आनंद प्राप्ति के लिए उपाय

बालक के साथ बालक बन जायें, संत के साथ बैठें तो अपने सद्गुणों की संतत्वपूर्ण छाप बनायें। मित्रों के साथ निखालस बन तनावमुक्त अनुभव करें और परिवार जनों के बीच प्रेम और मधुरता के रूप में 'सबसे प्रिय व्यक्ति' का स्थान निर्माण करें, इससे अकेलापन और बोरियत अपने आप अदृश्य हो जाएगा।

सत्तर वर्ष के चार वृद्ध एक बगीचे के बेंच पर बैठे थे। उन्हें घर जाने की कोई जल्दी नहीं है। घर जल्दी पहुंचेंगे तो पुत्रवधु छोटे से पोते को खिलाने का काम सौपेगी, इसकी उन्हें चिंता है।

मंदिर नज़दीक है, फिर भी मंदिर में जाने की उनकी इच्छा नहीं है! वही आरती, वही शंखनाद, घंटानाद और श्लोकों का उच्चारण! वे सभी बगीचे में बैठे हैं, लेकिन बगीचे के फूल-पौधे देखने की थोड़ी भी चाहत नहीं, वही वृक्ष और वही के वही फूल के पौधे!

- ब्र. कु. गंगाधर

उन्हें ज़िन्दगी बिना रस की लगती है। उन्हें ही नहीं, बहुत सारे नौकरी करने वालों को भी ज़िन्दगी बोझिल लगती है, जीवन बोरियत जैसा लगता है। परिणाम स्वरूप वे बिना कारण क्रोध, लोगों के साथ व्यर्थ विवाद और झगड़े तथा आंतरिक अकेलेपन का अनुभव करते हैं। स्वयं को नये ढांचे में ढालने के लिए उम्र की कोई सीमा नहीं होती। मनुष्य स्वयं के ही बुने हुए मकड़ जाल से निकलने को तैयार नहीं है। आप ऊब न जायें उसके लिए परमशक्ति ने आपको अरबों की बस्ती से भरे विश्व के मध्य एक मानव के रूप में हँसते-खेलते भेजा है। किसी दायरे में कैद होकर आप जीवन के आनंद को खो बैठे तो उसमें जीवनदाता क्या करे! मनुष्य को खुद की उन्नत छाप बाहर लाने की स्वतंत्रता है।

बोरियत ऐसे ही नहीं आती, उसके नियंत्रक आप खुद ही हो। निष्क्रियता, पलायनवृत्ति, बहाना ये सब जुड़कर ही बोरियत का रूप धारण करती है।

आपके पौत्र, पौत्री, पड़ोसी, दोस्त, सहकर्मचारी, इन सबको आत्मीयता से देखो, स्वजनों से मिलो, दिखाई देने वाली सब वस्तुओं को देखो, उसका आनंद लो, नई दृष्टि बनाओ, जो कुछ भी करते हो सिर्फ तन से नहीं, मन की महक मिलाकर करो और फिर अनुभव करके देखो कि आप तरोताज़ा हैं या बासी!

रुचिकर दिखना और रुचिकर रहना, यह भी एक कला है। सुनने में आता है, ग्रीक सागर के देवता पोसेडन की एक ये खूबी थी कि वे अपनी इच्छानुसार अपना आकार बदल सकता था। परिस्थिति को देख आवश्यक रूप धारण कर लेता। मेनालोसे ने एक बार प्रोसेडन को पकड़ने की कोशिश की, तब प्रोसेडन ने पहले सिंह का, उसके बाद सर्प का, फिर चीता का, उसके बाद अन्य रूप जैसे बहते पानी का व वृक्ष का रूप धारण किया इसलिए उसे मेनालोसे पकड़ नहीं पाया।

मनुष्य को तरो-ताज़ा रहने के लिए कृत्रिम नाटक देखने की ज़रूरत नहीं, लेकिन परिस्थिति के अनुसार लचीलापन लाने की ज़रूरत है। बालक के साथ बालक बन जायें, संत के साथ बैठें तो अपने सद्गुणों की संतत्वपूर्ण छाप बनायें। मित्रों के साथ निखालस बन तनावमुक्त अनुभव करें और परिवार जनों के बीच प्रेम और मधुरता के रूप में `सबसे प्रिय व्यक्ति' का स्थान निर्माण करें, इससे अकेलापन और बोरियत अपने आप अदृश्य हो जाएगा। मनुष्य बिना बोझ खुला जीवन जीये तो कोई भी कार्य में वो मस्तीपूर्वक जी सकता है।

एक कहानी है - गवारिया बाबा एक संत थे। वृंदावन में रहकर राधाकृष्ण की भक्ति में मग्न रहते थे। एक बार जमुना किनारे बैठे भजन कर रहे थे, तब कुछ चोर उनके पास आकर बैठे। उन चोरों ने गवारिया बाबा से पूछा - ``आप कौन हैं?''बाबा ने निष्कपट पूर्वक कहा कि ``जो तुम हो वही मैं हूँ''। तो चोरों ने कहा, ``तो फिर चलो हमारे साथ''।

गवारिया बाबा चोरों के साथ चल पड़े। सब एक मकान में घुसकर चोरी करने लगे। बाबा ने घर में एक मंदिर देखा। वहाँ एक ढ़ोलक पड़ा था। बाबा ने ढ़ोलक बजाकर `हरे राम, हरे कृष्ण' का कीर्तन करना आरंभ कर दिया। ढ़ोलक की आवाज़ सुन घर के सभी सदस्य जाग उठे। ये सब देख चोर भाग गये, लेकिन भक्ति करते हुए गवारिया बाबा पकड़े गये। अंधेरा था इसलिए लोगों ने गवारिया बाबा को चोर समझकर मारना शुरु कर दिया। इतने में किसी ने दिया जलाया, मुँह देखकर कहाः ``अरे यह तो गवारिया बाबा हैं''!

घर के लोगों ने पूछाः ``बाबा, आप इस चक्कर में कैसे फँस गये? बाबा ने जवाब दियाः चोर चोरी करने में मग्न थे और मैं अपनी भक्ति करने में मग्न था। सभी को अपना-अपना धर्म तो निभाना ही पड़ता है''!

गवारिया बाबा की मस्ती और महानता को देख सब ने बाबा के चरणों को छू लिया। जो अंदर से मस्त है उसे कोई भी बात बोर क्यों करेगी! इस सुंदर जगत को देखने, जानने और - शेष पेज 8 पर

फरिश्ता स्वरूप की स्थिति बनेगी निमित्त समझने से ही

मैं संदेशी नहीं हूँ पर जब भोग लगाने बैठती हूँ तो मुझे खींच होती है जैसे बाबा मुझे खींच रहा है। जब बाबा को भोग स्वीकार कराया जाता है, उस घड़ी स्पेशल संगठन में बैठने का, दूसरा बाबा को भोग स्वीकार कराने का अनुभव अच्छा होता है। बाबा को भी खैंच होती है। जब भारत में सेवायें शुरु हुई तो भोग लगाते-लगाते कई बहनें संदेशी बन गयी, नहीं तो पहले इतनी संदेशियाँ नहीं थी। तो समझा जाता था संदेशी भोग लगावे। कलकत्ता में छोटे-से सेंटर में 15-20 बहन भाई होंगे, बाथरूम भी अपना नहीं था। जब मैं उस समय वहाँ भोग लगाने बैठी, तो वो अनुभव आज दिन तक नहीं भूलता है। बाबा कहेगा सिर्फ भोग की ट्रे लेके नहीं आओ। आ जाओ मेरे पास। यह क्यों सुनाती हूँ? इस जीवन यात्रा में हर प्रकार का अनुभव हर एक को करना चाहिए, कोई भी अनुभव कोई को छोड़ना नहीं है। तो परोक्ष, अपरोक्ष साक्षात्कार मूर्त, सफलता मूर्त बनने में यह अनुभव भी बहुत मदद करता है।

मैंने जगदीश भाई को देखा, जब से बाबा का बच्चा बना तब से चारो ही सबजेक्ट में ज्ञान, योग, धारणा, सेवा का अनुभव बहुत अच्छा किया। बाबा से इतना खज़ाना मिलता है वो सब अनुभव लिख करके औरों तक पहुंचाने के निमित्त बना। ड्रामा अनुसार अव्यक्त बापदादा की प्रेरणा से अभी भी ऐसा कोई बाबा को प्रत्यक्ष करने का कुछ करे ना! कहने का भाव यह है कि हमारे ऊपर सारी दुनिया को बदलने का आधार है क्योंकि हमें इतनी पालना, पढ़ाई इतनी प्राप्ति हुई है, तो विश्व का एक कोना भी रह न जाये। हर एक को यह पता पड़े मेरा बाबा कौन! भले सतयुग में न भी आवे, लेकिन भावना है शांतिधाम में भी जाने वाली आत्माओं को मौत के समय खुशी हो मैं जा रहा हूँ परमधाम में। अब नाटक में समय पूरा हुआ, यह सबको अच्छी तरह से पता पड़ जाना चाहिए।

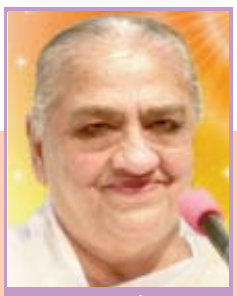
हम सबके सामने भी विनाश का वो नज़ारा स्पष्ट बुद्धि में होना चाहिए। जिसके सामने विनाश का दृश्य रहता है, वह विश्व में कहीं भी रहे उसके लिए शान्ति है। आत्मा अविनाशी है, बाबा अविनाशी है, उनसे जो खज़ाना मिलता है वो भी अविनाशी है। अभी जो प्राप्ति बाबा से हो रही है, जैसे आज बाबा ने कहा अपना फरिश्ता रूप इमर्ज करो। मैं आत्मा, परमात्मा का बच्चा हूँ। क्राइस्ट, बौद्ध, गुरुनानक से भी मैं ऊँचा हूँ, अभिमान नहीं है पर रीयली है। हमको बाबा नीचे से ऊपर ले जाने के लिए आया है। तो रहना है ऊपर, निमित्त मात्र यहाँ हैं। फरिश्ता स्वरूप की स्थिति तब बनेगी जब यहाँ निमित्त मात्र हैं, यह कार्य हुआ ही पड़ा है। जैसे ब्रह्माबाबा निमित्त मात्र है। जो बच्चा एडॉप्ट होता है उसको बड़ा नशा होता है, पहले कैसा था, किसका था और अभी ऐसा हूँ, इसका हूँ, ऐसे वह नशा हो कि मैं परमात्मा का हूँ और मेरा फरिश्ता स्वरूप है। यहाँ सेवा के लिए सिर्फ निमित्त मात्र हैं... तो इससे उड़ने के पंख आ जाते हैं। उसक पहले ब्रह्मा बाप समान गृहस्थी से ट्रस्टी बनना सीखना पड़ेगा। ट्रस्टी माना मेरा कुछ नहीं, तो फ्री हैं जैसे मैं फ्री हूँ क्योंकि मुझे किसी का फिक्र नहीं है, तब सब अच्छे चल रहे हैं, में देख रही हूँ, बाबा भी देख रहा है। बाबा कहता है मेरे साथ रह करके साक्षी हो करके देखो।

खुशी पंख का काम करती है। हारमनी माना ज़रा भी अभिमान का अंश न हो, तब खुद भी खुश रह सकेंगे और अन्य को भी खुश कर सकेंगे। नहीं तो जैसे एक अन्धा, दूसरा अंधेरा तो उन बिचारों का क्या हाल होगा! बाबा आकर अन्धों को आंखें देता है, अन्धियारे से बचाकर रोशनी देता है। रोशनी हो पर नयन न हों तो कोई काम का नहीं। नयन हो पर रोशनी न हो कोई काम का नहीं। तो कितना भगवान हमारे लिए दया, कृपा, रहम का सागर है। बाप की याद से पास्ट के पाप कर्मों से फ्री हो जाते हैं। कोई भूल व विकर्म हो जाता है तो उसे फॉरगिव करके फॉरगेट करो और आगे से ऐसी भूल न हो, यह ध्यान रखना होगा।

दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

लेट आये हुए भी कोई अगर पुरुषार्थ में फास्ट जाना चाहें तो जा सकते हैं, सिर्फ ज्ञान की गहराई में जावें, समय का कदर करें, संकल्प को ऊँचा बनायें। त्याग वृत्ति से तपस्वी मूर्त बनने में बड़ा मज़ा है। आज्ञाकारी, सेवाधारी बच्चा होकर रहने में बहुत सुख है। निमित्त भाव, नम्रता स्वरूप हो, अभिमान का नाम-निशान न हो तब है सेवा क्योंकि प्रैक्टिकल का प्रभाव पड़ता है। चलते-फिरते भी किसी को अनुभव हो जाता है, बिना शब्दों के। उनकी दिल होती है इनसे कुछ बात करूँ, कुछ सुनूँ। कई बार ऐसी कुछ आत्मायें होती हैं जिन्हें मिलने मात्र से ही वह बहुत खुश होंगे। जिस समय जो करना है वो करके हर घड़ी को सफल करना है। किस समय क्या करना है, वो करेंगे परंतु यह जो टाइम मिला है वो कल्प के बाद... आप कहेंगे फिर से लण्डन आना, किसने देखा। पर यह अभी जो आयी हूँ ना, बाबा ने भेजा है। आप लोगों की सेवा के निमित्त बनाया है, तो उसका लाभ लेना यही समय को सफल करना है, हर कल्प यह रिपीट होता रहेगा।

त्याग और सेवा का भाग्य तो है पर कोई अच्छा एक्ज़ाम्पुल बने, तो यह भी एक बहुत बड़ा भाग्य है। जो बहुत समय से त्याग और सेवा से अपना भाग्य बनाते आ रहा है, उनको देख करके कइयों के पुरुषार्थ में परिवर्तन आता है। हमारे भाग्य को देख और भी अपना ऐसा भाग्य बनाना शुरु कर दें - यह है मैं भाग्यवान हूँ, इसका सबूत। तो अभी ऐसा कौन है जो याद में बैठे और बाबा खैंच लेवे? याद करना न पड़े, बाबा के लव में लीन हो जाए।



दादी हृदयमोहिनी
अति.मुख्य प्रशासिका

परमात्म प्यार पाने के लिए दिल में प्यार का दीप जलाएं

सबके नयनों में बाबा बसा हुआ है ना! सारा दिन बाबा ही रहता है या और कोई नयनों में आ जाता है? जब कोई झंझट में फंसते हो तब नयनों में कौन रहता है? कुछ भी परिस्थिति आवे, हम न्यारे और प्यारे कमल पुष्प समान रहें। पानी में रहते एक बूंद भी प्रभाव नहीं डाले। ऐसे रहना आता है ना? पक्का? कितना पक्का! बहुत पक्का? देखना, आज सारा दिन में कितना पक्का रहा? नयनों में बाबा बस रहा है। जैसे गीत में सुना मेरे नयनों में बाबा... ऐसे मेरी दिल सारा दिन बोले और प्रैक्टिकल में अनुभव हो। नयनों में बाबा, जहाँ भी चलो, जो भी सेवा (कर्म) करो बाबा ही बाबा दिखाई दे। मेरा है ना, बाबा कहता है इस मेरा (शरीर) को भूलो, अभी तक भी शरीर का भान तो आता है ना, कितना टाइम हो गया! इसीलिए बाबा कहते जैसे शरीर का भान भूलता नहीं है, चाहो तो भी नहीं भूलता है ऐसे बाबा मेरे दिल में बैठा है, यह नहीं भूलें। जब और बातें नहीं भूलती तो बाबा क्यों भूल जाता है? बाबा को तो दिल में बिठाना है ना। कोई भी बात हुई बाबा... हमारा साथी आ गया। आता है या नहीं! देरी तो नहीं लगती? नहीं। कभी संकल्प में भी न आये कि पता नहीं बाबा की मदद मिलेगी या नहीं! है ही बाबा मेरे लिए, भले कितना भी बड़ा परिवार है लेकिन बाबा सबके लिए एवररेडी। बाबा कहो, बाबा आ गया। बस, बाबा ही बाबा और क्या है!

और बाबा को सामने देखो तो ऐसा लगता है, जन्म-जन्म का प्यार पूरा हो जाता है। तो ऐसे बाबा को अच्छी तरह से बांधके रखना, बांधना आता है? गोपियों का गायन हमारा है, अभी हम सुन रहे हैं। कमाल तो यह है कि हमारा गायन हम ही देख रहे हैं हाँ, ऐसा लिखा है। गोप-गोपियाँ दोनों का गायन है। माताओं में थोड़ा प्यार ज़्यादा होता है इसलिए गोपियों को ज़्यादा लिफ्ट देते हैं। बाकी है तो गोप-गोपियों दोनों का गायन। क्योंकि दोनों के बिना काम नहीं चलेगा। तो आज नोट करना सारे दिन में खुशी कितना बारी गयी? कोई-न-कोई बात आ जाती है ना! आज कोई भी बात आवे डोन्ट केयर। हो सकता है ना। डोन्ट केयर, अरे! क्या है? बाबा के आगे यह है क्या? छोटी-छोटी चीज़ें। तो आज का दिन 16 कला सम्पन्न रहना है, 15 भी नहीं। कल पूछना 15 कला रहे या 14 या क्या हुआ? कोई खिटपिट होगी तो फिर 8 कला हो जायेगी इसलिए कुछ भी हो जाये हमारा बाबा हमारे साथ है। बाबा के आगे बात क्या है, दिल से बाबा कहा बात गयी। तो सभी खुश? कितना खुश! फुल खुश? मातायें खुश, भाई खुश... वाह, ऐसे ही सारा दिन मन की ताली बजती रहे। हम बाबा के साथ हैं।