OM SHANTI MEDIA -FEB-II- 2022 MAHARASHTRA FINAL FILE_Layout 2 29-01-2023 10:50 Page 2

अपने आंतरिक कारखाने को गुणवत्ता योग्य बनायें

मान लीजिए कि हम एक कारखाने के मालिक हैं, जो एक दिन में 50 हज़ार यूनिट्स का निर्माण करते हैं। यह बुद्धिमानी नहीं है कि उनमें से केवल एक अंश उपयोगी है, जबकि बाकी का कोई उपयोग नहीं। क्वांटिटी तो है लेकिन क्वालिटी कुछ यूनिट्स में ही है। इसका मतलब बाकी यूनिट्स का कोई उपयोग नहीं है। इसी तरह हमारा मन भी एक आंतरिक फैक्ट्री है। वह भी एक दिन में लगभग 30-40 हज़ार विचारों का सृजन करता है। प्रत्येक संकल्प, विचार में शब्दों या कार्यों के माध्यम से एक शक्तिशाली शक्ति में परिवर्तित होने की क्षमता होती है। इस आंतरिक कारखाने के मालिक के रूप में हमें यह सुनिश्चित करने की आवश्यकता है कि प्रत्येक विचार उपयोगी हो।

हमारा जीवन शब्दों और व्यवहारों में आने वाले संकल्प, विचारों की एक लम्बी श्रृंखला है। जिसमें कई तरह के क्वालिटी वाले विचार होते हैं। उसमें पॉज़िटिव भी हो सकते हैं और निगेटिव भी। अगर हम इंट्रोस्पेक्ट करें तो ज़्यादातर विचार निगेटिव श्रेणी में पाये जायेंगे। बहुत थोड़ी मात्रा में उपयोगी व कार्य व्यवहार से सम्बंधित होंगे।

जिस तरह एक किसान बीज बोने से पहले उसकी गुणवत्ता की अच्छी तरह जाँच करता है, उसी प्रकार हमें अपने विचारों की जाँच करनी चाहिए कि कौन से बीज वाणी और कर्म के रूप में बदल देते हैं। जिसकी प्रचुर गुणवत्ता होती है, वे तो हमें शक्ति प्रदान करते हैं और हमारे जीवन में आनंद और खुशी की वृद्धि करते हैं। दूसरे शब्दों में हमें अपने विचार कारखाने का स्वामित्व लेने की आवश्यकता है।

पहला, हर विचार और संकल्प के चार प्रभाव होते हैं। यह आपकी भावना पैदा करता है, यह आपके शरीर की हर कोशिका को प्रभावित करता है। यह उस व्यक्ति तक पहुंचाता है जिसके बारे में आप सोचते हैं और यह वातावरण में विकीर्ण होता है। तो आपके विचार, आपकी भावनाएं, स्वास्थ्य, रिश्ते और पर्यावरण से जुड़े हैं। और ये सब आपके जीवन को प्रभावित करते हैं।

दूसरा, हर घंटे के बाद एक मिनट के लिए अपने विचारों का निरीक्षण करें और उन्हें चार श्रेणियों में वर्गीकृत करें। सकारात्मक विचार, जो शांति, प्रेम, खुशी और स्वीकृति के विचार हैं। नकारात्मक विचार, अहंकार, चोट, क्रोध, घृणा या ईर्ष्या के होते हैं। आवश्यक विचार दिन प्रतिदिन की गतिविधियों से सम्बंधित होते हैं, चिंता, जलन, भय या चिंता की भावनाओं के बिना। व्यर्थ विचार भूत, भविष्य या अन्य लोगों के बारे में होते हैं। यह सब हमारे नियंत्रण में नहीं हैं। जो नियंत्रण में नहीं, वो हमारे भीतर खेत में घासफूस, कांटे की तरह है। वे हमारे जीवन से आनंद और खुशियों को छीन लेते हैं। स्वयं को सशक्त बनाने की पहली अवस्था है, सबके प्रति शुद्ध विचार और शुभ भावना उत्पन्न करना। इस तरह के विचार हमारे मन रूपी फैक्ट्री में सृजन करने से हम अपने आप को तरोताज़ा महसूस करते हैं। मन को धीमा करना, कई व्यर्थ विचारों की भीड़ से मुक्त रहना और अपने अवचेतन मन से सोचने के नए तरीके विकसित करने के लिए आध्यात्मिक ज्ञान का अध्ययन करना। हर संकल्प, विचार आपकी आध्यात्मिक ऊर्जा का उत्पाद बन जाता है। क्योंकि जानकारी आपके विचारों का सबसे बड़ा श्रोत है। तो हे मालिक, आप अपने ही फैक्ट्री के मालिक बनें, ना कि छोटा-सा वर्कर। हमें इस तरह से अपने आप को सशक्त बनाकर आनंद की ओर आगे बढ़ना है।

अन्तर्मुख रहना... ये है ईश्वरीय मर्यादा

हरेक अपने से पूछो कि मैंने अपनी जीवन त्यागी बनाई है? त्याग की परिभाषा बहुत बड़ी है, जितना हम त्यागी बनेंगे उतना ही तपस्वी बनेंगे। बाबा ने कहा योग न लगने के कारण नाम-रूप में फँसते हैं, देही अभिमानी नहीं बनते, यह हमारी चाबी है, देखना है हम कहाँ तक देही-अभिमानी बने हैं? अगर मेरे में ज़िद्द का स्वभाव है, तो ये ज़िद्द का स्वभाव क्या मुझे वरदान प्राप्त करायेगा? जैसे मुझे कोई कहता मैं नहीं कर सकती, लेकिन यह कार्य बाबा का है, वह मुझे करने के लिए कहता, उससे अनेक आत्माओं को हर्ष मिलता, उत्साह मिलता, कितना लाभ होगा। ना कर दिया तो उन सबका बोझ मेरे ऊपर चढ़ गया। नाम है ज़िद्द, परन्तु उसमें कितना नुकसान हुआ।

बाबा ने हमें अमृतवेले से रात तक हर कर्म करने के ज़िम्मेवार बनाया है, किसी कारण से अमृतवेले नहीं उठते। परन्तु ये भी सोचा कि मेरे उठने से कितनों को प्रेरणा मिलती है? ये प्रेरणा मिलना ही वरदान है।

ऐसे ही अनासक्तपन की जीवन देखकर सब सीखेंगे। थोड़ी घड़ी के लिए मेरे में सुस्ती है, तबियत के कारण या मेरी नेचर सुस्त है, क्या मेरी सुस्ती की नेचर औरों को प्रेरणा देगी या उसे बेमुख करेगी? सुस्ती के कारण मैं किसी को बेमुख करूँ या मैं अपना मूड ऑफ अर्थात् स्विच ऑफ करके अंधकार कर दूँ, तो उसका कितना बुरा प्रभाव दूसरों पर पड़ेगा! कई तो बड़े फलक से कहते हैं कि आज मेरा मूड ऑफ है। जैसे बाबा ने कहा ओम शान्ति। हम कहते मूड-शान्ति। अगर कोई कारण से मूड ऑफ भी हुआ तो उसे बाबा की याद से सेकण्ड में खत्म कर दो। आज साइंस की शक्ति वाले सेकण्ड में अंधकार से प्रकाश कर देते हैं, हम साइलेन्स की शक्ति से मूड शान्त नहीं कर सकते?

हम सब ओपेन थियेटर में बैठे हैं, हमें सारी दुनिया देख रही है। हम बाबा के बच्चे हैं, नूरे रत्न हैं, आँखों के तारे हैं, बाबा ने हमें नयनों पर बिठाया है, हम आप साधारण नहीं हैं, लेकिन हम असाधारण अलौकिक हैं, हमारा बाबा निराला, हम भी निराले। बाबा हमेशा कहते बड़े ते बड़े छोटे सुभान अल्लाह। आप सब बाबा की छत्रछाया, शक्ति के नीचे बैठे हो, नहीं तो आज का ज़माना बहुत खराब है। आप सब एक दृढ़ संकल्प लेकर बाबा की गोद में आये हो। तो अपने से रुह-रिहान करनी है कि हमें बाप के समान बनना है, सम्पन्न बनना है, समीप रहना है।

राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

मेरे जीवन का हमेशा लक्ष्य रहता बाबा की पहले दिन की श्रीमत है- आज्ञाकारी, फरमानबरदार, वफादार। दूसरा है त्याग, तपस्या और सेवा और इन सबका आधार है- श्रीमत। श्रीमत में रहने से हमारी तथा सर्व की सेवा है, इसमें ही कल्याण है।

जग को परिवर्तन करने वालों को पहले स्वयं को परिवर्तन करना है। मेरे जीवन का हमेशा लक्ष्य रहता बाबा की पहले दिन की श्रीमत है- आज्ञाकारी, फरमानबरदार, वफादार। दूसरा है त्याग, तपस्या और सेवा और इन सबका आधार है- श्रीमत। श्रीमत में रहने से हमारी तथा सर्व की सेवा है, इसमें ही कल्याण है।

ईश्वरीय मर्यादा कहती है तुम्हें अन्तर्मुख रहना है, मेरी पसन्दी है बाहरमुखता, अगर मैं अन्तर्मुख न रहूँ तो दूसरों को कैसे कहेंगे! तो ये कौन-सी मैंने सर्विस की? बाहरमुखता की मेरी नेचर है, अन्तर्मुखता बाबा की श्रीमत है, तो मुझे आज्ञाकारी बनना है। अगर नहीं रहती हूँ तो क्या मैंने आज्ञा का पालन किया या उल्लंघन किया? आज्ञा पालन करने में बाप की आशीर्वाद मिली, न करने में श्राप।

बाबा खज़ाना देवे और हम न लेवें तो उसे क्या कहेंगे...

राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

हम सबके अन्दर बाप समान बन एक साथ बहुतों को धक से सुख देने की इच्छा है। बाबा भी कहते हाँ बच्चे दे सकते हो। अनादि और आदि दोनों बाप इक्ट्ठे होकर बिछड़ी आत्माओं को प्यार से अपना बना करके कहते हैं कि मेरे बच्चे पवित्र बनो, योगी बनो। और कुछ भी न करो सिर्फ शान्त रहके बार-बार यही अभ्यास करो।

जब साइलेन्स में होंगे तो बाबा मुख से नहीं निकलता है क्योंकि वो साइलेन्स की शक्ति दे रहा है, पवित्रता का बल आत्मा में भर रहा है इसलिए दिल से निकलता है- बाबा 84 जन्म साथ रहेंगे। एक जन्म तो क्या, एक वर्ष भी हम कम नहीं रहेंगे।

हमें तो नशा हो कि यह साकार, अव्यक्त, निराकार तीनों मेरे हैं। तो कभी भी चेहरा ऐसा-वैसा नहीं करेंगे। यह निरादर भी है तो अपवित्रता भी है। तो जो बाबा की याद में प्यार से रहने वाला है, उनमें किसी भी प्रकार की अशुद्धि(अपवित्रता) नहीं होगी क्योंकि किसकी शक्ल ऐसे मुरझाई हुई होती है तो वहम् और रहम पड़ता है।

संगम पर बाबा बच्चों को पावन बना करके राजाई देने के लिए बंधायमान हो गया है। बाबा हमको इतनी बड़ी राजाई देवे लेकिन हम सतयुग के लायक तो बनें। शुद्ध, शान्त तो रहें। बाबा से इनाम लेना हो तो अभी परिवर्तन हो जाओ, पुरानी बातों को विदाई दे बधाईयाँ लो। जो भी किसी के पास पहली और पुरानी बात हो उसे खत्म कर दो। आज भोग लगा दो। मन्सा, वाचा, दृष्टि, वृत्ति सदा सबके हितकारी, सबका भला हो। जैसे बाबा ने मेरा भला किया है, अभी ऐसे सबका भला हो। किसके लिए भी हमें अशुभ सोचना ही नहीं है।

सेवा में या स्व-उन्नति में अलबेले की नेचर बड़ी नुकसानकारक है। बहाने की आदत है तो यह भी अपवित्रता है, सुस्ती भी अपवित्रता है। और यह सब सुनते-सुनते नींद आ जाए तो यह भी अपवित्रता है माना अन्दर में कुछ दाल में काला है। जो इतना बाबा अच्छी तरह से खज़ाना देवे फिर भी हम लेवे नहीं तो क्या कहेंगे! अब लो और बाँटों।

दया और दुआ दृष्टि से पालना करें

राजयोगिनी दादी जानकी जी

भल किसने कुछ भी कहा हो, मेरा बाबा कल्याणकारी है, हमारे को क्या करने का है? जैसे किसके अवगुण पर नफरत आती है, ऐसे अपने अवगुण पर नफरत करो। जिसको नफरत आई यह बड़ा अवगुण है। देखा गया है- घृणा दृष्टि ज़रा भी किसके लिए भी है, मेरी दृष्टि में घृणा है तो दया, दुआ दृष्टि बदल गई। दया और दुआ दृष्टि सदा रहे, जैसे मेरे बाबा की है।

दया और दुआ दृष्टि से हमारी पालना हुई है। कभी बाबा ने मम्मा ने घृणा नहीं रखी। कैसा भी है, हमको कहेगा बच्ची संग की सम्भाल करो। संग अच्छा रखेंगे तो तुम्हारा भला है। हम किसके संग में रहें, तो दूसरे को भी एक बाप के संग का रंग लग जाए।

बाबा से जो 4 रूप दिखाई देते हैं, एक मेरा साकार बाबा, उसने एडॉप्ट किया, गोद में बिठाया फिर सामने बैठ पढ़ाया। आज दिन तक बचपन नहीं भुला है। बचपन के दिन भुला न देना...। बचपन का दिन भुला माना सिरदर्द। हमको क्या करना है? बच्चे हैं बाबा के, तो बाबा शक्ल से दिखाई देता है। पढ़ने के समय आँख खोलकर सामने बैठकर पढ़ो। तुम गुलाब का फूल बच्चा हो ना, बाबा माली है, कोई कांटा न हो। साकार में शिवबाबा बैठकर हमको पढ़ावे। फिर क्या बना रहा है वह अपनी स्थिति से दिखा रहा है। बाबा को कभी देहधारी रूप से नहीं देखा है, सदा अव्यक्त चमकता हुआ देखा है। हड्डियां हैं नहीं। दधीचि ऋषि बन हड्डियां दे दीं। सेवा दिल से की है। चौथा भविष्य, कृष्ण भी दिखाई पड़ता फिर नारायण स्वरूप का नशा सदा देखा। ऐसे बाबा को चारों रूप से देखते बाबा के पास रहे हैं। इतनी हमें विदेही बनाने की, देह अभिमान छुड़ाने की मेहनत की, फिर सारा प्यार जो भर दिया वह अन्तिम जन्म तक भूले नहीं हैं। इस साकार के साथ तुम 84 जन्म पार्ट बजाओ। वह कहता मैं दुःख-सुख में नहीं आऊंगा। अच्छा है। हमने कभी दुःखी होकर भगवान को याद नहीं किया।

इन अन्तिम घड़ियों में त्याग, तपस्या वाली सेवा करो, इसमें मनी, टाइम, एनर्जी सब बचेगा। जो बाबा ने आदि से कराया है वही हम करेंगे, टाइम, मनी सब सफल हो। हमारी एनर्जी ऐसी हो जो कम से कम अपने आपको तो सम्भाल सकें। अपनी स्थिति को तो सम्भाल सकें, साथियों को तो दे सकें। कोई सामने आये तो मुस्कुरा तो सकें। मुरझाये हुए रहेंगे, मुस्कुरायेंगे नहीं तो सेवा क्या करेंगे!

जो बहुतकाल का होगा वह अन्तकाल में सबको नज़र आयेगा। अभी मेरे अन्दर क्या है, वह पता नहीं पड़ता है, अन्तकाल का सबको पता पड़ जाता है। तो यह अपने आपका ध्यान रखना है।