आपदा में आत्म-नियन्त्रण

भगवान को ज्ञानी आत्मा प्रिय है पर उससे भी अधिक ज्ञानी तू आत्मा प्रिय है। ज्ञानी का अर्थ है, जो हर बात का केवल ज्ञान रखता है पर स्वयं पर उस ज्ञान को सदा उतारे रखने की इच्छा नहीं रखता। ज्ञानी तू आत्मा वह है, जो हर स्थिति, परिस्थिति में ज्ञान को, मूल्यों को धारण किए रहता है। हम देखते हैं कि बाज़ार में कच्चे और पक्के दोनों प्रकार के रंगों वाले कपड़े मिलते हैं। रंगों को परख़ने के लिए पानी में डुबोकर, मसलकर भी कपड़े को देखते हैं। कच्चे रंग वाला कपड़ा ऐसी परीक्षा में तुरन्त बदरंग हो जाता है। जैसे पक्के रंगों की छपाई कपड़े को आकर्षक बनाती है इसी प्रकार अनेक गुणों की धारणा से व्यक्तित्व आकर्षक बनता है। परन्तु देखना यह है कि ये गुण हर स्थिति-परिस्थिति में बने रहते हैं या प्रतिकूल स्थितियाँ पैदा होने पर गुण हमसे छूट जाते हैं। ईश्वरीय कर्त्तव्यों के यादगार शास्त्र रामायण में एक प्रसंग आता है – जब लक्ष्मण जी ने समाचार सुना कि कैकेयी द्वारा मांगे गए वरदानों के कारण श्री रामजी को वनवास जाना पड़ेगा तो वे दौड़ते हुए आए और श्रीराम जी से बोले, भैय्या, क्या आपको पता है, कैकेयी ने पिताश्री से आपके लिए वनवास-गमन का वर मांगा है? यह सुनकर श्री रामजी मुसकराए और लक्ष्मण जी से पूछा, पहले यह बता, माता कैकेयी को आपने कैकेयी कहना कब से शुरू कर दिया? इस पर लक्ष्मण जी, जो आपे से बाहर थे, एकदम आपे में आ गए।

समस्या आती है संयम को देखने

उपरोक्त प्रसंग हमें शिक्षा दे रहा है कि परिस्थितियों के तूफानों में भी हम कर्मों की मर्यादा बनाए रखें। अपने मन-वचन कर्म को नियन्त्रण में रखें। जैसे भारी बरसात पड़ने पर यदि नदी (गंगा) किनारों की सीमा से बाहर बहने लगे तो कोई उसकी पूजा नहीं करता, उससे बचने की कोशिश करते हैं। इसी प्रकार, कोई व्यक्ति कितना भी आदरणीय हो यदि समस्या में अपनी दृष्टि, वाणी, कर्म को नहीं सम्भाल पाता तो असम्मान का पात्र बन जाता है। समस्या तो हमारे धैर्य, संयम, आत्मनियन्त्रण को देखने आती है। जब उसे पता चलता है कि उसके आते ही हमारा धैर्य, संयम, आत्मनियन्त्रण, आत्मबोध सब चले गए तो वह हमें ज़ीरो नम्बर देकर और खुद पूरे सौ नम्बर लेकर विजयी मुसकान धारण कर लेती है।

किसी ने हमें बुरा कहा, इससे न डरें, बुरा करने से डरें

कई लोग शिकायत करते हैं कि हम घर-परिवार के लोगों की सेवा में, उन्हें सुख देने में सदा तत्पर रहते हैं। परन्तु फिर भी कभी भलाई नहीं मिलती। यदि एक बात में कभी कोई भूल हो जाती है तो सारे किए-कराए पर पानी फिर जाता है। झट से कह दिया जाता है कि यह तो कुछ नहीं करती। उस एक छोटी-सी बात के कारण हमारी पिछली सेवाओं का श्रेय भी हमसे छीन लिया जाता है। जब हम देखते हैं कि जी-जान से सब कुछ करने पर भी किसी ने दो बोल उमंग-उत्साह के नहीं बोले और एक बार किसी कारण से कोई सेवा छूट जाने से पिछला सारा श्रेय भी हमसे छीन लिया गया तो हम भी सेवा से जी चुराने लगते हैं, सोच लेते हैं, जाने दो, जब इन्हें कोई अहसास ही नहीं है तो क्यों कर-करके मरा जाए। जब हमारी अच्छाई को श्रेय नहीं मिलता तो हम भी बुरों के साथ बुराई का पथ अपना लेते हैं।

भगवान के महावाक्य हैं, 'कितना भी अच्छा करेंगे, लेकिन अच्छे को ज़्यादा सुनना-सहना पड़ता है।' दूसरी बात यह है कि किसी ने हमें बुरा कहा,

इससे न डरें, बुरा करने से डरें। दूसरे ने श्रेय छीन लिया पर स्वयं अपने आपको श्रेय देते रहें। श्रेय के अभाव में अच्छाई छोड़ देने का अर्थ होता है, हमें अच्छाई से प्यार नहीं था, श्रेय लेने से प्यार था, वह नहीं मिला तो अच्छाई छोड़ दी। लेकिन अच्छाई को निजी संस्कार बनाएँ। जैसे मेहन्दी पीसे जाने पर ही रंग देती है इसी प्रकार परिस्थितियों द्वारा पीसे जाने पर हम अपना गुण न छोड़ें, और ही उसे बढ़ा लें, ऐसी धारणा बनानी है।

बुद्धि रूपी बर्तन की शुद्धि

शिवबाबा कहते हैं, योग पूरा होगा तो ही बुद्धि रूपी बर्तन पवित्र होगा और गुणों की धारणा भी होगी। बुद्धि रूपी बर्तन के पवित्र होने का अर्थ क्या है? हम घरों में बर्तन को शुद्ध कब मानते हैं? एक तो जब उसमें कोई तामसिक चीज़ न डली हो और दूसरा, यदि सात्विक चीज़ डली हो तो वो भी एक ही हो। जैसे यदि बर्तन में दाल डली हो और उसके ऊपर के हिस्से में थोड़ी कढ़ी, थोड़ी सब्जी, थोड़ी मलाई आदि लगे हों तो यही कहा जाएगा कि बर्तन को ठीक से मांजा नहीं गया, तभी तो कुछ का कुछ लगा है। हालाँकि कढ़ी, सब्जी, मलाई आदि चीज़ें अशुद्ध नहीं हैं पर एक बार बर्तन में एक ही चीज़ होनी चाहिए, दूसरी, तीसरी नहीं, अंश मात्र भी नहीं। इसी प्रकार, बुद्धि भी बर्तन है। उसमें कोई तामसिक विचार तो होना ही नहीं चाहिए, इसके अलावा यदि हम एक विचार (बाबा की याद) में बुद्धि को लगाते हैं और साथ-साथ, दूसरे-तीसरे विचार (सेवाकार्य के, किसी से ज्ञानयुक्त चर्चा के) भी आते हैं तो भी बुद्धि रूपी बर्तन कम शुद्ध माना जाएगा। यद्यपि ये विचार अशुद्ध नहीं हैं पर एक बार में एक ही दिशा में लगाई गई बुद्धि में यदि अलग-अलग दिशाओं के विचार आते हैं तो यह भी बुद्धि का भटकाव कहा जाएगा। अत: योग पूरा होने का अर्थ है बुद्धि केवल एक शिवबाबा की याद में ही लगी हो, तो ही बुद्धि रूपी बर्तन पवित्र होगा और उसी पवित्र बुद्धि में ज्ञान और गुणों की धारणा होगी।

– ब्र.कु. आत्म प्रकाश

हम बदलेंगे, जग बदलेगा

ब्रह्माकुमार प्रकाशचन्द, गाजियाबाद

जब मैं सेना में सेवारत था तब काफी गुस्सा करता था, नशा करता था और अहंकारी भी था। सब विकार भरे थे। सेना से सन् 2001 में जब सेवानिवृत्त हुआ तो अहसास हुआ कि आज संसार में बहुत दुख है। घर-परिवार में क्लेश, गुस्सा, तनाव और साथ में मांस-मदिरा आदि व्यसनों के सेवन से मानव आपने आपको दुखी कर रहा है। मेरी हालत भी ऐसी ही थी। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय द्वारा ज्ञान मिला तो अपने जीवन को परिवर्तन किया। इससे मेरे परिवार का दुख दूर हुआ और हम खुशहाल जीवन जीने लगे। मेरे पिताजी, जो रोज़ाना शराब पीते थे, उन्होंने पीनी छोड़ दी और ईश्वरीय कार्य में सहयोगी बन गये। जब मेरा जीवन खुशहाल बना तो मैंने संकल्प किया कि दूसरों की सेवा करके उन्हें भी खुशहाल बनाना है। अब मैं फौज, पुलिस, पैरामिलट्री फोर्स, स्कूल, कालेज, गाँव तथा शहरों में जगह-जगह जाकर नशा छोड़ने और खुशहाल जीवन जीने की कला सिखाता हूँ। राजयोग की शिक्षा द्वारा तनाव रहित जीवन का गुर बताता हूँ। पूरे भारत में 600 प्रोग्राम से ज्यादा कर चुका हूँ।

सभी भाई-बहनों से गुजारिश है कि अगर जीवन की सत्य पहचान व ईश्वरीय ज्ञान चाहिए तो ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र में जाकर सात दिन का कोर्स कीजिए। स्वयं, परिवार व साथियों का जीवन श्रेष्ठ बनाने में सहयोगी बनिये। कहा जाता है, जैसा सोचोगे वैसा बनोगे, जैसा करोगे वैसा भरोगे। कर्म का ज्ञान और अपना लक्ष्य जानने के लिए आइये और भगवान का निमन्त्रण स्वीकार कर भारत को स्वर्ग बनाने में सहयोगी बनिए। हम बदलेंगे, जग बदलेगा। भगवान आपके द्वार पर खड़े हैं भाग्य देने के लिए। सिर्फ एक कदम आगे बढ़ाएं अर्थात् शुद्ध संकल्प करें और सुखमय जीवन जीने का आनन्द लें।