राजयोग का प्रयोग - एक तपस्या

ब्र.कु.सूर्य...

किसी भी सिद्धांत की सत्यता उसके प्रयोग द्वारा ही की जा सकती है। जब सिद्धांत प्रयोगशाला में खरा उतरता है तो अति प्रसन्नता होती है। उस सिद्धांत के प्रति विश्वास बढ़ जाता है और उसके महत्व का सम्पूर्ण आभास होने से बार-बार उसके प्रयोग को मन चाहता है। इस वर्ष के पूर्व ही हमें ईश्वरीय प्रेरणा मिली कि इस काल में योग के प्रयोग करो। योगी तो हो, प्रयोगी भी बनो। कुछ अनुभव-युक्त प्रयोग यहां प्रस्तुत है।

अलौकिक सिद्धांतों के व योग-शक्ति के प्रयोग करने की प्रयोगशाला है हमारा जीवन अर्थात् जीवन समस्याओं के चक्रव्यूह से घिरता जा रहा है, कर्मक्षेत्र पर मिली असफलताएं जीवन के प्रति उदासीनता पैदा कर देती हैं। तनाव व चिन्ताएं तो मानो कलियुग की सौगात ही हों। आपसी सम्बन्धों में बढ़ती कड़वाहट, ईर्ष्या, द्वेष, वैर व घृणा घर-घर में व प्रत्येक संगठन में अनेक कठिनाइयां पैदा कर रही है। इतना ही नहीं, कालचक्र ज्यों-ज्यों तेजी से घूम रहा है, भटकती हुई भूतप्रेत आत्माओं का प्रकोप भी बढ़ रहा है। इन सबके लिए हम योग-शक्ति का प्रयोग कर सकते हैं। हम यहां कुछ बातें प्रयोग के लिए लिख रहे हैं। इनके प्रयोग से हम अपने जीवन की अनेक मुश्किलातों को सरल बना सकते हैं। ये सिद्धांत क्योंकि स्वयं ही एक तपस्या भी है, इसलिए इस प्रकार प्रयोग करके हम तीव्र पुरुषार्थ अथवा महान योगी भी बन सकते हैं। हम जानते हैं कि भारतवर्ष में कोई भी शुभ कार्य या बड़ा कार्य प्रारम्भ करने से पूर्व स्वस्तिक बनाकर पूजा करने की रस्म है और यही मान्यता है कि इस तरह कार्य प्रारम्भ करने से कार्य में सहज ही सफलता होगी। यह अलग बात है कि आज तो लोग ऐसा पूजन करने के उपरांत भी अपने खातों में ही गलत कार्य करते हैं। वास्तव में स्वस्तिक का अर्थ है 'स्वस्थिति'। और इस रस्म का अर्थ है कि किसी भी कार्य से पूर्व यदि स्वस्थिति में अर्थात् योग-युक्त स्थिति में स्थित हो जाये तो वह कार्य सहज ही पूर्ण हो जायेगा। उसमें आने वाले विघ्न भी समाप्त हो जायेंगे। जो कार्य एक घण्टे में होने वाला है, वह पौने घण्टे में ही पूर्ण हो जायेगा। अब हम इसका प्रयोग करें। सारा दिन जो भी कार्य हमें करने होते हैं, उनसे पूर्व कुछ क्षणों के लिए हम योग-युक्त हुआ करें और इसका प्रभाव कार्य पर देखें। प्रत्येक मनुष्य को सारे दिन में कम से कम 10 प्रकार के कार्य तो करने ही होते हैं तो आप नियम बना लें कि प्रत्येक कर्म की शुरूआत हम योग-युक्त होकर ही करेंगे। एक सेवाधारी राजयोगी का जीवन बड़ा ही व्यस्त था। उसकी सदा ही शिकायत थी कि अति व्यस्तता के कारण मैं योग नहीं कर सकता और काम-काज में समस्यायें भी बहुत आती थी परन्तु उसे यही प्रयोग बताया गया। अब उसे काम वही है, परन्तु वह प्रसन्न है, उसके पास समय है और वह अपने योग-युक्त जीवन से पूर्ण संतुष्ट है। तो यदि आपको किसी कर्म में बहुत कठिनाई आती हो, लोगों का सहयोग न मिलता हो तो उससे पूर्व तीन मिनट योग कर लो और परिणाम देखें।

- ईश्वरीय महावाक्य हैं कि 'स्वस्थिति से परिस्थितियों को बदलो' परिस्थितियों का प्रभाव मनुष्य की स्थिति पर प्रतिकूल पड़ता है। मनुष्य परिस्थितियों में बहा चला जाता है, परिस्थितियां मन को अपने अधीन कर लेती हैं, मन इन्हीं उलझनों में उलझ जाता है कि अब क्या करूं... ऐसे करूं या ऐसे करूं? और यदि परिस्थिति विकट है तो मन परेशान होकर कहने लगता है.. ये भी क्या जीवन है.. इससे तो मौत भली। परन्तु स्वस्थिति का प्रभाव भी परिस्थितियों पर पड़ता है। वास्तव में यह कहना ही सत्य होगा कि हमारे कमजोर संकल्प ही विपरीत परिस्थितियों का निर्माण करते हैं। परिस्थिति आने पर यदि मन और ही अधिक व्यर्थ संकल्पों में उलझ जाएं तो परिस्थितियां अवश्य ही विकट बन जायेंगी। तो ऐसे समय स्वस्थिति से परिस्थितियों को बदलने का प्रयोग करें। योग-युक्त हो जाएं, संकल्प कम से कम चलाएं... 'बाबा जिम्मेदार है, सर्वशक्तिवान हमारे साथ है' - इस स्मृति में स्थित हो जाएं और देखें कि ये श्रेष्ठ स्मृतियां परिस्थितियों को कैसे बदलती है।

वास्तव में यह कहना ही सत्य होगा कि हमारे कमजोर संकल्प ही विपरीत परिस्थितियों का निर्माण करते हैं। परिस्थिति आने पर यदि मन और ही अधिक व्यर्थ संकल्पों में उलझ जाएं तो परिस्थितियां अवश्य ही विकट बन जायेंगी। तो ऐसे समय स्वस्थिति से परिस्थितियों को बदलने का प्रयोग करें। दिव्य शक्ति के साथ संकल्प जोड़े तो विजय निश्चित होगी ही।

यदि आपका जीवन विघ्नों से घिरा है या अचानक ही किसी गंभीर विघ्न ने आपको आ घेरा है तो आप स्वयं को विघ्न के वश न होने दो, बल्कि 'मैं विघ्न-विनाशक हूँ' - इस स्मृति और नशे में स्थित हो जाओ। विचार करो, मैं भगवान का बच्चा विघ्न-विनाशक हूँ। मुझे तो दूसरों के भी विघ्न नष्ट करने का वरदान प्राप्त है। इस प्रकार अपने शक्ति स्वरूप में स्थित हो जाओ और देखो कि विघ्न कैसे समाप्त होते हैं। यदि कोई बड़ा विघ्न आपके जीवन से जुड़ गया है तो प्रतिदिन अमृतवेले 'मैं विघ्न विनाशक आत्मा हूँ' - इस स्वरूप में स्वयं को स्थित करें और 21 दिन तक प्रतिदिन एक घण्टा शक्तिशाली योग करो। परन्तु यह योग एक ही स्थान पर व एक ही समय होना चाहिए। इस प्रयोग से निश्चित ही आप विघ्नों से मुक्त हो जायेंगे। आवश्यकता इस बात की है कि आपको स्वयं में पूर्ण विश्वास रहे... ईश्वरीय शक्तियों में पूर्ण विश्वास रहे व आप स्वयं को विघ्नों में उलझा न दें।

- ईश्वरीय महावाक्य है - 'शक्तिशाली आत्मा अपनी श्रेष्ठ वृत्ति से व शक्तिशाली वृत्ति से किसी भी वातावरण को बदल सकती है।' यदि आप देखें कि कोई व्यक्ति आपके लिए वातावरण बिगाड़ रहा है या कहीं पर किसी भी कारण अशांति व्याप्त है या कहीं तनाव का वातावरण है तो आप अपने शुद्ध वायब्रेशन्स फैलाकर या शांति के वायब्रेशन्स फैलाकर उस वातावरण को ठीक करने का प्रयोग करें। इसके लिए पहले स्वयं को स्वमान में स्थित कर दो कि 'मैं एक शक्तिशाली आत्मा हूँ, मैं विश्व परिवर्तक हूँ', और फिर योगयुक्त होकर उस स्थान पर वायब्रेशन्स दो। निःसंदेह कुछ ही समय में वहां का वातावरण बदल जायेगा। ऐसे प्रयोग आप अपने घर में भी कर सकते हैं व दूर के स्थान पर भी ऐसा प्रभाव डाल सकते हैं। इससे स्वयं में आत्म-विश्वास बढ़ेगा और अपने श्रेष्ठ कर्त्तव्यों की स्मृति व स्वयं की समर्थी का आभास स्वयं को बहुत ही शक्तिशाली बनायेगा। आप यदि किसी व्यक्ति को कोई अच्छी बात समझाना चाहते हैं, परंतु वह आपकी बात नहीं सुनता या आप किसी के विचारों में परिवर्तन चाहते हैं, आपके अपने ही सम्बन्धी आपके मार्ग में बाधक हैं, उन्हें आप अच्छी बातें कहना चाहते हैं या कार्यक्षेत्र पर आपका कोई साथी या अधिकारी आपसे रूष्ट है, उन्हें आप कुछ कहना चाहते हैं तो अमृतवेले उन रूहों से रूह-रिहान करो। उन आत्माओं के प्रति शुभ भावनाएं रखते हुए यह भी देखो कि हमारी शुभ भावनाओं का दूसरों पर क्या प्रभाव पड़ता है। परन्तु ध्यान यह रहे कि हमारी शुभ-भावनाओं में थोड़ीसा भी घृणा-भाव समाया हुआ न हो। तो अमृतवेले योग-युक्त होकर उन रूहों को उनके सम्पूर्ण स्वरूप में अपने सामने प्रकट करो और उनसे वैसे ही बातें करो जैसेकि वे सामने हों। उन्हें अच्छे व श्रेष्ठ संकल्प दो। यह रूह-रिहान प्रतिदिन उसी समय कम से कम 15 दिन करनी चाहिए। निःसंदेह उनके विचारों में परिवर्तन आयेगा। ऐसे भी प्रयोग हम कर सकते हैं। परन्तु हमारे संकल्पों का प्रभाव दूसरों पर उतना ही पड़ेगा जितना हमारे अंदर योगबल होगा।

- ईश्वरीय महावाक्य हैं - 'जो आत्मा

शेष पृष्ठ 11 पर

पिपिलि। उड़ीशा के मुख्यमंत्री नवीन पटनायक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शशी रेखा बहन।

केज, अंबाजोगाई। पूर्व मंत्री रजनीताई पाटील को 'ओम शांति मीडिया' भेंट करते हुए ब्र.कु.मधु बहन तथा साथ में हैं ग्राम पंचायत उपाध्यक्ष आदित्य पाटील।

पणजी। 'स्नेह-मिलन' कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए खेल मंत्री रमेश तवडकर तथा मंचासीन हैं कृषि अधिकारी मयेकर, ब्र.कु.शोभा बहन, ब्र.कु.सुरेखा बहन तथा अन्य।

पुष्कर। पुष्कर मेले के समापन समारोह में केंद्रीय मंत्री सचिन पायलट को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.राधिका बहन।

तासगांव। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.सुनिता बहन, डॉ.जमदाडे, ब्र.कु.मीना बहन तथा अन्य।

झींझक। साध्वी चित्रलेखा से आध्यात्मिक चर्चा करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.गिरजा बहन।