ब्रह्ममुहूर्त में बरसता अमृत

ब्रह्म मुहूर्त रात्रि के अंतिम पहर का तीसरा भाग है। निद्रा त्याग के लिए यही श्रेष्ठ समय है। ब्रह्म का मतलब परम तत्व या परमधाम है और मुहूर्त यानी अनुकूल समय। दूसरे शब्दों में इसे ही अमृतवेला भी कहा जाता है। ब्रह्म मुहूर्त या अमृतवेला का विशेष महत्व है। 'अमृत वेला' शब्द का अर्थ है अमृत+वेला। 'अमृत' मतलब वह रस जो स्थायी अमरता दे और 'वेला' मतलब समय। अमृतवेला अर्थात् ऐसा समय जो जीव को चिरस्थायी अमरता देता है, जिस प्रकार अमृत का घूंट भी पी लेने से जीव की मृत्यु कभी नहीं होती, वह अमर हो जाता है, आंतरिक रूप से आनंद को पाता है, उसी प्रकार इस समय में कुछ देर भी किया गया योग अभ्यास आत्मा को उस आत्मिक आनंद की अनुभूति करा देता है जिस आनंद की अनुभूति अमृत पीने वाले को होती है। अमृतवेला यानि वो वेला जब स्वयं भगवान अपने बच्चों को अमृत पिलाने आता है और उस अमृत को जो नहीं पी पाता, यानि अमृतवेला से 'अ' हटा दें तो क्या होगा? 'अ' हटा दें तो कौनसी वेला रह जायेगी? तो जो सोये हुए लोग रहते हैं, उनके लिए 'मृतवेला' और जो आप और हम में से जो राजयोगी जागे रहते हैं, उन सबके लिए यह है 'अमृतवेला'।

इस अमृतवेला के अंदर जो सबसे पहला नियम है...

अमृतवेले की महिमा

अमृतवेले की महिमा अपरम्पार है। ये वो वक्त है जब प्रकृति पूरी तरह शांत और पावन है। उस समय ये संसार ऐसा लगता मानो वतन बना हो। हमारा अपना वतन। आत्माओं का वतन। अमृतवेला परम आत्मा शिवबाबा और आत्माओं के मिलन का समय है। परम आत्मा शिवबाबा उस समय अपने वरदानों की झोली खोल कर रखते हैं। जिस आत्मा की जितनी क्षमता, वो उतने वरदान उनसे प्राप्त कर सकती है।

अमृतपान का समय, कितने बजे शुरू होता है अमृतवेला?

दो बजे से शुरू होता है। जो दो बजे उठ पाते हैं बहुत अच्छी बात है, पर परमात्मा के कहने अनुसार साढ़े तीन बजे हम लोग उठें। थोड़ा फ्रेश होकर जागृत अवस्था में चार बजे से पौने पाँच बजे तक परमात्मा के प्यार में खो जायें। परमात्मा ने जो हमें दिया है, अवेयरनेस(जागृति) के साथ उसका धन्यवाद करें और परमात्मा ने हमपर जो आस रखी है, हमें वो जैसा देखना चाहता है, उस श्रेष्ठ संकल्प में स्थित हो जाएं। उसका एहसान मानें, रियलाइज़ करें और फील करें कि मैं कितना भाग्यवान हूँ कि मुझे परमात्मा से मिलन मनाने की विधि का सम्पूर्ण ज्ञान है। परमात्मा का बच्चा होने के नाते मैं भी उस खज़ाने का मालिक हूँ। इस तरह अपने श्रेष्ठ संकल्पों का सृजन कर परमात्मा से मिलन मनायें। किसी भी राजयोगी के जीवन की पहली मर्यादा है हम चार से पौने पाँच का सुबह सुबह का अमृतवेला कभी भी मिस ना करें। परमात्मा शिव की याद के लिए अमृतवेले का समय सर्वश्रेष्ठ है।

सामूहिक ध्यानाभ्यास के दौरान :

अमृतवेले में खास : किसी को भी पूरी तरह से चैतन्य होकर बैठना होता है। अमृतवेले के ध्यानाभ्यास के समय नींद एक बड़ी चुनौती के रूप में हमारे सामने खड़ी रहती है।

शिव बाबा जानी जाननहार होने के कारण इन बातों को अच्छी रीति से जानते हैं। ये ही कारण है कि बाबा ने साफ साफ कहा है कि ध्यानाभ्यास के समय तुम्हारी आँखें खुली रहनी चाहिए। बंद आँखों में तो नींद समायी रहती है- बाबा नहीं। अब कुछ बंद आँखों से ध्यानाभ्यास करने वाले तर्क करेंगे, कि नहीं - हम पूरी तरह से जागरुक होते हैं और नींद का प्रभाव नहीं रहता है।

ध्यानाभ्यास करने वाले सभी साधकों से अनुरोध है कि वे पूरी ताकत से आँखें खुली रखने का अभ्यास बना लें। तभी उनका समय भी सफल होगा और परमात्मा से अमृतवेले की सारी प्राप्ति भी हो सकेगी और वे स्वयं को आनंद से भरपूर कर पायेंगे।

अमृतवेला विधि

अमृतवेले उठकर फ्रेश होकर अलग स्थान पर बैठकर पहले अपने को देखें, फिर अपने को भृकुटी में देखें। मन बुद्धि को केन्द्रित करें। अब देखो शिव बाबा सितारा पंच महातत्व के मध्य चमक रहे हैं। वहां अपना ध्यान लगाओ। बुद्धि रूपी पात्र खोल दो। मन की तार उनसे जोड़ दो। अब उनसे करंट लो। उनकी शक्तियों को अपने अंदर एब्ज़ॉर्ब करो व उनके गुणों को रिसीव करो।

सेवा

इस समय परमपिता परमात्मा आपके साथ हैं, वो आपको शक्तियां दे रहे हैं और आप जिसका भी कल्याण करना चाहते हो, उस आत्मा को सामने लाओ और उसपर सुख शांति की वर्षा करो। उसे स्वास्थ्य प्रदान करो और आशीर्वाद भी कर सकते हो।

किसी को समझाना हो, ज्ञान में लाना हो, उस समय अपने संकल्प उन्हें भेजो, वो आत्मा इन वायब्रेशन्स को कैच करेगी, क्योंकि सोते हुए आत्मा अशरीरी होती है। फिर ग्लोब को सामने रख शीतलता की, और अपने सहारे की किरणें फैलाओ तो अवश्य उन्हें पहुंचेंगी। इससे हमारा पुण्य जमा होगा। ये भविष्य की कमाई का समय है।

हिसाब किताब

अगर आपका किसी आत्मा के साथ कड़ा हिसाब किताब है, तो परमात्मा दलाल बन कर आपका हिसाब किताब उस आत्मा के साथ पूरा करा देंगे। शिवबाबा आपके सामने हैं। आप अपने सामने उस आत्मा को लाओ। उनसे सकारात्मक किरणें लो और उस आत्मा पर डालो। उसे अवश्य शांति भी मिलेगी, शीतलता भी मिलेगी और वो आत्मा बात को समझेगी भी। आप उसे सामने रख मन ही मन उससे बात करो। इससे आप हल्के होंगे।

विघ्न

निद्रा अमृतवेले सबसे बड़ा विघ्न है। निद्रा हमें जगने नहीं देती। अविनाशी कमाई करने नहीं देती। जिससे न हम अपनी इच्छापूर्ति कर पाते हैं, न सफलता मिलती है, न हिसाब किताब पूरे हो पाते हैं, न हमारे में कोई बदलाव आता है और न हम शक्तिशाली बन पाते हैं। अमृतवेला हर ब्राह्मण आत्मा के लिए बहुत महत्वपूर्ण है। इसमें हमारा ही फायदा है।

परमात्मा का लाड-प्यार पाने की ये उत्तम बेला है। इसलिए निद्राजीत बनना है, क्योंकि बाप का स्नेह अब थोड़े समय के लिए ही रहा है। इसके बाद ये कल्प के बाद ही मिलेगा। अगर अभी नहीं लिया तो कल्प कल्प के लिए इसे हम खो देंगे।

अभी हम परमात्मा के कितने भाग्यशाली बच्चे हैं जो वे स्वयं हम तक पहुंच कर हमें मिलने आते हैं और अपने हाथों जो चाहो वो देते हैं। इसलिए हे आत्माओं, जागो, समझो, निद्रा त्यागो और परमात्म प्राप्तियों से अपने आप को मालामाल कर लो। अभी नहीं तो कभी नहीं।

लंडन। ब्रह्माकुमारीज़ के ग्लोबल कोऑपरेशन हाउस में श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान मंच पर प्रतिभागी कलाकारों के साथ युरोप सेवाकेन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु. सुदेश दीदी। सभा में शहरवासी कार्यक्रम का आनंद उठाते हुए।

शांतिवन। ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय का अवलोकन करने के पश्चात् समूह चित्र में हरियाणा सरकार से आये हुए विधायकगण, ब्र.कु. अमीरचंद, ब्र.कु. नारायण, ब्र.कु. दीपक तथा अन्य।

शाहकोट-पंजाब। विधायक सरदार हरदेव सिंह लाडी, शहर के प्रधान एवं उपस्थित सदस्यों को ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. तुलसी।

पुडरी-कैथल(हरियाणा)। विधायक दिनेश कौशिक को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा तथा ब्र.कु. उर्मिल।

अलीगढ़-उ.प्र.। सत्यधाम में आयोजित कार्यक्रम में अपने विचार व्यक्त करते हुए मेयर मोहम्मद फुरकान जी। मंचासीन हैं ब्र.कु. रमेश,मा.आबू, ब्र.कु. कमलेश, सत्यप्रकाश भाई तथा अन्य।

बड़हलगंज-उ.प्र.। उप जिलाधिकारी अरुण कुमार सिंह को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राधिका।

कठुआ-जम्मू। जन्माष्टमी कार्यक्रम में एस.एस. पी.,आई.पी.एस. धार पटियाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. वीणा तथा ब्र.कु. मधु।