परमात्मा कहीं सीमित तो नहीं...!!!

आप सोचिये ज़रा... यदि परमात्मा हमेशा या यूँ कहें की फुल टाइम आपके आस-पास रहे तो कितना अच्छा हो जाये! आप ऐसा चाहते हैं? यदि आप ऐसा चाहते हैं तो निश्चित रूप से वो आपके आस-पास रहेगा, लेकिन सोच लो, आप कुछ भी अनाब-सनाब, गलत या धोखेबाज़ी नहीं कर पायेंगे। अगर इसके लिए तैयार हैं तो परमात्मा आपके साथ रहने को तैयार है।

एक कहानी हम आपको सुनाना चाहेंगे जिसमें एक व्यक्ति आकर किसी घर का दरवाज़ा खटखटाता है। जैसे ही दरवाज़ा खुलता है, तो वो व्यक्ति खोलने वाले से कहता है कि मैं भगवान हूँ। सामने वाला आश्चर्यचकित होकर कहता, सच में! मुझे तो विश्वास नहीं हो रहा है। तो व्यक्ति कहता, क्या मैं कोई चमत्कार कर दूँ तो आप मान लेंगे कि मैं भगवान हूँ? वो कहता है हाँ। चमत्कार होता है, और वो व्यक्ति स्वीकार कर लेता है कि ये भगवान है। भगवान कहते हैं मैं आपके घर में रहूंगा, आपके साथ रहूंगा, आपके आस-पास रहूंगा। वो व्यक्ति हाँ तो कह देता है, लेकिन सोचते सोचते, उलझन में आकर।

रात को जैसे ही वो व्यक्ति सोता, उसके मन में झंझावत शुरु हो जाता। दरअसल वो एक बिज़नेसमैन था। वो सोचने लगा कि मैं कल डीलिंग कैसे करुंगा, ग्राहकों से बात कैसे करुंगा, जो मैं व्यापार में थोड़ा ऊपर-नीचे करता हूँ वो कैसे करुंगा। क्योंकि उसको डर लग गया कि अब मेरे आस-पास भगवान रहता है। इसी उलझन में उसे नींद ही नहीं आई। अब हम आप सब से पूछ रहे हैं कि सभी व्यक्ति यही कहते कि यदि भगवान का साथ मिल जाये, भगवान का सहारा मिल जाये तो हम धन्य हो जायेंगे। अब इस कहानी में तो यही है ना कि जब भगवान उस व्यक्ति के साथ भी है, फिर भी व्यक्ति उलझन में क्यों है, क्योंकि आज हमारे अंदर ये बात घुस चुकी है कि हमें इस दुनिया में अगर रहना है तो थोड़ा बहुत ऊपर-नीचे करना पड़ता है,

चीटिंग करनी पड़ती है, गुस्सा करना पड़ता है, झूठ बोलना पड़ता है, इसके बिना काम नहीं चलेगा। असत्यता इस हद तक हमारे अंदर है, कि उसका साथ हमें बर्दाश्त नहीं हो रहा है, और हम करना चाहते हैं सबकुछ ठीक! परमात्मा को आज हमने सीमित कर दिया है, दूर रखा है, इसीलिए तो उसे हम मंदिर मस्जिद गुरुद्वारे में जाकर थोड़ी देर तक मत्था टेककर बस तसल्ली देते हैं कि आप मेरे आस-पास रहो, मुझे सद्बुद्धि दो कि मैं गलत काम ना कर सकूँ। लेकिन वो जैसे ही हमारे साथ हो रहा है, तो हम उलझन में आ जा रहे हैं। यह बात सौ प्रतिशत सत्य है कि आज मानव भौतिकता में सम्पूर्णतया लिप्त हो चुका है, शारीरिक आवश्यकताएँ पूरा करने के लिए वो किसी भी हद तक जा सकता है। वो भगवान को भी इस चीज़ के लिए बर्दाश्त नहीं कर पा रहा है। आप बताओ, यदि गंदी प्लेट हो, क्या आप उसमें खाना खाएंगे, यदि गंदी कुर्सी हो तो क्या आप उसपर बैठेंगे, यदि गंदे लोग हैं तो क्या आप उनसे बात करेंगे? जब आप ये सारी चीज़ें पसंद नहीं करते, तो आप कैसे सोच सकते हैं कि भगवान

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

आपको पसंद करेगा, जिसके अंदर इतनी गंदगी, अपवित्रता, लोभ, लालच, घृणा भरी हुई है। वो तो उसे देखना भी पसंद नहीं करेगा। समझा भगवान आपको पसंद क्यों नहीं कर पा रहा है या आप उसको रखने में असमर्थ क्यों हैं?

अरे भई! पहले भगवान को रखने की अपने दिल में वैसी सफाई लाओ, जिससे वो आपको पसंद करे, आपके आस-पास रहे। इसीलिए तो नहीं रह पा रहा है, चाहे आप जितना भी पूजा-पाठ, व्रत-उपवास करते हैं लेकिन वो मंदिर मस्जिद गुरुद्वारे तक ही सीमित है, आपके साथ नहीं है। इसीलिए तो आप जाकर पूजा करके आते है, और करते हैं सिर्फ इस लोभ लालच को और ज़्यादा बढ़ाने के लिए। इसीलिए तो आज हम नीचे ही गिरते जा रहे हैं, क्योंकि भगवान इसमें आपका साथ नहीं दे सकता।

मन की बातें

-ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न :- छोटी-छोटी बातें मेरी स्थिति को डगमग कर देती हैं, व्यर्थ संकल्प तेज़ चलते हैं, सन्तुष्ट नहीं रह पाते हैं, इनसे छुटकारा पाने के लिए क्या पुरुषार्थ करें?

उत्तर :- स्वयं के विचारों को महान बनाना है व योगबल से अपनी स्थिति को शक्तिशाली बनाना है तो स्वयं को एकरस व अचल अडोल बनाने के लिए आँख खुलते ही ये संकल्प करें - मैं एक महान आत्मा हूँ..... मुझे भगवान मिल गए हैं, मुझे सम्पूर्ण सत्य ज्ञान मिल गया है, मैं शिव की शक्ति हूँ.....ये परिस्थितियां तो मेरे सामने कुछ भी नहीं हैं.....मैं तो तपस्वीमूर्त हूँ, पहले दस मिनट ये संकल्प करें.....सारे दिन में प्रति घण्टे दो स्वमान याद करें - मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ..... इससे आपका चित्त शांत हो जाएगा।

प्रश्न :- बाबा हमें बाप समान बनने की व तीव्र पुरुषार्थ करने की ओर इशारा दे रहे हैं, इसके लिए हम क्या-क्या विधियां प्रयोग करें?

उत्तर :- प्रथम लक्ष्य बनाएं कि मुझे योग का चार्ट चार घण्टे तक पहुँचाना है, दूसरा स्वमान का बहुत ज़्यादा अभ्यास करना है, इसके लिए कोई भी पाँच स्वमान चुन लें और उनका अभ्यास करें। इससे देह-भान व व्यर्थ संकल्प समाप्त हो जाएंगे, तीसरा पवित्रता व निरहंकारिता पर ध्यान दें। पवित्रता में बहुत बड़ा सुख है, इसे प्राप्त करते चलें। चौथा यज्ञ सेवा व बाबा के लिए समर्पित भाव अपनायें। इस प्रकार पुरुषार्थ करने से बाप समान बनते जाएंगे व पुरुषार्थ भी तीव्र होता जाएगा।

प्रश्न :- योगाभ्यास का एकांत से क्या सम्बन्ध है? एकांत का अनुभव करने के लिए क्या करें?

उत्तर :- एकांत अर्थात जहाँ हमारे सिवाय अन्य कोई न हो। यह एकांत उन्हें नहीं भासता जो बाह्यमुखी हैं, जिन्हें योग का सुख नहीं मिलता उन्हें भी एकांत आकर्षित नहीं करता। एकांत का अनुभव करने के लिए स्वयं से इस तरह बातें किया करें...संगमयुग का मेरा यह जीवन बहुमूल्य है, इसमें चौरासी जन्मों का श्रेष्ठ भाग्य बनाने का सुअवसर है। मैं ऐसे सुंदर समय को कैसे व्यतीत कर रहा हूँ.....भगवान का साथ मिला इस जीवन में..... हर समय उसके साथ का आनन्द लिया जा सकता है..... ऐसे समय को मैं कैसे सफल कर रहा हूँ. .....मेरा यह अनमोल समय कहीं परचिन्तन में तो नहीं बीत रहा है..... ये अतीन्द्रिय सुख का समय उलझनों में तो नहीं जा रहा है। इस तरह स्व-चिंतन करने से एकांत एक वरदान बन जाएगा।

प्रश्न :- मेरे पति व्यापारी हैं। वे घर में रात्रि 12 बजे ही आते हैं। मैं 1 बजे सोती हूँ, तो 4 बजे नहीं उठ सकती। प्रतिदिन 6 बजे ही उठ पाती हूँ और उठते ही मन भारी हो जाता है कि मेरा अमृतवेला मिस हो गया। सारा दिन इस कारण मेरा मन उदास रहता है। सब कहते हैं तुम्हें क्या हो गया है।

उत्तर :- आप रात्रि में ही योग कर लिया करो और सवेरे जब भी उठो तब से ही योग आरम्भ करो। 6 बजे से 8 बजे तक आप अच्छी स्थिति बनायें। परंतु शाम को 6 बजे से 8 बजे के मध्य आप एक घण्टा योग अवश्य करें। यह समय भी अमृतवेला जैसा ही है। सूर्योदय से पूर्व व सूर्यास्त के आसपास का समय बहुत सुन्दर होता है। ऐसा करने से आपको अमृतवेले जैसा ही आंनद आएगा।

जीवन में एक बात याद रखनी है कि जो नहीं हो सकता, उसके कारण मन को उदास नहीं रखना है और जो सहज सम्भव हो उसका ही आनंद लेना है। आप स्वयं को प्रसन्न रखें। उठते ही याद करें अहा...मुझे इस जीवन में क्या-क्या मिला...मैंने भगवान को देखा....उसे पढ़ाते देखा....मेरे जैसा भाग्यवान कोई नहीं। मेरा तो जन्म ही सफल हो गया...मेरे जैसा खुशनसीब भला कौन होगा....स्वयं भगवान मेरा भाग्य बना रहा है, इन विचारों से स्वयं को आनन्दित करें।

प्रश्न :- मेरी समस्या यह है कि मेरा अमृतवेला योग ही नहीं लगता। मैंने बहुत कोशिश कर ली। परन्तु 5 बजे से स्वत: ही अच्छा योग लगता है।

उत्तर :- आप 5 बजे से अच्छा योग किया करें परंतु आपकी यह तीव्र इच्छा रहेगी ही कि 4 बजे भी योग का सम्पूर्ण आनन्द मिले। आप सवेरे 4 बजे अवश्य उठें। उठकर स्नान कर लें। किसी-किसी का ब्रेन स्नान व ब्रश करने के बाद ही फ्रेश व एक्टिव होता है। इसके बाद आप एक अव्यक्त मुरली पढ़ें तथा उसके मुख्य प्वाइंट्स लिखें। तत्पश्चात् मन पसन्द ईश्वरीय गीत सुनें और फिर बाबा के चित्र के आगे बैठकर उनसे रूह-रिहान करें तब तक 5 बज जाएंगे फिर योग का आनंद मिलने लगेगा। सवेरे उठकर एकांत में भ्रमण भी कर सकते हैं।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com