

योग करते रहिये, परमात्मा मिलेंगे

'थक मत जाना, लगातार प्रयास करते रहना, अपनी कोशिशों को कभी विराम मत देना, 'मैं' हूँ और सही ढंग से खोजने पर मिल ही जाऊंगा। ऐसा हर धर्म के अगुआओं ने कहा है। इससे पक्का आश्वासन है कि परमात्मा है, और मिल भी जायेगा।'

जब हम इस दिशा में आगे बढ़ते हैं तो दिशा सही हो और उस लक्ष्य को पाने की बर्निंग डिजायर(तीव्र लगन) हो। साथ में स्पीड भी हो। जब हम ऐसी सोच रखते हैं तो सबसे पहले हमें जो हाथ लगेगा वो उल्टा होगा। जैसे समुद्र मंथन में अमृत से पहले विष निकला था। ईश्वर की खोज में निकलेंगे तो सबसे पहले मिलेंगे बाहर के हालात, जो अनुकूल भी हो सकते हैं और प्रतिकूल भी। उसके बाद शरीर मिलेगा, उसमें भी स्त्री-पुरुष का झंझट होगा। इससे आगे बढ़ेंगे तो मिलेगा मन यानी गंदगी का ढेर। इससे आगे आना है। आगे आत्मा से साक्षात्कार होगा और अगले कदम पर प्रतीक्षा कर रहे होंगे परमात्मा।

हम जब इस ओर कदम बढ़ाते हैं, तब सही मायने में हम ठीक होते हैं। वरना तो हम जिस तरह से जी रहे थे उसमें कोई अवरोध नहीं था, क्योंकि जिस वातावरण का प्रवाह था, उसी प्रवाह में हम भी बह रहे थे, तो मुश्किल नहीं लगती थी और जब भी हमने परमात्म-प्राप्ति की ओर आगे बढ़ने की कोशिश की तो हमें उस प्रवाह से विपरीत दिशा में जाना पड़ा और हमें मुश्किल अनुभव होने लगा।

परंतु यदि हम गौर से सोचें और समझें तो हमें लगेगा कि अब हम सही दिशा में आगे बढ़ रहे हैं।

हमें यह मुश्किल क्यों लगता है, क्योंकि हम जिन मान्यताओं में पले-बढ़े हैं और जिस वातावरण में हम जी रहे हैं उससे हटकर हमें चलना होता है। अगर इस कंडीशन को फॉलो नहीं करेंगे तो हमने जो सोचा है वहाँ तक पहुँच कैसे सकेंगे! जैसे एक स्टूडेंट जब अपना लक्ष्य लेकर पढ़ाई करता है तो कई चीजों को उसे छोड़ना पड़ता है। जैसे कि खेलकूद को नियम में बांधना, दोस्त, टीवी, मोबाइल और सोशल मीडिया से अपने आप को बचाना। और हाँ, आलस्य और बुरी आदतों को भी छोड़ना होगा, अपनी डाइट को ठीक करना होगा जिसके लिए जीभ के स्वाद को भूलना होगा। अगर हम अपने लक्ष्य के प्रति दृढ़ मन रखें, अपने लक्ष्य के प्रति दृढ़ नहीं हैं तो हम पहले ही कदम पर हालातों से घबरा जायेंगे। बहुत कम लोग आत्मा तक आते हैं और उनमें भी कम ही होंगे जो आत्मा को पार कर मुझ परमात्मा तक आ पायेंगे।

हम वास्तव में अपने लक्ष्य के प्रति गंभीर हैं, तो हम आपको एक बहुत ही सरल उपाय बताना चाहते हैं। इसमें कुछ भी छोड़ने की बात नहीं है। यहाँ तो अपने आप से जुड़ने की बात है। अपने को देखना, समझना, अपनी खूबियों को पहचानना, विशेषताओं का आंकलन करना, साथ ही साथ परमात्म-प्रदत्त शक्तियों को समझना। एक ही मात्र 'मनुष्य' प्राणी है जिसमें सही क्या और न-सही क्या, इसकी परख करने की योग्यता है, और किसी में नहीं। और ये सब करने के लिए वास्तविकता को समझना और उसपर कायम रहने के लिए लगातार प्रयास करते रहना, इसी का नाम योग है। योग हमारी थकान मिटाता है। साथ ही सही कोशिशों से हमारा उमंग-उत्साह भी बढ़ाये रखता है। इसी तकनीक को हम राजयोग भी कहते हैं, जिसमें शरीर, आत्मा और परमात्मा से रूबरू होना या मिलना होता है। यह एक ही सही तकनीक है जो हमारी थकान मिटाये परमात्मा तक पहुँचाती है। बस... करना है, तो उसी दिशा में, उसी विधि-विधान से हमें आगे बढ़ते हुए हौसला बनाये रखना है। ठीक है ना! आप करके देखिये, आप पायेंगे कि आप करने लगेंगे, तभी आपको लगेगा कि अब हम सही मायने में अपने व दूसरों के साथ न्याय कर रहे हैं।



पुखरायों-कानपुर देहात(उ.प्र.)। स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ममता बहन, ब्र.कु. अनुराग भाई व अन्य भाई-बहनों सहित सेवाकेन्द्र का कुशल समाचार लेते हुए भारत के महामहिम राष्ट्रपति रामनाथ कोविंद जी।

संस्कारों में परिवर्तन तब आयेगा जब 'मैं' और 'मेरा' जायेगा



जो निर्विकल्प है वो निष्कामी है। कभी भूल से विकल्प आया तो निष्कामी नहीं है। ऐसी सेवा में सफलता बहुत है। एक ही टाइम में कमाई भी सहज हो रही है, सफल भी हो रहा है, जमा भी हुआ पड़ा है।

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

सेवा कितनी भी हो पर पुरुषार्थ की लगन में वन परसेंट भी कमी न हो, इससे माला में आ जायेंगे। पुरुषार्थ में कभी भी दिलशिकस्त नहीं होना। लगन से पुरुषार्थ कंटिन्यू है तो खजाना जमा होता जाता है। मनमनाभव की स्थिति में रहने की प्रैक्टिस है तो न अपनी कम्प्लेंट रहती है, न उनकी कोई कम्प्लेंट करता है। अन्दर ही अन्दर संस्कारों को बदलने का पुरुषार्थ करना है। इसके लिए अलग से टाइम नहीं चाहिए। जो संकल्प काम के नहीं हैं, उनमें अपने को बिज्जी नहीं करना है। कभी अशान्त व उदास नहीं होना है। कभी उलझन में, मूँझा हुआ नहीं, तो खजाने सफल होते हैं।

मन मेरा मनमनाभव है, तो मध्याजीभव है। यही सारे ज्ञान का सार है। कम से कम मन बाबा में लगा हुआ हो। मन में शक्ति आ गई तो बुद्धि यह नहीं कह सकती कि मन भटकता है। फिर लक्ष्य सामने आया कि मुझे यह बनना ही है। बाबा बना रहा है मुझे बनना है, यह बात हमको भूले नहीं। यही आधार है हमारी लाइफ का।

मेरा बाबा बेहद का है, वर्सा भी बेहद का मिलता है। सेवा भी बेहद की है, जब बुद्धि हदों के पार बेहद में है, तो बुद्धि ठीक काम करती है। संस्कारों में परिवर्तन तब आयेगा जब 'मैं' और 'मेरा' जायेगा। नहीं तो ऐसे कड़े संस्कारों ने सारा माथा ही खराब कर दिया है। सच्चाई और प्रेम से व्यवहार में रहना मुश्किल लगता है। ब्राह्मण लाइफ में फरिश्ता रूप क्या होता है, अनुभव है? ब्राह्मण लाइफ है सेवाधारी। जो निर्विकल्प है वो निष्कामी है। कभी भूल से विकल्प आया तो निष्कामी नहीं है। ऐसी सेवा में सफलता बहुत है। एक ही टाइम में कमाई भी सहज हो रही है, सफल भी हो रहा है, जमा भी हुआ पड़ा है। यह कोई चेंकिंग की बात नहीं है। अटेन्शन है लेकिन टेन्शन से फ्री हैं। आत्म अभिमानी स्थिति में हैं, योगयुक्त हैं फिर ड्रामा अनुसार युक्तियुक्त ही एक्ट चलेगी। कुछ भी ऊपर-नीचे नहीं हो सकता क्योंकि ईश्वरीय सेवा है। बाबा ने निमित्त बनाया है। बुद्धि में कोई प्रकार की हलचल नहीं है, नाउम्मीदी नहीं है।

साइलेंस में जाना है तो दिल में, मन में कुछ भी नहीं रखो तो फिर देखो बाबा कैसे शक्ति भरता है, उसका अनुभव करो।

जो ज्ञान की गहराई में जाते वही व्यर्थ और निगेटिव से मुक्त होते

राजयोगिनी दादी जानकी जी

यह साधन कहते हैं मेरे ऊपर भरोसा नहीं रखो, अपनी साधना अच्छी करते रहो। साधन निमित्त मात्र है, साधना तो गुप्त, सहज, इतनी अच्छी है जो बाबा भी हमारी बात सुन लेता है और हम भी बाबा की बात सुन लेते हैं। एक-दो की बात भी सुन लेते हैं, समझ जाते हैं इतनी साइलेंस पावर है। साइलेंस पावर क्या है? साइलेंस से पावर कैसे आती है? थोड़े समय के लिए भी कभी किसी कारण से पीसलेस बन जायें तो साइलेंस पावर नहीं कहेंगे। कोई भी घड़ी ऐसी न आ जाये जो मैं पीसलेस बनूँ। सदा पीसफुल रहूँ। ज्ञान सागर बाबा, पतित पावन बाबा उसको ब्रह्मा बाबा कैसे मंथन करके सरल रूप में समझाता है जो कि बच्चे समझ सकें क्योंकि ब्रह्मा बाबा जानता है कि हर एक की बुद्धि कैसी है! शिवबाबा ने इस अनुभवी रथ का आधार लिया है। दुनिया क्या है, सम्बन्ध क्या हैं, सब बातों का अनुभवी है।

मम्मा 17 वर्ष की उम्र में बाबा की बन गई, बाबा 60 वर्ष के थे तब शिवबाबा इसमें आ गये। मम्मा का बोलना, चलना अच्छा बड़ा रॉयल था, हम तो भोली भाली उनके सामने डर लगता था। बाबा ने मीठा-मीठा ज्ञान सुनाके हमको मोहित कर लिया। शुरू में मम्मा युक्ति से एक बार आई, मम्मा के परिवर्तन को देख सबके कान खुल गये। यह कैसे आई? बाबा ने जैसे अंधकार से निकाल लिया। कहा बच्ची तुम कौन हो, क्या बनने वाली हो? सीधा ही कहा तुम राधे हो ना! कृष्ण की बनेगी ना, बस वह समझ गई और कृष्ण की राधे हो गई। बाबा ऐसी-ऐसी बातें सुनाता है, जो आत्मा को अन्दर से लगता है बरोबर यह ठीक है। बाबा जो मुरली चलावे, मम्मा हूबहू सुना देती। बाबा का लिखा हुआ हम पीछे पढ़ते थे। लेकिन मम्मा उसी समय रिपीट कर देती थी, उसमें कुछ भी अपना मिक्स नहीं करती।

मम्मा ऐसा चुपके-चुपके गीत बना करके बाथरूम में गाती थी, हम बाहर से सुनते थे। मम्मा बाबा के प्यार में दुनियावी सब बातें सहज भूल गईं। तो बाबा हमसे क्या चाहता है? बच्चे भी ऐसे मिसाल बनें। सब कहें अरे! यह बदल गये।

अमृत और विष में कितना अंतर है! अमृत जीयदान देता है, विष जीवघात कर देता है। निगेटिव, खराब विचार पॉयजन का काम करते हैं। पॉजिटिव विचार अमृत का काम करते हैं, उसमें दवा भी है तो दुआ भी है। जो ज्ञान की गहराई में जाते हैं वह व्यर्थ, निगेटिव से मुक्त हो जाते हैं, साधारणता चली जाती है। विचारों में श्रेष्ठता आ जाती है। दिल को कोई बात अच्छी लगी तो दिमाग ठण्डा हो गया। ज्ञान को ग्रहण करने की शक्ति बढ़ने से अन्दर से सफाई हुई तो सच्चाई काम करने लगी। बुद्धि में जो किचड़ा भरा हुआ था वो पूरा साफ हो गया। परमात्मा जो सत्य ज्ञान दे रहा है वो बुद्धि में भरता जा रहा है। बुद्धि ने उसको समझ करके उसको यूज किया तो मन शान्त हो गया।

तो ज्ञान जब अन्दर चला जायेगा तो लगेगा इन जैसा तो कुछ है ही नहीं। ज्ञान पहले दिल को अच्छा लगता है फिर दिल द्वारा बुद्धि को अच्छा लगता है। तो दिलखुश मिठाई का भोग बाबा को लगाओ। बाबा की खुशी में हम खुश और आप सब खुश हो गये तो उसमें हम खुश, इससे दिल मजबूत है, दिमाग ठीक है। साइलेंस में जाना है तो दिल में, मन में कुछ भी नहीं रखो फिर देखो बाबा कैसे शक्ति भरता है, उसका अनुभव करो। अगर कोई बात समझ नहीं आती है तो माइन्ड न करो। दिल से बाबा के दूर न हो जाओ। फिर यही फिक्र रहता है कि कोई बाबा की दिल से दूर न हो जाये। बाबा के समीप होगा, समाने होगा तो कभी न कभी, कोई न कोई बात आज नहीं तो कल ग्रहण करने की शक्ति बढ़ेगी।

संगमयुग का विशेष खजाना- अतीन्द्रिय सुख



खजाना

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

बाबा ने हम सबको यही कंगन बांधा है कि तुम्हें अपनी मन्सा वृत्ति से वायुमण्डल को बदलने की सेवा करनी है, इसके लिए एक सेकण्ड में अपने संकल्पों को एकाग्र करो। अपनी श्रेष्ठ स्थिति और पावरफुल वृत्ति द्वारा ऐसा वायुमण्डल बनाओ। एक सेकण्ड में निराकारी, आकारी, साकारी बनो।



बाबा के कई बच्चे ज्ञानी तो बने हैं पर ज्ञान स्वरूप नहीं। ईश्वरीय लगन की कमी के कारण अनेक विघ्न आते हैं। परमात्म प्यार का अनुभव कम है। मूल तो बाबा का इशारा है कि एक सेकण्ड में संकल्पों को एकाग्र करो, ऐसी अपनी श्रेष्ठ स्थिति बनाओ। यह बहुत बड़ी मंजिल है।

एक सेकण्ड में संकल्पों को एकाग्र करने का अभ्यास हो तो कभी ऊंची स्थिति से नीचे की स्थिति में, वातावरण के प्रभाव में नहीं आ सकते। अगर अभी तक भी आते हैं तो इससे सिद्ध है कि एकाग्रता की शक्ति कम है। जो निराकारी, आकारी और साकारी स्थितियों में सदा रहते हैं वही मन्सा सेवा कर सकते हैं। इसके लिए कोई विधि विधान बनाओ। योग में बैठते तो हो लेकिन पावरफुल स्थिति में स्थित होकर बैठो जो शक्ति जमा हो और सारा दिन वही शक्ति काम में आये। ऐसे मास्टर सर्वशक्तिवान की स्थिति का अनुभव करो।

संगमयुग का विशेष खजाना है अतीन्द्रिय सुख। तो निरन्तर उस सुख की अनुभूति में रहो। इसके लिए न्यारे और प्यारे बनो। हमारी सबके प्रति यही शुभ भावना है कि अकेले में तो भले अभ्यास करते, कमाई करते लेकिन सारे संगठन को उसका सहयोग मिलना चाहिए। ऐसा गुप बनाओ जो एक-दो की मदद से ऐसा वायुमण्डल बन जाए, जिससे आने वाले भी अनुभव करें कि यहाँ हर एक परमात्म प्यार में, अतीन्द्रिय सुख की अनुभूतियों में मगन हैं, इसके लिए प्रैक्टिस करनी है सेकण्ड में फुलस्टॉप लगाने की। एकाग्र होकर वतन में बैठ जाएं। जिसको बाबा कहते निरन्तर याद करो।

कर्म करते भी हम निरन्तर योगी रहें, इसकी प्रैक्टिस करो। कम से कम रोज 6 घंटा इस अभ्यास के लिए समय निकालो, दिनचर्या बनाओ। चलते-फिरते, कर्म करते भी अपनी ऐसी स्थिति बनाकर रखो। सारे दिन में 4 पहर, 6-6 घंटे की होती हैं तो एक पहर का यह पुरुषार्थ हो। इसका हर एक कंगन बांधो। जैसे बाबा ने कहा है सुबह 4 से 8 बजे तक किसी विशेष व्यवहार में नहीं आओ, उस समय मौन में रहो, फिर रात्रि के समय भी मौन में रह सकते इसलिए हमारा विचार है कि खास 21 दिन का ऐसा प्रोग्राम बनाओ।

अब बाबा सभी बच्चों को यही इशारा कर रहा है कि बच्चे अब उपराम बनो। जीवन की यह अन्तिम यात्रा है, इसलिए बाबा के सभी ब्राह्मण बच्चे व्यर्थ से मुक्त हो उपराम बन जाओ। अपने संकल्प, श्वास समय को सफल कर लो, व्यर्थ नहीं जाने दो।