

घृणा का निवारण

जब कोई व्यक्ति सम्पर्क में आने वाले किसी मनुष्य में अभिमान देखता है तो उसके मन में उस व्यक्ति के प्रति घृणा की उत्पत्ति के साथ-साथ कुछ इस प्रकार के विचार उठते हैं, “इसने अपने आपको क्या समझ रखा है?... वाह जी वाह! बड़ा बना फिरता है... एक दिन इसका दिमाग स्वयं ठीक हो जायेगा... हमको इसने क्या समझ रखा है?...”

परन्तु सोचने की बात है कि उपरोक्त प्रकार की सोच रखने वाले मनुष्य में यदि स्वयं में अभिमान रूपी दुर्गुण होगा तब वह भी तो दूसरों को खटकता रहेगा। पुनश्च, जब हम यह कहते हैं कि “उसने हमें क्या समझ रखा है?” तब इन शब्दों से तो यह सिद्ध होता है कि हममें भी अभिमान है। यद्यपि वह अभिमान पहले सुषुप्तावस्था में था और अब उस मनुष्य के अभिमान ने हमारे अभिमान को जगा दिया है। तो क्यों न पहले हम अपने मन में से अभिमान को निकाल बाहर करें और दूसरे के दुर्गुण को देख कर स्वयं भी किसी दुर्गुण के वशीभूत होने की बजाय अपने दुर्गुण का शमन करें?

यदि किसी मनुष्य में अभिमान है तो निश्चय ही ‘जैसी करनी वैसी भरनी’ के नियमानुसार उस अभिमान का सिर एक दिन नीचा होगा। तब क्या हम भी अभिमान के दोषी बन कर धर्मराज के दूतों द्वारा पीड़ित और प्रताड़ित होने की चेष्टा करें?

एक मनुष्य यदि अभिमान के रस्सों में जकड़ा हुआ है अथवा अहंकार की अग्नि में उसका मन जल रहा है, बुद्धि तप रही है, खून खौल रहा है और हृदय का पारा गर्म हो रहा है तो क्या उससे सहानुभूति करने की बजाय और उस विकट स्थिति से उस आत्मा को निकालने की चेष्टा करने की बजाय हमें भी अभिमान के ज्वर से अथवा ज्वार-भाटे से पीड़ित होने का यत्न करना चाहिए?

पुनश्च, जब हम यह कहते हैं कि अमुक मनुष्य में अभिमान है तो हमारे इस कथन से स्पष्ट है कि उस आत्मा की पहले ऐसी स्टेज थी जिसमें अभिमान की बजाए नम्रता, प्रेम और शीतलता आदि गुण थे। दूसरे शब्दों में इसका अर्थ यह हुआ कि हरेक मनुष्यात्मा की पवित्रता एवं दिव्य-गुण सम्पन्न स्थिति पहले कभी अवश्य थी। ऐसा जान कर और मान कर हमें पहले तो स्वयं ही उस स्थिति में स्थित होना चाहिए और फिर दूसरे मनुष्य को भी इस दृष्टिकोण से देखना चाहिए कि उसकी पहले कभी उच्च स्थिति थी परन्तु बाद में उसमें गिरावट आई है। जब हम ऐसा समझ लेंगे तब हम अभिमान के कारण गिरे हुए मनुष्य को देख कर स्वयं उस गिरावट में आने का यत्न नहीं करेंगे बल्कि स्वयं भी अपने आदिम

अमृत-सूची

- ◇ कमल-समान ... (संपादकीय)4
- ◇ पत्र सम्पादक के नाम7
- ◇ प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के....8
- ◇ मम्मा बहुत गम्भीर थी10
- ◇ वर्तमान में जीएँ12
- ◇ ब्रह्माकुमारी का ‘सत्यवचन’ ...13
- ◇ जगदम्बा माँ का वरदान.....14
- ◇ वन्दे मातरम्.....16
- ◇ राजयोग ने किया दवाओं से19
- ◇ शिव-शक्तियों की सेनानी20
- ◇ आँचल तेरा (कविता).....21
- ◇ क्या आत्मा 84 लाख योनियों ...22
- ◇ आप पिता हैं...पर एक माँ से23
- ◇ मातेश्वरी सर्व की स्नेही थी24
- ◇ राजयोग - परिभाषा और25
- ◇ क्या चिन्ता समस्याओं का हल...27
- ◇ प्रकृति का परिवर्तन28
- ◇ ओ प्यारी माँ, ओ (कविता) 29
- ◇ महिला सशक्तिकरण..... 30
- ◇ सचित्र समाचार32
- ◇ जिस्मानी सेना ने किया34

सदस्यता शुल्क

	भारत	विदेश
वार्षिक	100 /-	1,000/-
आजीवन	2,000 /-	10,000/-

शुल्क ‘ज्ञानामृत’ के नाम से ड्राफ्ट या ई-मनीऑर्डर द्वारा भेजने हेतु पता है- ‘ज्ञानामृत’, ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन-307510 (आबू रोड) राजस्थान, भारत।

For Online Subscription

Bank Name : State Bank of India
A/c Holder Name : Gyanamrit
A/c No. : 30297656367
Branch Name : PBKIVV, Shantivan
IFSC Code : SBIN0010638

अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क सूत्र :
Mobile : 09414006904, 09414423949
Email : hindigyanamrit@gmail.com
: omshantipress@bkiivv.org

कमल-समान अलिप्त जीवन



परमपिता परमात्मा शिव की एक प्यारी-सी शिक्षा है कि घर-गृहस्थ में रहते हुए कमल-फूल समान अलिप्त रहो। इसका अर्थ यह है कि ईश्वरीय साधना के लिए घर छोड़कर किसी जंगल या आश्रम में जाना आवश्यक नहीं है बल्कि अपने परिवार के साथ रहते भी मन को अलिप्त, मोह-मुक्त, न्यारा, उपराम, वैरागी और आसक्ति-रहित बनाया जा सकता है।

हम सभी जानते हैं कि पवित्रता ही सुख-शान्ति की कुँजी है। मोह, लगाव, आसक्ति, आकर्षण, मेरा-पन, मैं-पन, राग, लिप्तता आदि विकार तत्काल भी अशान्ति का कारण बन जाते हैं और यदि तत्क्षण उन द्वारा अशान्ति का अनुभव न भी हो तो दुःखों के बीज का काम करते हुए, बाद में बढ़कर, अन्त में तो अवश्य ही वे दुख तथा अशान्ति पैदा करते हैं। आज विश्व, समाज, परिवार तथा घर को अशान्त बनाने वाले ये विभिन्न विकार ही हैं। अतः विश्व में फिर से सुख-शान्ति की स्थापना के लिए तथा आध्यात्मिक उन्नति करने के लिए निर्विकार जीवन का महत्व स्पष्ट ही है।

कई लोग सोचते हैं कि वस्तु या व्यक्ति आँखों के सामने हो, फिर भी मन उनमें ना जाए, यह तो बहुत मुश्किल है परन्तु इस प्रकार की साधना भारत में चिरकाल से प्रचलित है और हम में से हरेक कमोबेश उसका अनुभवी

भी है, कैसे?

अध्यात्म प्रधान इस देश में समय-समय पर अनेक व्रत किए जाते हैं। आज हम मुख्य तीन व्रतों की चर्चा करेंगे जो कि वस्तु या व्यक्ति के सामने होते भी अनासक्त रहने के उदाहरण हैं।

अन्न का व्रत

भारतीय संस्कृति में कई व्रत ऐसे होते हैं जिन्हें निर्जला व्रत कहा जाता है। इनमें मानव अन्न या फल तो क्या लेकिन जल तक भी न पीने का व्रत लेता है। कई व्रतों में अन्न का सम्पूर्ण त्याग करके केवल फलाहार



किया जाता है और कुछ व्रतों में केवल एक समय भोजन किया जाता है। ये व्रत सनातन धर्म के पालक प्रत्येक घर में बच्चों, बूढ़ों, जवानों, माताओं, बहनों आदि द्वारा कभी न कभी अवश्य किए जाते हैं। सप्ताह के सात दिनों में से कोई सोमवार या मंगलवार या सदगुरुवार आदि किसी न किसी

दिन का व्रत धारण करता है और कोई देशी तिथियों में से एकम, दूज, तीज, चौथ, पंचमी, षष्ठी.....आदि किसी न किसी तिथि के दिन व्रत धारण करता है। इनके अलावा अन्य कई प्रकार के अनुष्ठानों के दौरान भी व्रत धारण करने की प्रथा है। जैन संस्कृति, मुस्लिम संस्कृति तथा अन्य कई संस्कृतियों में भी भोजन के उपवास का बड़ा महत्व है।

देखते हुए भी चलायमान नहीं

अब प्रश्न यह है कि जो निर्जला व्रत धारण करते हैं, क्या उनके घर में या आस-पास पानी नहीं है? क्या उस दिन घर में पानी के बर्तन खाली कर दिए जाते हैं? क्या घर के हर प्राणी के लिए भी पानी वर्जित कर दिया जाता है? क्या लोग ऐसा भी सवाल उठाते हैं कि तुम्हारी तरह सबने पानी पीना बन्द कर दिया तो पानी की टंकियों का, नलों का, नदी, नहरों, कुओं का क्या होगा? नहीं ना। कोई एक या कई लोग स्वेच्छा से, बिना किसी अन्य को बाध्य किए निर्जला व्रत को धारण करते हैं। पीने वाले इनके सामने पीते हैं, इनके पास बैठकर पीते हैं, ये देखते हैं, फिर भी पीने के लिए चलायमान नहीं होते। इसी प्रकार जो लोग अन्न ग्रहण न करने के व्रतधारी बनते हैं (यह अवधि एक दिन या नौ दिन या एक मास या कितने भी दिन हो सकती है), क्या उनके घर में अन्न और अन्न से बने खाद्य पदार्थों का अभाव होता है, क्या वे अन्न से गरीब होते हैं? क्या उन्हें अन्न खाने की मनाही है? क्या उनके सामने ही घर में अनेक व्यञ्जन बनाए, परोसे और खाए नहीं जाते हैं? ऐसा नहीं है ना। फिर भी ये अपनी इच्छा से सबके बीच रहते, सबके साथ रहते, ऐसे व्रत को निभाते हैं। एक बार किए गए व्रत को पूर्ण करके पुनः-पुनः व्रत ग्रहण करते हैं और निभाते हैं।

व्रती की महिमा

जल और भोजन, जो जीवन के लिए अति अनिवार्य हैं, इनसे अनासक्ति कैसे सम्भव हुई? और कमाल की बात तो यह है कि व्रत के कारण इन्हें न ग्रहण करने वालों से काल भी दूर ही रहता है। हाँ, लम्बे समय के व्रत से कमजोरी आ सकती है, जिसकी पूर्ति कुछ ही दिनों में हो जाती है। किसी धार्मिक या सामाजिक उद्देश्य से व्रत करने वाले की महिमा भी बहुत होती है। जैसे आजादी के संघर्ष के दौरान महात्मा गांधी जी ने भी लम्बे-लम्बे उपवास नैतिक उद्देश्यों की पूर्ति के लिए किए और सफलता भी पाई।

इसके विपरीत, यदि किसी के पास अन्न है ही नहीं

और मजबूरी में भूखा फिर रहा है तो उसे कोई व्रती नहीं कहता। कोई बीमारी के कारण या अन्य मानसिक विकार के कारण खाना न खाए तो वह भी व्रती नहीं कहलाता। व्रती वही होता है जो किसी बीमारी के कारण नहीं बल्कि पूर्ण स्वस्थ होते हुए भी, घर में सब प्रकार के खाद्य पदार्थ प्रचुर मात्रा में होते हुए भी मन से उपराम, अनासक्त, वैरागी होकर इनका त्याग करता है।

यही तो है चीज के सामने होते भी उससे न्यारा रहने की साधना, जिसकी चर्चा हमने लेख के आरम्भ में की। यदि सामने होते हुए भोजन और जल का त्याग हो सकता है तो क्या सामने होते हुए भी आँखों से बुरी चीज देखने का, कानों से बुरा सुनने का और मुख से बुरा खाने का त्याग नहीं हो सकता? हो सकता है लेकिन इसके लिए मन की दृढ़ता की आवश्यकता है। इन्द्रियाँ होते हुए भी, इन्द्रियों के विषय मौजूद होते हुए भी, इन्द्रियों को उनमें उलझने न देना, इसी को भगवान ने कहा है, कमल-पुष्प समान न्यारा जीवन।

मौन व्रत

इस संसार में आन्तरिक, आत्मिक मजबूती वाले कुछ ऐसे लोग हैं जो वाक् शक्ति होते हुए भी मौन धारण करते हैं। यह मौन एक दिन का भी हो सकता है, एक मास का भी, एक वर्ष का भी और कई तो आजीवन मौन व्रतधारी होते हैं। संन्यासियों के साथ-साथ कई गृहस्थियों द्वारा भी यह व्रत धारण किया जाता है। यूँ तो कम बोलना, धीरे बोलना, मधुर बोलना और सोच-समझकर बोलना भी एक तप है पर मुख के होते हुए भी आंशिक या सम्पूर्ण मौन धारण करना महातप है। मौन के बाद यदि कोई व्यक्ति वाचा में आता है तो उसे सुनने के लिए अनेक लोग उत्सुक हो उठते हैं। क्या ऐसे मौनव्रती और संयमी को देखकर कभी यह संकल्प आता है या चर्चा होती है कि यदि सभी मौनी बन जाएँ तो इस संसार का कारोबार कैसे चलेगा? नहीं ना।

जो ऐसे हैं, वे वास्तव में कोटों में कोई हैं। ये लोग मुख होते हुए भी बोलने की आसक्ति को जीत कर दिखाते हैं तो

अन्य इन्द्रियों के विषयों को भी तो इसी प्रकार जीता जा सकता है। यही है कमल समान अलिप्त जीवन।

ब्रह्मचर्य व्रत

भारत में आदिकाल से ब्रह्मचर्य व्रत का बड़ा भारी महत्व रहा है। संन्यास धर्म का पालन करने वाले कई तो बाल्यकाल से ही घर छोड़कर संन्यासी बन जाते हैं और कुछ घर-परिवार बसाने के बाद, वैराग्य आने पर इन्हें छोड़कर, ब्रह्मचर्यव्रत और संन्यासी की चर्या अपना लेते हैं। कुछ बहनें भी, बाल्यकाल से किसी आश्रम, मठ या मन्दिर की शरण में जाकर आजीवन ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करती हैं। क्या इन संन्यासी भाईयों और बहनों को देखकर, किसी ने सवाल उठाया कि इनके ब्रह्मचारी बनने से दुनिया कैसे चलेगी? नहीं ना।

इसके अतिरिक्त, जिनके पति या पत्नी में से किसी एक की मृत्यु या सम्बन्ध-विच्छेद, विवाह-विच्छेद के कारण दूरी हो जाती है वे भी इस व्रत में रहते ही हैं। क्या तब भी कोई सवाल उठाता है कि इनका सम्बन्ध विच्छेद हो गया, अब दुनिया कैसे चलेगी? नहीं ना।

गृहस्थी लोग समय-समय पर इस व्रत का पालन करते हैं। गंगा स्नान, तीर्थ-यात्रा, भागवत-कथा, नवरात्रि, जागरण और अन्य भी बहुत-से विशेष दिनों में इस व्रत की पालना की जाती है। किसी प्रतिज्ञा के तहत या किसी गुरु आदि के निर्देशानुसार गृहस्थी लोग मास और वर्ष तक भी इस व्रत का पालन कर लेते हैं।

सवाल यह है कि जिन पवित्र दिनों में इस व्रत की पालना की जाती है, क्या उस दिन पति या पत्नी दोनों में से कोई एक घर छोड़कर भागता है क्या? क्या उस दिन कोई कहता है क्या कि पति या पत्नी के साथ रहते, सामने रहते कैसे इस व्रत का पालन हो?

भगवान की श्रीमत है कि घर-गृहस्थ में रहते पवित्रता का पालन करो। लाखों ब्रह्माकुमार-कुमारी भाई-बहनें स्वेच्छा से इस श्रीमत का पालन कर रहे हैं। सवाल यह है कि पिछले हज़ारों वर्षों में जब करोड़ों संन्यासियों द्वारा

ब्रह्मचर्य पालन करने से सृष्टि की वृद्धि नहीं रुकी और किसी ने यह सवाल भी नहीं उठाया कि सृष्टि का क्या होगा तो फिर भगवान की आज्ञा पर चलकर, जो कोटों में कोई, घर-गृहस्थ में रह पवित्रता का पालन कर रहे हैं, उनके सामने यह सवाल क्यों उठाया जाता है कि सृष्टि कैसे चलेगी?

सच पूछो तो अब तो समाज और सरकार को यह चिन्ता है कि यह कैसे थमेगी? चल तो बहुत चुकी। तो जैसे गृहस्थ में रहते हुए जल का व्रत, भोजन का व्रत, पूर्ण या आंशिक मौन व्रत और विशेष अनुष्ठानों में ब्रह्मचर्यव्रत सम्भव है, उसी प्रकार भगवान की श्रीमत पर कमल समान सम्पूर्ण अलिप्त जीवन भी सम्भव है। भगवान जो आज्ञा देते हैं उसके लिए आत्मा को अतिरिक्त शक्ति भी देते हैं।

चाहिए गृहस्थ को सुखी बनाने वाली साधना

आज लोग ऐसे जीवन-दर्शन को ऊँचा नहीं समझते जो मनुष्य को जंगल में अलग-थलग बैठ आँखें मूँदकर साधना साधने की प्रेरणा दे बल्कि आज ऐसे योग की माँग है, ऐसी साधना की खोज है, ऐसे जीवन-दर्शन की आवश्यकता है जो गृहस्थ को सुखी बनाये, कार्य-व्यवहार में लगे व्यक्ति में खुशी और उल्लास भर दे तथा उसके जीवन से तनाव, मन-मुटाव तथा दुख दूर कर दे।

अतः एक स्वस्थ, समृद्धशाली एवं सुखी समाज के निर्माण के लिए निर्विकार जीवन की नींव डालना जरूरी है। कमल की विशेषता लोक-प्रसिद्ध है कि वह कीचड़ में रहते हुए भी अलिप्त रहता है परन्तु साथ में एक विशेषता यह भी है कि उसका अपना एक परिवार होता है। कमल ककड़ी (भें), पत्ते इत्यादि ये सब उसके सम्बन्धी ही तो हैं। अतः जीवन को कमल-सम बनाने का अर्थ है घर-परिवार में रहते हुए अलिप्त, पवित्र एवं निर्विकार रहना। ऐसा निर्विकार जीवन ही आत्मिक सुख देने वाला तथा समाज में सुख तथा सात्विकता का सार भरने वाला है।

ब्र.कु. आत्म प्रकाश



‘पत्र’ संपादक के नाम

प्रेरणादायी प्रसंग हमें बताती ज्ञानामृत,
आत्मगुणों का ज्ञान हमें कराती ज्ञानामृत।
प्यारे बाबा के दिव्य ज्ञान से सज्जित लेख,
सेवाभाव के गुण हमें सिखाती ज्ञानामृत।।
जन-कल्याणकारी लेखों से परिपूर्ण पत्रिका ज्ञानामृत
को आत्मीय शुभकामनाएँ।

सत्यम नेमा, नरसिंहपुर (म.प्र.)



मेरी उम्र 80 वर्ष है। पिछले दो वर्षों से ज्ञानामृत नियमित पढ़ रही हूँ। ज्ञान का अथाह भंडार है इस पत्रिका में। पढ़कर मन प्रसन्न हो जाता है। मार्च, 2018 अंक का ‘सम्पादकीय’, ‘बाबा का विशेष बच्चा’ और ‘भाग्य की कलम किसके हाथ में’ विशेष रूप से ये आलेख बहुत अच्छे लगे। शेष सामग्री भी ज्ञानवर्धक रही। शुभकामनायें कि पत्रिका इसी तरह ज्ञान की गंगा बहाती रहे।

प्रतिभा खरे, हर्षवर्धन नगर, भोपाल (म.प्र.)



मार्च, 2018 अंक में सम्पादकीय लेख ‘कर्मों की गुह्यता’ में लिखा है कि कामकटारी चलाना, चोरी करना, ठगी करना, दूसरों की जमीन हड़पना – ये सारे पाप कर्म मनुष्य अपने सुख के लिये करता है जबकि इनसे उसे दुख ही मिलता है। ‘गुण... गुण... गुण की धुन लगा लें’ लेख में लिखा है कि इस संसार में सभी पदार्थ क्षण-भंगुर तथा नाशवान हैं फिर भी मनुष्य सांसारिक वैभवों तथा इन्द्रियों के विषयों के जाल में घंसेता जा रहा है। ब्र.कु.नेहा खान जी ने अपने अनुभव में लिखा है कि मैंने कुरान की आयतों के आधार पर बाबा का ज्ञान लोगों को समझाना शुरू कर

दिया है। उनका आभार। ‘काल्पनिक ब्रह्मास्त्र का वास्तविक रूप शुभभावना’ एक उपहार स्वरूप लेख है। अन्य सभी लेख भी अच्छे हैं। बाबा का ज्ञान सबको मिले, इसी शुभभावना के साथ धन्यवाद आपका भी, जो आप अपनी लेखनी से ज्ञान अमृत बरसा रहे हैं।

ब्र.कु.सरोज साह, वैरिया, बलिया (उ.प्र.)



अप्रैल, 2018 अंक में ब्र.कु. शिवानी बहन का लेख मर्म को छूने वाला और सुकून देने वाला है। लेख से शिक्षा मिली कि जीवन में कई उतार-चढ़ाव देखने पड़ते हैं। जीवन-मृत्यु का खेल चलता रहता है। परीक्षा की ऐसी घड़ियों को हमें ड्रामा मानना है। हमें जीवन रूपी सफर में समय अनुसार चढ़ना और उतरना है। शेष सामग्री भी पठनीय और अनुकरणीय है।

ब्र.कु. ललिता जोशी, कोदरिया, महु (म.प्र.)

आवश्यकता है

ग्लोबल अस्पताल माउन्ट आबू तथा आबू रोड में निम्नलिखित सेवाओं (Job) के लिए भाई-बहनों की आवश्यकता है –

1. ऑडियोलोजिस्ट एवं स्पीच थैरापिस्ट – BASLP
2. प्रिंसिपल, नर्सिंग स्कूल- As per Indian Nursing Council Norms
3. नर्सिंग ट्यूटर, नर्सिंग स्कूल - B.Sc. Nursing, min. 2 years Experience
4. स्टाफ नर्स – GNM/B.Sc.(Nursing)
5. फार्मासिस्ट – D.Pharma
6. लैब टेक्निशियन – DMLT/B.Sc.MLT

आयु सीमा न्यूनतम 20 और अधिकतम 35 वर्ष (प्रिंसिपल पोस्ट के अतिरिक्त)

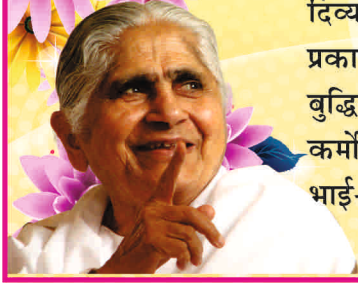
उचित वेतन सुविधा, संपर्क करें – 9414144062 (सुबह 9 बजे से 5 बजे के बीच)

ई-मेल – ghrchrd@gmail.com

प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के

दिव्य बुद्धि के वरदान से विभूषित आदरणीया दादी जानकी जी, हर प्रकार के प्रश्नों के उत्तर देकर आत्मा को संतोष से भर देती हैं। बुद्धिवानों की बुद्धि बाबा ने उन्हें ऐसी कला प्रदान की है कि वे उलझे कर्मों की गुत्थियाँ सुलझाकर समाधानस्वरूप बना देती हैं। प्रस्तुत हैं भाई-बहनों द्वारा पूछे गए प्रश्नों के दादी जानकी द्वारा दिये गये उत्तर

– सम्पादक



प्रश्न- मुक्तिधाम में जाने के लिए क्या करना है, सुखधाम में आने के लिए क्या करना है?

उत्तर- मुक्तिधाम में जाने के लिये विकर्माजीत बनना है। सुखधाम में आने के लिये सर्वगुण सम्पन्न, 16 कला सम्पूर्ण बनना है। अभी बेहद के त्यागी, तपस्वी, सेवाधारी भी बनना है। बाबा ने दृष्टि से अच्छी सृष्टि बना दी है। बाबा बहुत होशियार है, जो दृष्टि से सारी सृष्टि चेंज कर देता है। बाबा खुद क्या करता है और हम बच्चों से क्या कराता है, देख रहे हो ना। इतना बड़ा भण्डारा! क्या भण्डारा है, भोजन बनाने वाले, बर्तन धोने वाले, सबकी क्या कमाल है! मुख्य बात है जो कपड़ा सिलाई करने वाला भाई है ना, वो भी बड़े प्यार से मिलने आता है। आप सभी को सिलाई किया हुआ कपड़ा मिलता है ना।

बाबा की कितनी सुन्दर रचना है। कोने-कोने से छिपे हुए बच्चों को ऐसे अपना बनाकर कितना सुख दिया है। हर एक दुःखहर्ता और सुखदाता बन गये हैं। एक बार की बात है, किसी कन्ट्री (देश) में गई थी तो वहाँ सोने के लिए खटिया नहीं थी, मुझे झूले में सुलाया था। झूले में झूलते कितना मजा आ रहा था! ऐसे लग रहा था जैसे कि बाबा की गोद के झूले में सो रही हूँ। तो बाबा ने कैसे-कैसे सेवा कराई है, हम तो ज्ञान हिंडोले झूलेंगी, सुख-दुःख सारा भूलेंगी। इतनी अच्छी-अच्छी बातें बाबा ने अनुभव कराई हैं। तो खुशी से झूले में झूलती रही। वहाँ सेवा कराने के लिये जो निमित्त बने थे, वो अभी तक भी वह दृश्य याद करते हैं।

प्यार क्या चीज़ है, सच्चाई क्या चीज़ है? सच्चाई और प्यार तो नेचुरल हैं। हमको तो इसके सिवाए और कुछ आता ही नहीं है। बाबा ने यह सब खेल रचा है। जहाँ जाओ, बाबा ही बाबा।

प्रश्न- हरेक को कौन-सी चेकिंग अपने अन्दर अवश्य करनी है?

उत्तर- अब जीते जी मरने का समय है माना जीते हुए भी मरे हुए हैं अर्थात् इस पुरानी दुनिया में हमारे मन-बुद्धि नहीं हैं। जब मैं आप सबको यहाँ देखती हूँ ना तो सारे विश्व में जो बाबा के बच्चे हैं, वो सब यहाँ जैसे हाज़िर हैं, ऐसा फील होता है। भक्ति में कहते हैं, जिधर देखता हूँ, तू ही तू... वैसे अभी जिधर देखते हैं, उधर बाबा के बच्चे ही दिखाई देते हैं। बाबा की पालना, पढ़ाई और प्राप्ति जबरदस्त है। पहले क्रोध बिगर तो कुछ कर नहीं सकते थे, अभी क्रोध बिचारा हो गया है। बाबा कहते हैं, मीठे बनो। सच्चे दिल से अपने को देखो कि बाबा का बनने के बाद कभी भी क्रोध किया है? मुख पर भी नहीं, आँखों में भी नहीं, इतना अच्छा चार्ट रखा है, तो अच्छा है।

सच्चाई और प्रेम से पुरुषार्थ और सेवा की गाड़ी शुरू से लेकर मेरी अच्छी चली है। सच तो बिठो नच। आप सबकी जीवन-यात्रा भी इसी तरह से चल रही होगी! अभी का जो समय है, पूरे कल्प में बहुत-बहुत वैल्युबुल है। दिलाराम की सारी बातें दिल में हैं, वो सब दिल में समाने के लिये सुना रहे हैं। जो मुख से बोल रहे हैं, कानों से सुन रहे हैं वो प्रैक्टिकल

लाइफ हो। सिर्फ सुनने-सुनाने के लिये ज्ञान नहीं है परन्तु ज्ञान की हर प्वाइंट का अनुभव करके श्वास, समय और संकल्प सफल करने हैं। तो हर एक चेक करे, दृष्टि, बोल सब सेवा अर्थ सफल हो रहे हैं? और कुछ सोचने, बोलने की जरूरत नहीं है। मुझे तो जरूरत नहीं है। सिर्फ बाबा को देखो, इसलिए बेडरूम में भी बाबा है, सीटिंग रूम में भी बाबा है। बाबा तेरा बनने से बहुत सुख मिला है, वो सुख वर्णन नहीं कर सकते हैं। कैसे दिखाऊँ कि कितना सुख दिया है...। हम यह भी नहीं कहते कि हम सुख देते हैं, पर बाबा ने इतना दिया है जो दाता बना दिया है।

प्रश्न- अपने बारे में आप शिवबाबा से क्या सवाल पूछती हैं?

उत्तर- पहले इतना पता नहीं था कि भगवान इतना भोला होता है। सचमुच वो कितना भोला है इसलिये हर एक कहता है, मुझे बाबा चला रहा है, हम खुशी से चल रहे हैं। संगम का यह समय बहुत वैल्युबुल है। हमारी बुद्धि में सिवाए ईश्वर के और कोई नहीं आता है। हम सब एक के हैं, एक हैं। सारे कल्प में ऐसा दृश्य फिर नहीं आता है। भले ही सेवा अर्थ जीने का चांस बाबा ने दिया है, पर बाबा साथ में न होता तो हम आज जिंदा नहीं हो सकती थी।

समय की वैल्यू और साथ की वैल्यू रखने से हरेक का चेहरा खुश है। ड्रामा अनुसार यहाँ हमारा साथी स्वयं भगवान है। आपसे पूछते हैं और हम सब चेक करते हैं कि सारे दिन में समय, संकल्प और श्वास सफल हो रहे हैं? जो हुआ सो ड्रामा इसलिये कुछ भी होता है तो कभी किसी से नाराज़ नहीं होना। यहाँ बाबा, यहाँ ड्रामा, जो बना था सो हुआ। पास्ट इज़ पास्ट। बीती को चितवो नहीं, आगे की न रखो आश। बीती बात चितन में नहीं है क्योंकि हो गया, आगे के लिये चुप रहना, निश्चय बुद्धि विजयंती। ड्रामा में हरेक का पार्ट न्यारा है, एक जैसा नहीं है परन्तु बाबा के बनने से सभी बहुत प्यारे लगते हैं। पार्ट न्यारा है पर बाबा का प्यारा है। सारा जीवन बाबा मेरे साथ रहा है, मैं बाबा के

साथ रही हूँ। बाबा को कहती हूँ, बाबा आपने अभी तक इस आत्मा को शरीर में क्यों रखा है? तो बाबा मुख से जवाब नहीं देता है, पर दृष्टि देता है। बाबा ने आप समान बनाने के लिये अपने पास रखा है। मेरे अन्दर भी सभी के प्रति यही भावना है कि सब बाबा समान बनें। इसके लिए हरेक अपना पुरुषार्थ करेगा, पर भावना भी काम करती है। एक-दो को देखकर भी खुशी होती है।

प्रश्न- जिनके स्वप्न में, संकल्प में एक बाबा है, उनका दिल क्या गाता है?

उत्तर- जिनके स्वप्नों में भी बाबा, संकल्पों में भी बाबा तो उनका दिल गाता है कि बाबा तुम्हें देखता रहूँ...। तो बाबा को देखते-देखते हमारी दृष्टि अच्छी हो गई है। मैं अपने से पूछती हूँ, मैं क्या सेवा करती हूँ? सिर्फ टेन्शन से फ्री रहने का अटेन्शन है, कोई बात का भी टेन्शन नहीं है क्योंकि कोई कमी नहीं है।

जब से बाबा के बने हैं, बाबा के घर बैठे हैं, खाते-पीते हैं, मौज में हैं। बाबा ने ऐसी सिम्पल लाइफ स्टाइल बनाई है जो एक-दो को देख करके जैसे कलम लग गयी है, अच्छा बगीचा बन गया है। सभी को देख ऐसे लगता है, फूलों का बगीचा है। कमल का फूल पानी में रहते न्यारा है, पर गुलाब का फूल वन्डरफुल होता है। सभी गुलाब के फूल एक जैसे नहीं होते हैं, साइज में या रंग में थोड़ा फर्क होता है पर खुशबू होती है। तो बाबा ने यह बगीचा बनाया है, इस बगीचे के हम सभी फूल हैं।

कई बाबा के बच्चे हैं जो पैदा पीछे हुए हैं परन्तु ऐसा पुरुषार्थ करते हैं जो माला का मणका बन जायें। मैं आप सबसे पूछती हूँ – कौन है जिसको 108 में आने की लगन लगी हुई है? अगर 8 में नहीं आ सकते तो 108 की भी माला अच्छी है। मुझे नेचुरल प्रैक्टिस हो गई है कि कोई भी चीज़ मेरी नहीं है, मेरी अलमारी और खटिया देखो, कुछ नहीं मिलेगा। अन्दर शरीर से न्यारे, बाबा के प्यारे हैं। विश्व भर में ऐसे बाबा के बच्चे कितने होंगे, गिनती करके देखो।

मम्मा बहुत गम्भीर थी

ब्रह्माकुमारी वीनू बहन, पाण्डव भवन (आबू पर्वत)



पहली बार मैंने मम्मा (मातेश्वरी जगदम्बा) को अम्बाला (हरियाणा) में देखा था, देखते ही मम्मा बहुत अच्छी लगी थी। तब मैं 6-7 साल की थी। छोटी होने के कारण मैं बहुत कम बोलती थी लेकिन

मम्मा-बाबा ने मेरे में यह विशेषता देखी कि यह अन्दर की सच्ची, बाहर से साफ और भोली भी है। बाद में मुझे मम्मा के साथ एक महीना टुअर पर जाने का मौका भी मिला। 'ओ माँ तुम कितनी अच्छी हो...', 'माँ अम्बे माँ, तू है जगदम्बे...' इस तरह के एक-दो गीतों पर मम्मा के सामने सभा में डांस करने का भी सुअवसर मिला। मम्मा ने मेरा उमंग-उल्हास बढ़ाने लिए मेरा हाथ पकड़ कर मेरे साथ डांस भी किया।

हर कार्य बाबा की याद से ही शुरू और याद से ही खत्म

मुझे बनारस के सेन्टर पर एक साल तक मम्मा के कहने पर रुकना पड़ा था। जब वापस मधुबन आयी तो यहाँ केवल 15-20 बहनें ही थीं। भाइयों में विश्वकिशोर भाऊ और विश्वरतन दादा थे। चंद्रहास दादा सेवा के लिए बाहर आया-जाया करते थे। मुझे लगभग आठ साल मम्मा की पालना मिली। पहले यज्ञ में श्रमिक नहीं थे, तो क्लास के बाद तुरंत घूम करके आने के बाद, मम्मा-बाबा के साथ हम सब मिल करके सब्जी आदि काटते थे। यज्ञ में सारी स्थूल सेवायें हमें ही करनी होती थीं। उसी में हमारी दिनचर्या पूरी हो जाती थी। उन दिनों 10 बजे नाश्ता मिलता था, 4 बजे चाय के साथ नमकीन और रात को 7 बजे भोजन होता था। सप्ताह में एक दिन खेलकूद का, एक दिन

पिकनिक का, एक दिन ब्रह्माभोजन का, ऐसे अलग-अलग प्रोग्राम बने रहते थे। हर कार्य बाबा की याद से ही शुरू और बाबा की याद से ही हम खत्म करते थे इसलिए वायुमण्डल में बाहरमुखता के वायुब्रेशन बिल्कुल नहीं होते थे।

बाबा-मम्मा के साथ संगमयुगी सुहेज

मैंने मम्मा को दिल्ली में बड़ा सितार बजाते हुए देखा है जिसमें वे सिन्धी में गाना गा रही थी। गीत के शब्दों का भावार्थ था कि मैंने यहाँ के सत्संग में आकर क्या देखा, क्या अनुभव किया, क्या-क्या पाया। सभा को इस गीत द्वारा वे यह बता रही थी। यज्ञ में पहले सन्देशियां बहुत थीं। वे कभी ध्यान में जाकर डांस करती थीं तो उनके साथ मम्मा-बाबा भी एंजिल डांस करते थे। कोई अलग ही दुनिया में खोये हुए झूम रहे हैं, तब ऐसा महसूस होता था। पैरों में कोई घूंघरू नहीं, किसी प्रकार का म्यूजिक भी नहीं, फिर भी बहुत ही रमणीक दृश्य लगता था क्योंकि देह से न्यारे, दुनिया से दूर, अलग ही दुनिया में आत्म-स्वरूप में स्थित होकर सब एक्टिविटी करते थे। यह संगम का सुंदर सुहेज का लुभावना दृश्य देखते ही रहें, ऐसा मन करता था। बहुत मजा आता था, रूहानी नशा चढ़ जाता था। इसी को हम मनोरंजन समझते थे और खुश हो जाते थे। उसका असर हमारे व्यवहार पर भी काफी सकारात्मक पड़ता था। वह सारा दृश्य देखते-सुनते ऐसी प्रेरणा मिलती थी कि मम्मा-बाबा के जो गुण हैं, वो सारे ही हमारे में भी आ जाने चाहिए। तो सचमुच, हम सब भी उन्हीं की तरह से पुरुषार्थ में लगे रहते थे।

एक बार की गलती, दुबारा नहीं करना

मम्मा बहुत गम्भीर रहती थी क्योंकि सरस्वती नदी तो गुप्त ही है ना। ज्यादातर वह अपने को अन्दर ही अन्दर दिव्य गुणों से सजाने के पुरुषार्थ में लगी रहती थी और सब

सेवाएँ निश्चित समय पर, नियमित रूप से करती थी। मम्मा एकदम सिम्पल रहती थी और एकॉनामी से चलती थी। मम्मा बहुत रॉयल थी, उनका कोई भी कर्म साधारण नहीं लगता था। मम्मा के आगे कोई कुछ भी गलती करके आता था तो दोनों को बुला करके, सामने बिठाकर, वो भूल लिखवा करके कहती थी, आगे के लिए ऐसी भूल कभी नहीं करना। एक बार गलती की है तो वो गलती दुबारा नहीं करनी है। संगठन को इस प्रकार चलाती थी।

पहले तोलो, फिर बोलो

मम्मा, बाबा के महावाक्यों को बड़े ध्यान से सुनती थी,

सुनते हुए उन शब्दों में लवलीन हो जाती थी। सुन करके उनका मनन-चिंतन करती थी। फिर मुरली चलाती थी जबानी। मम्मा ने अपने ऊपर बहुत मेहनत (स्टडी) की



है, जरा भी समय व्यर्थ नहीं किया है, न किसी का व्यर्थ कराया है। मम्मा बहुत कम बोलती थी। पहले तोलो, फिर बोलो, यह मम्मा में प्रैक्टिकल देखा। अगर बाबा भी कभी कुछ कहते थे तो सिर्फ 'जी बाबा', 'हाँ' इतना ही कहती थी।

बाबा बहुत सम्मान देते थे मम्मा को

पत्र-व्यवहार करते वक्त कभी बाबा, मम्मा को कहते थे कि इस पत्र का जवाब आप लिखो। फिर मम्मा भी कभी बाबा को कोई पत्र पढ़कर सुनाती थी। मम्मा की मातृभाषा सिन्धी थी लेकिन कभी सिन्धी में बोलती नहीं थी, वह गुरुमुखी भाषा में ही लिखती थी। रोज की सिन्धी मुरली रात 2 बजे उठकर पढ़ती थी और उसका ही सार रूप में निचोड़ निकालती थी। फिर प्रातः 5.15 बजे वही मुरली

बिल्कुल साधारण शब्दों में स्पष्ट करके हूबहू सुनाती थी जिससे सबको अर्थसहित यथार्थ रीति से समझ में आ जाती थी। समझाने के लिए कभी जरूरी लगा तो गुरुग्रंथ या सुखमणि में से कुछ उदाहरण समझाती थी। मम्मा की वाणी सुनने के लिए बाबा भी उत्सुक रहते थे। बाबा बहुत सम्मान देते थे मम्मा को। छः बजे बाबा आ जाते थे, फिर बाबा मुरली चलाते थे। ऐसे रोज का क्लास चलता था। पहले 4.45 बजे से 5.15 बजे तक योग चलता था, 5.15 से 5.45 तक मम्मा की मुरली। योग के बाद बाबा की मुरली 6.15 बजे तक चलती थी। उसके बाद गर्मी के दिनों में

मम्मा 6.45 बजे सीटी लेकर मैदान में खड़ी होती थी। हल्की-सी सीटी बजाकर सबको इकट्ठा करती थी। फिर सबको मम्मा-बाबा पहाड़ों पर सैर के लिए ले जाते थे।

सर्दियों के दिनों में 7.45 बजे जाते थे।

हमारे पर बड़ी जिम्मेवारी है

मम्मा-बाबा को हमेशा यह ख्याल रहता था कि 'कोई भी बच्चा अपना समय व्यर्थ न करे। अपनी बुद्धि में कोई किचड़ा न रखे। इसके लिए अपने को अन्दर से बिजी रखे। ज्ञानस्वरूप होकर रहे। सभी गुणों का स्वरूप बने। अन्दर-बाहर से पवित्र रहे।' बाबा ने हमें सिखाया है कि हमारे वायब्रेशन से ही सारे विश्व में परिवर्तन आने वाला है। हमारे ऊपर बहुत बड़ी जिम्मेवारी है, इस बात को कभी भूलना नहीं चाहिए। इसके लिए हमारे बोलने में या कोई भी कार्य करने में दिव्यता और अलौकिकता भरी हुई हो। अपने निश्चय को कभी भी किसी भी कारण से कमजोर नहीं करना है, तभी हर पुरुषार्थ में सहज सफलता मिलती रहेगी। ❁

वर्तमान में जीएँ

ब्रह्माकुमारी शिवानी बहन, गुरुग्राम (हरियाणा)



बीते हुए समय में हमने क्या किया और भविष्य में हम क्या करना चाहते हैं, यह सोचना मनुष्य का स्वभाव है। इन सब बातों में हम 'आत्मा की भूमिका' को भूल जाते हैं और यह सोचने लगते हैं कि जो मैं

कर रहा हूँ वो 'मैं' ही कर रहा हूँ। अगर हम अपनी भाषा को भी देखें तो क्या होती है, क्या करूँ, कैसे करूँ, इसे कैसे करना चाहिए तो सब कुछ 'करने' पर केन्द्रित हो जाता है और इसीलिए खुशी भी 'करने' पर केन्द्रित हो जाती है। फिर हम सोचते हैं कि ये करेंगे, ये होगा तब मुझे खुशी होगी।

राजयोग हमें सिखाता है कि आप शरीर नहीं हैं, आप एक आत्मा हैं। पहली बात तो हमें यह समझ लेनी चाहिए कि हमारी खुशी किसी चीज पर निर्भर नहीं है। दूसरी बात यह कि हम हमेशा खुश रह सकते हैं, उसका अनुभव कर सकते हैं। वर्तमान में रहना मुश्किल नहीं है। अगर हम कुछ बातों का ध्यान रखें तो फिर वर्तमान में रहना बहुत आसान हो जायेगा।

वर्तमान में हैं, तो खुश हैं ही। वर्तमान में हैं तो स्थिर हैं। अशान्ति कहाँ से आ रही थी? बीते हुए समय की कोई घटना, दुख या भविष्य का भय या फिर किसी से कोई अपेक्षा अशान्त कर रही थी। अपेक्षा हमें अशान्त करती है। भविष्य में आपका व्यवहार कैसा होगा, परिस्थिति कैसी होगी, इन सब बातों का पूर्वानुमान कर लेना ही अपेक्षा है और ये वर्तमान में नहीं होता है। अगर हम वर्तमान में रहेंगे तो हमारी अपेक्षा खत्म हो जायेगी क्योंकि अपेक्षा और पूर्वानुमान दोनों हमेशा एक समान होते हैं। जो व्यक्ति वर्तमान में रहता है वह अचल रहता है। इसमें कुछ बातों पर

हम ध्यान देते हैं। सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि 'मैं जो हूँ, जैसा हूँ' मैं खुश हूँ, संतुष्ट हूँ। इसके लिए मुझे किसी से तुलना करने की आवश्यकता नहीं है। जब हम भविष्य में अपनी खुशी को ढूँढ़ते हैं तो हम यही देखते हैं कि मैं इनके जैसा बन जाऊँ, मैं इस पद पर पहुँच जाऊँ, इनके पास जो है वो मेरे पास भी आ जाये और हम भविष्य की कल्पनाओं में खो जाते हैं।

मानलो कि मैं सहायक प्रबंधक हूँ और मैंने यह संकल्प किया कि जब मैं वरिष्ठ प्रबंधक बन जाऊँगा तब मुझे खुशी मिलेगी। इस पद पर पहुँचने पर मैंने यह संकल्प किया कि जब मैं महाप्रबंधक बन जाऊँगा तब मुझे खुशी मिलेगी। अब ये विचार कौन निर्मित कर रहा है? ये मैं ही तो निर्मित कर रही हूँ। इनके पास जो गाड़ी है, जब वो गाड़ी मेरे पास आ जायेगी तब मैं खुश होऊँगी। तो ये आत्मा जो है वो एक ऊर्जा है, शक्ति है। इस शक्ति को न किसी वस्तु की आवश्यकता है, न किसी पद की आवश्यकता है, ये अपने आप में पूर्ण है और खुशी इसका स्वभाव है। कोई वस्तु या कोई पद या कोई शारीरिक सुंदरता इसको पूर्ण नहीं कर सकती है क्योंकि यह ऊर्जा है। इसे पूरा होने के लिए किसी बाह्य वस्तु की आवश्यकता नहीं है। इसके लिए सिर्फ हमें सही संकल्प करने की आवश्यकता है।

मैं वो ऊर्जा हूँ, जो संकल्प करती हूँ, अनुभूति करती हूँ इस शरीर के द्वारा। मैं अपनी भूमिका जिम्मेवारी से निभा रही हूँ। अब खुशी कहाँ है? खुशी तो हमारी सोच में है। मैं इसे किसी भी जगह, किसी भी स्थान पर, किसी भी समय निर्मित कर सकती हूँ। लेकिन मैंने ही वो संकल्प किये कि मैं जब इस पद पर पहुँचूँगी, जब मैं इनके जैसी सुंदर हो जाऊँगी, जब मेरे पास इतना वेतन आ जायेगा, तो मैं खुश महसूस करूँगी। ये ऊर्जा है, ऊर्जा को पूर्ण करने के लिए क्या चाहिए? सिर्फ सही ऊर्जा चाहिए। शारीरिक चीजें उसे

पूर्ण नहीं कर सकती हैं। मानलो, मेरा हाथ कट गया तो मैं शारीरिक रूप से अपंग हूँ। अब अगर मेरा हाथ कट गया है या दोनों हाथ कट गये या दोनों पाँव कट गये, इसका यह

मतलब नहीं है कि मैं भय में हूँ। यह शरीर अपंग होगा लेकिन मैं फिर भी कहाँ हूँ? मैं भ्रुकुटि के मध्य में हूँ। मैं यहाँ बैठकर सकारात्मक संकल्प कर सकती हूँ। ❁

ब्रह्माकुमारी का 'सत्यवचन'

सत्यभान सारस्वत, देहरादून (उत्तराखंड)

लगभग 50 वर्ष पहले मैं आगरा में उच्च शिक्षा के लिए गया था। आगरा हमारा संभागीय नगर है। वहाँ होस्टल में रहकर पढ़ाई करने लगा। पिताजी ने हमारे गाँव के कुछ जानकारों के पते दे दिये थे। एक दिन मैं अपने गाँव के एक अधिकारी के घर विजयनगर कालोनी गया। वहाँ एक भवन पर मैंने बड़ा बोर्ड देखा, लिखा था 'प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय'। मुझे आश्चर्य हुआ क्योंकि पहले मैंने कभी यह नाम न तो सुना था, न इस प्रकार का कहीं भवन देखा था।

मैं साहस जुटाकर भवन के अंदर गया। वहाँ एक बड़ी प्रदर्शनी देखने को मिली जिसमें हमारे मंदिरों की भाँति श्रीराम, श्रीकृष्ण, श्रीविष्णु की मूर्तियों के साथ-साथ त्रिलोकीनाथ शिव का ज्योतिर्बिंदु रूप विशेषरूप से प्रदर्शित था। सुखद आश्चर्य यह था कि सर्वात्माओं के पिता की तस्वीर में सब धर्म दिखाई दिए। मैंने सोचा कि शायद अंदर कहीं ब्रह्मा का मंदिर होगा क्योंकि नाम था प्रजापिता ब्रह्माकुमारी.....किन्तु, अंदर जाने पर पाया कि यहाँ सफेद साड़ी वाली कई महिलाएँ हैं, कुछ युवा व एक-दो वृद्ध।

मैंने बहन जी को प्रणाम की मुद्रा में नमन किया तो उत्तर में उन्होंने 'ओमशान्ति' कहा। मेरा परिचय पूछने के बाद बहन जी ने मुझे ब्रह्माकुमारी संस्थान के परिचय, उद्देश्य एवं सिद्धांतों के बारे में बताया। नवीनता की खोज में मैं उन को ध्यानपूर्वक सुनता रहा। दूसरी बार फिर रविवार के अवकाश में गया तो बड़ी बहन जी मिली। उन्होंने मुझे प्रवचन (मुरली) की प्रति पढ़ने को दी, भोग भी दिया। हमारा आपसी संवाद होता रहा। मेरी स्नातकोत्तर (प्राणी-विज्ञान) पढ़ाई के बारे में जानकर अचानक वे

कहने लगी, शायद आप वैज्ञानिक बनने की पढ़ाई कर रहे हैं। आप वैज्ञानिक अवश्य बनेंगे।

उन बहन जी ने जिस आत्मविश्वास के साथ मुझे आशीर्वाद दिया था, वह मेरे लिए प्रेरणा था। भले ही माता-पिता की अभिलाषानुसार अफसर बनने के लिए मैंने आई.एफ.एस.की प्रवेश परीक्षा दी किन्तु सफलता नहीं मिली। उधर घरेलु परिस्थिति के कारण पी.जी.डिग्री के बाद मुझे नौकरी करनी पड़ी। एक कॉलेज में प्रवक्ता बन गया और थोड़े दिन बाद मेरी शादी हो गई। फिर एक दिन अवकाश के दिन मैं उसी ब्रह्माकुमारी आश्रम में गया। बड़ी बहन जी से मिला। कुशल-क्षेम पूछने के बाद वे बोली, तुम्हें तो वैज्ञानिक बनना था।

उन बहन की प्रेरणा व शिवबाबा की कृपा से मुझे मेडिकल कॉलेज में, शोध परियोजना में अनुसंधान करने का अवसर मिला। यदि मन में लगन हो कुछ करने की, कुछ बनने की तो पढ़ने की कोई उम्र नहीं होती। मैंने प्रवक्ता की स्थाई नौकरी को छोड़कर पी.एच.डी.डिग्री के लिए पढ़ाई शुरू कर दी। बेरोजगारी से भी यदा-कदा जूझना पड़ा किन्तु सन् 1974 में, राष्ट्रीय शोध संस्थान में वैज्ञानिक बनने की परीक्षा में शिव बाबा की कृपा से मुझे सफलता मिली। मैं भारत सरकार की राष्ट्रीय प्रयोगशाला में वैज्ञानिक बन गया। बाद में वरिष्ठ वैज्ञानिक और संयुक्त निदेशक के पद तक लगभग 33 वर्ष सर्विस की। देश के दूरस्थ राज्यों (कश्मीर, कर्नाटक, मणिपुर) में नियुक्ति के कारण आगरा आना-जाना अधिक नहीं हो सका और उन प्रेरणा की देवी ब्रह्माकुमारी बहन जी से फिर कभी नहीं मिल सका जिनका आशीर्वाद सत्यवचन निकला। ये ब्रह्माकुमारियाँ इस युग में शायद देवियों की अवतार हैं। ❁

जगदम्बा माँ का वरदान हुआ फलीभूत

ब्रह्माकुमारी रक्षा, पंचकुला (हरियाणा)



मेरा जन्म सन् 1948 में बटाला (पंजाब) शहर में हुआ। बचपन से मेरी रुचि जीवन को सात्विक बनाने में और धार्मिक साहित्य जैसे कि गीता, महाभारत, रामायण आदि पढ़ने में रही। हमारे लौकिक घर में आज भी मंदिर है जिसमें पहले पूजा आदि होती है, ठाकुरों को भोग लगता है, उसके बाद कुछ खाया जाता है।

सादगी और पवित्रता का आकर्षण

सन् 1960 में मुझे बटाला में ही ईश्वरीय ज्ञान मिला। ब्रह्माकुमारी बहनों के सादगी भरे जीवन और उनकी पवित्रता ने मुझे अपनी ओर आकर्षित किया। सत्गुरुवार के दिन आश्रम पर प्यारे बाबा को भोग लगता था, भोग खाने के लिए मैं जाती थी। उस समय छोटी थी, बहनें प्यार से भोग खिलाती थी। बाबा को भोग दिन में दस बजे से बारह बजे तक लगता था। उस दिन हमें इतना नशा चढ़ता था कि आज हम भगवान को भोग लगाने वाले हैं। जब तक बाबा भोग नहीं खायेंगे, हम भी कुछ नहीं खायेंगे। सुबह सिर्फ एक कप चाय का लेते थे, फिर कुछ नहीं खाते थे। दस बजे सेवाकेन्द्र पर जाते थे और दो बजे लौटते थे। दो घंटे योग चलता था। बाबा को भोग स्वीकार कराते समय योग का जबरदस्त पहरा होता था। इतना रूहानी नशा चढ़ता था, इतनी खुमारी होती थी, इतने अच्छे-अच्छे गीत बजते थे जबकि ज्ञान के गीत तब बने भी नहीं थे। लेकिन फिर भी वे गीत बाबा की तरफ ले जाते थे।



जैसे एक गीत था, 'चल उड़ जा रे पंछी..... देश हुआ बेगाना।' ऐसे-ऐसे गीतों को सुनते-सुनते हमारी अवस्था बहुत अच्छी बनती जाती थी। दो घंटे कब बीत गये, पता ही नहीं चलता था। उसके बाद दीदी कुछ खिलाकर मुझे घर भेजती थी। इस प्रकार, प्रोग्राम देखते-देखते मेरा आकर्षण बढ़ता गया। मैंने निर्णय कर लिया कि चाहे कुछ भी हो, मुझे ब्रह्माकुमारी बनना ही है।

रूहानी आकर्षण और फरिश्ते जैसी चाल

मम्मा पहली बार सन् 1962 में एक दिन के लिए बटाला में आई। सुबह की क्लास में खुला सत्र रखा गया था जिसमें सभी आ सकते थे। मैं अपनी लौकिक माताजी को लेकर

वहाँ गई। मम्मा की मधुर वाणी हमने सुनी। मम्मा के मस्तक पर इतना तीव्र रूहानी आकर्षण था और उनकी चाल भी फरिश्ते जैसी थी। मम्मा को देखकर मुझे अत्यन्त चुम्बकीय आकर्षण हुआ। एक घंटे की क्लास के

बाद जब हम वापिस घर आये तो मेरी माता जी ने कहा, 'रक्षा बच्ची, आज मैंने आपकी मम्मा को देखा, सही मायने में ये ही जगदम्बा हैं, जिनको आज तक हम पूजते आये हैं।' दूसरी बार मम्मा सन् 1965 में बटाला में आई, एक सप्ताह वहाँ रही। सुबह क्लास होती थी और शाम को चेम्बर होता था। मैं रोज सुबह क्लास करने जाती थी। एक दिन नहीं गई, उस दिन गुरुवार था। मैंने सोचा, आज दोपहर को भोग पर जाऊँगी। बंधन था इसलिए बार-बार जा नहीं सकती थी। मम्मा रोज सुबह क्लास में टोली बांटती थी। उस दिन मम्मा ने दादी चन्द्रमणि से पूछा, आज वो बच्ची नहीं आई

हैं? दादी ने कहा, वो दोपहर में आयेगी, आज गुरुवार का भोग है। मम्मा ने कहा, यह टोली मेरी तरफ से उस बच्ची को देना। इस प्रकार टोली के माध्यम से मम्मा का स्नेह मुझे मिला।

कर्मबन्धन खत्म हो जाएंगे

एक दिन शाम के समय कन्याओं का चेम्बर था। मम्मा संदली पर बैठी थी और पास में अचल दीदी और चन्द्रमणि दादी बैठी थी। सभी कन्यायें बारी-बारी मम्मा की गोदी में जा रही थी, मेरी भी बारी आई। जब मैं मम्मा की गोदी में गई, मम्मा ने सूबीरस (आमरस) पिलाया। फिर दीदी और दादी से पूछा, क्या मैं इस कन्या को सेवा के लिए भेज सकती हूँ? उन दोनों ने कहा, मम्मा, यह तो बांधेली है। मम्मा ने कहा, कोई बात नहीं, आज नहीं तो कल इसके कर्मबन्धन खत्म हो जायेंगे। मम्मा का यह वरदान मेरे लिए बहुत फलीभूत हुआ। कालान्तर में मैं सचमुच बाबा की बच्ची बन समर्पित हो गई।

पत्रों द्वारा बाबा से मिलन

उस समय मैं छोटी थी और बंधन में थी इसलिए मधुबन जा नहीं सकी। बाबा तब दिल्ली में, मेजर की कोठी में आये थे। दादियों ने सोचा कि जो बांधेली बच्चियाँ हैं उन्हें बाबा से मिलाया जाये। बाबा से पूछा गया, बाबा, क्या दो दिन के लिये आप अमृतसर में आयेंगे बांधेलियों को मिलने के लिए? बाबा ने कहा, हाँ, बाबा जरूर आयेंगे। दो दिन के लिये वहाँ कोठी किराये पर ली गई और हम खुशी में झूमने लगे कि अब साकार बापदादा को मिल पायेंगे। लेकिन ड्रामा अनुसार कुछ और ही हुआ। मेजर की तबियत कुछ खराब हुई, उन्होंने शरीर छोड़ दिया, तो बाबा कहीं नहीं गये, सीधे मधुबन चले गये। इसलिए हम साकार बाबा को मिल नहीं पाये लेकिन पत्रों के द्वारा बाबा को बहुत



मिले। मैं बाबा को बहुत ज्यादा पत्र लिखा करती थी और बाबा उनका रेस्पान्ड दिया करते थे। एक बार बाबा को मैंने गीत भेजा, एक तू ना मिला सारी दुनिया मिली तो क्या है? तो बाबा ने उस का बहुत प्यार से उत्तर दिया कि बाबा बांधेलियों को तो बहुत प्यार करता है। आप यह नहीं सोचो कि आप बाबा से नहीं मिले हो। आप तन से नहीं मिले लेकिन आप मन से बाबा के पास पहुँच गये हो।

बाबा से मिली दो शिक्षाएँ

जैसे-जैसे उम्र बढ़ती गई, घर में परीक्षाएँ आने लगी। घरवालों ने कहा, आप अपने जीवन का फैसला करो कि आपको करना क्या है? मैंने कहा, मुझे तो बाबा की बच्ची बनना है। फिर मैंने अपने बड़े भाई को कहा, आप मुझे एक बार मधुबन में भेजो, वहाँ जाकर मैं फैसला करूँगी। फिर माता-पिता भी मान गये और बड़े भाई ने प्यार से मधुबन भेजा। जब मैं पाँडव भवन के गेट में प्रवेश हुई तो लगा कि बाबा बाँहें फैलाकर सामने खड़े हैं और कह रहे हैं, आओ बच्ची, बाबा तो कब से आपका इन्तजार कर रहे हैं। जब अव्यक्त बापदादा के सामने गई तो सरला बहन (बटाला की दिवंगत निमित्त टीचर) ने कहा, बाबा, ये बांधेली है। बाबा ने कहा, अच्छा, मधुबन तो पहुँच गई है। मैंने कहा, बाबा, मैं तो आपकी बनूँगी। बाबा ने कहा, जो बच्ची इतनी हिम्मत करके मधुबन आ सकती है वो आगे बहुत कुछ कर सकती है। बाबा ने कहा, बाबा आपको दो शिक्षाएँ देते हैं, एक तो अमृतवेले उठकर माँ-बाप को योग का दान देना, दूसरा निर्भयता का गुण धारण करना। जब मैं मधुबन से वापस आई तो इन दोनों शिक्षाओं को प्रैक्टिकल जीवन में लाया। थोड़े ही समय में मेरे सब कर्मबन्धन समाप्त हो गए और मैं बाबा की सेवा में लग गई। इस प्रकार प्यारी-मीठी जगदम्बा माँ के वरदानी बोल साकार हो गए। ❖

वन्दे मातरम्

ब्रह्माकुमारी उर्मिला, संयुक्त संपादिका



माता चाहे किसी की भी हो, उसमें पालना का जन्मजात संस्कार होता है। हम सबने चिड़िया को, मेहनत से उपार्जित चुग्गा अपने बच्चों को देते देखा है और गाय को प्यार से बच्चे को दूध पिलाते और चाटते देखा है। मानव के अलावा अन्य किसी भी प्राणी में चूँकि बोलने की शक्ति नहीं है इसलिए चिड़िया या गाय या अन्य पशु-पक्षी की माता अपने बच्चे को प्यार दे सकती है, चाट सकती है, उसका पेट भर सकती है परन्तु उसकी बुद्धि को ज्ञान से नहीं भर पाती है। यही कारण है कि सदियाँ बीत गईं, पशु-पक्षी जाति ने आज तक कोई विकास नहीं किया।

चिड़िया और मानवी में अन्तर क्या रहा?

मानव की माता के पास विचार शक्ति, वाक् शक्ति और बौद्धिक शक्ति है। परन्तु इतनी शक्तियों की अधिष्ठात्री होते हुए भी क्या वह अपने बच्चे का पेट भरने के साथ-साथ उसकी बुद्धि को भी भरपूर करती है ज्ञान से और श्रेष्ठ विचारों से? इसमें कोई शक नहीं कि वह ममता की देवी है, बच्चे की मनपसन्द चीजें बनाती है। अपने हाथ में चम्मच लेकर थोड़ा-थोड़ा प्यार से उसके मुँह में डालती है। यदि वह नहीं खाए तो भी प्रलोभन देकर या भय दिखाकर भी उसका पेट भरने का भरपूर प्रयास करती है। माँ को यह सब करना ही चाहिए, माँ नहीं करेगी तो कौन करेगा? परन्तु वाक् शक्ति की धनी माँ भी यदि वाक् शक्तिहीन चिड़िया की तरह केवल पेट भरने तक ही सीमित रहे और उसकी बुद्धि को खाली ही पड़ी रहने दे तो चिड़िया में और मानवी में अन्तर क्या रह गया? वह भी केवल पेट भरे और यह भी केवल पेट भरे। फिर चिड़िया के बच्चे में और मानव के बच्चे में अन्तर क्या रह गया? उसकी भी बुद्धि खाली और इसकी भी बुद्धि खाली। और

मानव के लिए कहा गया है, खाली मन या खाली बुद्धि शैतान का घर। यही कारण है कि जैसे चिड़िया के बच्चे, चुग्गा लेकर उड़ जाते हैं, माँ-बाप को देखने आते नहीं, इसी प्रकार ज्ञान और संस्कार से खाली बुद्धि वाले बच्चे भी दूर-दूर जाकर बस जाते हैं, माँ-बाप की सुध लेने आते नहीं।

मूल्य आधारित कहानियाँ

बच्चों को संस्कार देने का सबसे अच्छा माध्यम हैं मूल्य आधारित कहानियाँ। कहानियों में किसी का भी परिवर्तन करने की अद्भुत शक्ति होती है। 'अलिफ-लैला' में एक मन्त्री की बुद्धिशाली पुत्री, अपने अत्याचारी बादशाह को कहानियाँ सुना-सुनाकर उसकी हिंसक प्रवृत्ति का शमन कर देती है। आचार्य विष्णु शर्मा ने राज्य के मंदबुद्धि राजकुमारों को, जानवर पात्रों की कथाएँ सुना-सुनाकर राजनीति में दक्ष कर दिया था। उनका वह प्रयोग आज भी 'पंचतंत्र' के नाम से मशहूर है। माता जीजाबाई अपने पुत्र शिवाजी को उन्होंने बाल्यकाल से रामायण और महाभारत की वीरतापूर्ण कहानियाँ सुनाना प्रारम्भ किया। फलस्वरूप शिवाजी में देशभक्ति, स्वतंत्रता-प्रेम, धर्म के प्रति निष्ठा आदि इतनी गहरी पैठ गई कि वे पिछड़े और अशिक्षित बच्चों का संगठन बना विजय प्राप्ति का अभ्यास करने लगे और बाद में भारत के इतिहास के एक देदीप्यमान नक्षत्र के रूप में चमके।

बच्चों को ऐसी कहानियाँ सुनाएँ जो उन्हें कर्म की गति समझाएँ, विचारवान बनाएँ और उनके व्यक्तित्व को गुणों से महकाएँ। जो अन्धविश्वास, भय, अज्ञान और

विचारहीनता की जड़ें उनके भीतर जमाएँ, ऐसी ना सुनाएँ। नहीं तो वे पढ़-लिखकर भी भूत-प्रेत, जादू-टोनों और टोटकों में अन्धश्रद्धालु बने रहते हैं। कोई राजकुमार, किसी राजकुमारी पर आकृष्ट हो गया, इस प्रकार की प्रेम कहानियाँ भी बच्चे के अच्छे संस्कार निर्माण में बाधक हैं। राक्षसों और दानवों की कहानियों से बच्चों में पलायनवाद का भूत भर जाता है। कहानी की विषयवस्तु पृथ्वी की ही हो और मनुष्य के भीतर छिपे हुए देवत्व को प्रकट करने वाली हो।

अतः माताएँ दूध और अन्य पोषक तत्वों से मात्र पेट भरने की एकांगी पालना तक सीमित ना रहें बल्कि हाथों से खिलाले-खिलाले भी, वाणी से सदुपदेश बच्चे को दें ताकि पेट के साथ-साथ उसकी बुद्धि भी ज्ञान से भरपूर हो। उसमें श्रेष्ठ संस्कारों का बीजारोपण हो।

माँ का दूध कब अमृत और कब जहर?

पौराणिक माता मदालसा जब अपने बच्चे को दूध पिलाती थी तो मंत्र उच्चारण करती थी, 'शुद्धो असि, बुद्धो असि, निरंजनो असि, संसार माया परिवर्जितो असि ...'। इस प्रकार बच्चे के शरीर के साथ-साथ मन का भी पोषण होता था। आजकल हम देखते हैं कि सरकारें भी और कई निजी संस्थाएँ भी इस बात का खूब प्रचार करती हैं कि माँ का दूध बच्चे के लिए अमृत होता है। यह सत्य है परन्तु अधूरा सत्य है। कैसे? क्या क्रोध में जलते हुए पिलाया गया दूध, अमृत हो सकता है? क्या दुख में आँसू बहाते हुए, सिसकते हुए, मार खाते हुए, अपमानित और शोषित महसूस करते हुए पिलाया गया दूध, अमृत हो सकता है? क्या ईर्ष्या की अग्नि, बदले की अग्नि, नफरत की अग्नि से धक्कते मन से पिलाया गया दूध, अमृत हो सकता है? क्या अपशब्दों की बौछार और लोभ-लालच की मार झेलते विचारों से पिलाया गया दूध, अमृत हो सकता है? कदापि नहीं। ऐसा दूध जहर हो जाता है जो बच्चे के शरीर के साथ उसके मन को भी कुपोषित करता है। ऐसा जहरीला दूध पीने वाली सन्तान यदि कालान्तर में

जहर ही उगले तो इसमें आश्चर्य भी क्या और उसका दोष भी क्या? क्योंकि जो इनपुट होता है वही आउटपुट होता है अर्थात् जैसी चीज अन्दर डाली जाएगी, वैसी ही तो बाहर निकलेगी।

दूध अमृत तब हो जब मीठी मुस्कान के साथ, आनन्दित मन से, शुभभावों की फुहार के साथ पिलाया जाए। दैवी भावों से ओत-प्रोत मन से पिलाया गया दूध बच्चे में दैवी लक्षण प्रकट करेगा। बच्चा केवल दूध नहीं पीता, वह माँ के भावों को भी पीता जाता है।

टेढ़ी डाई से टेढ़ा उत्पाद

घर और परिवार, मानव को घड़ने के कारखाने हैं। यदि कारखाने की डाई टेढ़ी-बाँकी हो तो उत्पाद भी टेढ़ा-बाँका बनेगा। यदि घर में मूल्य-आधारित वातावरण नहीं है, यदि परिवार में माता-पिता और अन्य सदस्यों के आपसी व्यवहार में निस्वार्थ स्नेह, शान्ति, ईमानदारी, सन्तोष, सहानुभूति, गुणदर्शन, सहयोग, नम्रता, सत्यता, निष्कपटता आदि नहीं हैं तो समझ लीजिए, घर रूपी कारखाने की डाई में टेढ़ापन है। ऐसी टेढ़ी डाई में ढला उत्पाद सीधा कैसे हो सकता है?

माता या पत्नी

सन्तान को जन्म देने से पहले नारी, एक नर की पत्नी होती है परन्तु सन्तान होने के बाद वह एक बच्चे की माता बन जाती है। शास्त्र कहता है, 'पुत्राय क्रियते भार्या' अर्थात् पुत्र की उत्पत्ति के लिए पत्नी बनाई। अब जब वह माता बन गई तो अवश्य पत्नी की भेंट में उसके माता रूप का पलड़ा भारी होना चाहिए। उसकी सम्पूर्ण ऊर्जा उस सन्तान की पालना में और सुसंस्कारों के बीजारोपण में लगनी चाहिए। यदि ऐसा नहीं होता, यदि उसके पत्नी रूप का पलड़ा भारी रहता है तो माता-पिता दोनों के होते भी सन्तान अनाथ जैसी हो जाती है। यदि माता बनने के बाद भी उस नारी का मन नवविवाहिता जैसी चंचलता, चपलता, साज-सज्जा, घुमाई-फिराई, हँसी-मजाक और देह की तरफ आकर्षित करने वाली अन्य क्रियाओं-प्रक्रियाओं में उलझा रहता है

तो सन्तान को एक त्यागी, तपस्वी, सेवाभावी माँ के दर्शन अलभ्य हो जाते हैं और ऐसे में उसका विकास जंगल के उन झाड़ों की तरह टेढ़ा-बाँका हो जाता है जिनकी समय पर कटाई-छंटाई नहीं हुई।

पति का यह फर्ज है कि वह समझे, अब इसका पद बढ़ गया है। अब तक यह केवल पत्नी थी, अब माँ भी है। इसकी जिम्मेवारियाँ बढ़ रही हैं अतः मैं इसे प्रसन्न रखूँ। इसको यदि मैंने काम-विकार में घसीटा, क्रोध की अग्नि में जलाया तो यह अग्नि इसके माध्यम से मेरे बच्चे का मानसिक कुपोषण करेगी और विकारों की अग्नि से कुपोषित सन्तान कालान्तर में मेरे अनुकूल नहीं हो पाएगी। अतः सुनहरे भविष्य की योजना में मैं आज ही अपने मन को नियंत्रित करूँ, उसे बेलगाम न बनने दूँ।

नारी है शक्ति

कलिकाल की घोर तामसिकता में भी नारी के कुछ स्वमान बचे हुए हैं। वह अभी भी देवी और लक्ष्मी कहलाती है। अवश्य ही उसमें कुछ तो ऐसा है जो उसे नारी-शक्ति कहलाने का हक देता है। कई बार ऐसी विडम्बना बन जाती है कि पति कहलाने वाला पुरुष, घर की एक भी जिम्मेवारी नहीं निभाता है। न वह कमाता है, कई बार तो व्यसनों के वश अपने वर्से के धन और नारी द्वारा उपार्जित धन – दोनों को नष्ट कर डालता है। कई बार हृदय की कठोरता के कारण नारी को, उसकी जरूरतों की पूर्ति योग्य भी धन नहीं देता है। इस प्रकार की परिस्थिति आने पर भी वह नारी, न तो पति को छोड़ने की धमकी देती है और न ही भीख मांगती है। अच्छे घर की होते भी, लोकलाज छोड़कर मेहतन-मजदूरी कर अपने बच्चों को पालती है। चरित्र की चादर को मैला किए बिना, गृहस्थी की नाव अकेले खे लेती है। किसी से शिकायत नहीं, किसी के आगे आँसू नहीं, किसी से अपेक्षा नहीं, किसी की रीस नहीं, कहीं विद्रोह नहीं – लक्ष्य को सामने रख द्रुत गति से बढ़ती जाती है। क्या वो शक्ति नहीं है? शारीरिक शक्ति भले ही अपेक्षाकृत कम हो परन्तु सारे आधार हिलने-टूटने

पर भी जीवन के झंझावातों में अकेले खड़े रहना, मातृत्व की मर्यादाओं पर खरे उतरना, अपने कार्यों का बखान किए बिना उन्हें पूर्णता का जामा पहनाना, क्या यह मानसिक बल नहीं है? क्या आध्यात्मिक और नैतिक बल नहीं है? है। तभी तो शारीरिक बल को सामने रखा तो वह अबला कहलाई पर मानसिक और आत्मिक बल की दृष्टि से देखा गया तो 'नारी शक्ति' कहलाई।

घरेलू काम का सम्मान

नारी घर में काम करती है, पुरुष घर से बाहर काम करता है। दोनों के कार्य का एक-समान मान होना चाहिए परन्तु कितने आश्चर्य की बात है कि यदि एक पुरुष धोबी के रूप में कपड़े धुलाई का काम करता है तो उसे धन भी मिलता है और उसके व्यवसाय को सम्मान की दृष्टि से देखा जाता है। परन्तु नारी प्रतिदिन परिवार के कितने ही सदस्यों के कपड़े धोती है तो वह भी तो सम्मान की हकदार है। एक पुरुष यदि होटल में भोजन पकाता है या समारोहों में बावर्ची की सेवाएँ देता है तो उसके कार्य को भी सम्मान मिलता है और आमदनी भी होती है। एक नारी जीवन भर परिवार के सदस्यों तथा रिश्तेदारों की भोजन से पालना करती है तो वह भी तो सम्मानीय है। कई लोग विशेष अवसरों पर सजावट करने का धन्धा करते हैं। उनका यह धन्धा खूब चलता है। कई बागवानी करके कमाई करते हैं। एक नारी घर को सजाती है, बागवानी भी कर लेती है और अन्य भी ऐसे बहुत सारे कार्य करती है जिनका बाजार में ऊँचा मूल्य चुकाना पड़ता है परन्तु चूँकि वह बिना हिसाब रखे ये सारे कार्य करती है इसलिए कई बार कह दिया जाता है कि वह कमाती नहीं है परन्तु सही अर्थ में देखें तो वह अनगिनत कमाती है जिसके आगे गिनती वाली कमाई बहुत छोटी है।

जो गिनती करे वह मानव और जो बिना गिनती के परोपकार करे वह मानव से भी उच्च महामानव। इसीलिए वह कलिकाल के अन्त में भी गृहलक्ष्मी के सुन्दर टाइटल से नवाजी जाती है। ❁

राजयोग ने किया दवाओं से मुक्त

ब्रह्माकुमार बाबूरेड्डी चुडे, बिदर (कर्नाटक)



मैं कर्नाटक राज्य में सहायक कृषि संचालक पद पर सेवारत था। सन् 2011 की बात है, मुझे डरावने सपने आने लगे, नींद टूट जाती थी। फिर रातभर नींद नहीं आती थी।

तनाव के कारण डर भी महसूस होता था। तब मैंने एक मनोचिकित्सक से जाँच करवाई। उन्होंने नींद के लिए Tab Epcon-05mg और Tab Nzeu 05mg रोजाना लेने की सलाह दी। उन दवाइयों से मुश्किल से 3 घण्टे नींद तो आती थी लेकिन गहरी नींद नहीं आती थी। अनिद्रा के कारण दिनभर आलस्य, चिड़चिड़ापन और थकान बनी रहती थी। इसी बीच मैंने 6 महीने की छुट्टी भी ले ली ताकि मैं पूरी तरह से स्वस्थ हो जाऊँ। अन्य कई डॉक्टरों से भी संपर्क किया किन्तु तन और मन में कोई सकारात्मक परिवर्तन नजर नहीं आया। परिवार के सदस्य चिंतित रहने लगे। मेरा भी आत्मविश्वास कम होता जा रहा था और मैं पूरी तरह डिप्रेसन का शिकार हो गया।

अनोखा लगा ईश्वरीय ज्ञान

अगस्त, 2014 में मैं सेवानिवृत्त हो गया। अभी कार्य का कोई भार भी नहीं था, फिर भी चैन की नींद नहीं सो पा रहा था। मन में कई द्वंद्व चलते रहते थे। कुछ दिनों के बाद मेरे एक मित्र ने मुझे ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र में चलने का आग्रह किया। उन्हें मेरी मानसिक स्थिति के बारे में कुछ भी ज्ञान नहीं था। वहाँ ब्रह्माकुमारी बहनों ने मेरा सात दिन का ईश्वरीय ज्ञान का कोर्स कराया। पहले ही दिन मुझे मेरा सत्य परिचय प्राप्त हुआ। ईश्वरीय ज्ञान मुझे अनोखा लगने लगा। मुझे पता चला कि मैं एक अविनाशी चेतन सत्ता आत्मा हूँ, शरीर विनाशी है। आत्मा को कोई मार नहीं

सकता, अग्नि जला नहीं सकती, पानी डुबो नहीं सकता। ज्ञान की इन बातों ने मेरे में नई आशा और विश्वास पैदा किया।

गहरी नींद आने लगी

दूसरे दिन परमात्मा के बारे में जाना कि वे हम सभी आत्माओं के पिता हैं, हम सब उनकी संतान होने के नाते आपस में भाई-भाई हैं। सबका मालिक वही एक है। ज्ञान की इन बातों ने मेरे में इतना उमंग-उत्साह भर दिया कि मैं नियमित रूप से मुरली सुनने लगा। सुबह अमृतवेले एवं नुमाशाम राजयोग का अभ्यास करने लगा। राजयोग में रुची बढ़ने से धीरे-धीरे मन की चंचलता समाप्त हो गई, शान्ति और आनंद की अनुभूति होने लगी। इस प्रकार बाबा की मुरली और ब्रह्माकुमारी बहनों की रूहानी पालना में मैं अपने आपको सुरक्षित महसूस करने लगा। आत्मविश्वास बढ़ने लगा। राजयोग की विधि से जीवन में सकारात्मक परिवर्तन आया, गहरी नींद आने लगी। फिर तो मैं धीरे-धीरे दवाइयों की मात्रा कम करता रहा और मात्र दो महीनों में ही सभी दवाइयों से पूर्ण मुक्त हो गया।

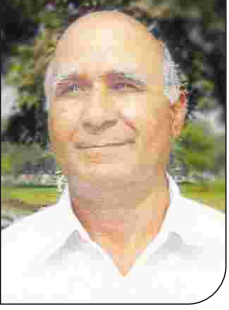
जीवन हुआ खुशनुमा

सन् 2015 में मेरी बाईपास सर्जरी भी हुई। बाबा के ज्ञान की शक्ति से यह बड़ा ऑपरेशन भी सहज सफल हो गया। फिर मैंने शान्तिवन (आबू रोड) में कैड-कैम्प (3-डी हेल्थ केयर) अटैन्ड किया जिसमें डॉ. सतीश गुप्ता भाई ने सदा स्वस्थ रहने के लिए आहार, व्यायाम और स्वस्थ जीवनशैली के बारे में मार्गदर्शन किया। उसी पर चलते हुए आज मैं बहुत ही खुशनुमा जीवन व्यतीत कर रहा हूँ। अंत में इतना ही कहूँगा कि राजयोग के प्रयोग से हम अपना स्वास्थ्य ठीक रख सकते हैं जिससे जीवन खुशियों से भर जाता है। ❖

शिव-शक्तियों की सेनानी

माँ जगदम्बा सरस्वती

ब्रह्माकुमार विद्यासागर, रोहिणी, दिल्ली



परमपिता शिव परमात्मा ने नई सृष्टि की रचना हेतु प्रजापिता ब्रह्मा द्वारा सर्वप्रथम सर्वश्रेष्ठ रचना रची माँ जगदम्बा सरस्वती जिनका लौकिक नाम राधे था। यज्ञ में आते ही नाम पड़ा ओमराधे। उन्होंने शिव बाबा को, प्रजापिता ब्रह्मा के माध्यम से प्रथमदिन ही पहचान लिया तथा निश्चय किया कि मुझे अब ज्ञान-रत्नों से सजना है और सांसारिक गहने उतार दिये। बाबा के पूछने पर कि बच्ची कल जो आपने कुछ लौकिक गहने पहने थे, वे कहाँ हैं, माँ सरस्वती का यही जवाब था कि अब तो बाबा मुझे ज्ञान-रत्नों से सजना है।

ज्ञान के महावाक्यों को माँ सरस्वती, जिन्हें हम प्यार से मम्मा कहते थे, ध्यान से, एकाग्रता से, निश्चयबुद्धि होकर सुनती थी। ज्ञान-रत्नों को सुनकर, खूब गहराई से मनन-चिन्तन कर, बाबा के सभा में आने से पहले सभी को सुनाती थी। इससे सभी गुह्य रहस्यों को समझ जाते थे।

देह में रहते देह से न्यारे

माँ सरस्वती ने आत्मिक अभ्यास इतना किया कि वह देह में रहते, देह में थी ही नहीं। मैं सन् 1963 में मम्मा से जब पहली बार मिला तो मेरा मन बिल्कुल शान्त हो गया। अभी मैं ज्ञान में केवल तीन महीने का ही बच्चा था। मन कैसे इतना शान्त हुआ, इस बात का मेरे ऊपर विशेष प्रभाव पड़ा। माँ सरस्वती ने बाबा के महावाक्यों को सुनकर ज्ञानमूर्ति, योगमूर्ति, धारणा-मूर्ति बनकर दिखाया। माँ सरस्वती इतनी स्नेह की मूर्ति थीं जो बाबा के मुख से निकला कि कई बच्चे मम्मा के मुरीद हैं। मम्मा बार-बार सभी यज्ञवत्सों को बाबा की ही ओर इशारा देती थी कि मुझे बनाने वाले भी बाबा ही

हैं। बाबा द्वारा बतलाया हुआ कार्य, चाहे मम्मा के लिए नया होता था लेकिन उन्होंने कभी भी बाबा को यह नहीं कहा कि यह कैसे होगा? यही समझ कर किया कि भगवान ने मुझे कहा है तो यह कार्य मेरे द्वारा ही होना है।

प्रकृतिजीत और दिलजीत

माँ सरस्वती से मातृभाव के ऐसे पवित्र प्रकम्पन निकलते थे, जो कैसा भी व्यक्ति हो, उसके मुख से 'मम्मा' सम्बोधन अनुभव सहित निकलता था। ब्रह्मा बाबा भी मम्मा की धारणाओं पर, कर्तव्यों पर, गुणों पर, चलन पर, ईमानदारी पर, वफादारी पर कुर्बान थे। मम्मा के शरीर त्यागने पर कई बार शिवबाबा को सन्देशी द्वारा सन्देश भेजा कि बाबा को कहो, ब्रह्मा बाबा को यज्ञ के लिए मम्मा की बहुत-बहुत जरूरत है। उन्होंने शिवबाबा को कहा कि बाबा, मम्मा को वापस आना ही पड़ेगा, यह हो नहीं सकता कि मम्मा, बाबा से पहले चली जाये। देखिये माँ सरस्वती ने बापदादा के दिल पर कैसे छाप लगा दी थी। सचमुच मम्मा कर्मेन्द्रियजीत, मायाजीत, प्रकृतिजीत एवं सर्व के लिए दिलजीत थी।

चेहरे और चलन में रूहानी नशा

एक बार मैंने मम्मा से पूछा कि मम्मा, आपने इस यज्ञ में अपने को कैसे सम्पूर्ण समर्पित किया? मम्मा ने उत्तर दिया, "देखिए, अरबपति के पास तो सभी गरीब जाते हैं मदद के लिए। अगर कभी अरबपति स्वयं मदद के लिए किसी गरीब के पास चलकर आये तो गरीब क्या व्यवहार करेगा? क्या वह अरबपति को मदद के लिए मना करेगा? ऐसे ही जगत के पालनहार स्वयं हमारे पास चलकर आये हैं तो हमारा क्या कर्तव्य बनता है? यही मम्मा ने भी सोचा और पूर्णरूपेण बाबा की हो गयी। यह चान्स कल्प में एक ही बार मिलता है।" मम्मा के चेहरे से, चलन से यह नशा झलकता था कि उन्हें गॉड फादर मिल गया है। दिन-रात मम्मा के नयनों से यही

नशा दिखाई पड़ता था। कोई भी यज्ञवत्स यह नहीं कह सकता कि मम्मा ने किसी भी स्थान, परिस्थिति, समय, वातावरण में कोई भूल की हो।

यज्ञ की शुरूआत में जब बाहर वाले व्यक्ति ज्ञान ना समझने के कारण टोलियाँ बना कर गालियाँ देते थे, तो माँ सरस्वती सभी बहनों को समूह में लेकर शान्ति की सकाश देती और दिलवाती थी। गालियाँ देने वाले शान्त होकर थोड़ी ही देर में लौट जाते थे। माँ सरस्वती ने योग शक्ति द्वारा सारे यज्ञ का ऐसा संचालन किया जो बापदादा भी अपने को बहुत हल्का महसूस करते थे।

ड्रामा पर अटल निश्चय

मम्मा को ड्रामा पर अटल निश्चय था। शरीर त्यागने से पहले मम्मा को दिवंगत भ्राता रमेश (मुम्बई) द्वारा समाचार दिया गया कि मम्मा, डॉक्टरों ने आपके शरीर की आयु केवल 15 दिन शेष बतलाई है। यह जानकर मम्मा ने निसंकोच, धैर्य से कहा, ड्रामा। वे तनिक भी घबराई नहीं और शरीर में

व्याधि होते भी भी बाबा की वाणी आज्ञाओं का 23 जून को 24 जून, 1965 देह का त्याग 23 जून को मम्मा बच्ची, आपको सभी बच्चों को मम्मा ने बाबा की माथे रख बड़े धैर्य



अन्तिम समय तक सुनी, बाबा की पालन किया। मैं मधुबन में था और को मम्मा ने नश्वर किया। बापदादा ने को कहा था कि यहाँ पधारे हुए टोली देनी है। आज्ञा को सिर-से स्नेहमूर्त होकर

टोली दी। यह एक अद्भुत दृश्य था। अन्तिम दिन 24 जून, 1965 को भी मातेश्वरी जगदम्बा ने बापदादा की आज्ञा का पालन करते हुए बाबा के बगीचे की प्रथम उपज अंगूर सभी यज्ञवत्सों को दिये। यह कार्यक्रम लगभग 12.30 बजे तक पूरा हुआ।

उसी दिन शाम 4 बजे मम्मा की तबीयत कुछ ज्यादा खराब हुई। बाबा तुरन्त सामने आये और बाबा से दृष्टि लेते-लेते मम्मा ने वतन की ओर प्रस्थान किया। विश्व जिसे दुर्गा, सरस्वती, भवानी, वैष्णोदेवी इत्यादि रूपों में पूज रहा है, वो मम्मा अव्यक्त रूप में अभी भी उमंग-उत्साह के पंख प्रदान कर रही है। ऐसी माँ सरस्वती जगदम्बा को हम सभी ब्रह्मावत्सों का

कोटी-कोटी नमन। हम प्रतिज्ञा करते हैं, “मम्मा, आपके पदचिह्नों पर चल आपके समान बनकर ही दिखायेंगे।” ❁

आँचल तेरा

ब्रह्माकुमार राजवीर भाई, बड़ौत (उ.प्र.)
मुझको छूकर गया, खुशबुएँ भर गया,
आज आँचल तेरा, मम्मा आँचल तेरा।।

हाथ तेरा दुआओं का सर पर गया,
यूँ असर कर गया, आज आँचल तेरा।।
तुझको देखा नहीं, बस सुना है,
और चरित्रों का चित्र एक बुना है,
दिल में घर कर गया, यादों से भर गया।।

आज आँचल तेरा-----

निश्चय चट्टान जैसा हमेशा रहा,
हाँ जी बाबा, सदा ही कहा,
सब अहम् मर गया, नम्रता भर गया।।

आज आँचल तेरा-----

केस बाबा पर लगा एक बड़ा था,
वो मुकदमा भी तुम्हीं ने लड़ा था,
हौसला भर गया, जादू-सा कर गया।

आज आँचल तेरा-----

गुणों की खान तू, नारी का मान तू,
शिव की पहचान तू, ज्ञान की शान तू,
तिमिर को हर गया, रोशनी भर गया।।

आज आँचल तेरा-----

शक्ति, ममता, करुणा तेरे नाम हैं,
त्याग, सेवा, तपस्या तेरे काम हैं,
मीठी मातेश्वरी तुझको प्रणाम है,
निश्चय दृढ़ कर गया, भरोसा भर गया।

आज आँचल तेरा-----

क्या आत्मा 84 लाख योनियों में जाती है ?

ब्रह्माकुमार डॉ.प्रेमचंद सैनी, डेराबस्सी (पंजाब)

कहते हैं कि मनुष्य का जन्म बहुत ही दुर्लभ है। यह जन्म 84 लाख योनियों में चक्कर लगाने के बाद मिलता है। इन विभिन्न योनियों में मनुष्य आत्मा को उसके दुष्कर्मों का फल मिलता है। कहने वाले तो कह देते हैं लेकिन हम अपनी बुद्धि से थोड़ा सोचें कि क्या यह सत्य भी है या नहीं? सत्य क्या है, यह स्वयं परमपिता शिव ही अवतरित होकर बतलाते हैं कि किसी भी एक योनि का प्राणी दूसरी योनि में जा ही नहीं सकता। हम आम का पेड़ लगाते हैं, क्या उसे अमरूद लगते हैं? हम गेहूँ बीजते हैं, क्या उसे चने लग जाते हैं? हम गन्ना बीजते तो क्या उसे मक्की लग सकती है? नहीं। कारण यह है कि जैसा बीज वैसा फल होता है। हाँ, फल छोटा या बड़ा हो सकता है, उसका आकार बदल सकता है परन्तु जाति नहीं। हमने सुना है, बहुत सारे छोटे बच्चे अपने पिछले जन्म के बारे में बता देते हैं कि मैं किसी का पिता या माता, पति या पत्नी, भाई या बहन था, मैं क्या काम करता था आदि-आदि परन्तु आज तक किसी ने नहीं बताया कि मैं किस जंगल का शेर था, भालू या गीदड़ था, अमुक घुड़सवार का घोड़ा था या अमुक गली का कुत्ता था या अमुक धोबी का गधा था।



जानवर कम, मानव ज्यादा

परमपिता परमात्मा बतलाते हैं कि अगर बुरे कर्मों का फल पशु-पक्षी आदि योनियों में ही भुगतना पड़ता है तो मनुष्यों की बढ़ रही जनसंख्या से हाहाकार नहीं मचा होता और जानवरों की संख्या ही चारों ओर घमासान मचा रही होती परन्तु आज तो शेर संसार में गिनती के हैं, लगभग सभी ही बड़े-बड़े जानवर गिनती के ही हैं। गाय, भैंस,

बकरी आदि दूध देने वाले पशुओं की भी कितनी कमी है! बहुत-से पक्षी जैसे गिद्ध, मैना, गरुड़, तोता आदि ढूँढ़ने से ही कहीं दिखाई देते हैं और मनुष्यों की तो आज इतनी भरमार है कि बैंक में देखो तो लाइन, बस स्टैंड पर लाइन, स्टेशन पर लाइन, अस्पताल में लाइन, राशन के लिये लाइन, हवाई जहाज के लिए लाइन, यहाँ तक कि श्मशान में भी लाइनें लगी हैं।

बीमार, कोढ़ी, अन्धा जीवन दुर्लभ है क्या?

अगर बुरे कर्मों का फल 84 लाख योनियों में जाकर मिलता है तो विचार कीजिए, अन्य योनियाँ तो मनुष्य योनि से बहुत ही ज्यादा अच्छी हैं क्योंकि उन योनियों में रिश्वतखोर, कातिल, आतंकवादी, बलात्कारी, खुदगर्ज, धोखेबाज, अहसान फरामोश, निर्दयी, चोर, अहंकारी, कामी, क्रोधी, लालची, मासूमों से बलात्कार कर हत्या करने वाले, वृद्ध माता-पिता को ठुकराने वाले तो नहीं होते। अखबार हर रोज बता ही रहे हैं कि आज तो इंसान इतना बदल गया है कि वह अपनी जन्म देने वाली तथा अनेकों कष्ट सहन कर पालन-पोषण करने वाली माता की वन्दना करना भी अपनी तौहीन समझता है। और फिर इंसान कहता है कि हमारा जन्म दुर्लभ है। जो बच्चा जन्म से ही अन्धा पैदा हुआ, वह जन्म दुर्लभ है क्या? जो जन्म से ही विकलांग है, बीमार है, कोढ़ी है या अत्यन्त गरीब है, क्या 84 लाख योनियों के बाद ऐसा ही दुर्लभ जन्म मिला उसे?

प्रिय आत्माओ, हम आत्माओं के पिता परमात्मा शिव ज्ञान देते हैं – जो आत्मायें सतयुग में आती हैं वे पूज्य देवी-

देवता होती हैं। वे सोलह कला सम्पूर्ण, सम्पूर्ण निर्विकारी, मर्यादा पुरुषोत्तम, अहिंसा परमोधर्म, सुख-शान्ति सम्पन्न तथा परम पवित्र होती हैं। इस 1250 वर्ष के युग में वे 8 बार जन्म-पुनर्जन्म लेती हैं फिर त्रेतायुग में और आत्मायें भी ऊपर से आ जाती हैं। वे भी सभी देवी-देवता कहलाती हैं तथा 1250 वर्ष के त्रेतायुग में 12 बार जन्म-पुनर्जन्म लेती हैं और 14 कला रहती हैं। फिर आता है 1250 वर्ष का ही द्वापरयुग। यहाँ कलाएँ 8 रह जाती हैं, जन्म 21 हो जाते हैं। यहीं से दुख शुरू होते हैं। यहीं पर पहले शिव और फिर देवताओं की भक्ति शुरू होती है। फिर कलियुग आता है, यह भी 1250 वर्ष का है। आत्मा यहाँ कलाहीन हो जाती है, जन्म 42 बार लेती है और अनेकों प्रकार से पत्थरों, नदियों, कब्रों आदि की भी पूजा होने लग जाती है।

संगमयुगी जन्म – दुर्लभ जन्म

भक्त, भक्ति भले किसी की कर रहे हैं परन्तु मांगते

फिर भी परमपिता परमात्मा से ही हैं। शिव पिता कहते हैं, “मैं कलियुग के अन्त और सतयुग के आदि के संगमयुग पर आता हूँ। वर्तमान समय संगमयुग चल रहा है। मैं तुम्हारा पिता सुख, शान्ति, आनन्द, दया, प्रेम, रहम, खुशी, सर्व गुणों तथा सर्व शक्तियों का सागर हूँ। तुम मेरे बच्चे बनोगे तो मेरी इस सारी प्रापर्टी के भी मालिक बन जाओगे। वर्तमान संगमयुग में मुझे पहचानकर मेरे बच्चे बन जाना ही वह दुर्लभ जन्म है जो करोड़ों में कोई और कोई में से भी कोई ले पाता है।”

यह दुर्लभ जन्म लेने वाले बच्चे परमात्मा की गोदी में बैठते, उनके संग खेलते, खाते, पीते तथा सदा उनकी उंगली पकड़, उनकी छत्रछाया में चलते हैं।

प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय की किसी भी शाखा में जाकर आप सात दिन का निःशुल्क कोर्स करें तथा इस दुर्लभ जन्म को प्राप्त करें। ❁

आप पिता हैं....पर एक माँ से कम नहीं

दिलीप भाटिया, रावतभाटा



जीवन की दोपहर में जीवनसंगिनी का निधन, इकलौती संतान बेटी एवं बूढ़ी अशक्त माँ की जिम्मेदारी, एकाध मित्रों एवं रिश्तेदारों की, माँ की सेवा हेतु नई

बहू लाने की बिनमांगी सलाह, खोखले उपदेश, व्यंग, ताने.....। माँ के लिए बहू बनना संभव नहीं था मेरे लिए। अपनों-परायों की सहायता से माँ की सार-संभाल की व्यवस्था करता रहा। वे 6-7 वर्षों की अग्नि-परीक्षा के पश्चात्, अन्तिम समय में भी मुझे स्वर्ण-तुल्य सेवा का प्रमाण-पत्र देकर देह से मुक्त हो गईं। बेटी हेतु सौतेली माँ की अपेक्षा स्वयं ही माँ की भूमिका निभाने की भीष्म प्रतिज्ञा एवं दृढ़ संकल्प मैंने कर लिया। परमाणु

ऊर्जा विभाग में वरिष्ठ पद की चुनौतियाँ, असहनीय सिरदर्द की निरन्तर वेदना, बाई, मैस, कैन्टीन, होटल के सहारे शरीर चलाने हेतु दो-दो रोट्टी की व्यवस्था, पराए होते जा रहे अपनों के तानों को डिलीट (भुलाना) करना – इन सबके साथ बेटी की शिक्षा पूरी करवाई। शोध हेतु व्यवस्था की। उसकी पसन्द पर खामोशी की मोहर लगा कर विवाह की व्यवस्था की। जीवनसंगिनी द्वारा अधूरी छोड़ी जिम्मेदारी को पूरा कर मन को कर्तव्य निभाने की संतुष्टि मिली।

मेरे गत जन्म-दिन पर उसी बेटी ने मेरी डायरी में जब यह ऑटोग्राफ लिखा, “आप पिता हैं....पर एक माँ से कम नहीं” तो पढ़कर मेरी पलकें भीग गईं एवं जीवन में अपनी दृढ़ता की सार्थकता भी महसूस हुई। ❁

मातेश्वरी सर्व की स्नेही थी

ब्रह्माकुमार शिव कुमार, पांडव भवन, दिल्ली



मातेश्वरी सरस्वती जी (मम्मा) का अलौकिक प्यार व पालना पाकर मैं धन्य-धन्य हो गया। वे अपने मुखार्विंद से धारणायुक्त महावाक्य सुनाकर सभी की पालना करती थी। उनके साथ सैर करने, बैडमिंटन

खेलने और उनके कमरे की सेवा करने का सौभाग्य भी मुझे प्राप्त था। सबसे छोटा होने के कारण उनका मुझ पर विशेष स्नेह रहा। कभी-कभी मम्मा मुझे अपने हस्तों से टोली व फल आदि मुख में खिला देती थी। एक बार मम्मा मुम्बई जा रही थी। मेरी शुभ इच्छा थी कि मैं मम्मा को आबू रोड रेलवे स्टेशन तक छोड़ने जाऊँ। कार एक ही थी। मम्मा के साथ जमना दादी, भूरी दादी और दादा विश्वकिशोर जी जाने वाले थे। जगह न होने के कारण मैं बस द्वारा रेलवे स्टेशन जाने के लिये माउंट आबू बस स्टैंड चला गया। जब मम्मा को मालूम पड़ा तो एक भाई को भेज कर मुझे बस स्टैंड से वापस बुला लिया और अपने साथ कार में बिठा लिया। आबू रोड तक ऐसे महसूस हुआ जैसे माँ का मुझे अधिक प्यार, दुलार व स्नेह मिला जिसकी मैंने कल्पना भी नहीं की थी। मम्मा सदैव गम्भीर, हर्षितमुख और सर्व की स्नेही थी।

मधुर शिक्षाएँ

सचमुच माँ ही बच्चों के भाग्य की निर्मात्री होती है। एक बार एक भाई ने मम्मा से पूछा, मम्मा, आपने ऐसा क्या पुरुषार्थ किया, जो आपको मातेश्वरी सरस्वती की सबसे ऊँची पदवी मिल गयी? मम्मा ने हंसी में कहा कि मुझे तो बाबा ने बना दिया। जब उसने पुरुषार्थ की गृह्यता को जानना चाहा तो मम्मा ने कहा, मेरा पुरुषार्थ है एकनामी और

एकानामी। मेरा हर श्वास सफल हो, हर घड़ी अंतिम घड़ी है, अब नहीं तो कभी नहीं, ऐसा समझकर मैंने पुरुषार्थ में अटेन्शन दिया है। मम्मा कहती थी, हुक्मी हुकुम चला रहा है, बाबा की श्रीमत सिर-माथे, निश्चय बुद्धि विजयंति, ड्रामा कल्याणकारी है।



रात्रि कचहरी क्लास

मम्मा रात्रि क्लास में सभी की अवस्था का हाल मालूम करती थी और समझाती भी थी। मम्मा पूछती थी, सभी राजी-खुशी हैं? किसी को कुछ सैलवेशन चाहिए? अच्छा यह बताओ, किसी ने किसी को दुख तो नहीं दिया (जवाब-ना)? अच्छा किसी को किसी से दुख मिला (जवाब-हाँ)? जब दुख दिया नहीं तो कैसे मिला? कई कहते, मम्मा मैं तो पुरुषार्थी हूँ, भूल हो जाती है। मम्मा कहती थी, सच्चे पुरुषार्थी का अर्थ है आत्मिक स्वरूप में रहना। किसी ने कहा, मम्मा, अमुक व्यक्ति ने मुझे कुछ कह दिया। यह सुन मम्मा ने कहा, मानो उसने गाली भी दी, वो तुम्हें कहाँ लगी? हम बाबा की हस्ती हैं, प्यार माँगना नहीं जाता सबको प्यार दो तो सबके प्यारे बनेंगे। स्वयं से पूछो, जब हमारी अपनी कर्मेन्द्रियाँ आँख, मुख, जीभ धोखा देती अथवा हमारी इज्जत नहीं करती तो हम दूसरों से इज्जत व मान-सम्मान की चाहना कैसे कर सकते हैं? दूसरों से हम इज्जत मांगें? माँगना किसका काम होता है? दूसरों को सम्मान देंगे तो वे भी हमें सम्मानित करेंगे। बातों को छोड़ अगर हम स्वमान की सीट पर बैठेंगे तो सारी दुनिया इज्जत करेगी। स्वमान की सीट पर बैठने वालों की डबल पूजा होती है। हम होवनहार देवता हैं, सदैव देने वाले। ❖

राजयोग – परिभाषा और अभ्यास

ब्रह्माकुमार अनिल कुमार, ऐरोली (महाराष्ट्र)

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस हर वर्ष 21 जून को मनाया जाता है जिसकी शुरुआत जून, 2015 से हुई जब 11 दिसम्बर, 2014 को संयुक्त राष्ट्र महासभा में आम सहमति से इसकी घोषणा की गयी थी। भारत के प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी जी ने अपने भाषण में 21 जून का प्रस्ताव रखा था जिसके सन्दर्भ में उन्होंने कहा था, उत्तरीय गोलार्ध में यह दिन वर्ष का सबसे लंबा दिन होता है और इसकी महत्ता विश्व के अन्य कई हिस्सों में है। योग मनुष्य को दीर्घ जीवन प्रदान करता है।

राजयोग अर्थात् विचारों का प्रबन्धन

राजयोग का सहज अर्थ है अपने विचारों का प्रबन्धन अर्थात् बिना अन्य विचारों के हस्तक्षेप के, जब चाहें, जैसा चाहें, वैसा सोचने की योग्यता प्राप्त करना। राजयोग में 5 ज्ञानेन्द्रियों, 5 विकारों व 5 तत्वों से आकर्षित व प्रभावित हुए बिना, ईश्वर पर ध्यान केन्द्रित करने का सामर्थ्य विकसित किया जाता है।

राजयोग में हम अपने भीतर की गहराई में, अपने अस्तित्व में प्रवेश करते हैं जहाँ शान्ति, प्रेम और सुख की सुन्दरता प्राप्त होती है। यही सुन्दरता हम अन्य प्रत्येक आत्मा में अनुभव करते हैं। तब सहज रूप से बिना किसी परिश्रम के हम दूसरों में निहित इन गुणों से जुड़ जाते हैं। योग में हम अन्तरात्मा का निरीक्षण करना सीखते हैं और उस स्रोत की पुनर्प्राप्ति करते हैं जो हमें शान्ति, प्रेम, ज्ञान, पवित्रता और सुख जैसे दिव्य गुणों से भरपूर करे।

योग बिना टेंशन के, पूर्ण अटेंशन देने की प्रक्रिया है। यह मन को जड़ बनाना नहीं किन्तु आत्मा का, पिता परमात्मा से वार्तालाप है, जो हमारे और सारे विश्व के

नियंता हैं।

योग की विभिन्न विधियाँ

योग के कई प्रकार हैं जैसे 1) राजयोग 2) हठयोग 3) ज्ञान योग 4) बुद्धि योग 5) भक्ति योग 6) मंत्र योग (जप योग) 7) तंत्र योग 8) कर्मयोग 9) संन्यास योग 10) तत्व योग इत्यादि। आध्यात्मिक अर्थ में योग दो तत्वों का जोड़ अथवा मिलन है। एक जो याद करता है, दूसरा जिसे याद किया जाता है। जिससे हम योग लगाते हैं यदि वह ईश्वर है तो राजयोग, कर्म है तो कर्मयोग, ईश्वरीय ज्ञान है तो ज्ञानयोग, भक्ति है तो भक्तियोग, श्वास है तो प्राणायाम, भौतिक शरीर से योग है तो हठयोग कहलाता है।

राजयोग इन सभी से सर्वश्रेष्ठ है क्योंकि यह आत्मा और परमात्मा का मिलन है जिसमें आत्मा की जन्मजन्मान्तर की प्यास मिट जाती है, विकर्म विनाश हो जाते हैं, सभी गुण व शक्तियाँ जागृत हो जाते हैं तथा भविष्य में राजाओं का राजा बनते हैं। राजयोग में अन्य सभी योग समाये हुए हैं।

राजयोग एक जीवन पद्धति है जिसे दिन के कुछ समय के लिए, किसी विशेष आसन को धारण कर बैठने तक सीमित नहीं किया जा सकता। अपने दिन की शुरुआत से लेकर, दिन के अन्त तक निरन्तर शुद्ध विचारों में रमण करना और ईश्वर पर मन को केन्द्रित करना, यही संपूर्ण एवं व्यापक योगी जीवनशैली है।

आत्मा रूपी बैटरी को चार्ज करने की विधि

मनुष्य के सर्वांगीण विकास के लिए तन व मन दोनों का स्वस्थ होना जरूरी है। तन के स्वास्थ्य के लिए हठयोग तो मन के स्वास्थ्य के लिए राजयोग आवश्यक है। मन सशक्त तो तन भी शक्तिशाली हो जाता है, इसलिए कहा गया है,



“जैसा मन वैसा तन या फिर मन जीते जगतजीत।” आत्मा हमारे शरीर में बैटरी के समान कार्य करती है, जो नकारात्मक व व्यर्थ संकल्पों तथा विकर्मों द्वारा तीव्रता से डिस्चार्ज हो जाती है और उसके दिव्य गुणों तथा शक्तियों में न्यूनता आ जाती है, परिणामस्वरूप, वह कमजोर बन विकारों के अधीन हो जाती है। राजयोग द्वारा उसे हर रोज चार्ज करना आवश्यक है। राजयोग आत्मा के मन-बुद्धि को परमात्मा से चार्ज करने की विधि है। राजयोग मन की चिंता, भय, तनाव आदि को दूर कर हर परिस्थिति में खुश रहने की शक्ति प्रदान करता है।

चित्त की गलत वृत्तियों का निरोध

महर्षि पतंजलि, जिन्हें अष्टांग योग का प्रणेता माना जाता है, द्वारा सिखाये गये योग का अंतिम लक्ष्य निस्संकल्प समाधि, निर्विकल्प समाधि या निर्बीज अवस्था था पर उसकी प्राप्ति में यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान एवं समाधि की सीढ़ियों से गुजरना आवश्यक बताया गया जिससे चित्तवृत्ति निरोध में सहयोग मिले। चूँकि अंतिम लक्ष्य कठिन था इसलिए लोगों ने आसन, प्राणायाम, त्राटक इत्यादि शारीरिक अभ्यास को ही योग मानकर इसकी इतिश्री कर ली। योगेश्वर परमात्मा शिव द्वारा प्रतिपादित राजयोग ही भारत का प्राचीन राजयोग है। इसकी शिक्षा वर्तमान समय संगमयुग पर अर्थात् कलियुग अंत व सतयुग आदि पर मिलती है। इसमें किसी वस्तु या देह के किसी अंग विशेष से सम्बन्ध न जोड़ कर स्वयं को आत्मिक स्वरूप में टिकाकर सीधे निराकार परमात्मा के वास्तविक स्वरूप में मन को एकाग्र करना होता है। इससे चित्त की गलत वृत्तियों का निरोध स्वतः ही हो जाता है और सहज ही परमात्म अनुभूति होती है। आत्मा पावन बनती है तथा जीवन में देवत्व प्रकट होने लगता है।

तनाव से अप्रभावित रहने की विधि

राजयोग एक ऐसा योग है जो कर्मकांड या मंत्र रहित है, इसका अभ्यास किसी भी पृष्ठभूमि वाले, कहीं भी कर्म

करते हुए आसानी से कर सकते हैं। इसलिए इसे सहजयोग या कर्मयोग भी कहते हैं। कर्म करते हुए, परमात्मा से मन द्वारा संयुक्त होने से, कार्य के बोझ से उत्पन्न तनाव से अप्रभावित रहने में मदद मिलती है। यही सही मायने में कर्मयोग है अर्थात् ईश्वरीय याद में किया गया निःस्वार्थ कर्म। रूहानी संतान और रूहानी पालक के बीच का यह सम्बन्ध आत्मा को सतत पोषण देकर उसमें रूहानी बल भरता है जिससे आत्मा इच्छित फल प्राप्त कर सके।

राजयोग अभ्यास की विधि

अग्रलिखित शब्दों को शान्तिपूर्वक धीरे-धीरे पढ़ते हुए, उनसे सम्बन्धित चित्रों को अपने मन की आँखों में बनाने का गंभीर प्रयास करें –

मैं अपने को स्वयं (आत्मा) पर केन्द्रित करती हूँ, एक अतिसूक्ष्म ज्योति बिन्दु... मैं भृकुटि के मध्य निवास करती हूँ... मैं शान्ति, पवित्रता और प्रेम की किरणें सभी दिशाओं में फैला रही हूँ... मैं धीरे-धीरे इस भौतिक शरीर से बाहर निकलती हुई अनुभव कर रही हूँ... मैं स्वयं को बिल्डिंग और रोशनी के बृहद फैलाव में तैरते हुए देखती हूँ... धीरे-धीरे मैं अंतरिक्ष में प्रवेश करने के लिए और ऊँची उठती हूँ... मैं अपने को असंख्य ग्रह और सितारों से घिरी हुई देखती हूँ... धीरे-धीरे मैं स्वयं को पाँच तत्वों की दुनिया से पार उड़ते हुए देखती हूँ... मैं सफेद सितारा अब लाल सुनहरे प्रकाश की दुनिया में प्रवेश करती हूँ... ऐसी दुनिया जहाँ पर स्वीट साइलेंस है... मैं यहाँ स्वयं को प्रकाश से घिरी हुई अनुभव करती हूँ... मैं सभी तनावों से मुक्त, बहुत हल्की, शांत, अचल और स्थिर हूँ... यही वह धाम है जहाँ की मैं निवासी हूँ... मेरा वास्तविक घर, आवाज से परे... सभी आत्माओं का घर... मैं इस स्थान को पहचानती हूँ... मैं इसे भूल चुकी थी... अब मैंने इसे पुनः खोज लिया है... अब मैं अपना ध्यान यहाँ विराजमान परम लाइट, परमपिता परमात्मा पर केन्द्रित करती हूँ... वे चमकते हुए दिव्य सितारे अति सूक्ष्म बिन्दु हैं परन्तु शान्ति के परमस्त्रोत हैं... वे

इतने शक्तिशाली हैं कि सभी उनसे शक्ति और ऊर्जा प्राप्त करते हैं परन्तु फिर भी उनकी ऊर्जा कम नहीं होती... मैं उनसे शक्तिशाली वायब्रेशन्स का प्रवाह अपने में अनुभव कर रही हूँ जो मेरे द्वारा सभी आत्माओं और प्रकृति के 5 तत्वों तक फैल रहा है... ये शक्तिशाली प्रकम्पन मुझे चार्ज कर मजबूत और शक्तिशाली बना रहे हैं... मैं स्वयं को ऊर्जावान महसूस कर रही हूँ... मैं भयमुक्त और वैरमुक्त हो गयी हूँ... स्वयं को भरपूर अनुभव कर रही हूँ... परमात्मा के साथ का यह अनुभव कितना सुन्दर है... इस अनुभव की तुलना किसी से भी नहीं की जा सकती... मैं अपने रूहानी पिता की गोद में बैठी हूँ।

हे परमपिता, मैं आपके प्रति बहुत कृतज्ञ हूँ कि आपने मुझे अपना दिव्य ज्ञान दिया... आपके ज्ञान से मेरी बुद्धि का द्वार खुल चुका है और अब मैं इस विश्व नाटक में अपना पार्ट बहुत अच्छी रीति से बजा सकती हूँ... आपने मुझे सिखाया है कि सृष्टि-चक्र का कोई भी दृश्य देखकर विचलित नहीं होना और साक्षी होकर अपना पार्ट बजाना... अब मैं आत्मा पूर्ण शक्तिशाली होकर, साकार विश्व में अपना पार्ट बजाने के लिए प्रस्थान कर रही हूँ।

कुछ मिनट इन सकारात्मक अनुभवों में गुजारें और फिर धीरे-धीरे नीचे उतरकर भौतिक शरीर में पुनः अपना स्थान ग्रहण करें। ❖

क्या चिन्ता समस्याओं का हल है ?

ब्रह्माकुमारी ललिता, विकासपुरी, नई दिल्ली

शुक्र है दाता का कि हम अपना भला-बुरा सोच सकते हैं; सपने देख सकते हैं; सपनों को पूरा करने की कोशिश कर सकते हैं; विपरीत परिस्थितियों से निपटने की योजनाएँ बना सकते हैं। हम समर्थ हैं। हम काबिल हैं। हम जिन्दगी की दौड़ का हिस्सा हैं। हम सबसे आगे निकलने की इच्छा रखते हैं। हम अच्छे से अच्छा जीना चाहते हैं।

अगर कोशिश कर रहे हैं तो रुकावटें तो आएंगी, शर्तिया आएंगी। गाड़ी चलाते हुए क्या कभी बिल्कुल खाली, साफ-सुथरी, रोशनी से नहाई सड़क मिलती है? हाँ, कभी-कभी मिल भी जाती है लेकिन क्या पूरा रास्ता ऐसा हो सकता है? नहीं ना। कभी ट्रैफिक मिलता है, कभी लंबी रेड लाइट, कभी कोई बड़ा पत्थर... क्या हम इन रुकावटों को देख सिर पकड़ कर बैठ जाते हैं? क्या वापिस मुड़ जाते हैं? क्या चिन्ता में डूब जाते हैं? नहीं। हम जानते हैं, यह तो रोज का काम है, अभी निकल लेंगे, बस। और हम स्टीयरिंग पकड़ कभी धीरे और कभी तेज गति से चलते रहते हैं अपने गंतव्य की ओर।

ऐसे ही जीवन भी तो एक यात्रा है। हमें नजर सीधी अपने

लक्ष्य पर रखनी है। मन में दृढ़ विश्वास है कि मैं काबिल हूँ, शिवबाबा मेरे साथ हैं, मैं अब तक हर मुश्किल में जीतता आया हूँ, मेरी सारी समस्याएँ देर-सवेर दूर हो जाती हैं, यह मुसीबत भी टल जाएगी। चिन्ता कोई हल नहीं है। बैठ कर सोचते रहने से परेशानी जाएगी नहीं बल्कि और परेशानियाँ बढ़ जाएँगी, सिरदर्द, बी.पी. कुछ भी। चिन्ता नहीं, चिन्तन करो। परेशानी के बारे में नहीं, उसके हल के बारे में सोचो। किसी की सलाह लो या अन्य कुछ भी करते रहो इसे दूर करने के लिए। हारो नहीं। दुखी नहीं हो जाओ। व्यसन आदि नहीं लो। ये हल नहीं हैं, नहीं हैं, नहीं हैं।

सब कोशिशों के बाद भी अगर हल न निकले, तो उसे छोड़ना भी एक हल है। सृष्टि-ड्रामा की रजा में सिर झुका दो लेकिन प्रभु को कोसते हुए या नाराजगी से नहीं। इस आशा से कि ड्रामा में मेरे लिए कुछ और सुन्दर दृश्य होगा। हमारी मेहनत व्यर्थ कभी नहीं जाएगी।

याद रहे, मुश्किल कुछ नहीं, कुछ भी नहीं। आसमान की छत सिर पर है, ताकतवर धरती पाओं तले है और शिवबाबा साथ है तो डर कैसा? इसका अस्तित्व ही नहीं है।❖

प्रकृति का परिवर्तन

ब्रह्माकुमारी ज्योत्सना, मोहम्मदपुर, दिल्ली

आये दिन कहीं ना कहीं प्रकृति का विकराल रूप जैसे बाढ़, तूफान, भूकम्प आदि देखने को मिलता है। क्यों? क्या यह प्रकृति का निजी स्वभाव है या परिवर्तित रूप? भगवान की सृष्टि में मनुष्य सबसे श्रेष्ठ और बुद्धिमान रचना होने के कारण उसकी दृष्टि, वृत्ति और कृति का असर प्रकृति पर बहुत गहरा पड़ता है।

कहते हैं, यह सृष्टि नाटक प्रकृति (शरीर) और पुरुष (आत्मा) का खेल है। आत्मा को सृष्टि रंगमंच पर पार्ट बजाने के लिए शरीर का आधार लेना पड़ता है। शरीर प्रकृति के पांच तत्वों से बना हुआ है। प्रकृति का नियम है तन्दुरुस्ती, न कि बीमारी। बीमारी को ठीक करने की सारी दवाइयाँ भी प्रकृति के पास हैं। आयरन, कैल्शियम, विटामिन्स, मिनरल्स – सब कुछ प्रकृति में मौजूद है। मनुष्य का मन जब प्रदूषित हो जाता है, तब प्रकृति बिगड़ जाती है। फिर हमें शारीरिक बीमारियों और प्राकृतिक आपदाओं का सामना करना पड़ता है।

प्रकृति सुखदाई है या दुखदाई? प्रकृति का स्वभाव है – दया, क्षमा, शान्ति, प्रेम, दातापन, परोपकार और निःस्वार्थ सेवा। उदाहरण के लिए, हम धरती में एक आम का बीज डालते हैं, तो बदले में प्रकृति हमें कितने आम देती है? अनगिनत। सिर्फ फल नहीं, साथ में ऑक्सीजन देती, लकड़ी, छाया, वर्षा और वातावरण की स्वच्छता भी। अचानक किसी कारण से अंगुली को चोट लग जाती है तो प्रकृति अपने आप ठीक कर देती है। हमारा खूबसूरत व

स्वस्थ शरीर प्रकृति का पहला उपहार है। प्रकृति अनेक स्वादिष्ट फल, सब्जियाँ, अनाज आदि खाने को देती है। मनोरंजन के लिए अनेक जानवर, पक्षी, पेड़, पौधे, खुशबूदार फूल, जंगल, पहाड़, सागर, नदी, झरने, सूरज, चाँद, सितारे आदि देती है। सुख-सुविधाओं के लिए सोने-हीरे से भरपूर खानियाँ आदि अनेक साधन प्रदान करती है। सोचो, प्रकृति हमारा कितना उपकार करती है!

फिर प्रकृति आज इतनी दुखदाई क्यों बन गई है? इसको हमें समझना है। मनुष्य का आदि-अनादि स्वभाव है शान्ति, खुशी, प्रेम, दया, क्षमा, परोपकार आदि। जब तक



मनुष्य का स्वभाव प्रकृति के स्वभाव के साथ सामंजस्य में था, तब तक प्रकृति सुखदायी थी। मनुष्य अपनी कर्मेन्द्रियों का मालिक बनकर श्रेष्ठ कर्म द्वारा सबको सुख देता था इसलिए प्रकृति के गर्भ में भी सोने-हीरों की खानियाँ भरपूर थी। भारत सोने की चिड़िया

कहलाता था। परन्तु मनुष्य ने अपने स्वभाव को बदल दिया, आसुरी स्वभाव जैसे क्रोध, लोभ, घृणा, ईर्ष्या, स्वार्थ, हिंसा, भ्रष्टाचार आदि को अपना लिया, इस कारण प्रकृति दुखदाई बन गई।

प्रकृति के नियमों का उल्लंघन; संयम, नियम और मर्यादाओं को तोड़ना; जंगल, पेड़-पौधों को नष्ट करना; कूड़े-कचरे के ढेर; जनसंख्या की अति वृद्धि; भेद-भाव और आपसी सम्बन्धों में कड़वाहट; उद्योगों-कारखानों और गाड़ियों से निकलने वाले जहरीले पदार्थ; मूक

जनावरों के प्रति अत्याचार और उनकी बद्दुआएँ; चारों ओर अत्याचार, भ्रष्टाचार, हिंसाकाण्ड, लड़ाई-झगड़ों का वातावरण; अशुद्ध खान-पान की आदत; कर्मन्द्रियों की गुलामी और नारी जाति के प्रति असम्मान, अत्याचार आदि कुकृत्यों द्वारा मानव ने परोपकारी प्रकृति को विकराल रूप बना दिया है।

मानव के विचार पहले अपने शरीर को प्रभावित करते हैं, फिर आस-पास के वातावरण और प्रकृति पर भी प्रभाव डालते हैं। प्रदूषित मन ही अनेक बीमारियों की जड़ है। मन में जब चिन्ता, अशान्ति, क्रोध, लोभ, भय आदि आते हैं तो शरीर के पाँच तत्व असन्तुलित होने के कारण दिल की धड़कन, ब्लडप्रेसर, श्वास की गति आदि तीव्र हो जाते हैं। यह प्रदूषित प्रकृति का ही प्रभाव है जो आज पानी की, जमीन की कमी हो गई है और खाद्य पदार्थ स्वादहीन और जहरीले हो गए हैं। मनुष्य अपनी ही कर्मन्द्रियों का गुलाम बनकर, अपने ही विनाश का आह्वान कर रहा है। प्रकृति के उपहार – शरीर को मानव गलत कार्य में इस्तेमाल कर रहा है। सुख देने के बदले, दुख दे रहा है। जो हम देते हैं, वही हमें वापस मिलता है, अच्छा या बुरा।

प्रकृति को स्वच्छ कैसे बनायें?

स्वच्छ मन और मधुर स्वभाव से हम सुखदायी प्रकृति और स्वस्थ शरीर का आनंद ले सकते हैं। धरती पर पेड़, पौधे और जंगल की सुरक्षा करना हम सबका कर्तव्य है क्योंकि हम सबको हवा, पानी, रोशनी चाहिए। परमात्मा की सृष्टि में हर रचना स्नेह और सम्मान का पात्र है। हम जानवर, पशु-

पक्षियों के प्रति दया, प्रेम रखें और उनकी सुरक्षा करें। वे हमारा बहुत उपकार करते हैं, उनके प्रति अत्याचार करना शोभा नहीं देता। भगवान की सृष्टि में सबको जीने का बराबर अधिकार है। जानवरों के प्रति हिंसा करना, सीधा प्रकृति के साथ अन्याय करना है क्योंकि पशु-पक्षी प्रकृति के बहुत करीब हैं। हम अपने स्वभाव को बदल दें, सबकी खुशी में अपनी खुशी महसूस करें, दूसरों के अधिकार को सम्मान दें, तो प्रकृति को हमसे सकारात्मक प्रकंपन मिलेंगे। जाति, धर्म, देश, रंग को भूलकर विश्व भ्रातृत्व की भावना रखें। मानव से प्रेम करना सीखें। दैहिक दृष्टि के बदले आत्मिक दृष्टि रखें। नारी जाति के प्रति सम्मान प्रदर्शित करें। नारी भोग्या नहीं, पूज्या है। नारी सिर्फ एक शरीर नहीं, एक माँ, एक बहन, एक देवी है, एक पवित्र आत्मा है, इस दृष्टि को पक्का करें। इच्छाओं को त्याग सन्तुष्ट आत्मा बनें, साधनों को उतना ही व्यवहार में लायें जितनी जरूरत है। इस प्रकार हम प्रकृति को स्वच्छ बना सकते हैं। ❖

ओ प्यारी माँ, ओ जगदम्बे

ब्रह्माकुमार मुकेश, ग्रेटर नोएडा

ओ प्यारी माँ, ओ जगदम्बे, तेरे प्यार को जब हम याद करें।
फिर लौट आयें एक बार वो दिन, हम दिल ही दिल फरियाद करें।।

शिव की शक्ति, कल्याणी पर मधुर सरस मीठी वाणी,
वो प्यारी-मीठी-सी चितवन ज्यों चाँद चमकता रूहानी।

वो बातें जब याद करें तो दिल में एक उत्साह भरें,
ओ प्यारी माँ, ओ जगदम्बे, तेरे प्यार को जब हम याद करें।।

इतनी छोटी-सी आयु में सबको माँ जैसा प्यार दिया,
तुमको, शिवपिता ने खुद, जगजननी कह दुलार किया।

बालक, बूढ़े, खुद बाबा भी मम्मा तुमको कहा करें,
ओ प्यारी माँ, ओ जगदम्बे, तेरे प्यार को जब हम याद करें।।

करें कैसे तेरी महिमा, हर गुण में बेमिसाल हो तुम,
'जी बाबा' का मन्त्र लिए, परिवर्तन यज्ञ मशाल हो तुम।
हैं भाव बहुत पर शब्द कहाँ, वो सुमन जो अर्पण तुम्हें करें,
ओ प्यारी माँ, ओ जगदम्बे, तेरे प्यार को जब हम याद करें।।

महिला सशक्तिकरण

ब्रह्माकुमार नरेश, मुजफ्फरनगर

गृहस्थी में विवाद का होना, संवाद का न होना दिखाता है। विवाद अर्थात् शब्द गौण हो गए क्योंकि आवाज (Shouting) प्रचण्ड हो गई। संवाद अर्थात् शब्द प्रभावी हो गए क्योंकि आवाज (Talking) मधुर हो गई। नारी, शब्दों में अपनी व्यथा व्यक्त करती है और पुरुष या पति 'मैं' की आवाज बुलन्द करता है और संवाद खो जाता है। पति-पत्नी के मुहों में संवादहीनता एक बड़ा अवरोध है। कई-कई दिनों के मौन-युद्ध द्वारा पति-पत्नी एक-दूसरे को प्रताड़ित करते हैं परन्तु प्रताड़ित होते हैं बच्चे। फिर बच्चों की खातिर माता झुकती है अर्थात् अपने अधिकार या मांग को छोड़ कर कर्तव्य के पालन में लग जाती है। बच्चे माता की कमजोरी होते हैं और इसका फायदा पति उठाता है।

एक पंख से उड़ना संभव नहीं

पूर्व संयुक्त राष्ट्र महासचिव मान्यवर कोफी अन्नान के शब्दों में – समाज के उत्थान हेतु अपनाये जा रहे विभिन्न उपायों में महिला सशक्तिकरण से बढ़ कर कोई भी अन्य उपाय इतना कारगर नहीं है। स्वामी विवेकानन्द के अनुसार – जब तक विश्व में महिलाओं की स्थिति को नहीं सुधारा जाता है, तब तक विश्व का कल्याण व उत्थान हो नहीं सकता। यह संभव नहीं कि कोई चिड़िया अपने एक ही पंख से उड़ सके। तो नारी वाले पंख का सहयोग लेने पर ही विश्व का कल्याण संभव है। यह भी कहावत है कि गाड़ी के दोनों पहिये एक साथ घूमें तो गाड़ी आगे बढ़ती है। अब तक मात्र पुरुष वाला पहिया घुमाया जाता रहा है और इस कारण परिवार हो या समाज, इसकी गति हिचकोले खा कर चलने की रही है। नाव को खेते हुए नाविक दोनों पतवारों का उपयोग करता है अन्यथा नाव आगे नहीं बढ़ सकती। साइकिल के भी दोनों पैडल चलाये जाते हैं, केवल एक

नहीं। परन्तु आज का यह पुरुष-प्रधान समाज नारी की उपेक्षा करते हुए भी सुख-शान्ति-समृद्धि चाहता है, जो उसे मिल न सके।

महिलाओं की जो स्थिति ऋग्वेद (ज्ञानकाण्ड) के समय में थी, वह बाद की वैदिक सभ्यता (कर्मकाण्ड) में गिरती चली गई। महिलाओं को शिक्षा के अधिकार व विधवा-पुनर्विवाह के अधिकार से वंचित कर दिया गया। उन्हें पुरतैनी जायदाद में हिस्सेदारी व स्वामित्व से भी वंचित कर दिया गया। दहेज व सती-प्रथा ने महिलाओं को बंधुवा मजदूर से भी निम्न स्तर पर ला दिया। ब्रिटिश राज्य के दौरान अहिल्या बाई होल्कर, राजा राममोहन राय, ज्योतिराव फुले व ईश्वरचन्द्र विद्यासागर जैसे कुछ समाज-सुधारकों के द्वारा महिलाओं के उत्थान के अच्छे कार्य हुए। सती-प्रथा को समाप्त किया गया और विधवा पुनर्विवाह एक्ट को लाया गया। कई अंधविश्वास व कुप्रथाओं के खिलाफ आवाज उठी और इसका ज्यादा फायदा महिलाओं को मिला। महात्मा गांधी जी ने छुआछूत व बालविवाह के खिलाफ आवाज उठाई और खुद आगे बढ़ कर इनकी समाप्ति का सार्थक प्रयास किया। समझा जा सकता है कि इन महापुरुषों के प्रयास के पहले महिलाओं की स्थिति कितनी बदतर व दयनीय रही होगी।

नारी यदि अबला है तो

बला रूपी पुरुष के कारण

यह खेदजनक है कि आजादी के लगभग 71 साल के बाद भी महिलाओं को उत्पीड़न, लिंग-भेदभाव, बलात्कार जैसी सामाजिक बुराइयों से गुजरना पड़ रहा है। इससे भी



गंभीर बात यह है कि उपरोक्त ज्यादतियों के मामले जब कोर्ट में पहुंचते हैं तो वहाँ भी, कभी खत्म न होने वाली प्रक्रियाओं व लाल-फीतावाद (Red-tapism) में फंस कर अबला नारी सिसक उठती है, उसका जीवन नष्ट हो जाता है। मैथिलीशरण गुप्त के शब्दों में, 'अबला जीवन, हाय तेरी यही कहानी। आंचल में है दूध और आंखों में पानी।' परन्तु 'आंखों का पानी (लज्जा)' तो उस पुरुष का सूख गया है जो कि एक नारी (मां) के आंचल का दूध पीता है और दूसरी नारी (पत्नी) की आंखों में पानी लाता है। नारी यदि अबला है, तो बला (क्लेशकारक) रूपी पुरुष के कारण। सरकार ने अब फास्ट-ट्रैक कोर्ट का प्रावधान इस आशय से किया है कि महिलाओं को न्याय के लिए लंबा इन्तजार न करना पड़े। आत्मा मरणोपरान्त धर्मराज की कोर्ट से भी गुजरती है, यदि यह सच्चाई सबको समझ में आ जाए तो लौकिक कोर्ट की जरूरत ही न रहे।

पंचायती राज संस्था

संविधान संशोधन एक्ट-73 व 74 के तहत इस बात का प्रावधान किया गया है कि सभी स्थानीय निर्वाचित निकायों में एक तिहाई सीटें महिलाओं के लिए होंगी। यह प्रावधान महिलाओं की राजनीति में भागीदारी सुनिश्चित किये जाने के मकसद से किया गया था। परन्तु होता यह है कि महिला सीट पर कोई प्रभावशाली पुरुष अपनी पत्नी को खड़ा करता है और जीतने पर उसके नाम पर खुद ही सत्ता-सुख लेता रहता है। वह अपने अनुसार पत्नी से निर्णय कराता है और पत्नी भी बस पति से पूछ-पूछ कर हस्ताक्षर करती रहती है। स्पष्ट है कि वांछित सुधार देखने में आया नहीं है और महिलाओं को पुरुष के समकक्ष खड़ा नहीं किया जा सका है। पत्नी को अर्धानिनी (Half Partner) कहना और उसको हक एक तिहाई देना कहां का न्याय है! अब ईश्वरीय ज्ञान प्राप्त करके नारी भविष्य नई दुनिया का राजपाट प्राप्त करने की ओर प्रवृत्त है। वहां वह योग्यता प्रमाण सम्पूर्ण ईश्वरीय वर्से की हकदार रहेगी।

और हक भी ऐसा जो मांगना न पड़े अर्थात् स्वतः प्राप्त हो। वहां की सम्पन्नता भी ऐसी होगी कि सभी नर-नारी भरपूर होंगे। वहां के मनुष्यों की ही तो आज मंदिरों में दाता के रूप में पूजा हो रही है।

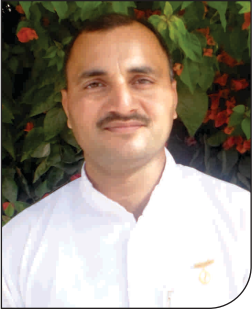
चौथा सबसे खतरनाक देश

महिलाओं के उत्थान के लिए भारत सरकार राज्यों व केन्द्रीय स्तर पर विभिन्न कल्याण की योजनायें व नीतियां चला रही है। इनमें मुख्य हैं - स्वाधार (1995); स्वयंसिद्ध (2001); महिलाओं के प्रशिक्षण व रोजगार के लिए सहायता (Support to Training and Employment Programme for Women: STEP-2003); सबला योजना (2010); महिलाओं के सशक्तिकरण की राष्ट्रीय योजना (National Mission for Empowerment of Women - 2010) इत्यादि। इस प्रकार की सभी योजनाओं का लक्ष्य सभी उम्र की महिलाओं को आर्थिक, सामाजिक, शैक्षिक स्तरों पर सशक्त व स्वावलम्बी बनाने का रहा है। परन्तु इन योजनाओं के कार्यान्वयन में संबंधित अधिकारियों के नैतिक, बौद्धिक उत्साह की कमी रही है जिससे नीचे से ऊपर तक महज आंकड़ों का लेन-देन ज्यादा हुआ और जमीनी स्तर पर वांछित कार्यान्वयन एक-दूसरे के भरोसे आधा-अधूरा रहा है। जो आंकड़े सरकार को मुहैया कराये गये, वे जमीनी हकीकत से मेल नहीं खा पाये। सरकार को राइटर्स-इण्डिया (Reuters India) के द्वारा कुछ समय पहले किये गये उस विश्वव्यापी सर्वेक्षण के परिणाम पर ध्यान देना चाहिए जिसमें यह निष्कर्ष निकाला गया था कि महिलाओं के लिए भारत विश्व का चौथा सबसे ज्यादा खतरनाक देश है। इसका प्रमुख कारण है काम विकार। विश्व के अन्य देशों की तुलना में भारत में महिलाओं का यौन शोषण काफी ज्यादा है। ऐसे अपराधी पकड़े नहीं जाते और यदि पकड़े भी गए तो कोर्ट में लम्बे समय तक मामले निपटते नहीं हैं।

क्रमशः

जिस्मानी सेना ने किया रूहानी योग

ब्रह्माकुमार कैप्टन जसबीर सिंह, कठुआ (जम्मू कश्मीर)



मैं सेना में आर्मी मेडिकल कोर में कार्यरत हूँ और कठुआ, जिला (जम्मू) के गाँव चैनपुरा का रहने वाला हूँ। ईश्वरीय ज्ञान ने मुझे न केवल सही मार्ग दिखाया है अपितु मेरा

आत्मविश्वास भी बढ़ाया है। सन् 2004 से इस ईश्वरीय ज्ञान का श्रवण करते-करते मैं कब परिवर्तित होता चला गया, पता ही नहीं चला। आज मैं अपने को दृढ़ और आत्मविश्वास से परिपूर्ण देखता हूँ। कठिन से कठिन परिस्थिति, चाहे मानसिक हो, चाहे प्राकृतिक, मुझे हमेशा बहुत ही हल्की लगती है। जीवन में बहुत ऐसे मोड़ आते हैं जिन्हें पार करने के लिए हम ईश्वर को याद करने के लिए बाध्य हो जाते हैं परन्तु सोचो, अगर उन्हें अपने साथ हमेशा अनुभव करें तो क्या परिस्थिति कुछ बिगाड़ पाएगी? मेरे अनुभव से तो हम हमेशा ही विजयी रहेंगे। वो बैठा है, बस दिल की आवाज ऐसी हो कि उसे साथी बनना पड़े। ऐसे अनुभव कदम-कदम के हैं, उनमें से कुछ अनुभव आप से साझा करना चाहूँगा –

करते तो बाबा हैं, हम केवल निमित्त हैं

अन्तर्राष्ट्रीय योग दिवस (21 जून, 2016) के अवसर पर हमारी कमान ने यह बीड़ा उठाया कि बढ़ती हुई आत्महत्याएँ, असहजता, असहनशीलता और डिप्रेशन जैसे मामलों में कमी करने के लिए कुछ विशेष कदम उठाये जाएँ जिससे समाज में सुधार लाया जा सके। हमारे आर्मी मुख्यालय के नजदीक ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय का तेजपुर (जिला शोनिपुर-आसाम) सेवाकेन्द्र है। वहाँ की निमित्त बहनों ने मुझे प्रेरणा दी कि आप राजयोग के माध्यम से

ईश्वरीय संदेश दें तो कई आत्माओं का कल्याण होगा। यह प्रस्ताव कमाण्डर के सामने रखा गया तो वे मान गए और मुझे पहले छोटे स्तर पर, जिसमें केवल बड़े अधिकारी ही शामिल हों, राजयोग कराने को कहा गया। मैंने शिव बाबा को याद किया और सोचा कि ऐसा बड़ा आयोजन, जिसमें सब मुझसे पद में बड़े हैं, क्या मैं कर पाऊँगा? लेकिन करते तो बाबा हैं, हम तो केवल निमित्त हैं। मैंने बाबा को हर पल अपने साथ अनुभव किया। रोज प्रातः 6 से 7 बजे तक एक महीने 9 दिन तक यह आयोजन निर्विघ्न और अपार सफलता के साथ सम्पन्न हुआ। बाबा ने आत्मबल इतना भर दिया कि मैं राजयोग का प्रशिक्षण देते समय अधिकारियों की वर्दी के सितारे नहीं बल्कि आत्मिक दृष्टि से उन्हें देखता था। सेना के बड़े-बड़े अधिकारी भी मुझे इज्जत और सम्मान देने लगे। मुझे हर समय यही लगता कि बाबा की शक्ति सारा कार्य कर रही है और नाम मेरा होता जा रहा है।

जहाँ बाबा, वहाँ निर्भयता और सफलता

फिर एक दिन कमान्डर ने मुझे अपने दफ्तर में बुलाया और कहा, आपको सारे कोर (1200) को मानसिक और शारीरिक दोनों योग कराने हैं। मैंने मन ही मन कहा, बाबा, इतना बड़ा आयोजन आप को ही सफल करना है। निश्चित समय पर 1200 से अधिक सैनिक, बच्चे, माताएँ तथा बड़े, छोटे सेना अधिकारी मेरे सामने बैठे थे। चार छोटे मंच बनाए गए थे और एक बड़े मंच पर मुझे बैठना था। मैंने बाबा को याद किया और बाबा ने मुझे निमित्त बनाकर अपना संदेश सब आत्माओं को दिया। प्रोग्राम अति सफल रहा। कार्यक्रम इस कदर सफल हुआ कि दूसरी कोर से भी निमंत्रण आने लगे। सभी अधिकारीगण से बहुत प्रशंसा मिली। जहाँ बाबा का साथ है वहाँ निर्भयता, सफलता आदि सब गुण स्वतः आ जाते हैं। ❖



ब्र.कु. आत्मप्रकाश, सम्पादक, ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन, आबू रोड द्वारा सम्पादन तथा ओमशान्ति प्रिंटिंग प्रेस, शान्तिवन -307510, आबू रोड में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के लिए छपवाया। संयुक्त सम्पादिका - ब्र.कु. उर्मिला, शान्तिवन

▶▶ फोटो, लेख, कविता या अन्य प्रकाशन सामग्री के लिये: E-mail: gyanamritpatrika@bkivv.org