विचार का आधार विश्वास (बिलीफ)

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

बहुत सारे मनोवैज्ञानिक कहते कि आप अपने विचार बदलो तो भाग्य बदल जायेगा। अगर आप किसी रिलिजियस माइंडेड से मिलो तो वो कहेगा कि आप कर्म बदलो तो भाग्य बदल जायेगा। अब लोगों से पूछो तो कहते हैं कि जी हम तो पूरा दिन अच्छा ही कर्म करते हैं लेकिन हमारा भाग्य उतना अच्छा नहीं है और कई तो कहते हैं कि हम किसी के लिए बुरा सोचते भी नहीं है, लेकिन फिर भी हमारे साथ बुरा होता रहता है, भाग्य में कुछ परिवर्तन नहीं होता। चलो आज हम इसकी गहराई में चलते हैं...

कम से कम चलो हम अच्छे विचार तो रखते हैं, अच्छा कर्म तो करते हैं लेकिन इसका आधार आपका खुद का हो सकता है। इसका कोई आपके पास पैरामीटर नहीं है कि ये कर्म या ये विचार सही ही है। क्योंकि कोई भी विचार हमारे अन्दर उत्पन्न होता है तो उसका कुछ न कुछ आधार होता है जैसे कोई छोटा बच्चा कोई घटना देख ले, जैसे कि जब वो छोटा होता है तब वो एक सीन देखता है कि उसके पापा उसकी मम्मी को बहुत मार रहे हैं, तो उस मान्यता के आधार से जब वो बड़ा होगा तो उसके अन्दर एक विचार हर पुरूष को देखकर उत्पन्न होगा कि हर पुरुष को स्त्री को मारने का अधिकार है और हर पुरुष स्त्री को मारता ही होगा। अब ये बात एक पल, एक क्षण या पांच मिनट की होगी या तीन मिनट की होगी, जब ये घटना घटी होगी। अब उस बच्चे के दायरे में तो सारे पुरुष एक ही कैटेगरी में आ गये, सबको देखकर उसका यही भाव उत्पन्न होगा। इसी बात को तो हम बिलीफ कहते हैं क्योंकि उसने मान लिया या मान्यता बना ली कि सारे पुरुष ऐसे ही हैं जोकि ऐसा नहीं है। इसी प्रकार से दुनिया में जितने काम हो रहे हैं उन सबका आधार सिर्फ बिलीफ है। अंग्रेजी में एक कहावत भी है, देयर इज़ नो पिक्चर विदाउट बैकग्राउंड। इसका मतलब है कि जो कोई भी विचार आपके पास है उसके पीछे कोई न कोई मान्यता अवश्य है। और वो मान्यता अच्छी भी हो सकती है और बुरी भी।

अब जैसे कोई अच्छे कर्म के लिए धार्मिक व्यक्ति आपको कह दे कि गाय को रोटी खिलाने से पति की आयु लम्बी होती है तो आप क्या करेंगे? थोड़ी देर के लिए छटपटायेंगे, उसको डांट भी लगायेंगे और लॉजिक भी लगायेंगे और कहेंगे कि ये ऐसे थोड़े होता है। लेकिन बाद में रात को जब वो सोने जायेंगे और किसी दो-चार ने और उसको बोल दिया हो कि अरे यार ये तो बहुत इफेक्टिव है, तब वो रात को रोटी लेकर गाय को ढूंढ़ेंगे। इसलिए हम सभी किसी के दबाव में या फिर अपनी कमज़ोरी के कारण ही कहें या परम्परा को लेकर ये मान ही लेते हैं कि हाँ खिला लेते हैं कि चलो शायद कुछ काम हो ही जाये। अब यहाँ क्या काम कर रहा है? आपकी बुद्धि काम रही है या कोई न कोई पिछली बातें या कोई न कोई मान्यतायें काम कर रही हैं जिसके आधार से जीवन में ऐसे बदलाव आ रहे हैं जो हम समझ नहीं पा रहे हैं। इसी तरह से बहुत छोटी-छोटी मान्यताएं हैं जो हमें आगे नहीं बढ़ने दे रही हैं-जैसे बिल्ली का रास्ता काटना, किसी का छींक देना, उसके आधार से अगर उस दिन मेरा काम ना हो तो वो मान्यता बन जाये। इसी तरह से हमारा जो सबसे बड़ा और सबसे शक्तिशाली बिलीफ है कि हम शरीर हैं इसीलिए हम इतनी प्रैक्टिस करने के बावजूद भी इस मान्यता से बाहर नहीं आ रहे हैं। ये शरीर का भान देह भान या देह अभिमान के रूप में बाहर आता ही रहता है। और हम इस मान्यता को मानने से ही गलतियां करते हैं। हमें बुरा लगता है क्योंकि हम शरीर मानते हैं। हमें कुछ बुरा लगता है तो हम बीमार हो जाते हैं। तो क्या बीमार शरीर होता है या आत्मा होती है। ये मान्यता है कि शरीर बीमार होता है, लेकिन बीमार होती है आत्मा। इसलिए कहने का भाव यह है कि जब तक हम छोटी-छोटी मान्यताएं नहीं तोडेंगे तब तक ना हमारे विचार बदलने वाले हैं और ना हमारा भाग्य बदलने वाला है। इसलिए सबसे अच्छी मान्यता है कि मैं आत्मा हूँ, शुद्ध पवित्र हूँ बस, तब आपका भाग्य चरम सीमा पर होगा। और आपकी ये सबसे खूबसूरत मान्यता है।

मन की बातें

- राजयोगी ब.कु. सूर्य

प्रश्न : मेरा नाम चंद्राणी है, मैं आपसे अपनी समस्या का समाधान चाहती हूँ। मुझे खुशी नहीं रहती, मैं सदा चिंतित सी रहती हूँ। स्वयं को कमज़ोर और हीन भावना से ग्रस्त अनुभव करती हूँ। मैं इस कमज़ोर मानसिक स्थिति से बाहर आना चाहती हूँ, मैं भी दूसरों की तरह हँस बोल कर जीवन जीना चाहती हूँ, उसके लिए मैं क्या करूँ?

उत्तर : खुशी तो मनुष्य के जीवन का सबसे बड़ा खज़ाना है, परंतु आज बुद्धिमान मनुष्य खुशी को खोता जा रहा है। पशु-पक्षी, जीव-जन्तु सभी निश्चिंत हैं परन्तु मनुष्य ही सदा चिंतित प्रतीत होता है। आपने सुंदर लक्ष्य बनाया है नेगेटिविटी से बाहर निकलने का और ईश्वरीय ज्ञान में वो शक्ति है जो हमें खुशी प्रदान करती है और निश्चिंत जीवन जीना सिखाती है।

आप दस-बारह स्वमान की सुन्दर-सुन्दर बातें नोट करें। उनका बार-बार अभ्यास करने से आपके विचार महान होने लगेंगे और आप हीन भावना से मुक्त हो जायेंगी। प्रतिदिन सेवाकेन्द्र पर जाकर ईश्वरीय महावाक्य सुनें। जब आप सुनेंगे कि भगवान कह रहे हैं कि तुम महान हो, तुम पदमापदम भाग्यशाली हो, तुम तो मेरे नयनों के नूर हो तो आपके अंदर जागृति आने लगेगी। आपकी ये हीन भावनायें ही आपकी खुशी छीन रही हैं। आप अपनी खुशी के लिए दूसरों की तरफ कदापि न देखें। याद रखें खुशी हमारे अंदर ही रहती है, हम उसे जगने नहीं देते।

प्रतिदिन सवेरे उठकर आप परमात्मा से मीठी-मीठी बातें किया करें। उसका शुक्रिया अदा करें और एक घण्टा रोज़ योगाभ्यास करें। इससे आपकी बुद्धि में लगी हुई गांठें खुल जायेंगी और आप खुशियों भरा जीवन जी सकेंगे। ईश्वरीय चिंतन से चिन्ताएं समाप्त हो जाती हैं। "मैं और मेरा" मनुष्य को चिंताओं के गर्क में ले जाते हैं। और सबकुछ तेरा अर्थात् समर्पण भाव और यह स्मृति रहे कि भगवान स्वयं भी मुझे साथ दे रहे हैं। इनका रोज़ अभ्यास करें। छः मास तक आपको ये सब अभ्यास अवश्य करने हैं। हमें पूर्ण विश्वास है कि आप स्वयं खुशियों से तो भर ही जाएंगी, साथ ही आप सबको खुशी बांटने वाली भी बन जाएंगी।

प्रश्न : मैं पैंतीस वर्ष का कुमार हूँ। लम्बे समय से ज्ञान में हूँ, बाबा पर सम्पूर्ण निश्चय है। पिछले दिनों मैं सख्त बीमार हुआ। कमरे पर अकेला था। पन्द्रह दिन बीमारी चली, ब्राह्मण परिवार से तो ज़्यादा अपेक्षा नहीं थी परन्तु मन में कमज़ोर संकल्प उठे कि साथी होना चाहिए। यह कमज़ोरी है मैं जानता हूँ, परन्तु मैं जानना चाहता हूँ कि भविष्य में कभी भी मन डोलायमान न हो, क्या पुरुषार्थ करूँ?

उत्तर : यदि स्व-स्थिति श्रेष्ठ है तो परिस्थितियां ठहरेंगी ही नहीं। यदि बाबा से गहरा नाता है, 'बाबा मेरा है, मैं बाबा का हूँ' यदि उसे खुदा दोस्त बनाया है तो वह किसी न किसी के द्वारा आपको मदद अवश्य करायेगा। क्या है कि कुछ लोग ज्ञान में तो लम्बा काल से चल रहे हैं परन्तु तपस्या नहीं कर रहे हैं या यूँ कहें की तपस्या हो नहीं पाती। इसीलिए बाबा की मदद के अनुभव नहीं होते।

कुमार ये भी सोचते हैं कि बहनें मदद करें। तो ध्यान आत्माओं की ओर जाता है, बाबा की ओर नहीं, इसलिए भी अनुभव नहीं होता। जब भी कभी आप बीमार हों, ध्यान रहे मन की स्थिति को बिगाड़ें नहीं, धैर्यचित्त व सरलचित्त रहें और बाबा का सुप्रीम सर्जन के रूप में आह्वान करें, बस आपकी सभी समस्याएं हल हो जाएंगी। याद रहे संसार में मनुष्य, मनुष्य को सदा ही मदद नहीं कर सकता। मदद करती है अपनी श्रेष्ठ स्थिति।

प्रश्न : यदि कोई फिज़िकली चैलेंज़्ड है, हैंडीकैप्ड है तो क्या ये भी कार्मिक अकाउंट के कारण है? हमारा शरीर बनने का आधार क्या है? कोई खूबसूरत होता है तो कोई बद्सूरत, क्या ये भी कोई कार्मिक अकाउंट ही है?

उत्तर : बहुत गहरा प्रश्न है। विदेशी जब हमारे पास आने लगे थे तो कई लोग पूछते थे कि हू डिज़ाइन द बॉडी, हू डिज़ाइन द ब्रेन, चलो माँ-बाप डिज़ाइन करते हैं बॉडी को, लेकिन वो ही काफी नहीं है। कइयों के माँ-बाप काले और बच्चे गोरे पैदा हो रहे हैं। माँ-बाप बिना पढ़े-लिखे और बच्चे बहुत बुद्धिमान पैदा हो रहे हैं। एक्चुअली जो आत्मायें जिस शरीर में प्रवेश कर रही हैं उसके वायब्रेशन्स, उसके पुण्य कर्म, उसके पाप कर्म, उसके नेगेटिव-पॉज़ीटिव सब चीज़ें ही बॉडी और ब्रेन का निर्माण करते हैं।

जो व्यक्ति इस तरह से विकलांग है, कई बच्चे तो बचपन से ही और कोई बीच में पोलियो के शिकार हो जाते हैं, पैरालिसिस के शिकार हो जाते हैं। ये सब कर्मों के ही प्रभाव हैं। बिना कर्मों के, प्रभाव के यहाँ कुछ भी नहीं हो रहा है। हम चलते-चलते ठोकर खाकर गिर गये हैं, हमें फ्रैक्चर हो गया। वहीं गिरे, वहीं फ्रैक्चर हुआ। ये सब कर्मों का ही खेल है। रोज़ लोग गिरते हैं कुछ भी नहीं होता है। गिरते हैं फिर उठकर दौड़ने लगते हैं। जिसके कर्म बहुत नेगेटिव हैं उसको ही ये ज़्यादा प्राप्त होता है। और विकलांग हो जाना, हैंडिकैप्ड हो जाना या सुनना नहीं, बोलना नहीं, ये जिसने अति पाप कर्म किये हैं ना उनका परिणाम होता है। ब्रेन ही डल होना, ब्रेन की बीमारियां हो जाना, नींद ना आना, मतलब सबको जानना चाहिए कि ये अति पाप कर्मों का ही परिणाम है। इसीलिए ही राजयोग के अभ्यास से इन सबको ठीक किया जा सकता है। अध्यात्म से ऐसी स्थिति को सुधारा जा सकता है। इसीलिए शिवबाबा ने आकर जो राजयोग सिखाया है, ऐसा ज्ञान दिया कि आने वाले समय में कोई भी इस तरह का बच्चा पैदा होगा ही नहीं।

Contact e-mail -
bksurya8@yahoo.com