

संस्कार केवल प्रतिक्रिया के

कहा जाता है आदत वो है, अगर करो तो कुछ न मिले, न करो तो कुछ खो रहा है ऐसा मालूम पड़े। तो आप ये देख लें जिस चीज को करने से कुछ नहीं मिलता, उस चीज को न करने से क्या खोयेगा! आज हम इसकी थोड़ी-सी गहराई में जाते हैं कि क्रिया की आदत नहीं है, माना कोई भी कर्म जो हम करते हैं, उस कर्म का क्या संस्कार है? जैसे आप खाना खाते हैं, पानी पीते हैं, उठते हैं, रोज़ का आपका ये रूटीन है, लेकिन उसका कोई संस्कार ऐसा नहीं है जो आपको तंग कर रहा हो। उठना ईज़ी लगता है, लेकिन अगर उसपर किसी ने प्रतिक्रिया कर दी या किसी ने आपको कुछ बोल दिया कि सुबह लेट उठते हो या रोज़-रोज़ आपको नहाने में देरी हो जाती है या जो भी आप कर्म कर रहे हो, उसके प्रति यदि किसी ने थोड़ी-सी भी प्रतिक्रिया की और आपकी तरफ से कुछ हुआ तो वो चीज़ संस्कार बनाती है। वो चीज़ संस्कार पैदा करती है।

तो कहा जाता है, हमारी क्रिया या कर्म हमको बांधती नहीं है लेकिन प्रतिक्रिया बांधती है। प्रतिक्रिया कैसे बांधती है, इस बात को समझेंगे। क्रिया में या कर्म में आप मालिक होते हैं, लेकिन प्रतिक्रिया में दूसरा मालिक है। जैसे ही आपने प्रतिक्रिया की, आपके अंदर बंधन बंध

जायेगा। जाल मजबूत होता चला जाता है। लेकिन आप प्रतिक्रिया न करो तो बंधन बंध ही नहीं सकता। एक उदाहरण से हम इसको समझ सकते हैं, कि जब हम किसी पर ध्यान देते हैं, तो

कोई फर्क नहीं पड़ता। लेकिन जैसे ही किसी ने कुछ बोला और आपके अंदर से उसका कोई न कोई जवाब मिला, तो उसका संस्कार बनेगा। तो जब हम किसी पर ध्यान देते हैं, तो उसको पोषण देते



आप उसको पोषण देते हैं, अगर आप ध्यान न दो तो वो अपने आप ही चला जायेगा। लेकिन जैसे ही आपको किसी ने कुछ बोला, जैसे आप कम्प्यूटर पर काम कर रहे हैं, आप कर रहे हैं, आपको

हैं। जैसे खाली घर हो तो भिखारी अपने आप चला जाता है, लेकिन जैसे ही हमने कहा कि कुछ नहीं है, तो वो वहीं खड़ा रहता है। क्योंकि आपने प्रतिक्रिया दी, प्रत्युत्तर दिया, तो फिर वो कुछ न कुछ तो

कहेगा। इसका मतलब आपने उत्तर दिया माना आप हो और आप राजी हो, तभी तो प्रतिक्रिया कर रहे हो।

तो देखो, ध्यान क्या है, पर्दा हटाने की कला है। पर्दा जो बुना है विचारों से, उसको हटाने की ही तो कला है। इसीलिए इस समाज में जो भी हमने संस्कार बनाये, वो सिर्फ और सिर्फ उस कर्म के प्रति जो रिएक्शन मिला है, उसका संस्कार हमने बनाया है, ना कि कर्म का संस्कार है। अब इसको बैठ के मनन-चिंतन करके देखो, जीवन की इस भागदौड़ में हमको परमात्मा कहते हैं कर्म करो, फल की इच्छा मत करो। लेकिन फल की इच्छा न करना ही कर्म को बढ़ावा देना है। और इस बात को समझने के लिए, इस बात को फील करने के लिए आपको सबसे पहले ये समझना जरूरी है कि हर कर्म का अपने आप ही फल मिल जाता है।

तो परमात्मा हमको कर्म करके भूलना सिखाते हैं। क्योंकि आज जो भी आपको दुःख और दर्द होता है, जो भी आपने कर्म किया है उसपर अगर किसी ने कमेंट किया है, उस कमेंट का जवाब देने से ही दुःख और दर्द पैदा हुआ है। लेकिन अगर आप चुप रहो, उसको सुधारते जाओ, उसमें बुरा-अच्छा आपको कुछ समझ नहीं आ रहा है, तो समझो आपने कर्म को किया और भूल गये। तो परमात्मा हमको रोज़ कर्म को अकर्म बनाना सिखाते हैं, कि मैं इस कर्म को करूँ और भूल जाऊँ। जैसे ही उस कर्म को मैं भूलूँगा, वैसे ही समझो मैंने जग को जीत लिया। लेकिन मुझे याद

रहता है कि आज तो मैंने ये किया और उसपर क्योंकि कमेंट हमने सुना हुआ है, किसी ने अच्छा बोला है तो अच्छे की प्रतिक्रिया याद है, किसी ने बुरा बोला है तो बुरे की प्रतिक्रिया याद है। वो प्रतिक्रिया के संस्कार हैं न कि आपके कर्म के संस्कार हैं।

बहुत गहराई से हम इस बात को समझेंगे कि जो भी आज आपको चाहे शरीर के ऊपर, चाहे सम्बंधों के ऊपर, चाहे किसी बात के ऊपर, चाहे किसी चीज़ के ऊपर जो कमेंट मिला है, उसी कमेंट का संस्कार ही आज हम ढेर रहे हैं। तो आज वो प्रतिक्रिया हमको बांधती है, छोड़ ही नहीं रही है। छोड़ने का प्रयास हम कर रहे हैं लेकिन नहीं छोड़ रही है। तो हम जब बैठ के इस बात को सीखते हैं, सोचते हैं, बैठ के बुनते हैं तो पता चलता है कि ध्यान इसी क्रिया को करने का नाम है कि मैंने कर्म किया और भूल गये। कोई भी कर्म करके भूलना ही अकर्म है। और ध्यान की ये सबसे ऊँची अवस्था है, योग की सबसे ऊँची अवस्था मानी जाती है। तो चलो आज हम इसको गहराई से चिंतन-मनन करके और अच्छे से अंदर ले जायें ताकि कर्म करें और भूलें।

ब.कु. अनुज भाई, दिल्ली

अनुभव

सावित्री गायकवाड़ पुणे, मैं ईश्वरीय विश्व विद्यालय से जुड़ी हुई हूँ। मेरी आंटी ने कुछ समय पहले सुसाइड कर लिया। इसके कारण मेरे अंकल बहुत डिस्टर्ब रहा करते थे। और रात को उन्हें बहुत डर लगा करता था। और अब जब मैंने उनसे बात की, अपने अंकल को बताया कि मैं

मास्टर सर्वशक्तिकान हूँ और मैं निर्भय हूँ इसका अभ्यास कीजिए। उन्होंने अभ्यास किया इसका और दो ही दिन में चमत्कार ये हुआ कि उनके अन्दर का भय दूर हो गया और उन्हें नींद अच्छी आने लगी।

अनुभव

एक अनुभव आया कि एक कुएं में खारा पानी था। तो उसने क्या किया एक घड़ा पानी उससे निकाला और उसको दृष्टि देकर 21 बार संकल्प किया कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ और वापिस उसे कुएं में डाल दिया। रोज़ वो एक बार करने लगी। घड़ा भरे पानी का, दृष्टि देकर 21 बार संकल्प करे मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। कुछ दिन करने के बाद ही कुएं का पानी मीठा हो गया। बड़ी खुशी से समाचार लिखा। हमने कहा कि ये तो बहुत अच्छा हुआ।

अनुभव

दिल्ली में गया सत्कार भवन, पुरानी दिल्ली, रेलवे स्टेशन के पास। एक युगल बहुत खुश, उसका पति जो था वो बहुत खुश। मैंने पूछा कि आप बहुत खुश नजर आ रहे हैं। उसने बताया कि मेरी पत्नी को गले की तकलीफ कितने सालों से थी। न ठीक से बोल पाती थी, न सो पाती थी। भारी गला, एकदम दर्द तो चार्ज कर पानी पीना शुरू किया तो कुछ ही दिन में सारी बीमारी ठीक हो गई। सचमुच ईश्वरीय शक्तियां, स्फिरिचुअल एनर्जी बहुत बड़ी चीज़ है। जहाँ सबकुछ फेल हो जाता है, वहाँ अगर मनुष्य सच्चे दिल से, भावनाओं से, फुल एकाग्रता के साथ अभ्यास करता है तो सुन्दर-सुन्दर रिजल्ट आते हैं। इसमें कोई सन्देह नहीं।

अनुभव

दर्शिल जोशी बताते हैं कि पहले मुझे बहुत गुस्सा आता था लेकिन

जब से मैंने समाधान देखना शुरू किया है तो इमोशनली बहुत स्ट्रॉन्ग हुआ हूँ और अब मैं बिल्कुल भी गुस्सा नहीं करता। आपको बहुत-बहुत शुक्रिया।

प्रश्न : मेरा नाम प्रशांत पोखरियाल है। मैं काठमांडू से हूँ। मेरा प्रश्न ये है कि क्या कोई ऐसा उपाय है कि जीवन में कोई समस्या ही न आवे?

तो वो ना शराब पीए, न ही लड़ाई-झगड़ा करे। अगर हम सचमुच समस्याओं से मुक्त जीवन चाहते हैं, ऐसा कुछ नहीं है कि समस्याओं से मुक्त जीवन नहीं हो सकता है, होता है और बहुतों का है। ना बीमारियां बहुत परेशान करती हैं, सम्बन्धों में बहुत स्वीटनेस है। बच्चे, मात-पिता, सब एक-दूसरे के आज्ञाकारी, सब चरित्रवान, बिल्कुल घर में सुख, शांति, आनंद, प्रेम छाया रहता है। इसमें करना पड़ेगा स्नेह, सहयोग और सम्मान, एक-दूसरे के लिए। दूसरा अपनी दिनचर्या को ऐसा बनाना पड़ेगा कि हम ईश्वरीय ज्ञान और राजयोग की प्रैक्टिस के लिए समय दें अपने-आपको। अपने विचारों को बहुत पॉजिटिव कर लें और लगातार स्वमान की सुन्दर प्रैक्टिस करते रहें ताकि हमारे विचार महान रहें। कई बार ऐसा होता है समस्यायें होती नहीं लेकिन मनुष्य समस्या फील करता है। हमारा सोचना इतना ब्रॉड हो जाये, इतना हम विशाल हो जायें कि ये तो रूटिन है, ये तो चलता ही रहता है। हम हर सिचुएशन को एनर्जीय करें। ऐसा जीवन बनाया जा सकता है।

प्रश्न : मेरा 21 साल का बेटा है और एक ही है। उसको कुछ तकलीफें थीं। डॉक्टरों ने कुछ चैकअप के बाद बताया कि उसको कैंसर है और कैंसर भी लास्ट स्टेज तक पहुँच गया है। अभी उसकी मृत्यु निश्चित है। हम बहुत परेशान हैं, दुःखी हैं। क्या अध्यात्म और योग से कुछ मदद मिल सकती है?

उत्तर : आपको निराश बिल्कुल नहीं होना चाहिए, अभी उसकी मृत्यु को स्वीकार नहीं कर लेना है। राजयोग आपने न सीखा हो तो आप उसे ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र पर जाकर सीख लें। क्योंकि स्फिरिचुअल पाँवर सबकुछ कर देती है। भक्ति का महामृत्युंजय मंत्र भी कईयों को मृत्यु के मुख से बाहर निकाल सकता है। मैंने अपने ही जीवन में दो केस ऐसे देखे हैं। महामृत्युंजय मंत्र का बहुत अच्छे विद्वान पंडितों ने जब अच्छा जाप किया, विधि-विधान पूर्वक, तो बच्चे जिनकी मृत्यु डिक्लेयर थी वो मृत्यु से बाहर आ गये और बहुत अच्छी स्थिति में हैं। और

राजयोग तो उससे बहुत बड़ी चीज़ है। मैं कहूँगा उससे 100 गुणा अधिक पाँवर है राजयोग में। राजयोग माना भगवान की शक्तियां हमारे साथ काम करने लगती हैं। एक तो विज्ञान बनायें कि तीन मास में बच्चा बिल्कुल ठीक हो जायेगा। चार्ज करके उसको अच्छी तरह पानी पिलायें। बहुत भावना के साथ पानी को चार्ज करें। पानी को दृष्टि देकर मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। कभी मैं मास्टर सर्वशक्तिकान हूँ। भले ही थोड़ा-थोड़ा पानी पियें ताकि दस बार पी सकें।

दूसरा उसके ब्रेन को एनर्जी देना। जो हम हमेशा विधि बताते ही रहते हैं। हाथों को मलते हुए याद करें 2-3 बार कि मैं मास्टर सर्वशक्तिकान हूँ, और उसके ब्रेन पर रख दें। बीज हर बीमारी के ब्रेन में ही होते हैं। और संकल्प करें कि इससे इसका ब्रेन परफेक्ट हो जाये। और ये जो कैंसर है उसको नष्ट करें। एनर्जेटिक हो जाये। और आप अपने बच्चे को भी राजयोग मेडिटेशन सीखा दें। वो भी राजयोग मेडिटेशन करें और आप भी करें। एक घंटा सवेरे और एक घंटा शाम को। मतलब आप अपने आप को अपने बच्चे के लिए डेडिकेट कर दें, चिंता के बिना। क्योंकि चिंता से निगेटिव एनर्जी फैलेगी। उसको इतना खुश कर दें कि उसके अन्दर से आवाज़ आने लगे बस मैं ठीक हुआ कि हुआ, ये बीमारी गई कि गई। और घर में भी खुशी का माहौल बना दें, उदासी का नहीं। एक अच्छी स्थिति से यदि आप करेंगे तो हॉस्पिटल तीन मास में सबकुछ ठीक हो जायेगा। हम सबकी ब्लैसिंग्स हैं।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

मन की ख़ुशी और सच्ची शांति के लिए देखें आपको अपना 'पीस ऑफ़ माइंड' और 'अवेकनिंग' चैनल

TATA Sky 1065	1065	Peace of Mind
1221	678	1084
1084	1060	578
AWAKENING	TATA Sky	1084
The Brahma Kumaris TV Channel - a satellite of	1060	578
GTPL	578	

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दे



- राजयोगी ब.कु. सूरज भाई

मन की बातें

उत्तर : बिल्कुल ऐसा संसार आने ही वाला है। जिनके जीवन में कोई समस्या नहीं होगी। सचमुच समस्याओं को मनुष्य ने स्वयं ही क्रियेट किया है। अपने मनोविकारों से, अपने व्यसनो से। एक दिन मैं हॉस्पिटल में गया तो डॉक्टर के पास एक बूढ़ा व्यक्ति आ रहा था, बड़ा गिड़गिड़ा रहा। बहुत चोट लग गई थी हाथ में, सूजन हो गई थी। डॉक्टर ने पूछा क्या किया, तो उसने कहा कि साहब मैंने शराब पी ली थी और लड़ाई में मारपीट हुई तो उसने मुझे मारा है। डॉक्टर ने कहा कि जब आप शराब छोड़ेंगे तब ही दवाई दूँगा। तो उसने कहा कि आज से मैं कभी नहीं पीरूँगा। उनकी आदत बनी हुई है। लेकिन इन चीज़ों ने समस्याओं को क्रियेट किया है। वो इतना सूज गया था इसलिए वो इतना दुःखी था। अगर वो अच्छा व्यक्ति