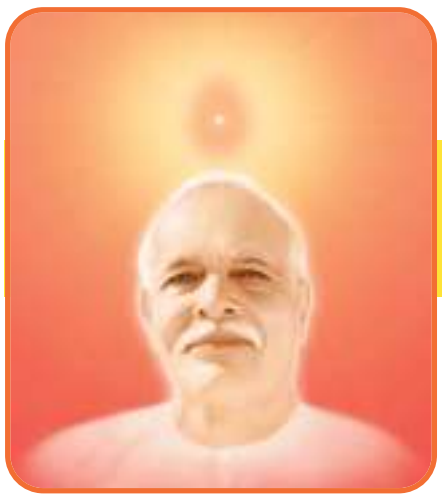
तपस्वी वही जिनके...



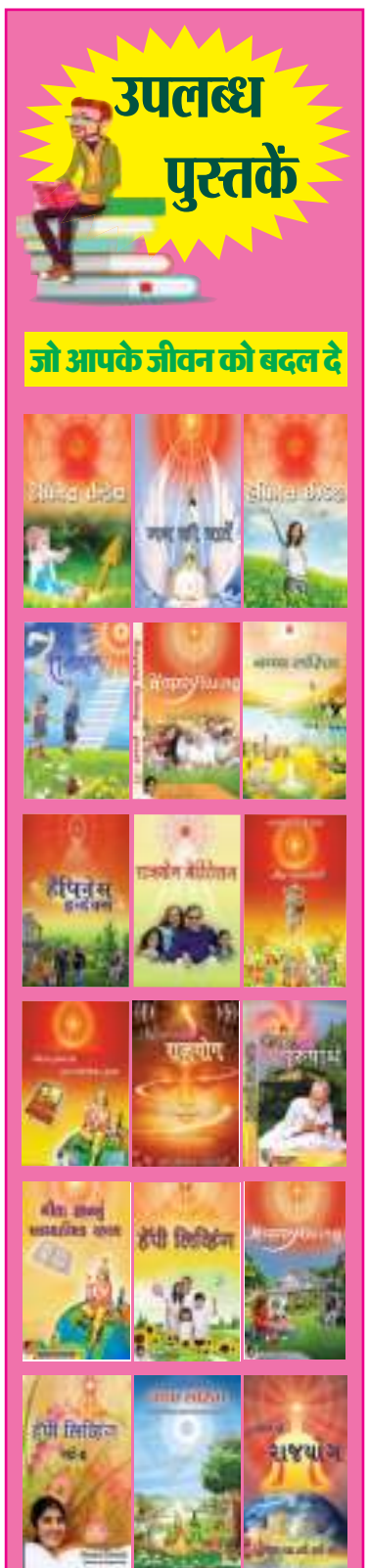
हम सभी जिस मार्ग पर हैं उसे अध्यात्म का मार्ग कहा जाता है और ये अध्यात्म का मार्ग बहुत आसान भी है और बहुत कठिन भी। इसलिए है क्योंकि जब अध्यात्म की गहरी समझ हमें मिल जाती है तो वो समझ मिलने के बाद हम सभी इस मार्ग को आसान बना सकते हैं। इसकी समझ किसी एक तपस्वी को मिली1936-37 में, जिनके आगे कोई भी ऐसा आदर्श नहीं था, कोई ऐसा मिसाल नहीं था और कोई भी इस बात को तुरंत स्वीकार करने वाला भी नहीं था, लेकिन वो अन्दर की गहरी समझ और दूसरा परमात्मा पर गहरा विश्वास। उन दोनों के बल पर उन्होंने इस मार्ग को चुना।

इसमें एक कहावत के रूप में इसको ऐसे समझ सकते हैं या समझाने के आधार से ही मैं बोल रहा हूँ कि जैसे सबकी परमात्मा के प्रति आस्था ज़रूर है लेकिन पूरी तरह से विश्वास नहीं है। ये लाइन सिर्फ लाइन नहीं है, इसको समझना बहुत ज़रूरी है। हम सभी बाबा को जानते हैं, समझते भी हैं, आस्था है ब्रह्माकुमारीज़ के लिए, शिव बाबा के लिए, इस ज्ञान के लिए लेकिन सम्पूर्ण विश्वास न होने के कारण हमको स्वीकार नहीं होता। इसका दूसरा पहलू ये भी है कि अगर स्वीकार होता तो मैं वो सारे कार्य करता जो अध्यात्म से जुड़े हुए हों। उदाहरण के लिए सब लोग ज्योतिषी का भी सहारा ले रहे हैं, वास्तु का सहारा ले रहे हैं, और-और चीज़ों का सहारा ले रहे हैं।

जितने भी त्योहार आते हैं उनको उसी हिसाब से सेलिब्रेट करते हैं, मनाते हैं। और-और जो भी टोने-टोटके, सोमवार, मंगलवार, बुधवार दिन सब चीज़ें वही करते जा रहे हैं जो भक्ति में, और-और चीज़ों में करते आये। माना मान्यताओं को तोड़ने की हिम्मत नहीं है, ताकत नहीं है। अंधविश्वास को तोड़ने की हिम्मत और ताकत नहीं है, सिर्फ आस्था है। पूरी तरह से विश्वास अगर होता परमात्मा पर तो हर दिन हमारा शुभ होता। ये नहीं कि सिर्फ एक दिन शुभ है। हर दिन हमारे लिए शुभ है। हर दिन हमारे लिए एक नया जीवन है। इसी तरह से परमात्मा के प्रति हम सबकी श्रद्धा आवश्यक है और वो है भी सत्य, लेकिन पूरी तरह से समर्पण नहीं है। तो जब तक श्रद्धा है, श्रद्धा माना कैजुअल एप्रोच, कैजुअल एप्रोच का मतलब मान लिया कि थोड़ी-सी श्रद्धा है, लेकिन समर्पण का मतलब होता है पूरी तरह से हम उसको अपने आपको नहीं दे पाते उसका रिज़न क्या है कि हम पूरी तरह से उसको नहीं मानते।

तो मात्र एक ब्रह्मा बाबा जिनको मैंने शुरू में आपके सामने उदाहरण के रूप में रखा। उनके अन्दर ये चारों चीज़ें थी- आस्था भी थी, सम्पूर्ण विश्वास भी था, श्रद्धा भी थी और समर्पण भी था। इसके आधार से बाबा पूरी तरह से उन कार्यों को करने में तत्पर रहे और अपने तपस्वी जीवन को पूरी तरह से सबके सामने रखा भी। सिर्फ एक आधार आस्था ही नहीं, विश्वास भी। श्रद्धा ही नहीं, समर्पण भी। तो श्रद्धा, समर्पण और विश्वास ये चीज़ें ऐसी हैं जो हमको परमात्मा के साथ जोड़ने में मदद करती है। और इससे हमारी सम्पूर्णता भी ज़ाहिर होती है। आगे आती है और हम आगे भी बढ़ते हैं उससे। इसका दूसरा उदाहरण आप ऐसे भी ले सकते हैं कि बाबा ने जब पालना की और जब वो तपस्या कर रहे थे तो बहुत सारी दादियां उनके साथ थीं। बहुत सारे बाबा के बच्चे उनके साथ थे लेकिन बाबा ने सबकी पालना भी वैसी की। इतना ज्ञान को भरा शरीर को भूलने के लिए कहा, शरीर से सम्बन्धित जितनी भी चीज़ें हम करते हैं उन सबको बाबा ने अनर्गल और बेकार कहा। इतना ज़्यादा भरा और यही तपस्या है। तपस्या का मतलब है जो हमारा नहीं है हमने जिसको लिया है लोन पर उसको भूलना है, सबसे बड़ी तपस्या यही है। और आज हम उसी के लिए दिन-रात सोच रहे हैं। चाहे रहने का हो, खाने का हो, सोने का हो, उसी के प्रति बहाना है। उसी का बहाना लेकर कार्य न करने का बहाना है। तो ये सारी चीज़ें हमारी तपस्या में बाधा है।

तो हमारे एक तपस्वी, सिर्फ एक तपस्वी इस धरती का, जो इतना ज़्यादा शक्तिशाली थे, जिन्होंने इन दोनों को पूरी तरह से अपने अन्दर धारण किया और बोला शरीर हमारा एक वस्त्र है, शरीर नश्वर है, शरीर का भान देह अभिमान को तोड़ना ही हमारा परमात्मा से कम्पलीट मिलने का आधार है। बाकी जितने भी कर्मकांड हैं, रिचुअल्स(रिवाज़) हैं, जो भी हम करते हैं ये थोड़ी देर के लिए हैं। तो ऐसे तपस्वी ब्रह्मा बाबा को समझने के चार आयाम हैं श्रद्धा, समर्पण, आस्था और विश्वास। इन चारों कसौटी पर हम सबको खुद को परख कर देखना है कि क्या हम ऐसे हैं? अगर ऐसे हैं तो पूरी तरह से फॉलो करके दिखाएं और अगर नहीं हैं तो हम भी लोगों के प्रति ये भी कर रहे हैं, वो भी कर रहे हैं। इससे सम्पूर्णता थोड़ी हमसे अभी दूर ही रहने वाली है। तो अगर फिर से हम उसके नज़दीक जाना चाहते हैं तो उसको नज़दीक ले आने के लिए ये कार्य करना है।



मन की बातें

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

प्रश्न : मैं श्रीरामपुर से, भक्ति माली हूँ। भक्ति में लोग मंत्र जाप करते हैं और आप लोग राजयोग सिखाते हैं,दोनों में अन्तर क्या है?

उत्तर : मंत्र जाप भी आज कितने लोग करते हैं। मेरे से बहुत भक्त लोग मिलते हैं और मैं जब उनसे पूछता हूँ कितनी माला फेरते हो, क्या सचमुच माला पर, मंत्र पर मन लगता है? क्योंकि जब माला कुछ जप रहे हैं, मंत्र भी याद आ रहा है और मन कहीं ओर भी भाग रहा है। ऐसा भी होता है कि मंत्र को छोड़कर कुछ और ही करने लगें, कभी इधर-उधर देखने लगें। वो काम हुआ है या नहीं हुआ है। देखिए मंत्रजाप भी वास्तव में सच्चे मन से नहीं किया जा रहा है। लेकिन मंत्र जाप का महत्त्व मैं सबके सामने अवश्य रखूंगा। मंत्रों में बहुत शक्ति होती है। लेकिन मंत्र जाप का यथार्थ उच्चारण, एक तो इसका महत्त्व है। क्योंकि उससे कुछ वेव्स निकलनी चाहिए। जो वेव्स वहाँ तक पहुंचेगीं, जिनके हम उन मंत्रों का जाप कर रहे हैं। दूसरी चीज़ ये है कि शुद्ध मन से किया जाये। अगर शुद्ध मन नहीं है तो मंत्रों की शक्ति भी ज़्यादा काम नहीं करेगी। तीसरी बात, यदि मंत्रों का उच्चारण बार-बार किया जाये बहुत ही एकाग्रता के साथ तो मन पूरी तरह शांत हो जाता है। शांत मन से बहुत एनर्जी जनरेट होती है। ये इसका फायदा है। इसीलिए मंत्र शक्ति के बहुत चमत्कारिक प्रभाव प्राचीन काल में ऋषि-मुनियों के द्वारा देखे गए और दिखाए गए। लेकिन आज वो शक्ति लोगों में नहीं रही क्योंकि इसके पीछे पवित्रता का बल चाहिए। तो वो तो अब लोगों में रहा नहीं।

लेकिन राजयोग, ये तो सीधा परमात्मा से मिलन है। राजयोग परमात्मा की खोज नहीं है, उससे मिलन है। और इस राजयोग की विशेषता यही है कि ये राजयोग की विद्या स्वयं भगवान योगेश्वर ही देते हैं। ये मनुष्यों के द्वारा दी ही नहीं जा सकती। क्योंकि मनुष्य को न आत्मा का सम्पूर्ण ज्ञान है और न परमात्मा का। वो परमात्मा कहते तो हैं लेकिन वो क्या हैं, कहां हैं, उसका स्वरूप क्या है, उसके गुण क्या हैं, उसके कर्त्तव्य क्या हैं। उसका बोध मनुष्यों के पास नहीं होता। हम कौन हैं, ये तो खोज ही बनी रही संसार में। हमारे दर्शनों में और हमारे जो ऋषि-मुनि रहे हैं वो भी खोज करते रहे कि आखिर तुम हो कौन! लेकिन परमात्मा आकर बहुत ही स्पष्ट ज्ञान हमें दे देते हैं। हम आत्मायें हैं, देह भान से न्यारे हो जाओ। पहली जो इम्पोर्टेंट चीज़ होती है स्वयं को इस बॉडी कॉन्शियसनेस से परे करना। बॉडी कॉन्शियसनेस से जुड़े हैं समस्त विकार। तो जैसे ही हम बॉडी कॉन्शियसनेस से बिल्कुल डिटैच होने लगते हैं तो भौतिकता से भी हम थोड़े डिटैच हो जाते हैं। और संसार में हमारी जो तृष्णायें, इच्छायें, रस, दौड़-भाग कर रहे हैं, हमें बांध रहे हैं। वो छूट जाते हैं। दूसरी ओर ये मनोविकार भी ढीले पड़ने लग जाते हैं। हज़ारों-लाखों के अनुभव हैं- क्रोधी थे। बॉडीलेस का अभ्यास करने से क्रोध शांत हो गया। अब उनके जीवन में शांति है, परिवार में शांति है। और दूसरी बात परमात्मा से बुद्धियोग जोड़ना। बिना इसके योग इनकम्पलीट है। जब तक हमने उससे बुद्धियोग नहीं जोड़ा, उसके स्वरूप पर मन-बुद्धि को स्थिर नहीं किया तब तक ये राजयोग कम्पलीट नहीं होता। तो अशरीरी होकर, आत्मिक स्वरूप में आकर परमात्मा से नाता जोड़ना उसके स्वरूप पर मन-बुद्धि को स्थिर करना और उससे शक्तियां ग्रहण करना, उससे प्युअर वायब्रेशन ग्रहण करना ये राजयोग है। परमात्म मिलन का मार्ग है। इस योग के अभ्यास से तो साधक को ये महसूस होता है कि हम भगवान से मिलते हैं। जब योग किया, मिलन की अनुभूति हुई। मेरे जीवन में भी यही हुआ। 1964 में मैंने प्रथम बार योग किया था तो लगा भगवान से मिलन हो गया, और उसने मुझे आकर्षित कर लिया। तो मैं सबको यही राय दूंगा कि मंत्र जाप तो कर लिया, अच्छा किया। अब परमात्मा से मिलन का सुख अनुभव करें।

प्रश्न : आज हमारी कंट्री के अन्दर बहुत-सी बुराइयां आ गई हैं। इन सबको कैसे दूर किया जा सकता है, कृपया इस पर कुछ बतायें?

उत्तर : युवा हमारे संसार के लिए एक गौरव हैं। जो हमारे देश को एक सुन्दर स्थिति में देखना चाहते हैं। जिनको इस समय चलने वाली बुराइयों का बहुत अच्छी तरह से आभास है। चाहे वो राजनीति में हो, चाहे युवकों के बीच हो, चाहे रेप के केस हो, बहुत सारी गंदगी समाज में जो आ गई है अगर वो बढ़ती गई तो कहीं न कहीं जब किसी भी बात की अति होती है तो विनाश को निमंत्रण देती है। तो मैं आपको कहूंगा कि आप स्वयं को तैयार करें कि हम इन सभी बुराइयों को समाप्त करने का एक बहुत अच्छा योगदान करेंगे। और संकल्प कर लें कि हम ना किसी को पैसा देंगे और न किसी से लेंगे। लेकिन ये प्रश्न आता है कि इसके बिना काम नहीं चलता। चलो न लेंगे मान भी लिया जाये लेकिन न देंगे इसके लिए तो कोई और चारा होता ही नहीं। नहीं तो चार-छह मास ऑफिस में चक्कर लगाने पड़ेंगे। और भी बहुत बुराइयां हैं उसको रोकने के लिए युवक इच्छुक हैं कि हम अपने देश में एक स्वच्छता देखना चाहते हैं। पवित्रता देखना चाहते हैं तो उन्हें पवित्रता का मार्ग स्वयं अपनाना होगा। देखिए लौकिक में देखें जब कोई बीमारी बहुत भारी पड़ जाती है, आजकल कैंसर के लिए भी कीमो थैरेपी देते हैं किसी को तो वो सहन करना ही भारी हो जाता है। आयुर्वेद में तो कड़वी दवाई पिला देते हैं। तो ये भयंकर बीमारी देश में फैल गई है। इसके लिए बहुत अच्छी ये दवाई है- पवित्रता का मार्ग अपनाना। और आप एक अपना ऐसा ग्रुप बना लें सभी युवक पवित्रता का पालन करते हुए भारत को अच्छा बनाने के लिए अपना सर्वस्व न्यौछावर करने के लिए तैयार हों। मैं आपको ये भी स्पष्ट कर दूं कि भ्रष्टाचार को तब तक समाप्त नहीं किया जा सकता जब तक मनुष्य को श्रेष्ठाचारी न बना दिया जाये और मनुष्य को श्रेष्ठाचारी बनाने का काम स्वयं परम आत्मा का है। अब आप कहेंगे कि वो कब करेगा? करेगा या नहीं करेगा, उसपर डिपेंडेंट रहें क्या? तो वो कर रहा है। वो हर मनुष्य को देवत्व की ओर ले चल रहा है। और उसके इस कार्य से कई लाख लोग जुड़ चुके हैं।

हमारे यहाँ जो राजयोग सिखाया जाता है वो स्वयं भगवान ने सिखाया है। योगेश्वर ने सिखाया है। हम उस योग के वायब्रेशन से दूसरे के मन को अच्छी प्रेरणायें दे सकते हैं। वातावरण को पवित्र कर सकते हैं। तो ये काम भी हमारे बहुत अच्छे योगी कर रहे हैं। और इसका सुन्दर परिणाम थोड़े ही समय में हमारे सामने आने वाला है। कुछ समस्यायें ऐसी हैं जो बहुत बड़े लेवल की हैं, वहाँ तक हमारी पहुंच नहीं है, उसके लिए हमें सोचने की ज़रूरत नहीं। तो आपको मैं सजेस्ट करूंगा कि स्पिरिचुअल पॉवर अपने अन्दर बढ़ायें। हमारा अपना जीवन ही दूसरों के लिए प्रेरणादायक बन जाये। एक से दूसरा सीखेगा, दो से चार सीखेंगे और इस तरह से ये संख्या बढ़ती-बढ़ती चली जायेगी। तो स्पिरिचुअल लाइफ बनायें, अपने जीवन को एक बहुत सुन्दर दर्पण बनायें। जिसमें हर व्यक्ति अपने को देखे और अपने को परिवर्तन करने की प्रेरणा प्राप्त करे।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

मन की खुशी और सच्ची शांति के लिए देखें आपका अपना 'पीस ऑफ माइंड' और 'अवेकनिंग' चैनल