



भाई-
बहन के रिश्ते

करेगा। लेकिन शब्द है रक्षाबंधन। और त्योहार है पवित्रता का। इस का मतलब पवित्रता से हमारी रक्षा होती है। आप घरों में देखेंगे, कई बार भाई बड़ा होता है, बहन छोटी होती है और कई स्थानों पर बहन बड़ी है, भाई छोटा है, तो अब आप ही

बहुत ब्रह्मचर्य व्रत करके इतना मान प्राप्त करते हैं, इसी के एवजे में उन्हें सुख-सम्पत्ति सब कुछ मिल जाती है, लेकिन वहीं अगर उनसे कुछ गलती हो जाये तो सबकुछ छिन भी जाता है। परमात्मा की एक और बात अंडरलाइन करने वाली है, कि इस देह से सभी जो भी कर्म करते हैं उस कर्म में काम, क्रोध, मोह अवश्य होता है। लेकिन पवित्रता वो है जो हमको सुख भी देती है, शांति भी देती है और सुरक्षा भी देती है। इस दुनिया में मुक्ति को लोगों ने बहुत बड़ा विषय माना,

माना इस शरीर में रहते हुए भी हम जीवनमुक्त अवस्था का अनुभव भी करेंगे। क्योंकि रक्षासूत्र में एक संकल्प का धागा है कि चाहे कुछ हो जाये मैं न परमात्मा का साथ छोड़ूँगा और न पवित्रता का व्रत तोड़ूँगा। ये संकल्प का धागा जो बांधता है उसकी रक्षा परमात्मा के द्वारा सुरक्षित हो जाती है।

आजकल तो बस एक-आधे घंटे के लिए हर कोई घर में जाता है, सब अपने-अपने घरों में रहते हैं, कब किसके ऊपर विपत्ति



ऐसा बंधन जो हमें मुक्ति दे, जीवनमुक्ति दे

भारतीय परंपरा में त्योहारों को लेकर हम बहुत उत्सुक रहते हैं। और सारे त्योहारों के लिए भी कहा जाता है कि इसके पीछे कोई मार्मिक कहानी है। मार्मिकता इस कारण से भी है कि जो लोग कहानी बनाते हैं या जो कहानी बनी उससे बहुत बड़ी सीख हम सबको मिलती है। लेकिन जीवन की आज की मनोस्थिति को देखा जाये तो इतने वर्षों से हम इन त्योहार को मनाते हैं और विशेष रूप से यह त्योहार भाई-बहन के बीच में मनाया जाता है। मतलब पवित्रता का मूल

में छिपा हुआ है। इसको बहुत साधारण भाषा में समझें, सरल भाषा में समझें तो कह सकते हैं कि जब किसी भी व्यक्ति को देखकर सिर्फ और सिर्फ ऐसे भाव उत्पन्न हों जिसमें काम, क्रोध, लोभ, मोह, नहीं हो तो यह बंधन उसको बांधा जा सकता है।

इस त्योहार का महत्व जो परमात्मा हमको बताते, वो यही बताते कि सबने पवित्रता के बंधन को इस तरह से दुनिया में बनाया कि अगर भाई-बहन के रिश्ते के साथ अगर इसे जोड़ा जायेगा तो ये कुछ हद तक काम

बताए, छोटा भाई बड़ी बहन की रक्षा कैसे कर पायेगा। वह तो खुद ही छोटा है। इसलिए ये त्योहार समाज को कुछ दृष्टिकोण देने वाला है। क्योंकि जो पवित्र है इस दुनिया में, उसके लिए देखो सभी कितना सोचते हैं!

कोई ऋषि-मुनि-तपस्वी भी हमारे बीच में आ जाये तो भी हम अपना स्थान छोड़कर खड़े हो जाते हैं, सिर्फ एक शारीरिक पवित्रता के बल से। परमात्मा कहते कि जब इस दुनिया में लोग थोड़ा-

लेकिन मुक्ति भय से, चिंता से, विकारों से डर से होनी चाहिए न कि शरीर छूट जाये, उसे मुक्ति कहा जाता है। तो परमात्मा ने आकर के हमें रक्षाबंधन के सही अर्थ को समझाया कि इस दुनिया में अगर तुमको दुःख से, चिंता से, डर से यदि मुक्ति मिलती है तो उसका एकमात्र आधार होता पवित्रता का रक्षासूत्र बांधना। और वो रक्षासूत्र हम सभी को हर पल यहां के डर, भय, चिंता से मुक्त रखेगा और यहीं पर रहते हुए हम

आई उस समय कौन रक्षा करेगा! उस समय सिर्फ रक्षा करने का एक ही सहारा है, एक ही आधार है, वो है शिव परमपिता परमात्मा जो हमको रक्षाबंधन के सही अर्थ को समझाते हैं। उनका सिर्फ एकमात्र कहना है योगी बनो, पवित्र बनो। उसी को दुनिया ने त्योहार बना लिया। जो योगी और पवित्र हैं वो मुक्त भी हैं और जीवनमुक्त भी हैं। तो चलो इस रक्षाबंधन पर्व पर हम भी ऐसा रक्षासूत्र परमात्मा से बंधवायें।



निःस्वार्थ सेवा ही है सफलता का आधार

डॉ. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

सेवा एक कॉन्शियसनेस है। अगर हम उस कॉन्शियसनेस से चलें तो हम घर पर भी सेवा करेंगे, ऑफिस में भी सेवा करेंगे, समाज में भी सेवा करेंगे। अगर हम उस कॉन्शियसनेस से नहीं चलेंगे तो जो हम इतनी ठण्डी-ठण्डी सेवा कर रहे होते हैं ना वो भी सेवा नहीं होती है, क्योंकि उस सेवा में भी हमें कुछ चाहिए होता है। होता चाहिए या नहीं?

कहीं न कहीं बचपन में हमने सीख लिया कि रिश्तों में देना भी है और लेना भी है। रिलेशनशिप मिन्स देना और लेना। मुझे कौन देगा? मुझे कौन देगा? मैं कैसे सबको दूँ? पहले अपनी बैटरी को चार्ज करना है और फिर वह बैटरी से सारा दिन सबको शक्ति देते जाना है। सेवा एक कॉन्शियसनेस है। अगर हम उस कॉन्शियसनेस से चलें तो हम घर पर भी सेवा करेंगे, ऑफिस में भी सेवा करेंगे, समाज में भी सेवा करेंगे। अगर हम उस कॉन्शियसनेस से नहीं चलेंगे तो जो हम इतनी ठण्डी-ठण्डी सेवा कर रहे होते हैं ना वो भी सेवा नहीं होती है, क्योंकि उस सेवा में भी हमें कुछ चाहिए होता है। होता चाहिए या नहीं? और कुछ नहीं तो मुझे कोई बोल ही दे बड़ी अच्छी सेवा की। मैंने इतनी सेवा की किसी ने कहा भी नहीं कि मैंने अच्छी सेवा की। मैंने इतनी सेवा की मेरा मैग्जिन में नाम भी नहीं आया। मैंने इतनी सेवा की मेरी कोई महिमा भी नहीं हुई। की हुई चीज के लिए क्या महिमा एक्सपेक्ट करना सही

है? नहीं। हर रोज अपने को एक दुआ दीजिए- मुझे किसी से कुछ नहीं चाहिए। हमारे साथ कोई व्यवहार अच्छा ना कर रहा हो तो क्या हम उनसे प्यार से बात कर सकते हैं? अच्छा लेकर आइए सामने, सामने वाला हमसे ठीक से बात नहीं कर रहा आपने किसी को अपने सामने देखा, आप जानते हैं उसको, आप जाने लगे थे उनसे मिलने के लिए लेकिन वो मुँह मोड़ के उस तरफ चले गए, सीधा-सीधा इग्नोर। क्या आप उनके पास जाकर प्यार से और सम्मान से बात कर सकते हैं? कर सकते या नहीं कर सकते? करेंगे या छोड़ देंगे? कहेंगे, अगर उनको ही बात नहीं करनी है तो हम क्यों करें, छोड़ो। मैं ही हर बार झुकूँ सबके लिए, मुझे क्या फर्क पड़ता है, यह अहंकार जो हमें झुकने नहीं देता। मन को झुकने नहीं देता, तो शरीर भी अकड़ने लग जाता है। इसलिए झुकना सेहत के लिए बहुत फायदेमंद है। शरीर का भी झुकना और मन का भी झुकना।

जितनी बार मन को झुकने का चांस मिले उतना झुक जाना चाहिए स्वस्थ रहेंगे।

शरीर को नहीं, मन को जितनी बार झुकने का चांस मिले, शरीर स्वस्थ रहेगा। यह नहीं गिनना चाहिए कि मैं क्यों झुकूँ, मैं क्यों चुप रहूँ, मैं ही बार-बार करूँ! क्यों न करूँ, मैं स्वस्थ हूँ तो मैं झुक सकता हूँ, हो सकता है सामने वाला बीमार हो, इसलिए वो झुक नहीं सकते। जो झुक नहीं सकते मतलब वो क्या हैं, वो तंदरुस्त नहीं हैं। तो झुकने को गिनना नहीं चाहिए- मैं ही कितनी बार झुकूँ, मैं ही कितनी बार झुकूँ, झुको, जितनी बार झुकेंगे उतना शरीर के लिए भी अच्छा है। सामने वाला गलत व्यवहार कर रहा है, वो अपने मन की स्थिति से डिस्टर्ब है, वो परेशान है, हम क्यों परेशान हो जाते हैं उसके व्यवहार को देखकर? क्योंकि हमने अपने मन में उस बात को पकड़ के रखा है कि वह ठीक नहीं तो मैं डिस्टर्ब होंगी। लेकिन जब हमें ये याद रहेगा कि वो ठीक नहीं वो उनके मन की स्थिति है, मेरे मन की स्थिति तो बिल्कुल ठीक है तो मैं तो प्यार से और सम्मान से बात कर सकती हूँ। या नहीं कर सकती हूँ?

फिर से आँख बंद कीजिए और अपने

सामने किसी एक व्यक्ति को चुन लीजिए, जो बार-बार, कुछ-कुछ, थोड़ा-थोड़ा, अलग-अलग व्यवहार करते रहते हैं पर आज पक्का कीजिए इनका संस्कार इनका है, यह इनका संस्कार है, ये भी बदल जायेंगे फिलहाल ये इनका संस्कार है। लेकिन मेरा संस्कार क्या है शांत रहना, प्यार से बात करना, सम्मान देना, धैर्यता से बात करना यह मेरा संस्कार है और आज से मैं आत्मा यह पक्का करती हूँ, सिर्फ एक व्यक्ति के साथ पक्का कर लो अभी।

आज से मैं पक्का करती हूँ कि जब-जब भी यह ऐसा व्यवहार करेंगे वह अपने संस्कार से करेंगे, लेकिन मैं अपने संस्कार से करूँगी। अपने आप को देखिए अभी करते हुए क्योंकि उस क्षण जब आप अपने सही संस्कार के थू करेंगे तो आप अपने लिए खुशी बढ़ा रहे हैं। आप अपने शरीर के लिए स्वास्थ्य बढ़ा रहे हैं, आप अपने घर के वातावरण में सुकून बढ़ा रहे हैं और आप सामने वाले को भी शक्ति दे रहे हैं। सिर्फ अपने संस्कार को पकड़ कर रख कर।