सर्व चिंताओं से मुक्त बनने की कला

स्वयं परमपिता शिव परमात्मा सर्व आत्माओं को चिंता की चिता से निकालने की कला सिखाते हैं कि

1. हर परिस्थिति में याद रखो कि यह सृष्टि एक नाटक है, जीवन एक खेल के समान है।

2. इस संसार में जो भी कुछ हो रहा है, वह पूर्व निर्धारित है। कुछ भी नया नहीं है इसलिए 'चिंता ताकी कीजिए जो अनहोनी होय।'

3. रात-दिन, गर्मी-सर्दी, हानि-लाभ जीवन में क्रमिक रूप से आते-जाते रहते हैं। ये संसार चक्र के अंग हैं। अगर दुख ना आये तो सुख का अनुभव कैसे होगा? अगर अंधेरा नहीं होगा तो उजियारे का क्या महत्त्व? इसलिए जीवन के हर पहलू को अच्छा समझें।

4. हर समस्या उन्नति वा विकास का साधन है। हर परिस्थिति में धैर्य, साहस, उत्साह रखकर कार्य करें। बुरे दिन हमें कुछ सिखाने के लिए आते हैं।

जब मन-बुद्धि से शुद्ध संकल्पों में रमण करेंगे, परमात्म चिंतन में व्यस्त रहेंगे तो व्यर्थ चिंता से मुक्त रह सकेंगे। चिंता स्वयं मनुष्य ही पैदा करता है। चिंता करने के बजाय हर पल परमात्मा को याद करेंगे तो कोई भी प्रकार की चिंता टच नहीं करेगी।

इसीलिए कहा गया है,

'चिन्ता तेरी तभी मिटेगी
जब चिन्तन में ले लो राम।'

तो आइये अब चिंता की चिता को बुझाने के लिए शांति सागर परमात्मा के चिंतन से स्वयं को शांत बनायें। जब हम स्वयं शांतस्वरूप बन जायेंगे तो विश्व में चिंताओं की आग में जलने वाले अनेक मानवों को बचा सकेंगे। सर्व चिंताओं से मुक्त होने की यह कला आप राजयोग द्वारा सीख सकेंगे। ❖

ज़रूरी है परिवार

ब्रह्माकुमारी आशा, चित्तौड़गढ़

मानव सामाजिक प्राणी है। समूह में रहना उसकी जन्मजात प्रवृत्ति है। अकेले रहकर मानव का विकास अवरुद्ध हो जाता है। यह बात अलग है कि वह समूह में रहते हुए, कुछ घड़ियों के लिए एकांत सेवन करे। ऐसा एकांत ज़रूरी भी है परंतु समूह से पूरी तरह कट जाना या उसके समीप आने में बोझ और भारीपन महसूस करना – ये सब बीमार मानसिकता की निशानियाँ हैं। जैसे खरबूजा ऊपर से अलग-अलग फ़ाँकों वाला दिखते हुए भी अंदर से जुड़ा रहता है, उसी प्रकार, अपने-अपने कार्यव्यवहार तथा ज़िम्मेवारियों की पूर्ति के लिए एक-दूसरे से दूर रहकर भी हम भीतर से अर्थात् मन से एक-दूसरे से पूरे जुड़े रहें – यही जीवन जीने की श्रेष्ठ कला है।

वृक्ष चाहे कितना भी बड़ा हो, उसका बीज एक ही होता है। यह सारी सृष्टि भी एक विशाल वृक्ष के समान है। परमात्मा पिता इसके अदृश्य बीज हैं। यदि किसी वृक्ष की एक डाली को, वृक्ष से अलग करके दूसरी जगह लगाकर पानी, खाद आदि अच्छे से दिया जाए तो भी वह मुरझा जाती है क्योंकि वृक्ष के जुड़ाव से जो बल मिल रहा था, वह बंद हो जाता है। इसी प्रकार से परमात्मा रूपी बीज द्वारा रचा गया यह श्रेष्ठ ईश्वरीय परिवार भी एक बहुत बड़े वृक्ष के समान है। यदि हम स्वयं के कारणों से या अन्य कारणों से इससे अलग होकर रहते हैं तो हम भी मुरझा जाते हैं, हमारी खुशी गुम हो जाती है, उमंग-उत्साह भी कम हो जाता है। यदि हम अधिक से अधिक इस परिवार के संबंध-संपर्क में आते रहते हैं तो इस परिवार की दुआयें एवं बल मिलता रहता है और उमंग-उत्साह भी बढ़ता जाता है। पुरुषार्थ भी सहज और अच्छा चलता है। हमारी कमी-कमज़ोरियाँ भी परिवार की दुआओं के बल से दूर हो जाती हैं। ❖