OM-7- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 09/06/2021 10:08 AM Page 9

शुद्ध हृदय • ईश्वर उसी हृदय में बसता है जहाँ सम्पूर्ण पवित्रता की खुशबू होती है

अपने हृदय को ईश्वर का घर बनाने के लिए...

आज के विषय को एक कहानी के माध्यम से समझते हैं। शिष्यगण गुरू जी के उपदेश सुनने के लिए उत्सुक थे। गुरू जी समय पर आये और कहा "आज का समय पूरा हुआ कल मिलेंगे"। शिष्यों को आश्चर्य हुआ। वे मन ही मन विचार करने लगे कि गुरू जी आज मूड में नहीं होंगे, हमको निराश किया। दूसरे दिन

शिष्य फिर उपदेश सुनने लिए के लिए उपस्थित हो गये। गुरू जी आये और कहा- "आप सब अपने घर जाइये। और मन में विचार करना कि आज भी आपको बोध नहीं दिया; उसका कारण क्या?

शिष्य निराश होकर विदा हुए। मन ही मन में गुरू जी को कोसने लगे कि गुरू बहाना खोर है। हमें उनसे ज्ञान नहीं लेना है।

तीसरे दिन गुरू जी कुछ शिष्यों के साथ, एक शिष्य के घर गये। शिष्य घर के ऊपर में खण्ड में बैठकर गुरू जी की निंदा कर रहे थे, और खुद का सद्गुरू मिले, ऐसी भगवान समक्ष प्रार्थना कर रहे थे।

गुरू दूसरे, तीसरे और चौथे शिष्य के पास गये। सभी शिष्य एकांत में बैठकर गुरू की निंदा कर रहे थे।

एक सप्ताह के बाद गुरू ने शिष्यों के गाँवों में उपदेश सभा रखी। गुरू उपदेश में कह रहे थे कि ज़िंदगी स्वयं ही तुम्हारा गुरू है। घटना को राग-द्वेष से देखने की बजाय अनासक्ति से मूल्य दें, तो दूसरे की दोष-दृष्टि अपने-आप ही दूर हो जायेगी। मन को निगेटिव देखने की तालिम देंगे तो वो निगेटिव ही देखेगा। यानी बुद्धि की शुद्धि पहले, फिर बाद में धर्म की बात। मैंने मेरे शिष्यों की बुद्धि-शुद्धि की परीक्षा करने के लिए उनको उपदेश दिये बिना ही घर वापिस भेज दिया था। उसके पीछे मेरा आशय उन्हें संयम और सहिष्णुता का पाठ सिखाना था। मनुष्य अपने जूठे कार्य को गुनहगार की दृष्टि से देखने के बजाये स्वयं न्यायाधीश की दृष्टि से देखते हैं। और मन उसके, अपने रूचिपूर्वक जजमेन्ट देता है। इसलिए मनुष्य खुश हो जाता है।

पूजा-प्रार्थना-कर्मकांड ये सब साधन हैं। ये प्राप्ति करने का माध्यम नहीं। बुद्धि अपने आप शुद्ध नहीं होती। उसे स्वच्छ-साफ करना होता है। भीतर से श्रेष्ठ बनाने का विचार करेंगे तब ही बाह्य आवरण श्रेष्ठ बनेगा। धर्मशील बनने के पहले कर्मशील बनना ज़रूरी है। कोई भी व्यक्ति आपके आचरण को न पसंद करे, तब उसका टीका करने के बदले सकारात्मक दृष्टि से ऐसे विचार करें कि मुझ में ऐसी कौन-सी कमी थी जिसके कारण उस व्यक्ति को मेरे विरूद्ध विचार करना पड़ा।

आत्म दर्शन के बिना शक्ति-साधना केवल स्वयं को तुष्ट करने का बाह्य प्रयत्न है। जीवन एक दर्पण है। आप जैसे हैं वैसा दिखाना है। परंतु मनुष्य सुंदर बनने के बदले सुंदर दिखाई देने को पसंद करता है। इसलिए मेकअप करे-कराये खुद सुंदर है, ऐसे अभिमान को पोषता है।

मनुष्य ने अपने स्वार्थ के खातिर पूरे जग को अस्वस्थ स्पर्धा का अखाड़ा बना दिया है। मनुष्य संग्रह में सुख मानता है इसलिए उनका मन संकीर्ण होता जाता है। जो कोरोना काल में खुद को इन्फेक्शन की परवाह किये बिना मृत देह को भूल, अग्नि संस्कार के लिए सदा तत्पर रहकर मानवतापूर्ण कार्य कर रहे हैं, उसका पुण्य अवश्य ही परमात्मा के खाते में दर्ज होता है। सच्ची सेवा आत्म उन्नति में है। हज़ारों ग्रंथ पढ़ना या धार्मिक कथाओं को श्रवण करने से भी ज़्यादा पुण्यदायक है विवेक को जागृत करना, यही सच्चा तप है।

मानव जीवन स्वार्थ के खातिर आत्मरक्षा और आत्मतुष्टि को सर्वस्व मानता है। तभी तो उसका मन परोपकार, दया, अहिंसा जैसे सद्गुणों को ताक पर रखकर अंधियारी गलियों से भटकने लगता है। खुद को खुश रखने में ही जीवन का परम उद्देश्य मानता है। ये जानते हुए भी कि स्वार्थ सदा सिद्ध होगा उनका कोई भरोसा नहीं कर सकते। इसलिए मनुष्य को जैसे-जैसे स्वार्थ सिद्ध नहीं होने का भय सताता है, वैसे-वैसे तनाव या मनसिक तनाव उत्पन्न करता है।

ईश्वर को अपने हृदय में बसाना है। तो ज़रा सोचिए! वे कितने महान हैं, दिव्यता के सागर हैं। सर्वशक्तिवान हैं, पवित्रता के सागर हैं तो उसे हृदय में बसाने के लिए, हृदय कितना शुद्ध, पवित्र होना चाहिए! बुद्धि को कितना न पवित्र बनाना चाहिए। ईश्वर उसी के घर में बसता है जहाँ सम्पूर्ण पवित्रता की खुशबू होती है।

अब हमें अपने शुद्ध हृदय को प्रभुमय बनाने के लिए क्या-क्या बातें ध्यान रखने योग्य हैं :-

1. निद्राहीन बनने का हमारा अधिकार, लेकिन निंदाहीन बनने का रिचक मात्र भी नहीं।
2. बाह्यता से धर्मात्मा नहीं, लेकिन अंदर से खानदान और उदारता बरतें।
3. प्रत्येक कार्य को कमाने का साधन नहीं, परमात्मा का कार्य समझ, समर्पण भाव से उस कार्य को श्रेष्ठ बनायें।
4. धर्म यानी सदाचार, प्रेम, सेवा, सहिष्णुता, और अहंकार मूलतः- इन बातों को अपने जीवन आचरण का मंत्र बनायें।
5. शब्द या वाणी, ये परमात्मा का वरदान है, इसलिए प्रत्येक शब्द ईर्ष्या, द्वेष, लोभ, स्वार्थ से अलिप्त रखकर पवित्र भाव से उच्चारें।
6. पवित्र चरित्र को ही आपके जीवन का सच्चा आभूषण मानें।
7. बार-बार पवित्रता, शांति के गुणों से अपने आपको श्रृगांरित रखो।

! यह जीवन है !

जिस कार्य से अपना और दूसरों का अहित हो, वह पाप है और जिस कार्य से सभी का हित हो, वह पुण्य है। जब तक दूसरों का भला नहीं करेंगे तब तक स्वयं का भला भी नहीं हो सकता और जिससे दूसरों का हित होता है उससे अपना अहित कभी नहीं होगा। जानबूझकर दूसरों का बुरा करने की इच्छा से किया गया कर्म पाप है।

पैर में चुभे कांटे को कांटे से ही निकाला जाता है, लेकिन दोनों में फर्क यह है कि एक कांटा दर्द देता है और दूसरा दर्द से मुक्ति दिलाता है। हमें यह तय करना है कि हमें दूसरों को पीड़ा देने वाला कर्म करना है या राहत देने वाला।

बाल्को-छ.ग.। विश्व पर्यावरण दिवस पर ब्र.कु. बिन्दु बहन द्वारा सोशल अवेयरनेस के उद्देश्य से आयोजित ऑनलाइन वेबिनार में जुड़े ज्ञान मानसरोवर एकेडमी के डायरेक्टर ब्र.कु. भारत भूषण तथा ब्र.कु. विद्या। कार्यक्रम के पश्चात् पौधारोपण करते हुए वन मंडल के एस.डी.ओ. कुजूर रेंज ऑफिसर पात्रे व केसरिया हिन्दु परिषद। साथ हैं ब्रह्माकुमारी बहनें तथा अन्य।

टोहाना-हरियाणा। कोरोना के समय ब्रह्माकुमारी बहनों ने अलग-अलग गांवों में जाकर निःशुल्क ऑक्सीमीटर बांटे।

संगारेड्डी-तेलंगाना(आन्ध्र प्रदेश)। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा ब्र.कु. सुमंगला दीदी के नेतृत्व में लॉकडाउन के दौरान जिला अधिकारीगण के माध्यम से कोविड पेशेन्ट्स को शुद्ध भोजन वितरण किया।