(मासिक)

ज्ञानामृत

वर्ष 50, अंक 12, जून, 2015
मूल्य 8.50 रुपये, वार्षिक शुल्क 100 रुपये

परमपिता शिव परमात्मा
गीता-ज्ञान-दाता

राजयोग से प्राप्तियाँ

1.**इन्दौर (सांवेर)**- लोकसभा अध्यक्षा बहन सुमित्रा महाजन को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.द्रौपदी बहन। 2.**बिलासपुर**- छत्तीसगढ़ के मुख्यमंत्री भाता रमन सिंह को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.स्वाति बहन। । 3.**भोपाल (गुलमोहर कालोनी)**- मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री भाता शिवराज सिंह चौहान को ईश्वरीय साहित्य देते हुए ब्र.कु.अवधेश बहन। 4.**जम्मू**- 'रिश्तों में सद्भाव, कर्म और भाग्य' विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.शिवानी बहन, जम्मू-कश्मीर के व्यापार और उद्योग मंत्री भाता चंद्रप्रकाश, पूर्व मंत्री भाता आर.एस.चिब, ब्र.कु.सुदर्शन बहन तथा अन्य। 5.**पटना**- 'गुडबाय डायबिटीज' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए सेवानिवृत्त आई.ए.एस.ब्र.कु. महेश भाई, ब्र.कु.संगीता बहन, डॉ.श्रीमंत साहू, बिहार के स्वास्थ्य मंत्री भाता रामधनी सिंह, ब्र.कु.अनिता बहन तथा ब्र.कु.संजू बहन। 6.**शान्तिवन (आबू रोड)**- हैदराबाद नेशनल पुलिस एकेडमी के आई.जी. भाता मनीष पाण्डे तथा ट्रेनीज को ईश्वरीय सन्देश देने के बाद ब्र.कु.भूपाल भाई, ब्र.कु.प्रदीप भाई तथा अन्य समूह चित्र में। 7.**हरीजालाकुडा**- डॉ.अंबेडकर जयंती के अवसर पर ब्र.कु.राधा बहन को सम्मानित करते हुए डॉ.अम्बेडकर साधुजन सोसायटी के अध्यक्ष एडवोकेट भाता टी.आर.बालाकृष्णन। 8.**कटक**- 'आध्यात्मिकता द्वारा सड़क सुरक्षा' विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.कमलेश बहन, आई.पी.एस.भाता सत्यजित महान्ति तथा भाता समीर कुमार पाणिग्राही, अतिरिक्त आयुक्त, यातायात।

संजय की कलम से ..

भारत का प्राचीन एवं वास्तविक योग

इस विराट सृष्टि में अनेकानेक प्रकार के योग प्रचलित हैं। इन अनेक प्रकार के योगों की चर्चा सुन कर प्राय: लोगों के मन में प्रश्न उठता है कि इन सभी में से वास्तविक योग कौन-सा है? वे जानना चाहते हैं कि जिस योग द्वारा मनुष्य को मन की शान्ति मिलती है, वह प्रभु से मिलन मनाता है, अतुल आनन्द प्राप्त करता है तथा उसकी अवस्था अव्यक्त और स्थिति एकरस होती है, भला वह योग कौन-सा है? वे पूछते हैं कि जिस योग से विकर्म दग्ध होते हैं और मनुष्य भविष्य में मुक्ति और जीवनमुक्ति (देव-पद) प्राप्त कर सकता है तथा पवित्रता, दिव्यता और आत्मिक सुख की अथाह प्राप्ति कर सकता है, उस योग की क्या पहचान है? इन सभी प्रश्नों का एक सही उत्तर प्राप्त करने के लिए पहले 'योग' शब्द का सही अर्थ जानना ज़रूरी है।

'योग' शब्द का वास्तविक अर्थ

'योग' का अर्थ है – 'जोड़ना' (Connection) अथवा 'मिलाप' (Union)। आध्यात्मिक चर्चा में 'योग' शब्द का भावार्थ 'आत्मा का परमात्मा से सम्बन्ध जोड़ना' अथवा 'परमात्मा से मिलन मनाना' है। कई ग्रंथकार कहते हैं 'योग' का अर्थ है – 'चित्त की वृत्तियों का निरोध'। वास्तव में चित्त को एकाग्र (Concentrate) करना योग का एक ज़रूरी अंग तो है किन्तु केवल वृत्ति-निरोध ही को 'योग' मानना ठीक नहीं है। वृत्तियों को रोक कर 'परमात्मा में' एकाग्र करना ज़रूरी है, तभी उसे 'योग' कहा जायेगा। यदि प्रभु से मिलन नहीं, उससे सम्बन्ध नहीं जोड़ा गया तो उसे 'योग' नहीं कहा जा सकता। एकाग्रता का अभ्यास तो वैज्ञानिकों तथा शोध कार्य (Research) करने वालों को भी होता है परन्तु उन्हें 'योगी' नहीं कह सकते। योग तो प्रभु में तल्लीनता अथवा तन्मयता का नाम है। यह तो ईश्वर की लग्न में मग्न होने का वाचक है। यह तो आत्मा और परमात्मा के मिलाप का परिचायक है।

प्राय: सभी प्रभु-प्रेमी लोग मानते हैं कि परमात्मा सभी आत्माओं का परमपिता है और 'त्वमेव माताच पिता त्वमेव' आदि शब्दों द्वारा वे इस पारलौकिक सम्बन्ध का गायन भी करते हैं। अत: प्रश्न उठता है कि जबकि आत्मा और परमात्मा के बीच पिता-पुत्र नाम का सम्बन्ध है ही तो फिर इसे 'जोड़ने' का क्या अर्थ है?

आत्मा का परमात्मा से सम्बन्ध अथवा मिलन

इसका उत्तर यह है कि आत्मा

अमृत-सूची

- हमें है खुशी *(कविता)* 6
- राजयोग की वैज्ञानिक विधि *(सम्पादकीय)* 7
- प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी.....9
- अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस.....11
- राजयोग से बदला जीवन 14
- मम्मा यज्ञ-माता.....15
- राजयोग ने दिया नव जीवन ...19
- राजयोग द्वारा विकर्मों का 21
- पैसे का ग्रुप 22
- बाबा ने ब्रेक लगाया.....22
- राजयोग से हुई अमूल्य.....23
- ट्रेन की यात्रा में 24
- शराबी होना सबसे भयंकर ...25
- परीक्षा के समय रक्षा 26
- सहज राजयोग 27
- राजयोग एक, प्राप्तियाँ 29
- सचित्र सेवा समाचार 30
- राजयोग से आई परिवार में...32
- 'पत्र' संपादक के नाम.....34

सदस्यता शुल्क

भारत	वार्षिक	आजीवन
ज्ञानामृत	100 /-	2,000/-
वर्ल्ड रिन्युअल	100/-	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, 09414423949
hindigyanamrit@gmail.com

और परमात्मा के बीच का सम्बन्ध आज केवल कथन मात्र ही है, वह प्रैक्टिकल (Practical) जीवन में बिल्कुल नहीं है। वरना, परमात्मा के साथ आत्मा के माता-पिता, सखा-स्वामी इत्यादि जिन सम्बन्धों का गायन है, वे तो बहुत ही गहरे, उच्च और नज़दीकी सम्बन्ध हैं, उनका तो जीवन में बहुत गहरा अनुभव तथा प्रभाव भी होना चाहिए और उनके द्वारा कोई उच्च प्राप्ति भी होनी चाहिए। परन्तु हम देखते हैं कि आज मनुष्य के जीवन पर उन सम्बन्धों का कोई प्रभाव नहीं है और उन द्वारा होने वाली प्राप्ति अर्थात् पूर्ण सुख-शान्ति भी नहीं है। इसलिए हम कहते हैं कि परमात्मा के साथ मनुष्यात्मा का पिता-पुत्र का सम्बन्ध तो है परन्तु आज वह जुटा हुआ नहीं है।

वह सम्बन्ध आज वैसा ही कहने मात्र तक रह गया है जैसा कि उस पुत्र का सम्बन्ध रह जाता है जोकि पिता से अलग होकर दूसरे देश में चला जाता है और वहाँ वह न पिता को कभी स्नेह से याद करता है, न उससे पत्र-व्यवहार करता है, न उसकी दी हुई आज्ञाओं व कुल की मान-मर्यादा के अनुकूल चलता है परन्तु जब वलदियत (पिता का नामादि) बताने का कोई अवसर आता है तो वो केवल उनके नाम का उच्चारण अथवा उल्लेख मात्र कर देता है।

अत: 'योग' का अर्थ स्पष्ट जानने के लिए पहले यह जानना जरूरी है कि परमात्मा के साथ 'सम्बन्ध' जोड़ने का क्या अर्थ है और इसके लिए हमें क्या करना है? इस रहस्य को समझने के लिए हम लौकिक सम्बन्धों का सर्वेक्षण करके देखते हैं कि प्रैक्टिकल जीवन में सम्बन्ध जुटे होने का क्या-क्या भाव होता है?

प्रभु का परिचय प्राप्त कर, 'ईश्वरीय स्मृति' में स्थिति ही योग है

जब हम सांसारिक सम्बन्धों पर विचार करते हैं तो पता चलता है कि सम्बन्ध जुटाने का पहला साधन है – परिचय, पहचान तथा ज्ञान। बचपन में तो केवल माता-पिता के नाम-रूप ही का परिचय मिलता है परन्तु समझ बढ़ने पर वह बच्चा जब कभी अपने पिता के सन्मुख जाता है अथवा जब भी उसे अपने पिता की स्मृति आती है तो स्वयं को पुत्र अनुभव करता है। फिर, जैसे-जैसे बड़ा होता है, उसे अपने पिता के नाम और रूप के अतिरिक्त यह भी ज्ञान होता जाता है कि उसके पिता कौन-सा धन्धा करते हैं और किस देश अथवा नगर के निवासी हैं। समयान्तर में उसे यह भी परिचय मिल ही जाता है कि उसके पिता की क्या पूंजी, सम्पत्ति अथवा आर्थिक और सामाजिक स्थिति है, उसके क्या गुण हैं, उसका कौन-सा कुल या धर्म है आदि-आदि। अत: उस समस्त परिचय और निश्चय के आधार पर, उसकी बुद्धि में अपने पिता की स्मृति (Consciousness) रहती है, तभी तो वह यह कोशिश करता है कि वह उतना ही खर्च करे जितना कि पिता की आर्थिक स्थिति से सम्भव है, वह वैसे कर्म करे जैसे कि उसके कुल और धर्म के अनुकूल हों, वह ऐसे रीति-रिवाज़ अपनाये जो उसके देश और वंश आदि के अनुसार हों।

अत: जैसे सांसारिक दृष्टिकोण से पिता-पुत्रादि का सम्बन्ध जुटने का पहला साधन परिचय (ज्ञान) में निश्चय (Faith) और निश्चय के आधार पर स्मृति

(Consciousness) है, ठीक उसी प्रकार योग के लिये अथवा परमपिता परमात्मा से सम्बन्ध जुटाने के लिए यह आवश्यक है कि सबसे पहले तो मनुष्य को परमात्मा के गुणवाचक नाम, ज्योतिर्मय रूप, परमधाम, ईश्वरीय गुण, दैवी सम्पत्ति आदि का यथार्थ परिचय हो, तब वह उसमें निश्चय (Faith) करे और उसके आधार पर वह परमात्मा की स्मृति (Consciousness) में रहे। उसी स्मृति में एकाग्रता की स्थिति ही योग है।

प्रभु के प्यार में एकाग्रता अथवा लग्न में मग्न होना ही योग है

पिता-पुत्र, पति-पत्नी, सखा-सखी, प्रेमी-प्रेमिका आदि के सम्बन्ध में हम देखते हैं कि उनका जितना घनिष्ठ और निकट का नाता होता है, उतना ही उनका एक-दूसरे के प्रति अगाध प्यार और स्नेह होता है। एक-दूसरे की याद उनके मन में ऐसी तो बस जाती है कि भुलाये नहीं भूलती। वे एक-दूसरे की लग्न में लगे रहते हैं। कोई व्यक्ति दफ्तर में काम करता है तो भी उसके मन में यह भान समाया रहता है कि ''मैं बाल-बच्चों वाला मनुष्य हूँ, उन बच्चों के लिए तथा पत्नी के लिये मुझे यह धन्धा करके कुछ-न-कुछ तो कमाना ही है।'' शाम को वह घर लौटता है तब भी यही सोचता है कि ''बच्चों के लिए अथवा पत्नी के लिए अमुक-अमुक वस्तु मुझे ले जानी है।'' इसी प्रकार, कोई प्रेमी व्यक्ति सोचता है कि मैं दफ्तर से छुट्टी पाऊँ तो जाकर प्रेमिका से मिलूँ। स्कूल में पढ़ने वाले बच्चे सोचते हैं कि छुट्टी हो तो हम अपने माता-पिता, भाई-बहनों अथवा सखा-सखियों से मिलें।

परमपिता परमात्मा से सम्बन्ध जुटाने अथवा उनसे योग-युक्त होने का अर्थ भी मन को उनकी लग्न में मग्न करना अथवा बुद्धि को उनकी स्मृति में स्थित करना है। मनुष्य किसी की लग्न में जितना मग्न होता है, उतना ही उसे और सब-कुछ फीका लगता है और अन्य सब तरफ

से उसका मन उपराम होता है। अत: बुद्धि द्वारा परमपिता परमात्मा की स्मृति का रसपान करने में लगी हुई आत्मा ही वास्तव में योग-युक्त है।

परमपिता परमात्मा की श्रेष्ठ मत पर चलना ही योग है

जिस बालक का सम्बन्ध अपने पिता से जुटा होता है, वह पिता की मत पर चलता है। मत न लेकर मन-मानी करना तो यह सिद्ध करता है कि बालक को पिता का, सेवक को स्वामी का, शिक्षार्थी को शिक्षक का, पुरुषार्थी को मार्गदर्शक का जो सम्मान तथा स्नेह होना चाहिए, वह नहीं है अर्थात् शारीरिक सम्बन्ध भले ही हो, 'हार्दिक' अथवा 'मानसिक' सम्बन्ध नहीं है। अत: परमप्रिय परमपिता परमात्मा से सम्बन्ध जोड़ने का भी भाव यह है कि हम उसकी श्रेष्ठ मत पर चलें। यही कारण है कि परमपिता परमात्मा न केवल 'मनमनाभव' ..... 'मामेव बुद्धि निवेश्य'.....'मामेकं शरणं व्रज' (अर्थात् मेरी स्मृति में स्थित होवो और मेरे प्रति अर्पणमय होवो) आदि का आदेश देते हैं बल्कि वे यह भी कहते हैं कि ''तू मेरी मत के अनुसार चल, मैं तुझे ऐसी उत्तम मत दूँगा जिससे कि तू संसार सागर को लाँघ कर मुक्ति तथा जीवनमुक्ति को प्राप्त कर लेगा।" अत: योग-युक्त होने का अर्थ मनुष्य-मत या माया की मत पर न चलकर एक परमपिता परमात्मा ही की सर्वश्रेष्ठ मत पर चलना है।

परमपिता से वास्तविक योग तभी सम्भव है जब उनका अवतरण हो

योग का जो सरल और सत्य अर्थ हमने ऊपर बताया है, उससे स्पष्ट है कि यह योग तभी सम्भव है जब परमपिता परमात्मा अवतरित होकर अपने गुणवाचक नाम, ज्योतिर्मय रूप, परमधाम, ईश्वरीय गुण, दिव्य कर्म, स्वभाव, प्रभाव, सम्पत्ति आदि का सच्चा और सम्पूर्ण परिचय (ज्ञान) दें, उस परिचय का प्रैक्टिकल अनुभव करायें और अपनी श्रेष्ठ मत भी बतायें। जब तक परमपिता परमात्मा स्वयं अवतरित न हों तब तक मनुष्य को सत्य ज्ञान नहीं हो सकता और आत्मा का परमपिता परमात्मा से सही तथा प्रैक्टिकल सम्बन्ध तथा स्नेह भी नहीं जुट सकता और आत्मा को पूरा मार्ग-दर्शन या मत भी प्राप्त नहीं हो सकता। इसी कारण गीता के भगवान के महावाक्य हैं कि ''हे वत्स, पहले भी यह योग मैंने सिखाया था, बाद में इसका प्रभाव तो रहा परन्तु समयान्तर में यह योग प्राय: लुप्त हो गया अत: अब पुन: मैं यह गुह्यतम और सर्वोत्तम योग तुम्हें सिखलाने के लिए अवतरित हुआ हूँ। इस योग के बारे में तू मेरे ही वचनों को सुन।" इसकी तुलना में अन्य सभी प्रकार के योग मनुष्य-कृत हैं और उन द्वारा केवल अल्पकाल ही के लिये स्वास्थ्य, सुख या शान्ति की प्राप्ति होती है।

अति सहज है यह योग

परमपिता द्वारा सिखाये गये उपरोक्त योग का अभ्यास करने के लिए मनुष्य को कोई आसन-प्राणायाम या हठ-क्रिया इत्यादि नहीं करनी पड़ती, न ही उसके लिए घरबार आदि छोड़ना पड़ता है बल्कि प्रवृत्ति में रहते हुए वह योग-युक्त होकर मुक्ति तथा जीवनमुक्ति की प्राप्ति कर सकता है।

इसी सर्वोत्तम योग के अन्य नाम

चूँकि यह योग परमपिता परमात्मा के तथा आत्मा के ज्ञान ही पर आधारित है इसलिए इसे ही 'ज्ञान योग' भी कहा जाता है। इस योग का अभ्यास करने वाला मनुष्य कर्म करते हुए भी इस ज्ञान के आधार पर परमपिता की स्मृति में रहता है इसलिए इसे 'कर्मयोग' भी कहा जाता है। इसी का एक नाम 'संन्यास योग' भी हो सकता है क्योंकि इसमें सफलता प्राप्त करने के लिए मनुष्य को काम, क्रोध आदि विकारों का संन्यास (त्याग) करना पड़ता है। 'समत्व योग' भी वास्तव में यही है क्योंकि इसका अभ्यास करने वाला मनुष्य हानि-लाभ, निन्दा-स्तुति, मान-अपमान आदि की परिस्थितियों में सम-चित्त अथवा एकरस रहने का पुरुषार्थ करता है। इस योग को 'सहज-राजयोग' भी कहा जाता है क्योंकि यह योग सभी योगों का राजा अर्थात् सबसे श्रेष्ठ है और इसका अभ्यास करने वाला मनुष्य भविष्य में 21 जन्मों के लिए स्वर्ग का राज्य-भाग्य प्राप्त करता है और यह इतना सहज भी है कि राजा जैसा ज़िम्मेदार व्यक्ति भी इसका अभ्यास कर सकता है। अत: स्पष्ट है कि सहज राजयोग, बुद्धि योग, ज्ञान योग, कर्म योग, संन्यास योग, समत्व योग, पुरुषोत्तम योग आदि-आदि सभी इस ही के नाम हैं। ❖

हमें है खुशी

ब्रह्माकुमार वीरेन्द्र, कासगंज (उ.प्र.)

इबादत का अपनी, सिला मिल गया है।
हमें है खुशी कि खुदा मिल गया है।।
चलो दुनिया वालो, तुम्हें ले चलें हम,
कि जन्नत का हमको पता मिल गया है।
हमें है खुशी कि.....

न आयें चमन में क्यूँ फस्ले बहाराँ,
कि जब बागवाँ, बावफा मिल गया है।
हमें है खुशी कि.....

जो अब तक न समझे हैं रूहानियत को,
वो क्या समझें हमको कि क्या मिल गया है।

हमें है खुशी कि.....
सजाते हैं रूहानी सूरत को जिससे,
कि वो इल्म का 'आइना' मिल गया है।
हमें है खुशी कि.....

सम्पादकीय ..

राजयोग की वैज्ञानिक विधि और विभिन्न अवस्थाएँ

राजयोग एक आध्यात्मिक विज्ञान है। विज्ञान का विद्यार्थी, मन की एकाग्रता, बुद्धि की तर्कशीलता और संस्कारों की दृढ़ता के आधार पर प्रकृति के तत्वों पर प्रयोग करके उनसे नई-नई चीज़ें इजाद करता है ताकि मानव जीवन सुविधा सम्पन्न बन सके। इसी प्रकार योग-विज्ञान का साधक मन की एकाग्रता, बुद्धि की स्पष्टता (स्वच्छता) और संस्कारों की दिव्यता के आधार पर आत्मा पर ही प्रयोग करके उसे उत्तरोत्तर सतोप्रधान बनाता जाता है। विज्ञान का कार्यक्षेत्र जड़ प्रकृति है और अध्यात्म का कार्यक्षेत्र चेतन आत्मा है।

आत्मा स्वयं पर ही प्रयोग करती है

जिस समस्या का हल करना है, विज्ञानी, सर्वप्रथम उसके सम्बन्ध में तार्किक ज्ञान और तथ्य बुद्धि में धारण करता है, फिर अन्य संकल्पों से निवृत्त हो जाता है और प्रयोगशाला में प्रयोग अथवा परीक्षा करके निर्णयात्मक और क्रियात्मक सत्य के दर्शन करता है। योग विज्ञानी भी प्रयोग और अभ्यास करता है परन्तु अन्तर इतना है कि उसे किसी स्थूल प्रयोगशाला में जाने की या कोई स्थूल यन्त्र लेने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि उसे किसी बाह्य पदार्थ को नहीं जानना, उसे स्वयं पर ही प्रयोग करना है। प्रयोग करने वाली आत्मा खुद की ज्ञाता है और खुद ही जानने योग्य है, इसमें आत्मा स्वयं आत्मा पर ही प्रयोग करती है। वह जिस समस्या को हल करना चाहती है (आत्मा की अनुभूति) उसके सम्बन्ध में स्वीकृत तथ्य बुद्धि में धारण करती है जो इस प्रकार हैं – ''मैं आत्मा (प्रकाशरूप) हूँ, शरीर से न्यारी अविनाशी सत्ता हूँ, मैं ज्ञान स्वरूप, शान्ति स्वरूप, आनन्द स्वरूप, प्रेम स्वरूप हूँ, मैं सर्वशक्तिवान, त्रिलोकीनाथ परमपिता परमात्मा की सन्तान हूँ, मैं मूल रूप में शुद्ध, शान्त, कर्मातीत हूँ...।'' इन तथ्यों को बुद्धि में धारण कर वह अपने मन को अन्य संकल्पों से न्यारा (निवृत्त) कर लेती है। इस अभ्यास से अथवा इस युक्ति से ज्ञान में रमण करने वाली आत्मा निज स्वरूप तथा परमात्मा के गुणों का अनुभव कर लेती है। बस यही निर्विकल्प समाधि, मन का संन्यास, चित्त की वृत्तियों का निरोध अथवा 'मन्मनाभव' होना कहलाता है। यही भारत का आदि सनातन सहजयोग है।

निरंतर अभ्यास की आवश्यकता

गणित के विद्यार्थी को भी स्वीकृत तथ्य मालूम होते हैं, उन्हीं के आधार पर उसे अज्ञात वस्तु को मालूम करना होता है जैसे सामान्य ब्याज के प्रश्न में उसे मालूम होता है कि 1.मूलधन 100, 2.ब्याज दर पाँच प्रतिशत, 3.समय चार वर्ष तो ब्याज होगा...? इसे हल करने के लिए उसे अपने मन को इन्हीं स्वीकृत तथ्यों पर एकाग्र करना होता है। यदि वह खेल-कूद, सिनेमा, टी.वी., इन्टरनेट के बारे में सोचता रहे अथवा देह के सम्बन्धियों (माता-पिता आदि) के स्नेह-प्यार के बारे में सोचता रहे तो सवाल निकल नहीं सकेगा। इसी प्रकार

योगाभ्यासी को भी ज्ञान होता है कि 1.मैं आत्मा हूँ, 2. शरीर तथा प्रकृति के पंचमहाभूतों से न्यारी अविनाशी सत्ता हूँ, 3.परमपिता परमात्मा शिव की सन्तान हूँ। जब वह अपने मन को इन तीनों तथ्यों पर एकाग्र कर लेता है और दैहिक सम्बन्धियों की स्मृति से तथा दैहिक पदार्थों की स्मृति से और बीती हुई घटनाओं की स्मृति से परे हो जाता है तो वह आत्मा क्या है, आत्मा के गुण (शान्ति, शक्ति) क्या हैं, इन्हें अनुभव द्वारा जानने में सफल हो जाता है। वह स्वयं आत्मा बन आत्मा के गुणों में स्थित हो जाता है। इस प्रकार राजयोग, स्वयं पर प्रयोग कर अनुभव की जाने वाली वैज्ञानिक विधि है। जानकारी के बाद योगाभ्यास में परिपक्वता लाने के लिए निरन्तर अभ्यास की आवश्यकता है। जिस प्रकार किसी मोटर-गाड़ी को तीव्र गति पकड़ाने के लिए एक के बाद एक चार गियर लगाने ज़रूरी हैं, उसी प्रकार योग में भी मन की चार अवस्थाएँ होती हैं।

मनन-चिन्तन

योग का अभिलाषी, मन को शून्य करने के बजाए पहले-पहले ज्ञान का मनन-चिन्तन करता है क्योंकि अशुद्ध संकल्पों को मन में पैदा होने से रोकने का तरीका है शुद्ध संकल्प करना, वे संकल्प हैं, ''मैं ज्योति स्वरूप आत्मा हूँ, देह मेरा वस्त्र है, मैं चेतन तारा-सा हूँ, परमधाम के वासी परमपिता शिव की अविनाशी सन्तान हूँ।'' इस प्रकार के मनन से सांसारिक संकल्प मिट जाते हैं और वह स्वयं को देह से न्यारा अनुभव करने लगता है और हल्केपन तथा शान्ति की अनुभूति करता है।

एकाग्रता

इस अवस्था में उसके संकल्प कम होते जाते हैं, मन की एकाग्रता की स्थिति बढ़ती जाती है और वह आत्मा और परमात्मा के अर्थ स्वरूप में अनुभव सहित टिक जाता है। उसे अभूतपूर्व शान्ति का अनुभव होने लगता है और किसी-किसी को दिव्य प्रकाश भी भासता है।

अनुभूति

इस अवस्था में उसकी स्थिति बहुत ऊँची हो जाती है। अब उसे ज्ञान का मनन नहीं करना पड़ता बल्कि ज्ञानमय स्वभाव हो जाने के कारण उसकी चेतना संकल्प रूप न लेकर अनुभव के रूप में परिवर्तित हो जाती है। उसका मन, उसकी बुद्धि के वश हो जाने के कारण, बुद्धि प्रभु पर टिक जाती है और इस अवस्था में वह परमात्मा शिव के स्वरूप का रसास्वादन करने लगता है। परमात्मा के ज्ञान-स्वरूप, शान्ति स्वरूप, आनन्द स्वरूप, प्रेम स्वरूप इत्यादि जिन स्वरूपों का लोग प्राय: वर्णन करते हैं उनका वह तन्मयता से अनुभव करने में व्यस्त हो जाता है। वह सुख-शान्ति के अथाह समुद्र में अपने को घिरा हुआ पाता है। उसे देह की सुध-बुध नहीं रहती बल्कि लगता है कि मैं प्रकाश का जगमगाता गोला-सा हूँ जिसमें से प्रेम, शान्ति, शक्ति की किरणें प्रस्फुटित होकर चारों दिशाओं में फैल रही हैं। उसे लगता है कि वह परमात्मा के गुण और शक्तियों को समस्त संसार में संचारित करने का माध्यम बना हुआ है। इस अवस्था में उसके हेय संस्कार मिटने लगते हैं और ईश्वरीय गुण प्रवेश होने लगते हैं। वह अपने को दिव्य झरने के नीचे बैठने जैसी राहत महसूस करता है। मन में यह भाव उदय होता है कि 'पाना था सो पा लिया अब काम क्या बाकी रहा।' इस अनुभूति में संसार के सब रस फीके लगने लगते हैं और प्रकृति का कोई भी तत्व या कोई भी विकार उसे लुभा नहीं पाता है।

कर्मातीत स्थिति (बीजरूप स्थिति)

इस अवस्था में उसे लगता है कि वह परमधाम में ही ज्योतिबिन्दु के रूप में बैठा है। उसे और कोई संकल्प नहीं आता बल्कि वह अपने स्वरूप में ही पूर्ण रूप से स्थित होता है और अपने अनादि रूप अर्थात् अपने लक्ष्य तक पहुँचा होता है। इस प्रकार राजयोगी का मन शून्य न होकर अनुभूति में खोया हुआ रहता है।

– ब्र.कु. आत्म प्रकाश

प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के

दिव्य बुद्धि 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- दादी जी, मम्मा ने ऐसा क्या पुरुषार्थ किया जो नम्बरवन चली गई? मम्मा की कुछ विशेषतायें सुनायें।

उत्तरः- मम्मा ने ज्ञान को न सिर्फ कानों से सुना पर उस निज ज्ञान को एकदम प्रैक्टिकल जीवन में लाया – गुणों के आधार से, ज्ञान के आधार से, योग के आधार से और सेवा के आधार से। मम्मा ने हर सबजेक्ट में नम्बरवन लिया। मम्मा बहुत प्यार से बैठकर ज्ञान सुनाती थी। मम्मा ज्ञान की एक-एक बात की गहराई में जाती थी। जैसे बाबा कहते हैं, बच्चों की ऐसी विशाल बुद्धि चाहिए, तो मम्मा की बुद्धि बहुत विशाल थी। डल बुद्धि, जामड़ी बुद्धि नहीं थी।

मैं भाग्यवान हूँ, बाबा-मम्मा को ज्ञान के पहले भी देखा था। बाबा को देखा था जौहरी की पर्सनैलिटी से, वन्डरफुल पर्सनैलिटी थी। मम्मा को देखा था कुमारियों में से फैशनेबल कुमारी, यज्ञ में आते ही उसमें अति परिवर्तन देखा। यह भी मम्मा की कमाल थी। एक धक से फैशन को छोड़ बहुत सिम्पल बन गई। शान्तामणि दादी मम्मा की मौसी की लड़की थी परन्तु एक-दो का आपस में लौकिक सम्बन्ध है, यह किसी को भी दिखाई नहीं पड़ा। मम्मा बहुत डिटैच रहती थी। न्यारी-प्यारी। यह मम्मा की बड़ी खूबी थी। मम्मा कभी लौकिक सम्बन्ध के हिसाब से नहीं रही। मम्मा बहुत रॉयल थी।

मम्मा ने माँ का पार्ट बजाया लेकिन मम्मा के चलने-फिरने में भी कभी रोब नहीं देखा। मम्मा अमृतवेले चक्कर लगाती थी लेकिन कभी किसी से रोब से बात नहीं की। हम अजब खाती थी, पूणे में मम्मा हमारे साथ थी, सबके साथ मिलते-जुलते बहुत गम्भीर।

मम्मा बहुत-बहुत न्यारी, न्यारी थी। मम्मा रात को मुरली पढ़ती थी ऐसे जैसे यहाँ है नहीं। स्टडी बहुत अच्छी थी। पद जो है वह स्टडी से है। बाबा का पद स्टडी से है। शिवबाबा पढ़ा रहा है, पढ़ाई से बहुत प्यार चाहिए।

मम्मा की विशेषताएँ –

1- मम्मा को परचिंतन, परदर्शन का जैसे पता ही नहीं था। कभी मम्मा को परचिंतन करते हुए नहीं देखा।

2- जो बाबा ने कहा, मम्मा ने वही किया। कभी भी उसमें अपना संकल्प भी एड नहीं किया।

3- मम्मा सदा एकान्तवासी थी। बहुत कम बोलती थी। मम्मा को एकान्त बहुत पसन्द था। दो बजे उठकर छत पर चली जाती थी, वहाँ एकान्त में तपस्या करती थी। मम्मा तपस्वीमूर्त थी।

4- मम्मा सदा अपने स्वमान में रही और सबका स्वमान बढ़ाने में नम्बरवन रही।

5- मम्मा, बाबा की मुरली कई बार पढ़ती थी। मम्मा बहुत नम्रचित थी।

प्रश्नः- अन्तिम गति अच्छी हो, उसमें कौन-सा पुरुषार्थ काम आएगा?

उत्तरः- मम्मा समझाती थी, सबसे अच्छी बात है रियलाइजेशन।

परिवर्तन उससे आता है। मैं आत्मा हूँ, परमात्मा का बच्चा हूँ, कर्मों की गुह्यगति को समझा। याद से शक्ति आयेगी तो बाबा की जो नॉलेज है, धारण होगी। फिर कर्म अच्छे होंगे, फिर संग अच्छा मिलेगा, धारणा सेवा कराती है। परमात्मा बाप की शिक्षा, समझानी, सावधानी से सकाश मिल रही है। कोई पूछते हैं, तुम कैसे चलती हो? बाबा ने अपने को छिपाके बच्चों को आगे रखा है। बाबा के अन्तिम घड़ी के महावाक्य हैं ना वो हर घड़ी याद रहें – निराकारी, निर्विकारी, निरहंकारी। हमारी अन्त मते सो गति वही होवे। निराकारी स्थिति में रहने से निर्विकारी। काम नहीं, कोई क्रोध नहीं। इस पुरुषार्थ में थकना नहीं है। जिसको पढ़ाई से प्यार है ना, उसे पढ़ाई की और पढ़ाने वाले की बहुत कदर होती है, वो कभी थकेंगे नहीं। थकने में आवाज़ चेंज हो जाती है। मंजिल ऊंची है, मुझे पहुँचना जरूर है, थकना नहीं है इसलिए बाबा कहता है, चित्रों के सामने जाके बैठो, यह पुरुषार्थ बहुत अच्छा है। बहुतकाल से जो प्राप्ति है ना वही अन्त मते काम में आयेगी, अभी भी वही काम में आ रही है।

प्रश्नः- चढ़ती कला क्यों नहीं होती?

उत्तरः- चढ़ती कला क्यों नहीं होती है? अलबेलाई और आलस्य के साथ, सूक्ष्म ईर्ष्या का भी अंश है। अपनी घोट तो नशा चढ़े, जो ओटे सो अर्जुन, जो करना है सो अब कर ले। इसमें कुछ मेरे मंत्र हैं जो यंत्र का काम करते हैं। जो हुआ सो अच्छा, ज्यादा संकल्प को चलाने का एलाउ नहीं है। इतना ज़रूर है, हरेक के दिल में बाबा, बाबा, बाबा हो। बाबा शान्ति की शक्ति देते हैं, शान्त रहने की शक्ति देते हैं, वह शक्ति हमको शान्ति से कार्य-व्यवहार करने में मदद करती है। इतने सब सेवा के प्रोग्राम करते कोई को भी भारीपन नहीं है, सभी हल्के-हल्के हैं ना। हरेक सेवा से भाग्य बना रहे हैं और खुशी से संगठन में एक-दो के साथ रहते हुए गुण उठा रहे हैं। मेरे पास जो कोई ग्राहक आयेगा, गुण ले लेगा। मैंने एक गुण भी उसका लिया तो वो 10 गुण लेके जायेगा इसलिए टाइम देना ज़रूरी है और अच्छा भी लगता है। गुणग्राही को खींच होती है तो हमारा काम है गुणदान करना। दिल कहता है, जब जिसको जो चाहिए वो मिले।

प्रश्नः- आपकी दृष्टि में आस्तिक कौन है?

उत्तरः- बाबा रोज़ाना इतना जो कहता रहता है, याद करो, याद करने वाला है आस्तिक, जो कम याद करता है वो नास्तिक। नास्तिक है माना उसका चलन, चेहरा, बातचीत सब अलग ही होगा। तो अपने से पूछो, मैं कौन हूँ? आस्तिक हूँ या नास्तिक? याद किसको कहा जाता है, उसकी गहराई में जाना है। याद से इतने फायदे हैं जो और कोई बात याद आती नहीं है, मुझे तो बहुत फायदा है। खास बैठ करके बाबा को याद नहीं करती हूँ पर उसके सिवाए और कोई बात याद आती ही नहीं है।

प्रश्नः- बाबा की मुरली सुनकर फिर आप क्या करते हो?

उत्तरः- मैं बचपन से ले करके, जो मुरली सुनेंगी या पढ़ेंगी उस पर कुछ न कुछ एक्ट दिन भर में ज़रूर करेंगी। नहीं तो बाबा को क्या मुंह दिखाऊँ! बाबा मुरली किसके लिए चलाता है? मैं नोट करती रहती थी, कॉपी पर नहीं, ऐसे अंगुली पर नोट करती थी कि बाबा ने यह, यह कहा है, इज़ी है। तो बाबा ने कितनी बातें सुनाई, पर्सनल हमारे लिए और सेवा के लिए। बाबा ने बाप को याद करने के लिए कितना समझाया, कैसे याद करना है, किसको करना है, देखें, मेरी बुद्धि में क्लीयर है? फिर सारा दिन व्यवहार में, सम्बन्ध में क्लीयर होने के कारण वह जो योग है ना, उसका बल काम करता है। बुद्धि में न सिर्फ ज्ञान है पर करने के लिए क्लीयर है। अनेक कार्यों में योग क्लीयर है, बल मिल रहा है। निज को देखने से इतनी खुशी होती है कि खुशी में डांस किया जाए।

❖

अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस एवं राज्याश्रय

❍ ब्रह्माकुमार रमेश, मुंबई (गामदेवी)

संयुक्त राष्ट्र (United Nations) की सर्वसाधारण सभा में भारत के प्रधानमंत्री भ्राता नरेन्द्र मोदी ने एक प्रस्ताव रखा था कि अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस हर साल मनाया जाये। बाद में यही बात उन्होंने विश्व के 20 बड़े देशों की (G-20 Summit) शिखर परिषद् में भी कही। संयुक्त राष्ट्र ने भारत की इस बात को उठाया और सभी देशों ने अपनी सहमति दी। इस प्रकार 21 जून को अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के रूप में मनाने का निश्चित हुआ।

यह भी एक ईश्वरीय संकेत है कि कैसे शिवबाबा ने यह कार्य किया। देखा जाये तो 21 जून को रविवार है और वह भी मास का तीसरा रविवार। ब्रह्माकुमारीज़ में मास के तीसरे रविवार को सभी अन्तर्राष्ट्रीय योग करते हैं और इसी बात को अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर मान्यता मिली, यह बहुत बड़ी बात है।

बाबा के ज्ञान में मुख्य चार सबजेक्ट्स हैं – ज्ञान, योग, धारणा और सेवा। इनमें भी योग का स्थान बहुत ऊँचा है। उसमें भी अमृतवेले के योग को बहुत महत्वपूर्ण माना गया है। वैसे तो कई लोग योग करते हैं, भारतीय जीवन बीमा निगम का स्लोगन है, योगक्षेमं वहाम्यहम्। कई शैक्षणिक संस्थाओं का स्लोगन है, योगः कर्मसु कौशलम् आदि-आदि। आजकल जैसे शिक्षा, स्वास्थ्य आदि को धर्मादा गतिविधि के रूप में लिया है वैसे ही योग भी एक पाँचवाँ विषय हैं जिसे धर्मादा गतिविधि के रूप में लिया गया है।

1986-87 में भारत के तत्कालीन प्रधानमंत्री श्री राजीव गांधी जी के नेतृत्व में नई शिक्षा प्रणाली बनाई गई थी जिसमें योग की शिक्षा को मान्य किया गया था। उसमें शिक्षा की व्याख्या इस प्रकार है, शिक्षा द्वारा भौतिक और आध्यात्मिक सर्वांगीण विकास हो, यही शिक्षा है।

इसी प्रकार योग के महत्व को राज्याश्रय मिला है। राज्याश्रय अर्थात् विश्व के सभी राष्ट्रों द्वारा उसे मान्यता मिली है और साथ-साथ कई इण्डस्ट्रीज़ द्वारा Corporate Social Responsibility (CSR) के अन्तर्गत योग को महत्व दिया गया है। विश्व के इतिहास में हम देखते हैं कि जब तक किसी भी प्रवृत्ति को राज्य आश्रय नहीं मिलता है तब तक उसका प्रचार-प्रसार त्वरित गति से नहीं होता।

बौद्ध धर्म के संस्थापक गौतम बुद्ध ने गया में तपस्या की। बाद में धर्म का प्रचार-प्रसार करना शुरू किया। कहानी में बताया गया है कि सम्राट अशोक को एक सज़ा मिली थी और उन्हें सूर्यास्त से पहले मृत्युदंड मिलना था। सूर्यास्त के समय घंटनाद होता था। सम्राट अशोक को सज़ा से बचाने हेतु एक बौद्ध साध्वी उस घंटे पर बैठ गई। जब घंटा बजाने लगे तो साध्वी का शरीर ही टकराने लगा और आवाज़ उत्पन्न ही नहीं हुई और फिर सूर्यास्त हो गया। इस प्रकार सम्राट अशोक का मृत्युदंड टल गया। जब सम्राट अशोक को मालूम पड़ा तो वे साध्वी से मिलने गये। साध्वी मृत्युशैय्या पर थी। सम्राट अशोक ने उनसे अंतिम इच्छा के बारे में पूछा तो साध्वी ने कहा कि आप बौद्ध धर्म स्वीकार करें और उसका प्रचार-प्रसार करें। बाद में सम्राट अशोक ने अनेक स्तूप, पैगोडा आदि बनवाये तथा अनेक बौद्ध साधुओं को इस धर्म का प्रचार-प्रसार करने हेतु देश-विदेश में भेजा। राज्याश्रय मिलने के कारण बौद्ध धर्म सारे विश्व में फैल गया।

इसी प्रकार ईसाई धर्म को भी राज्याश्रय मिला। हम सब जानते हैं कि ईसा मसीह को सूली पर चढ़ाया गया। बाद में उनके परम शिष्य सेंट

पीटर्स (St. Peters) ने ईसाई धर्म को आगे बढ़ाने का प्रयत्न किया। इस धर्म के प्रचार-प्रसार के लिए वे रोम के सम्राट के पास पहुँचे और उन्होंने ईसाई धर्म को अपनाया। ईसाई धर्म को रोमन कैथॉलिक धर्म के रूप में मान्यता मिली। रोमन सम्राट ने रोम के नजदीक वैटिकन सिटी (Vatican City) बनाई जिसे राज्य का दर्जा मिला है। वैटिकन में सबसे बड़ा पोप रहता है, वहीं से सारे विश्व में ईसाई धर्म का संचालन करता है। ईसाई धर्म का कारोबार पहले यरूशलम में था परंतु रोमन सम्राट से राज्याश्रय मिलने से यह कारोबार अति तीव्र गति से बढ़ गया और आज विश्व में 2.2 अरब जनता ने ईसाई धर्म अपनाया है।

यादगार शास्त्र महाभारत में श्रीकृष्ण तथा कौरव-पाण्डव आदि सभी राज्य घराने के हैं। यादगार युद्ध के मैदान में जब गीता ज्ञान दिया गया तब भी सभी राजाजन उपस्थित थे। महाभारत में 14 गीताओं का गायन है। उनमें भगवान ने यही कहा है कि एक सत्धर्म की स्थापना करने तथा अधर्म का विनाश करने के लिए मैं अवतार लेता हूँ।

यहूदी धर्म के स्थापक हजरत मूसा थे जिन्होंने ही परमात्मा के 10 सूत्रों (10 commandments) के द्वारा आध्यात्मिकता का प्रचार-प्रसार किया। मूसा भी राजकुमार थे। उनका अपने छोटे भाई रामसे के साथ संघर्ष हुआ और उन्होंने अपना राज्य अधिकार अपने भाई को दिया व खुद यहूदी धर्म का प्रचार-प्रसार करने लगे। बाद में वे बहुत नामीग्रामी बन गये। अमेरिकन सरकार यहुदियों को सब प्रकार की सहायता देती है। इस प्रकार यहूदी धर्म को राज्याश्रय मिला और उस धर्म का कारोबार अच्छी रीति चला।

जैन धर्म के संस्थापक महावीर भी राज्य परिवार से थे और उन्होंने भी राज्य त्याग किया और तपस्या की। उनके द्वारा प्रस्थापित राज्य में उन्होंने जैन धर्म का प्रचार-प्रसार किया। वह राज्य उनके द्वारा प्रस्थापित होने के कारण धर्म को राज्याश्रय मिला। दक्षिण भारत में उनके ही विचारों के आधार पर श्रवणबेलगोल में मूर्ति की स्थापना की। उस मूर्ति का इतिहास यह है कि दो भाई राजगद्दी के लिए लड़ रहे थे। एक बार जब उनकी लड़ाई हो रही थी तो बडे भाई ऋषभदेव ने छोटे भाई को परास्त किया और उसे मारने के लिए प्रहार अर्थ हाथ उठाया। फिर अचानक उसे छोड़ दिया और राज्य अपने छोटे भाई को दे दिया। खुद जैन धर्म में चला गया। उनके यशोगान अर्थ यह बहुत बड़ी मूर्ति बनाई और वे तीर्थंकर के रूप में प्रसिद्ध हैं।

आबू का देलवाड़ा मंदिर भी ऐसे ही राज्याश्रय मिलने के कारण ही बना। उस समय विमल शाह गुजरात के प्रधानमंत्री थे और बाद में वस्तुपाल व तेजपाल राजा के प्रधानमंत्री एवं सेनापति थे। उन्होंने देलवाड़ा में मंदिर का निर्माण किया। आबू उस समय गुजरात में था इसलिए राजा की सहमति से ही इस मंदिर का निर्माण हुआ। वे अरावली के पहाड़ों पर रास्ता बनाकर, हाथी-घोड़ों पर संगमरमर आदि लादकर ले गये, कारीगर लेकर गये और इन मंदिरों का निर्माण किया।

जापान में शिंटो धर्म भी राज्याश्रय प्राप्त धर्म है। सभी धर्मों का कारोबार राज्याश्रय द्वारा शुरू हुआ। ईसा मसीह पहले एक सामान्य व्यक्ति थे जिन्होंने ईसाई धर्म की स्थापना की। भारत के सिख धर्म के संस्थापक गुरुनानक देव भी राजाई परिवार के नहीं थे।

भारत की संस्कृति में राक्षसों का भी इतिहास रहा है। रावण राजा था, बलि राक्षस भी राजा था। बलि राजा के संहार के लिए वामन अवतार हुआ। हिरण्यकश्यप भी राजा था, उसके संहार के लिए नृसिंह अवतार हुआ।

महाभारत में बताया है कि कलियुग कैसे शुरू हुआ। महाभारत में नलाख्यान में बताया है, कलियुग सृष्टि पर प्रवेश करने के लिए बहुत

समय से घूम रहा था। अंत में एक दिन नल राजा बहुत जल्दी में होने के कारण लघुशंका करके आये और उन्होंने हाथ नहीं धोये और उसी समय कलि ने उनमें प्रवेश किया और इस प्रकार कलियुग शुरू हुआ। राजा हरिश्चंद्र एवं राजा जनक बहुत ही धार्मिक थे और उसी कारण उनके समय में धर्म को राज्याश्रय मिला।

वर्तमान समय 52 देशों में इस्लाम धर्म को राज्याश्रय मिला है। ग्रेट ब्रिटेन में चर्च ऑफ इंग्लैण्ड का मुखिया राजा है। अमेरिका के राष्ट्राध्यक्ष बराक ओबामा जन्म से मुस्लिम थे परंतु बाद में उन्होंने ईसाई धर्म अपनाया परिणामस्वरूप उन्हें ज्यादा मत मिले और इस प्रकार वे अमेरिका के राष्ट्राध्यक्ष बने। हम भारतवासी जानते हैं कि भारत में जब मुगलों का राज्य था तब उन्होंने अपने धर्म का प्रचार-प्रसार किया तथा अनेकानेक मस्जिदें आदि बनाईं। भारत में सभी मुख्य धार्मिक स्थलों जैसे मथुरा, द्वारिका आदि पर उन्होंने अपनी मस्जिदें बनाईं। उसके बाद जब भारत पर अंग्रेज़ों का शासन शुरू हुआ तब उन्होंने भी अनेकानेक चर्च आदि बनाये तथा अपने धर्म का प्रचार-प्रसार किया। इन सब बातों को देखने से पता चलता है कि जब किसी भी बात को राज्याश्रय मिलता है तो उस बात का प्रचार-प्रसार अच्छी रीति हो सकता है। इस समय योग को न केवल भारत बल्कि सारे विश्व से मान्यता अर्थात् राजाश्रय मिल रहा है। हमने जैसे सुना है कि संयुक्त राष्ट्र संघ 21 जून को अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस मनाने के लिए बहुत बड़ा कार्यक्रम रखने वाला है तथा उस के उद्घाटन के लिए भारत के प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी एवं विदेश मंत्री को निमंत्रण देने वाला है। इस कारण संयुक्त राष्ट्र में योग का अनुभव व प्रचार-प्रसार होगा।

भारत सरकार ने CSR द्वारा ऐसी हरेक कंपनी जिसका वार्षिक लाभ (annual profit) 5 करोड़ रुपये या इससे ज्यादा है, को लाभ का 2% समाज कल्याण के लिए खर्च करने के लिए कहा है जिससे कि वे समाजसेवा कर सकें। तत्कालीन कानून मंत्री कपिल सिब्बल ने बताया था कि सभी कंपनीज़ के इस प्रकार के 2% लाभ को अगर एकत्र करें तो प्रतिवर्ष 26,600 करोड़ रुपये समाजसेवा के कार्यों में योगदान दे सकते हैं। ये 26,600 करोड़ रुपये जनता की सेवा में काम में आयेंगे।

बाबा ने इस प्रकार धन द्वारा ईश्वरीय सेवा करने के आधार पर जो सत्ताधीश बने हैं उनके लिए कहा है कि वारिस क्वालिटी और माईक क्वालिटी की सेवा करो। क्योंकि ऐसे लोगों द्वारा ही यज्ञ की स्थापना का कार्य तीव्र गति से हो सकता है। इसी आधार पर 21 जून के अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस द्वारा भारत में खास, विश्व में आम रूप से योग का प्रचार-प्रसार हो सकता है। जैसे बौद्ध धर्म की स्थापना में बौद्ध साध्वी ने अपना जीवनदान दिया उसी प्रकार हमें भी अपना जीवनदान तो नहीं परंतु हमें अपनी वृत्ति एवं वायब्रेशन्स से सेवा करनी है। यज्ञ का भी इस वर्ष का मुख्य विषय 'सहज राजयोग द्वारा स्वस्थ एवं सुखी समाज' तय हुआ है।

इस वर्ष यज्ञ की वार्षिक सेवायोजना की मीटिंग में भी यह तय हुआ कि ज्ञानामृत, प्यूरिटी तथा भारत की अन्य भाषाओं के मासिकों का जून का अंक विशेष रूप से योग के विषय पर छपेगा तो अच्छा होगा जिससे कि योग के बारे में विशेष रूप से सभी आत्माओं को जानकारी मिले और इसका कारोबार तीव्रगति से हो। साथ में यह भी बात बताई कि हो सके तो नये तरीके से योग की प्रदर्शनी आदि बने। 21 जून, अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस के उपलक्ष्य में सेवाकेन्द्रों पर तीन दिन का सेमीनार, शिविर या व्याख्यानमाला आदि का भी आयोजन कर सकते हैं। भारत के नामीग्रामी संत ने वैश्विक स्तर पर हठयोग के बारे में काफी जागृति लाई है उसी प्रकार हमें भी परमात्मा द्वारा सिखाए हुए राजयोग का प्रचार-प्रसार करना है।

इस लेख का मुख्य प्रयोजन यही है कि बाबा द्वारा सिखाये हुये योग का प्रचार एवं प्रसार करने के लिए इस सुसंधि का हमें लाभ लेना है। बाबा ने हम आत्माओं को ज्ञान दिया, हमारी पालना की और कर भी रहा है। अत: बाबा ने अपना कार्य किया अभी आगे के कार्य को, आगे बढ़ाने के लिए बाबा ने हमें निमित्त बनाया है। जैसे अभी हमारे बाबा का गीत निकला है, झलक तुम्हारी ओ प्यारे भगवन.....कराने वाला करा रहा है करनहार हम किये जा रहे.....। इस प्रकार बाबा की मदद से यह कार्य हम तीव्रगति से बढ़ा सकते हैं। यही अब हम सबके लिए समय की पुकार है। बाबा के हम बच्चों को समय की पुकार और अवधि मालूम है, उसे समझ कर तीव्रगति से पुरुषार्थ करना है। योग का प्रचार-प्रसार करने हेतु अब हमें राज्याश्रय मिल रहा है उसका पूर्णरूपेण फायदा लेना है। हमारी मातेश्वरी जी के अनुसार बीसों नाखूनों का ज़ोर लगाकर पुरुषार्थ करना चाहिए।

हम अगर अच्छी रीति पुरुषार्थ करके बाबा के इस योग के बारे में विश्व में जागृति लायेंगे तो 2015 का यह वर्ष हमारे यज्ञ के इतिहास में स्वर्णाक्षरों में लिखा जायेगा। हमारा दैवी परिवार इस कार्य में आगे बढ़े, यही हमारी शुभभावना-शुभकामना है।

राजयोग से बदला जीवन

ब्रह्माकुमार शिवस्वरूप सिंह, जोया (अमरोहा), उ.प्र.

जब एक व्यक्ति की मानसिक आवृत्ति किसी अन्य से जुड़ जाती है तो एक प्रतिउत्तर की प्राप्ति का अनुभव होता है। मान लीजिए, हमने किसी को याद किया और वह तुरन्त मिल गया तो कहा जाता है, तुम्हारी उम्र बहुत बड़ी है। क्यों, क्योंकि हम उसे अभी याद कर रहे थे। इसका अर्थ है हमारी और उसकी मानसिक आवृत्ति समान है। जब हम आत्मिक स्थिति में होते हैं, तब हमारी मानसिक आवृत्ति परमात्मा के समान हो जाती है। तब हमें उनसे भी प्रतिउत्तर की प्राप्ति का अनुभव होता है, यही राजयोग की विधि है।

अनुभूतियाँ

ईश्वरीय ज्ञान द्वारा स्वयं की सही पहचान मिलने से जब-जब मूलवतन की सैर करता हूँ तो गहन शांति अनुभव होती है। आत्मा के सातों गुणों की अनुभूति से गहन आनन्द की प्राप्ति होती है, स्थूल वतन का कुछ भी पाने को मन नहीं करता है। पाना था सो पा लिया, यह भाव जागता है। बाबा की याद भुलाई नहीं जा रही है। बाबा ने मेरे लौकिक परिवार को बिना कोई खर्च किए अपने पैरों पर खड़ा कर दिया जबकि लोग पैसा खर्च करके भी सफलता को नहीं पाते। राजयोग से मुझे फायदा हुआ है कि मैं स्वयं अपनी रचना से सन्तुष्ट हूँ। दिल कहता है, वाह बाबा वाह! आपने कमाल कर दिया।

परमात्मा से मिलन होने के बाद स्थूल दुनिया से विरक्त हूँ। मैं आत्मा निर्भय, निर्वैर, अकालमूर्त हूँ, ऐसी अनुभूतियों ने जीवन को स्वर्गिक बना दिया है। बाबा ने कौड़ी से हीरा बना दिया है। पिछले जीवन की अनेक बुराइयों जैसे तम्बाकू सेवन, शराब आदि से छुटकारा मिल गया है। पहले सम्बन्धों में कटुता रहती थी, अब आत्मिक दृष्टि आने से 'हम एक पिता की सन्तान हैं' यह भाव व्यवहार में आ गया है। पहले जीवन असार लगता था, अब अनुभव होता है कि जीवन अमूल्य है, जीवन ही बदल गया है।

अब घर में ही बाबा की पाठशाला का संचालन हो रहा है। लौकिक, अलौकिक दोनों ही परिवारों में बहुत प्रेम बरस रहा है। मेरे साथ-साथ पड़ोसियों, सम्बन्धियों, मिलने वालों के जीवन में परिवर्तन आ गया है। दिल कहता है – ओ बाबा आपका ये प्यार जो मिला।

खुशियों से बाग दिल का रहता खिला-खिला।।

स्मृति दिवस पर विशेष....

मम्मा

यज्ञ-माता

ब्रह्मा बाबा के साथ मम्मा ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य संस्थापिका थीं। वे तीक्ष्ण (तीखी) विद्यार्थी थीं, जो भी बाबा ने कहा, उनके दिल पर छप जाता था और वे शब्दश: दुहरा देती थीं। किसी भी वत्स की भूल देख उसे सुधारने में मदद करती थीं। मम्मा अंतर्मुखता का आनंद लेती थीं। वे एकांतप्रिय थीं, बहुत नम्रता से बात करती थीं और परिपक्वता (सयानापन) की मूर्ति थीं। मम्मा की एक सखी ने उनके विषय में इस प्रकार वर्णन किया है –

माँ तथा मौसी जाने लगी सत्संग में

मम्मा का घर बाबा के घर से अगले रास्ते पर था। मम्मा और उनकी बहन (गोपी) साथ में स्कूल जाती थीं। मम्मा का चेहरा बहुत सुंदर और आकर्षक था। मैं दोनों बहनों को बहुत पसंद करती थी। कभी-कभी मैं मम्मा से ईर्ष्या करती थी और सोचती थी, भगवान ने इसे इतना सुन्दर बनाया, लम्बे बाल दिये, सुंदर चेहरा और मधुर आवाज दी। मम्मा के पिता तथा मौसा की मृत्यु हो गई तब मम्मा की लौकिक माँ तथा मौसी ने ब्रह्मा बाबा के सत्संग में जाना प्रारंभ किया। उन्होंने मम्मा को भी आने की सलाह दी, कहा, तुम कुमारी हो, ज्यादा आसानी से ज्ञान को समझ सकोगी।

बाबा ने दिया ज्ञान-कलश

मम्मा जब सतसंग में आयी, बाबा को देखा, एक झलक में बाबा-मम्मा एक-दूसरे को पहचान गये। बाबा ने कहा, ''यह मेरी सिकीलधी (बहुत समय की बिछुड़ी, अब आकर मिली) बच्ची है'' और मम्मा ने कहा, ''आप मेरे पिता हैं जिन्हें मैंने खो दिया था और अब फिर से पा लिया है।'' बाबा ने उन्हें ज्ञान-कलश दिया, बाबा ज्ञान-बिन्दु लिखकर मम्मा को देते थे और कहते थे, इनका मंथन कर भाषण करो। मम्मा पढ़कर व्यवहारिक भाषण करती थी। मम्मा को सुन कर सब बहुत खुश होते थे। बहुत ज़िद्दी और भौतिकवादी भी मम्मा से ज्ञान का कोर्स करके परिवर्तन हो जाते थे।

बुरी आदतें छोड़ दीं

एक व्यापारी भाई, जो विश्व भर में घूमा था, बहुत खर्चीली पार्टियाँ दी थीं, सत्संग में आने लगा। मम्मा ने उसे कोर्स कराया और कहा, ''आपका शरीर एक मन्दिर है, आप इस मंदिर में विराजमान मूर्ति आत्मा हो। मंदिर के देवी-देवताओं को आप पवित्र चीज़ें अर्पण करते हो, तो अपने शरीर में बैठे देव के लिए कौन-सी चीज चढ़ाओगे।'' वह ज्ञान के इस तीर से प्रभावित हो गया और तुरंत बुरी आदतें छोड़ दीं। उसने मम्मा से प्रतिज्ञा की, ''यदि मैं मर जाऊँ तो मरने का दुख नहीं होगा परंतु मैं पुराने रास्तों पर वापस कभी नहीं लौटूँगा।'' एक बार

वह बीमार पड़ गया, डॉ. ने शराब पीने व धूम्रपान करने के लिए कहा अन्यथा वह मर जायेगा परंतु उसने मना कर दिया। अंतत: वह ठीक हो गया।

जो भी कहा, दिल से कहा

मम्मा जो भी कहतीं थी, उसका प्रभाव पड़ता था क्योंकि वे जो कुछ कहती थी, वह दिल से निकलता था। वे जो कहती थीं उसका स्वरूप बनकर कहतीं थी। बाबा ने समर्पण किया सम्पूर्ण तन, मन और धन। मम्मा कुमारी के पास धन नहीं था परंतु वह बाबा से आगे गयी। मम्मा ने संकल्प, बोल और कर्म अर्पण किये। मम्मा कोर्स कराती रही और विद्यार्थी शक्तिशाली बनते-बनते अंतत: ब्रह्मावत्स बन गए। मम्मा की धारणा बहुत पक्की थी। जैसे ही वे ओमध्वनि करती, सब उसका स्वरूप बन जाते। बाबा ने उन्हें ओमराधे नाम दिया। जब मम्मा किसी को दृष्टि देती थीं तो उसे श्री राधे व श्री लक्ष्मी का साक्षात्कार हो जाता था जैसे ब्रह्मा बाबा द्वारा श्रीनारायण या श्रीकृष्ण का साक्षात्कार होता था।

पालना की महान शक्ति

बाबा और उनकी लौकिक युगल यशोदा ओमनिवास में रहते थे जोकि छोटे बच्चों के लिए हॉस्टल (छात्रावास) था। दूसरा भवन ओममंडली था जहाँ मम्मा कुमारियों के साथ रहती थी। मधुरता उनका स्वाभाविक संस्कार था। ज्ञान से जुड़कर यह रूहानी मधुरता बन गई। मम्मा समझदार, गंभीर और सहज थीं। वे छोटे बच्चों के साथ बच्ची थी और बड़ों के साथ बड़ी। जब भी वे हमें उदास देखती, पास आकर हमें पुचकारती या अपना हाथ हमारे सिर पर रखकर कहती, बच्चे क्या हुआ? हम बहुत छोटे थे। बाबा हमेशा मम्मा से कहते थे, आपको इन बच्चों की सम्भाल करनी है।

ब्रह्मा ही असली माँ

हैदराबाद से कराची जाने के बाद दादा लेखराज जी को ब्रह्मा बाबा टाइटल और मम्मा को जगदम्बा सरस्वती टाइटल मिला। शिवबाबा कहते, ब्रह्मा ही आप बच्चों की असली माँ हैं क्योंकि इनके मुख से आपने जन्म लिया है परंतु इस परिवार और शक्ति सेना की प्रमुख के रूप में माता की आवश्यकता है इसलिए बाबा ने मम्मा को आगे रखा है। ब्रह्मा बाबा के परिवार को मम्मा से सरस्वती और राधे का साक्षात्कार होने पर उनमें मम्मा के प्रति प्रेम और उनकी भूमिका की समझ आयी। यद्यपि ब्रह्मा बाबा की लौकिक-अलौकिक सुपुत्री मम्मा से बड़ी थी, फिर भी बाबा, मम्मा को आगे रख यह चाहते थे कि सब उन्हें माँ रूप में देखें। मम्मा ने तब अनुभव किया कि वे बड़ी और परिपक्व हो गईं हैं यद्यपि शारीरिक आयु में वे छोटी थी।

बाबा द्वारा मम्मा की प्रशंसा

बाबा हमेशा मम्मा की प्रशंसा यह कहकर करते थे, ''शक्ति सेना में आगे मम्मा का आप बच्चों को अनुसरण करना चाहिए। मम्मा मुझ से भी आगे है क्योंकि जन्म से ही पवित्र है।'' हम बाबा के बोल से खुश हो, दौड़कर प्रशंसा सुनाने मम्मा के पास जाते और कहते, देखो, बाबा ने आपके बारे में क्या कहा? तब मम्मा मुसकराती, उस प्रशंसा को स्वीकार नहीं करती और कहती थी, ''आपको पता है, बाबा बहुत चतुर हैं, बाबा सबसे महान हैं परंतु वे अपने बच्चों को हमेशा आगे रखना चाहते हैं, पर क्या हम उनसे आगे जा सकते हैं? यदि एक पिता बच्चे को आगे रखे तो क्या इसका अर्थ यह है कि बच्चा उससे आगे (बड़ा) हो गया? नहीं, यह शिवबाबा की महानता है कि वह बच्चों को अपने से आगे रखते हैं।'' हम कहते थे, बाबा आपकी इतनी प्रशंसा करते हैं क्योंकि आप वैसी ही हैं।

मम्मा और बाबा से हमारे संबंध

बाबा बहुत गंभीर थे। हमारी वरिष्ठ दादियाँ उनके पास जाती थीं, हम भी बाबा के पास जाने के लिए उत्सुक रहते थे परंतु बाबा से बात करने में झिझक लगती थी। मम्मा हमारी देखभाल और पालना करती थी, हम उनके अधिक नज़दीक थे। हमसे जब भी कोई गलती हो जाती, तुरंत मम्मा के पास जाते थे। कभी दूसरों की शिकायत करते हुए कह देते थे, मम्मा, वह बहन जो मेरी शिकायत करती है, अच्छी नहीं है। तब मम्मा कहती थी, ''बच्चे, आप एक-एक महान आत्मा हो, छोटी बातों

को क्यों सोचते हो?'' इस प्रकार मम्मा दोनों पक्षों को अपनी गलती ढूंढ़ने में मदद कर ठीक कर देती थी। हम मम्मा के प्यार में खो जाते थे और शिक्षा लेते थे। बाबा के प्रति हमें आदर था परंतु मम्मा से ज्यादा लगाव था।

बाबा के ज्ञान के प्रति प्यार

हमें बाबा के ज्ञान से बहुत प्यार था इसलिए हम बाबा को अपना शिक्षक मानते थे। जब बाबा आते और दृष्टि देते तो हम उसमें खो जाते थे। छोटे बच्चे की तरह मम्मा हमें सहारा देती थी। जो कुछ हमें अच्छा नहीं लगता था, हम मम्मा से जाकर कहते थे। एक बार बाबा ने मुझे बुलाकर कहा, ''आपको मम्मा से बहुत लगाव है।'' मैंने महसूस किया कि बाबा इशारा दे रहे हैं, मुझे अपने व्यवहार को बदलना चाहिए, मैं गलत मार्ग पर हूँ, यदि मम्मा शरीर छोड़ दे तो मेरी क्या अवस्था होगी?

बाद में बाबा ने मुझे तथा दूसरी बहनों को सेवाक्षेत्र पर भेजा। बाबा-मम्मा ने गले लगाकर विदाई दी। उस दिन मैं बहुत रोयी कि बाबा, मम्मा को छोड़कर जा रही हूँ परंतु वह मेरे रोने का अंतिम दिन था। इसके बाद मैं कभी नहीं रोयी। नि:संदेह सेवाक्षेत्र पर हम और अधिक शक्तिशाली बन गये। मम्मा कहती थी, आप बहुत अच्छा पुरुषार्थ कर रही हो। मैंने अनुभव किया कि मम्मा की तरफ दौड़ने के बजाय बाबा से अधिक संबंध में आने के बाद मैं मम्मा के पास बचपने की बुद्धि से नहीं गई। बाबा कहते थे, ''यदि तुम छोटी-छोटी शिकायतें लेकर मम्मा के पास जाती हो तो इसका मतलब है, अभी भी बच्ची हो।''

बिना तर्क श्रीमत का पालन

मैंने देखा, मम्मा श्रीमत का यथार्थ अनुकरण करती थी। कभी प्रश्न नहीं किया कि यह कैसे संभव है? बाबा ने मम्मा से कहा, ''बहनों को साथ लेकर, सिल्क के कपड़े पर कढ़ाई कर बड़ा सृष्टि-चक्र बनाओ।'' मम्मा ने कहा, ''जी बाबा'', हम नहीं जानते थे, यह कैसे होगा। हम कहते, मम्मा, यह बहुत बड़ा काम है, इतनी बड़ी चादर, हम कैसे इतना बड़ा चक्र बना सकते हैं? मम्मा कहती थी, ''हमें कहने वाला कोई देहधारी नहीं है, ईश्वर ने खुद कहा है इसलिए हम 'ना' या 'प्रश्न' नहीं कर सकते।'' पन्द्रह दिन बाद हमने इसे तैयार कर बाबा को दिया, बाबा ने बहुत प्यार दिया। जब मम्मा, बाबा के पीछे बैठी होती थी, बाबा अक्सर कहते, ''मम्मा, ये संभव है?'' मम्मा कहती थी, ''हाँ बाबा'' जब वे ''हाँ बाबा'' कहती थीं, समझो कार्य हो गया। वे रातदिन जागकर स्वयं वह कार्य करतीं। भोजन बनाना, सब्जी काटना, अनाज सफाई आदि कार्य मम्मा स्वयं करती थीं। हम भी उन्हें देखकर करने लगते थे। संगठन के छोटे से छोटे कार्य में मम्मा साथ देती थी इसलिए किसी को यह देहभान नहीं आता था कि यह छोटा कार्य है, मैं कैसे कर सकती हूँ? मम्मा अपनी दिनचर्या में बहुत पाबंद थी। यदि उन्हें 6 बजे आना होता तो वे बिल्कुल 6 बजे आ जाती थी, एक सेकण्ड की देर नहीं करती थी। मम्मा प्रात: 6 बजे घूमने जाती थी और हम उनके साथ जाते थे।

संकल्प, बोल, कर्म में यथार्थ

हम मम्मा को कहते, ''मम्मा, आपमें तो बहुत गुण पहले से ही हैं, आपको हमारी तरह इन्हें धारण करने के पुरुषार्थ की आवश्यकता नहीं है।'' तब मम्मा कहती, ''नहीं, पहले ये (गुण) मुझमें नहीं थे, भले ही ये अभी मुझमें स्वाभाविक दिखाई देते हैं पर ज्ञान के द्वारा मैंने इन दिव्य गुणों को प्राप्त किया है। बाबा ने मुझे दिव्यता से भरा है। मैं जानती हूँ, मैं लक्ष्मी बनने वाली हूँ, इसका मतलब यह नहीं है कि मुझे पुरुषार्थ की ज़रूरत नहीं है।'' मम्मा अपने संकल्प, बोल, कर्म में यथार्थ थी। वे बहुत स्नेही थीं इसलिए कोई भी उनके प्रति गलत भावना अनुभव नहीं करता था। मम्मा हर बात के लिए हम में बहुत उत्साह भरती थी। हमारा उनसे बहुत प्यार था। वे हमारी विशेषताएँ यज्ञ में उपयोग कराती थी।

भय किया समाप्त

मुर्दे से हम कुमारियाँ बहुत डरती थीं तथा किसी बात में जल्दी रोती थीं। ऐसा लगता था कि यह भूत है, जो पकड़ लेगा। मम्मा ने समझाया, ''यह तो बिना मालिक के खाली घर है, इससे डरने की क्या ज़रूरत है?'' समझ आने से हमारा डर निकल गया। हममें

सहनशक्ति की भी कमी थी परन्तु मम्मा ड्रामा पर बहुत दृढ़ थी। वे ड्रामा पर गहन मुरली चलाती थी। ड्रामा के ज्ञान का उपयोग कर मम्मा ने हमें स्थिर बनाया। वे कहती थी, ''जो भी हुआ, ड्रामा में निश्चित था, अब यह 5000 वर्षों बाद पुन: घटित होगा इसलिए भूतकाल का दृश्य भूल जाओ।'' बाबा बहुत सहज थे। वे कहते थे, ''सही समय पर हंसो, गलत समय पर नहीं।'' जब बाबा हमें दृष्टि देते थे, हम हिल भी नहीं सकते थे। यदि बहुत समय से दृष्टि लेते-लेते हम आँखें बंद कर लेते तो बाबा कहते थे, ''आपने अपनी आँखें क्यों बंद की? जब बाबा दृष्टि देते हैं तो वे बच्चे आँखें बंद करते हैं जो बाबा को पहचानते नहीं हैं। जब बाबा इतनी प्यार भरी दृष्टि देते तब आँखें बंद करना माना दरवाज़ा बंद करना और वे बच्चे शक्ति ले नहीं पाते।''

मम्मा-बाबा का एक-दो के प्रति सम्मान

मम्मा का बाबा के प्रति बहुत आदर था। मुझे याद है, एक बार मम्मा और बाबा हमें पहाड़ पर ले गये। बाबा ने पूछा, आप कौन-से पहाड़ पर चढ़ना चाहते हैं? हमने विभिन्न नाम बताये, बाबा प्रत्येक के प्रति हाँ-हाँ कहकर सिर हिलाते रहे। मम्मा हमें देख रही थीं। हमने मम्मा से पूछा, हमारा बाबा से ऐसा कहना सही था क्या? मम्मा ने कहा, हाँ ठीक था। कुछ देर बाद मम्मा ने हमें बहुत प्यार से, आदर का महत्व समझाया। तब हमने कहा, बाबा, आप हमें जहाँ भी ले जायेंगे, हम जायेंगे। मम्मा कभी व्यर्थ बातें नहीं करती थी। कभी-कभी हम अपनी बातें आपस में सुनाते थे परंतु मम्मा का बाबा के सिवाय और किसी से संबंध नहीं था। मम्मा अपने दिल की बातें किसी से नहीं कहतीं थीं। मम्मा दीदी और दादी के बहुत समीप थीं परन्तु फिर भी कहती थी, ''मम्मा ऐसा चाहती है परंतु अच्छा होगा यदि आप बाबा से पूछो''। कभी-कभी बाबा भी कहते थे, ''बाबा ऐसा चाहता है (सोचता है) परन्तु आप मम्मा से पूछ सकते हो।'' बाबा-मम्मा एक-दूसरे से पूछ कर अंतिम निर्णय लेते थे। इस प्रकार मम्मा और बाबा एक-दूसरे को आदर देते थे।

जब मम्मा ने शरीर छोड़ा

जब मम्मा ने शरीर छोड़ा, मैं मधुबन में नहीं थी। मम्मा का ऑपरेशन हुआ परंतु उन्होंने योगबल से दर्द को नियंत्रित किया। बाबा ने मम्मा के सामने बैठकर दृष्टि दी। मम्मा ने बगीचे से सीजन के निकले प्रथम अंगूर बच्चों को दिये और आधे घंटे बाद अपना शरीर छोड़ दिया। हमने यह अनुभव किया कि योगबल से उन्होंने कर्मों के खाते को जीत लिया था। मम्मा ने कभी प्रदर्शित नहीं किया कि वे कष्ट में हैं। अंत तक उन्होंने सेवा की। जब मैंने मम्मा के शरीर छोड़ने की खबर सुनी तो मुझसे खाना नहीं खाया गया। जब मैं मधुबन पहुँची, सभी बहुत शांत और सहज थे। मम्मा की देह का अंतिम संस्कार हो चुका था। मैंने महसूस किया जैसे वे अभी भी साकार हैं। जब उनके कमरे में गयी और उसे खाली देखा, आँखों में आँसू आ गए। हम जो भी आये थे, सबकी आँखों में आँसू थे। बाबा को जब पता चला तो उन्होंने हमें बुलाया। बाबा ने मुझे देखकर कहा, ''मेरी बच्ची तुम क्यों आई हो?'' मैंने सोचा, मम्मा ने शरीर छोड़ा और बाबा ऐसे बोल रहे हैं जैसे कुछ हुआ ही नहीं। बाबा ने फिर से पूछा, ''बच्ची, तुम क्यों आई हो?'' अब मैं अपने को रोक नहीं सकी, मैं रोने लगी और कहा, ''मैंने मम्मा की खबर सुनी इसलिए। '' बाबा मुसकराये, यह देख मेरा चेहरा तुरंत बदल गया, आँसू बंद हो गये। मैंने अनुभव किया कि मैंने बाबा के सामने गलत किया। बाबा ने कहा, ''ड्रामा बहुत कल्याणकारी है, तुम्हें यह पता है?'' मैंने कहा, ''हाँ बाबा।'' बाबा ने कहा, ''बाबा कल्याणकारी पिता है?'' मैंने कहा, ''हाँ बाबा।'' बाबा ने मुझसे हाँ-हाँ कहलवाया। मैंने अपने आँसू पोंछ लिए, तब बाबा ने कहा, ''मम्मा के जाने के पीछे बहुत बड़ा कल्याण है। ड्रामा में जो भी होता है वह हमारे लिए कल्याणकारी है। आप शिव पिता और ड्रामा में कोई संदेह नहीं कर सकते।'' बाबा ने मुसकराकर कहा, ''आप मेरे साथ शोक करने आयी हो?'' मैंने कहा, ''नहीं बाबा, मैं स्वयं को हल्का बनाने आयी हूँ।'' इस एक मुलाकात में बाबा ने मुझे बहुत हल्का कर दिया। मैं फिर से खुश हो गई और ड्रामा की यह सीन पार हो गई। ❖

राजयोग ने दिया नव जीवन

ब्रह्माकुमारी हरिन्दर, मोहाली

बाबा ने नया जीवन दिया, इसे मैं नया जीवन इसलिए कहती हूँ क्योंकि वर्तमान राजयोगी जीवन और 22 वर्ष के पहले के जीवन में बहुत अंतर है। इकलौते लौकिक पुत्र ने लगभग साढ़े सोलह वर्ष की आयु में 16 अगस्त, 1989 को शरीर छोड़ दिया था। अचानक घटी इस दुर्घटना ने मुझे बुरी तरह तोड़ दिया। पहले भाई नहीं था, अब बेटा! बेटे के गम में युगल बहुत रोते थे पर मैं बिल्कुल नहीं रोती थी, उनको हौसला देती थी कि वह तो असली माँ-बाप के पास चला गया। अंदर से मुझे भय था कि युगल को कुछ हो न जाये। जो गया वह तो गया, जो है उसे तो सम्भालूँ।

डिप्रेशन में चली गई

सिख परिवार में इस शरीर का जन्म हुआ। मैंने 'गुरु ग्रंथ साहिब' का पाठ शुरू किया। एक पाठ की समाप्ति होती, भोग के बाद दूसरा पाठ आरम्भ कर देती। प्रात: दो बजे उठकर सिमरण करती, बहुत माला फेरी। यह सब तो मुँह द्वारा शरीर ही करता था पर प्यासी आत्मा को तृप्ति कैसे मिलती जबकि यह ज्ञान ही नहीं था कि मैं शरीर नहीं, एक आत्मा हूँ। इस बीच पता नहीं कब मैं डिप्रेशन में चली गई, दवाइयाँ शुरू हो गईं। जनवरी, 1999 में बेटी की शादी हो गई, डिप्रेशन ने और ज़ोर पकड़ लिया। फिर तो खाना बनाया, खाया और बेड पर, दिमाग सुन्न रहता था। ऐलप्रेक्स की गोलियाँ बहुत खाने लगी। अलमारी के लॉकर में एक-दो पत्ते छिपा कर रखती थी, सोचती थी, अगर गोलियाँ खत्म हो गईं और बाहर से न आईं तो मेरा सिर फट जायेगा या मैं पागल हो जाऊँगी, दिन में 6-6 गोलियाँ खा लेती थी।

टी.वी.पर बहन को सुनकर आई एनर्जी

जीवन ऐसे ही चल रहा था, एक दिन टी.वी.पर शिवानी बहन को सुना, अच्छा लगा, फिर रोज सुनना शुरू किया। कुछ दिन बाद युगल से कहा, जब मैं इस बहन को सुनती हूँ तो एनर्जी-सी आ जाती है। युगल बहुत ही नेक इन्सान हैं, उन्हें सुनकर अच्छा लगा कि मुझे कुछ तो अच्छा महसूस हुआ क्योंकि मुझे किसी से बोलना, मिलना, कहीं जाना अच्छा नहीं लगता था। युगल बोले, यह जो ब्रह्माकुमारीज़ का सेंटर बताते हैं, मोहाली में 7 फेज में भी है, और जो 7 दिन का कोर्स बताते हैं, आप कर लो, यह बहन (शिवानी बहन) बताती हैं कि वहाँ जाने से डिप्रेशन ठीक हो जाता है। एक-दो बार युगल गये पर सेंटर खुलने का समय न होने के कारण वापिस आ गये। शिवबाबा बुला रहे थे। उन्हीं दिनों घर के पास ही ब्रह्माकुमारीज़ की प्रदर्शनी लग गई, वहाँ गए और उसे समझा। एक दिन हम निमित्त बहन के साथ बैठे थे, युगल ने उनको मेरा पिछला हाल बताया और कहा, बहन जी, हर वर्ष जब 'राखी' आती है तो इसे (मुझे) डिप्रेशन का भारी अटैक आ जाता है क्योंकि राखी वाले दिन ही बेटा...। बहन ने कहा, 'भाई जी! आप चिंता मत करो, अगली राखी तक हम इनको शक्तिशाली बना देंगे।' बहन जी के ये बोल सौ प्रतिशत पूरे हुये।

विघ्न, विघ्न नहीं लगता

जब मेरा ईश्वरीय ज्ञान का कोर्स चल रहा था तब एक दिन बहन ने 'बाबा के कमरे' में योग के लिए बैठने को कहा। मुझे 'बाबा' का चित्र 'गुरु नानक देव जी' का चित्र दिखाई दिया। मन में उसी समय आवाज

आई, बस, मंज़िल मिल गयी है। फिर मुरली क्लास शुरू कर दी। हर रोज़ हैरानी होती कि यह मुरली तो जैसे मुझ अकेली के लिए है। जो मन में बात आती है उसी का उत्तर मुरली में आ जाता है। नये जीवन का अनुभव होने लगा तो विघ्न आते रहे पर 'शिव बाबा' ने इतनी हिम्मत भरनी शुरू कर दी कि बाबा को साथ लेकर हर विघ्न को हिम्मत से पार किया। लौकिक माता जी ने जुलाई, 2012 में और लौकिक पिता जी ने सितम्बर, 2013 में शरीर छोड़ दिया पर मेरी आँख में एक भी आँसू नहीं आया। सब लोग बड़ी हैरानी से मेरी तरफ देखते रहे लेकिन बाबा का हाथ है मेरे सिर पर। अब तो कोई विघ्न, विघ्न भी नहीं लगता। विघ्न आता है तो मुसकरा कर बाबा को धन्यवाद देती हूँ और कहती हूँ, शुक्रिया बाबा, उन्नति की राह पर एक कदम और आगे बढ़ने का मौका दिया।

ओवर पावर मेरा बाबा है

जून, 2013 को बायें घुटने की प्रत्यारोपण सर्जरी करवाई तो बाबा का साथ ऐसा था कि मुझे कोई तकलीफ नहीं हुई। आपरेशन के दूसरे दिन आई.सी.यू. में डॉक्टर ने नर्स को कहा, हरिन्दर को एक यूनिट ब्लड देना है, 8 से कम है, तैयारी करो। मुझे सुनकर अच्छा नहीं लगा, उसी समय बाबा से कहा, मेरा मन नहीं मानता, किसी का ब्लड मुझे लगाया जाये। अगले दिन मैं हैरान हो गई जब एक दूसरी नर्स हाथ में रिपोर्ट लिये आई और कहने लगी, डॉक्टर साहब, आज सुबह की रिपोर्ट में 11 आ गया। मेरे मुँह से निकला, वाह बाबा वाह! शुक्रिया बाबा! डॉक्टर जब दर्द के बारे में पूछते और मेरी सारी रिपोर्ट देखते तो कहते, यह तो ओवर पावर है। उसी समय मेरे अंदर से आवाज़ आती, ओवर पावर मैं नहीं, मेरा बाबा है।

बेफिक्र बादशाह बना दिया

मुझे रात को नींद नहीं आती थी एक-डेढ़ बजे तक, कभी-कभी सुबह के 3 बज जाते थे अगर ऐलप्रेक्स न खाऊँ, अब सब छूट गई। शुक्रिया बाबा का। आज वो दिन आ गये, रात को 8.30 बजे तक किचन का काम निपटाकर, अपने कमरे में बेड पर ज्ञान का साहित्य लेकर पढ़ने बैठ जाती हूँ, 10 बजे तक पढ़कर, सोने से पहले पूरे दिन का पोतामेल बाबा को देकर, गुडनाइट करके, मुरली के प्वाइन्ट्स सोचते-सोचते 5-10 मिनट में गहरी नींद सो जाती हूँ। अमृतवेले 3.30 बिल्कुल तरोताजा उठ जाती हूँ। चिंता नाम का शब्द ही नहीं रहा जीवन में, बाबा ने ऐसा बेफिक्र बादशाह बना दिया। नेगेटिव को तो दूर से ही भगाना सिखा दिया बाबा ने और हर पल, हर बात को पोजिटिव लेना सिखा दिया। हर कर्म पर ध्यान रहता है कि कहीं किसी को मेरे कारण दुख तो नहीं हुआ, क्रोध नहीं आना चाहिए नहीं तो नम्बर कटेंगे, योग नहीं लगेगा, शांत ही रहना है।

राजयोग से बढ़ गई रोगप्रतिरोधक शक्ति

राजयोग से केवल आत्मा ही शक्तिशाली नहीं बनी बल्कि शारीरिक तौर पर भी शक्तिशाली बन गई हूँ। बचपन में ज़बरदस्त निमोनिया होने की वजह से फेफड़े कमज़ोर हो गये थे और सर्दी जल्दी लग जाती थी, सर्दियों में कई बार इलाज करवाना पड़ता था। पर ज्ञान-मार्ग पर चलने के बाद पूरी सर्दी में एक बार भी डॉक्टर के पास जाना नहीं पड़ा। शरीर का वजन सन्तुलित हो गया है और ऊर्जा पहले से ज्यादा महसूस होती है। यह भी राजयोग का ही कमाल है। तरेसठ जन्मों के विकर्मों का बोझा उतारने का मौका तरेसठ वर्ष की आयु में मिला। कई बार मधुबन जाने का शुभ अवसर प्राप्त हुआ है। मधुबन ही अब मेरा पीहर घर है।

धर्म बदलने की बात नहीं

सुबह की मुरली क्लास में मैं और मेरे युगल हर रोज जाते हैं, बहुत खुश हैं। कई सिख बहन-भाई हमसे सवाल करते हैं कि आप सिख होकर ब्रह्माकुमारी सेंटर पर क्यों जाते हो?

(शेष..पृष्ठ 34 पर)

राजयोग द्वारा विकर्मों का विनाश

❍ ब्रह्माकुमार बीजू जॉन जेकब, जबलपुर (म.प्र.)

प्यारे शिव बाबा ने अपने महावाक्यों में कहा है कि योग, अग्नि के समान है जिससे पाप जल जाते हैं और आत्मा सतोप्रधान बन जाती है। दुनिया में जब किसी के ऊपर बहुत कष्ट आते हैं तो कहा जाता है, यह इसके विकर्मों का फल है। अगर इस जन्म का नहीं तो पिछले जन्म के पापों का असर कहा जाता है। धर्मग्रन्थ कहते हैं, 'पाप से दुख होता है।' बाइबिल कहती है, 'For the wages of sin is death अर्थात् पाप का फल मृत्यु है।' यह भी कहा जाता है, 'As you sow so shall you reap.' साइंस भी कहता है, 'For every action there is equal and opposite reaction.'

लौकिक और अलौकिक कानून

लौकिक दुनिया में हर बात के लिए कानून बने हुए हैं, कानून तोड़ा तो सज़ा के हकदार हो जाते हैं। पुलिस और न्यायालय मिलकर मुजरिम को सज़ा देते हैं। सारे कानून राष्ट्रपति के हस्ताक्षर से बनते हैं लेकिन बाद में कानून स्वयं अपना काम करते हैं। किसी मुजरिम को सजा होनी है तो सबूत व गवाह होने ज़रूरी हैं। अगर वे न हों तो अपराध कितना भी बड़ा हो, सज़ा हो नहीं सकती। आध्यात्मिक जगत में भी कानून बने हुए हैं, कोई भी गलत बात सोचो, बोलो या करो तो आध्यात्मिक कानून के अनुसार दंड मिलता है। पाप का जन्म मन में होता है, बुद्धि साथ देती है और संस्कार उसकी रिकॉर्डिंग करते हैं। अगर पाप का केवल संकल्प उत्पन्न हुआ, वह कर्म में नहीं आया तो संस्कारों में उसकी रिकार्डिंग होगी नहीं और सज़ा से छूट जायेंगे। लेकिन अगर कर्म में आया तो जिन अन्य व्यक्तियों के साथ गलत हुआ उनके मन, बुद्धि, संस्कार गवाह बनते हैं और सज़ा से छूट नहीं सकते। उन सबूतों को

मिटाने में समय और मेहनत लगेगी। उनसे माफी मांगनी पड़ेगी और पुण्य का खाता बढ़ाना होगा।

विकर्म जलाने के लिए चाहिए रूहानी आग

मन, बुद्धि, संस्कार से विकर्म कैसे मिटायें? दुनिया में सबूत मिटाने का सबसे अच्छा साधन क्या है? जलाना। इसके लिए आग इतनी तेज़ चाहिए जो हर प्रकार की वस्तु और धातु को जला सके। इसी प्रकार मन, बुद्धि, संस्कारों में से विकर्म रूपी किचड़े को जलाने के लिए तेज़ रूहानी आग चाहिए। स्थूल आग लगाने के लिए माचिस के साथ तीली को रगड़ते हैं तो आग पैदा होती है लेकिन उस आग को निरंतर बनाये रखने के लिए कोई ईंधन – तेल, घी, केरोसिन, पेट्रोल, लकड़ी, कोयला आदि की ज़रूरत होती है। आत्मिक आग के लिए अपने को आत्मा ज्योतिबिन्दु समझ परमज्योति शिवबाबा को याद करना है और इसे निरंतर बनाए रखने के लिए प्रेम रूपी ईंधन ज़रूरी है। जितना सर्व सम्बन्धों से प्रेम बढ़ेगा उतनी रूहानी आग तेज़ होगी।

विकर्म जलने से महसूस होगा हल्कापन

जब यह रूहानी आग पूर्ण रूप से जली हुई होती है तो विकर्मों का खाता जल जाता है। हमें बाबा को कहना नहीं है कि पापों को जला दो। हमें तो प्रेम की अग्नि मात्र

प्रज्वलित करनी है। यह रूहानी अग्नि शीतल होते हुए भी बिना कहे जलाने का कार्य कर देगी। स्थूल आग भी बिना कहे अपना कार्य करती है। उसके पास बैठने मात्र से गर्मी अपने आप लगती है। इसी प्रकार प्रभु-प्रेम की अग्नि में भी आत्मा, परमात्मा की समीपता मात्र से पवित्र होती जाती है। जैसे प्रेमी और प्रेमिका को प्रेम के कारण एक होने का अहसास होता है ठीक उसी प्रकार आत्मा और परमात्मा के आपसी प्रेम में कम्बाइन्ड रूप का एहसास होता है। जितने शांत और अन्तर्मुखी होंगे उतने गहरे तक विकर्म जलेंगे। विकर्म जलने से हल्कापन महसूस होगा। विकर्म जलाने के लिए बाबा का यह ऑफर कुछ ही समय के लिए बचा है इसलिए हम सब ज्यादा से ज्यादा लाभ उठायें। अन्य आत्माओं के साथ हिसाब-किताब ठीक करने के लिए ज्यादा से ज्यादा रूहानी एवं स्थूल सेवा में लगें। ❖

पैसे का ग्रुप

मनुष्य जब जन्म लेता है तब उसका वजन लगभग ढाई किलो होता है और अग्नि संस्कार के बाद उसकी राख का वजन भी ढाई किलो ही होता है। जिन्दगी का पहला कपड़ा जिसका नाम है झबला, उसमें जेब नहीं होती। जिन्दगी का अंतिम कपड़ा जिसको कफन कहते हैं, उसमें भी जेब नहीं होती है। तो बीच के समय में जेब के लिए इतनी मुसीबत किसलिए? इतनी भागदौड़ किसलिए? इतनी निन्दा और दगा किसलिए?

खून लेने के लिए ग्रुप चेक कराते हैं। पैसे लेते समय ज़रा चेक करो कि किस ग्रुप का है। न्याय का है, हाय का है अथवा बलाय का है। गलत ग्रुप का पैसा आ जाने से ही आज घर-घर में अशान्ति, क्लेश और झगड़े हैं। हराम और हाय का पैसा जिमखाना, दवाखाना, क्लब और बार में पूरा हो जाता है। कमाने वाले की भी शान्ति खत्म कर देता है। जब बैंक-बैलेन्स बढ़ने लगे, लेकिन परिवार में बैलेन्स कम होने लगे तो समझें कि यह पैसा रास नहीं आ रहा है। जरा सोचें...?

बाबा ने ब्रेक लगाया

पूनम लता वर्मा, सिवान (बिहार)

मेरे लौकिक पिताजी लगभग तीन वर्षों से बाबा के ज्ञान में हैं। उनके घर में बाबा का सेवाकेन्द्र भी चलता है। मेरा वहाँ आना-जाना होता रहता है। वे मुझे प्रतिमाह 'ज्ञानामृत' उपहार में देते हैं जिसे पढ़कर आनन्द से सराबोर हो जाती हूँ। अर्जित ज्ञान को स्कूल में पढ़ाने के दौरान विद्यार्थियों को भी सुनाती हूँ।

बाबा की कृपा का अनुभव तो बहुत बार हुआ है, एक अनुभव बताना चाहती हूँ। पाँच दिसंबर, 2014 को युगल संग बाइक द्वारा कॉलेज ड्यूटी से लौट रही थी। भारी सामान से लदे दो ट्रक, जो एक-दूसरे से मोटी जंजीर में बँधे थे, तेज़ रफ्तार में जा रहे थे। अचानक हमारी बाइक जंजीर से काफी तेज़ टकराई, मैं दोनों ट्रकों के बीच में गिर गई, युगल भी बाइक सहित गिर पड़े। ट्रक की रफ्तार तेज होने के कारण, ड्राइवर के ब्रेक लगाते-लगाते हम अवश्य कुचले जाते। लेकिन वाह रे बाबा की कृपा का कमाल, ट्रक हमारे शरीर को रौंदता इससे पहले स्वयं बाबा ने ब्रेक लगाकर गाड़ी रोक दी। ड्राइवर खुद आश्चर्य में था कि अचानक गाड़ी में ब्रेक कैसे लग गया। उसने ट्रक से उतरकर हम दोनों को यह कहते हुए उठाया कि भगवान ने बचा लिया।

इतनी बड़ी दुर्घटना हुई, बाइक का शीशा चकनाचूर हो गया, पर्स का सारा सामान टूट गया लेकिन शिव बाबा ने मौत के मुँह से निकाल लिया, बाल भी बाँका नहीं होने दिया अन्यथा बचना असंभव था। ऐसे कृपालु परमपिता का भला हर क्षण स्मरण क्यों न करूँ? उस दिन की घटना के बाद हर श्वास में बाबा को बसा लिया है। मेरे प्यारे बाबा को कोटि-कोटि धन्यवाद!

राजयोग से हुई अमूल्य प्राप्तियाँ

ब्रह्माकुमार देवेन्द्र सिंह,
नरेला, दिल्ली

मैं एक वरिष्ठ माध्यमिक विद्यालय में गणित के अध्यापक के रूप में कार्यरत हूँ। सन् 2011 में महाशिवरात्रि के दिन प्रदर्शनी के माध्यम से मुझे प्यारे परमात्मा शिव का परिचय मिला। वहाँ से मैं एक छोटी पुस्तक ''योग में लगन और मगन'' लाया, उसे पढ़ा, उसका एक-एक शब्द इतना शक्तिशाली था कि मैं उसी दिन शाम को ब्रह्माकुमारीज़, नरेला मंडी सेवाकेन्द्र पहुँचा। वहाँ की दिव्यता ने मेरा मन मोह लिया। निमित्त बहन से समय लेकर मैंने पूरे परिवार के साथ सात दिन का कोर्स किया।

कर्मों में श्रेष्ठता और दिव्यता आ गई

आत्मा का ज्ञान मिलते ही अज्ञान का अंधकार मिट गया, आत्मा में शक्ति भरने लगी। आत्मा की तीनों सूक्ष्म शक्तियाँ – मन, बुद्धि और संस्कार श्रेष्ठ होने लगीं। मन में सुन्दर और श्रेष्ठ विचारों का चिंतन चलने लगा। बुद्धि, जो पहले इधर-उधर भटकती थी, स्थिर हो गई, निर्णय शक्ति उत्तम हो गई। सही समय पर, सही निर्णय होने से कर्मों में श्रेष्ठता और दिव्यता आ गयी जिससे धीरे-धीरे संस्कार परिवर्तित होने लगे। पाँच विकार – काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार समाप्त होने लगे। ये पाँच विकार ही रावण हैं जो पूरे जीवन हमें रूलाते रहते हैं।

12 घंटे कार्य करते भी थकान नहीं

बाबा के बनते ही बाबा ने अनेक प्राप्तियाँ कराईं। हद की दृष्टि समाप्त होकर बेहद की दृष्टि मिल गई। भगवान की याद में बने शुद्ध खान-पान में इतनी शक्ति है कि शरीर निरोगी बन गया। विचार इतने पवित्र हो गए कि कहीं कोई इधर-उधर की बात सुनता हूँ या देखता हूँ तो शिवबाबा से कहता हूँ कि बाबा, आप इन्हें शान्ति दो, बाबा, आप इन्हें प्रेम दो। बाबा ने मेरी दृष्टि बदल दी, अब सभी पवित्र आत्मा दिखाई देते हैं और सब अच्छे दिखते हैं। पहले मेरे अंदर क्रोध का संस्कार बहुत था, अब बिलकुल बदल गया हूँ। मन इतना शांत हो गया है कि किसी के कुछ भी कहने पर क्रोध नहीं आता। जो क्रोध करते हैं उन पर भी दया आने लगती है। जब मैं बच्चों को पढ़ाता हूँ तो रूहानी दृष्टि रखकर पढ़ाता हूँ और सोचता हूँ कि भगवान मेरे से सेवा करा रहे हैं। कर्म करके, कर्म से अलग होने का अभ्यास हो गया है जिस कारण लगातार 12 घंटे पढ़ाने के बाद भी थकता नहीं हूँ। बाबा का बनने के बाद घर मंदिर हो गया है। जो भी घर में आता है, बोलता है, यहाँ बहुत शान्ति मिल रही है और बार-बार आना चाहता है।

अब परीक्षा लगती है खेल

राजयोग से इतनी प्राप्तियाँ हुई हैं कि एक किताब लिखी जा सकती है। जब लगता है कि यह कार्य मेरे से नहीं हो सकता तो मैं वो कार्य प्यारे शिव बाबा को सौंप देता हूँ और वह बहुत आसान हो जाता है। स्वमान के अभ्यास से विघ्न पर सहज ही विजय प्राप्त कर लेता हूँ। मैं मानता हूँ, ''जिसका साथी हो भगवान उसे क्या रोकेगा आँधी और तूफान।'' माया द्वारा परीक्षा भी आती है मगर वो खेल महसूस होती है और आगे बढ़ाने के निमित्त बन जाती है। सारा दिन ज्ञान का चिंतन, ज्ञान का सिमरण करने से मेरी स्थिति शक्तिशाली रहती है और सर्व का सहयोग प्राप्त होता है। विशेष परिस्थिति में मैं बाबा को पत्र लिखता हूँ

और उनका तुरंत सहयोग मिलता है। अभी तक जो भी अर्जी मैंने बाबा को भेजी है वो पूरी हुई है।

अत: मैं तो बाबा का लाख-लाख शुक्रगुजार हूँ जो इस धरा पर अतवरित होकर पतित दुनिया को पावन बनाने का कार्य कर रहे हैं। कहना चाहूँगा, सभी को राजयोग सीखना चाहिए और जीने का सच्चा आनन्द अनुभव करना चाहिए। आत्माओं के पिता परमात्मा को पहचान कर जीवन धन्य बनाना चाहिए। ❖

ट्रेन की यात्रा में याद की यात्रा

ब्रह्माकुमारी पुनीता, भिवंडी (कल्याण)

मैं 29 नवम्बर, 2014 को कुर्ला - कोयम्बटूर ट्रेन से लौकिक पिताजी के नये घर के उद्घाटन कार्यक्रम में गाँव जा रही थी। कल्याण स्टेशन पर मेरे युगल मुझे और मेरे दो छोटे बच्चों को ट्रेन में बिठाने आये थे। युगल ने कहा, ट्रेन की यात्रा में बाबा की याद की यात्रा भी करना और बाबा साथ हैं, ऐसे अनुभव करना। हम ईश्वरीय ज्ञान-योग का अभ्यास पिछले 3 साल से कर रहे हैं। हम जो भी कार्य करते हैं, बाबा को बताकर करते हैं। मेरे पर्स में मोबाइल फोन और 10 रुपये के नाटों की एक गड्डी थी। मैं पर्स को सिर के नीचे रखकर सोने लगी पर निश्चिंत नहीं हो पा रही थी। दस मिनट योग करने के बाद पर्स को मैंने बड़े बैग में नीचे रख दिया। बाबा को याद करते हुए बोला, बाबा, सुरक्षा करना। फिर मैं सो गई। अमृतवेले 4 बजे उठकर, आधा घंटा योग किया और फिर से सो गयी। बाद में सात बजे उठी तो देखा, पर्स गायब हो गया था। मैं बिल्कुल परेशान नहीं हुई क्योंकि बाबा के हवाले करके सोई थी। थोड़ी ही देर में आस-पास की सीट्स से भी आवाज़ें सुनायी देने लगीं। किसी का मोबाइल फोन, किसी का लैपटॉप, तो किसी के पैसे चोरी हुए थे। पूरी ट्रेन में यही चर्चा हो रही थी।

थोड़ी देर में बाबा की याद ने कमाल दिखाना शुरू किया। मुझमें हिम्मत आई और मैं पुलिस में शिकायत दर्ज करने के लिए तैयार हो गई लेकिन आजू-बाजू वाले लोग मना करने लगे। फिर भी मैंने पक्का निश्चय किया कि मैं शिकायत करूँगी। अगले स्टेशन पर जब ट्रेन रुकी तो मैंने रेलवे पुलिस में शिकायत दर्ज की। आधे घंटे के बाद ट्रेन पुन: चालू हुई। यात्रीगण कहने लगे, बहन जी, ये पुलिस वाले कुछ नहीं करेंगे। मैंने मन में सोचा कि मेरे बाबा ज़रूर कुछ करेंगे। उसी ट्रेन में मेरे गाँव के एक भाई थे। उन्होंने मुझसे पूछा कि आपको किसी पर संदेह है क्या? मैंने कहा कि पास की सीट वाले भाई पर संदेह है। यह सुनकर पास की सीट वाला भाई मुझ पर गुस्सा होने लगा। मैंने कहा, अगर आपने चोरी नहीं की है तो अपना बैग दिखा दो। उसने अपने पास वाले का बैग निकालकर दिखा दिया। इस पर वो पास वाला भाई कहने लगा, तुम मेरा बैग क्यों दिखा रहे हो? फिर उसने अपना बैग दिखाया, उसमें मेरी 10-10 के नोटों वाली गड्डी थी। मैंने कहा, ये मेरे रुपये हैं। उसने कहा, ये तो मुझे मेरे दोस्त ने दिये हैं। फिर मैंने उसका मोबाइल छीन लिया। वो मोबाइल लगभग दस हजार रुपयों का था। मेरा तो मात्र पन्द्रह सौ रुपयों का था। मैंने कहा, मेरा सब सामान दो, तभी तुम्हारा मोबाइल वापस दूँगी। फिर उसने सीट के नीचे से सारा सामान निकालकर दिया। यह देख ट्रेन में जिनका-जिनका सामान चोरी हुआ था वे सब उसे मारने लगे। फिर उसने सबका सामान – लैपटॉप, मोबाइल, रुपये, टैबलेट आदि निकालकर दिये।

फिर पुलिस आयी और उसको पकड़कर ले गयी। ट्रेन में सफर करने वाले लोग बोलने लगे कि बहन जी, सच में आपके ऊपर भगवान की छत्रछाया है। आपकी वजह से हम सब लोगों का सामान मिल गया। मैंने कहा, यह सब मेरी वजह से नहीं बल्कि भगवान की वजह से हुआ है। फिर मैंने बाबा का शुक्रिया अदा किया। आगे ट्रेन की यात्रा सुखद रही और बाबा की याद की यात्रा भी साथ-साथ चलती रही।

विश्व नशामुक्ति दिवस पर विशेष...

शराबी होना सबसे भयंकर कलंक

ब्रह्माकुमार रामसिंह, रेवाड़ी

शराब के नशे में चूर व्यक्ति की आकृति उसको जन्म देने वाली माता को भी बुरी लगती है तो फिर भला वह सत्पात्र पुरुषों को कैसी लगेगी? जिन लोगों को मदिरा-पान की घृणित लत पड़ी हुई है, लज्जा, हया, शर्म उनसे मुँह मोड़ लेती है। इसलिए यदि मनुष्य गलती कर बैठा है तो उसे सुधारा भी जा सकता है।

एक सन्त थे जो अपनी बात इतने तार्किक ढंग से समझाते थे कि प्रश्नकर्त्ता को कोई सन्देह ही नहीं रह जाता था। एक दिन वे अपने शिष्यों से चर्चा कर रहे थे कि एक शराबी वहाँ पहुँच गया। उसे देखकर सन्त के शिष्यों ने नाक-भौं सिकोड़ी और शराब की लत को लेकर ताने मारने लगे। शराबी बहुत नाराज़ हुआ और बोला, अरे ज्ञानियो, शराब भी तो अंगूर, सन्तरे, गन्ने, चावल जैसी कुदरती चीजों से बनती है फिर उसमें क्या बुराई है? वह हमें नुकसान क्यों पहुँचाने लगी? शराबी का सवाल सुनकर शिष्य बगलें झांकने लगे। शिष्यों और शराबी की बातें सुनकर सन्त मुसकराते रहे। उन्होंने शराबी से पूछा, यदि मैं यहाँ से तुम पर एक बाल्टी पानी फेंकूँ, तो क्या तुम्हें चोट लगेगी? शराबी बोला, मैं भीग जाऊँगा पर चोट तो नहीं लगेगी। सन्त ने फिर पूछा, मैं तुम पर इसी पानी से बनी बर्फ की सिल्ली फेंकूँ तब? शराबी ने जवाब दिया, बर्फ की सिल्ली तो मुझ पर पत्थर की तरह मार करेगी और मेरा सिर भी फट सकता है। सन्त बोले, शराब के साथ भी यही बात है। भले ही यह कुदरती चीज़ों से बनती है परन्तु शराब के रूप में बदलकर ये चीज़ें सेहत, दौलत, परिवार, जीवन को तबाह कर देती हैं। शराबी अब समझ चुका था और उसकी गलतफहमी दूर हो गई थी। उसने भविष्य में कभी भी नहीं पीने की हाँ भर ली।

शराबी के हाथ से भिखारी भी दान लेना स्वीकार नहीं करते। शराब बेचने वालों को शूद्रों की श्रेणी में गिना जाता है। शराब परिवार का सुख हरण कर लेती है। कहते हैं, किसी देश में राजा का शराबी होना सबसे भयंकर कलंक है। अलाउद्दीन खिलजी समस्त दुष्कर्मों की जड़ शराब को ही समझता था इसलिए उसने अपने राज्य में सभी जगह शराब के अड्डे तुड़वा दिए और पीने वालो को मृत्युदण्ड देता था।

शराब के सेवन से कुप्रभाव

* शराब के सेवन से नसों पर भारी कुप्रभाव पड़ता है। जिगर की कोशिकाएँ मुरझाकर नाकाम हो जाती हैं।
* लीवर काम करना बन्द कर देता है और सिकुड़कर ऐंठना शुरू हो जाता है।
* शराब पीने वालों को पेट की अनेक शिकायतें शुरू हो जाती हैं। इसका कुप्रभाव कर्मशील मनुष्यों को अपने जाल में फंसा लेता है।
* इच्छा शक्ति प्रभावहीन होने लगती है। व्यक्ति के बोल बेलगाम घोड़े की तरह हो जाते हैं, विवेक काम नहीं करता, पापवासना प्रबल हो जाती है इसलिए लोग आत्मघात करते हैं।

* शराब से खून की गति धीमी पड़ जाती है और मन अचेतन-सा होने लगता है।
* शराब पीने वालों के दिल की गति बढ़ जाती है इससे रक्त प्रवाह में कमी आने लगती है।
* यदि शराब का सेवन निरन्तर होता रहे तो दिल की चर्बी बढ़ जाती है और दिल सिकुड़कर मुर्दा बन जाता है। इससे दिल में एक बून्द भी खून नहीं रहता, तब हार्ट फेल होता है।
* शराब बदहजमी पैदा करती है, अमाशय उसे नहीं समा पाता और उल्टी के रूप में बाहर धकेल देता है जिसके लिए लोग कहते हैं, अधिक शराब पीने से उल्टी आयेगी।

उपरोक्त शारीरिक कुप्रभावों के अतिरिक्त इसके अगणित सामाजिक, पारिवारिक, चारित्रिक, मानसिक, आध्यात्मिक, नैतिक कुप्रभाव भी हैं। इन कुप्रभावों को जानकार यदि व्यक्ति शराब से तौबा कर ले तो उसका अनमोल जीवन बर्बाद होने से बच सकता है। ब्रह्माकुमारी आश्रम में राजयोग की शिक्षा के माध्यम से शराब को छोड़ा जा सकता है। इच्छुक भाई-बहनें नजदीकी ब्रह्माकुमारी आश्रम से सम्पर्क करें, आपके जीवन को आनन्दमय बनाने में पिता परमात्मा भी अवश्य मदद करेंगे। ❖

ब्रह्माकुमारी
डॉ. डोनिका रूपारेल,
औरंगाबाद

परीक्षा के समय रक्षा

बात 26 जनवरी, 2001 की है, हम भुज (भूकंप का केंद्रबिंदु) में थे। मैं अध्ययनरत थी कि एकाएक सुबह में टेबल के साथ पांच मंजिल की हमारी पूरी इमारत हिलने लगी। तभी बाबा ने टचिंग करायी कि बच्ची आप इस स्टडी टेबल के नीचे बैठ जाओ। मैं बाबा की लगन में मगन होकर नीचे बैठ गई। घर पर लौकिक छोटे भाई के अलावा और कोई नहीं था। वो भी ऊपर पतंग उड़ाने गया था और भूकंप देखकर नीचे उतर रहा था। तभी उसे याद आया कि दीदी तीसरी मंजिल पर है इसलिए नीचे ना उतर कर वो अंदर फ्लैट में आ गया और कहने लगा, दीदी, जल्दी नीचे चलो, भूकंप आ रहा है, सभी उतर रहे हैं। मेरे मुख से निकला, ''नहीं हम यहीं रुकते हैं, आप दरवाज़े की चौखट को पकड़कर खड़े हो जाओ''। पूरी बिल्डिंग हिल रही थी। इतनी हलचल होते हुए भी मन एकदम शांत और बाबा की याद में मग्न था।

भूकंप जब पूरा हुआ तो हम फ्लैट के बाहर निकल रहे थे। सब जगह धूल, मिट्टी फैली थी और पानी की टंकी टूटने के कारण ऊपर से पूरा पानी गिर रहा था। जब फ्लैट के बाहर निकले तो पता चला कि हमारी आधी बिल्डिंग धस कर मिट्टी-मिट्टी हो चुकी है और जो भी नीचे उतरने का प्रयास कर रहे थे वो बिल्डिंग में दब चुके हैं। यदि हम भी नीचे उतरते तो दब जाते परन्तु उस परम शक्ति शिव बाबा ने हमें बचा लिया।

जब हम बाबा से मिलने मधुबन गए तो बाबा ने कहा कि भुज पर हज़ार भुजा वाले बाप की छत्रछाया थी और अभी तो केवल घंटी बजी है, नगाड़ा बजना बाकी है। साथ ही बाबा ने कहा, सभी इस परीक्षा में पास हो गए। आज भी वो दृश्य और बाबा की दृष्टि याद आती है तो मन गद्‌गद् हो जाता है। उसके पश्चात् बाबा के अटूट प्यार और निश्चय ने तायक्वोंडो, कराटे में ब्लैक बेल्ट एवं नेशनल रेफरी बनवाया, डॉक्टर की डिग्री भी गोल्ड मैडल (गुजराती समाज द्वारा) के साथ दिलवाई और यूनिवर्सिटी टॉपर के रूप में एल.एल.बी. एवं एल.एल.एम.करवाया। आज भी कॉर्पोरेट सेमीनार आदि अनेकानेक सेवाएँ करवा रहे हैं। ❖

सहज राजयोग

❍ डॉ.प्रेमचन्द सैनी, डेराबस्सी (पंजाब)

विश्व के सभी देशों में योग को बहुत पसन्द किया जाता है। विभिन्न टी.वी. चैनलों द्वारा भी विभिन्न प्रकार के योग-आसन सिखाये जाते हैं। कोई लेटकर, कोई एक टांग पर खड़े होकर, कोई कूदकर, कोई जल में खड़े होकर, कोई आग में तपकर, कोई नाक बन्द कर आदि-आदि भिन्न-भिन्न योग की क्रियायें की जाती हैं। इनमें से कई तो बहुत कष्टदायक होती हैं। ऐसी क्रियायें सिखाने के लिए अखबारों द्वारा प्रचार करके बड़े-बड़े शिविर लगाये जाते हैं। मैं जानना चाहता हूँ कि क्या यह व्यायाम है या योग? योग का अर्थ होता है जोड़, जैसे दो और दो का जोड़ होता है चार। जो योग-आसन या योग-क्रियायें सिखाई जाती हैं इनके द्वारा तो शरीर हृष्ट-पुष्ट होता है, शरीर में चुस्ती आती है, अनेक बीमारियों से शरीर को बचाया जा सकता है लेकिन देखा जाये तो आज हम शरीर से इतने दुखी नहीं हैं जितने मन से हैं। घर-घर में झगड़ा, मार-पीट, खुदकुशी, क्रोध, ईर्ष्या, द्वेष, वैर, विरोध, बलात्कार, हत्या, चोरी आदि जो बीमारियाँ हैं वे तन की तो हैं ही नहीं, वे तो मन की हैं। फिर उस योग का क्या फायदा जो केवल तन को ही स्वस्थ करे? केवल सहज राजयोग ही ऐसा योग है जो तन और मन दोनों को स्वस्थ बना देता है।

संकल्पों द्वारा जुड़ता है आत्मा का सम्बन्ध परमात्मा से

प्रकृति का कानून है, जब एक चीज दूसरी से जुड़ती है तो एक में दूसरे का गुण आ जाता है जैसे बल्ब की तार जब पावर हाउस से जुड़ती है तो प्रकाश आ जाता है। टी.वी.का सम्बन्ध जब किसी चैनल से जुड़ता है तो वहाँ के सभी प्रोग्राम दिखने लगते हैं। इसी प्रकार जब आत्मा का सम्बन्ध, संकल्प रूपी तार द्वारा परमात्मा से जुड़ जाता है तो सभी मानसिक बीमारियों का समाधान होने लगता है

तथा आत्मा सहनशील, सन्तुष्ट, निर्णायक, निरोगी, पावन तथा सुख-शान्ति से सम्पन्न हो जाती है। परमात्मा पिता ने राजयोग की बहुत ही सहज विधि बताई है। वे कहते हैं, बच्चे, योग के लिये कोई विशेष मुद्रा, कोई खास जगह, कोई निश्चित समय या दिन नहीं होता, आप जब चाहो, जहाँ चाहो आत्मा का सम्बन्ध परमात्मा से जोड़ सकते हो बिना किसी तार के अर्थात् संकल्पों के द्वारा। जैसे टी.वी.का सम्बन्ध किसी भी चैनल से तरंगों द्वारा जुड़ जाता है इसी प्रकार आत्मा का सम्बन्ध परमात्मा से संकल्पों द्वारा जुड़ जाता है।

ध्यान को संसार से हटाकर परमात्मा में लगाना ही योग है

कई बार किसी साथी से बातें करते-करते हमारा ध्यान कहीं और चला जाता है जिस कारण साथी की बात हम सुन नहीं पाते हैं तब वह ज़ोर से बोलता है या हमें हिलाता है तो हमारा गया हुआ ध्यान वापस आने पर हम पूछते हैं, आपने क्या कहा? जैसे हमारा ध्यान साथी की बातों से हटकर अन्य प्रिय या अप्रिय की ओर चला गया इसी प्रकार इस ध्यान को संसार से हटाकर परमात्मा की ओर भी ले जाया जा सकता है। बस इसी को ही योग कहा जाता है। मान लीजिए, हमारा बेटा अमेरिका में है तो हम संकल्पों

द्वारा एक सेकण्ड में वहाँ पहुँच जाते हैं। बेटे का चित्र मन के सामने आ जाता है और उसके लिये प्यार और दुलार तथा उससे मिलने वाले सुख की भासना आने लगती है और आत्मा सन्तुष्ट हो जाती है। पहले से देखे हुए किसी भी सम्बन्धी को, गुरु-गोसाई को, पीर-पैगम्बर को, देवी-देवता को, किसी खास जगह को, किन्हीं खास नज़ारों को संकल्प शक्ति द्वारा कभी भी देख सकते हैं। इसी प्रकार परमात्मा पिता भी जो हैं, जैसे हैं, ईश्वरीय ज्ञान द्वारा उन्हें जानकर फिर कभी भी, कहीं भी उनसे बातें कर सकते हैं, मिलन मना सकते हैं, उन्हें याद कर सकते हैं, बस यही सहज राजयोग है। परमात्मा कहते हैं, इस योग द्वारा मैं तुम्हें पापों से मुक्त कर राजाओं का राजा अर्थात् नर से श्री नारायण और नारी से श्री लक्ष्मी बनाऊँगा।

परमात्मा पिता हैं, हम उनके पुत्र हैं

सहज राजयोग के द्वारा हमारा सम्बन्ध परमपिता परमात्मा से जुड़ जाता है और हम उनके बच्चे कहलाने लगते हैं तथा उस पिता की सम्पूर्ण सम्पत्ति के मालिक बन जाते हैं। परमात्मा हमारे पिता हैं, सुख के सागर, दया के सागर, प्यार के सागर, गुणों के सागर, कल्याणकारी, रहमदिल, ज्ञानेश्वर, मुक्तेश्वर, आनन्द के सागर हैं और हम भी उनकी इन सभी सौगातों से भरपूर हो जाते हैं। निरहंकारी, निर्विकारी, मर्यादा पुरुषोत्तम, अहिंसा-परमोधर्म, सर्वगुण सम्पन्न, सोलह कला सम्पूर्ण सतयुगी देवी-देवता पद की प्राप्ति केवल इस सहज राजयोग के द्वारा ही कर सकते हैं। परमात्मा कहते हैं, बच्चे, मैं एकओंकार, ज्योतिस्वरूप, अजर, अमर, अविनाशी, अशरीरी, निराकार, अजन्मा, अभोक्ता हूँ, मैं चाँद-सितारों से भी ऊपर, ब्रह्मा, विष्णु, शंकर पुरी से भी ऊपर परमधाम अर्थात् सचखंड में तुम निराकार आत्माओं के साथ रहता हूँ। मैं तुम्हारा पिता परमात्मा और तुम मेरे बच्चे आत्माएँ हो। तुम संसार रूपी नाटक के एक्टर और मैं डायरेक्टर हूँ। अभी नाटक पूरा हो रहा है इसलिए तुमको राजयोग सिखाकर घर ले जाने आया हूँ।

ज़रूरी है शरीर रूपी रबड़ को भूलना

जैसे लाइट जलाने के लिये पावर हाउस से सम्बन्ध जोड़ने के लिए बिजली की तार के ऊपर चढ़ी रबड़ उतारी जाती है, इसी प्रकार आत्मा का सम्बन्ध परमात्मा से जोड़ने के लिये शरीर रूपी रबड़ को भूलना होता है। गीता में भी कहा गया है, देह सहित देह के सभी सम्बन्धों को भूल एक मुझे याद कर। सहज राजयोग कोई कठिन योग नहीं है इसके द्वारा आत्मा निर्मल हो जाती है तथा उस कला के सागर से सभी प्रकार की कलाएँ जैसे अपकारी पर उपकार करना, असहाय को सहारा देना, विपरीत परिस्थितियों का सामना करना, खान-पान शुद्ध रखना, चरित्रवान बनना, पवित्र जीवन बनाना, सदा हर्षित रहना, निश्चिंत, निर्भय तथा नि:स्वार्थ रहना – जीवन में आ सकती हैं। हमारे देश के प्रधानमंत्री जी के प्रयासों से संयुक्त राष्ट्र ने 21 जून को योग दिवस घोषित किया है जो लगभग 200 देशों में मनाया जाएगा। यह बहुत अच्छा कदम है परन्तु अगर सहज राजयोग की एक क्लास सभी स्कूलों में अनिवार्य हो जाये तो मैं गैरंटी से कह सकता हूँ कि आने वाले 5 वर्षों में भारत से अनेकों प्रकार के अपराध कम हो सकते हैं। राजयोग से जीवन बदलता है, प्रत्यक्ष को प्रमाण की जरूरत नहीं। ब्रह्माकुमारीज़ की शाखाओं में हज़ारों लोग नशेड़ी से नशामुक्त हो गये, चोर से ज्ञानी हो गये, दुखी से सुखी तथा भ्रष्टाचारी से श्रेष्ठाचारी हो गये राजयोग के अभ्यास द्वारा।

राजयोग के अलावा अन्य कोई योग मनुष्य को देवता नहीं बना सकता और न ही आज तक किसी को बनाया है। केवल सर्वशक्तिमान परमात्मा से योग लगाने से ही आत्मा की बैटरी चार्ज होगी, आत्मा सर्वगुण सम्पन्न होगी, सभी अपने को आत्मा के नाते भाई-भाई समझेंगे तो भाईचारा बढ़ेगा, विश्व में सुख-शान्ति होगी, एक-दूसरे से निर्भय होकर प्रेम से रहेंगे तथा दुनिया में अच्छे दिन आ जायेंगे। ❖

राजयोग एक, प्राप्तियाँ अनेक

❍ ब्रह्माकुमार पीयूष, लोधी रोड, दिल्ली

विगत 30 वर्षों के योगी जीवन में मुझे इतना लाभ हुआ है जिसका वर्णन शब्दों में संभव नहीं है। कई बार असंभव दिखने वाली बात योग द्वारा बहुत सरलता से सम्पन्न हो गई।

योग से आईं योग्यताएँ

योगी जीवन के शुरूआती दिनों की बात है, मैं एम.बी.ए. कर रहा था। साथी देर रात तक पढ़ते थे लेकिन मैं ठीक दस बजे सो जाता था और प्रात: चार बजे उठकर थोड़ा समय बाबा को याद करके, तीन-चार घंटे दत्त-चित्त होकर अध्ययन करता था। साथियों को यह आभास था कि शायद मैं पढ़ाई ठीक से नहीं करता हूँ। वे मुझे चिढ़ाते थे कि फेल हो जाओगे, भविष्य खराब हो जायेगा लेकिन जब परिणाम घोषित हुआ तो सभी सहपाठी हक्के-बक्के रह गये। मेरे अच्छे अंक भी आये और साथ ही नामी कम्पनी से नौकरी का प्रस्ताव भी। तब मैंने सभी साथियों को बताया की रात की पढ़ाई की बजाए प्रात: पढ़ना कितना लाभकारी है। मैंने मन ही मन बाबा का बहुत धन्यवाद किया।

असंभव हुआ संभव

बात पाँच-छ: वर्ष पूर्व की है। लोधी रोड सेवाकेन्द्र किराये के मकान में था तथा मकान मालिक के साथ पाँच साल के लिए समझौता हो गया था। कुछ ही दिन हुए कि मकान मालिक को लागों ने सिखा दिया, तुमने ब्रह्माकुमारी वालों को घर किराये पर दे दिया है अब ये खाली करने वाले नहीं हैं, तुम्हारा मकान हाथों से गया। मकान मालिक का माथा ठनका और उसने हमें परेशान करना शुरू कर दिया। क्लास के भाई-बहनों को उल्टा-सीधा बोलना, क्रोध में आकर दरवाजा जोर-जोर से खटखटाना, छोटी-छोटी बातों पर झगड़ा करना आदि। एक दिन अमृतवेले मैंने बाबा को कहा, हम क्या करें, तो प्रेरणा आई कि नया मकान देखो। मुझे लगा कि इतने पैसे तो हैं नहीं, मकान कहाँ देखें। फिर भी शुरू किया लेकिन कोई घर पसंद नहीं आया। मकान मालिक ने एक दिन अचानक आकर पूछा, मैं आपके लिए मकान देखूँ? हमने हाँ कर दी। उसने कुछ ही दिनों के बाद एक घर, जो कि सेवाओं की दृष्टि से अच्छा है, ढूंढ़ निकाला। बाद में भाई-बहनों के सहयोग से उसे खरीद लिया गया। वर्तमान समय यही लोधी रोड सेवाकेन्द्र है। सचमुच बाबा का कितना दिल से धन्यवाद करें!

एक चुप सौ सुख

मैं नौकरी करता था, सब कुछ ठीक-ठाक चल रहा था। एक दिन किसी से कोई गलती हो गई जिससे बॉस के लिए बड़ी समस्या उत्पन्न हो गई। मामला बहुत बढ़ गया जिससे बॉस की छवि को भी धक्का लगा। बॉस के कान किसी ने भर दिये तथा उन्हें पक्का विश्वास हो गया कि गलती का मैं ही दोषी हूँ।

बॉस ने मुझे अपने कक्ष में बुलाया और बहुत बुरी तरह से डाँटा। मैं चुपचाप सुनता रहा, बाबा को याद करता रहा। मेरे मन में एक ही संकल्प था कि पूर्व का कोई हिसाब है जो चुक्ता हो रहा है। काफी भला-बुरा कहने के बाद बॉस ने मुझे अपने कमरे से बाहर निकाल दिया। मैंने इस घटना के बाद बॉस के निमित्त विशेष योग किया। कुछ दिन के बाद बॉस ने मुझे अपने कमरे में बुलाया तथा खेद प्रकट करते हुए कहने लगे, मैंने आपको बिना वजह इतना बोल दिया जबकि पता लगा है कि उसमें कई और लोगों की भी गलती थी, कमाल है तुम्हारे धैर्य की! बॉस ने आगे कहा कि उस दिन मुझे इतना क्रोध था कि यदि तुम एक भी शब्द बोलते तो मुझे तुम्हें नौकरी से ही निकालना था। मैंने पुन: बाबा का दिल से धन्यवाद किया कि बाबा, आपने बड़ी बात को छोटा कर दिया।

(शेष..पृष्ठ 33 पर)

राजयोग से आई परिवार में शान्ति

ब्रह्माकुमारी कुसुम गुप्ता,
गुड़गाँव (हरियाणा)

सन् 2008 में सरकारी सेवा से निवृत्त होकर मैं अपने लौकिक पुत्र के साथ गुड़गाँव, सनसिटी, सेक्टर 54 में रहने लगी। रोज़ शाम सनसिटी के अन्दर घूमते एक दिन एक बहन से मुलाकात हुई, पूछा, आप रोज़ कहाँ जाती हैं? उन्होंने मुझे प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय का परिचय दिया, मैंने भी वहाँ जाने की इच्छा प्रकट की। अगले दिन उनके साथ सेवाकेन्द्र पर पहुँची। वहाँ सफेद वस्त्रधारी बहन से मुलाकात हुई तो ऐसी अलौकिक भासना आई कि यह स्थान अन्य सभी धार्मिक स्थानों से भिन्न है। उन्होंने साप्ताहिक कोर्स शुरू कराया और पहले दिन ही आत्मा और परमात्मा का ज्ञान दिया। ज्ञान से मैं बहुत प्रभावित हुई क्योंकि इससे पहले ये बातें मैंने और कहीं नहीं सुनी थीं। ज्ञान की बातों में सच्चाई थी और बहनों ने बड़े स्नेह से समझाया था। सप्ताह कोर्स करने के बाद हर रोज़ ज्ञान के लिए उत्सुकता बनी रहने लगी। उसके बाद मेडिटेशन शुरू हुआ और उसमें तो और भी हल्केपन की अनुभूति होने लगी। फिर शुरू हुई मुरली क्लास।

व्यर्थ चिंतन हुआ समाप्त

अब रोज़ मेडिटेशन और मुरली क्लास करती हूँ। सन् 2008 से आज तक एक भी मुरली मिस नहीं की। कभी कहीं जाना होता है तो निमित्त बहन को बता कर, उनसे मुरली लेकर जाती हूँ। इस नियमित पढ़ाई से मेरे व्यर्थ चिन्तन समाप्त हो गए हैं। नकारात्मक विचार सकारात्मक में बदल गए हैं। राजयोग एक ऐसी पढ़ाई है जो गृहस्थ परिवार में रहते बच्चे, बूढ़े, नौजवान सभी के लिए बहुत ही उपयोगी है। इस पढ़ाई से परिवार में दैवी गुणों के कारण सम्बन्धों में स्नेह, मधुरता और प्यार बढ़ता है। एक-दूसरे के प्रति सहयोग और त्याग की भावना रहती है। मैंने भी जब से राजयोग को अपनाया है तब से घर-परिवार में शान्ति व सकारात्मकता का वातावरण बन गया है। परिवार वाले इस ज्ञान की अच्छाइयों से प्रभावित हैं। मैं 66 वर्ष की हूँ लेकिन फिर भी अपना सारा कार्य स्वयं कर लेती हूँ और परिवार के कार्य में भी हाथ बँटाती हूँ जिससे वे भी खुश रहते हैं। सेवाकेन्द्र पर भी बाबा निमित्त बना कर सेवा करवाते हैं। यह शक्ति भी राजयोग के द्वारा ही आत्मा में भरी गई है। शक्ति तब भरेगी जब मर्यादाओं की पालना और अन्दर सच्चाई-सफाई होगी। पहले जब ज्ञान में नहीं थी तो परिवार वालों से आश रखती थी, कहा-सुनी भी हो जाती थी। राजयोग हमें सिखाता है कि किसी से, कोई भी आश नहीं रखो। एक परमात्मा में निश्चय रखो तो वह तुम्हारी सब आशायें पूरी करेंगे। अब परमात्मा पिता मेरी सब आशायें पूरी कर रहे हैं। कहने की भी ज़रूरत नहीं पड़ती, अपने आप सब ज़रूरतें पूरी हो जाती हैं। मैं परमात्म प्यार में गृहस्थ-व्यवहार में रहते कमल पुष्प समान न्यारी और प्यारी, बेफिक्र बादशाह बन कर रहती हूँ। यह सब राजयोग का ही कमाल है, बाबा का कितना धन्यवाद करूँ!

प्राचीन काल में राजगुरु होते थे जो सिर्फ राजकुमारों को ही उच्च-कोटि की शिक्षा देते थे, जिससे उनमें हर प्रकार की परिस्थिति में स्वयं को नियंत्रित रखने की शक्ति आ जाती

थी। ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में भी राजयोग सिखाया जाता है जिससे स्व-चिन्तन द्वारा स्वयं पर नियन्त्रण करने की शक्ति तथा परिस्थिति को परख कर सही निर्णय लेने की शक्ति आ जाती है, मन की चंचलता समाप्त हो जाती है। राजयोग से मुझे निम्नलिखित फायदे हुए हैं –

1.पहले ज़रा-सी बात पर भी गुस्सा आ जाता था। अब गुस्सा एकदम खत्म हो गया है, चाहे कितनी भी बड़ी बात हो।

2.मन शान्त रहता है जिससे ब्लड-प्रेशर नॉर्मल रहता है।

3.गुस्से के कारण जो वातावरण प्रतिकूल (Opposite) था, अब बिल्कुल अनुकूल (Positive) हो गया है।

4.पहले व्यर्थ चिन्तन चलता था तो रात को नींद भी नहीं आती थी। राजयोग के अभ्यास से अब नींद बहुत अच्छी आती है।

5.पूरी दिनचर्या अब नियमबद्ध हो गई है जिससे सारा दिन खुशी-खुशी बीतता है। हर दिन नया सवेरा लगता है।

6.राजयोग के अभ्यास से पहले मैं स्वयं को बहुत शक्तिहीन और निर्बल समझती थी, अब राजयोग अभ्यास से एक अद्भुत शक्ति-सी महसूस करती हूँ और आत्मविश्वास का स्तर भी बढ़ गया है।

7.सर्व प्रति असीम प्यार और कुछ देने की भावना रहती है जिससे अन्दर खुशी की अनुभूति होती रहती है।

8.पहले अस्थमा की तकलीफ से बहुत ज्यादा परेशान रहती थी, अब यह बीमारी भी काफी कन्ट्रोल में आ गई है।

9.राजयोग से जुड़ते हैं तो अलौकिक नशा रहता है और परमात्म शक्तियाँ हमारे अन्दर भरती जाती हैं।

10.राजयोग से स्वभाव में सरलता, धैर्य, सन्तुष्टता, सहनशीलता आदि-आदि गुणों का विकास हुआ है जिससे सबके साथ व्यवहार अच्छा हो गया है और सर्व के प्रति भाई-चारे की भावना रहती है।

11.राजयोग से पहले मन में बहुत घबराहट और बेचैनी होती थी, लगता था कहीं भाग जाऊँ लेकिन अब 3-4 सालों से घबराहट-बेचैनी एकदम खत्म और मन की स्थिति एकदम शान्त हो गई है। अब तो एक ही चिन्तन चलता है, 'भगवान हमारे साथ है, डरने की क्या बात है।'

सर्व मनुष्य-आत्माओं प्रति मेरी यही शुभभावना, शुभकामना है कि वे नि:शुल्क राजयोग सीख कर, अमल में लाकर जीवन सफल करें। इसी में मनुष्य जीवन की सार्थकता है। ❖

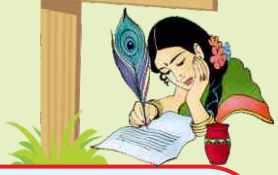
राजयोग एक...पृष्ठ 29 का शेष..

नज़रें बदली तो नज़ारा बदला

दिल्ली में ऑटो रिक्शा वालों का सवारियों को तंग करना, किराये में मनमानी करना और अभद्र व्यवहार करना आम बात है। मेरा भी अनुभव ऑटो वालों के साथ ऐसा ही था। एक बार मुझे संकल्प आया कि क्यों न ऑटो वालों के लिए योग का प्रयोग किया जाये। मैं मधुबन से वापिस दिल्ली आ रहा था। रास्ते में मैंने रेलगाड़ी में बैठे-बैठे संकल्प किया कि ऑटो वाले बहुत अच्छे इन्सान हैं, वे भी ईश्वरीय संतान हैं। बाबा से उन्हें पवित्रता, सुख, शांति, आनंद, प्रेम.....की किरणें मिल रही हैं। उनका मन निर्मलता और दया से भर रहा है। उनकी वाणी में मिठास आ रही है।

इसी बीच उद्घोषणा हुई कि रेलगाड़ी शीघ्र ही दिल्ली छावनी पहुँचने वाली है। मैं अपना सामान लेकर स्टेशन से बाहर आया और ऑटो रिक्शा वाले को कहा कि लोधी रोड चलना है। आश्चर्यजनक लेकिन सत्य, आज नज़ारा पूर्णरूपेण बदला हुआ था। ऑटो वाले ने मुसकराकर कहा, आइये, बैठिए। मैं बैठने लगा तो उसने सामान रखवाने में भी मदद की। रास्ते में भी बहुत शान्ति से गाड़ी चलाई और गंतव्य पर पहुँचने के बाद मीटर से जो भी किराया बना, वही लिया। मैंने बाबा का बहुत आभार व्यक्त किया और मन में सोचा, सचमुच कोई व्यक्ति बुरा नहीं है, हमारा दृष्टिकोण उसे वैसा बना देता है।

'पत्र' संपादक के नाम



मार्च, 2015 अंक का सम्पादकीय 'लोग क्या कहेंगे' ऐसा उपहार स्वरूप लेख है जो उन बन्धनों से छुड़ाता है जिनमें हम जकड़े हुए हैं। हम उन अच्छे कार्यों को करने से भी पीछे हट जाते हैं जिनमें हमारा विकास छिपा हुआ होता है इसलिए कि लोग क्या कहेंगे। 'भिखारीपन' और विकारों से घिरे हुए इन्सानों की मत पर नहीं चलना है। ईश्वरीय मत का भरोसा रखना है, श्रेष्ठ कर्म करने हैं, विघ्नों को खेल समझकर पार जाना है और इस बन्धन से भी पार निकलना है जिसे कहते हैं 'लोग क्या कहेंगे'।

– ब्र.कु.सरोज साह 'कमल',
बैरिया, बलिया (उ.प्र.)

ज्ञानामृत मासिक पत्रिका आध्यात्मिक एवं पूर्ण सकारात्मक विचारों की एक अमूल्य निधि है जो मन को पूर्णत: तृप्त कर देती है। दादी जानकी जी द्वारा दिये जा रहे प्रश्नों के उत्तर, आदरणीय रमेश भाई जी द्वारा लिखे जा रहे धारावाहिक लेख 'ईश्वरीय कारोबार में आदर्श व्यवस्था सम्पन्न करने की ज़रूरत' तथा ब्र.कु.उर्मिला बहन द्वारा लिखित 'समाने की शक्ति' बहुत ही सराहनीय व हृदयंगम करने योग्य हैं।

– ब्र.कु.जयकिशोर,
ग्लोबल हॉस्पिटल नर्सिंग कॉलेज, तलहटी, आबू रोड

'ज्ञानामृत' सच्चा दोस्त बनकर जीवन की प्रत्येक समस्या का समाधान करता है और हर पृष्ठ के नीचे दिए गये अनमोल सुवाक्य, जीवन-मूल्यों की समझ देते हैं। आदरणीया दादी जानकी जी के उत्तर बड़े ही मनमोहक तथा जीवन को सरल एवं मधुर बनाते हैं। जब मैं आत्म-विभोर होकर पत्रिका पढ़ता हूँ तो जीवन रूपी सरोवर में ज्ञान रूपी कमल विकसित होकर अलौकिक मुसकान बिखेरने लगता है। यदि घर बैठे लोक-परलोक सुधारना हो तो ज्ञानामृत का रस-पान विश्व की समस्त आत्माओं के लिए एक अचूक दवा है। यह आत्मा की सभी बुराइयों का समूल नाश कर देता है क्योंकि यह संगमयुग में शिव पिता का वरदान है। मूर्च्छित आत्माओं के लिए संजीवनी बूटी और मृतकों के लिए जान है। फरवरी अंक में 'नारी तुझे सलाम' लेख पढ़कर मन में करुण-रस एवं नारी के प्रति विशेष आत्मीयता, सद्भावना एवं सहयोग भरा उमंग-उत्साह जागृत हुआ और स्मृति पटल पर स्वत: ही ये पंक्तियाँ गूँज उठी,

हे जग कल्याणी नारी,
तुम सुनो शिव पिता की पुकार।
ब्रह्माकुमारी बनकर ही होगा,
अब तेरा उद्धार।।

– ब्र.कु.प्रह्लाद कुमार गुप्ता,
गौरहटी, महोबा (उ.प्र.)

राजयोग ने दिया...
पृष्ठ 20 का शेष..

हमारा उत्तर होता है, क्योंकि हम अच्छे सिख बनना चाहते हैं। वाणी पढ़ने या रटने की नहीं, जीवन में धारण करने की है। जो 22 वर्ष लगातार पढ़ा था, वह इस थोड़े समय में ही अंदर उतर गया। इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय में आध्यात्मिक पढ़ाई होती है। यह न कोई अलग धर्म है, न यहाँ धर्म बदलने की बात की जाती है बल्कि जीवन जीने की कला सीखने को मिलती है। इस ईश्वरीय परिवार जैसा प्यार आज तक जीवन में नहीं मिला, कहीं और न ही मिलेगा। कितना सुंदर जीवन बना दिया बाबा ने। शुक्रिया बाबा, शुक्रिया! निमित्त बहनों का बहुत-बहुत-बहुत दिल से धन्यवाद जिनकी पालना से मुझे एक नया जीवन मिला, आनंद भरा जीवन।

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, gyanamritpatrika@bkivv.org Ph. No. : (02974) - 228125

1.बसवन बागेवाडी- ब्र.कु.अंबिका बहन को 'अक्का अवार्ड' देकर सम्मानित करते हुए विरक्त मठ के श्री श्री सिद्धलिंग महास्वामी जी। **2.दिल्ली (करोलबाग)-** 'तनाव मुक्त जीवन पद्धति' विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.पुष्पा बहन, पिछड़ा वर्ग राष्ट्रीय आयोग के अध्यक्ष भ्राता वी.ईश्वरैय्या, उच्चतम न्यायालय के रजिस्ट्रार भ्राता सुरजीत डे तथा ब्र.कु.विजय बहन। **3.नई दिल्ली :** भारत के सूचना एवं प्रसारण मंत्री भ्राता रविशंकर प्रसाद को ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा हो रही आई टी की गतिविधियों की जानकारी देती हुई ब्र.कु. सविता बहन। **4.हैदराबाद (शान्ति सरोवर)-** ज्ञान-चर्चा के बाद ब्र.कु.कुलदीप बहन, ब्र.कु.शक्ति बहन, अभिनेता भ्राता पवन, अभिनेत्री बहन अंजली तथा ब्र.कु.लक्ष्मी बहन समूह चित्र में। **5.खण्डवा-** तनावरहित एवं खुशनुमा जीवन शैली शिविर का उद्घाटन करते हुए संगीत महाविद्यालय के प्राचार्य डॉ.विनय जैन, बालविहार कान्वेंट के प्राचार्य भ्राता आर.एस.दशोरे, कृषि महाविद्यालय के प्रमुख वैज्ञानिक डॉ.पी.पी.शास्त्री, ब्र.कु.किरण बहन तथा ब्र.कु.शक्ति बहन। **6.पूणे-** अभिनेत्री बहन तनुजा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.रूपा बहन, ब्र.कु.गीतिका बहन तथा ब्र.कु.दीपक भाई। **7.नबरंगपुर-** उड़ीसा के नगर विकास मंत्री भ्राता पुष्पेन्द्र सिंह देव को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.नीलम बहन। **8.होशियारपुर-** ज्ञान-चर्चा के बाद केन्द्रीय सामाजिक न्याय राज्यमंत्री भ्राता विजय साम्पला, सांसद भ्राता अविनाश राय खन्ना तथा ब्र.कु.राजकुमारी समूह चित्र में। **9.भरतपुर-** राजस्थान की पर्यटन मंत्री बहन कृष्णेन्द्र कौर दीपा को गुलदस्ता भेंट करने के बाद ब्र.कु.कविता बहन उनके साथ।

RNI No.10563/1965, Postal Regd. No.RJ/SRO/9559/2015-2017 Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment No. RJ/WR/WPP/002/2015-2017. Published on 25th of each Month &
Posted on 1st to 6th of each month. Price 1 copy Rs. 8.50, Issue : June, 2015.

1.कोलकाता-

बुद्ध जयंति के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए पश्चिम बंगाल के राज्यपाल महामहिम भाता केसरीनाथ त्रिपाठी, रामकृष्ण मिशन के सचिव स्वामी प्रणतमनानन्द महाराज, ब्र.कु.कानन बहन तथा अन्य।

1

2.ज्ञान सरोवर(आबू पर्वत)-

सुरक्षा प्रभाग द्वारा आयोजित सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी, केन्द्रीय गृह राज्यमंत्री भाता किरण रिजीजू, ब्र.कु.शुक्ला बहन, ब्र.कु.अशोक गाबा तथा अन्य।

2

3.रायपुर-

'तनाव मुक्ति से तन्दुरुस्ती' विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.कमला बहन, डॉ.गिरीश पटेल, मुख्य सूचना आयुक्त भाता सरजियस मिंज, पुलिस महानिरीक्षक (सेवानिवृत्त) भाता आनन्द तिवारी तथा लायन्स क्लब के जिला गवर्नर भाता किशोर सोनी।

3

4.ज्ञान सरोवर (आबू पर्वत)-

कला तथा संस्कृति विभाग द्वारा आयोजित सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.नलिनी बहन, ब्र.कु.रमेश भाई, ब्र.कु.मृत्युंजय भाई, अभिनेत्री रामेश्वरी बहन, फिल्म निर्देशक भाता निशान्त भारद्वाज तथा अन्य।

4