मानवता से भी उपराम है ये कृष्ण का व्यक्तित्व

– ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

इस दुनिया में हम सबको एक व्यक्तित्व के दायरे में बांधते हैं- जैसे गुरुनानक देव जी का एक व्यक्तित्व है, उस व्यक्तित्व के आगे आप कुछ सोच नहीं सकते। ऐसे ही महात्मा बुद्ध, महावीर जैन, ईसा मसीह, सबका एक व्यक्तित्व है। श्रीराम चन्द्र का एक व्यक्तित्व है। इन सबका व्यक्तित्व जब हम देखते हैं तो उसी हिसाब से हम टिप्पणी करते हैं। लेकिन अगर आप एक सम्पूर्ण चरित्र को, पूर्ण अवतार के रूप में अगर किसी को देखते हैं तो कृष्ण को देखते हैं। कृष्ण का व्यक्तित्व सम्पूर्ण व्यक्तित्व है। लेकिन उस व्यक्तित्व को परिभाषित करना आसान नहीं है।

जैसे आप सभी ने रसखान को पढ़ा होगा, सूरदास को पढ़ा होगा, ऐसे बहुत सारे अलग-अलग कवियों को पढ़ा है, सबने कृष्ण की महिमा अपने हिसाब से की है। जैसा उन्होंने देखा है। माना एक व्यक्तित्व में अनेक रूप इतने सारे हैं जिसको इतने सारे नामों के साथ बुलाया जाता है। फिर भी वो पूर्ण सा अनुभव नहीं होता। लगता है कि नहीं कुछ और जुड़ना चाहिए, कुछ और इसमें एड होना चाहिए। तो जब हम ऐसा सोचते हैं, तो सोचते हैं कि कैसा व्यक्तित्व रहा होगा! इसलिए कृष्ण के व्यक्तित्व को अगर जीरो व्यक्तित्व कहा जाए मतलब उसका ना कोई बिगनिंग है, ना कोई एंड है, ना कोई शुरुआत है, ना कोई अंत है। क्योंकि शुरुआत और अंत जिसका होगा ना उसको लोग एक सीमा में बांध देंगे। लेकिन कृष्ण के व्यक्तित्व को सीमा के परे की स्थिति में देखा जाता है। कारण उसको हम एक परिधि में नहीं बांध सकते। इसीलिए परमात्मा को सम्पूर्ण जो समर्पित होता है, जैसे हमारे परमात्मा के सबसे नम्बर वन जो बच्चे कहे जाते हैं, जिनको प्रजापिता ब्रह्मा कहते हैं उन्होंने अपने आपको सम्पूर्ण रूप से एक परसेन्ट भी यहाँ के व्यक्तित्व के हिसाब से नहीं रखा। सम्पूर्ण व्यक्तित्व परमात्मा का अपने अन्दर समाया। माना पूरी तरह से समर्पित किए। और जब हम अपने आपको पूरी तरह से परमात्मा में खो देते हैं तब जाके हमारा जीरो व्यक्तित्व बनता है। उस जीरो व्यक्तित्व को ही लोग आज एक्सप्लेन नहीं कर पा रहे, परिभाषित नहीं कर पा रहे। क्यों? क्योंकि उसने पूरी तरह से खुद को समर्पित किया। जिन्होंने थोड़ा-थोड़ा भी अंश रखा उनको लोगों ने एक सीमा में बांध दिया।

जैसे श्रीराम चन्द्र जी को कोई भी देखता है तो उनको ये कहेगा कि ये जीवन है, मर्यादित है, बहुत सारे रुल्स मिलेंगे। लेकिन एक जगह जाकर रुक जायेगा कि अरे इन्होंने डांस नहीं किया कभी, नृत्य नहीं किया कभी। सो हम उनको नृत्य के रूप में देख ही नहीं सकते। उस व्यक्तित्व को उस तरह से परिभाषित ही नहीं कर सकते। इसीलिए मानवता से परे की स्थिति श्रीकृष्ण की है। जिसमें सब है और उसको समझने के लिए हमें उस लेवल तक जाना होगा। देखो हमको बहुत छोटी-छोटी बातों का कितना अहंकार का आ जाता है। अहंकार का मतलब ये नहीं कि आप किसी बात को मान नहीं रहे हैं। या कोई बहुत बड़ा अभिमान है, नहीं। अहंकार का मतलब जो बात करने के लिए हम तैयार नहीं हैं। जैसे कोई कह दे आपको, आपको गाना, गाना नहीं आता, आपको डांस करना नहीं आता, तो कहा जाए तो आप कहेंगे कि नहीं, नहीं ये सब तो मुझे ठीक नहीं लगता। लेकिन कृष्ण को सब ठीक लगता था। और कुछ भी ठीक नहीं लगता था। ऐसा दिखाया जाता है धारावाहिकों में सब जगह।

तो उस समय सम्पूर्ण व्यक्तित्व को सम्पूर्ण तरीके से समझने के लिए हमको सम्पूर्णता की स्थिति को लाना होगा। इसलिए कृष्ण मानवता से परे की स्थिति का नाम है। इसलिए उसको समझना और उसको जानने के लिए हमको पूरी तरह से अपने आपको हर तरह से समर्पित करना होगा, तब हम उस व्यक्तित्व को समझ पाएंगे।

प्रश्न : सेना में पद से प्रतिष्ठा जुड़ी हुई है इसके लिए कुछ अनकही सी, अनजानी सी एक होड़ लगी रहती है, इस घुड़दौड़ से कैसे बचा जाये? इसके बचने के पैटर्न कार्यक्षमता पर, कुशलता पर, मोटिवेशन पर कोई असर न पड़े ऐसा हम क्या करें?

उत्तर : ये तो ठीक है कि हर व्यक्ति अपना प्रमोशन चाहता है और पीछे जैसे हुआ था मिलिट्री में तो ऑफिसर्स को प्रमोट कर ही नहीं रहे थे। जो मेजर थे वो मेजर ही रह गये, जो लेफ्टिनेंट कर्नल थे वो लेफ्टिनेंट कर्नल ही रह गये। तो जब नई सरकार आई मोदीजी की तो उन्होंने उन्हें अवसर दिया सेना में जाने का, तो लोगों का एक इन्टरेस्ट पैदा हुआ। नहीं तो सोचते हैं कि हम तो वहीं के वहीं रह जाते हैं। तो प्रमोशन होना तो बहुत अच्छी चीज है। लेकिन हर व्यक्ति को अपनी जो योग्यताएं हैं, अपनी जो स्किल है, अपनी एडमिनिस्ट्रेटिव कला है, उसको बढ़ाते चलना चाहिए, व्यवहार भी सुन्दर रखना चाहिए। अपने साथियों से भी, अपने बड़ों से भी। एक व्यवहार जो हमारा है, एक एप्रीसिएशन है एक-दूसरे का, ये बहुत अच्छा माहौल बनाता है। इससे क्या होगा, प्रमोशन भी आपकी होगी और आपको जो भागदौड़ में एक टेन्शन-सी रहती है वो भी समाप्त हो जायेगी और आप बहुत रिलेक्स लाइफ जियेंगे।

अब आप मेडिटेशन प्रारम्भ कर दें। सॉल कॉन्शियसनेस की प्रैक्टिस प्रारम्भ कर दें। और सवेरे उठकर बहुत सुन्दर संकल्पों से अपने को चार्ज किया करें। ये मैं बहुत समय से सीखा रहा हूँ और आपको बहुत डिटेल में सीखना हो तो यूट्यूब पर मेरे नाम से जो चैनल है वो खोलेंगे तो 'श्रेष्ठ विचार सुखी जीवन का आधार' ये आपको हैडिंग मिलेगा उसमें सब्कॉन्शियस माइंड का डिटेल नॉलेज है। श्रेष्ठ विचार सुखी जीवन का आधार इसको आप डिटेल स्टडी कर लेंगे। डिटेल माना दस-दस मिनट के लेक्चर हैं, आपको सुनने में मजा आयेगा, कभी भी आप सुन लें।

तो सवेरे उठकर वे संकल्प करेंगे जो आप चाहते हैं। लेकिन एक चीज हमेशा ध्यान रखनी है कि एक ऊंचा टार्गेट रखें कि मुझे इस रैंक तक पहुंचना है। उसके लिए जो प्रयास है, या आपको एग्जाम देना है, वो आप करते रहें। लेकिन मान लो वो आपको न मिले तो हल्के रहें, एक्सेप्ट करें, इसी में कल्याण है। इसी में हम खूब काम करेंगे। इसी में जिम्मेदारियों से हम काम करेंगे, तो आप बहुत सुखी रहेंगे। कभी-कभी क्या होता है मनुष्य की एक्सपेक्टेशन्स पूरी नहीं हुई बहुत परेशान, बहुत निराश, कई-कई लोग तो सुसाइड ही कर लेते हैं। अरे भाई जीवन कितना इम्पॉर्टेंट है आपके परिवार हैं, आपके बच्चे हैं आपके पीछे। आप एक प्रमोशन के लिए उन सबको रोता छोड़कर जा रहे हो, ये तो इमोशनल व्यक्ति की निशानी है। हमें इतना इमोशनल नहीं होना चाहिए। हमें बहुत स्ट्रॉन्ग बनना है। इमोशनल भी हों और आगे बढ़ने का पूरा प्रयास भी करें लेकिन जो कुछ मिले उसको एक्सेप्ट करके एन्जॉय भी करें। ये अपनी मेंटैलिटी बना लें।

राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

मन की बातें

प्रश्न : ये जो मेडिटेशन हमें सिखाया गया, क्या ये मेडिटेशन सेल्फ रियलाइजेशन प्रोसेस है और क्या ये रिलेक्सेशन कंसंट्रेशन या सेल्फ हिप्नोटिज्म जैसा ही है या उससे अलग है? क्या डिफरेन्स है?

उत्तर : देखिए सेल्फ हिप्नोसिस इसको नहीं कहा जाता, लेकिन सेल्फ सजेशन तो इसमें होते ही हैं इसीलिए कई लोग तो इसे हिप्नोटिस ही समझ लेते हैं। ये वो नहीं है, ये है सहज की कॉन्शियस में आ जाना। हम हैं तो सही लेकिन हमने अपने आप को बॉडी मान लिया, बॉडी कॉन्शियस में आ गये, इसलिए मनोविकार बढ़ गए, इसलिए दुःख बढ़ गए, अहंकार बढ़ गया, क्रोध बढ़ गया, इस सहयोग का लक्ष्य होता है हमें अपनी कॉन्शियसनेस को बदलना है। जो रियल कॉन्शियसनेस है, मैं आत्मा हूँ, मैं रूह हूँ, रूहानी कॉन्शियसनेस में आना, इसके लिए हमें विचारों को कंसंट्रेशन भी चाहिए और इससे सेल्फ रियलाइजेशन तो हो ही जाएगा। सेल्फ पर कंसंट्रेट कर रहे, सेल्फ रियलाइजेशन का अर्थ भी लोग नहीं जानते। बस इतना ही कि सेल्फ रियलाइजेशन है, इतना ही जानते हैं। लेकिन सेल्फ के अन्दर जो डीप माइलेन्स है उसकी अनुभूति, स्वयं के अन्दर जो माइनरी प्यूरिटी है उसकी अनुभूति, स्वयं के अन्दर जो बहुत ज्यादा शक्तियां छुपी हुई हैं उनकी अनुभूति, इसको सेल्फ रियलाइजेशन कहते हैं। जैसे-जैसे मेडिटेशन की प्रैक्टिस होगी वैसे-वैसे तेजी से होता जाएगा।

प्रश्न : यदि हम ईश्वर के अंश हैं तो हमें सेल्फ रियलाइजेशन में या उस डिवाइन से कनेक्ट होने में इतनी मेहनत क्यों करनी पड़ती है?

उत्तर : देखिए हम उसके अंश नहीं हैं। हम उसके बच्चे हैं। अंश में तो वही क्वालिटी होती है ना जो मूल चीज में होती है। अब मान लो सोने का एक पीस है आपके पास 50ग्राम का, अब आपने उसमें से एक अंश निकाल लिया, 10ग्राम का, तो जो क्वालिटी बाकी सोने में है वही तो दस ग्राम में भी होगी ना! 1 ग्राम भी जो सोना लिया उसमें भी वही क्वालिटीज होंगी, प्रॉपर्टीज होंगी जो पूरे में है। तो हम भगवान के अंश नहीं, भगवान कोई ऐसी चीज नहीं जिसको अंश किया जा सके। हम उसके बच्चे हैं। आत्माओं का एक अलग एक्जिस्टेंस(अस्तित्व) है पूरा ही, हमारे में भी वो क्वालिटीज हैं जो हमारे परमपिता में हैं। लेकिन जो सब खत्म कर दी है हमने। जैसे हमारे अन्दर बहुत शांति थी लेकिन हमने मनोविकारों के वश हो उन्हें समाप्त कर दिया। मैं आत्मा आनंद स्वरूप थी, हमने जो आनंद नष्ट कर दिया, संसार की इच्छाओं के पीछे भागकर। अब हम उसे जागृत कर रहे हैं अपने को रिमाइंड करके कि मैं आनंद स्वरूप हूँ। ताकि जो आनंद फिर से जो दब गया है, छुप गया है, फिर से एक्टिव हो जाए, हमारा जीवन आनंदित हो जाए। हम अंश नहीं हैं। क्योंकि हमने अपनी इच्छाओं को बहुत भगा दिया है। क्योंकि हमने मन को बहुत भटका दिया है। ये हमने भटकाया है, ये आपे ही नहीं भटका है।

इसलिए हमें उसमें मेहनत लग रही है लेकिन प्रैक्टिस की जाएगी, कुछ स्टडी और अच्छी की जाएगी क्योंकि सात दिन का कोर्स हो जाना कोई कम्पलीट नॉलेज नहीं है। ये तो एडमिशन लिया है और आगे अच्छी स्टडी करेंगे। अपने मन को कैसे शांत किया जाए, अपने मन को कैसे एकाग्र किया जाए। प्यूरिटी ऑफ माइंड को कैसे बढ़ाया जाए, अपने एटीट्यूड को कैसे अच्छा किया जाए, तो फिर ये सब इसी होगा। तब हम ऑटोमेटिकली आगे बढ़ेंगे।

Contact e-mail - bksuryabh@yahoo.com