

## हम अपने इन-चार्ज बनें...

कुछ विशेष प्राप्त करने के लिए व्यक्ति व्रत रखते हैं, मन्त्र मांगते हैं, इसके पीछे उनका उद्देश्य यही होता कि जो रुकावटें, बाधाएँ, कठिनाइयाँ हैं, उनसे मुक्त होना, आगे बढ़ना, जो प्राप्त करना चाहते हैं उसे गति देना। ये हर वर्ग के लोगों पर लागू होता है वह चाहे साधारण व्यक्ति हो, बिजनेसमैन हो, प्रोफेशनल हो, चाहे स्टूडेंट हो, सभी अपने-अपने तरीके से आगे बढ़ने के लिए इस तरह के नियम व व्रत रखते हैं। इसी कड़ी में साधना के पथ पर चलने वाले भी समय-प्रति-समय अपने को और उच्चता की ओर अग्रसर करने के लिए कठोर साधना, उपासना व दृढ़ संकल्प करते हैं।

कहने का भाव यह है कि जहाँ हम हैं, उससे उच्चता व विकास की ओर आगे बढ़ें। साधना करने वाले जैसे कोई त्योहार आता है, शिवरात्रि, नवरात्रि, जन्माष्टमी तो उसमें वे व्रत रखते हैं ताकि वे सफलता की सिद्धि को प्राप्त कर सकें। स्थूल रूप में कोई सिर्फ जल पर अपना जीवन यापन करते, कोई उपवास करते, कोई नंगे पांव चलते, ऐसे-ऐसे अपने शरीर को कष्ट देते हैं। किंतु ये सब आंशिक रूप से तो ठीक है लेकिन उनसे कोई



राजयोगी द.क. गंगाधर

उनकी कामनायें पूर्ण रूप से अर्जित नहीं होती। जबकि आध्यात्मिक मार्ग में भी ऐसे ही साधक अपने आत्म-गौरव के लिए या उन्नति के लिए कुछ कठोर नियम व सिद्धान्त बनाते हैं। हम कहना ये चाह रहे हैं कि जब हमें आगे बढ़ना है आध्यात्मिक रूप से तो आत्मोन्मुख होना बहुत जरूरी है। उसके लिए अपने आप को आध्यात्मिक शक्तियों से चार्ज करना है अर्थात् सूक्ष्म शक्तियों को, वैल्यू को केंद्रित कर अपनी सच्चाई और सत्यता की कसौटी पर कसना है। कई बार कोई कहते हैं मैं इंचार्ज हूँ, इसका मतलब ये है कि जिस व्यवस्था को वो निर्देशित व संचालित करता है, उसकी उसे नॉलेज है, समझ है। अगर इंचार्ज शब्द को हम एनालाइज करें तो इन+चार्ज। इन माना अंदर, भीतर से अपने आप को चार्ज करना, जो भीतर में मौजूद है उसे एक्टिवेट करना, सशक्त बनाना, सशक्तिकरण करना। उसके लिए उसे इंद्रोवर्त होना बहुत जरूरी है। यानी कि उसका स्वरूप बनना।

आत्मा में मौजूद जो शक्तियाँ हैं उससे व्यक्ति आज पूर्णतः परिचित नहीं है। उसके कारण वो व्यवहारिक जीवन में अपने आप को कमजोर व असहाय महसूस करता है। जब हम इंद्रोवर्त होते हैं तो हम अपने आप से अर्थात् अपनी क्षमताओं से रूबरू होते हैं, शक्तियों से रूबरू होते हैं। फिर हम उसपर निरंतर फोकस होते हैं तब हमारा स्वमान जागृत होता है। अर्थात् हममें वो कर गुजरने की पॉवर व उमंग उत्साह पैदा होता है जिससे हम आत्मिक शक्तियों का व्यवहार में उपयोग व प्रयोग करने की दिशा में प्रेरित होते हैं। माना कि बाह्य प्रभाव व बाह्य फोर्स से लड़ने का एक जज़्बा हमारे अंदर काम करने लगता है।

तो जब हमें ये समय मिला है तो हम साधना के भिन्न-भिन्न मुकाम हासिल करने के लिए अपने आप से एक प्रोग्राम बनायें और उसका दृढ़ता से पालन करें, क्योंकि हम जानते हैं समय नाजुक दौर से गुजर रहा है, उसमें हमें न सिर्फ खुद को सुरक्षित रखना है अपितु दूसरों को भी सुरक्षा प्रदान करना हमारा कर्तव्य है। कहने का भाव ये है कि विश्व परिवर्तन के कार्य के लिए परमात्मा ने हमें चुना है, हमें योग्य समझा है तो उस कर्तव्य को हमें ईमानदारी से निभाना है। तो साथियों, हमें ज्ञान है और सबसे बड़ी बात, स्वयं परमात्मा का साथ हर पल हमारी मदद के लिए उपलब्ध है। ये बात स्वयं परमात्मा के शब्दों में- 'मैं हर पल आपके साथ हूँ, कम्बाइंड हूँ, आप अकेले नहीं हो।' तो उसका लाभ लेते हुए अपने कर्तव्यों का पालन करना हमारे लिए बहुत सहज भी है। सिर्फ हमें अपने अंदर मौजूद स्वमान को सही प्रारूप देकर परमात्मा के कार्य में मददगार बनना है। तो हम स्वयं को न सिर्फ ऊपरी तौर पर इंचार्ज समझें अपितु इन+चार्ज यानी भीतर से चार्ज होकर स्वरूप बनें।



राजयोगिनी दादी प्रकाशमणि जी

यह मौन भट्टी है ही विशेष मन का मौन करके अपना मनोबल बढ़ाने के लिए, इसके लिए हरेक को गहराई से अपने आपमें चेक करना है कि हमारे मन में कहाँ तक शुद्ध संकल्प चलते हैं? कहाँ तक हम मन का मालिक राजा बन, मन वजीर को बाकायदे शुद्ध संकल्पों में, मनन चिंतन में रखते हैं? या मैं-मैं के देह अभिमान में व्यर्थ संकल्प चलते हैं? स्व के बदले पर को (दूसरे को) देखते-सोचते, संकल्प करते या ज्ञान सागर बाप के ज्ञान के खजाने का मनन करते हैं? मन के संकल्प सर्व प्राप्ति में मगन रहते हैं? सर्व प्राप्ति के खजानों को पाकर अपार खुशियों में रहते हैं?

मन में सकल्प पाँजिटिव चलते या निगेटिव चलते? तो विशेष यह भट्टी है खास इसी बात की चेकिंग करने की। हर प्रकार के निगेटिव थॉट्स को परिवर्तन

कर पाँजिटिव सोचो। जितना-जितना पाँजिटिव सोचेंगे उतना मन की शुद्धि होती जायेगी, एकाग्रता बढ़ती जायेगी। पाँजिटिव में भी स्व का चिंतन विशेष करना है। पर को देखने के बदली स्व को देखो। यह कभी नहीं सोचो कि मैं सेवाधारी हूँ, परन्तु मैं ईश्वरीय सेवाधारी

ऊपर निर्विघ्न अवस्था बनाना। सम्पन्न बनने का अर्थ है ही सर्व कमियों कमजोरियों को समाप्त करना। जैसे पढ़ाई में परीक्षा के दिन होते तो होशियार स्टूडेंट का लक्ष्य होता कि मुझे फर्स्ट डिवीजन में पास होना है। पास विद ऑनर बनना है। जब हम पास विद ऑनर्स हों तब तो

संकल्प करके निकालो लेकिन यह चिंतन करो कि हमें ऐसी ऊँची स्थिति बनानी है। अपने आपको इतनी ऊँची दृष्टि से देखो कि बरोबर हम ऊपर में बाबा के साथ फरिश्तों की दुनिया में उड़ रहे हैं। नीचे में आकर, व्यक्तियों को देख व्यक्तित्व में अपना समय, शक्ति खर्च

## आपका संकल्प, बोल और चेहरा ही बाप का साक्षात्कार करायेगा

हूँ, तो हमारा हर संकल्प, हर बोल, हर कदम सेवा में हैं या ईश्वरीय सेवा में हैं? यदि मैं सेवा में हूँ तो भी कहीं देह अभिमान या मैं पन आ जाता है। लेकिन मैं हूँ ही ईश्वरीय सेवा पर तो मेरा जो भी खाता है वह बाबा की दरबार में जमा है। तो हर एक अपना ईश्वरीय खाता चेक करो।

हम सभी का लक्ष्य है कि हमें बाप को प्रत्यक्ष करना है। तो बाप को प्रत्यक्ष करने के लिए हमें स्वयं में क्या धारणा करनी है? कई बार बाबा ने मुरली में कहा है तुम्हारा संकल्प, बोल, तुम्हारा चेहरा ही बाप का साक्षात्कार करायेगा। यह बहुत बड़ी जिम्मेदारी बाबा ने हम सबको दी है। तो खुद को देखो कि मैं बाप समान सम्पन्न बना हूँ? बाप समान सम्पन्न बनना माना ही सर्व विघ्नों से

जब हम पास विद ऑनर्स हो तब तो धर्मराज की सजाओं से मुक्त हों। धर्मराज बाबा हमारा स्वागत करें। बाबा हमें अपनी भुजाओं में वेलकम करें। बाबा कहे ओ मेरे समान बच्चे! आओ। बाबा के समान की हमें मार्क्स मिलें, यह है इस भट्टी का पुरुषार्थ।

धर्मराज की सजाओं से मुक्त हों। धर्मराज बाबा हमारा स्वागत करें। बाबा हमें अपनी भुजाओं में वेलकम करें। बाबा कहे ओ मेरे समान बच्चे! आओ। बाबा के समान की हमें मार्क्स मिलें, यह है इस भट्टी का पुरुषार्थ।

भट्टी में कमजोरी का चिंतन नहीं करो। यह-यह कमजोरी है, उसे सोचकर एक बार बुद्धि से निकाल दो। चाहे उसे लिखकर निकालो, चाहे बुद्धि में दृढ़

नहीं करो। यह बहुत बड़ी सूक्ष्म स्थिति बनाने की चैलेंज बाबा ने हमें दी है। कोई भी बात व्यक्त में आकर करेगी तो जैसे पत्थर तोड़ेंगे लेकिन ऊपर से उड़ जाओ तो सभी बातें सहज ही क्रॉस को जायेगी माना निवारण हो जायेगी। तो जितना भी टाइम साइलेंस में बैठो उतना समय गहराई से अनुभव करो कि हम इस देह से परे उड़ गये हैं। उड़ना माना विदेही बन फरिश्तों की दुनिया में पहुंच जाना। जितना लाइट बन लाइट की दुनिया में, फरिश्ते स्थिति में रहने का अभ्यास करेंगे उतना ऑटोमेटिक मैंपन निकल जायेगा। और जितना यह अभ्यास करेंगे उतना जो भी कोई कमजोरी होगी, अपवित्रता के संस्कार आदि जो भी कुछ हैं वह सब खत्म हो जायेगी।

## सफलता के लिए दृढ़ता को अपनायें

योग के लिए टाइम नहीं मिलता कई भाई बहनें हमको क्वेश्चन पूछते हैं। जब मिलते हैं ना तो कहते हैं बहन जी हम बहुत कोशिश करते हैं कि योग करें लेकिन हमें टाइम ही नहीं मिलता। टाइम की बड़ी प्रॉब्लम है। काम ही ऐसा है। हम उनसे पूछते हैं एक बात। हम उनसे पूछते हैं एक बात। बताया है हमने पहले भी। तो आप सारे दिन में पानी पीते हो? कितने वारी पीते हो,

संकल्प चल रहा है मैं उसको खत्म करके बेस्ट संकल्प करने जाती हूँ तो कितना टाइम लगेगा! कहने में भी ज्यादा टाइम लगा। तो बाबा ने देखो कितनी विधियाँ और दूसरा हमने कहा जब हम खाना खाते हैं तो उस टाइम तो अकेला ही खायेंगे ना! कभी कोई पार्टी की वो बात अलग है। लेकिन तीन वारी तो खाते हो? चार वारी खाते हो। और खाने में तो 15-20 मिनट लग ही जाता है। उस समय सिर्फ बातें नहीं करो। अगर खाने का चार टाइम भी आप 15-15 मिनट अपना पुरुषार्थ करो, मन्सा



राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी जी

सात-आठ वारी तो पीते होंगे? और वो टाइम तो निकालते हो ना! कोई भी कड़ा डिक्टेटर (तानाशाह) होगा ना वो आपको पानी पीने की मना नहीं करेगा। हक है हमारा। अच्छा, पानी पीते हो उसमें एक मिनट लगता है? गिलास उठायेगे साफ करेंगे, डालेंगे, पियेंगे। और पीने की तो आपको आदत है मुख में ही जायेगा, नाक में तो जायेगा नहीं। अभी वो टाइम तो मिलता है। उस टाइम में क्यों नहीं आप अपना चेक करो और चेंज कर लो। अगर मानो वेस्ट थॉट्स हैं तो चेक किया और चेंज कर लो। वेस्ट के बजाय बेस्ट थॉट जो हैं शुभ संकल्प मनन वो शुरू कर दो। इसमें टाइम क्या लगता है? मानो अभी मेरे को व्यर्थ

आपका एक घंटा तो ही जायेगा। जो भी पर्सनल समय हमारा है जिसको कोई नहीं रोक सकता। चलो नीचे-ऊपर हो सकता है। दो बजे खाओ, चार बजे खाओ ये हो सकता है लेकिन खायेंगे तो सही ना! तो अपने पुरुषार्थ की अगर लगन है तो अटेन्शन है बाबा की श्रीमत याद है, मुझे बाबा ने जो कहा है वो करना ही है। करेंगे हो जायेगा, गा-गा तो बाबा को अच्छा नहीं लगता। करना ही है। बाबा ने एक मुरली में कहा कि जब आप चाहते नहीं हो बाँडी कॉन्सेस होना लेकिन फिर भी बाँडी कॉन्सेस हो जाते हो तो कमी क्या है? कमी है, बाबा ने कहा संकल्प करते हो, चेकिंग करते हो लेकिन दृढ़ता की कमी है। और सफलता की चाबी जो है, वो दृढ़ता है।

बाप जानीजाननहार है, जहाँ जरूरत है अपने आप देता है। अगर हमारे में कोई कमी है तो बाबा का नाम बाला नहीं कर सकेंगे। मेरा नाम बाला हो, मुझे नाम चाहिए ही नहीं। पर मेरे बाबा का नाम हो, बाबा कितना कल्याणकारी है, किसी को अनुभव हो जाये, यह उसकी संतान है। आज की दुनिया में कोई भी निष्कामी, निरहंकारी नहीं है। अगर हमारे में ये दो बातें नहीं आयी तो सम्पन्नता बहुत दूर हो जायेगी। जो बाबा ने मुझ आत्मा प्रति कहा है वो मैं भूल जाऊँ, बाकी बातें याद करूँ तो मेरे जैसा मूर्ख कोई नहीं। कोई पराई और पुरानी बातें याद करना माना सब कुछ गंवा देना। सम्बन्ध में भी सहयोग नहीं मिलेगा, फिर सारा बोझ सिर पर आयेगा।

अपनी बुद्धि चलाने के बजाय, उससे योग क्यों न लगाऊँ। शुरू से लेकर अगर कोई हमारे में कमजोरी रही तो कमी भी रहेगी। ज्ञान का



राजयोगिनी दादी जानकी जी

कमजोरी हो गयी। उसमें सम्पन्नता तो और दूर हो जायेगी। अपने को सम्भालने के लिए बाबा एक दम सामने आ जाता है, तुम क्या कर रही हो। कभी हम बाबा को नहीं कह सकते कि बाबा यह बिगड़ गयी है, अरे तुम क्या कर रही थी! यज्ञ बाबा का सो हमारा है, इसने किया, नहीं कह सकते हैं। तुम क्या कर रही थी?

बाबा हमको क्या बनाने चाहता है, वो करके दिखाया है। कितना भगवान को प्यार है, मैं तो यही देखती रहती थी। इतना प्यार मुझ आत्मा में है। अगर मेरे में प्यार नहीं तो मैं सूखी काठी

## बापदादा से जो खजाने मिले हैं बुद्धि उसी में रमण करती रहे

खजाना, समय का खजाना, गुणों का खजाना, शक्तियों का खजाना जो हमें मिला है। उस खजाने को सम्भालना और बढ़ाना है। उसी में बुद्धि रमण करती रहेगी तो जीवन में रमणीकता आयेगी।

मेरे जैसे को हंसाना मुश्किल था, मैं समझती थी ये भी टाइम वेस्ट है। पर यह अक्ल नहीं था कि रूहानियत में भी रहूँ और रमणीकता भी रहे। रूहानियत अपने स्वमान में रखती है, रमणीकता मीठा स्वरूप नम्रता वाला औरों को समीप ले आता है इसलिए अपने पास इतना खजाना हो जो कोई भी सामने आये, अच्छी रूहानियत तो करे ना। अरे मुस्कुराऊँ तो सही! अन्दर से अपने आपको बाबा समान बनाना है। हम बाप समान बनते जायें तो और समानता में समीप आते जायेंगे। संग में समान बनते जायेंगे। सच्चाई, स्नेह, समीपता बाबा के नजदीक ले आती है। जो हमारे संग साथ है, उनको भी ऐसे फीलिंग हो कि हम बाबा के साथ रहते हैं। केवल मैं नहीं रहती हूँ, हम सब बाबा के साथ रहते हैं।

सम्पन्न बनने में मेरी कमी या दूसरे की कमी बीच में इन्टरफियर न करें। अगर मेरी कमी हुई तो दूसरों को भी तकलीफ होगी। या दूसरों के कमी की मुझे तकलीफ होती है तो वो मेरी

हूँ, और सूखी काठी आपस में रगड़ेगी तो आग लग जायेगी। फिर बुझाये कौन! तो प्यार का सागर मेरा बाबा, ज्ञान देता है और कहता है कि ज्ञानी तू आत्मा मुझे प्रिय लगती है। यह भी समझाया है कि ये स्तोगुण हैं, ये आसुरी गुण हैं, छोटी-छोटी बातों में भी बाबा ने इतना ध्यान खिंचवाया है, हम उन बातों में ध्यान न रखें और बातों में ध्यान रहे तो बाबा कहेगा कि यह मोटी बुद्धि है।

बाबा के काम का मुझे बनना है, बाबा के साथ प्यार है ना! दिल दिलवाले को दी है, दिलवाले के साथ तपस्या कर रहे हैं। वह कहता है तुम मेरी दिलरूबा हो, अगर वह कहे तुम मेरे काम की नहीं हो, तो संगम पर जीना किस काम का! जो मुझे अच्छा लगता है वो मैं करूँ, तो बाबा कहेगा तुम मेरे काम की नहीं हो।

सर्वशक्तिकान बाबा की शक्ति काम करती है, सिर्फ हम लेते जायें। अपनी कमजोरी, कमी में अगर वो शक्ति नहीं खींच सकेंगे तो क्या हाल होगा! संगमयुग की सुनहरी घड़ियाँ हैं, भगवान स्वयं पढ़ाकर लायक बना रहा है। तो जो कमी-कमजोरी है उसे खत्म करना है, दूसरों की कमी-कमजोरी नहीं देखना है। दूसरों की कमी मुझे कमजोर करेगी, पर मेरी कमी-कमजोरी को बाबा खत्म कर देगा।