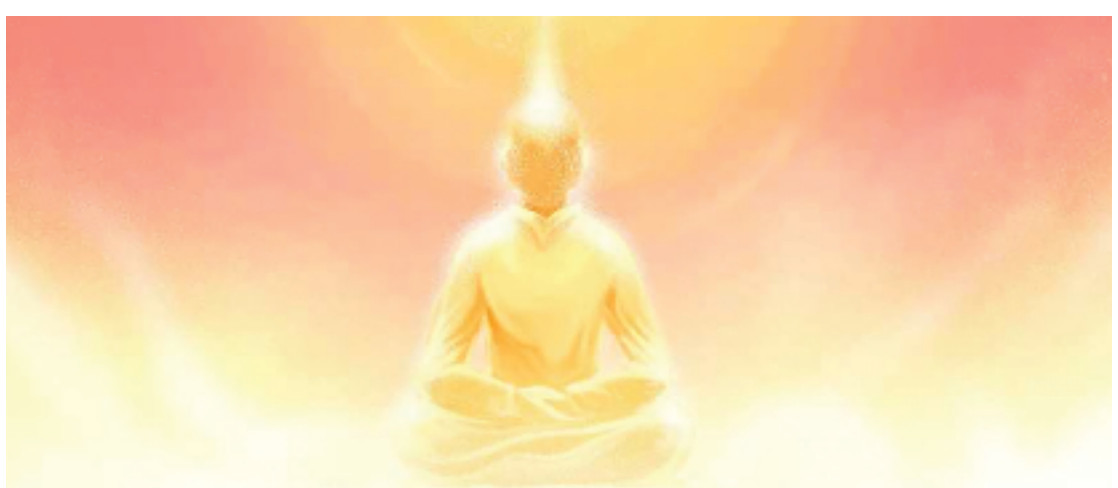
देने वाला केवल एक है...

- ब्र.कु. अनुज भाई,दिल्ली

हम जब किसी आउट स्टेशन पर जाते हैं, किसी स्थान पर जाते हैं, किसी से मिलने जाते हैं या किसी पार्क में जाते हैं, किसी बीच पर जाते हैं तो हमको अच्छा लगता है। हमें ऐसा लगता है कि हमें अच्छा लगा लेकिन आपको ये पता होना चाहिए कि आपने वहाँ पर अपनी ऊर्जा दी तो उसने आपको अच्छा फील कराया। अच्छा नहीं लगा। हमने कुछ दिया तो वहाँ से मिला। ऐसे ही जहाँ कहीं हम जाते हैं तो अपनी आँखों से कुछ देखते हैं, अपनी आखों से अपनी ऊर्जा देते हैं तो चाहे वो पार्क हो, चाहे बाहर का आसमान हो, चाहे बीच हो, चाहे हिल स्टेशन हो हर जगह आपको अच्छा लगता नहीं है। आप वहाँ पे करते हैं, आखों से उसको ऊर्जा देते हैं, कुछ पे किया तो वहाँ से आपको अच्छा फील हो गया। इसका मतलब क्या हुआ कि हम सभी इस प्रकृति से कुछ भी फील अच्छा नहीं करते हैं, हमको वहाँ पर कुछ पे करना पड़ता है।

इसीलिए हर दिन इतना कुछ आउटिंग करने के बाद भी, बाहर जाने के बाद भी, घूमने के बाद भी हम अपने आप में संतुष्ट फील नहीं करते। क्योंकि संतुष्टता तो तब हो ना जब हम वहाँ जाकर उससे खुश हो जाएं, भरपूर हो जाएं, वो हमारे अन्दर बैठ जाए, लेकिन नहीं हो पा रहा है। इसका अर्थ क्या हुआ कि हमारी ऊर्जा बस जाये जा रही है, वो इक्ट्ठी नहीं हो रही, कलेक्ट नहीं हो रही है। इसीलिए परमात्मा एक ऐसा सहारा है जो हमारे लिए जमा करने का काम करता है। तो आत्मा शरीर के साथ जुड़ी हुई है और शरीर प्रकृति से बना हुआ है। प्रकृति जोकि बाहर की चीज़ों से



कनेक्टेड हो गई है, तो हम जाते तो हैं लेकिन वहाँ जाने के बाद भी अच्छा-बुरा फील करते हैं क्योंकि आत्मा को तो अच्छा-बुरा लगता ही नहीं। शरीर के साथ जुड़े होने के कारण वो थोड़ी देर के लिए फील करती है।

तो हमारा जो पहला ज्ञान है यहाँ का कि आत्मा, शरीर से अलग एक शक्ति है, तो आत्मा-शरीर दोनों के कनेक्शन को हमको समझ के आगे बढ़ना है। अब इसमें शक्ति कहाँ से आयेगी? केवल एक परमात्मा ही है जो हमको हर पल देने का काम करता है। बाकी सब लोग हमसे ले रहे हैं। इस प्रकृति से जुड़ी हुई हर एक चीज़ हमको लॉस कर रही है, खत्म कर रही है क्योंकि उससे हम कनेक्ट होके दे रहे हैं। मतलब उस एनर्जी को हम फील करते हैं तो हमको लगता है कि हमें अच्छा लगा, नहीं हमने पे किया। तो परमात्मा इसीलिए कहते हैं कि हम ज्ञान-योग इतने समय से करते हैं लेकिन हमारी ऊर्जा नष्ट क्यों हो रही क्योंकि हम सारा समय जो प्रकृति से जुड़ी हुई चीज़ें हैं उनके साथ एनर्जी हमारी चली जा रही है। चाहे वो देह में जाये, चाहे देह के सम्बन्धों में जाये, चाहे देह के पदार्थों में जाये लेकिन जा रही है। इसीलिए हमारी ऊर्जा जमा नहीं हो रही है। तो देने वाला सिर्फ एक ही है इस वर्ल्ड में। बाकी सब हमसे लेने वाले हैं।

तो अगर अपनी ऊर्जा को बचाना है तो आपको इन सारी चीज़ों से ऊपर उठना पड़ेगा। इन सारी चीज़ों से ऊपर उठने के बाद आपकी स्थिति अलग होगी। उदाहरण, जैसे हम सभी बीच-बीच में नर्वस हो जाते हैं, बीच-बीच में थोड़ा अच्छा फील नहीं करते हैं तो उसका रिज़न यही है कि जैसे परमात्मा के घर में जायें या परमात्मा से कनेक्ट हो योग लगाएं तो लगाने के बाद भी जैसे लगता है ना कि मैंने कुछ हासिल नहीं किया, जैसे कुछ अलग नहीं हो रहा, कुछ अच्छा नहीं हो रहा है, जिसका रिज़न यही है कि जो मैं कर रहा हूँ ना ज्ञान-योग वो बाहर की प्रकृति में चला जा रहा है। चाहे वो देह, देह के सम्बन्धी या देह के पदार्थ हों। तो अपने आपको अलर्ट करके इस बात के लिए थोड़ा-सा ध्यान देने की आवश्यकता है कि मैं क्यों अपनी ऊर्जा को इसमें नष्ट कर रहा हूँ। बचाऊं क्यों नहीं! इसीलिए शिव निराकार परमात्मा रोज़ हमको सिखाते हैं कि अपने इन्द्रियों पर कन्ट्रोल करो, प्रकृतिजीत बनो, देह, देह के सम्बन्धों को भूलो। अब वो बात समझ में आती है कि हमारी ऊर्जा जा कहाँ रही है! बाकी सब लेने वाले हैं, शिव परमात्मा ही देने वाला है। तो इस भाव को पकड़ कर अगर हम चलें तो शायद कुछ दिन में हमको भी उन्नति फील हो, हमें भी अच्छा लगे।

- राजयोगी ब्र.कु. सूरज भाई

मन की बातें

प्रश्न : यदि कुमारी जीवन में भी हमसे कोई छोटी या बड़ी गलती हो जाती है तो उसका प्रायश्चित क्या है? क्या प्रायश्चित के बाद भी उसकी सज़ा मिलेगी?

उत्तर : बिल्कुल क्लीयर नॉलेज बाबा की है, ज्ञान में आने से पहले कुछ हो गया है, बाबा को सुना दो, ऊपर अपने सुप्रीम फ्रेंड को। हल्का हो जायेगा मन। क्योंकि सजायें मिलना और न मिलना मुरलियों में आजकल बहुत आ रहा है, सजायें माफ नहीं होती। मन हल्का अवश्य हो जाएगा और मन हल्का हो जाएगा तो तुम अच्छा अभ्यास, साधनाएं कर सकेंगे। ज्ञान में आने के बाद कोई गलती कर ली है तो वो निश्चित रूप से मन को बार-बार कचोटती रहेगी। वो भी अब और तो कोई तरीका नहीं है। बाबा को सुनायें और क्षमा-याचना लें। 108 बार रोज़ सवेरे उठकर लिखें मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ ये प्रिंट होगा और वो डिलीट होगा। बाबा की बहुत मदद मिलेगी। माफ नहीं होती, बाबा की मदद मिलती है। बाबा हमें अपनी शक्तियां देता रहेगा। तो हम आगे बढ़ते रहेंगे।

प्रश्न : कई बार मैं बहुत अकेला महसूस करती हूँ, मैं ऐसा क्या करूं कि बाबा मेरे इस अकेलेपन को दूर करे? कई बार इच्छा होती है कि हम किसी के कंधे पर सिर रखें, किसी को हग करें, किसी की गोद में सिर रखें। मतलब स्थूल में नहीं, लेकिन फिर भी एक इच्छा रहती है अन्दर तो बाबा क्या ऐसी हमारे अकेलेपन को दूर कर सकते हैं? ऐसा अहसास कैसे किया जाये?

उत्तर : बिल्कुल कर सकते हैं क्योंकि फिज़िकली अगर आप किसी के साथ ये करते हैं तो आप तो ये इम्प्युरिटी में बदल जाता है। और ये जो लॉनली फीलिंग होती है या थोड़ा डिप्रैशन फील होता है, एलोन लगता है अपने को, ये इम्प्युरिटी का ही प्रभाव होता है। जब कई बार सोके उठते हैं, दिन में सो जायें तो उठते ही बिल्कुल उदास मन होगा। ये इम्प्युरिटी ही है इसके लिए मुरलियों का अध्ययन करना, बाबा को याद करना, बाबा से बातें करते रहना और वही जो ये करना चाहती हैं सूक्ष्म वतन में जाकर बापदादा के साथ करने लगें तो अनुभव कुछ ही दिनों में दस गुणा होने लगेंगे। वो जो इच्छाएं हैं वो समाप्त हो जाएंगी।

प्रश्न : मैं पिछले नौ साल से ज्ञान में हूँ। अब मेरा योग में मन नहीं लगता है। कई बार पुरानी दुनिया में जाने की इच्छा होती है। तो मैं कन्फ्यूज़ड हूँ कि कैसे मैं अपने आप को सम्भालूं?

उत्तर : उत्तर मैं बिल्कुल क्लीयर देना चाहता हूँ बिना छुपाये। अन्दर में इम्प्युरिटी बहुत बढ़ रही है इसलिए योग नहीं लग रहा है। फिर से अपनी प्युरिटी को रिवाइज़ करें। बाबा के सामने बैठें और उससे बातें करें। अपने स्वमान को बढ़ायें। और योग नहीं लगता तो कुछ दिन योग छोड़के पाँच स्वरूपों का अभ्यास करें, मुरलियों का अध्ययन करें। और थोड़ा चिंतन करके इम्पोर्टेंट प्वांइट लिखें। स्वमान से, पाँच स्वरूपों से और ज्ञान के बल से योग लगने लगेगा और ये इम्प्युरिटी खत्म हो जायेगी। फिर जो दुविधा रहती है क्योंकि अब समय ऐसा आ गया है अब अगर कोई चूक गया तो पश्चाताप के अलावा कुछ हाथ नहीं लगेगा क्योंकि समय बहुत तेजी से बिगड़ेगा। युग तेजी से बदलेगा। हर साल हम नये-नये सीन देखेंगे।

प्रश्न : क्या बाबा के बनने के बाद अच्छा पहनना, खाना, अच्छा सामान यूज़ करना व घूमना ईश्वरीय मर्यादाओं के प्रतिकूल है?

उत्तर : प्रतिकूल तो कुछ नहीं है लेकिन अनुकूल भी नहीं है। क्योंकि अगर आप ये करते हैं तो आप बाहर जायेंगे और बाहर की हवा तो लग जायेगी। फिर वही प्रश्न होगा जो पहला प्रश्न था कि ये होता है, ये होता है। एक बहुत सारी चीज़ें इकट्ठी आप रखेंगे, जहाँ संग्रह वृत्ति बहुत होती है तो वहाँ एकाग्रता विक पड़ जाती है। बहुत सुन्दर-सुन्दर पहनेंगी तो दूसरों की दृष्टि आप पर जायेगी। फिर वही प्रश्न आयेगा कि दूसरों की दृष्टि हम पर जाती है। इसलिए योगिनी बन जाओ, त्यागी और तपस्विनी बन जाओ। सारा संसार आपकी रूहानियत की ओर आकर्षित होगा, कपड़ों की ओर आकर्षित क्या करना है!

प्रश्न : मुझे बचपन से ही ना माता-पिता का प्यार मिला और न ही अच्छी परवरिश, जिस कारण डिप्रैस्ड होकर गलत काम मुझसे हो गये। ज्ञान में आने के बाद भी मैं उनको माफ नहीं कर पा रही हूँ। मैं क्या पुरूषार्थ करूं कि पिछली बातों को सब भूला दूँ?

उत्तर : देखिए ये गलतियां बहुतों से हुई हैं इनको भी मैं धन्यवाद दूंगा कि इन्होंने प्रश्न करने का साहस किया है। पर ये गलती बहुत लोगों से हो रही है, कुमारों से भी हो रही है, कन्याओं से भी हो रही है। प्यार नहीं मिलता तो किसी के भी प्यार में अटक जाते हैं क्योंकि प्यार की एक प्यास बनी रहती है अन्दर में कि कोई उन्हें प्यार करे। लेकिन कलियुग में सच्चा प्यार कहीं नहीं है। सब जगह प्यार में धोखा है। प्रश्न ओपनली पूछा है तो उत्तर भी ओपनली है। जो आपको प्यार कर रहा है वो दो-चार को और कर रहा है। जब आपको ये पता चलेगा तो आपका हाल बहुत बिगड़ जायेगा। जो कुछ भी हो गया है पास्ट इज़ पास्ट। अब तपस्या में लग जाओ। अपने को योगिन बना दो। और स्टडी करो ज्ञान की। जो पुरूषार्थ के तरीके बताए हैं यही तरीके हैं कोई लम्बे-चौड़े नहीं हैं। मुरलियों में बहुत अच्छी-अच्छी साधनाओं की बातें आती रहती हैं। बहुत बड़ी साधनाएं भी नहीं हैं बिल्कुल सिम्पल-सिम्पल हैं। केवल हमें प्रैक्टिस करनी हैं तो पास्ट डिलीट हो जायेगा। और पवित्रता की चमक से और परमात्म प्यार से आप आत्म संतोष से भरपूर हो जायेंगी। फिर किसी और का प्यार पाने की इच्छा नहीं रहेगी।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com