परमात्म मिलन में दो बाधायें

- ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

जब हमको परमात्मा का ये पॉवरफुल ज्ञान मिलता है और उससे जुड़ने के लिए, योग लगाने के लिए कहा जाता है तब हम अपने मन-बुद्धि और संस्कारों की तरफ देखना शुरू करते है। कहने का भाव यह है कि मन-बुद्धि और संस्कार की गहराई बहुत जबरदस्त है। लेकिन जब परमात्मा से जुड़ने के लिए कोई कॉमेन्ट्री दी जाती है तो वो तो दूसरे की है, किसी और ने अपने भाव व्यक्त किए हैं जिसको आप सुनते है।

लेकिन उसके आधार से कहा जाता है कि बातचीत करो।

तो ऐसी कौन-सी बाधा है जो हमको परमात्मा से जुड़ने में बहुत ज्यादा आड़े आती है? तो सबसे पहली बाधा है- पुराने संसार की। जिसमें संसार, वस्तु, वैभव, पदार्थ सब आते है। जिनसे हमारा बहुत गहरा जुड़ाव है। दूसरा है पुराने संस्कार। जिसमें हमारे जेनेटिक माता-पिता से मिला हुआ संस्कार, वातावरण से मिला हुआ संस्कार, पूर्व जन्मों का संस्कार आदि-आदि और जो संस्कार हमने बनाएं हैं वो आड़े आते हैं। अब आप सोचो कि ये दो तरह की बातें हैं, जो इतनी गहरी बाधा है कि देखो जब हम परमात्मा से जुड़ेंगे ना तो कोई न कोई भाव लेकर जुड़ते हैं। चाहे किसी वस्तु के लिए, चाहे किसी पदार्थ के लिए, चाहे किसी व्यक्ति के लिए मतलब भक्ति में तो यही होता था, मतलब कि जब हम भक्ति में जाते हैं, भगवान के घर में जाते हैं, बैठते हैं, तो यही सारी बातों को लेकर हम भगवान से बात करते हैं। लेकिन रियल सुख परमात्मा से शक्ति वाला, उससे स्नेह वाला, उससे प्रेम वाला वो भाव तब जनरेट होता है जब हम इस पुराने संसार के आकर्षण से परे होंगे। आज हमको देह और देह के सम्बन्धियों का बहुत गहरा आकर्षण है। जिसकी वजह से जब हम बातचीत करने बैठते हैं तो वो चीज हमारे आड़े आती है, खिचंती है अपनी तरफ।

इसीलिए योग का जो पहला आधार बताया जाता है कि खूब आत्म बल बढ़ाना माना खूब आत्मिक स्थिति बढ़ाना माना याद दिलाना कि 'मै देह से अलग हूं'। मैं एक पॉवरफुल सॉल हूं। इसका लम्बेकाल का अभ्यास ऑटोमेटिकली हमको परमात्मा के साथ जोड़ देगा। ऐसे ही हमारे जो पुराने संस्कार हैं जिसमें बाबा कहते है कि शरीर के ऊपर जो नाम पड़े, उसके अलावा हमने इन सबसे जो कुछ भी सीखा है, जो कुछ भी पढ़ा है, लिखा है, टैग लगे हैं बहुत सारे, जो हमने अचीव किया है, अटेन(प्राप्त) किया है वो सारी चीजें हमको तंग करती हैं। और दूसरे को एन्जॉय एकदम नहीं करने देती है। वो संस्कार बाबा के ओरिजनल संस्कार से बिल्कुल डिफ्रेंट हैं।

बाबा कहते हैं हमारा जो ओरिजनल संस्कार है, बाबा ने जो हम सबको बोला है कि आत्मा का संस्कार बहुत शुद्ध और पवित्र है। उस शुद्ध और पवित्र संस्कार से ही तुम मेरे से बातचीत कर सकते हो, मेरे पास मेरे से जुड़ सकते हो। तो सबसे पहले अभ्यास के लिए, परमात्म मिलन के लिए मुझे इन दो ऐसी बाधाओं को पकड़ के दूर करना है, पहला पुराने संसार का, और दूसरा पुराने संस्कार का इसमें व्यक्ति, वैभव, वस्तु, पदार्थ सब शामिल हैं। जितना हम इनको भूलेंगे उतना हम परमात्मा के पास ऑटोमेटिकली नजदीक होते चले जायेंगे। और इन दोनों को करने के लिए बहुत मेहनत की आवश्यकता है। साथ-साथ अटेन्शन की आवश्यकता है। और आज करते-करते आज नहीं तो कल धीरे-धीरे आपको अच्छा लगने लग जायेगा।

प्रश्न : आध्यात्मिकता से कैसे विभिन्न धर्मों में एकता लाई जा सकती है?

उत्तर : इस बात का यहाँ एक प्रैक्टिकल सबूत है कि यहाँ सभी धर्मों के लोग, सभी जातियों के लोग आते हैं। सच तो ये है कि हमें पता भी नहीं चलता कि कौन कैसा है, जब तक उसने मुस्लिम टोपी न लगाई हो। बिना उसके आते हैं लोग तो बाद में हमें पता चलता है कि बहुत सारे मुस्लिम सभा में बैठे थे। भारत हिन्दू धर्म की भिन्न-भिन्न जाति व सम्प्रदायों के लोग जो कभी आपस में टकराते थे कि मैं बड़ा, मेरा गुरू बड़ा तेरा छोटा। वो सब आते हैं एकसाथ रहते हैं, एकसाथ भोजन करते हैं। कोई वैमनस्य उनमें नहीं रह जाता। इनका कारण है क्योंकि उनको ये भाव दिया जाता है कि तुम सब रूहें हो, आत्माएं हो। ये धर्म तो फिजिकल धर्म हैं। इनको देह के धर्म कहा गया है। गीता में भी आई है ये बात कि हे अर्जुन! देह के धर्मों को त्याग कर तुम स्वधर्म में स्थित हो जाओ। स्वधर्म माना, आत्मा का धर्म, रूह का धर्म, सोल का धर्म। तो सोल सभी एक जैसी ही हैं। सोल्स में ये अन्तर नहीं होता धर्मों का। शरीर के अनुसार ही ये अन्तर होता है। स्पिरिचुअलिटी ही ये सिखाती है, हम सभी को सिखाते हैं कि आप सभी सोल हो। सब रूहें हो और एक भगवान के बच्चे हो सभी। चाहे उसे आप कुछ भी नाम दें अपनी भाषा में। तो नाम से कुछ नहीं होता, सभी आत्माएं हैं और सुप्रीम बीइंग की सन्तान हैं। उसे कोई अल्लाह कहे, खुदा कहे, गॉड कहे, भगवान कहे, ईश्वर कहे, ये रूहानियत है। ये जब हम अपने अन्दर बढ़ा लेते हैं तो नफरत और वैर भाव समाप्त हो जाता है। और साथ में फिर धर्मों का सार भी, धर्मों का सार होता है जीवन को स्वच्छ करना, निर्मल करना, मन के विचारों को सद्भावनाओं से भरना, काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार से स्वयं को मुक्त करना, हर धर्म के ग्रन्थ में ये बातें हैं। अहंकार छोड़ो, क्रोध छोड़ो, अगर धर्म-ग्रन्थों पर मनुष्य चलने लगे तो कहाँ लड़ाई-झगड़े की मार्जिन है! सब खत्म हो जायेगी। केवल पढ़ते हैं, तर्क करते हैं, टकराते हैं, चलते नहीं हैं। चलकर देखो सब एकसाथ चलने लगेंगे।

प्रश्न : दो आत्मिक अनुभूति और परमात्म अनुभूति हो कैसे? हमने ज्ञान तो लिया लेकिन अनुभव की गहराई नहीं आ पाती।

उत्तर : अच्छी बात है ये क्वेश्चन तो उठने ही चाहिए क्योंकि मनुष्य जब लेसन लेता है तो ये क्वेश्चन उठते ही हैं क्योंकि अनुभूति के बिना कोई भी ज्ञान इनकम्प्लीट माना जाएगा। वो बुद्धि के लेवल तक रहता है, दिल तक नहीं पहुंचता है। और बुद्धि में भी उसकी अनुभूति न होने से वो बुद्धि के लिए भी एक ड्राई फिलॉसफी होती है। हमारी फिलॉसफी ड्राई हो गई थी ना क्योंकि वो अनुभूतियों में नहीं आई। तो मैं आत्मा हूँ आप अपने स्वरूप को विजुअलाइज करेंगे। अपने को टाइम देंगे। थोड़ा जल्दी उठेंगे, जब प्रकृति शांत है जल्दी उठकर चिंतन करें, मैं आत्मा हूँ यहाँ भृकुटि में देखें कि मेरे चारों ओर एनर्जी फैल रही है। आई एम पीसफुल, एक्सेप्ट करें इसको। मैं शांत हूँ। इसमें भले ही आधा मिनट लगा दें। मैं शांत हूं। मैं शांत हूं, मुझसे शांति के वायब्रेशन्स फैल रहे हैं। मैं शांत हूं, फिर दूसरा थॉट ले लें मैं आत्मा पवित्र हूं, मूल रूप से ओरिजनली आई एम प्युअर, मेरा चित्त पूरी तरह से अन्दर से शुद्ध है। ये मनोविकार तो बाद में आये हैं। ये मेरे नहीं हैं। मैं प्युअर हूं। मुझसे प्युअर वायब्रेशन्स फैल रहे हैं। मैं बहुत शक्तिशाली हूं, ये अभ्यास करते चलेंगे और परमात्म अनुभूति के लिए पहली चीज कि वो मेरा परमपिता है, वो मेरा है। डिपली चलें इस गहराई में। भगवान जो है, जो खुदा है, जो अल्लाह है उसके आगे केवल हाथ नहीं जोड़ना, शीश नहीं झुकाना, वो तो मेरा है। तो वो हमें बहुत प्यार करता है। हम उससे बहुत प्यार करते हैं। सब धर्मों में क्या हो गया है सिर्फ मांग रह गई है कि हे प्रभु, हे खुदा, अपनी-अपनी भाषाओं में। वो मेरा है तो उसका सबकुछ मेरा है। यहाँ से शुरू करें। फिर उसके स्वरूप को विजुअलाइज करें। फील करें उसको एनर्जी मुझ पर आ रही है। ये काम दस-दस सेकण्ड करें। आत्मा की प्रैक्टिस, सुप्रीम बीइंग की एनर्जी मुझे आ रही है। जैसे एक फाउंटेन मुझ पर पड़ रहा है। एक पिक्चर बना लें कभी शांति की किरणें आ रही हैं, कभी शक्तियों की, कभी प्युरिटी की, बहुत सुख मिल रहा है। थोड़ी-थोड़ी देर करें, आप लम्बा-लम्बा समय न बैठें। दस-दस, पंद्रह-पंद्रह मिनट बैठेंगे धीरे-धीरे प्रैक्टिस होगी तो अच्छी प्रैक्टिस आपको डीप रियलाइजेशन देगी। गहन अनुभव करायेगी, शांति का भी और एनर्जेटिक होने का भी।

-राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

मन की बातें

प्रश्न : मेरे सिनियर का व्यवहार मेरे प्रति ठीक नहीं है। और घर में पत्नी के संस्कार मेरे से नहीं मिलते। इन कारणों से मेरे मन में मानसिक तनाव रहता है, इसे कैसे ठीक करूँ?

उत्तर : सिनियर्स का तो व्यवहार अच्छा नहीं है या पत्नी के या किसी और के संस्कार नहीं मिलते तो इसमें हमें एक ही चीज याद रखनी है। अपने को बदलो। संस्कार उसके नहीं मिलते वो सोचती होगी कि इनके नहीं मिलते मेरे से। आप अपने को उनके अनुसार ढाल लो थोड़ा-सा, कइयों की आदत होती है दूसरों पर राज करने की। आप पॉवरफुल भी बनें, कुछ उनकी बात मानें, कुछ अपनी बात मनवायें, बहुत हल्के हो जायें, उन्हें स्नेह भी दें। अपनी इगो को छोड़ देंगे तो संस्कार मिलन हो जाता है। मैं ये बात दोनों को कह रहा हूँ। क्योंकि ये नाता जीवन साथी का नाता भी है। ये केवल और चीजों के लिए ही नहीं है। गुड साथी, एक-दूसरे के अच्छे दोस्त इसलिए बहुत प्यार से, बहुत अपनेपन से, बहुत मिलन के साथ चलना चाहिए। झुककर चलना चाहिए। जो समझदार है उसको पहले झुकना चाहिए। मैं बहनों-माताओं को कहता हूँ आप बहनें-माताएं सहनशील हैं, आप झुककर चलें। आपका इगो दूसरे को अधिक कष्ट देता है। दूसरा, सीनियर का व्यवहार अच्छा नहीं है तो आप स्वीट हो जाएं। और जब आपने रूहानियत का ज्ञान लिया है, स्पिरिचुअलिटी से आप जुड़े हैं तो आप ये मेडिटेशन प्रैक्टिस करना, आपके वायब्रेशन्स बहुत अच्छे फैलेंगे और रोज सवेरे उठकर अमृतवेले सबकॉन्शियस लेवल का प्रयोग करना, आपका जो सीनियर है या ऑफिसर है उसको आत्मा देखना। और संकल्प देना कि वह एक अच्छी आत्मा है। मैं इनका बहुत सम्मान करता हूँ। मैं बहुत प्यार करता हूँ, वो मुझे बहुत प्यार करते हैं। वह मेरे गुड फ्रेंड हैं। थोड़े दिन में सब बदल जायेगा।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com