



**अजमेर-श्री श्याम कॉलोनी(राज.)।** पाँच दिवसीय समाजोपयोगी उत्पादक कार्य एवं समाज सेवा शिविर का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. शांता, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. अंकिता, माहेश्वरी गोस्वामी, प्रिन्सीपल, हरी सुंदर बालिका स्कूल, कमला गोकलानी, सचिव, मंजीत कौर, प्रिन्सीपल, सर्वानंद स्कूल, आशा गंज तथा अन्य।



**कटक-ओडिशा।** 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ' अभियान के उद्घाटन पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. सुलोचना, ब्र.कु. कमलेश, ब्र.कु. चक्रधारी, अध्यक्षा, महिला प्रभाग, दिल्ली, झारखण्ड की राज्यपाल द्रौपदी मुरमू, ब्र.कु. डॉ. सविता, ब्र.कु. अरुण पंडा, ब्र.कु. नथमल तथा अन्य।



**झालावाड़-राज.।** 'स्वच्छ समाज-स्वस्थ समाज' अभियान का उद्घाटन करने के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. प्रो. ओंकारचंद, ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. समिता, ब्र.कु. मीना, मानव अधिकार अध्यक्षा विजय पोरवाल तथा अन्य।



**मोहाली-पंजाब।** 'सुरक्षित जीवन यात्रा अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में ट्रांसपोर्ट स्टाफ तथा टून इंटरनेशनल स्कूल के विद्यार्थियों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सारिका, मुम्बई।



**जगन्नाथपुरी-ओडिशा।** 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ अभियान' के अंतर्गत आयोजित वुमेन कॉन्फ्रेंस के दौरान मंचासीन हैं शांतिलता प्रधान, वाइस चेयरपर्सन, म्युनिसिपैलिटी, डॉ. प्रतिभा महारथी, लेखक एवं एच.ओ.डी. साइकोलाजी डिपार्टमेंट, पिपली कॉलेज, पिपली, प्रो. हरेकृष्ण सतपथी, पूर्व वाइस चांसलर, तिरुपति नेशनल संस्कृत युनिवर्सिटी, ब्र.कु. डॉ. निरुत्पमा, ब्र.कु. चक्रधारी, ब्र.कु. डॉ. सविता तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।



**रोपड़-पंजाब।** 'सफल सुरक्षित जीवन-यात्रा अभियान' के कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में गुजरात अम्बुजा सीमेंट फैक्ट्री के कर्मचारियों के साथ ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. नम्रता तथा अन्य।



**कानपुर-सिविल लाइन(उ.प्र.)।** आध्यात्मिक स्नेह मिलन कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी।



## अहम् वहम और रहम...

- ब्र.कु. मोनिका

**अहम्** प्रत्येक मनुष्य में गहराइयों तक छुपा हुआ है। प्रायः अनेक मनुष्य अपने सूक्ष्म अहम् को नहीं पहचानते। उनका मोटा अहम् दूसरों को दिखाई देता है। अहम् मनुष्य के चरित्र रूपी अमृत में ज़हर के समान है, जो मनुष्य-जीवन को विषैला दुःखी और अशांत बना देता है।

संसार में रहते हुए किसी भी कार्य को करने में अहंकारी मनुष्य को दूसरों के असहयोग का सामना करना पड़ता है। प्रायः लोग उससे दूर ही रहना चाहते हैं और उसके कार्यों में सहयोग नहीं करते। इसलिए उसका अहम् उसे ही कष्ट देता है। परेशान होकर वह चिल्लाता है व निराश होता है कि उसे कोई भी प्यार नहीं करता, उसे कोई भी मदद नहीं करता। अहंकारी मनुष्य की तुलना लोगों ने मुर्दे से की है, जैसे मुर्दा अकड़ जाता है, वैसे ही अहंकारी मनुष्य भी अकड़ रहता है, वह झुकना नहीं जानता, इसलिए वह किसी को झुका भी नहीं सकता।

अहम् संगठन की शक्ति को नष्ट भ्रष्ट कर देता है। उसके रूखे व्यवहार के कारण कोई भी उसके साथ मिलकर काम करना नहीं चाहता। राजयोग के अभ्यास में अहम् एक दीवार की तरह है। अगर कोई ज्ञानी या योगी आत्मा अहंकार के वश है तो उसे कभी भी अपने जीवन में सफलता नहीं मिलती, इसलिए ज्ञान की अग्नि में अहंकार को गर्म करके नर्म करना चाहिए। ज्ञान के द्वारा मनुष्य को अपने विचारों को सरल करना चाहिए और योग अभ्यास द्वारा, निरंतर आत्मिक स्थिति के अभ्यास के द्वारा अहम् को समाप्त कर देना चाहिए।

मनुष्य को न तो अपनी कलाओं का अहंकार होना चाहिए, न अपने धन का, न अपनी शिक्षा का। अहंकार आते ही पतन प्रारंभ हो जाता है। अतः जीवन में निरंतर उन्नति करने के लिए अहम् को समाप्त करना अति आवश्यक है। अहंकारी मनुष्य कभी किसी को सुख नहीं दे पाता। इसलिए उसे भी कभी सुख नहीं मिलता।

इसी प्रकार वहम मनुष्य को वास्तविकता से दूर कल्पनाओं के लोक में ले चलता है। वहमी मनुष्य कभी भी किसी पर विश्वास नहीं करता। संशय बुद्धि हुआ ऐसा मनुष्य भी

सदा ही परेशान रहता है - यह सोच-सोचकर कि पता नहीं दूसरे लोग मेरे बारे में क्या सोचते होंगे। जब वह किन्हीं दो व्यक्तियों को बातें करते देखता है तो पहला संदेह उसका यही होता है कि कहीं वे मेरे ही बारे में तो बातें नहीं कर रहे, कहीं वे मेरी ही तो निंदा नहीं कर रहे।

ऐसा कल्पनाओं के लोक में विचरण करने वाला मनुष्य सदा ही कल्पना करता रहता

**प्रायः सभी मनुष्यों में यह तीनों बातें किसी न किसी हद तक पाई ही जाती हैं। किसी में किसी एक की अधिकता है तो किसी में दूसरे की। अहम् और वहम मनुष्य के जीवन पर बुरा असर डालते हैं। और रहम उसे भावुक बनाकर उसके चरित्र निर्माण में मुख्य भूमिका निभाता है। हम यहाँ पर तीनों की संक्षिप्त व्याख्या करेंगे।**

है। उसे नींद में भी चैन नहीं भासता, उसका मन भी सदा ही अस्थिर रहता है और उसे जीवन भर संतुष्टि भी नहीं होती। इस पर एक कहानी अति सुंदर है -

एक बार एक व्यक्ति बहुत बीमार हुआ। लोगों ने कहा यह तो मर गया। उस व्यक्ति ने अर्धचेतन अवस्था में यह सुना और मान लिया कि वह मर चुका है। पुनः जब उसमें चेतना आई तो लोगों ने कहा कि इसे डॉक्टर के पास ले चलो। उसने कहा मैं तो मर गया हूँ। मुझे वहाँ क्यों ले जाते हो? परन्तु उसे डॉक्टर के पास ले जाया गया। वहाँ जब उसका खून परीक्षण के लिए निकाला तो उसने कहा कि अब मुझे पता चला कि मरे हुए मनुष्य में भी खून होता है। डॉक्टर ने उसे बहुत समझाया कि तुम अभी जीवित हो, परन्तु उसे इतना वहम हो गया कि वह यही कहता रहा कि मैं तो मर चुका हूँ।

तो हम देख सकते हैं कि वह वहमी मनुष्य स्वयं की वास्तविकता पर भी वहम कर लेता है, उसके विचारों का आधार दूसरे ही बने रहते हैं, और वह सत्य को स्वीकार करने में कितनी कठिनाई महसूस करता है।

योग के मार्ग पर मनुष्य को वहमी स्वभाव का नहीं होना चाहिए। वहमी मनुष्य संगठन में सदा ही उखड़ा-उखड़ा सा रहता है। योग में उसका मन नहीं लगता। उसका जीवन भी मुरझाये फूलों की तरह दिखाई देता है। संक्षेप में यों कहें कि वहमी व्यक्ति न जीवन में सफल होता और न साधना के मार्ग पर अपनी मंजिल को पाता है। वह विश्वास और अविश्वास के दौराहे पर भटकता रहता है।

रहम मनुष्य का एक श्रेष्ठ गुण है। जहाँ रहम है वहीं मानवता है और जहाँ निर्दयता है वहाँ दानवता है। कहा जाता है - जिस दिल में रहम नहीं, वह दिल तो पत्थर है। ऐसा पत्थर जो कभी भी नहीं पिघलता। मानव हृदय रहम से भरपूर होना ही चाहिए। यदि मानव रहमदिल नहीं तो उसमें व जानवरों में कोई अंतर नहीं।

हमें राजयोग द्वारा शिवबाबा रहमदिल बनना सिखाते हैं कि बच्चे! अनेक मनुष्य अंधकार में भटक रहे हैं, अज्ञान के कारण उनका जीवन पतित व दुःखी है, उन्हें सुख नहीं भास रहा है, तुम भगवान के बच्चे उन पर रहम करो, उन्हें प्रकाश दो, उन्हें ज्ञान का तीसरा नेत्र दो। तो यदि भटकते मनुष्यों को देखकर हमारे मन में रहम की भावना नहीं जागती तो हमारे ज्ञान का क्या लाभ? हमें तो प्रकृति के तत्वों पर भी रहम करना है अर्थात् उन्हें भी पावन बनाना है। इससे पूर्व हमें स्वयं पर रहम करना है अर्थात् स्वयं की श्रेष्ठ स्थिति बनानी है। हमें दूसरों के रहम पर नहीं जीना है, बल्कि रहमदिल बनकर सभी की मदद करनी है। कहावत है जो स्वयं पर रहम नहीं करता वह भला दूसरों पर क्या रहम करेगा?

तो हम रहमदिल बाप के रहमदिल बच्चे हैं। जैसे भगवान ने हम पर रहम किया है, हम दूसरों पर रहम करें। रहमदिल आत्मायें ही प्रजा पालक बन सकेंगी और ऐसी आत्मायें ही भविष्य में विश्व की बागडोर सम्भालेंगी। ●