

# काश ! बाबा पहले मिला होता

● मीना गोस्वामी, आगरा (दयालवाग)

**अ**पने मन के विचारों को व्यक्त करने की क्षमता और प्रेरणा मुझे परमपिता परमात्मा शिवबाबा से प्राप्त हुई है। आज से चार वर्ष पूर्व अनायास ही अवसाद से घिर गयी। मन एकदम शून्य हो गया। कोई अच्छा विचार उसमें कौंधता नहीं था। दुनिया जैसे झूठी लगने लगी पर फिर भी मैं अपने परिवार के शुभ की चिन्ता में व्यग्र-सी रहती। हाथ से जैसे सब कुछ छूट रहा था। भीड़ में भी नितान्त अकेली जैसी थी। अवसाद के कारण मन में भय ज्यादा रहने लगा, भय का कोई आकार-प्रकार नहीं होता, यह तो अहसास होता है। इसे न तो किसी को बताया जा सकता है, न कोई कम कर सकता है। भय ने धीरे-धीरे अदृश्य परछाइयों का रूप ले लिया और घर के हर कोने में अपना डेरा जमा लिया। आँखें बन्द करते ही काली, भयानक परछाइयाँ चल-चित्र की भाँति मेरी आँखों के सामने नाचतीं। इन भयानक परछाइयों से अपने परिवार को बचाते-बचाते मैं जैसे हार रही थी, खुशहाली का सम्बल मुझसे छूटा जा रहा था। मुझे लगता था कि कोई अनिष्ट हो, इससे पूर्व मैं अपने आप को समाप्त कर लूँ। मैं मृतेष्णा की ओर धीरे-धीरे बढ़ रही थी और

कहीं कोई विकल्प नज़र नहीं आ रहा था।

**मन व्यग्र हो उठा**

**बाबा से मिलने के लिए**

तब अंधकार में एक ज्योति चमकी। मेरे घर के सामने एक बहन रहती हैं। मैं उनका बहुत मान करती हूँ। उनको मैंने अपनी परेशानी बताई। उन्होंने मुझे शिव बाबा का सत्य परिचय दिया कि “कालों का काल है शिव बाबा, विघ्न विनाशक है शिवबाबा”। मैं मन्त्रमुग्ध-सी उनकी अमृतमय वाणी को सुनती रही, उन्होंने आश्रम ले चलने का आश्वासन भी दिया। जब तक उनके सामने रही तब तक शान्ति मिली, अवर्णनीय सुख मिला, हल्की भी रही, लगा कि भय का दानव दूर भाग गया है लेकिन जैसे ही घर आई, मृतेष्णा ने पुनः मुझे चारों ओर से धेर लिया। मंत्र पढ़ रही थी पर सब कुछ गडबड़ हो रहा था। मैं पुनः मौत के करीब जा रही थी, शिरायें शून्य-सी हो रही थीं, परिवार बिखरने के कगार पर था। इतना सहते-सहते, दुनिया भर का पूजा-पाठ करते-करते भी आशा की कहीं किरण नज़र नहीं आ रही थी। मेरा मन बाबा से मिलने को व्यग्र हो उठा।



**अंधकार समाप्त हो गया**

तभी सत्गुरुवार का दिन आ गया, कुछ बहनें आश्रम जा रही थीं। मैं भी दौड़ कर शामिल हो गयी। पैरों में जैसे पंख लग गये। सुध-बुध बिसराई हुई पहुँच गयी बाबा से मिलने। आश्रम वाली दीदी ने स्नेह से देखा और बैठने को कहा। यन्त्र-चलित-सी बैठ गयी। मैंने समस्या बताई तब उन्होंने मुझे सात दिन का कोर्स करने की सलाह दी, ध्यान की प्रक्रिया समझाई और शुभ दृष्टि दी। कोर्स पूरा करने में मेरे पड़ोस की एक बहन और मेरे परिवार ने पूरा सहयोग दिया। फिर आध्यात्मिक क्लास प्रारम्भ कर दी। आश्रम की दीदी मुझे जीवन का आधार लगने लगी क्योंकि बाबा तक जाने का मार्ग तो उन्होंने ही प्रशस्त किया। उन्होंने कहा कि मुरली

(ईश्वरीय महावाक्य) सुनोगी तथा बाबा का ध्यान करोगी तो बृहस्पति की दशा (भगवान की दुआ) बैठेगी अन्यथा राहू-केतू (विकार) घेरेंगे। बाबा अपने बच्चों को दुःखी नहीं देख

सकते, वे अपने बच्चों को ढूँढ़ लेते हैं और हाथ पकड़ कर जीने की राह दिखाते हैं। अब भय, चिन्ता, अवसाद का अन्धकार समाप्त हो गया है, शिवबाबा की शुभ दृष्टि पूरे

परिवार पर है, सब कुछ बहुत अच्छा चल रहा है। बाबा ने सबको अपना लिया है। अब तो यही कहती हूँ, काश! बाबा पहले मिल गया होता।



## तोल-तोलकर बोल

● ब्रह्माकुमार ज्योति भाई, बल्लभगढ़

**क**हते हैं, जैसा अन्दर का भाव होता है, वैसी ही भाषा होती है। कई कहते हैं, बोल मेरे मुख से निकल गया, मेरा भाव ऐसा नहीं था परन्तु ऐसा नहीं हो सकता। क्योंकि जो मन में होता है वही मुख पर आता है। मुख से निकला बोल किसी का हौसला बुलन्द भी कर सकता है और पस्त भी इसलिए तोलकर बोलें। बोल में गम्भीरता के साथ रमणीकता भी हो। गोली का घाव भर सकता है पर बोली का जल्दी नहीं भरता। हमारा मुख 'धनुष' की तरह है और बोल 'बाण' की तरह हैं। जैसे धनुष से निकला बाण वापिस नहीं लौटता ऐसे मुख से निकले शब्द लौटकर नहीं आ सकते इसलिए हमें युक्ति-युक्त एवं योग्युक्त होकर बोलना है।

**क्या सुनना है, क्या नहीं, चयन करना जरूरी**

जो व्यक्ति अपनी वाणी पर संयम रखना जानता है वो जीवन के हर क्षेत्र में सफल हो सकता है। वह सबका स्नेह और सम्मान पाता है। हम जितना बोलें उससे दो गुणा सुनें इसलिए प्रकृति ने हमें जीभ एक और कान दो दिए हैं। एक अच्छा श्रोता ही एक अच्छा वक्ता बन सकता है। दुकानें हफ्ते में नहीं तो महीने में एक बार अवश्य बन्द हो जाती हैं लेकिन हमारे दो कान सदैव खुले रहते हैं इसलिए क्या सुनना है और क्या नहीं सुनना है, इसका चयन भी हमें करना आना चाहिए। अधिक

बोलने वाला मनुष्य दोस्तों को 'पीड़ा', दुश्मनों को 'फायदा' और स्वयं को 'हानि' पहुँचाता है। जितना हम अधिक बोलेंगे उतना ही हम फंसेंगे। हर समय जवाब देने का नहीं होता, कभी-कभी मौन भी अपने आप में एक जवाब होता है और कभी-कभी मौन भी शास्त्र का कार्य करता है। अधिक बोलकर किसी शत्रु को मित्र नहीं बनाया जा सकता परन्तु अधिक बोलने से मित्र भी शत्रु बन सकता है।

**अच्छी बात जहाँ भी मिले, धारण करें**

मानव की पहली झलक उसके 'चेहरे' से मिलती है, दूसरी झलक उसके 'बोल' से मिलती है और तीसरी झलक उसके 'कर्म' से मिलती है। सात्त्विक अन्न, नम्र व्यवहार और अपने से श्रेष्ठ के संग में बैठने से वाणी पर नियन्त्रण हो जाता है। आध्यात्मिक पुस्तकों का पठन और सीखने की ललक भी इसमें मदद करती है। जहाँ से भी अच्छी बात मिले उसे धारण अवश्य करें। सार्थक बातों को धारण करने से व्यर्थ धीरे-धीरे स्वतः निकलता जाता है और हम समाज में अनमोल बन जाते हैं। जितना हम सार्युक्त बोलेंगे, लोग उतना ही ज्यादा ध्यान से सुनेंगे और महत्व देंगे। बोल सहज और सरल होंगे तो सबको खुशी देंगे। ऐसे बोल महावाक्य बन जायेंगे और हम प्रेरणा-स्रोत बन जायेंगे। ❖