संजय की कलम से ..

आसक्ति

किसी भी व्यक्ति अथवा वस्तु के संपर्क में आने पर मनुष्य को उसके रूप-रंग इत्यादि के प्रति जो लगाव अथवा आकर्षण होता है, उसे 'अनुराग' कहते हैं। प्रिय लगने के कारण मनुष्य चाहता है कि वह वस्तु अथवा व्यक्ति उसी के अधिकार में रहे। धीरे-धीरे इस अभ्यास से अनुराग 'राग' का रूप धारण कर लेता है। यही राग 'आसक्ति' कहलाती है।

मनुष्य में जितनी आसक्ति होगी उतना-उतना वह परतंत्र होगा और जितना वह परतंत्र होगा उतना ही बेचैन होगा क्योंकि एक तो उस व्यक्ति अथवा वस्तु को पाने का संकल्प उसे चिन्तित करेगा, उसको पाने के पुरुषार्थ में संकट भी झेलने पड़ेंगे, फिर उसके न मिलने पर अथवा मिलकर बिछुड़ जाने पर वह दुखी भी होगा।

किस वस्तु को प्राप्त करना है, किसे नहीं करना है, यह बुद्धि का काम है। मान लीजिये कि किसी के सामने खाने के लिए कुछ आम रखे गये हैं। अब यह निर्णय करना कि आम अच्छे हैं या खराब, खाने हैं या नहीं, यदि खाने हैं तो कितने खाने हैं, यह निर्णय लेना बुद्धि का काम है। मन का काम केवल सूचना देना है कि आम रखे हैं और बुद्धि द्वारा निर्णय होने के बाद, इन्द्रियों का काम उन्हें खाना है। अगर यह निर्णय बुद्धि के हाथ में नहीं है तो इसका अर्थ यह हुआ कि मन रूपी नौकर अथवा इंद्रियों रूपी चाकर अपने मालिक के कहने की परवाह नहीं करते। वे जिसमें आसक्त हैं, उसके पीछे भागते हैं और बुद्धि में वह बल नहीं कि उनको रोक सके, निर्णय दे सके अथवा निर्णय पर कायम रह सके। वह मन के बहकावे में आ जाती है। बुद्धि के पास वे युक्तियाँ अथवा ज्ञान-बिन्दु नहीं हैं जिन द्वारा वह मन को समझा कर मनवा सके। अत: आसक्ति छोड़ने के लिए आवश्यकता इस बात की है कि बुद्धि युक्तियों अथवा नियमों को पूरी रीति से जाने अर्थात् दैवी गुणों और मर्यादा को भली-भाँति समझे और ज्ञान की गदा धारण करे।

हम देखते हैं कि बच्चे को जब कोई सुन्दर खिलौना दिया जाता है तो वह पुराने खिलौने को स्वत: ही छोड़ देता है। अत: युक्ति यह है कि मन के संकल्पों को अथवा बुद्धि के योग को विषय और व्यक्तियों से निकाल कर आत्मा और परमात्मा में लगाया जाये। बस, आसक्ति छोड़ने की यही एकमात्र युक्ति है। इसके सिवा आसक्ति छूटना कठिन है और आसक्ति छोड़े बिना दुख की पूर्णत: निवृत्ति असंभव है। ❖

अमृत-सूची

- संकल्प बल (सम्पादकीय) 4
- विघ्न स्वयं विनाश हो जाएँ (कविता) 6
- प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के.. 7
- विहंग मार्ग की सेवा का प्रारंभ .9
- 'पत्र' संपादक के नाम 11
- हृदय रोग के कारण 12
- एक कलम केन्या से 15
- जीवघात के बाद भी जीवन है.18
- ओम् शान्ति..(कविता)........ 21
- गीता सार....................... 22
- पशु-दया ने पढ़ाया पाठ.......25
- श्रद्धांजलि 26
- फिर हमको भय कैसा (कविता) 26
- सचित्र सेवा समाचार 27
- भगवान की याद......... 28
- मुरली (कविता) 29
- सचित्र सेवा समाचार......... 30
- प्रभु से मिला सहारा 32
- अविनाशी पति से मिलन......33
- सचित्र सेवा समाचार 34

सदस्यता शुल्क

भारत	वार्षिक	आजीवन
ज्ञानामृत	90 /-	2,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	90/-	2,000/-
विदेश		
ज्ञानामृत	1,000 /-	10,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	1,000/-	10,000/-

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

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

संकल्प बल

कई लोग सवाल पूछते हैं कि आत्मा दिखती क्यों नहीं है। वे कहते हैं, हम जब आध्यात्मिक प्रवचनों में आत्मा के अस्तित्व की बात सुनते हैं तो यह प्रश्न स्वाभाविक तौर पर उत्पन्न होता है। ऐसा ही सवाल वे परमात्मा के बारे में भी पूछते हैं। इन प्रश्नों के उत्तर में कई बातें कही जा सकती हैं। पहली तो यह कि रोज़ के जीवन में हम बहुत सारी ऐसी बातों पर विश्वास करते हैं जो हमें दिखती नहीं, जैसे कि विश्व के अनेक देश हमने देखे नहीं, फिर भी उनके अस्तित्व में विश्वास करते हैं। अनेक प्रसिद्ध लोग भी आँखों से नहीं देखे फिर भी उनका होना स्वीकार करते हैं। अब आप कह सकते हैं, इन्हें तो हम दूरदर्शन पर देखते हैं या पुस्तकों में पढ़ते हैं इसलिए इनको मानते हैं। ठीक है, लेकिन एक प्रश्न यह है कि हममें से बहुतों ने अपने पिता के पिता (दादा) को नहीं देखा, तो क्या उनको भी नहीं मानते? आप कहेंगे कि उनके तो घर में चित्र लगे हैं, चित्र उनकी याद दिलाते हैं और यदा-कदा घर में उनकी चर्चा भी होती है। यदि यहां हम चित्रों को प्रमाण मानते हैं तो चित्र तो भगवान का भी है। शिवलिंग निराकार भगवान शिव का चित्र है, हममें से अधिकतर के घरों में है और भारत के कोने-कोने में मंदिरों में है। इसी प्रकार, सालिग्राम आत्मा का चित्र है जिसकी शिव के साथ पूजा होती है। परमात्मा एक है, आत्मायें अनेक हैं, इसलिए शिवलिंग एक बनाते हैं परंतु सालिग्राम तो सैकड़ों, हज़ारों, लाखों की संख्या में भी बनाते हैं। इनका गायन-पूजन-वर्णन भी होता रहता है।

इन यादगारों के अलावा अनेक लोगों को निराकार परमात्मा तथा निराकार आत्मा का साक्षात्कार भी होता रहता है। स्थूल नेत्रों से इन्हें नहीं देखा जा सकता है। इन्हें देखने के लिए ज्ञान-नेत्र की ज़रूरत है जो हमारे पास ही है परंतु ज्ञान द्वारा उसे खोलने की आवश्यकता है।

वरदान है आत्मा का ना दिखना भी

आज हम जिस युग में जी रहे हैं, उसमें आत्मा का ना दिखना भी एक वरदान कहा जा सकता है। क्यों? इसलिए कि प्राचीन काल के लोग शरीर के अंगों की विस्तृत जानकारी से अनभिज्ञ थे इसलिए मानव-अंगों के संबंध में किसी प्रकार का भ्रष्टाचार नहीं था परंतु शरीर विज्ञान के विकास और अंगों की प्रणाली की जानकारी ने इस क्षेत्र में भी भ्रष्टाचार के द्वार खोल दिये हैं। अब इलाज के बहाने रोगियों के गुर्दे आदि निकालने की घटनायें आम होती जा रही हैं। व्यक्ति धन के लालच में या अपने किसी नज़दीकी और प्रिय को बचाने के मोह में ऐसा अपराध करता या करवाता है। अब यदि उसे आत्मा भी दिखती होती तो क्या वह उसके साथ भी छेड़छाड़ न करता? अवश्य ही करता। वह आत्मा को भी इसके शरीर से निकाल अपने प्रिय संबंधी में डाल उसे अमर करने की कवायद ज़रूर करता और इससे कितनी हलचल मचती, इस बात का अनुमान लगाया जा सकता है। अत: आत्मा को किसी भी भौतिक बल द्वारा देखना, पकड़ना संभव नहीं, और यह हमारे लिए एक गुप्त वरदान ही है।

बनावटी हृदय आत्मा के अस्तित्व के लिए चुनौती नहीं

विज्ञान की अनेक उपलब्धियों में एक उपलब्धि यह भी है कि यदि व्यक्ति का हृदय काम करना बंद कर दे तो एक बनावटी मशीन के द्वारा शरीर में रक्त संचरण का कार्य करवा लिया जाता है, इसे बनावटी हृदय भी कहा जाता है। इस प्रकार की क्रियाओं को देखकर भी लोग सवाल पूछते हैं कि तब आत्मा का रोल कहाँ है? यदि विज्ञान रक्त संचरण करवा सकता है तो हम कैसे मानें कि आत्मा

ही शरीर और इसके अंगों को चलाती है। यह स्थिति भी वास्तव में आत्मा के अस्तित्व को नकारने की नहीं वरन् होने को सिद्ध करती है। इस शरीर के विभिन्न अंगों का प्रत्यारोपण या बाह्य शक्ति से उनका संचालन कुछ समय के लिए संभव है क्योंकि शरीर भौतिक है और विज्ञान भी भौतिक परिवर्तनों के निमित्त हैं। इसमें कोई संदेह नहीं कि बनावटी हृदय बनाना या उस जैसी मशीन बनाकर उससे रक्त संचरण करवाना बहुत कुशाग्र बुद्धि का कार्य है परंतु फिर भी विज्ञान द्वारा संभव है। विज्ञान ने मानवीय अंगों की नकल पर बहुत मशीनें बनाई हैं जैसे कैमरा, मानव आँख की कार्यविधि के आधार पर, हारमोनियम, गले की स्वरतंत्री के आधार पर, ग्राइन्डर और मिक्सर, जठर की कार्यविधि के आधार पर बनाये हैं। बनावटी हाथ-पाँव बनाने-लगाने के भी कई संस्थान हैं परंतु आत्मा का जो प्रधान कार्य है वह है विचार करना, सोचना, चिन्तन करना। इसलिए कहा जाता है, I think therefore I am (मैं हूँ इसका प्रमाण यह है कि मैं सोचता हूँ)। क्या विज्ञान ने कोई ऐसी मशीन बनाई है जो मानव आत्मा की तरह सोच सके, मानव आत्मा की तरह भावनायें व्यक्त कर सके, खुशी-ग़म का अनुभव कर सके, क्षमा या दया कर सके, प्यार-दुलार दे सके। यदि कंप्यूटर में इस प्रकार के डेटाज फ़ीड कर भी दिये जायें तो उनकी भी एक सीमा होती है और कंप्यूटर में ये आंकड़े स्वत: उद्दीप्त नहीं होते वरन् इन्हें फ़ीड करने वाला कोई मास्टर अर्थात् कोई मानव आत्मा ही होती है अत: बनावटी रक्त संचरण या बनावटी हृदय आत्मा के अस्तित्व को स्वीकारने में कोई चुनौती नहीं है।

आत्मा, मानव हस्तक्षेप से सर्वथा अछूती

जिस चीज़ का दूसरी चीज़ से प्रतिस्थापन किया जा सकता हो उसे अविनाशी नहीं कहा जा सकता। जिसके हिस्से (Division) किये जा सकते हों, उसे भी अविनाशी नहीं कहा जा सकता। शरीर के अंगों का प्रतिस्थापन हो सकता है। हम आँख की जगह किसी दूसरे की आँख और दाँत की जगह बनावटी दाँत लगा सकते हैं। शरीर के अंगों को काटा या जोड़ा भी जा सकता है परंतु आत्मा का प्रतिस्थापन नहीं हो सकता। शरीर से आत्मा निकल जाने पर हम उसमें दूसरी आत्मा नहीं डाल सकते, न ही आत्मा का विभाजन कर, आधा-आधा कर उससे अलग-अलग शरीरों में कार्य करवा सकते हैं अत: आत्मा अविभाजन योग्य और मानव हस्तक्षेप से सर्वथा अछूती है इसलिए अदृश्य भी है और अविनाशी भी है।

शरीर संकल्प शक्ति से संचालित

आत्मा अति सूक्ष्म, भारहीन, दिव्य करंट है। यही शरीर की चेतनता है। आत्मा की संकल्प शक्ति से शरीर की क्रियायें चलती हैं। इतने बड़े शरीर को सूक्ष्म विचार ही तो गति देता है और विचार आत्मा की शक्ति है। रोज़ के जीवन में एक छोटे से विचार के द्वारा मानव शरीर की बड़ी-बड़ी गतिविधियों को रुकते या चलते देखा या अनुभव किया जा सकता है। मान लीजिये, आप किसी महत्वपूर्ण मीटिंग में बैठे हैं और आपको ज़ोरों से भूख लगी है, उस दिन आपने नाश्ता नहीं किया था, अब मीटिंग में शाम के दो बज गये हैं, भले ही आपकी जेब में चाकलेट या ड्राईफ्रूट पड़ा हो पर आप भूख की अनुभूति को इस संकल्प के साथ दबा देते हो कि इस समय कुछ भी मुख में डालना उचित नहीं है। इसी प्रकार शरीर की अन्य क्रियायें भी समय और स्थान के औचित्य-अनौचित्य को ध्यान में रखकर रोकी जाती हैं। शरीर इतना बड़ा पर एक सूक्ष्म विचार ने उसे नियंत्रित किया ना। इसीलिए कहा जाता है, Man is product of his own thought. मनुष्य अपने विचारों का उत्पाद है। भले ही माता-पिता शरीर प्रदान करते हैं, संस्कार भी देते हैं परंतु उस व्यक्ति के विचारों के अनुसार ही शरीर की वृद्धि और संस्कारों का संग्रह हो पाता है।

संकल्प से विकारों का नियंत्रण

विचारों का जीवन में अत्यधिक महत्व है। अध्यात्म विचारों को

शक्तिशाली और सकारात्मक बनाने की युक्ति और शक्ति प्रदान करता है। जितनी भी विकृतियाँ या विकार या अपराध हैं, उनका जनक मन (आत्मा की विचार शक्ति) है जैसे काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या आदि। ऊपर के उदाहरण में हमने देखा कि अनुकूल वातावरण न होने पर हम कुछ समय के लिए भूख को नियंत्रित कर लेते हैं, प्यास को भी नियंत्रित कर लेते हैं इसी प्रकार वर्तमान संसार में जहाँ काम वासना अग्नि का रूप धारण कर संसार को और स्वयं को जला रही है तो संकल्प बल से क्या हम इसे नियंत्रित नहीं कर सकते। एकांत में बैठकर विचार करें कि कलियुग की इन अंतिम घड़ियों में यह काम पिपासा, तन, मन, बुद्धि, शान्ति, शक्ति, संबंध, मर्यादा, कर्त्तव्य सबका हरण करने वाली है। परमात्मा द्वारा दिये जा रहे 21 जन्मों के स्वर्गिक राज-भाग को छीनकर मुझे अभागा बनाने वाली है। अतः यह समय इसके वशीभूत होकर अपना सर्वनाश करने का नहीं है। मुझे तो संकल्प बल से इसका काम तमाम कर राम (निराकार भगवान शिव) के दिलतख्त पर विराजमान होना है। इस संकल्प बल से शरीर और इसकी सर्व इन्द्रियाँ धर्मानुकूल आचरण करने वाली बन जायेंगी। इसी प्रकार क्रोध, लोभ, मोह, ईर्ष्या, द्वेष आदि सभी नकारात्मक वृत्तियों को संकल्प बल से समाप्त किया जा सकता है।

हमने देहभानवश हीन संकल्प चला-चलाकर इन सभी विकारों को अपने में भरा। अब आत्म-अभिमानी बन शक्तिशाली संकल्प उत्पन्न कर इन जमी हुई कमज़ोरियों को उखाड़ फेंकना है। इसी को भगवान ने 'स्वमान में रहना' कहा है। अपने सकारात्मक और शक्तिशाली स्वरूप के प्रति बार-बार शुद्ध संकल्प जागृत करना ही स्वमान है।

– ब्रह्माकुमार आत्म प्रकाश

विघ्न स्वयं विनाश हो जाएँ

मनोज 'खुशनुमा', नोएडा

शुभारम्भ करें हर कार्य का, ले गणपति का नाम,
हे विघ्न विनाशक, जड़ और चेतन करता तुम्हें प्रणाम।

करता तुम्हें प्रणाम, अजब तेरा रूप निराला,
न्यारा-प्यारा, सिद्धि और शक्ति देने वाला।

चौड़ा मस्तक कहता है, बुद्धि करो विशाल,
वसुधैव कुटुम्बकम् से जीवन हो खुशहाल।

कान बड़े कहते हैं, करें धैर्य जो धारण,
विघ्न टलें और हर कारण का सहज मिले निवारण।

अंतर्मन में अपने झाँकें, गुण और कमियाँ आंकें,
अंतर्मुखी स्वरूप की ये पहचान हैं छोटी आँखें।

अवगुण चित्त पर न रखना और ना ही फैलाना,
पेट विशाल यही कहता है, शक्ति यही समाना।

गुणग्राही बनने की है सरल सी यह परिभाषा,
संग्रहण शक्ति वृद्धि की प्रतीक है लंबी नासा।

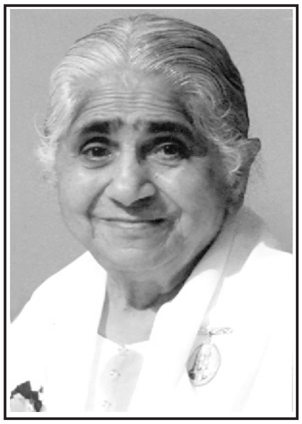
भारी-भरकम गणपति का, क्यों वाहन बना है मूषक,
अविवेक पर सद्विवेक की विजय का है यह सूचक।

अचल-अडोल दृढ़ निश्चय के पाँव अगर जम जायें,
विघ्न स्वयं विनाश हो जायें, सहज सफलता पायें।

कहें 'खुशनुमा' गणपति की यही है सच्ची स्तुति,
धारण कर महिमा उनकी महान करें निज स्थिति।

ईश्वरीय शक्तियों और वरदानों से भरपूर अनेक मनभावन राखियाँ ज्ञानामृत कार्यालय में प्राप्त हुई हैं। स्नेही प्रेषक बहनों को हार्दिक आभार और दिल की दुआयें

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 गुत्थियाँ सुलझाकर समाधानस्वरूप बना देती हैं। प्रस्तुत हैं भाई-बहनों द्वारा पूछे गए प्रश्नों के दादी जानकी द्वारा दिये गये उत्तर ... — सम्पादक

प्रश्नः- एकता के लिए मुख्य क्या गुण चाहिए?

उत्तरः- सच्चाई एकता में ले आती है। थोड़ा भी भेदभाव या मतभेद है तो सच्चाई नहीं है। तो सच्चाई से यूनिटी में आ जायें। यूनिटी तब होगी जब हम एक बाप के बच्चे बहन-भाई हैं, तेरा मेरा नहीं है। मैं पद्मापद्म भाग्यशाली हूँ जो मेरे को न कोई सेन्टर है, न कोई ज़ोन है, न कोई स्टूडेन्ट है, फ्री हूँ। मैं टीचर भी नहीं हूँ। बाप, शिक्षक सतगुरू वह है। पहले बाप का सच्चा बच्चा बनूं। सच्चा माना पक्का, कभी संशय न आवे। निश्चयबुद्धि विजयन्ती। यह क्यों हुआ, क्या हुआ.. कोई क्वेश्चन नहीं। ऐसी निश्चयबुद्धि सच्ची भावना वाले पुरुषार्थी; मनमत, परमत के प्रभाव दबाव से फ्री रहते हैं। श्रीमत बंधनमुक्त, जीवनमुक्त बना देती है। श्रीमत वन्डरफुल है। श्रीमत से योगी फिर सहयोगी।

प्रश्नः- आपको जो बाबा वरदान देते हैं, उसको आप बहुत रिगार्ड देती हो। कुछ समय पहले बाबा ने आपको वरदान दिया कि आप आवश्यक रत्न हो, जहाँ भी ज़रूरत होती है वहाँ हाज़िर हो जाती हो, इस वरदान से आपको क्या महसूसता आई?

उत्तरः- हरेक समझो, बाबा के जो भी महावाक्य हैं वे मुझ आत्मा के प्रति हैं। उनको बड़े प्यार से वरदान के रूप में स्वीकार करना है। बाबा जो कहता है, वह मुझे करके दिखाना है। बाप, शिक्षक, सतगुरू.. कोई भी टाइम तीनों में एक भी मिस न हो। बाप, बाप है, शिक्षक है, सतगुरु है तीनों वन्डरफुल हैं, तीनों एक हैं इसलिए इज़ी है। अलग-अलग नहीं हैं। एक सेकेण्ड के लिए अनुभव करो बाप है, शिक्षक है, सतगुरु है तो जो बाबा ने कहा वो मेरे लाइफ में आ गया। वह परम आत्मा है, सुप्रीम सोल है वो अभी हमको भाग्यविधाता (ब्रह्माबाबा) के मुख द्वारा कहता है। कहने वाला वो है फिर इसके मुख से कहता है, कर ले, जी बाबा। तो इसमें भाग्य बन जाता है। कर्म और भाग्य दोनों का गहरा कनेक्शन है। जो बात कर्म में प्रैक्टिकल आई उससे भाग्य बड़ा अच्छा बनता है।

प्रश्नः- सबसे ज़रूरी किसे कहेंगे, विश्वास, निश्चय, लव या प्यार?

उत्तरः- भावना, विश्वास, निश्चय तीनों इकट्ठे हैं। पहले भावना बैठी फिर उसमें फायदा देखते विश्वास हो गया। विश्वास से भावी बन रही है, इसे कोई टाल नहीं सकता। कोई भी परीक्षा आये मेरी भावी बन रही है। बुद्धि में कभी डाउट न आये। भावना, विश्वास ने बुद्धि को पक्का निश्चयबुद्धि बना दिया है। बुद्धि जिस घड़ी थोड़ा संशय में आती है तो सारी प्राप्ति खत्म कर देती है। संशय आने से खुशी गायब हो जाती है। संशय वाले के संग से, प्राप्तियां जिससे हो रही थीं, वह सौदा ही कैन्सिल हो जाता है। जैसे बैंक ही बन्द हो गया। संशय बुद्धि वाले औरों को भी संशय में लाने के लिये प्लैन बनाते रहेंगे। एक दो की बुद्धि को ही भ्रमित कर देंगे। बुद्धि भ्रमित हुई तो

प्रालब्ध ही खत्म हो जाती है इसलिये मुझे आजकल बाबा का यह वरदान बहुत अच्छा लगता है कि मन-बुद्धि ईश्वर की अमानत है। मेरा-मेरा नहीं है तो बुद्धि शुद्ध, शान्त, श्रेष्ठ है।

प्रश्नः- विश्वास पहले होता है या निश्चय पहले होता है या प्यार पहले होता है?

उत्तरः- थोड़ा भी शुद्ध संकल्प से, प्यार से याद करो तो दस गुना, सौ गुना वो देता है, बुद्धि द्वारा अनुभव होता है। मैं रांग हूँ, राइट हूँ यह भी बुद्धि द्वारा ही महसूस होता है। जब तक बुद्धि की लाइन क्लीयर नहीं है, मन में कोई भी इच्छा है, मन में रहता कि इनको यह है, मेरे को नहीं है, ऐसा सूक्ष्म भी ख्याल आता है तो वो सुख महसूस नहीं होता। जब सुख महसूस होता है तो बाबा से प्यार और बढ़ जाता है। जिसे इस सुख का कदर है उसे बाबा के सिवाए और कुछ अच्छा नहीं लगता। मतलब की याद नहीं, थोड़े समय के लिये याद नहीं है पर सच्ची याद हो तो अटूट कनेक्शन रहता है। इस कनेक्शन को लगातार रखने वाले कभी इसे ढीला नहीं होने देंगे। विश्वास से प्यार मिलता है, प्यार से विश्वास बढ़ता है। हमारे जीवन का आधार ही है बाबा का प्यार। हमारा जितना बाबा से प्यार है उतना अगर आप पढ़े-लिखों का बाबा से प्यार हो तो अनेकों की बहुत सेवा हो सकती है। जो भगवान प्यार दे सकता है वो और कोई दे नहीं सकता।

प्रश्नः- बाबा में विश्वास की कमी नहीं है लेकिन खुद में विश्वास की कमी होती है इसी कारण हम कोई जिम्मेवारी नहीं सम्भालना चाहते। आत्मविश्वास बढ़ाने की विधि बताइये?

उत्तरः- याद में रहने से आत्म-विश्वास बढ़ता है। इसके लिए अनुभव की शक्ति को बढ़ाते जाओ। जैसे बाबा कहते, आत्म-अभिमानी भव, देही-अभिमानी भव, विदेही भव। मैं आत्मा हूँ, उसका स्वरूप सामने आवे तो शरीर में होते विदेही रहेंगे। फिर असोचता की स्थिति से जो बाबा ने कराया वो हुआ, ऐसा अनुभव होगा। देह में होते अव्यक्त सम्पूर्ण बनने से मज़ा आता है। ज़रा भी मेरे में व्यक्त भाव न हो तो अव्यक्त और सम्पूर्ण स्थिति का जो रस है, ताकत है वो आती जायेगी।

प्रश्नः- दादी, आप हम सबकी विशेषता देखती हो तो क्या आपको पिछले कल्प की याद आती है? आप औरों को कैसे प्रेरणा देती हो कि आप भी विशेषता देखो?

उत्तरः- यह मेरे में विशेषता नहीं है, पर बाबा ने जैसे मेरे को देखा है, अगर मैं ऐसे आपको नहीं देखेंगी तो बाबा मेरा कान पकड़ेगा। बाबा ने हमको घड़ी-घड़ी याद दिलाया है, सी फादर, फॉलो फादर। हर सेकण्ड, हर श्वास हरेक आत्मा के लिये कहती हूँ, सभी सी फादर, फॉलो फादर करें तो कितना अच्छा होगा। सी फादर, फॉलो फादर करने से सबमें विशेषता देखने की ताकत आयेगी। मैं प्रैक्टिकली सपूत बनूँ, सबूत दूँ तो औरों को भी सहज हो। मेरे से कोई भी ऐसा गलत कर्म न हो जो मैं कपूत दिखाई पडूं। तो सी फादर, फॉलो फादर में बहुत उन्नति है। हरेक चेक करे कि हर सण्डे की अव्यक्त मुरली के अनुसार मेरा पुरुषार्थ है क्योंकि यह फॉलो फादर करने का आइना है। कई समझते हैं, अच्छा चल रही हूँ, बाबा की बहुत मदद है, बस इसमें ही खुश हैं। अच्छा सेन्टर है, अच्छा रहने का स्थान है पर आगे बढ़ना है, ऊपर जाना है, सम्पूर्ण भी बनना है।

प्रश्नः- हमने बाबा को देखा नहीं है और आपने बाबा को 100 परसेन्ट फॉलो किया है, तो हम भी आपको देखें और आपको फॉलो करें ना?

उत्तरः- जिस तरह से मैंने बाबा को फॉलो किया है वो तरीका अगर आ जायेगा तो आप मुझे फालो नहीं करेंगी, बाबा को ही फालो करेंगी। मेरे पास ऐसी बहुत आत्मायें हैं जो मुझे बहुत अच्छा फॉलो करती हैं पर दूर भी जल्दी हो जाती, औरों को भी दूर कर देती हैं इसलिए हरेक बाबा को देख, बाबा को फॉलो कर आगे बढ़े हैं, न कि एक दूसरे को देख करके। समझो, मुझे कहीं किसी से अच्छी दवाई मिली परन्तु मिली तो वैद्य से ना, आपकी नब्ज़ को वैद्य जानता है ना।

विहंग मार्ग की सेवा का प्रारंभ

● ब्रह्माकुमार रमेश शाह, मुंबई (गामदेवी)

पिछले 2-3 लेखों में ईश्वरीय सेवा की शुरूआत में समर्पण समारोह, गीत, ड्रामा तथा सांस्कृतिक कार्यक्रमों द्वारा सेवा में वृद्धि कैसे हुई, इसकी चर्चा की थी। किंतु यह सब होते हुए भी प्यारे ब्रह्मा बाबा ने 1963 में एक दिन साकार मुरली मे ंकहा कि विहंग मार्ग से ईश्वरीय सेवा करे, ऐसा अब तक राइट हैण्ड बच्चा/बच्ची मुझे नहीं मिला है।

तब मैं मुम्बई में था। मैंने और ऊषा जी ने बाबा की इस बात पर विचार किया और तय किया कि हम प्यारे ब्रह्मा बाबा को श्रद्धा, स्नेह तथा वास्तविकता के आधार पर एक पत्र लिखें।

पत्र में हम दोनों ने लिखा कि बाबा, ज्ञान के अनुसार तो हमें जो भी कार्य करना है, वह श्रीमत के आधार पर करना है। हम अपनी मत पर करेंगे तो वह मनमत हो जाती है। विहंग मार्ग की सेवा के लिए जो साधन चाहिएँ, वे आपकी श्रीमत द्वारा ही हमें मिल सकेंगे। आपने विहंग मार्ग की सेवा के साधन हम बच्चों को नहीं दिये। आप हमें ऐसी सेवा के साधन निर्माण करके दें तो अवश्य ही आपके राइट हैण्ड बच्चे बन सकते हैं। इसलिए कृपया हमें विहंग मार्ग की सेवा के साधन दीजिये।

मेरे इस पत्र के उत्तर में ब्रह्मा बाबा ने एक लंबा पत्र लिखा जिसका सार यह था कि विहंग मार्ग की सेवा बच्चे नहीं कर रहे, उसका कारण लिखकर बच्चों ने सारी जिम्मेदारी मेरे पर डाल दी है परंतु बाप जानता है कि अगर मैं बच्चों को विहंग मार्ग के साधन दूँ फिर भी बच्चे आलस्य करेंगे तो विहंग मार्ग के साधनों पर मकड़ी के जाले छा जायेंगे।

प्यारे ब्रह्मा बाबा का यह पत्र पढ़कर हमारे दिल में बहुत उमंग-उत्साह भर आया। हमने ब्रह्मा बाबा को लिखा कि बाबा, आपका पत्र पढ़ करके हमको रामायण के राजा दशरथ की भूमिका याद आ गई। राजा दशरथ की गलती से उनका शब्दबेधी तीर श्रवणकुमार को लग गया। उसकी आवाज आई, हे भगवान, मुझे क्या हो गया। राजा दशरथ तुरंत दौड़े, श्रवण कुमार के अंतिम श्वास चल रहे थे। राजा ने उससे बहुत-बहुत क्षमा माँगी। तब श्रवण कुमार ने कहा, मेरे माता-पिता को यह नदी का पानी पिलाइये, ऐसा कहकर श्रवण ने अपना अंतिम श्वास ले लिया। राजा दशरथ चिंतायुक्त कदम उठा कर पानी का मटका ले करके श्रवण कुमार के माता-पिता के पास पहुँच गये। राजा के जल पिलाने के तरीके से श्रवण के माता-पिता पहचान गये कि यह हमारा पुत्र नहीं है। दशरथ राजा ने कहा, मैं पापी हूँ, मेरे द्वारा गलती से आपके पुत्र का संहार हो गया है। यह सुन करके श्रवण के माता-पिता को बहुत दुख हुआ। उन्होंने राजा को कहा, हमारे लिए चिता तैयार करो, हम तीनों एक साथ स्वर्ग में जायेंगे। परंतु जाने से पहले आपको श्राप देते हैं कि जैसे हम पुत्र विरह में शरीर छोड़ रहे हैं, उसी प्रकार हे राजा, आपको भी पुत्र-विरह में शरीर छोड़ना पड़ेगा। राजा ने मन में सोचा, यह श्राप है या वरदान है क्योंकि अब तक तो मुझे कोई पुत्र है ही नहीं। श्रवण के माता-पिता ने जो श्राप दिया है, उसके आधार पर एक बात सिद्ध होती है कि मुझे पुत्र होंगे ओर पुत्र नहीं हो, ऐसी दशा में मरने के बदले पुत्र-विरह में मरना लाख गुणा अच्छी बात है। मैं ऋषि की बात को श्राप नहीं, वरदान समझता हूँ।

मैंने ब्रह्मा बाबा को पत्र में बताया कि आपका पत्र पढ़ करके हम दोनों के मन में यह विचार उत्पन्न हुआ कि विहंग मार्ग की सेवा के साधन बिना जीवन व्यतीत करना, इससे तो विहंग मार्ग की सेवा के साधन हों और उनके ऊपर मकड़ी की जाल फैल जाये, वह

हजार गुणा अच्छा है अर्थात् अभी आपने विहंग मार्ग के साधन नहीं दिये तो आप जिम्मेवार हैं और अगर आपकी श्रीमत पर हमें विहंग मार्ग के साधन मिल जायें और हम उसका उपयोग नहीं कर पाये तो हम उसके ज़िम्मेवार बन जायेंगे। इसलिए प्यारे बाबा, आप हमको विहंग मार्ग के साधन दे दो। ड्रामा में आगे क्या होगा, वह तो भविष्य ही बतायेगा।

इस प्रकार का पत्र पा करके ब्रह्मा बाबा ने हम दोनों को पत्र द्वारा विहंग मार्ग की सेवा करने का वरदान दिया। यह पत्र व्यवहार 1963 वर्ष के आखिरी मास में हुआ और उसके बाद जनवरी 1964 में आदरणीया मातेश्वरी की बीमारी के समाचार आये। मातेश्वरी बीमारी के कारण मुंबई हमारे घर में आये। वे पहले भी आठ मास हमारे लौकिक घर में रहे थे। बीमारी के कारण उनका ऑप्रेशन हुआ और जून 1964 के आरंभ में मातेश्वरी जी आबू गये।

इसी बीच एक बात हुई, 1964 अप्रैल मास में मैं लौकिक ऑफिस में कारोबार कर रहा था, दिन के बारह बजे थे। मन में अचानक एक संकल्प उठा कि अपने चित्र बनाने चाहिएँ। प्रदर्शनी के चित्रों द्वारा ज्ञान समझाना सहज हो जाता है। मैं तुरंत वाटरलू मेन्शन सेन्टर पर गया, वहाँ दादी निर्मलशांता जी मुख्य संचालिका थीं। उन्होंने आने का कारण पूछा। मैंने कहा, आपसे एक पत्र ब्रह्मा बाबा को लिखवाना है कि हमें अपने चित्रों की प्रदर्शनी का आयोजन करना चाहिए, इससे विहंग मार्ग की सेवा हो सकेगी। यह सुनकर दादी निर्मलशांता जी ने बहुत सुंदर सहयोग दिया। मैंने दादी जी को कहा, मैं पत्र आपको लिखवाता हूँ। आप सिंधी भाषा में लिख दीजिये, मैं आबू में प्यारे बाबा को वह पत्र भेज दूँगा। मैंने, प्रदर्शनी में क्या होता है, कैसे चित्र बनेंगे, ये सारी बातें लिखीं। दादी जी ने कुछ नहीं पूछा, इस कारण मेरे मन में दादी जी के प्रति श्रद्धा और स्नेह निर्माण हुआ और सोचा कि यह दादी कितनी महान है। कोई भी प्रश्न पूछे बिना मुझे पूर्ण सहयोग देने के लिए तैयार हो गईं। आज भी मैं मानता हूँ कि दादी जी के सहयोग बिना प्रदर्शनी रूपी विहंग मार्ग की सेवा का जन्म नहीं हुआ होता। रात को हमारे लौकिक घर में, मातेश्वरी जी को भोजन करते समय प्रदर्शनी की सेवा के बारे में विस्तार से समझाया, उन्होंने भी इस विंहग मार्ग की सेवा अर्थ अपने विचार दिये।

उसके बाद रविवार के दिन वाटरलू मेन्शन सेन्टर पर मीटिंग की और चित्र बनाने की शुरूआत की। क्लास में आने वाले भगवान भाई अच्छे कलाकार थे। उनको हमने समझाया। पहला चित्र 'सच्चा वैष्णव कौन?' यह बनवाने का मार्गदर्शन दिया। चित्र की व्याख्या हमने लिखी और आबू में भेज दी और ब्रह्मा बाबा ने उसमें करेक्शन करके हमें वापस भेज दी। पढ़कर मेरे मन में प्रश्न उत्पन्न हुआ कि ये अक्षर किसके हैं, किसने यह करेक्शन किया है? ब्रह्मा बाबा को लिखकर पूछा तो उन्होंने जवाब दिया कि कुमारका बच्ची ने किया है। मैंने फिर बाबा को उत्तर लिखा, बाबा, हम हरेक चित्र की व्याख्या के लिए आबू में पत्र लिखें, आप कुमारका दादी को वह पत्र दो और कुमारका दादी हमको करेक्शन दे। उसके बदले में कुमारका दादी जी को आप मुम्बई भेज दो। मेरे पत्र के उत्तर में बाबा ने टेलीग्राम से जवाब दिया, कुमारका बच्ची को कल सुबह गुजरात मेल से मुम्बई में रिसीव करो। तब से दादी कुमारका मुम्बई में हम बच्चों के साथ जनवरी 1969 तक रहे। इस प्रकार आदरणीया प्रकाशमणि दादी का सानिध्य एवं नेतृत्व हमें करीब 5 वर्षों तक मिला। दादी निर्मलशांता को प्यारे ब्रह्मा बाबा ने इस्टर्न जोन की सेवा बढ़ाने के लिए कोलकाता भेजा।

प्रदर्शनी के द्वारा विहंग मार्ग की सेवा कैसे बढ़ी और इस सेवा में भ्राता निर्वैर आदि अनन्य भाई-बहनों का सहयोग कैसे मिला, यह अगले लेख में लिखूँगा। ❖

‘पत्र’ संपादक के नाम

जून, 2012 अंक में प्रकाशित सभी लेख ज्ञानवर्धक, प्रेरणादायक रहे। मातेश्वरी की महिमा से पूरी पत्रिका ओतप्रोत और प्रकाशमय रही। शिवबाबा पर धारणा पक्की हुई। विशेष उल्लेख मैं ‘बीज का बड़प्पन’ लेख का करना चाहूँगा। लेखिका बहन ने बीज के उत्कर्ष का वर्णन क्या खूबसूरती से किया है कि मन गद्‌गद् हो गया। वर्णन कविता का रूप लेता हुआ शीतल झरना बन पोर-पोर को भिगोता चला गया। तन्द्रा तभी टूटी जब लेख समाप्त हुआ। झरने के साथ बहते हुए जैसे अपने आपको सागर में पाया। ऐसे सरस-काव्य लेख के लिए बहन को कोटिश: बधाई। पूरी पत्रिका को श्रृंगारने वाली ज्ञानामृत टीम को भी बधाई!

– ब्र.कु.शिवदयाल रनघाटी,
राजनांदगांव

मई, 2012 अंक का संपादकीय ‘जैसा कर्म वैसा फल’ अति महत्वपूर्ण था। इसमें ‘इन दामों में यही चीज़’, ‘जितना निवेश उतनी प्राप्ति’, ‘कर्मजन्य हैं देह के संबंध’, ‘मन को धो डालिए ईश्वरीय स्मृति से’ आदि उप-शीर्षक अत्यंत ज्ञानवर्द्धक हैं। आदरणीया दादी हृदयमोहिनी जी ने ‘शुभभावनाओं का सहयोग दो’ लेख में विशेषता को देखने, कंट्रोलिंग एवं रूलिंग पावर बढ़ाने की सहज युक्ति बताई है। भ्राता रमेश शाह द्वारा ईश्वरीय सेवाओं की नई-नई विधियाँ बताये जाने से सभी पुरुषार्थ में विशेष ध्यान देते हैं। ज्ञानामृत पढ़ने से जीवन में नवीनता आती है। कई समस्याओं का समाधान मिल जाता है। इस पत्रिका का यहाँ हम काफी लाभ उठा रहे हैं, लाइब्रेरी में सभी भाई पढ़ते रहते हैं। पहाड़ी इलाकों में दूर-दराज रहने से नियमित क्लास नहीं हो पाती है। प्रार्थी भारत-तिब्बत सीमा पुलिस में कार्यरत है। जगह-जगह बदली होती है और शहर से बाहर ही कैम्प होते हैं।

– जानकी प्रसाद,
लोहाघाट-चम्पावत, उत्तराखण्ड

पहले मैं ज्ञानामृत पत्रिका के पन्ने पलट लिया करता था किन्तु मई अंक जब सामने आया, मैं फुरसत में बैठा था, पढ़ना आरंभ किया तो पहले ही पृष्ठ पर ‘संजय की कलम से’ ‘पर-चिन्तन पतन की जड़’ पढ़कर बहुत प्रभावित हुआ। उसमें परदोष दर्शन से बचने की बहुत उपयोगी सलाह दी गई है। हम प्राय: दूसरों के दोष देखकर अपनी भावना दूषित कर लेते हैं किन्तु अपने दोष कभी नहीं देखते। इसके बाद मैंने संपादकीय पूरा पढ़ा। बड़ा अच्छा लगा। कर्मों की बहुत अच्छी जानकारी दी गई है। हमारा शरीर ही कर्मजन्य है, उस अनुसार ही फल भी मिलता है। इसके अतिरिक्त ‘दादी जी के प्रश्नोत्तर’, ‘पुरुषोत्तम संगमयुग में ईश्वरीय सेवा की विधि में परिवर्तन’, ‘ईश्वरीय महावाक्यों का चुंबकीय आकर्षण’, ‘आत्मा की आवाज का आदर करें - इसी वक्त छोड़ें तंबाकू’, ‘एक पैगाम – युवाओं के नाम’, ‘जैसा सोचोगे, वैसा बनोगे’ आदि उपयोगी निबंधों ने बहुत प्रभावित किया, साथ ही मेरे विकल मन को शान्ति मिली। ‘जागो खुदा के बन्दे’ कविता ने मन को झकझोर दिया। कुल मिलाकर मई अंक से मन को बहुत सुकून प्राप्त हुआ।

– नन्दन लाल अग्रवाल,
सेवानिवृत्त शिक्षक, झांसी

मई, 2012 अंक में ‘आत्मा की आवाज का आदर करें - इसी वक्त छोड़ें तंबाकू’ लेख बहुत प्रशंसनीय है। व्यसनों से शारीरिक हानियों तथा विकृतियों की व्यापक जानकारी देकर लेखक ने गलत राह पर चलने वालों को सतर्क किया है तथा विश्वास किया है कि संकल्प शक्ति मात्र से मनुष्य इस बुराई से जीवन भर के लिए छुटकारा पा सकता है व पुन: स्वस्थ जीवन व्यतीत कर सकता है। नशे से ग्रस्त लोगों के लिए पुन: स्वस्थ जीवन पाने की इससे सच्ची व आसान राह भला और क्या हो सकती है।

– विपिन मल्होत्रा, चन्दौसी

विश्व हृदय दिवस पर विशेष..

हृदय रोग के कारण एवं निवारण

● ब्रह्माकुमार डॉ.बाबूलाल अग्रवाल, जालना

आजकल बीमारियों का परिमाण बहुत बढ़ गया है। प्रतिदिन नई-नई दवाइयाँ निकल रही हैं लेकिन बीमारियाँ कम होने का नाम ही नहीं लेती हैं जैसेकि कैन्सर, बीपी, डायबिटिज, एडस, हार्ट अटैक इत्यादि। यहाँ हम हृदयरोग के बारे में जानेंगे –

हृदयाघात होने पर उसका इलाज एंजियोप्लास्टी या बायपास सर्जरी है लेकिन इस इलाज में बहुत बड़ा खर्च होता है। यह करने के बाद भी 4-5 साल में पुनः हार्ट अटैक आ सकता है। दिल बीमार होने का मुख्य कारण है दिमाग। दिमाग अर्थात् हमारी सोच। सोच में भी नकारात्मक सोच। नकारात्मक सोच का अनुपात बहुत बढ़ गया है। हमारा बोलना, देखना, चलना, वृत्ति, व्यवहार सब नकारात्मक हैं। उस वजह से हार्ट की आर्टरीज़ ब्लॉक होती हैं।

हृदय का कार्य – शरीर में हृदय बायीं ओर है। इसका वजन 250 ग्राम है। चौबीस घंटे में हृदय एक लाख बार धड़कता है। शरीर की सारी रक्त नलिकाओं को एक-दूसरे से जोड़ने से कुल लंबाई 64,000 मील होती है। हृदय के सिकुड़ने-फैलने से सारे दिन में 8,000 लीटर खून का

संचरण होता है। इतने छोटे-से हार्ट को इतना कार्य करना पड़ता है।

हृदय का कार्य कब बढ़ता है?

ऊँचाई पर चढ़ते समय, बोझा उठाते समय और क्रोध करने पर हृदय को ज़्यादा काम करना पड़ता है।

हृदय आराम करता है या नहीं?

हृदय स्नायु से बना है और कोई भी स्नायु निरंतर कार्य नहीं कर सकता। स्नायु को आराम की आवश्यकता होती है। इसलिए हार्ट आराम करता है। हृदय में चार चैंबर्स यानि चार कप्पे हैं। ऊपर के दो कप्पे सिकुड़ते हैं 0.1 सेकंड में, फिर वे आराम करते हैं। नीचे के दो कप्पे सिकुड़ते हैं 0.3 सेकंड में, फिर वे आराम करते हैं। पूरा हृदय 0.4 सेकंड कार्य करता है, उतना ही 0.4 सेकंड आराम करता है। हृदय को जितना कार्य, उतना ही आराम है, तब तक कोई रोग होता नहीं। आराम का समय कम हुआ कि हृदय बीमार हुआ।

हृदय रोग के मुख्य कारण

नकारात्मक सोच, क्रोध, तनाव, रक्तदवाब, मधुमेह, कोलेस्ट्राल, रिश्तों में दरार, व्यसन, जल्दबाजी, डर, चिंता।

नकारात्मक सोच

नकारात्मक सोच का शरीर पर क्या प्रभाव होता है, उसके लिए दो उदाहरण देखेंगे –

उदाहरण 1. एक कैन्सर का रोगी था। उस समय कैंसर की दवा नहीं थी। रोगी को पता चला कि एक जगह कैंसर की दवा मिलती है। वह वहाँ गया और दवा लाया। उसकी कैन्सर की गांठ आठ दिनों में कम हो गई। एक साल के बाद उसको पता चला कि वह कैन्सर की दवा नहीं थी। जैसे ही पढ़ा, उसकी गाँठ बढ़ गई। वह दवा प्राप्ति के स्थान पर पहुँचा और कहा, मुझे पता पड़ा है कि वह दवा कैन्सर की नहीं है। दवादाता ने कहा, उस समय की दवा अशुद्ध रूप में थी, अब हमारे पास शुद्ध रूप में है। रोगी शुद्ध दवा लेकर आया, उसकी गाँठ फिर से आठ दिनों में कम हो गई। दो साल के बाद फिर से उसने जाना कि वह कैन्सर की दवा ही नहीं है। यह जानते ही उसकी कैन्सर की गाँठ बढ़ गई, फट

गई और वह मर गया। सोचो, वह क्यों मरा? सोच की वजह से।

उदाहरण 2. जहरीला सांप काटने के बाद खून (ब्लड) में क्या बदलाव आता है, यह एक वैज्ञानिक को देखना था। ज़हरीले सांप से अपने को कटवाने के लिए कोई तैयार नहीं था। एक गरीब व्यक्ति को कुछ पैसे देकर तैयार किया गया, उसे आश्वासन दिया गया कि तुझे हम मरने नहीं देंगे। जैसे ही सांप काटेगा तुरंत दवा दे देंगे। उस व्यक्ति के सामने सांप और दवाइयाँ लाई गईं। उसकी आँखों पर पट्टी बाँधी गई। फिर उसके हाथ को एक पिन चुभाई गई। उसे लगा कि मुझे सांप ने काटा है। फिर उसका खून निकालकर जाँच की गई तो पता लगा कि खून में ज़हरीले सांप का रासायनिक द्रव्य था। जब सांप ने उसको काटा ही नहीं तो फिर खून में ज़हर कैसे आया? सिर्फ सोचने से आया। इस प्रकार सोच का शरीर पर बहुत बड़ा असर होता है।

जब हम नकारात्मक सोचते हैं तब दिमाग से नकारात्मक रसायन निकलते हैं जो शरीर के सारे अवयवों तक जाते हैं जिस कारण वे अवयव अच्छा कार्य नहीं करते। जब ये रसायन फेफड़ों में और श्वसन संस्थान में जाते हैं तो सांस की बीमारी होती है। यकृत पर आते हैं तो पाचनतंत्र की बीमारी होती है। हमें गैस, एसिडिटी, सिरदर्द की तकलीफ होती है। स्वादुपिंड (पैनक्रियाज) पर जाते हैं तो डायबिटिज होती है। इस प्रकार, शरीर के बीमार होने का प्रमुख कारण नकारात्मक सोच ही है।

क्रोध (गुस्सा) – एक बार गुस्सा किया तो हार्ट की आर्टरी पर 72 घंटे असर रहता है और जिस पर गुस्सा किया, उस पर 36 घंटे असर रहता है। कुछ लोग कहते हैं, हम दिन में 10-12 बार गुस्सा करते हैं और ऐसा 10-15 साल से करते हैं लेकिन हमको तो अभी तक कुछ हुआ नहीं। ऐसी बात नहीं है। असर ज़रूर होता है। जब 70 से 75 प्रतिशत नुकसान होगा तब मालूम पड़ेगा। आपको हार्ट अटैक आ सकता है या हार्ट की दूसरी बीमारी हो सकती है। इसलिए गुस्से पर नियंत्रण अति ज़रूरी है।

तनाव :- तनाव सबको आता है। हर एक के तनाव के कारण अलग-अलग हो सकते हैं। सिर्फ परमात्मा ही तनावमुक्त है। तनाव आता है काम के दबाव से। दबाव कम करने के लिए आत्मिक बल बढ़ाना ज़रूरी है। इसे बढ़ाने के लिए राजयोग का अभ्यास ज़रूरी है। राजयोग की पढ़ाई पढ़ने के लिए आपको नज़दीक के ब्रह्माकुमारी विद्यालय में जाना होगा।

रक्तदाब (बीपी)- जिन्हें बीपी की शिकायत है, उन्हें दवाइयाँ बराबर लेते रहना है और नियमित रूप से बीपी की जाँच कराते रहना है, नहीं तो हृदय रोग होने की संभावना है।

मधुमेह :- जिन्हें शक्कर की बीमारी है, उन्हें अपनी जाँच नियमित रूप से करानी चाहिए और दवाइयाँ भी लेते रहना चाहिए, नहीं तो हृदय रोग होने की बहुत बड़ी संभावना है।

कोलेस्ट्रॉल :- खून में दो प्रकार के कोलेस्ट्रॉल होते हैं एक अच्छा कोलेस्ट्रॉल HDL और दूसरा खराब कोलेस्ट्रॉल LDL, यदि खराब कोलेस्ट्रॉल बढ़ गया तो हार्ट अटैक आ सकता है।

रिश्तों में दरार :- आजकल परिवार में स्नेह (प्रेम) की कमी आ रही है। मन में नाराज़गी बहुत बढ़ रही है। दिखावे का प्रेम नज़र आ रहा है। खासकर सास-बहू में अनबन बढ़ रही है जिससे हार्ट अटैक आने की संभावना बढ़ रही है। परिवार के अन्य रिश्तों में भी दरारें बढ़ रही हैं इसी वजह से हार्ट अटैक आ सकता है।

व्यसन :- तंबाकू, गुटखा, बीड़ी, सिगरेट, अफीम, गांजा, दारू आदि का सेवन करने वाले व्यक्ति को हार्ट अटैक आ सकता है।

जल्दबाज़ी :- कार्य ज्यादा होने से यदि हम जल्दी-जल्दी करते हैं तो हार्ट की आर्टरी ब्लॉक हो सकती है। कार्य कितना भी ज़्यादा हो लेकिन जल्दबाज़ी नहीं करनी है।

डर :- किसी भी प्रकार के डर के

कारण शरीर की कार्य-प्रणाली में रुकावट आती है और बीमार होने की संभावना बनी रहती है।

चिंता :- चिंता चिता के समान है। चिंता के कारण हम उचित निर्णय नहीं ले पाते और शरीर का सारा संतुलन बिगड़ जाता है।

हार्ट की आर्टरी कब से ब्लॉक होती है?

छह मास के बच्चे की बुद्धि स्वच्छ होती है। उसमें कोई विकार नहीं होता। उसे गुस्सा करें तो भी वह हँसता है और प्रेम करें तो भी हँसता है। मम्मी बार-बार उसको उसके नाम से पुकारती है तब वह अपनी बुद्धि में वह नाम बिठाता है। फिर मम्मी कहती है, मैं तेरी मम्मी हूँ, यह तेरे पापा हैं, ये तेरे दादा-दादी, चाचा-चाची, भाई-बहन, नाना-नानी, मामा-मामी हैं। इन सबको वह अपनी बुद्धि में बिठाता है। उसके बाद स्कूल, पढ़ाई, टीचर, दोस्त बुद्धि में बैठते हैं। थोड़ा बड़ा हुआ तो व्यापार, नौकरी बुद्धि में बैठते हैं। फिर शादी हो जाती है तो पत्नी/पति, बच्चे, ससुराल वाले ये सब बुद्धि में बैठते हैं। इन सबका व्यवहार, चाल-चलन, बोलना, आचरण, सच, झूठ, कितना किसको मदद करते, कितना धोखा देते, किससे झगड़ा करते, यह सब बुद्धि में बैठता है। वर्तमान समय चूंकि सभी का कार्य ज्यादातर नकारात्मक ही है इसलिए उसकी बुद्धि में सारा ही नकारात्मक भर जाता है। बड़ा होने पर यदि उसको कहें, तू आत्मा है, तो वह मानने को तैयार नहीं होगा। आयु के 7 या 8 साल से हार्ट की आर्टरीज़ ब्लाक होनी शुरू होती हैं। यह ब्लॉक 5% से शुरू होकर बढ़ते-बढ़ते 75% ब्लॉक होने तक जाता है। उस समय हमको तकलीफ होती है। हम डॉक्टर के पास जाते हैं, वह जाँच करते हैं और कहते हैं, आपकी हार्ट की आर्टरी 75% ब्लॉक हो गई है।

हृदय रोग से मुक्ति

जब हम सकारात्मक सोचते हैं तो हमारे ब्रेन से सकारात्मक केमिकल निकलते हैं। वे सकारात्मक केमिकल शरीर के हर अवयव तक जाते हैं जिससे हर अवयव अच्छा कार्य करता है।

सकारात्मक सोच के कुछ उदाहरण :-

मान लीजिए, दुर्घटना में मेरे एक हाथ की दो अंगुलियाँ कट गई हैं। तो मैं कहूँगा कि मेरे हाथ की दो अंगुलियाँ कट गई हैं। लेकिन मैं यह सोचूँगा कि दो अंगुलियाँ कट गई तो क्या हुआ? शेष तीन अंगुलियाँ तो बच गई। एक हाथ कट गया। दूसरा तो शेष है। दोनों हाथ कट गये, दोनों पैर तो बच गये। दोनों हाथ और एक पैर कट गया तो दूसरा पैर तो बचा। यदि दोनों हाथ दोनों पैर कट गये तो मैं तो बच गया। इस प्रकार, हर परिस्थिति में सकारात्मक सोचना चाहिए।

एक मिनट में विचारों की संख्या

हमारे मन का कार्य है सोचना। हर समय वह सोचता रहता है। भिन्न-भिन्न प्रकार की सोच चलती रहती है। एक मिनट में अलग-अलग प्रकार के विचार आते हैं।

(1) यदि आपके विचार एक मिनट में 19 से लेकर 30 तक की गति के हैं तो ये हैं उदासी, निराशा (Sad) के।

(2) यदि आपके विचार 31 से लेकर 75 तक की गति के हैं तो ये विचार हैं विकारी (Bad) अर्थात् ईर्ष्या, द्वेष, नफरत, नुकसान करने वाले, लोभ, मोह, अहंकार वाले।

(3) यदि आपके विचार एक मिनट में 75 से ज्यादा हैं तो ऐसे विचार करने वाले को अलग जगह रखते हैं, ये विचार पागल (Mad) के हैं।

इसलिए कहते हैं Sad, Bad, Mad lead to CAD अर्थात् कोरोनरी आर्टरी डिसीज यानि हृदयरोग। ऐसे विचार करने वाले को हार्ट अटैक आने की संभावना बहुत है। इसलिए हमें विचार एक मिनट में 1 से 18 तक की गति के ही रखने हैं और वे विचार भी सकारात्मक होने चाहिएँ। ❖

एक कलम केन्या से

● ब्रह्माकुमारी उर्मिला, शान्तिवन

आदरणीया दादी जानकी का छलकता हुआ स्नेह तथा असीम दुआयें दिल में समेटकर हम दो बहनें हिन्द महासागर के पार उड़ चले। नैरोबी एयरपोर्ट से बाहर निकलते ही अनजाने हाव-भाव वाले, अनजान चेहरों के बीच एक भारतीय चेहरे (नीपा बहन) को अपनी ओर आते देख मन आनन्द की लहरों से ओत-प्रोत हो गया। यह आनन्द नयन मिलन और हस्त मिलन के माध्यम से साकार हो उठा।

सुबह की शांत सड़कों पर दौड़ती कार में से बाहर के नजारे स्पष्ट दृष्टिगोचर हो रहे थे। जहाँ विश्व के अधिकतर शहर कंकरीट के जंगलों में बदलते जा रहे हैं, नैरोबी में अभी भी प्राकृतिक हरियाली मौजूद है। कुछ सरकारी भवनों या व्यापारिक भवनों को छोड़कर अधिकतर रिहायशी मकान एक मंजिला और बड़े-बड़े बगीचों के साथ दिखाई दिये। शहर के बीचों-बीच कई खाली स्थान और बड़े-बड़े हरे-भरे मैदान प्राकृतिक सौन्दर्य के साथ-साथ प्रदूषण मुक्त वातावरण का सुखद अहसास कराते रहे। देखते ही देखते हम काँच के बने सर्व अफ्रीका रिट्रीट सेन्टर में प्रवेश कर गये। निमित्त बहन ने रूहानी मुसकान और स्नेहिल स्पर्श से स्वागत क्या किया, हमारे रात भर के जागरण की थकान सेकंड में हवा हो गई।

अगले दिन नैरोबी के समीपस्थ टाउन नकुरू में रक्षाबंधन कार्यक्रम के लिए हमारा जाना हुआ। रास्ते में रिफ्ट वैली के बुझे हुए ज्वालामुखी तो देखे ही पर मन कौतुहल से तब भर गया जब पालतू पशुओं के झुण्ड की तरह जिराफों के झुण्ड को सड़क के किनारे घास चरते देखा।

नकुरु में 40 भारतीय भाई-बहनें रक्षा-सूत्र बंधवाने पहुँचे। हमें महसूस हुआ, सचमुच रक्षा-सूत्र प्रेम के विस्तार का सूत्र है। भारत के प्रेम को इसके माध्यम से समेटने के बाद आज हम केन्या निवासियों के प्यार को भी समेटने पहुँच गये। इस नन्हे से धागे में दुनिया भर के प्रेम को अपने में समेट लेने की शक्ति समाई हुई है। रक्षा-सूत्र में बंधने वाले अंतिम भारतीय भाई ने कहा, मेरी कोई लौकिक बहन ही नहीं है। हमने कहा, हम महासागर पार कर प्रेम के सागर परमात्मा से आप सबका मिलन कराने ही तो आये हैं। परमात्म प्रेम में बहन का प्रेम, भाई का प्रेम और अन्य सब रिश्तों का मनभावन प्रेम भरा हुआ है।

नैरोबी से मोम्बासा तक का 8 घंटे का सफर भी रुचिकर रहा। कहा जाता है, Ignorance is bliss. अर्थात् अनभिज्ञता भी वरदान है। भारत में इस तरह के सफर के दौरान क्षेत्र की, लोगों की, संस्कृति की जानकारी अंदर लहराती रहती है और उस भूमि से मन को जोड़े रखती है परंतु मोम्बासा तक के सफर में सब कुछ अनजाना था। घास के मैदान, खेती, वृक्ष देखते भी मन संकल्पों से खाली ही रहता था। ऐसे में बाबा की स्मृति, परमधाम की स्मृति, सुखधाम की स्मृति बड़ी सहज लगी।

मोम्बासा समुद्र के बीच एक छोटा-सा टापू है। एक पुल इसे नैरोबी से जोड़ता है। यहाँ की पोर्ट व्यापार का बड़ा केन्द्र है। मुस्लिम बाहुल्य वाले इस क्षेत्र में कदम-कदम पर मस्जिदें देखने को मिलीं। हरे कृष्णा मन्दिर के पास स्थित ब्रह्माकुमारी केन्द्र की सफेद इमारत पर लहराता शिव-ध्वज उसकी शोभा में चार चाँद लगाता है।

लगभग 20 भारतीय भाई-बहनें नियमित क्लास के विद्यार्थी हैं। मोम्बासा दर्शन के दौरान एसओएस चिल्ड्रेन विलेज में जाना हुआ। एसओएस विश्व भर में फैला हुआ एक सामाजिक सेवा संस्थान है जो परित्यक्त तथा अनाथ बच्चों की पालना के निमित्त है।

वहाँ के प्रशासक भ्राता टिमोथी बोरे ने बच्चों की पालना के निमित्त माताओं के एक समूह के बीच 'महिला सशक्तिकरण' विषय पर गोष्ठी के लिए आमंत्रित किया। केन्या की स्थानीय भाषा स्वाहिली है पर बातचीत का माध्यम अंग्रेजी ही है। गोष्ठी में आधे घंटे के प्रवचन में हमने आत्मा का ज्ञान, आत्मा के गुणों का ज्ञान, मूल्यों का महत्व और मूल्यों द्वारा सशक्तिकरण पर प्रकाश डाला। आध्यात्मिक बातों को इतना रुचिकर पाकर वे आनन्दित होते रहे। कार्यक्रम के बाद उन्होंने प्रश्न भी पूछे। एक बहन का प्रश्न था, आप सबके चेहरे पर बड़ी रौनक, प्रकाश और खुशी है, क्या यह सकारात्मक चिन्तन से आते हैं?

हमने बताया कि सकारात्मक चिन्तन के साथ-साथ राजयोग द्वारा आत्मा का परमात्मा से जो मिलन होता है, उससे आत्मा शक्तिशाली, पवित्र और बेदाग बनती जाती है। आत्मा की वही चमक चेहरे पर दिखाई देती है। दूसरा प्रश्न था, कई बार बच्चे अपनी शरारतों द्वारा माता को उत्तेजित कर देते हैं, ऐसे में माता अपने पर नियंत्रण कैसे रखे?

इसके लिए भी उन्हें बताया गया कि जैसे भरे बर्तन को हिलाओ तो टस से मस नहीं होता पर खाली बर्तन तो हल्के धक्के से ही हिल जाता है, इसी तरह हम भी भरे बर्तन की तरह शान्ति, प्रेम, पवित्रता आदि मूल मूल्यों से भरपूर होंगे तो बच्चों की ओर से आने वाली या अन्य प्रकार की बातें हमें हिलायेंगी नहीं। यदि हम इन गुणों से खाली होंगे तो छोटी-छोटी बातों से भी हिल जायेंगे। राजयोग के अभ्यास से आत्मा के मूल गुणों को अनुभव कर इनसे भरपूर हो सकते हैं। मुसकराते हुए और हमें दुआयें देते हुए कार्यक्रम के अंत में वे सब मेडिटेशन कोर्स के लिए सहमत हुए।

केन्या की मुद्रा केन्या शिलिंग के नाम से जानी जाती है। एक अमेरिकन डालर, 84 शिलिंग के बराबर होता है। लगभग 4 करोड़ की आबादी वाले इस देश में भी घने जंगल हैं। नैरोबी नेशनल पार्क के दर्शन अर्थ विश्व-भर के पर्यटकों की भीड़ लगी रहती है। हम भी 8 भाई-बहनों के समूह में खुली गाड़ी में जंगली जानवरों के अवलोकन अर्थ निकले। प्रवेश होते ही जंगल के राजा दो शेरों को घास के बीचों-बीच लेटे पाया। हिरणों का तो 50 तक का झुण्ड भी जगह-जगह देखने को मिला। ऊँट से भी लंबी गर्दन वाले जिराफों को बड़ी शान्ति से झाड़ों के पत्ते खाते देखा। जंगली भैंसा और गेंडा भी दिखाई दिये। शुतुरमुर्ग (Ostrich) को देखकर प्यारे बाबा की मुरली में आने वाले ऊँटपक्षी का चित्र साकार हो उठा। इस बड़े पक्षी के पंख भी हैं पर पीठ इतनी भारी और मजबूत है कि वह सवारी कराने और बोझा ढोने – दोनों में सक्षम है।

अफ्रीका महाद्वीप के पूर्व में स्थित केन्या देश की राजधानी है नैरोबी, यही ईश्वरीय सेवाओं का मुख्यालय भी है। सन् 1974 में राम काका के निमंत्रण पर ब्रह्माकुमारीज़ का अफ्रीका महाद्वीप में सेवार्थ आगमन हुआ और सन् 1977 में नैरोबी में ईश्वरीय सेवाकेन्द्र की स्थापना हुई। वर्तमान समय 42 देशों में ईश्वरीय सेवा चल रही है और तीव्रगति से अन्य देशों को भी इस दायरे में समेटती जा रही है। सर्व सेवाओं के संचालन के निमित्त भारतीय बहन वेदान्ती (67 वर्ष) नम्रता, सादगी, मिलनसारिता आदि गुण लिये, युक्तियुक्त हो, लव तथा ला का संतुलन रख प्रशासन को चलाती हैं। उनकी रूहानियत से भरपूर करने की कला अद्‌भुत है। अंदर से शान्त और स्थिर पर बाहर से जागरूक और क्रियाशील हैं। उनकी पालना हर भाई बहन को संतोष और सुकून से भरे हुए है। बहन वेदान्ती को ट्रांस का वरदान है। हर सेवा में बाबा के मार्गदर्शन से आगे बढ़ती हैं।

सेवाकेन्द्र पर विभिन्न सांस्कृतिक पृष्ठभूमि वाली बहनें ज्योत्सना बहन, भाविक्षा बहन, सामन्ता बहन, दीप्ति बहन, प्रेमा बहन, दीपा बहन – ये सभी सेवार्थ एक देश से दूसरे देश में चक्रवर्ती बन चक्कर लगाती रहती हैं। वेस्ट अफ्रीका में विशेष कई देशों में तो बिजली, पानी तथा अन्य रोजमर्रा की चीज़ों की कमी भी झेलनी पड़ती है परंतु फिर भी बाबा के बच्चे निरंतर ईश्वरीय सेवा में रत हैं। सभी बहनें स्नेह, नम्रता और सम्मान के साथ सभी सेवाओं का संचालन करती हैं। भाषा, देश और शिक्षा की भिन्नता होते भी सभी ईश्वरीय संस्कृति में ढली नज़र आती हैं। दिनचर्या तथा सेवाकार्यों में इतनी नियमितता है कि किसी को भी पहले दिन से ही उसमें ढलना सहज लगता है। मन में किसी उलझन या प्रश्न का कोई स्थान नहीं रहता है। बहनें स्थूल, सूक्ष्म सभी सेवाओं में आलराउण्डर हैं। सेवाकेन्द्र के वातावरण में सफाई और साइलेन्स मन को भाने वाली है। किसी भाई-बहन या टीचर बहनों में कहीं भी व्यर्थ, नकारात्मक या ऊँची आवाज़ का लेशमात्र भी नज़र नहीं आया। विदेश के सभी महाद्वीपों से वहाँ मेहमान आते रहते हैं और बहनों की स्नेह भरी पालना पाते हैं। हमारे प्रवास के दौरान भ्राता किशोर तथा सूला बहन शिकागो से वहाँ पधारे थे। भ्राता किशोर शिकागो में एनस्थेसियोलोजिस्ट हैं और बाबा की पाठशाला चलाते हैं। मात्र 3 वर्ष से बाबा के बच्चे हैं। इन दोनों के आध्यात्मिक उमंग को देखकर उनके लास्ट सो फास्ट जाने की स्पष्ट अनुभूति होती रही।

सेवाकेन्द्र पर 14 अफ्रीकन भाई-बहनें सेवा (Pay Servant) करते हैं। बहनों के स्नेह-सम्मान से वे परिवार के ही सदस्य बन गये हैं। अफ्रीकन लोग अपेक्षाकृत अधिक स्वस्थ दिखे। सेहत का राज़ जानना चाहा तो बताया गया कि ये लोग अधिकतर उबला खाना, मकई की उगाली और मटोकी (कच्चे केले की उबली सब्जी) खाते हैं अत: अधिक चिकनाई और मिर्च-मसाले से बचे रहना भी सेहत का राज़ है। सुकुमाविकी नाम की हरी सब्जी खाते हैं। सुकुमा माना पुश और विकी माना एक वीक (सप्ताह) अर्थात् वह एक सप्ताह तक शक्ति देती है। आमतौर पर व्यक्ति भोजन बनाने में लंबा समय लगाते हैं और खाने में जल्दबाजी में 10 मिनट में पूरा कर देते हैं परंतु ये लोग बनाने में 10 मिनट लगाते हैं और खाने में धीरे-धीरे लंबा समय देकर खाते हैं, यह भी स्वास्थ्यवर्धक पहलू है। हमें देखकर कई स्थानीय (अफ्रीकन) जय श्रीकृष्ण का उच्चारण करते थे और 'आऊजो (गुजराती अभिनन्दन)' भी कोई-कोई करते थे।

तेईस दिवसीय इस यात्रा में भारत तथा विदेश के जिन भी माननीय, पूजनीय भाई-बहनों का स्थूल-सूक्ष्म सहयोग मिला, सभी को दिल का आभार! ❖

विश्व आत्महत्या रोकथाम दिवस पर विशेष..

जीवघात के बाद भी जीवन है

● ब्रह्माकुमार रामेश्वर साहू, फिंगेश्वर (रायपुर)

वर्तमान समय सारी दुनिया में दुखों व समस्याओं का अम्बार लगा हुआ है। समस्याओं से घिरकर मानव, कई बार, जीवन जीने की उम्मीदें खो देता है। ऐसे व्यक्ति को बड़े-बड़े सुखदायी साधन भी बेअसर अनुभव होने लगते हैं। नि:संदेह दुनिया में हर अपराध तेज़ी से बढ़ रहा है और साथ में बढ़ रही हैं आत्महत्या की घटनाएँ।

एक आँकड़े के अनुसार हर साल पूरी दुनिया में लगभग 30 लाख लोग आत्महत्या करते हैं और इससे कई गुणा ज़्यादा लोग आत्महत्या की नाकाम कोशिशें करते हैं। अगर हम सिर्फ भारत के ही आँकड़ों पर नज़र डालें तो पायेंगे कि परिदृश्य बहुत भयावह है। प्रश्न उठता है कि आखिर व्यक्ति क्यों करता है आत्महत्या?

उबरने की शक्ति की कमी

शरीर विज्ञान के अनुसार हमारे शरीर में दो प्रकार की ऊर्जा कार्य करती है, एक है जीवेष्णा और दूसरी है मृतेष्णा। जीवेष्णा लगातार हमें जीवन जीने की प्रेरणा देती है वहीं मृतेष्णा हमें चिंता, तनाव व मौत की ओर अग्रसर करती है। अगर हम आध्यात्मिक भाषा में बात करें तो जीवेष्णा अर्थात् सकारात्मक विचार जीवन को सरल, शक्तिशाली और सुखदायी बनाते हैं। मृतेष्णा अर्थात् नकारात्मक विचार हमें दुखी, अशांत और कमज़ोर बना देते हैं। यूँ तो आत्महत्या के कई कारण हो सकते हैं परंतु मूल कारण है व्यक्ति की यह सोच कि आत्महत्या करने से वह परिस्थिति, समस्या, बीमारी, हताशा व निराशा से छुटकारा पा लेगा लेकिन, यह सोच पूर्णतया भ्रामक है। सहनशक्ति, सामना करने की शक्ति की कमी भी आत्महत्या का प्रमुख कारण है। इस कमी के कारण व्यक्ति परिस्थितियों से उबर नहीं पाता है। न उबर सकने पर उसकी नकारात्मक सोच उसे आत्महत्या के लिए प्रेरित करती रहती है।

शरीर छूटा पर हिसाब-किताब नहीं

संपूर्ण आत्मज्ञान का अभाव तथा मृत्यु के पश्चात् के भटकाव की सही जानकारी न होना भी आत्महत्या का प्रमुख कारण है। सबसे पहले तो हमें यह समझना होगा कि आत्मा अजर, अमर, अविनाशी है और आत्मा की कभी हत्या नहीं होती है। कहा भी जाता है, आत्मा को न अग्नि जला सकती है, न पानी डुबो सकता है और न ही हवा उड़ा सकती है। हत्या शरीर की होती है, आघात भी शरीर को पहुँचता है। प्रकृति के तत्वों एवं शरीर को विज्ञान की भाषा में जीव तथा इनसे संबंधित ज्ञान को जीव विज्ञान कहा जाता है इसलिए आत्मघात के बजाय जीवघात कहना अधिक सही है। जीवघात करना अर्थात् परिस्थितियों से मुख मोड़ना। जैसे कबूतर के आँख बंद कर देने मात्र से ही बिल्ली रूपी मौत टल नहीं जाती वैसे ही आत्महत्या करने से समस्या, बीमारी या तनाव से मुक्ति नहीं मिल सकती। आत्मा जहाँ भी जाए, कर्मों के बंधन, संस्कारों के बंधन उसके साथ ही रहते हैं। जीवघात करने से शरीर तो छूट जाता है परंतु हिसाब-किताब आत्मा में जस का तस बना रहता है।

बीज है तभी तो फल है

अक्सर कहा जाता है कि इस जन्म में हमने किसी का बुरा नहीं चाहा फिर क्यों हमारे ही जीवन में समस्यायें, बीमारियाँ इत्यादि आती हैं। इसके लिए कर्मों के गहन सिद्धांत को समझना बेहद ज़रूरी है क्योंकि हम वही काटते हैं जो हम बोते हैं। अगर हम गुंबद में जाकर आवाज़ लगाते हैं तो वही आवाज दीवारों से टकराकर पुन: हमारे पास आ जाती है। न्यूटन का सिद्धांत भी यही कहता है कि किसी भी क्रिया की समान और विपरीत प्रतिक्रिया होती है। **जिस प्रकार धान की फसल के बीच गेहूँ के पौधे उग रहे हैं तो निश्चित है कि हमने उस खेत में कभी न कभी गेहूँ के दाने जरूर बोये थे। उसी प्रकार, सब कुछ ठीक होते हुए भी यदि हमारे जीवन में दुख, समस्यायें, बीमारियाँ आदि आती रहती हैं तो निश्चित है कि इस जन्म में नहीं तो पूर्व जन्मों में जरूर हमने जीवन रूपी खेत में विकर्मों के बीज बोये थे, जिनका फल अब हमें मिल रहा है वर्ना बिना बीज के फल कहाँ से आयेंगे। इसलिए परिस्थितियों के लिए दूसरों के ऊपर दोषारोपण करने के बजाय कर्मों के अविनाशी सत्य को स्वीकारते चलें। इससे परिस्थितियों एवं बीमारियों के प्रति हमारा दृष्टिकोण सहज ही बदल जायेगा। शिवबाबा कहते हैं, मीठे बच्चे, यदि कोई व्यक्ति अपने कर्मों के फल इस जन्म में नहीं पाता तो वह उन्हें अगले जन्म में पाता है। कर्म का नियम अनुल्लंघनीय है इसलिए बुरे कर्म कभी न करो क्योंकि जहाँ कहीं भी आत्मा जाती है, कर्म उसके साथ जाते हैं।**

विज्ञान का जहाँ अंत, अध्यात्म का वहाँ प्रारंभ

हमारे इस जन्म का तार पिछले जन्मों के साथ जुड़ा है। भौतिकवादी लोगों की तथा विज्ञान की मान्यता है कि मानव शरीर प्रकृतिकृत है, इसके हृदय में एक बल्बनुमा तंत्र कार्य करता है, बल्ब के जलते रहने तक व्यक्ति जीवित रहता है और बल्ब के फ्यूज होते ही वह मर जाता है। कब्र ही मानव जीवन की अंतिम मंज़िल है तथा मृत्यु ही पूर्ण विराम है। परंतु कहा जाता है, जहाँ विज्ञान खत्म होता है, वहीं से अध्यात्म शुरू होता है। अध्यात्म कहता है, आत्मा शाश्वत है, आत्मा ले जाती है अपने संग जो कर्म होते हैं संचित। जैसे कोई राहगीर थककर पेड़ की ठंडी छांव में विश्राम के लिए रुकता है और थोड़ी देर सुस्ताने के बाद पुन: यात्रा प्रारंभ करता है, ठीक वैसे ही मृत्यु भी जीवन-यात्रा का मात्र एक पड़ाव है जहाँ पर आत्मा पुराने शरीर को छोड़ पुन: जीवन-यात्रा के लिए गर्भ में नया शरीर धारण करती है। परंतु, समय से पहले अगर कोई व्यक्ति अपने ही हाथों अपनी जीवन-लीला समाप्त कर लेता है तो वह घोर नर्क जैसे दुख का अनुभव करता है। वह आत्मा किस तरह दुख भोगती है, आइये जानें –

मन में दबे रहस्य करते हैं परेशान

जीवघात करने वाले व्यक्ति के मन में कई ऐसी बातें रही होंगी जिनका ज़िक्र उसने किसी से नहीं किया होगा और उसने कभी सोचा भी नहीं होगा कि इस तरह अचानक ज़िन्दगी को अलविदा कहकर मौत को गले लगाना पड़ेगा। जीवघात होते ही आत्मा, सूक्ष्म शरीर को साथ लेकर, स्थूल शरीर से अलग हो जाती है। वह खुद के मृत शरीर को देख पश्चाताप करती है, मृत शरीर में प्रवेश भी करना चाहती है परंतु तब तक शरीर की नस, नाड़ी सब जवाब दे चुके होते हैं अत: उसकी शरीर में प्रवेश पाने की कोशिश असफल हो जाती है। वह यह सोच-सोचकर परेशान होता रहता है कि अब मन के दबे रहस्य कैसे और किससे कहेगा? पत्नी, बच्चे, माता-पिता, संबंधियों से कहना चाहता है लेकिन उसकी सुनने वाला कोई नहीं होता है। कितनी बेबस और मजबूर हो जाती है आत्मा, बिना शरीर के।

सताता है अपनों का सौतेला व्यवहार

जीवन भर की कमाई से बनाये गये

आलीशान मकान को अपनी ही आँखों से जलता हुआ देख जिस दुख का अनुभव व्यक्ति करता है, उससे कई गुणा त्रासदी और तड़प आत्मा अपने ही शरीर को जलकर राख होता देख करती है। शरीर पर खरोंच मात्र से कराहने वाली आत्मा अपने सामने शरीर की चीर-फाड़ देखती है। रोते-बिलखते परिजनों को सांत्वना देने का प्रयास तथा संबंधियों से बात करने की कोशिश करती है परंतु सूक्ष्म शरीर में होने के कारण कोई भी उसे देख व सुन नहीं पाता। रात में घर के दरवाज़े पर दस्तक देकर आवाज़ भी लगाती है परंतु जब कोई नहीं सुनता तब तंग होकर अपनी उपस्थिति का अहसास दिलाने के लिए किसी वस्तु की उठा-पटक भी करती है। तब हमारे कानों में चीज़ों के टकराने की आवाजें आती हैं और हम उस अदृश्य शक्ति की आहट से घबरा जाते हैं। उसका उद्देश्य किसी को डराना या नुकसान पहुँचाना नहीं होता बल्कि वो आत्मा अपनों से सहानुभूति की आशा लिये आसपास ही खड़ी रहती है। जब कोई उसे समझ नहीं पाता तब पड़ोसियों को आवाज़ लगाने व अपनी उपस्थिति का अहसास दिलाने की नाकाम कोशिश करती है परंतु सभी उसे भूत-प्रेत व बुरी आत्मा समझ किनारा करना शुरू कर देते हैं।

जो व्यक्ति कल तक परिवार में अहम था, जिसकी अनुपस्थिति सबको खलती थी, आज जब शरीर छोड़ दिया तो सबके लिए पराया हो गया। शरीर दफन के साथ ही सारे रिश्ते-नाते खलास हो गये। और तो और, अब यदि उसके घर में प्रवेश की भनक भी किसी को लग जाती है तो तांत्रिकों द्वारा मंत्रशक्ति के माध्यम से घर बंधन कराया जाता है ताकि वो किसी भी स्थिति में घर में प्रवेश न कर सके। अपनों का ऐसा सौतेला व्यवहार देख आत्मा अति दुख, पीड़ा और बेचैनी का अनुभव करती है।

दुख के प्रकंपन

जैसे किसी आवरण या पर्दे के न होने पर सूर्य की किरणें सीधे हमसे टकराकर ज्यादा ताप का अहसास कराती हैं वैसे ही शरीर रूपी आवरण के अलग होने के बाद संबंधी व रिश्तेदारों के संकल्प सीधे उस आत्मा तक पहुँचते हैं। यदि मित्र-संबंधी दिन-रात आँसू बहाते हैं तो उस आत्मा को और ही दुख के प्रकंपन प्राप्त होते हैं। यदि खुश रहते हैं तो खुशी के प्रकंपन प्राप्त होते हैं।

दंडनीय अपराध

कहते हैं कि यह जीवन प्रभु का दिया हुआ एक सुंदर उपहार है अतः इसे प्रभु की अमानत समझकर सुंदर ढंग से जीने का प्रयास कीजिए। जीवघात करना अर्थात् प्रभु की अमानत में खयानत करना है। जीवघात करना भारतीय संविधान में भी दंडनीय अपराध माना गया है। **परिस्थितियों से मुख मोड़कर जीवघात करना बहादुरी नहीं, कमज़ोरी है। जीवघात करने के पश्चात् आत्मा बहुत तड़पती है एवं काल अवधि पूर्ण होने तक बिना शरीर के भटकती रहती है। अतः शरीर में रहते परिस्थितियों से लड़ना चाहिये, इससे आत्मा के पुराने हिसाब-किताब समाप्त होते जाते हैं तथा व्यक्तित्व एवं आत्मशक्तियों में निखार आता है।**

कोशिश करें, जहाँ तक हो सके मन में नकारात्मक विचारों को जन्म न लेने दें। नकारात्मक विचार हँसते-खेलते जीवन में ज़हर घोलने का काम करते हैं। इसलिए बड़ी परिस्थितियों को भी प्रभु उपहार समझ स्वयं को सकारात्मक विचारों से भरपूर रखें तथा सर्व समस्यायें प्रभु अर्पण करते चलें तो पहाड़ जैसा विघ्न भी रुई समान अनुभव होगा।

बहुत महत्वपूर्ण है अंत मति

शरीर की अंतिम समय की स्थिति की स्मृति आत्मा में लंबे काल तक बनी रहती है। इसके लक्षण अगले जन्म में भी दिखाई देने लगते हैं। जन्म से ही कई बच्चे डरपोक, चिड़चिड़े, गंभीर बीमारी के शिकार होते हैं। ये सब पूर्व जन्म की अंतिम समय की स्थिति तथा पूर्व जन्म के

हिसाब-किताब की ओर ही इशारा करते हैं। एक व्यक्ति के गले में रस्सी के निशान थे, हिप्नोटिज्म (सम्मोहन क्रिया) द्वारा बताया गया कि पिछले जन्म में इसने फाँसी लगाकर आत्महत्या कर ली थी। एक अन्य व्यक्ति के माथे पर चोट के निशान थे। उसने बताया कि पूर्व जन्म में उसके माथे पर किसी ने पत्थर मार दिया था। एक महिला का हाथ इतना सुन्दर था कि वह अपने हाथों की मॉडलिंग कर लाखों रुपये कमाती थी। हिप्नोटिज्म में बताया गया कि इसने पूर्वजन्म में अपने हाथों से बहुत दान-पुण्य का कार्य किया था। अत: वर्तमान ही भविष्य का आधार है।

सच्ची श्रद्धांजलि

हम सभी की यह नैतिक ज़िम्मेदारी बनती है कि अपने मित्र-संबंधी-रिश्तेदारों को एक बार ज़रूर प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के स्थानीय सेवाकेन्द्र में ले जाएँ ताकि उन्हें भी आत्मा और परमात्मा का सत्य परिचय मिल सके। अगर कहीं कोई आत्महत्या (जीवघात) कर लेता है तो ऐसी भटकती आत्मा के अर्थ शुभ, श्रेष्ठ तथा शक्तिशाली संकल्प करें जिससे उसे सुख, शांति व शक्ति का अनुभव हो। सिर मुण्डन कराना, बस्ती वालों को सामूहिक भोजन खिलाना, हड्डी-राख गंगा में प्रवाहित करना तथा दान, पूजा, हवन इत्यादि कर्मकाण्ड करना – ये तो हम जन्म-जन्म करते आए फिर भी परिस्थितियों से उबर नहीं पाए। आइये, कुछ अधिक सार्थक भी करें। हो सके तो संगठित होकर एक ही लक्ष्य लेकर ऐसी आत्माओं के प्रति योग-भट्ठी का कार्यक्रम रखें। राजयोगी आत्माओं से निकली योग तरंगें अवश्य ही तड़पती आत्माओं को सुख व शांति प्रदान करेंगी और यही उन आत्माओं के प्रति सच्ची श्रद्धांजलि होगी। ❖

विशेष सूचना: **ज्ञानामृत पत्रिका में लेख, कविता, फोटो या अन्य कोई मैटर छपवाने के लिए कृपया** atamprakash@bkivv.org **ई-मेल के स्थान पर** gyanamritpatrika@bkivv.org **ई-मेल इस्तेमाल करें।**

ओम् शान्ति बेड़ा पार कराती

ब्रह्माकुमार ललित, मधुबन

ओम् शान्ति मीठा बनाती, घर की याद दिलाती।
ओम् शान्ति प्रभु प्रेम सिखाती, बाबा संग बिठाती।

ओम् शान्ति सुबह उठाती, श्रेष्ठ भाग्य बनाती
ओम् शान्तिमुरली में लाती, अमृतपान कराती।

ओम् शान्ति गुस्सा छुड़वाती, प्रेम से रहना सिखाती।
ओम् शान्ति संतुष्ट बनाती, मुसकराना सिखाती।

ओम् शान्ति मधुबन में लाती, दादी से मिलवाती।
ओम् शान्ति दृष्टि दिलवाती, मीठी टोली खिलाती।

ओम् शान्ति देहभान भुलाती, पत्थर को पिघलाती।
ओम् शान्ति व्यर्थ से छुड़ाती, फुल स्टॉप लगाती।

ओम् शान्ति मौन बनाती, मनमनाभव याद दिलाती।
ओम् शान्ति धीरज दिलाती, विजयी हमें बनाती।

ओम् शान्ति शीतलता लाती, सर्व स्नेही बनाती।
ओम् शान्ति हल्का बनाती, उड़ना हमें सिखाती।

ओम् शान्ति महावीर बना, विकारों पर विजय दिलाती।
ओम् शान्ति हल्का बना, प्रभु पसंद बनाती।

ओम् शान्ति हद से परे, बेहद में ले जाती।
ओम् शान्ति हीरा बनाती, चढ़ती कला में ले जाती।

ओम् शान्ति सेवा करवाती, ऊँचा पद दिलाती।
ओम् शान्ति प्रभु स्मरण कराती, दिव्य नशा चढ़ाती।

'ओम् शान्ति' का महामंत्र, अब जीवन में अपना लो।
वैजयन्ती माला में आओगे, इसको कवच बना लो।

गतांक से आगे

गीता सार

● ब्रह्माकुमार डॉ.रामश्लोक, शान्तिवन

तीसरा दृश्य

(एक पंडित ऊँचे आसन पर बैठा है। चार-पाँच गीता की आरती कर रहे हैं)

ॐ जय भगवत गीते... ॐ जय भगवत गीते।
हरि-हिय-कमल विहारिणी, सुन्दर सुपुनीते (ॐ जय)
कर्म-सुमर्म-प्रकाशिनि, कामाशक्ति हरा ॐ
तत्त्व ज्ञान विकाशिनी, विद्या ब्रह्म परा ॐ जय..
निश्चल भक्ति विधायिनी, निर्मल मलहारी।
शरण-रहस्य प्रदायिनी, सब विधि सुखकारी..
ॐ जय..गीता माता की जय!

पण्डित – *(भक्तों से)* ईश्वर में आस्था रखने वाले प्रियजन, आप सभी भक्ति की पराकाष्ठा पर शीघ्र ही पहुँचने वाले हो क्योंकि आप नित्य प्रेम से गीतापाठ करते हो। आज मैं गीता और महाभारत के संबंध पर प्रकाश डालूँगा।

भक्तगण – भगवान श्रीकृष्ण की जय! गीता माता की जय! पंडित जी की जय!

(डॉ.हरीश का प्रवेश)

पंडित – जब कौरव और पांडव सेना के सभी महारथी मैदान में उपस्थित थे, युद्ध के शंख बज चुके थे, तभी मध्य में रथ पर सवार अर्जुन को अपने संबंधियों से मोह उत्पन्न हो गया। उसी समय भगवान श्रीकृष्ण ने अर्जुन को मोह नष्ट करने और निष्काम कर्म करने का उपदेश दिया।

भक्त – उन्होंने क्या उपदेश दिया और लड़ाई के समय कितने योद्धा थे?

पंडित – यह कोई पूछने की बात है। उस समय कुरुक्षेत्र के मैदान में अठारह अक्षौहिणी सेना उपस्थित थी।

हरीश – मेरी एक शंका है महाराज..

पंडित – आप कौन, कैसे आये। यहाँ किसी भी बात पर शंका करना पाप है, मैं जो सुनाता हूँ वही सत्य है।

भक्त – सत्य वचन महाराज!

हरीश – महाराज! मैं डॉ.हरीश गीता पर रिसर्च कर रहा हूँ। ज्ञान कहाँ दिया गया, इस पर बहुत दिन से मेरा विचार चल रहा था जो आज आपका विषय है। अतः आप कहें तो मैं अपनी शंका समाधान करूँ।

पंडित – क्यों नहीं, प्रेम से समाधान कर सकते हैं। क्या शंका है आपकी?

हरीश – महाराज! गीता के प्रारंभ में ही मोह की बात दिखाना यथार्थ प्रतीत नहीं होता। ऐसा लगता है कि लेखक ने व्याख्या को प्रारंभ करने के लिए यह बात जोड़ी है। क्योंकि हम जानते हैं कि विराट नगर पर जब कौरवों ने चढ़ाई की तो अकेले अर्जुन ने ही उन्हें परास्त किया था, क्या तब अर्जुन के मन में मोह उत्पन्न नहीं हुआ? कौरवों ने तो पांडवों को अनेक कष्ट दिये, द्रौपदी का चीर-हरण किया। ऐसे समय अर्जुन के मन में मोह कैसे हो सकता है?

पंडित – यह बात तो जँचती है परंतु समय-समय का खेल है। भाई-भाई चाहे कितने भी दुश्मन हों, फिर भी मोह हो ही जाता है।

हरीश – अच्छा चलो, अगर मोह की बात मान ली जाये तो दूसरी बात विचारणीय है कि महाराज, गीता-ज्ञान देने में भगवान को कितना समय लगा होगा?

पंडित – यही डेढ़, दो घंटा क्योंकि गीता पढ़ने में भी डेढ़-दो घंटा निकल जाता है।

हरीश – तब महाराज, जबकि युद्ध के शंख बज चुके थे, सभी योद्धा युद्ध के लिए तैनात थे। तब बीच में डेढ़-दो घंटे अगर भगवान अर्जुन को ज्ञान देते रहे तो क्या किसी का भी यह प्रश्न नहीं उठा कि लड़ाई बंद क्यों है, जबकि शंख बज चुके हैं। क्या उस समय दोनों सेनायें चुपचाप खड़ी थीं, क्या यह संभव है?

पंडित – भगवान तो सर्व समर्थ हैं, उनकी कृपा से क्या

नहीं हो सकता। उन्होंने बहुत थोड़े समय में ज्ञान दे दिया होगा।

हरीश – महाराज, यह बात तर्कसंगत प्रतीत नहीं होती, यह तो केवल भावनात्मक बात है। और महाराज, मैं अभी-अभी कुरुक्षेत्र के मैदान से लौटा हूँ। वह तो बहुत छोटा-सा है। अठारह अक्षौहिणी सेना वहाँ कैसे सुव्यवस्थित थी, उनके रहने-ठहरने का क्या प्रबंध था? जबकि आज सारे भारत की जनसंख्या ही 1.2 अरब है तो इतनी अक्षौहिणी सेना इतने छोटे मैदान में कैसे आई?

पंडित – हाँ, यह बात तो मैंने कभी सोची नहीं, बात तो जँचती है। तो क्या महाभारत झूठी है?

हरीश – आप ही विचार करें। यह सभी बुद्धिजीवी वर्ग का प्रश्न है।

भक्त – हाँ पंडित जी, डॉ.हरीश ठीक कह रहे हैं, आप इनका उत्तर दीजिये।

पंडित – मैं तो सिर्फ पढ़ता था, सुनता था परंतु आपने भी तो इन बातों पर कभी विचार नहीं किया।

हरीश – पंडित जी, महाभारत में तो हिंसक युद्ध है परंतु भगवान तो अर्जुन को काम, क्रोध, लोभ, मोह आदि विकारों पर विजय प्राप्त करने की शिक्षा देते हैं। यहाँ लड़ाई के मैदान में विकारों से क्या संबंध? दूसरी बात, जब भगवान के कहने पर अर्जुन ने क्रोध छोड़ दिया तब फिर युद्ध कैसे किया, क्रोध के बिना तो युद्ध हो नहीं सकता, फिर तो महाभारत युद्ध बंद हो जाना चाहिए था। गीता-ज्ञान सुनकर अर्जुन कहता है कि मेरा मोह नष्ट हो गया परंतु अभिमन्यु के मरने पर तो पुन: अर्जुन को मोह उत्पन्न हुआ दिखाया है, यह कैसा समन्वय?

पंडित – माफ करना, बात बड़ी गुह्य है परंतु मैंने कभी इसकी गुह्यता में जाने की कोशिश नहीं की।

हरीश – फिर इससे तो कोई फायदा नहीं कि हम तोते की तरह गीता के श्लोक रटते रहें और उन पर विचार न करें।

पंडित – आपसे मिलकर बहुत हर्ष हुआ। आज से मैं गहराई से विचार करूँगा कि गीता-ज्ञान इसी प्रकार दिया गया जैसे लिखा है या स्वयं लेखक ने ज्ञान को सहज करने के लिए यह रूपक बनाया है।

(पर्दा गिरता है)

हरीश *(अपने आप से)* – आज के सभी विद्वान केवल लिखी हुई बातों को ही आधार मानकर चल रहे हैं, नया कुछ सोचने का उन्हें विचार ही नहीं आता। मुझे तो ऐसा ही लगता है कि यह कोई स्थूल युद्ध नहीं था बल्कि भगवान ने मनोविकारों पर विजय पाने की ही शिक्षा दी थी। यह तो केवल लेखक ने उसको स्थूल रूप दे दिया है।

चौथा दृश्य

(संन्यासी जी बैठे हैं, चेले पैर दबा रहे हैं, हरीश का प्रवेश)

हरीश – नमस्कार महात्मा जी।

संन्यासी – नमस्कार आइये, कहिए, कैसे आना हुआ?

हरीश – महाराज, आपके श्रीश्री 108 के टाइटिल से कौन परिचित नहीं? गीता के आप धुरंधर विद्वान हैं। आप वेद-शास्त्रों की अथॉरिटी हैं। आपकी विद्वता की महिमा अनेकों के मुख से सुनी थी, आज सम्मुख मिलने का सुअवसर प्राप्त हुआ।

संन्यासी – बिल्कुल सही। अभी हाल ही में मैं न्यूयार्क, लंदन, जर्मनी, हांगकांग से गीता यज्ञ कराकर लौटा हूँ।

हरीश – धन्य महाराज, फिर तो मेरी भी मनोकामनायें यहीं पूरी हो जायेंगी।

संन्यासी – क्यों? तुम्हें कोई पुत्र नहीं, पुत्र की मनोकामना है? धन चाहिए, मान-शान चाहिए, सरकारी पद चाहिए?

हरीश – नहीं।

संन्यासी – फिर तुम्हें क्या चाहिए?

हरीश – क्षमा करना महाराज! मैं गीता पर खोज कर रहा हूँ कि गीता का भगवान कौन? मैंने कई विद्वानों का दरवाजा खटखटाया परंतु सबको उलझे हुए ही पाया। कहीं भी तर्कसंगत उत्तर नहीं मिला। शायद आप दें।

संन्यासी – श्रीकृष्ण भगवान ने अर्जुन को गीता का ज्ञान दिया था और कहा कि मैं अजन्मा, अकर्त्ता, अभोक्ता

और जन्म एवं मरण से रहित हूँ।

हरीश – यही मेरा प्रश्न है कि देवता श्रीकृष्ण ने ऐसा कैसे कहा होगा? वह तो जन्म-मरण में भी आये हैं, उन्होंने कर्म भी किया, राज्य भी भोगा और माँ के गर्भ से जन्म भी लिया।

संन्यासी – यह तो श्रीकृष्ण की आत्मा बोल रही थी, आत्मा तो जन्म-मरण में आती नहीं।

हरीश – परंतु महाराज, गीता में तो कहा है कि मेरा जन्म एवं कर्म दिव्य और अलौकिक है, मैं प्रकृति को अधीन करके आता हूँ परंतु श्रीकृष्ण की आत्मा ने तो मनुष्यों के समान जन्म लिया।

संन्यासी – नहीं, यह बात अति गुह्य है, श्रीकृष्ण का जन्म बड़े अलौकिक ढंग से हुआ था। यह बात मनुष्यों को मालूम नहीं है।

हरीश – परंतु महाराज, जिसको शरीर है, उसने तो अवश्य ही गर्भ से जन्म लिया होगा, इसमें दिव्य विधि क्या होगी?

संन्यासी – भगवान का अवतार तो अवश्य ही अलौकिक ढंग से होता है।

हरीश – अच्छा चलो मान लें कि गीता में भगवान ने स्वयं को निराकार, सूक्ष्म ज्योति बताया है और कहा कि तुम मुझे इन नेत्रों से नहीं देख सकते, मैं तुम्हें दिव्य दृष्टि देता हूँ परंतु ये महावाक्य श्रीकृष्ण के कैसे हो सकते हैं?

संन्यासी – जैसा मैंने पहले ही कहा कि यह तो श्रीकृष्ण की आत्मा बोल रही थी, आप शरीर को न देखें।

हरीश – परंतु महाराज, गीता में भगवान के महावाक्य पढ़कर कि तुम अपनी बुद्धि को निरंतर मुझमें ही लगा, भक्त श्रीकृष्ण का ही तो ध्यान करते हैं, वो निराकार से तो बुद्धि नहीं जोड़ते तो फिर निराकार को ही गीता ज्ञान दाता क्यों न माना जाये!

संन्यासी – हाँ, उस निराकार परमशक्ति ने ही तो श्रीकृष्ण का रूप धारण कर ये महावाक्य उच्चारे थे।

हरीश – परंतु भगवान तो गीता में कहते हैं कि मूढ़मति लोग मुझ ईश्वर को साधारण रूप में विचरता देख तुच्छ समझते हैं, परंतु श्रीकृष्ण का तो साधारण रूप था नहीं। अवश्य ही निराकार परमात्मा किसी साधारण मनुष्य तन में प्रविष्ट हुए होंगे तब श्रीकृष्ण को गीता ज्ञान दाता क्यों माना जाये?

संन्यासी – अजी चलो कोई भी गीता का भगवान हो इससे हमारा क्या प्रयोजन? हमें तो उसकी शिक्षाओं से काम।

हरीश – परंतु सत्य का ज्ञान तो हरेक को होना ही चाहिए क्योंकि सत्य से ही मनुष्य का कल्याण हो सकता है। गीता में भगवान कहते हैं कि मेरी विभूतियों को न महर्षिगण जानते हैं, न देवता, तो फिर कौन जानता है?

संन्यासी – स्वयं भगवान ही स्वयं को जानते हैं और आकर ज्ञान देते हैं, भगवान ने स्वयं ही गीता में अपनी विभूतियों का वर्णन भी किया है कि मैं वृक्षों में पीपल, ऋषियों में नारद, हाथियों में ऐरावत, गौओं में कामधेनु, नदियों में गंगा, पर्वतों में हिमालय, पांडवों में अर्जुन हूँ , भगवान की महिमा तो अपरंपार है, उसे जाना नहीं जा सकता है। वह तो सर्वत्र है।

हरीश – महाराज, बस यही बातें मैं आज तक नहीं समझ सका कि भगवान स्वयं कहते हैं कि पांडवों में मैं अर्जुन हूँ फिर मोह किसे? यह ज्ञान किसे? पर्वतों में मैं हिमालय हूँ, क्या अन्य पर्वतों में वो नहीं है? मुझे तो ऐसा प्रतीत होता है कि भगवान ने अपने को सर्वमहान बताने के लिए सर्वश्रेष्ठ चीजों का नाम गिनाया होगा। बाकी अगर हम उनका शाब्दिक अर्थ ही लें तो गुत्थी पुनः उलझ जाती है।

संन्यासी *(विचार करते हुए)* – डॉ.हरीश, आप एक बहुत बड़े विद्वान नज़र आते हैं। आज तक ऐसा गुह्य वार्तालाप मुझसे किसी ने नहीं किया है। आज आपकी बातें सुनकर मुझे पुनः इस बात पर विचार करना पड़ेगा कि क्या सचमुच गीता में वर्णित श्रीकृष्ण और अर्जुन का संवाद

एक लेखक की कृति है या ऐतिहासिक सत्य है? और अब देवता श्रीकृष्ण को भगवान मानना भी बेमेल-सा लगता है लेकिन हम कर भी क्या सकते हैं, शास्त्रों का जो बंधन है।

हरीश – हाँ, आपने देखा होगा, गीता अध्ययन के बाद भी मनुष्य स्वयं को दिव्य नहीं बना पाता। वह स्वयं को प्रभु से दूर ही महसूस करता है और सचमुच उसे यह भी पता नहीं चलता कि आखिर भी भगवान है कौन? उनसे सभी का क्या संबंध और प्राप्ति है?

संन्यासी – मैं आपके विचारों का स्वागत करता हूँ और सदा ही आपको सहयोग देता रहूँगा। भगवान करे आप अपने कार्य में सफल हों और विश्व के समक्ष सत्य को स्पष्ट करें।

(पर्दा गिरता है)

हरीश *(अपने आप से)* – भगवान की, मनुष्य को गीता की देन एक वरदान है परंतु मनुष्य इसे वरदान रूप में स्वीकार न कर सका। अगर यह बात स्पष्ट हो जाये कि गीता का ज्ञान स्वयं निराकार परमात्मा ने दिया था तो गीता सर्व धर्मों को मान्य हो जाये और फिर गीता के द्वारा हम सहज ही सभी धर्मों का समन्वय कर सकेंगे। अभी तो गीता एक संप्रदाय मात्र का शास्त्र बनकर रह गई है। अच्छा, आगे देखें क्या हल निकलता है।

(क्रमशः)

पशु-दया ने पढ़ाया पाठ

ब्रह्माकुमार सुन्दर सिंह मेहता, सोलन

रात्रि के लगभग 7.30 बजे थे। मैं खेत पर कार्य करके घर लौट रहा था। गाँव के समीप पहुँचते ही मैंने देखा कि मेरे गाँव के एक परिवार के दो बैल खुले मैदान में खूँटों से बंधे हुए, भूख व ठंड के मारे ज़ोर-ज़ोर से आवाज़ें कर रहे थे। बैलों को संभालने वाला मालिक घर से दूर किसी जरूरी कार्य से गया हुआ था। मेरे मन में दया उत्पन्न हुई कि इन भूखे बैलों को पशुशाला में बाँधकर घास डाल दूँ। कहते हैं, परोपकार कई बार महंगा भी पड़ जाता है परंतु मनुष्य को फिर भी परोपकार करना नहीं छोड़ना चाहिए।

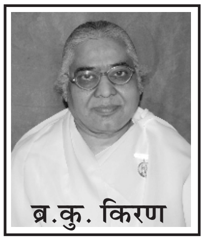
मैंने दोनों बैलों को खोलकर पशुशाला में ले जाने का प्रयास किया तब एक बैल ने मुझे सींगों से टक्कर मारी परंतु जख्म होने से बचाव हो गया। बैल के सींग काफी लंबे व तीखे थे। उसने मुझे फिर टक्कर मारी पर सर्वशक्तिवान शिवबाबा द्वारा दी गई विशेष शक्ति से मैंने अपने दोनों हाथों से बैल के सींगों को ज़ोर से पकड़कर उसकी गर्दन को दबा दिया।

गाँव के किनारे की जगह थी। गाँव के लोग आस-पास नहीं थे। बैल ने फिर-फिर मुझे कई बार टक्करें मारी, जो मेरे शरीर के विभिन्न स्थानों पर लगती रही परंतु सींग हाथ से पकड़े होने के कारण हर बार घाव होने से बचाव होता रहा। अंत में मैं दर्द के मारे बेबस हो गया। बैल ने मुझे पत्थर की दीवार के साथ दबा दिया परंतु मैंने सींगों को नहीं छोड़ा। पंद्रह मिनट तक यह खतरनाक दृश्य चलता रहा तब मैंने ज़ोर की आवाजें लगाकर गाँव के लोगों को मदद हेतु बुलाया। आवाज़ें सुनकर कुछ लोग तुरंत आ गये और उस खतरनाक बैल से मुझे छुड़ाया।

इस अनुभव को लिखने का उद्देश्य यही है कि हम दया दिल में अवश्य रखें पर पशु पर दया करने से पहले उसके मालिक से या अन्य जानकार से उसकी प्रकृति के बारे में पता करके फिर ही उसके नज़दीक जायें। पशु तो बुद्धिहीन है, अपने संस्कार के वश है। हमारी दया को समझने से पहले अपने संस्कार को प्रकट करता है इसलिए अपने अमूल्य जीवन की हिफ़ाज़त की पूरी तसल्ली करके ही हम इस प्रकार की दया का कदम उठायें। ❖

श्रद्धांजलि

● **ब्रह्माकुमारी किरण, महू**



ब्र.कु. किरण

मई 1970 में हम पाँच भाई-बहनें ईश्वरीय ज्ञान में आये। ब्रह्मा बाबा के चित्र को देखकर ही संपूर्ण निश्चय हो गया कि यही भगवान का रथ है। माँ एवं बाबूजी चार महीने पहले से ज्ञान में थे। ज्ञान लेने के एक महीने बाद ही मैं सेन्टर पर आ गई और सेन्टर पर रहते हुए एम.एस.सी. फाइनल करके कोटा, देहरादून आदि स्थानों पर सेवा करके इंदौर वापस आ गई। दादी प्रकाशमणि के मार्गदर्शन से आशा बहन बेहरामपुर (उड़ीसा) गई थी। सन् 1986 में वह बीमारी के कारण वापस आ गई। उसके दोनों गुर्दे खराब हो गये थे।

मीठे भाई जी (ओमप्रकाश जी) और आरती बहन जी तथा पूरे इन्दौर जोन के भाई-बहनों के स्नेह और सहयोग से 14 जुलाई, 1987 को आशा बहन का इन्दौर में गुर्दा प्रत्यारोपण हुआ। गुर्दा मैंने ही दिया था क्योंकि मेरा ही सौ प्रतिशत समानता वाला था।

ऑप्रेशन के एक महीने बाद ही मैं मधुबन अव्यक्त बापदादा से मिलने आई थी। ओम्शान्ति भवन में

अव्यक्त बापदादा का अवतरण हुआ। जब मैं प्यारे बाबा के सम्मुख मिलने गई तो मीठे-प्यारे बाबा ने दृष्टि देते हुए कहा, आप महादानी हो, आपने जीवन-दान दिया है। यह सुनकर मेरा जीवन तो धन्य-धन्य हो गया। जिसकी महिमा स्वयं भगवान करे, उसे और क्या चाहिये। बाबा को भोग स्वीकार कराते समय बाबा ने मुझे बुलाया, बहुत सारी टोली दी और नमकीन टोली आशा बहन (उस समय इन्दौर में थी) के लिए दी और कहा कि टोली उसे देना, कहना, शक्ति मिलेगी।

सर्वशक्तिवान की शक्ति को साथ रखकर आशा बहन ने करीब 25 वर्ष तक सेन्धवा, धामनोद में बेहद की सेवा की। बाबा की सेवा के यादगार भव्य मकान व म्यूज़ियम बनवाये। पच्चीस वर्ष पूरे होते ही 13 जुलाई, 2012 को बाबा की गोद ली और 14 जुलाई को अंतिम विदाई दी गई। मेडिकल साइंस की दृष्टि में यह भी एक चमत्कार है जो प्रत्यारोपित गुर्दा 25 वर्ष तक चला। यह प्यारे बाबा की याद की शक्ति और स्नेह का ही कमाल है।

मीठी आशा बहन को उनकी अथक सेवाओं के लिए दिल की दुआओं सहित श्रद्धांजलि। ❖

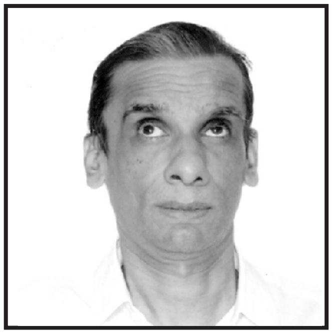
फिर हमको भय कैसा?

फिर हमको भय कैसा?
बापदादा साथ हमारे,
फिर हमको भय कैसा?
शक्ति हमको देते बाबा
ऊर्जा हमको देते बाबा
जो भी अवगुण हैं हम सब में
उनको तो हर लेते बाबा
हम बाबा के पुत्र दुलारे,
फिर हमको भय कैसा?
ख़ुद को हमने अब है जाना
ख़ुद को हमने अब है माना
जबसे हम बाबा के द्वारे
तबसे गाते चैन का गाना
हम बाबा के सदा हैं प्यारे,
फिर हमको भय कैसा?
अंधकार अब खत्म हो गया
दानवता का पशु सो गया
जाग गयी है अब मानवता
नैतिकता का बीज़ बो गया
बाबा ने हमें दिये सहारे,
फिर हमको भय कैसा?

– डॉ. शरद नारायण खरे,
मण्डला (उ.प्र.)

भगवान की याद – सर्वोच्च सुरक्षा-कवच

● ब्रह्माकुमार बंकीम, मुंबई (विले पार्ले ईस्ट)



जब मैं मेडिकल कालेज के दूसरे वर्ष की पढ़ाई कर रहा था तब दोनों आँखों की दृष्टि कमज़ोर होने लगी। डॉक्टर को दिखाया तो उनके मुख से शब्द निकले, It's dreadful disease (यह एक बहुत खतरनाक बीमारी है). इसे मेडिकल की भाषा में Ratinitis Pigmentosa कहते हैं। इसमें optic nerve पूरा खत्म हो जाता है, वह वापस जीवित नहीं हो सकता है। पाँच-छह सालों में दृष्टि पूरी चली जाती है। मैंने ऑप्रेशन कराया, आयुर्वेदिक, होम्योपेथिक सब दवाइयों का प्रयोग किया लेकिन अंत में जो होना था, वह ही हुआ। सन् 1976 में दृष्टि पूरी तरह चली गई। सन् 1976 से 1996 तक लौकिक माता-पिता की छत्रछाया रही इसलिए ज्यादा समस्याओं का सामना नहीं करना पड़ा लेकिन सन् 1996 में लौकिक माताजी ने और ढाई साल बाद लौकिक पिताजी ने भी शरीर छोड़ा तो जीवन में समस्याओं का आना शुरू हो गया।

मैं निश्चिन्त हुआ

सन् 1996 में जीवन समस्याओं, परेशानियों, विघ्नों, अशांति, निराशा से भरपूर हो गया। ना कोई मित्र-संबंधी मिलने आते थे, ना कोई रिश्तेदार आते थे, ना मैं बाहर जा सकता था। क्या करूँ, समझ में नहीं आता था। बस उसी समय मेरे लौकिक पिताजी के मित्र ने मेरा परिचय ब्रह्माकुमारी संस्था से कराया और उसके बाद नया जीवन शुरू हो गया। ब्रह्माकुमारी संस्था में सात दिन के कोर्स में पहले दिन मुझे आत्मा का परिचय दिया गया और दूसरे दिन जब पिता परमात्मा का परिचय मिला तो मुझे निश्चय हो गया कि शिवबाबा ही मेरा सच्चा पिता है और मैं निश्चिंत हो गया। परमपिता की छत्रछाया के नीचे मैं सुरक्षित जीवन व्यतीत करने लगा।

बाबा के सहयोग से मुरली की दोहराई

राजयोग की पढ़ाई पढ़ना शुरू किया। मुरली क्लास करना शुरू किया, मुरली से मुझे बहुत खुशी मिलने लगी। एक बार जानकी दादी जी की क्लास में सुना कि मुरली का अभ्यास कम से कम आठ बार करना बहुत जरूरी है, पर मैं कैसे करूँ, यह सोचता था। मुझे बाबा का इशारा मिला, बच्चे, टेलिफोन पर राजयोगी बहन-भाइयों से मुरली के प्वाइंट कहो। जैसे-जैसे यह करता गया तो बहन-भाइयों से संपर्क बढ़ता गया जिससे मुझे अनेक फायदे मिले। धीरे-धीरे मैं मुरली का सार, प्रश्न-उत्तर, धारणा, वरदान और स्लोगन रोज़ याद करने लगा। निमित्त टीचर बहन ने बताया कि मुरली के बीच में आने वाले पाँच प्वाइंट रोज़ याद रखने हैं। मैं वह भी करता गया और बढ़ाते-बढ़ाते आज मैं बाबा के सहयोग से 15 प्वाइंट रोज़ की मुरली से याद कर लेता हूँ और अपने आप बाबा के सहयोग से पाँच-छह बार मुरली दोहरा लेता हूँ।

जीवन एक बल एक भरोसे

बाबा का एक महावाक्य, एक निमित्त भाई से सुना, 'वरदानों में शक्ति है, आग जैसी परिस्थिति को पानी में बदल देने की।' यह सुनकर मैंने वरदान याद करना शुरू किया और आज मुझे 300 वरदान और 300 स्लोगन याद हैं जो मेरी आग जैसी स्थिति को भी पानी में बदल देते

हैं, मेरे पास ऐसे अनेक अनुभव हैं। जैसे-जैसे मैं ज्ञान में आगे बढ़ता गया, ज्ञान के आधार से बाबा की याद को बढ़ाता गया, वैसे-वैसे परेशानियाँ और समस्यायें ज्ञान और योग के बल से पार होने लगीं। दिन पानी की तरह गुजरने लगे। नियमित मुरली सुनने से ज्ञान-योग का बल मिलता है और जीवन एक बल एक भरोसे पर चलता है।

रहता हूँ बाबा के साथ

अचानक जीवन में एक मोड़ आया। मैं जिस लौकिक भाई के परिवार के साथ रहता था, उनको केनेडा में अच्छी नौकरी मिल गई। नौकरी के नियम के अनुसार, मैं उसके साथ केनेडा नहीं जा सकता था। मेरे लौकिक भाई ने प्रश्न किया, हम केनेडा जायेंगे, क्या आप अकेले रह पायेंगे? मेरा उत्तर था, मैं कहाँ अकेला हूँ? मैं तो मेरे बाबा के साथ रहता हूँ। मेरे लौकिक भाई को मुझमें और मुझे बाबा में विश्वास है। वे लोग सन् 2006 में केनेडा चले गये पर मुझे निश्चय है कि ड्रामा कल्याणकारी है। अब ज्ञान और योग के लिए, विचार सागर मंथन करने के लिए अच्छा समय मिलने लगा। एकांत अर्थात् एक के अंत में खो जाने का अच्छा अभ्यास होने लगा। धीरे-धीरे लौकिक कार्य जैसेकि चाय, दूध बनाना, खाना पकाना और घर के छोटे-मोटे कार्य बाबा के सहयोग से करने लगा। भाई-बहनों के सहयोग से मैं बाहर के कार्य जैसे बैंक में जाना, खरीदारी करना आदि भी करने लगा। जीवन बाबा की छत्रछाया में सहज ही गुज़रने लगा। भाई-बहनों के साथ और सहयोग से हर साल मधुबन बाबा से मिलने भी अवश्य जाता हूँ।

एक अविस्मरणीय प्रसंग

तीस नवंबर, 2008 को जब मैं मधुबन बाबा मिलन के लिए गया तो मुझे बताया गया कि आपको बाबा से मिलने स्टेज पर जाना है। यह सुनकर बाबा का शुक्रिया करते-करते अपार खुशी में झूमता रहा। स्टेज पर बाबा ने खुद बुलाकर मुझे गुलदस्ता भेंट किया, उसी समय मेरा जीवन जैसे सफल हो गया।

साथ है हज़ार भुजाओं वाला बाबा

बाबा से प्राप्त अनेक अनुभवों से मैं निश्चिंत होता गया। मुझे बाबा में, बाबा के सहयोग में, बाबा की शक्तियों में, ज्ञान में, ज्ञान की हर प्वाइंट में, ड्रामा में पूरा-पूरा विश्वास है। दृष्टि न होने के कारण कोई-कोई चीज़ कभी खो जाती है तो मैं बाबा से कहता हूँ, बाबा, मीठे बाबा, मदद करो। दूसरे ही पल वह चीज़ मिल जाती है। ऐसे में बाबा के साथ का हमेशा अनुभव करता हूँ। राजयोगी बहन-भाई कहते हैं, आपसे हमें प्रेरणा मिलती है। आप हमेशा कैसे हँसते रहते हो, उड़ते रहते हो! मैं कहता हूँ, जिनके साथ हज़ार भुजाओं वाला बाबा है, उनको हमेशा उड़ते रहना ही चाहिए न! ❖

मुरली

श्रीकान्त त्रिपाठी 'निश्छल'
मोहमदी खीरी (उ.प्र.)

मिटते सारे संशय बाबा की मुरली सुनने से,
जैसे मिटता अंधकार बस एक दीपक जलने से।

बाबा बच्चों के जीवन में ऋतु बसन्त बन आया,
महक उठे हैं सारे उपवन स्नेह-सुमन खिलने से।

तरेसठ जन्म विकारी हो कर पतित हो गये हैं जो,
वही आज बनते हैं पावन श्रीमत पर चलने से।

ज्ञान-रत्न का अखुट खजाना लुटा रहा है बाबा,
कौन रोक सकता है किसको खाली झोली भरने से।

राजाई संस्कार जगाती राजयोग की विद्या,
जाते हैं सुखधाम बाप को सतत् याद रखने से।

बाबा के इस पुण्य कार्य में बनते सब सहयोगी,
फिर हम क्यों वंचित रह जायें योगदान करने से।

प्रभु से मिला सहारा

● **ब्रह्माकुमारी कृष्णा सोनी, कोलकाता (म्यूजियम)**

आज अपने मन के दर्पण को जब चमकते हुए देखती हूँ, तब यह विश्वास ही नहीं होता कि आज से कुछ समय पहले मैं क्या थी, कौन थी और कैसी थी। परमपिता परमात्मा ने ऐसी स्थिति में मेरा हाथ पकड़ा और अपनी लाडली बेटी बनाया जब यह आत्मा दुख से भरपूर थी। प्रभु ने इसे सहारा देने के लिए अपने दूतों को भेजा।

खत्म हुआ प्रश्नों का सिलसिला

अपने बड़े बेटे के शरीर छोड़ने के बाद, जो केवल 35 साल का ही था, मैं अपने आप को संभाल न सकी और डिप्रेशन में जाने लगी। घर का वातावरण भी एकदम ग़मगीन था। उसी समय मुझे अपने पड़ोसी द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ के बारे में पता चला। पहली बार वहाँ जाते ही बेहद रूहानी प्यार मिला। उनकी नि:स्वार्थ और नि:शुल्क सेवाओं को देखकर ही ईश्वरीय शक्ति का परिचय मिल गया। निमित्त बहन ने तो इतना स्नेह दिया कि कदम खुद-ब-खुद रोज़ यहाँ आने के लिए उठने लगे। इसके पश्चात् राजयोग का साप्ताहिक कोर्स किया, तब समझ में आया कि शिवबाबा ने मुझे क्यों इन शिवशक्तियों को सौंपा। धीरे-धीरे इस आत्मा को बल मिलता गया, स्व-परिवर्तन आने लगा, परमात्मा से योग लगता गया। जहाँ सबके प्रति मन में गिले-शिकवे थे, नाराज़गी थी, अपने आप से लड़ रही थी कि मेरे साथ ऐसा क्यों हुआ, वहाँ प्रभु ने इस आत्मा में क्षमा भर दी, शक्ति भर दी और प्रश्न उठने का सिलसिला ही खत्म हो गया। हरेक के प्रति मन में सकारात्मक विचार भर दिये जिससे सारी शिकायतें समाप्त हो गईं। घर का वातावरण भी सुधरने लगा। अब तो मन में सबके प्रति शुभभावना, शुभकामना ही रहती है। बाबा की याद में रहना अच्छा लगता है। **सबसे अच्छा लगा, बहनों का सादगी भरा जीवन, शुद्ध आहार, पवित्र विचार, त्याग का जीवन तथा हरेक की सेवा करता उनका व्यवहार।** अनुभव कहता है, विश्व का यह एक ऐसा विद्यालय है जहाँ धर्म-जाति, छोटा-बड़ा, ऊँच-नीच आदि का कोई भेद नहीं, हर आत्मा का स्वागत है।

बाबा से क्या-क्या सीखा?

नेगेटिव को पॉजिटिव में बदलना, हर बात को तुरंत बिंदी लगाकर समाप्त करना, भूलना व क्षमा करना, गृहस्थ में रहते हुए भी प्रभु पिता की याद में रहना – यह सब बाबा से सीखा। अच्छे विचारों से घर का वातावरण भी सुधरता है। हमारा आहार और विचार शुद्ध रहे, हरेक की विशेषतायें देखनी हैं, कमजोरियाँ नहीं। कमजोरियों को चेक कर चेंज करना है।

आत्मा को मिली संतुष्टि

यह विकारी आत्मा तो किसी काबिल न थी, शिवबाबा ने इतना कुछ दिया, अपना बनाया। पाना था सो पा लिया, अब और क्या बाकी रहा। एक तो इस जन्म में ही परमात्मा मिला। दूसरा, इतना भरा-पूरा प्रभु परिवार मिला। शुक्रिया बाबा! अब अपने वर्तमान और भूतकाल के जीवन की तुलना कर सोचती हूँ कि कितना अंतर आ गया है। प्रभु से प्राप्तियाँ पल-पल हो रही हैं और विश्वास अटूट हो गया है। उनकी श्रीमत अनुसार अमृतवेले का योग-अभ्यास मुझमें शक्ति भरता जाता है, विकारों को दूर करने में मदद मिल रही है। **अब तो ऐसा लगता है कि मन-वचन-कर्म से श्रेष्ठ कर्म कर पुण्यों से झोली भर लूँ। समय का भी अब सदुपयोग करती हूँ। खाली समय में आध्यात्मिक किताबें पढ़ती हूँ, मुरली दोहराती हूँ, भक्ति और ज्ञान का भी अंतर सामने आया है। आत्मा को संतुष्टि अब ही मिली है।**

अविनाशी पति से मिलन

● ब्रह्माकुमारी किरण, बक्सर (बिहार)

मैं बचपन से ही श्रीकृष्ण और शिवशंकर की भक्त थी और मंदिर जाकर रुद्राभिषेक भी करती थी। लेकिन, वह रात कितनी अंधेरी और दुखभरी थी जिस क्षण मेरा लौकिक पति, जिसको मैं परमात्मा से भी ऊँचा मानकर प्यार करती थी, अकस्मात शादी के ढाई वर्ष बाद ही मुझे छोड़ चल बसा। पति के गुज़र जाने के बाद लगा कि मेरा संसार ही उजड़ गया है और भगवान ने भी मेरा साथ छोड़ दिया है। ससुराल वाले आसुरी स्वभाव वाले बन गये। मैं मानसिक तथा शारीरिक रूप से बिल्कुल टूट गई। कभी-कभी सपना देखती कि भगवान आकर मुझे समझा रहे हैं और मैं उनसे सवाल कर रही हूँ कि आपने मेरे पति को मुझसे क्यों दूर कर दिया? अपने मन को यह सोचकर तसल्ली देती कि राधा भी तो कृष्ण से दूर रहती थी, मीरा ने भी अपना घर कृष्ण के लिए छोड़ा, सीता को भी राम के लिए कितना वियोग सहना पड़ा, कितनी परीक्षायें देनी पड़ी, पार्वती भी तो शंकर से दूर हो गई थी।

भगवान पर निश्चय हुआ

फिर मेरा संपर्क गायत्री परिवार से हुआ। किताबें पढ़ने और गुरु का ध्यान करने से मुझे कुछ शांति मिलती। अब मैं भगवान और गुरु से सदा यही प्रार्थना करती कि मुझे कोई सच्चा साथी दीजिये जिससे मैं अपने मन की बात कहूँ। धीरे-धीरे सारे लौकिक संबंधों और इस दुनिया से भी वैराग्य होने लगा। इसी बीच सन् 2010 में दशहरे के अवसर पर गोयल धर्मशाला में ब्रह्माकुमारी बहनों का प्रोग्राम चल रहा था जो मेरे निवास के बिल्कुल समीप था। उन्हीं दिनों मैंने सपने में देखा कि सफेद साड़ी पहने दो औरतें आई हैं, उनकी आँखों में सुरमा लगा है और वे प्रवचन कर रही हैं। मैं इस सपने पर विचार करने लगी और जब दो दिन बाद धर्मशाला में पहुँची तो देखा कि माइक पर वैसी ही सफेद साड़ी वाली बहनें प्रवचन कर रही हैं। मैं यह दृश्य देखकर दंग रह गई। मैंने अपने गुरु को धन्यवाद दिया कि आपने मुझे सच्चा वैरागी साथी दिया। बहनों से बहुत प्यार मिला। फिर ज्ञान की बातें शिविर में जाकर रोज़ सुनती रही। तीसरे दिन रात में फिर एक सपना देखा कि ब्रह्मा बाबा आये हैं और प्यार से मेरा माथा छू रहे हैं, फिर बोले, कितने नशे में चल रही हो। उस दिन के बाद मुझे निश्चय हो गया कि भगवान मेरे साथ है। दुनिया वालों ने भले मुझे ठुकराया लेकिन भगवान ने मुझे अपना बना लिया। भगवान अब मेरे हो गये।

खुशियाँ वापस आ गईं

बंधन में रहते भी मैं समय निकाल मुरली क्लास करने लगी। मुरली सुनते ही मन के सारे प्रश्नों का हल मिल जाता। मैं खुश रहने लगी। धीरे-धीरे ज्ञान पर निश्चय हो गया और मैंने महसूस किया कि मुझ आत्मा का सच्चा पति एक शिव परमात्मा ही है, वही मेरे सारे दुख दूर करने वाला है। भक्ति का फल मुझे परमात्मा का प्यार मिला, यह ब्राह्मण परिवार मिला, सृष्टि-चक्र का ज्ञान मिला। अब मेरी खुशियाँ वापस आ गई हैं। जीवन धन्य हो गया है। इस संस्था के सभी बहन-भाइयों, दीदी-दादियों का दिल से शुक्रिया! ❖

ग्लोबल हॉस्पिटल में महत्त्वपूर्ण चिकित्सा सर्जरी

घुटने व कूल्हे के जोड़ प्रत्यारोपण सर्जरी सुविधा

(Regular Knee and Hip Replacement Surgery)

दिनांक : 26 से 29 सितंबर 2012

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

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**: drmurlidharsharma@gmail.com