

जीवन की हर घड़ी बहुत सुंदर है

गीता के सार में, ये बात कही हुई है कि हे अर्जुन! जो हुआ वह भी अच्छा, जो हो रहा है वो भी अच्छा और जो होने वाला और अच्छा होगा। तीनों घड़ियाँ अच्छी हैं। इस ड्रामा के सिर्फ हम वर्तमान को देखते हैं, तो हम दुःखी होते हैं। क्योंकि हमें सारे ऐपिसोड याद नहीं है। यदि हम सारे ऐपिसोड के हिसाब से सम्पूर्ण ड्रामा को देखें, तो शायद हरेक दृश्य कितने सुंदर हैं, कितने महत्वपूर्ण हैं और उसके अंदर, कितना कुछ समाया हुआ है। इसका अंदाजा भी हमें लगता है। इसलिए कहा कि इस संसार में जो कुछ भी हो रहा है, कहीं न कहीं उसका कनेक्शन अवश्य है। इस तरह से जब हमारा कनेक्शन कई आत्माओं के साथ होने लगता है। तो उसका हिसाब चुकाना भी उसी तरीके से पड़ता है। अनजानेपन में भी हम कई पाप कर्म के भागीदार बन गये हैं। पुण्य कर्म में भी भागीदारी होती है तो पापकर्म में भी भागीदारी होती है।

जैसे एक कसाई है और किसी पशु को मारा। उसने तो पापकर्म किया लेकिन उस पशु के मांस को जिसको बेचा वो दुकानदार भी भागीदार हो गया। उसके साथ जिसने खरीदा वो भी भागीदार हो गया। उसके बाद वो घर में लाया और जिसने पकाया वो भी भागीदार हो गया और पकाकर जिसने खाया वो भी भागीदार हो गया। उस समय अगर कोई मेहमान आ गये और उनको सर्व किया तो वो भी उस भागीदारी में जुड़ गए। अब ये सारे लोग जो भागीदारी में जुड़े। जब सेटल करने का समय आयेगा तो सबको इकट्ठा सेटल करना पड़ेगा या नहीं करना पड़ेगा। बस में कहीं जा रहे हैं, बस में एक-दूसरे को पहचानते भी नहीं है। जब बस फुल स्पीड पर होती है और कोई जानवर जोर से रास्ता क्रॉस करता है और उसी समय मर जाता है। वही जानवर पुर्नजन्म लेकर के वही रास्ता क्रॉस करता है। उस जानवर को बचाने के समय बस का ब्रेक अस्तुलित हो जाता है। वो बस कही जाकर के जोर से टकराई और बस कहीं नदी या खाई में गिर जाती है। बस में सवार सभी पचास लोग मर जाते हैं। तो कैसे इकट्ठे उन सभी को हिसाब चुकाना पड़ता है। वो संयोग बन जाता है कि

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक बहस्य

-वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्र.कु.उषा



जिस संयोग में वो सारी आत्माएं कहां-कहां से इकट्ठी हो जाती है। अब उस समय कोई कहे कि अरे वे निर्दोष थे। निर्दोष उनमें कोई नहीं था। कहीं न कहीं दोष में उनका हिस्सा था। इसलिए वो संयोग रचा। इस ड्रामा के अंदर जहां वो हिसाब चकतु करने का समय आया और वो हिसाब चकतु होता है।

इसलिए कहा जाता है कि दान जब करो तो सोच समझ कर के दान करना चाहिए। क्योंकि कुपात्र को अगर चला गया तो वहां पाप कर्म के भागी इस प्रकार हो जायेंगे कि पता भी नहीं चलेगा। इस तरह से कई लोगों को अपने हिसाब-किताब चकतु करने पड़ते हैं। भावार्थ यही है कि सात्विक दान जो बताया गया है, वो सात्विक दान के हिसाब से अगर हम चले, और अगर सुपात्र नहीं मिलता है तो दान नहीं करना अच्छा है। ये गीता में भी कहा गया है। फिर इस अध्याय के अंत में यही बताया गया है कि “ओम तत्सत्”। ओम माना अहम्, अहम् माना मैं वो आत्मा, वो ही मैं, वो ही मैं कौन ? मैं आत्मा। तत्व माना समस्त तत्व और सत् माना सद्भाव, सत्य भाव, श्रेष्ठ भाव। सत्य में दृढ़ता होती है। तो दृढ़ भाव में अपने आप को स्थित करो। जब आत्मा, अपने सम्पूर्ण आंतरिक तत्वों: ज्ञान, गुण ये हमारे तत्व हैं। ज्ञान, गुण और शक्तियां ये जो हमारे तत्व हैं, उसको जब श्रेष्ठ भाव, सत्य भाव और दृढ़ भाव में स्थित करते हैं तब उसका सदुपयोग होने लगता है। ओम शब्द में तीन अक्षर आते हैं। अ, ऊ, म - अ माना आचरण, ऊ- माना उच्चारण, म - माना मन के विचार। तो आचरण, उच्चारण और मन के विचार। मन, वचन और कर्म हमारी शक्ति, हमारे समस्त गुण, ये तीन निवास स्थान में ही रहते हैं। उसी के सत्य भाव, श्रेष्ठ भाव और दृढ़ भाव को समा लो। तो हमारे मन के संकल्पों में भी वो दृढ़ता आ जायेंगी। हमारी वाणी में भी वो शक्ति आ जायेंगी। हमारे आचरण में भी श्रेष्ठ आचरण स्वतः होने लगेंगे। तो इसीलिए कहा अ, ऊ, और म। लेकिन आज ये तीनों अलग-अलग दिशाओं में चल रहे हैं। कभी-कभी मन में बहुत सुंदर विचार आते हैं। लेकिन जब व्यक्त करने जाते हैं तो कुछ और ही निकल आता है। बाद में हमें माफ़ी मांगनी पड़ती है। कि प्लीज आप मेरे मन के भाव को समझने का प्रयत्न करना, मेरे शब्दों की तरफ ध्यान नहीं देना।

जिसके घर में स्वयं भगवान मेहमान बनकर आ जाये, वही यदि खुश नहीं होंगे तो भला कौन होगा ? जिनके द्वार पर स्वर्ग की बादशाही हाथ में वरमाला लिए खड़ी हो, वही यदि आनंदित नहीं होंगे तो भला और कौन होगा ? भगवान स्वयं अपना धाम छोड़कर हमारे पास आया, खुशियों के खजाने लाया, मीठे बच्चे कहकर उसने हमारी जन्म-जन्म की कड़वाहट मिटा दी।

अपनापन देकर हमारे कष्ट हर लिए। सिर पर हाथ रखकर हमारे सभी बोझ नष्ट कर दिए। हमारे चित्त में तो खुशियों की शहनाईयाँ बजनी चाहिए।

खुशी सचमुच एक महान खजाना है। जिसका चेहरा खुशियों से चमकता हो, जिसका मन खुशियों में छलाँगें मारता हो, तनाव व बीमारियाँ तो उसके पास फटकने का नाम भी नहीं लेंगी। मुस्कुराईये और समस्या भगाईये - इस उक्ति को अपने जीवन का मूल मंत्र बना लें और लक्ष्य ले लें कि हमें खुशी के खजाने से इतना भरपूर रहना है कि हमारे चेहरे को देखकर सभी के गम विलीन हो जायें, सभी के मन पर छाया हुई काली छाया अदृश्य हो जाए और सभी खुशी में जीवन जीना सीख जायें।

कलियुग के इस कलिकाल में साधनों की प्रचुरता होते हुए, भौतिकता का विकास होते हुए, साइंस व टेक्नोलॉजी के प्रगति के पथ पर चलते हुए, जहाँ चारों ओर महंगाई आसमान छूने लगी

है, खुशी भी इससे अछूती नहीं रही है। महंगी और दुर्लभ होती हुई खुशी के अभाव में लोगों ने लॉफिंग क्लब खोल दिए हैं। परंतु पैसा खर्च करने के उपरांत भी खुशी में वृद्धि होती हुई प्रतीत नहीं होती। आइये जरा इसके कारणों पर नजर डालें -

संबंधों में बढ़ता हुआ स्वार्थ, परिवारों में अपनेपन का अभाव, एक-दूसरे से अत्यधिक कामनाएँ, काम, क्रोध व अहंकार का बढ़ता हुआ प्रकोप, पैसे की बढ़ती हुई आकांक्षा, मनुष्य के मन के छोटे व नेगेटिव विचार और कुछ कुटिल संस्कार मनुष्य की खुशी छिन रहे हैं। जब तक मनुष्य अपनी खुशी के लिए दूसरों की ओर निहारता रहेगा, तक तक वह खुशी से अपना दामन नहीं भर पाएगा। किसी की खुशी यदि पराधीन हो जाए तो उसकी खुशी निश्चित रूप से अति निर्बल भी होगी। आओ हम सभी इन कारणों का निवारण करें और खुशी के खजाने से अपना भण्डार भर लें।

आओ हम संकल्प करें कि हम सबेरे उठते ही अपनी दिनचर्या की शुरुआत प्रसन्नता से ही करेंगे। स्वयं में दृढ़ता ले आएँ कि हमारी खुशियों को कोई छिन नहीं सकता। खुशी पर मेरा सम्पूर्ण अधिकार है। बातें तो आयेंगी और चली जाएँगी। बातें अस्थायी हैं और खुशी स्थायी। बातों का कोई मूल्य नहीं है और खुशी एक अनमोल खजाना है। बातों को हल्के रूप से लें, बातों को ज्यादा महत्व ना दे, बातों के प्रति अपना दृष्टिकोण विशाल व पॉजिटिव बनाएँ तो व्यर्थ की बातें हम पर बुरी छाप नहीं डालेंगी।

हम भगवान के बच्चे हैं, उसे कैसा लगता होगा जब वो देखता होगा कि उसके बच्चे भी खुश नहीं रहते। जिन्हें उसने बहुत प्यार से पाला है, जिन्हें वो अथाह खजाने प्रदान करने आया है, जिन्हें वो निरंतर मदद कर रहा है, उनके बोझ हर रहा है, वो भी छोटे-छोटे कारणों से यदि प्रसन्नता को नष्ट कर देंगे

तो कैसा लगेगा उस परमपिता को जो अपनी महान आत्माओं को विश्व मंच पर प्रख्यात करना चाहता है। हमें खुश रहना है ताकि हमारे परमपिता खुश हो जाएँ और खुश होकर वो हमें वरदान प्रदान करें।

सबेरे उठते ही खुले मन से सोचें - मैं इस धरा पर बहुत-बहुत भाग्यवान हूँ जो स्वयं भाग्यविधाता मुझे सर्वश्रेष्ठ भाग्य देने आ

खुशियों से भर दी जिंदगानी हमारी

(ब.कु.सूर्य)



संकल्प करें-हम सबेरे उठते ही अपनी दिनचर्या की शुरुआत प्रसन्नता से ही करेंगे। स्वयं में दृढ़ता ले आएँ कि हमारी खुशियों को कोई छिन नहीं सकता। खुशी पर मेरा सम्पूर्ण अधिकार है। बातें तो आयेंगी और चली जाएँगी।

गया है...मेरे जैसा खुशानसीब कोई नहीं...आँख खुलते ही मेरा प्रभु से मिलन होता है...मेरे जैसा खुशानसीब भला कौन होगा...जिसे स्वयं भगवान रोज प्यार करता है... स्वयं भगवान मुझे ब्रह्मा भोजन कराता है... मेरी हर बात सुनता है... मैं बहुत सुखी हूँ...अपने प्राणेश्वर परमपिता से इस तरह बातें करें कि हे प्यारे बाबा, हम आपको पाकर बहुत संतुष्ट हो गए...आपसे हमारा मिलन हुआ तो हमारे जीवन की धारा ही बदल गयी...हम इस भव सागर में, जीवन की यात्रा में अकेले ही थे... हमारी राहों में आप हमारे साथी बन गए... इस तरह के विचारों से रोज सबेरे अपने मन को खुशियों से भरें तो खुशी अविनाशी होती जाएगी।

यदि किसी के बोल आपकी खुशी को छिनते हैं तो ध्यान दें कि मनुष्यों के बोल से बहुत ज्यादा प्रभावशाली हैं - सर्वशक्तिवान के बोल। जब

आपको कोई बुरा बोलता है तो आप उनके बोल पर ध्यान ना देकर, उनके वचनों को बार-बार स्मरण ना करके परमात्म महावाक्यों को याद करें। तो मनुष्यों के वचनों का प्रभाव नष्ट हो जाएगा और ईश्वरीय वचन आपको खुशी से भरपूर कर देंगे।

यदि जीवन की विकराल समस्याएँ आपको खुश नहीं रहने देती तो इस तरह चिंतन करें कि वास्तव में समस्याएँ उतनी बड़ी नहीं हैं, जितनी बड़ी वो हमें प्रतीत हो रही हैं। मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मेरे समक्ष ये समस्याएँ अधिक समय तक नहीं ठहरेंगी। समस्याएँ आयी हैं तो चली भी जाएँगी। ये मुझे शक्तियाँ देने आयी हैं। मेरे सोये हुए विवेक को जगाने आयी हैं। मेरा साथी तो स्वयं भगवान है। जहाँ हम दोनों का साथ है, वहाँ समस्याएँ निर्बल हैं। तो यदि समस्याएँ बढ़े तो आप अपनी शक्तियों को बढ़ा दें, अपनी स्मृतियों को अधिक शक्तिशाली बना दें तो समस्याएँ समाप्त हो जाएँगी।

अपने चिंतन को महान बनाने वाले कभी उदास नहीं हो सकते। स्वामन में स्थित रहकर अपने चिंतन को पॉजिटिव करते चलें। रोज ब्रह्ममूर्त में परमात्म मिलन से मन में अलौकिक खुशी का संचार करते चलें। प्रतिदिन ईश्वरीय महावाक्य सुनकर छोटी-मोटी बातों के प्रभाव को समाप्त करते चलें और खुशी बाँटते चलें तो खुशी डबल होकर आपके पास आती रहेगी। सबका परम कर्तव्य है कि अपने-अपने घरों में खुशी का माहौल पैदा करें। कोई भी बात हो जाए, उसे तूल ना देकर जल्दी से जल्दी समाप्त करके आगे बढ़े तो आपका जीवन खुशियों से इतना हरा-भरा हो जाएगा कि उसकी छाप अनेक आत्माओं पर पड़ेगी और सभी खुश रहने की कला सीख जायेंगे।