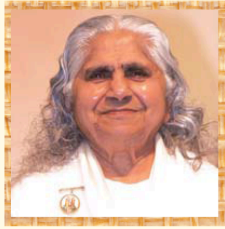


सच्चाई से ईश्वरीय स्नेह प्राप्त होता है



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

जिनके

बान्दना-कदम में पदम हैं उनके पांव धरती पर नहीं होंगे, भगवान का बच्चा कभी धरती की बातें न देखता है, न सुनता है, न सोचता है

बाबा की वाणी में कितनी शक्ति, कितना आनंद, कितना स्नेह भरा हुआ है। अगर स्नेह हमारे पास आ गया तो शक्ति आ गई। ईश्वरीय स्नेह से ही सम्पन्न बनते हैं। विचार और अनुभव कहता है अगर सम्पन्न बनना है, सतयुग में ऊंच पद पाना है तो ईश्वरीय स्नेह में सम्पन्न बनना होगा। ईश्वरीय स्नेह हमारे पास कैसे आयेगा? जहाँ सच्चाई है वहाँ स्नेह आ जाता है। सच्चाई ईश्वर से स्नेह खींच लेती है। जहाँ भी सम्बन्ध स्नेह में आयेगे तो चलते फिरते ईश्वरीय स्नेह की कमाल देखेंगे।

तुम्हें पाके हमने जहान पा लिया। धरती और आसमान को पावन बनाने के लिए बाबा ने हमको अपना साथी बना लिया। आज बाबा ने कहा है बच्चे तुम माया को दोष क्यों देते हो। गफलत तुम करते हो, भूलते तुम हो कहते हो माया आती है। माया आती है, यह कहना माना बहाना बनाना। बाबा इतना हमारे कान खोलता है, जो सोचते हो, बोलते हो,

सम्भलकर बोलो।

रोज की मुरली पढ़ते सुनते यही निकलता है, बाबा आपका वण्डर है, कितना ऊँचा लायक बनाने के लिए हमें पढ़ा रहे हो। यह परमपिता परमात्मा का ही काम है, जो यहाँ आकर के हमको मुक्ति और जीवनमुक्ति दोनों वर्सा दे रहा है। बाबा कहते बच्चे प्रवृत्ति में रहते हुए न्यारे रहो। भले कोई अपने धर्म में पाट बजाये लेकिन बाबा से शक्ति लेने के लिए सब आयेगे। बाबा से जो शक्ति मिलती है, कमाल है बाबा के शक्ति की।

समझाने, सिखाने वाले बहुत बैठे हैं, हम क्या करें? हमें सबके प्रति शुभ भावना, शुभ कामना रखनी है इसके सिवाए अंदर और कुछ भी नहीं रखो। अच्छे बच्चे कहेंगे बाबा जो आपका हुक्म। हुक्मी हुक्म चलाए रहा, करे कराये आपे ही आप... मनुष्य द्वारा कराता है तभी तो वह देवता बनेगा। करता भी है, कराता भी है, वन्दरफुल है हमारा बाबा। यह सारी प्रभू की लीला चल रही है।

बाबा मुरली चलाता है तो सारे विश्व को सामने रखता है, बाबा का आवाज कई आत्माओं तक पहुंच जाता है। यह है बाबा की वाणी, ऊपर वाला सामने बोल रहा है, हम सम्मुख सुन रहे हैं। इतना प्यार से, ध्यान से, स्नेह से सुनने से हमको ऐसी सुख शान्ति की सम्पत्ति मिल जाती है, जो धरती पर पांव रखने नहीं देती है। बाबा कहते तुम्हारे

कदम-कदम में पदमों की कमाई है, तो धरती पर पांव कैसे रहेंगे! धरती पर पांव रखना माना धरती की बातों को देखना, सुनना, बोलना और सोचना, उससे यह फीलिंग नहीं आयेगी कि यह भगवान का बच्चा है। बाबा निमित्त मात्र ब्रह्मा बाबा के रथ में आता है पर ब्रह्मा बाबा का पांव भी धरती पर नहीं देखा। सारे विश्व भर में जब पाप भ्रष्टाचार हो रहा है, उसको श्रेष्ठाचारी बना रहा है। ऐसे मीठे बाबा के पर्सनल मेरे प्रति महावाक्य हैं कि बच्चे कोई देहधारी को याद न करो। भूल से भी याद न आये, संगदोष में नहीं आओ। माया कुछ नहीं है, सिर्फ संगदोष है। यह समझ नहीं है कि मुझे कौन से संग में रहना है। संगदोष में आ जाते हैं फिर उल्टे कर्म करने लग पड़ते हैं फिर कहते माया आ गई। इसमें माया का कोई दोष नहीं है। माया पर डाल देते हैं लेकिन स्वयं पुरुषार्थ अच्छा नहीं करते हो।

पुरुषार्थ में एक बाबा, मुरली, यज्ञ बाबा का है। यज्ञ सेवा कर रहे हैं, यज्ञ से ही विनाश ज्वाला निकल रही है, विनाश के पहले रूद्र ज्ञान यज्ञ में मुझे सब स्वाहा करना है। सरेण्डर होना है माना समर्पण होना है। समर्पण होकर मन वाणी कर्म श्रेष्ठ रखना है। समर्पण होना माना तिल जितना भी जो स्वभाव-संस्कार है वह स्वाहा। इतना अटेन्शन रखो। सच्ची दिल से पुरुषार्थ करो तो साहेब राजी है।

मन को कैसे रखें स्वस्थ और सशक्त?

- ब्र. कु. गंगाधर

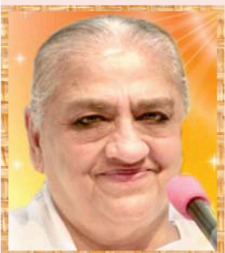
कर दिया जाता है। इससे स्पष्ट है कि सद्वस्तु अन्दर लाने के पूर्व असद्वस्तु बाहर निकाल देना चाहता है।

इसी प्रकार अज्ञान काल से उपेक्षित हमारा मन अभी अस्वस्थ विषाक्त गंदगी से भरा पड़ा है। उसे सबसे पहले अच्छी तरह साफ करना होगा। तभी वह परमात्मा के वास योग्य बन सकेगा। हमें अपनी पार्श्विक प्रवृत्तियों, अंधा बनाने वाला क्रोध और बावला बना देने वाले लोभ को निकाल बाहर करना होगा। सतत अभ्यास प्रयास के द्वारा अपने समस्त दोषों और दुर्बलताओं के बाहर निकल कर अपने अन्दर सत्यम् शिवम् सुन्दरम् के सुन्दर गुणों की सजावट करनी होगी। तभी परमात्मा की शक्ति हमारे हृदय में ठहर पायेगी।

यह समस्त कार्य आध्यात्मिक प्रशिक्षण से ही सम्भव है। दृढ़ संकल्प से ही वास्तविक सफलता मिल सकती है। सही दिशा से आगे बढ़ने के लिए सबसे पहले हमारे अन्दर संकल्प शक्ति होना चाहिए। एक बार निर्धारित दिशा में जाने पर गति बढ़ना स्वाभाविक हो जाता है। उसके उपरान्त, सतत सचेत रहने से अपने में सहज सुधार सम्भव है। हम अपने सच्चे स्वरूप को समझ कर अपने अन्दर एक सुखद संसार का सृजन कर सकते हैं। ज्ञान से अपने अन्दर सफाई करो, सत्संग से उसमें पुताई करो, अभ्यास से उसे सजाओ और परमात्मा के स्वागत की तैयारियां करो। मन को इस तरह से स्वस्थ करने पर परमात्म-शक्ति आपके अन्दर प्रवाहित होगी।

केवल बाह्य जगत का निर्दोष करने से या अपनी दुर्बलताओं को जान लेने से किसी साधारण व्यक्ति का सच्चा विकास नहीं हो सकता। सफाई करने मात्र से विकास नहीं होता। यथार्थ विकास के लिए भूमि तैयार करना और सफाई करना आवश्यक है। तैयार भूमि में बीज बोने पड़ते हैं और समय से पानी देना होता है। पौधों का उगना और फल-फूल लगना यथा समय ही सम्भव है। यदि इच्छित गुणों के बीज बोये जाते हैं तो अनपेक्षित झाड़-झंखाड़ फिर उग जायेंगे और सुनियोजन उपवन लग सकेगा। केवल अविवेकपूर्ण सफाई करने मात्र से और सदगुणों के बीज न बोने से साधक शीघ्र ही अपने अन्दर एवं शून्यता का अनुभव करेगा और उसे निराशा आ घेरेगी। शुभ गुणों के द्वारा मन को उन्नत और प्रफुल्लित न बना लेने से उसमें दंभित भावनायें दबी सड़ती रहती हैं। दंभित वृत्तियों वाला मन किसी समय घातक विस्फोटक का कारण बन जाता है। असावधानी के क्षण में, एक चिंगारी मात्र छू जाने से वह बारूद की तरह भड़क सकता है और उससे प्रगति का सारा महल विनष्ट होकर धराशायी हो सकता है। अतः केवल दमन और निषेध में रूचि रखने वाला व्यक्ति कमजोर और आलसी हो जाता है। वह जीवन ही मृत तुल्य है। उसकी खोखली हंसी में किसी विजय का गौरव नहीं दिखाई देगा। जल्दबाज, नासमझ, किन्तु उत्साही साधक अनजाने में ही इस आत्मघाती गड्ढे में जा गिरते हैं। सदगुणों का विकास न कर सकने के कारण बहुत से

एकाग्रता से होता है मनोबल का विकास



दादी हृदयकीर्तिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

मौन में रहना सबके लिए जरूरी है क्योंकि माँ ने सो दिमाग की शक्ति बढ़ती

है। जो ज्यादा बोलते हैं उनका दिमाग कमजोर होता क्योंकि शरीर की शक्ति व्यर्थ नष्ट हो रही है। इसलिए बाबा हम बच्चों को सिखाते हैं कि जो काम दो शब्दों में हो सकता है उसके लिए दस शब्द नहीं बोलो क्योंकि जितना बोलेंगे, जैसा बोलेंगे, वैसी ही आदत पड़ती जाएगी। जो ज्यादा बोलता है वह अपनी बात को ज्यादा सिद्ध करता है। तो सिद्ध करने के लिए बहुत प्वाइन्ट्स की आवश्यकता है जैसे कि वकील को केस जीतने के लिए कितना बोलता पड़ता है। अगर हम इन बातों में लगे रहेंगे तो जो बाबा कहता है वह हम नहीं कर सकेंगे। जो बाबा कहते हैं कि शुभ चिन्तन करो, मनन करो वह शक्ति नहीं बढ़ेगी क्योंकि उन व्यर्थ बातों में लगे रहने से फुर्सत नहीं मिलेगी और यह व्यर्थ बातें ऐसी होती हैं

जो एक बात जाती है तो दस बातें पहले ही खड़ी होती हैं। एक विघ्न हटेगा तो दूसरा पहले ही तैयार होगा। इसीलिए बाबा कहते हैं कि मनोबल को बढ़ाओ।

मनोबल शब्द बहुत अच्छा है। इसमें मन को एक ही संकल्प में एकाग्र करने का अभ्यास करना होता है। बहुतकाल के अभ्यास से हमारा मनोबल बढ़ने लगता है। योग में भी मन को कोई भी एक स्थिति में एकाग्र करना होता है। मन में बल तभी आ सकता है जब आपका मन एकाग्र हो। अगर आपके पास एकाग्रता की शक्ति होगी तो इस पुरुषार्थी जीवन में यदि कोई विघ्न भी आया तो आप एक सेकण्ड में उसको बिन्दी लगाकर व्यर्थ चिन्तन से बच सकते हैं। बाबा कहते हैं कि कोई भी बात हो - आप आत्मा बिन्दु बन, बिन्दु बाप को याद करते हुए हर बीती बात को बिन्दी लगाओ। इन तीन बिन्दियों का तिलक अमृतवेले ही लगा लो तो फिर कोई विघ्न नहीं आयेगा और अगर आता भी है तो उसमें आप विजयी होंगे। बाबा की याद से शक्तियां आती हैं जिनसे आप जो चाहे वह कर सकते हो।

तो मनोबल माना मन की एकाग्रता।

अगर बीती हुई बातों के ऊपर सोचेंगे तो एक तो टाइम वेस्ट, दूसरा एनर्जी वेस्ट होगा। तो बीती हुई बातों को याद करके परेशान होना भी समझदारी का काम नहीं है क्योंकि इससे हमारी स्थिति में जो उन्नति होनी चाहिए उसमें बाधा पहुँचती है। इसलिए बीती हुई बातों को एकदम फुलस्टॉप लगा दो। नहीं तो मन में बहुत परेशानी होगी। मेडिटेशन भी वही कर सकते हैं जो मन को कंट्रोल करना जानते हैं। नहीं तो मन सदा ही किसी ना किसी बातों में झूमता रहेगा या मूँझा हुआ रहेगा। मनोबल को बढ़ाने के लिए एक तो एकाग्रता चाहिए दूसरा कन्ट्रोलिंग पॉवर। मन की एकाग्रता माना मैं जो चाहूँ, जहाँ चाहूँ, जिस समय चाहूँ कंट्रोल कर लूँ। मन की एकाग्रता के लिए आवश्यक है मन की स्वच्छता। बाबा के पास जाकर उन्हें अपने दिल की बात सुनाकर अपने मन को एकदम खाली करो तो आपकी दिल हल्की हो जायेगी। बाकी जो बीती हुई बातें हैं उसको फिर फिर सोचो नहीं क्योंकि इससे हमारा जो सबसे बड़ा खजाना संकल्पों का है वह गंवाते जाएंगे। एक सेकण्ड भी संकल्प शक्ति को आपने गंवाया तो वह एक सेकण्ड नहीं है लेकिन आपने अनेक जन्मों के लिए गंवाया।