om 23 Final_Page 1 and 2 02/03/2015 10:20 Page 11

जीवन के कुछ आदर्श बनाएं

भगवान की रचना में मनुष्य एक आदर्श प्राणी है। मनुष्य के पास चिंतन-शक्ति है, विवेक-शक्ति है। मनुष्य का जीवन ही अन्य सभी प्राणियों के लिए भी अनुकरणीय होता है। यहां हम एक सूक्ष्म मनोविज्ञान की चर्चा कर रहे हैं। मनुष्य जो कुछ सोच रहा है, वह जैसा सोच रहा है उसके प्रकम्पन चारो ओर फैलते हैं। मन क्योंकि अत्यंत शक्तिशाली है इसलिए उन प्रकम्पनों का प्रभाव स्थूल प्रकृति पर, अन्य मनुष्यों पर व अन्य प्राणियों पर अर्थात् जीव-जंतुओं पर भी प्रड़ता है। यदि मानव समाज में हिंसा की प्रवृत्ति बढ़ जाए तो जानवर भी अधिक हिंसात्मक हो जाते हैं। और यदि किसी के परिवार में पूर्ण शान्ति है तो उसमें पालतू कुत्ते, बिल्ली भी शान्त स्वभाव के बने रहते हैं। अर्थात् मनुष्य ही इस सम्पूर्ण सृष्टि का आधार है। मनुष्य सुखी तो सम्पूर्ण जगत सुखी, मनुष्य दु:खी तो समस्त प्राणी दु:खी और यदि मनुष्य शान्त तो चहुं ओर शान्ति का साम्राज्य आ जाता है। यहां तक कि प्रकृति भी सुखदाई बन जाती है।

तो इतना महान् है मनुष्य और इतना महत्व है उसके विचारों का। इस सत्य को ध्यान में रखते हुए हमें अपने जीवन के कुछ सिद्धान्त बना लेने चाहिए। सिद्धान्तों पर आधारित जीवन सदा ही शक्तिशाली होता है। वह जीवन जो सिद्धान्तविहीन है, मूल्यहीन माना जायेगा। सिद्धान्त बनाकर मनुष्य को स्वयं को उन सिद्धान्तों के प्रति समर्पित कर देना चाहिए अर्थात् उन पर चलने के लिए मन में दृढ़ संकल्प धारण कर लेना चाहिए, किसी भी कीमत पर, चाहे कुछ भी कुर्बानी क्यों न देनी पड़े, उन पर कायम रहना चाहिए। विश्व प्रसिद्ध उदाहरण है हरिशचन्द्र का, जिसने सत्य वचन निभाने के लिए घोर कष्ट सहे। ऐसे एक नहीं हज़ारों उदाहरण हैं कि मनुष्य ने अपने सिद्धान्तों का पालन करने के लिए स्मरणीय कुर्बानियां दीं।

तो हम पाठकों के लाभार्थ यहां कुछ सिद्धान्तों का वर्णन कर रहे हैं। इन्हें अपना जीवनसाथी बना लेना चाहिए। इससे जीवन में बड़ा ही आत्म संतोष प्राप्त होगा और उन्हीं सिद्धान्तों के आधार पर आप प्रसिद्ध होंगे। हाँ, उन पर खरा उतरने के लिए आपको कुछ परीक्षाओं से गुज़रना पड़ सकता है, उसके लिए आपको तैयार रहना होगा– यह याद रखते हुए कि सोना तपकर ही निखरता है, जीवन भी तपकर ही निखरता है। बिना तपा जीवन तो अंदर से मैला होता है।

सिद्धान्त इस प्रकार हो सकते हैं:-

1. मैं हर हालत में सभी को सुख दूंगा, किसी का दिल नहीं दुखाऊंगा।

2. मैं सदा ही झुककर रहूंगा, अहंकार को जीवन रूपी मंदिर में प्रवेश न होने दूंगा।

3. मेरा लक्ष्य होगा– असहायों को मदद करना।

4. मैं पर-निंदा, पर-चिंतन व व्यर्थ बातों में अपना कीमती समय नहीं गवाऊंगा।

5. मैं किसी भी परिस्थिति में हिम्मत व साहस नहीं छोडूंगा।

6. मैं कर्मठ बनकर रहूंगा, न कि अलवेला।

7. मैं कभी मुख से कड़वे वचन नहीं बोलूंगा।

8. मैं सदा संतोष रूपी धन से स्वयं को भरपूर रखूंगा।

9. मैं असत्य नहीं बोलूंगा व किसी से अन्याय नहीं करूंगा।

इसी प्रकार कुछ और भी सिद्धान्त हो सकते हैं। ऐसे कुछ सिद्धान्त अपनाकर समाज के समक्ष, अपने परिवार के समक्ष हमें आदर्श प्रस्तुत करना चाहिए। क्योंकि हमारे वर्तमान समाज में इस आदर्श का बहुत अभाव हो गया है। सभी कलियुग की धारा में तीव्र वेग से बहे चले जा रहे हैं, उससे अलग मार्ग चुनने का किसी में भी साहस नहीं रह गया है। इसलिए हमारी नव पीढ़ी कोई भी आदर्श न पाकर निराशा के कारण अनैतिकता को ही जीवन का मार्ग समझ चुकी है। हम नव पीढ़ी को दोष नहीं दे सकते। उनके सामने आदर्श है ही कहां। यदि कोई आदर्श है भी तो वे भ्रष्टाचार और अनाचार के काले बादलों में इतने छुप गये हैं कि खोजने वालों को इस अंधकार में कोई भी सत्य नज़र नहीं आता। तो हमें ये पर्दे हटाने होंगे। अब देखें– कौन आगे आता है, समाज के सम्मुख प्रत्यक्ष आदर्श दिखाने में।

जैसा हमने कहा– सिद्धान्तों पर अडिग रहने के लिए मनुष्य को अवश्य ही सहन करना पड़ेगा, उसे जीवन में कुछ घाटा भी नज़र आयेगा, उसे लोगों की खरी-खोटी भी सुननी पड़ सकती है, परंतु यदि वह सिद्धान्तों पर अटल रहे तो जीत उसकी ही होगी। समस्त विश्व उसका गुणगान करेगा, उसकी महानताओं को स्वीकार करेगा और उसके पद-चिन्हों पर चलने में गौरव का अनुभव करेगा। तो इस भय को तिलांजलि दे दें कि पता नहीं हम सिद्धान्तों पर चल सकेंगे या नहीं, इसलिए हम सिद्धान्त बनाये ही नहीं। इससे तो

हम जैसे हैं वैसे ही ठीक। कहीं संसार हम पर हंसे नहीं। इन कमज़ोर विचारों से जीवन की शक्ति नष्ट न करें। यह याद रखें कि मनुष्य जो चाहे कर सकता है।

आप घर में सभी मिलकर भी कुछ सिद्धान्त बना सकते हैं। एक बार एक सज्जन ने यह नियम बनाया था कि हम घर में मांस नहीं पकाएंगे, किसी भी पार्टी में मदिरा नहीं भेंट करेंगे, न स्वयं पियेंगे। यद्यपि उनको बड़ी-बड़ी पार्टियों में जाना पड़ता था, उनके घर में भी मेहमान आकर मांसाहारी चटपटे भोज का निवेदन करते थे। परंतु वे अटल थे अपने नियम पर, चाहे उन्हें कहीं भी जाना हो, वे शाकाहारी भोजन ही लेते थे। उनके घर भी शाकाहारी भोजन खाकर लोग इतने प्रसन्न होते थे, वे उनकी दृढ़ता से इतने प्रभावित होते थे कि स्वयं भी मांसाहारी भोजन का त्याग कर देते थे। फलस्वरूप वे बड़े प्रसिद्ध हुए। आज भी उनका कुल इन सिद्धान्तों का पालन कर रहा है।

इस प्रकार सिद्धान्त भी समाज की आधारशिला है। यदि किसी समाज की ये आधारशिला मज़बूत नहीं तो वह समाज खोखला व कमज़ोर हो जाता है, उसका महत्व भी नहीं रहता और वह सम्मानित भी नहीं होता। इसलिए समझदार लोगों को चाहिए कि सिद्धान्तमय जीवन बनाने की प्रणाली का शुभारंभ करें। यही उनकी सच्ची समाजसेवा होगी।

कोई भी कर सकता है...

-पेज 10 का शेष...

के लिए आँख बंद करके आप देखें कि उस परमात्मा की शक्ति भी मेरे साथ जुड़ गई। अब मेरा सफर बिल्कुल सुरक्षित रहेगा। इन संकल्पों के साथ आप गाड़ी में बैठें।

2. ऑफिस पहुँचते ही सभी के लिए एक संकल्प करें कि सभी कर्मचारियों का मन मेरी तरह ही बिल्कुल शांत है और आज वे पूरे दिन इसी शान्ति के वातावरण के साथ काम करेंगे।

3. अपने कैबिन में जाते हुए अपने पूरे कैबिन पर एक बार ऐसे ही नज़र दौड़ाना है और ये कहना कि पूरी कैबिन शान्ति के वातावरण से भर जाये और जो भी मेरे सामने आ जाये वो अपनी बात पूरी तरह से कहे और मैं उसका उचित उत्तर दूँ, बिना किसी गुस्सा या नाराज़गी के।

4. अब जैसे ही आप व्यस्त होना शुरु होते हैं तो अपने मोबाइल को एक टूल की तरह इस्तेमाल करें। उसमें एक-एक घण्टे का रिमाइंडर लगा दें जो आपको याद दिलाता रहे कि हरेक घण्टे यही संकल्प करना है।

5. शाम को सभी कर्मचारियों के साथ आपको हाथ मिलाते हुए ये सोचना है कि सभी के अंदर मेरे हाथों से एक सकारात्मक ऊर्जा निकलकर प्रवेश कर गई और सभी की थकावट दूर हो गई।

6. इससे आपको अपने मन में फालतू बातों के लिए जगह नहीं मिलेगी और आपका पूरा दिन अच्छा गुज़रेगा।

7. अच्छा-अच्छा कहने से अच्छा हो ही जायेगा और आप भी हमारी तरह राजयोग की पहली सीढ़ी पार कर लेंगे।

-ब्र.कु. अनुज,दिल्ली

जयपुर। 'गीता ज्ञान रहस्य प्रवचन माला' का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए पूर्व विधायक बगरु गंगा देवी, राजनेता राजेश मिश्रा, महंत श्री श्री 108 केशवानंद, कुम्भ केयर बाला ट्रस्ट, ब्र.कु. सुषमा, ब्र.कु. वीणा तथा पार्षद संजय जागिड़।

लॉस एन्जेलस। इंटरनेशनल बुद्धिस्ट प्रोग्रेस सोसायटी द्वारा आयोजित 'विश्व शांति समारोह' में सम्मिलित हुए ब्र.कु. गीता।

मोहाली। शिवरात्रि कार्यक्रम के दौरान शिव ध्वज फहराने के बाद ईश्वरीय स्मृति में विधायक बलबीर सिंह सिद्धु, ब्र.कु. प्रेमलता, ब्र.कु. रमा तथा अन्य।

चोपड़ा-महा। 'राजयोग द्वारा तनाव मुक्त जीवन' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए पूर्व नगराध्यक्षा सुशीला शहा, पूर्व नगराध्यक्ष रमन भाई, गुजराती पत्रकार के.डी. चौधरी, व्यापारी विश्वनाथ अग्रवाल, ब्र.कु. उषा,माउण्ट आबू, ब्र.कु. मिनाक्षी तथा ब्र.कु. मंगला।

फरीदाबाद। ब्रह्माकुमारीज़ के व्यापार एवं उद्योग प्रभाग एवं फरीदाबाद इंडस्ट्रीज़ एसोसिएशन के समायोजन से 'स्वच्छ मन से स्वच्छ उद्योग' विषयक कार्यक्रम में मंचासीन हैं शिव नारायण सिंह,कमिश्नर,सेन्ट्रल एक्साइज़ अपील्स, एस.के. तनेजा, एक्ज़ीक्युटिव कमेटि मेम्बर,फरीदाबाद इंडस्ट्रीज़ एसोसिएशन, ब्र.कु. उषा तथा ब्र.कु. भारत भूषण।

गुवाहाटी-रूप नगर(असम)। 'परिवार समृद्धि' विषयक कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में इफको के ऑफिसर्स, मैनेजर्स, ब्र.कु. संहिता, ब्र.कु. मौसमी तथा अन्य।