

मैं और मेरापन

● कन्हैया लाल कलवानी, चूरू (राजस्थान)

जब हम कहते हैं कि मेरे पैर में दर्द हो रहा है या मेरा सिर भारी है तो उस समय यह तो नहीं कहते कि मैं पैर में दर्द कर रहा हूँ/हो रहा है अर्थात् शरीर अलग है और मैं शरीर से भिन्न कोई अलग ही सत्ता हूँ। कई बार हम व्यवसाय में अपना परिचय इस प्रकार देते हैं कि मैं वकील हूँ, डाक्टर हूँ, इन्जीनियर हूँ...। घर में बच्चों के लिए पिता हूँ, पत्नी के लिए पति, माँ के लिए पुत्र और मित्र के लिए मित्र। ये तो सभी शरीर के संबंध हैं, फिर मैं कौन हूँ? यह एक पहेली है जिसका उत्तर है कि मैं एक आत्मा हूँ।

हम सृष्टि पर मेहमान हैं

इंसान 'मैं और मेरा' इन शब्दों के प्रयोग से ऊँचा भी उठ सकता है और नीचे भी गिर सकता है। 'मैं पवित्र आत्मा हूँ' इस स्वमान वाला 'मैं' उन्नति दिलाता है और बकरे की तरह मैं-मैं करने से कसाई के हाथों मरना पड़ता है अर्थात् अभिमान और अपमान रूपी मैं से आत्मा का पतन हो जाता है। वास्तव में मैं आत्मा चेतन हूँ और मुझमें मन, बुद्धि और संस्कार हैं। मन सोचने की शक्ति, बुद्धि निर्णय करने की शक्ति और संस्कार आत्मा पर कर्मों के प्रभाव का नाम है। शरीर प्रकृति द्वारा प्रदत्त है और पांच तत्वों से बना है। हम इस लोक में थोड़े समय

के लिए मेहमान हैं। हमारा घर तो आकाश तत्व से भी पार परमधाम है, अब घर जाना है... इस तरह के संकल्प खाना खाते समय, कार्य व्यवहार में आते स्मृति में रहें तो हम हल्के रहते हैं।

रहमदिल बन क्षमा कर दें

यदि कर्मक्षेत्र पर कोई हमें कहे, तुम किसी काम के नहीं, तुम्हारा स्वभाव खराब है, तुम्हारी किस्मत ही खराब है आदि-आदि, तो ज़रा सोचिए, सामने वाला किसे कह रहा है। वह मुझ आत्मा को तो जानता नहीं, इस शरीर को कह रहा है। अतः आत्मा अर्थात् मैं तो इन शब्दों से परे हूँ। हो सकता है, किसी पूर्व जन्म में सामने वाली आत्मा को हमने ऐसा कहा हो तभी कर्मफल के रूप में यह हिसाब आज चुक्ता हो गया। इसके लिए शिवबाबा को धन्यवाद दें। प्रतिक्रिया देकर नये विकर्म ना बनाएँ। यदि पूर्वजन्म का हिसाब न भी हो तो भी एक सूक्ष्म बात यह भी याद रखें कि सामने वाली आत्मा हमारी चाहे कितनी भी ग्लानि करे, आने वाले युगों में वह हमारी भक्ति भी अवश्य करेगी क्योंकि किये कर्म का हिसाब चुकाना पड़ता है। हम रहमदिल का संस्कार धारण कर उसे क्षमा कर दें और याद रखें, क्षमा महान आत्माओं

का विशेष गुण है।

मन की डोर खुद संभालें

शिवबाबा के महावाक्य याद करें कि सभी निर्दोष हैं, किसी का कोई दोष नहीं। ममा का भी यही कहना था, निंदा हमारी जो करे, मित्र हमारा होय। सामने वाला मेरा शुभचिंतक है। मुझे समय के पहले अपने को सम्पूर्ण बनाना ही है, यह दृढ़ संकल्प करें। निंदा ने ही कई बार इतिहास बदला है जैसे कि तुलसीदास की पत्नी यदि अपमान सूचक शब्द न कहती तो वे महान शास्त्र रामायण की रचना नहीं कर पाते। हमें शिवबाबा ने श्रेष्ठ स्वमान दिये हैं कि आप श्रेष्ठ आत्मा हो, आप विशेष आत्मा हो यदि इन स्वमानों को हम अपने में धारण नहीं कर पाये और आत्मग्लानि करते रहे कि मैं अच्छा नहीं हूँ, तो मानो भाग्यविधाता के विरुद्ध जा रहे हैं, मानो यह कह रहे हैं, बाबा, आप सही नहीं हो, सच तो यह है कि मैं बेकार हूँ। अतः याद रखें, दूसरों से प्रभावित होने का अर्थ है, हम उनके हाथों की कठपुतलियाँ हैं। वो चाहें तो हमें हंसाएँ या फिर रुलाएँ। अपने मन की डोर अब हम खुद संभालें।

गुण है प्रभु की देन

यदि हम ही अपने को कहते हैं, मेरा भाग्य अच्छा नहीं है, तो इस सोच को बदलें। जैसे लोहे को लोहा काटता है ठीक उसी प्रकार हीन संकल्प को समर्थ संकल्प काटता है। उस समय प्यारे बापदादा द्वारा दिए हुए

स्वमानों की लिस्ट निकालें और याद करें कि मैं कौन-सी आत्मा हूँ... मैं वो श्रेष्ठ आत्मा हूँ जिसे देखने के लिए भक्त तरसते हैं। मैं महान् आत्मा सो देवात्मा हूँ, मेरा भाग्यविधाता स्वयं भगवान् है और मेरा भाग्य सर्वश्रेष्ठ है, मैं बाबा का भाग्यशाली सितारा हूँ। यदि कोई कहे, आप समझदार हैं और आपका सिखाने का तरीका अच्छा है, आप सुंदर हैं तो ज़रा सोचिए, सामने वाला इस शरीर की प्रशंसा कर रहा है। यदि स्वयं के प्रति सूक्ष्म अभिमान आने की सम्भावना है तो उसी समय उस प्रशंसा को प्रभु समर्पित कर दें। इससे वो कई गुना होकर हमें भविष्य में प्राप्त होगी तथा याद रखें कि जो भी गुण हमें है वह प्रभु का ही दिया हुआ है।

मनोदशा स्थिर रखें

मैं और मेरेपन से अभिमान और अपमान आता है, ऐसे गलत दृष्टिकोण के कारण मनचाहे परिणाम नहीं मिलते अतः परिस्थिति भले ही कैसी भी क्यों न हो, अपनी मनोदशा को सदा स्थिर रखें। हमेशा याद रखें कि मैं आत्मा इस परिस्थिति पर विजय प्राप्त कर सकती हूँ क्योंकि कल्प पहले की तरह विजय के पार्ट को मुझे ही दोहराना है। अमृतवेले उठते वा रात्रि को सोते सच्चे मन से बाबा को मैं और मेरापन अर्पित करें तथा लिखें कि किन परिस्थितियों में ये विकार

आते हैं और इन पर विजय कैसे प्राप्त की जाये। कई बार सेवा में भी मैं और मेरापन आ जाता है। मैं यह सेवा नहीं करूँगी या मुझे तो यही सेवा अच्छी लगती है। याद रखें, हमें तो सोलह कला सम्पूर्ण बनना है। अगर एक सेवा होती है और दूसरी नहीं तो ज़रूर कुछ कमी है, उसे ज्ञानबल और योगबल से दूर करें। यदि हर तरह से हम सेवा नहीं कर पाए तो कौन मानेगा कि हम सर्वगुण सम्पन्न हैं अर्थात् जो बाबा से 'हाँ जी' का पाठ सीखा है उसे कैसे पूरा कर पायेंगे।

तुलना करें केवल बाबा के साथ

यदि मुझमें तुलना करने का संस्कार है जैसे कि मैं तो बहुत बुद्धिमान हूँ, सामने वाला मूर्ख है, यह मेरी प्रिय किताब है, इसे मैं नहीं दूंगा, सामने वाले में भाषण करने की अच्छी कला है, मेरे शरीर का रंग काला है और मेरा मित्र गोरा है, तो इसका मतलब है कि हमारे अंदर हीन भावना

या अहम् भावना ने जन्म ले लिया है। अगर हम समय रहते सचेत न हुए तो इस तुलना में संगमयुग का समय हाथ से निकल जाएगा अतः तुलना ना ही करें तो बेहतर है। यदि तुलना करने का संस्कार पक्का हो तो अपनी तुलना सिर्फ और सिर्फ ब्रह्मा बाबा से ही करें कि बाबा तो निष्काम सेवाधारी हैं और उन्होंने हड्डी-हड्डी शिव बाबा व माताओं की सेवा में समर्पित कर दी, तो मैंने कितनी सेवाएं की? क्या मेरे संस्कार बापसमान बने हैं? क्या सामने वाले को जो भाषण आता है वो स्वयं उसकी देन है या प्रभु की देन है? हम अपने आप से इस तरह प्रश्न पूछें और जो भी कमियाँ स्वयं में समझते हैं, चार्ट द्वारा अपना पोतामेल बाबा को देकर चेक करते रहें और स्वयं को बापसमान चेंज करते रहें। याद रखें, कल हमारा नहीं है बल्कि आज हमारा है और अभी नहीं तो कभी नहीं।



नारी का पतन...पृष्ठ 3 का शेष...

नारी का जीवन है। अपने को शरीर समझने से ही नारी अबला बनी है। यदि वह अपने को मन, बुद्धि व संस्कारों से युक्त शुद्ध आत्मा समझे और आत्मस्मृति में स्थित हो जीवनपथ पर चले तो उसे अपने सच्चे शक्ति-स्वरूप का अनुभव होगा। वह अबला न रह कर पुरुषों को भी बल प्रदान करने वाली होगी। उसे और समाज को यह पता चलेगा कि नारी 'भोग्या' नहीं बल्कि 'पूज्या' है जिसकी पूजा आज भी भारतवर्ष में दुर्गा, सरस्वती और लक्ष्मी रूप से हो रही है। प्रत्येक नारी को यह रूप धारण करना है और वह कर सकती है क्योंकि वह उसी का रूप है। ❖