ऐसे बनता भाग्य

- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

एक है त्याग, दूसरा है त्याग वृत्ति। इसमें भी थोड़ा अन्तर है। कई बार हम ऐसी लहर में होते हैं, योग अभ्यास करते हैं उसके बाद स्थिति अच्छी रहती है। बाबा किसी विशेष बात का त्याग करने के लिये कहते हैं तो हम कर देते हैं। हम ये शरीर नहीं, आत्मा हैं। हम क्षेत्र नहीं, क्षेत्रज्ञ हैं– इन बातों को हम भली-भांति समझने के बाद पुरुषार्थ शुरु कर देते हैं। बाबा हमेशा कहते हैं- त्याग से भाग्य बनता है। आमतौर पर लोग कहते हैं कि कर्म से भाग्य बनता है।

कोई व्यक्ति लक्की है तो हम कहते हैं कि इसके पूर्व कर्म अच्छे हैं। यह तो ठीक है- कर्मों की गति हमें बताई जाती है, लेकिन एक मुरली में बाबा ने कहा था कि जो संकल्प, मन, वचन, कर्म और स्वप्न में भी न हो और वह हमें प्राप्त हो जाये, उसको भाग्य कहते हैं। हमने कोई कर्म किया, उसका फल हमें मिला, वह कर्म का फल है। ऐसे तो भाग्य भी कर्म का ही फल है। त्याग भी एक कर्म ही है। विशेष प्रकार के त्याग को भी हम कर्म कहते हैं। लेकिन फिर बाबा यह ख़ासतौर पर क्यों कहते हैं कि त्याग से भाग्य बनता है? अवश्य ही त्याग भी बाकी सब कर्मों से अलग एक विशेष प्रकार का कर्म है, जिससे विशेष भाग्य बनता है। कई बार हम देखते हैं कि कोई व्यक्ति ज़्यादा मेहनत तो करता नहीं, लेकिन फिर भी वो आगे बढ़ता है, उसकी उन्नति होती जाती है और उसको चान्सेस मिलते जाते हैं, सफलता प्राप्त होती जाती है तो हम क्या कहते हैं कि यह बड़ा लक्की है, भाग्यशाली है। तो उसके पीछे कभी-न-कभी, किसी-न-किसी रूप में त्याग ज़रूर रहा होता है। हम जो कर्म करते हैं, हमारे हरेक कर्म के पीछे त्याग की भावना समाई हुई हो, कर्म को हमने त्याग का पुट दिया हुआ हो तो वही कर्म कई गुना फलदायक हो जाता है।

यह तो एक सिद्धान्त है कि जैसा बीज बोयेंगे वैसा फल काटेंगे। कर्म का फल शाश्वत है, अटल है, जिसको कर्म का सिद्धान्त कहते हैं। लेकिन जिस कर्म में त्याग की भावना होगी, दूसरे को सुख देने की भावना होगी, दातापन की क्वालिटी होगी, अपने स्वार्थ से नहीं किया गया होगा, अपने समय को, शक्ति को, धन को, शरीर को लगाकर दूसरे को सुख देने का, उसके जीवन को बनाने की भावना, शुभ भावना, शुभ कामना समाई हुई होगी, वह कर्म होगा। तो कर्म करो, पुरुषार्थ करो लेकिन कर्म के साथ त्याग वृत्ति हो। यह नहीं कि मैंने इतना कर्म किया है, मेरी कोई प्रशंसा ही नहीं करता, मैंने इतना कुछ किया है उसके लिये मुझे कोई पद ही प्राप्त नहीं होता, लोग समझते ही नहीं कि मैंने इतना कुछ आज तक किया है – यह संकल्प करने से कर्म की गति को समझते हैं कि कर्म, अकर्म, विकर्म, सुकर्म क्या है, वहाँ चलते-चलते हमारी इस समझ में कमी आ जाती है कि त्याग से भाग्य बनता है। हमारे कर्म का फल मल्टीप्लाई हो जाता है, हमारे त्याग की भावना से। त्याग एक वृत्ति विशेष का नाम है। दूसरे को सुखी देखकर सुख महसूस करना ये मनुष्य की लाइफ की क्वालिटी है। कहीं तो ऐसा होता है कि मनुष्य किसी को आगे बढ़ता हुआ देखता है तो ईर्ष्या होती है, कहीं पर ऐसा होता है कि दूसरे को आगे बढ़ता देखकर लोग उसका विरोध भी करते हैं। हमारे इंस्टीट्यूशन के इतिहास में भी यही हुआ - जब हमारी संस्था बढ़ने लगी तो लोग सोचने लगे कि ये हमारे फॉलोअर्स को अपनी संस्था में ले जा रहे हैं तो उन्होंने नुक्स ढूंढना शुरु कर दिया और प्रोपोगन्डा करना शुरु कर दिया, उनके मन में खुशी नहीं हुई हमको बढ़ता हुआ देखकर, तो यह ईर्ष्या है। लेकिन दूसरे को सुखी होता हुआ, उन्नति को प्राप्त करता हुआ देखकर मनुष्य सुखी बने, शुभ भावना, शुभ कामना उसके प्रति रखे - यह त्याग की वृत्ति है।

इस त्याग, तपस्या और सेवा का आपस में गहरा सम्बन्ध है। तो जो हम योग की भट्ठी करते हैं या सेवा करते हैं या जो कुछ पुरुषार्थ हम कर रहे हैं उसमें इस बात की चेकिंग अवश्य करनी है कि कहीं हम सुखों की ही तो रसना नहीं लेने लगे हैं? जैसे-जैसे आप आगे बढ़ेंगे, लोग आपको सेवा देंगे, सेवा के साथ आपकी भी सेवा करने लगेंगे– यह समझकर कि ये हमारे से बड़े हैं, वरिष्ठ हैं। पुराने हैं तो आपको भी अनेक प्रकार की सुविधायें प्राप्त होने लगेंगी, सुख-साधन प्राप्त होने लगेंगे। अगर उन उम्मीदों में, उनके भोग में, उनको इकट्ठा करने में चले गये तो जीवन में आलस्य और वैभव के कारण विलासी जीवन हो जायेगा, जीवन में अलबेलापन आ जायेगा फिर 'सैम्पल और सिम्पल' जीवन नहीं रहेगा, त्याग समाप्त हो जायेगा, इसकी हम चेकिंग कैसे करें? बाबा के जीवन का आदर्श हमारे सामने है। सबसे पहली प्रतिभा है बाबा के जीवन की - 'त्यागमय जीवन'। कहाँ जौहरी जीवन, जिसमें सब प्राप्त था और कहाँ उसके बाद एकदम सिम्पल जीवन। इसका मतलब यह नहीं कि हमको जानबूझ कर हठयोग करना है, लेकिन ऐसा भी नहीं कि हम ये सब सुविधायें एक के बाद एक प्राप्त करते जायें।

इसीलिए हमारा कर्म सिर्फ कर्म न हो, त्याग की भावना भी हो। बिना त्याग की भावना, हमारे कर्म सिर्फ कर्म ही रह जाते। जिससे न स्वयं को, न दूसरों को फायदा होता और न ही फ्यूचर ब्राइट बनता। तो कर्म के पीछे त्याग की भावना बनी रहे ये हमें ध्यान में रखना होगा।

योगा और....

- पेज 10 का शेष

से है। जिन्होंने अपने जीवन को परमात्मा के साथ जोड़ा उनके हर कर्म में, हर बात में परफेक्शन होगा। उसमें कोई मिलावट नहीं होगी। लेकिन यहाँ परफेक्शन के साथ योग भी हो। शारीरिक एक्सरसाइज़ भी हो और माइंड स्टेबल भी हो, घर की परिस्थिति भी ठीक हो, माहौल भी अच्छा हो।

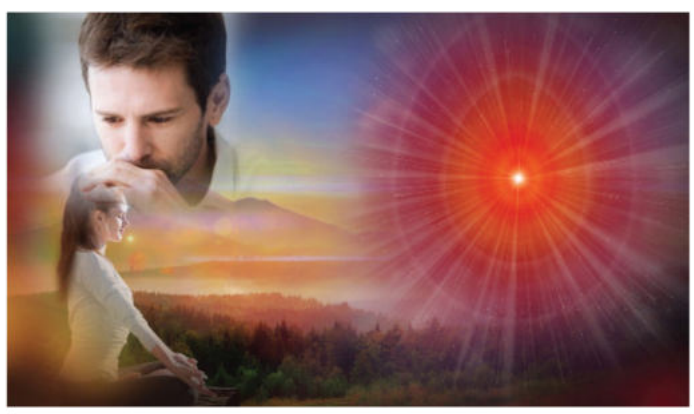
योगा तो हमें करना है लेकिन साथ-साथ मन से शक्तिशाली अगर मैं बनूँगा तो योग भी अच्छा होगा। और जो एक्सरसाइज हम करेंगे उसमें परफेक्शन आयेगी। इसलिए शरीर को सिर्फ आप कष्ट देते हैं, दौड़ते हैं, भागते हैं अलग-अलग तरह से स्ट्रेचिंग एक्सरसाइज़ करते हैं, करते रहिए इसमें आपको मना नहीं है। लेकिन इसको करने के बाद भी अगर परिवर्तन नहीं हो रहा है, चेंज नहीं आ रहा है तो इसका मतलब ये हुआ कि हमने अपने आपको उस कनेक्शन के साथ नहीं जोड़ा जैसा मुझे परिवर्तन चाहिए। तो राजयोग एक ऐसी प्रक्रिया है जो हमारे माइंड की एक-एक चीज़ को चैनेलाइज़ कर देती है, उसको एक श्रृंख्लाबद्ध कर देती है, उसके साथ जब मैं जुड़ जाता हूँ तो मेरे हर कर्म में परफेक्शन आती है। 100 योगा में राजयोग इसलिए भी कारगर है क्योंकि ये परमात्मा के आधार से होगा, किसी मनुष्य की सिखाई हुई बात नहीं है। ये परमात्मा द्वारा सिखाया गया एक्युरेट ज्ञान है। जब तक योग में हम राजयोग को शामिल नहीं करेंगे, अपनी इन्द्रियों को विन नहीं करेंगे, संयम नहीं रखेंगे, सादगी नहीं रखेंगे, एक-एक चीज़ पर काम नहीं करेंगे, तब तक जो हम योग करेंगे, योगा करेंगे उसमें हमको सफलता नहीं मिलने वाली, इस राजयोग को योगा में शामिल करिए और अपने आपको शक्तिशाली बनाइये।

समस्त समस्याओं की एक वैक्सीन... राजयोग

आज की दुनिया में जो कुछ हो रहा है, जितना हो रहा है उसमें एक परसेन्ट भी व्यक्ति आश्वस्त नहीं हो पा रहा है। आश्वस्त न होने का कारण है भय। चारों तरफ ऐसा भय व्याप्त है, वो सोचना चाहता है अच्छी सोच लेकिन सोच नहीं पाता क्योंकि भय है। भय भी किस बात का, सबसे ज़्यादा भय है तन के छूटने का, तन के बीमार होने का, तन के अस्वस्थ होने का। दूसरा भय आज आर्थिक रूप से भी बहुत है, परेशान हैं। दोनों चीज़ें आज लोगों के ज़हन में ऐसे बैठी हुई हैं, लोग चाहकर भी इससे निकल नहीं पा रहे हैं। परमात्मा का सहारा ढूंढ रहे हैं। चारों तरफ मंदिर बंद हैं, मस्जिद बंद हैं, शिवालय बंद हैं, मेडिटेशन सेंटर बंद हैं। आज वो स्थिति है कि कोई कहीं जा भी नहीं सकता। किसी से मिल भी नहीं सकता। तो कैसे करें इस समस्या का समाधान! कौन-सी ऐसी वैक्सीन लगवायें जिससे निरन्तर हम खुश रहें, हम शांत रहें और सुखी रहें। तो उसका एकमात्र समाधान जो हमें दिखाई देता है और हम जिस पर सालों से काम भी कर रहे हैं। वो है परमात्मा की एक बहुत सुन्दर वैक्सीन जो अगर हमने एक बार लगा लिया तो वो निरन्तर हमारे इम्युन सिस्टम को माना हमारे मन को इतना ज़्यादा शक्तिशाली बनाकर रखेगी कि किसी भी तरह का भय और समस्या से हम निजात पा लेंगे। कारण उसका क्या है? जब तक हमें ही गहरी समझ न हो कि हमें इस जीवन में सबकुछ करना तो है लेकिन साथ-साथ समझदारी भी बहुत ज़रूरी है।

आप अपने पिछले जीवन को देखिये पूरा जीवन आपने भाग-दौड़ में गुज़ारा है। और उस भाग-दौड़ में हम स्वयं को भूल गए कि हमारा भी, शरीर का भी कोई रूल है। तो भागमभाग की ज़िन्दगी में ये भूलना ही हमारी समस्या बनी है।

उस भूल को परमात्मा सुधार रहे हैं कि तुम्हारा शरीर एक वस्त्र है, तुमने इसको पहना हुआ है। और आत्मा जो भी सोचती है, जिस भाव से सोचती है, जैसा वो चिंतन करती है उसका सारा प्रभाव हमारे शरीर पर पड़ता है। और शरीर उसी भय के कारण, उसी स्थिति के कारण एकदम डिस्टर्ब हो जाता है। जब वो डिस्टर्ब हो जाता है तो हम कोई न कोई सहारा ढूंढते हैं। किसी दोस्त के साथ बैठेंगे, किसी रिश्तेदार से बात करेंगे, मंदिर में जायेंगे, कर्मकांड करेंगे, पूजा पाठ करना शुरु करेंगे, कब करेंगे! जब प्यास लग रही है। माना जब प्यास लग रही है तो हम कुंआ खोद के पानी पी रहे हैं। परमात्मा ने कहा कि इतने सालों तक यज्ञ-तप किया हमने, इसीलिए तो किया कि घर में सुख-शांति रहे, लेकिन आज उसका कोई समाधान ऐसा हम ले पा रहे हैं? कुछ भी हम ऐसा कर पा रहे हैं जो करना चाहिए? नहीं कर पा रहे हैं। कारण उसका क्या है कि हम सभी एकदम अपने आपको भूल चुके हैं। तो परमात्मा ने आकर के हम सभी को एक बहुत सुन्दर समाधान दिया। वो दिया अपना परिचय कि आप बहुत सुन्दर, शक्तिशाली आत्मा हैं और आत्मा अजर-अमर-अविनाशी है। सत्य है, चैतन्य है, आनन्द स्वरूप है, ऐसे परमात्मा हैं निराकार ज्योतिबिन्दु स्वरूप। वो सबका पिता है। वो पिता हम बच्चों से आह्वान कर रहा है अगर आप निरन्तर अपने मन में मेरे प्यार को बसा लें, मुझे समझ लें, मुझे अच्छी तरह से पहचान लें, मेरे साथ जीवन जीने लग जायें तो किसी भी तरह की समस्या का समाधान आप ले सकते हैं। ये वैक्सीन इतना ज़्यादा इम्युन सिस्टम हमारा बढ़ा देती है, हमारे मन की प्रतिरोधक क्षमता इतना ज़्यादा बढ़ा देती है कि हम हरेक समस्या से लड़ सकते हैं क्योंकि बीमारी हमको नहीं मारती है, बल्कि उसका भय हमको ज़्यादा मारता है।



तो इतना भयाकांत स्थिति में अगर ये वाली वैक्सीन, यानी परमात्मा के साथ जुड़ जायें, इसी को राजयोग कहा गया। और राजयोग ऐसी विधा है जिससे जीवन की हर समस्या का समाधान पाया जा सकता है। इस विधा में कुछ नहीं करना है बस खुद को समझना है, शरीर को समझना है, शरीर की स्थिति को समझना है। उसके आधार से कर्म करना है और परमात्मा के साथ जीना है। जितना हम परमात्मा को साथ लेकर जीना शुरु करेंगे ऑटोमेटिकली हमारे अन्दर वो परिवर्तन आयेगा और जो कोई भी मिलेगा इस भयाकांत स्थिति में उसको भी ये समाधान दे सकते हैं कि राजयोग में आत्मा का परमात्मा से कनेक्शन, क्योंकि आत्मा अजर, अमर, अविनाशी है हम कभी मरते नहीं हैं, लेकिन चूंकि शरीर के साथ जुड़े हैं। इतने समय से जुड़े हैं इसीलिए शरीर के छूटने का डर है। तो इस डर से निकलने का मात्र एक समाधान है राजयोग और इस वैक्सीन को आपने लगा लिया तो ये गैरन्टी है कि आप हमेशा स्वस्थ रहेंगे, स्वच्छ रहेंगे, शक्तिशाली रहेंगे और सबको बना भी देंगे।