

# मारना है, व्यक्ति को नहीं मोह को

गतांक से आगे...

भगवान ने अर्जुन से कहा कि निर्वात स्थान में रखे दीपक की ज्योति चलायमान नहीं होती है, लौ सीधी ऊपर जाती है। वैसे ही योगाभ्यास द्वारा, जब चित्त वश में हो और योगी अपने आत्म-स्वरूप में स्थित हो तब वो योगयुक्त कहलाता है। ये बात बार-बार भगवान अर्जुन के सामने रखते हैं कि स्वयं को आत्म-स्वरूप में स्थित करो। क्यों ये बात बार-बार कही गयी है? क्योंकि व्यक्ति जिस स्वरूप में अपने आपको स्थित करता है या मानता है, उसी की याद उसको सहज स्वाभाविक रूप से आती है।

जिस प्रकार एक व्यक्ति जब घर में होता है तो साधारण स्वरूप में होता है और साधारण स्वरूप में होने के कारण वो घर के सामान्य कार्यों में भी अपना सहयोग देता है। जैसे कि अगर बगीचा है, तो बगीचे में पानी भी डालता है। बच्चों के साथ भी अपना समय व्यतीत करता है, लेकिन जैसे ही वह तैयार होता है तो उसे व्यवसाय की स्वतः ही याद आती है। मान लो कि अगर वो एक डॉक्टर है, तो जैसे ही वह सुबह तैयार होता है, तो उसके स्मृति के अंदर ये बात आ जाती है कि 'मैं डॉक्टर हूँ' उसके लिए उनको रटने की आवश्यकता नहीं पड़ती है कि मैं डॉक्टर हूँ... डॉक्टर हूँ... डॉक्टर हूँ...। लेकिन जैसे ही वह तैयार होता जाता है, वैसे-वैसे उसका स्वरूप बनता जाता है और वो स्वरूप बनते ही उसको कौन याद आता है? - हॉस्पिटल याद आयेगा, दवाई याद आयेगी, ऑपरेशन याद आयेगा, पेशेंट याद आयेगा, किसको क्या ट्रीटमेंट देना है वो याद आयेगा। भावार्थ ये है कि उसको उससे सम्बन्धित बातें स्वतः ही

स्मृति में आने लगती हैं। अगर मान लो कि कोई व्यक्ति टीचर है, तो स्कूल जाने के लिए तैयार होते समय उसको परिवार के सदस्य याद नहीं आयेंगे, लेकिन उस वक्त उसको कौन सी क्लास में कौन सा लो साना पढ़ाना है, किसका टैबल देना है,

कौन सा लो साना पढ़ाना है, किसका टैबल देना है, किसका ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका आज छुट्टी देनी है या किसी के साथ आज सारा लेसन कंडक्ट करेंगे, वही बातें उसको स्मृति में आएंगी।

कोई व्यक्ति जब अपने आपको पति समझता है, तो उसे कौन याद आती है? उसको अपनी पत्नी याद आयेगी। जिस वक्त वो अपने आपको पिता समझेगा उस वक्त उसको अपने बच्चे याद आयेगे। जिस वक्त वो खुद को बच्चा समझेगा, उस वक्त उसको अपने माँ-बाप याद आयेगे। व्यक्ति जिस स्वरूप में अपनी स्मृति को सेट करता है, उसी से सम्बन्धित बातें उसको याद आती हैं और वही लोग उसको याद आते हैं। मान लो कि डॉक्टर तैयार हो रहा है हॉस्पिटल जाने के लिए और उसी समय उसकी माँ ने उसको कहा कि बेटा, आते समय ये चीज़ लेकर आना। वो हाँ...हाँ...ज़रूर करेगा। लेकिन उस समय उसकी स्मृति में हॉस्पिटल से संबंधित बातें याद रहती हैं। तो हाँ...हाँ...ज़रूर करने के बाद भी वो अंदर

जाती नहीं है। इसलिए वापिस आने पर जब उसको पूछा जाता है कि बेटा ये चीज़ ले आया तो कहेगा भूल गया। आप क्यों नहीं मंगा लेते हो। अब उसको उस समय कोई कहे कि भैया आजकल तुम भूलने क्यों लगे हो। वो भूलने नहीं लगा है। ये उसकी कोई भूलने की बीमारी नहीं है। न ही उसकी मेमोरी कम हो गई है। लेकिन उसे ये उस समय कही गयी जब उसकी स्मृति घर की बातों से स्वीच ऑफ हो गई थी तथा उस समय अपने कार्य के लिये स्वीच ऑन हो गई थी। इसलिए उसने हाँ...हाँ...भले किया भी होगा, लेकिन फिर भी वो बात अंदर गयी ही नहीं। अगर उसकी मेमोरी कम होने वाली बात होती, तो वो दवाइयां भूल जाता, ऑपरेशन भूल जाता, ट्रीटमेंट किसको क्या देना था वह भी भूल जाता। किन्तु वो कहीं पर भी कुछ नहीं भूला। ये मेमोरी की समस्या नहीं थी। लेकिन जिस वक्त जिस स्वरूप में वो स्थित है उससे सम्बंधित बातें ही उसको याद आयेगी। इस तरह परमात्मा अर्जुन को यही समझाते हैं कि तुम अपने आपको आत्म-स्वरूप में स्थित करो। क्योंकि जब तक तुम स्वयं को देहधारी रूप में देखते हो, तब तक तुम्हें अपना मोह सताता रहेगा। ये मेरे भाई हैं, ये मेरे बड़े हैं, उसको मैं कैसे मारूंगा? यानि मारने की बात कोई व्यक्ति को नहीं है। मारना है तो वो मोह को खत्म करने की बात है और उसके लिए विधि बतायी कि स्वयं को आत्म-स्वरूप में स्थित करो। जब आत्म-स्वरूप में स्थित होंगे तो कौन याद आयेगा। तो परमात्मा की याद सहज, स्वाभाविक और निरंतर बनी रहेगी। इसलिए ये बात उसको बार-बार कही गई। - क्रमशः



ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका



**सोनीपत-हरियाणा।** शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम 'जीवन का आधार-परमात्म प्यार' में उपस्थित हैं बायें से ब्र.कु. पुष्पा, दादी रुक्मणि, कविता जैन, मंत्री, हरियाणा सरकार, जस्टिस ईश्वरैया जी, चैयरमैन, राष्ट्रीय पिछड़ा आयोग व ब्र.कु. लक्ष्मण।



**कोटपुतली-जयपुर।** शिव जयंती के अवसर पर ध्वजारोहण करने से पूर्व ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. सुष्मा, ए.एस.पी. कमल शेखावत, ब्र.कु. लक्ष्मी, ब्र.कु. मीना, समाजसेवी अशोक बंसल, बंशीधर भाई व अन्य।



**झालावाड़।** महाशिवरात्रि पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् प्रतिज्ञा करते हुए विधायक कैवर लाल मीणा, ब्र.कु. मीना व अन्य ब्र.कु. बहनें।



**हाथरस-उ.प्र.।** होली के अवसर पर मेरा भारत व्यसन मुक्त भारत अभियान के तहत आयोजित शिविर का रिबन काटकर शुभारंभ करते हुए एस.डी.एम. सदर केहरी। साथ हैं ब्र.कु. शान्ता, ब्र.कु. उमा, ओम प्रकाश भाई, ब्र.कु. दुर्गेश, ब्र.कु. नीतू व अन्य।



**दिल्ली-हस्तसाल।** महाशिवरात्रि के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए बायें से ब्र.कु. निशा, ब्र.कु. दिव्या, न्यायाधीश वी. ईश्वरैया की धर्मपत्नी शारदा ईश्वरैया, ब्र.कु. पुष्पा, न्यायाधीश वी. ईश्वरैया, राष्ट्रीय सद्भावना पुरस्कार प्राप्त डॉ. हनीफ खान शास्त्री व ब्र.कु. भावना।



**सनोर-पटियाला।** महाशिवरात्रि पर विशाल शोभायात्रा में ब्र.कु. शांता का स्वागत करते हुए शिरोमणि अकाली दल के वरिष्ठ नेता सरदार तजिन्दर पाल सिंह संधू।

## पेपर को पास में... - पेज 2 का शेष

कभी भी जीवन का अंत करने का विचार न करें। परीक्षा के दौरान विद्यार्थियों को पाँच बातें याद रखनी चाहिए।

1. आप मन से इतने मज़बूत बनें कि परीक्षा की भी परीक्षा ले सकें।
2. परीक्षा पूर्व की रात्रि आपके लिए आशा, श्रद्धा और सफलता के किरणों को लेकर आने वाली है, ऐसा चिंतन करते रहें।
3. आपके द्वारा दिये उत्तर सिर्फ पेज भरने मात्र की प्रवृत्ति नहीं हैं, लेकिन समझ शक्ति और ग्रहण शक्ति की कसौटी है। ऐसा समझ शांतचित्त होकर जवाब दें।
4. कोई भी प्रश्नपत्र कठिन है, ऐसा विचार ही मन से निकाल दो। पेपर कठिन है लेकिन मैं उससे भी ज़्यादा कठिन हूँ, ऐसा आत्मविश्वासी बनो।
5. परिक्षापूर्व सफलता, प्रमाणिकता और सिर्फ आपका ही नहीं, सबका कल्याण हो, ऐसी शुभ भावना करें।

परीक्षा पर आप भारी हो, ऐसा सबल-प्रबल व्यक्तित्व विकसित करें। वेदना ही नवसर्जन की भूमिका बनती है।

## ख्यालों के आईने में...

जब हम दर्पण देखकर मुस्कराते हैं तो दर्पण वापस मुस्कराता है - है ना! याद रखो, हम जीवन में जो-जो करते हैं, वही लौटकर हमारे पास आता है। सदैव अच्छे कर्म कीजिये, ईश्वर आपके साथ है।

नीचे गिरे सूखे पत्तों पर अदब से चलना ज़रा, कभी कड़ी धूप में तुमने इनसे ही पनाह मांगी थी। इसी प्रकार बड़े-बुजुर्गों को बड़े प्यार से सम्भालो, कभी इन्होंने ही तुमको अपनी गोद में प्यार से उठाया था।

जिस प्रकार मनुष्य का नाखून बढ़ता है तो, मनुष्य नाखून को काटता है अंगुली को नहीं। उसी प्रकार जब कभी रिश्तों में दरार आए तो गलत फ़हमियों को काटना है, रिश्तों को नहीं।

फूलों में भी क्रीड़े पाये जाते हैं... पत्थरों में भी हीरे पाये जाते हैं... बुराई को छोड़कर अच्छाई को देखो चारों... नर में भी नारायण पाये जाते हैं...!!