

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह

स्वमान - मैं ज्वालामुखी योगी हूँ।

- ज्वाला प्रतीक है परिवर्तन का... ज्वाला प्रतीक है शक्ति का... ज्योति प्रकाश देती है और ज्वाला भस्म करती है... ज्ञान ज्योति है और योग ज्वाला है जिससे सारे विकर्म भस्म हो जाते हैं... माया भी आसपास नहीं फटती... इस ज्वालामुखी योग से ही हमारी सम्पन्नता और सम्पूर्णता नजदीक आयेगी...।

योगाभ्यास:- मैं इस देह में विराजमान चैतन्य ज्योति हूँ... महाज्योति शिव बाबा की शक्तिशाली किरणों मेरे ऊपर आ रही है... मैं ज्योति इन शक्तिशाली किरणों को स्वयं में समाकर ज्वाला स्वरूप बनती जा रही हूँ... इस योग की प्रचण्ड अग्नि से मेरे विकर्म दग्ध होते जा रहे हैं... मैं सच्चा शुद्ध सोना बनता जा रहा हूँ... मेरे योग की ज्वाला चारों ओर फैलकर

दूसरा सप्ताह

स्वमान - मैं बाप समान महातपस्वी हूँ।

- जैसे ब्रह्मा बाबा ने तपस्या को अपने जीवन में सर्वोपरि स्थान दिया। बारंबार तपस्या के लिए बच्चों को भी प्रेरित करते रहे। तपस्या के द्वारा ही उन्होंने सर्व समस्याओं का समाधान किया और अचल-अडोल रहते हुए अपनी सम्पन्नता और सम्पूर्णता को प्राप्त किया। ऐसे ही हमें भी बाप समान महातपस्वी (ज्वालामुखी योगी) बनना है और अपनी सम्पूर्ण अवस्था को प्राप्त करना है।

योगाभ्यास - जैसे शंकर को हिमालय पर्वत पर गहन तपस्या में मग्न दिखाते हैं... देह की दुनिया से परे, किसी भी इच्छा-कामना से परे, अपनी धुन में वे मग्न रहते हैं... शंकर हमारे ही तपस्वी स्वरूप के यादगार हैं... तो हम भी गहन साधना में मग्न हो जायें...

ज्वालामुखी योग

अन्य आत्माओं को भी शक्ति प्रदान कर रही है और प्रकृति के पांचों तत्व भी शुद्ध हो रहे हैं...।

- मैं मास्टर ज्ञान सूर्य हूँ... मेरा मुख ज्ञान सूर्य परमात्मा की ओर है... ज्ञान सूर्य की प्रचण्ड किरणों मेरे ऊपर पड़ रही हैं... मैं उनके प्रकाश से प्रकाशित होता जा रहा हूँ... मैं ज्वाला का एक पुंज अर्थात् ज्वालामुखी योगी बनता जा रहा हूँ... मेरा प्रकाश पूरे विश्व में फैल रहा है...।

धारणा - अन्तर्मुखता

- ज्वालामुखी योग के लिए प्रथम आवश्यक धारणा है 'अन्तर्मुखता'। अन्तर्मुखता हमारी शक्तियों को व्यर्थ होने से बचाती है और हमें योग की गहराई में ले चलने में मदद करती है। इसलिए ज्वालामुखी योगी बनने के लिए पहले स्वयं को अन्तर्मुखी बनायें।

चिंतन - ज्वालामुखी योग क्या है?

- शंकर को अशरीरी दिखाते हैं... विषय-विकारों पर विजयी दिखाते हैं... एकांतवासी दिखाते हैं... तो हम भी एकांतवासी बनें... और अशरीरी बनने की साधना करें...।

- यह भी दिखाते हैं कि जब किसी मायावी ने या कामदेव ने शंकरजी की साधना भंग करनी चाही, तब-तब शंकरजी ने अपनी तीसरी आँख खोलकर उन्हें भस्म कर दिया... हम भी अपने ज्वालामुखी योग से व्यर्थ विचारों और व्यर्थ संस्कारों का अग्नि संस्कार करें...।

धारणा - एकव्रता

- जो एकव्रता होंगे, वही ज्वालामुखी योगी बन सकते हैं, क्योंकि एकव्रता ही एकग्र हो सकते हैं और योग में संपूर्ण एकग्रता ही वास्तव में ज्वालामुखी योग है।

- एकव्रता ही परमात्म दिल तखनसीन सो विश्व तखनसीन बनते हैं।

- वर्तमान समय ज्वालामुखी योग की आवश्यकता एवं महत्ता क्यों है?

- ज्वालामुखी योग के लिए किन-किन बातों पर ध्यान देना आवश्यक है?

- ज्वालामुखी योगी का एक शब्द चित्र बनायें?

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! मीठी दादी जानकी जी का याद-पत्र आप सबने सुना होगा। प्यारे बापदादा ने इस सीजन में हमें ज्वालामुखी योग की विशेष प्रेरणा दी थी और अब प्राणेश्वर बापदादा की पधरामणि में लगभग डेढ़ मास ही शेष रह गए हैं तो हम बापदादा के द्वारा दिए गये सभी होमवर्क को पूरा करने के साथ-साथ ज्वालामुखी योग पर विशेष ध्यान दें। अतः प्यारे बाबा व दादीजी की शुभ इच्छानुसार हम सभी साधक एक बार पुनः ज्वालामुखी योग को डबल अंडरलाइन करेंगे।

चिंतन - योग के भिन्न-भिन्न स्वरूप कौन से हैं?

- मेरी योग की स्थिति वर्तमान समय कैसी है?

- योग की किसी भी स्थिति में मैं कितना समय एकाग्र हो पाता हूँ?

- योग में एकाग्रता व अनुभूति कैसे बढ़े?

साधकों के प्रति - प्रिय साधकों! जब कोई भी मकान बनाया जाता है तो उसकी शुरुआत नींव से की जाती है। नींव जितना मजबूत होता है, मकान उतना ही मजबूत होता है। यदि हम ज्वालामुखी योग की अवस्था तक पहुँचना चाहते हैं तो योग की आधारभूत धारणाओं पर हमें ध्यान देना होगा। जितनी हमारी पवित्रता और आत्मिक दृष्टि मजबूत होगी, उतना ही हम शक्तिशाली योगी बनेंगे। साथ ही जितना हम योग का अभ्यास करेंगे, उतना ही योग में परिपक्वता आयेगी। इसके लिए एक कहावत भी है - "करत-करत अभ्यास के.....!"



आगरा। अभिनेता व सांसद राजबब्ब को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.रानी बहन।



संगमभवन, आवू रोड। नगराध्यक्ष भगवान दास कुमावत एवं पार्षद कमलेश सोलांकी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए दादी धैर्यमणि।



आहवा। जिलाधिकारी ए.के.सोलांकी को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.गीता बहन।



अजमेर। जन्माष्टमी महोत्सव की चैतन्य झांकी का उद्घाटन करते हुए जिलाधिकारी वैभव गालरिया, महापौर कमल बाकोलिया, विधायक वासुदेव देवानी, ब्र.कु.शांता बहन तथा अन्य।



अखनूर, जम्मू-काश्मीर। स्वास्थ्य मंत्री शाम लाल शर्मा को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.आशा बहन।



अलीगढ़। विधायक दलवीर सिंह को 'रक्षा-सूत्र' बांधते हुए ब्र.कु.शीला बहन।

जीवन के कुछ आदर्श बनाओ

भगवान की रचना में मनुष्य एक आदर्श प्राणी है। मनुष्य के पास चिंतन-शक्ति है, विवेक-शक्ति है। मनुष्य का जीवन ही अन्य सभी प्राणियों के लिए भी अनुकरणीय होता है। यहां हम एक सूक्ष्म मनोविज्ञान की चर्चा कर रहे हैं। मनुष्य जो कुछ सोच रहा है, वह जैसा सोच रहा है उसके प्रकम्पन चारों ओर फैलते हैं। मन क्योंकि अत्यंत शक्तिशाली है इसलिए उन प्रकम्पनों का प्रभाव स्थूल प्रकृति पर, अन्य मनुष्यों पर व अन्य प्राणियों पर अर्थात् जीव जंतुओं पर भी पड़ता है। यदि मानव समाज में हिंसा की प्रवृत्ति बढ़ जाए तो जानवर भी अधिक हिंसात्मक हो जाते हैं। और यदि किसी के परिवार में पूर्ण शांति है तो उसमें पालतू कुत्ते, बिल्ली भी शांत स्वभाव के बने रहते हैं अर्थात् मनुष्य ही इस संपूर्ण सृष्टि का आधार है। मनुष्य सुखी तो संपूर्ण जगत सुखी, मनुष्य दुःखी तो समस्त प्राणी दुःखी और यदि मनुष्य शांत तो चहुं ओर शांति का साम्राज्य आ जाता है। यहां तक की प्रकृति भी सुखदाई बन जाती है।

तो इतना महान है मनुष्य और इतना महत्व है उसके विचारों का। इस सत्य को ध्यान में रखते हुए हमें अपने जीवन के कुछ सिद्धांत बना

लेने चाहिए। सिद्धांतों पर आधारित जीवन सदा ही शक्तिशाली होता है। वह जीवन जो सिद्धांत विहीन है, मूल्यहीन माना जायेगा। सिद्धांत बनाकर मनुष्य को स्वयं को उन सिद्धांतों के प्रति समर्पित कर देना चाहिए अर्थात् उन पर चलने के लिए मन में दृढ़ संकल्प धारण कर लेना चाहिए, किसी भी कीमत पर चाहे कुछ भी

ऐसे कुछ सिद्धांत अपनाकर समाज के समक्ष, अपने परिवार के समक्ष हमें आदर्श प्रस्तुत करना चाहिए। क्योंकि हमारे वर्तमान समाज में इस आदर्श का बहुत अभाव हो गया है।

कुर्बानी क्यों न करनी पड़े, उन पर कायम रहना चाहिए। विश्व प्रसिद्ध उदाहरण है हरिश्चन्द्र का, जिसने सत्य वचन निभाने के लिए घोर कष्ट सहे। ऐसे एक नहीं हजारों उदाहरण हैं कि मनुष्य ने अपने सिद्धांतों का पालन करने के लिए स्मरणीय कुर्बानियां दी हैं।

तो हम पाठकों के लाभार्थ यहां कुछ सिद्धांतों का वर्णन कर रहे हैं। इन्हें अपना जीवनसाथी बना लेना चाहिए। इससे जीवन में बड़ा ही आत्म संतोष प्राप्त होगा और उन्हीं सिद्धांतों के आधार पर आप प्रसिद्ध होंगे। हाँ,

उन पर खरा उतरने के लिए आपको कुछ परीक्षाओं से गुजरना पड़ सकता है, उसके लिए आपको तैयार रहना होगा - यह याद रखते हुए कि सोना तपकर ही निखरता है, जीवन ही तपकर ही निखरता है। बिना तपा जीवन तो अंदर से मैला होता है। तो सिद्धांत इस प्रकार हो सकते हैं -

- मैं हर हालत में सभी को सुख दूंगा, किसी का दिल नहीं दुखाऊंगा।
- मैं सदा ही झुककर रहूंगा, अहंकार को जीवन रूपी मंदिर में प्रवेश न होने दूंगा।
- मेरा लक्ष्य होगा - असहायों को मदद करना।
- मैं परनिदा, परचितन व व्यर्थ बातों में अपना कीमती समय नहीं गवाऊंगा।
- मैं किसी भी परिस्थिति में हिम्मत व साहस नहीं छोड़ूंगा।
- मैं कर्मठ बनकर रहूंगा, न कि अलबेला।
- मैं कभी मुख से कडुवे वचन नहीं बोलूंगा।
- मैं सदा संतोष रूपी धन से स्वयं को भरपूर रखूंगा।
- मैं असत्य नहीं बोलूंगा व किसी से अन्याय नहीं करूंगा।

इसी प्रकार कुछ और भी सिद्धांत हो सकते शेष पृष्ठ 10 पर