

तपस्या का सरल मार्ग...

ब्र.कु. सूर्य, माउण्ट आबू



नागौर-राज. ब्रह्माकुमारीज व जिला प्रशासन के संयुक्त तत्वावधान में आयोजित अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं सांसद सी.आर. चौधरी, जिला कलेक्टर राजन विशाल, अति. जिला कलेक्टर कालूराम जाट, ब्र.कु. अनीता व अन्य गणमान्य अतिथिगण।



झालावाड़-राज. विश्व पर्यावरण दिवस पर पौधारोपण करते हुए कलेक्टर डॉ. जीतेन्द्र सोनी, एस.डी.एम. रामचरण शर्मा, वन संरक्षक डॉ. सी.आर. मीणा, डॉ. एस.एस. चौधरी व ब्र.कु. मीना।



राजविराज-नेपाल। जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर कार्यक्रम के दौरान उनकी तस्वीर पर माल्यार्पण करते हुए नगर प्रमुख विष्णु प्रसाद गुरूंग, प्रो. डॉ. रामखेलावन यादव, सगरमाथा पेट्रोल डीलर्स एसोसिएशन के अध्यक्ष हरी प्रसाद सिंह, ब्र.कु. भगवती व अन्य।



फर्रुखाबाद-बीबीगंज। मातेश्वरी जगदम्बा के पुण्य स्मृति दिवस पर पुष्पांजलि अर्पित करते हुए भदन्त करुणाकर महाधेरा, बौद्ध धर्म के राष्ट्रीय सचिव, नई दिल्ली। साथ हैं ब्र.कु. मंजू, ब्र.कु. रोता, ब्र.कु. रंजना, ब्र.कु. माधुरी एवं कुमारी सृष्टि।



देवघर-झारखण्ड। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में विधायक नारायण सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रोता।



जम्मू-कश्मीर। गुलाब गढ़ स्टेडियम में 'एम्बॉवरिंग द माइंड' विषय पर कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में संदीप राणा, के.ए.एस., सब डिविजनल मजिस्ट्रेट, ब्र.कु. रविन्द्र, ब्र.कु. सुदर्शन, ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. कुसम लता, ब्र.कु. सोनू तथा कार्यक्रम में भाग लेने वाले खिलाड़ी।

साधना पथ धूप और छाँव की मिचोलियों का खेल है। साधना पथ पर चलते-चलते कई बार उतार-चढ़ाव दिखाई पड़ते हैं। कई बार ऐसा निश्चय हो जाने पर भी जीवन यात्रा में माया की आंधी उसे बेहोश कर देती है। जब बेहोशी से जागते हैं तो महसूस होता है, अरे, कहाँ गड्डे में गिर गये, जो मेरा लक्ष्य ही नहीं। होश में आने पर समय बीत जाने का पश्चाताप उन्हें घेर लेता है और सोचने को बाध्य कर देता है। लक्ष्य तक पहुंचने के लिए लक्ष्य केन्द्रित तपस्या की आवश्यकता है। अगर हम उस पर कामयाब हो जाते हैं तो मन इच्छित फल प्राप्त करने से हमें कोई रोक नहीं सकता। तपस्या की धारा को कैसे तीक्ष्ण करें उस पर चिन्तन-मनन करना ज़रूरी है। तब ही साधना पथ पर निखार आयेगा।

ज्ञान मार्ग में आने पर हम सबने हमारा लक्ष्य समझ लिया। यह भी भगवान के महावाक्य कानों में सुनाई देते रहे कि, भगवान और उसका जो कुछ है वह हमारा है। दूसरे शब्दों में कहें तो भगवान मेरा, मैं भगवान का। बस इस महावाक्य पर अडोल रहना ही जीवन यात्रा की सच्ची तपस्या है। तपस्या मास में हम सभी को अपने आपको देखने का सुनहरा मौका मिला है। सुअवसर मिला है, उसका लाभ उठाना चाहिए। कुछ ऐसे बिन्दु पर नज़र डालें जिससे हमें अपनी संतुष्टता हो कि हम अवश्य इन्हें धारण कर लक्ष्य तक पहुंच जाएंगे।

भगवान नज़र कैसे आयेगा?

जैसे ही हमने यह सुना कि परमात्मा हमारा है, यह महावाक्य हमारे जीवन के साथ कितना जुड़ जाता है और अंतःकरण की गहराइयों से अभिभूत होता है। जिससे हम परमात्मा के बहुत नज़दीक हैं ऐसी महसूसता होती है। भगवान हमारा है, हम उनके बहुत करीब हैं। जो भक्ति में दूरी बनी हुई थी, जो शास्त्र पढ़ने से महसूस होता था, वह अंतर कितना मिटा है। ऐसा लगने लगा कि

भगवान तो अपना है। यह अपनापन बढ़ता चले। वो अपना नज़र आए। अपनेपन की फीलिंग हो। परमात्मा ने महावाक्य कहे कि मैं तुम्हारी मदद के लिए सदा साथ हूँ। ऐसा अनुभव इस जीवन यात्रा में बना रहे। केवल मदद मांगते न रहें भक्तों की तरह। लेकिन हम मदद के पात्र बन जाएं। जीवन की यात्रा में ऐसा लगने लगे कि भगवान हमारी सभी समस्याएं हर रहा है। जो हमारा अपना है वो हमें विघ्नों से, परिस्थितियों से मुक्त कर रहा है। उस ओर गहराई से ध्यान देना है। साथ-साथ चिन्तन भी करना चाहिए। परन्तु प्रश्न यह है वह कैसे करें? और क्या करें? जो भगवान हमें अपना नज़र आये। उसके लिए आवश्यक है कि परमात्मा की आज्ञाओं का सम्पूर्ण रूप से पालन करें, तब तो हम भी समीप नज़र आएंगे। तब उसे भी लगेगा कि हम उसके हैं। हमारे मन की आवाज़ उस तक सहज ही पहुंच

रही है, सुनवाई हो रही है, तब लगेगा कि वह तो हमारा अपना है। तब किसी परिस्थिति और विघ्न में पहले हम औरों को याद नहीं करेंगे, जो हमारी पुरानी आदत पड़ी हुई है। समस्या आई तो हमारा मन-बुद्धि औरों की तरफ चला जाता है, कभी किसी का सहारा ढूंढते तो कभी किसी का। लेकिन जब भगवान से अपनापन है, भगवान में विश्वास रहेगा कि वो हमारा अपना है तो सभी बातें सरल हो जाएंगी। इस ब्राह्मण जीवन की यात्रा बहुत सुंदर व आनंददायक हो जायेगी। भगवान मेरा है तो किसी को इधर-उधर की चीज़ों व सहारों को देखने की आवश्यकता नहीं पड़ेगी। जो हमारा है वह सागर है, खज़ानों का भण्डार है।



उसके पास सब कुछ है। उसको छोड़कर कहीं जाने की ज़रूरत नहीं। लेकिन अभी तक ऐसा होता है कि उसे छोड़कर इधर-उधर देखते हैं मदद के लिए। अब तक हमें अनुभव ही नहीं कि वह सर्वशक्तिवान है। एक संकल्प से बिगड़े काम ठीक हो सकते हैं। हमें और कुछ करने की ज़रूरत ही नहीं। इस अनुभूति की ओर हम बढ़ते चलें। यही हमारी तपस्या का प्रैक्टिकल सबूत हो जायेगा। इस बात पर चिन्तन करें कि क्या भगवान और हम समीप आ रहे हैं?

परमात्मा के समीप लाने वाली बातें कौन सी ऐसी बातें हैं जिससे परमात्मा से हमारी दूरी बढ़ जाती है और कौन सी बातें हमें परमात्मा के समीप लाती हैं। इस पर विचार करने की ज़रूरत है। वह बातें जो हममें शक्ति भरे, उस पर भी चिन्तन करना चाहिए। ऐसा न हो कि तपस्या करते-करते हमें ही टेंशन हो रहा हो।

क्योंकि हमारा अपना जीवन व्यस्त रहने के कारण हमें पुरुषार्थ के लिए टाइम ही न मिलता हो। हम मन में परेशान महसूस करते हैं कि अच्छा तपस्या मास का मौका था और हमारे पास टाइम ही नहीं था। इस दुविधा में डबल काम करते कहीं हमारे मन में चिड़चिड़ापन तो नहीं आ रहा है कि तपस्या नहीं हो पा रही है। कितना सुंदर अवसर हाथ से जा रहा है। भगवान ने वरदान देने का वायदा किया था, उसमें हमने कुछ नहीं किया।

हमारा काम बहुत बढ़ रहा हो और दोनों के संघर्ष में हमारा मन चिड़चिड़ा होता जा रहा हो, ऐसा भी हो सकता है। हमारा लक्ष्य है कर्मयोगी बनने का। कर्म-योग का बैलेंस रखना। पूरा ब्राह्मण जीवन कर्मयोगी जीवन है। अगर

कर्म और योग अलग-अलग हो जाता है तो दोनों का रस नहीं मिलता। बैठकर योग करेंगे तब मन अधीन कर लेगा। अधिकतर मनुष्य आज कर्म के अधीन हैं। कर्म को अधीन करने वाले ही कर्म-योगी हैं। श्रेष्ठ योगी वह है जो कर्म को अधीन कर लेते हैं। कंट्रोल कर लेते हैं। अपनी इच्छा अनुसार कर्म को चलाते हैं। तो दोनों को

साथ-साथ करना ये जीवन को सरल बनाता है। तपस्या हमें करनी ही है। कर्म और योग साथ-साथ चले ताकि कर्म हमें उलझाये नहीं। और कर्म की अधीनता हममें चिड़चिड़ापन न लाये। भगवान ने हमें सद्बिवेकवान, समझदार बनाया है। देखो परमात्मा अपने बच्चों का सब कुछ देखते भी चिन्ता नहीं करता कि क्यों नहीं मानते। वह सदा ही साक्षी होकर रहता है। हम सभी देख रहे हैं कि समय समीप आ रहा है। हिसाब-किताब चुकतू होंगे। संसार में संघर्ष बढ़ेगा। घर-घर में गृहयुद्ध होंगे। गृहयुद्ध कहते तो दूसरे भाव से हैं परन्तु मानसिक युद्ध होगा। टकराव, सम्बन्धों में संघर्ष, आपस में एक दूसरे की टांग खींचने वाले दिखाई देंगे। अगर ऐसे में साक्षीभाव नहीं होगा तो आने वाले समय में हम भी इस बहाव में बह जाएंगे। इसलिए अपने को साक्षी भाव में स्थित करके चलते चलें।