गीता में स्वयं भगवान ने बताया राजयोग के बारे में

विश्व के सबसे प्राचीन ग्रन्थ श्रीमद्भगवद्गीता में परमात्मा तथा अर्जुन के संवाद में यह बात स्पष्ट की गई है कि सारे योगों का राजा राजयोग है। अष्टांग योग में परमात्मा ने ज्ञान-योग, बुद्धि-योग, भक्ति-योग के साथ राजयोग की भी चर्चा की है। चौथे अध्याय में ज्ञान, कर्म, सन्यास, योगबल आदि आते हैं। आत्मा परमात्मा तथा इन दोनों से सम्बन्धित दिव्य ज्ञान का कार्य है, शुद्ध करना। ऐसा ज्ञान कर्मयोग का फल है। इस अध्याय में परमात्मा गीता के प्राचीन इतिहास को इस भौतिक जगत में बार-बार अपने अवतरण की महत्ता तथा सत्गुरु के पास जाने की आवश्यकता का उद्देश्य बताते हैं। पहले श्लोक से लेकर अट्ठाहरवें श्लोक तक सगुण भगवान का प्रभाव और कर्मयोग के विषय का वर्णन है। ज्ञानसूर्य इस अविनाशी योग को कल्प के आरंभ में विवश मनुष्य को कहते हैं। विवश मनुष्य अर्थात् संस्कार रहित मनुष्य को कहते हैं। उन्नीसवें श्लोक से लेकर तेइसवें श्लोक तक योगी महात्मा पुरुषों के आचरण और उसकी महिमा बतायी गई है। चौबीसवें श्लोक से लेकर बत्तीसवें श्लोक तक हल सहित भिन्न-भिन्न यज्ञों का वर्णन किया गया है।

तेतीसवें श्लोक से लेकर बेयालीसवें श्लोक तक ज्ञान की महिमा स्पष्ट की गई है। इस तरह से भगवान अर्जुन को ज्ञान देते हैं।

अर्जुन का एक महत्वपूर्ण प्रश्न जिसका उत्तर भगवान इस प्रकार देते हैं। अर्जुन ने प्रश्न पूछा कि सबसे पहले आपने ये ज्ञान किसको दिया था?

तब भगवान कहते हैं कि अविनाशी योग को कल्प के आदि में मैंने सूर्य से कहा था। सूर्य से मनु को यही गीता प्राप्त हुई, मनु ने उसे स्मृति में संजोया, मनु से इच्छावाक को मिली, जिसे राजऋषियों ने जाना। किन्तु इस महत्वपूर्ण काल में, ये ज्ञान लुप्त हो गया। भावार्थ यह है, सूर्य को कहना माना कि आरंभ में विवर्तमान मनुष्य जो संस्कार रहित मनुष्य है। सुरा ने सूर्य से मनु को दिया, इसका अर्थ है आत्मा में ही मन है। तो मन को प्राप्त होता है। मन से इच्छा में अर्थात् इच्छावाक को। इच्छा तब तीव्र होकर संस्कारों में ढ़लकर, यह योग क्रमशः आचरण तक पहुँचता है। उस अवस्था में

ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

रीद्धि-सिद्धियों का संचार होता है। इस संसार में, आज लोगों को मेहनत नहीं करना है तुरंत फल चाहिए। इसलिए जहाँ रिद्धि-सिद्धि है, वहाँ वो तुरंत भागते हैं। कुछ किया नहीं और प्राप्ति हो गयी या किया किसी और ने और प्राप्ति हो गयी। ऐसी अवस्था जब आ जाती है, जिसके प्रभाव के कारण, यह ज्ञान लुप्त हो जाता है। मेहनत करना कोई नहीं चाहता है, इसीलिए ये ज्ञान लोप हो जाता है। ये है रहस्य कि सबसे पहले कैसे संस्कार रहित मनुष्य आत्माओं को दिया गया। स्वयं प्रकाशित जो आत्मा सूर्य के समान होती है, पूर्ण आभा वाली होती है। उसे अपने मन में संजोया और मन ने उसको अपनी स्मृति में रखा। स्मृति से फिर इच्छा तक आया, जिससे पुरुषार्थ करने की प्रेरणा आती है। इच्छा में ढ़लकर फिर क्रमशः आचरण तक भी आता है। अच्छा भी लगता है ऐसा जीवन, लेकिन वह मेहनत करना नहीं चाहता है। रीद्धि-सिद्धियों का संचार आ जाता है, संसार में फिर मनुष्य उसके पीछे दौड़ने लगता है। जहाँ से सहज प्राप्ति बिना मेहनत के हो जाये, वहां बहुत अच्छा मेहनत कौन करेगा? योग कौन करेगा? इस ज्ञान की गहराई में कौन जायेगा? इसीलिए ज्ञान लोप हो जाता है। तब परमात्मा ने पुनः अपने अवतरण का महत्व बताते हुए कहा कि वो सद्गुरु परमात्मा अपने अनन्य भक्त आत्माओं पर आश्रित हैं। अपने अनन्य भक्तों के प्रति जो फिर भी पुरुषार्थ में लगे हुए हैं।, ऐसी आत्माओं के लिए आश्रित हैं। वह जिस सतह पर खड़े होते हैं, उसी स्तर पर परमात्मा भी रथी बनकर उत्तम अविनाशी योग वर्णन कर उन भक्तों को डगमगाने से बचाते हैं, सम्भालते हैं, तभी उसका मन वश में हो पाता है। भगवान ही आकर मनुष्य के डगमगाते मन को संभाल कर उसको शक्ति प्रदान करते हैं। उत्तम रहस्यपूर्ण योग भी वर्णन करते हैं। उसके लिए रथी बनकर के आते हैं, अर्जुन के रथ में रथी बने। अर्जुन माना जो अर्जन करने वाली आत्मा है। ऐसे परमात्मा का अनन्य भक्त उसका रथी बनता क्योंकि शरीर भी एक रथ है। इसलिए व्यक्ति जब शरीर छोड़ता है तो यही कहा जाता है 'अर्थी जा रही है अर्थात् अ-रथी,जिस पर रथी सवार हीं है, ऐसा खाली रथ जा रहा है। ये शरीर भी एक रथ है, जिसमें ये पाँच इंद्रियां, पाँच घोड़े के समान हैं। इन्हीं इंद्रियों को वश करने मात्र से ही धर्म की स्थापना हो जाती है।

दिल्ली-पंजाबी बाग। सेवाकेन्द्र के 15वें वार्षिकोत्सव को बहुत ही धूमधाम से मनाया गया। जीवन प्रबंधन विशेषज्ञ ब्रह्माकुमारी शिवानी ने इस अवसर पर अपनी उपस्थिति से सभी को लाभान्वित करते हुए बताया कि किस प्रकार अपने मन को हम सहज ही परमात्मा में लगा सकते हैं। इस पावन अवसर पर ओ.आर.सी. गुड़गांव की निदेशिका ब्र.कु. आशा ने सेवाओं का विस्तार करने के लिए अधिकाधिक प्रचार करने की प्रेरणा दी। दिल्ली पांडव भवन की निदेशिका ब्र.कु. पुष्पा ने बधाई देते हुए कहा कि दिल का प्यार व सच्चाई-सफाई वाली आत्माओं पर सदा ही शिव बाबा का आशीर्वाद व दृष्टि बनी रहती है। माउण्ट आबू से आयीं ब्र.कु. उषा ने सभी को शाखों की याद दिलाते हुए 14 वर्ष की तपस्या का समय बताया और अभी फल निकलने की शुभकामनाएं प्रकट की। इस अवसर पर सीनियर बैंक मैनेजर विवेक महाजन एवं मादीपुर विधानसभा अध्यक्ष ललित यादव व अन्य गणमान्य व्यक्ति भी उपस्थित थे। कार्यक्रम के अंत में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कोकिला ने सभी को अपने श्रेष्ठ संकल्पों की दृढ़ता बनाये रखने का संदेश देते हुए सभी को धन्यवाद दिया।

हिसार-हरियाणा। 'बेटी बचाओ-सशक्त बनाओ' अभियान रैली के हिसार पहुंचने पर आयोजित स्वागत कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. पूनम। मंचासीन हैं विधायक पूर्णसिंह डाबड़ा, पूर्व चेयरमैन सतबीर वर्मा, ओ.पी. पुनिया, हवा सिंह नैन व अन्य।

नाजिबाबाद-उ.प्र.। जन्माष्टमी कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए जस्टिस रामोतर सिंह, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. रजनी व अन्य।

सुखडा-नेपाल। छिन्नमस्ता शक्तिपीठ के पीठाधीश श्री श्री 1008 महाकान्त ठाकुर जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रन्जु।

ब्रह्मपुर-ओडिशा। शिव जयंती के अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए बायें से डॉ. पी.सी. साहू, ब्र.कु. मंजू, बी.जे. शर्मा,आई.ए.एस.,राजस्व कमिश्नर, ब्र.कु. माला एवं सिस्टर मैरी।

ग्रैटीट्यूड मेडिटेशन...

- पेज 10 का शेष

या नहीं मिला, मिला तो बताया क्यों नहीं। अब इसमें आप गलत मत समझना कि क्या मेरे माता-पिता को मेरे ऊपर विश्वास नहीं है। भई! यहाँ विश्वास की बात नहीं है, यहाँ बात है जानकारी की, सच्चाई की। अगर आप पैसे का गलत इस्तेमाल भी कर रहे हो, लेकिन ये बात आपके माता-पिता को नहीं पता है तो वे क्या कर लेंगे। ज़्यादा से ज़्यादा पता चलने पर नाराज़ होंगे, लेकिन बाद में मन मारकर पैसे तो भेजते ही हैं ना।

ठीक इसी प्रकार से परमात्मा हमसे चाहते हैं कि आपको मैंने क्या नहीं दिया, घर दिया, परिवार दिया, पैसे दिये, रुतबा दिया, ओहदा दिया, लेकिन आपने कभी भी इसकी जानकारी(एक्नॉलेज) मुझे दी! यहाँ एक्नॉलेजमेंट का मतलब है आप इन सारी बातों के लिए क्या अपने ऊपर परमात्मा की कृपा नहीं समझते! हमारे हिसाब से तो ये परमात्मा का ग्रेस ही है जो हमारे पास सबकुछ है। लॉ ऑफ अट्रैक्शन कहता है कि जब आप किसी चीज़ के लिए बार-बार धन्यवाद करते हैं, तो वो चीज़ आपके पास अधिक मात्रा में आती है। खुशनसीब वे लोग नहीं हैं जिनका नसीब अच्छा है, बल्कि खुशनसीब वे हैं जो अपने नसीब से खुश हैं। तो हमारा नसीब हमेशा से अच्छा है और अच्छा रहेगा, लेकिन इसके लिए हमें परमात्मा को ग्रैटीट्यूड देना होगा या धन्यवाद देना होगा या उसका कृपा पात्र बनना होगा। और यह प्रक्रिया रोज़ की रोज़ आपको दोहरानी होगी।

इसका तरीका यह है कि आप सुबह-सुबह जैसे ही उठते हैं, उसके तुरंत बाद ही अपने दोनों हथेलियों को बड़े ध्यान से देखें और यह सोचें कि अरे वाह! मैं कितना भाग्यशाली हूँ, मेरे हाथों में भाग्य की रेखायें निरंतर बदल रही हैं और दोनों हाथों को अपने मस्तक पर लगायें। फिर अपने शरीर के एक-एक अंग की तारीफ करें कि भगवान ने मुझे इतनी सुंदर आँखें दी हैं जिससे मैं देख सकता हूँ, इतने सुंदर कान दिये हैं जिससे मैं सुन सकता हूँ, इतना सुंदर मुखड़ा दिया, इतना सुडौल शरीर दिया, मेरा एक-एक अंग इतनी अच्छी तरह से काम करता है, इसके लिए हे परमपिता परमात्मा आपका बहुत-बहुत धन्यवाद। इसी क्रम में आगे बढ़ते हुए आप बेड से नीचे उतरें और प्रकृति के पाँचों तत्वों को भी थैंक्स करें कि आप सबके सहयोग से ही मैं आगे बढ़ रहा हूँ। परमात्मा की श्वेत प्रकाश की किरणों को अपने ऊपर गिरते हुए देखें और उन किरणों के साथ ही अपने घर के एक-एक कोने में जायें और वहाँ परमात्मा के इस प्रकम्पन को फैलायें। साथ ही साथ घर के लिये, गाड़ी के लिये, पैसे आदि के लिये, अन्न के लिये, रोज़ पेट भरने के लिए परमात्मा को बहुत-बहुत थैंक्स करना है और उसे दिखाना है कि जो भी चीज़ें आपने मुझे दी हैं, आप देख लीजिए, मैं उसकी बहुत अच्छी तरह से सम्भाल कर रहा हूँ।

बस यही आपको ग्रैटीट्यूड परमात्मा के लिये करना है। आप देखना, कुछ ही दिनों में आपके पास जितना है उससे कई गुना अधिक होकर आ जाएगा। आपको सम्भालना मुश्किल हो जाएगा। हम ये नहीं कह रहे हैं कि ये एक दिन में होगा, लेकिन जब आप ये करना शुरु करेंगे तो आपको परमात्मा से भी प्रेम हो जायेगा, आपका मोह चीज़ों से खत्म होने लगेगा और आप ट्रस्टी बनकर इन चीज़ों को सम्भालेंगे।