

रंग अलग लेकिन रंगत एक

* ब्रह्माकुमार आत्म प्रकाश, आबू पर्वत

मई-जून 2014 में बाबा की सेवा अर्थ मुझे दक्षिण अफ्रीकी देशों – इथोपिया, नाइजीरिया, घाना, आइवरी कोस्ट, बेनिन, टोगो तथा बाल्टिक देशों – लातविया, इस्टोनिया और लिथुआनिया (कुल 9 देश) में जाने का सौभाग्य प्राप्त हुआ। ऐसा महसूस हुआ कि बाबा के ज्ञान की प्यासी आत्माएँ यहाँ-वहाँ अभी भी छिपी हुई हैं। भले चमड़ी के रंग सभी के भिन्न-भिन्न हैं लेकिन भावनाएँ सबकी एक ही हैं।

सभी देशों में पब्लिक कार्यक्रम, रेडियो व टी.वी. इण्टरव्यू, संगोष्ठियाँ, कार्यशालाएँ आदि आयोजित हुईं और प्रश्नोत्तर भी रखे गये। प्रस्तुत हैं कुछ चुने हुए प्रश्न और उनके उत्तर –

प्रश्न:- इथोपिया में एक अधेड़ उम्र के व्यक्ति ने पूछा, आजकल परिवार में सम्बन्ध अच्छे नहीं हैं, घर में एक-दूसरे की कमियाँ देखना और बात-बात में नोंक-झोंक होना आम बात हो गई है। घर का वातावरण भारी रहता है और हमारा बच्चा भी बहुत चिड़चिड़ा हो गया है, कृपया समाधान सुझाये?

उत्तर:- एक-दूसरे की कमियों को देखने से और अपनी बात दूसरों पर थोपने से कटुता बढ़ती है। राय जरूर दें, समझाये भी, मानें तो अच्छा, नहीं

मानें तो हरेक का अपना-अपना पार्ट है। ड्रामा के रहस्य को समझना है कि प्रत्येक व्यक्ति अपना-अपना पार्ट एक्ट्यूरेट बजा रहा है। शुभभावना रखने, विशेषताओं को देखने, सहयोगी बनने से कड़वाहट दूर हो जाती है, आत्मीयता बढ़ जाती है जिससे हम एक-दूसरे के निकट आ जाते हैं। इससे घर का वातावरण भी अच्छा होगा और बच्चों का स्वभाव भी मृदु हो जायेगा।

प्रश्न:- नाइजीरिया में एक महिला ने पूछा कि सांसारिक प्राप्तियों के आधार पर मुझे क्षणिक खुशी तो मिलती है लेकिन सदा प्रसन्न रहने का कोई उपाय बताये?

उत्तर:- खुशी मंजिल नहीं है अपितु एक यात्रा है। प्रसन्नता का सम्बन्ध आमदनी, पद, वैभव व बाहरी साधनों आदि से नहीं है। सदैव खुश रहने के लिए दूसरों की दिल से सेवा करना आवश्यक है। दुआएँ हमें सदा खुश रखती हैं। पुराने ज़माने में लोग एक-दूसरे की मदद करते थे, अपनी बातें दूसरों के साथ साझा करते थे। परिणामस्वरूप वे बहुत प्रसन्न रहते थे। वास्तविकता यह है कि प्रसन्नता आत्मा का मूल गुण है। हम जैसे ही आत्मिक-स्वरूप में स्थित हो जाते हैं तो आंतरिक खुशी स्वाभाविक रूप से

अनुभव होने लगती है। राजयोग का अभ्यास हमें आत्मिक अनुभूति कराता है जिससे हमारा जीवन सदाकालिक खुशियों से भर जाता है।
प्रश्न:- आइवरी कोस्ट के व्यापारी ने पूछा, तनाव और अनिद्रा से बचने के उपाय बताइये?

उत्तर:- तन में आना माना तनाव में आना। अनिद्रा का कारण है सिर पर नकारात्मकता का बोझ। करेक्शन, कॉम्पीटीशन और कम्पेरिजन (दूसरों को सुधारना, गला-काट प्रतियोगिता में आना और दूसरों से तुलना करना) भी तनाव के बड़े कारण हैं। अनुभव कहता है कि हम दूसरों को बदलने के बजाय स्वयं को परिवर्तन करें। स्वयं को सदैव विशेष समझें। अपनी तुलना कभी भी दूसरों से न करें। तनाव से बचने का सहज चिन्तन है – मैं चैतन्य शक्ति आत्मा हूँ, यह शरीर मेरा माध्यम मात्र है। मैं ट्रस्टी हूँ, करावनहार परमात्मा है। मोबाइल, नैट, टी.वी. आदि सोने से 10-15 मिनट पूर्व बंद कर दें तथा स्वयं-ही-स्वयं से बातें करें। सारी बात पिता परमात्मा को बता कर हल्के होकर सो जायें तो गहरी नींद आयेगी।

प्रश्न:- घाना में एक महिला ने पूछा कि आज चारित्रिक गिरावट चरम सीमा पर है। जिन लोगों का चरित्र गिरा हुआ



नाइजीरिया (लागोस) - 'विषम परिस्थिति में स्वयं को एकरस रखने की विधि' विषय पर प्रवचन के बाद ब्रह्माकुमार आत्म प्रकाश भाई, ब्रह्माकुमारी रेवा बहन एवं अन्य ग्रुप फोटो में।

है, वही उन्नति करते नज़र आते हैं, उन्हें सबका समर्थन भी सहज मिल जाता है। चरित्रवान व्यक्ति जीवन की दौड़ में पीछे रह जाते हैं, कृपया कोई समाधान सुझायें?

उत्तर:- चारित्रिक पतन का प्रमुख कारण देहभान है। आज हर चीज़ बिकाऊ है। जितना भद्दा विज्ञापन होगा, उसे उतना ही अधिक लोग देखेंगे लेकिन यह तो समस्या का एक पहलू है। वास्तविकता यह है कि उल्टे कार्य करके हो सकता है कोई क्षणिक प्राप्तियाँ कर भी ले लेकिन सदाकालिक उपलब्धियों के लिए कोई भी शॉर्टकट नहीं है। हमें मेहनतकश बनना ही है, इसके लिए हमें चरित्र श्रेष्ठ बनाना ही होगा। जितना आत्म-अभिमानि होकर रहेंगे, उतना ही चरित्र श्रेष्ठ होगा। अच्छा साहित्य, अच्छे व्यक्तियों का संग तथा भोजन की शुद्धि से चारित्रिक उन्नति होती है। आज

सामाजिक रूप से हमें चरित्र की महत्ता उजागर करने की आवश्यकता है। चरित्र जीवन की सबसे बड़ी पूँजी है। यदि चरित्र गया तो सब कुछ चला गया, जब यह संदेश चारों ओर जायेगा तो चारित्रिक उत्थान न हो, ऐसा हो नहीं सकता!

प्रश्न:- टोगो में एक युवती ने पूछा, इण्टरनेट, फेसबुक, व्हाटस अप आदि पर बहुत समय चला जाता है, कृपया छूटने का उपाय बतायें?

उत्तर:- विज्ञान के साधनों के उपयोग से हमारे समय और परिश्रम की काफी बचत हो गई है लेकिन साधनों पर अत्यधिक निर्भरता ने हमें पंगु बना दिया है। आँखें कमज़ोर हो जाती हैं, दिमाग भी कमज़ोर हो जाता है। ऐसे लोगों को न परिवार से कोई लेना-देना, न कोई और ज़िम्मेवारी। मैं समझता हूँ, हम अपने जीवन को संतुलित बनायें और एक लक्ष्मण रेखा खींच लें कि इससे अधिक मुझे इन

साधनों का उपयोग नहीं करना है। हम साधनों का प्रयोग करें और मनुष्यों को प्यार करें। साधन किसी भी हाल में साधना को कम न कर दें, यह ध्यान अवश्य रखना है।

प्रश्न:- बेनिन में एक व्यक्ति ने पूछा कि बचपन में सुना था, भगवान के बताये रास्ते पर न चलने से वह सज़ा देता है, मैं भयवश भगवान को याद करता हूँ। आप कहते हैं, प्रभु को प्रेम से याद करो। भय छोड़ परमात्मा को प्रेम से याद करने की विधि बतायें?

उत्तर:- हमने ब्रह्माकुमारीज़ में आकर यह जाना है कि ईश्वर तो हमारा पिता है। कोई भी बाप अपनी संतति को दण्ड नहीं देता। हाँ, कर्मों की गति का सिद्धांत ऐसा है कि जैसा कर्म मैं करता हूँ, उसका वैसा ही फल मुझे मिलता है। अतः हम भय को छोड़ परमात्मा को प्रेम से याद करें, उसे अपना दिलबर-रहबर बना लें। मन में कोई भी उलझन हो तो ईश्वर के साथ साझा

करें। कहने में आता है कि सच्चे दिल पर साहब राज़ी। तो साहब परमात्मा पिता को खुश करने की एकमात्र विधि है – सच्चे मन से उसका स्मरण और सम्बन्ध सहित उसकी याद।

प्रश्न:- लिथुआनिया में एक कर्मचारी ने पूछा कि मेरी बॉस के साथ बनती नहीं है। वह चापलूसी पसन्द करते हैं जबकि मैं ईमानदारी से कार्य करने में विश्वास करता हूँ। पिछले वर्ष मेरी प्रमोशन भी रुक गई, इससे मुझे भविष्य के विषय में भय-सा रहने लगा है, कृपया कोई उपाय बतायें?

उत्तर:- हमें यह जानना होगा कि हरेक आत्मा इस विश्व रंगमंच में पार्टधारी है। मैं किसी दूसरे के पार्ट को बदल नहीं सकता हूँ, हाँ अपने पार्ट को बखूबी बजाना मेरे अपने हाथ में है। कहते हैं, बॉस सदैव ठीक होता है। अतः सबसे पहले अपने मन से इस बात को निकाल दें कि मेरा बॉस खराब है। हर दिन यह चिन्तन करें कि मेरा बॉस बहुत अच्छा व्यक्ति है। उसकी अच्छाइयों को हमेशा ध्यान में रखें और उनका ही वर्णन करें। हमने बॉस को जान लिया अब उनके साथ उसी तरह से पेश आना है। याद रखें, मेरा कोई कर्मों का हिसाब-किताब है जो चुक्ता हो रहा है। थोड़े समय में सब कुछ ठीक हो जायेगा।

प्रश्न:- नाइजीरिया में एक व्यक्ति ने पूछा कि मैं प्राइवेट कम्पनी में जॉब करता हूँ, कमरतोड़ महंगाई के कारण परिवार का खर्चा बहुत है।

मुझे बैंक से कर्ज़ लेना पड़ा, पैसे की अदायगी नहीं कर पाया तो बैंक ने मेरा घर जब्त कर लिया है, बहुत परेशान हूँ, इस विकट समस्या से निपटने की कोई राह बतायें?

उत्तर:- महंगाई आज विश्वव्यापी है। महंगाई में भी परिवार का संतुलन बना रहे इसके लिए हमें वित्तीय प्रबन्धन सीखने की आवश्यकता है। भारत में एक कहावत है, उतने पैर पसारिये जितनी लम्बी खोर अर्थात् सदैव हमारी आय और व्यय का संतुलन बना रहे। कई ऐसे खर्चें होते हैं जो कम किये जा सकते हैं लेकिन दिखावे के वश अथवा सामाजिक सरोकार का

वास्ता देकर हम उन्हें कम नहीं करना चाहते हैं। मैं समझता हूँ कि आप हिम्मत न हारें। परिवार के अन्य सदस्य भी काम करें ताकि आय बढ़े। आप पहले बैंक ऋण की अदायगी करें ताकि आपका घर आपको वापिस मिल जाये। ध्यान रखें, हरेक कठिनाई कुछ न कुछ सिखाने के लिए ही आती है। यह आपका परीक्षा काल चल रहा है। कोई भी इम्तिहान जिंदगी भर नहीं चल सकता है। यदि आज कोई संकट की घड़ी है तो कल अच्छे दिन आने ही हैं। हमारी शुभकामनाएँ आपके साथ हैं। ❖

बन्दर, बच्चा और बाबा

ब्रह्माकुमार अशोक कुमार, मडलौडा

अप्रैल, 2012 की एक सायंकाल के 5 बजे कुछ बच्चे घर की छत पर खेल रहे थे। वहाँ बन्दर आ गये, मेरे बच्चे (10 वर्षीय अंकित कुमार) को छोड़कर बाकी सारे बच्चे सीढ़ियों से नीचे उतर आये। बंदरों ने उसे घेर लिया। उसने दो मंजिल ऊँची छत से छलांग लगा दी, नीचे पक्का फर्श था, वह फर्श पर उल्टा गिरा। उसके ऊपर के दांत टूट गये, मुँह से खून की गांठें गिरने लगी। तुरंत पानीपत में हास्पिटल में लेकर गये। बाबा की शक्ति देखो, दाँतों के दो सर्जन, हड्डी का सर्जन, नाक का सर्जन, बेहोश करने वाला डाक्टर – सारे वहाँ पहले से ही मौजूद थे। जल्दी-जल्दी सी.टी.स्कैन, एम.आर.आई. आदि करके उसको ऑपरेशन थिएटर ले जाया गया। बच्चे के दोनों हाथ टूट गये थे, एक पैर पंजे के पास से टूट गया था। वह ऑपरेशन तक बिल्कुल होश में रहा। इक्कीस दिन आई.सी.यू. में रहा। तीन महीने में पैर नीचे रखा। आश्रम के सारे भाई-बहनों तथा निमित्त बहन के योग द्वारा बच्चा बिल्कुल ठीक हो गया। आज वह साइकिल चलाता है। दांत उसके बाद में चढ़ेंगे। बाबा ने मानो बच्चे को अपनी गोद में बिठा लिया था। ❖