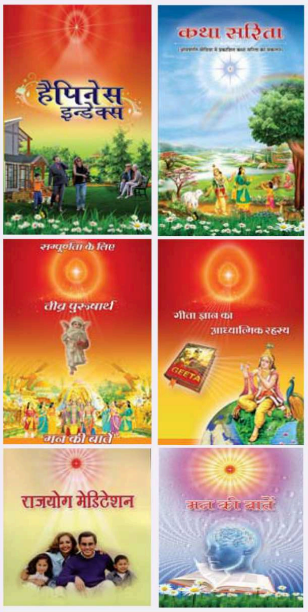
आपकी खुशी आपके पास

क्या आप अशांत हैं, क्या आप अवसाद के दौर से गुजर रहे हैं, क्या आपके मिजाज को क्रोध ने वश कर लिया है, क्या आप तनाव से ग्रस्त हैं। क्या आपने कभी सोचा है मन की शांति के लिए रिमोट कंट्रोल आपके पास है। देखिए नॉन स्टॉप, बिना किसी विज्ञापन के, आध्यात्मिकता के गुह्य रहस्यों को स्पष्ट करता हुआ ''पीस ऑफ माइंड चैनल, आपके शहर में उपलब्ध है। Enquiry Mob. 8140211111 channel-697

कल्याण। देश की प्रथम उपनगरीय महिला रेल चालक सुरेखा यादव तथा सहायक रेल चालक संगीता सरकार के साथ ब्र.कु.अल्का एवं ब्र.कु.स्नेहा।

सूचना- ओमशान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ईमेल, वेबसाइड तथा साफ्टवेयर की जानकारी रखने वाले भाई की भी आवश्यकता है। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें -
E-mail-
mediabkm@gmail.com,
Mob.-8107119445



सूचना

आप सभी भाई-बहनों की मांग पर राजयोग प्रवचन माला की पुस्तक 'राजयोग मेडिटेशन' नवीन संस्करण के साथ, भगवान कौन? की गीता का आध्यात्मिक रहस्य पुस्तक, हैप्पीनेस इंडेक्स, कथा सारिता उपलब्ध है। इसे आप ओम शांति मीडिया, शांतिवन कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

अध्यात्म से होता है स्वस्थ समाज का निर्माण

(स्वामी चक्रपाणि)

भारतीय आध्यात्मिक धारा एकांगी नहीं है, वह बहुपक्षीय है। जीवन के प्रत्येक अवयव को स्पर्श करती हुई कल्याणकारी एवं सुखमय विश्व की रचना करने का संकल्प है भारतीय अध्यात्म। तन और मन दोनों का स्वस्थ होना किसी भी उन्नतिशील सभ्यता के लिए आवश्यक है। अत: धर्म से योग और ध्यान को जोड़ा गया। साथ ही यह कामना की गई कि प्रत्येक व्यक्ति सुखमय, निरोगी और उमंगमय जीवन जीये।

वैदिक ऋषियों ने परोक्ष सत्ता से कामना की कि हम सौ वर्ष तक देख सकें। सौ वर्षों तक बोध प्राप्त करते रहें। सौ वर्षों तक हम उन्नति करते रहें। सौ वर्षों तक हम जीवित रहें और उससे भी अधिक वर्षों तक जीवित रहते हुए अपने समस्त कार्य निर्विघ्न और कुशलतापूर्वक करते रहें। ऋषियों ने 'हम' सर्वनाम का प्रयोग किया है। यह समस्त मानवता का द्योतक है। सम्पूर्ण मानव जाति का प्रतिनिधित्व करते हुए ज्ञानी और तपस्वी ऋषि एक स्वस्थ और क्रियाशील समाज के निर्माण के लिए प्रतिबद्ध थे। यही प्रतिबद्धता भारतीय दर्शन का आधार भी बनी।

यहां यह उल्लेखनीय है कि समस्त वैदिक प्रार्थनायें सम्पूर्ण मानवता के हित में समर्पित हैं। उन्हें किसी विशेष आस्था या वर्गीय निष्ठा से नहीं जोड़ा गया है। यजुर्वेद में ऋषि अपनी इसी विराट दृष्टि को प्रकट करते हुए कहते हैं कि हे मनुष्यों! तुम्हारी आयु यज्ञ से वृद्धि को प्राप्त हो और वह कार्य करने में समर्थ हो। तुम्हारे प्राण बलकारी और वृद्धि को प्राप्त हों। तुम्हारे नेत्र-इन्द्रियों का सामर्थ्य यज्ञ व शिष्टाचार से समर्थ हो। तुम्हारी श्रवण शक्ति यज्ञ से वृद्धि को प्राप्त हो। तुम्हारी पीठ का बल यज्ञ से शक्ति को प्राप्त करे। तुम्हारी उपासना एवं सत्कर्म यज्ञ से वृद्धि और सम्पन्नता को प्राप्त हो। तुम सब परमेश्वर की श्रेष्ठ प्रजायें बनकर रहो तथा तुम लोग दिव्य एवं गुणवान होकर जीवन-मरण के चक्र से मुक्त हो जाओ। इस आशीष युक्त मंत्र में यह तो स्पष्ट होता है कि हमारे तपस्वियों की आध्यात्मिक ऊर्जा के आशीर्वाद का छोर सम्पूर्ण है। वह केवल सदाचार को महत्व देते हुए मानव कल्याण की कामना करते हैं।

यहां यह समझ लेना चाहिए कि केवल मन की पवित्रता एवं सदाचार ही विश्व कल्याण का अंग नहीं है। अपने उत्तम विचारों और संकल्पों को कार्य रूप भी दें। इसके लिए अच्छे स्वास्थ्य का होना भी परमावश्यक है। लोक सेवा तब ही संभव है जब शारीरिक और मानसिक दृष्टि से व्यक्ति सक्षम हो। इसलिए आयुर्वेद में योग और अध्यात्म क्रियाओं के शारीरिक प्रकल्पों को धर्म से जोड़ा गया है। प्रात: शीघ्र जागरण और सूर्योदय से पूर्व स्नान तथा मनन की व्यवस्था। स्वस्थ समाज का ही संकल्प है। योग को ध्यानमय करना तन और मन को सुंदरता प्रदान करना है। इसलिए यजुर्वेद के अन्य मंत्र में साधक कहता है कि हे देव! मेरे मन को, मेरी वाणी को, मेरे प्राणों को, (शेष पेज 8 पर)

प्रश्न - हम सभी धर्म को मानने वाले हैं। परन्तु आज देखा ये जा रहा है कि मनुष्य के कर्म उसके धर्म के अनुकूल नहीं रहे हैं। हम क्या करें जो कर्म धर्म के साथ जुड़ जाएं?

उत्तर -धर्म ने मनुष्य को श्रेष्ठ कर्म सिखाये। धर्म था ही मनुष्य के कर्म पर अंकुश लगाने के लिए। परन्तु समय बीता, मनुष्य में गिरावट आई क्योंकि उसने धर्म का अनुसरण करना बंद कर दिया। परिणामत: धर्म मंदिरों तक सीमित रह गया या ग्रन्थों में सिमट गया। सभी धर्मों का यही हाल हुआ। इस कारण से मनुष्य के पास धर्म का बल नहीं रहा। अब पुन: आवश्यकता है कर्म को धर्म से जोड़ने की।

धर्म मनुष्य को पवित्रता सिखाता है, मन की शुद्धि व श्रेष्ठ आचरण सिखाता है तो किसी आयु तक उसे संयमित जीवन जीना ही चाहिए। चार विशेष कर्म जीवन में ले आये तो धर्म के साथ कर्म भी जुड़ जाएगा। सबको सुख देना, ईमानदारी से कार्य व्यवहार करना, मुख से मृदु व नम्रतापूर्ण वचन बोलना तथा लोभ व इच्छाओं का गुलाम न होना। इन श्रेष्ठ कर्मों को जीवन में अपनाने से पुण्य कर्मों का खाता बढ़ता रहेगा और धर्म के बहुत से उपदेश स्वत: ही जीवन में आ जाएंगे। इसके विपरीत यदि मनुष्य अति विषय वासनाओं में रहता है, यदि वह पाप कर्मों में प्रवृत्त रहता है, यदि वह दूसरों का धन हड़पता है और यदि वह दूसरों को सताता है, तो वह धर्म का अनुयायी नहीं है। कर्म, धर्म के साथ जुड़ जाए इसके लिए परमात्मा से योगयुक्त होकर शक्ति लेना भी आवश्यक है।

प्रश्न -बाबा हमेशा कहते हैं, कर्म करते हुए कर्म से न्यारे रहो। क्या यह सम्भव है -यदि हाँ तो कैसे?

उत्तर -मनुष्य निरंतर कर्म कर रहा है। प्रत्येक कर्म उस पर अपना प्रभाव डाल रहा है, यों कहें कि कर्म उसे बाँध रहे हैं अर्थात वह कर्मबंधन में जकड़ता जा रहा है, परन्तु हमारा लक्ष्य है -कर्मातीत होना। कर्मातीत स्थिति का अर्थ है कर्म के प्रभाव से मुक्त रहना व कर्म के परिणाम के प्रभाव से भी मुक्त रहना। परन्तु यदि हम देहभान में रहकर कर्म करते हैं तो हमारे कर्म हमारे लिए बंधन का काम करते हैं जबकि आत्मिक स्थित में रहकर किये जाने वाले कर्म दिव्य कर्म कहलाते हैं और ऐसे कर्म जीवन को दिव्य बनाने वाले हैं।

हम ऐसे ढंग से कर्म करें कि हमें कर्मोपरांत यह लगे कि मानो हमने कुछ भी नहीं किया। यही आत्मा की निर्लिप्त स्थिति है। इसे ही कह दिया है कि आत्मा निर्लेप है। आत्मा निर्लेप नहीं है बल्कि यह उसकी सम्पूर्ण योगयुक्त स्थिति है। कर्म करने से पूर्व हम जिस स्मृति में होते हैं उसके वायब्रेशन्स पूरे कर्म को प्रभावित करते हैं। हमारी स्मृति ही हमारी स्थिति का निर्माण करती है। इसलिए हमारे कर्म दिव्य व अलौकिक हों, तो कर्म से पूर्व इस तरह अभ्यास करें।

प्रथम -यह संकल्प नेचुरल कर दें कि मेरा हर कर्म परमात्म-अर्थ है। मैं अपने या परिवार के लिए कर्म नहीं कर रहा हूँ। बाबा से बातें करें -बाबा मेरा हर कर्म तुम्हारे लिए है। द्वितीय -अपने कर्मों को प्रभु अर्पण कर दें। कर्म के परिणाम को भी प्रभु अर्पण करें। चाहे परिणाम अच्छा हो या बुरा, महिमा हो या ग्लानि, हार हो या जीत, सब प्रभु अर्पण ....।

तृतीय -अभ्यास करें कि मैं आत्मा इन कर्मेन्द्रियों से कर्म करा रही हूँ और बाबा हजार भुजाओं सहित मेरे साथ है। कभी यह अभ्यास करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ या मैं एक महान आत्मा हूँ। कभी परमात्म स्वरूप पर बुद्धि को स्थिर करके कर्म करें। ऐसा करने से कर्म करते भी न्यारेपन की अनुभूति होती रहेगी।

प्रश्न -हमारे यहाँ एक स्लोगन लिखा रहता है कि स्वयं को बदलो तो जग बदलेगा। इसका क्या अर्थ है और क्या एक व्यक्ति के बदलने से विश्व बदल जायेगा?

उत्तर -देखने में तो ऐसा ही लगता है कि अकेला चना क्या भाड़ फोड़ेगा। एक व्यक्ति अच्छा बन भी जाए तो इससे क्या होता है। परन्तु सत्य कुछ और है। आपको यह जानना चाहिए कि ये महावाक्य किसने किसको कहे! हम बता दें -स्वयं भगवान ने देवकुल की महानात्माओं के लिए ये वचन उच्चारे। वे आत्माएं इष्टदेव, देवी हैं और पूर्वज हैं। उन एक-एक महानात्माओं से लाखों महानात्माएं जुड़ी रहती हैं। उनका परिवर्तन उन लाखों आत्माओं को परिवर्तित कर देता है। वे ही इस कल्पवृक्ष के मास्टर बीज भी हैं। उनका परिवर्तन विश्व की अनेक आत्माओं पर प्रभाव डालता है। इस तरह यह कार्य चलता है। देखिए एक घर में जो परिवार का बड़ा होता है, उसकी स्थिति का प्रभाव सब पर पड़ता है। यदि वह क्रोधी है, कटुभाषी है तो परिवार पर उसका बुरा प्रभाव देखा जा सकता है। इसी तरह जो सृष्टि के बड़े हैं, पूर्वज हैं, उनका प्रभाव भी पूरी सृष्टि पर पड़ता है।

प्रश्न -हमारे सेवाकेन्द्र के मकान को किसी ने बड़ी ही चालाकी से अपनी पत्नी के नाम करा लिया है। हमें इन बातों का इतना ज्ञान नहीं था, उसने हमारे भोलेपन का फायदा उठाया। हम इसमें क्या योग का प्रयोग करें?

उत्तर -अवश्य ही उस व्यक्ति के मन में पाप आ गया है। संसार में पाप अति बढ़ता जा रहा है। अपने ही अपनों को धोखा दे रहे हैं। सम्पत्ति ने तो अनेकों के मन को पाप से भर दिया है। अब थोड़े ही समय में ऐसे पापी बड़ा कष्ट पायेंगे और जो भगवान को धोखा देने की सोच रहे हैं वे तो स्वयं के लिए रसातल जाने का मार्ग बना रहे हैं। सम्पत्ति आने वाले समय में मनुष्य को ज्यादा कष्ट देगी। विनाशकाल में सुखी वही रहेंगे जिन्होंने अपनी सम्पत्ति को पुण्यों में बदल दिया होगा।

आप डरें नहीं, आप भोले हैं तो भोलानाथ आपके साथ है। भगवान क्योंकि परम सत्य है, इसलिए उसे केवल सत्य ही स्वीकार्य है। आप सच्चे मन से उन्हें क्षमा कर दें और इक्कीस दिन योग करें, एक घण्टा प्रतिदिन। योग से पहले दो स्वमान याद करें -मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ व विघ्न विनाशक हूँ। इससे सेवा में आया यह विघ्न नष्ट हो जाएगा।