

सहनशीलता से शान्ति

जब मनुष्य सहनशीलता को छोड़ता है तब वह अपनी शान्ति को गँवा बैठता है। किसी से बदला लेने की बात तो बाद की रही, संकल्प से पहले तो वह स्वयं ही जोश और

अशान्ति द्वारा स्वयं को घिरा हुआ पाता है। जब द्रेष और बदले के संकल्प के फलस्वरूप तत्क्षण ही मनुष्य को इतना दण्ड मिल जाता है तो बाद में बोले गये कुवचनों और किये गये विकर्मों के परिणामस्वरूप मनुष्य को जो कष्ट भोगना पड़ता होगा उसका तो अंदाजा ही नहीं लगाया जा सकता। अतः मनुष्य को स्वतः ही सोचना चाहिए कि बाद के अनेक प्रकार के दुख सहने की तुलना में तो अभी ही थोड़ा-सा सह लेना ज्यादा अच्छा है।

बहुत बार हम ऐसा भी सुनते हैं कि ‘मैंने इस मनुष्य का बिगड़ा ही क्या था कि यह मुझसे इस प्रकार का व्यवहार करता है?’ अथवा ‘मैंने तो इस मनुष्य को यह लाभ पहुँचाया था, इसका अमुक कार्य करा दिया था, फलाँ समय सहयोग दिया था..बड़े अफसोस की बात है कि इसके बावजूद भी यह मुझसे ऐसा व्यवहार करता है! अब तो मैं इसको खूब मज़ा चखाऊँगा। अब मैं इसकी कोई बात सहन नहीं कर सकता।’ सोचने की बात है कि यदि हमने उस मनुष्य के

साथ अच्छा किया था तो अच्छे बीज का अच्छा फल एक दिन हमारे सामने आयेगा अवश्य। इसके लिए तो धीरज धरने की आवश्यकता है, न कि आपे से बाहर होने की।

इसके अतिरिक्त, यदि हम किसी को मज़ा ही चखाना चाहते हैं तब तो हमें ऐसा ही कार्य करना चाहिए कि जिससे दूसरे मनुष्य को सचमुच मज़ा अर्थात् सुख मिले वरना किसी का मज़ा किरकिरा करने से तो श्राप और अपयश ही मिलेगा और हमारा अपना मन भी अपनी ग्लानि ही करेगा।

फिर यदि कोई मनुष्य अपने कर्तव्य से गिरता है तो उसे देखकर हमें तो बुराई के गर्त में नहीं गिरना है। क्या कोई समझदार मनुष्य किसी बुद्धिहीन मनुष्य को कुएँ में छलांग लगाते देखकर स्वयं भी कुएँ में गिरने की सोचने लगता है?

पुनर्श, जो मनुष्य हमसे दुर्व्यवहार करता है, उसके बारे में तो हमें समझना चाहिए कि वह मानसिक संतुलन खो चुका है अथवा उसका अंतर्मन किसी विषम परिस्थिति के कारण खीजा हुआ अथवा दुखी है। ऐसे मनुष्य को तो दया का पात्र मानकर उससे स्नेह और सौहार्दपूर्ण शब्द बोलते हुए उसकी झोली को सुख से भर देना ही कर्तव्य है, न कि उसे और अधिक दुखी करना। ❁

अमृत-सूची

- ❖ जिम्मेवारी (सम्पादकीय) 4
- ❖ राजयोग से श्रेष्ठ चरित्र 6
- ❖ प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के.. 7
- ❖ पुरुषोत्तम संगमयुग 9
- ❖ आह्वान (कविता) 11
- ❖ ‘पत्र’ संपादक के नाम 12
- ❖ बड़ी एकता है विकारों की 13
- ❖ जीभ पर संयम 14
- ❖ आंतरिक शक्तियों का 16
- ❖ शिवबाबा ने दिया जीवनदान... 18
- ❖ अंतिम सेवा - मनसा सेवा 19
- ❖ एक नहा फरिश्ता..... 21
- ❖ छूट गये सब नशे..... 22
- ❖ बदल गई जिन्दगी 23
- ❖ आहार, विहार, आचार..... 24
- ❖ सच्ची सफलता..... 25
- ❖ ग्लोबल हॉस्पिटल में 26
- ❖ शिवबाबा ने बढ़ाया 27
- ❖ सचित्र सेवा समाचार..... 28
- ❖ पग-पग पर बाबा की मदद ...30
- ❖ उपलब्ध का आनन्द लें 31
- ❖ सचित्र सेवा समाचार..... 32
- ❖ ज्ञान दान योजना 34

सदस्यता शुल्क

भारत	वार्षिक	आजीवन
ज्ञानामृत	80/-	2,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	80/-	2,000/-
विदेश		
ज्ञानामृत	800/-	8,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	800/-	8,000/-

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

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

ज़िम्मेवारी

मानव जीवन सबसे कीमती है इसलिए इस जीवन पर अन्य जीवों की अपेक्षा अधिक ज़िम्मेवारी है। मानव पर सबसे बड़ी ज़िम्मेवारी कौन-सी है? उसके कर्मों की है। कहा गया है, जैसा कर्म हम करेंगे, हमें देख और करेंगे। जब मनुष्य इस महावाक्य को जीवन में उतार लेता है तो वह दूसरों को बदलने, दूसरों पर उंगली उठाने की कवायद को छोड़, स्व के परिवर्तन में लग जाता है।

जो माता-पिता अपने कर्मों के प्रति ज़िम्मेवार रहते हैं, सोच-समझकर कर्म करते हैं, हमारे कर्मों से हमारे बच्चों पर क्या प्रभाव पड़ रहा है, इस बात का सदैव ध्यान रखते हैं, उनके लिए बच्चों की ज़िम्मेवारी उठाना सरल काम हो जाता है। पर जो कर्मों के प्रति ज़िम्मेवार नहीं, अपने ही कर्मों से बोझिल हो जाते हैं, वे बाल-बच्चों, घर-परिवार से भी बोझिल हो जाते हैं। यही बात शिक्षक पर लागू होती है। प्रशासक, राजनीतिज्ञ, प्रबन्धक सभी के लिए भी यही नियम है कि वे कर्मों के प्रति ज़िम्मेवार बनें तो शेष सब ज़िम्मेवारियाँ हलकी हो जायेंगी। इस संसार में बालक, बूढ़ा तथा बीमार, अपंग व्यक्ति अपनी ज़िम्मेवारी नहीं उठाते। इनकी ज़िम्मेवारी दूसरे लोग उठाते हैं। यदि

हम युवा और स्वस्थ होते हुए भी ज़िम्मेवारी उठाने से डरते हैं तो अवश्य ही हम तन से स्वस्थ होते हुए भी कहीं न कहीं मानसिक बचपन, मानसिक वृद्धावस्था, मानसिक रोग या मानसिक अपंगता से ग्रसित हैं।

सबसे ज्यादा ज़िम्मेवारी

सबसे ज्यादा हल्के

मानव का बचपन अनेक ऋणों से बंधा है। इन सभी के ऋण को चुक्ता करते हुए, दुआयें लेते हुए, वर्तमान कर्तव्यों को पूरा करते हुए, अपने लक्ष्य की ओर अग्रसर होते जाना ही ज़िम्मेवारी है। कई लोग समझते हैं कि ज़िम्मेवारी उठाना बड़ा मुश्किल काम है। वे कायर की तरह पीठ दिखा जाते हैं परन्तु विचार कीजिए, संसार में सबसे ज्यादा ज़िम्मेवारियाँ किस पर हैं, भगवान पर। भगवान तो कभी भारी नहीं हुए। सबसे ज्यादा ज़िम्मेवारी उन पर और सबसे ज्यादा हल्के भी वही हैं। यदि हमें भी भगवान समान बनना है तो उनका यह गुण सीखना ही होगा।

शिव पिता परमात्मा, हर मानवात्मा का बोझ लेने के लिए सदा तत्पर हैं पर मानव नासमझी से अपना बोझ, अपने सिर पर रखकर चलता है और फिर भारी भी होता है। एक गाँव की बुढ़िया पहली बार ट्रेन में चढ़ी तो

गठरी सिर पर रखे-रखे सफर करती रही। किसी ने पूछा, क्यों बोझ उठाया है? बोली, मेरा तो वज़न है ही, इस गठरी का वज़न भी क्यों बढ़ाऊँ, इसे तो मैं ही उठा लूँगी। हम भी सोचते हैं, मन का भारीपन देकर भगवान को क्यों भारी करें पर हम देकर तो देखें, वे हमारा भार पल में उतार देंगे और फिर भी हल्के के हल्के रहेंगे।

अध्यात्म के क्षेत्र में

हमारी ज़िम्मेवारी

भगवान कहते हैं, तुम एक कदम बढ़ाओ, मैं हजार कदमों से आपको सहयोग दूँगा। यादगार शास्त्र भागवत में ज़िम्मेवारी के संबंध में गोवर्धन पर्वत उठाने का प्रसंग आता है। भगवान एक है, निराकार है, ज्योतिस्वरूप है, उनका स्वयं उद्घाटित नाम शिव है। गोवर्धन का अर्थ है जिससे गउँ बढ़ें, यह भारत के सुख, शान्ति, संपत्ति से भरपूर होने का प्रतीक है। हालांकि भगवान अकेले ही गोवर्धन उठा सकते हैं अर्थात् घी, दूध की नदियों वाले स्वर्ग का निर्माण कर सकते हैं पर उन्होंने ग्वाल-बाल, गोपिकाओं को एक उंगली लगाने की श्रीमत दी ताकि उनका भाग्य बन जाये। अतः उंगली लगाना ही हमारी ज़िम्मेवारी है। कदम उठाना ही हमारी ज़िम्मेवारी

है। भगवान कहते हैं, आप निमित्त ज़िम्मेवार हो, असली ज़िम्मेवार मैं हूँ, तुम निमित्त टीचर हो, असली टीचर मैं हूँ।

ज़िम्मेवारी होते भी हल्के कैसे रहें?

निमित्त भाव से हल्कापन आता है। भगवान तीनों लोकों, तीनों कालों के ज्ञाता हैं। आत्माओं से उनका असीम स्नेह है फिर भी आत्माओं के कर्म-विकर्मों के खेल को देख वे कभी उदास नहीं होते क्योंकि निमित्त और न्यारे हैं। जिन बच्चों से बहुत प्यार है, उनके साथ पक्षपात करके उन्हें कुछ अधिक आयु या निरोगी काया दे दें, ऐसा भी वे नहीं करते क्योंकि न्यायकारी हैं पर फिर भी उनसे सबका प्रेम है। हम भी अपने कार्यव्यवहार में निमित्त रहें, सब कुछ करते भी मालिक उनको मानें, उनकी श्रीमत पर चलें तो हल्के रहेंगे। परन्तु यदि निमित्त न रहें, थोड़ा भी मैंन जोड़ दें तो बोझ हो जायेगा।

अति सूक्ष्म आत्मा, अति हल्की आत्मा में ज़रा भी मैं, मेरा जोड़ा तो भारी हो जायेगे। यदि यह भाव आया, मैं कर रहा हूँ, यह मेरा मित्र है, इसे थोड़ा ज़्यादा दूँ, इसने मेरी शिकायत की थी, इसको कम दूँ तो बोझ अवश्य आयेगा, निमित्त भाव रहेगा नहीं, फिर ज़िम्मेवारी लेने से डरेंगे।

ज़िम्मेवारी कौन-सी लें?

पाँच हज़ार साल के सृष्टि-चक्र में

अनेक आत्मायें अनेक बड़े-बड़े कार्य करती हैं परन्तु फिर भी मात्र संगमयुग के कुछ वर्षों में सेवा करने वाले भगवान का जितना गायन होता है, इतना किसी का भी नहीं होता है। कारण यही है कि वे उस असंभव कार्य की ज़िम्मेवारी लेते हैं जिसके प्रति सभी नेता, धर्मनेता, गुरु, धनाद्य हाथ झाड़ चुके होते हैं। जिसे रंगमंच की कोई आत्मा न कर सके, उसे भगवान करते हैं अतः वे नाटक के महानायक हैं। इसी प्रकार मनुष्यों में भी उसी की महिमा होती है जो मुश्किल और असंभव लगने वाले कार्य को पूर्ण कर दिखाता है जैसे, रेत के टिब्बों में कोई हरियाली निखार दे, तो उसकी महिमा तो होगी ही। ईश्वरीय कार्य में भी, जो ज़्यादा समस्याओं को समाधान में बदलता है, विद्वां का नाश करता है, असंभव लगने वाले कार्यों को कर दिखाता है, दिल से उसी की महिमा का गायन होता है।

विस्तार को समेटना

ज़िम्मेवारी इस तरह उठाई जाये कि मेहनत कम लगे और प्राप्ति अधिक से अधिक हो। इसके लिए फार्मला है, 'विस्तार को सार में ले आना।' यदि हमें 10 लाख रुपये लेकर दूर शहर जाना हो और एक-एक रुपये के तथा पाँच-पाँच रुपये के सिक्के इकट्ठे करके ले जाने की कोशिश करें तो क्या होगा? क्या

सहज ले जा सकेंगे? नहीं। सहज करने का उपाय क्या है? सिक्कों को हज़ार-हज़ार के नोटों में बदल लें, अतः अनेक प्रकार की बातों, विचारों को समेट कर मन को शिव बाबा बिन्दु की स्मृति में, सार में स्थित कर देने से ज़िम्मेवारी हल्की हो जाती है।

शिव बाबा ने कई बार अपने महावाक्यों में मन की तुलना जिन्न से की है। जिन्न की तरह मन को भी व्यस्तता चाहिए। जिन्न को हाड़-मांस नहीं होता। जब तक बोतल में बन्द है, छोटा है, फूंक मारी, बाहर आया और फैल गया। इसी प्रकार जब तक मन आत्म-चिन्तन में है मानो बोतल में बन्द है, फिर देहभान की फूंक लगी तो यह भी सारे जहान में फैल जाता है, जिन्न की तरह यह भी बिना हड्डी-मांस का है। जब मन यूँ फैलेगा तो शक्तियों का हास होगा फिर फैले मन को समेटने में बहुत समय लगेगा। ऐसे में मानसिक थकान होकर सांस फूलने जैसी स्थिति हो जायेगी और ज़िम्मेवारी लेने के बजाय छोड़ने की तैयारी मन करने लगेगा। प्यारे बाबा और मम्मा ने कितने ही बच्चों की ज़िम्मेवारी उठाई पर सदा निमित्त और हल्के रहे। कभी इधर से उधर नहीं किया। इतने बच्चों के बीच में रहते, सबको आगे बढ़ाते एवं पुरुषार्थ करते संपूर्ण बन गये। हमें भी उनके कदमों पर कदम रख ज़िम्मेवारी होते भी हल्के रहने की

कला सीखनी है।

ज़िम्मेवारी के फायदे

1. संगम में ज़िम्मेवारी का जितना बड़ा ताज, सत्युग की बादशाही का भी उतना ही बड़ा ताज।
2. ज़िम्मेवारी लेने से मन-बुद्धि उद्देश्यपरक कार्य में व्यस्त हो जाते हैं, व्यर्थ से बच जाते हैं।
3. ज़िम्मेवारी उठाने से कईयों की दुआयें मिलती हैं, भाग्य भी बनता है।
4. संगमयुग में भगवान के लिए ज़िम्मेवारी उठाते हैं, भगवान कहता है, मेरे लिए उंगली हिलाओगे तो भी मैं आप बच्चों का कर्ज़दार बन जाता हूँ, उसका रिटर्न अवश्य मिलेगा।
5. ज़िम्मेवारी लेने में मुश्किलों आती हैं। जैसे फूलों के साथ कांटे होते हैं, नेताओं के साथ अंगरक्षक होते हैं, फूल लेने हों तो कांटों को पार करना पड़ता है, नेता से मिलना हो तो सिक्यूरिटी को पार करना पड़ता है, इसी प्रकार ऊँची ज़िम्मेवारी के लिए मुश्किलों को पार करना पड़ता है।

पद्मों की कमाई

संगमयुग में एक श्रेष्ठ कर्म का पद्म गुणा मिलता है, इस प्रकार कमाई बहुत है। प्राप्ति होती है तो हम कहते हैं, पद्म मिले पर अवसर गंवाया तो नुकसान भी तो पद्मों का हुआ। अतः ज़िम्मेवारी उठाना माना पद्म जमा करना। ना उठाना माना पद्म गंवाना।

— ब्र.कु.आत्म प्रकाश

राजयोग से श्रेष्ठ चरित्र

ब्रह्माकुमारी ज्योत्सना, करहल (मैनपुरी)

आज का मानव चल रहे फैशन के दौर में इतना बेकाबू हो गया है कि वह यह भी भूल गया है कि श्रेष्ठ चरित्र क्या होता है और यह कैसे बनता है। उसे केवल धन की भूख रह गई है, अब चाहे धन कैसे भी कमाये। किसी गरीब व्यक्ति की हत्या करने से मिले या किसी की जेब काटने पर मिले या अपने ईमान को ही क्यों न बेचना पड़े लेकिन धन मिल जाये। आज के मानव ने धन को ही अपना जीवनसाथी मान लिया है। धन के पीछे पिता, पुत्र को मार रहा है और पुत्र, पिता को। आज के माँ-बाप अपने बच्चों को चरित्र बेचकर कमाने तक उकसाने लगे हैं। ऐसे समय जब सभी भूल गये हैं कि चरित्र का महत्व क्या है और कैसे सुख-शांति से संपन्न जीवन बितायें तब परमात्मा को स्वयं इस कलियुगी दुख भरी सृष्टि पर आना पड़ा और उन्होंने आकर बताया कि बच्चे अब दर-दर ठोकरें खाने की बजाय मुझे याद करो तो मैं तुम्हें एक जन्म के लिये धन ही नहीं बल्कि 21 जन्मों के लिए सुख-शांति से भरपूर अखण्ड खजाना दूँगा।

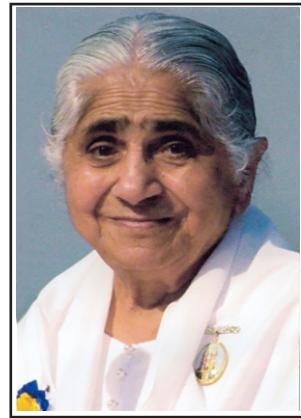
इस भ्रष्टाचार भरे युग में रहते अपने चरित्र को सुंदर बनाने के लिए बहुत-बहुत जरूरत है स्वयं परमात्मा पिता द्वारा सिखाये जा रहे राजयोग के अभ्यास की। इस अभ्यास के लिए जब हम अपने को आत्मा समझकर परमात्मा पिता को याद करते हैं तो हमारी आंतरिक शक्तियाँ जागृत होती हैं जिसका सीधा प्रभाव हमारे चरित्र पर पड़ता है। चरित्र उजला हो जाता है। विनाशी धन को सर्वस्व मानने के बजाय हमारा सीधा संबंध परमात्मा पिता से जुड़ जाता है जिससे हमें सर्व आत्मिक और भौतिक प्राप्तियाँ स्वतः ही होने लगती हैं। मेरा सभी पाठकों से अनुरोध है कि नजदीकी ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र से संपर्क कर राजयोग सीखने के सुनहरे अवसर का लाभ अवश्य उठायें। कहा भी गया है —

कल करे सो आज कर, आज करे सो अब।

पल में प्रलय होयेगी, बहुरि करेगा कब॥

प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के

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



प्रश्न:- जीवन में बल और फल मिले, उसकी विधि क्या है?

उत्तर:- हमें सदा ही खुश रहना और खुशी बांटना है। खुश वो रहता है जिसका पढ़ाई से प्यार है, उसका खुशी का पारा चढ़ा रहता है। उसके पांव कभी धरती पर मैले नहीं होते हैं। खुशी में नाचता वो है जो खुश रहता है, मुझे कौन मिला है, कैसे मिला है! अन्दर ही अन्दर अपने को समझने से, सही सच्चा पुरुषार्थ करने से बल मिलता है। फिर फल अच्छा निकलता है। धारणा करने से और योग लगाने से बाबा बल देता है। अभी आप ध्यान रखो, ज्ञान तो मिला, पर योग अच्छा है? अनुभव करो। योग का बल मिलता है, योग से फिर धारणा पर ध्यान जाता है। धारणा से फिर हमारे सारे अवगुण चले जायें, सर्वगुण सम्पन्न बन जाओं। माइण्ड में शुद्ध, श्रेष्ठ संकल्प होंगे तो योग अच्छा होगा। फिर धारणा पर ध्यान होगा, किसी का अवगुण न देखें। सतोगुणी बनना है सर्वगुण सम्पन्न बनने के लिए। सर्वगुण सम्पन्न बनने से फिर चढ़ती

कला में आ गये। तो एक है अशरीरी रहना, दूसरा है सेवा में निमित्त भाव से रहना। सत्यता, नप्रता, मधुरता इससे सेवा में नेचुरल फल मिलता है। फल से बल मिलता है। इसका अनुभव करके देखना।

प्रश्न:- बड़ों की पालना का रिटर्न क्या हैं?

उत्तर:- कर्मों की गुह्य गति को जानकर चलेंगे, याद अच्छी रहेगी तो विकर्म विनाश हो जायेंगे। इस जन्म में जो कुछ किया है वह हिसाब-किताब कभी खींचे नहीं, बाबा की याद में वह विघ्न न डाले। कोई भी अन्दर कमी-कमज़ोरी हो, तो दे दान छूटे ग्रहण। याद से ऐसी परिपक्व अवस्था बना दो जो माया अन्दर आ भी न सके, अगर आ जाए तो याद की शक्ति से उसे भगा दो। भग जाती है बिचारी। हमने कभी बाबा को नहीं कहा, बाबा माया आती है, फालतू ख्याल आते हैं। माया आने का कारण है अलबेलाई, सुस्ती, सेवा में वह भावना नहीं है। तो बड़ों की जो दुआयें हैं, प्यार है उसका रिटर्न ज़रूर

देना है। रिटर्न है, एक बाबा दूसरा न कोई, न परचितन, न पुराना चितन, न पराई बात। जिसके दिल में पुरानी, पराई बातें हैं वह विचार सागर मंथन करके रत्नों से खेल नहीं सकेंगे, इसलिए पुरानी, पराई बातों को एकदम तलाक, आ ही नहीं सकती हैं। हमारा एक-दो से इतना प्यार, रिगार्ड हो जो कोई पुरानी, पराई बात न करे। अगर करते हैं तो वेस्ट आफ टाइम।

प्रश्न:- पुण्य का खाता कब खाली हो जाता है?

उत्तर:- सदा निश्चय में विजय है, जो बलिहार गये वे कभी हार नहीं खाते, जो हार खाता वह भक्ति में हार बनायेगा। तो अपने को देखना है, मेरा क्या पार्ट होगा? निश्चय में विजय, भावना का भाड़ा और नीयत साफ मुराद हासिल। अन्दर नीयत में सबका भला हो तो मेरा भला करेगा राम। भले ही कोई बुरा भी करे, उसका दोष नहीं है। किसका भी दोष दिल में रखा, दूसरे का दोष मेरे में आया तो मेरा क्या हाल होगा! बड़ी सूक्ष्म कर्मों की गति है। तो यह ज्ञान-योग हमारे सूक्ष्म कर्मों

की गुह्य गति पर ध्यान खिंचवाता है। कभी किसी का दोष दिल में रखा या किसी को बताया तो मेरी गति क्या होगी? जो कमाई की, सेवा की, जो दुआयें मिलीं, वे कट-ऑफ हो जायेंगी। किसका दोष देखने की या मुख से बोलने की जो भूल की, तो पुण्य का खाता जो जमा किया था वह खलास हो गया।

प्रश्न:- सतोगुणी, रजोगुणी, तमोगुणी में क्या अंतर है?

उत्तर:- सतोगुणी बुद्धि हो। तमोगुणी अवगुण देखता है, रजोगुणी किसका गुण, किसका अवगुण देखता है। सतोगुणी किसी का अवगुण नहीं देखता, सबके गुण देखता है। पंछियों में एक ही हंस है जो उड़ना भी जानता है, तैरना भी जानता है, वह सतोगुणी है। अभी-अभी उड़कर ऊपर जा रहा है, अभी-अभी सागर के किनारे टहल रहा है। दूर कहीं नहीं जाता। तो यहाँ रहते कहाँ भी फंस नहीं जाना, डूब नहीं जाना, घबराना नहीं। तो सतोगुणी बुद्धि वाला न घबराता है, न डरता है, न मूँझता है। सतोगुणी बुद्धि वाला ही अपने नयनों से बाबा दिखा सकता है।

प्रश्न:- परमात्मा पिता से योग ना लगने के क्या कारण हैं?

उत्तर:- योग नहीं लगता है, यह ख्याल करने से योग नहीं लगता है। हमारा जीवन ही योगी जीवन है और हम कहें योग नहीं लगता है तो अन्दर दाल में

कुछ काला है। बैठे हैं बाबा के कमरे में और ख्याल कहीं और के करें तो यह गड़बड़ है तब योग नहीं लगता। बाबा के रूम में बाबा के साथ बैठो, बाबा के रूप को देखो तो योग लग जायेगा। लेकिन कोई चीज़ घड़ी-घड़ी टूटे और जुड़े तो कमज़ोर हो जाती है, कभी भी फिर से टूट सकती है इसलिए मेरे को इतना मज़बूत बनना है, कुछ भी हो जाये इसके लिये प्लान करना होगा। मान-अपमान, निन्दा-सुन्ति यह सब तो होगा ही फिर भी हमें किसी भी हालत में बाबा की याद को टूटने नहीं देना है। कई हैं जो खुद याद नहीं करते हैं फिर कहेंगे योग नहीं लगता है। बातें बहुत करते हैं। केवल बातें ही करते रहे तो भगवान मेरी सुनेगा नहीं, इसलिये वो मेरे को देख खुश, मैं उसको देख खुश, तो बाकी बात क्या है! जैसे बाबा-ममा को हमने कभी भी आपस में बातें करते हुए नहीं देखा, पर एक दो को देख खुश हो जाते थे और वो सीन जो देखता, वो भी खुश हो जाता क्योंकि वो इतना सुन्दर वातावरण हो जाता था, वह वातावरण शान्ति वाला, प्यार वाला हो जाता था।

प्रश्न:- मान-सम्मान मिलने का तरीका क्या है?

उत्तर:- योगाग्नि आत्मा को शुद्ध शान्त बना देती है, फिर उसके वायब्रेशन अनेकों तक पहुँचते हैं। हम दूसरों से मान मांगते हैं पर मेरे अन्दर दूसरे के

लिये प्यार नहीं है तो इसे क्या कहेंगे? मैं जो एक-एक बात कहती हूँ, करके देखो, सुनी अनसुनी नहीं करो। अच्छी बात है तो करके देखो। अगर कोई भी इच्छा मेरे अन्दर होगी तो बड़ा मुश्किल से मान मिलेगा, खुश करने के लिये मान मिलेगा पर सच्चा मान वह है जो आत्मा पूजन योग्य, गायन योग्य बन जाये। तो मान कहा किसको जाता है और वो मिलता कैसे है? ऐसी-ऐसी बातों की गहराई में जाओ तो आपही मान मिलेगा। अपने आपको अन्दर से मान की इच्छा से मुक्त रखो, माननीय बनने की क्वालिटी, निरहंकारी, निर्विकारी या निराकारी स्थिति में रहना इसमें थोड़ी मेहनत है, पर सच्चाई यही है, इसका फल बड़ा अच्छा मिलता है। संगम की एक-एक घड़ी सफल हो तो हर सीन बड़ी अच्छी है।

प्रश्न:- मोटी बुद्धि का क्या अर्थ है?

उत्तर:- बाबा की बात बुद्धि में रखते तो महीन बुद्धि हो जाते हैं और कोई की बात बुद्धि में रखते तो मोटी बुद्धि हो जाती है। सेवा से बल तब मिलता है जब कोई फल की इच्छा नहीं है। मोटी बुद्धि वालों को फल की इच्छा रहती है। मोटी बुद्धि क्यों बनती है? बाबा की बातों में बुद्धि नहीं चलाता, अपनी बुद्धि चलाता है तो मोटी बुद्धि है। दूसरों की गलती नोट करता, अपनी गलती पर ध्यान नहीं जाता तो मोटी बुद्धि है। बाबा को चाहिए महीन बुद्धि। ♦

पुरुषोत्तम संगमयुग और चलन तथा चेहरे के द्वारा सेवा

● ब्रह्माकुमार रमेश शाह, मुंबई (गामदेवी)

संगमयुग अन्य युगों से बिल्कुल अनोखा युग है। इस युग में हमें परमपिता परमात्मा का साथ मिलता है और उनसे श्रेष्ठ जीवन जीने की कला का संपूर्ण ज्ञान मिलता है। इस ज्ञान का अंतिम लक्ष्य यही है कि हम आत्माये विश्व कल्याणकारी बन ऐसे श्रेष्ठ विश्व राज्य अधिकारी बनें कि विश्व का राज्य कारोबार अटल, अखंड, निर्विघ्न रूप से 2500 वर्ष अर्थात् सतयुग-त्रेतायुग के समय चला सकें।

जब हम अपने होवनहार भविष्य को देखते हैं और उसकी तुलना वर्तमान राज्य अधिकारियों से करते हैं तो मालूम पड़ता है कि दोनों के बीच कितना अंतर है! कहाँ सतयुगी-त्रेतायुगी राज्य कारोबार करने वालों का जीवन-चरित्र जो 2500 वर्षों तक प्रजा के लिए एक दर्पण बनकर उन्हें सच्चा मार्गदर्शन दिखाने वाला होता है और कहाँ आज के सिर्फ 5 साल के लिए राज्य पदाधिकारी बनने वालों का जीवन जो कितना नीचे गिरा हुआ होता है। सतयुग-त्रेतायुग में मनुष्य ही हैं जो अपने कर्मों से श्रेष्ठाचारी देवता के रूप में प्रसिद्ध होते हैं जबकि द्वापर-कलियुग में वही मनुष्य अपने कर्त्तव्य

और चरित्र के आधार पर भ्रष्टाचारी सिद्ध होते हैं। इसलिए शिवबाबा ने हम बच्चों को ईश्वरीय सेवा में एक नया आयाम बताया कि हमें अपने चेहरे और चलन से सेवा करनी है।

ऐसी मान्यता है कि चेहरा मनुष्य के जीवन का दर्पण है जिससे मालूम पड़ता है कि यह व्यक्ति कैसा है। इसलिए मंदिरों में जो हमारी यादगार मूर्तियाँ हैं, उनके चेहरे विशेष ध्यान आकर्षित करने वाले होते हैं। अजंता-एलोरा जैसी गुफाओं में भी जो देवताओं के चित्र हैं, वे भी इतने ही सुंदर और मनोरम हैं। भारत के राजनीतिक इतिहास में पिछले सौ वर्षों के दौरान भी बेदाग छवि वाले ऐसे कई लोकप्रिय नेतायें हुए हैं जिनके चित्रों से उनके श्रेष्ठ चरित्र की भव्यता झलकती है। उनके सोच और कर्म की महानता और उच्चता उन्हें असाधारण सिद्ध करती है। ऐसे निष्कपट, प्रेरणादायी व्यक्तित्व आज विरले ही दिखाई देते हैं।

चलन की महिमा अपरंपरा है क्योंकि चलन के द्वारा ही मनुष्य पहचाना जाता है। आज की दुनिया में शासक पक्ष में ऐसे चेहरे कम देखने में आते हैं जो अपनी चलन की शुद्धता के बारे में ध्यान रखते हैं

जबकि लोकतंत्र की सफलता लोकनेताओं के चाल-चलन पर ही निर्भर करती है। जिन नेताओं को जनता चुनती है, वे जनता के प्रति ज़िम्मेवार होते हैं इसलिए जनता चाहती है कि नेता की छवि बेदाग होनी चाहिए। इसी कारण चुनाव में खड़े होने वाले उम्मीदवारों के पास कितना धन है इसकी सूचना एक फॉर्म में भरकर चुनाव आयोग को देनी होती है। इस कानून में एक कमी है कि चुनाव में खड़े होने वाले उम्मीदवार की ही संपत्ति का ब्लौरा फॉर्म में भरकर देना होता है। उम्मीदवार अगर अपने परिवार के अन्य सदस्यों जैसे कि पत्नी या बच्चों के नाम पर धन का संचय करता है तो मालूम नहीं पड़ता है। फ्रांस जैसे देश में तो जो उम्मीदवार खड़ा होता है, उसके जीवन चरित्र की जाँच होती है और उसे विजेता तब घोषित किया जाता है जब उसे कम से कम 50% वोटों का समर्थन प्राप्त हो। अमेरिका में सुप्रीम कोर्ट के जज की नियुक्ति के बारे में सार्वजनिक रूप से बताया जाता है और कहा जाता है कि अगर इनकी चलन के बारे में किसी भी अशुद्धि का पता चलेगा तो नियुक्ति मान्य नहीं होगी।

वर्तमान समय राज्य कारोबार करने वाले व्यक्तियों के बारे में जानकारी प्राप्त होती है कि विभिन्न प्रकार के भ्रष्टाचार के आरोपों के कारण न्यायालयों में उनके ऊपर मुकदमे चल रहे हैं। भारत की संसद में 199 सांसदों तथा 9 केन्द्रीय मंत्रियों के ऊपर विभिन्न प्रकार के मुकदमे चल रहे हैं। मध्यप्रदेश राज्य में 42 विधायक, 2 मंत्री और 1 पूर्व मंत्री के ऊपर; राजस्थान में 1 मंत्री और 30 विधायकों के ऊपर केस चल रहा है। पंजाब में अभी-अभी नई विधानसभा का गठन हुआ है। पूर्व विधानसभा के मुख्यमंत्री सहित 18 विधायकों के ऊपर; गुजरात में 50 विधायकों के ऊपर; महाराष्ट्र में 143 विधायकों के ऊपर; झारखण्ड में 59 विधायकों के ऊपर तथा छत्तीसगढ़ में 11 विधायकों के ऊपर केस चल रहे हैं।

भारत के वर्तमान सर सेनापति (Army Chief General) ने अपनी गलत जन्मतिथि के आधार पर ही शिक्षा प्राप्त की, फिर मिलिट्री में प्रवेश लिया और भारत के सर सेनापति भी बन गये और जब रिटायर्ड होने की बात आई तब उन्होंने कहा कि मेरी जन्मतिथि गलत है और नई जन्मतिथि बताकर अपने कार्यकाल की अवधि करीब सवा साल बढ़ाने की कोशिश की।

सरकार ने यह कोशिश मंजूर नहीं की तो उन्होंने सुप्रीम कोर्ट में केस किया तब सुप्रीम कोर्ट ने भी यही फैसला दिया कि सारी ज़िन्दगी तो आपने गलत जन्मतिथि के आधार पर फायदा लिया और अब आकर कहते हैं कि मेरी पहले की जन्मतिथि झूठी है तो इतने समय तक झूठ के आधार पर क्यों कारोबार किया?

अभी-अभी पाँच राज्यों में चुनाव हुए हैं। कई जगह तो एक पार्टी को बहुमत मिला है लेकिन कुछ जगहों पर जैसे कि उत्तराखण्ड में किसी भी पार्टी को बहुमत नहीं मिला है इसलिए वहाँ निर्दलीय विधायकों को अपनी पार्टी में खींचने के लिए अनेक प्रकार के गलत प्रयास हो रहे हैं। इस प्रकार से येन-केन-प्रकारेण अपने को सत्ता में बनाये रखने के लिए पद और धन का दुरुपयोग किया जा रहा है, यह भी चिन्ता का विषय है। कहीं पैसे से सांसदों को खरीदा जा रहा है तो कहीं सांसदों को मंत्री पद का लालच दिया जा रहा है। पूर्व सत्ताधीशों के ऊपर भी कानूनी कार्यवाही चलती रहती है कि उन्होंने अपने कार्यकाल में करोड़ों रुपये इकट्ठे किये हैं। एक नेता की हकीकत सामने आई है कि आज से 40 साल पहले वे मुंबई में एक झोपड़ी में परिवार सहित रहते थे और आलू-प्याज की बिक्री करते थे

और आज उनके तथा उनके परिवार के नाम पर 350 करोड़ से भी ज्यादा का सफेद धन है। ऐसे ही कर्नाटक के मुख्यमंत्री को भी भ्रष्टाचार के कारण अपने पद से इस्तीफा देना पड़ा और जेल भी जाना पड़ा। वहाँ के दो मंत्री अभी भी जेल में हैं जिनके ऊपर भ्रष्टाचार का आरोप है।

अंग्रेजी में एक लेखक ने लिखा है, We are governed by the type of persons that we deserve. अर्थात् जिस प्रकार की प्रजा होगी, उसी प्रकार के उनके राज्य अधिकारी होंगे क्योंकि आखिर इन राज्य अधिकारियों का चुनाव इन्हीं प्रजाजनों में से ही तो होता है।

इसलिए अब जबकि समय विश्वपरिवर्तन का नजदीक आ रहा है तो शिवबाबा ने हम बच्चों को पहले ज्ञानी तू आत्मा बनाया, फिर सहयोगी तू आत्मा बनाया, अनेक प्रकार की धारणाओं से संपन्न किया और अभी अंतिम चरण में हम सबके चेहरे और चलन को श्रेष्ठ बनाने के लिए मार्गदर्शन दिया। कइयों के मन में यह शंका होगी कि चेहरे और चलन के द्वारा सेवा कैसे होगी। इसके लिए ही एक उदाहरण है कि अव्यक्त बापदादा से मिलने के लिए आंध्र प्रदेश के तत्कालीन मुख्यमंत्री आबू आये थे। उन्होंने बीस

हजार की सभा को एकदम शांति से बैठे हुए और परमात्मा के महावाक्य सुनते देखा तो मुझसे कहा कि ऐसी शान्ति राजनीतिक दलों की सभाओं में कभी नहीं होती है, हमारी सरकार आपको जमीन देगी, आप आंध्र प्रदेश में राजयोग केन्द्र बनाइये ताकि समाज के सभी वर्ग के लोगों को शांतिपूर्ण जीवन जीने की प्रेरणा मिल सके। इसी कारोबार के लिए दो-तीन बार मुझे हैदराबाद जाना पड़ा और साढ़े 34 एकड़ जमीन हमें Token Rent पर मिली। आज वहां पर शान्ति सरोवर नाम से बड़ा रिट्रीट सेन्टर बन गया है। यह सेवा सबके चेहरे की शांति और एकाग्रता को देखकर ही संभव हुई। हम सभी भाई-बहनों के चेहरे और चलन श्रेष्ठ और पवित्र हो जायें तभी सारी सृष्टि के कारोबार के हम अधिकारी बन सकेंगे।

बाबा ने पहले भी कहा है और अभी भी याद दिलाया कि हमारा वर्तमान समय का कारोबार शीशमहल की तरह होना चाहिए जिसमें हमारा चेहरा और चरित्र लोगों के सामने प्रत्यक्ष होता रहेगा इसलिए यह आवश्यक है कि हम अपने चलन और चेहरे द्वारा ईश्वरीय सेवा का कारोबार करें। एक भाई ने मुझसे पूछा कि चेहरे के द्वारा सेवा करनी हो तो क्या हम

सबको ब्यूटीपार्लर में जाकर चेहरे का रंग-रूप बदलना होगा क्योंकि आज की दुनिया में ब्यूटीपार्लर का काम बहुत ही चल रहा है। मैंने उन्हें कहा कि जिस चलन और चेहरे की बात शिवबाबा ने कही है, उसमें स्थूल ब्यूटी की बात नहीं है परंतु सदा हर्षित रहने वाला हर्षितचित्त चेहरा और पवित्रता के बल के आधार पर खिला हुआ फूल जैसा चेहरा होना चाहिए। अपने चेहरे को श्रेष्ठ बनाने के लिए योग की शक्ति की जरूरत है। आध्यात्मिक बल के आधार से खिला हुआ प्रतिभाशाली हमारा चेहरा होगा और उसी प्रकार की चलन होगी तभी हम विश्व के आगे शिवबाबा के ज्ञान का प्रतीक बन सकेंगे।

बात तो सहज है परंतु करना मुश्किल है क्योंकि माया भी इतनी जबर्दस्त है कि कई बार वह अपना प्रभाव कइयों के ऊपर डाल देती है और इसलिए ही बाबा ने एक स्लोगन दिया है, मायाजीत जगतजीत अर्थात् माया के प्रलोभनों के ऊपर जीत पाने के लिए हमें अपने चेहरे और चलन को श्रेष्ठ बनाना होगा। चलन और चेहरे को श्रेष्ठ बनाने के पुरुषार्थ के ऊपर हर सेवाकेन्द्र पर विशेष क्लास होनी चाहिए। ♦

वे व्यक्ति अकेले नहीं हैं
जिनके पास सुंदर विचार हैं

आह्वान

प्रो.डॉ.शरदनारायण खरे, मंडला

अमन-चैन का जहां बसाएँ
आओ, हम नवफूल खिलायें

सच्चाई के पथ पर चलकर
इस जीवन को सफल बनायें

परमपिता से प्रीत जोड़कर
अपना अंतर्मन महकायें

काम, क्रोध और लोभ, मोह के
पथ को तज, आगे बढ़ जायें।

प्रेम-प्यार का अमृत पी लें
गम त्यागें, हरदम हरसाएँ।

धन-संग्रह और भौतिक सुख से
बचकर नव-उपवन महकाएँ

मन का मैल, कलुषता धो लें
निज चरित्र को हम चमकाएँ

बैर, द्वेष और कलह-कपट को
छोड़ आज सच्चे बन जाएँ

जीवन-सुमन खिलेगा तब ही
जब प्रभु से हम नेह लगाएँ

आज वक्त का यही तकाज़ा
सच्चाई को हम अपनाएँ।



‘पत्र’ संपादक के नाम

हृदय को पावन कर देता ज्ञानामृत
तबीयत कर देता मनभावन ज्ञानामृत
दिल का विष निचोड़ देता ज्ञानामृत
प्रभु से नाता जोड़ देता ज्ञानामृत
भटकाव समाप्त कर देता ज्ञानामृत
गहन संतोष व्याप्त कर देता ज्ञानामृत
सदा शुभ संदेश देता ज्ञानामृत
श्रेष्ठ चिन्तन आचरण देता ज्ञानामृत
अंतस में दीप जला देता ज्ञानामृत
दिव्य प्रकाश फैला देता ज्ञानामृत
‘ऋषि’ ने देखा तो भाया ज्ञानामृत
प्रभु प्रेम अंतर में जगाया ज्ञानामृत
— सैम्यद अली ‘ऋषि’,
शाजापुर

जो भी व्यक्ति या संस्था कोई भी कार्य मानवता के हितार्थ करती है, वह वंदनीय, अनुकरणीय है। आप लोग ब्रह्माकुमारीज संस्था के अंतर्गत मनुष्य को अध्यात्म की ऊँचाइयों तक ले जाने के प्रयासों में समर्पित हैं, आपको नमन करता हूँ। संपादकीय ‘माफ करो, दिल साफ करो’ पढ़ा। आपने छोटी-छोटी घटनाओं के माध्यम से बात को सरलता से समझाने का सुंदर प्रयास किया है। आदरणीया जानकी दादी जी द्वारा प्रश्नों के उत्तर भी पढ़े। अनेक बहनों, भाइयों के विचार भी पढ़े। अच्छा लगा। आप समाज को नेकी के मार्ग पर ले जाने का सार्थक प्रयास कर रहे हैं। ईश्वर आपको सफलता प्रदान

करेगा ही।

— डॉ.ए.कीर्तिवर्धन,
मुजफ्फरनगर

मैं आपकी प्रतिष्ठित पत्रिका ज्ञानामृत का पिछले कई वर्षों से अध्ययन कर रही हूँ। अत्यंत हर्षपूर्वक मैं आपको यह बताना चाहती हूँ कि मेरा अलौकिक राजयोगी जीवन ‘ज्ञानामृत’ के द्वारा ही बना है। इसके लेखों ने मेरे अंतर्चक्षु खोल मुझे दिव्य दृष्टि प्रदान की और घर बैठे ही मैंने परमपिता परमात्मा को तथा उनके इस संगमयुग में चल रहे गुप्त कर्तव्य को पहचान लिया। ज्ञानामृत ने मुझे परम सौभाग्यशाली बना दिया। शब्दों में मैं उन सभी दैवी भाई-बहनों का धन्यवाद करती हूँ जिन्होंने इस सर्वश्रेष्ठ पत्रिका में अपना योगदान दिया है। ज्ञानामृत की सदस्यता लेने से मैं ईश्वर और ईश्वरीय परिवार की सदस्या बन गई। यह सचमुच एक अद्भुत चमत्कार है। आपको मेरा कोटिशः धन्यवाद!

— ब्र.कु.ऋतविका, भोपाल

नवंबर, 2011 के अंक में संपादकीय लेख ‘परधनम् लोष्टवत्’ से अंतरात्मा का रोम-रोम खिल उठा। उक्त लेख में गरीबी और अमीरी के फर्क पर बड़े ही रोचक ढंग

से प्रकाश डाला गया है। जिसके पास केवल रूपया-पैसा है और ज्ञान का धन, गुणों का धन, चरित्र का धन, श्रेष्ठ कार्यों का धन नहीं है, यह उसके लिए सबसे भारी गरीबी है। जहाँ तक पेट भरने का सवाल है उसे तो गरीब और अमीर दोनों ही भरा करते हैं। स्वयं के लिए धन का उपयोग नहीं करने और उसे उपयोग वाली जगह लगने न देना ऐसा ही है जैसे घास के ढेर पर कुत्ता बैठा है, न तो वह खुद घास खाता है और न ही थके बैल को खाने देता है। धन के संग्रह वाला व्यक्ति कहाँ सुख-चैन की नींद सो पाता है। दाल का फीका पानी, फीका दलिया, उबली सब्जी, सूखी चपाती और नींद की गोलियाँ, इतना भर आहार उस व्यक्ति का रह जाता है। इस लेख द्वारा जीवन में बहुत परिवर्तन आया। शिवबाबा ने हम बच्चों को स्वर्ग की बादशाही देने से पहले ही स्वर्ग जैसा जीवन जीने का सहज रास्ता बता दिया है।

— ब्र.कु.दिनेश, नीमच

पत्रिका के नियमित पठन-पाठन से मेरी सोच एवं स्वभाव में काफी परिवर्तन हुआ है। दिसंबर, 2011 अंक के ‘स्वस्थिति श्रेष्ठ तो परिस्थिति समाप्त’ और ‘कर्म विधान’ लेख बहुत असरदार, अचूक, ज्ञानवर्धक एवं डिटर्जेंट जैसे हैं जिनसे मन की मैल धुल जाती है।

— कृष्ण राव, चित्तरंजन

बड़ी एकता है विकारों की

● ब्रह्माकुमार राजेश, आबू पर्वत (ज्ञान सरोवर)

परमपिता परमात्मा कहते हैं, बच्चे, पवित्रता ही सर्वगुणों की खान है। पवित्रता ही सुख, शान्ति, आनन्द, प्रेम की जननी है। जहाँ जननी होती है, वहाँ बच्चे होते ही हैं। यदि हम केवल पवित्रता को मनसा-वाचा-कर्मणा संपूर्ण रूप से जीवन में ले आते हैं तो शेष सर्व दिव्य गुण और शक्तियाँ स्वतः ही जीवन में आ जाते हैं क्योंकि इन दिव्य गुणों की आपस में बहुत एकता है। संपूर्ण पवित्रता आयेगी केवल और केवल एक परमात्मा शिव को याद करने से और याद ठहरेगी केवल उनसे ही स्नेह भरा संबंध जोड़ने से।

परन्तु, जिस प्रकार दिव्य गुणों की आपसी एकता है, वैसे ही विकारों की भी बड़ी भारी आपसी एकता है। एक विकार मानो काम विकार, जो नर्क का द्वार कहलाता है, मन-बुद्धि या कर्म में आया तो क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष स्वतः ही पीछे-पीछे आ धमकेंगे। इस संबंध में एक दृष्टांत इस प्रकार है—

एक बार एक साधु जंगल से गुज़र रहा था, रास्ते में उसे डाकू मिल गये। उन्होंने उसे लूटने का प्रयास किया परंतु साधु को खाली हाथ पाकर वे इतने आक्रोशित हुए कि उसे ही पकड़कर अपने अड्डे पर ले गये। रात

में सभी डाकुओं ने मदिरापान किया और साधु को भी मदिरापान के लिए कहा। साधु ने कहा, मैं भला मदिरा कैसे पी सकता हूँ, यह तो मेरे साधनामय जीवन के खिलाफ है। बातों-बातों में बहस होने लगी।

नशे में चूर, बेरहम डाकुओं ने साधु को कहा, हमारी चार शर्तों में से एक शर्त आपको अवश्य माननी पड़ेगी अन्यथा हम आपको जान से मार देंगे। पहली शर्त है, हमारे संग मदिरापान करो और नाचो। दूसरी, सामने बैठी गाय को लात मार दो। तीसरी, हमारे साथ माँस खाओ। चौथी, इस कुलटा नारी के साथ व्यभिचार करो।

धर्मसंकट में फँसा साधु भगवान की मदद को भूलकर अपने ही विचारों के जाल में उलझने लगा। उसने सोचा, गाय को लात मारना तो महापाप है। माँस सेवन करना भी धर्म से गिरना है। पतित नारी का संग भी घोर पाप है। सोच-विचार करते-करते साधु की बुद्धि में कमज़ोरी ने अपना स्थान बना लिया और वह मन ही मन बोला, जान बचाने के लक्ष्य से केवल दो घूंट मदिरा सेवन की शर्त मान लेता हूँ।

मदिरा के अंदर जाते ही साधु नशे

में आ गया और माँग-माँग कर अधिकाधिक पीने लगा। जब नशे में धुत हो गया तो डाकुओं के संग नृत्य भी करने लगा। नृत्य करते-करते पास बैठी गाय को लात भी मार बैठा। फिर भूख लगी तो उनके संग गोश्त भी खाने लगा। अंत में जब थक कर चूर हुआ तो पतित नारी के संग अपने चरित्र का पतन भी कर बैठा।

बुराई हारती है दृढ़ रहने वाले से दृष्टांत का सार यही है कि थोड़ी बुराई भी हथौड़ी का काम कर जाती है। थोड़े से प्रारंभ होकर ये विकार पूरे जीवन पर कब्जा कर लेते हैं। जैसे एक आक्रमणकारी के अंदर घुसते ही शेष आक्रमणकारी भी आँधी की तरह अंदर आ जाते हैं उसी प्रकार जीवन में किसी भी एक विकार, बुरी आदत, कमी या कमज़ोरी के अंदर आते ही अन्य विकारों को स्वतः मार्ग मिल जाता है। साधु के सामने एक परिस्थिति आई चुनाव की। या तो जीवन को पतित करो या मरो। विचार कीजिए, जिस घड़ी कोई व्यक्ति धर्मभ्रष्ट, कर्मभ्रष्ट हो जाता है, मृत्यु तो उसकी उसी समय हो जाती है। यदि वह भ्रष्ट होकर ज़िन्दा भी है तो मात्र साँसों का भार ढो रहा है। साधु को परमात्म-विश्वास के साथ दृढ़ता से कहना चाहिए था, मुझे मरना मंजूर है पर मैं इनमें से किसी एक को भी टच नहीं करूँगा। जीवन (शेष..पृष्ठ 22 पर)

जीभ पर संयम

● ब्रह्मकुमार नरेश, मुजफ्फरनगर

चिकित्सक कहते हैं कि जीभ पर लगी चोट सबसे जल्दी ठीक होती है और अध्यात्म कहता है कि जीभ से लगी चोट कभी ठीक नहीं होती। कहा जाता है कि किसी भी चीज़ का अतिउपयोग हानिकारक होता है। (Excess of anything is bad)। यह बात जीभ पर भी लागू होती है। बल्कि सभी चीज़ों में जीभ का अति उपयोग सर्वाधिक हानिकारक है।

युवा शक्ति द्वारा जीभ का दुरुपयोग

सन् 1937 की बात है। पटना जंक्शन पर जब एक ट्रेन रुकी तो एक मूँछों वाला व्यक्ति सामान्य डिब्बे में सवार हुआ। उस डिब्बे में कुछ छात्र यात्रा कर रहे थे। उस व्यक्ति की मूँछें देख कर छात्र उसकी हँसी उड़ाने लगे। थोड़ी देर में टीटी आया। उनमें से किसी भी छात्र के पास टिकट नहीं था अतः टी.टी. उन्हें अशोभनीय भाषा में डांटने लगा। इस पर उस मूँछ वाले व्यक्ति ने एतराज़ किया और कहा कि आप इनका टिकट बनाइये, पैसे मैं दूंगा परन्तु अपनी भाषा सही रखिये। टिकट बनाया गया और भुगतान उस व्यक्ति ने कर दिया। गाड़ी जब मुगलसराय स्टेशन पर रुकी तो ‘राजेन्द्र बाबू जिन्दाबाद’ की आवाज़

से प्लेटफार्म गूंज उठा। वह व्यक्ति भारत के प्रथम राष्ट्रपति डाक्टर राजेन्द्र प्रसाद थे। छात्रों को शर्मिन्दगी से दूर करने के लिए राजेन्द्र बाबू ने कहा, यह तो आपकी उम्र का तकाजा है परन्तु आप अपनी युवा शक्ति देश के काम में लगायें, यह देश का तकाजा है। देखा जाये तो युवा-शक्ति के द्वारा जीभ का दुरुपयोग सबसे ज्यादा किया जाता है।

वातावरण हो जाता है रंगीन

एक बाल्टी पानी जितनी गर्मी को ठंडा कर सकता है, उससे ज्यादा गर्मी को एक मीठा प्रेमभरा शब्द ठंडा कर सकता है। किसी क्रोधी को जब एक प्रेम भरा शब्द उसकी गलती महसूस करा देता है, तो कहा जाता है, फलाना ‘पानी-पानी हो गया’। कहा-सुनी जब मतभेद से आवेश में और आवेश से क्रोध में बदल कर आग पैदा करती है, तब मानो दोनों तरफ से जीभ बोफोर्स तोप के गोले दाग रही होती है। ऐसे में यदि एक तरफ की तोप शान्त हो जाये और दो-चार मीठे मधुर शब्दों के फूल उछाल दे, तो वातावरण चाहे संगीन हो या गमगीन, पल भर में रंगीन हो जाता है।

अवक्ल थर्मी पर जीभ नहीं

अच्छा वक्ता वह है जो श्रोताओं के ‘बस’ कहने से पहले ही बोलना



बन्द कर दे और अच्छे श्रोता वे हैं जो वक्ता के बोलना शुरू करते ही अपनी बातचीत बन्द कर दें। बुद्धिमान को थोड़ा सोचना पड़ता है कि कहां से बोलना शुरू करे परन्तु मूर्ख वक्ता को पता नहीं पड़ता कि कहां पर बात खत्म करे। उसकी अवक्ल तो थर्मी रहती है, परन्तु जीभ थमने का नाम नहीं लेती। ऐसे में अक्सर उसकी जीभ बहक जाती है और शरीर को खामियाज़ा भुगतना पड़ता है। कहा भी गया है,

रहिमन जिह्वा बावरी,
कह गई रखर्ग पताल /
आपुन तो भीतर गई,
जूती रखाय कपाल //

विवाद से हल नहीं,
हलाहल निकलता है

संवाद, प्रिय हो पर ओछा न हो, स्वतंत्र हो पर अश्लील न हो, विद्वतापूर्ण हो पर दंभयुक्त न हो, चुहलबाज हो पर बनावटी न हो, अनोखा हो पर असत्य न हो, खुला हो परंतु असंयमित न हो। संवाद में जब अहंकार का समावेश होता है तो यह विवाद का रूप ले लेता है। विवाद करना बहुतों को आता है पर संवाद

करना कुछ ही मनुष्य जानते हैं। विद्वान्, मूर्ख, मित्र, गुरु एवं प्रियजनों या परिजनों से कभी विवाद नहीं करना चाहिए। संवाद मौन में रहते भी किया जा सकता है परंतु विवाद हमेशा बोलकर ही किया जाता है। संवाद से बिगड़ी बात भी बन जाती है परंतु विवाद से कोई हल नहीं निकलता बल्कि हलाहल (विष) ही निकलता है। संवाद मनुष्यता की शान है और विवाद पशुता की पहचान है। आज 'विवाह', 'विवाद' का सर्वविदित स्वरूप हो गया है। विवाह के समय सारे नाते-रिश्तेदार शोर-शराबा मचाते हैं और वर-वधू मौन रखते हैं परंतु विवाह के बाद वर-वधू सारे जीवन विवाद करते हुए शोर-शराबा मचाते हैं और उनके रिश्तेदार मौन रखते हैं।

ईमानदार बोलता है धीरज से
श्रेष्ठ व्यक्ति धीरे से बोलता है और ईमानदार व्यक्ति 'धीरज' से बोलता है। परन्तु एक धनी व्यक्ति खुद कम बोलता है और उसका धन ज्यादा बोलता है। उसके द्वारा रखे गये कर्मचारी, नौकर-चाकर, वकील, ड्राइवर इत्यादि शरीर से कम कार्य करते हैं और जीभ से ज्यादा। एक धनी व्यक्ति चाहता है कि दूसरे उसकी महिमा में बोलें। उसे दूसरों से बात करने में भी अपनी शान कम होती दिखती है। कहा गया है, जब तक इन्सान कंगाल रहे, कोई उत्पात नहीं

करता। वही धनी हो जाये, तो मुख से बात नहीं करता।

बोल में मैं-मेरा की प्रधानता

यदि किसी व्यक्ति से पहली मुलाकात होती है तो उसके शब्दों से उसके पेशे का अंदाज लगाया जा सकता है। यदि कोई बोलता नहीं है या बहुत कम बोलता है तो वह एक श्रेष्ठ चिन्तक या आध्यात्मिक पुरुषार्थी हो सकता है। आज के मनुष्य के बोल में 'मैं' व 'मेरा' की प्रधानता होती है। यदि किसी बड़बोले मनुष्य से यह कहा जाये कि आज सारे दिन तुम 'मैं' व 'मेरा' वाली कोई बात न करो, तो उसके पास बोलने को कुछ नहीं बचता।

'तुम हार गए'

हिन्दी साहित्य के प्रथम इतिहासकार आचार्य रामचन्द्र शुक्ल बहुत कम बोलने वाले माने जाते थे। वे बनारस में रहते थे। एक बार उनके दो शिष्यों में शर्त लग गई। एक ने कहा कि आचार्यजी से एक साथ पांच शब्द नहीं बुलवाए जा सकते। दूसरा शिष्य आचार्य का मुंहलगा था। उसने ताल ठोकी कि मैं चाहूं तो आचार्य जी से एक साथ पांच शब्द कहलवा सकता हूं। वह आचार्य के पास गया और हाथ जोड़ कर बोला, गुरुदेव, मैंने अपने मित्र से शर्त लगाई है कि आपसे एक बार में पांच शब्द अवश्य कहलवा दूंगा। आचार्य मुस्करा कर बोले - 'तुम हार गए' और अपने काम

में लग गए। लेखन कार्य से जुड़े किसी भी व्यक्ति के लिए मितभाषी होना अच्छा है। उसकी तीन अंगुलियां कलम को तब नियंत्रित कर सकती हैं, जब एक जीभ पर नियन्त्रण हो। स्याही खत्म होते ही कलम रुक जाती है परन्तु जीभ रूपी कलम की स्याही कभी खत्म नहीं होती बल्कि इसमें तो कितने ही विरोधियों के उज्ज्वल चरित्र पर स्याही बिखरने की क्षमता होती है।

सन् 1925 में रिपब्लिकन दल के 'कल्विन कुलिज' अमरीका के तीसवें राष्ट्रपति बने थे। वे बेहद अन्तर्मुखी, शान्त व मितभाषी थे। एक बार वे गिरजाघर से प्रार्थना कर लौट रहे थे। उनके मौन को तोड़ने के लिए उनकी पत्नी ने कहा, आज की प्रार्थना में आपने पादरी का प्रवचन सुना? कुलिज ने कहा, हां। पत्नी को उत्तर पसन्द नहीं आया अतः फिर पूछा, पादरी के प्रवचन का मूल प्रसंग क्या था? कुलिज ने जवाब दिया, पाप। पत्नी को ज़रा चिढ़ पैदा हुई और बोली, आप ज़रा विस्तार से बतलायें कि वे पाप के बारे में क्या-क्या कह रहे थे? कुलिज की मितभाषिता फिर आड़े आ गयी, वे शान्त स्वर में बोले, वे इसके (पाप) विरोध में बोल रहे थे। यह विडम्बना ही है कि किसी की अन्तर्मुखता व मितभाषिता भी दूसरे को अच्छी नहीं लगती। उसे मौन का महत्व समझ में नहीं आता।

(क्रमशः)

आंतरिक शक्तियों का जागरण

● ब्रह्मकुमारी उर्मिला, शान्तिवन

मनुष्य आत्मा, मनुष्य शरीर के बीज की तरह है। जैसे बीज में अनेक शक्तियाँ समाई होती हैं, वैसे ही आत्मा में भी अनेक शक्तियाँ समाई हुई हैं। गुलाब का रंग, आकार, खुशबूयह बीज की परिवर्तन शक्ति का ही तो कमाल है। गुलाब के बीज ने गंदी खाद के साथ अपने में समाई सुषुप्त शक्तियों की इस प्रकार प्रक्रिया की, जो संसार गुलाब की सुंदरता के आगे कायल हो गया।

बाह्य जगत, अंतर्जगत द्वारा निर्मित

मानव आत्मा में भी संसार को नया-नया कुछ कर दिखाने या अपने कृत्यों से इसे अधिक समृद्ध बनाने की बहुत योग्यतायें भरी पड़ी हैं। युगों का चक्कर लगाते-लगाते अब हम अपने अंतिम शरीर में हैं। इस शरीर की आँखों द्वारा हम आत्मा ने जब संसार को देखा तो पाया कि यह अनेकानेक चकाचौथ करने वाली चीज़ों से भरा पड़ा है परंतु ये चीज़ें आई कहाँ से? आसमान में उड़ने वाला हवाई जहाज, आकाश में उड़ने से पहले कहाँ था? किसी आविष्कारक के मन की गुफा में छिपा पड़ा था। वह आविष्कारक बाह्य जगत की आपाधापी से मुख मोड़ कर अंतर्मन में उतरा तो वहाँ से यह जहाज कल्पना रूप में उसके

मनःपटल पर आया। फिर कागज पर आया, फिर रफ मॉडल रूप में बना और फिर फाइनल आकार में आकर उड़ने लगा। साइंस के सभी आविष्कारों की यही कहानी है। साइंस के साथ-साथ साइलेन्स की उपलब्धियों का मार्ग भी यही है। जैसे जल स्थिर और स्वच्छ हो तो उसके अंदर विद्यमान जलीय जीव या जलीय संपदा स्पष्ट दृष्टिगोचर होती है, इसी प्रकार स्वच्छ मन जब अपने स्वरूप और शक्तियों पर स्थिर हो तो उसके भीतर पड़ी अलौकिक शक्तियाँ दृष्टिगोचर होने लगती हैं।

दो प्रकार के मानव

इस संसार में दो प्रकार के मानव हैं। एक तो वे हैं जो अपनी इंद्रियों द्वारा, संसार में उपलब्ध रूप, रस, गंध, शब्द, स्पर्श का सुख प्राप्त करने में व्यस्त रहते हैं। उनकी होड़ होती है कि इस संसार में जो कुछ भी है, उसे हम देख लें, खा लें, पहन लें आदि-आदि। उनका मन एक वस्तु से दूसरी वस्तु के आकर्षण में उड़ता है और इंद्रियाँ अनुसरण करती हैं। वे बाह्य जगत की रंगीनियों से बेहद प्रभावित रहते हैं, बार-बार उन्हीं के बारे में सोचते हैं, उन्हीं की प्रशंसा करते हैं, उन्हीं को प्राप्त करने में अपने प्रयास न्यौछावर करते हैं।

दूसरी प्रकार के वे लोग हैं जो यह सोचते हैं कि बाहरी जगत में जो कुछ भी है, वह मेरे पूर्वजों के भीतर से ही तो बाहर निकला है। यदि मेरे पूर्वज इस संसार को दे देकर इतना समृद्ध करके गये हैं तो मैं भी इसे कुछ देकर जाऊँ। यदि मेरे पूर्वजों के भीतर से इतना कुछ बाहर आ सकता है तो मेरे अंदर से भी तो आ सकता है। मैं उनसे कोई कम तो नहीं। मैं उनके द्वारा उपलब्ध कराई चीज़ों को भोगने में ही क्यों लगा रहूँ, क्यों ना संसार में उपलब्ध सुखों को बढ़ाकर और दुखों को कम करके जाऊँ। उसकी यह भावना मन सहित उसकी इंद्रियों को बाहरी जगत की भटकन से अलग कर देती है और वह अपनी भीतरी शक्ति से संसार में नये विचार, नये आविष्कार प्रस्तुत करने लगता है।

हर प्राप्ति मुझी में

पहली प्रकार के मनुष्यों का जीवन चूँकि इस परिवर्तन होते संसार के परिवर्तनशील पदार्थों पर आधारित है इसलिए वे इनकी दया पर जिन्दा रहते हैं। पदार्थ उन्हें सुखी रखें तो ये सुखी, वे हिलें तो ये हिल जाते हैं, वे टूटे तो ये भी टूट जाते हैं, वे दगा करें तो ये दिलशिक्षत (अवसादग्रस्त) हो जाते हैं परंतु दूसरी प्रकार के मनुष्य अपनी आंतरिक शक्तियों के बल पर जीते

हैं, वे शक्तियाँ उनकी अपनी पूँजी बन जाती हैं और उनके संकल्प मात्र से ही क्रियान्वित हो जाती हैं। वे हर प्राप्ति अपनी मुट्ठी में महसूस करते हैं इसलिए बाह्य जगत की हर हलचल में अपने को स्थिर महसूस करते हैं।

शक्तियों का दुरुपयोग

मानव के भीतर छिपी इन अमूल्य शक्तियों को उजागर करके भौतिक जगत को समृद्ध करने के साथ-साथ हम मानव व्यवहार को भी सुखद, शान्त, प्रेममय और आनन्दमय बना सकते हैं। आज संसार में अधिकतर समस्यायें मानवीय व्यवहार में त्रुटियों के कारण हैं। हम अपनी आंतरिक शक्तियों को, इन भूलों को मिटाने या बढ़ाने में – दोनों प्रकार से प्रयोग कर सकते हैं। मान लीजिये, किसी नजदीकी व्यक्ति ने हमारा नुकसान कर दिया। ऐसे में हम उस पर क्रोध और नफरत की शक्ति का प्रयोग, उसके नुकसान को बढ़ा-चढ़ाकर बताने और बात को फैलाने की शक्ति का प्रयोग या बाहर ज़ोर ना चल सके तो अंदर ही अंदर दुखी होकर विकल्पों का चक्रवृह रचने की शक्ति का प्रयोग कर सकते हैं पर ये सभी शक्ति के नकारात्मक रूप हैं। जैसे पीने के जल के स्रोत में कई बार सीवरेज के नाले का रिसाव होने से स्वच्छ जल दूषित हो जाता है, इसी प्रकार आंतरिक शक्तियों में, इंद्रियों द्वारा बाहर से ग्रहण की गई बातों,

भावनाओं, समाचारों, इच्छाओं का रिसाव होने से अंदर की शक्तियाँ नकारात्मक बन जाती हैं। शक्तियों के नकारात्मक प्रयोग से हम एक नुकसान में, कई नये नुकसान जोड़ने के निमित्त बन जाते हैं।

इसके विपरीत है समाने और माफ करने की शक्ति, भूल को भुलाने और स्वयं की सावधानी बढ़ाने की शक्ति, घटना पर फुलस्टॉप लगाकर आगे देखने की शक्ति का प्रयोग करके हम उस नुकसान को बिना किसी अन्य गलत प्रभाव के सदा के लिए रोक सकते हैं।

पिछले दिनों एक समाचार आया था कि एक एयर होस्टेस बहन अपने भाई के साथ एक पार्टी में गई थी और बारह बजे घर लौटी। पिता को यह बात अच्छी नहीं लगी और उन्होंने पुत्री को इतनी देरी से आने के कारण टोका। अगली सुबह नाश्ते के समय पिता ने पुनः रात की बात का जिक्र किया और सावधानी दी। इसके बाद उस कन्या ने पंखे से लटककर आत्महत्या कर ली। भले ही वह बहन कितनी विद्यावान थी, अच्छे पद पर थी परंतु अपनी आंतरिक शक्तियों का सदुपयोग करने की विद्या नहीं जानती थी। यह विद्या आध्यात्मिक विद्या है जो स्वयं पिता परमात्मा द्वारा प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के माध्यम से पढ़ाई जा रही है। इस घटना में होना तो यह चाहिए

था कि यदि हमारे किसी कर्म से हमारे बड़ों या शुभचिंतकों या प्रशंसकों के व्यर्थ संकल्प चलते हैं, भले ही हमने कोई बुरा कर्म नहीं किया है तो भी उन्हें व्यर्थ विचारों से बचाने के लिए हमें अपने को बदल लेना चाहिए। परंतु ऐसा नहीं किया गया। शक्ति को गलत दिशा में लगा दिया गया। अपनी शक्ति का गलत प्रयोग करते हुए, यदि हम अपने कर्म के औचित्य को सिद्ध करते हैं, उस आदत पर अड़े रहते हैं, बड़ों की बात सुन नहीं सकते हैं, सावधानी देने वाले पर क्रोध और नफरत करते हैं, अपने में हीन भावना पनपाते हैं कि हमें मर्जी से चलने नहीं दिया जाता या इतने दिलशिक्षित हो जाते हैं कि अमूल्य शरीर को नष्ट कर बैठते हैं तो अपने आपको भारी घाटे में डालते हैं। जन्म-जन्म शक्ति के दुरुपयोग की भारी सज्जा भुगतने के निमित्त बन जाते हैं।

सकारात्मक बहाव

बात सुनने और समझने की शक्ति, पालकों के अहसानों के प्रति कृतज्ञता की शक्ति, लोक संग्रह अर्थ अपने को बदल लेने की शक्ति, गलती होने पर अथवा ना होने पर भी सुझावों को नम्रतापूर्वक स्वीकारने की शक्ति आध्यात्मिकता से आती है। ऐसी शक्ति वाली आत्मा लोगों को सुकून देने, एक उदाहरण प्रस्तुत करने के निमित्त बन जाती। गलती ना

शिवबाबा ने दिया जीवनदान

विद्याभूषण तिवारी, फतेहपुर

होते हुए भी गलती को स्वीकार कर लेना महानता का विषय है, हीनभावना का नहीं पर यह महसूस करने के लिए मनोबल चाहिए। जैसे अंकुश रहित, दिशा रहित बहता बाढ़ का पानी संसार को तबाह कर देता है, इसी प्रकार दिशाहीन मानवीय शक्ति भी संसार को तबाही की ओर ले जा रही है। बढ़ता हुआ तनाव, अवसाद (डिप्रेशन), उग्रवाद, आतंकवाद, हिंसा, शत्रुता, आत्महत्यायें शक्ति के दुरुपयोग का ही परिणाम हैं।

राजयोग एक ऐसी विद्या है जो हमारी आंतरिक शक्तियों को दिशा देती है। राजयोग में हम सर्वशक्तिमान कल्याणकारी पिता परमात्मा से आत्मा बनकर संबंध जोड़ते हैं। जैसे एक वैज्ञानिक बीज पर रासायनिक क्रिया करके उसके अंदर छिपे अवांछनीय तत्वों को हटा देता है इसी प्रकार सर्वोच्च आध्यात्मिक वैज्ञानिक पिता परमात्मा शिव भी बीजरूप आत्मा के भीतर जन्म-जन्म से घर कर गई नकारात्मक शक्तियों को, अपनी स्नेहमयी शक्तिशाली किरणों द्वारा हटा देते हैं। परमात्मा पिता की आध्यात्मिक प्रयोगशाला परमधाम है। वहाँ देह सहित देह के संबंध, पदार्थ, दुनिया को भुलाकर, अकेली आत्मा बनकर जाने से इस प्रयोग में सफलता मिलती है। ♦♦

जून, 2011 को मैं पहली बार ब्रह्माकुमारी आश्रम में गया। सौभाग्य से मुझे बहुत जल्दी ही माउंट आबू जाने का सुअवसर भी प्राप्त हो गया। मुझे 10 जुलाई को कालका मेल द्वारा दिल्ली होते हुए आबू जाना था। ट्रेन आने में केवल 15 मिनट बाकी थे। मैं अभी प्लेटफार्म के बाहर ही था, तभी एक नागा साधु मिल गये और बोले, बेटा, भोजन करा दो। मैं किसी भी साधु की उपेक्षा नहीं करता हूँ। मैंने कहा, बाबा, पैसे ले लो और भोजन कर लो। बाबा ने कहा, अपने घर में भोजन कराओ वरना यह बाबा आज भूखा ही रहेगा। मैं धर्मसंकट में फँस गया। घर जाता हूँ तो ट्रेन छूटती है, नहीं तो बाबा भूखे रहेंगे। अंत में निश्चय किया कि बाबा की आत्मा दुखी नहीं होनी चाहिए। घर ज्यादा दूर तो है नहीं, शायद वापस आ जाऊँ। ऐसा विचार करते हुए, बाबा को साथ बिठाकर, ड्राइवर से गाड़ी घर की ओर मुड़वा दी।

घर पहुँचकर पत्नी से कहा, बाबाजी को शुद्ध भोजन बनाकर खिला देना। मेरी पत्नी इन कार्यों में सदा आगे रहती हैं। उन्होंने प्रसन्नतापूर्वक बाबा को स्नानघर में भेजा और स्वयं भोजन बनाने लगी। मैं जल्दी-जल्दी स्टेशन पहुँचा परंतु कालका मेल छूट चुकी थी और मेरे दोस्त श्रीव्यास मुनि जी तिवारी (डिस्टी जेलर, अलीगढ़) ट्रेन में बैठकर चले गये थे। खैर, कुछ स्वयं पर और कुछ बाबा पर क्रोध आया और मैं अगली ट्रेन का इंतजार करने लगा। कालका मेल को छुटे अभी 15 मिनट ही हुए थे कि स्टेशन पर घंटी और सायरन बजने लगे। सभी रेलवे अधिकारी भाग-भागकर एकत्रित होने लगे। पूछने पर पता चला कि फतेहपुर से 17 कि.मी. दूर मलवा स्टेशन पर कालका मेल का भयंकर एक्सीडेन्ट हो गया जिसमें आधिकारिक तौर पर बताया गया कि 80 यात्रियों की मौत हुई तथा 472 गंभीर जख्मी हुए। अनाधिकारिक रूप से 300 से ज्यादा लोगों की मृत्यु बताई गई।

मैं घर की ओर भागा बाबा जी से मिलने। पत्नी ने बताया, बाबा तो एक गिलास दूध तथा केले-सेब आदि स्वीकार करके अभी बस स्टैण्ड गये हैं। मैं पागलों की तरह बस स्टैण्ड की ओर भागा पर बाबा वहाँ भी नहीं मिले। मेरे मित्र श्रीव्यास मुनि तिवारी जी की दुर्घटना में मृत्यु हो गई और मैं मधुबन शिविर में पहुँच गया। वापस लौटकर मैंने पत्नी से कहा, मैं तो कालका मेल हादसे में मर चुका हूँ, यह जीवन तो शिवबाबा का दिया हुआ है और उन्हीं की सेवा में लगाना है। मेरी पत्नी ने कहा, शिवबाबा ने मुझे भी अभागिन बनने से बचाया है। अतः हम दोनों अब एक साथ मिलकर शिवबाबा की सेवा करेंगे। अब शेष जीवन शिवबाबा की सेवा में लगाना है। उनकी कृपा सब पर बरसे, यही प्रार्थना है। ♦♦

अंतिम सेवा – मनसा सेवा

● ब्रह्माकुमार यकेश, समालखा (पानीपत)

परमपिता परमात्मा ने जो चार प्रकार की सेवा बताई हैं – मनसा, वाचा, कर्मणा, संबंध-संपर्क। उनमें से जो हमारे लिये अंत में काम आने वाली है, वह है मनसा सेवा। मनसा सेवा का अर्थ है, एक ही स्थान पर रहकर विश्व की सर्व आत्माओं को सकाश देने की सेवा। अंतिम घड़ी में वाणी की अथवा अन्य प्रकार की सेवा करने का साधन नहीं मिलेगा इसलिए हमें बीच-बीच में मनसा सेवा को बढ़ाना आना चाहिए जिससे कि हमारे में शुद्ध संकल्पों का बल बढ़ता जाये। मनसा सेवा वही कर सकता है जिसका अपने मन पर पूर्ण नियंत्रण हो, सेकंड में फुलस्टाप लगा सके, मन में व्यर्थ संकल्पों की रेलमपेल न हो, भूतकाल का चिन्तन या परचिन्तन न चले, बुद्धि का भटकाव न हो, सर्वप्राप्तियों व सर्वसंबंधों की रसना एक शिवबाबा से लेता हो, ज्ञान-रत्नों से भरपूर हो, बहुतकाल का साइलेन्स का बल स्वयं में जमा हो, दातापन की स्थिति में स्थित हो व विश्व भ्रातृत्व की भावना हो।

1. एक का बल व एक का भरोसा
– जब तक मन में एक का बल व भरोसा न हो तो मन में उथल-पुथल मची रहती है लेकिन जब मन में यह भावना आ जाती है कि एक से ही सर्व

प्राप्ति हैं, सर्व रसनायें एक बाबा में ही हैं, वही सत्यम् शिवम् सुन्दरम् है, वही सब कुछ कराने वाला है और वही जीवन की नैया पार लगाने वाला है, तो मन-बुद्धि का बिखराव इस असार संसार से हटकर एक शिवबाबा में टिक जाता है और हम सहज ही मनसा सेवा में स्थित हो सकते हैं।

2. बेहद की वैराग्यवृत्ति – इस समय चारों ओर यही नज़र आ रहा है कि यह विश्व कहीं भी सुरक्षित नहीं है, न कोई राष्ट्र सुरक्षित है, न देशवासी, न पशु-पक्षी, न सागर, न तत्व, न इन चीजों को उपयोग करने वाला मानव सुरक्षित है। आज तो बस चारों ओर विकारों का ही बोलबाला है। चाहे विकारों के वश मानव अपने से कमज़ोर को सता रहा है, चाहे भ्रष्टाचारवश एक-दूसरे को लूट रहा है। इसलिए हमें स्वयं को ही यह समझाना है कि अब तो इस संसार की अंतिम अवस्था है। इससे अपनी दृष्टि व वृत्ति उपराम कर लेनी है। जब हमें इस संसार में कुछ सार नज़र नहीं आ रहा है तो भला कहाँ बुद्धि को एकाग्र करें और क्यों? बाबा ने कहा है, अब तो तुम बच्चों को मेरे पास शांतिधाम वापस लौटना है और फिर सुखधाम विष्णुपुरी में आना है। जब दिल का ऐसा प्यार बाबा से जुट जाता है और



दिल में बेहद का वैराग्य आता है तो इस संसार की ओर बुद्धि का जाना बंद हो जाता है। इससे सहज ही मनसा की एकाग्रता बढ़ती है।

3. ज़िम्मेदारियों की स्मृति – कहते हैं, जहाँ ज़िम्मेदारी होती है, वहाँ नींद नहीं आती और हम बच्चों पर तो बेहद विश्व परिवर्तन की ज़िम्मेदारी है तो इतनी बड़ी ज़िम्मेदारी जिसकी हो, वह भला अलबेला व पुरुषार्थीन कैसे हो सकता है? जब तक हमें ज्ञान नहीं मिला था, हम पुरुषार्थीन थे अथवा यह कहें कि हम ज्ञान धन से वंचित थे लेकिन बाबा के बच्चे अथवा विश्व परिवर्तन के निमित्त बनने के बाद भी अगर हम न बदलें तो हम बाबा के कार्य में मददगार कैसे माने जायेंगे? ज़िम्मेदारी का ताज जो बाबा ने हम बच्चों को दिया है, वह तो हम बच्चों

को ही धारण करना है। संसार सागर में अगर क्षणिक प्राप्तियों के पीछे हम अपने महान लक्ष्य को भुलाकर बैठ गये हों तो अब फिर से दृढ़ता से स्वयं को स्मृतिस्वरूप कर लें कि यह संगमयुग परिवर्तन की वेला है। इस समय को स्वयं परमात्म वरदान मिला हुआ है। स्वयं सहस्र भुजाधारी हमारा साथी है। शिवबाबा के लिए 63 जन्मों तक की गई भक्ति में हमने न जाने कितने कष्ट सहन किये होंगे! उनसे मिलन मनाने के लिए कितने-कितने जन्मों तक तड़पे हैं, कितने गुरु धारण किये हैं। शिवबाबा हमें याद दिलाते हैं कि तुम वही हो। तुमको मैंने स्वयं ढूँढ़ा है, कोटों में कोई, कोई में भी कोई तुम हो। इन ज़िम्मेदारियों की सदा स्मृति रहे तो कोई भी माया का तूफान अपनी ओर आकर्षित नहीं कर सकेगा और आत्मा निरंतर एक ही शिवबाबा में एकाग्र रहने की अभ्यासी हो जायेगी।

4. दातापन की स्थिति – कहते हैं कि दाता के भण्डारे सदा भरपूर रहते हैं। हमारे लिये तो स्वयं त्रिलोकीनाथ, त्रिवालादशर्णी, भोले भण्डारी, अवद्वरदानी ने अपने सारे भण्डारे खोल दिये हैं तो फिर हम भला कृपण क्यों? दाता के बच्चे हम मास्टर दाता हैं, बाप समान हैं। जब मन की ऐसी दातापन की स्थिति बनती है तब मनसा द्वारा सहज ही दूसरों तक

सर्वशक्तियों का सकाश पहुँचा सकते हैं।

5. स्वयं को शक्तिशाली समझना – जब सर्वशक्तिवान के साथ होने की स्मृति हो तो सर्व प्रकार की शक्तियाँ स्वयं में अनुभव होने लगती हैं। सहज जीवन जीने का आनन्द तभी आता है जब जीवन में किसी भी प्रकार का भय न हो। स्वयं भगवान हमारा साथी है, यह स्मृति हमें निर्भय बनाती है व दूसरों के लिए भी हम मास्टर सहारेदाता बन जाते हैं। भय, दुख, अशांति, चिंता या अन्य प्रकार के अनावश्यक भटकाव, फैलाव, तृष्णा, इच्छा को सहज ही समाप्त करने का उपाय है स्वयं को शक्तिशाली समझना। हमें तो परम सत्ता का साथ मिला हुआ है जो गुणों, शक्तियों और महिमा में भी सिन्धु है।

वह जगत नियंता स्वयं सर्वसमर्थ होते हुए भी हमें अपने साथ की ऑफर देते हैं, उसकी छत्रछाया निरंतर मुझ आत्मा के ऊपर है, जब ऐसा साथी साथ हो तो डर कैसा? हीनभावना भी देहभान की ही जायदाद है। सर्वशक्तियों के अधिकारीपन के नशे में रहने से मन की शक्ति व्यर्थ नहीं जायेगी और मनसा सेवा सहज ही वृद्धि को पाती रहेगी।

6. अलौकिकता से भरपूर – ज्ञान रूपी धन को जितना जीवन में लाते जायेंगे, उतना ही अलौकिकता व

दिव्यता आती जायेगी। ज्ञान-रत्नों का शृंगार ही वास्तव में अविनाशी गहना है जो संसार की किसी भी उलझन से दूर रखता है। जैसे मछली का जीवन जल है, जीवात्मा का जीवन वायु है वैसे ही मुझ आत्मा का जीवन भी ज्ञान-धन है। स्वयं को परमात्मा पिता द्वारा प्राप्त हुए ज्ञान-मोतियों से मालामाल बनाकर रखने से न तो मन में अनावश्यक विचार आते हैं, न ही मन में भूतकाल की बातें काँटों की तरह चुभती हैं। अतः मनसा सेवा भी सहज तब ही होगी जब ज्ञान के नये-नये प्लाइंट्स स्मृति में रहेंगे। इसके लिए मनन और अभ्यास पर अटेन्शन की आवश्यकता है। इससे अनुभव होगा कि विश्व की सर्वआत्माओं की प्यास हमारे द्वारा करनकरावहार स्वयं ही बुझा रहे हैं।

7. दिनचर्या की सेटिंग – किसी भी कार्य की सफलता तभी होती है जब वह सुनियोजित विधि से किया जाए। दिन की शुरूआत से ही प्रत्येक कार्य समय पर करने की आदत डालेंगे तो रात को सोने से पहले पायेंगे कि सारे कार्य अच्छी प्रकार संपन्न हो गये हैं। साथ ही नये दिन की शुरूआत के लिए हमारे में मन, वाणी, कर्म, संबंध-संपर्क से संतुष्टता रहेगी। यह संभव तभी होगा जब अमृतवेले से ही हमारी आत्मा रूपी बैटरी उस पावर हाऊस से चार्ज हुई हो। दिनचर्या के

बीच-बीच में मन की तार उस एक परमपिता शिव बाबा से जोड़ने का अभ्यास मनसा सेवा करने में बहुत मदद करेगा। ट्रेफिक कंट्रोल, ड्रिल, नुमाशाम का योग भी बहुत ही महत्व रखता है।

8. वाणी पर ध्यान – कहा गया है, ऐसी वाणी बोलिए मन का आपा खोय' अर्थात् मीठे बोल बोलने से बोलने वाले का हृदय भी शीतल रहता है और सुनने वाले के हृदय में भी शीतलता की फुहार पहुँचती है, तो क्यों न मीठे बोलों से हम दूसरों की दुआयें लें। मीठे बोल बोलने से हम दूसरों के दिलों पर राज कर सकते हैं। हम उस बाबा के बच्चे हैं जो इतने ऊँचे होकर भी नम्रचित्त, निरहंकारी हैं। निंदक को भी गले लगाने वाले के हम लाल हैं। कड़वे बोलों से तो सिर्फ दिल ही टूटते हैं और फिर उन जख्मों को भरने में भी काफी समय लग जाता है। मीठा बोलने से हमारी मनसा में व दूसरों के मन में भी बदला लेने के विचार नहीं आयेंगे। बाबा के दिये हुए कार्य में सफलता भी तभी मिलेगी जब हम बाबा की श्रीमत अनुसार कम बोलेंगे, धीरे बोलेंगे, मीठा बोलेंगे। ऐसा करने से हमारी एनर्जी बचेगी व हम सहज ही मनसा सेवा को बढ़ा सकेंगे। ♦



एक नन्हा फरिश्ता

● सीमा अरेगा, नई दिल्ली

सन् 2001 में मेरा विवाह हुआ और सन् 2003 में हमारे एक पुत्र पैदा हुआ जो उस समय एकदम स्वस्थ था लेकिन किन्हीं कारणवश छह महीने के बाद वह अचानक बीमार हो गया। हमने दिल्ली में सभी अच्छे डॉक्टरों से विचार-विमर्श

किया तो पता चला कि हमारा बच्चा मानसिक और शारीरिक रूप से कमज़ोर है और वह सामान्य बच्चों से पीछे अर्थात् मंदबुद्धि है। यह सब पता लगने के बाद हमें बेहद दुख हुआ। बच्चे की देखभाल के लिए मुझे भी अपनी नौकरी छोड़नी पड़ी। मेरे सुसुर अलवर में रहते हैं और पिछले 23 वर्षों से ईश्वरीय ज्ञान में चलते हैं। उन्होंने मुझे कहा कि एक बार आप अपने नज़दीकी ब्रह्माकुमारी आश्रम में जाइये, वहाँ बाबा से आपको इस बच्चे के लिए विशेष शक्ति और मदद मिलेगी। उनके कहने पर हम नज़दीकी सेवाकेन्द्र पर गये और वहाँ जाकर ऐसा लगा जैसे हम अपने वास्तविक घर में आ गये हों। सात दिन के कोर्स के बाद नियमित रूप से हम ईश्वरीय ज्ञान-कक्ष में जाने लगे।

मुझे लगने लगा कि जैसे बाबा मुझे शक्ति और प्रेरणा दे रहे हैं कि एक नन्हा-सा फरिश्ता इस बच्चे के रूप में मुझे मिला है जिसकी मैं आज भी जी-जान से सेवा कर रही हूँ। हमें ऐसा प्रतीत होता है कि यही फरिश्ता हमें ईश्वरीय ज्ञान में चला रहा है। बाबा की शक्ति से इस बच्चे में बहुत सकारात्मक परिवर्तन आये हैं। वह एक विशेष विद्यालय में जाता है और इस समय आठ वर्ष का है। मैंने उसका नाम सक्षम रखा है। सक्षम अमृतवेले चार बजे उठता है और बाबा-बाबा बोलता रहता है। कोई भी चीज़ बिना बाबा के भोग लगाये नहीं खाता है। स्कूल के बैग में शिवबाबा का चित्र डालकर ले जाता है, सोते समय अपने तकिये के नीचे बाबा का चित्र रखता है, उसे प्यार से चूमता रहता है। हम सभी हैरान हैं उसका बाबा के प्रति ऐसा प्यार देखकर। जो बच्चा चल नहीं सकता, बोल नहीं सकता, बता नहीं सकता मगर आश्चर्य है कि वह फरिश्ता बाबा को कैसे इतना प्यार करता है। सेन्टर पर जाये बिना उसे नींद नहीं आती, इतना प्यारा बच्चा बाबा ने मुझे उपहार स्वरूप दिया है, यही सोचकर मैं दिन-रात उसकी सेवा करती हूँ।

धन्य है यह ज्ञान जिससे सर्व प्राप्तियाँ अपने आप ही मिल जाती हैं। मेरा आप सभी से अनुरोध है कि आप भी ब्रह्माकुमारियों के बारे में अपनी भ्रातियों को दूर करके इस ज्ञान को अपनाइये और अपना जीवन सफल बनाइये। ♦

छूट गए सब नशे

● ब्रह्माकुमार जितेन्द्र सिरसवाल, जिला काशगढ़, कुरुक्षेत्र

ब चपन से ही मुझमें भगवान के प्रति आस्था बिल्कुल नहीं थी। मैं सोचता था, भगवान नाम की कोई शक्ति नहीं है। पढ़ाई केवल 10 वाँ तक ही हो पाई क्योंकि पढ़ाई में भी रुचि नहीं थी। इसके बाद मैंने मजदूरी करना आरंभ किया। मजदूरी करते-करते मेरा संपर्क कुछ शरारती तत्वों के साथ हो गया। उनकी गलत संगत में पड़ने के कारण मैं रंग, रूप, देह की दुनिया को ही सुखों का संसार मान बैठा और एक लड़की के साथ प्रेम में फँस गया। इस फँसने का तब पता चला जब उसकी शादी अन्यत्र हो गई। यह धोखा खाकर मैंने सोचा कि मैं अपनी जीवन-लीला समाप्त कर लेता हूँ लेकिन होनी को कुछ और ही मंजूर था, मैं दिन-रात शराब के नशे में चूर रहने लगा। गाँव, घर छोड़ दिया और शहर की ओर चला आया। फिर ऐसी संगत में पड़ा कि औरत जात से मुझे नफरत हो गई। समाज में अब मेरी पहचान एक पेशेवर अपराधी के रूप में हो चुकी थी। मैं दिन-रात एक स्थान से दूसरे स्थान पर छिपता फिरता था। फिर एक दिन हरियाणा पुलिस ने छापा मारकर मुझे कुरुक्षेत्र में धर दबोचा और कुरुक्षेत्र जेल में डाल दिया। तब से आज तक जेल में ही ज़िंदगी बसर कर रहा हूँ।

जिन्दगी का खूबसूरत पल
जेल में मेरी पहचान ब्रह्माकुमार भाई ओमप्रकाश कश्यप से हुई। उसने मुझे शिवबाबा के बारे में बताया पर मैं उसकी बात सुनने के लिए तैयार ही नहीं था। उसने एक दिन मुझसे कहा, भाई, समय कम है, इस कलियुगी दुनिया का विनाश होने वाला है, नई दुनिया (सत्युग) आने वाली है, भगवान धरती पर आये हुए हैं। ये शब्द मेरे दिलोदिमाग पर छप गये कि भगवान धरती पर आये हुए हैं। ब्रह्माकुमार भाई के बार-बार कहने पर मैं जेल स्थित ओमशान्ति पाठशाला में जाने लगा और साप्ताहिक कोर्स किया। ज्ञान की बातें मुझ पर ऐसे असर कर रही थीं जैसे जन्मों के प्यासे किसी आदमी को पानी की बूँदें मिल गई हों।

नारी के प्रति दिल का सम्मान

मैं नारी जाति की गलत छवि बनाये हुए था अज्ञानता के कारण। पर अब मुझे पता लगा कि नारी ही स्वर्ग के द्वार खोलती है और स्वयं परमपिता

परमात्मा शिव ने इसके लिए नारी को निमित्त बनाया है। जेल में ब्रह्माकुमारी बहन के मुख से परमात्मा पिता के महावाक्य सुनकर मेरा मन बदल गया। मैं नारी का दिल से सम्मान करने लगा। शिवबाबा का बनने से मेरा जीवन बदल गया। अब जेल मुझे जेल नहीं बल्कि तीर्थ स्थान लगती है। यह जेल ही परमात्मा के मिलन के निमित्त बनी है। इस जेल रूपी तीर्थस्थान पर आकर मैं धन्य-धन्य हो गया। अब मैं इतना बदल चुका हूँ कि जेल प्रशासन भी कहता है - प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की बदौलत हैवान भी इंसान बन जाता है, वास्तव में इस संस्थान में परमात्मा का कार्य है। अब मेरे सब नशे आदि छूट गये हैं। मैं पवित्र जीवन व्यतीत कर रहा हूँ। बहुत खुश हूँ परमात्मा को पाकर, साथ ही मेरे परिवार वालों को भी इस बात की खुशी है कि हमारा बेटा सुधर गया है। बाबा का लाख-लाख शुक्रिया! ❁

बड़ी एकता है..पृष्ठ 13 का शेष

मैं हम सबके सामने भी ऐसे क्षण कई बार परीक्षा बनकर आते हैं परंतु याद रहे, दृढ़ रहने वाले से बुराई हार जाती है और हार का संकल्प करने वाले के आगे बुराई दृढ़ बनकर खड़ी हो जाती है। अतः हर परिस्थिति में यारे शिवबाबा की श्रीमत का स्मरण करते हुए अपने मूल्यों, धारणाओं में दृढ़ रहो, नहीं तो पश्चाताप के सिवा कुछ हाथ नहीं लगेगा। ❁

बदल गई जिन्दगी

● अश्विनी अशोक जाधव, पूना

मुझे आश्चर्यमिश्रित खुशी है कि
इतनी बड़ी दुनिया में से प्यारे शिव
बाबा ने मुझे चुना और मेरी अंगुली
पकड़कर मुझे मधुबन में ले आये।

आज से एक वर्ष पहले की बात
है, ब्रह्माकुमारी बहन ने कचहरी में
आकर सभी वकील भाइयों को राखी
बाँधी और ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय
विश्व विद्यालय के बारे में जानकारी
देते हुए सभी को आबू पर्वत (मधुबन)
आने का निमंत्रण दिया। मेरे पतिदेव
को भी बहन ने राखी बाँधी थी। उन्होंने
बहन को अपना परिचय कार्ड दिया
और कहा, जब मधुबन में शिविर हो
तब याद दिलाना। इसके बाद वे इस
बात को भूल गये। बहन पूना के पिंपरी
सेन्टर पर रहती हैं, उन्होंने परिचय
कार्ड को संभालकर रखा।

अचानक मिला निमंत्रण

फिर मार्च, 2011 में एक दिन
दोपहर के चार बजे उनका अचानक
फोन आया। उस वक्त पतिदेव घर में
थे। दीदी बोली, अप्रैल महीने में
मधुबन में चार दिन का शिविर है।
आप चल सकते हैं? पतिदेव ने
कहा, दीदी मैं तो आऊँगा ही लेकिन
मेरे से भी ज्यादा मेरी पत्नी को इसकी
बहुत ज़रूरत है। वे पिछले दो वर्षों से
घरेलू परेशानियों से गुज़र रही हैं। मन
की शांति खो बैठी है, हमेशा तनाव

और चिंता में रहती हैं। मैं क्या करूँ,
समझ में नहीं आता। आप ही बताइये।
इस प्रकार मेरे मधुबन जाने का
कार्यक्रम बना। मेरी जैसी अवस्था
मेरी एक सहेली की भी थी। वे भी
परेशानियों से गुज़र रही थी। जब दीदी
को ये सब बातें हमने बताई तो बहुत
प्यारी और न्यारी दीदी ने हमारी
परिस्थिति समझ ली और हमारी
टिकट की व्यवस्था कर दी।

हम थे शान्ति के प्यासे

हमें ब्रह्माकुमारीज के बारे में कुछ
मालूम नहीं था, हम कभी सेन्टर में भी
नहीं गये थे, हम मन की शांति के लिए
मधुबन जा रहे हैं, इतना ही हमें मालूम
था। उस वक्त हम इतने तनाव और
चिंता में थे कि सिर्फ हमें मन की
शान्ति ही चाहिये थी, हम केवल
शांति के भूखे थे। जब हम मधुबन में
पहुँचे तो हमारी आँखें खुल गई मानो
हम स्वर्ग में आ गये हैं। मधुबन का
पहला दिन सौगात का दिन था। यह
भव्य दिव्य कार्यक्रम देखकर खुशी से
आँखें भर आई। जिसका कोई नहीं,
उसी का भगवान (शिवबाबा) है। यह
मुझे महसूस हुआ।

बाबा ने दी मन की शान्ति
मधुबन में दादियों, दीदियों की
नम्रता, मीठी-मीठी बातें, तनाव से
मुक्त चेहरे, सकारात्मक वृत्ति के



प्रवचन सुनकर हमारी सब परेशानियाँ
खत्म हो गई और हम तरोताज़ा हो
गये। हँसमुख चेहरे वाली, शांत
स्वभाव वाली, प्रेम से बातें करने
वाली, सफेद परिधान पहने हुए, एक
नहीं अनेक दीदियों को देखकर
हमारी सब परेशानियाँ, तनाव और
चिंता हमें छोड़कर भाग गई। हमें जो
मन की शांति चाहिये थी, वह मधुबन
में बाबा ने हमें दी। और क्या चाहिए!
चार दिन के शिविर में हम सब दुख-
दर्द भूल गये और बाबा को कहा,
बाबा सब दुख-दर्द यहाँ छोड़कर जा
रहे हैं। हम पांडव भवन में भी गए।
वहाँ की स्वच्छता से हम बहुत
प्रभावित हुए।

वापस लौटकर हमने ज्ञान का
सात दिन का कोर्स किया और रोज़
मुरली सुनने के लिए जाते हैं। अभी भी
मुझे आश्चर्य होता है कि बाबा ने मुझे
अंगुली पकड़कर विश्व विद्यालय में
प्रवेश दिलवाया। मैं कितनी
भाग्यशाली हूँ। मैं बाबा की कोटि-
कोटि आभारी हूँ, मेरी जिन्दगी बदल
गई। दीदी की भी मैं बहुत आभारी हूँ,
जिन्होंने हमें रास्ता दिखाया। ♦

आहार, विहार, आचार और विचार

● डॉ. शैलेन्द्र मोहन जैन, इंदौर

स्वास्थ्य की रक्षा और रोगों से मुक्ति हेतु औषधियों के साथ-साथ चार आयामों पर मरीज़ को स्वयं गृहकार्य करना चाहिए। ये चार आयाम हैं – आहार, विहार, आचार और विचार।

आजकल की भ्रांत मान्यता है कि अस्पताल या डॉक्टर किसी व्यक्ति को या समाज को स्वस्थ रखने के लिए जिम्मेवार हैं या वे किसी को रोगमुक्त कर देंगे। व्यक्ति, व्यक्तिगत रूप से तथा समाज, सामूहिक रूप से अपने स्वास्थ्य के लिए और रोगों के लिए उत्तरदायी है। अतः स्वास्थ्य के लिए अस्पतालों और डॉक्टरों का मुँह ताकना बेमानी और अर्थहीन प्रयास है। रोग और स्वास्थ्य दोनों के लिए स्वयं को जिम्मेवार ठहराना ही स्वास्थ्य प्राप्ति की ओर पहला सही कदम है।

आहार, विहार, आचार और विचार – चारों स्वास्थ्य के घटक स्तंभ हैं।

आहार की महिमा असीम है

उगाना, काटना, खरीद-फरोख्त, भंडारण, बनाने के तरीके, बनाने वाला, परोसने का अंदाज़, खाने का स्थान, खाने का अंदाज़, भोजन की मात्रा, भोज्य पदार्थों का

थाली में प्रकार, सहभोजी का स्वभाव, पानी पीने के तरीके, दो भोजनों के बीच का अंतराल आदि सभी बातों का विधान आहार में महत्व रखता है। आहार को प्रभावित करने वाली इतनी कड़ियों में व्यक्ति जितना हो सके, युक्तियुक्त रहे और परमात्मा की सृति में रह भोजन संबंधी क्रियाकलाप करे तो उसे भोजन से स्वास्थ्य लाभ होता है।

**विहार की महिमा तो
जगजाहिर है**

आत्मा शरीर रूपी चोला विहार के लिए ही तो प्राप्त करती है। विहार के अभाव में दिल और गुर्दे की खराबियाँ तो होती ही हैं, आलस्य का भीम रोग भी व्यक्ति को जकड़ लेता है। फिर उसकी रक्षा कोई नहीं कर सकता। बच्चे, बूढ़े, जवान, स्त्री-पुरुष सबको अपनी-अपनी क्षमताओं के हिसाब से उम्र, देश, काल, मौसम, अवस्था का ख्याल करते हुए उत्साह के साथ उचित मात्रा में श्रम करना चाहिये। श्रम का अभाव बहुत-सी व्याधियों के मूल में होता है। आजकल टीवी, ऑटोमोबाइल, मोबाइल आदि नवीन मशीनों के प्रचलन ने अपनी शनि दृष्टि मनुष्य के ऊपर खूब डाल रखी है। स्वास्थ्य

अभिलाषी मनुष्य को चाहिये कि वह इनसे बचके रहे, सावधान रहे, इन दासियों का दास न बने।

**आचार की भ्रष्टता में भी
कई रोगों का मूल है**

असहयोग, घृणा, वैमनस्य, एक-दूजे को नीचा दिखाना आदि विकारी आचारों से मन में विध्वंसक भावों रूपी समुद्र ठहाके मारता रहता है जोकि शरीर के उत्तकों को अंततः रुग्ण कर ही देता है। सभी एक परमात्मा की संतान हैं तो प्रेम और भाईचारे की आचार संहिता व्यक्ति को स्वयं ही स्वयं पर लागू कर लेनी चाहिए ताकि उसका खुद का हित होता ही रहे। आचार शुद्धि ही शिवबाबा मुख्यतया हम बच्चों को सिखा रहे हैं ताकि हम श्रेष्ठाचारी युग में प्रवेश योग्य बनें। आचार को खराब कर कोई दीर्घकाल तक स्वस्थ रह ही नहीं सकता।

सब चीज़ों का मूल है विचार

आत्मा अपने को गई भूल, इसलिए दुख में रही द्यूल। विचारों को ठीक करने पर बाकी सब आयाम भी ठीक होने लगते हैं। मैं अविनाशी आत्मा हूँ तो बाकी सब भी तो अविनाशी आत्मायें ही हैं। तो फिर किसी भी निकृष्ट विचार का औचित्य ही क्या! विचार सुधरा तो सब सुधरा। इसलिए बाबा विचारधारा को ही ठीक करने की बार-बार श्रीमत देते हैं। ♦

सच्ची सफलता

● ब्रह्मकुमारी सुजाता, मथुरा

पथ में कॉटें न होते तो जीवन का आभास न होता,
मज़िल, मज़िल रह जाती, मानव का इतिहास न होता।

आज का युग वैज्ञानिक युग है। एक तरफ भौतिक समृद्धि अपनी ऊँचाई पर है तो दूसरी तरफ चारित्रिक पतन की गहराई है। आधुनिकीकरण में उलझा मानव सफलता की नित नई परिभाषाएँ खोजता है और स्वयं की ही अंतहीन इच्छाओं के रेगिस्टान में भटकता रहता है।

बहुआयामी है सफलता

सच्ची सफलता और सच्चे सुख-शान्ति की प्यास से आकुल-व्याकुल आज हर व्यक्ति मृग-मरीचिका के समान भ्रमित होकर अनेक मानसिक रोगों का शिकार हो रहा है। जीवन में सफलता प्राप्त करना और सफल जीवन जीना दो अलग-अलग बातें हैं। जरूरी नहीं, जिसने साधारण कामनाओं (व्यक्ति, वैभव, स्थान) को हासिल किया हो वह सदा संतुष्ट और प्रसन्न हो। वास्तव में इच्छित फल प्राप्त कर लेना ही सफलता नहीं क्योंकि सफलता का संबंध नैतिक मूल्यों से भी है। मनुष्य ने स्थान की दूरी तय करने के लिए ऐसे साधन बनाने में सफलता पाई जो हफ्तों की दूरी घंटों में और घंटों की दूरी मिनटों में तय कर सकते हैं फिर भी वह दिलों की दूरी कम करने में सफल नहीं हो पाया। सागर की गहराई में जाकर मोती तो खोज पाया किंतु अपने मन की गहराई में जाकर सुख-शान्ति नहीं पा सका। भावार्थ यह है कि सफलता बहुआयामी है जो अपने विविध रंगों और रूपों से सुसज्जित है।

संघर्ष है जीवन का काव्य

हमें चाहिए कि हम ध्येय निश्चित करें, उसे अपने मानस पटल पर स्पष्ट करके मन में व्याप्त कर लें, फिर सफलता स्वयं खिंची चली आयेगी। कुछ लोगों का कहना है कि हम सफल नहीं हो सकते क्योंकि हमारी तकदीर या परिस्थितियाँ ही ऐसी हैं। किंतु, याद रखें, स्वयं भगवान ने हमें वचन दिया है कि बच्चे सफलता तो तुम्हारा ईश्वरीय

जन्मसिद्ध अधिकार है। असफलताओं की चिंता न करें क्योंकि ये बिल्कुल स्वाभाविक हैं। असफलताएँ जीवन का सौन्दर्य हैं, संघर्ष जीवन का काव्य है, कई बार प्रथम आघात में पत्थर नहीं टूट पाता, उसे तोड़ने के लिए कई बार आघात करना पड़ता है इसलिए लक्ष्य को सामने रख ज़रूरत है बस आगे बढ़ते रहने की।



सफलता क्या है?

वास्तव में सफलता हमारे प्रयास द्वारा प्राप्त ऐसा फल है जो समाज में सुख-शान्ति और समृद्धि की वृद्धि करे। ऐसा कर्म जिससे समाज को दिव्य प्रेरणा मिले एवं खुद का व्यक्तित्व भी नैतिक रूप से गौरवान्वित हो, जिससे जीवन में आत्मिक संतुष्टता और प्रसन्नता के स्वर्ण कमल खिलें।

सफलता प्राप्त करने के सूत्र

1. **आत्म-निरीक्षण** – विकास और सफलता के लिए आत्म-निरीक्षण अति आवश्यक है। इस प्रक्रिया से हमें सद्ज्ञान, समझ और धैर्य प्राप्त करने की प्रेरणा मिलती है। हमारे मन का यदि अपने अंदर की अथाह और महान शक्तियों से संपर्क हो जाये तो जीवन के हर मोड़ पर सफलता अवश्यम्भावी है।

2. **आत्म-विश्वास** – सच्ची सफलता केवल चाहने से नहीं अपितु यह वरमाला तो उन्हीं के गले में पड़ती है जो अपने श्रेष्ठ लक्ष्य को निर्धारित करते हुए लगन, धैर्य, निश्चय और आत्म-विश्वास से आगे बढ़ते जाते हैं। लोग चाहे हाँसी उड़ाएँ, हमें हवाई किले बाँधने वाला समझें परंतु

यदि हममें पूर्ण आत्मविश्वास होगा तो हवा में भी किले बनाकर उन हँसने वालों के लिए भी प्रेरणास्रोत बन सकेंगे। आत्मविश्वास हमारे अंदर यदि राई के बराबर भी है, तब भी उसके सहारे हम सफलता हासिल कर सकते हैं किंतु यह हम पर निर्भर करता है कि हम इसे शुभ फल पाने में लगाते हैं या निकृष्ट इच्छाओं, कामनाओं को पूरा करने में। जो नैतिकता से भटक जाते हैं उन्हें अल्पकाल की सफलता या सुख से संतुष्ट होना पड़ता है।

3. एकाग्रता – सफलता प्राप्त करने का अनादि सूत्र है मन की एकाग्रता और मन की शुद्धि। इसलिए परमात्मा पिता ने कहा है, सच्चे दिल पर साहिब राजी और जिस पर स्वयं साहेब राजी है उसे इस स्थूल जगत की हर चीज़ हासिल है।

4. दृष्टिकोण – व्यक्ति की सफलता इस बात पर भी निर्भर करती है कि उसका दृष्टिकोण नकारात्मक है या सकारात्मक। सच्ची सफलता का सच्चा मापदण्ड है आदर्श चरित्रवान व्यक्तित्व। सभी चमकने वाली चीज़ें सोना तो नहीं हो सकती। परिश्रम और सद्चरित्र के साथ जब तक सकारात्मक दृष्टिकोण नहीं होगा तब तक सफलता और दिव्यता संभव नहीं। मनुष्य सभी बाह्य मूल्यवान साधनों से भी अधिक मूल्यवान है परंतु आज मानवीय दृष्टिकोण का दुर्भाग्य देखिए कि वह बाह्य ढाँचे, सुख-सुविधा की अल्प सफलता को जितना महत्व दे रहा है उतना सफल चरित्रवान मनुष्य को नहीं। जिस प्रकार आसमां की बुलन्दियों को छूने के लिए दरखत को अपनी जड़ें पाताल तक पहुँचानी पड़ती हैं उसी प्रकार जीवन की इमारत को ऊँचाई तक पहुँचाने के लिए जीवन की जड़ों को आध्यात्मिक गहराई में उतारना पड़ता है।

5. स्वीकार करें चुनौती – जीवन

एक चुनौती है। जहाँ साहस और विवेक की आवश्यकता होती है वहाँ खतरे भी होते हैं किंतु उपलब्धियों की ऊँचाई इनसे कहीं अधिक है। लोग पुरानी हानिपूर्ण आदतों में जीते रहते हैं, परिवर्तन में कम आस्था रखते हैं। पाने की लालसा में आज युवा मन इस कदर कमज़ोर है कि वह छोटी-छोटी असफलताओं से तनावग्रस्त हो जाता है। उसे इस सोच को बदलने की आवश्यकता है। सोने की शुद्धता की परख कसौटी पर ही होती है। किसी भी चीज़ को पाने के लिए (त्याग रूपी) मूल्य चुकाना आवश्यक है।

सफलता के मार्ग में आने वाली चुनौतियों को स्वीकार करते ही आपके अंदर से, उतनी ही आध्यात्मिक शक्तियाँ खिंचकर अपने आप बाहर आकर कार्यरूप ले लेती हैं। तो आइये हम सर्वशक्तिवान परमात्मा से बुद्धियोग जोड़कर प्रत्येक हार को सफलता में बदल, उसे अपने गले का हार बना लें। स्वयं को निमित्त समझकर, जीवन की बागडोर को प्यारे प्रभु के हाथों में समर्पित कर देना सच्ची सफलता के लिए नितांत आवश्यक है। जहाँ निश्चय है, वहाँ विजय की लकीर मस्तक पर है ही। किसी ने सच कहा है – दुनिया का हर शौक पाला नहीं जाता,

शरीर के रिलौने को उछाला नहीं जाता,
मेहनत और लग्न से हासिल हो जाती है सफलता,
हर बात को किस्मत पर टाला नहीं जाता।

ग्लोबल हॉस्पिटल में महत्वपूर्ण चिकित्सा सर्जरी

कार्यक्रमों की जानकारी

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

दिनांक : 27 से 30 अप्रैल 2012

सर्जरी : डॉ. नारायण खण्डेलवाल, मुम्बई से कुशल व अनुभवी सर्जन

(Trained in U.K., Australia and Germany)

पूर्व जाँच के लिये केवल घुटने व कूल्हे के ऑपरेशन के इच्छुक रोगी संपर्क करें –

डॉ. मुरलीधर शर्मा, ग्लोबल हॉस्पिटल, फोन नं. 09413240131

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

फैक्स: 238570

ई-मेल: [drmurliidharsharma@gmail.com](mailto:drmurlidharsharma@gmail.com)

शिवबाबा ने बढ़ाया आत्मबल

● ब्रह्माकुमार अनिकेत, ओतूर

मेरे लौकिक माता-पिता शिक्षक हैं। जब मैं तीसरी कक्षा में था, तब मेरी माताजी का स्थानांतरण ओतूर गाँव के पास एक बस्ती के स्कूल में हुआ। वहाँ माताजी के सहयोगी शिक्षक एक ब्रह्माकुमार भाई, प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के नियमित विद्यार्थी थे। उनके द्वारा माताजी को ईश्वरीय विश्व विद्यालय का परिचय मिला। रक्षाबंधन के कार्यक्रम में हमारे पूरे परिवार को सेवाकेन्द्र पर आमंत्रित किया गया। माता-पिता के साथ मैं और मेरा भाई भी सेन्टर पर पहुँचे। कार्यक्रम की अलौकिकता से हम सब बहुत प्रभावित हुए।

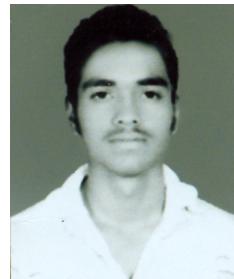
ब्रह्माकुमार भाई जी के साथ हुए ज्ञान-वार्तालाप से हमें ईश्वरीय ज्ञान का परिचय मिला। निमित्त बहन ने अगले सात दिनों तक हमारे बुद्धि रूपी बर्तन में ईश्वरीय ज्ञान भरकर, हमें भगवान् (शिवबाबा) को जानने की दृष्टि प्रदान की। तब से मैं भी ईश्वरीय ज्ञान का विद्यार्थी बन गया।

छोटा होने के कारण ईश्वरीय परिवार में मुझे बहुत लाड-प्यार मिला। गोकुल अष्टमी के दिन श्रीकृष्ण बनकर सेन्टर पर दही का मटका फोड़ने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। उसके बाद हर बात में बाबा की मदद तथा बाबा की याद से मन की एकाग्रता

बढ़ती गई। पढ़ाई में कभी मेहनत अनुभव नहीं हुई। पढ़ाई के साथ-साथ खेल-कूद भी मेरा प्रिय विषय था जिसमें मैं तालुका एवं ज़िला स्तर तक भी पहुँचा। साथ-साथ पढ़ाई में भी हमेशा 85% से भी ज्यादा अंक प्राप्त होने लगे।

सब चिंताएँ बाबा को सौंप दो

सन् 2011 में दसवीं कक्षा का अनुभव मुझे ज़िन्दगी भर प्रेरणा देता रहे। रुचि होने के कारण मैं बहुत से खेलों में भाग लेता रहा। उनमें भी ट्रिपल जम्प मेरा विशेष प्यारा खेल था। मैं इस खेल में स्कूल का प्रतिनिधित्व कर रहा था। मेरे साथ मेरे खेल के शिक्षक और लौकिक पिताजी भी थे। स्पर्धा शुरू होने के बाद पहले दो राउंड में मुझे विशेष यश नहीं मिला। मेरी दोनों छलांगें औरों की तुलना में कम गई थीं। मैं और मेरे शिक्षक निराश हुए लेकिन पिताजी निश्चिंत थे। मेरे पास आकर उन्होंने कहा, चिंता मत करो, तुम तो शिवबाबा के सच्चे बच्चे हो, सब चिंतायें बाबा को सौंप दो और आगे बढ़ो। यह वाक्य मेरे लिए प्रेरणास्रोत बन गया। मैंने अपने मन को दो मिनट शिवबाबा पर एकाग्र किया। मेरा आत्मबल बढ़ा और निश्चिंत मन से पूरे विश्वास के साथ मैंने छलांग लगाई तभी मेरे खेल शिक्षक मालवे सर मेरे पास आए और दिया। ♦



उन्होंने जो कुछ मुझे बताया, उस पर मुझे विश्वास ही नहीं हुआ। उन्होंने बताया कि बाकी सभी स्पर्धकों के क्रम को पार कर आप प्रथम आ गये हो। फिर मुझे ज़िला स्तर पर खेलने के लिए चुना गया। मन ही मन मैंने बाबा का लाख-लाख शुक्रिया अदा किया।

यश के पीछे

शिवबाबा की छत्रछाया

मेरा आत्मविश्वास जग गया और उसी दिन सौ मीटर दौड़ और चार सौ मीटर दौड़ में भी मैंने दूसरा स्थान हासिल किया। साथ-साथ कबड्डी क्रीड़ा में हमारे स्कूल का तालुका स्तर पर प्रथम क्रमांक आया और मुझे ज़िला संघ में चुना गया। उसके बाद राज्य स्तर पर खेलने का शुभ अवसर प्राप्त हुआ। यह सब हुआ बाबा के कारण। मेरे सारे यश के पीछे है शिवबाबा की छत्रछाया। उनकी कृपा के कारण ही मैं स्कूल का आदर्श विद्यार्थी तथा प्रतिनिधि विद्यार्थी बन सका। दसवीं कक्षा में 96% अंक लेकर स्कूल में दूसरा स्थान प्राप्त कर लिया। इसका सारा श्रेय जाता है मेरे प्यारे बाबा शिवबाबा को। दिल बार-बार गाता है, बाबा आपने कमाल कर दिया, हम बच्चों को खुशहाल कर दिया। ♦

पग-पग पर बाबा की मदद

● ब्रह्मकुमारी विजया होलकर, राजेन्द्रनगर, इन्दौर

मैं सन् 2003 से प्रजापिता ब्रह्मकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय जाने लगी। परिवार में माता-पिता, भाई, सास-ससुर न होने के कारण मैं अपने आपको अकेला समझती थी परंतु निरंतर मुरली सुनने से मेरे प्रश्नों के उत्तर मिलने लगे, बाबा के लिए मन में एक अटूट श्रद्धा पैदा हो गई। मैं बाबा को पिता के रूप में देखने लगी और मन की प्रत्येक बात बाबा से कहने लगी।

इन्हीं पैसों में बरकत देना

मेरे पति के 80 प्रतिशत फेफड़े खराब होने से इलाज चलता ही रहता था। मैं चिंताओं से परेशान रहती थी परंतु बाबा की मुरली के महावाक्य मेरे मन को खुश करते थे। अचानक 3 अप्रैल, 2011 को पति का स्वास्थ्य खराब हो गया। डॉक्टर के पास ले जाने पर उन्होंने बताया कि इनके पास समय कम है, इनमें ऑक्सीजन ग्रहण करने की क्षमता बिल्कुल खत्म हो चुकी है। उन्होंने दो अस्पतालों के नाम बताये जो बहुत महंगे हैं। मेरी आर्थिक स्थिति ठीक न होने के कारण मैंने डॉक्टर से निवेदन किया कि मैं इतने महंगे अस्पताल में नहीं ले जा सकती। उन्होंने मुझे एक अन्य अस्पताल में ले जाने को कहा। मेरे पास उस समय सिर्फ 3,100 रुपये ही

थे जो मैंने बाबा के फोटो के सामने रखे और बाबा से कहा, इन्हीं पैसों में बरकत देना।

बाबा मेरे साथ हैं

उस अस्पताल ले जाते ही इन्हें तत्काल वेंटिलेटर पर रख दिया गया क्योंकि इनके हृदय का कार्य धीमी गति से चल रहा था परंतु वहाँ इनका स्वास्थ्य और ज्यादा खराब हो गया। मैं रात भर बाबा से मदद मांगती रही। जब मैंने सुबह आत्मिक स्थिति में टिककर योग किया तभी मुझे बाबा की टचिंग हुई और मैं उन्हें एक अन्य अस्पताल में इमरजेंसी एम्बुलेंस में ले गई। मन बड़ा घबरा रहा था, लगातार आँखों से आँसू बह रहे थे फिर भी विश्वास था कि मेरे साथ शिवबाबा हैं, मदद अवश्य करेंगे। वहाँ भी इन्हें वेंटिलेटर पर रख दिया गया। आई.सी.यू. वार्ड में उस दिन कम से कम 12 लोगों की मृत्यु हुई, मौत का जैसे तांडव नृत्य हो रहा था। घबराहट में मेरा बुरा हाल था। मरने वालों के परिवारों की चीखें, रोना और चिल्लाना मुझसे देखा नहीं जा रहा था, कोलाहल में बाबा को कैसे याद करूँ, कुछ समझ में नहीं आ रहा था।

खतरे से बाहर आ गये

एक बार मैंने ज्ञानामृत में लेख पढ़ा था, ‘बाबा मेरा सर्जन बन गया’ उसी



प्रेरणा से मातम के इस माहौल में मैं आत्मिक स्थिति में टिककर योग करने लगी। इतनी मशीनें लगने पर भी इनकी पल्स रेट निरंतर कम होती जा रही थी। मैं निरंतर बाबा को याद करती रही। उस रात 1.30 बजे इनकी खून की जांच कराने हेतु मुझे 2 कि.मी.दूर अन्य अस्पताल में जाने हेतु कहा गया। मैंने इन्हें बाबा के हवाले किया और पांचवीं मंजिल से लिफ्ट द्वारा नीचे आई। खून की जांच हेतु 419 नंबर पर सील लगाकर जाना था। रात के अंधियारे में सन्नाटा छाया हुआ था। मनःस्थिति खराब होने के कारण मैं सीढ़ियों पर बैठकर रोने लगी, तभी प्यारे बाबा जैसे लगभग 60 वर्षीय वृद्ध व्यक्ति ने मेरे सिर पर हाथ रखा और पूछा, क्या हुआ बेटा? मैंने कहा, बाबा, मुझे 419 नंबर पर सील लगाकर दूसरे अस्पताल में जाना है। बाबा मेरे साथ चल दिये। बाबा मेरे साथ दूसरे

उपलब्ध का आनन्द लें

निशा गेरा, जनकपुरी, नई दिल्ली

अस्पताल तक गये और फिर मुझे वापस पाँचवीं मंजिल आई. सी. यू. वार्ड के बाहर तक छोड़ा और कहा, जा बेटा। धीरे-धीरे इनके स्वास्थ्य में सुधार होने लगा। मेरा बाबा पर विश्वास अटल हो गया। चार दिन में काफी रुपये खर्च हो चुके थे। बार-बार खून की जांच हो रही थी और दवायें, इंजेक्शन आदि मंगा रहे थे। पैसे लगभग खत्म हो चुके थे। बाबा की याद के बल से कुछ सरकारी सहयोग मिला। उसके बाद महंगी से महंगी जांच और दवाइयों का पैसा भी नहीं लगा और ये खतरे से बाहर आ गये। जनरल वार्ड में जाने पर भी मैंने योग करना नहीं छोड़ा। रात्रि 3 बजे उठकर बाबा के गीत मोबाइल फोन द्वारा इन्हें सुनाने लगी। ये पूर्ण रूप से स्वस्थ होकर घर आ गये।

ऐसे बाबा की कदम-कदम पर मदद मिली, मैं बाबा का बहुत-बहुत शुक्रिया अदा करती हूँ। जैसे बाबा ने मेरी हर पल मदद की, वैसे ही बाबा सभी की मदद के लिए तैयार खड़े हैं। ऐसे बाबा को मैं शत् शत् नमन करती हूँ, शुक्रिया मेरे शिवबाबा! मैं हमेशा बाबा की श्रीमत पर चलकर बाबा की नेक बच्ची बनकर रहूँगी। इस चमत्कार के बाद मेरे पति बाबा का ज्ञान सुनने लगे हैं। ♦

हम दुखी क्यों होते हैं? इसका कारण हमारी कोई न कोई इच्छा ही होती है। मगर दुनिया में आये हैं तो इच्छा तो होगी ही और ज़रूरी नहीं कि वो हमेशा पूरी हो। इसका मतलब दुनिया में आना भी ज़रूरी, फिर इच्छा उठना भी ज़रूरी, फिर इच्छा पूरी ना होने पर दुखी होना भी ज़रूरी। लेकिन कुछ लोग तो हमें हमेशा ही खुश नज़र आते हैं, तो क्या उनकी सब इच्छायें पूरी हो जाती हैं? हम एक गरीब इंसान को ही लें, वो कहाँ से अपनी इच्छाओं को पूरा कर पाता होगा? इसका मतलब उसे खुश रहने का कोई अधिकार नहीं है क्या? नहीं, ऐसा नहीं है। इंसान इच्छाओं के रहते हुए भी खुश रह सकता है और वो ऐसे कि उसके पास जो उपलब्ध है, बस, उसका भरपूर आनन्द ले। भूतकाल और भविष्यकाल हमें कभी खुशी नहीं दे सकते। हमें वर्तमान में ही खुश होना है।

दुख का कारण यह है कि हम हमेशा, जो नहीं है, उसे पाने की लालसा में लगे रहते हैं। इस चक्कर में, जो उपलब्ध है उसका आनन्द नहीं ले पाते। जो आज को भरपूर जी लेते हैं, उनकी स्मृतियाँ मधुर बन जाती हैं। तृप्ति उसका नाम है जो हमारे पास है और इच्छा उसका नाम है जो हमारे पास नहीं है और जो चीज़ हमारे पास नहीं है, वह सुख दे ही कैसे सकती है! हम भौतिक चीजों में सुख ढूँढ़ते रहते हैं, लेकिन चीजें तो छोड़िये, यह शरीर भी अपना नहीं है, शरीर का हमेशा होना भी सत्य नहीं है। यह सच है कि जितना-जितना हम इच्छाओं की पूर्ति करते हैं, उतना ही ज्यादा इच्छायें भड़कती जाती हैं। वास्तव में हर इच्छा पूर्ण होने के बाद हम फिर वहीं खड़े होते हैं जहाँ इच्छा पूर्ण होने से पहले थे।

शरीर के नौ द्वार हैं जो हमारी इच्छाओं को जगाते हैं और दसवां द्वार है आत्मा का जिसकी अनुभूति से सांसारिक तथा पतन की ओर ले जाने वाली इच्छाओं का शमन हो जाता है। इसलिए हमें मन का गुलाम नहीं बनना है बल्कि मन को अपना गुलाम बनाना है। शरीर की हर माँग हमारे मन पर आधारित है। मन पर नियंत्रण होने से हम अपनी सभी कर्मेन्द्रियों पर नियंत्रण कर सकते हैं। मन पर नियंत्रण ब्रह्माकुमारीज़ ईश्वरीय विश्व विद्यालय में सिखाये गये राजयोग से ही संभव है। ♦

ज्ञानामृत की 'ज्ञान दान योजना' के अंतर्गत 'वरदानी', 'महादानी' तथा 'दानी' लाइटल प्राप्त करने वाले बहन-भाइयों के नाम

वरदानी

अश्विन कुमार- आनंद (300)
 विमला- पूना (300)
 कंचन- ठाणे प. (252)
 संजय गुप्ता- अररिया (240)
 रजनी- बरेली (225)
 पार्वती- छिंदवाड़ा (200)
 शशि- छिंदवाड़ा (200)
 राजेश- बरेली (200)
 तमन्ना- पटियाला (200)

महादानी

उपेन्द्र- शान्तिवन (184)
 वंदना- बरेली (150)
 नरेश- पटियाला (150)
 सत्यनारायण- भागलपुर (125)
 बीना- बेतिया (111)
 पुष्टा- रांची (110)
 माखन लाल- गाजीपुर दिल्ली (110)
 दीनानाथ- राजबिराज (101)
 जगदीश- दुर्ग (101)
 रश्मि- पटियाला (100)
 रानुलाल- ओसियां (100)
 रामूराम- ओसियां (100)
 राम- उमरेड (100)
 मधु- बरेली (100)
 डॉ.प्रत्युष- जमशेदपुर (100)
 ओमप्रकाश- असंध (100)
 मोहन बुचाडे- बार्षी (100)
 राजकुमार भाटिया- इंदौर प्रेमनगर (100)
 पुष्टा- कुरुक्षेत्र (100)
 निर्मल सैनी- कुरुक्षेत्र (100)

डॉ.रामेश्वर- कुरुक्षेत्र (100)

अशोक सैनी- कुरुक्षेत्र (100)
 शांति- छिंदवाड़ा (100)
 हेमराज- कुरुक्षेत्र (100)
 अरुण- सोलन (100)
 जगदीश- दुर्ग (100)
 गोकुल- कसोदा (100)

दानी

बलविन्द्र- असंध (94)
 नुतन शाह- सुलतानगंज (82)
 श्रीराम- मेड़ता सिटी (78)
 लालचंद वलेचा- इंदौर प्रेमनगर (75)
 नरेन्द्र- फैजपुर (75)
 मंजू- ठाणे (ए.) (75)
 दयाराम- गाजीपुर दिल्ली (70)
 डॉ.सुरेन्द्र- रुरा (70)
 कामता प्रसाद- पलियाकलां (65)
 सिद्धार्थ- सिक्ता (60)
 शिव शर्मा- गाजीपुर दिल्ली (60)
 कांता- गाजीपुर दिल्ली (60)
 रामा- छिंदवाड़ा (60)
 शिबु- कोलकाता (58)
 संजय- शान्तिवन (58)
 रविन्द्र माने- औसा (55)
 नीलकंठ लाड- मुरुद (55)
 कृष्ण- रामगढ़ (53)
 पंडित- पुसद (52)
 नीलम- गया (52)
 डॉ.जयश्री- अहमदाबाद (51)
 रामकिशोर- बालाघाट (51)
 प्रिया- वारासिवनी (51)
 सुंदरलाल- वारासिवनी (51)

भंवरलाल परिहार- जालौर (50)

शंभु- औसा (50)
 मनोज गुप्ता- ओरई (50)
 सम्पा- कुचबिहार (50)
 लक्ष्मण- मधुबनी (50)
 अर्जुन जगताप- बार्षी (50)
 संगीता- बार्षी (50)
 सुषमा वाधवानी- इंदौर प्रेमनगर (50)
 वरिन्द्र कौर- इंदौर प्रेमनगर (50)
 कृष्णा- इंदौर प्रेमनगर (50)
 महेश- छिंदवाड़ा (50)
 कृष्णानारायण- सिवनी (50)
 शिवानी- मेड़ता सिटी (50)
 मिथ्लेश- जबलपुर (50)
 भुवन- गोटेगांव (50)
 लखराज- नई दिल्ली (50)
 शीला- परभणी (50)
 के.सी.शर्मा- दिल्ली (50)
 सुनीता- दिल्ली (50)
 एस.एस.पायल- दिल्ली (50)
 गणेश- कसोदा (50)
 शीला- आनंद (50)
 निरंजन- सुलतानगंज (50)
 विष्णु- रुरा (50)
 शशिबाला- बरेली (50)
 ए.के.सिंह- बरेली (50)
 हरिदत्ता- रामपुर (50)
 शोभा- फालटन (50)
 दीनदयाल- ओसियां (50)
 सुनीता- पटियाला (50)
 ज्योति- पटियाला (50)
 प्रमोद- पटियाला (50)

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