

हमारे जीवन के लिए आदर्श कौन हो सकता है

आप सभी जब भी किसी अच्छी बात की शुरुआत करते हैं तो हमेशा कहते हैं कि हमारा जीवन उनसे प्रेरित है। किसी महान आत्मा का नाम ले लेते हैं जिनसे आपका जीवन प्रेरणा लेता है। आप उसी के आधार से आगे भी बढ़ते हैं और आपको अच्छा भी लगता है। और ये सच बात भी है। निश्चित रूप से किसी न किसी को जीवन में हम प्रेरणा तो बनाते ही हैं। लेकिन कई बार जब हम जिसको प्रेरणा बनाये हुए होते हैं और जिसके आधार पर अपना कर्म शुरू किया होता है, लेकिन जब उनकी कोई भी ऐसी बात कुछ दिन बाद हम सुन लेते हैं, देख लेते हैं तो हमारे मन के भाव बदल जाते हैं कि मैंने तो इनको अपना आदर्श बनाया था। तो मेरे को लगता है कि मैंने कहीं शायद गलत तो नहीं चुन कर लिया! फिर हम विकल्प तलाशते हैं। फिर हम कुछ दिन बाद किसी और को, तो ऐसे करते-करते हमारा सारा जीवन एक उलझन में बीत रहा होता है कि किसको अपना आदर्श बनाया जाये। क्योंकि हर कोई जो भी इस दुनिया में एक-एक रोल में है वो एक दायरे में है, एक लिमिटेशन में है, और जो व्यक्ति दायरे में होता है, सीमाओं में बंधा होता है तो उसके फिर कर्म भी वैसे ही होंगे। तो

जो भी हमको आदर्श रूप में दिखता है या दिखाया जाता है उसकी भी एक सीमा है। वो सीमा से परे नहीं हो सकता। वो हमेशा एक दायरे में ही हमको दिखाई देगा। तो अब इसके लिए हम क्या ऐसा करें कि हमारे लिए एक आदर्श भी बन जाये और सीमा भी न हो। उसका दायरा भी बड़ा ऊँचा हो। उसके लिए सबसे पहले अध्यात्म को अपने जीवन में अपनाना पड़ेगा। वैसे तो हम सभी आध्यात्मिक ऑलरेडी हैं ही। हमारे अन्दर अध्यात्म है लेकिन उसके अन्दर पहचानने का मतलब ये है कि जो भी हम कर्म करते हैं, तो कर्म करने का आधार ये है कि क्या कर्म करते हुए हम उस कर्म के मालिक हैं या गुलाम हैं? जब हम किसी कर्म को करने के बाद भूल जाते हैं तो मालिक हैं और कर्म करने के बाद जब हमको सारी बातें याद रहती हैं तो हम उसके गुलाम हैं। जैसे किसी भी कर्म को करते हुए आपको ये कॉन्शियस होता है कि उन्होंने मेरे लिए, इस बात के लिए ऐसा कहा था। अगर किसी ने किसी बात के लिए आपको कमेंट कर दिया अच्छा या बुरा, तो उसके आधार से जो कर्म होता है वो कर्म भी बंधन बनाता है हमारे जीवन में। तो हमारे जीवन में बंधन का कारण क्या

हो गया? जितनी भी लोगों ने प्रतिक्रियायें की चाहे अच्छी या बुरी उसके आधार से, उसी सोच के आधार से हमने अपने आप को बांधा है।

लेकिन अध्यात्म सिखाता है कि जब आप किसी भी चीज़ में बंधन महसूस करते हैं उसी समय से आप अपनी

जो हमारा ओरिजनल नेचर है वो बिल्कुल ही स्टेबल है, स्थायी है, क्लीन है, और वो जो ओरिजनल नेचर है वो हमको कर्म के बंधन से मुक्त करता है। तो कर्म के बंधन से मुक्त कराने वाला, जो कार्य कराने वाला है उसको हम अपना आदर्श बनायें।

ऊर्जा को कम पायेंगे। एनर्जी को हमेशा लॉ पायेंगे। क्योंकि आप उस आधार से उसको खुश करने के लिए, उस लेवल पर जाने के लिए बहुत सारे वैसे तरीके भी

अपना सकते हैं, लेकिन परमात्मा एकदम अलग सिखाते हैं। वो सिखाते हैं कि आप सभी जो भी कर्म करते हो, जो भी संस्कार बनाते हो वो संस्कार आप थोड़े दिन के लिए बनाते हो। फिर वो संस्कार भूल जाते हैं अगले जन्म में। तो फिर अगले जन्म में नया संस्कार बनता है। लेकिन जो हमारा ओरिजनल संस्कार है। जो हमारा ओरिजनल नेचर है वो बिल्कुल ही स्टेबल है, स्थायी है, क्लीन है, और वो जो ओरिजनल नेचर है वो हमको कर्म के बंधन से मुक्त करता है। तो कर्म के बंधन से मुक्त कराने वाला, जो कार्य कराने वाला है उसको हम अपना आदर्श बनायें। क्योंकि हर कोई हमें कर्म में बांध रहा है। अपने-अपने दायरे के हिसाब से हमको बांधता जा रहा है। लेकिन जो हमको कर्म के बंधन से मुक्त कराता है, हमको ये सिखाता है कि सुकून तभी है जब उस बात को तुम भूल जाओ, जिसको तुमने किया है। तो वो चीज़ हमको हमेशा सुखदाई लगेगी। अब ये कार्य सिर्फ और सिर्फ परमात्मा ने किया। और परमात्मा ने जिसको अपना रथ चुना, अपना निमित्त चुना, अपना इंस्ट्रुमेंट चुना उसको भी परफेक्ट बनाया। और उस परफेक्शन को देखते हुए लगता है कि अगर आदर्श

बनाना हो तो या तो प. जापिता ब्रह्मा बाबा को बनायें, या तो परमात्मा शिव को बनायें क्योंकि परमात्मा शिव



डॉ. कु. अनुज भाई, दिल्ली

निराकार है, ज्योतिबिन्दु स्वरूप है लेकिन साकार में परफेक्शन अगर किसी के अन्दर है जो कर्म से परे था, कर्मातीत था, कर्म करके भूल जाते थे तो वो प्रजापिता ब्रह्मा थे।

इस तरह से हम अपने आपका पैरामीटर सेट करेंगे। जो कर्म बांधने वाला है, हर व्यक्ति जो हमारा आदर्श इस दुनिया में बनता है उसको फॉलो करने के बाद हम बंधते ही हैं, मुक्त नहीं होते। लेकिन परमात्मा ये है कि कर्म जो हमको मुक्त करे, हमको बांधे नहीं। नहीं तो बंधन से व्यक्ति के अन्दर बहुत सारे विकार पैदा हो जाते हैं। और वही हमें तंग करते हैं। तो आदर्श केवल और केवल परमात्मा या परमात्मा का निमित्त बनाया हुआ ये भागीरथ, भाग्यशाली रथ जिसे हम प्रजापिता ब्रह्मा कहते हैं। इसके आधार से ही सही रूप से हम इस जीवन में खुश रह सकते हैं। शांत रह सकते हैं और आगे बढ़ सकते हैं। तो चलो आज हम इनको ही अपना आदर्श बनाकर अपने जीवन को इस पट्टे पर चलाके देखते हैं।

प्रश्न : मेरा नाम सरिता है और मैं लातुर से हूँ। मेरी सात महीने की बेटी है, उसकी प्रॉब्लम ये है कि वो जब कभी भी सोती है चाहे दिन हो या रात, नींद में घबराती है, रोती है। तो इसका कारण क्या हो सकता है, इसका समाधान क्या हो सकता है?

उत्तर : अब देखिए इस बच्ची ने इस जन्म में न ऐसा कुछ किया, न देखा। पूर्व जन्मों के इफेक्ट्स के ऊपर है। या तो इसकी

मृत्यु बहुत घबराहट की स्थिति में हुई है। क्योंकि मृत्यु का इफेक्ट इतना गहरा सब्कोन्शियस में आ जाता है कि उसका इफेक्ट लम्बे समय, अगले जीवन पर चलता रहता है। या फिर इसको किसी ने मारा हो बहुत ज्यादा, किसी ने बहुत सताया हो, कष्ट देकर मार दिया हो तो इसके अर्न्तमन में भय समा गया। वो सात मास की है तो उसे वो सब सीन

याद हैं अभी। बच्चा छोटा होता है तो उसकी मेमोरी बैक में जाती रहती है। सीन जो गहराई से उसके अर्न्तमन पर छप गये हैं उसे जल्दी नहीं भूलते, यही एक कारण है कि ये घबराई हुई रहती है। इसका समाधान बिल्कुल सम्भव है। आपको अपनी बच्ची के लिए कुछ अच्छे-अच्छे अभ्यास करने होंगे। आपने अगर राजयोग नहीं सीखा है तो आप राजयोग सीख लें। आप उसके सामने बैठें, उसे आत्मा देखें और उसे आत्मा देख गुड फीलिंग दें कि नहीं अब तुम हमारे पास पूरी तरह सुरक्षित हो। तुम तो भगवान की संतान हो। ये देह तो अलग है, तुम तो चेतन आत्मा हो, अजर, अमर, अविनाशी हो। किसी ने तुम्हें कष्ट भी दिया है तो अब तुम उन्हें क्षमा कर दो। अब तुम सुखी हो जाओ। तुम तो बहुत अच्छी हो। तुम तो बहुत पॉवरफुल हो। तुम्हारे साथ स्वयं भगवान है। इस तरह के थॉट उसे सवेरे दें, दोपहर में दें क्योंकि बच्ची तो सोई रहेगी, सोते हुए को ही दे सकते हैं। तो इससे उसका ये इफेक्ट खत्म हो जायेगा। और दूसरी चीज़ है, इसके लिए एक घंटा रोज राजयोग मेडिटेशन करना होगा, केवल 21 दिन तक। तो ये योग की शक्ति उस आत्मा को निर्भय करेगी। और अगर कोई विकर्म उसको याद आ रहा है, उसके कारण भय है, एक कारण ये भी है कि आत्मा ने बहुत ज्यादा पाप कर लिए हों। क्योंकि मृत्यु के समय मनुष्य का

सब्कोन्शियस माइंड बिल्कुल क्लीयरली काम करने लगता है। तो जो-जो उसने किया वो सब मेमोरी में उभरने लगता है तो बहुत भयभीत होने लगता है मनुष्य। उसी भय में उसे यमदूत खड़े दिखते हैं, कष्ट दे रहे हैं। लेकिन ऐसा कुछ भी



- राजयोगी डॉ. कु. सुरेश भाई

मन की बातें

नहीं होता, वो उसके अपने मन की ही रचना होती है। तो ऐसे योगाभ्यास से उसके वो विकर्म नष्ट हो जायेंगे और उसके वायब्रेशन्स में बहुत परिवर्तन दिखाई देगा, उसके फेस से ही दिखाई देगा। बच्ची पीसफुल हो गयी है, उसके चेहरे पर खुशी है। घर में भी माहौल थोड़ा अच्छा रखना है। अच्छी ट्यून्स बजती रहें, अच्छे गीत बजते रहें, क्योंकि बच्चा जितना छोटा है वो इन सब वायब्रेशन्स को बहुत जल्दी ग्रहण करता है।

प्रश्न : मुझे प्रीमेच्योर बेबी हुई है उसके लिए क्या कुछ योग की विधि हो सकती है?

उत्तर : योग से तो सबकुछ अच्छा हो सकता है। क्योंकि प्रीमेच्योर जन्म जो होते हैं इसमें ब्रेन भी इन्कम्प्लीट रह सकता है। इसमें शरीर के कुछ अंग वीक रह सकते हैं। पूरी तरह से ग्रोथ नहीं होगी। किसी का कद छोटा रह जायेगा, बहुत कमजोरी

रह जायेगी अन्दर में। ये भी वही कि मनुष्य के पास जो कार्मिक अकाउंट है, उसके कारण उसकी ये स्थिति आती है। आपको ये करना होगा कि उसको जो कुछ भी खिलायें-पिलायें चार्ज करके दें अभी। चार्ज करने का तरीका वही, चाहे पानी हो, दूध हो, भोजन हो जो कुछ भी या माँ ही अपना दूध पिलाती हो तो जब माँ भी अपना दूध पिलाती हो तो वो संकल्प करे कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, ये अभ्यास करते रहें। तो दूध में वो वायब्रेशन्स बच्चे को जाते रहेंगे। और अगर बोतल से दूध पिलाया जाता है तो बोतल को दृष्टि देकर उसको भी 21 बार संकल्प कर दें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, फिर वो दूध बच्चे को दे-दें और वो पीता रहता है जैसे तो उसके द्वारा भी उसको एनर्जी जाती रहेगी और तीसरी चीज़ जो मोस्ट इम्पोर्टेंट है ब्रेन को दस-दस मिनट सवेरे-शाम एनर्जी देनी होगी और उसका तरीका हम हमेशा सिखाते हैं। दोनों हाथ मलते हुए तीन बार याद करेंगे, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। इससे हाथों में बहुत पॉवरफुल एनर्जी वायब्रेट आउट होगी। तो आप हाथ मल के बेबी के सिर पर रख दें। एक मिनट रखेंगे और संकल्प करेंगे इस एनर्जी से इसका ब्रेन परफेक्ट हो जाये। और ऐसा दस बार करेंगे, सवेरे-शाम दस-दस बार करेंगे। ब्रेन को एनर्जी जायेगी। और चौथी बात, एक घंटा इनके लिए योगदान 21 दिन अवश्य कर दें ताकि जिस कारण से ये स्थिति बनी वो हट जाये और उनका इफेक्ट खत्म हो जाये। क्योंकि इन पाप-कर्मों का इफेक्ट चलता रहता है जीवन पर। उसको काटना, वो जो वायब्रेशन्स आ रहे हैं उसको कट ऑफ करना ये बहुत जरूरी होता है। तो एक घंटा योग इसी स्वमान से कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, पॉवरफुल योग करेंगे। तो आपकी बेबी को जो कठिनाई है वो सब समाप्त हो जायेगी।

प्रश्न : मैं नेपाल से राधिका हूँ। मैं चौदह साल से विद्यालय से जुड़ी हुई हूँ। मेरी दुकान पहले बहुत अच्छी चलती थी लेकिन अब

बिल्कुल नहीं चल रही, क्या करें?

उत्तर : इसमें क्या होता है, कभी चलते-चलते मनुष्य के सामने पूर्व जन्मों के विकर्म आ जाते हैं और वो बस बाधा डालने लगते हैं। ये बहुतों के साथ होता है। बहुतों माना लाखों लोगों के साथ होता है। बिजनेस बहुत अच्छा चल रहा था अचानक सबकुछ खत्म हो गया। इसमें एक ही कारण है बस और कुछ नहीं। कभी-कभी ऐसा भी होता है कोई-कोई कहता है कि किसी तांत्रिक ने क्रिया करा दी हमारी प्रोग्रेस देखकर। लेकिन मूल चीज़ यही है कि पास्ट के विकर्म सामने आ जाते हैं। तो इसके लिए चाहिए आप 21 दिन की योग भट्टी कर लें। बहुत अच्छी तरह इसको महत्व दें। परिवार के सभी लोग इकट्ठे कर लें। विशेषकर जो बिजनेस में हैं। सब लोग इकट्ठा मेडिटेशन करें। दुकान में कर लें या अपने घर में ही कर लें, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, विघ्न विनाशक हूँ। इस स्वमान को सात बार याद करके आप एक घंटा पॉवरफुल मेडिटेशन करें। जब आप अपनी दुकान खोलें तब दुकान खोलते ही जब अन्दर प्रवेश कर रहे हैं तो याद करें मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। चार-पाँच बार याद कर लें और फिर जब वहाँ बैठें तो बाबा का आह्वान कर लें और ग्राहकों का भी आह्वान कर लें। आओ भगवान आ गया है, तुम भी आ जाओ। पहले ही दिन से इम्पूवमेंट होने लगेगी। योग अभ्यास से वो विघ्न नष्ट हो जायेगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दे