राजयोग ने रोग हर लिया

ब्रह्माकुमार जगदीश, सक्ती (कोरबा), छ.ग.

मेरा जन्म एक साधारण और सुसंस्कारी परिवार में हुआ। बचपन से मुझे गैस सम्बन्धी बीमारी (गैस्ट्रिक प्रॉब्लम) थी। पाचन शक्ति भी बहुत कमज़ोर थी। शुरू में किसी ने ध्यान नहीं दिया पर उम्र के साथ मेरी यह तकलीफ भी बढ़ती चली गई। पेट में तेज जलन-सी होने लगती थी और लगता था मानो अन्दर भट्ठा जल रहा है। पेट की जलन फिर सीने तक पहुँच जाती थी, मुझे असहनीय पीड़ा होती थी। सादे और बहुत कम भोजन का भी पाचन सही ढंग से नहीं हो पाता था। कभी उल्टियाँ तो कभी पेचिश हो जाती थी। शारीरिक रूप से बहुत कमज़ोर और सुस्त होने के बावजूद मैं सब कुछ झेल कर भी कपड़े बुनाई का काम करता था। रात्रि में पीड़ा की वजह से मुझे नींद केवल एक-दो घंटे ही आती थी, बाकी समय जागकर गुजार देता था। घर के सदस्य भी मेरे लिए चिन्तित थे। मैंने अनेक डॉक्टरों से जांच करवायी और उनके निर्देशानुसार, होम्योपैथी, एलोपैथी की बहुत-सी दवाइयाँ एक के बाद एक ली पर सभी बेअसर रही। पीड़ा तो दूर नहीं हुई, उल्टा उनका दुष्प्रभाव हो गया। मैंने एण्डोस्कोप कराया तो पता चला कि मेरे पेट की भोजन की थैली (आमाशय) के दोनों छोरों पर बहुत दूर तक गहरे छाले हो गये हैं। डॉक्टरों ने आसन, प्राणायाम आदि करने की सलाह दी। शुरू से ही मेरे संस्कार वैरागियों जैसे थे। कभी-कभी मुझे यह अवश्य महसूस होता था कि पिछले जन्म में भी मेरा अधिक समय तप-उपासना में ही व्यतीत हुआ होगा। मेरी ईश्वर पर आस्था तो थी पर उसका सत्य परिचय नहीं था। एक दिन मैं एक मित्र के माध्यम से प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के संपर्क में आया और साप्ताहिक कोर्स को मैंने बीस दिनों में पूरा किया। इस बीच निमित्त बहनों से अनेक प्रश्न पूछे। सन्तोषजनक समाधान पाकर मैं नियमित क्लास करने आश्रम आने लगा। ज्ञान के सारे रहस्य, मुरली के माध्यम से स्पष्ट होते चले गये और शिव बाबा पर पूर्णत: निश्चय बैठ गया। कई बार मुरली में ये शब्द आते थे – ''बच्चे, सुप्रीम सर्जन शिव बाबा तुम्हें सभी बीमारियों से छूटने के लिए एक ही दवाई देते हैं कि मुझे याद करो।'' यह महावाक्य मेरी बुद्धि में बैठ गया और मेरे लिए वरदान बन गया।

मैंने विचार किया, क्यों ना अब अपना इलाज सुप्रीम सर्जन से कराया जाए। मैं दो स्वमान लेकर योग का प्रयोग स्वयं के शरीर पर करने लगा। पहला स्वमान मैंने लिया था, '' मैं कमल पुष्प के आसन पर विराजमान परमपूज्य, परम-पवित्र आत्मा हूँ '' और विजन (दृश्य) था – बापदादा से अनन्त पवित्रता की श्वेत किरणें निकलकर भ्रकुटि में विराजमान आत्मा पर पड़ रही हैं और आत्मा से निकल कर आमाशय में छालों पर पड़ रही हैं, छाले ठीक हो रहे हैं। दूसरा स्वमान मैंने लिया था, ''मैं मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ'' और विजन था – सर्व शक्तिवान शिव बाबा से सर्व शक्तियों की लाल रंग की किरणें, भ्रकुटि पर विराजमान आत्मा पर पड़ रही हैं और फिर पाचन अंगों पर प्रवाहित हो रही हैं, पाचन अंगों में फिर से शक्तियाँ भर रही हैं। यह प्रयोग मैंने सुबह अमृतवेले एक घंटे घर में और शाम को एक घंटे आश्रम में नियमित रूप से चार माह तक किया। मैंने स्वयं में ज़बरदस्त परिवर्तन का अनुभव किया और शरीर की पीड़ा और जलन जाती रही।

फिर भी खाने-पीने में मेरा ध्यान बना रहा। तेज मिर्च-मसालों की चीजों को तो मैं छूता भी नहीं था। ठीक पाँच माह पश्चात् मेरा प्रथम बार प्यारे बापदादा से मिलने मधुबन जाना हुआ। उस पावन भूमि पर पाँव रखते ही कानों में एक मधुर ध्वनि सुनाई दी – ''बच्चे, मधुबन घर में आपका

स्वागत है।'' मैं हैरान होकर आस-पास देखने लगा, सोचा, कहीं लाउडस्पीकर लगा होगा पर ऐसा कुछ भी नहीं था। अन्य किसी ने भी यह आवाज नहीं सुनी, मुझे बेहद खुशी हुई और नशा भी चढ़ गया कि स्वयं बापदादा ने मेरा स्वागत मीठे बोल से किया है।

दूसरे दिन मैंने बाबा को मन-ही-मन कहा, ''बाबा, मैं मधुबन घर में आकर यहाँ ब्रह्मा भोजन से वंचित नहीं रहना चाहता पर मेरा स्वास्थ्य सम्भालने की ज़िम्मेवारी आपकी है।'' फिर मैंने निश्चिन्त होकर वे सारी चीज़ें खायी जो मेरे लिए वर्जित थीं। मुझे कुछ भी फर्क नहीं पड़ा, उनका पाचन सही ढंग से हो गया। मैं प्यारे अव्यक्त बापदादा से मधुर मिलन मना कर, वरदानों से झोली भरकर अपने लौकिक कार्यस्थल पर वापस आ गया। आज मेरे परिवार के सभी सदस्य ईश्वरीय ज्ञान में चल रहे हैं। प्यारे बाबा अब मुझे नित नये अनुभव कराते उड़ाते रहते हैं। आज मैं पूरी तरह स्वस्थ हूँ और अपने सुप्रीम सर्जन शिव बाबा के गुणों के गीत नित गुनगुनाता रहता हूँ –

खुद को रोगी नहीं,
राजयोगी समझो तो
बीमार चेहरा भी खिल जाएगा।
श्वासों में शिव बाबा की याद हो,
रोग कैसा भी हो
ठीक हो जाएगा।।

❖

बाबा ने मेरा क्रोध छीन लिया

धोंडीराम सिंह ठाकुर, वैजापुर, औरंगाबाद

मैं युवावस्था से ही बहुत क्रोधी था। छोटी-छोटी बातों पर मुझे क्रोध आता था। मैं भली प्रकार जानता था कि क्रोध मनुष्य का जानी दुश्मन है। क्रोध करने से व्यक्ति विभिन्न बीमारियों के शिकार बन जाते हैं, यह भी मैंने पढ़ा था मगर मेरा क्रोध बढ़ता ही गया। क्रोध के कारण मेरे और पड़ोसी के बीच झगड़े भी होते थे। एक दिन कड़ा संघर्ष हुआ जिस कारण मेरा क्रोध बढ़ गया और रात को हालत खराब हो गई। सिर में चक्कर आने लगे, मस्तिष्क गरम हुआ और मैं जैसे ही बाहर जाने लगा, धरती पर गिर पड़ा। मुझे तुरंत अस्पताल में भर्ती कराया गया। डॉक्टरों ने आठ दिन रखने के पश्चात् मुझे डिस्चार्ज किया। मैं जैसे ही घर पहुँचा, पड़ोसी की झगड़ालू बातें याद आने लगी और मैं फिर अस्वस्थ महसूस करने लगा।

चार-पाँच दिन के पश्चात् लौकिक बहन पद्मा, जो शिवबाबा के ज्ञान में चलती है, मुझे प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में लेकर आयी। वहाँ की प्रमुख दीदी से मेरा परिचय करवाया। मैं सेंटर का वातावरण देख बहुत प्रसन्न हुआ। दीदी ने तुरंत मुझसे सात दिन का कोर्स करने का आग्रह किया। मैं सहमत हुआ और उसी दिन से कोर्स प्रारंभ हुआ। इन सात दिनों में मैं जीवन की, विश्व की वास्तविकता जान गया और मुझे पूर्ण सच्चा ज्ञान समझ में आ गया।

आज मानव के सिर पर, रावण रूपी पाँच विकार कितने हावी हो चुके हैं, इसका मुझे ज्ञान हुआ। शिवबाबा की मुरली के महावाक्य सुन मैं धन्य हो गया। मैं नित्य मुरली सुनने लगा। बाबा के कमरे में बैठकर बाबा से योग लगाने लगा। आरंभ में कुछ दिक्कतें आयी मगर मैंने सेंटर पर जाना छोड़ा नहीं। आज भी मैं सेंटर पर नियमित रूप से जाता हूँ। मुरली के महावाक्य सुनता हूँ। अमृतवेले ध्यान करता हूँ और हरदम बाबा की याद में ही रहता हूँ। जनसेवा और साहित्य सेवा भी करता हूँ। मैं अब पूरी तरह से क्रोधमुक्त हूँ। ज्ञान में चलते हुए मुझे आठ साल हो गए हैं। कई भयानक प्रसंग आए पर मैं क्रोधित नहीं हुआ मानो शिवबाबा ने मेरा क्रोध छीन लिया है, ऐसा मुझे प्रतीत होता है। मैं काम भी बड़े उत्साह से संपन्न करता हूँ। रावण के पाँचों विकारों से मैं मुक्त हूँ। यह सब बाबा की कृपा है। राजयोगिनी बहनों का मैं आभारी हूँ जिन्होंने मेरा तीसरा नेत्र खोलकर सच्चा ज्ञान करा दिया। ❖