तम से पुरुषोत्तम तक की यात्रा

जब किसी भी धर्म से हमारी आस्था जुड़ती है और उसमें यदि कोई धर्म के प्रति कुछ भी कहे तो हम तुरंत आहत होते हैं, और असुरक्षा के डर से आक्रान्त रूप लेकर विरोध जताते हैं। धर्म के साथ न्याय क्या यही है? यह तो सबसे बड़ी अज्ञानता होगी, क्योंकि कोई भी धर्म हमें मानवता के साथ व मानवीय मूल्यों के साथ जीना सिखाता है, विरोध या आक्रोश जताना नहीं सिखाता। इसलिए धर्म को सही अर्थों में किसी ने समझा ही नहीं।

धर्म को यदि हम शास्त्रगत लें तो वह यह है कि आप, परिवार, समाज तथा स्वयं के साथ कितनी मर्यादा व धारणा से चलते हैं। जैसे, पिता-धर्म, पुत्र-धर्म, पत्नी-धर्म, स्वयं के साथ शारीरिक धर्म आदि आदि। यह धर्म की निचले पायदान से शुरुआत है। इसकी गहराई आज नहीं है, इसी को मनुष्य का सबसे गहरा तम कह सकते हैं। अज्ञान-अंधकार से निकलना ही धर्म की पराकाष्ठा हो सकती है।

किसी को समझना हमें मुश्किल क्यों लगता है? शायद हम उतनी ऊँचाई पर अभी नहीं हैं कि पहचान सकें या फिर ये हो सकता है कि व्यक्ति विशेष ही इतना श्रेष्ठ व महान हो कि उसकी पराकाष्ठा को छू पाना हमारे वश में ना हो। होने को तो कुछ भी हो सकता है। प्रश्न यह खड़ा होता है कि मनुष्य की मूल-प्रवृत्ति संग्रह की है और वो संग्रह की जिजीविषा को शान्त करने के चक्र में वस्तु बनकर ही रह गया है। वह कुछ समझ नहीं पा रहा है कि वो किस तमस में फंसा है। उसे लगता है कि उसकी ज़िन्दगी उजाले में है, परंतु यह भ्रम ही उसकी मूल प्रवृत्ति से उसे भटका रहा है।

धर्म से ऊपर अध्यात्म है। अध्यात्म केवल समझ पर ही पूर्णतया आधारित है। जितना-जितना समझ का प्रकाश हमारा बढ़ता है, उतना हमारे अंदर का तम या अंधकार या अज्ञानता नष्ट होती जाती है। सभी व्यक्ति आध्यात्मिक ही हैं, लेकिन अपने वजूद को धर्म या शारीरिक धर्म में ढूंढ़ रहे रहे हैं। आज धर्म का विकृत रूप सबके सामने तेज़ी से आ रहा है। सभी लड़ रहे हैं किसके लिए? पता नहीं। जमा कर रहे हैं किसके लिए? पता नहीं। पूछो तो कहते हैं, यही तो हमारा धर्म है। अरे, धर्म को मानने वालों! तुम इस बात को क्यों नहीं समझते कि धर्म हमारी जीवन पद्धति है, एक संस्था है, एक मर्यादा है जिसमें रहकर ही हमें जीवन जीना पड़ता है, लेकिन हमने तो सारी मर्यादाएं ही तोड़ दी हैं। आज मनुष्य पूर्णतया मूल्यों से गिरा हुआ है, अर्थात् उसकी वैसे भी कोई कीमत नहीं रही, तभी तो अपने अस्तित्व को जुए व गैर-कानूनी कामों में लिप्त कर बैठा है।

आने वाली दिवाली में फिर से वही अपना देवाला निकालने की दौड़ में वह अवश्य शामिल होगा!

दीपावली दीपों का त्योहार है। हर साल ऐसे ही दीपक जगते हैं, ऐसे ही बुझते हैं। आप वैसे भी देखें की जब भी कोई दीपक बुझा हुआ हो, तो लोग दीपक की बनावट देखते व कहते हैं कि कितना सुंदर दीपक बना हुआ है, उसकी डिज़ाइन आदि की तारीफ करते हैं। लेकिन दीपक की लौ यदि जल रही हो तो उस समय किसी का ध्यान मिट्टी की बनावट पर नहीं जाता है। ठीक उसी प्रकार यदि हम अपने अंदर के तम या अंधकार या अज्ञानता या नासमझी को मिटा दें, तो हमें लोग अपने शरीर के धर्म से नहीं, हमारे आत्मिक धर्म के साथ जोड़कर देखने लग जाएंगे। धर्म शरीर से निकल आत्मिक होगा। उस सुंदर रचना को सभी अभी भी नमन करते हैं। सब सभी के होंगे और दुनिया पुरुषोत्तम होगी। तो निकालें तम को और बन जाएं पुरुषोत्तम।

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

7 कदम राजयोग की ओर...

प्रश्न: मेरा नाम बलवंत है, आजकल कुंडलिनी जागरण करने के लिए बहुत सारे महात्मा और आचार्य कार्यक्रम करते रहते हैं। मैंने अभी अभी राजयोग सीखा है। मैं जानना चाहता हूँ कि क्या राजयोग से भी कुंडलिनी जागरण हो सकता है? क्या हमें इसपर ध्यान देना चाहिए? या हमारा लक्ष्य कुछ और होना चाहिए?

उत्तर: कुंडलिनी शक्ति मुलाधार चक्र के साढ़े तीन चक्र में स्थित रहती है, ऐसी मान्यता है कि यदि ये जागृत होकर ऊपर की ओर चलने लगे तो ये सभी चक्रों का भेदन करते हुए ब्रह्म रन्ध्र में पहुंच जाती है और मनुष्य को कई सुंदर आध्यात्मिक अनुभव होने लगते हैं, उनकी एकाग्रता बढ़ जाती है। चेहरे पर तेज बढ़ जाता है और मनिच्छित फल उन्हें प्राप्त होने लगता है। इसीलिए लोग कुंडलिनी जागरण के लिए अनेक साधनाएं करते आये हैं।

राजयोग के द्वारा कुंडलिनी शक्ति स्वतः ही जागृत हो जाती है। यद्यपि राजयोग में इसका वर्णन एवं चर्चा बिल्कुल नहीं है, क्योंकि परमात्मा ने जो राजयोग सिखाया है वो परमात्मा और आत्मा का मिलन है। राजयोग से तो आत्मा ही जागृत हो जाती है इसलिए सबकुछ जागृत हो जाता है। जीवन सुख-शांतिमय हो जाता है। बुद्धि पवित्र और दिव्य होने लगती है। चेहरे पर तेज आ जाता है। साथ ही साथ जीवन सफलता और समृद्धि से भरपूर होने लगता है।

वास्तव में इसको अपना लक्ष्य बनाने की कोई आवश्यकता नहीं है। हमारा तो लक्ष्य है आत्मा को सम्पूर्ण पावन बनाना। अपनी मूल सम्पूर्ण स्थिति को प्राप्त करना तथा स्वयं को कर्मातीत स्थिति तक ले चलना। यही अध्यात्म के सर्वोच्च लक्ष्य हैं बाकी सभी बातें इनमें समाई हुई हैं।

प्रश्न: मेरा नाम चंद्राणी है, मैं आपसे अपनी समस्या का समाधान चाहती हूँ, मुझे खुशी नहीं रहती, मैं सदा चिंतित सी रहती हूँ, स्वयं को कमज़ोर और हीन भावना से ग्रस्त अनुभव करती हूँ, मैं इस कमज़ोर मानसिक स्थिति से बाहर आना चाहती हूँ, मैं भी दूसरों की तरह हस-बहल कर जीवन जीना चाहती हूँ, कृपया मार्गदर्शन करें।

उत्तर: खुशी तो मनुष्य के जीवन का सबसे बड़ा खज़ाना है, परंतु आज बुद्धिमान मनुष्य खुशी को खोता जा रहा है। पशु-पक्षी, जीव-जन्तु सभी निश्चिंत हैं परंतु मनुष्य ही सदा चिंतित प्रतीत होता है। आपने सुंदर लक्ष्य बनाया है नेगेटिविटी से बाहर निकलने का, और ईश्वरीय ज्ञान में वो शक्ति है जो हमें खुशी प्रदान करती है और निश्चिंत जीवन जीना सिखाती है।

आप दस बारह स्वमान की सुंदर-सुंदर बातें नोट करें। उनके बार-बार अभ्यास करने से आपके विचार महान होने लगेंगे और आप हीन भावना से मुक्त हो

जायेंगी। प्रतिदिन सेवाकेन्द्र पर जाकर ईश्वरीय महावाक्य सुनें...जब आप सुनेंगे कि भगवान कह रहे हैं कि तुम बहुत महान हो, तुम पदमापदम भाग्यशाली हो, तुम तो मेरे नयनों के नूर हो, तो आपके अंदर जागृति आने लगेगी, आपकी ये हीन भावनायें ही आपकी खुशी छीन रही हैं, आप अपनी खुशी के लिए दूसरों की तरफ कदापि ना देखें। याद रखें खुशी हमारे अंदर ही रहती है, हम उसे जगने नहीं देते। प्रतिदिन सवेरे उठकर आप परमात्मा से मीठी मीठी बातें किया करें, उसका शुक्रिया अदा करें और एक घंटा रोज़ योगाभ्यास करें। इससे आपकी बुद्धि में लगी हुई गांठें खुल जाएंगी और आप खुशियों भरा जीवन जी सकेंगे।

ईश्वरीय चिंतन से चिंताएं समाप्त हो जाती हैं, `मैं'और `मेरा' मनुष्य को चिंताओं के गर्क में ले जाते हैं। और सबकुछ `तेरा' अर्थात समर्पण भाव और यह स्मृति कि भगवान स्वयं भी मुझे साथ दे रहे हैं आपको निश्चिंत जीवन प्रदान करेगी। इनका रोज़ अभ्यास करें। छः मास तक आपको ये सब अभ्यास अवश्य करने हैं। हमें पूर्ण विश्वास है कि आप स्वयं खुशियों से तो भर ही जाएंगी साथ ही आप सबको खुशी बांटने वाली भी बन जाएंगी।

प्रश्न: मेरे बड़े बेटे की शादी को 4 साल हो गये हैं, कुछ आपसी अनबन के कारण अब दोनों अलग-अलग रह रहे हैं। कोर्ट में तलाक का केस भी चल रहा है। लेकिन अब बहू और उसके परिवार वाले केस वापस लेकर साथ रहना चाहते हैं। लेकिन मेरा बेटा इसे स्वीकार नहीं कर रहा है, इससे घर की स्थिति बहुत अशांत बनी रहती है, क्या करें?

उत्तर: कलियुग के इस भयावह काल में भारत में भी तलाक के केसेज़ बढ़ते जा रहे हैं। यद्यपि इसके लिए मनुष्य के पूर्व जन्म के कर्म भी ज़िम्मेवार हैं, परंतु मनुष्य के स्वभाव, संस्कार, उसका क्रोध, अभिमान और गलत व्यवहार भी इस स्थित को पैदा करते हैं। आज मनुष्यों में स्वार्थ, लोभ, कामनाएं बहुत बढ़ गई हैं। मनुष्य यदि अपने जीवन के महत्व को समझ ले और जीवन की यात्रा में एक दूसरे के सच्चे मित्र बन जायें, एक दूसरे की भावना को सम्मान दें तो ये समस्या काफी हद तक कम हो सकती है। दहेज पर झगड़ा रखने वालों को ये याद रखना चाहिए कि धन-संपदा से भी अधिक मूल्यवान है एक चरित्रवान मनुष्य। चरित्र ही सबसे बड़ी दौलत है।

जिनके पास तलाक संबंधी ऐसे कोर्ट केस चल रहे हैं, उन्हें बातचीत कर इसके समाधान तक पहुंचने की कोशिश तो ज़रूर करनी चाहिए पर इसके साथ साथ 21 दिन की एक विघ्न-विनाशक योग भट्ठी भी अवश्य कर लेनी चाहिए। इसको इस विधि से करें– योग से पहले तीन स्वमान पाँच-पाँच बार याद करेंगे... मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, विघ्नविनाशक हूँ और सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। यदि आप बहुत एकाग्रचित्त होकर ये अभ्यास करेंगे तो 21 दिन के बाद आपको बहुत सुंदर परिणाम प्राप्त होंगे।

पिछले दिनों ही दिल्ली के एक अति विशिष्ट व्यक्ति ने अपना अनुभव सुनाया कि उनका पिछले 37 वर्ष से कोर्ट में केस चल रहा था और उन्होंने 21 दिन ऐसी ही योग भट्ठी की और 25वें दिन ही फैसला उनके अनुकूल हो गया । योग में अनंत शक्ति है, ये हमारा कल्याण करती है, आप भी योग का ऐसा सुंदर अभ्यास करेंगे तो आपका भी कल्याण होगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

Peace of Mind
For Cable & DTH
+91 8104777111
TATA Sky 192 airtel digital TV 686 VIDEOCON d2h 497 RELIANCE Digital TV 171
"C" Band, MPEG4 DVB-S2 Receiver-FRQ: 4054, POL: H, SYM: 13230, INSAT: 4A, DEG:83*E