-: अनुभव :-

राजयोग ने जीना सिखाया

यदि सच में जीवन जीना चाहते हैं, तो राजयोग के बिना असंभव सा लगता है। प्रतिदिन राजयोग मेडिटेशन के अभ्यास ने मेरे जीवन जीने का अंदाज़ और नज़रिया ही बदल डाला। जिससे मैंने मानवता के कल्याण के लिए नई-नई इन्वेंशन्स कर रोज़मर्रा की ज़िन्दगी को आसान बनाया। राजयोग से मैंने शांति में रहकर कार्य करने का कौशल प्राप्त किया।

- रामाकृष्णा ए.,हेड,आर.ए. एंड सीनियर प्रिन्सीपल साइंटिस्ट्स,डी.आर.डी.ओ.-डी.एफ.आर.एल., मिनिस्ट्री ऑफ डिफेन्स,जी.ओ.आई., मैसूर।

हाल ही में मुझे मई 2018 में 'अनलॉकिंग सिकरेट्स ऑफ लाइफ' विषय पर ज्ञानसरोवर में आयोजित 'कॉन्फ्रेन्स कम-मेडिटेशन रिट्रीट' में स्पीकर गेस्ट के रूप में शामिल होने का अवसर मिला। इससे पहले 1999 में भी मुझे एक बार ज्ञानसरोवर में आने का मौका मिला था। इस बार मुझे यहाँ आकर ऐसा अनुभव हुआ जैसे मैं अपने पिता के घर दुबारा आया हूँ। उनका बच्चा बनने के बाद मैंने बहुत सी ऐसी मशीनरी का नवीनीकरण किया जो हमारी सेना के लिए आवश्यक हैं, जैसे कि फूड इंजीनियरिंग सिस्टम का निर्माण किया जिससे बहुत ऊँचाई वाले

स्थान पर भी सेना को फ्रेश कर्ड मेकर, फलों और सब्जियों के लिए सोलर एंटी फ्रिज बैग और कंटेनर, सोलर साइलोस, नौ सैना की लम्बी नांव के लिए डिज़िटलाइज़्ड हॉट प्लेट, सोलर फ्रीज़र तथा जर्नी फूड की अच्छी सुविधा मिल सके।

यहाँ आने पर मुझे बहुत कुछ जानने समझने को मिला। मैंने ये अनुभव किया कि योग का निरंतर अभ्यास करने से हमारा मन शांत हो जाता है तथा व्यर्थ विचार हमें परेशान नहीं करते। योग की यह यात्रा हमें आत्मिक शक्ति प्रदान करती है जिससे आत्मा को अपनी सर्वोच्च स्थिति की अनुभूति होती है। यदि हम एक स्वस्थ मन-मस्तिष्क चाहते हैं और वर्तमान में जीना चाहते हैं, तो हमें प्रतिदिन योगाभ्यास करना ही होगा। हमें स्वयं को और अधिक जागरुक करना होगा ताकि हम प्रति क्षण अपने आसपास के वातावरण में होते परिवर्तन को समझ सकें। इससे हमारी निर्णय शक्ति बेहतर होगी तथा राजयोग का अच्छा परिणाम प्राप्त होगा।

मैं स्वयं को बहुत भाग्यशाली समझता हूँ कि मुझे ब्रह्माकुमारीज़ से जुड़ने का अवसर प्राप्त हुआ। यहाँ हृदय की आंतरिक यात्रा द्वारा मुझे यह जानने का अवसर मिला कि मैं कौन हूँ। मैं योग में गहन शांति का अनुभव करता हूँ तथा योग के पश्चात् कुछ समय स्वयं के साथ व्यतीत कर स्वयं की खोज करता हूँ। मृत्यु केवल अपनी पुरानी खाल को छोड़ना है। यह बिल्कुल वैसा ही है जैसे एक वस्त्र की आवश्यकता नहीं रहने पर हम उसे उतार देते हैं। इस आत्मिक यात्रा से हमें हर परिस्थिति का सामना करने की समझ एवं मुस्कुराते रहने और अपने लक्ष्य की ओर आगे बढ़ने की शक्ति मिलती है। मुझे बेहद खुशी है कि यहाँ से मैंने हर कार्य करते हुए योगाभ्यास करना सीखा है।

योगी जीवन

योगी जीवन में जो भी हम संकल्प करते हैं वह एक-एक संकल्प सिद्धि को प्राप्त करने वाला है। परमात्मा इसके बारे में कहते हैं, अगर तुम्हारे संकल्प समर्थ हैं तो सिद्धि स्वरूप हैं। क्योंकि श्रेष्ठ संकल्पों की सिद्धि होती ही है। अगर व्यर्थ संकल्प मिक्स होते हैं तो मिक्स संकल्प से सिद्धि नहीं हो सकती, क्योंकि सिद्धि का आधार है ही श्रेष्ठ कृति। एकांत और एकाग्रता दोनों की विधि के द्वारा ही सिद्धि को पाते हैं। श्रेष्ठ वृत्ति है, सदा भाई भाई की आत्मिक वृत्ति हो। सिद्धि का बीज है ही वृत्ति। अगर हमारे संकल्प यथार्थ और विधि पूर्वक हैं तो सिद्धि ज़रूर होती है। सिद्धि स्वरूप बच्चों के यादगार चित्रों द्वारा भी अब तक अनेकों को सिद्धियां प्राप्त हो रही हैं, जैसे आप लोगों को याद द्वारा अतीन्द्रिय सुख का अनुभव होता है, वैसे ही भक्तों को भी सिद्धि प्राप्त करने के समय अल्पकाल का सुख प्राप्त होता है।

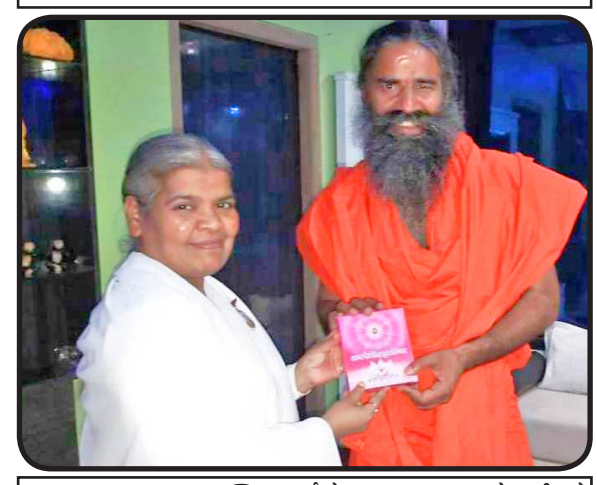
अव्यक्त स्थिति से सर्व संकल्प सिद्ध हो जाते हैं। अब इस श्रेष्ठ सेवा की आवश्यकता है। हम बच्चे परमात्मा को गुप्त रूप से याद करते हैं, उससे विश्व को क्या लाभ होता है? परमात्मा अपने बच्चों से कहते हैं कि यह तुम बच्चों का यहां गुप्त कार्य चल रहा है, जिसको परमात्मा रूद्र यज्ञ भी कहते हैं। जब हम परमात्मा को गुप्त तरीके से याद करते हैं तो हम खुद का परिवर्तन करते हैं और पूरे विश्व की आत्माओं को वही वायब्रेशन्स भेजते हैं। उनको भी शांति की अनुभूति होती है, उनको भी सुख की अनुभूति होती है। हम आत्माएं खुद के पुरुषार्थ के साथ-साथ विश्व की सभी आत्माओं के लिए कल्याण की भावना, शुभ भावना और शुभ कामना रखते हैं। विश्व में हम पवित्रता की लहर फैला रहे हैं। सुख की लहर फैला रहे हैं। शांति की लहर फैला रहे हैं तो यह तभी हो रहा है, जब हम खुद को भरपूर कर रहे हैं, खुद का परिवर्तन कर रहे हैं तो यह हमारे वायब्रेशन्स पूरे वायुमंडल में फैलते हैं। जिससे अन्य आत्माओं को, प्रकृति को, सभी को उसका लाभ मिलता है। अभी हम पवित्रता की ओर जा रहे हैं, पवित्र जीवन जी रहे हैं। जिसकी आज विश्व में सबको ज़रूरत है, क्योंकि तमोप्रधान दुनिया है। पूरे विश्व की आत्माएं विकारों की अग्नि में जल रही हैं। तो जब हम खुद को भरपूर कर लेते हैं, परमात्मा की याद से अपने विकर्म विनाश कर लेते हैं, तब हमारी जो स्थिति बनती है, उसका प्रभाव पूरे विश्व पर पड़ता है, पूरी प्रकृति पर पड़ता है। तो हम अपने साथ-साथ उन सभी आत्माओं को भी लाभ दे रहे हैं, जो हमारे साथ इस विश्व रंगमंच पर पार्ट बजा रही हैं। सभी को लाभ मिल रहा है।

परखने की शक्ति की कमी की क्या निशानी परमात्मा ने बताई है?

परमात्मा कहते हैं, समय प्रति समय परखने की शक्ति में कई बच्चे कमज़ोर हो जाते हैं। परख नहीं सकते हैं, इसलिए धोखा खा लेते हैं। परखने की शक्ति कमज़ोर होने का कारण है बुद्धि की लगन एकाग्र नहीं है। जहां एकाग्रता है, वहां पर परखने की शक्ति स्वत: ही बढ़ती है। एकाग्रता अर्थात् एक परमात्मा के साथ सदा लगन में मगन रहना। एकाग्रता की निशानी, सदा उड़ती कला की अनुभूति की एकरस स्थिति होगी। एकरस का अर्थ यह नहीं कि वही रफ्तार हो, एकरस अर्थात् सदा उड़ती कला की महसूसता रहे, जो कल था, उससे आज की पर्सेंट में वृद्धि हो। स्व-उन्नति के लिए, सेवा की उन्नति के लिए परखने की शक्ति बहुत आवश्यक है। परखने की शक्ति कमज़ोर होने के कारण, अपनी कमज़ोरी को कमज़ोरी नहीं समझते हैं, बल्कि और ही अपनी कमज़ोरी को छुपाने के लिए सिद्ध करेंगे या ज़िद्द करेंगे। यह तो बातें छुपाने का विशेष साधन है। अंदर में कमी महसूस भी होगी, लेकिन फिर भी पूरा परखने की शक्ति ना होने के कारण अपने को सदा राइट और होशियार सिद्ध करेंगे। कर्मातीत तो बनना है ना! आगे नंबर तो लेना है, इसीलिए चेक करो। अच्छी तरह से योगयुक्त बनकर परखने की शक्ति धारण करो। यह बुद्धि एकाग्र करके फिर चेक करो तो जो भी सूक्ष्म कमी होगी, वह स्पष्ट रूप से दिखाई देगी। ऐसा ना हो, जो आप समझो, मैं बहुत राइट हूं, बहुत अच्छी चल रही हूं, कर्मातीत मैं ही बनूंगी और जब समय आएगा तो सूक्ष्म बंधन उड़ने ना दें, अपनी तरफ खींच लें, फिर समय पर क्या करोगे? बंधा हुआ व्यक्ति उड़ना चाहे, तो उड़ेगा या नीचे आ जाएगा?

कटक-ओडिशा। राज्यपाल महोदय प्रो. गणेशी लाल जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नथमल, ब्र.कु. देबस्मिता, ब्र.कु. विजया, ब्र.कु. अनुराधा व ब्र.कु. शिबू।

नागौर-राज.। मुख्यमंत्री माननीय वसुंधरा राजे को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनिता। साथ हैं केन्द्रीय राज्यमंत्री एवं सासंद सी.आर. चौधरी तथा अन्य।



आज़मगढ़-उ.प्र.। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् बाबा रामदेव जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रंजना।

सिरसागंज-उ.प्र.। 'जीवन का आधार श्रीमद्भगवद् गीता का सार' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. ऊषा,मा.आबू, ब्र.कु. सरोज, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीतांजलि, ब्र.कु. शमा तथा अन्य।

बलिया-उ.प्र.। 40 दिवसीय 'जन जागृति अभियान' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए जिला पंचायत अध्यक्ष सुधीर पासवान, ब्र.कु. उमा, ब्र.कु. कुसुम, ब्र.कु. जागृति तथा अन्य।

वल्लभ नगर-कोटा(राज.)। सेंट्रल जेल में आयोजित 10 दिवसीय 'राजयोग शिविर' में कैदी भाइयों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. ज्योति।