

## संघर्ष में समर्पण

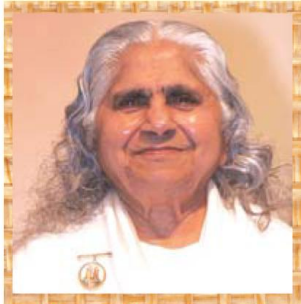
- ब्र.कु. गंगधर...

संघर्ष के मायने क्या है। सक्षम व्यक्ति को भी संघर्ष करना पड़ता है। पहले सुनने में आता था संघर्ष का परिणाम सफलता है। परन्तु अब तो लगता है कि ख्याति के बोनस में संघर्ष मिल जाता है। छोटे का संघर्ष इस बात का है कि बड़ा कैसे बने ? बड़ा का संघर्ष इसलिए है कि बड़ा ही बना रहे। सफल, ख्यात और सक्षम लोगों को भी संघर्ष करते देख, तनावग्रस्त पाकर यह सवाल उठना स्वाभाविक है कि आखिर संघर्ष है क्यों ? संघर्ष बना रहे पर तनाव चला जाए, संघर्ष होता रहे पर शान्ति बनी रहे, ऐसा कैसे हो ? इसका एक बड़ा कारण है कि मनुष्य का चिंतन, चरित्र और व्यवहार बिखर गया है। दूसरे शब्दों में कहें तो मन, वचन और कर्म में एकरूपता नहीं बच पाई है। इन तीनों की समानता में संघर्ष के साथ शान्ति समाई हुई है जो सोचा जा रहा है, वही कहा और किया जाए तो तनाव और अशान्ति को पैदा होने का अवसर ही नहीं मिल पाएगा। ख्यात हो या सामान्य, दोनों को भीतरी उन्माद ने अशान्त बना दिया है। हर व्यक्ति में उन्माद बना रहता है। अपने अन्दर संजोये स्वप्न को मुकाम तक पहुँचाने का प्रयास करता है। उन ख्वाइस को पूर्ण करने व प्राप्त करने में वह शान्ति को गँवा बैठता है। उन्माद हमारे तनाव का कारण बन जाए और अशांति का कारण बन जायें। ऐसी परिस्थिति में हमें थोड़ा रुक जायें। संकल्पों को धीमा करें। उन पहलु पर विचार करें। संघर्ष के साथ श्रेष्ठ व शुभ चिंतन ही बनाएं रखने में सहायक होता है। हर इन्सान संघर्षरत है लेकिन साथ में तनाव जुड़ जाने से सफल नहीं हो पाता। सोच चिंतन और व्यवहार को एकरूप कैसे बनायें, आइये प्रयोग करें। संघर्ष के साथ एक स्थिति को जोड़ दें, और वह है समर्पण की।

संघर्ष में मेरी मर्जी का भाव जितना ज्यादा होगा। संघर्ष में अशान्ति उतनी अधिक होगी। 'मैं' और 'मेरा' का भाव अशान्ति पैदा करता है। मैं की वास्तविकता को समझना अनिवार्य होगा। 'मैं' का अर्थ है चैतन्य शक्ति। जो कि अविनाशी है उनके गुणरूप में स्थित होना। उनकी योग्यता व शक्ति के प्रति जागरूक रहना है। 'मेरा' माना मैं फलाना हूँ। मैं बहुत बड़ा वकील, बिजनेसमैन हूँ, यह तो ठीक है। जहाँ तक शान्ति का तालुक है तो 'मेरा' माना शान्ति, प्रेम, खुशी, शक्ति, ज्ञान और सुख का साजा रूप को 'मेरा' समझना उनके प्रति जागरूक स्वरूप में रहना। 'मैं' और 'मेरा' का इस तरह आधार बनाकर और उसे परमसत्ता का समर्पण कर देना। दिव्य शक्ति की मर्जी पर अपने का समर्पण कर देना। एक बार मैंने दादी जानकी जी जो कि विश्व में सबसे बड़े संस्थान ब्रह्माकुमारीज् की मुख्य प्रशासिका हैं जो विश्व की स्थितप्रज्ञ महिला से अलंकृत है। उनसे पूछा कि आप बड़ी-बड़ी जिम्मेदारी के मध्य में अपने आप शांत कैसे रहती हैं। उनका सीधा सरल ही उत्तर था। जो भी होता है मैं परमशक्ति को समर्पण कर देती हूँ। दिव्य शक्ति-परमात्मा को समर्पण कर देने से मैं एकदम हल्की हो जाती हूँ। ऐसा लगता है कि हमारी जिम्मेदारी का बोझ कोई और उठा रहा है। संघर्ष अब भी रहता है लेकिन तनाव रहित। समर्पण का अर्थ है उस परमशक्ति की मर्जी। जो सबको संचालित करती है। समर्पण भाव आते ही हल्के हो जाते हैं। इसी को ही बिना पंख की उड़ान कहेंगे।

जब भी हम कुछ पाना चाहते हैं। सबसे पहले उन दिव्य शक्ति को अपर्ण करें। और उनमें आत्मविश्वास प्राप्त कर आगे बढ़ें। सफलता प्राप्त होगी ही। साथ-साथ खुशी व शांति भी बनी रहेगी। इस तरह से समर्पणमयता हमारी ऊंचाईयों को प्राप्त कराने में मदद करती है।

## यह समय है परमानन्द का अनुभव करने के लिए



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

संगमयुगी ज्ञान परमानन्द का अनुभव करने के लिए है। परमानन्द का अनुभव तब करेंगे जब बाबा से मिलन मनायेंगे। मिलन कैसे मनायें...? देह अभिमान को छोड़ें, देही अभिमान की स्थिति से मन-कर्मेन्द्रियों को वश में रख अतीन्द्रिय सुख महसूस करते हुए मिलन मना सकते हैं। गोप गोपियों के अतीन्द्रिय सुख का गायन है। परन्तु यह सावधानी की सीढ़ी है, सावधान रहकर, एक-दो को सावधान करके उन्नति को पाने में अतीन्द्रिय सुख है। बाबा शिक्षा भी देता है, समझानी भी देता है, तो सावधानी भी देता है। बच्चे-बच्चे कहकर प्यार से शिक्षा देता, जिससे हम मनमनाभव होकर स्वदर्शन चक्रधारी बन सकते हैं। परदर्शन-परचिंतन बंद हो जाता है। स्वदर्शन चक्र फिराने से पास्ट की सब बातें भूलती जाती हैं। स्वदर्शन चक्र फिराने से हम अपने-आपको पहचानते हैं, अपने असली स्वरूप को जानते हैं। असली स्वरूप का दर्शन होता है। जिसमें सुख-शांति-प्रेम-आनन्द समाया हुआ है। भगवान ने हमको स्वदर्शन चक्र फिराने का ज्ञान दिया है उससे समझ आ गई है - मैं कौन हूँ। शुरू में हम एकदम एकांत में, सागर के किनारे चले जाते

थे इस गहराई में जाने के लिए कि मैं आत्मा कौन हूँ। जब गहराई में चले जाते हैं, रस बैठता है तो नींद नहीं आती है। दिल कहता है इसको अच्छी तरह से जानूँ। एक ही आत्मा है, जो सदा एक जैसी है, रूप छोटा सा बिन्दू है। जैसे एरोप्लेन में जाओ तो नीचे की चीज छोटी दिखाई पड़ती है। आत्मा परमधाम में भी छोटी है, यहां साकारी तन में भी छोटी है, सूक्ष्मवतन में भी इतनी छोटी ही है। उसमें हर जन्म का भिन्न-भिन्न पार्ट भरा हुआ है। जब इसकी गहराई में चले जाते हैं तो परदर्शन, परचिंतन बंद हो जाता है। स्वदर्शन चक्र फिराना माना फिर से वो बनना जो थे, जो आदि में थे, वो अंत में बनेंगे। फिर आदि में वैसे ही आयेंगे। स्व को जानने से ही स्वदर्शन चक्र घूमता है। परदर्शन शांति, प्रेम का अनुभव खत्म कर देता है। इसलिए बाबा कहता है एक-दो को सावधान कर उन्नति को पाओ। ऐसी स्मृति में रहो जो हमारी स्मृति में रहने की शक्ति का वातावरण, वायब्रेशन्स, दूसरों को सावधान करने के साथ-साथ शक्ति भी दे। वाचा में आने की इतनी आवश्यकता नहीं है। वो वायब्रेशन ही काम करेंगे। मधुबन के वातावरण से हरेक को सहज प्राप्ति हो जाती है। अंदर से बाबा-बाबा शब्द का उच्चारण होने लगता है। अनुभव होने लगता है, मेरा बाबा है। बी.के. न भी बनना चाहें तो भी बाबा कहा तो बी.के. बन गये। बच्चे बी.के. बनने में आनाकानी

करते हैं, लेकिन बाबा कहता है - बच्चे, तुम तो मेरे हो। वन्दर है बच्चे बाबा से डरते हैं। समझते हैं दुनिया की रसम-रिवाज छोड़ना न पड़े। लेकिन जब प्राप्ति होती है तो सब कुछ स्वतः ही छूट जाता है। रत्न मिलें तो पत्थर से कौन खेलेगा। बाबा इतनी अच्छी समझ देता है, शिक्षा देता है जो शिक्षा कहती है तुम सावधान रहो। भटको मत। भटकने से बहुत दुःख पाया है। अब समझ मिली है तो समझ को यूज करो। सिर्फ समझ दिमाग तक नहीं है। जो बात दिमाग के साथ दिल को अच्छी लगती है वो कभी दिल से जा नहीं सकती है। दिल ने, विवेक ने माना है ये सत्य है तो झूठ से कौन प्रीत रखेगा। सच की नइया का, खिवैया को हाथ दिया है, पार ले जा रहा है। इस निश्चय के आधार से, सावधानी से चलते आ रहे हैं। अभी बहुत नजदीक आकर पहुंचे हैं। शांतिधाम और सुखधाम बहुत नजदीक है। दुःखधाम तो बहुत दूर है। अभी भी मार्जिन है, टू लेट नहीं है। बाबा ने जैसे ऊपर से हमको इशारा किया। तो बाबा के इशारे को देखकर सावधान होकर चल रहे हैं। दूसरों को भी इशारे से, शुभ भावना व श्रेष्ठ भाव से इशारा करते चलो। अपनी भावना एकदम अच्छी हो। अपने को इस बात में सावधान करना है किसी भी बात में न तो घबराऊं, न ही दिलशिकस्त हो जाऊं। दिलशिकस्त, घबराना और मूँझना - ये तीन बातें मेरे में न हो। परीक्षा आती है सोल कॉन्सेस बनाने के लिए।

## ब्रह्मा बाबा के समान बनना है तो उनकी विशेषताओं को धारण करो



दादी हृदयओहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

योग के टाइम दे ह - आभिमाना का अभ्यास करते हैं फिर भी बार-बार दे ह - आभिमाना क्यों हो जाते हैं? क्योंकि शरीर मेरा है, बहुत काल का अभ्यास है। इसलिए अपने को अवतार समझो, बाबा ने यह शरीर मैसेज देने के लिए दिया है तो देहभान रहेगा ही नहीं, अवतरित हुए हैं, काम किया और चले। निराकार बाप समान बनने के लिए हम ये दो विशेष अनुभव कर सकते हैं। आप जैसे हो, आपको कम्पनी भी ऐसी ही अच्छी लगेगी। चाहे मर्तबे में हो, चाहे आक्यूपेशन में हो, चाहे स्वभाव-संस्कार में हो या दिल का प्यार हो तो समीप आते जायेंगे। वैसे भी फैमिली में 4-6 बच्चे हैं लेकिन फिर भी माँ का प्यार उस बच्चे से ज्यादा होता जो स्वभाव-संस्कार में अच्छा हो। क्योंकि जो माँ चाहती है वो बच्चा करता है। तो समान हो गया इसीलिए समीप है। इसी रीति से हमको बाबा के समीप आना है तो उसका आधार है समान बनना। निराकार के रूप से तो हम इसी रीति से समान बन सकते हैं। साकार में हमारे सामने ब्रह्मा बाबा है। जैसे हम जन्म-मरण के चक्कर में आते हैं वैसे ब्रह्मा बाबा भी 84 जन्म लेते हैं। तो उनके समान

बनने के लिए हमें मंसा-वाचा-कर्मणा में पूरा फालो करना है। ब्रह्मा बाबा नम्बरवन क्यों बना? बाबा के समान कैसे बना? शिवबाबा ने ब्रह्मा बाबा के 4 कदम सुनाये हैं - एक तो आज्ञाकारी बनें, आज्ञाकारी बनने के कारण शक्तिशाली बन गये। दूसरा - सर्वश त्यागी बनें, तीसरा - वफादार और चौथा - फरमानबरदार बनें। अगर हमें भी ब्रह्मा बाबा के समान बनना है, समीप आना है, तो ब्रह्मा बाबा की इन चार विशेषताओं को अपने में धारण करना है।

ब्रह्मा बाबा की पहली विशेषता है - आज्ञाकारी। अमृतवेले उठना कैसे है, बैठना कैसे है, योग कैसे लगाना है वो सब आज्ञा मिली हुई है। हम अमृतवेले से लेकर देखें बाबा की जो भी आज्ञा है उसको हमने पालन किया? कई अमृतवेले उठते हैं, आज्ञा मानकर बैठते हैं लेकिन चले जाते हैं निद्रालोक में। बाबा की आज्ञा है कि उठो, सकाश दो, अपने में भी शक्ति भरो, दुनिया के वायुमण्डल को चेंज करो वो तो किया ही नहीं, सिर्फ आधी बात मानी उठकर बैठ गये। मन किसी भी उलझन में उलझा हुआ होगा तो खुशी नहीं होगी, खुशी नहीं होगी तो भारी होंगे। जैसे शरीर भारी होता है तो उसका असर नींद आती है। कइयों को नींद नहीं आती, लेकिन मन-बुद्धि भटकती रहती है या तो मन में थकावट रहती है या तन की थकावट है। हार्ड वर्क किया, 12 बजे सोये, दिन में आराम नहीं किया, तो तन की भी

थकावट हो सकती है, जिसके कारण योग में मजा नहीं आयेगा, भारी-भारी लगेगा उस समय कोशिश नहीं करो कि मैं आत्मा शांत स्वरूप हूँ, बाबा भी शांति का सागर है, बस शांति में चला जाऊं। ऐसे टाइम पर ज्ञान की किसी बात का मनन करना चाहिए। जब कोई भी बात सोचो तो नींद कम आती है। उस समय फरिश्ता बनकर बाबा से रूहरिहान करो, मधुबन की सीन-सीनरियां याद करो। तो पहले अपने को फ्रेश करो, पीछे परमधाम की सैर करो। बाबा कहते हैं कर्मयोगी बनो तो कर्म करते-करते नहीं कर्म कॉन्सास तो नहीं बन जाते? काम करते-करते काम के ही विचार चलते हैं, जो जरूरी नहीं होते। कई काम ऐसे होते हैं जिसमें हाथ पांव चलते हैं, बुद्धि से सोचने की बात कम होती है। जैसे कपड़े धुलाई कर रहे हैं, इसमें फुल बुद्धि लगाने की जरूरत नहीं है। कर्म और योग दोनों का बैलेंस रखो - यह है बाबा की आज्ञा। कभी भी कोई भी काम में आज्ञाकारी हैं तो फुल आज्ञाकारी हैं? आज्ञाकारी का मतलब यह है कि कदम के ऊपर कदम रखना और कदम भी पूरा फिट हो। बाबा ने कहा है ज्ञान की सेवा करो लेकिन निःस्वार्थ सेवा करो। नाम-मान-शान के स्वार्थ में फंसकर नहीं करो। स्वार्थ है तो वह सेवा भाव नहीं हुआ। अगर सेवा भाव है तो हम अपने को निमित्त समझेंगे और निमित्त वाले की निशानी है निर्माण अर्थात् मान से परे। जो वृक्ष झुका हुआ होगा वह छाया देगा। यदि निर्माण भाव होगा तो सुख की प्राप्ति होगी।

NEW TYPE OF "UPVAS"  
LIVING 1 DAY  
WITHOUT  
1. MOBILE.  
2. VEHICLE.  
3. FACEBOOK.  
4. INTERNET...  
5. PC/LAPTOP  
TRY DIS 2 GET REAL PEACE OF MIND.

