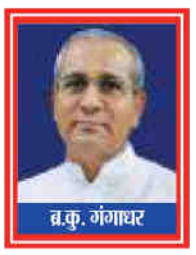
## नये जीवन का नया वर्ष शिवरात्रि उत्सव के साथ

यदि हम ये कहें कि हमारे आध्यात्मिक जीवन का हर वर्ष शिवरात्रि से शुरु होता है तो सही ही होगा। दूसरे शब्दों में शिवरात्रि का त्योहार हमारे पुरुषार्थ पथ पर मील-चिन्ह(माइल स्टोन) है। अतः शिवरात्रि के अवसर पर हमें लगता है कि हमारे आध्यात्मिक पुरुषार्थ के इतने वर्ष बीत गये और अब एक और वर्ष कम हो गया। अब शेष थोड़ा ही समय रह गया है। अतः हम संकल्प को दृढ़ कर अमुक-अमुक कमज़ोरी को मिटाने में लग जाते हैं तथा नये वर्ष के लिए ज्ञान, योग, दिव्य गुणों की धारणा तथा ईश्वरीय सेवा सम्बंधित नया कार्यक्रम बनाते हैं।

फिर इस वर्ष में तो हमें विशेष तौर पर 'सम्पूर्णता' के समीप जाने के लिए कोई योजना अपने सामने रखनी चाहिए। जैसे भारत सरकार प्रोग्रेस व विकास के लिए पंचवर्षी योजना बनाती है और उसी अनुरूप कार्य करती है। वैसे ही हम भी यदि सोलह कला सम्पूर्ण बनने के लिए चारों अध्ययन विषयों से सम्बंधित पाँच सूत्री कार्यक्रम अपने सामने रख लें तो अच्छा हो।




**1. एक पढ़ो एक पढ़ाओ।** जैसे भारत सरकार ने भी साक्षरता अभियान को विशेष तौर पर अपनाया। उनका कहना है कि यदि हर एक व्यक्ति कम से कम एक व्यक्ति को भी अक्षर ज्ञान दे दे तो देश में साक्षरता बढ़ेगी। लोग अनपढ़ से पढ़े हुए बनेंगे। अक्षर ज्ञान से उनके लिए ज्ञान के द्वार खुलेंगे तथा उन्हें विद्या का नेत्र मिलेगा। अक्षर शब्द का अर्थ है 'अविनाशी'। जिसका क्षय न हो। अक्षय तो 'आत्मा' और 'परमात्मा' ही है। अतः क्या ही अच्छा हो कि हम में से हर कोई इस वर्ष प्रतिदिन एक नये व्यक्ति को अक्षर ज्ञान(अविनाशी ईश्वरीय ज्ञान) दे, जिससे कि उन्हें ज्ञान चक्षु मिले। हम सभी ब्रह्मा मुख वंशी ब्राह्मण हैं। अतः प्रभु परिचय देना हमारा दैनिक कर्त्तव्य है। इसलिए हमें नारा अपनाना चाहिए, 'ईच वन टीच वन'। अर्थात् हम प्रतिदिन एक मुरली(अव्यक्त रिवाइज़ कोर्स) पढ़ेंगे और कम से कम एक व्यक्ति को ज्ञान भी देंगे।

**2. मन की सच्चाई, बुद्धि की सफाई।** जैसे सरकार के कार्यक्रम में भी यह शामिल है कि हर ग्राम, नगर साफ हो। यह वर्ष स्वच्छता व सफाई के तौर पर मनाया जाये। ये तो अच्छा ही है ना। अब हमें चाहिए कि हम इसके अतिरिक्त इस वर्ष में अपने हैबिट्स(आदतों) को पूर्ण पवित्र, क्लीन बनाने का यत्न करें। इसीलिए यह दूसरा सूत्र है मन की सच्चाई, बुद्धि की सफाई। द ईयर ऑफ क्लीन हैबिट्स। हर कोई ऐसा संकल्प लेकर अपने आप ही अभियान चलाये।

**3. मन को साफ करो, औरों को माफ करो।** पूंजीपति अथवा बनिये जिन लोगों को ब्याज पर धन देते रहे हैं, वे अब उनसे धन या ब्याज की मांग नहीं कर सकेंगे। बहुत से लोगों पर ऋण अथवा ब्याज ही इतना हो गया था कि उसे देना उनके लिए संभव नहीं था। इस प्रकार, उनका ऋण माफ हो जाने से अब वे आगे बढ़ सकेंगे। हमें अपने आध्यात्मिक पुरुषार्थ में अब यह नारा अपनाना चाहिए कि मन को साफ करो औरों को माफ करो। यदि कोई हमारी निंदा करता है या हमारा विरोध करके अपने ऊपर पाप का बोझ या कर्मों का ऋण चढ़ाता है तो हमें उसे माफ कर देना चाहिए। हमें उससे घृणा नहीं करनी चाहिए। ना ही उससे अपने मन को मैला करना चाहिए।

**4. माया की गुलामी को सदा के लिए सलामी।** भारत में बहुत से ठेकेदार पिछड़े हुए इलाके में जाकर वहाँ के लोगों को इतना ऋण देते थे कि वे उसे उतार नहीं सकते थे। ऐसे लोगों को वे मेहनत मज़दूरी के कार्य में जीवन भर थोड़े वेतन पर लगाये रखते थे। उनके बच्चे और पोते भी उन्हीं ठेकेदारों के यहाँ मज़दूरी करते रहते थे। और इस प्रकार वे कभी उन्नति तथा प्रगति नहीं कर पाते थे। ऐसे मज़दूरों को 'बंधक मज़दूर' कहा जाता था। सरकार ने इस व्यवस्था को गैर कानूनी घोषित करके इसका अंत कर दिया। देखा जाये तो हम मनुष्य आत्मायें भी जन्म-जन्मांतर से माया की अर्थात् काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार इत्यादि के बंधक, गुलाम बने रहे हैं। इन्हीं विकारों के ऋण से छुटकारे के लिए मुक्ति वर्ष(लिबरेशन ईयर) मनाकर इनसे पूर्णतः मुक्ति प्राप्त कर सम्पूर्ण बनने का पूरा पुरुषार्थ करना है।

**5. रूठना नहीं, रूठाना नहीं।** आपातकालीन स्थिति में विशेष तौर से सरकार ने स्ट्राइक पर कड़ी पाबंदी लगा दी थी, क्योंकि इससे देश को काफी हानि होती है। अब शिव बाबा ने भी हमें बताया हुआ है कि अब सारे विश्व के लिए वर्तमान परिस्थिति आपात स्थिति है। अब इसमें कोई भी तोड़-फोड़ वाले संकल्प(डिस्ट्रक्टिव थिंकिंग) नहीं करने। कोई भी स्ट्राइक नहीं करनी अर्थात् न स्वयं दुःख पाना है न दूसरों को दुःखी करना है। न रूठना है, न किसी को अपने से या शिव बाबा से रूठने वाली बातें कहनी है। सभी से 'दूध और चीनी' की तरह मिलकर रहना है। वैर-विरोध को मिटाना है और भाई-भाई की तरह स्नेह से चलना है।

स्ट्राइक का अर्थ है कार्य बंद करना। परंतु हमें तो अब प्यारे शिव बाबा ने विश्व कल्याण का श्रेष्ठ कार्य दिया है। बाबा ने समझाया है कि इस कार्य में तो आराम हराम है। दूसरों के कल्याण के कार्य के लिए 'न' कहना ही नास्तिक बनना और एक प्रकार से स्ट्राइक करना है। अब तो हमें कल्याणकारी शिव बाबा की हर एक आज्ञा के लिए 'जी हाँ' कहना है। कम्प्लेन न करके कम्प्लीट बनने का पुरुषार्थ करना है।

इस पाँच सूत्री कार्यक्रम को अंजाम तक पहुंचाने के लिए बीच-बीच में वॉच, चेक एवं सही दिशा में चलते हुए आगे बढ़ते रहना है। तो शिवरात्रि के इस पावन पर्व पर परमात्मा के सानिध्य में रहकर उनकी आशाओं को पूर्ण करेंगे ना! कोई कठिन व मुश्किल जैसी बात तो नहीं है, सिर्फ अपने ऊपर ध्यान देकर अपनी सोच, कर्म और वचन पर ध्यान देने भर ही तो है।

## बुद्धि क्लीन और क्लीयर हो तब धारणा सहज हो

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

बाबा हम बच्चों से क्या चाहते हैं, वो तो हरेक बच्चे की विशेष स्मृति में रहता है। दो बातें हैं - एक है स्व प्रति, दूसरा है सेवा प्रति। इन दोनों बातों में सब बातें आ जाती हैं। धारणायें हैं हमारी, लेकिन स्व परिवर्तन में धारणायें भी आ जाती हैं और सेवा में भी, धारणा के बिना सेवा में सफलता होती नहीं है। स्व के प्रति बाबा की क्या प्रेरणायें हैं। बाबा यही चाहते हैं कि मेरा हर बच्चा राजा बच्चा हो क्योंकि हमारा नाम ही है राजयोगी। अगर हम राजा बन करके चलें तो यह कर्मेन्द्रियाँ कभी धोखा नहीं दे सकती हैं। अगर राजा कमज़ोर है तो कर्मचारी या कर्मेन्द्रियाँ धोखा दे सकती हैं। तो बाबा यही चाहते हैं कि कोई भी प्रजा योगी नहीं हो। राजयोगी राजा बनकर राज्य करे, स्वराज्य करे क्योंकि स्वराज्य के आधार से विश्व का राज्य प्राप्त होना है। स्व राज्य नहीं तो विश्व का राज्य प्राप्त होना मुश्किल है। इसलिए बाबा यही चाहता है कि हरेक बच्चा मेरा राजा बच्चा बने। दूसरा ब्रह्मा बाप ने साकार में जो जैसे कदम उठाये, उस कदम के पीछे कदम उठायें। ज़्यादा सोचने की ज़रूरत भी बाबा बच्चों को नहीं देता है। क्या करें या नहीं करें, इसमें कभी राइट जवाब आता है, कभी नहीं आता है। सिर्फ बाबा को फॉलो करो। संकल्प में भी यही सोचो कि क्या यह ब्रह्मा बाबा ने बोला कि वही हमको बोलना है। जो कर्म करावहार करा रहा है, वही हमको करना है। यह स्व के प्रति बाबा की हम बच्चों के लिए आशायें हैं। तो ब्रह्मा बाप समान बनो। और निराकारी रीति से निराकार, शिवबाबा जैसे बनो। जैसे निराकार बाबा आते हैं साकार शरीर में, साकार रीति से सब काम किया, लेकिन न्यारा और प्यारा रहा। प्रवेश तो हुआ ना! हम भी प्रवेश हुए लेकिन हम सदाकाल के लिए हैं, वो कुछ समय के लिए लेकिन प्रवेश होते हुए भी करके दिखाया, कितना न्यारा और सर्व का प्यारा रहा। इसी रीति से बाबा सभी से यही चाहता है।

तीसरी बात, जो बच्चे हर बात में इतनी मेहनत करते हैं, तो योद्धे नहीं बनें, योगी बनें। योगी के बजाए योद्धे बन जाते हैं तो युद्ध करने के संस्कार बन जाते हैं। अगर योद्धेपन के संस्कार बन जाते हैं तो उसको मिटाने में समय बहुत जाता है और एनर्जी भी जाती है। और सेवा के लिए ही समय मिला है वो ही हम नहीं दे सकेंगे। अपने में ही लगे रहेंगे। बाबा कहते हैं तुम्हारे में टाइटल है, मास्टर सर्वशक्तिवान हो। जब मास्टर सर्वशक्तिवान हो तो युद्ध करने की क्या ज़रूरत है? लेकिन सर्व शक्तियां समय पर काम में आवें उसके लिए बाबा ने अन्डरलाइन कराया था कि जिसकी बुद्धि क्लीन और क्लीयर हो तो शक्तियों को धारण कर सकेंगे। नहीं तो शक्तियों को समझने की नॉलेज होगी लेकिन पॉवर नहीं होगी।

भोलानाथ को अगर राज़ी करना है तो सिर्फ सच्ची और साफ दिल चाहिए। अगर दिल साफ है तो भोलानाथ अपना बना ही है। और जब भोलानाथ अपने साथ है उसके लिए क्या बड़ी बात है!

## बाबा ऐसा तीसरा नेत्र देता है... जो आँख न जाने दिल पहचाने...

राजयोगिनी दादी जानकी जी

मधुबन में आने से बाबा तो मिलता है पर और भी बहुत कुछ मिलता है। ऐसा संगठन विश्व भर में कहीं भी नहीं हो सकता। भले कितने भी बड़े प्रोग्राम रखो, पर मधुबन में अपने हमजिन्स साथियों का संगठन है। यहाँ आते हैं तो बड़ों को देखते हैं। वैसे तो कोई दादी एक जगह साल में एक बार भी नहीं जायेंगे, कहीं तो दस साल में भी नहीं गई होगी। और यहाँ सब दादियाँ मिलती हैं, दादा भी मिलते, बाबा भी मिलता और व्यवस्था कैसी होनी चाहिए, यहाँ कितनी बातें देखने-सीखने को मिलती हैं। कोई बैठके सिखावे तो टाइम लगता है क्योंकि उसमें बुद्धि चलानी पड़ती है लेकिन देख करके सीखना सहज होता है। आज के ज़माने में हर बात सीखने के लिए, कोर्स करने के लिए कहाँ जाना पड़ता है और कुछ खर्च भी करना पड़ता है। पुराने ज़माने में तो देख करके ही सबकुछ सीखना होता था। अभी हम संगमयुग के समय बाबा को देख करके ही सब कुछ सीख रहे हैं। यह कहता है कि शिवबाबा को याद करो, इसको देख करके फॉलो करो।

किसी ने प्रश्न पूछा कि आप बापदादा दोनों को इकट्ठे कैसे देखते हो? दो आँखें हैं, दोनों आँखें इकट्ठी देखती हैं। एक आँख से दिखाई दे और दूसरी आँख से दिखाई न दे, तो क्या लगेगा? समथिंग रॉन्ग है। दोनों इकट्ठे देखती हैं तो एक्यूरेट अच्छा देखती हैं। फिर पूछते हैं कौन-सी आँख में कौन-सा बाबा देखती हो? जब तीसरा नेत्र बंद है तो क्वेश्चन उठता है, क्या, क्यों, कैसे? इसीलिए बाबा ऐसा तीसरा नेत्र देता है जो आँख न जाने दिल पहचाने...। जब दिल से पहचान आती है तो आँख खुल जाती है। मैं कौन हूँ? मेरा बाबा कैसा है? कितना सुन्दर है, वो मूर्ति, जितना पहचानते जा रहे हैं उतनी सुन्दरता दिखाई देती है। पहचाना तो पाया, ऐसा अनुभव करते रहेंगे। क्या पाया? भगवान क्या दे रहा है, सुनाया या बतलाया नहीं जाता है, अनुभव किया जाता है। कहते भी हैं अनुभव करके देखो। जैसे दुःख का अनुभव होता है, ऐसे ईश्वरीय सुख का भी अनुभव हो। अनुभव सदा याद रहता है।

मेरा बाबा ऐसा है जो और कुछ मेरा है ही नहीं, तो मैं का छिपा हुआ जो सूक्ष्म अभिमान रहा हुआ है वह भी बेचारा आपेही चला जायेगा। तो ऐसी स्थिति हो जो परमात्मा रोज़ मुरली में कहता है- आत्म अभिमानी भव। तो बाबा की याद में प्रैक्टिकली आत्म अभिमानी हैं, देह अभिमान नहीं है। दुःख की फीलिंग नहीं है, अशान्ति का नाम-निशान नहीं है क्योंकि आत्मा में जो देह का अभिमान था वो चला गया, तो आत्मा अपने आत्म अभिमानी स्थिति के नशे में आ गई। शरीर में होते भी शरीर के भान से परे। हर एक बाबा का बच्चा सच्ची दिल से पुरुषार्थ करे तो सफलता साथ है ज़रूर। तो जैसे बाबा हमें कहता है, ठीक ऐसे ही पुरुषार्थ करके दिखाना है।

## तपस्या कहती - कर्म करो लेकिन बैलेन्स रखो

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

इस नये वर्ष में स्व व सर्व के प्रति प्रेरणादायक बनने के लिए हम सब विशेष भिन्न-भिन्न रूप से तपस्या करें। हमारी तपस्या का मूल लक्ष्य हो - व्यर्थ संकल्पों, पुराने कड़े संस्कारों को समाप्त करना। किसी भी परिस्थिति के कारण जो संकल्प-विकल्प उठते हैं और हमारे बुद्धियोग को तोड़ते हैं, जिससे सारी शक्ति व्यर्थ हो जाती है। अब वह व्यर्थ संकल्प विकल्प समाप्त हो जाएं।

व्यर्थ संकल्प उठने का कारण है - कोई न कोई सूक्ष्म में भी इच्छा। जैसे बाबा कहते हैं -बच्चे तुम्हें कोई भी देहधारी याद नहीं आना चाहिए। अगर याद आता है तो उसका कारण है - ज़रूर उसके पीछे कोई इच्छा या स्वार्थ है। कहाँ भी बुद्धि जाती है तो सूक्ष्म चेक करो - ज़रूर उसके पीछे स्वार्थ होगा। कईयों की बुद्धि में आता है मुझे मान मिले, मेरा शान हो, मेरी इज्जत हो...। मेरा नाम हो... यह सूक्ष्म इच्छा भी व्यर्थ संकल्प उठने का कारण है। ऐसी इच्छाएं तपस्या में विघ्न रूप हैं। इसके लिए बेहद का वैराग्य चाहिए।

जैसे कई समझते हैं मैं कोई भी सेवा करता हूँ तो उसकी कदर नहीं की जाती। हमारी सेवा को कोई स्वीकार नहीं करते, मानते नहीं हैं। सेवा तो की लेकिन सूक्ष्म में कई प्रकार का मेवा चाहते हैं। तो चाहना माना ही इच्छा, आसक्ति है। कोई भी प्रकार की इच्छा होगी तो उसका सामना ज़रूर करना पड़ेगा। जैसे धन इकट्ठा करने की शक्ति का शौक होता है तो उसके लिए मेहनत करनी पड़ती, बिजनेस में अनेक बाधाओं का सामना करना पड़ता। इसका अर्थ यह नहीं है कि शरीर निर्वाह अर्थ कर्म ही नहीं करना है। करना ज़रूर है लेकिन एक है शरीर निर्वाह अर्थ कर्म करना अथवा बाबा के सेवा के लिए कर्म करना और दूसरा है शौक अथवा इच्छाओं की पूर्ति के लिए कर्म करना। फिर ऐसे कर्म में स्वयं को बिजी कर लेते जो कन्ट्रोल से बाहर हो जाता, उसके लिए नींद भी नहीं करते। यदि उसमें अच्छा रेसपॉन्ड नहीं मिलता तो नाउम्मीद हो जाते। यह कोई बैलेन्स नहीं है।

तपस्या कहती है - कर्म करो लेकिन बैलेन्स रखो। सेवा भले करो लेकिन आसक्ति नहीं रखो, स्वार्थ न हो। घूमो-फिरो, खाओ-पियो लेकिन अनासक्त रहो। अनासक्त स्थिति ऐसी होती है जो सब व्यर्थ संकल्पों से छुड़ा देती है। तो सूक्ष्म चेक करो कि व्यर्थ संकल्प यदि उत्पन्न होते हैं तो उसका कारण क्या है! क्या किसी भी प्रकार का शौक है या कोई आसक्ति है। हर बात का हुल्लास रखो, उमंग से करो लेकिन उसमें आसक्त होकर फँस नहीं जाओ। हर कार्य निमित्त बन करके करो।

मान लो कोई ने मुझे कुछ कहा, हमारे कानों तक वह बात आई और मेरी खुशी गुम हो गई। ऐसी फीलिंग आई जो चेहरा ही मुरझा गया। तो तपस्या करने के पहले चेक करो कि क्या हमने इस फीलिंग के फ्लू को समाप्त किया है? मेरी खुशी को कोई भी बात नीचे तो नहीं ले आती? छोटे से छोटी बात हो या बड़ी बात हो... किसी भी बात का मेरे माइंड पर असर तो नहीं आता है? यदि माइंड पर असर आया, फीलिंग आई तो तपस्या भंग हुई।

बाबा कहते बच्चे, तुम्हारी स्थिति ऐसी चाहिए जैसे कमल का फूल। कमल फूल अर्थात् निर्लिप्त। सब कार्य करो लेकिन निर्लेप रहकर करो। निमित्त मात्र करो।