रिश्तों में समझदारी का होना आवश्यक

रिश्तों का अर्थ क्या है? हम सोचते हैं कि रिश्ते वो हैं जो बाहर दिखते हैं। मतलब एक-दूसरे से कैसा व्यवहार करते हैं। एक-दूसरे के लिए क्या करते हैं। कितनी बार हमने अपने आपको ये कहते हुए सुना या दूसरे कह रहे होते हैं कि आपने इस रिश्ते के लिए क्या किया? सामने वाला कहेगा

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

मैंने रिश्ते के लिए यह किया, वो किया। पर रिश्ते में सच्ची समझदारी कैसे पैदा हो?

हम सबके जीवन में सबसे महत्त्वपूर्ण चीज़ हमारे रिश्ते हैं.. रिश्ते परिवार के साथ, मित्रों के साथ, सहकर्मियों के साथ। हम जो सोचते हैं, अनुभव करते हैं, जो बोलते हैं, जैसा व्यवहार करते हैं, वो वायब्रेशन यानी स्पंदन है, जो चारों ओर वातावरण में फैलती हैं। सामने वाला जो सोचता है, महसूस करता है, व्यवहार करता है वो उनकी वायब्रेशन है, जिसे वह पैदा करते हैं और जो हम तक पहुंचती है। ऊर्जा के रूप में जो आदान-प्रदान होता है, उसे हम रिश्ता कहते हैं। रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो नाम से होता है। दो आत्माओं के बीच वायब्रेशन्स का आदान-प्रदान ही रिश्ता है।

क्या किया से ज़्यादा ज़रूरी है कैसा सोचा। हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि आपकी तरफ से जैसे वायब्रेशन पैदा होते हैं, वही आपका रिश्ता बनाते हैं। रिश्तों में हमारा फोकस यह हो जाता है कि हमने एक-दूसरे के लिए क्या किया। लेकिन उससे भी ज़्यादा महत्त्वपूर्ण है कि हमने एक-दूसरे के लिये कैसा सोचा। ये समझदारी अगर हमारे भीतर आ जाए कि रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो हम उनके लिए कर रहे हैं। रिश्ता वो होता है जो हम उनके लिए सोच रहे हैं। 'उन्होंने क्या किया' पर समाज का फोकस रहता है, उसके लिए क्या किया, हम उनके घर गए थे उन्होंने मेरे लिए क्या किया। मतलब हम उस पर फोकस करते हैं, जो दिखता है। चाहे परिवार के लिए, दोस्तों के लिए या रिश्तेदारों के लिए।

ये समझदारी अगर हमारे भीतर आ जाए कि रिश्ता सिर्फ वो नहीं है, जो हम उनके लिए कर रहे हैं। रिश्ता वो होता है जो हम उनके लिए सोच रहे हैं।

रिश्ते अगर सिर्फ 'किया' से बनते, मतलब हम एक-दूसरे के लिए क्या कर रहे हैं, तो आपको नहीं लगता कि हमारे रिश्ते मजबूत होते! क्योंकि हम सारे प्रयास अच्छे रिश्तों के लिए ही तो कर रहे हैं। इतना करने के बाद और अपना पूरा जीवन उस रिश्ते में लगा देने के बाद ये महसूस करते हैं कि ये रिश्ता उतना मजबूत नहीं है। ये छोटी-सी बात से हिलता क्यों है। ये छोटी-छोटी बातों में नाराज़ क्यों हो जाते हैं। इतना मैंने इनके लिए किया वो इनको याद नहीं रहता, ये छोटी-सी बात पकड़कर बैठे हैं। 'किया' पर इतना फोकस है कि हमें लगता है कि इतना करने के बाद भी रिश्ता मजबूत नहीं है।

आज यह प्रयोग करके देखें

थोड़ा-सा मन को अतीत की तरफ ले जाएं और किसी भी एक रिश्ते को तलाशें, जिसमें आपको लगता है कि सद्भाव, खूबसूरत ऊर्जा का बहाव होना चाहिए, पर किसी कारणवश वैसा हो नहीं पा रहा है। कोशिश बहुत कर रहे हैं, मेहनत बहुत कर रहें हैं, लेकिन पता नहीं, फिर कोई नासमझी, फिर कोई बात, फिर से कोई नाराज़गी, दर्द से टीस उठती है। उस रिश्ते में जाकर, उस व्यक्ति के लिए अपने मन के पास आइए। आप ये नहीं देखिए कि आपने उनके लिए क्या-क्या किया है। सबसे पहली चीज़, ध्यान कीजिए कि उनके लिए वो सब करते हुए हमारे मन की स्थिति कैसी थी। माता-पिता और बच्चों के बीच का खूबसूरत रिश्ता देखिए। निःस्वार्थ भाव, सेल्फलेस गिविंग। पिता को बदले में कुछ नहीं चाहिए होता है।

हमारा सारा ध्यान शब्दों पर होता है। छोटी-छोटी बातों पर इतनी उम्मीदें होती हैं कि पूरी नहीं होने पर हम दुःखी होते हैं। हमें लगता है कि इतना करने के बाद भी रिश्ते मजबूत नहीं हैं। पर रिश्ते तो ऊर्जा का आदान-प्रदान हैं। रिश्ता सर्वप्रथम आत्मा के साथ होता है।

पिता सिर्फ देता और देता है। ये बहुत ही सुंदर निःस्वार्थ रिश्ता है, लेकिन जब हम इतनी मेहनत कर रहे हैं, ऐसे में कोई भी आपसे पूछे कि आप इतनी मेहनत क्यों करते हो, थोड़ा रेस्ट करो ना। पर आप कहेंगे कि परिवार के लिए, अपने घर के लिए इतना कर रहे हैं और फिर भी बच्चे नाराज़ हो जाते हैं। सम्मान नहीं करते हैं, हमारे साथ वक्त नहीं बिताते हैं, अपनी ही दुनिया में रहते हैं, हमारी तरफ ध्यान नहीं देते हैं। हमने छोटी-छोटी बातों पर इतनी उम्मीदें बांध ली हैं कि वे पूरी नहीं होती और हम व्यथित हो जाते हैं। जब हम चिंतन करते हैं कि मैंने इतना किया, ये अभी भी मुझसे संतुष्ट नहीं हैं। सामने संतुष्टि दिखाई नहीं दे रही है। मैं क्या करूं इनके लिए, जिससे ये संतुष्ट हो जाएं? और हम कभी-कभी उनको कह भी देते हैं अब हम आपके लिए और क्या करें। आप तो खुश ही नहीं होते हैं इतना सब करने के बाद भी। तो यह रिश्तों पर सवाल खड़े करना है। ध्यान रखिए रिश्ते उम्मीद से नहीं निःस्वार्थ होकर चलते हैं।

कोहिमा-नागालैंड। नये मुख्यमंत्री नेफियू रियो को गुलदस्ता भेंट कर बधाई देने के पश्चात् साथ हैं ब्र.कु. रूपा बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र एवं अन्य जिलों के सेवाकेन्द्रों की निदेशिका।

वडोदरा-मंगलवाड़ी(गुज.)। ब्रह्माकुमारीज़ की पूर्व मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी के द्वितीय पुण्य स्मृति दिवस पर अपने श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. सविता बहन, बेला बहन, डॉ. राजेश भाई, हरी भाई, ब्र.कु. सरिता बहन तथा ब्र.कु. सुनीता बहन।

माउण्ट आबू। हैदराबाद से बाइक पर भारत भ्रमण करने निकले 72 वर्षीय रमेश बाबू 32,500 कि.मी. का सफर तय करके पाण्डव भवन,माउण्ट आबू पहुंचे जहाँ उनका स्वागत करने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ उपस्थित हैं ब्र.कु. रवि भाई, ब्र.कु. जीतू भाई, ब्र.कु. शशिकांत भाई, ब्र.कु. दीपा बहन,मुम्बई, ब्र.कु. सुरेन्द्र भाई तथा अन्य।

सारंगपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'श्रेष्ठ कर्म और न्याय' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में न्याय विभाग के सीनियर एडवोकेट ओ.पी. विजयवर्गीय, अनिल गुप्ता, संतोष पुष्पद, ओम पुष्पद, अमित दुबे, समस्त पत्रकार बंधु गण, नगर के वरिष्ठ धार्मिक संस्था महादेव मित्र मंडल के सदस्यगण सहित अन्य अतिथियों को ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. मधु बहन।

मुम्बई-घाटकोपर। बोचासनवासी अक्षर पुरुषोत्तम स्वामी-नारायण संस्था के धुले,महाराष्ट्र स्थित श्री स्वामीनारायण मंदिर में जाने पर मंदिर में आने वाले भक्तों एवं मंदिर के गुरुकुल स्कूल के युवा शिष्यों के बीच गुलदस्ता भेंट कर उनका सम्मान करते हुए स्वामीनारायण मंदिर के कोठारी महाराज श्री आनंद जीवन स्वामी जी।

पूर्णा-परभणी(महा.)। डॉ. एस.डी. मोरे,डायरेक्टर एवं डीन,कृषि सेवा केन्द्र,पोखरणी,नांदेड़ को सात दिवसीय राजयोग कोर्स कराने के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. प्रणिता बहन।

पुणे-सांगवी(महा.)। गुढ़ी पाडवा के अवसर पर संस्कृति संवर्धन व विकास महासंघ,सांगवी विभाग की ओर से आयोजित भव्य शोभायात्रा में ब्रह्माकुमारीज़ एवं अन्य पारंपरिक संस्थाओं को शामिल होने का निमंत्रण दिया गया। जिसके पश्चात् इस शोभायात्रा में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा विशेष शिवलिंग की स्थापना की गई एवं ब्र.कु. भाई-बहनों द्वारा कलश लेकर एवं शिव ध्वज लहराते हुए जन-जन को 'राजयोग द्वारा सुख और शांति' का संदेश दिया गया। इस शोभायात्रा में 100 संस्थाओं ने भाग लिया। सभी संस्थाओं के प्रमुख कार्यकर्ता, गणमान्य नागरिक, नगरसेवक व सामाजिक कार्यकर्ता उपस्थित रहे।

सैलाना-म.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के अवसर पर 'खुशहाल महिला-खुशहाल परिवार' कार्यक्रम में 10 पार्षद बहनों के सम्मान के पश्चात् समूह चित्र में नामली नगर परिषद अध्यक्ष अनीता परिहार, सैलाना नगर परिषद अध्यक्ष अंशु पाटीदार, नामली नगर परिषद उपाध्यक्ष पूजा योगी, ब्र.कु. अनीता बहन, ब्र.कु. सविता बहन, ब्र.कु. रजनी बहन तथा अन्य।

बिलासपुर-शुभम विहार(छ.ग.)। राष्ट्रीय महिला आयोग की अध्यक्षा रेखा शर्मा एवं सरोज पांडे को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सरिता बहन तथा अन्य।