

‘मैं’ कहाँ खो गया हूँ...?

जब हम किसी भी प्रोफेशनल या आम व्यक्ति से बात करते हैं तो वो अपनी समस्याओं के बारे में, परिस्थितियों के बारे में और कठिनाइयों की ही बात करता है। वो अपनी सूझ-बूझ, अपने परसेप्शन और मान्यताओं के आधार से उसके हल भी ढूँढ़ने की कोशिश करता है, परंतु वो अपनी उन कठिनाइयों को दूर करने के चक्कर में और ही उलझता जाता है। वो अपनी आकांक्षाओं, इच्छाओं व सामाजिक, पारिवारिक दायित्व के निर्वहन हेतु कई शॉर्ट कट का रास्ता भी अपनाने की कोशिश करता है। परिणामस्वरूप वो अपनी उलझनों के भंवर में और ही उलझता हुआ अपने को पाता है। उदाहरण स्वरूप, किसी व्यक्ति के घर में चूहे बहुत थे और खाद्य पदार्थ को नुकसान पहुँचाते थे। तो किसी ने कहा कि ऐसा करो, एक बिल्ली को पाल लो, जिससे आपकी समस्या हल हो जायेगी। वो बिल्ली ले आया, बिल्ली चूहे को तो खा जाती, लेकिन साथ ही उसका रखा हुआ दूध भी पी जाती। वो फिर परेशान होने लगा। फिर किसी और ने सलाह दी कि ऐसा करो कि कुत्ता पाल लो। कुत्ते के कारण तो बिल्ली भाग गयी, लेकिन कुत्ता सारा दिन भौं-भौं करके उसका सिर दर्द कर देता था। आज वैसी ही हालत हम सबकी है। हम ढूँढ़ना तो चाहते हैं हल, समस्याओं का समाधान, परंतु एक समस्या के चक्कर से छूटने के बदले और एक समस्या हमारे जीवन से जुड़ जाती है। हाल ही में ज्ञानसरोवर में हुए मीडिया कॉन्फ्रेंस के दौरान कई सारे आपसी डिस्कशन, डायलॉग हुए जिसमें ब्रांडकास्ट एडिटर एसोसिएशन के महासचिव एन.के. सिंह ने बहुत तर्कपूर्ण उत्तर दिये। उन्होंने कहा कि यहाँ मैंने देखा कि इस संस्थान के भाई बहनों के चेहरों में जो संतुष्टता और खुशी व सुकून दिखाई देता है, वो मुझे कहीं और नहीं दिखता। समस्यायें बेशक इनके सामने भी आती होंगी, क्योंकि ये भी तो कलियुग में ही रहते हैं, लेकिन विचार करने की बात है कि ऐसी विपरीत परिस्थितियों में रहते भी ये अपने आप को खुश कैसे रख पाते, ये खोज का विषय है।



- व. कु. गंगाधर

हम आज सारी समस्याओं का समाधान अपने परसेप्शन के आधार से ढूँढ़ने की कोशिश करते हैं, लेकिन पाते हैं कि हर कहीं जहाँ भी किसी को छूते हैं तो वहाँ समस्याओं का तात्कालिक निपटारा हो भी जाता, लेकिन फिर एक नई समस्या हमारे जीवन में जुड़ जाती। ऐसे में निष्कर्ष यही पाया कि समस्याओं का हल हम बाहर से ढूँढ़ने की कोशिश करते हैं, लेकिन समस्याओं का समाधान तो हमारे भीतर से ही मिल पायेगा। राजयोग मेडिटेशन एक ऐसी विधि है जहाँ ‘इन टू आऊट’ की कला को निखारा जाता है। अगर देखा जाए तो व्यक्ति के जीवन की चाहत भी क्या है, सुख, शांति, प्रेम, आनंद, शक्ति, ज्ञान, पवित्रता। इसी को पाने के लिए ही तो वो सारे दिन दौड़ता भागता रहता है। लेकिन एक बात जरूर है, कि कोई भी माता-पिता अपने बच्चों को खुश और आगे बढ़ता हुआ ही देखना चाहते हैं। अगर हम बोलचाल की भाषा में कहते भी हैं कि परमात्मा हमारा माता-पिता है तो भला वो भी हमें दुःखी कैसे देख सकता है! उन्होंने हमें सारी शक्तियाँ और गुणों से सुसज्जित कर इस सृष्टि पर खेल खेलने के लिए भेजा, परंतु हम खेलते खेलते अपने आपको भूल गए और अपनी शक्तियों को भी व्यर्थ में ही खर्च कर दिया, उसे खो दिया। परिणामस्वरूप आज हम हर बात में चिल्लाते, मांगते फिरते हैं। हमने परमात्म प्रदत्त शक्तियों को कार्यों में प्रयोग ही नहीं किया, ना ही उसके तौर-तरीके और विधि को ही हम जानते हैं। जब ऐसी परिस्थितियों का निर्माण इस धरा पर होता है, तब परमात्मा पुनः राजयोग मेडिटेशन के माध्यम से ज्ञान देकर फिर से हमारी ऊर्जा को पुनर्जीवित करते हैं। पर शर्त यह है कि जहाँ विधि से सिद्धि मिलती है, तो विधिपूर्वक उसका प्रयोग करें, तभी जीवन में आने वाली कठिनाइयों, समस्याओं और परिस्थितियों को प्रसन्न रहकर उनका निवारण कर सकते हैं। कहते हैं ना, हमने समस्याओं का समाधान बाहर ढूँढ़ने की कोशिश की, पर हमें यह मालूम ही नहीं था कि हमारी सभी समस्याओं का समाधान हमारे पास ही है। किसी ने खूब कहा है ‘जिन्दगी भर एक ही भूल करते रहे, धूल थी चेहरे पर और आइना साफ करते रहे’। समस्यायें मनुष्य खुद ही अपने गलत तौर-तरीकों से उत्पन्न करता है, और फिर हल ढूँढ़ने की कोशिश बाहर करता है।

एक कहानी भी है कि, एक वृद्ध महिला अपनी झोपड़ी में बैठ अपना झोला खोलकर कोई छोटी सी वस्तु खोजने लगी। वहाँ अंधेरा था, और वो वस्तु वहाँ नीचे गिर गई जो मिल नहीं रही थी। वो बाहर रास्ते पर स्ट्रीट लाइट की रोशनी में वो वस्तु ढूँढ़ने लगी, इतने में चार युवक वहाँ से जा रहे थे। उन्होंने देखा और कहा, अम्मा, क्या ढूँढ़ रही हो? उसने उत्तर दिया, तो वे सभी चारो युवक खोजने में उसकी मदद - शेष पेज 8 पर

बाबा का प्यार हमें रखता सेफ और साफ

जो शान्तिदाता हैं उनके दिल से निकलेगा ओम् शान्ति। हम सबको बाबा के हाथ का साथ बहुत अच्छा मिला है। बाबा का प्यार ही यहाँ तक पहुँचा देता है। यहाँ आके बैठते ही, इतनी सुन्दर रचना को देख रचता साथ बैठ जाता है। कहता है देख मेरी रचना कैसी है! बाबा ने अपना बनाके क्या से क्या बना दिया! बाबा ने कैसे बच्चों को अपना बनाया, वो जादूगरी बाबा की अभी तक चल रही है। हम क्या करते हैं, सिर्फ ऐसे बैठे हैं। जो भी सामने मिलेंगे पूछने की ज़रूरत नहीं है, खुश हूँ! खुशी तो यहाँ ले आयी है। ज्ञान बहुत बड़ा नहीं है सिर्फ दृढ़ संकल्प हमारा, काम है बाबा का। सिर्फ हिम्मत रखो, विश्वास रखो कि यह भी करेंगे, ऐसे करेंगे। बाबा ने हाथ में हाथ देकर के सब बातों से पार कर लिया है, खिवैया है ना। खिवैया का काम है नैया खड़ी करना और हमको बिठाना। पार ले जाने के लिये बाबा ने हाथ में हाथ दिया, पर हाथ में हाथ भी तब देवे, जब मैं पहले नांव में जम्प लगाऊँ ना। कोई भी बात मुझे रोक न लेवे। न बोझा है, न कोई बैग-बैगेज है। जो कैसे जाऊँ, यह भी नहीं है सिर्फ जम्प लगाना है। जो रोज़ बाबा की मुरली सुबह पढ़ते सुनते हैं वह सहज जम्प लगा सकते हैं।

बाबा ने जो प्यार दिया है, बाबा के प्यार में ही फिदा हुए हैं। शमा को परवाने देख फिदा हो जाते हैं, तो अच्छा है। महफिल में जल उठी शमा परवाने के लिये। बाबा क्यों आया है? बाबा आया, हमको मिला, साथ दिया, हाथ में हाथ दिया। जब हाथ में हाथ दिया तो हम बाहर की दुनिया से फ्री हो गये। बाबा ने जो खजाना दिया है, उससे खेलने लगे। ज्ञान का खजाना है, पता है वैकुण्ठ में जाना है, उसके लिये अभी घर को याद करना है। अभी क्या याद है? बाबा। बाबा ने कहा बच्ची, अब घर जाना है। जी बाबा। ऐसे नहीं, हाँ चलेंगे, देखेंगे। नहीं नहीं। चल रहे हैं, प्रैक्टिकल दिख रहा है इसलिये बाबा एक्स्ट्रा प्यार कर रहा है। यह एक्स्ट्रा अनुभव है ना। जो यहाँ बैठे हैं क्या कर रहे हैं? यह बाबा का प्यार है ना जो यहाँ एक जगह ऐसे बिठा दिया है, कोई हिलता भी नहीं है। वन्दरफुल बाबा, वन्दरफुल बच्चे और वन्दरफुल यह टाइम है। यह टाइम मिलन मनाने के लिये है, इसीलिये यहाँ आते हैं ना, बाबा से मिलन में क्या क्या मिला है! हम भी निर्मोही, निर्लोभी हो गये हैं। भले और विकार तो गये पर सूक्ष्म लोभ और मोह भी चला गया बिचारा। हमें क्या चाहिए! कुछ नहीं चाहिए तो हम

कितनी तृप्त, सन्तुष्ट आत्मा हैं। करावनहार करा रहा है, भगवान हमारा साथी है फिर साक्षी होकरके सारी लाइफ में प्ले भी किया है पर खेल समझके किया है, खेल को खेल की रीति से किया है। हम सिर्फ अच्छा खेलते हैं तो कमाई की गठरी भी भरती जाती है। फिर कोई आता है तो शेयर करते हैं। बाबा का प्यार हमें सेफ भी रखता है, साफ भी रखता है। मेरे पास कुछ नहीं है, सब बाबा का है। तुम भी बाबा से डायरेक्ट ले लो। बाबा ने यह एक ऐसी युक्ति बताई है जो तुम यह नहीं कहना, आओ ले लो, नहीं। ले लो दुआयें माँ बाप की, गठरी उतरे पाप की... इससे हल्के हो जाते हैं। तो बाबा के नाम से ही काम हो जाता है। दिल में आता है बाबा, काम हो गया। आप यहाँ क्या कर रहे हो? कौनसी खींच इस टाइम यहाँ बिठा देती है। यहाँ संगठन में जो हाज़िर होने में वायब्रेशन हैं वो बुद्धि को स्थिर बना देते हैं। बुद्धि स्थिर हो जाये तो उसका फल अचल अडोल स्थिति, न चलायमान, न डोलायमान।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हृदयमोहिनी अति. मुख्य प्रशासिका

सभी के मन में अभी भी कौन याद है? बापदादा ही याद है, क्योंकि मेरा बाबा है ना। तो मेरी चीज़ तो भूलने वाली है ही नहीं। भूल सकती है? कभी-कभी भूल जाता है! बाबा से तो बहुत प्यार है तो उसे दिल में बिठाया है ना। जो बात दिल में बैठ जाती है वो तो भूल ही नहीं सकती और बाबा हार्ट में बैठा है तो आप कम्बाइन्ड हो गये। हमारा कम्बाइन्ड ऑलमाइटी अथॉरिटी है, तो कभी भी कोई तकलीफ होती है तो जो नज़दीक होता है, उसको याद किया जाता है। तो आप क्या करते हो? जब अकेले हो जाते हो तब माया आ जाती है, इसलिए कभी अकेले नहीं बनो। नहीं तो कमज़ोर हो जायेंगे। तो यह पाठ पक्का करो तो माया की हिम्मत ही नहीं होगी क्योंकि आप कम्बाइन्ड हो तो माया से डरने की क्या बात है। तो माया आती है माना आप अपने को अकेला समझते हो। तो अभी माया को गुडबाय करो तो नो प्रॉब्लम। बाबा चाहता ही यह है कि हमारा एक-एक बच्चा सदा हर्षित चित्त, मायाजीत हो। तो अभी यहाँ मधुबन में कम्बाइन्ड रूप की ट्रायल करना। तो नो प्रॉब्लम। आज अगर प्रॉब्लम को विदाई दे दी तो बाबा खुश हो रहा है, दिखाई दे रहा है बाबा का मुस्कराता हुआ चेहरा! जैसे अभी सभी का भी चेहरा बहुत अच्छा लग रहा है, सदा ऐसे ही रहें तब कहेंगे मायाजीत। बाबा ने एक सेकेण्ड में इस दृश्य का फोटो निकाल

परमपिता के साथ से मेहनत मुक्त बनो

लिया, आप भी अपने दिव्य दृष्टि में यह फोटो खींच लो। आपको सदा खुशी मिल गयी, बाबा सदा साथ है माना सदा खुशी आपके साथ है। तो यह साथी साथ देगा माना सहयोग देगा लेकिन साथ नहीं छोड़ना। यह सहज है ना, अब पत्र नहीं लिखना बाबा यह है, यह है...। दिल में ही बाबा बैठा है तो दिल से बाबा बोलो तो बाबा सेवा के लिए हाज़िर हो जायेगा।

अभी करना क्या है? अभी यही खुशी का, सुख का वायुमण्डल फैलाओ क्योंकि दुनिया में दुःख बहुत बढ़ रहा है। लेकिन हैं तो हमारे भाई बहन ही ना, तो जो दुःखी हैं उन्हों को सुख का वायब्रेशन दो। आपको कोई भी देखे, कितना भी मुरझाया हुआ हो आपको देख करके मुस्कराने लगे, अब ऐसी सेवा करके दुनिया को परिवर्तन करना है। इसके लिए मैं अपना फेस, अपनी चलन, अपना बोल जो भी है वो ऐसा करूँ जो हमको देखके दूसरे भी खुश हो जायें। तो यह सर्विस करनी आती है, योग में बैठके सकाश देना यह आता है ना, तो हमको परमात्मा से और हमारे द्वारा आत्माओं को सकाश मिल ही रही है। तो वो परमात्मा की सकाश जो है अपने द्वारा औरों को दो। सारी दुनिया आपके लिए, आपसे सकाश लेने के लिए तरसती है क्योंकि दुःख तो बढ़ ही रहा है, देखते हैं और सुख चाहते हैं तो आप द्वारा वो सुख और शांति की जो सकाश जायेगी ना तो दुनिया परिवर्तन हो जायेगी। तो अभी ऐसी सेवा करेंगे ना, ऐसे नहीं जो टीचर्स हैं वही

इस सेवा के निमित्त हैं, हम एक-एक सेवा के लिए निमित्त हैं। सुबह उठके मन को बिजी रखने का प्रोग्राम बनाके उसी अनुसार सारे दिन चलते रहो, ईज़ी है या थोड़ा डिफिकल्ट? जिन्होंने हाथ उठाये उनके तो प्रॉब्लम फिनिश हो गये, तो अभी जाकर अपने क्लासेज़ में भी सुनायेंगे। तो सभी ऑल वर्ल्ड नो प्रॉब्लम हो जायेंगे। हमारे ख्यालों में भी और ख्वाबों में भी एक बाबा ही है और बाबा की हम बच्चों प्रति यही आश है कि तुम मेरे मैं तेरा, न तुम मेरे को भूलो, न मैं तेरे को भूलूँ - यही बाबा चाहता है। जब बाबा याद होगा तो नैचुरल बाबा की याद से जो हम अपने जीवन में शक्तियाँ या धारणायें चाहते हैं, वह बाबा की याद में समाई हुई हैं ही। तो बाबा कहते हैं कि बस और कुछ नहीं करो, मुझे भूलो नहीं, क्योंकि मेरे को भूलने से ही आपको इतनी मेहनत करनी पड़ती है, अगर तुम मेरी याद में रहो तो आज कोई कामना उठी या क्रोध आ गया, लोभ आ गया... तो इस मेहनत से छूट जायेंगे और मेरी याद में खो जायेंगे, बस। जो प्यार के आनंद में खोया हुआ होता है उसको कोई भी बाहर की आकर्षण खींचती नहीं। तो बाबा की भी यही आशायें हैं और हम सबकी भी यही आश है। लेकिन उसको प्रैक्टिकल में लाने के लिए याद भूलें नहीं। इसके लिए बाबा ने अभी तो बहुत सहज तरीका सुना दिया। कोई बहानेबाज़ी इसमें नहीं चल सकती, बाबा ने इसीलिए पाँच बारी ट्राफिक कंट्रोल रखा कि भूल भी जाये तो फिर से याद आ जाये।