

सबके प्रति शुभ भावना, शुभ कामना

-ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

परमात्मा ने कहा है, कि 'निन्दा हमारी जो करे, मित्र हमारा सो।' ऐसे तो हर कोई किसी का मित्र है। जो भी आपस में मिलेंगे तो मुस्कराकर कहेंगे नमस्ते। परन्तु अगर उस व्यक्ति ने मुझसे ऐसी-वैसी बात कही हो, या मेरे खिलाफ ऐसा काम किया तो उस दिन का नमस्ते दूसरा होता है, उसकी तर्ज भी दूसरी होती है। पहले की तरह नहीं होती, हम समझते हैं कि यह स्वार्थी आदमी है, सामने मीठा बोलता है, पीछे हमारी निन्दा करता है। हमारे मन में उसके प्रति यह भाव है और हमारे चेहरे पर इसकी झलक आती है। इसका असर नमस्ते की टोन तर्ज में भी आ जात है। लेकिन परमात्मा ने क्या कहा हुआ है? निन्दा हमारी जो करे, मित्र हमारा सो। ऐसा नहीं है कि जो हमारी प्रशंसा करता है, हमारी बात सुनता है, हमारा काम करता है, वही हमारा मित्र है। परमात्मा ने यहाँ तक कहा हुआ है कि वह जो आपको तंग करता है, परेशान करता है या आपसे दुश्मन की तरह व्यवहार करता है, फिर भी आपका उसके प्रति मैत्री भाव का दृष्टिकोण रहे। जहाँ आपके प्रति नफरत है, वहाँ आप प्यार से जवाब दें। लोगों ने यह कहा हुआ है कि आँख के लिए आँख

जो देता है उसका भला हो, जो नहीं देता है उसका भी भला हो। अगर कोई उसको लाठी भी दिखाये, फिर भी वह यही कहता जायेगा कि देने वाले का भी भला और ना देने वाले का भी भला हो। अगर कोई उसको लाठी भी दिखाये या आँख भी दिखाये, फिर भी वह यही कहता जायेगा कि देने वाले का भी भला ना देने वाले का भी भला हो। मांगने वाले अनेक होते हैं लेकिन उन मांगने वालों से यह अलग है, भिन्न है। यह सबके प्रति शुभ भावना, शुभ कामना व्यक्त करता है। शुभ-भावना और शुभ-कामना, परमात्मा ने कहा हुआ है, ये मैत्री भाव प्रकट करती हैं। परमात्मा कहते हैं, कि बदला मत लो, बदलकर दिखाओ। यह भी मैत्री भाव है। परमात्मा ने कहा है कि अपकारी पर उपकार करो। ऐसे भगवान के अनेक महावाक्य हैं जो बताते हैं कि सबके प्रति कैसे हम मैत्री भाव रखें। इस मैत्री भाव के और भी रूप हैं। संक्षेप में यह कहना चाहेंगे कि जिसको पतंजली ने सन्तोष और मैत्री कहा है, जिसको भगवान ने सन्तुष्टता के तीन सर्टीफिकेट, शुभ-भावना-शुभ-कामना और मैत्री भाव कहा

विचारों में ऐसी बातें आ गयीं तो निश्चित रूप से आप आगे नहीं बढ़ पायेंगे। इसलिए जिनसे भी हमारा सम्बन्ध-सम्पर्क है, जिनसे हमारा काम पड़ता है उन सबसे अगर हम प्रेम-प्यार से, मित्रता से कल्याणकारी और शुभ-भाव से, मधुरता और नम्रता से व्यवहार करते हैं तो मन अच्छा रहेगा और योग भी अच्छा लगेगा।

जब कोई गलत बोलता है तो उसको हम प्यार से बता सकते हैं, समझा सकते हैं। अगर वो नहीं समझता है तो हम क्यों उसके पीछे अपनी अवस्था खराब करें? धर्मराज परमात्मा बैठा है, मालिक वह है। हरेक को वह देखता है, कौन राइट है, कौन राँना है। भगवान ने कहा है कि जो ज्ञान में आकर गलत करता है, पाप करता है, उसको सौ गुणा दण्ड मिलता है। अगर उसकी भलाई के लिए दोस्त के नाते, भाई के नाते सलाह देना चाहते हैं तो दे सकते हैं।

हमने देखा है, बहुत बार क्या होता है, हम मित्र को सलाह देने के बहाने ज़िद पकड़ के बैठते हैं, वह नहीं बदलता है तो बदला लेने का सोचते हैं कि इसने हमारी बात नहीं मानी, इसको हम सबक सिखाकर ही रहेंगे।

परमात्मा ने सन्तुष्टता के तीन सर्टीफिकेट, शुभ-भावना, शुभ-कामना और मैत्री भाव कहा है, ये बहुत ज़रूरी हैं। इनको आप पूरा महत्व दें। अगर आप इनको महत्व नहीं देंगे तो हम निश्चयात्मक रूप से बताते हैं कि आपमें अन्य दैवी गुण भी धारण नहीं हो पायेंगे। किसी के साथ नम्रता से व्यवहार करेंगे तब तो आप उससे भी एक दिन सन्तुष्टता का सर्टीफिकेट लें पायेंगे। अगर आप सहनशील नहीं बनेंगे और उसकी तरह मुख से बाण चला लिये तो आप तीनों सर्टीफिकेट गंवा बैठेंगे।



और दाँत के लिए दाँत। कोई दाँत तोड़ता है, तो बदले में उसके दाँत तोड़ो, ईंट का जवाब पत्थर से दो। लोगों की नीति यही रहती है। लेकिन परमात्मा ने क्या कहा है? उसको मारना भी है तो उसके ऊपर इतनी मेहरबानी करो कि खुद ही उसकी दुश्मनी मर जाये। उसके अन्दर से ये भाव आये कि अरे मैंने इसका क्या किया और इसने मेरे साथ क्या किया! परमात्मा के जो बोल हैं, वे अलग हैं। मैत्री भाव के बारे में भगवान ने यह कहा कि हरेक के प्रति शुभ-भावना, शुभ-कामना हो, और उनके प्रति भी श्रेष्ठ भवना हो जो हमारे लिए अशुभ सोचता है, अमंगल सोचता है उसका भी भला हो। आपने देखा होगा, भारत के जो साधु-सन्यासी हैं, वो भी हरेक सभा के बाद यही कहते हैं, कि सबका भला हो, सभी सुखी हों। कहते हैं, लेकिन हमारे मन में यह भाव है या नहीं, यह देखना चाहिए। यह हरेक को देखना चाहिए कि हमारा मन दूसरों के प्रति प्रेम भाव, शुभ भाव से भरा है? आपने देखा होगा, आप ट्रेन में बैठे हैं, आपके पास एक भिखारी आता है, कहता है कि बाबूजी एक रोटी दे दो। आप कहेंगे, चल भाई, चल आगे चल। तब वह कहता है कि

है, ये बहुत ज़रूरी है। इनको आप पूरा महत्व दें। अगर आप इनको महत्व नहीं देंगे तो हम निश्चयात्मक रूप से बताते हैं कि आपमें अन्य दैवी गुण भी धारण नहीं हो पायेंगे। किसी के साथ नम्रता से व्यवहार करेंगे तब तो आप उससे भी एक दिन सन्तुष्टता का सर्टीफिकेट ले पायेंगे। अगर आप सहनशील नहीं बनेंगे और उसकी तरह मुख से बाण चला लिये तो आप तीनों सर्टीफिकेट गंवा बैठेंगे। इसलिए राम को तीर-कमान दिखाया है। एक छोटी-सी बात पर हमने नियंत्रण नहीं किया। यह साधारण और छोटी-सी बात नहीं है। आपके 21जन्मों की प्रालम्भ है। परमधाम की यात्रा भी योग है, स्वदर्शन चक्र घुमाना भी योग है। यह विषय तो बहुत बड़ा है, लेकिन संक्षेप में हम यही कहते हैं कि इसी तरह से मैत्री भाव है, मित्रता भाव है, अपकारी पर भी उपकार करने का शुभ भाव है। अगर यह शुभ भावना हम बनाये नहीं रखेंगे तो मन में नेगेटिव भाव स्थान बना लेंगे। किसी अच्छी चीज़ में कंकड़ या मक्खी पड़ जाये तो, भले ही वह कितने भी पैसे खर्च करके आई हो, खाने योग्य नहीं रहेगी, आप उसको फेंक देंगे। ऐसे ही अलौकिक जीवन में अगर आपके

कई बार ऐसा भी होता है कि जिसको आपने अपना मित्र समझकर राय दी, वह गलत समझकर आपका दुश्मन बन जाता है। इससे और ही दोनों की अवस्था बिगड़ जाती है और पुरुषार्थ रुक जाता है। दोनों का मित्र भाव ही खत्म हो जाता है। परमात्मा ने हमें बताया भी है कि जो जैसा करता है, वैसा पाता है। तो हम उसका विरोध करके क्यों अपनी स्थिति और चित्त को खराब करें? हमारा निवेदन यह था कि इन दोनों बातों को भी हम समान रखें कि हमारे सब मित्र हैं, हम सबका भला चाहते हैं, उस भलाई के लिए हम ज्ञान की, योग की धारणा की बात सुनाते हैं तो ठीक है, लेकिन हमारी मित्र भावना नहीं टूटे, हमारे में कोई वैर, विरोध, बदला लेने की भावना न आये। अगर किसी के प्रति हमारे मन में ईर्ष्या भाव या द्वेष भाव पैदा होता है तो यह मैत्री भाव नहीं है। यह दूसरों को सन्तुष्ट करने वाली बात नहीं है। मान-शान की इच्छा जो हम करते हैं, यह तभी आती है जब इन दो बातों पर ध्यान नहीं रखते हैं। यदि इन दोनों बातों पर ध्यान दें तो हम कहेंगे कि आप अन्य सब विषयों में सहज ही पास हो जायेंगे।



सारनाथ-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर भाजपा संगठन, शहर उत्तरी विधान सभा, महाबोधि सोसायटी ऑफ इंडिया, प्रादेशिक जर्नलिस्ट एसोसिएशन, कासबा ऑर्गेनिक तथा ब्रह्माकुमारीज के संयुक्त तत्वाधान में आयोजित योग कार्यक्रम में उपस्थित हैं केन्द्रीय रेल एवं संचार राज्यमंत्री मनोज सिन्हा, विधायक रविन्द्र जायसवाल, पूर्वी उ.प्र., भारत एवं पश्चिम नेपाल की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी, प्रबंधक राजयोगी ब्र.कु. दीपेन्द्र तथा अन्य विशिष्ट जन।



लातविया। अफ्रीका सेवाकेन्द्रों की निदेशिका राजयोगिनी ब्र.कु. वेदान्ती के रिगा सेवाकेन्द्र में आगमन पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ वहाँ के ब्र.कु. भाई बहनें।



जगन्नाथ पुरी-ओडिशा। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में मंच पर राजयोग का अभ्यास करते हुए ब्र.कु. डॉ. सत्यानंद, डॉ. के.के. दास, रिटायर्ड प्रिन्सीपल, पुरी, प्रो. डॉ. बिनायक राठ, पूर्व वाइस चांसलर, उतकल युनिवर्सिटी ओडिशा, ब्र.कु. निरुपमा, डॉ. पी.के. नायक, रिटायर्ड सी.डी.एम.ओ, ब्र.कु. प्रतिमा तथा अन्य ब्र.कु. बहनें।



पुखरायों-कानपुर(उ.प्र.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए भोगनीपुर विधायक विनोद कटियार, एस.डी.एम., तहसीलदार, नगर अध्यक्ष डॉ. दयाशंकर आर्य, डॉ. जयगोपाल, राजयोगिनी ब्र.कु. ममता तथा अन्य।



दिल्ली-पहाड़गंज। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में उपस्थित हैं सामाजिक कार्यकर्ता स्वदेश चट्टा, डॉ. आशा गांधी, लेडी हार्डिंग मेडिकल कॉलेज की डायरेक्टर प्रोफेसर एवं हेड इन फ़िजियोलॉजी, श्रीमति बबिता भरीजा, निगम पार्षद, अरुण भाई, आर.एस.एस., करोल बाग के डिस्ट्रिक्ट प्रेसीडेंट, सुधीर भाई, योगा टीचर, मिनिस्ट्री ऑफ आयुष तथा अन्य गणमान्य जन।



शिमला-हि.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर गवर्नमेंट गर्ल्स सेकेन्ड्री स्कूल में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में छात्राओं तथा शिक्षकों के साथ ब्र.कु. रेणु तथा ब्र.कु. यशपाल।