OM-2- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 25/03/2021 6:18 PM Page 9

अब छोड़ो व्यर्थ बातें सुनने और दूसरों के दुर्गुण देखने की आदत

- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

जो बदलना चाहें, उनके लिए कल्याणकारी प्रभु ने अनेक विधियां, युक्तियां अथवा उपाय बताये हैं जिनसे उनकी आत्मा में घुसे हुए संस्कार बाहर निकल जायें और उनका पीछा छोड़ दें। उन सबका तो यहाँ उल्लेख करना सम्भव नहीं है परन्तु एक ऐसी बात को यहाँ हम लिपिबद्ध करना चाहेंगे जो कि किसी अंश में हमारी दृष्टि-वृत्ति को विकृत होने से बचा सकती है। वो यह है कि कई बार हम किसी व्यक्ति से किसी दूसरे की निन्दा सुनकर, चुगली सुनकर, शिकायत सुनकर, अफवाह सुनकर उसे तुरन्त मान जाते हैं और यह सोचने लगते हैं, "अच्छा, वो व्यक्ति ऐसा निकृष्ट है! हमने तो उसके विषय में कभी ऐसा सोचा ही नहीं था"। हम उस बात की जांच नहीं करते बल्कि यह देखकर कि कहने वाला व्यक्ति हमारा घनिष्ठ मित्र है, विश्वास पात्र है, हमारे निकटतम है, हम उस बात को दूसरे व्यक्ति की अनुपस्थिति में मान जाते हैं। गोया हम उसकी पीठ में छूरी घोंपते हैं। चाहे वो व्यक्ति निर्दोष ही हो, हम दूसरे के कहने में आकर मन ही मन उससे घृणा करने लगते हैं। जिसे हम अच्छा समझते थे, उसे अब घटिया मानने लगते हैं और कई बार तो दूसरों को कहने लगते हैं कि "अरे, तुम्हें मालूम है कि उस व्यक्ति का तो फलां से लगाव-झुकाव है, वो झूठा है, ठग है, बेईमान है, वो केवल बाहर का दिखावा दिखाता है और वाचाल(बोलने में होशियार) है, बाकी उसमें ज्ञान-ध्यान कुछ नहीं है। तुम आगे के लिए उससे बोलना छोड़ दो; उसका संग खराब है। मनुष्य कमर के साथ भारी पत्थर बांधकर पानी में उतरेगा तो डूबेगा ही। उसके संग वाले का भी ऐसा ही परिणाम होगा। सुना, तुम बचकर रहना।" जब ऐसी दृष्टि-वृत्ति हो जाये तो मनुष्य की अपनी बुद्धि मारी जाती है क्योंकि वो स्वयं अपनी बुद्धि में

कंकड़-पत्थर इकट्ठे करने लगता है गोया अपनी ही डूबने की तैयारी करने लगता है। अपने को ज़िन्दा जलाने के लिए अपनी चिता की लकड़ियां स्वयं चुनकर लाता है और उनकी सेज बनाता है। अपनी हत्या के लिए अग्नि स्वयं अपने हाथ से जगाता है। उसे किसी करनीघोर ब्राह्मण की आवश्यकता ही नहीं। श्मशान पर जलाने की रस्म करने वाले जो पंडित होते हैं, उनकी भी उसे आवश्यकता नहीं। वो बिना मंत्र और रस्म के मर जाता है। किसी को उसका जनाजा उठाने की ज़रूरत नहीं क्योंकि वह तो अपने आप ही चिता पर लेट जाता है। हाय-हाय, हम अपने जीवन से यह क्या करते हैं! जैसे कोई चन्दन को जलाकर कोयला बना ले, वैसे ही हम अपने जीवन को भस्म कर देते हैं। अब छोड़ो दुश्मनी को, उसके लिए छोड़ो नफरत को, नफरत को छोड़ने के लिए छोड़ो दूसरों की व्यर्थ बातें सुनने को और दूसरों के दुर्गुण देखने की आदत को। अगर यह एक बात भी हम पक्की कर लें तो भी हम उस रास्ते पर चल पड़ेंगे और खुशी, आनन्द तथा मित्रभाव के झूले में झूलते रहेंगे। दृष्टि और वृत्ति को न बदला तो कृति नहीं बदलेगी। अगर कृति न बदली तो विकर्मों का बोझ बढ़ता जायेगा और पाप का घड़ा भरता जायेगा तथा जीवन दलदल में धंसता जायेगा। स्मृति-भ्रंश हो जायेगी और जिसकी स्मृति ही भ्रंश हो जाये, तो गीता के महावाक्य हैं कि उसकी केवल लुटिया ही नहीं डूबती, उसका तो सर्वनाश हो जाता है।

! यह जीवन है !

हर इंसान अपनी एक सांसारिक इमेज के एहसास के साथ कर्म व्यवहार करता है, अर्थात् स्त्री-पुरुष, पद-पोजिशन, नाम-मान-शान, और जब तक हम इस भान में रह कर व्यवहार में आएंगे, निश्चित है कि हम एक घुटन या बंधन में ही जीवन व्यतीत कर देंगे, और अहंकार की झलक सदा छलकाते रहेंगे।

इस अहंकार के एहसास से हम खुद भी अनभिज्ञ रहेंगे, अतः अगर हमें सच्ची स्वतंत्रता का अनुभव सदा करते रहना है, तो हमें खुद को इस पृथ्वी रूपी रंग मंच पर एक अनिश्चित कालीन पार्टधारी, उस ईश्वर के द्वारा भेजा गया एक इंसान(कलाकार) मात्र समझ कर कर्म व्यवहार में आना होगा।

बस एक एक्सपेरिमेंट करके देखिए

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

कई बार क्या होता है हमारे जीवन में बहुत-सी ऐसी चीज़ें होती हैं जो हमें आगे बढ़ने से रोकती हैं। हमारा एनर्जी लेवल नीचे ले आती हैं। तो क्या होता है हमारी अंगुली जल्दी ही बाहर किसी पर चली जाती है। लेकिन हमें क्या करना चाहिए? हमें पहले अपनी चेकिंग करनी चाहिए कि कौन-सी इमोशन है जो मेरे एनर्जी फील्ड को थोड़ा-सा नीचे ले आती है। और कौन-सी फीलिंग्स हैं जो मेरे एनर्जी लेवल को ऊपर लेकर जायेगी। फियर(डर), अगर हमें किसी बात का फियर होगा तो वो हमारे एनर्जी लेवल को नीचे ले आयेगा। लेकिन जब हमारे कर्म सही होंगे,ये अपने ऊपर विश्वास रखना है कि मेरा कर्म सही है। हर रोज़ अपने आपको एक ब्लेसिंग(आशीर्वाद) देनी है, मेरा हर कर्म सही है। मेरी इंटेंशन प्योर है। मेरे साथ कभी कुछ गलत हो ही नहीं सकता। ये थोड़े दिन के लिए रोज़ बोलिएगा।

कई बार जब हम ऐसे प्रोग्राम्स में बैठे होते हैं तो किसी का फोन बज जाता है। फोन साइलेंट करना तो बहुत इज़ी है ना! लेकिन मैंने देखा है कि वो नर्वस हो जाते हैं। उनको पता ही नहीं चल रहा होता कि फोन को साइलेंट कैसे करना है। फिर हम दूसरों को देते हैं कि फोन साइलेंट कर दीजिए मुझसे हो नहीं रहा, क्यों? क्योंकि उस वक्त अन्दर में एक डर पैदा हो जाता है। जो सिम्पल चीज़ को भी मुश्किल कर देता है।

फियर, हीलर के एनर्जी फील्ड में हो ही नहीं सकता। फियर की बजाय क्या होना चाहिए, फेथ(विश्वास)। पहले हमें खुद में विश्वास होना चाहिए। सेकंड, फेथ रखिए सामने वाले के अन्दर कि जब मैं आपको अपनी 100प्रतिशत प्योरिटी दे रही हूँ, आपके यहाँ से भी प्योरिटी ही आनी है। फिर भी अगर लॉजिकल माइंड(तर्क संगत दिमाग) कहे कि कभी न कभी, कोई न कोई तो कुछ ऐसा कर ही देता है। उस दिन अपने आपसे कहना कि मैंने हमेशा से सही कर्म किए हैं, और लाखों की दुआएं कमाई हैं। कोई छोटा-मोटा विघ्न आ भी गया तो ऐसे ही खत्म हो जायेगा। जो दुआएं कमाते हैं ना उनके जीवन में कोई विघ्न आ भी गया किसी दिन तो इतना दुआओं का स्टॉक कब काम आने वाला है! लेकिन डर क्रियेट करके खुद अपने ऊपर भी डाउट करते हैं और सामने वाले पर भी डाउट करते हैं। तो हमें उस फियर को फेथ में रिप्लेस कर देना है। ऐसे हर रोज़ राइट थॉट क्रियेट करके, क्या थॉट क्रियेट करने हैं- मेरा हर कर्म सही है, मेरी इंटेंशन प्योरेस्ट है। मेरे साथ कभी कुछ गलत हो ही नहीं सकता।

एक चीज़ याद रखनी है, लॉ ऑफ एनर्जी(ऊर्जा का नियम)। जो हम सोचेंगे, जो गाड़ी फास्ट चलाते हैं उनके इतने एक्सीडेंट नहीं होते, लेकिन जो सोचते हैं कि मेरा एक्सीडेंट न हो जाये उनके ज़्यादा एक्सीडेंट होते हैं। क्योंकि हम ऐसे वायब्रेशन छोड़ते हैं हो न जाये, हो न जाये, हो न जाये। सिम्पल, एक दिन एक्सपेरिमेंट करके देखें, मान लिजिए आप किसी पार्टी में जा रहे हैं पर जाने से पहले आपकी ड्रेस पर कोई दाग लग जाये, और बार-बार उसके बारे में सोचते रहें कि अरे दाग लग गया, दाग लग गया, और इसी सोच के साथ पार्टी में जायेंगे कि मेरा दाग कोई न देख ले। फिर उसको छिपाते रहेंगे कि दाग दिख न जाये। फिर कोई देखता है ऐसे करते हुए तो कोई पूछ लेता कि क्या हुआ, कुछ गिरा? तो यहाँ क्या हुआ? हमने फियर क्रियेट किया, और दूसरों ने कैच कर लिया।

हम फेथ क्रियेट करेंगे तो फेथ कैच करेंगे। यह मेरी च्वाइस है कि सामने वाले को क्या भेजना है, फेथ या फियर। जब एनर्जी प्योर होगी तो अगर सामने वाले के साथ कभी कुछ गलत हो भी जाता है ना, तो सामने वाला कहेगा कि डॉक्टर साहब मुझे पता है कि आपने अपना बेस्ट किया था। मेरा भाग्य था ये, ये क्या है विश्वास। तो उसको भी आपके अन्दर विश्वास आयेगा कि आपने अपना बेस्ट दिया था, आपने जानबूझकर कोई गलती नहीं की थी, ये विश्वास कैसे आयेगा उसके अन्दर, जब हमारे यहाँ से वायब्रेशन जायेगा कि मेरा हर कर्म सही है। मेरी इंटेंशन प्योरेस्ट है। तो इसीलिए मुझे अपने विचारों पर और वायब्रेशन्स पर ध्यान देना है।

जयपुर-सोडाला। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. सुशीला सैनी, डॉ. शशि शर्मा, माधुरी शर्मा,जिला अध्यक्ष,मानव अधिकार रक्षा संगठन,जयपुर, ब्र.कु. राखी बहन, ब्र.कु. स्नेह दीदी तथा रेखा राठौर,पार्षद एवं जयपुर जिला मंत्री।

महू-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. शोभा जैन,प्रभारी प्राचार्य महू कॉलेज एवं अध्यक्ष इनर व्हील क्लब महू, डॉ. वंदना जायसवाल,प्रोफेसर,आर्ट्स एंड कॉमर्स कॉलेज महू, गीता लखवानी,एडवोकेट एवं समाजसेवी, निर्मला यादव,अध्यक्ष,वामा क्लब महू, ब्र.कु. प्रीति,धामनोद सेवाकेन्द्र संचालिका, ब्र.कु. पुनीता,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका तथा ब्र.कु. जया।

मुम्बई-मलाड। नेशनल ह्युमन राइट्स एंड सोशल जस्टिस कमीशन द्वारा अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में मुख्य अतिथि के रूप में आमंत्रित कर राजयोगिनी ब्र.कु. कुंती दीदी,स्थानीय संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़ को 'महिला समाज रत्न सम्मान 2021' अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। इस अवसर पर उपस्थित रहे डॉ. मेहताब राय,एन.एच.आर.जे.एस.सी. नेशनल प्रेसीडेंट, एम.आई. पटेल,सेंट्रल एडवाइज़र दिल्ली, श्रीमति मंजू गौतम,इंटरनेशनल फिल्म प्रोड्यूसर, डॉ.अर्चना देशमुख,सोशल वर्कर, श्रीमति पवन पेठे,पुलिस इंस्पेक्टर,स्पेशल ब्रांच सी.आई.डी. तथा अन्य।