किसी कार्य को करने से पहले हमें सोचना तो पड़ता ही है। लेकिन सोचना पहले और कार्य बाद में करने का मज़ा अलग है। इसमें आपको धोखा मिलने का चांस ना के बराबर होगा। आपको हम बताना चाहेंगे कि वैसे ही भावनाएं होती हैं, जिनके बारे में पहले सोचना ज़रुरी है।

सम्भालो अपनी भावनाओं को

- ब्र.कु. अनुज,दिल्ली

आपको शायद यह बात पता ना हो या हो भी, इससे ज़्यादा फर्क नहीं पड़ता कि हमारा जीवन एक आरे की भांति है जो चलता है, लकड़ी काटता है, लेकिन कभी भी संतुलन की अवस्था को प्राप्त नहीं कर सकता। हमें बार-बार निकालना पड़ता है, उसे ठीक करके काटना पड़ता है। आप उसे ढ़ीला नहीं छोड़ सकते हैं। वैसे ही रिश्तों में हम संतुलन बनाने की कोशिश कर रहे हैं, शुरू से ही, लेकिन बार-बार उन्हें ठीक करने के लिए, सम्भालना पड़ता है। कभी भावना वश, कभी मजबूरी वश कि रिश्तों में संतुलन बनाना तो है। यह कब तक चलेगा भाई! कोई निर्णय तो लेना पड़ेगा ना! पूरा जीवन संतुलन बनाते हुए हम असंतुलित हो गए।

परमात्मा इसी के लिए ही तो हमे जगा रहा है कि हमारी अंदर की स्थिति, शांति व पवित्रता के साथ जुड़ी हुई है, आप जागरुक ही हैं, लेकिन बस भूले हुए हैं। इसी कारण थोड़ा भी हमसे यदि कोई रूठ जाता, कोई नाराज़ हो जाता तो आप भी उसी अनुसार अपने को ढ़ाल लेते हैं। उसे मनाने बाद में जाते हैं, लेकिन हम भी उस अवस्था को फील कर रहे होते हैं। अरे अगर सच में ऐसा हो गया तो मैं जी कैसे सकूंगा या जी कैसे सकूंगी। यही है हमारी लाइफ स्टाइल। लेकिन जागरुकता जैसे ही हमारे अंदर प्रवेश कर जाती है, हम जान जाते हैं कि शांति और प्रसन्नता तो हमारे अंदर ही है। हमें तो दूसरों पर, इन बातों के लिए या खुशी के लिए निर्भर होने की ज़रूरत नहीं है। वह व्यक्ति जो आज आपको हँसाता है, वही व्यक्ति हमारे आँसुओं का कारण भी तो बन सकता है। बन क्या सकता है, वैसे तो बनता ही है। परमात्मा हमें दिन-रात यही बात सिखा रहा है कि कैसे हम अपने को प्यार दें, सम्मान दें। किसी के प्यार और सम्मान की लिमिटेशन है।

जैसे ही आप अपने आप में खुशी अनुभव करना सीख जाते हैं, वैसे ही दूसरों में या दूसरे कार्यों में भी खुशी अनुभव करना सीख जाते हैं। किसी भी कार्य में खुशी आपको तब अनुभव होगी, जब आपके अपने अंदर खुशी का फव्वारा चले। आप किसी भी कार्य में हाथ लगाओगे, वो चीज़ भी अच्छी हो जायेगी। बहुत सुंदर बात आपको हम कहने जा रहे हैं कि सफलता मेहनत से नहीं, सफलता चरित्र से आती है। आप देखो जिसका चरित्र अच्छा है, उसका लोग, उनके पास नहीं होते हुए भी सम्मान करते हैं। सम्मान वो मांगने नहीं गया, उसे सम्मान मिल गया बस। इसलिए आपको अपनी भावनाओं को जीतना है। बस खुशी बढ़ गई समझो।

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को बदल दे

अमेठी-उ.प्र.। डी.एम. बहन शकुंतला गौतम को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. सुमित्रा बहन।

प्रश्न: कई लोग ऐसा पूछते हैं कि यदि हम दूसरों को सकाश देंगे तो क्या हमारी शक्तियाँ कम हो जायेंगी? वो ऐसा सोचते हैं कि योग में बाबा आप इनको सकाश दो। तो क्या उचित है, क्या हमें बाबा से शक्तियाँ लेकर देनी चाहिए या डायरेक्ट बाबा से दिलानी चाहिए?

उत्तर: ईश्वरीय महावाक्य हैं कि जब भक्त दु:खी होकर बाप को पुकारते हैं तो बाप अपने बच्चों को याद करते हैं कि इनको सकाश दो। यहाँ सोचने की बात है कि बाबा स्वयं ही सकाश न देकर हमें सकाश देने को क्यों कहते हैं? क्योंकि हम कल्पवृक्ष की जड़ें हैं, तने हैं। बीज की सम्पूर्ण शक्तियाँ जड़ों के द्वारा ही वृक्ष में जायेंगी, बिना जड़ों के नहीं। इसलिये हमें ये जानना चाहिए कि ईश्वरीय शक्तियाँ, शांति, पवित्रता हमारे माध्यम से ही पूरे कल्पवृक्ष को पहुँचेंगी। दूसरी बात भगवान से तो उनका कनेक्शन है ही नहीं। इसलिये शिव बाबा की सकाश हमारे माध्यम से ही उन तक पहुँचेगी। तीसरी बात क्या शिव बाबा हमारे कहने से सबको सकाश देंगे? उन्हें स्वयं पता है कि उन्हें क्या करना है। इसलिये हम उन्हें सकाश देने को कहें, यह भी यथार्थ नहीं है। दु:खी आत्माओं को सकाश देने से उनके दु:खों के वायब्रेशन्स हमारे पास कभी नहीं आयेंगे क्योंकि योगयुक्त या स्वमान में स्थित होने के कारण हमारे चारो ओर सुरक्षा कवच बना रहता है और हमारी शक्तियाँ भी कम नहीं होंगी क्योंकि हमारे स्वमान से या योगयुक्त होने से निरंतर हमें ईश्वरीय शक्तियाँ मिलती रहेंगी। इसलिये हमें निरंतर योगयुक्त और स्वमानधारी होकर सबको सकाश देते रहना चाहिए, यही ईश्वरीय आज्ञा भी है।

प्रश्न: आजकल अकाले मृत्यु बहुत हो रही है। लोगों में स्वयं को खत्म करने की प्रवृत्ति बढ़ती जा रही है। लोग इसे दु:खों से छूटने का साधन मानने लगे हैं। जिस घर में कोई आत्महत्या करता है, उस घर का माहौल बहुत

मन की बात
- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

गमगीन रहता है। दु:खद बात है कि कई परिवारों में आत्महत्या एक प्रथा सी बन गयी है। परिवार में विशेष माँ को ये भूलना बहुत कठिन हो जाता है जब उसका जवान बेटा आत्महत्या कर लेता है, ऐसे में योग के बाद भी चित्त शांत नहीं होता, क्या करें?

उत्तर: जीवन में अति दु:खी, निराश, बेसहारा, तनावग्रस्त या बार-बार असफल होने पर युवक या अन्य कोई मृत्यु के कटघरे में खड़े होने को तैयार हो जाते हैं। अति दु:खी होकर वो सोचते हैं कि यही दु:खों से छूटने का उपाय है, परंतु सभी को ध्यान रहे कि जीवघात करने के बाद मनुष्यात्मा की अति-अति दुर्गति हो जाती है। उसके दु:खों में 100 गुणा वृद्धि हो जाती है। ऐसी आत्मा को पुनर्जन्म भी नहीं मिलता और वो सदा भूखी, प्यासी, दु:खी, अशांत होकर अंधकार में भटकती रहती है। यह अति भयावह स्थिति होती है और इससे निकलना अब उनके हाथ में नहीं होता। इसलिये जिनको भी ये दूषित विचार आते हैं, वे इन विचारों का त्याग करें। उन्हें याद करना चाहिए कि जीवन भगवान की सुंदर सौगात है, इसे नष्ट करना माना उसका अपमान करना है। जीवन में उतार-चढ़ाव, सुख-दु:ख, हार-जीत ये सब तो होंगे। हिम्मत व ईश्वरीय सहयोग से इन्हें पार करना है। अपने जीवन को नष्ट करना माना अपने सम्पूर्ण भविष्य को नष्ट कर देना होगा। इसलिये राजयोग के द्वारा स्वयं में बल भरें। ईश्वरीय सेवा में स्वयं को व्यस्त करें और किसी को अपने मन की बात कहकर उनकी मदद लें। जिन घरों में ऐसा होता है, वहाँ से तो खुशी व चैन लंबेकाल के लिए जैसे विदाई ले लेती है। उस घर में पुन: खुशी व शांति के वायब्रेशन्स पैदा करने चाहिए। जो आत्माएँ गयी हैं, उन्हें कुछ दिन तक रोज़ एक घण्टा योगदान करना चाहिए और उन्हें भोग भी लगवा देना चाहिए। जब किसी माँ का जवान बच्चा आत्महत्या कर लेता है तो माँ-बाप का दिल तो टूट ही जाता है। उन्हें उसकी याद बार-बार सताती है और जीवन के सुखों से दूर ले जाती है। ऐसे में प्रथम तो इस अनहोनी घटना को स्वीकार करके आगे की ओर देखना चाहिए। यद्यपि स्वीकार करना अति दुष्कर कार्य होता है, परंतु चूंकि अब इस दुर्घटना को टाला नहीं जा सकता इसलिये इसे स्वीकार करके आगे बढ़ना ही चाहिए और सवेरे उठते ही 108 बार लिखें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। रात में सोने से पूर्व लिखें कि मैं एक महान आत्मा हूँ। प्रतिदिन मुरली क्लास में अवश्य जाएं और कुछ समय यज्ञ सेवा में व्यतीत करें। इससे मन शांत होगा और उनको भी योगदान दे सकेंगे।

प्रश्न: मुझे जुआ खेलने की आदत पड़ी हुई है, मैं इसमें बहुत पैसा गंवा देता हूँ। मुझमें और कोई बुरी आदत नहीं है, मुझे इस आदत से छूटने की विधि बताएं? मैं प्रतिदिन मुरली क्लास में भी नहीं जा पाता हूँ, यद्यपि मैं जाना चाहता हूँ। मेरे अंदर यह दृढ़ इच्छा है कि मैं एक अच्छा योगी बनूँ, मैं क्या करूँ?

उत्तर: ईश्वरीय ज्ञान ले लेने के बाद आपको यह मालूम हो गया होगा कि आप तो देवकुल की महान आत्मा हो। ये बात हमें स्वयं भगवान ने बताई है। सवेरे उठते ही 7 बार याद किया करो मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, देव कुल की महान आत्मा हूँ, मैं भगवान का बच्चा हूँ, जुआ खेलना मुझे शोभा नहीं देता...ऐसा 3 मास तक करना है। इससे आपके पवित्र संस्कार इमर्ज होने लगेंगे और इस गंदे काम से वैराग्य हो जाएगा। ये पुरुषोत्तम संगमयुग ईश्वरीय प्राप्तियां करने का युग है। ताश के पत्तों में इस अनमोल समय को नष्ट करना बुद्धिमानी नहीं है। ये तो उन लोगों के जीवन का खेल है जिनके जीवन का कोई लक्ष्य नहीं होता। कई लोग इसमें अपनी बहुत सारी धन-सम्पत्ति भी उड़ा देते हैं। आपको तो अपना धन ईश्वरीय कार्यों में, अपना भाग्य बनाने में लगाना है।

Contact e-mail
bksurya8@yahoo.com