- ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

दिव्यता कैसे आएगी?

हम सभी तपस्या, त्याग के बल को थोड़ा आज गहराई से समझने की कोशिश करते हैं। कहा जाता है कि इस दुनिया में जिस प्रिय वस्तु से आपका बहुत लगाव है, जो आपके लिए बहुत प्रिय है उस वस्तु का, उस व्यक्ति का, उस चीज़ का त्याग ही तपस्या है। तो तपस्या का गहरा अर्थ यही हुआ कि जो चीज़ हमको बहुत परेशान कर रही है उसको छोड़ दो, ऐसा नहीं है। तपस्या का अर्थ यह है कि जिस चीज़ से मेरा बहुत गहरा लगाव है, जो मुझे बहुत प्रिय है उसको छोड़ दो। ऐसे ही पुरुषार्थ भी सीढ़ी है जिसमें हम सभी तपस्या को एक सीढ़ी की तरह इस्तेमाल कर सकते हैं। जिन-जिन बातों से हमको हल्का-फुल्का भी लगाव है, जिनके रहने या ना रहने से दुःख या सुख अनुभव होता है उसको छोड़ते जाना ही तो तपस्या है। और इसका बल, इसका त्याग एक बल के रूप में हम सबको मिलेगा।

आप देखो हमारी जो दिव्यता है, डिविनिटी है वो मेन्टेन कैसे होती है या कैसे हमेशा बरकरार रहेगी? क्योंकि जब भी हम कोई भी वस्तु, व्यक्ति और वैभव को देखते हैं वो स्थूलता के साथ जुड़े हुए हैं। स्थूलता का अर्थ है जो इन आंखों से दिखाई दे रहा है, उसके साथ जुड़ी हुई है। लेकिन जो चीज़ इसके साथ बिल्कुल भी नहीं जुड़ी हुई है वो है हमारा अध्यात्म। अध्यात्म हमको यही सिखाता है कि हमको सारी चीज़ों को यूज़ करना है और बुद्धिमानी से उसको छोड़ते जाना है। यूज़ करना है, छोड़ते जाना है क्योंकि जितना हम उसको यूज़ करके छोड़ते जायेंगे उतना धीरे-धीरे हम सबके अन्दर उस चीज़ का प्रभाव कम होता चला जाएगा। इसीलिए लोगों ने इसका तरीका अपनाया ज़रूर लेकिन थोड़ा-सा अलग हो गया कि सब कुछ छोड़ के वे जंगल में चले गये। और जंगल में जाकर तपस्या करना शुरू किया और कहा कि मेरा तो किसी भी चीज़ से लगाव नहीं है। लेकिन परमात्मा एकदम

अध्यात्म हमको यही सिखाता है कि हमको सारी चीज़ों को यूज़ करना है और बुद्धिमानी से उसको छोड़ते जाना है। यूज़ करना है, छोड़ते जाना है क्योंकि जितना हम उसको यूज़ करके छोड़ते जायेंगे उतना धीरे-धीरे हम सबके अन्दर उस चीज़ का प्रभाव कम होता चला जाएगा।

अलग अर्थों में हम सबको तपस्या का बल जमा करने का तरीका बताते हैं, त्याग का बल जमा करने का तरीका बताते हुए वो ये कहते कि हमें रहना इसी दुनिया में है, सबके साथ रहना है लेकिन रहते हुए अपने आप को स्थूल व सूक्ष्म दोनों लगावों से मुक्त करना है। स्थूल लगाव तो दिखाई देते हैं, पता चलता है कि जिस चीज़ से आपका बहुत गहरा कनेक्शन है वो एकदम दिख जाता है लेकिन सूक्ष्म जो लगाव है वो हमारी बुद्धि से, हमारे योगबल से, हमारी और-और जो भी माइंड सेट हमने अपने बारे में बनाया है, जो पैटर्न बनाये हैं, उनके साथ भी हमारे बहुत सारे ऐसे गहरे लगाव हैं जिनके कारण हम सभी अन्दर-अन्दर परेशान होते रहते हैं। इसीलिए दिव्यता की डेफिनेशन, दिव्यता की जो परिभाषा है वो बहुत ही अलग हो जाती है। परिभाषा हमको ये सिखाती है कि हम सभी के जीवन में बहुत कुछ अच्छा तब होगा, बहुत कुछ बढ़िया तब होगा जब हम ये सारी चीज़ों को देखते हुए न देखने का अभ्यास करेंगे। इसीलिए तपस्या हर पल, हर क्षण हमारे जीवन में जागरूकता के साथ जुड़ी हुई है और इस जागरूकता का जो लेवल है वो जितना बढ़ता जाता है उतना हमारी तपस्या फलीभूत होती चली जाती है। ऐसे ही एक जगह बैठ के आप कहीं पर पद्मासन में बैठकर तप कर रहे हैं ये कोई बड़ी बात नहीं है। लेकिन जिसमें आपको कुछ भी न करना पड़े एक-दम सहज तरीके से आप पुरूषार्थ कर रहे हैं और आपको सब कुछ आसान लग रहा है तो उस चीज़ से हम सबके जीवन में कैसे बदलाव आएगा! इसलिए परमात्मा हमको हमेशा इस बात के लिए कहते हैं कि आप तप का बल बढ़ाओ, त्याग का बल बढ़ाओ लेकिन त्याग और तप का बल तब बढ़ेगा न, जब हम सबके अन्दर हमेशा जागृति रहेगी कि ये चीज़ हमको नीचे ले आ रही है, हमको स्थूलता में ले आ रही है, हमारा मन खराब कर रही है, हमारे मन में दुविधा डाल रही है तो इस तरह से हम अपनी दिव्यता को बढ़ाते जायेंगे और दिव्यता जैसे बढ़ेगी वैसे ही पता चलने लग जाएगा कि मेरा इस दुनिया से उपराम वाली स्थिति है, मतलब हूँ मैं यही पर लेकिन बिल्कुल ही अलग हूँ, उपराम हूँ।

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

मन की बातें

प्रश्न : हम यदि 108 की माला में आना चाहते हैं तो उसके लिए हमारा क्या पुरूषार्थ होना चाहिए? क्योंकि अभी हम अंत में आये हैं। बाबा ये कहते हैं कि लास्ट सो फास्ट, फास्ट सो फर्स्ट तुम जा सकते हो। तो क्या हम 108 की माला में आ सकते हैं?

उत्तर: वाह! इतना सुन्दर प्रश्न, जैसे लौकिक पढ़ाई में भी मनुष्य एक अच्छा टार्गेट रखता है। इस अलौकिक पढ़ाई में, स्पिरिचुअल पाथ पर बहुत ऊंचा लक्ष्य रखना ही है और 108 की माला में आना है। ये सभी फर्स्ट डिविज़नर हैं। जो 108 की माला में आते हैं। अष्ट रत्न पास विद ऑनर होने वाले। और 100 जो रत्न हैं वो फर्स्ट डिविज़न वाले हैं। फर्स्ट डिविज़न वालों को बहुत होशियार स्टूडेंट माना जाता है। विजय माला भक्ति मार्ग में जो पूजी जाती है वो 108 की होती है। और एक फूल होता है। विजय माला ये आत्माओं की यादगार है जिन्होंने तब जब भगवान इस धरा पर आये थे उनकी आज्ञाओं पर चलकर, उनसे राजयोग सीखकर, उससे शक्तियां लेकर माया को सम्पूर्ण रूप से जीत लिया। काम जीत बन गये, क्रोधजीत बन गये, सभी विकारों को जीत लिया। विजय हो गई और जो विकारों को जीत लेता है वो इस संसार में सबसे अधिक शक्तिशाली होता है। पहले से ही मैं तो एक बात सुनता आता हूँ। किसी चिंतक ने कहा था कि किसी शक्तिशाली सेना को हराना सहज हो भी सकता है लेकिन अन्दर के ये पाँचों शत्रुओं को हराना बहुत कठिन काम है। कईयों ने तो कह दिया कि ये इम्पॉसिबल है लेकिन ईश्वरीय शक्ति से, शिव बाबा की शक्ति से हम इसको जीत लेते हैं। तो बाबा ने कहा है कि एक बहुत अच्छी बात, जो भगवान बोलता है वो परमसत्य होता है। लास्ट वाले भी फास्ट जा सकते हैं। और एक बार बहुत गहरी बात कही थी कि इस विजय माला में आखिरी अंत तक भी सीट खाली रखी जाती है। कोई भी तेज पुरूषार्थ करके, दौड़ कर सीट पर बैठना चाहे तो बैठ सकता है। तो पहले तो मैं आपको ये श्योरिटी दे दूं कि कुछ सीटें खाली हैं। तो निश्चित रूप से आप आ सकते हैं। आठ घंटे योग की ओर चलना, बैठकर नहीं भले अधिक से अधिक दो घंटे बैठना, बाकी कर्मयोग करना सीख लेना है। भिन्न-भिन्न स्मृतियों में रहना योग है। सम्पूर्ण निरहंकारी बनना, मैंपन, मेरापन। बिल्कुल अन्दर में एक कटुता है आत्मा में, मैल है, उसको पूरी तरह से निर्मलता में बदल देना है और प्युरिटी बहुत सुन्दर, बहुत डिवाइन, बहुत संतुष्ट हम आत्मा बन जायेंगे। बहुत अच्छे स्वमान में आप रहेंगे। सेवाओं में निष्काम भाव आप अपनायेंगे। चाहे कोई भी कर्म आप करते हैं उसमें निष्काम भाव अपनायेंगे। भले ही आप लौकिक जॉब्स में हों लेकिन एक संकल्प कर लेना कि मेरा हर कर्म प्रभु प्रति है। कर्म करने के बाद उसको अर्पण भी और मन में ये संकल्प भी कि परमात्म अर्थ हम जी रहे हैं। परमात्म अर्थ कर्म हम कर रहे हैं तो बस आपका नम्बर फिक्स हो जायेगा।

प्रश्न : क्या वर्तमान समय अनुसार कुमारी जीवन में रहते हुए सम्पन्नता का पुरूषार्थ श्रेष्ठ है या समर्पित होने से वहाँ सहज होगा? यानी बाबा लिफ्ट हमें कहां ज़्यादा करायेंगे?

उत्तर : बाबा का प्यार बाबा के प्रति सच्चे दिल की समर्पणमयता यही हमें आगे बढ़ाने वाली है। सेंटर पर रहकर भी ये हो सकता है, घर में रहकर भी हो सकता है। सेंटर पर रहकर नहीं भी हो सकता है। घर पर रहकर नहीं भी हो सकता है। ये तो करने वालों पर है। जिन्हें करना है उन्हें कोई नहीं रोक सकता। पर सेंटर की जीवन में कई बार बहुत व्यस्तता हो जाती है। कई जगह योग-तपस्या का बहुत अच्छा माहौल है तो वहाँ सहज होता है। लेकिन कई जगह सेवा ज़्यादा होती है तो वहाँ थोड़ा कठिन हो जाता है। ये रास्ता आपको खुद चुनना है लेकिन जो बातें मैंने बताई इनको आप अपने जीवन में लायें। जहाँ भी आप होंगे वहीं तीव्र पुरूषार्थ चलेगा। सवेरे उठना, बहुत अच्छा योग करना, मुरली सुनना टोटल अपने जीवन को बाबा की ओर ढाल दो, लौकिकता तो रहती है ना संसार में। कोई डबल रखते हैं लौकिक भी, कि दुनिया में क्या हो रहा है? वो भी सुनें, नेट देखें वो भी करें। थोड़ा रूचि उधर भी रहती है लेकिन कम्प्लीट रूचि अध्यात्म की ओर हो तो तीव्र पुरूषार्थी सहज बन जायेंगे।

प्रश्न : मैं सीए हूँ, अभी समय की मांग क्या है? क्या हम घर में रहकर कार्य करते हुए, जॉब करते हुए पुरूषार्थ करें? या फिर सेवाओं में लग जायें। ये कन्फ्यूज़न बना रहता है।

उत्तर : सेवाएं तो अब से 100 गुणी होने वाली हैं। लेकिन चाहे हम सेवा करें, जॉब करें, घर में काम करें, काम तो मनुष्य को चाहिए। जो लोगों के अनुभव आ रहे हैं, जिन लोगों को काम नहीं था लॉकडाउन में तो उन्हों की बुद्धि डाउन जैसी हो गई। सोने को ही मन करता है। तो मनुष्य के मन में एक क्रिएटिव एनर्जी है उसको यदि हम यूज़ नहीं करेंगे तो सब डल होगा। कोई कहे कि मैं सब काम-धंधा छोड़कर पुरूषार्थ ही करूं, असंभव। सेवाएं भी खूब करो। देखो हम लोग भी कर रहे हैं। हम लोग तो लॉकडाउन में ज़्यादा बिज़ी हो गए। सेवाएं भी खूब करो, जॉब भी करो। लेकिन ऐसी जॉब नहीं, कई सीए बहनें हमारे पास आती हैं तो बताती हैं कि भाई जी हम सुबह 8 बजे जाते हैं और रात को 10 बजे आते हैं। मैंने कहा कि तुम्हारा कुमारी जीवन का फायदा क्या? उठे, खा-पीकर सुबह ऑफिस चले गए। आए, खा-पीकर सो गए ये तो कोई लाइफ नहीं। तो आपकी जॉब के घंटे भी ठीक-ठीक हों। अगर किसी को छह घंटे की मिल जाए तो बहुत अच्छा। भले थोड़ा कम पैसे मिलें। लेकिन आठ घंटे से ज़्यादा तो बिल्कुल नहीं। मैं इसमें किसी का अनुभव सुना देना चाहता हूँ। किसी की मैरिज़ हुई थी लेकिन वो ज्ञान में बहुत मज़बूत थी। उसने कहा मुझे मैरिज़ लाइफ पसंद नहीं है। मुझे योगी लाइफ बनानी है। तो माँ-बाप ने कहा कि जब बच्ची इसमें खुश है, अभी सिर्फ शादी ही हुई थी। तो छुड़ा दिया, डायवोर्स करा दिया। अभी वो भी इसमें है आईटी में, कुछ दिन तो अच्छा चला और फिर सवेरे उठते ही भागना और फिर रात को आके खाना खाके सो जाना। मेरे से मिलती रहती थी, मैंने कहा कि ये तो आपका त्याग भी निष्फल गया। केवल धन कमाना, चलो एक लाख रूपए सैलरी है, क्या करोगी आप? तो उसने कहा ठीक बात है। उसके माँ-बाप भी अच्छे साहूकार, बड़े बिज़नेसमैन थे। कहते कि तुम कुछ भी ना करो। देखिए ये हालात हैं। सभी कन्याओं को ये संकल्प दे रहा हूँ कि अपनी लाइफ को इज़ी कर दो। भागदौड़ की लाइफ ठीक नहीं इस समय। आप थोड़ा समय सेवाओं में दे सकें। आप अमृतवेले भी उठ सकें। मुरली भी सुन सकें और जॉब भी कर सकें। कोई सोच रहे होंगे कि इतने सारे काम। आप मैनेज ऐसे करें कि सवेरे उठकर अच्छा योग करें, मैं ये नहीं कहूंगा कि आप दो बजे, तीन बजे उठो। आप चार बजे ही उठो। रेस्ट की ज़रूरत है तो 5-6 के बीच आप कर लो। और बहुत फ्रेश होकर मुरली सुनो। ताकि सवेरे-सवेरे आत्मा स्पिरिचुअली चार्ज हो जाये। फिर अपना जॉब भी करो लेकिन सीखना ये होगा कि कार्य व्यवहार करते हुए कुछ न कुछ अच्छे अभ्यास कैसे करें। ये अगर कोई सीख लेता है तो ही आप अपने वर्क को एन्जॉय कर सकते हैं। कर्म को, अपने सम्बन्धों को सबको एन्जॉय करें। बहुत हल्के रहें तो जॉब भी करेंगे, कार्य भी करेंगे और बाबा की सेवा भी करेंगे और बहुत उन्नति भी करेंगे।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

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