delhi_Page 1 and 2 14/04/2015 09:37 Page 8

स्वरूप ऐसा बनाओ, जिससे परम सिद्धि को प्राप्त कर सको

फिरोजपुर कैंट-पंजाब। महाशिवरात्रि पर वरिष्ठ रेलवे मंडप विद्युत अभियंता सुनील शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. ऊषा।

दुमका-झारखण्ड। कल्याण मंत्री डॉ. लुईस मराण्डी को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. जयमाला।

जयपुर-राजापार्क। पावर ग्रिड कॉर्पोरेशन ऑफ इंडिया लि. के ट्रेनिंग प्रोग्राम में 'आध्यात्मिक जागृति' पर समझाने के बाद समूह चित्र में ब्र.कु. पूनम तथा प्रतिभागी।

जयपुर-कमल अपार्टमेंट। 'परमात्म शक्ति द्वारा महापरिवर्तन का समय' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. पूनम, पार्षद रमेश गुर्जर तथा अन्य।

झालदा-पुरुलिया (प.ब.)। नये गीतापाठशाला के उद्घाटन तथा शिवजयंती पर दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. संध्या तथा नगरवासी।

ऋषिकेश। होली स्नेह मिलन कार्यक्रम में अपने विचार प्रकट करते हुए श्रीमती एम.एस. राणा। साथ हैं ब्र.कु. आरती।

भगवान अगर हमारा माता-पिता है तो वो हमें आपस में युद्ध करने की प्रेरणा कैसे दे सकता है! मनुष्य की वृत्ति ऐसी हो गई है कि उसने भगवान के संदेश को भी उसी स्तर से समझने का प्रयत्न किया। वास्तव में परमात्मा की भावनायें काफी ऊंची हैं और जब उसको समझने लगते हैं तब जीवन को आध्यात्मिक उन्नति की ओर हम बढ़ा सकते हैं। उसके बाद बहुत ही सुंदर बात यहाँ पर कही है कि - जनक आदि ज्ञानी जन भी अनासक्त होकर सदा कर्म करते रहे हैं। जनक का भावार्थ यहाँ है - जन्मदाता। हमारे स्वरूप को जन्म देने वाला है-योग। योग माना स्वयं को सुसंस्कृत करने का विज्ञान जो हमारे स्वरूप में एक निखार ले आता है। इसीलिए योग ही हमारे लिए जनक है जो अपने स्वरूप को जन्म देता है, दिव्य स्वरूप को, एक आभामयी स्वरूप को जन्म देता है। योग से संयुक्त प्रत्येक महापुरुष जनक है। कर्मों के द्वारा ही परम सिद्धि को प्राप्त हो सकते हैं। श्रेष्ठ पुरुष जो आचरण करता है संसार उसका अनुसरण करता है। इसलिए ज्ञानी जन के लिए, ऐसे जनक के लिए अपने हर कर्म के प्रति जागृत रहना, कितना आवश्यक हो जाता है। क्योंकि कई आत्मायें आपके हर आचरण को देख रही हैं और उसमें से प्रेरणा प्राप्त करती जा रही हैं। इसलिए हर कर्म के प्रति हमारी कितनी जागृति रहनी चाहिए, हर विचारधारा के प्रति, मनोवृत्ति के प्रति कितनी जागृति अंदर से रहनी चाहिए! भगवान ने अर्जुन को यह प्रेरणा दी कि हे अर्जुन! तुझे देखने वाली कई आत्मायें हैं, इसलिए तुम अपने स्वरूप को ऐसा बनाओ, ऐसा निखारो कि जिससे तुम परम सिद्धि को प्राप्त कर सको। फिर भगवान ने आगे कहा, ज्ञानी पुरुषों की ज़िम्मेवारी कितनी है! ज्ञानी पुरुष का आचरण, अज्ञानी की बुद्धि में भ्रम या कर्म के प्रति अश्रद्धा उत्पन्न करने वाला नहीं होना चाहिए। अगर हमारे कर्म से कोई आत्मा भ्रमित हो जाती है, मार्ग भटक जाती है तो उसकी ज़िम्मेवारी हमारे ऊपर है। कर्म वही हो परंतु भावना भेद से अंतर पड़ जाता है। परमार्थी मनुष्य का कर्म आत्म विकास के लिये होता है, संसारी मनुष्य का कर्म आत्म बंधक हो जाता है। इसलिए संसार में रहते हुए भी, परमार्थी कैसे बनो? जिससे आत्मोन्नति कर सको, ये प्रेरणा अर्जुन को दी। जैसे पहले के समय में, कोई अगर किसी को मुख से बोल कर भी प्रेरणा देता था कि अरे भाई थोड़ा बहुत पाप कर्म कर लो, इसमें कोई बुराई नहीं है, तो मनुष्य क्या कहता था? अरे! बाल-बच्चे वाला हूँ, समाज में रहना है और इज़्ज़त से जीना है इसलिये मैं ये पाप नहीं करूंगा। ऊपर वाला भी मुझे देख रहा है। लेकिन आज की दुनिया में कोई अगर याद भी दिलाता है कि क्यों इतना पाप करते हो? तो मनुष्य क्या कहता है, अरे! समाज में रहना है, बाल-बच्चे वाला हूँ, इज़्ज़त से जीना है तो पाप नहीं करूंगा तो सबका पेट कैसे भरूंगा। शब्द वही है जो पहले कहता था कि बाल-बच्चे वाला हूँ, समाज में रहना है, इज़्ज़त से जीना है, लेकिन आज क्या कहता है? पाप नहीं करूँगा, तो सबका पेट कैसे भरूँगा? ये पाप करना ही पड़ेगा। अरे! भगवान तुझे देख रहा है। तो क्या कहता है? भगवान देख रहा है, तो देखता क्या है? छुड़ाए ना! कर्म वही है, भाव और भावना में अंतर पड़ गया है। आज मनुष्य की मनोवृत्ति कितनी बदल गयी। वह पहले भी संसारी था लेकिन पाप करने से डरता था। आज भी संसारी है, लेकिन आज क्या कहता है? भगवान देखता क्यों है? छुड़ाता क्यों नहीं है? छुड़ाए न मुझे पाप करने से। तो कितना बड़ा अंतर उसकी भावना में आ गया। किस तरह से वो मार्ग भटक गया है। उसको देखकर के कई लोग, कई बच्चे, कई निर्दोष भी मार्ग से भटक जाते हैं। जिसके लिए भी वो ज़िम्मेवार हो जाता है। आगे भगवान ने कहा है कि हे अर्जुन! अंतरात्मा में ध्यानस्थ होकर के कर्मों को मुझे अर्पण करके, आशा, ममता और संताप रहित होकर कर्म करो। अब यहाँ बहुत स्पष्ट हो जाता है कि कौन सा युद्ध करने की प्रेरणा भगवान ने दी है। क्योंकि वास्तव में जब इंसान ध्यान करता है, तभी युद्ध का सही स्वरूप खड़ा होता है। काम, क्रोध, राग, द्वेष, आशा, तृष्णा आदि विकार बाधा के रूप में आक्रमण करते हैं। इनको मिटाने के लिए, ये युद्ध करनी है। इन सबको मिटाते हुए अंतरात्मा में समेटते जाना और ध्यानस्थ होते जाना यही यथार्थ युद्ध है, यही मनोयुद्ध है। जो दोष दृष्टि रहित होकर श्रद्धा के साथ इस युद्ध में लगता है, वो कर्मों के बंधन से छूट जाता है। तो ये युद्ध करने की प्रेरणा हमें प्राप्त होती है।

मन का मौन

भारतीय संस्कृति में मौन व्रत का बहुत गायन है। प्राचीन ऋषि मुनियों के अनुभव प्रमाण मौन अपने आप में ही एक बहुत बड़ी तपस्या/ साधना है, जिसे केवल साहसिक लोग ही कर सकते हैं, क्योंकि चंद घरों के लिए अपना मुख कुछ-कुछ लोग तो बंद कर लेते हैं, परन्तु अपने मन को विचारों से मुक्त कर मन का मौन धारण करना, यह तो कोई विरला ही कर सकता है।

कहते हैं कि जो समझदार होता है वह कम बोलता है और कई बार वह मौन रहकर भी संवाद साधने की कला का बखूबी इस्तेमाल करता है। अनुभव कहता है कि मौन में रहकर मनुष्य खुद को बड़ी से बड़ी परेशानी से बचा सकता है, परन्तु यदि कोई अपनी आदत से मजबूर होकर एक के बदले दस जवाब देता है और कहता है कि मैं चुप क्यों रहूँ, किसी से दबकर क्यों रहूँ, तो वह बहुत बड़ी मुसीबत में फंस सकता है। मौन की अपनी

अनुपम अभिव्यक्ति होती है जो किसी भाषा की मोहताज नहीं होती। प्राय: लोग वाणी के विराम को ही मौन की परिभाषा समझते थे, लेकिन यदि किसी व्यक्ति के मन में संकल्पों की उथल-पुथल हो रही हो, किसी अन्य व्यक्ति के प्रति उसके मन में द्वेष-भावना का ज्वार भाटा उठ रहा हो, विषय-वासना उसके मन में अंदर ही अंदर भभक रही हो तो क्या यह मौन कहा जाएगा? इसे तो वास्तव में मौन की एक अति खतरनाक स्थिति कहा जाएगा, जिससे फायदा तो नहीं, अपितु बड़ा नुकसान ही होता है।

कहते हैं कि पानी सा रंगहीन नहीं होता मौन, आवाज़ की तरह ही इसके भी होते हैं हज़ार रंग। वास्तव में देखा जाए तो मन और वाणी दोनों का शांत होना ही पूर्ण मौन कहा जाता है। मुख के मौन को बाह्य मौन कहा जाता है तथा मन का मौन अंत: मौन कहलाता है। मन को स्थिर रखना, बुरे विचार न करना, आत्मस्थिति में मग्न रहना, आंतरिक सुख में डूबे रहना, आध्यात्मिक विचार करना और मन को इंद्रिय समूहों से हटाकर आत्मस्थिति में टिकाना, यह सब आंतरिक मौन में रहने की बुनियादी धारणाएं हैं। एक मशहूर कहावत है कि जितना मीठा बोलना सुखकारी है, उतना ही कम बोलना भी लाभकारी है, परन्तु हमें यह समझ भी होनी चाहिए कि जहां मौन रहना चाहिए, वहां बोलकर कभी भी अपने लिए झमेला खड़ा नहीं करना चाहिए। जिस प्रकार मोटरगाड़ी में एक्सीलेटर होता है, - शेष पेज 6 पर...