

मन को आकाश दें...

'कैसा चल रहा है दोस्त?' बहुत समय के बाद मिले मित्र को पूछता है।

वो मित्र निराशा भरे स्वर में कहता है 'हूँ, बिना प्रकाश का दीप हूँ।', 'बिना नमक के भोजन जैसा मेरा जीवन है', 'मैं सोचता हूँ कि कुदरत ने मुझे मानव बनाया ही क्यों?'

'कष्टों की परंपरा, आघातों का पूर और निस्फलताओं के बोझ को उठाकर जीने का क्या अर्थ है...?'

अपने मित्र के ऐसे निराशाजनक उद्गार सुनकर उसकी खबर लेने वाले मित्र को बहुत आश्चर्य का अनुभव हुआ। जीवन के प्रति इतना बड़ा धिक्कार!

दुनिया में ऐसे अनेक लोग दिखाई देंगे जो जीवन को सदा ही धिक्कारते रहते हैं, अपने जीवन के प्रति घृणा करते रहते हैं। जीवन को धिक्कारना, ये जीवन को जीने की बदतर रीत है। आपको मन-इच्छित सफलता न मिली, धंधे में निस्फलता मिली, स्वजन या बिजनेस पार्टनर ने दगा दिया, शरीर व्याधियुक्त हो गया, तरह-तरह के रोग का अचानक



- ब्र. कु. गंगाधर

आक्रमण हुआ, प्रशंसा व कदरदानों की भावना खत्म हो गई और जीवन को अपमानित करने का मौका मिल गया!

प्रकृति की ओर देखो, सूर्य को कभी 'थैंक्यू' किया है? फूल के महक की आपने कभी प्रशंसा की है? शीतलता प्रदान करने वाले पवन को आपने कभी 'शुक्रिया' कहा है? आपके पैर के नीचे आपका भार झेलती धरती माँ से आपने कभी क्षमा मांगी है? इन जैसे कौन-से कुदरती तत्व ने आपकी तरह जीवन को धिक्कार कर तुच्छ माना है?

आपके मन के दरवाजे पर आपको परेशान करने के लिए तत्पर चार शत्रु खड़े हैं। वे हैं- चिंता, भय, अमर्यादित इच्छायें और हीन होने की वृत्ति।

आप तरह-तरह के प्रश्न पूछकर स्वयं को परेशान करते हो। वे चार शत्रु राजी होते हैं। इसीलिए अंतरात्मा को प्रश्न, तर्क और अस्पष्टता की अपेक्षाओं के चंगुल से निकालो, मुक्त हो जाओ। ऐसी परमात्मा की इच्छा है।

एक आदमी का जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण उसे सारी मानसिक बीमारियों से मुक्त हो जाने का तरीका सिखा रहा था। पीड़ा होती तो आदमी कहता: पीड़ा तो शरीर को हुई है, मुझे कहां हुई है?

कोई गाली देता, तो हँसकर कहता है: 'गाली तो उसने अपनी ईर्ष्या को दिया है! मुझे उसका असर क्यों होना चाहिए?'

व्यवसाय में नुकसान होता है तो वो आदमी कहता है: 'मैंने कोई एक ही धंधा या व्यवसाय करने के लिए थोड़े ही जन्म लिया है! दूसरे बहुत धंधों की ओर मुड़ने के लिए कुदरत ने मुझे मौका दिया है।'

मनुष्य को बहुत सारा संग्रह करना आता है, लेकिन खाली करना नहीं आता। पुराना घर खाली करने का समय आता है, तब मनुष्य एक छोटी सी खोली भी छोड़ने को तैयार नहीं होता!

समस्याएं ज़हरीले नाग हैं, उन्हें छाती या मन के बिछौने पर ना ही बिठाया जाये। समस्या काले नाग की तरह है, तो नाग को दमन करने वाले कन्हैया बनने के लिए आपको कौन रोकता है!

अपने कॉलेज के काल में सहपाठी जिसको 'चिंताओं का पिटारा' कहते थे। सी.एफ. मुलर कंपनी के प्लान्ट सुपरवाइजर जिम बर्डसाल की आपबीति और चिंतामुक्ति की कथा कुछ इस तरह है, वे कहते हैं: सत्रह वर्ष पूर्व मैं वर्जीनिया के मिलिट्री कॉलेज में अभ्यास करता था। उस दरम्यान वर्जीनिया कॉलेज में मेरा नाम 'चिंताओं का पिटारा' रख दिया गया था। उसके कारण मैं बहुत ही चिंताग्रस्त और बीमार रहता था। बारंबार बीमार पड़ने के कारण कॉलेज के हॉस्पिटल में एक पलंग मेरे लिए खाली रखा गया था। नर्स मेरा ध्यान रखती थी, लेकिन अभ्यास में नापास होने की चिंता पीछा नहीं छोड़ रही थी। मुझे 70-80 प्रतिशत मार्क्स मिले उसकी चिंता निरंतर सता रही थी। कभी भौतिकशास्त्र के विषय, तो कभी अन्य विषयों की

- शेष पेज 8 पर

राइट कर्म करने में ही हमारी सेफ्टी है, यह समझकर कर्म करो

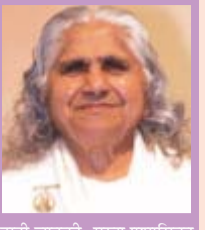
अभी साइलेंस में देखो हम कहते हैं मेरा बाबा और बाबा कहता है मेरे मिठे बच्चे। तो मेरे अंदर की भावना है कि सारे लाइफ के अंदर, अभी जो 80 वर्ष में बाबा से पाया है, साकार और अव्यक्त जो पालना मिली हुई है, उसका आप सबको भी अनुभव हो। आप सब भी बाबा से वह प्यार और शक्ति खींच लें, जो एक भी परसेंट मिस न हो। 100 परसेंट में कौन? मेरा कौन? यह इतना नशा चढ़ा हुआ हो। हर साकार मुरली में बाबा कहता है - देही अभिमानी भव। ज़रा भी देह-अभिमान हमारे अंदर न रहे। आप सबने साकार को देखा नहीं पर जाना है। जान-ना-पहचानना यह बुद्धि का काम है। जहां तन है वहां मन है। देखें मन कहाँ है? मनमनाभव। मामेकम् एक मुझ बाप को याद करो। तो एक बाबा दूसरा न कोई। जब कोई दिल में नहीं है, दिल को साक्षी होकर के देखो।

'मैं' अंदर में जाओ। 'मेरा' ऊपर जाओ। फिर कर्म में आओ तो यज्ञ की सेवा करो। तो आप सब सेंटर पर रहके सेवा करने वाले हो तो सभी ने बहुत कमाई जमा की है ना। तो अंदर में भावना मेरी यही है कि बाबा की तरफ से जो शिक्षायें मिली हैं, वह आप सबके जीवन में भी आ जाएं, क्योंकि बड़ा सहज है, लौकिक बाप अलग, टीचर अलग, सतगुरु अलग होता है और हमारा एक ही

बाप, शिक्षक, सतगुरु है। मुरली सुनते पढ़ते बुद्धि कभी भी बाहर न जाये क्योंकि बाबा पढ़ाते समय सामने बच्चों को देखते हैं कि कैसे पढ़ रहे हैं? बाबा मेरा साथी, मैं ड्रामा में साक्षी हो करके प्ले कर रहा हूँ। रचता मेरा साथी है मैं उसके बिगर श्वास भी नहीं उठा सकती हूँ। अभी जैसे पहले कहते थे, तन मन धन से समर्पण, तो पहले मन या तन? पहले मन फिर तन और धन जो है हम कहां से लायेंगे? बाबा खिला रहा है। जब हम सेवा पर लग गये थे पहले पहले दिल्ली में, तो बाबा के समर्पण किये हुए से खाया था। अब कहां से खायें? तो मैंने बाबा को लिखा, बाबा अभी हम यहां खाना कैसे खायें? फिर कहेंगे ड्रामा अनुसार ऐसी आत्मायें निमित्त बनीं जिन्होंने चावल, गेहूँ, शक्कर, घी के डिब्बे आदि सेंटर पर दिये। उनको बाबा ने टचिंग दी, इनकी सवरे जाके सेवा करो, तो एक चुअरमल सेठ था, उसकी वाइफ नहीं थी। तो सुबह को 6 बजे उसके घर में जाकर उसकी सेवा की। उसको टचिंग आई, बहू को कहा सेंटर पर यह भेज दो, उस समय कमलानगर सेंटर छोटा था। मैंने कहा पहले यज्ञ में भेजो। उसने यज्ञ में भी भेजा। बाबा जो कराये वो करते जाओ तो बाबा कमाल का काम करायेंगा।

आज दिन तक बाबा ने क्यों रखा है मुझे इस शरीर में? यह मैं बाबा को कहती

हूँ तो बाबा मेरा कैसा था वो दिखाने के लिए। तो सुबह शाम, दिन रात यही देखती हूँ मैं यहां क्यों हूँ? शरीर अच्छी टेस्ट लेता है परंतु शरीर में रहते आत्म-अभिमानी स्थिति में रहना है। जैसे आज बाबा ने बोला, कि इस बाबा ने अपनी स्थिति ऐसी स्तम्भ बनाई जो आज भी पाण्डव भवन में शान्ति स्तम्भ सेवा कर रहा है। बाबा ने जो मेरे लिए महावाक्य उच्चारें वो आज सब सत् वचन महाराज हो गये हैं। मैं आत्मा तो लाइट हल्की हूँ, फिर कर्म पर इतना ध्यान है, उसमें दो बातें हैं एक तो जो मैं कर्म करूंगी उससे दिखाई दे कि फॉलो फादर क्या करें। अगर अपने लाइफ की सेफ्टी चाहते हो तो प्यार क्या होता है उसको समझो। जो राइट बात है विवेक बताता है, राइट क्या है राँग क्या है, पाप क्या है पुण्य क्या है, कभी राँग बात नहीं करो। राइट हो तो उसमें सेफ हो। अपने में ट्रस्ट बैठेगा, औरों का भी विश्वास बैठेगा। खुद में विश्वास बैठेगा, औरों का मेरे में विश्वास बैठेगा। बाबा को फॉलो करो एकदम तो फरिश्ता बन जायेंगे। सारे ज्ञान का सार लव, ट्रस्ट, राइट जो करना है एक एक स्टेप जितना आगे बढ़ायेंगे उतने फरिश्ते बनते जायेंगे।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हृदयमोहिनी
अति. मुख्य प्रशासिका

मौज में रहने का साधन 'न्यारी और प्यारी अवस्था'

कोई भी बात होती है, भले हिलाने वाली बातें आती हैं। बहुत कुछ लेन-देन भी चलती है। लेकिन कोई भी परिस्थिति में मेरी अवस्था उस हलचल में हिले नहीं। अपनी मौज को न छोड़ें। सदा कमल पुष्प समान न्यारी और प्यारी रहूँ। कोई भी बात मुझे टच न करे, ऐसा हो सकता है? अगर बुद्धि में लक्ष्य है, मुझे ऐसे चलना है, ऐसा बनना है तो कोई असम्भव बात नहीं है। बाबा की मुरलियों में भी भिन्न-भिन्न युक्तियाँ रहने के लिए मिलती रहती हैं। और संगठन है तो उसमें अटेन्शन तो रखना ही पड़ता है। उसमें चेक करें कि मैं मर्यादापूर्वक हूँ, चलते-चलते सारा समय ठीक रहता हूँ? या कोई न कोई बात बीच में आ जाती है? ठीक चलते-चलते भी कभी बीच में आ जाती है, तो उसकी जजमेन्ट के लिए चाहिए सचमुच योगयुक्त आत्मा। बाबा की याद में बैठके बाबा द्वारा ही चेक करायें कि मैं ठीक हूँ या नहीं? और बाबा की टचिंग तो होती है, ऐसे नहीं है मैं चाहूँ बाबा से और बाबा हमको नहीं देवे, हमारी गलती हो सकती है, बाबा की नहीं। भले पहले नहीं पता पड़ता है लेकिन चलते-चलते फिर मन में आ जाता है, सही बात भी आती है, वो कैसे करें बस। ऐसे नहीं बात को भी चला लेवे। कर लेंगे, मेरी बुद्धि में स्पष्टीकरण तो है कि यह करना है लेकिन करने की हिम्मत कम है। जब

करना ही है तो करना ही है, फिर उसको हल्का नहीं छोड़ें। किसी की भी मदद चाहिए तो ले सकते हैं। जो भी ऐसा हो जो राय देवे और उस पर चलने से फर्क हो। तो कोई भाई बहनों से भी राय ले सकते हैं, थोड़ा वेरीफाई कराना चाहिए।

खुशी कभी नहीं गंवायें, बातें तो आयेंगी, यहाँ इतने जो भी रहते हैं, उनके साथ रहना माना साथ निभाना और भिन्न-भिन्न रहते हैं, सेंटर पर रहेंगे तो 2,3 यहाँ तो ढेर रहते हैं, कइयों का आना-जाना भी होता है। फिर भी हम तो आप लोगों को हिम्मतवान समझते हैं। जो आपने फौरन ही जज किया, तो क्या करना है क्या नहीं? फायदा भी नज़र आता है और धोखा भी समझ में आता है। पता अंदर पड़ता है लेकिन नाम के कारण बेफिक्र हो जाते हैं। तो हमें अपनी तरफ से अपने को भी चेक करना है और दूसरे जो साथी रहते हैं उनसे भी चेक कराना है। अगर अंदर सेटीस्फाई हो कि मैं ठीक हूँ, तो कोई बात नहीं। लेकिन अगर चलते-चलते रुक जाते हैं और खुशी कम हो जाती है तो ज़रूर चेक करना चाहिए। खुशी कई बीमारियों को खत्म करती है। खुशी नहीं होगी तो कई बीमारियाँ आ जाती हैं। फिर यहाँ संगठन का बंधन भी है। आप चाहो आज यह नहीं करूँ, आपको करना ही पड़ता है। ज़रूर यह बंधन है लेकिन बंधन फायदे वाला है। वो तंग होके नहीं करें। पहले बुद्धि को समझायें राइट क्या है? और अपने आगे बड़ों को तो देखते ही हैं, बड़े जो करते

हैं, उन्हीं की विशेषता तो गाई जाती है। पहली बात खुश रहें, खुशी फेस से नहीं जाये। जो ज़्यादा सोचते हैं ना, यह करूँ, यह करूँ, फिर उसमें ही लग जाते हैं। एम जो है वो बदल जाता है। वैसे बहुत अच्छा चलते हैं लेकिन जब पेपर का समय आता है, उस समय थोड़ा खिसक जाता है। तो खुशी कभी नहीं जानी चाहिए, खुशी माना कोई हँसना नहीं लेकिन दिल खुश। कोई छोटी-छोटी बातों में अटक नहीं जायें क्योंकि यहाँ संगठन है। तो बहनें भी ठीक हैं! सब खुश! अच्छा है, खुश रहें लेकिन दूसरे को सुखी करने के लिए अपना सुख जो है वो नहीं छोड़ें। कई बार क्या करते हैं, समझो नियम है या कुछ भी कायदे हैं तो उसके लिए करना ही पड़ता है, यह कहके अपने को छुड़ाते हैं, यह नहीं होना चाहिए। डरते हैं अंदर पता नहीं क्या होगा, करूँ या नहीं करूँ...इस चक्कर में भी कई रहते हैं। लेकिन एक बात ज़रूर याद रखें खुशी अपनी नहीं गंवायें। ऐसे 2,3 बातें अगर आई और उसी के ही सोच में चले गये तो अचानक कुछ भी हो जाये, पता ही नहीं पड़ेगा। तो जैसे बाबा कहते हैं अमृतवेले एक बारी अपने को अच्छी तरह से चेक ज़रूर करें कि कहाँ धोखा तो नहीं खा रहा हूँ? क्योंकि यहाँ संगठन है, अकेले नहीं हैं, संगठन में पहले थोड़ा बदलते हैं फिर देखते हैं, यह भी तो चल रहा है ना, तो उसको देख करके फिर आता है मैंने भी किया तो क्या हुआ! वो नहीं होना चाहिए।