

2

अप्रैल-1-2020

ओमशान्ति मीडिया

फीलिंग के फ़्लू का एंटी वायरस

कोई हमारी सराहना करता है या हमारी प्रशंसा करता है तो हमारे से कौन-सी ऊर्जा बाहर आती है? कभी यह आपने अनुभव किया है कि आप तो वह ही हैं, लेकिन कोई आपको बहुत एप्रीशियेट करता है, कोई कहता है कि आप बहुत अच्छे हो और कोई कहता है आप अच्छे नहीं हो, कोई कहता है मैं आपके साथ जीवन बिता सकता हूँ और कोई कहता है कि मैं एक घंटा भी आपके साथ नहीं बिता सकता। हम तो वह ही हैं, दोनों तरह की प्रतिक्रिया में हम तो वह ही हैं ना! तो फिर हर एक व्यक्ति की हमारे प्रति अलग-अलग राय होती है, उसका कारण क्या है? उसका कारण है, उन्होंने जो हमसे अनुभव किया है, उसी अनुरूप वे हमारे लिए प्रतिक्रिया देते हैं।

वे जो हमारी महिमा करते हैं, वे उनकी मनःस्थिति के आधारित है। और जिन्होंने मेरे प्रति अच्छी प्रतिक्रिया दी वो उनके संस्कार हैं। उन्होंने हमें अच्छा बोला, अच्छा कहा, प्रशंसा की तो मैंने उसे अपना लिया, अर्थात् ग्रहण कर लिया।

अगर हमने उनकी सराहना को ग्रहण कर लिया, और जब कोई हमारी निंदा करेगा तो हम उससे भी नहीं बच सकेंगे। ऐसे में हम स्तुति में भी हिलेंगे और निंदा में भी हिलेंगे। हमारी अपनी मनःस्थिति भी हिलने लगेगी। इसका मतलब यह है कि वे जो सराहना करते हैं, वो उनकी मनःस्थिति, उनके संस्कार का परिणाम है। जो हमारी सराहना नहीं करते, वो भी उनकी मनःस्थिति या उनके संस्कार पर आधारित है। ऐसी स्थिति में हम भावनात्मक (इमोशनल) रूप से कमजोर होते जा रहे हैं। अब वो ऊर्जा (एनर्जी) लेना या न लेना, ये हमारे पर निर्भर करता है। परिस्थिति उधर है, परिस्थिति वहाँ है और हम यहाँ हैं। किसी भी तरह की ऊर्जा को चाहे नकारात्मक हो या सकारात्मक हो, लेकिन उसे ग्रहण करना या ना करना, ये हमारे पर निर्भर है। ये मेरी पसंद या मेरा विकल्प है।



- ब्र. कु. गंगाधर

एक तरह की परिस्थिति में पाँच लोग, एक-सरीके विचार रखेंगे? जबकि परिस्थिति तो एक ही है। अगर परिस्थिति विचार को उत्पन्न कर रही है तो पाँचों ही लोगों में एक ही तरह का विचार क्रियेट होना चाहिए। परिस्थिति भले एक तरह की है, लेकिन पाँचों लोगों की महसूसता (फीलिंग) अलग-अलग है। परिस्थिति, महसूसता (फीलिंग) का सर्जन नहीं करती, बल्कि हम परिस्थिति को देखते हैं और उनके बारे में हम जो सोचते हैं, उसके आधार से महसूसता होती है। तो इसका मतलब हम जैसे संस्कारों का सर्जन करते हैं, वैसी ही महसूसता आती है। ऐसी स्थिति में हम इंडिपेन्डेंट अर्थात् न्यारे रहें, तो जैसा हम चाहें वैसी फीलिंग हम क्रियेट कर सकते हैं। हमारी फीलिंग उनकी वजह से हो रही है, वह सही नहीं है। जितनी बार हमने कहा, उसकी वजह से मेरा मूड खराब हो गया या अशांत हो गया, तो हमारी फीलिंग का रिमॉट कन्ट्रोल कहाँ है? परिस्थिति पर हो गया ना। अगर हमारी फीलिंग का आधार दूसरों पर है, व्यक्ति, परिस्थिति पर है, तो हमारी फीलिंग का स्विच उनके हाथ में है। वो खुश वाला बटन दबायें तो हम खुश होंगे, वो दुःख वाला बटन दबायें तो हम दुःखी हो जायेंगे।

कोई हमें फीडबैक देता है, कोई हमारी आलोचना करता है, दोनों में अंतर है। जैसे कि फीडबैक देने वाला कहेगा कि आज आपकी टेबल साफ नहीं है। और आलोचना वाला कहेगा- जब देखो तब तुम्हारी टेबल गंदी ही पड़ी रहती है। पता नहीं किसलिए आपको यहाँ रखा है! एक टेबल भी साफ नहीं रख सकते। जो ऊर्जा आपके द्वारा निकलती है, वो अच्छी नहीं है, न काम की है। फीडबैक वाला सिर्फ एक लाइन में ही कहेगा कि आपकी ये टेबल साफ नहीं है। वे जो आलोचना कर रहे हैं वो उनका संस्कार है, और हमसे जो रिफ्लेक्ट हो रहा है, वो हमारा संस्कार है। जो हम आलोचना करते हैं, वो हमारी कमजोरी या बीमारी है। जब किसी ने मुझे ऐसा बोल दिया या कह दिया इसलिए हम डिस्टर्ब हुए। जिन्होंने हमारे बारे में गलत किया ये उनकी मनःस्थिति है या उनका डिस्टर्बेन्स है, हमारा नहीं। वे उनके संस्कार के रिफ्लेक्शन हैं, ये ऊर्जा उनकी है। हमारी नहीं है। अगर हमने उस एनर्जी को ग्रहण कर लिया तो हम बीमार हो जायेंगे और घर में हम पाँच लोग रहते हैं तो घर पहुंचते-पहुंचते हमारी बीमारी का प्रभाव उन पाँचों पर पड़ेगा। जैसे कि घर में किसी सदस्य को खाँसी-जुकाम है, तो अगले दिन उसका खाँसी-जुकाम हमें भी हो जायेगा। उस टाइम यह नहीं कहते कि तुम्हारा जुकाम मुझे दे दिया! यहाँ हमें समझना बहुत जरूरी है। हर समय हम कहते हैं, तुमने मुझे बीमारी दे दी, तो हर समय हम दूसरों पर आरोप लगाते हैं कि आपके कारण मैं बीमार हो गया। इसका मतलब है कि हम अपने आप को भावनात्मक रूप से कमजोर कर रहे हैं। जो भी हम बाहर से ग्रहण कर रहे हैं, उसका इन्फेक्शन हमें लग रहा है। अब हमें ऐसे वायरस से बचना है-बचाना है। हमें अपनी स्थिति का आधार दूसरों पर नहीं रखना है। हमें अपनी फीलिंग का स्विच अपने हाथ में रखना चाहिए, ना कि दूसरों के हाथ में देकर अपने आप को डिस्टर्ब करना चाहिए। तो हमें रोज़ भावनात्मक रूप से अपने आप को मजबूत बनाना है। हम मनुष्यों को शक्तिशाली बनाने के लिए परमात्मा ने बहुत सुंदर बात कही है कि निंदा-स्तुति, मान-अपमान में हम एकरस स्थिति में रहें, अचल रहें। उसके लिए सुबह-सुबह उठकर अपने अंदर पॉजिटिव थॉट्स देने ह कि मैं संसार में यूनिक, सर्वशक्तिवान की श्रेष्ठ रचना, मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। मैं शक्तिशाली हूँ। इस तरह के विचार सुबह-सुबह मन में लाने से आपके अंदर की भावनात्मक कमजोरियाँ धीरे-धीरे खत्म होती जायेंगी और आप मजबूत बनते जायेंगे।

जो सदा श्रीमत पर चल मनमत-परमत के अधीन नहीं, वो ही सदा सुखी हैं



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

ड्रामा अनुसार हरेक का पार्ट अपना-अपना है, परन्तु यह न्यारा और प्यारा अनुभव सभी ने किया होगा! मेरे ख्याल में सबकी वीकनेस चली गई होगी। कोई को अपना थोड़ा-सा स्वभाव सन्तुष्ट रहने नहीं देता है या मेरे संग में सब सन्तुष्ट रहें यह विकनेस कोई-कोई आत्माओं में होंगी, वो खलास हो गई होगी। किसी में कोई ऐसी विकनेस है जिससे मैं कहीं मेरे में सहनशक्ति कम है, मैं नहीं सहन कर सकती हूँ, ऐसी वीकनेस चली गई है ना! साक्षी हो करके अपने को

एक बाबा की श्रीमत पर चलने वाले कितने सुखी हैं और औरों को भी सुख दे रहे हैं। उनको कभी भी दुःख का नाम निशान नहीं है, दुख-हर्ता बन गये। जहाँ सुख है वहाँ शान्ति और प्रेम है।

देखो, सभी एक समान नहीं हो सकते हैं, यह मैं जानती हूँ। हरेक का पार्ट अपना है, परन्तु बाबा का बनने से बहुत सुख मिला है, बहुत कुछ सीखा है वह मुख से वर्णन नहीं कर सकते हैं, लेकिन वो जो अनुभव है वह सेवा करा रहा है। अभी हम सबका एक ही बाप है, सारे कल्प में ऐसे नहीं होगा। हम सबका एक ही बाप हो, माँ भी वही, बाप भी वही, टीचर भी वही, सखा भी वही, फिर सतगुरु भी वही, इसलिए श्रीमत सिर माथे पर है। मनमत-परमत के अधीन नहीं हूँ। एक बाबा की श्रीमत पर चलने वाले कितने सुखी हैं और औरों को भी सुख दे रहे हैं। उनको कभी भी दुःख का नाम निशान नहीं है, दुख-हर्ता बन गये। जहाँ सुख है

वहाँ शान्ति और प्रेम है। जहाँ प्रेम है वहाँ सच्चाई है। ऊपर-ऊपर नहीं, अन्दर से है। जी चाहता है ऐसा वायब्रेशन, वायुमण्डल बने, जहाँ हम आत्मा हाज़िर हैं, वहाँ बाबा मेरा साथी है और साक्षी हो करके पार्ट प्ले करने का वरदान मिला हुआ है। सतयुग में जीवनमुक्ति नेचुरल होगी, पर अभी मनमत-परमत से मुक्ति है और श्रीमत से जीवनमुक्ति है, यह वर्सा मिला है। यह जो संगमयुग का टाइम है, इसकी बहुत वैल्यु है। बाबा हमारे साथ है, तो साथ का जो सहयोग है औरों को मिलता है। गायन है अतीन्द्रिय सुख पूछना हो तो गोप-गोपियों से पूछो, यह नहीं कहते ब्रह्माकुमारियों से पूछो। गोप-गोपी को अतीन्द्रिय सुख का अनुभव होता है क्योंकि इन्द्रियों के वश नहीं है। यह जो कर्मेन्द्रियाँ हैं - कान, आँख, नाक, मुख यह कभी उदासी का अनुभव न करें। मुझे याद है बाबा ने जब बाँबे में सेवा शुरू कराई तो 3 बन्दरों के ऊपर बहुत अच्छी-अच्छी मुरलियाँ चलाता था। अभी थीं नो इविल, यह भी चौथा होना चाहिए। तो बाबा के संग से देखो, हमारा सोचना ही बदल गया। तो सच्चा पुरुषार्थ वो है जो बोलना कम, पर भावना की ऐसी सेवा है जो हर एक वन्दर खाए।

श्रीमत पर ट्रस्टी बनकर चलने वाले ही बेफिक्र बादशाह हैं

बाबा की श्रीमत पर ट्रस्टी बन चलते रहो तो सदा बेफिक्र बादशाह की तरह रहेंगे। तो जो बाबा के पक्के ट्रस्टी बच्चे हैं उन्हें के लिए गैरन्टी है, कभी भी बाबा का बच्चा भूख नहीं मर सकता है।

बाबा ही हमारा संसार है, संसार में सम्बन्ध होते हैं, पदार्थ होते हैं, उसमें सिर्फ प्रेम व खुशी चाहिए। तो हमारा यह भाग्य है जो एक ही बाबा में सबकुछ मिला है। बाप भी एक ही है, शिक्षक भी एक ही है और सतगुरु भी एक ही है क्योंकि जीवन में यह तीन सम्बन्ध जरूर होते हैं। वो तो अलग-अलग होते हैं और हमारे लिए एक में तीनों ही सम्बन्ध हैं। जो भी बनाओ, क्योंकि एक ही परमात्मा के लिए कहते हैं - सबकुछ है। बन्धु भी है, सखा भी है, जो बनाओ वो बन जाता है, ऐसा बाबा हमको मिला है। बच्चे के रूप में भी बाबा को देख सकते हैं। जिस सम्बन्ध से आपको प्यार हो उसी सम्बन्ध से एक निराकार बाबा को देख सकते हैं। तो और संसार में रहा क्या?



दादी हृदयमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

जब यह निश्चय कर लेते हैं कि बाबा ही हमारा संसार है तो और कोई चीज रही नहीं। अगर आप प्रवृत्ति में भी रहे हुए हैं तो बाबा के डायरेक्शन से रहे हुए हैं, तो आप कभी भी प्रवृत्ति में रहते, प्रवृत्ति के वश नहीं होंगे क्योंकि बाबा के डायरेक्शन से रहे हुए हैं। तो हमको खिलाने वाला बाबा है, चाहे अपना धन्या करते हो, नौकरी करते हो, उससे पैसा आता है प्रवृत्ति के वश नहीं होंगे क्योंकि बाबा ने दिलाने वाला कौन? अगर हम अपने को ट्रस्टी समझते हैं तो बहुत मौज में रहेंगे, क्योंकि जिम्मेवार बाबा है, जिसने ट्रस्टी बनाया है। बाबा की श्रीमत पर ट्रस्टी बन चलते रहो तो सदा

बेफिक्र बादशाह की तरह रहेंगे। तो जो बाबा के पक्के ट्रस्टी बच्चे हैं उन्हें के लिए गैरन्टी है, कभी भी बाबा का बच्चा भूख नहीं मर सकता है। वो भूखा हो ही नहीं सकता है, अन्त तक दाल-रोटी जरूर मिलेगी। उसके लिए बाबा बंधा हुआ है। नाम भल प्रवृत्ति है लेकिन रहना है पर-वृत्ति में माना न्यारा और प्यारा होके रहना है। ट्रस्टी माना जिम्मेवार दूसरा है। यह मानकर चल रहे हैं तो बाबा की गैरन्टी है। अभी एक जन्म बाबा के बने तो 21 जन्म के लिए भगवान की गैरन्टी है कि आपको कभी दुःख, अशान्ति का नामनिशान ही नहीं आयेगा, इतनी गैरन्टी कोई दे सकता है? बच्चा माना बाप के सिवाए और कुछ नहीं। उसका आधार

है श्रीमत। श्रीमत कितनी अच्छी है, सवरे उठने से लेकर रात को सोने तक श्रीमत हर कदम की मिली हुई है। एक है सोचना - यह करूँ या न करूँ, ऐसे करूँ या वैसे करूँ, ये तो बाबा कहता है कदम पर कदम रखो, श्रीमत दे दी है, कदम बनाके दे दिया है, सुबह को ऐसे उठो, रात को ऐसे सोओ, दिन में ऐसे कामकाज करो, इस तरह से रास्ता बनाके दिया है, उस पर सिर्फ चलना है, बस। सोचना नहीं है। रास्ता ठीक है या नहीं, मंजिल पर पहुँचूँगा या नहीं पहुँचूँगा, रास्ता ठीक है तब तो ब्रह्माबाबा मंजिल पर पहुँच गये ना। तो बस उसी के पाँव पर पाँव रखो। यानि जो बाबा ने किया है वो करो, बस।

फरिश्ता स्थिति का अनुभव करना है तो पुराने संस्कारों के किचड़े को समाप्त करो



दादी प्रकाशनि, पूर्व मुख्य प्रशासिका

फरिश्ता स्थिति अथवा अन्तःवाहन स्थिति का अनुभव करना है। अनुभवीमूर्त बनना है। इसी पर रोज़ भिन्न - भिन्न प्वाइंट्स की क्लासेज चलती हैं क्योंकि जब फरिश्ता बनना है तो सर्व किचड़ा समाप्त करना है। किचड़ा है हमारे पुराने संस्कारों का। संस्कार परिवर्तन की सहज युक्ति क्या है? ऐसी सहज युक्ति हो जो सहज ही अपने को परिवर्तन कर सकें। कई कहते हैं संस्कार परिवर्तन बड़ा मुश्किल है। लेकिन हम सबका, इस अलौकिक जन्म का पहले ही दिन से ही फाउन्डेशन है परिवर्तन। तो पहले अपनी ऊँची फरिश्ता स्थिति पर खड़े होकर पूछो कि क्या फरिश्ता कहेगा कि यह मेरे कड़े संस्कार हैं। कभी फरिश्ता ऐसे

कहेगा कि ये किचड़ा मेरे में है। जब फरिश्ता स्थिति में यह जवाब नहीं मिलता तो यह फरिश्ता स्थिति दूसरों का गायन है या यह हमारी ही अन्तिम स्थिति का वर्णन है? वह फरिश्ता आत्मायें हम हैं, हमारा ही रूप है, हमें ही होना है या और किसी को? बाबा ने यह स्मृति दिलाई तुम थे और तुम्हें ही बनना है। ऐसे ही अगर सवाल उठता संस्कार परिवर्तन का, तो पहले हम यह सवाल पूछती कि जब बाबा के पास आये तो यह ज्ञान था क्या? कि हम आत्मा हैं और हम आत्मा का यह परमात्मा बाप है। यह हमारा अन्तिम जन्म है। हम आत्मायें अब ब्राह्मण सो देवता पार्ट बजाने वाली हैं और हमें अब वाया सूक्ष्मवतन घर जाना है यह लेसन तो सबको पक्का है ना? यह पहले जानते थे क्या? बाबा रोज़ अमृतवेले यही पाठ पढ़ाता कि स्वयं को आत्मा स्थिति में स्थित करो और सबको आत्मा रूप में देखो तथा बाप को याद करो। यही सिम्पल लेसन रोज़ का मंत्र है। मनुष्य राम-राम का मंत्र

जपते हैं और हम यह मंत्र जपते। हमारा मंत्र जपने तक नहीं है लेकिन हमारा वह स्वरूप है तो यही पहला लेसन हमारी बुद्धि को परिवर्तन करता। बाबा हमें कितना मीठा पाठ पढ़ाते-हे मीठी-मीठी आत्मायें, मैं परमात्मा तुम लेसन कोई भी देहधारी नहीं पढ़ा सकता। कितनी लवली लाइन हम

नहीं, तुम आत्मा हो? तुम ब्रह्माकुमार-कुमारी हो। तुम्हारा स्वधर्म शान्त है। तुम सबका एक घर है, एक बाप है, एक धर्म है, एक कुल है, एक परिवार है। यहाँ धर्म भेद, भाषा भेद, जाति भेद नहीं है क्योंकि हम सब आत्मायें एक बाप के बच्चे हैं। बाबा ने सहज प्रैक्टिस कराई कि तुम दो नहीं, तेरी दो बहनें नहीं, तेरे दो

हम सब खुदाई खितमतगार हैं। हमारी सेवा भी एक है, प्रवृत्ति भी एक है इसलिए हमें न कोई 10 धन्य हैं, न 10 व्यवहार हैं, न 10 दुकान हैं, हम सब जो भी ब्राह्मण हैं, सारा भारत व सारा विश्व, हम सब एक हैं।

रोज़ सुनते हैं कि मैं निराकार बिन्दु हूँ - जो परम हूँ, मैं तुम आत्माओं को पढ़ाता हूँ। मैं परमात्मा इन आँखों से देखा नहीं जाता। तो यह पहला लेसन ही बुद्धि को परिवर्तन कर देता है। यही फर्स्ट सो लास्ट परिवर्तन करने का आधार है। जो कहते मेरे संस्कार परिवर्तन नहीं होते उनसे मैं पूछती तुमने यह पहला पाठ पढ़ा कि तुम फलाने माँ-बाप की, फलाने कुल की

भाई नहीं। हमें तो बाबा ने पहले दिन से ही अकेला बना दिया है। खुद की सब गृहस्थी खत्म कर दी। हम सब खुदाई खितमतगार हैं। हमारी सेवा भी एक है, प्रवृत्ति भी एक है इसलिए हमें न कोई 10 धन्य हैं, न 10 व्यवहार हैं, न 10 दुकान हैं, हम सब जो भी ब्राह्मण हैं, सारा भारत व सारा विश्व, हम सब एक हैं। बाबा ने दूसरी अंगुली उठाने ही नहीं दिया।