

## तीव्र पुरुषार्थी मातेश्वरी मम्मा

- ब.कु. जगदीश

पुरुषार्थ करने की विधि यह है कि हम अपने एक-एक संस्कार को बदलने के लिए कई-कई वर्ष न लगा दें बल्कि जैसे ही हमारा ध्यान इस ओर खिंचवाया जाये कि हमारा फलां संस्कार ठीक नहीं है या हममें फलां कमजोरी है तो हमें चाहिए कि हम दूसरी बार किसी को यह कहने का अवसर ही न दें कि हममें अभी



तक फलां बुरा संस्कार या कमजोरी रहे हुये हैं। बल्कि हम पहली बार में ही उन्हें समाप्त कर दें। इस प्रकार शिवबाबा से पहली बार शिक्षा मिलने के बाद यदि हम उनकी शिक्षाओं का पालन करते जाएं और अपनी गलती को नहीं दोहराये और संस्कारों को मिटाने में अधिक समय न लें तो इस विधि से हम अपने से पहले आये हुए ऐसे पुरुषार्थियों से जो एक-एक संस्कार को ठीक करने में कई वर्ष लगा देते हैं, उनसे आगे बढ़ सकते हैं।

दूसरा प्रश्न मैंने उनसे यह पूछा था कि 36

दिव्य गुणों में से सबसे अधिक महत्वपूर्ण गुण कौनसा है? इसके उत्तर में मातेश्वरी जी ने कहा - यों तो सभी गुण अपनी-अपनी जगह मुख्य और महत्वपूर्ण हैं और किसी भी दिव्यगुण के विषय में हम यह नहीं कह सकते कि वह दूसरे दिव्यगुणों से कम मूल्य या कम महत्व का गुण है। इस बात को स्पष्ट करते हुए उन्होंने कहा कि नम्रता, मधुरता, सहनशीलता, संतोष, पवित्रता इत्यादि गुण और ऐसे दूसरे गुण मुख्य ही हैं। परंतु फिर भी ये कहना होगा इस दृष्टिकोण से 'दृढ़ता' इन सभी गुणों से मुख्य है क्योंकि जब तक हम किसी भी गुण को दृढ़ संकल्पों से धारण नहीं करते तब तक वह गुण हमारे जीवन में टिक नहीं पाता बल्कि विपरीत परिस्थिति आने पर हम उस गुण में स्थित होकर कार्य नहीं कर सकते। इस प्रकार अनेक दिव्यगुणों का महत्व बताते हुए मातेश्वरी जी ने संकल्प अथवा प्रतिज्ञा की दृढ़ता का महत्व बताया।

तत्पश्चात् दोनों प्रश्नों को इकट्ठा लेते हुए मातेश्वरी जी ने समझाया कि जो व्यक्ति दिव्यता से ये प्रतिज्ञा अथवा व्रत लेते हैं कि हम फलां-फलां दिव्यगुण को धारण करके ही दिखायेंगे और अब हममें फलां-फलां बुरा संस्कार प्रकट होगा ही नहीं। वे ही समय गंवाये बिना द्रुत गति से अन्य पुरुषार्थियों की तुलना में शीघ्र आगे बढ़ जाते हैं। अतः मातेश्वरी जी ने कहा कि हमें स्वयं में यह आदत डालनी ही नहीं चाहिये कि कोई हमें बार-बार ये समझाए कि हमें उस कमजोरी को समाप्त करना है बल्कि हमें तो शिवबाबा की मुरली से प्रथम बार संकेत मिलते ही स्वयं अपने-आप ये पक्का संकल्प कर लेना चाहिये कि हम दुबार कहलवाने की नौबत ही नहीं आने देंगे और इस प्रकार हम सफलता को प्राप्त करते आगे बढ़ते चलें।

सीरियस बनाना है कि वह समझें कि ये डांट रहे हैं, बाहर में एक्टिंग सीरियस रख अंदर से हर्षित रहना है, ऐसे समझना कि मैं जान बूझकर क्रोध का पार्ट बजा रहा हूँ ऐसे सोल-कॉन्शस रहकर पार्ट बजाना ही प्रैक्टिकल जीवन है।

### 6. तीव्र पुरुषार्थ किसको कहा जाये? -

अभी हम नई दुनिया बनाने के निमित्त हैं इसलिए हमको जो कुछ करना है वह नई दुनिया के लिए। जैसे बाबा नई दुनिया की स्थापना व पुरानी दुनिया का विनाश करा रहे हैं तो हमको भी जीते जी पहले से बुद्धि से इस पुरानी दुनिया का विनाश करना अर्थात् भूलना है, यही बुद्धि में रहे कि ये दुनिया पिछाड़ी का श्वांस ले रही है, मुर्दा से दिल नहीं लगानी है, अपनी अवस्था की डिग्री देखते जाओ कि पुरानी दुनिया से आसक्ति टूटती जाती है। अगर टूटती है तो समझो कि हम नई दुनिया के बन रहे हैं ऐसा पुरुषार्थ करना ही तीव्र पुरुषार्थ है।

**7. बाप पारलौकिक और लौकिक बाप कैसे हैं?** - जैसे बाप और बच्चे का प्रैक्टिकल रिश्ता होता है। जैसे पारलौकिक बाप, पारलौकिक भी है तो लौकिक भी है क्योंकि अभी तो परलोक से इस लोक में आया है, अभी इस लोक में उपस्थित है तो बाप से सर्व रिश्ते मन, वचन, कर्म से प्रैक्टिकल में निभाने हैं।

**8. जीव आत्मा अपना शत्रु अपना मित्र है जो करेगा सो पायेगा** - ये बात भी कोई पकड़ ले तो बेड़ा पार है, अपने ही कर्मों का हिसाब-किताब है, अपने ही कर्मों को ठीक रखना है, ऐसे भी नहीं कर्मों को दोष देना है कि हमारे कर्म ही ऐसे हैं। कर्म - शेष पेज 9 पर

## सत्य के आधार पर मान्यताओं को परखें

**प्रश्न:- अगर मैंने किसी को उसकी जरूरत के समय सहयोग दिया और जब मेरा समय आया तो मुझे सहयोग प्राप्त नहीं हुआ, इससे मुझे जो दुःख होता है उस समय मैं खुशी क्रियेट नहीं कर पाती हूँ?**

**उत्तर:-** क्योंकि आपने वो प्रोग्रामिंग कर ली थी कि मैंने आपके लिए अच्छा किया है तो आपको भी मेरे लिए अच्छा करना ही है। ये मेरा बिलीव सिस्टम है कि "जिसके लिए मैं अच्छा करूंगी, उसको मेरे लिए अच्छा करना ही है" जैसे ही वो उस तरह से नहीं करते हैं तो मैं दुःखी हो जाती हूँ, क्योंकि हर एक का अलग-अलग व्यक्तित्व होता है, अलग-अलग नेचर होती है। आपकी नेचर है कि आप बहुत ज्यादा करते हैं आप दावत देंगे तो आप इतना कुछ कर देंगे, आप गिफ्ट देंगे तो इतना देंगे कि पूछो मत, आप मेरे लिए कुछ भी नहीं कर रहे हैं। इसमें ये हो सकता है कि हमारी स्थिति उस लायक न हो। जब आप मेरे घर पर आओगे तो मैं पूछूंगी कि आप चाय पियोगे क्या? आप जब मेरे घर पर आये थे तो मैंने आपके लिए पूरा डिनर बनाया था और आप मुझे पूछ रहे कि आप चाय पीयोगे क्या? तब आप दुःखी हो जाते हैं। यही सेम चीज 'इमोशनल लेवल' (भावनात्मक स्तर) पर भी कार्य करती है। जितना मैं आपके लिए कर रही हूँ, मेरा ये बिलीव होता है कि आप भी उसी तरह से मेरे लिए करें। ये बहुत डीप बिलीव सिस्टम है।

**प्रश्न:- कोई मुझे दर्द दे रहा है तो क्या यह सही है?**

**उत्तर:-** ये बिलीव सिस्टम निश्चित रूप से सही नहीं है। क्योंकि हरेक का व्यक्तित्व अलग-अलग है, हरेक का सोचना, करना, अलग-अलग होता है। हम ऐसा नहीं कह सकते कि यह सही है या गलत है। आप

## शुशनुमा जीवन जीने की कला

(अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज से)



- ब.कु. शिवानी

जितना मेरे लिए करते हो उतना करने की मेरी क्षमता नहीं है। आपने ये बिलीव बनाया था कि मैं उतनी ही क्षमता से करूंगी, जब मैंने नहीं किया तो आप दुःखी हो गये।

अब अगर आप अपने बिलीव सिस्टम को थोड़ा सा बदल दें कि मैं आपके लिए इसलिए कर रही हूँ कि ये करने से मुझे अच्छा लग रहा है, मुझे खुशी मिल रही है। तो फिर आप दूसरों से अपेक्षा नहीं रखेंगे कि आप भी उतना ही करें। फिर मैंने ये बिलीव बनाया कि मैं अच्छा करूंगी, आप कुछ मत करना लेकिन आपने तो कुछ ऐसा कर दिया जिससे मेरे ऊपर इसका नकारात्मक प्रभाव पड़ गया। एक तरह से वो भी तो अपेक्षा ही थी। यदि मैं अपना बिलीव सिस्टम बदल लेती हूँ कि मैं वो करूंगी जो मुझे ठीक लगेगा और दूसरे जो उन्हें ठीक लगेगा। तो इससे मुझे दुःख की फीलिंग नहीं आयेगी। जहां मुझे बुरा लगना शुरू हुआ तो हमें वहीं रूक जाना चाहिए और यह चेक करना चाहिए कि वह कौन-सा बिलीव सिस्टम है जिसके कारण हमारा यह थॉट क्रियेट हुआ। जो भी नेगेटिविटी मुझे होती है उसके पीछे कोई न कोई बिलीव सिस्टम है जिसे चेक कर चेंज करने की आवश्यकता है। इस श्रृंखला में हम जो-जो सीख रहे हैं उसे अपने जीवन में धारण करते जायें जिससे हमारा जीवन खुशियों से भरा रहे।

**मेडिटेशन ड्रिल - स्वाभाविक रूप से आराम से बैठें और अपने आपको देखने का प्रयास करें...** बहुत सारी मान्यताओं के आधार पर... हमारा जीवन चलता आ रहा है... लेकिन जैसे-जैसे... हम अपने जीवन में अनुभवों को देखते... अगर वो अनुभव .... वो अनुभव.... ठीक नहीं लगती.... तो अपनी मान्यताओं को चेक करो.... वो मान्यतायें जो हम समझते थे.... कि यही सत्य है.... लेकिन सत्य हमेशा मुझे शांति का अनुभव कराता है... कहीं कुछ उलझन है.... खुशी नैचुरल है..... हैपीनेस इज अनकनडिशनल... खुशी मेरी रचना है..... मेरी खुशी..... मेरी अपनी रचना है..... ये किसी पर भी आधारित नहीं है.... ये मेरे हाथ में है.... सदा हर परिस्थिति में खुश रहना यह मुझ पर आधारित है... आज इस बिलीव को लेते..... और सारे दिन की यात्रा पर चलते हैं.... चेक करते..... क्या अनुभव होता है..... (क्रमशः)

### बाबा का कहना और मम्मा का

करना। मेरी नजरों में मम्मा साक्षात् गुणों की मूर्ति थी। वे सदा कर्म के परिणाम को जान जागृत रहती थी।

### 1. माइनस और प्लस कैसे करना है -

हमारे यहां माइनस प्लस की पढ़ाई है कि श्रेष्ठ कर्म कैसे हो। अब वह श्रेष्ठ कर्म तब बन सकते हैं जब पिछले विकर्मों का बोझ न हो। पिछले विकर्मों का बोझ हमें आगे बढ़ने नहीं देता है। इसके लिए पहले विकर्मों को काटने की शक्ति चाहिए। पहले माइनस कर फिर प्लस करना है। श्रेष्ठ कर्मों को जोड़कर प्लस करना है। पिछले विकर्मों को माइनस कर काटना है तो इसके लिए एक माइनस यानी योग चाहिए। दूसरा प्लस यानी ज्ञान की शक्ति चाहिए। यही इस पढ़ाई की दो सबजेक्ट्स हैं। जिससे माइनस और प्लस करने का बल मिलता है।

### 2. कर्म बन्धन को काटने की

**युक्ति क्या है -** पहले तो बुद्धि में यही धारणा रहे कि हम शुद्ध आत्मा हैं, हमें अपने पुराने संस्कारों को छोड़ना ही है अर्थात् हमें अपने अपवित्र संस्कारों को छूना भी नहीं है। जैसे कोई अपवित्र संस्कार वाली आत्मा को छूना नहीं होता ऐसे अपने अपवित्र संस्कार वाली आत्मा को छूना नहीं है। यह युक्ति रखने से कर्म बंधन चुकतु होता जायेगा।

### 3. मंसा को कंट्रोल करने की

**युक्ति क्या है? -** इस समय हमारे संकल्प

## गुण मूर्त जगदम्बा

वेस्ट न जायें, इसके ऊपर खबरदारी रखनी है। इसकी युक्ति यह है कि अपनी बुद्धि को परमात्मा से कनेक्ट कर देना। क्योंकि अगर मंसा में फालतू संकल्प चलते हैं तो अपना नुकसान हो पड़ता है, अब हमको ब्रेक देने की युक्ति आनी चाहिए। जैसे ड्राइवर को मोटर को ब्रेक देने, मोड़ने, हर बात को करने का तरीका आता है तब ही वह एक्सीडेंट से बच सकता है। वैसे हमें भी मंसा को ब्रेक और मोड़ने की अर्थात् व्यर्थ को शुद्ध संकल्प, समर्थ संकल्प में परिवर्तन करने की युक्ति आने से हमारा मन, वचन, कर्म शुद्ध हो जायेगा और खुशी भी रहेगी।

### 4. बाप को फॉलो कैसे करना है -

परमात्मा बाप के हर फरमान को 20 नाखुनों का जोर देकर पूरा फॉलो करना है। बाप बच्चे का सम्बन्ध भी कर्म से चलता है। सिर्फ गोद का बच्चा नहीं बनना है। परन्तु श्रेष्ठ कर्मों से उनसे पूरा सम्बन्ध जोड़ना है। पूरी प्रापर्टी लेन के लिए बाप को पूरा फॉलो करना है। इसलिए जो भी फरमान है अपने बुद्धि में रखते हुए प्रैक्टिकल जीवन में दिखाना है और फॉलो करना है।

### 5. प्रैक्टिकल जीवन का स्वरूप क्या

**है?** - कोई भी कार्य व्यवहार करते हुए सोलकॉन्शस होकर साक्षी हो पार्ट बजाना है, गृहस्थ व्यवहार में रहते बाल-बच्चों को सिखलाने के लिए डांटना भी है, मूड को