भाई-बहनों के प्रश्न, दादी हृदयमोहिनी के उत्तर

प्रश्नः- स्वयं सदा निर्विघ्न रहने का सहज पुरुषार्थ क्या है?

उत्तरः- देखो, किसी से गलती होती है तो उसे क्षमा करें। प्यार से समझाओ तो समझ जाते हैं। न सुनने वाला भी प्यार से सुनने लगेगा। जब हम छोटे थे, बाबा हमें हर मास के लिए टॉपिक देते थे कि इस मास में यह परिवर्तन करना है, वह हम करते रहे। विस्तार को सार में लाना, यही निर्विघ्न बनने का सहज पुरुषार्थ है।

प्रश्नः- संगठन को निर्विघ्न कैसे बनायें?

उत्तरः- किसी से गलती होती है तो उसे बढ़ाओ नहीं क्योंकि वह दूसरे को सुनायेगा, उसके प्रकम्पन वायुमण्डल में फैलेंगे। उम्मीदें सबमें रखनी हैं। हरेक को प्यार से बदलना है। हरेक के अन्दर गुणों को देखने का एवं उसके शुद्ध परिवर्तन का चश्मा पहनो तो वह भी बदल जायेगा।

प्रश्नः- हम सेवा करते हुए एक-दूसरे के साथ हलके रहें, उसकी विधि क्या है?

उत्तरः- दोनों मिलकर संकल्प करें कि हम एक होकर दिखायेंगे। एक-दूसरे के साथी बन जाएँ, एक-दूसरे को समझने की कोशिश करें और एक-दूसरे को सम्मान से देखें।

प्रश्नः- कभी-कभी उमंग-उत्साह कम हो जाता है और आलस्य, अलबेलापन आ जाता है, उसका कारण क्या है?

उत्तरः- जो उमंग-उत्साह वाले हैं, उनके संग रूहरूहान करो तो आप में भी परिवर्तन आ जायेगा। उसका वह विशेष गुण धारण कर लो। जब दूसरे अलबेले को देखते हैं तो खुद में भी अलबेलापन आता है।

प्रश्नः- बिना कारण के खुशी गुम क्यों होती है?

उत्तरः- मन में व्यर्थ संकल्प हैं। अगर किसी की बात दिल में चुभ जाती है तो व्यर्थ विचार चलते हैं। बाबा ने कहा है कि शुभ सोचना लेकिन फिर भी बुद्धि व्यर्थ तरफ चली जाती है। उसके लिए अपनी कन्ट्रोलिंग पॉवर को बढ़ाओ। योगाभ्यास के बाद सोचो कि बाबा ने हमारे जीवन के लिये कौन-सी बातें कही हैं? सन्तुष्टमणि बन जाओ और दूसरों को सन्तुष्ट करो। दूसरे को बदलने से पहले अपने आपको बदलो। शुभ भावना बहुत काम करती है। जो वाणी से नहीं बदलता उसे वायब्रेशन्स से ठीक करो। बाबा हमें यही पाठ पढ़ाते थे कि गुणग्राही बनो, गुणों का ही वर्णन करो। कैसा भी है, बाबा का तो बना है ना! कुछ तो विशेषता उसके अन्दर है ना, यह शुभ भावना रखो। यह बदलेगा ही नहीं, यह सोचकर उसकी तकदीर को लकीर नहीं लगाओ। मम्मा ने हरेक

को बदला, मम्मा ने बहुत मेहनत की। मम्मा ने अच्छे-अच्छे उदाहरणमूर्त बनाये। मम्मा सबसे प्यार से चलती थी। मम्मा को देखकर मम्मा जैसा बनने का उमंग आता था। दिलशिकस्त नहीं होते थे कि हम ऐसा बन ही नहीं सकते। मनुष्य चाहे तो क्या नहीं बन सकता? बाबा ने कहा और मैंने किया। बाबा की मुरली का महत्व रखकर हमें करना ही है।

प्रश्नः- पुराने संस्कार इमर्ज हो जाते हैं तो क्या करें?

उत्तरः- वह ड्रामा में हमारा पेपर होता है जिससे पता पड़ता है कि हमारा फाउण्डेशन कच्चा है। अगर पुरुषार्थ में फर्क पड़ता है तो संस्कार को पीठ कर परिवर्तन करें। अपने ऊपर ध्यान दें। बाबा से प्यार सबका है। उस समय बाबा के प्यार को याद करें, बातों को याद नहीं करें। अपने दिल में बाबा को बिठा लें तो भरी हुई दिल में और कोई बैठ नहीं सकता। दिल में बाबा बैठे हैं तो हम अकेले नहीं हैं, उलटे कर्म नहीं होंगे।

प्रश्नः- बाबा की दिल पसंद सेवा क्या है? बाबा सेवा के क्षेत्र में किन-किन बातों को देखते हैं?

उत्तरः- बाबा देखते हैं, सेवा करते समय कोई मिलावट तो नहीं, अगर नाम कमाने के लिये सेवा करते तो वह सेवा बाबा को पसंद नहीं आती। बाबा देखते हैं, दिल में क्या रखकर सेवा की, सेवा भाव या लालच भाव? सच्ची दिल से करने वालों पर ही साहेब राज़ी होते हैं। जिस भाव से सेवा करते उसके वायब्रेशन जिज्ञासुओं को भी आते हैं। स्वार्थ भाव वाली सेवा में थोड़े समय के लिए वे भी उमंग-उत्साह से सहयोगी बनेंगे, बाद में धोखा देंगे।

प्रश्नः- दादी जी, बाबा के दिल में हम कैसे बैठें?

उत्तरः- बाबा का दिल हमसे खुश रहेगा तो हम बाबा के दिल में बैठेंगे। कोई से दिल खुश नहीं होती तो क्या कहते हैं? कहते हैं, इसको निकालो। तो बाबा की दिल हमसे खुश हो तब हम बाबा के दिल में बैठेंगे। ❖

'पहला सुख...' पृष्ठ 21 का शेष

बचपन में मोटापा अकाल मृत्यु का और वयस्कों में मोटापा विकलांगता का कारण बन रहा है। विश्व में कुपोषण की भेंट में अधिक वजन से मरने वालों की संख्या ज्यादा है। मोटापे का कारण है, हम जितनी कैलोरी खाते हैं उतनी कार्य में नहीं लगती है। यह आश्चर्य की बात है कि एक ही समाज में, एक ही घर में एक व्यक्ति मोटापे से जूझ रहा है और दूसरा कुपोषण से। इस समस्या से निपटने के लिए आवश्यक है कि हम आहार की मात्रा निश्चित करें और शारीरिक मेहनत को महत्व दें। ❖

शिवपिता ने जीवन धन्य-धन्य कर दिया

ब्रह्माकुमार यज्ञेश कुमार, नवानरोडा, अहमदाबाद

जब मैं 9 साल का था तब मुझे शिवबाबा का ज्ञान मिल गया। परिवार में माता-पिता और बहन सभी ज्ञानमार्ग में चल रहे हैं। मैं यह बात दिल से ज़रूर कहूँगा कि मैं अपने पैरों से नहीं चल रहा हूँ बल्कि बाबा की गोदी में ही पल रहा हूँ। पूरा दिन स्कूल की पढ़ाई और ट्यूशन में व्यस्त रहता हूँ। अमृतवेले उठकर राजयोग का अभ्यास करता हूँ। रोज़ मुरली क्लास करता हूँ। ज्ञानबिन्दु भी डायरी में नोट करता हूँ लेकिन थकता नहीं हूँ क्योंकि बाबा मेरे साथ हैं। हमेशा खुशी में ही रहता हूँ, कभी भी मूड ऑफ होता ही नहीं है। कभी किसी को दुख नहीं देता हूँ, रोज़ बाबा को पत्र भी लिखता हूँ। लौकिक व अलौकिक परिवार में, स्कूल में, जहाँ भी जाता हूँ, सर्व आत्माएँ बेहद प्यार करती हैं। सेन्टर पर हर गुरुवार को क्लास के बाद किसी ना किसी विषय पर प्रवचन करता हूँ। स्कूल में भी हमेशा प्रथम आता हूँ। स्पर्धाओं और सांस्कृतिक कार्यक्रमों में भी प्रथम आता हूँ। मैंने आज तक 22 सर्टिफिकेट, 10 पदक, 1 ट्रॉफी और 25 उपहार प्राप्त किए हैं।

शिवपिता मेरी हर बात सुनते हैं और मुझे मदद भी बहुत करते हैं। मेरा किसी से झगड़ा नहीं होता है। दोस्तों को रोज़ ज्ञान देता हूँ। मुझे विश्वास है कि बाबा मेरे द्वारा बहुत ही सेवा करायेंगे। मैंने तय कर लिया है कि मुझे मेरा जीवन ईश्वरीय सेवा में सफल करना ही है। मई, 2013 में शान्तिवन में बाल व्यक्तित्व विकास शिविर में मैंने भाग लिया था। मैं एंजिल ग्रुप में था और वक्तव्य स्पर्धा में पूरे भारत में प्रथम स्थान लिया था। वो दिन मेरे लिये गौरव का दिन था जिसे याद करके मैं आज भी गद्गद् हो जाता हूँ। मैं दिल से बाबा को यही कहता हूँ कि बाबा, मैं आपका बना तब तो आपने मुझे इतना योग्य बना दिया।

मेरे दिल से यही शुभ भावना आप सभी के प्रति निकलती है कि आप भगवान के बनकर तो देखो, भगवान आपका न बन जाये तो कहना। ❖