व्यक्तिगत पुरुषार्थ की गहराई

पूरा जीवन हमारा स्टेप बाइ स्टेप कैसा चला है, उसको हम थोड़ा चलचित्र (फिल्म) की भांति देखते हैं। जैसे आप छोटे बच्चे थे, उस समय आपको एक छोटे से नाम से बुलाया जाता था, जैसे पीकू, टीटू, रिंकी, पिंकी आदि आदि। अब ये सारे नाम आपके ऊपर ऐसे चढ़ गये कि इतनी उम्र के बाद भी आपके मम्मी पापा आपके निक नेम से आपको बुलायें तो आप जवाब दे देंगे। ये कैसे पक्का हुआ? सिर्फ बुलाने से या बार बार याद दिलाने से या उसका स्वरूप बनने से? वैसे तो ये तीनों ही काम एक साथ हुए। आपको बुलाया भी गया बार बार, याद भी दिलाया गया बार बार और दिन रात आपके पास रहने वाले लोग आपको इस नाम से बुलाते और आप अपने आप को वही मान गये। आपने मान लिया कि मेरा नाम यह है। अब ये नाम का बंधन इतना कड़ा है जो कि वैसे तो शरीर पर है, क्योंकि जब हम पैदा होते हैं, तो उस समय तो यही कहा जाता है कि एक बच्चा घर में आया, उस समय उसका कोई नाम नहीं होता। स्पष्ट होता है कि एक आत्मा हमारे घर में आई। बाद में नाम रखा जाता है। आज उदाहरण के रूप में ये इतना कड़ा बंधन है जो शरीर के साथ जुड़ा और ऐसा जुड़ा कि हम अपने आप को शरीर पर रखा हुआ नाम ही समझने लग गये। अगर उस नाम से आपको कोई गाली दे दे, तो आपको बुरा लगता है, अगर आपको उस नाम से बुलाते समय कोई आप की जगह तू कह दे कि तू इधर आ, तो कितना बुरा लगता है। अब हम सारी आत्मायें शरीर को चला रही हैं, लेकिन जैसे ही हमें कोई तू कहता है उस नाम के साथ जोड़ के, तो हमें बुरा क्यों लगता है? इसका मतलब आत्मा शरीर बन गई है। अगर कोई कहे कि आप आत्मा इधर आओ, तो आपको कैसा लगेगा? आपको समझ ही नहीं आयेगा कि ये किसे बुला रहा है। अब इस नाम रूपी बंधन का अभिमान इतना कड़ा है कि उसे हर छोटी बड़ी बात में नाम लेना अच्छा लगता है, नाम ना लेना बुरा लगता है।

बंधन इतना कड़ा है कि उसपर हमें सोचने में दर्द होता है। निकलना भी चाहते हैं, दूर भी होना चाहते हैं, लेकिन कैसे निकलें, पता नहीं। इतने सालों का इतना कड़ा बंधन इतनी आसानी से तो नहीं छूटेगा। इतना पक्का किया है आपने नाम, मान, शान, सम्मान कि वो बंधन बन गया। उसे हमें व्यक्तिगत बंधन से निकाल सम्बंध में बदलना होगा।

अब इसको अगर मनोवैज्ञानिकता के आधार से देखा जाये, तो आत्मा का कोई अलग से नाम नहीं है। आत्मा तो आत्मा है। लेकिन उसे बुरा और अच्छा लगना किसी बंधन के कारण है। तभी जब वह अकेले कभी शांत बैठती है तो वो सोचती है कि इतनी छोटी सी बात में हमें बुरा क्यों लग रहा है! क्योंकि आत्मा का स्वरूप मुक्त वाला है। मुक्त का मतलब, शांत स्थिति वाला है। वो फ्री रही है हमेशा, इसलिए फ्रीडम या स्वतंत्रता हमारे नेचर में है, और हम कह भी देते हैं कि हमें आप ऐसे नहीं कहो। मतलब हम स्वतंत्र हैं। लेकिन ये आवरण इतने सालों का हमारे ऊपर चढ़ा हुआ है नाम वाला, कि हम उसको कोई न कोई नाम देना चाहते हैं। उसी तरह आत्मा को अलग अलग बंधनों ने जकड़ा हुआ है, जैसे उम्र का बंधन। वैसे तो आत्मा की कोई उम्र नहीं होती, वो तो अमर है, लेकिन जैसे ही हम किसी की उम्र पूछते हैं तो वो आनाकानी करता है या ऊपर नीचे बताता है। उसी क्रम में उसे धर्म का बंधन, कर्म का बंधन, अर्थात् आप हिन्दू हैं, मुसलमान हैं या डॉक्टर, इंजीनियर हैं। आत्मा का धर्म तो शांत है और शांति के आधार से कर्म होना चाहिए। लेकिन आज किसी डॉक्टर को डॉक्टर ना कहा जाये तो उसे अच्छा नहीं लगता। अब आप देखो, जहां भी अच्छा या बुरा आपको लगता है, माना उस चीज़ का ज़बरदस्त बंधन है। हम चाहते हैं कि हमें ऐसा मिले। और वो मिल नहीं सकता, क्योंकि देने वाला भी बंधन में है। इंद्रियां साथ छोड़ रही होती हैं, फिर भी किसी व्यक्ति को अगर कहा जाये कि बहुत हो गया, बहुत समय आपने जी लिया, अब जाओ, तो उसको बहुत बुरा लगता है। ये इसीलिए है, क्योंकि उसको अपने शरीर से मोह है, बंधन है। स्वरूप उसका अलग भले हो सकता है, लेकिन है तो बंधन ही। तभी तो सभी इसे छोड़ने में कष्ट महसूस करते हैं।

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

शायद इसीलिए परमात्मा की परम आवश्यकता पड़ी। कि भाई, अपने इन कड़े बंधनों को छोड़ने के लिए जिस प्रकार नाम को पक्का किया, कर्म धर्म को पक्का किया, उसी तरह से आत्मा के रूप, आत्मा के गुण को इतना पक्का करो कि वो बंधन सुखदायी हो, अर्थात् सम्बंध में बदल जाये। और ऐसा बदले कि फिर हमको कई जन्मों का सुख दे। आत्मा उस संस्कार के साथ ही वापस जाये। तभी हमारा उद्देश्य सफल होगा। इसके लिए जैसे आपके माता पिता ने बार बार बोलके आपका नाम पक्का कराया, उसी प्रकार हमें भी बार बार खुद को याद दिला के या दो चार सदस्यों का ग्रुप बनाकर बार बार याद दिलवाकर खुद को आत्मा पक्का करवाना चाहिए। तभी जाकर बंधन सम्बंध में बदलेगा।

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को बदल दें

जितना देह से न्यारे बनेंगे, उतना सबके प्यारे बनेंगे

मन की बातें

- राजयोगी ब.कु. सूर्य

प्रश्न : आपने एक बार शिव बाबा को सात दिन का भोग लगाने की बात कही थी। तो ये भोग कैसे लगाया जाये और किन चीज़ों का लगाया जाये?

उत्तर : देखिये, चीज़ तो मीठी ही होती है। फल भी रख सकते हैं, ड्राई-फ्रूट्स भी रख सकते हैं। मीठा कुछ बनायें और सवेरे-सवेरे भोग लगाएं। क्योंकि भोलानाथ भोग से बहुत प्रसन्न होता है। ये भावनात्मक चीज़ है, खाता तो वो कुछ नहीं। अभोक्ता है। लेकिन उसको भोग अर्पित करना, इससे वो बहुत प्रसन्न होता है और मनुष्यों की मनोकामनाएं पूर्ण कर देता है। तो कोई मनोकामना सात दिन में पूरी हो जाती है, तो कोई इक्कीस दिन में। सवेरे नहा-धोकर, बहुत स्वच्छता के साथ उसी की याद में कुछ भी अच्छा भोग बना लें, मीठा विशेष रूप से। और फिर उसको भोग लगाएं बहुत प्यार से। तो इसका बहुत फायदा होगा। और एक बात, जिस घर में नॉन वेज बनता हो, अशुद्धि हो, वहाँ भोग नहीं लगा सकते, परमात्मा उसको स्वीकार नहीं करता। तो अगर ऐसा है तो वो भोग या तो ब्रह्माकुमारी आश्रम पर बना लें और या फिर ऐसे घर में जहाँ सात्विकता हो। और उस समय योग अभ्यास करें, उसके दो तरीके हैं, या तो शिव बाबा का आह्वान करें, उसको बुलाएं और उससे निवेदन करें कि आप ये भोग स्वीकार कीजिए। हमने ये बहुत प्यार से बनाया है। या फिर हम उसके पास सूक्ष्म लोक में जायें और उससे निवेदन करें कि ये भोग हम आपके लिए लाए हैं। आप इसे बहुत प्रेम से स्वीकार करें। दस मिनट योग में बैठेंगे तो स्वीकार हो जायेगा।

प्रश्न : मैं ज्ञान में नहीं हूँ, मैं इंजीनियरिंग कर रही हूँ, मेरी तबीयत भी अच्छी नहीं रहती और मन भी पढ़ाई में नहीं लगता। मैथमैटिक्स में भी मैं थोड़ी कमज़ोर हूँ। कुछ मेरे साथी हैं, वो मेरे प्रोजेक्ट में मेरी मदद नहीं करते हैं और साथ ही साथ मुझसे अच्छा व्यवहार भी नहीं करते हैं। कृपया बतायें कि ऐसी स्थिति में मुझे क्या करना चाहिए?

उत्तर : देखिये, ज्ञान तो आपको लेना ही पड़ेगा, थोड़ा भी ले लें। मैं आत्मा हूँ.... कम से कम इतना ज्ञान तो आपको ले लेना चाहिए। ये शरीर अलग है, मैं आत्मा इसमें यहाँ (भृकुटि) में बैठी हूँ। मैं ज्योति स्वरूप हूँ। मैं प्वाइंट ऑफ एनर्जी हूँ। ये थोड़ा सा ज्ञान ले, बीच-बीच में अभ्यास करें कि मैं आत्मा हूँ....ये मेरा देह है....मैं इससे अलग हूँ। जब हम देह से न्यारे होते हैं तो सबका प्यार हमें स्वतः ही मिलता है। तो आपको प्यार की फीलिंग होने लगेगी। कई बार ऐसा होता है कि कोई प्यार की दृष्टि से देखते भी हैं, लेकिन मनुष्य अपने ही कारणों से उस प्यार को फील नहीं कर पाता। तो ये करने से आपका जो मन है, वो दूसरों के प्यार को रिसीव करने लगेगा। अब दूसरी बात जो स्वमान में रहते हैं, वो सबका सम्मान स्वतः ही प्राप्त कर लेते हैं। आपको स्वमान की बात सीख लेनी है। तो आपको सहयोग भी मिलने लगेगा और सम्मान भी मिलने लगेगा। रही बात मैथमैटिक्स की, आप इसमें बहुत कमज़ोर हैं तो आप जान लें कि हमारे हर सब्जेक्ट के लिए, भिन्न-भिन्न चीज़ों के लिए हमारे ब्रेन में अलग-अलग केन्द्र है। आपके केस में मैथमैटिक्स का जो केन्द्र है, वो ठीक से एक्टिव नहीं है। इसलिए आपको वो भारी लगता है और आपने अपने मन में एक संकल्प कर लिया है कि ये बहुत कठिन है मेरे लिए। मैं इसमें बोर होती हूँ, मैं इसमें अच्छे मार्क्स नहीं लाती, तो आपको थोड़ा चेंज करना चाहिए। मैं मैथमैटिक्स को बहुत लव करती हूँ, मैं मैथमैटिक्स में बहुत होशियार हूँ, बुद्धिवान हूँ, आई लव मैथमैटिक्स। इस बार मेरे इसमें इतने नम्बर आयेंगे। सवेरे उठते ही तीन-तीन बार ये संकल्प कर लें। तो जो केन्द्र है, वो एक्टिव होने लगेगा।

मुझे लगता है कि सात दिन आप करें सच्चे मन से तो मैथमैटिक्स में आपकी रुचि बढ़ेगी और जो चीज़ आपको समझ में नहीं आती, जो रटनी पड़ती है, देखिये, मैथमैटिक्स में रटने से तो काम नहीं चलेगा। वो अंडरस्टैंडिंग होनी चाहिए। इसको ठीक से समझ लेना चाहिए। तो इससे आपकी समझ की शक्ति भी बढ़ जायेगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

AWAKENING

ब्रह्माकुमारीज़ के "अवेकनिंग चैनल" को देखने के लिए अपने नज़दीकी केबल ऑपरेटर अथवा डिश टी.वी. ऑपरेटर से सम्पर्क करें।

BRAHMAKUMARIS "AWAKENING"
Free to Air TV Channel

Satellite-GSAT-17-93.5,
Symbol Rate-30.0 MSPS,
Roll of 20%,
D/L Frequency-4085 MHz
FEC-5/6
D/L Polorization-Vertical