्षण कैसा ? एक का दूसरे के प्रति खिंचाव क्यों ? सामने नारी तन को देखकर हम सोचें पिछले जन्म में मैंने भी तो इस तन में पॉर्ट बजाया है और अब पुरुषतन में पॉर्ट बजा रहा हूं । फिर विकार की, बुरी दृष्टि की बात ही नहीं रह जाती । जब अपने-अपने चोलों को छोड़कर हम सभी परमधाम पहुचेंगे तो यह भेद ही नहीं रह जाएगा, यह बहन की आत्मा थी और यह भाई की । अतः अपवित्रता या विकार का तो कोई आधार ही नहीं है । कोई अस्तित्व ही नहीं है । यह तो भ्रम मात्र है,नहीं तो पवित्रता और शुद्ध दृष्टि तो हमारी अपनी चीजें हैं, हमारा आधार है, हमारे में ही है । इसको धारण करने का तो प्रश्न ही नहीं उठ सकता यह तो सच्चाई है । □

जयपुर किशनपोल संग्रहालय में राजस्थान के राज्यपाल भ्राता वसंतराव पाटिल, ब्र.कु. सुषमा, ब्र.कु. मनोहर इन्द्रा तथा चंद्रकला ।

अंत भले का भला, अंत बुरे का बुरा !

□ले.-ब्रह्माकुमारी चक्रधारा, दिल्ली

एक बार की बात है कि एक सियार जंगल में से गुजर रहा था । दोपहर का समय था, गर्मी का मौसम था । गर्मी बहुत पड़ रही थी । सियार को बहुत प्यास लगी, उसका गला सूखता जा रहा था । उसे ऐसे लगा कि अगर जल्दी से पानी नहीं मिलेगा तो आज प्राणपखेरू उड़ जायेंगे ।

वह पानी की तलाश में हांफता हुआ आगे बढ़ रहा था कि उसकी निगाह एकाएक एक खढ्डे की ओर गई जिसमें कुछ पानी था । उसे देखते ही जीवन बचने की कुछ उम्मीद लगी परन्तु वह खढ्डा कुछ गहरा था । उसमें वह जैसे-कैसे उतर तो जाता परन्तु फिर उसमें से वापस निकलना उसे मुश्किल लग रहा था । यह सोचकर उसे महसूस होने लगा कि आज उसकी मौत तो आ ही जायेगी । या तो वह प्यासा ही खढ्डे के बाहर मर जाएगा या पानी पीकर खढ्डे में पड़ा-पड़ा बाहर आने की चिंता में दम तोड़ देगा ।

अचानक ही उसने देखा कि एक बकरी उस ओर आ रही थी । उसे लगा कि वह भी पानी ही की तलाश में आ रही है । उसे ख्याल आया कि अब शायद काम बन जाए ।

जब बकरी उसके निकट पहुंची तो सियार ने उससे कहा—"बहन बकरी, क्या तुम्हें प्यास लगी है ? क्या तुम पानी की तलाश में निकली हो ?"

बकरी बोली—"हां, भैया ! गला सूखा जा रहा है और प्यास के मारे होश उड़ते जा रहे हैं । अगर थोड़ी देर पानी न मिला तो आज यह तेरी बहन बचेगी नहीं ।"

सियार बोला—"अरे, ऐसा क्यों कहती हो ? चलो मैं तुम्हे दिखाऊं कि पानी कहां है ?

सियार मक्कार तो होता ही है । वह बकरी को बहन कहकर पुकारता हुआ नेता बनकर स्वयं को बड़ा नि:स्वार्थी प्रगट करता हुआ, सेवाभाव प्रदर्शित करते हुए उसे खढ्डे की ओर ले चला ।

खढ्डे पर पहुंचकर सियार बोला—"ले जितना पानी पीना हो, पीले ।"

बकरी बोली—"भैया, पानी पीने के लिए इसमें उतर तो जाऊं परन्तु फिर निकलूंगी कैसे ? दूसरी बात यह है कि तुम भी तो पानी पी लो ।

सियार बोला—"अच्छा, तो फिर ऐसा करते हैं कि तुम कहती हो तो मैं भी पानी पी लेता हूं । मैं भी उतरता हूं, तुम भी उतरो । मैं पानी पीकर तुम्हारी पीठ पर चढ़कर बाहर निकल आऊंगा और बाहर खड़े होकर तुम्हारे सींगों से पकड़कर तुम्हें बाहर खींच लूंगा ताकि तुम भी बाहर आ सको । अगर मैं तुम्हें सींगों से खींच लूं, तब तुम बुरा तो नहीं मनाओगी ?"

बकरी बोली—"इसमें बुरा मनाने की भला क्या बात है ? तुम तो मेरा भला ही चाह रहे हो । लो, अब देर किस बात की है । दोनों उतरकर जल्दी से पानी पी लेते हैं ।" दोनों ने खढ्डे में उतरकर पानी पी लिया । अब सियार तो बकरी की पीठ पर चढ़कर बाहर निकल आया । तब बकरी ने उसे कहा—"लो भैया, अब मुझे भी खींच लो ।" ऐसा कहकर बकरी ने अपने सींग आगे बढ़ाये । परन्तु मक्कार सियार बोला—"वाह बहन वाह, अगर तू मेरी खैर चाहती होती, तू कभी न कहती कि तुझे सींगों से पकड़कर बाहर खींच लूं क्योंकि तुझे खींचने की कोशिश करने पर तो मैं स्वयं ही वापस खढ्डे में गिर जाऊंगा । तू स्वयं ही सोच कि तू कितनी भारी और बड़ी है । मैं तुझे खींचने की कोशिश करूंगा तो तुम्हारे साथ मैं भी खढ्डे में मर जाऊंगी । अत: नमस्कार, मैं तो अब चलता हूं क्योंकि मेरे साथी मेरी इंतजार करते होंगे ।" ऐसा कहकर वह तो वहां से चल दिया और बकरी वहीं ठगी-सी खड़ी रह गई ।

सियार कुछ ही आगे बढ़ा था कि रास्ते में एक बाघ आ रहा था । बाघ सियार पर झपटा उसे अपनी भूख का शिकार और गले का ग्रास बना लिया ।

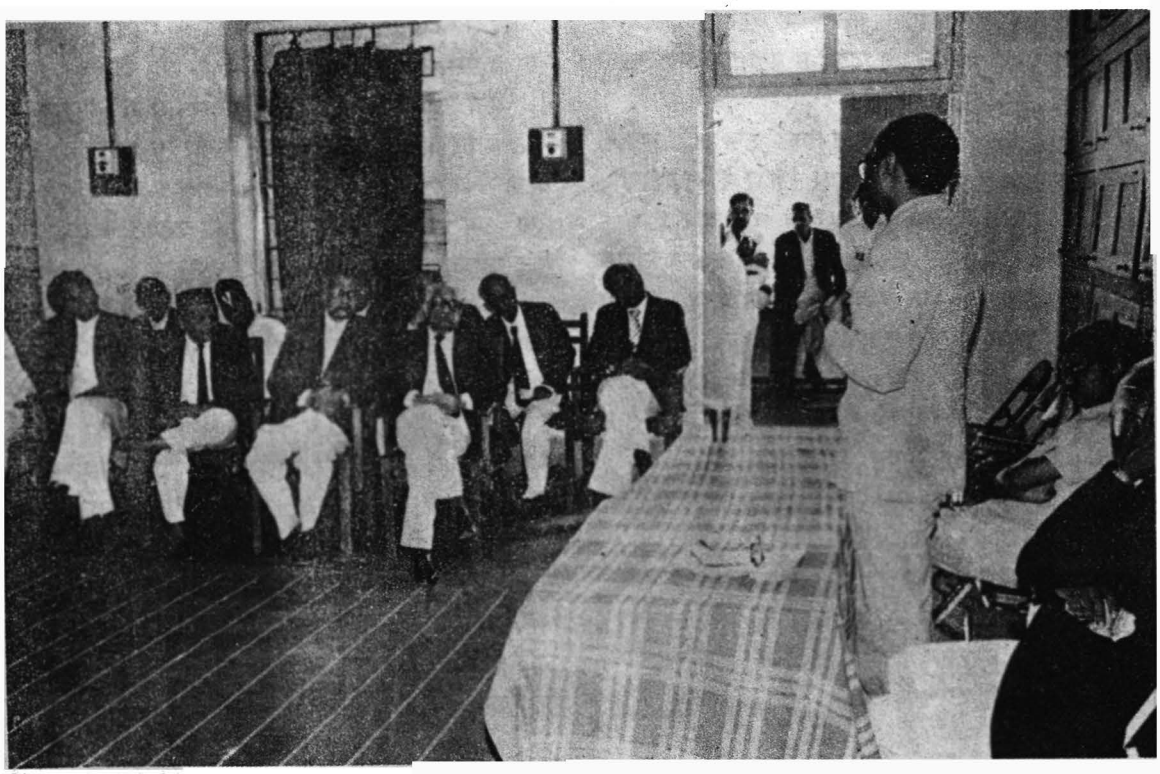
बकरी वहां खड़ी मैं...मैं कर रही थी मानों भगवान् से प्रार्थना कर रही हो कि प्रभु, सच्चाई वालों के आप ही साथी हो । हे प्रभु, आप मुझे इस खढ्डे से निकालो । वह अपना मुंह ऊपर को उठाकर मैं...मैं...मैं कर रही थी ।

उसी रास्ते से भक्त स्वभाव का एक यात्री गुजर रहा था । उसने मैं...मैं... की आवाज़ सुनकर जब चारों ओर देखा और उसे कोई बकरी दिखाई नहीं दी तो उसे ख्याल आया कि बकरी किसी आपातकालीन स्थिति में है । वह उस आवाज़ का अनुसरण करते खढ्डे के पास पहुंच गया । उसे उसने निकालकर बाहर किया । जीवन की रक्षा पाकर बकरी खुशी से उछलती-कूदती चली गई ।

सच है, भले का अंत भला और बुरे का अंत बुरा होता है । ठगी और मक्कारी मनुष्य को काल के मुंह में ले जाते हैं और श्रेष्ठ कर्म उसकी रक्षा करते हैं । □

मोरवी में ब्र.कु. सरला गुजरात के मुख्य कथाकार रमेश भाई ओझा तथा सम्पूर्णानंद को सौगात देते हुए ।

सोलापुर में बार एसोसिएशन में उपस्थित वकीलों के समक्ष अपने विचार प्रगट करते हुए डॉ. गिरीश पटेल जी ।



आत्मचिंतन की आवश्यकता

□ब्र.कु. राजेंद्र., उज्जैन

वर्तमान समय में मानव-जनसंख्या का अधिकतम भाग अशांत एवं तनावपूर्ण जीवन व्यतीत कर रहा है। यह तनाव एवं अशांति की स्थिति समान रूप से समाज के सभी वर्गों में विद्यमान है। मानव आत्मिक शांति प्राप्त करने के लिये तथा तनावों से मुक्ति के लिए विभिन्न प्रकार के उपायों एवं साधनों का प्रयोग करता रहता है। लेकिन उन साधनों का प्रयोग करने के बाद भी वह अपने जीवन में सच्ची आत्मिक शांति प्राप्त करने में एवं तनावो से मुक्ति पाने में विफ़ल ही रहा है। यही कारण है कि आज का मानव दिन-प्रतिदिन अधिक-और-अधिक अशांत एवं तनावग्रस्त होता जा रहा है।

यह विचारणीय बात है कि विभिन्न प्रकार के यथायोग्य भौतिक, धार्मिक एवं वैज्ञानिक साधनों का उपयोग करने के बावजूद भी आज का मानव तनावों से मुक्ति या मानसिक शांति प्राप्त करने में विफ़ल क्यों रहा है? क्या कारण है कि जो भौतिकता उसे बटन दबाते ही गर्मी से बचने के लिये शीतल हवा प्रदान कर सकती है, शीत से बचने के लिये गर्मी प्रदान कर सकती है और यहां तक कि वह भौतिकता उसे चंद्रमा तक पहुंचाने की क्षमता भी रखती है। लेकिन घोर आश्चर्य होता है कि वही भौतिकता मानव के मस्तिष्क में चंद्रमा जैसी शीतलता नहीं ला पाई है, वह उसे तनावरहित शांत जीवन प्रदान करने में सर्वथा विफ़ल रही है। क्योंकि आज के जो भी भौतिक साधन हैं वह मानव को क्षणिक सुख-शांति या संतुष्टि देते हैं, इनके उपयोग से मानव का अशांत एवं तनावपूर्ण जीवन कुछ क्षणों के लिये आनंदित होकर अपना तनाव भुला देता है, लेकिन बाद में वह अपनी पुरानी स्थिति में ही लौट आता है।

भौतिक साधनों के अलावा आज का मानव आत्मिक शांति एवं तनावों से मुक्ति के लिये धार्मिक साधनों का सहारा लेता है। अर्थात् वह मंदिर-मस्जिद-गिरिजाघरों में जाता है, पूजा-अर्चना करता है, धार्मिक अनुष्ठान करवाता है। लेकिन अफ़सोस कि यह सब उसके लिये मृगमरीचिका ही साबित होते हैं। क्योंकि वर्तमान समय में धर्म में भी भ्रष्टाचार व्याप्त है, यही नहीं बल्कि आज धर्म साम्प्रदायिकता भी फैला रहा है। इस प्रकार जो धर्म मानव में सौहार्द्र एवं सद्भावना उत्पन्न नहीं कर पा रहा है, वह उसे शांतिपूर्ण एवं तनावरहित जीवन कैसे प्रदान कर सकता है? अत: यहां भी मानव तनावों से मुक्ति या आत्मिक शांति प्राप्त करने में अपने-आपको असहाय ही पाता है।

वास्तव में आध्यात्म एक ऐसी शक्ति है, जो सच्चे अर्थों में मानव को आत्मिक शांति प्रदान करने की क्षमता रखती है। लेकिन आध्यात्मिक साधनों में आज का मानव एक मुख्य एवं छोटी-सी नज़र आने वाली बात को छोड़े बैठा है और वह है—"आत्मचिंतन"। तनावों से मुक्ति एवं आत्मिक शांति के लिये वर्तमान समय में सबसे मुख्य आवश्यकता है आत्मचिंतन की। आज का मानव आत्मचिंतन (स्वचिंतन) करने के बजाय "परचिंतन एवं परदर्शन" करने में ज्यादा रुचि लेता है। यही कारण है कि वह दिन-प्रतिदिन अशांति एवं तनावों की ओर अग्रसर है। अत: यह कहा जा सकता है कि वर्तमान समय में आत्मिक शांति की प्राप्ति एवं तनावों से मुक्ति के लिये आत्मचिंतन की नितांत आवश्यकता है।

आत्मचिंतन क्या है?

प्रश्न उठता है कि आत्मचिंतन क्या है? प्राय: इसके उत्तर में यही सुनने को मिलता है कि आत्मा के बारे में चिंतन करना ही आत्मचिंतन है। लेकिन आत्मा क्या है या वे बातें कौन-सी हैं, जिनके कि आधार पर आत्मचिंतन किया जा सकता है—इस सम्बन्ध में सामान्यत: जनमानस की जानकारी नगण्य ही नज़र आती है। वास्तव में स्वचिंतन का ही दूसरा नाम आत्मचिंतन है। आत्मचिंतन के लिये हमारी बुद्धि में विधिवत् ज्ञान होना चाहिये कि आत्मा क्या है, आत्मा का स्वरूप क्या है, आत्मा का स्वधर्म क्या है, आत्मा का धाम कौन-सा है, कहां है, आत्मा का पिता कौन है तथा आत्म-परिवर्तन का समय कौन-सा है?

आत्मचिंतन की विधि

आज का मानव अपने-आपको देह समझकर चल रहा है। स्वयं को देह समझने के कारण ही वह दैहिक सम्बन्धों एवं

कर्मों में लिप्त होकर अशांति एवं तनावों से ग्रसित है । वह दिन-भर में ''मैं'' और ''मेरा'' शब्द उपयोग में लाता है, लेकिन इनका अर्थ नहीं समझ पाता है । आत्मचिंतन के लिये बुद्धि को एकाग्र कर निम्न बिंदुओं पर ध्यान दिया जाना चाहिये:—

□ ''मैं देह नहीं बल्कि इस देह को चलाने वाली एक चेतन सत्ता, ज्योति बिंदु स्वरूप आत्मा हूं''—इस चिंतन एवं स्मृति से देह का भान समाप्त होकर आत्मिक स्मृति रह सकेगी ।

□ ''मैं आत्मा शांतस्वरूप हूं अर्थात् शांति ही मेरा स्वधर्म है''—इस चिंतन एवं स्मृति से अशांति पैदा करने वाली परिस्थितियों में भी शांत रहने में मदद मिल सकेगी ।

□ ''मैं आत्मा पवित्र स्वरूप हूं''—इस चिंतन एवं स्मृति से आत्मा को दूषित एवं विकारी वातावरण में भी पवित्र बनने की प्रेरणा मिल सकेगी ।

□ ''मुझ आत्मा का पिता परमात्मा है, वही सर्व आत्माओं का पिता है''—इस चिंतन एवं स्मृति से हमारे अंदर भ्रातृत्व की भावना जागृत हो सकेगी ।

□ ''यह सृष्टि नाटकशाला है, मैं आत्मा यहां पॉर्ट अदा कर रही हूं—मेरा वास्तविक घर ब्रह्मलोक (शांतिधाम) है''—इस चिंतन एवं स्मृति से इस पुरानी एवं पतित दुनिया से लगाव समाप्त हो सकेगा ।

□ ''यह समय श्रेष्ठ संगमयुग का चल रहा है, अभी भी परमपिता परमात्मा हम आत्माओं को दैवी-गुणों से श्रृंगारित कर पावन बना रहे हैं''—यह स्मृति एवं चिंतन हमें परचिंतन एवं परदर्शन से बचाकर दिव्य-गुणधारी बनने के लिये उत्साहित कर सकेगा ।

यदि उपरोक्त विधि से मानव का चिंतन चलता है या उसे ऐसी स्मृति रहती है, तो वह निश्चित ही तनावों से मुक्ति एवं आत्मिक शांति की प्राप्ति कर सकता है, उसका जीवन आनंद और प्रेम के फूलों से महक सकता है । इसके अतिरिक्त आत्मचिंतन के द्वारा मानव ''परचिंतन एवं परदर्शन'' जैसी एक सर्वव्यापी बीमारी से छुटकारा पा सकता है और यदि आज का मानव ''परचिंतन'' से बच जावे, तो उसका परम्-कल्याण ही है । क्योंकि कहा भी जाता है कि—''आत्मचिंतन उन्नति की सीढ़ी है और परचिंतन पतन की जड़ है'' ।

इसी संदेश को जन-जन तक पहुंचाने के लिये अपने अनेकानेक सेवाकेंद्रों के माध्यम से प्रयत्नशील है—''प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय'' । आप भी इसके किसी भी सेवाकेंद्र पर आकर ''आत्मचिंतन एवं परमात्माचिंतन'' की विधि जानकर आत्मिक शांति प्राप्त कर सकते हैं, तनावों से मुक्त हो सकते हैं । □

'समय की पुकार'

ब्र.कु. प्रीतमलाल 'अश्क'
पश्चिम विहार, दिल्ली

देखो दुनिया दहक रही है आज युद्ध अंगारों से ।।
काँप रही है मानवता देखो इन पाँच विकारों से ।।

पावन भारत भूमि पर रहा, धर्म-कर्म सविचार नहीं ।
मानो इस तलवार पुरानी में पहली-सी धार नहीं ।।

ब्रह्मा तन में शिव त्रिमूर्ति बांहें खोल पसार रहा है ।
अन्तिम समय कल्प का बाकी बारम्बार पुकार रहा है ।।

इससे सृष्टि के कण-कण में एक नई हुंकार उठी ।
अर्जुन के गांडीव द्वारा हितकारी टंकार उठी ।।

देह अभिमान की जंजीरों को तोड़-फोड़ अब दूर करो ।
महाविनाश से रक्षा हेतु तैयारी भरपूर करो ।।

ज्ञानयोग से रावण माया मस्ती चकनाचूर करो ।
मन बुद्धि में रहे स्वच्छता ऐसा यत्न ज़रूर करो ।।

रुद्र यज्ञ की अग्निशिखा पर जीवन को कुर्बान करो ।
ज्ञान चिता की बलि देवी पर तन-मन-धन बलिदान करो ।।

स्वर्णिम युग की कल आई है सब मिलकर सम्मान करो ।
नाचो गाओ खुशी मनाओ किस्मत पर अभिमान करो ।।

माया मौसी विश्वघातनी अपना ज़ोर लगायेगी ।
सूक्षम-सूक्षम वार करेगी थप्पड़ मार गिराएगी ।।

पर तूफानों से न डरना हिम्मत रख टकराना है ।
प्रीतम परीक्षा पास है करनी और राज्य पद पाना है ।। □

"कुंभ दर्शन शांति मेला"

अज्ञान अंधकार में सुप्त, विकर्म विलिप्त आत्माओं में नव जागृति व धार्मिक उमंग-उत्साह लाने हेतु समय प्रति समय आयोजित पर्व प्रकाश स्तंभ का कार्य करते हैं। जिनमें बारह वर्ष बाद पर्व शिरोमणि महाकुंभ के पावन अवसर पर पर्वतों की गोदी में सुशोभित तीर्थराज हरिद्वार के प्रांगण में अठखेलियां करती पर्वतराज पुत्री गंगा के तट पर नीलधारा के खुले मैदान में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की तरफ से 10 मार्च '86 से 15 अप्रैल '86 तक कुंभदर्शन शांति मेला आयोजित किया गया। अनेकानेक धर्मगुरुओं और महामण्डलेश्वरों के लगभग 20 फुटीय अनेकानेक पण्डालों के बीच परमात्म छवि लिए, शिव दर्शन कराता मेले के ठीक बीच प्रांगण में 45' फुट ऊंचा शांति स्तंभ तीर्थयात्रियों को बरबस अपनी ओर आकर्षित कर लेता था। जिसका उद्घाटन 10, मार्च को मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणिजी, उत्तरीय क्षेत्र प्रशासिका दादी चन्द्रमणी जी, मुख्य अतिथि माननीय स्वामी सत्यमित्रानंद गिरि जी, निवर्तमान शंकराचार्य एवं संस्थापक भारत मंदिर आचार्य महामण्डलेश्वर स्वामी प्रकाशानंद जी, संस्थापक जगद्गुरु आश्रम तथा कुंभ मेला अधिकारी अरुण कुमार मिश्रा जी आदि की उपस्थिति में सम्पन्न हुआ। मंच पर ज्ञान-ज्योति का प्रतीक पांच कैन्डिल प्रज्वलित कर मेले का विधिवत् उद्घाटन हुआ। ब्रह्माकुमारी आशा जी ने अपने स्वागत भाषण में अतिथियों का स्वागत किया और इस श्रेष्ठ कार्य के शुभारंभ पर सभी को हार्दिक बधाई दी। यह शांति मेला एक अनूठा प्रयास था। इसमें आत्म दर्शन मंडप, परमात्म दर्शन मंडप, राजयोग मंडप तथा वैकुण्ठ मंडप में सजाए गए विभिन्न चित्रों तथा मॉडलों की जानकारी भ्राता ब्रजमोहन जी ने दी। आपने कहा कि, "मेले के प्रांगण में 45 फुट ऊंचा शांति स्तंभ कुंभ मेले में आनेवाले श्रद्धालुओं के लिए शांति पथ प्रदर्शक का कार्य करेगा और राजयोग शिविरों में भाग लेकर असंख्य नर-नारी अपने जीवन को बनाने की प्रेरणा प्राप्त करेंगे।"

आचार्य स्वामी प्रकाशानंद जी ने कहा कि—"इस मेले में प्रदर्शित विभिन्न चित्रों से समस्त वेदान्त, समस्त दर्शन तथा समस्त वेदों की परम्पराओं का समन्वय नजर आता है। मैं दादी जी को धन्यवाद देता हूं जिन्होंने हरिद्वार में कुंभ के अवसर पर इतना विशाल कैंप लगाया है, मुझे पूर्ण विश्वास है कि यह ईश्वरीय विश्वविद्यालय भारतीय संस्कृति, हिंदू संस्कृति और परम्परा तथा भारत के गुरुत्व का विश्व में संदेशवाहक बनेगा।"

कुंभ मेला अधिकारी श्री अरुण कुमार मिश्रा जी ने कहा कि—

"यह कुंभ उन्हें साधु-संतों की गोष्ठी समान लगता है। गंगा-स्नान तो एक बहाना है, मुझे विश्वास है कि इस विशाल शांति मेले में आकर प्रत्येक नर-नारी कुछ लेकर ही जाएगा।"

मुख्य अतिथि महामहिम स्वामी सत्यामित्रानंद जी ने अपने ओजस्वी भाषण में कहा कि—

"कुंभ मेले के मध्य में इस शांति मेले में आकर लाखों यात्री अपने मन की बात प्राप्त करेंगे और उनका चरित्र एक नई दिशा प्राप्त कर सकेगा। मैं दादी प्रकाशमणी जी को धन्यवाद देता हूं जिन्होंने विश्व के आठवें आश्चर्य को धरती पर साकार किया है। इतने बड़े माताओं-बहनों के समुदाय को आत्मचिंतन और दिव्यता के मार्ग की ओर अग्रसर करके आपने यह कार्य किया है जो आजतक कोई न कर सका? पवित्रता इस विद्यालय का मुख्य संदेश है। जहां पवित्रता है वहां श्रेष्ठता है।"

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी ने प्रवचन में कहा

"मुझे यह संकल्प सदा रहता है कि वह दिन कब आयेगा जब हर मानव अपने पाप-कर्मों से मुक्त हो सच्चे हरि के द्वार चलेगा। मुझे विश्वास है कि वह दिन अब दूर नहीं जब यह भारत पापों से मुक्त धरती बनेगी।" आपने कहा कि "जिसका जीवन निर्माण है वह विश्व का नवनिर्माण कर सकता है। मैंने आज यहां आकर क्या देखा—वेशभूषा साधू की और पी रहा है बीड़ी-सिगरेट, कोई-कोई तो भांग-शराब आदि भी पीते हैं... यह बहुत बुरी बात है, नीच आदत है। इसके लिए महामण्डलेश्वरों का संगठन बने और साधू कहलानेवालों के जीवन से इन बुराईयों का त्याग करायें। अब समय आ गया है जब शांति की शक्ति की विजय होगी। शांति की शक्ति का झंडा

लहरायेगा और वह समय दूर नहीं जब यह विश्व पुन: सच्चा-सच्चा हरिद्वार बन जाएगा ।'' बताया जाता है कि 17, मार्च को तीन महामण्डलेश्वरों ने मेले का अवलोकन किया । स्वामी ब्रह्महरि जी चेतनदेव कुटिया के अध्यक्ष मेला देखकर बहुत प्रसन्न हुए तथा अपने भाषण में कहा कि—

''आप लोग जो ब्रह्मचर्य का प्रचार कर रहे हैं इससे मैं बहुत प्रभावित हूं ।'' जयराम आश्रम के अध्यक्ष, स्वामी देवेन्द्र स्वरूप ब्रह्मचारी जी ने बहुत ही स्नेह युक्त रीति-से मेले को देखा तथा अपने प्रवचन में कहा कि—

''अंतरराष्ट्रीय ख्यातिप्राप्त आपकी संस्था में आकर जो देखा और सुना इससे बहुत शांति मिली तथा जिस प्रकार आप लोग समाज की सेवा कर रहे हैं उसको देखते हुए कहा जा सकता है कि इस समय जितनी भी संस्थाएं काम कर रही हैं, उसमें आपका स्थान अग्रगणीय है ।''

गीता मंदिर के अध्यक्ष स्वामी मंगलानंद जी ने बहुत ही रुचिपूर्वक मेला देखा तथा चित्रों के हर ज्ञान बिंदुओं को बड़े सूक्ष्म रूप से मिला लिया । इसके अलावा बद्रिका आश्रम के शंकराचार्य विष्णुदेवानंद जी से बहनों की मुलाकात हुई, उन्हें मेले में राजयोग शिविर का उद्घाटन करने के लिए आमंत्रित किया गया, जिसे उन्होंने सहर्ष स्वीकार किया । आपने कहा कि ''मैं व्यक्तिगत रूप से आपकी संस्था के कार्यों को बहुत ही महान् मानता हूं, परंतु अन्य लोगों के मन में आपकी संस्था के लिए कुछ भ्रांतियां हैं । आपने बहनों से कुछ प्रश्न पूछे, जिसके उत्तर ब्रह्माकुमारी प्रेम बहन ने दिए । प्रश्न-उत्तर निम्नलिखित प्रकार के थे ।

प्र. आप व्यक्ति पूजा मानते हैं ?

उ. नहीं ।

प्र. व्यक्ति पूजा से आपका क्या अभिप्राय है ?

उ. आजकल कई मनुष्य अपने को भगवान् ब्रह्म कहलाकर पूजा करवाते हैं; आरती उतरवाते हैं, मंत्र जपवाते हैं, हम इन्हें नहीं मानते ।

प्र. आप श्रीमत् किसे कहते हैं ?

उ. परमात्मा ने हमें अपने जीवन को श्रेष्ठ बनाने के लिए जो मत दी है उसे हम श्रीमत् कहते हैं । आदि... ।

अपनी ही किस्म के इस अनूठे मेले में धार्मिक जगत् के देदीप्यमान सितारों में जगद्गुरु शंकराचार्य के अतिरिक्त 15 महामण्डलेश्वर, 16 धर्मगुरु, बीसियों महन्त तथा स्वामी संत व साधु समाज पधारे । सागर की लहरों सदृश्य उमड़े जनसमूह के अतिरिक्त राजकीय रक्षा विभाग तथा 'बी.एच.ई.एल.' आदि से पचास अति-अति वरिष्ठ पदाधिकारी, 20 वरिष्ठ डॉक्टर्स, 50 एक्जीक्यूटिव इंजीनियर्स, 40 निदेशकों ने कुंभ मेले से आध्यात्मिक लाभ लिया । लगभग तीन सौ महानुभावों ने ईश्वरीय लाभ का साप्ताहिक कोर्स किया और सहज राजयोग से आत्मिक उन्नति की । कई नियमित विद्यार्थी भी बने हैं ।

कुंभ दर्शन शांति मेला में भव्य-चित्रों व मॉडलों द्वारा प्रदत्त ईश्वरीय ज्ञान के परिणामस्वरूप अनेकानेक मठाधीश, महामण्डलेश्वर तथा संस्थाओं के अध्यक्ष इतने प्रभावित हुए कि कईयों ने ब्रह्माकुमारी बहनों को खुद निमंत्रण देकर अपनी संस्था में बुलाया, जिनमें से निम्नलिखित उल्लेखनीय हैं—

1. **भारत माता शिविर**—यह शिविर भारत माता मंदिर के संस्थापक महामण्डलेश्वर स्वामी सत्यमित्रानंद गिरि जी ने बनवाया है । इसका उद्घाटन ज्योतिष पीठाधीश्वर जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी विष्णुदेवानंद सरस्वती जी ने किया । इस अवसर पर मंच पर ब्रह्माकुमारी बहनें अनेक महामण्डलेश्वरों के बीच विराजमान थीं ।

2. **20 विश्वशांति सम्मेलन**—इसका आयोजन पायलेट बाबा के पण्डाल में उनकी अध्यक्षता में किया गया । विभिन्न संस्थाओं के प्रतिनिधियों के साथ ब्रह्माकुमारी प्रेम बहन ने विश्वविद्यालय की ओर से भाग लिया ।

3. **विश्वशांति तथा राष्ट्रीय एकता सम्मेलन**—इस सम्मेलन का आयोजन महामण्डलेश्वर स्वामी व्यासानंद जी के भव्य पण्डाल में भारत निर्माण संस्था की ओर से किया गया । दादी चन्द्रमणि जी ने अपने विचार व्यक्त किए ।

4. **चित्रकूट आश्रम के महामण्डलेश्वर स्वामी अखन्दानंद जी** की स्मृति में श्रद्धांजलि भेंट करने हेतु जगद्गुरु शंकराचार्य सहित अनेक महामण्डलेश्वर पधारे थे, इनके बीच ब्रह्माकुमारी बहनें उपस्थित थीं । इसके अतिरिक्त मेले के प्रांगण में राजयोग शिविर मंडप का भी आयोजन किया गया था, जिसका उद्घाटन समाचार इस प्रकार से है—

राजयोग शिविर का उद्घाटन

कुंभ दर्शन शांति मेले के अंतर्गत आयोजित राजयोग शिविर का उद्घाटन महामहीम अनन्त जी ज्योतिष पीठाधीश्वर

जगद्गुरु शंकराचार्य श्री विष्णुदेवानंद सरस्वती जी ने किया। उद्घाटन समारोह की अध्यक्षता ईश्वरीय विश्वविद्यालय की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी जानकी जी ने की। इस अवसर पर अनेक संत महन्तजनों ने भी भाग लिया। मुख्य अतिथि के रूप में गीता प्रचार आश्रम के अध्यक्ष महामण्डलेश्वर स्वामी वेदव्यासानंद सरस्वती, महामण्डलेश्वर स्वामी दयानंद जी तथा महामण्डलेश्वर स्वामी श्याम सुंदरदास जी आदि पधारे। जब जगद्गुरु शंकराचार्य जी कुंभ दर्शन शांति मेले में पधारे तो देश-विदेश से विभिन्न स्थानों से आये हुए ब्रह्माकुमार भाई-बहनों ने आपका स्नेह-सम्पन्न स्वागत किया। शंकराचार्य जी ने दीप प्रज्जवलित कर राजयोग शिविर का उद्घाटन किया। ब्रह्माकुमारी जयंती जी ने मेले के चित्रों की व्याख्या की। मेला देखने के पश्चात् आपने कहा कि मेले में प्रदर्शित किये गए चित्रों एवम् मॉडल्स् में ज्ञान की इतनी गुह्यता है जो विशेष समय देकर देखा जाना चाहिए।" दादी जी ने आपको माउंट-आबू में पधारने का विशेष निमंत्रण दिया। जिसे उन्होंने सहर्ष स्वीकार किया। उपस्थित जनसमुदाय के समक्ष अपने उद्घाटन भाषण में कहा कि—"मुझे यहां पर आकर बहुत ही प्रसन्नता हुई है। यहां पर जो कार्य मैंने देखा है उसका संबंध अनन्त परमात्मा से है। शांति के संबंध में आपने कहा कि शांति सबके अंदर है, कर्मइन्द्रियों द्वारा शांति और अशांति दोनों की अभिव्यक्ति होती है। यदि एक हाथ किसी की तरफ उठे तो वहीं पर अशांति हो जाती है और यदि दोनों हाथ मिलकर नतमस्तक हो जाएं तो शांति की तरंगे विस्फुटित होने लगती हैं।" अंत में आपने पुनः कहा "मुझे यहां पर आकर प्रसन्नता हुई और दादी जी ने मुझे जो निमंत्रण दिया है—माउंट-आबू आने का वह भी समय आएगा जब हम वहां अवश्य ही जाएंगे।" दादी जानकी जी ने ईश्वरीय संदेश देते हुए कहा कि—"समय की पुकार है कि हर आत्मा धर्म, जाति से न्यारी होकर अपने सत्य पिता को पहचाने। तीसरा नेत्र खोले और त्रिकालदर्शी बने। अब सबको इस मृत्युलोक वाली दुनिया से पार चलना है।" ब्रह्माकुमारी प्रेम बहन ने शंकराचार्य तथा अन्य महामण्डलेश्वरों का स्वागत किया। इस अवसर पर महामण्डलेश्वर डॉ. स्वामी सुंदरदास जी ने सुंदर शब्दावली द्वारा शंकराचार्य जी, दादी जी तथा अन्य महामण्डलेश्वरों के गुणों का गायन करते हुए कहा कि—"आप सभी ने जिस विधि से हम सबका स्वागत किया है। यह देखकर मुझे हर्ष हुआ है। आपकी यह धारणा कि हम सब मिलकर कार्य करें, अवश्य ही नव विश्व के निर्माण में यह क्रिया सहयोगी बनेगी।" महामण्डलेश्वर स्वामी वेदव्यासानंद जी ने कहा कि—"मैंने ब्रह्माकुमारी बहनों और भाईयों के जीवन को निकट से देखा है आपका आचरण पवित्र है। मैंने इतने कम समय में किसी अन्य संस्था को इतनी तीव्रगति-से पनपते नहीं देखा। यह सब आपके गुणों के कारण हुआ है।" आपने दादा जी को (प्रजापिता ब्रह्मा को) एक अवतारी पुरुष बताते हुए कहा कि "जो कार्य शंकराचार्य जी नहीं कर सके, वह उन्होंने किया। दादा जी ने माताओं के हाथ में झंडा दिया उन्हें आगे बढ़ाया। मैंने जो आबू में देखा वह कहीं नहीं देखा।" इस कार्यक्रम में पायलेट बाबा ने भी अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि—"मैंने यहां आकर जो देखा उससे लगता है कि आप आज के विश्व के लिए, मानव जाति व समाज के लिए अवश्य ही कुछ कर पाएंगे। आज प्रत्येक प्राणी सुख-शांति के लिए भटक रहा है। इस पण्डाल में ओमशांति की आवाज सुनकर मैं सोचता हूं कि शांति सचमुच समीप है। मैंने सभी संस्थाओं के कार्य को गहराई से देखा है, आपकी संस्था का कार्य अति प्रशंसनीय है।"

इस अद्वितीय आध्यात्मिक मेले को देखकर यूं अनेकानेक धर्म धुरन्धरों ने अपनी आंतरिक शुभावनाओं की अभिव्यक्ति की, परन्तु यहां कुछ ही विशिष्ट व्यक्तियों के उद्गार उन्हीं के शब्दों में दिए जा रहे हैं:—

महामण्डलेश्वर आचार्य देवेन्द्र स्वामी ब्रह्महरि (जयराम आश्रम)—"मुझे मेला के प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय शिविर देखने का अवसर मिला। मैं इस शिविर में प्रेरणादायक प्रदर्शनी में बहुत ही प्रभावित हुआ। इसके देखने से पूर्णरूपेण आत्मा में प्रेरणा मिलती है। बहनों के शिविर को देखकर उनके संयम एवम् आत्मसमर्पण से प्रेरणा मिलती है। कार्यकर्ता लोगों को बधाई देता हूं।"

महामण्डलेश्वर आचार्य स्वामी सच्चिदानंद गिरि जी (भोलानाथ—संन्यास आश्रम हरिद्वार)—"ब्रह्माकुमारियों माताओं की भक्ति युक्त हृदय की, उनके शुभ्र वेशभूषा की तरह जनता-जनार्दन की परम्-कल्याण कामना के लिए उनकी शुभ-चेष्टाओं को देखकर मेरा मन प्रसन्न हो गया है। मैं परम् करुणामय परमेश्वर जगत्पिता से प्रार्थना करता हूं। परमकल्याणमयी मेरी माताओं का यह स्तुत्य प्रयास वृद्धि को प्राप्त होता रहे।"

महामण्डलेश्वर आचार्य धर्मानंद सरस्वती जी महाराज (परमार्थ आश्रम)—"इस संस्था का उद्देश्य अति सुंदर सराहनीय है । जनमानस में अध्यात्म की प्रेरणा देने का एक अनुपम स्रोत है । परमात्मा करें ये इसी प्रकार बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय की प्रवृत्ति में संलग्न रहे । यही मेरी शुभ भावना है ।"

महामण्डलेश्वर आचार्य स्वामी प्रकाशानंद (जगद्-गुरु आश्रम)—"भारत धर्म परायण देश है यहां देवता भी जन्म लेने के अभिलाषी हैं । इस देश की संस्कृति-धर्म और परम्परा सुंदर व मानव को मनुष्यता प्रदान करती है । स्व-स्व अधिकार के अनुसार विकास और परमात्मा से मिलन कराती है । विश्व शांति का अग्रदूत ये है । अतएव यह भारत विश्व का गुरु रहा है । इस कार्य में प्र.पि.ब्र.कु.ई.वि. का प्रयास अनूठा दिव्य और सुंदर है । सत्यम् शिवम् सुन्दरम् को चरितार्थ किया है । सभी बाबा के गोपालों का धन्यवाद । बाबा इन सबका कल्याण करें ।"

महामण्डलेश्वर आचार्य स्वामी वेद भारती जी महाराज (वेद निकेतन धाम)—"प्रिय आत्माओं, मुझे इस मेले को देखकर ऐसा लगा कि आज के बुद्धिवादी युग में जनसाधारण को समझाने का यह बहुत रोचक और सरल दृश्य है ।"

महामण्डलेश्वर आचार्य स्वामी ब्रह्मानंद गिरि—हम सभी तो नित्यप्रति भगवान् से प्रार्थना करते हैं कि शांति प्राप्त हो । वैदिक कुछ मंत्र हैं जो कि प्रत्येक शुभ कार्य में प्रारंभ में पढ़ते हैं । यथा एक छोटा-सा शांति मंत्र है, ॐ भद्र नो...अर्थात् हमारा मन कल्याणमय हो और भीतर जो अपवित्र वासनाएं हैं, वे शुद्ध हों और तीन तापों की शांति हो ।

महामण्डलेश्वर काशिकानंद (आनन्दवन आश्रम कांदीवली)—"प्र.पि.ब्र.कु.ई.वि. की ओर से निर्मित मनोहर सारगर्मित प्रदर्शनी का अवलोकन किया । शिक्षाप्रद अनेक दृश्य देखकर प्रसन्नता हुई । आपके पुरुषार्थ के लिए शतशः बधाई हो । एक बात इतनी ही है अर्थात् सुझाव यही है कि इन सबको वेदानुकूल बनाया जाए । वैदिक सिद्धांत के प्रतीक को सुधारा जाए । उदाहरणार्थ कलियुग को भी हम सतयुग से भी अधिक रम्य बना सकते हैं । यह कला से सराहनीय है ।

महामण्डलेश्वर स्वामी हंसप्रकाश (प्राचीन अवधूत मंडलाश्रम अध्यक्ष—हरिद्वार)—आज कुंभ मेले के अवसर पर ब्र.कु.ई.वि.वि. माउंट-आबू के द्वारा आयोजित विशाल कैंप को देखने का सौभाग्य प्राप्त हुआ । बहुत सुंदर ढंग से सजाया गया है । तथा आज की परेशान जनता को मानसिक शांति के लिए चित्रों के माध्यम से बड़ी सुंदर झांकियां प्रस्तुत की हैं । मैं परमपिता परमात्मा के श्रीचरणों से प्रार्थना करता हूं कि इसी प्रकार कुंभ में दिव्य प्रदर्शनी लगाकर जनता की आध्यात्मिक सेवा यह विद्यालय करता रहे ।

स्वामी वेदान्तानंद (पावनधाम)—"कुंभ मेले के शुभ अवसर पर प्रदर्शनी सुंदर है । विचार को आत्मा की ओर सोचने में झुकाव पैदा करती है । झांकी सुंदर है ।"

श्री मार्कण्डेय ब्रह्मचारी (श्री परमहंस आश्रम रायवाला)—"बड़े सौभाग्य की बात है कि मैंने गत् कुंभ में प्रयाग (इलाहाबाद) में आपके अमृतमय विचार श्रवण किये थे, जिसकी दुबारा इच्छा हुई कि आपके दर्शन व वाणी का रसास्वादन करे । आपसे पूर्ण आशा रखूंगा आप वास्तविक धर्म एवं योग की शिक्षा संसारिकता से भ्रमित व्यक्ति को देकर उसका मार्ग प्रशस्त करेंगे ।"

स्वामी ओमानंद—"मैं आज भी लाखन सिंह व उनके पुत्र के साथ यहां आने के बाद मैं यह महसूस करता हूं कि आपके यहां आत्मिक उन्नति के बारे में समझाने का बहुत ही उत्तम तरीका है । कर्म फल ही आपके यहां पहले नंबर पर है जो होना चाहिए ।

स्वामी माधवाचार्य (मानस मंदिर संन्यास कनखल)—"ई.वि.वि. की ओर से लगाई गई दार्शनिक चित्र प्रदर्शनी गौर से देखकर बहुत प्रभावित हुआ । मुझे ऐसा लगा कि जो प्रेरणा विद्वानों के प्रवचन उपदेश महीनों प्रयत्न करने पर भी नहीं दे सकते उसे यह प्रदर्शनी सहज भाव से गौर से देख लेने के बाद देने में सक्षम है । इससे सामान्य संबंधों का बहुत कल्याण होगा तथा भ्रष्टाचार दुश्चरित्रता एवम् अनैतिकता के विरुद्ध बहुत प्रशंसनीय प्रयास है, जिन्होंने इस आयोजन में सहयोग दिया वे सब अभिनन्दनीय हैं ।

महामानव स्वामी मृत्युञ्जय (श्री आनन्दवन समाधि)—"वर्षों क्या दशाब्दियों के बाद बहन हृदयमोहिनी जी के संदर्भ पश्चात् पुनः प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय

विश्वविद्यालय की प्रदर्शनी देखने का अवसर मिला । बड़ी प्रसन्ता हुई । निश्चय ही इन बहनों का त्याग-तप सराहनीय और वन्दनीय है तथा पवित्रता लाने के प्रयत्न महत्तर हैं । प्रदर्शनी के चित्र और अभिव्यक्ति भी पूर्व से सुधरतर और बुद्धि गम्य अपेक्षाकृत हो गया है । लोगों को लोकचित्र में पवित्रता और सद्गुण के स्थापना की दिशा में इस संस्था के प्रयत्न सराहना के योग्य हैं । मेरी शुभकामनाएं हैं । शिवमस्तु ।''

स्वामी आनंद—''मैंने झांकियां तथा समझाने की प्रक्रिया देखी-सुनी । बहुत कुछ समझा । मुझे बड़ी खुशी हुई ।''

महन्त सुरेन्द्र मुनि—''आपके कैंप में प्रदर्शनी को देखकर मन बहुत प्रसन्न हुआ । दर्शक सभी प्रसन्न तथा खुश हैं । भाई-बहनों की सेवा सराहनीय है ।''

संतोषी माता—'' ब्र.कु. मिशन का कार्य महापर्व कुंभ का जो मेला आयोजन है वह साधारण मानव के लिए प्रेरणादायी है तथा शांति का मार्ग प्रशस्त करनेवाला होगा । मिशन का कार्य सराहनीय है ।''

उमा भारती—''आज यहां आकर मन अति प्रसन्नता की ओर अग्रसर हुआ कि ब्र.कु.ई.वि. की तरफ से यह पूर्णरूपेण सतसंग की प्रदर्शनी लगाई । जिससे हमारे समाज को काफी लाभ हो सकता है । देश-विदेश में यह एकता का भाव सतसंग प्रेम से भक्ति प्रभु की कैसी की जा सकती है । प्रचार कर लाभ दे रही है । ईश्वर से यही प्रार्थना है यह लाभ इसी प्रकार संस्था लोगों को देती रहे ।''

इस प्रकार से अज्ञान को ज्ञान के, धार्मिक अन्धकार को आध्यात्मिक प्रकाश के, तथाकथित गुरुओं को सतगुरु के, अशांति को शांति के दर्शन कराता बुद्धि रूपी कुंभ में ज्ञानअमृत प्लावित करता कुंभ दर्शन शांति मेला अगण्य आत्माओं के लिए प्रेरणास्रोत बना । □

बच्चों के लिए

रेल गाड़ी

□ब्र.कु. महेन्द्र., आबू

छुक...छुक...छुक...छुक...सीटी...छुक....छुक
संगम युग पर खड़ी है गाड़ी, सतयुग जाने वाली है
पवित्रता की टिकट कटालो गाड़ी छुटने वाली है
संगम युग पर .छुक छुक छुक... ।

आई है दुख धाम् से गाड़ी, जायेगी सुख धाम्
ज्ञान योग की पटरी पर, चलती है सुबहो शाम
सब गाड़ी से है यह न्यारी, इनकी चाल निराली है
पवित्रता की टिकेट कटालो, गाड़ी छुटने वाली है
संगम युग पर.....छुक छुक छुक... ।

बिन पैसे की टिकेट मिलती, संगम पर खुलियाम
जायेगी सतयुग यह गाड़ी, वाया मुक्ति धाम्
ले लो टिकेट शिव बाबा से, सीट अभी भी खाली है
पवित्रता की टिकेट कटा लो, गाड़ी छूटने वाली है
संगम युग पर .छुक छुक छुक... ।

इसमें बैठे त्यागी तपस्वी, शिव बाबा के बच्चे
सुनते जो नित ज्ञान की मुरली, धारणा में हो पक्के
दूसरी सीटी बज चुकी है, तीसरी बजने वाली है
पवित्रता की टिकेट कटा लो, गाड़ी छूटने वाली है
संगम युग पर .छुक छुक छुक... ।

देखो इस कल्प में गाड़ी, एकबार छुट जायेगी
सच कहते हम कुछ भी कर लो, हाथ कभी न आयेगी
न्यारी प्यारी गाड़ी हमारी, कितनी ये मतवाली है
पवित्रता की टिकेट कटा लो, गाड़ी छूटने वाली है
संगम युग पर .छुक छुक छुक... ।

देखो सिगनल हो चुकी है, दिखने लगी हरी झंडी
बज रही अब समय की घण्टी, गाड़ी पर बैठो जल्दी
वरना फिर पछताओगे, दुनिया बदलने वाली है
पवित्रता की टिकेट कटा लो, गाड़ी छूटने वाली है
संगम युग पर .छुक छुक छुक... ।

'राजयोग' समीक्षा

लेखक: ब्र.कु. सुशील,
मुजफ्फरपुर (बिहार)

सर्व शास्त्र शिरोमणि गीता को सर्व शास्त्रों का माई-बाप कहा गया है, जिसका हर एक अध्याय एक-एक योग अथवा सम्पूर्ण योग का एक-एक अंग है । कहते हैं, गीता ज्ञान भगवान ने स्वयं सुनाया था, तो जरूर गीता सर्वशास्त्रों का सार होगा क्योंकि विस्तार को सार में लाना परमपूज्य परमात्मा का ही कार्य है । जब मनुष्य विस्तार में भटकने लगता है तो भगवान आकर उसे सार में टिका देते हैं । सार अर्थात् मक्खन, मूल । विस्तार है झाड़ और सार है बीज । प्रथम तो गीता सार है सर्व शास्त्रों का और द्वितीय गीता का सार है 'राजयोग' । जैसा कि गीता के नवें अध्याय के आरंभ में ही कहा गया है कि भगवान् का योग 'राजयोग' है जिसे कलियुग के अंत में सुखपूर्वक अनायास भी किया जा सकता है । (गीता अ.६/४६, ४७, अ. १८/५४,५८) । अब वह कौन सा राजयोग था जिसे स्वयं भगवान ने सिखाया था ? आखिर उसका उद्देश्य क्या था ? उद्देश्य और विधि जाने बगैर पुरुषार्थ कठिन हो जाता है । अत: राजयोग के बारे में कुछ भी स्पष्टीकरण करने के पूर्व हम कुछ योग पर विचार करना उचित समझेंगे ।

योग क्या है ?

योग शब्द का प्रयोग अति प्राचीन काल से होता आया है । विभिन्न योगाभ्यासियों ने विभिन्न विधियों को योग कहा है । लगभग सम्पूर्ण धर्मग्रन्थों में भी योग शब्द का प्रयोग आया है । योग के सम्बंध में जो विभिन्न विचारधारायें प्रचलित हैं, उनमें से वास्तव में कौन सा सत्य और सही है ?

योग का सामान्य अर्थ है जोड़, मिलन या सम्बंध । साधारणतया लोग, योग का अर्थ सम्मिश्रण से भी लगाते हैं लेकिन योग के लिए सम्मिश्रण शब्द उचित प्रतीत नहीं होता है । वास्तव में, दो वस्तुओं के संबंध को योग और विच्छेद को वियोग कहते हैं । संसार की सभी वस्तुएं योग और वियोग से समन्वित हैं । वास्तविक योग चिरस्थायी होता है, जिसमें वियोग लेशमात्र भी नहीं होता । सांसारिक वस्तुओं या संबंधों के योग को योग नहीं कह सकते क्योंकि उन सभी में वियोग निहित है । उनका संबंध क्षणस्थायी है । संसार की सभी वस्तुएं विनाशी और क्षणभंगुर हैं । अत: विनाशी चीज़ अभी-अभी है और संभव है चंद मिनटों के बाद लुप्त हो जायेगी । उदाहरणस्वरूप पति-पत्नी के ही संबंध को लिया जाय । अभी-अभी जो सुहागिन है, कहा नहीं जा सकता कि कब दोनों एक-दूसरे से सदा-सदा के लिए जुदा हो जायेंगे । फिर एक-दूसरे के वियोग के विरहानल में दहार मारना शुरू कर देंगे । अगर यह संबंध अविनाशी होता तो इसे योग कहा जा सकता था; परंतु ऐसा संभव नहीं है । इसी प्रकार प्रेमिका का प्रेमी के साथ, पिता का पुत्र के साथ, एक मित्र का दूसरे मित्र के साथ, धनपतियों का धन के साथ तथा मां का अपने बच्चों के साथ जो संबंध है उसे योग नहीं कहा जा सकता; क्योंकि इन सबके साथ वियोग निश्चित है ।

बुद्धि एकाग्र करने के लिए लोग कई विधियाँ अपनाते हैं और उसे योग की संज्ञा देते हैं । यथा, तारे पर बुद्धि टिकाना, पैर के अँगूठे पर ध्यान केन्द्रित करना, मूर्तियों पर ध्यान लगाना आदि । वास्तव में इसे भी योग नहीं कहा जा सकता है । योग अर्थात् एकाग्रता । गीता में अखण्डित और निरंतर योग की बात कही गई है । उपर्युक्त कोई भी योग निरंतर नहीं रखा जा सकता है और न ही वह अखण्डित रह सकता है । अभी-अभी तारे पर बुद्धि एकाग्र कर रहे हैं, बदली छा गई, योग खण्डित । पैर के अँगूठे पर ध्यान केन्द्रित कब तक रक्खा जा सकता है? ऐसे ही मूर्त्तियों पर भी निरंतर ध्यान नहीं लगाया जा सकता । हमारी दिनचर्या में ऐसे कार्य सम्मिलित हैं कि हर जगह मूर्ति रखना असम्भव है । अत: उपर्युक्त योग खण्डित होनेवाले हैं, इसलिए इसे भी योग नहीं कहा जा सकता ।

निरंतर मिलन या सम्बंध तभी संभव हो सकता है जब दोनों वस्तुएँ अविनाशी हों । वह जिसे मिलना है और जिससे मिलना है दोनों का चिरस्थायी होना अनिवार्य है । जब हम थोड़ी गहराई में जाते हैं तो आसानी से समझ सकते हैं कि शरीर भी विनाशी है । इससे स्पष्ट होता है कि शरीर का, शरीरधारी से सम्बंध भी योग नहीं कहा जा सकता । ब्रह्माण्ड में मात्र दो ही चीजें अविनाशी हैं, एक आत्मा और दूसरा परमात्मा । दोनों को अजर, अमर अविनाशी कहा गया है । दोनों चिरस्थायी हैं । अतएव दोनों का सम्बंध चिरकाल तक संभव है । इसलिए योग की परिभाषा हम इस प्रकार दे सकते हैं कि—"आत्मा का परमात्मा के साथ

सम्बंध का जो अनुभव होता है, उसे योग कहा जाता है ।" परमात्मा सर्वआत्माओं के पिता होने के कारण अविनाशी सम्बंधी तो हैं ही लेकिन वह जीवआत्मा धन्य है जो निरंतर इस सम्बंध के नशे में लिप्त रहता है और वास्तव में वही सच्चा योगी कहला सकता है ।

आत्मा और परमात्मा का स्वरूप

ऊपर सिद्ध हुआ कि वास्तव में आत्मा और परमात्मा के मिलन को ही योग कहा जा सकता है । ऐसे मिलन का अनुभव सिर्फ जीवात्मा ही कर सकती है । अब ज़रा आत्मा और परमात्मा के स्वरूप पर भी एक नज़र दे देना कोई अतिश्योक्ति नहीं होगी ।

आत्मा के सम्बंध में ज्यादा तर्क देने की आवश्यकता नहीं समझता हूँ । इस मुद्दे पर लोगों में ज्यादा मतभेद भी नहीं है । सभी समझते हैं कि शरीर विनाशी और आत्मा अविनाशी है तो ज़रूर आत्मा शरीर से भिन्न हुआ । जब आत्मा अविनाशी है तो जरूर उसका कोई निश्चित रूप होगा । आत्मा को देखा नहीं जा सकता, अदृश्य है, अगोचर है । जब आत्मा अदृश्य है, अविनाशी है तो जरूर अतिसूक्ष्म होगा जिसे खुले नेत्रों से नहीं देखा जा सकता है । अतः आत्मा अतिसूक्ष्म, ज्योति-बिंदु और चैतन्य है ।

मतभेद परमात्मा के स्वरूप के बारे में अधिक है । परमात्मा एक है और सत्य है, इससे तो कोई मुकर नहीं सकता; लेकिन उनके स्वरूप में मतभेद है । परमात्मा को अशरीरी और अजन्मा कहा गया है, तो जरूर वह भी अत्यन्त सूक्ष्म, चिन्मय और चर्मचक्षु से अदृश्य होगा ? देखिये कुछ प्रमाण—

बाइबल में ईश्वर को 'चिन्मय' (Spirit) कहा गया है । क्राइस्ट ने कहा था "God is light". मनु ने भी ईश्वर को चिन्मय कहा है (६/६५) और गीता में भी यही बात स्वीकार की गयी है । ग्रंथ साहब में लिखा है—

"हरि सम जग में वस्तु नहीं, प्रेम पंथ सम पंथ ।
सतगुरु सम सज्जन नहीं, गीता सम नहीं ग्रंथ ।।

उपरोक्त वाणी को दूसरी पंक्ति में सतगुरु (परमात्मा) के गुणों के बारे में कहा गया है लेकिन प्रथम पंक्ति "हरि सम . . ." उनके स्वरूप की ओर ध्यान खींचता है । भगवान के समान दुनिया में कोई वस्तु इस लिए नहीं है कि सांसारिक सभी वस्तु दृश्य हैं; लेकिन एकमात्र भगवान ही अदृश्य है । अतः उनके अनुसार भी परमात्मा अतिसूक्ष्म हैं । गुरुनानक जी ने कहा था "एक ओंकार, निरंकार" ।

गीता योगियों का मुख्य पाठ्य ग्रंथ है । इसमें भी भगवान ने कहा है—

कविं पुराणमनुशासितार
मनोरणीयांश मनुस्मरेद्य ।
सर्वस्व धातारमयिन्त्यरुप
मादित्यवर्ण तमसः परस्तात ।।
प्रायाणकाले मनसाचलेन
भक्तयायुक्तो योगबलेन चैव ।
भुर्वोमध्ये प्राणमावेश्य सम्यक् ।
सतं परं पुरुषमुपैति दिव्यम ।।
(अ. ८,९,१०)

अर्थात' जो पुरुष सर्वज्ञ, अनादि, सबके नियंता, सूक्ष्म से भी अति सूक्ष्म, सबके धारण पोषण करने वाले, अचिन्तयस्वरूप, सूर्य के सदृश्य नित्य चेतन प्रकाश स्वरुप, अविद्या से अति परे, शुद्ध सच्चिदानंदन परमात्मा को स्मरण करता है वह भक्तियुक्त पुरुष अन्तकाल में भी योगबल से भृकुटि के मध्य में प्राण को अच्छी प्रकार स्थापन करके, फिर निश्चल मन से स्मरण करता हुआ उस दिव्य स्वरुप परमपुरुष परमात्मा को ही प्राप्त होता है ।

अतएव आत्मा के समान परमात्मा भी अतिसूक्ष्म, अदृश्य, ज्योतिबिंदु तथा अविनाशी है । परमात्मा शरीर के पिता नहीं कहे जाते बल्कि सर्व आत्माओं का पिता कहा जाता है । मात्र यही बात ही काफी है परमात्मा को ज्योतिबिन्दु साबित करने के लिए; क्योंकि बाप और बेटे का रूप समान ही होता है, जैसा बाप वैसा बच्चा । अतः परमात्मा और आत्मा के स्वरूप में कोई भिन्नता नहीं है ।

योग का उद्देश्य

चाहे कोई भी साधना क्यों न की जाय, साधक का कोई न कोई उद्देश्य अवश्य ही होता है, कोई न कोई कामना अवश्य होती है निष्काम या निरुद्देश्य कोई भी कार्य नहीं होता है, या यूँ कहें कि निष्कामना या निरुद्देश्यता दोनों ही अतार्किक (illogical) शब्द हैं । योग भी किसी न किसी उद्देश्य की पूर्ति के लिए ही

किया जाता है । अत: उस शास्त्रीय और योग्य उपाय को योग कह सकते हैं जिससे किसी खास ध्येय की प्राप्ति होती हो । जब योग आत्मा और परमात्मा के मिलन का नाम है तो जरूर जीव आत्मा परमात्मा से सम्बंध जोड़कर कुछ प्राप्त करना चाहता होगा ? वर चाहना है बाप (परमात्मा) समान बन जाना । परमात्मा का जो गुण है वह अपने अन्दर समाविष्ट कर उस स्वरूप में टिक जाना, परमात्मा "प्रेम के सागर," "ज्ञान के सागर" "आनंद के सागर" हैं तो प्रेम, आनंद और ज्ञान के स्वरूप में टिक जाना ही योग का मूल उद्देश्य है । जब जीवआत्मा इस स्वरुप में टिक जाती है तब जीवन-बंध से निकल जीवनमुक्त हो जाती है अर्थात् सर्व दुखों और समस्याओं से पार हो जाती है ।

भगवान ने कौन सा योग सिखाया ?

गीता में कई प्रकार के योग वर्णित हैं, यथा—सांख्ययोग, कर्मयोग, राजयोग, भक्तियोग, ध्यानयोग, अष्टागंयोग, ऐश्वर्ययोग आदि । योग के कुछ ग्रंथों में योग शब्द से मन्त्रयोग, हठयोग, लययोग आदि का भी उल्लेख मिलता है ।

विभिन्न योगों के लिए विभिन्न आसन भी निर्धारित किये गये हैं । यह आसन विभिन्न लोगों के लिए संभव नहीं है । परमात्मा को तो ऐसा योग सिखाना पड़ता है जिसे हर वर्ग, हर आयु और हर सम्प्रदाय के लोग, हर समय और हर स्थिति में कर सकते हों । आज विज्ञानगर्वित चमत्कारों ने मनुष्य को चकाचौंध में डाल दिया है । मनुष्य दिन प्रतिदिन व्यस्त से व्यस्त होता जा रहा है । जहाँ उसे दम धरने की भी फुर्सत नहीं है वहाँ भला प्राणायाम या हठयोग के लिए समय ही कहाँ । एक तरफ मनुष्य शांति चाहता है दूसरी तरफ व्यस्तता दिखाता है । व्यस्तता के ऐसे क्षण में सर्वका कल्याणकारी पिता, परमपिता परमात्मा आकर 'राजयोग' सिखाते हैं जिसका अभ्यास जो भी चाहे, जहाँ भी चाहे, जैसे भी चाहे कर सकता है । उठते, बैठते, कार्य-व्यवहार में रहते हर समय करने वाला सर्व योगों का राजा है 'राजयोग' ।

अब राजयोग क्या है ?

'योग' शब्द के प्रारंभ में राज लगकर विशेषण बन गया । योग की विशेषता बढ़ गई । मूल वस्तुत: वही रहा पर झाड़ बढ़ गया । 'राज' का अर्थ होता है शासन और योग है सम्बंध । ऐसा सम्बंध (connection) जिसके जुड़ते ही सर्वकर्मेन्द्रियों पर शासन चलने लगे 'राजयोग' कहलाता है ।

राजयोगी पहले अपने को आत्मा निश्चय करता है, फिर मन को परमात्मा के स्वरूप तथा गुणों के चिंतन की ओर ले जाता है । मन निरंतर परमात्मा के चिंतन करने के कारण एकाग्र और स्थिर हो जाता है । मन की स्थिरता के कारण इन्द्रियाँ अपने आप स्थिर हो जाती हैं । चूँकि राजयोगी का मन निरंतर उच्च चिंतन में लगा रहता है अत: उसकी अवस्था चैतन्य होती है; जिसमें विचार होता है । आनंद रहता है और ज्ञानालोक का विकास होता रहता है । यही अवस्था उसको निर्मल ज्ञान प्रदान करती है । राजयोग

मनमनाभव

मनमनाभव मध्याजीभव शिव ने मंत्र सुनाया ।
इसी मंत्र के वश में होकर भाग गई है माया ।।

5 विकारों की इस जग में नहीं गलेगी दाल ।
कर्म-इन्द्रियाँ वश में होंगी नहीं चलेगी चाल ।।

प्रकृति बनेगी दासी, शिव बाबा की प्रिय आत्मा की ।
सूर्य करेगा सेवा अविरल प्यारी भारत माँ की ।।

स्वर्ग बनेगा भारत, स्वर्ण महल जगमग चमकेंगे ।
उनमें रहने वालों के मुख पावन बन दमकेंगे ।।

हमसो पतित बने कलियुग में शिव ने द्विज बनाया ।
हमसो बनें देव सतयुग में संगम में समझाया ।।

विषय विकारों से कलुषित यह सृष्टि बदल जायेगी ।
पवित्रता सुख-शांति की किरणें जग को मिल जायेंगी ।।

शिव बाबा के बच्चे मेरे प्यारे आत्मिक भाई ।
कुछ दिन श्रेष्ठ रहे संगम में करलो श्रेष्ठ कमाई ।।

जो पद अब पाओगे वह पद हर कल्प में मिलेगा ।
रह गये गर अरमान अंत में सर धुनना ही पड़ेगा ।।

श्रेष्ठ राय इसलिए सुनो अब शिव पर हो कुरबान ।
तन-मन धन की बाज़ी लगाकर करलो निज कल्यान ।।

□ ब्र.कु. सत्यप्रकाश वाराणसी

का अभ्यास चलते, फिरते हर हालत में किया जा सकता है; फिर भी हठयोग का समन्वय इसमें चासनी का काम करता है । उचित आसन मन को एकाग्र करने में सहायक होता है । अनुपयुक्त बैठक आलस ला देता है और योगी को पता भी नहीं चलता कि वह योग में है या नींद में । हठयोग के समन्वय का यह मतलब नहीं कि राजयोग, हठयोग से मिलता जुलता है, बल्कि दोनों में बहुत बड़ा अन्तर पाया जाता है ।

राजयोग और हठयोग में अंतर

राजयोगी और हठयोगी दोनों की योगावस्थाओं में महान फर्क है । हठयोगी हठक्रिया द्वारा या क्लेशपूर्वक अपने भीतर प्राणवायु को स्थिर रखने की कोशिश करता है । प्राणवायु के स्थिरता के कारण उसका मन भी धीरे-धीरे स्थिर होने लगता है और अंत में वह मन निंद्रा के समान अचैतन्य अवस्था प्राप्त कर लेता है । उसकी इस अवस्था को 'मूढ़ समाधि' कहते हैं । इस अवस्था में न तो विचार रहता है और न ही आनंद ।

इसके विपरीत राजयोगी की अवस्था भिन्न होती है । वह क्लेशपूर्वक ध्यान नहीं करता, बल्कि सुरुचिपूर्वक और सुखमय आसन द्वारा तथा उच्च चिंतन द्वारा मन को एकाग्र करता है जिस कारण उसकी अवस्था 'चैतन्य समाधि' कहलाती है । राजयोगी का मुख हर्षित तथा कान्तिवान होता है, क्योंकि उसकी याद उस सत्ता की होती है जिससे कांतिवान कोई अन्य हो नहीं सकता । जिसकी याद की जाती है उसके लक्षण जरूर आ जाते हैं । अत: राजयोगी के चेहरे पर शीतलता होती है जबकि हठयोगी कान्तिहीन होता है ।

राजयोगी के लक्षण

राजयोगी अन्तर्मुखी होता है । हम सभी दो जगत में खड़े हैं । एक वह जो दिखाई दे रहा है बहिर्जगत और दूसरा वह जिसे हम इन नेत्रों से नहीं देख पा रहे हैं अन्तर्जगत कहलाता है । बर्हिजगत की बातें बहिर्मुखी होती हैं और अन्तर्जगत की अन्तर्मुखी । राजयोगी का मन सदा अन्तर्जगत में विचरता रहता है, अतएव उसकी मूल धारणा अन्तर्दृष्टि और ज्ञान है न कि उसकी वाक-चापल्यता । उपनिषदों में कहा गया है कि 'यह अकेले की उड़ान है, अकेले की ओर ।'

विभिन्न विचारकों ने योगी के जो लक्षण बताये हैं उन सबमें ज्यादा से ज्यादा समानता दिखाई पड़ती है और वे लक्षण वास्तव में राजयोगी पर ही लागू होता है । देखिये उन विचारकों के विचार:

कवि वर्ड्सवर्थ ने "Ode to immortality" काव्य में कहा है कि "रे मेरे सच्चे ज्ञानी, तू ही तो है जो अपनी वसीयत को नहीं भूला है, इन अँधों के बीच में एक तेरे ही आँख है, इसलिए तू बहरा है (किसीका नहीं सुनता) और मूक है (किसीसे नहीं बोलता), और सदा सनातन मन के आश्रय में रहकर सनातन गूढ़ तत्त्व को ही देखता और विचारता रहता है ।"

सच ही कहा है कवि वर्ड्सवर्थ ने । राज़ का अर्थ रहस्य भी होता है । राजयोग वास्तव में रहस्यों से भरा योग है । जो इस रहस्य को जान लेता है वही सच्चा राजयोगी होता है, और उसे ही ईश्वरीय मिल्कियत प्राप्त हो सकती है । राजयोगी चूँकि अन्तर्मख और अन्तर्दृष्ट होता है इस तरह एक प्रकार से वह अंधा और बहरा ही होता है । अंधा इस अर्थ में कि सांसारिक वस्तुओं को देखते हुए भी विनाशी समझकर अनदेखी कर देता है । बहरा इस अर्थ में कि वह भगवान की ही सुनता है, सांसारिक सारहीन बातों को सुनकर भी सुना अनसुना कर देता है । ऊपर मैंने बना दिया है कि राजयोग भगवान ही सिखाते हैं अत: राजयोगी सनातन गुह्य तत्त्व को, भगवान् द्वारा प्राप्त दिव्य दृष्टि द्वारा निहार सकता है ।

"मौन रहो, क्योंकि मौन ईश्वर को ऊपर से नीचे की ओर खींचता है ।" यह कथन है मौलाना रुमी का । मौन का अर्थ मन के मौन से है । राजयोग के लिए अन्तर्मुखी होना बहुत जरूरी है और यह तभी संभव है जब वह अधिक-से-अधिक बहिर्मुखता (वाक चापल्यता) से दूर रहे । चिंतन के लिए मौन रहना आवश्यक है ।

राजयोगी के लिए मौन इसलिए भी आवश्यक है क्योंकि उसका सम्बंध ऐसे से होता है जिसे उपनिषदों में 'अणोरणीयान' कहा गया है । 'अणोरणीयान' अर्थात् अणु (Atom) से भी छोटा, अति सूक्षम । यह अणु कोई भौतिक अणु नहीं बल्कि चैतन्य और चिन्मय है जिसे चंचल मन वाला बुद्धिमान व्यक्ति भी नहीं परख सकता । अत्यंत बुद्धिमान व्यक्ति भी उसकी कल्पना नहीं कर सकते । ऐसा मिलन लंबे साधना के बाद ही संभव हो सकता है इसलिए "कोटों में कोऊ, और कोऊ में

(शेष पृष्ठ २९ पर)

"जीवन लड़ते-लड़ते ही बीत गया"

□ब्र.कु. आत्मप्रकाश, आबू पर्वत

आज मदन को जीवन में पहली बार एकांत में आनंद का अनुभव हुआ जब वह अचानक ही काम-काज से निवृत्त होकर सैर करने चला ।

आज तक तो सदा ही वह एकांत में बोर होता था । बदले लेने के अग्नि शामक तुल्य संकल्प, ईर्ष्या का ज़हरीला धुआं, उसे वहां सुख की श्वास नहीं लेने देता था । प्रकृति चाहे कितनी भी शांति क्यों न बिखेर रही हो, शीतल पवन चाहे पापियों के मन को भी क्यों न राहत दे रही हो, संपूर्ण चंद्रमा की शीतलता दुश्मनों के हृदय को चाहे शीतल क्यों न कर रहा हो, परंतु मदन के लिए ये सब नीरस ही रहा ।

परंतु आज न जाने कहां से शुद्ध तरंगे आकर उसके मन को छू गई... उसकी बुद्धि पर पड़ा अशुद्ध पर्दा हटने लगा... वह कुछ गहराइयों में जाने लगा... मन ने कुछ नवीन उड़ानें भरी और क्षण भर के लिए अपने परम् प्रियतम को छूकर नीचे आ गया...परंतु वह क्षणिक आनंद भी उसके लिए पहली बार था... उसे तो पता भी नहीं था कि आनंद क्या बला है... शांति किस चिड़िया का नाम है...

इस क्षणिक आनंद ने मदन के विवेक को निखार दिया । अब वह स्वयं को एक स्वतंत्र पंछी की तरह महसूस करने लगा । खुशी की लहरें मन के आर-पार जाने लगीं । विचारों ने उड़ान भरी...

ओह... जीवन में इतना सुख भी होता है क्या...और मन सुख के अंतराल में डूब गया...

अब विचार प्रवाह पीछे की ओर मुड़ा...

वाह 15 वर्ष बीत गये... शांति की खोज के लिए घर भी त्याग दिया था, सच्चे सुख की तलाश में पवित्रता को भी अपना लिया था,...परंतु ये क्या हुआ...ये क्यों हुआ...15 वर्ष,... जीवन का लंबा सफ़र पूर्ण हो गया... एक बड़ा अध्याय बीत चुका...परंतु मैं...मैं...वहीं-का-वहीं...अब भी वही खोज... आखिर खोज का अंत क्यों नहीं हुआ...

उसके मानस पटल पर उसके 15 वर्ष के वृतांत अंकित होने लगे...कारण स्पष्ट होने लगे ।

ओह... मैं जिस लक्ष्य से आगे बढ़ा था... उसे शीघ्र ही भूल गया था... मैंने सोचा था कि संपूर्ण त्याग का मार्ग अपनाऊंगा, परंतु कदम-कदम पर मेरा "मैं"... मुझे युद्ध के मैदान में ढकेल ले गया...

ओह ! महान् अफसोस...15 वर्ष का सुंदर काल मैंने लड़ते-लड़ते ही बिता दिया... अब ये जीवन अनेकों के दूषित संकल्पों रूपी रक्त से सुना है... मुझे इसे धोना होगा...मैंने अज्ञानवश ये क्या कर लिया... ?

मेरा ये "मैं-पन" जिसे मैं पहचान भी न सका...मुझे कहां ले गया । कभी इसने जिद्द का रूप बनाकर मुझे संघर्ष के मार्ग में रत किया, तो कभी बुद्धि के अहंकार के रूप में प्रवेश करके दूसरों को अपमानित कराया... और मेरा स्वमान नष्ट हो तो गया...परंतु मैं, दुबुद्धी इस महान् कीड़े को समझ भी न पाया...

करना था मुझे माया से युद्ध और मैंने किया अपनों से युद्ध... उन प्रभु-प्रेमियों से युद्ध जो प्रभु के लिए सब-कुछ लगा बैठे, जिनके नयनों में प्रभु बसने लगे...मैंने उन्हें डिस्टर्ब करने का दुस्साहस किया... आह, ऐसे में मेरे किसी भी मित्र ने मुझे सम्मति न दी...

नहीं...नहीं...मैं मित्रों को दोष नहीं दे सकता । मित्रों ने तो मुझे अनेक बार समझाया, परंतु मैं अहंकार के नशे में चूर, भला कब किसकी बात सुनता था । और मैंने अपने दुर्व्यवहार के कारण अपने सभी सच्चे मित्रों से भी तो बिगाड़ ली थी...वे भी तो मुझसे दूर ही रहना चाहते थे...

परंतु देखो मेरी मति...तो भी मैं अपने को बहादुर मानो महारथी समझता था, सोचता था, आह—सब मेरे से डरते हैं—मेरा कितना रोब है । मुझे नहीं पता था कि ये रोब का महारोग अंदर-ही-अंदर मेरे सारे खजानों को नष्ट करता चला जा रहा है ।

(अंदर-ही-अंदर हंसते हुए)—मैं भी क्या था—बात-बात पर लोगों से लड़ जाता था, बस मैं ही सब-कुछ हूं—यह गुमान मेरे जीवन को व्यर्थ कर गया । किसी ने मुझे जरा कुछ कहा नहीं और मैं उस पर चढ़ बैठता था । काश ! मुझे सद्बुद्धि मिली होती

तो मैं भी जीवन में कुछ कर पाता ।

सुख की एक लहर फिर से उसके हृदय को छू गई—आज मदन के भाग्योदय का प्रथम दिन था । आशाओं की किरणें जग उठी थीं । बुरे दिन छुट्टी चाहते थे ।

वाह...आज प्रथम बार देख रहा हूं कि इस जीवन में इतना सुख, इतना परमानंद प्राप्त किया जा सकता है । मुझे तो स्वप्न में भी इन सुखों का आभास नहीं था । मैंने तो सोचा था, बस, भभके से रहो, अपना काम करो और मौज करो ।

परंतु इस जीवन की तो अथाह कीमत; जिसे मैंने लड़ते-लड़ते कोड़ियों के भाव बेच डाला । इस जीवन में प्रभु के साथ रहने का आनंद लिया जा सकता था । सेवा का सच्चा सुख लिया जा सकता था । मैंने सेवा तो की लेकिन अपनी व दूसरों की सिर-दर्दी की । सेवा में तो नम्रभाव तो अपनाया ही नहीं, जब कि सेवा नम्रता के बिना तो निरर्थक हो जाती है ।

और हां उस दिन सुना था इस जीवन का प्रतिपल अतीन्द्रिय सुखों में बिताया जा सकता है । परंतु सुनकर निकाल दिया । बुरे दिन जो थे । सुनकर यह भी न सोचा कि मुझे अतीन्द्रिय सुख क्यों नहीं भासता, मैं क्या गलती करता हूं...बस मानो भैंस के आगे बीन बजा दी हो ।

मुझे सोचना तो चाहिए था कि भला जहां अहंकार है, जहां

गीत गाया पत्थरों ने

□ब्र.कु. जगरूप , देहली

रेलवे स्टेशन के प्लेटफार्म पर खड़े बहुत सारे व्यक्तियों में से एक भाई ने मुझे कहा, वो देखो भाईजी, एक भक्त ने कितनी मालाएं पहन रखी हैं और भक्त कितने प्यार-से उनको बार-बार हाथ लगाकर देख रहा है कि मालाओं के मणके ठीक हैं ? मैं भी उस भक्त और मालाओं के बारे में सोचते-सोचते जा रहा था कि अचानक मुझे एक गीत की आवाज़ सुनाई पड़ी, ''गीत गाया पत्थरों ने'' उस गीत की लाइन को सुनते ही मुझे उस स्थान की याद आने लगी जो जबलपुर शहर में एक नदी के किनारे 'बेड़ाघाट' जगह कहलाता है जहां अनेक ऊबड़-खाबड़ पत्थर पड़े रहते हैं परंतु नदी का किनारा होने के कारण एक दर्शनीय जगह है । उस 'बेड़ाघाट' के पड़े हुए पत्थरों के ऊपर अनेक व्यक्ति अपने जूतों सहित आगे-पीछे घूमते अपना मनोरंजन करते रहते हैं । लेकिन उन पत्थरों में से, जिनको लोग अपने पांव के नीचे कुचलते रहते हैं वहां के मूर्तिकार दुकानदार छोटे-छोटे कर व चुन-चुन कर उनको अच्छी तरह साफ करते फिर अपनी कलाकारी के गुण से और प्यार से उसको ऐसा बना देते कि वो पत्थरों को अब मंदिर, तीर्थस्थान व पूजा स्थान के बजाय कहीं और अस्वच्छ ज़गह पर रखना पाप मानते । कलाकार उसको ऐसा बना करके अपनी रोज़ी तो कमाते ही हैं लेकिन मुझे जो गीत की लाइन ने याद दिलाई कि वो कलाकार अपने हाथों से ऐसे पत्थरों को साफ करके ऐसा रूप देकर फिर उसी को नमस्कार करता फिर अपनी रोज़ी कमाता ।

काश ! ज़रा सोचो अगर वो पत्थर चेतन होता तो बार-बार क्या कहता और क्या गीत गाता ! शायद यही ''मैं कहां था मैं क्या था मुझे कलाकार ने क्या बना दिया सिर्फ बनाया ही नहीं बल्कि बनाने के बाद खुद कलाकार मुझे नमस्कार कर रहा है ।''

यह तो थी बेड़ाघाट स्थान के जड़ पत्थरों की कहानी लेकिन ! सच ! आज इस कलियुग की घोर रात्रि के समय जबकि पांचों विकारों के कारण मानव पूर्ण तमोप्रधान व विकारी बन चुका है और सतोप्रधान से तमोप्रधान बुद्धि अर्थात् पत्थर बुद्धि बन चुका है । ऐसे समय पर सभी पत्थर बुद्धि आत्माओं में से सर्व आत्माओं के पिता विश्व का बेड़ा पार करने वाले परमात्मा शिव ने पिताश्री प्रजापिता ब्रह्मा के तन में प्रवेश करके कुछ आत्माओं को चुन-चुन कर, जो विषय विकारों में गोते खा रही थीं, ज्ञानयोग से साफ किया और अपनी शक्तियों से गुणों से और अपनी रूहानियत से सजाकर व बंदर बुद्धि से मंदिर लायक बनाकर, पत्थर बुद्धि से पारस बुद्धि के समान बना रहा है और अभी मूर्तियां पूर्ण तैयार भी नहीं हुई परंतु तैयार होने से पहले रोज़-रोज़ उस बेड़ाघाट के समान बेड़ा पार करने वाला परलौकिक और अलौकिक पिता, बाप और दादा दोनों उन चुने हुए बच्चों को रोज़-रोज़ कहते, ''मेरे मीठे-मीठे सिकिलधे बच्चों को याद प्यार गुड मार्निंग और नमस्ते ।''

तो वो आत्माएं जिनको सृष्टि का रचता अपनी रचना को रचकर फिर नमस्ते करता तो उन सबके अंदर यह आवाज़ या गीत जरूर बजता होगा कि क्या थे क्या बना दिया और इस संगमयुग पर अपने गले का हार बना दिया और इतना लायक बनाया कि भक्ति मार्ग में भी भक्तों ने अपने गले में माला के रूप में रखा जो प्लेटफार्म पर भक्त के गले में पड़ी माला को देखकर अंदर से बार-बार आवाज़ निकली वाह, बाप-दादा वाह, बाप-दादा । सच गीत तो पत्थरों ने ही गाया है । □

आपस में प्रेम ही नहीं, जहां कभी दूसरों को सुख देने का विचार ही नहीं उठता, जहां मैं यह करूं, मेरा नाम हो ये मायावी बातें हैं वहां भला अतीन्द्रिय सुख कहां से बरसेगा । अतीन्द्रिय सुख तो उन्हें मिल सकता है—जो स्वयं को इंद्रियों के संघर्षों से मुक्त रक्खे ।

पर जहां हाथ भी लड़ने को आतुर हों... कान भी लड़ाई करते हों...नयन भी संघर्षरत्त हों...मुख पर शोले बरसते हों...जिव्हा अग्नि उड़ेलती हो...वहां अतीन्द्रिय सुख क्यों... !

अतीन्द्रिय सुख तो वहां है, जहां चित शीतल है...हस्त कमल है...नयन दिव्य है और विचार सुखदाई है...

खैर, चलो...15 वर्ष तो गवां दिया...ओह, सचमुच गवां दिये क्या...नहीं, नहीं, इतने काम जो किये...परंतु इससे क्या, काम तो सारा संसार कर रहा है...परंतु पवित्र आत्माओं को दुख जो दिया...इससे सब किये-कराये पर पानी फेर दिया...

तो क्या सच ही इतना बड़ा समय गवां दिया...नहीं...नहीं, यह तो नहीं हो सकता...ईश्वरीय कार्य में तो रहे...हां, ठीक है...परंतु जीवन तो वही है जिसमें खुशी हो...जिस जीवन में खुशी नहीं, उसे गवांना नहीं तो क्या कहेंगे...सच...सच...यह संपूर्ण सत्य...मैंने 15 वर्ष गवां दिये...खुद की खुशी तो छोड़ो...मैंने तो अनेकों की खुशी छीन ली थी...उनके श्राप ने मुझे चैन-से न रहने दिया...

उस बेचारे सज्जन मनमोहन से मैंने यों ही संघर्ष किया, कितना भोला था ! रात-दिन सेवा में लगा रहता था—परंतु मैं भी हाथ धोकर ही उसके पीछे पड़ा रहा । मैंने सदा उसकी ग्लानि की, सदा उसे नीचे गिराने की ही सोची । यह कितना बड़ा पाप था...

सचमुच आज मदन का विवेक निखर रहा था, उसे अपने किये पर पश्चाताप हो रहा था...यह भी श्रेष्ठ भाग्य की निशानी है कि मनुष्य अपनी भूलों का एहसास कर ले...उसे विवेक प्राप्त हो जाय कि मैं कहां-कहां गलती कर रहा हूं...

अब मदन ने मानो करवट बदली...नया उमंग मन में छाने लगा...

बस, आज से यह युद्ध बंद...अरे, मुझे तो माया पर विजयी बनना है...परंतु अपनों से ही लड़ते-लड़ते माया से लड़ने का साहस-सा जाता रहा...मैं तो माया को घर में शरण दिये रहा...

आज से हे मेरे परमपिता—मेरी प्रतिज्ञा है...मैं जीवन में किसी से भी नहीं लडूंगा । मेरा तो जीवन ही व्यर्थ गया...हे प्रभु..."मैं तुम्हारा मन से शुक्रगुजार हूं जो अब अंतिम क्षणों में भी आपने मुझे सद्विवेक दे दिया...मेरे मन के मैल धुल दिये..."

अब मैं अपनी विचारधारा को बदल रहा हूं...यह जीवन अब ईश्वरीय सुखों के अनुभव के लिए है...इसलिए तो त्याग किया था...आज से यदि कहीं भी संघर्ष होने का भय होगा... तो मैं स्वयं को वहां से हटा लूंगा...इस जीवन को ईश्वरीय रसों में ही बिताऊंगा...

अब मदन के चेहरे पर तेज था...उसके बुरे दिन गुजर चुके थे...अब वह सभी को शांत और ईश्वरीय रसों में खोया हुआ दिखाई देता था और सभी उसके परिवर्तन पर चकित थे... □

भाग्य तथा कर्म

□टी.एस. अग्रवाल., इटावा

अक्सर सेवाकेंद्र पर आने वाले इस प्रकार के प्रश्न पूछते हैं कि जब भाग्य प्रधान है तो कर्मों का क्या महत्व है ? यह विवादग्रस्त प्रश्न है कि कर्म अधिक महत्वपूर्ण है अथवा भाग्य । पर दोनों ही अपनी-अपनी जगह श्रेष्ठ हैं ।

एक बार एक गुरुजी के आश्रम में 2 शिष्यों में आपस में बहस छिड़ गयी कि भाग्य का अधिक महत्व है या कर्म का । विवाद बढ़ते-बढ़ते गुरुजी के पास पहुंचा । उन्होंने दोनों को एक कमरे में बंद कर दिया । कहा रात-भर तुम दोनों को भोजन नहीं मिलेगा ।

पहले मित्र को रात में भूख लगी उसने हाथ से टटोल-टटोल कर देखा अचानक ही एक आले में चने से भरा हुआ लोटा मिला । उसने दूसरे मित्र से कहा देखो, मैंने कहा था न कि कर्म प्रधान है अतः पुरुषार्थ करने से मुझे यह चने मिले हैं लो तुम भी खाओ ! दूसरा बोला, नहीं मैं भाग्यवादी हूं उसी से प्राप्त वस्तु लूंगा । पहले मित्र ने चने के बीच में पड़े कंकड़ उसे दे दिये । सवेरा होने पर गुरुजी ने उन्हें खोला और समाचार पूछे । पूरी बात सुनकर उन्होंने वे कंकड़ अपने हाथ पर रखकर देखे । दोनों मित्र चौंक गए, क्योंकि वे कंकड़ नहीं हीरे थे । परंतु दोनों को समझाया कि श्रेष्ठ कर्म करने पर ही भाग्य बनता है । प्यारे परमपिता परमात्मा कहते हैं कि श्रेष्ठ कर्म ही श्रेष्ठ भाग्य का आधार है । जैसे वह मित्र यदि पुरुषार्थ ही न करता तो चने की प्राप्ति कदापि न हो पाती । □

''लघु नाटक''

पिंजरे का पंछी

ब्र.कु. रामप्रसाद लेखक , बैतूल

सुनीता— नायिका
अनिल— सुनीता के पति
दुर्गावती— सुनीता की सास
राजेश— सुनीता का भाई
पुष्पा— सुनीता की भाभी

''प्रथम दृश्य''

सजा-सजाया हॉल जिसमें दिव्य गुणों का गुलदस्ता, राजयोग के स्तंभ आदि चरित्र को श्रेष्ठ बनाने वाले प्रेरणादायक चित्र लगे हुए थे, क्योंकि आज राजेश का अलौकिक जन्मदिन था । उसने सभी को निमंत्रण दे घर पर बुलाया था । उसकी बहन सुनीता नज़र नहीं आ रही थी । उसकी निगाहें उसी को ढूंढ़ रही थीं । वह इसी उधेड़बुन में सोच रहा था कि उसे आना तो चाहिए था पर पता नहीं ये क्यों नहीं आई ? सहसा उसकी नज़र सामने हाथों में मालाएं तथा भेंट के लिए कोई समान लिए खड़ी महिलाओं पर पड़ी वे शायद कॉलेज तथा ऑफिस की थीं, वह तेजी-से उस तरफ बढ़ा । इसी बीच दो-चार दोस्तों से हाथ मिलाता, ओमशांति कहता दो-चार से नमस्ते करते-कराते वह उस जगह पहुंचा जहां तिल धरने को भी जगह न थी । औरतें व लड़कियां कुछ गा रही थीं कि एक लड़की ने पास खड़ी हुयी अपनी सहेली को कुहनी मारते हुए कहा सुनीता तुम भी गाओ ना... भाई का जन्मदिन रोज़ होता है क्या ? तो ये सुनीता है ? राजेश की आंखों में यकीन न हुआ, इसे तो उसने अभी-अभी एक कोने में खड़े हुए देखा भी था ।

राजेश —सुनीता, तुम कब आ गई, मुझे बताया भी नहीं ये हालत कैसी बना ली जो पहचान में भी नहीं आती ।

सुनीता —भैया ! ये तो ऐसे ही तबीयत खराब होने से नज़र आ रही है, वैसे मैं खुश हूं । अभी कुछ समय पहले ही आई, आपको बिज़ी देख मैं इधर ही खड़ी हो गई थी ।

(राजेश की आंखें सुनीता पर ही केंद्रित हो गई थीं । तो ये है सुनीता जिसे वह प्यार से सुमी कहा करता था । लेकिन इतना परिवर्तन कैसे हो गया ? यह तो हंसमुख तथा मज़ाक किया करती थी फिर भला ये कैसी नज़र आ रही है, वह मन-ही-मन बुदबुदाया... इतने में उसकी पत्नी आती है)

पुष्पा —अजी क्या सोचने लग गये, सामने सुमी खड़ी है, बातें ही नहीं करते कुछ भी सोचने लग गये ।

राजेश —सुनो पुष्पा, ये सुमी की हालत देख मुझे यकीन नहीं आता कि ये वहीं सुनीता है जो हमें दिनभर हंसाया करती थी अब इसकी हंसी ही गुम हो गई ।

पुष्पा —श्रीमान्जी, लड़की और शादीशुदा औरतों में बहुत फर्क होता है । लड़की स्वच्छन्द चिड़िया की तरह मस्त उड़ान भरती है, भविष्य के सपने संजोती है, सुंदर घर की कल्पनाओं में खोयी रहती है । लड़की बेटी होती है जिसे मां-बाप, भैया-भाभी सभी प्यार करते हैं और शादीशुदा औरत पिंजरे का पंछी होती है । पिंजरा भले ही सोने-चांदी का हो वह पिंजरे से लाख छूटने का प्रयत्न करे, नहीं छूट पाती और जब छूटती है तो उसके पंख झड़ चुके होते हैं ?

राजेश —मगर सुनीता, हमारी लाडली बहन फिर क्यों हमसे नाराज़ इतनी उदास व गंभीर दिखाई दे रही है ?

पुष्पा —आप समझते क्यों नहीं अब सुनीता की शादी हो चुकी है, वह पहले जैसी हरकतें अब थोड़े कर सकती है ।

फिर एक बात और है शादीशुदा नारी-बेटी या बहिन नहीं बल्कि बहू होती है जो हंसे तो शामत, रोए तो मुसीबत । जिसके हाथ बर्तन मांजते हैं, जिसके कान खरे-खरे बोल सुनते हैं । जिसकी पीठ पर थपकी नहीं दर्द का बोझ होता है...यह हिंदुस्तानी समाज का यथार्थ है इसे न तुम बदल सकते हो न मैं ।

राजेश —तो फिर इसे कौन बदलेगा ?

पुष्पा —हमारी भावी पीढ़ी ।

सुनीता —वाह ! क्या तर्क है भाभीजी का, सपने देखने की खूब आदत है पर सपने सभी सच नहीं होते ?

पुष्पा —यह सपना नहीं बल्कि हकीकत है, ज़िंदगी को जीना ज़िंदगी के बारे में सोचने में बहुत अंतर है सुमी, देखो... तुमने अपनी ज़िंदगी के बारे में स्वयं सोचकर निर्णय कर लिया, हमारी ज़रा भी नहीं सुनी आखिर उसका परिणाम हुआ कि आज तू हंस भी नहीं सकती ।

सुनीता —सच कहती हो भाभी—मैंने आपकी तथा भैया की बातें न सुनकर कल्पना के महल खड़े कर झूठे सपने देखे, सोचा कि शादी करने के बाद मैं सुखी और शांत जीवन बिताकर स्वतंत्र हो कुछ भी किया करूंगी लेकिन उल्टा ही हुआ । जिस वातावरण में हम पल-पल बढ़ रहे हैं वह दूषित और दूषित क्यों होता जा रहा है ? आखिर भाभी हमारी पढ़ाई भी हमारे भाव को, हमारे परिवार को, हमारे समाज को बदल नहीं पाती ये पढ़ाई मानों व्यर्थ-सी हो गई है ।

पुष्पा —सुमी, तुम्हारी पढ़ाई अधूरी है,मैंने पहले भी कहा था और तुम्हारे भैया ने भी बताया था कि ईश्वरीय पढ़ाई जो हम लोग पढ़ रहे हैं उसी के आधार पर आप इसे बदल सकती हैं बल्कि दुनिया की पढ़ाई सिर्फ खोखलेपन की निशानी है ।

सुनीता —पर भाभी अब मैं आपके ईश्वरीय ज्ञान लेने में भी अपने-आपको काफी हद तक असमर्थ पा रही हूं क्योंकि आप तो जानती ही हो कि...

पुष्पा —मैं शादीशुदा हूं यही ना ?

सुनीता —नहीं तो ।

पुष्पा —फिर क्या बात है क्या किसी बात का बंधन है ?

सुनीता —यही समझ लो भाभी ! हिन्दुस्तानी शादी दो आत्माओं का मिलन न होकर गुलामी की ज़ंजीर से कम नहीं है यह मैंने अच्छी तरह समझ लिया है ।

इस प्रकार सुनीता एक उदास मुस्कान लिए धीरे से मुस्कुरा कर रह गई पर मन खुद बुदबुदाने लगा वह अपनी ही कमज़ोरियों-कमियों के बारे में सोचती अपनी सीमाओं को आंकती लेकिन एक पहलू था जहां वह झांकती और उदास व गंभीर हो जाती । यह उदासी राजेश को खल रही थी । राजेश ने सुनीता को अपनी छोटी बहन के रूप में देखा था और अब वह शादीशुदा भारतीय नारी के रूप में थी । ढांचा वही था पर चेहरा बहुत बदला हुआ था । आम आदमी चाहता है कि वह किसी को ढांचे से नहीं बल्कि चेहरे से पहचाने । सुनीता में स्निग्धता, चंचलता की ज़गह चुप्पी थी, उसकी चुप्पी को तोड़ते हुए राजेश धीरे से बोला—

राजेश —सुनीता... अनिल नहीं आये, कहीं दिखाई भी नहीं दिये ।

सुनीता —वे नहीं आए हैं उन्हें कुछ जरूरी काम था ।

राजेश —क्या सचमुच जरूरी काम था ?

सुनीता —हां !

(इतना कहकर सुमी ने अपनी दृष्टि स्थित कर ली ताकि उसे विश्वास हो सके कि वह जो कह रही है शत-प्रतिशत सही है, पर सुनीता के चेहरे पर जो भाव था वह स्पष्ट दर्शा रहा था कि सुमी ने झूठ को सच में बदलने के लिए कितना जान लेवा आत्मसंघर्ष किया, चूंकि झूठ बोलना जिनकी फितरत नहीं होती जब वे झूठ बोलते हैं तो उनका पूरा-पूरा व्यक्तित्व उनसे आत्म-विद्रोह करने लगता है)

पुष्पा —सुनीता, आओ अंदर चलकर बैठें ।

सुनीता —अभी आई, भाभी ज़रा सहेलियों से भी मिल लूं ।

राजेश —हां सुनीता, तुम चलो मैं दोस्तों को बिदाई देकर आता हूं ।

(राजेश चला गया सभी को बिदाई दे वापस आता है)

"दूसरा दृश्य"

कमरे में राजेश पत्नी सहित बैठकर सुनीता से बातें कर रहे हैं । ब्रह्माकुमारी बहन किरन भी वहां विशेष रूप से उपस्थित थी जो सुनीता को धैर्य बंधाकर ज्ञानयुक्त बातें समझा रही है, इसके पश्चात् राजेश-सुनीता को छोड़ने उसके घर जाता है, वहां अनिल और उसकी मां दुर्गावती में किसी बात को लेकर झगड़ा चल रहा था । मां, धीरे बोलो ।

दुर्गावती —क्यों धीरे बोलूं, क्या किसी का खाके बैठी हूं, जो किसी से डरूं ।

अनिल —मां, ज़रा सुनोगी भी, अपनी-अपनी लगा रही हो ।

दुर्गावती —हां, मुझे तो अक्ल है नहीं । सारी कमियां तो मेरी हैं, मुओं ने कोड़ियों के मोल बेटे को खरीद लिया जिस पर भी धौंस मेरी जूती सहती है ।

अनिल —मां, बस भी करो ! (अनिल ज़रा रोब में चिल्लाया)

दुर्गावती —अच्छा चुप रहूं क्यों ? लालाजी का बेटा दसवीं फेल, समधियों ने घर भर दिया, एक तू नालायक बेढंगा एम.ए. पास

अनिल —मां, शांत रहो (वह सुनीता व राजेश को आता देख लेता है, लेकिन उसकी मां फिर बोल पड़ी)

दुर्गावती —बहू एक गिलास पानी पकड़ा दे तो पूरे मोहल्ले में खबर हो जाती है, सास रांड घी की मालिश भी कर दे तो पड़ोस में खबर तक नहीं होती । वो आते ही पट्टी पढ़ा देती है, और तू तोते की तरह रटने लगता है । तू क्या जाने तुझे बिगाड़ दिया है बातें बता कर । कर्म-जली खुदकशी भी नहीं करती, जीना हराम कर दिया अब गई है भाई के यहां वह पूरा कर देगा ।

अनिल —बहुत हो चुका अब बस भी करो मां... ।

(अनिल भीतर चला गया राजेश, सुनीता की सास के कहे हुए वचनों को सुनकर भी शांत रहा और सुनीता की आंखें तो एकदम आंसू भर लाईं, पर राजेश ने धैर्य बंधाते समझाते हुए कहा बहन, अब आंसू गिराने से कोई फायदा नहीं बल्कि हर समस्या का सामना करो यही ज़िंदगी का मकसद है । समस्या नहीं तो तपस्या भी नहीं । (राजेश समझा-बुझाकर वापस चल दिया । थोड़े दिन बाद सुनीता का पत्र आता है)

पुष्पा —सुनिए ! ये सुनीता का पत्र आया है ।

राजेश —कोई खास बात है क्या ? पत्र तुम क्यों नहीं पढ़ती ।

पुष्पा —मुझे दूसरा काम करना है आप ही पढ़ लीजिए... ।

राजेश पत्र पढ़ता है, जिसमें लिखा है प्यारे भैया... हम नारियों को जन्म के साथ ही सहनशक्ति, धैर्य और कामकाज की जन्मघुटी पिलाई जाती है और सिखलाया जाता है भाई से प्यार करो । बाप पीटता है तो आदर करो । पति परमेश्वर होता है उसके सामने सवाल-जवाब न करो । सास पूज्य है श्वसुर आदरणीय है । धुंआ हमारा भाग्य है, घुटन हमारी सहेली है । शादी के बाद हमारे लिए सभी पुराने दरवाजे-खिड़कियां बंद हो जाती हैं, जिस दहलीज़ पर हम माथा नवाती हैं, वही हमारी वधशाला क्यों बनती है ? मेरा भाग्य कोई अनोखा नहीं मैंने भी अब जीना सीख लिया और ये सब इसलिए लिखा है, चूंकि उस रोज तुम्हारी आंखों में मेरे प्रति बहुत सहानुभूति और प्यार था, जो हमसे ढूंढ़ा न जा सका वो शायद तुम तलाश कर सको । मैं बहुत-बहुत देर तक जीना चाहती हूं, ताकि तुम्हारी तलाश व्यर्थ न जाए, पर मैं यह घर छोड़कर जा रही हूं, अब तुम्हें ब्रह्माकुमारी बहन के रूप में ही मिल सकूंगी... अच्छा भैया...ओमशांति ।

राजेश देर तक मौन सोचता रहा संस्कार रूढ़ियों और वर्जनाओं के बारे में उसे लगा, कि यह कैसा माहौल है जहां स्वच्छ पानी का बहना वर्जित है किंतु दबी-छिपी गंदगी को सूंघना उसमें लिप्त रहना लोगों की फितरत है । कैसे हैं लोग जो जीना मुहाल कर दें ऐसा सुनीता के साथ क्यों किया जो उसे घर से भाग जाने पर मजबूर कर दिया, खैर ।

पुष्पा —जी सुनते हो, बहन उषा बता रही थी कि ब्रह्माकुमारी का दृढ़ संकल्प समारोह हुआ जिसमें सुमी ने भी दृढ़ संकल्प लिया ।

राजेश — कब ?

पुष्पा —कल ही तो, आज बहनजी आई उन्होंने ही बताया है ।

राजेश —चलो ये तो बहुत ही अच्छा हुआ । सुमी ने घुन लगे घर को छोड़कर अच्छा किया, कम-से-कम कोई खिड़की तो खोली जहां से कुछ ताज़ी हवा आने की संभावना तो बनी । अब वह पिंजरे का पंछी नहीं बल्कि आज़ाद पंछी की तरह इश्वरीय ज्ञान विश्व में फैला सकती है, स्वच्छन्द चिड़िया की तरह ज्ञानयोग के पंख लगा उड़ भी सकती है ।

बधाई हो बधाई हो .....
पद्मों की कमाई हो ..... □

इंदौर में दिव्य जीवन कन्या छात्रावास में आध्यात्मिक संगीत प्रकोष्ठ का उद्घाटन बम्बई के प्रसिद्ध संगीत निदेशक रवींद्र जैन ने दीप प्रज्वलित कर किया ।

"सहनशीलता"

□ब्र.कु. कुसुम., बोकारो

यूं तो दिव्य गुणों में 'अंतर्मुखता' एक ऐसा सर्वोपरि गुण है जिस गुण को अपनाने से अन्य दिव्य गुण स्वत: ही जीवन में धारण होने लगते हैं । फिर भी सेवा के क्षेत्र में सहनशीलता का गुण न केवल महत्त्वपूर्ण बल्कि अनिवार्य भी है ।

सहनशीलता अर्थात् दु:ख और अशांति पैदा करने वाली परिस्थिति में भी एक रस अवस्था । ईश्वरीय सेवा के क्षेत्र में सहनशीलता का गुण सेवा की सफलता में एक महत्त्वपूर्ण भूमिका निभाता है ।

सुना है—"रोज़ की तरह हज़रत इब्राहिम अपने तम्बू के दरवाजे पर बैठे इंतज़ार कर रहे थे कि कोई राहगीर गुज़रे तो बुलाकर उसका आतिथ्य करें । इतने में उन्होंने देखा कि ज़िंदगी और सफ़र से थका झुका सौ बरस का एक बूढ़ा राहगीर लठिया टेकता हुआ उन्हीं की ओर चला आ रहा था । इब्राहिम ने बड़े प्यार-से उसका स्वागत किया, उसके पांव धोये, और उसे बिठाकर खाना परोसा । लेकिन उन्होंने देखा कि बूढ़े ने न तो प्रार्थना की, न ईश्वर को धन्यवाद दिया, बल्कि एकदम खाने पर हाथ साफ करना शुरू कर दिया । उन्होंने बूढ़े से पूछा "बाबा तुम ईश्वर की इबादत नहीं करते ?" बूढ़े ने उत्तर दिया—मैं तो अग्नि की पूजा करता हूं और दूसरे किसी ईश्वर को नहीं मानता । यह सुनना था कि हज़रत इब्राहिम आगबबूला हो गये और उन्होंने बूढ़े को उसी क्षण धक्का देकर तम्बू से निकाल दिया—यह भी नहीं सोचा कि रात गहरी हो गयी है और चारों तरफ बियावान रेगिस्तान है । बूढ़े के चले जाने के बाद ईश्वर ने इब्राहिम को पुकारा और उनसे पूछा कि बूढ़ा अजनबी कहां गया ? इब्राहिम ने उत्तर दिया— भगवान् ! मैंने तो उसे निकाल दिया क्योंकि वह तुम्हारी इबादत नहीं करता ।

ईश्वर इस पर बोला—"इब्राहिम वह हमेशा मेरी तौहीन करता है फिर भी सौ साल मैं उसे सहन करता चला आया हूं । क्या तुम एक रात के लिए भी उसे नहीं सह सकते थे । तुम तो अपना कर्त्तव्य जानते थे ।"

सहनशीलता दिव्य गुण के साथ-साथ दिव्य शक्ति के रूप में भी गिना जाता है । वास्तविक अर्थ में सहनशीलता वहां है जहां सहन करने की अनुभूति भी अविद्या हो जाय । "मैं सहन कर रहा हूं" यह भान न रहे । ऐसा भी नहीं कि किसी अपमान को पांच बार सहन कर लें छठवीं बार न कर सकें । सहनशीलता का गुण तो एक स्वाभाविक गुण के रूप में अपने जीवन में अपनाना चाहिये । किसी मजबूरी में सहन करना सहनशीलता नहीं ।

सहनशीलता का गुण आध्यात्मिक ज्ञान से विकसित किया जा सकता है ।

एक तो बाह्य परिस्थिति में जबकि कोई हमें मानसिक आघात पहुंचाता, अनुचित व्यवहार, या अपमान करता या कोई मानसिक, शारीरिक, आर्थिक संकट आता तो सहन करना पड़ता । दूसरे शारीरिक पीड़ा, व्याधि के कारण दु:ख को सहन करना पड़ता ।

सर्व परिस्थितियों में सहनशीलता का गुण सहज प्राप्त करने के लिए ज्ञान के सागर परमपिता परमात्मा शिव ने कितना मीठा ज्ञान दिया है । कहते "मीठे बच्चे, इस संसार में कोई किसी को तंग नहीं करता । मनुष्य का अपना ही स्वभाव संस्कार उसे तंग करता । इसलिए अपने स्वभाव को मीठा व शीतल बनाओ ।" इस ज्ञान को हम अपने व्यवहारिक जीवन में उतारें तथा शिव-बाबा ने जो हर आत्मा के अविनाशी पार्ट का जो ज्ञान दिया है उसके अनुसार हर आत्मा के पार्ट को या सृष्टि नाटक को साक्षी होकर देखें तो कोई कारण नहीं सहनशीलता का गुण स्वत: धारण न हो । शारीरिक कष्टों में भी शिव-बाबा ने स्पष्ट ज्ञान दिया है कि पुराने विकर्मों का भी हिसाब-किताब तो चुक्तू होना ही है । बाबा कहते बच्चे "ये आपको आखिरी सलाम करने आयी है ।"

तो ईश्वरीय ज्ञान द्वारा सहनशीलता का गुण तथा सर्व समर्थ परमात्मा शिव से बुद्धि द्वारा योग लगाकर सहनशक्ति सहज ही प्राप्त की जा सकती । जो ब्रह्मा वत्स आदिकाल से आदिदेव प्रजापिता ब्रह्मा के अंग-संग रहे हैं उन्होंने अपने अनुभव में बताया है कि परमपिता, निराकार त्रिमूर्ति परमात्मा शिव ने जिस साकार माध्यम को विश्व को स्वर्ग बनाने के कार्य अर्थ चुना है वे इस गुण के साकारमूर्त थे । कई विकट परिस्थितियां आई, विघ्न आये—सहज ही पार किया । प्रजापिता ब्रह्मा के इसी आदि-गुण ने परमात्मा शिव के इस विशाल विश्व कल्याणकारी कार्य को सफल बनाया ।

FOLLOW FATHER हमें भी यह गुण अपने जीवन में अवश्य ही अपनाना है तभी विश्व परिवर्तन का कार्य सहज सफलता को पायेगा । □

मुखड़ा देख ले प्राणी...

□ले.-ब्रह्माकुमारी सुधा, शक्ति नगर, दिल्ली

रिकार्ड बज रहा था "मुखड़ा देख ले प्राणी..." देख ले कितना पुण्य है कितना पाप तेरे जीवन में... "मैंने सोचा कि कौन-सा मुखड़ा, कौन-सा दर्पण और कैसे देखें पाप और पुण्य को । बाबा की वाणियों में से बहुत सारे प्वाइन्ट्स एक के बाद एक आने लगे मेरे मन में । मैंने सोचा कि बाबा कहते हैं कि बच्चे, जितना-जितना योग लगाओगे, आत्मा पर से जंग उतरता जाएगा, जन्म-जन्मान्तर की मैल धुलती जाएगी, खुशी का पारा चढ़ता जाएगा, विकर्म दग्ध होते जायेंगे, संस्कार बदलते जायेंगे और आत्मा न्यारी और प्यारी बनती जाएगी... ।" ये और इसके अलावा भी बहुत सारे प्वाइन्ट्स मन में उभर आये । तब मैं मन में प्रक्रिया सोचने लगी कि यह सब कैसे-कैसे होता है ।

सबसे पहले तो जब हम निष्ठापूर्वक मन को मग्न कर योग लगाते हैं, तब उससे जो योग की अग्नि प्रज्जवलित होती है, उससे विकर्म दग्ध होते हैं । विकर्म दग्ध होने का प्रमाण यह है कि आत्मा में हल्कापन महसूस होता है । हल्कापन महसूस होने का भाव यह है कि चिंता, भय, विवेक के अभाव, उलझन—ये सब महसूस नहीं होते । इस तरह विकर्मों का दग्ध होना ही संस्कार परिवर्तन होना अथवा आत्मा के जंग, मैल या दाग-धब्बों का मिटना है ।

परन्तु वह दर्पण कौन-सा है कि जिसमें हम यह देख सकते हैं कि कितने दाग-धब्बे मिट गए और कितने रहते हैं । प्यारे बाप-दादा की जो वाणियां हैं अथवा उन द्वारा हमें जो ज्ञान मिला है, वही दर्पण हैं । जब उसके साथ हम अपनी स्थिति का मिलान करते हैं, तब हमें मालूम हो जाता है कि अभी कौन-कौन-से संस्कार मिट गये हैं और किन-किन संस्कारों को अभी बदलना शेष है । मान लीजिए कि मुरली में बाबा ने कहा है कि "निन्दा हमारी जो करे मित्र हमारा सो ।", परन्तु हमारे मन में निन्दा करनेवाले के प्रति मित्र भाव उत्पन्न न होकर घृणा भाव आता है तो समझना होगा कि अभी तक हमारा यह दाग अथवा यह संस्कार मिटा नहीं है । अगर हम बदले में उस आत्मा की निन्दा नहीं करते तो हम बाबा के इस महावाक्य (बदला मत लो, बदलकर दिखाओ) के आधे भाग को तो अपने जीवन में लाये ही हैं । इससे दाग-धब्बा मिटा नहीं होगा परन्तु कुछ हल्का तो हुआ ही होगा ।

इसी प्रकार, मान लीजिए कि किसी में पहले छोटी-छोटी बात पर क्रोध उत्पन्न होता था और क्रोध के वशीभूत होकर वह बहुत ऊंचा-ऊंचा बोलता था, डांट-डपट करता था, धमकियां देता था और आपे से बाहर होकर दूसरों के मान की परवाह न करके अनाप-शनाप बोल देता था परन्तु अब वह ऐसा कुछ भी नहीं करता बल्कि जब वही पहले वाले व्यक्ति कोई काम बिगाड़ भी देते हैं तो वह उन्हें समझाता जरूर है,

पृष्ठ. २१ का शेष

कोऊ" का गायन है । अत: राजयोगी के लिए अधिकतम मौन रहना आवश्यक है ।

गुह्यज्ञान के प्रेमी, कवि ट्राहर्न ने अपने "Poems of Felicity" में कहा है "मनुष्य को ईश्वर का ध्यान करने में बधिर और मूक हो जाना चाहिए ।" बधिर और मूक का यह मतलब कदापि नहीं कि वह सुने नहीं या बोले नहीं । लेकिन इसका मतलब यह है कि वह वही बोले जो वह अन्तर्जगत से ला रहा है या जो परमात्मा के बोल हैं और जब परमात्मा के प्रेम का अनहद नाद उसके कानों में गूँजता रहेगा तो सांसारिक साज़ों या आवाजों से अरुचि नहीं;लेकिन अनासक्ति अवश्य हो जायेगी ।

इस प्रकार हम देखते हैं कि राजयोगी मन के सयंम द्वारा अपने कर्मेन्द्रियों को आसानी से संयमित कर लेता है । मन की चंचलता के कारण ही कर्मेन्द्रियाँ भी चंचल होती हैं । जैसे-जैसे मन स्थित और शांत होता जाता है उसी अनुपात में कर्मेन्द्रियाँ भी स्थित और शांत होती जाती हैं तथा इसी अनुपात में राजयोगी के भाव, स्वभाव भी परिवर्त्तित होते जाते हैं ।

कबीर साहब ने कहा है:

'तन को जोगी सब करै, मन को बिरला कोय ।
सहजे सब सिद्धि पाइये, जो मन जोगी होय ।।

और फिर इसीमें आगे कहा है:

"हम तो जोगी मनहीके, तन के हैं ते और ।
मनको जोग लगावते, दसा भई कछु और ।।

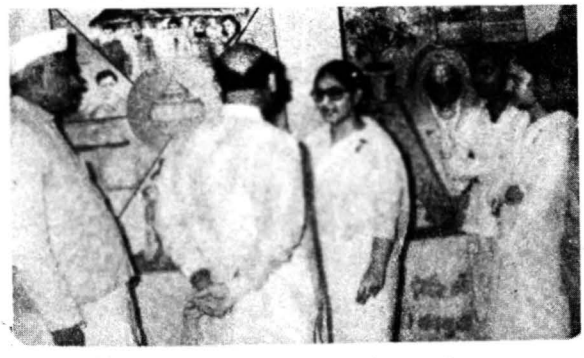
नाराजगी भी जाहिर करता है, कभी कोई एक-आध शब्द सख्त भी बोल देता है परन्तु पहले की तरह न भड़कता है, न भड़काता है और न आपे से बाहर होता है तो कहना होगा कि क्रोध का दाग-धब्बा ढीला पड़ता जा रहा है ।

संस्कारों को इस प्रकार बदलने, आत्मा को उज्जवल बनाने और विकर्मों को दग्ध करने के पुरुषार्थ में किसी को अधिक मेहनत करनी पड़ती है, किसी को कम । जो अपने संस्कार को मिटाने पर ध्यान नहीं देता और अलबेलेपन से चलता रहता है, उसका संस्कार तो उसके साथ ही जाता है । परन्तु जो गंभीरतापूर्वक उसकी ओर ध्यान देता है और बाबा की वाणी में बताई गई युक्तियों को अपने लिए परम् औषधि मानकर उनका सेवन करता है, वही अपने दाग-धब्बे धोने में सफल होता है ।

कई-कई दाग-धब्बे ऐसे होते हैं जो हल्के-सल्के योग से मिटनेवाले नहीं । उनके लिए तो योग की भट्ठी जगाने की जरूरत है अथवा ज्ञान का कोई सटका-लटका या सोटा-मोटा मारने अथवा मसलने-रगड़ने की जरूरत है । दूसरे शब्दों में, उनके लिए कोई शक्तिशाली प्रयत्न चाहिए और विशेष पुरुषार्थ की जरूरत है । बाप-दादा या शक्तिशाली वरिष्ठ बहन-भाइयों के मुख से जब कभी कोई शक्तिशाली वाक्य हमारे प्रति निकलता है, तब उसे बुरा न मनाकर यदि हम उसे अपने दाग-धब्बे पर लगने दें तो वे मिट सकते हैं । परन्तु खेद यह है कि मनुष्य कभी ऐसी शिक्षा अथवा सावधानी मिलने पर उसका स्वागत करने के बजाय उसे बुरा मान जाता है ।

जैसे-जैसे दाग-धब्बा मिटता जाता है और आत्मा उज्जवल होती जाती है, वैसे-वैसे अधिकाधिक खुशी का होना स्वाभाविक ही है । क्योंकि हरेक व्यक्ति को मैल खराब और उज्जवलता अच्छी लगती है । दाग-धब्बों से दुर्गंध और स्वच्छता से सौंदर्य का वातावरण बनता ही है और सुंदरता खुशी का साधन है । एक बुरी आदत का मिट जाना, एक विघ्न के टलने से भी ज्यादा खुशी को देनेवाला है क्योंकि बुरी आदत बार-बार विघ्न को लाती है । अतः हमें चाहिए कि हम बुरी आदत को अपने साथ न लिये रहें । जैसे हम चाहते हैं कि हम दाग-धब्बे वाला कपड़ा न पहनें वैसे ही हमें चाहिए कि हम अपनी खराब आदतें धो डालें । अथवा परमपिता परमात्मा रूपी परमधोबी द्वारा उसे धुला डालें । □

जबलपुर में म.प्र विद्युत मण्डल में आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए भ्राता जी.सी. आर्य,एग्जीक्यूटिव डॉयरेक्टर (डिजाइन जनरेशन) साथ ही ब्र.कु. सरोज व पूर्णिमा खड़ी हैं ।



सिद्दपुर: में आयोजित 'युवा-प्रदर्शनी' का अवलोकन करते हुए गुजरात के विरोध पक्ष के नेता भ्राता **चिमन भाई पटेल** । ब्र.कु. **विजय बहिन** चित्रों की व्याख्या करते हुए ।

फिल्लौर में डी.ए.वी. कॉलेज में ब्र.कु. **राजकुमारी** चरित्र निर्माण पर प्रवचन करते हुए ।

आध्यात्मिक सेवा समाचार

□ब्र.कु. लक्ष्मण तथा ब्र.कु. सत्यनारायण,
द्वारा संकलन

दिल्ली-राजोरी गार्डन: राजयोग भवन के प्रांगण में द्वितीय वार्षिकोत्सव बहुत ही धूमधाम से मनाया गया । इस शुभ अवसर पर न्यायाधीश भ्राता पी.डी. कुडाल चेयरमेन कुडाल कमीशन, भ्राता नरेश चन्द्र चतुर्वेदी (संसद सदस्य) पार्षद सुभाष आर्य, भ्राता टी. एनजिया (भूतपूर्व श्रममंत्री) पधारे । राजयोगिनी मनोहर इन्द्राजी (माउंट-आबू) से पधारी थीं । सभी ने ईश्वरीय विश्वविद्यालय के कार्य की प्रशंसा की और कहा ईश्वरीय विश्वविद्यालय विश्वशांति में अपना महत्त्वपूर्ण योगदान दे रहा है ।

नई दिल्ली: हरिनगर सेवाकेंद्र पर नवरात्रों तथा रामनवमी के उपलक्ष्य में विशेष ३ दिन के लिए चेतन देवियों की झांकी सुंदर ढंग से सजाई गयी । हाल में प्रदर्शनी के अतिरिक्त 'सुखशांति का दाता कौन ?' की झांकी जड़ माइलस के द्वारा बनाई गयी । इन्हें देखने तथा प्रदर्शनी को समझाने के लिए प्रतिदिन काफी संख्या में लोग पधारे । इसके अतिरिक्त 'श्रीराम चरित्रमानस प्रचार मंडल' तिहाड़ गांव की ओर से 'श्रीराम जन्म महोत्सव के कार्यक्रम में ब्र.कु. बहनों को प्रवचन के लिए निमंत्रण मिला ब्र.कु. बहनों के प्रवचन से बहुतों को लाभ प्राप्त हुआ ।

आगरा: आगरा क्षेत्र के अंतर्गत पीलीभीत में वहां के रेलवे मनोरंजन संस्थान में एक आध्यात्मिक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया जिसका उद्घाटन वहां के रेलवे-स्टेशन अधीक्षक भ्राता बजरंगी सिंह द्वारा कराया गया । रेलवे अधिकारी गण तथा रेल कर्मचारियों ने इससे लाभ लिया ।

सतना—समाचार प्राप्त हुआ है कि स्थानीय सेवाकेंद्र द्वारा नौ देवियों की चैतन्य झांकी, चरित्र निर्माण प्रदर्शनी एवं राजयोग शिविर का आयोजन किया गया । इसके अतिरिक्त प्रतिदिन आध्यात्मिक प्रवचन, गीत एवं नाटक का आयोजन भी किया गया । नगर के प्रमुख मार्गों से होकर शोभा-यात्रा निकाली गई । जिसमें ट्रक में सजी एक झांकी सम्मिलित हुई । इस कार्यक्रम द्वारा प्राय: सभी वर्गों की करीब १०,००० आत्माओं ने ईश्वरीय संदेश प्राप्त किया । इस समाचार को दो स्थानीय समाचारपत्रों ने भी अपने पेपर में स्थान दिया ।

मोरबी: सेवाकेंद्र के वार्षिक-उत्सव के दिन एक स्नेह मिलन का कार्यक्रम रखा गया था जिसमें अतिथि के रूप में मुख्य भागवत्-कथा के वक्ता रमेश भाई ओझा तथा सम्पूर्णानंद जी पधारे थे । अहमदाबाद से गुजरात जोन की इंचार्ज सरला बहन भी इस कार्य में शोभा बढ़ाने अध्यक्ष के रूप में पहुंची । लायन्स-क्लब के डिस्ट्रिक्ट गर्वनर चर्तुवैद्य त्रिवेदी जी, सुरेन्द्र नगर के लायन्स प्रेसीडैन्ट तथा वडवाण के लायन्स के प्रेसीडैन्ट तथा लीयो-क्लब की बीना बहन तथा अन्य लायन्स के भाई-बहनों को शिवबाबा का पैगाम सुनाया गया ।

जालंधर: रामनवमी के उपलक्ष्य में नगर की सभी राजनैतिक, धार्मिक, एवं सामाजिक संस्थाओं की ओर से एक विशाल शोभायात्रा का आयोजन किया गया । ईश्वरीय विश्वविद्यालय की ओर से भी 'सर्व आत्माओं का पिता' झांकी सजाई गयी । इस झांकी की सभी ने बहुत ही सराहना की तथा प्रबंधकों ने इस झांकी को सबसे उत्तम बताया । इस कार्यक्रम को दूरदर्शन में भी प्रदर्शित किया गया तथा झांकी को विशेष रूप से दिखाया गया । समाचारपत्रों में भी यह समाचार प्रकाशित हुआ ।

जटनी: होली के पावन पर्व को लेकर हरिराजपुर नामक स्थान पर एक विराट मेले में जहां सैकड़ों विमानों में सजधज कर जड़ मूर्तियां भिन्न-भिन्न स्थानों से मिलन मनाने आती हैं । और हजारों की संख्या में भक्त इकट्ठे होकर जड़ देवताओं के ऊपर गुलाल छिड़कते हैं । वहां जन-जन को प्रभु-मिलन का संदेश देते हेतु एक भव्य प्रदर्शनी का आयोजन तीन दिन के लिए किया गया । इस मेले में लाखों लोगों ने यह प्रदर्शनी देखी और ईश्वरीय संदेश प्राप्त किया ।

कटक: कनकपुर के शारला मंदिर, जिस स्थान को उड़िया साहित्य का आदि स्थान माना जाता है वहीं पर स्थित एक हाईस्कूल में स्थानीय लोगों के सहयोग से आध्यात्मिक प्रदर्शनी का आयोजन किया गया था । साथ-साथ चैतन्य देवियों की झांकी भी सजाई गयी थी जिसको देखने के लिए लाखों भक्तों की भीड़ इकट्ठी हो गयी । कई स्थानों से निमंत्रण प्राप्त हुए ।

मिर्जापुर: सेवाकेंद्र की तरफ से नौरात्रि के दिनों में कैलहट गीता-पाठशाला के समीप शिवशंकरीधाम् में जहां हर वर्ष तीन दिन का विशाल मेला लगता है आसपास के गांव की लाखों आत्मायें शिवशंकरी देवी के दर्शन हेतु आती हैं । इस अवसर पर तीन दिन के लिए ग्राम विकास उत्थान प्रदर्शनी का आयोजन किया गया । जिसके द्वारा हजारों भक्तों को शिव और शक्तियों का परिचय दिया गया । फलस्वरूप ग्रामवासियों ने अपने गांव में भी निमंत्रण दिए जैसे कि ग्राम पचेवरा, जलालपुर माफी, कदवा, ककरहवा आदि-आदि । गांव में भाषण, गीत, कविता, प्रोजेक्टर-शो के द्वारा भी अनेक आत्माओं को शिवबाबा का संदेश दिया गया । प्रदर्शनी का समापन पी.ए.सी. कमांडर (चुनार) के द्वारा किया गया । उनके साथ कई

अधिकारियों ने प्रदर्शनी को देखा तथा लाभ उठाया ।

कुर्डूवाडी: (सोलापुर) उप-सेवाकेंद्र की ओर से चार अलग-अलग स्थानों पर डॉ. गिरीष भाई पटेल का कार्यक्रम रखा गया । कुर्डूवाड़ी के भारतीय महाविद्यालय में सभी विद्यार्थियों, प्रोफेसरर्स, प्रिंसिपल आदि स्टाफ के बीच में 'राजयोग से मानसिक संतुलन' विषय पर भाषण हुए । कूर्डूवाडी के प्रसिद्ध डॉक्टरों के बीच में गिरीष भाई का प्रोग्राम रखा गया था । पत्रकारों से भी आपकी राजयोग विषय पर ज्ञान चर्चा चली । यह सब कार्यक्रम बहुत अच्छी तरह सफल रहे ।

गांधीनगर (अहमदाबाद): गुजरात की राजधानी गांधीनगर में आदरणीय दादी जानकी जी पधारी थीं । उसी अवसर पर गुजरात राज्य के नये राज्यपाल भ्राता आर.के. त्रिवेदी जी से खास मुलाकात रखी गयी थी । दादी जी के साथ जयंती बहन, सरला बहन, कैलाश बहन, रक्षा बहन भी थीं । जानकी दादी ने शिवबाबा का मीठा-मीठा संदेश सुनाया और राजभवन में ही तीन मिनट में अपनी दृष्टि द्वारा राज्यपाल महोदय को राजयोग का अनुभव कराया । गर्वनर जी को संस्था के विशाल कार्यक्रमों से परिचित कराया गया । इस तरह लगभग दो घंटा मुलाकात चली ।

बम्बई: घाटकोपर सेवाकेंद्र की ओर से वैज्ञानिकों की विशेष सेवा: बम्बई में भारत की सबसे बड़ी वैज्ञानिकों का संगठन है । वहां के कुछ वैज्ञानिक तथा अनुशासन-वर्ग मधुबन में राजयोग शिविर, कांफ्रेंस आदि में सम्मिलित हुए थे । उन्हों का स्नेहमिलन घाटकोपर सेवाकेंद्र पर रखा गया था । लगभग २०-२२ वैज्ञानिक तथा अन्य अधिकारी-वर्ग उपस्थित थे । मधुबन में योग का अनुभव और संस्था को देखकर उनका विचार क्या रहा आदि बातों की लेन-देन हुई । तत्पश्चात् अणुशक्तिनगर जहां वैज्ञानिकों का निवास स्थान है वहां पर ईश्वरीय सेवा की रूप-रेखा तैयार की गई ।

इसके अलावा बम्बई में चर्नीरोड में स्थित सरकारी प्रिंटिंग-प्रेस के कर्मचारी तथा अधिकारी वर्ग के निमंत्रण पर आध्यात्मिक प्रोग्राम रखा गया । इससे अनेक आत्माओं को प्रभु संदेश मिला ।

कच्छ की सुप्रसिद्ध ब्रह्मचारिणी चंदुमां जी बाबा के घर पधारीं । आपको लोग अंबा मां कहते हैं । उनको सिद्धि प्राप्त है । वो अपने अत्यधिक व्यस्थ दिनचर्या में भी आश्रम पर आईं व सर्व व्यवस्था कार्यप्रणाली के प्रति अधिक जानकारी प्राप्त की, उससे उनको बहुत खुशी हुई और मधुबन तपोभूमि में आने की इच्छा प्रगट की ।

टुण्डला: उप-सेवाकेंद्र की ओर से भाई व बहनों की एक साइकिल टोली ने अब तक निम्न ग्रामों में मिले निमंत्रण पर प्रदर्शनी से जन-जन को शिवबाबा का शुभ संदेश दिया । सिकरारी, बख्तीगढ़ी, मुहम्मदपुर, कलुआ का नगला, जीवीगढ़ी, सुजातनगर, विजयगढ़ी, मण्डनपुर, गोपालगढ़ी, जाजपुर, चुलावली, बिहारीपुर, भीखनपुर तथा उदशानी ग्रामों में ईश्वरीय संदेश दिया गया ।

बीकानेर: समाचार मिला है कि स्थानीय रानीबाजार चौपड़ा कटला के पास ही चैत्रमास में नवरात्रि के अवसर पर मानव का दिव्यीकरण आध्यात्मिक प्रदर्शनी एवं चैतन्य देवियों की झांकी दर्शायी गयी । इस अवसर पर मुहल्ले के विशिष्ठ व्यक्तियों द्वारा दीपक प्रज्वलित करके शुभारंभ किया गया । इस अवसर पर ज्ञान-योग शिविर का भी आयोजन किया गया जिसमें अनेक व्यापारी-वर्ग व अन्य लोगों ने लाभ उठाया ।

कैथल: समाचार मिला है कि कपिलमुनि की तपस्या भूमि खंडहर बने पुराने मंदिरों से घिरे कलैयत शहर के मध्य अग्रवाल धर्मशाला में प्रदर्शनी का आयोजन किया गया जिसका उद्घाटन एम.एल.ए. भ्राता जोगी राम जी द्वारा किया गया । शहर के अन्य प्रतिष्ठित व्यक्तियों ने बड़ी श्रद्धा से प्रदर्शनी को देखा और वहां आश्रम खोलने की प्रार्थना की तथा अपने पूर्ण सहयोग का विश्वास दिलाया । इसके अलावा भारत के प्रसिद्ध तीर्थस्थान पिहोवा, जहां नेपाल के पशुपतिनाथ के मंदिर की हू-ब-हू कापी है और जहां मरनेवालों के नाम पर पिण्ड भरे जाते हैं के वार्षिक मेले के अवसर पर प्रदर्शनी का आयोजन किया गया । भारत के कोने-कोने से पिण्ड भरने के लिए आनेवाले भक्तजनों को ईश्वरीय संदेश दिया गया ।

कानपुर—नयागंज: ज्ञात हुआ है कि गोला गोकर्णनाथ जिला लखीमपुर खीरी के चैती मेला में एक भव्य एवं सुरम्य "शिवदर्शन आध्यात्मिक प्रदर्शनी" का आयोजन किया गया । इस प्रदर्शनी का उद्घाटन मेला सहायक अधिकारी भ्राता व्यासमुनि विद्युत उपखण्ड अधिकारी गोला द्वारा सम्पन्न हुआ । ध्वजारोहण युवा कल्याण जिला अधिकारी भ्राता शिवराज सिंह राठी लखीमपुर द्वारा किया गया । संध्याकाल चैतन्य देवियों की झांकी दिखायी गई । शहर तथा ग्राम की बहुत-सी आत्माओं ने लाभ उठाया ।

नवसारी: समाचार मिला है कि रामनवमी त्योहार के निमित 'विश्व हिंदू परिषद' के बलसाड़ जिला के प्रमुख मंत्री द्वारा निमंत्रण मिलने पर रात्रि ८ बजे रामराज्याभिषेक पूज्य श्रीराम श्रीसीता और पुजारी राम की चैतन्य झांकी सजाकर दीपमाला के साथ शोभायात्रा निकाली गयी । इस झांकी को देखकर शहर की जनता नतमस्तक हो जाती थी । शोभायात्रा एक विशाल सभा के मध्य उपस्थित हुई जहां पर विशाल जनसमूह प्रवचन सुनने के लिए लालायित था । ब्र.कु. बहनों के प्रवचनों से जनसमूह ने अपने को धन्य-धन्य महसूस किया । निराकार राम की वास्तविक पहचान पाकर खुशी के झूले में झूलने लगे । □

जगदीश चन्द्र हसीजा, मुख्य सम्पादक, ब्र० कु० आत्म प्रकाश, सम्पादक, बी ६/१६ कृष्णानगर, दिल्ली द्वारा सम्पादन तथा ग्रन्थ भारती, शाहदरा, दिल्ली-३२ से छपवाया, Regd No 10563/65-D, (E)—70