

रंगीली माया

Rangeeli Maya

Outside Bhatti Class

Class Date- 08.02.2020

BK Dr Sachin Bhai Ji

@ Divya Sanskar Bhawan

Brahma Kumaris, Narsinghpur (M.P.)

ओम शान्ति। एक योगी एक छोटी सी कुटिया में रहता है और दोपहर को एक बार भिक्षा मांगने जाता है। रोज जो कुछ उसको मिलता है भोजन बनाता है, खाता है और कुछ दूसरे दिन के लिये बचाकर रखता है, सुबह के लिये। एकव्रता है, एक ही बार दोपहर में बनाता है पर एक छोटी सी समस्या का सामना उसे करना पड़ता है। उस कुटिया में एक चूहा आ जाता है और वो जो भोजन रखता है दूसरे दिन के लिये, सुबह के लिये। वो चूहा आकर रोज खा जाता है तो उसने एक युक्ति निकाली। एक थाली में भोजन जो बचा हुआ रहता था, दूसरे दिन के लिये जो उसको रखना था, थाली में रखता है और थाली को ऊपर टंगा देता है और वो चूहा बहुत शक्तिशाली है और बुद्धिमान, वो उस थाली पर कूदकर चला जाता है रोज और उस पर जो भोजन रखा है वो खा लेता है तो ये योगी बहुत परेशान होता है। एक डंडा रखता है अपने पास रात को सोते समय और बजाते रहता है ताकि वो चूहा न आये। एक बार उस फकीर का, उस योगी का मित्र उसके यहां एक रात के लिये रहने आता है। दोनों भोजन करते हैं, बातें करते हैं, सोने का समय होता है परंतु ये योगी अपना डंडा लेकर ऊपर की थाली में ठक-ठक ठोकते रहता है। उस मित्र को क्रोध आता है कि मैं इतने दिनों के बाद तुमसे मिलना आया हूं, तुम्हारा मेरे तरफ ध्यान ही नहीं है, तुम ये क्या कर रहे हो? वो बताता है- मैं क्या करूं? एक उपद्रवी चूहा है इस कुटिया में, वो आ जाता है और मेरा भोजन खा जाता है, रात को आता है। वो योगी पूछता है - इतना ऊंचा है ये, कूद पाता है वो? वो कहता है- हां, बहुत पॉवरफुल है। इसलिए मुझे ठक-ठक करते रहना पड़ता है बीच-बीच में उठ उठकर। वो मित्र पूछता है- क्या तुम्हें पता है उसका बिल, जहां वो रहता है? वो चूहा कहां है? वो कहता है - नहीं। मित्र कहता है आज हम उसका पता करेंगे। तो रात होती है, चूहा अपने समय पर आता है, भोजन खाता है। दोनों उसका पीछा करते हैं, कुटिया में एक जगह उस चूहे का बिल है तो वो दोनों मिलकर छुरी से उसको खोदते हैं। बिल को देखते हैं तो पाते हैं बिल के अंदर बहुत सारा भोजन रखा हुआ है, स्टोर किया हुआ और वो दोनों मिलकर वो सारे भोजन को निकाल लेते हैं वहां से। और वो जो बिल है, उसको तहस-नहस कर देते हैं,

डिस्ट्रॉय (Destroy) कर देते हैं, बंद कर देते हैं। वो मित्र कहता है- मैं एक रात तुम्हारे यहां फिर रूकूंगा। भोजन करते हैं, सोने का समय होता है, वो योगी अपना डंडा लेकर ठक-ठक करने लगता है, भोजन जो रखा हुआ है। ये मित्र कहता है आज ऐसा कुछ करने की कोई आवश्यकता नहीं। तो योगी पूछता हैं, क्या आज चूहा नहीं आयेगा? वो मित्र कहता है- चूहा तो आयेगा पर वहां तक पहुंच नहीं पायेगा। चूहा आता है कूदने की कोशिश करता हैं, लेकिन वहां तक कूद नहीं पाता है। रोज तो कूद जाता था, एक छलांग में ऊपर तक कैसे भी करके, आज नहीं कूद पा रहा है, क्यों? भोजन उसे मिला है, फिर भी नहीं पहुंच पा रहा, क्यों? उसका खजाना लुट गया है, बेचारा अपना आत्मविश्वास ही खो बैठा है, उसका खजाना ही खत्म हो गया है। रोज जो छलांग लगाता था आज नहीं लगा पा रहा है क्योंकि हिम्मत टूट गई है अंदर से, क्योंकि खजाना लुट चुका है।

जब माया हमारा खजाना लूट लेती है तब हम भी क्या हो जाते? **शक्तिहीन, आत्मविश्वास से वंचित, हताश, निराश, उदास और एक उदास व्यक्ति कभी भी उड़ान नहीं भर सकता, उदासचित्त कभी पुरूषार्थ नहीं कर सकता।** हतोत्साहित हो गया है, जीवन की समस्याओं से दुःखी हो गया है, कोई खजाने नहीं रहे। योग के मार्ग में चलने वाला और एक दिन ब्रह्मचर्य लुट गया, शक्तिहीन हो जाता है। खुशी का खजाना लुट गया, शक्तिहीन। समय बर्बाद हो गया, शक्तिहीन, आत्मविश्वास से वंचित। नौ खजानों का गायन है भक्तिमार्ग में नवनिधि-

अष्टसिद्धि नव निधि के दाता, अस बर दीन्ह जानकी माता।

हनुमान जी को अष्ट-सिद्धियाँ और नव-निधियां दे दी सीता जी ने, दिखाया है। **ब्राह्मण जीवन में नौ खजाने हैं- ज्ञान, गुण, शक्तियां, समय, संकल्प, खुशी, पवित्रता, श्रेष्ठ कर्म और दुआयें।** नौ खजाने हैं, इन नौ खजानों में से अगर कोई भी खजाना लुट जाता है तो फिर उड़ान नहीं भर सकते आगे। भोजन रखा है ऊपर, पर कूद नहीं सकते वहां तक क्योंकि दुःख है खजाना लुटने का, दर्द है कि खजाना लुट गया, ब्रह्मचर्य खण्डित हो गया, खुशी नहीं रही, पुण्य कर्म नहीं हो रहे, भ्रष्ट कर्म हो रहे, पाप कर्म हो रहे, विकर्म हो रहे। सबकुछ जानते हुए, सबकुछ मानते हुए भी पुण्य कर्म करने की शक्ति नहीं है। स्थिति हमारी दुर्योधन जैसी है जो कहता है - हे गोविंद! मैं क्या करूं? मुझे पता है मैं जो कुछ कर रहा हूं, सब गलत है, दुर्योधन कहता है - मैं जो कुछ कर रहा हूं, मुझे पता है सब गलत है पर मुझे सत्य कर्म, सही कर्म करने की शक्ति मेरे पास नहीं है, मैं क्या करूं? गोविंद, तू बता। पता तो सब है, क्या किसी चोर को पता नहीं कि चोरी करना पाप है? फिर भी तो करता है, क्यों ? पावर नहीं। पुण्य कर्म लुट गए, समय बर्बाद हो गया पश्चताप। संकल्प वेस्ट हो रहे हैं, व्यर्थ ही व्यर्थ तूफान चल रहा है खजाना लुट गया। ज्ञान, गुण,

शक्तियां, समय, संकल्प, खुशी, पवित्रता, पुण्य कर्म, दुआयें। कर्म ही ऐसे कर रहे हैं कि बद्दुआयें मिल रही हैं लोगों की और ये लुटने का काम करती है माया। तो इस ब्राह्मण जीवन में माया के बहुत सारे सूक्ष्म भिन्न-भिन्न, अलग-अलग प्रकार के रूप हैं वो इतने सूक्ष्म हैं, इतने सूक्ष्म हैं कि समझ ही नहीं आता है कि ये भी माया है और जब समझ आता है तो बहुत देरी हो चुकी है। जब गिर गए तब समझ में आया कि ये माया आती थी, जिसने गिराया वो माया ने गिराया, बाद में। **भगवान के महावाक्य है- अब है प्राप्ति के दिन, एक समय आयेगा जब होंगे पश्चाताप के दिन। अंत समय में सबसे ज्यादा पश्चाताप कौन करेंगे? संसार के लोग, कौन? वो तो दुःख के आंसू बहायेंगे कि भगवान आया और हमको पता ही नहीं चला पर ब्राह्मण खून के आंसू बहायेंगे, जार-जार रोयेंगे।** भगवान आया, उसने ये सब कहा और हमने वो नहीं किया जो करना चाहिए था। अपने खजानों की रक्षा करनी है कोई माया इसे छिन न पाये। इस सत्र में हम चर्चा करेंगे माया के सूक्ष्म और भिन्न-भिन्न रूपों की। स्थूल तो सभी को पता है 5 विकार पर उससे भी सूक्ष्म ब्राह्मण बनने के बाद, सूक्ष्म माया प्रवेश करती है। **ऐसे लगभग माया के 12 सूक्ष्म रूपों की हम चर्चा करेंगे -**

1. पहला: अलौकिक संबंध - अलौकिक परिवार में लौकिक संबंध ये पहली माया है। ये ईश्वरीय परिवार है, सबका आपस में एक ही संबंध है भाई-भाई का। इस अलौकिक परिवार में लौकिकता निर्माण करना, इस अलौकिक परिवार में लौकिक संबंध स्थापन करना ये सबसे सूक्ष्म माया है। ये परिवार, इस अलौकिक परिवार में लौकिकता का आ जाना गिरावट है, अपने संबंधों को अलौकिक रखना है, भाई-भाई, आत्मिक। दैहिक संबंध, दैहिक रिश्ते, विशेष भाई, विशेष बहन, मां-पिता जैसा है, बेटे जैसे हैं और आसक्तियां उत्पन्न करना, लगाव उत्पन्न करना, अटैचमेंट (**attachement**) परिवार के अंदर, दो बहनों के बीच, दो भाईयों के बीच, एक भाई एक बहन के बीच, जैसे परिवारों में आसक्ति होती है वैसी आसक्तियां यहां उत्पन्न हो जाना माया के रूप हैं। **ये हम न भूलें कि इस ब्राह्मण जीवन में हम अकेले हैं, ये अकेले की यात्रा है। द फ्लाइट ऑफ द अलोन टू दी अलोन (The Flight of the Alone to the Alone), अकेले की अकेले के तरफ यात्रा।** इसमें सभी साथी है, पर कोई विशेष साथी यदि बनाया और उसे कुछ हो गया, तो तुम्हें भी रूकना पड़ेगा। इसलिए सब अपने हैं और अपना कोई भी नहीं। इंग्लिश में कहते हैं- ऑल ऑर नन फिलोसाफी (**All or None philosophy**), सब मेरे हैं और मेरा कोई भी नहीं। लौकिकता नहीं लानी है इसमें।

पहले भी कभी सुनाया था- महात्मा बुद्ध के जीवन काल में एक परिवार था, जिसमें मां-बाप थे और एक बच्चा था, एक लड़का उनका और उन मां-बाप का उस लड़के में बहुत मोह था और इतना ज्यादा

मोह था, ओवर केयरिंग थे। हर चीज की चिंता करते थे और वो बच्चा इस बात से चिड़ गया। इतनी चिंता, इतनी चिंता, ओवर केयरिंग, कहीं उसको जाने नहीं देते, कहीं कुछ अकेले करने न देते, दिन-रात उसके पीछे ही लगे रहते और वो और ज्यादा चिढ़ता और एक दिन उसने सुना कि महात्मा बुद्ध आये हैं, अपने शिष्यों के साथ, उस बिहार में। वो जाता है, महात्मा बुद्ध से कहता है- मुझे भी सन्यास लेना है और वो सन्यासी बन जाता है। मां-बाप परेशान, लड़का गया कहां? पिता जी निकल पड़ते, उसको ढूंढते- ढूंढते, यहां-वहां ढूंढते बाद में पता चलता है कि वो कहता था कि एक दिन चला जाऊंगा, सन्यासी बन जाऊंगा। पिताजी बराबर ढूंढते-ढूंढते उस शिबिर में पहुंचते हैं जहां महात्मा बुद्ध रहे हैं और देखते हैं मेरा बेटा तो सन्यासी बन गया। पिताजी खुद महात्मा बुद्ध के पास जाके कहते मुझे भी सन्यास लेना है और वो भी सन्यासी बन जाते। मां दो दिन इंतजार करती है, पति नहीं आया, बेटा नहीं आया, कहां गया? वो निकल पड़ती हैं ढूंढने के लिये। ढूंढते-ढूंढते उसको पता चलता है इन दोनों ने सन्यास ले लिया है। वो महात्मा बुद्ध के पास जाती हैं, कहती हैं मुझे भी सन्यास लेना है और वो भी भिक्षुणी बन जाती हैं। अब तीनों एक ही साथ रहते हैं मां, बेटा और पिता। तीनों सुबह-सुबह एक साथ उठते हैं, एक साथ ध्यान करते हैं, एक साथ भिक्षा मांगने जाते हैं, एक साथ आते हैं, एक साथ भोजन करते हैं। जो उधर कर रहे थे, इधर भी कर रहे हैं। जो मोह आसक्ति और लगाव उधर था वो मोह, आसक्ति, लगाव इधर भी हैं। अलौकिक जीवन हैं, सन्यस्थ जीवन हैं, उसमें वो ही सारा कुछ चालू कर दिया जो उधर करते थे पहले। महात्मा बुद्ध उनसे कहते है ये क्या हो रहा है? आये किसलिये थे? इन आसक्तियों को तोड़ने के लिये और यहीं पर आसक्तियां निर्माण कर दीं? साथ-साथ खाना, साथ-साथ प्रवचन सुनना, साथ-साथ सोना, जो लौकिक घर में चालू था वही, खाली टाइटिल चेंज हो गया है बस, कर तो वहीं रहे हैं।

जितना हो सके अपने आपको इस माया से सुरक्षित रखना है, अलौकिक संबंधों में लौकिकता की माया। हमारे संबंध अलौकिक रहें, भाई-भाई के रहें बस। इस बॉर्डर को क्रॉस किया कि आसक्ति होगी, लगाव होगा और फिर आगे की माया आयेगी, दैहिक आकर्षण की ओर वो बढ़ती जायेगी। तो सबसे पहली माया, माया का सूक्ष्म रूप ब्राह्मणों के लिये। जो तीव्र-पुरूषार्थी हैं, जिन्हें बहुत तेजी से आगे जाना है उन्हें इस माया को अपनी अंतर्दृष्टि से देख लेना है कि ये भी माया है।

2. दूसरा: अलौकिक सेवा की माया - नाम सेवा का है पर अंदर से अपनी व्यक्तिगत इच्छा है अपनी प्रसिद्धि की इच्छाएं हैं, नाम सेवा का चिपका रहे हैं, नाम ब्रह्माकुमारी का चिपका रहे हैं पर अंदर से कामना है मैं, मेरा, मेरा नाम हो। सेवा करके आये, सेवा का समाचार सुनाते वो सेवा का समाचार नहीं होता, वो मैं का समाचार होता है। सेवा का समाचार नहीं सुनाते, मैं का समाचार सुनाते। उनके लिये

अलौकिक सेवा ही माया बन गई हैं। सेवा में ही नाम- मान के पीछे भाग रहे, सेवा में ही मैं, मैंने की, मैं करता हूं। वो निमित्त भाव खो गया है। **विदेश की एक बहन ने बहुत अच्छी बात कही है। डायरी में नोट करके रखनी हैं बाबा टंकी हैं, हम सब नल हैं।** नल अगर कहे- मैं पानी देता हूं, तो क्या कहेंगे? हम नल हैं, पानी उस टंकी से आ रहा है। **महिमा नल की नहीं, महिमा टंकी की हैं। ये तो भाग्य है कि तुम्हें अवसर दिया गया हैं।** मोहम्मद रफी ने कभी कहा था- अगर खुदा चाहता तो ये आवाज किसी और हलक में भी डाल सकता था, उसने मेरे कण्ठ में ही आवाज डाली। महिमा मेरी नहीं, उसकी है। इतना निमित्त भाव है। थोड़ी सी सेवा की और इतना बड़ा अहंकार, थोड़ी सी सेवा क्या कर ली, और उसका एक महीना तक प्रचार, हमनें ये किया, हमनें वो किया, फला किया हमनें, ऐसा किया। मम्मा डेढ़ मास तक बैंगलौर रही, वापस आई, बहुत सारी सेवायें की थी। मम्मा से पूछा गया, मम्मा सेवा कैसी थी? मम्मा ने कहा अच्छी थी, फुलस्टॉप। कोई वर्णन नहीं, कोई डिस्क्रिप्शन (**description**) नहीं, कुछ नहीं। कैसी थी सेवा? अच्छी थी। और हमसे अगर पूछें, 50 फोटो, पहले फोटो देखो फिर बात करेंगे। वो भाई था मम्मा के साथ जो गया था, उसने बताया कि क्या किया? कोई वर्णन नहीं फुलस्टॉप। कैसी सेवा थी? अच्छी थी।

किसी भाई ने एक बाबा के महावाक्य आज सुबह-सुबह भेजे जिसमें अव्यक्त बाबा के महावाक्य हैं, जिसमें **बाबा ने कहा हैं - सेवा के मार्क्स किस आधार पर मिलेंगे। ये मुरली हैं 25 नवंबर 1995 -** बापदादा बोले, **मार्क्स ज्यादा लेने हैं तो स्वचिंतन करो, अपनी सूक्ष्म कमजोरियों को, छोटी-छोटी गलतियों को चिंतन कर मिटाओ, परिवर्तन करो। फाइनल रिजल्ट में प्रैक्टिकल धारणा स्वरूप में पहले मार्क्स मिलेंगे। फाइनल नंबर कितनों को सुख दिया, कितने स्वयं शक्तिशाली रहे उसी प्रमाण मिलेंगे। भाषण अच्छे किये, सेन्टर्स खोले, स्टूडेंट्स बनाये, बापदादा ये नहीं देखेंगे।** क्या कहा बाबा ने? कितनों को सुख दिया, कितने स्वयं शक्तिशाली रहे उसी प्रमाण मार्क्स मिलेंगे। भाषण कितने किये, सेन्टर कितने खोले, स्टूडेंट्स कितने बनाये बापदादा ये नहीं देखेंगे बल्कि कितनी आत्माओं को योग्य बनाया वो देखेंगे। कोई हिल तो नहीं रहा है, वो देखेंगे। मांगकर की हुई सेवा या दिखावे के लिये की गई सेवा के मार्क्स कट हो जाते हैं। **जितनी सेवा गुप्त और निस्वार्थ हो उतना अच्छा। जब बाप के दिल पर नाम है तो और क्या चाहिए।** सेवा का पुण्य जमा हो गया और क्या चाहिए? बाप के दिल पर नाम है। जहां दिखावा है, जहां ढोंग है, जहां आडम्बर है, जहां स्वार्थ है, मैंने ये-ये किया, मैं ये-ये करता हूं, करती हूं, हमने इतना बड़ा प्रोग्राम किया, हमने ये सेवा की, हमने वो सेवा की। अरे! हमने किया क्या? अगर दादियों की सेवा देखें तो उसके सामने हमारा तो कुछ भी नहीं है। कैसा अहंकार? यज्ञ कितना सम्पन्न है, समय एक था जब यज्ञ में कुछ भी नहीं था। एक-एक डिपार्टमेंट में एक-एक व्यक्ति हुआ करता था जो कितनी सारी सेवायें करता था। अभी तो एक- एक काम के लिये 10-10 लोग हैं। अलौकिक

सेवा का अहंकार, ये माया हैं, बड़ी सूक्ष्म माया हैं। इसलिए सेवाओं में क्या हो? निमित्त भाव। सेवा कर ली, अर्पित। **कर्मातीत अर्थात् सेवा, कर्म और कर्म का परिणाम दोनों टच न करे।** सेवा की और भूल जाओ। अपने सेवाओं की लिस्ट को याद करके रखना, हमने ये-ये किया, गिरा देगा। हां, अगर वर्णन करने की आवश्यकता पड़े तो उस वर्णन में बहुत निमित्त भाव हो या तो वर्णन ही न करें।

एक है हमने ये सेवा की, एक दूसरा है बाबा ने हमसे कराई। एक भाषा है मैंने की, एक है हमने की, हम शब्द में बड़ा प्रोटेक्शन है। मुझे ऐसा लगा फिर मैंने ये किया फिर मैं वहां गया फिर मैं वहां गया फिर मैं वहां गई। दूसरी भाषा है- हमें ऐसा लगा, हमने वो किया फिर हमने वो सेवा की फिर हमने वो प्रदर्शनी की, एक ये भाषा है, भाषा में भी अंतर है। एक जगह मैं का प्रयोग हैं, एक जगह हम का प्रयोग हैं। हम में सुरक्षा है, "मैं" में अहंकार है। वहां पर, वो सेवा अच्छी हुई, हम वहां गये अच्छी सेवा हुई, एक है मैं वहां गया और वहां अच्छी सेवा हुई इसमें अंतर है। सेवा का ये समाचार सुनाते समय, मैं न आये। मैं ये करता हूं, मैं वो करता हूं, मैं ऐसा हूं, मैं वैसा हूं, मैं याऊं हूं, मैं त्याऊं हूं।

3. तीसरा: बहानेबाजी - कारण देना हर चीज में। दादी जानकी की एक क्लास है जिसमें **दादी ने कहा है- एक है झूठ बोलना, दूसरा है बहानेबाजी करना। बहानेबाजी झूठ बोलने से भी खराब है।** बहन जी ने सेवा दी, ये सेवा करनी है, कहना नहीं मेरे से नहीं होता है, मुझे वहां काम है। काम कुछ है नहीं फिर भी बहाने, इच्छा ही नहीं करने की। हर चीज में बहाने- मुरली क्लास क्यों नहीं आते? रेग्युलर बच्चों की पढ़ाई, ये, वो, जिसको आना है वो कैसे भी आता है। जगदीश भाई मुरली सुनने के लिये वो जो कोयले की ट्रेन होती है, उस कोयले के ऊपर बैठकर गये थे। एक ज्ञानामृत में आर्टिकल आया था- मुरली न सुनने के 108 कारण। क्यों नहीं सुनी मुरली? बारिश आ गई। क्यों नहीं सुनी मुरली? मेहमान आ गये। क्यों नहीं सुनी मुरली? पेट में दर्द। क्यों नहीं सुनी मुरली? सिर में दर्द। बाबा कहते थे क्या हुआ? बच्चा क्यों नहीं आया? बाबा फैक्चर हो गया, स्ट्रैचर पर लेकर आओ क्लास में। बच्चों की पढ़ाई है, आज मूड नहीं है, आज आ नहीं सकता, कितने बहाने हैं? हर चीज के लिये बहाने-बहाने-बहाने-बहाने, बहाने ढूंढते रहते और बहाने के लिये फिर क्या करना पड़ता है? झूठ बोलना पड़ता है ऐसे।

एक व्यक्ति जा रहा था, धार्मिक है थोड़ा, देखा बगीचा है, उसमें पके हैं आम, पीले-पीले आम नजर आ रहे। देखता है आस-पास माली कहीं नहीं है, घुस जाता है, अपनी झोली में आम भरता है और आम दोनों हाथों में, उतने में माली देख लेता है और वहां पर पहुंच जाता है कहता है- आप और चोरी कर रहे हो! कमाल है आपकी! हम तो आपको बहुत धार्मिक समझते थे। वो कहता है- चोरी नहीं कर रहा था, वो तो मैं यहां से जा रहा था, हवा इतनी तेज आई तूफान कि मैं हवा के झोंके की वजह से अंदर आ गया।

माली कहता है- वैसे तो इतना तेज तूफान हमारे इधर कभी आता नहीं है, चलो मान लिया पर ये जो तुम्हारी झोली है उसमें जो आम हैं उसका क्या? वो कहता झोली मेरे पास थी, पर जब फेंका गया तो इसमें आम भी आ गये। अच्छा चलो वो भी मान लिया पर ये तुम्हारे दोनों हाथ में आम हैं, उसका क्या? वो कहता है हवायें इतनी तेज चल रही थी कि मैंने ये 2 आम ही पकड़ लिये। एक के बाद एक, एक के बाद एक, झूठ, झूठ, झूठ, झूठ।

अगर कोई सेवा दी गई है और नहीं कर सकते सीधा मना कर दो फिर। नहीं तो तुम्हारे भरोसे पर बैठे रहेंगे और सेवा भी नहीं होगी। हम सोचते रहेंगे, बहन जी सोचते रहेंगे कि इनको कहा है। शाम को देखा तो किया ही नहीं। अमृतवेले के बहाने, क्यों नहीं उठ पाये? अरे लेट सोये थे। प्रोग्राम का था कोई, मम्मा 11 बजे से भी ज्यादा टाइम हो गया तब सोई फिर भी मम्मा का नियम था 2 बजे उठने का, फिर भी उठी। भाई-बहनों ने कहा- मम्मा आप तो लेट सोये थोड़ा लेट उठना चाहिए, क्या फर्क पड़ता है? मम्मा ने कहा- एक श्रीमत तो पहले ही तोड़ दी, अब दूसरी भी तोड़ू क्या? हमारे पास ढेर सारे बहाने अमृतवेले न करने के, मुरली न जाने के, घर में ही मुरली सुनते है बैठकर या कार में या मोबाइल पर। क्लास, उस वायुमण्डल में जाना अर्थात् शक्तिशाली वायुमण्डल में प्रवेश करना है। अपने आपको ही संकल्प देते हैं, थोड़ा सा बुखार जैसा लग रहा है इसलिए बाबा हम कल नहीं उठेंगे। छुट्टी, बाबा से रात को ही छुट्टी ले ली, क्यों? बुखार जैसा लग रहा है। कितना बुखार है? वो मत देखना, नहीं निकला तो! लग रहा है न बुखार, बस खुद ही को हम समझाते हैं, बहानेबाजी।

4. चौथा: BSNL (बी एस एन एल) - बी.एस.एन.एल.। क्या हैं ये बी.एस.एन.एल.? ब्राह्मण संसार न्यूज लिमिटेड। इधर क्या हो रहा है? उधर क्या हो रहा है? वहां क्या हो रहा है? इसने क्या किया? उसने क्या किया? मधुबन में क्या हो रहा है? ये बहन का क्या हुआ? वो भाई का क्या हुआ? वो बहन पहले वहां थी, अब वहां क्यों चली गई? कुछ तो है, ढूंढों, पता करो। इधर की बातें उधर, उधर की बातें इधर। स्पीच्युअल जर्नलिस्ट, नारद है न। इधर की बातें उधर, उधर की बातें इधर। चार लोग बैठते हैं और चर्चा करते हैं, कौन सी चर्चा करते है? परचिंतन और परदर्शन की चर्चा, आज का ब्राह्मण संसार समाचार चर्चा और चर्चा पूरी होने के बाद कल फिर मिलेंगे इसी समय आ जाना। एक भाई एक कुमार हमसे कह रहा था हमारे सेंटर पर देखो कैसी माया आ गई हैं, हमने कहा क्या? 2-3 भाई हैं, जैसे ही मुरली पूरी हो जाती है क्लास रूम में बैठते हैं और पॉलीटिक्स की चर्चा चालू कर देते, झगमुई-झरमुई, किसी का चरित्र हनन, बहुत सारी बातें निकल जाती है मुख से, इधर की बातें, उधर की बातें। इधर वो क्या करता? इसने क्या किया? उसने क्या किया? टाइम वेस्ट। इस माया से अपने आपको बचाना है इंग्लिश में कहावत है- माइंड

योर ऑन बिजनेस (**Mind Your Own Bussiness**). अपने काम से काम रखना है। दूसरा क्या करता? दूसरे के साथ क्या हो रहा? तुम्हें क्या करना? तुम अपना काम देखो।

बाइबिल में दिखाया है, जीजस क्राईस्ट सूली पर चढ़ गया, उसके तीसरे दिन फिर आ गया, अपने शिष्यों से मिलता है। उसका एक शिष्य जीजस से पूछता है- लॉर्ड, डू यू लव मी (Lord! Do You Love Me)? हे प्रभु! क्या तुम मुझसे प्रेम करते हो? ये वही शिष्य है जिसने तीन बार जीजस क्राईस्ट को नकार दिया था। जब जीजस क्राईस्ट को पकड़कर लेकर गये, वो भी अंदर गया। उससे पूछा गया क्या तुम इस आदमी को जानते हो? वो कहता है मुझे नहीं पता ये कौन हैं? उसका अनन्य शिष्य कहता है, क्या तुम उसे जानते हो? कहता हैं- मैं नहीं जानता। तीसरी बार फिर पूछते हैं दूसरी जगह, तुम जानते हो? वो कहता- मैं नहीं जानता। तीन बार नकार दिया और फिर रोते बैठता है, ये मैंने क्या कर दिया, ये मेरा गुरू था उसको ही मैंने मना कर दिया। वो ही शिष्य अब बाद में पूछता है- लॉर्ड, डू यू लव मी (Lord! Do You Love Me)? जीजस क्राईस्ट उससे पूछते हैं - डू यू लव मी (Do You Love Me)? वो कहता है - हां, प्रभु। फिर से पूछता है - डू यू लव मी (Do You Love Me)? वो कहता है - हां। फिर से पूछता है - डू यू लव मी (Do You Love Me)? वो कहता है, हां। पर दुःखी होता है कि जीजस मुझे बार-बार क्यों पूछ रहा है कि क्या मैं उससे प्रेम करता हूं? शायद मेरा प्रेम कम है, इसलिए तो पूछ रहा है। और वहां पर एक प्रसंग आता है, पीटर (Peter) इसका नाम होता है, वो पूछता है- ये जो पीछे से आ रहा है, जॉन (John) हे प्रभु! इसका आपसे आप इससे कितना प्यार करते हो, जीजस कहता है, तुम्हें क्या करना है, वो मेरे और उसके बीच का है। व्हाट इज देट टू यू (What Is That To You)! तुम्हें उससे क्या करना? तुम अपने काम से काम रखो, मैं उससे कितना प्यार करता हूं, उससे तुम्हें क्या करना है? व्हाट इज देट टू यू (What Is That To You)! तुम्हें क्या करना है? तुम अपना काम से काम रखो। न कि ताक-झोंक, इधर क्या, उधर क्या? इधर की बातें, ये बातें, वो बातें, इसे कहते हैं - ब्राह्मण संसार समाचार, बी.एस.एन.एल.।

5. पांचवा: कम्फर्ट एण्ड कनवीनिएंस (**Comfort And Convenience**) सुख और सुविधायें-

इतना डूबे हैं सुखों में और सुविधाओं में कि तपस्या ही खो गई है। खाली सुविधायें चाहिए, सुख चाहिए। वो दादियों ने कैसी तपस्या की थी यज्ञ के शुरूआत में, बैगरी पार्ट में क्या था? कुछ नहीं था, वो दाल थी जिसमें केवल पानी रहता था, दालें थोड़ी सी। तपस्या अभाव में की जाती है, साधन और सुविधाओं की शैथ्या पर मत सो जाना।

*वक्त है कम लंबी मंजिल तुम्हें तेज कदम चलना होगा,
हे परम तपस्या के पथिकों, तुम्हें नूतन पथ रचना होगा।*

वैराग्य हो, सब कुछ देखते हुए, मन विरक्त हो। कुछ भी नहीं चाहिए। एक सूक्ष्म वैराग्य इस संसार को देखते हुए जैसे देख ही नहीं रहे, आंखे कहीं पर भी नहीं डूबती। ये लूं, वो खरीदूं, ये चाहिए, वो चाहिए, आंखे डूबती हैं। नई जगह जाओ तो चीजों को देखते हैं और इच्छाएं उत्पन्न होती हैं। ये भी खरीदूं, ये भी लूं, और वो भी लूं। तुम्हें बस एक ही इच्छा हो विश्व कल्याण की, बस और कोई इच्छा नहीं, एक ही इच्छा है बाप समान बनने की बस और कोई इच्छा नहीं। एक ही इच्छा है - **सर्वे भवन्तु सुखिनः सर्वे सन्तु निरामयाः**, एक ही इच्छा - बहुजन हिताय, बहुजन सुखाय। बहुतों का कल्याण हो, बहुतों की सेवा हो बस, व्यक्तिगत कोई इच्छा नहीं। **बिना वैराग्य के तपस्या नहीं हो सकती। जो दिन रात भोग विलास में डूबे हुए हैं, तपस्या कैसे करेंगे?** शरीर को संवारने में लगे हुए हैं, तपस्या कैसे करेंगे? इस शरीर को तपाना है। एक-एक इंद्रिय शीतल हो जाए। बाबा के महावाक्य हैं- इंद्रियों में दुर्गंध है, छी-छी है, इन कर्मेन्द्रियों को तपाओ। भट्टी अर्थात् आग, आग है आग। हमारा जीवन एक ज्वाला भवन बन जाये, ज्वाला भवन जिसमें हम तपें। सुख सुविधाओं की माया।

6. छठवां: डिजीटल माया - सबसे बड़ी माया है वर्तमान की, हर व्यक्ति उसमें डूबा हुआ है। ये बहुत अच्छा साधन है सेवा का, सर्वोत्तम साधन। पर यह आग की तरह है इससे रोटी भी पकती है तो घर भी जल जायेगा। चरित्र का भी सर्वनाश होगा, इसी मोबाइल से, इसी इंटरनेट से, इसी सोशल मीडिया से, इसी टी.वी. से।

गूगल का एक बहुत बड़ा अफसर, गूगल कंपनी को जो चलाने वाले हैं, उसने लिखा है- डू नॉट गो ऑनलाइन विथाउट अ परपज (**Do Not Go Online Without A Purpose**). इंटरनेट पर बिना लक्ष्य के जाना ही नहीं है, बहुत बड़ी बात कही है। बिना लक्ष्य के युवक बैठें रहते हैं, एक क्लिक, ब्रह्माकुमार से शूद्रकुमार। जो लक्ष्य है जाओ। डिजीटल दुनिया की अज्ञात गली भटका देती है। गये, जो ढूंढना है ढूंढा, वापस। गये, क्लास सुननी है, उतनी क्लास सुनी और वापस। **आग में हाथ डालने जैसा है पर उस आग में हीरा रखा है, निकाल के वापस। इधर-उधर किया तो जल जायेगा।** डिजीटल माया सबसे बड़ी माया, वर्तमान में हर व्यक्ति उसमें डूबा है और मुख्य रूप से युवक और मुख्य रूप से छोटे-छोटे बच्चे। कौन सी माया है, छोटे बच्चों के लिये? माताओं को पता होगा, वीडियो गेम्स। किन-किन के बच्चे वीडियो गेम्स खेलते हैं? मातायें जरा हाथ खड़ा करेंगे, बहुतों के छोटे-छोटे बच्चे गेम्स खेलते रहते हैं।

आतंकवादियों का इंटरव्यू लिया गया था। कभी उनको पूछा था बताओ तुमको बचपन में कौन से गेम्स अच्छे लगते थे? वो कहते वीडियो गेम्स इधर से मारा, उधर से मारा, इधर से उड़ाया, उधर से उड़ाया, ये गेम्स खेलते थे बचपन में और फिर धीरे-धीरे ये ही खेलने की इच्छा हुई और आगे जाकर बंदूक हाथ में

आ गई। बचपन में प्लास्टिक की बंदूकें थी, गेम्स देखते थे, इधर से फायर, उधर से फायर और अभी मनुष्यों को मारने में मजा आता है। वीडियो गेम्स। ऑनलाइन शॉपिंग (**Online Shopping**). शॉपिंग ही करते रहते हैं। एक बी.के भाई कह रहा था- मेरी युगल, वो भी ज्ञान में है पर जब देखो तब शॉपिंग, अभी पुरानी साड़ी खुली भी नहीं हैं, दूसरी साड़ी आ गई दो दिन के बाद, ऑनलाइन सब आता है। ऑनलाइन शॉपिंग, दिन रात परचेज (**Purchase**) करते रहते हैं। चीजों को परचेज, कौन सी चीज नहीं है? किचन वाली कौन सी चीज नहीं है? ऑनलाइन शॉपिंग। दिन-रात परचेसिंग, परचेसिंग, परचेसिंग। **एडिक्शन बन गया है ऑनलाइन परचेसिंग (Online Purchasing)**. कहीं जाने की आवश्यकता ही नहीं, सारा देखते हैं इंटरनेट पर ये पसंद आ गया, बाय (Buy), आगे। डिजीटल रावण।

फिर है ऑनलाइन न्यूज, न्यूज ही पढते रहते हैं दिन-रात। किसने क्या किया? अच्छा, इसने ऐसा कहा, अब इस पार्टी ने ऐसा कहा, वो पार्टी क्या करेगी। बस दिन-रात ऑनलाइन न्यूज (Online News), ऑनलाइन शॉपिंग (Online Shopping), ऑनलाइन वीडियो गेम्स (Online Video Games), यू ट्यूब (You Tube), सोशल मीडिया (Social Media), टी.वी. (T.V.). अच्छा, Serial (सीरियल) कौन-कौन देखता है? जरा हाथ खड़ा करेंगी मातायें, एक दूसरे को नहीं देखना, खाली सामने देखो। नहीं तो बाजू वाले हाथ नहीं खड़ा करेंगे। आजू-बाजू नहीं देखो, खाली सामने देखो बस। आज वाली देख लेते, पर कल से नहीं देखेंगे। पर आज का सीरियल ही एण्ड ही वहां होता है क्लाइमेक्स (Climax), आगे क्या होगा? उत्सुकता है, क्योंकि एण्ड वहीं होता है, बस एक अंधेरी छाया, वो कौन हैं? अब आगे का देखो तब पता चलेगा। मधुबन में एक भाई था, 9 बज गये, चलो चलो, जल्दी चलो। क्या हुआ? अशोक भाई की क्लास है। कौन अशोक भाई? सम्राट अशोक सीरियल, एडिक्शन है सीरियल, एडिक्शन। **एक बार देखा कि जब तक पूरा नहीं हो जाता जी नहीं भरता है। आज देखा कल आगे क्या होगा? ये तो देखना ही है।** दिन-रात टी.वी., टी.वी., टी.वी., एडिक्शन है टी.वी.।

उसके बाद फिल्म्स (Films), नई-नई फिल्में, ये फिल्म में क्या है? वो फिल्म में क्या है? फिल्म के साथ जुड़े हुये एक्टर्स (Actors) और उनके जीवन में क्या हो रहा है? उसमें इंटेस्ट। माया, डिजीटल माया हैं ये, स्वयं ही डिसाइड करना है। स्वयं ही सोचना है, मैं किस ओर जा रहा हूं? जा रही हूं?

7. सातवां: अपेक्षाएं - ब्राह्मण जीवन के तीव्र पुरूषार्थियों के लिये माया है, अपेक्षाएं। एक दूसरे से बहुत ज्यादा अपेक्षाएं रखते हैं और फिर जब पूरी नहीं होती तो दुःखी होते हैं। बड़ी बहन जी से ज्यादा अपेक्षाएं, छोटों से अपेक्षाएं, साथियों से अपेक्षाएं, अपनी पत्नी से बहुत सारी अपेक्षाएं, पति से अपेक्षाएं, बच्चों से अपेक्षाएं, मित्र संबंधियों से अपेक्षाएं, अपने बॉस से अपेक्षाएं कि ये मुझे ऐसा करें, ये मुझे समझें

और समझता कोई नहीं। अपेक्षाएं भंग होती है, दुःखी होते हैं। ब्राह्मण जीवन में एक पॉलिसी लेनी हैं, एल.आई.सी. की पॉलिसी सब लेते हैं न, वैसे एक पॉलिसी इधर भी लेना है - **जीरो एक्सपेक्शन पॉलिसी (Zero Expection Policy)**. किसी से कोई भी एक्सपेक्शन नहीं रखनी है। रखेंगे तो दुःखी होना पड़ेगा। हमने बहुत सेवा की, सेवा की पर हमारा तो नाम ही नहीं आया कहीं पर, दुःखी हो गये। कम से कम स्टेज पर हमारा नाम तो बोलते, ये भाई ने कितनी सेवा की। स्तुति होती है तो खुशी होती हैं न, क्या होता है स्तुति होने के बाद? क्या होता है? कोई हमारी तारीफ कर रहा है, क्या होता है? अंदर-अंदर क्या होता है? गद-गद और क्या होता है? और क्या होता है? कोई तारीफ ही कर रहा है हमारी तो क्या होता है? आकर्षण, क्या होता है? और और और और सुनने की इच्छा होती है, कोई आकर कह दे कि तुम में बहुत ही अच्छा ये गुण है, कोई आकर कह दे कि तुम तो बिल्कुल योगी जैसे लगते हो और क्या क्या लगता हूं? और उसमें भी एडिक्शन है प्रेज एडिक्शन (Praise Adiction). अगर कोई थोड़ी सी ग्लानि कर दे और अपमान कर दे तो फिर दुःख। कोई आकर कान में कह दे कि तुम में अहंकार बहुत है, ऐसा हमने सुना है, हम नहीं कह रहे हैं, सुनने में आया है, क्या करेंगे फिर? दुःख होगा फिर, लोग ऐसा ऐसा सोचते हैं! एक्सपेक्शन्स, किसी से अपेक्षाएं। जितनी ज्यादा अपेक्षाएं उतना ज्यादा दुःख।

8. आठवां: फैशन - फैशन की माया, कौन से फैशन? गहने, पॉवडर, सेंट, टैटू, रंगीन रंगीन अलग-अलग कपड़े, हर दिन नये-नये, ये सब फैशन की माया। विनोबा भावे ट्रेन से जा रहे थे, एक महिला ट्रेन में बैठी थी, उसने गजरा लगाया था, गजरा पता है? बहनों को ज्यादा पता है माताओं को गजरा। विनोबा भावे उससे पूछते है - क्या ये गजरा तुमको दिखता है? वो कहती है- नहीं। तो क्यों पहना है? किसलिए पहना है? दिखाने के लिये। सेंट लगाते हैं, बहुत सेंट लगाते हैं, हम देखते हैं मधुबन में अचानक तीन बजे कोई की एंट्री होती है, किसी माता की, किसी बहन की, इतना सेंट कि जो बैठे रहते वो विचारे परमधाम से सीधा नीचे गिरते हैं। कौन आया महफिल में, ये कौन आया महफिल में? कोई सूक्ष्म वतन से गिरता होगा धड़ाम, इतना सेंट सुबह-सुबह तीन बजे नासा पुटों में अंदर घुस जाता है पूरा, सेंट ही सेंट। डीओडेरेंट, सेंट क्या-क्या लगाते हैं? कहते हैं इससे बदबू नहीं आती है।

एक व्यंग्यात्मक बात है श्रृंगार के बारे में, **श्रृंगार कौन करते हैं? जो सुंदर हैं उन्हें श्रृंगार की आवश्यकता ही नहीं अर्थात् जो श्रृंगार कर रहे हैं वो सुंदर हैं? नहीं है।** इसलिए श्रृंगार की **आवश्यकता पड़ रही है। हमारा श्रृंगार पवित्रता है।** बाल काले होने चाहिए, डाई, अगर किसी को पता चल गये तो बस गये। फैशन की माया, व्हाइट में भी फैशन, व्हाइट में भी फैशन, अलग-अलग व्हाइट उसकी फैशन, जो उधर देखा, फिल्म एक्टर, फिल्म एक्ट्रेसस करते हैं, वहीं करते इधर भी। संसार के

लोग अजीब-अजीब फैशन करते हैं, फटे-पुराने यहां रहता है, वो भी फैशन है, फटा नहीं है, वो फैशन है। ब्राह्मण परिवार में भी इतनी मोटी-मोटी जाली वाली शॉल। उससे तो ठण्डी भी नहीं जाती, फिर किसलिए? वो होता है न इतने बड़े-बड़े होल (hole) होते हैं, ढेर सारी फैशन है, अलग-अलग प्रकार की फैशन। फैशन की माया।

9. नौवां: भोजन की माया- सुबह उठते ही खाऊं-खाऊं, म्याऊं-म्याऊं, क्या खाऊं? किसको खाऊं? ये खाऊं या वो खाऊं? खाऊं खाऊं करते रहते बस। गाय होती है न, उगारती है। बाबा ने कहा- गाय की तरह ज्ञान को उगारना है, यहां भोजन को उगारते रहते। निरंतर मुंह में कुछ न कुछ होता है। अवतरण, डायमण्डल हॉल, बाबा बैठा हुआ है, भगवान को अभी भोग नहीं लगा, अचानक से सुगंध आती है सैंडविच की, कहां से खुला? संतरे की सुगंध, इधर भोग लगा पहले ही, भगवान बाद में। डायमण्ड हॉल में अपने बैग, सब में टोलियां भर-भर के अंदर, मुरली 10 मिनट चालू हो गई, इधर से निकाला, चालू खाना।

भोजन के कुछ नियम हैं-

a). **हंगरलेस ईटिंग (Hungerless Eating)** - जब भूख है ही नहीं तो खाना नहीं है फिर भी खाते रहते जबरदस्ती।

b). **ओवरईटिंग (Over Eating)** - अधिक खाना, मनुष्य की आवश्यकता बहुत कम की है वो जितना खाता है उससे आधा पेट अपना भरता है और आधा डॉक्टर का। बड़े रहमदिल, डॉक्टरों की भी कमाई होती रहे। कैसी होगी? हम बीमार पड़ेंगे तो। ओवर ईटिंग। खाते ही रहता है, खाते ही रहता है। संसार में लोग, लंबा-लंबा समय उपवास करके भी स्वस्थ रहते हैं। **उपवास सबसे बड़ी औषधि है सभी रोगों की, सबसे बड़ी औषधि है पर उसकी गलत मान्यतायें और धारणायें बहुत हैं, कमजोरी आती हैं, ये आती हैं, वो आती हैं, ऐसा कुछ नहीं है।** उचित निर्देशानुसार किया जाये तो वो उपवास। **उपवास का संबंध भोजन से कम, आत्मा की उन्नति से ज्यादा हैं। उपवास आत्म संयम हैं, आत्म अनुशासन हैं।**

c.) **जल्दी जल्दी खाना**

d.) **क्रोध में भोजन स्वीकार करना** - डिसप्लेजर (**Displeasure**) के साथ, कम्प्लेंटस के साथ। इसमें नमक कम है, इसमें ये कम है, इसमें वो कम है, इसमें ऐसा है, इसमें वैसा है।

e.) **भोजन को वेस्ट करना-** मधुबन में देखते हैं, हम इतनी सारी थाली भरकर ले लेते हैं भाई-बहनें जो पाटियों में आते हैं और फेंक दिया। चाय एक ग्लास भरकर लेते हैं आधा पीते हैं और रख देते हैं।

16 फरवरी 1988 अव्यक्त वाणी- ये ब्रह्माभोजन हैं, दुःख भंजक हैं, दुआ और दवा इसमें समाई हुई हैं, यज्ञ के भोजन का एक-एक कणा मोहर के समान हैं। मधुबन जाते हैं पुण्य कमाने के लिये। पाप करके आते हैं वहां से, यज्ञ का भोजन ही वेस्ट कर देते हैं। जो पता हैं, चीज हम नहीं खाते फिर भी थाली में लेते हैं, आधा खाते आधा छोड़ देते हैं, चावल छोड़ देते हैं, दाल छोड़ देते हैं, रोटियां छोड़ देते हैं। जब पता हैं इतना खा ही नहीं सकते, तो क्यों लिया फिर? कितना वेस्ट करते हैं भोजन, दूध कितना वेस्ट करते हैं, पानी कितना वेस्ट करते हैं, सब कुछ वेस्ट। ये भी एक माया हैं और इसमें तो बहुत सारी चीजें हैं।

f.) भोग लगा हुआ भोजन हो- कितनी मातायें भोग लगाती हैं घर में? हाथ खड़ा करेगी और बाकि जो बची हुई है वो? वो कहती हैं- पहले हम भोग खायेंगे। भगवान तुम बाद में खाना, पहले हम। जो भी भोजन बनाते हैं, 24 घण्टे में एक बार, घर-गृहस्थी में रहने वाले भोग जरूर लगाना हैं। भगवान भावना का भूखा, और प्रेम का प्यासा हैं, ऐसे कहते हैं।

पत्रम पुष्पम फलम तोयम यो में भक्त्या प्रयच्छति .

तदहम भक्त्युपहतमश्रामि प्रयतातमनः

हे अर्जुन ! "अगर कोई मुझे फूल, फल, सब्जी, दूध प्रदान करता है, भक्ति प्रेम के साथ, मैं स्वीकार करता हूँ और ग्रहण करता हूँ ।"

मुझे पत्र, पुष्प, फल और जल तोयम अगर कोई अनन्य भाव से दे तो मैं उसे प्रेम सहित स्वीकार करता हूँ। मुझे तुम्हारे पंच पकवान, 56 प्रकार के भोग नहीं चाहिए। साकार महावाक्य हैं बाबा के " बाप साहूकारों की महफिल में नहीं आते जहां पर 56 प्रकार के भोग हैं, बाप गरीब की झोपड़ी में आते हैं जहां सूखी रोटी बनती है" प्रेम चाहिए उसमें। जो भोजन हम खायें वो भोग लगा हुआ हो। जो मातायें भोग नहीं लगाती आज से या कल से भोग लगाना चालू करें और भाई कितने हैं जो खुद भोजन बनाते हैं? कम हैं, जो नहीं भी बनाते वो उसे अनन्य भाव से अर्पित करें, दृष्टि दें और फिर स्वीकार करें।

7. किस पैसों से भोजन कमाया जा रहा है - भाईयों के लिये ये प्वाइंट है, अगर किसी का शोषण करके पैसा आ रहा है भोजन बनवा रहे हैं, अगर किसी दो नंबर की कमाई से वो भोजन आ रहा है, अगर किसी को पीड़ा देकर वो भोजन पैसा कमाया जा रहा है तो ऐसा पैसा जो भोजन जिससे बन रहा है, वो भोजन कभी भी शक्ति नहीं भरेगा। अगर वो भोजन जो केवल पैसा कमाया जा रहा है, केवल भाग रहे हैं, पैसों के लिये पागल हैं सुबह से रात तक भगवान की याद है ही नहीं कर्म करते समय, बिजनेस में, दुकान में, इतने लगे हुए हैं पैसों के पीछे फायदों के पीछे कि भगवान तो कहीं है ही नहीं। ऐसा जो पैसा

आयेगा घर में और उससे जो भोजन बनेगा वो कभी शक्ति नहीं देगा। ये भी एक माया हैं, भोजन की माया। तो भोजन भी माया बन सकती हैं।

10. दसवां: आलस्य और अलबेलापन- आलस्य आज नहीं कल, अब करे सो आज कर, आज करे सो कल, पता नहीं कल शायद करना ही न पड़े। अच्छा ही है ना, शायद कल करना ही न पड़े। **अमृतवेला न उठना आलस्य है, मुरली चिंतन न करना आलस्य है, सेवाओं में रूचि न दिखाना आलस्य है, अमृतवेला वा नुमाशाम का योग मिस करना आलस्य है, रात को सोते समय थक गये और सो गये आलस्य है, चार्ट न देना आलस्य है, मधुबन में न जाना आलस्य है, कहते क्या जाना अब?** घर पर ही देख लेंगे अब तो बाबा आते ही नहीं, कईयों ने आना ही बंद कर दिया हैं ये भी आलस्य की निशानी हैं। अपने आपको आलस्य से मुक्त करना हैं और आलस्य से मुक्ति के लिये ज्ञान चाहिए, जागरूकता चाहिए, समय कौन सा हैं? इसका भान ये वो समय चालू है, जो सुबह उदाहरण दिया था दो दिन बचे हैं दो दिन के बाद एक ऐसी माया आने वाली है तुम्हारे जीवन में, एक ऐसा संकट जो कभी सोचा नहीं था, तैयार करेंगे न फिर अपने आपको। फिर ऐसा किसी ने बोल दिया तो?

एक युगल थे हम जब मुम्बई में थे, हमारा जो हॉस्टिपल है वहां पर बी.एस.ई.एस (BSES) सर्जन हैं, वो भी डॉक्टर है मेडम, उन्होंने अपने बेटे को विदेश भेजा, डेंटल (दांत) का डॉक्टर बनाने के लिये। एकजाम पूरी हुई बेटे की सुबह शायद, फोन करके कहता हैं - आज एकजाम पूरी हुई, सब अच्छा हुआ, सब अच्छा रहा और रात को फोन आया, 7 बजे उसका एक्सीडेंट हो गया और एक्सीडेंट हो गया, सीरियस नहीं है, डेथ (मर गया) ऑन द स्पॉट। अभी- अभी बात किया थोड़े देर पहले, शाम को फोन आया वो गया। सीरियस भी नहीं है, हॉस्पिटल भी नहीं लेकर गये, वहीं पर डेथ। फोन करते-करते ही पिताजी शॉक में चले गये। शब्द ही नहीं, सुन्न हो गये, डम (dumb), कुछ बोलने को ही नहीं रहा, सदमा ऐसा आघात, कुछ बोल ही नहीं रहे एकलौता बेटा। कैसी भी परिस्थिति अचानक आ सकती है, जो कभी सोची ही नहीं थी क्या हम तैयार हैं? जागरूकता।

11. ग्यारहवां : उदासी – उदास, मन दुःखी है, अंदर से कुछ करने की इच्छा नहीं है, रात- रात भर नींद नहीं आती या फिर नींद ही करते रहते हैं दोनों चीजें हैं उदासी में। किसी-किसी को रात-रात भर नींद नहीं आती और किसी को दिन-रात नींद ,आती हैं वो भी उदासी, उदासी भी माया हैं। अपने आपको देखना है मेरे अंदर कहीं डिप्रेशन तो नहीं है? और है तो उसका तुरंत इलाज कराना है डॉक्टर से या काउंसिलिंग से। कई बार काउंसिलिंग काम नहीं करती है, मेडिकल मैनेजमेंट की आवश्यकता पड़ती है।

कुछ महिने तक दवाइयां लेनी पड़ती है क्योंकि ब्रेन में कुछ केमिकल्स है खुशी वाले, वो जब कम हो जाते हैं उदासी रहती है। कोई कारण नहीं है उदासी का सब अच्छा है, कोई दुःख देने वाला नहीं है, सब बात मानते हैं, सब आज्ञाकारी हैं, वैभव सम्पन्नता है पर उदासी है। इंडोजीनस डिप्रेशन (**Endogenous Depression**) कारण नहीं पता पर उदास हैं। कुछ करने की इच्छा नहीं होती, सुबह उठो तो जीवन मृत्यु जैसा लगता है। हमें तो इतना शॉक हुआ, अभी तीन दिन पहले एक कन्या एकदम सामने आ गई और कहने लगी मैंने दो बार आत्महत्या का प्रयत्न किया है, नहीं हुआ। भाई जी, आप मुझे बतायेंगे आत्महत्या कैसे करना है, हमने कहा वॉट (**What**)? और बहुत सीरियस, बैज लगा हुआ, दो बार में सफल नहीं हो पाई मुझे प्लीज मार्गदर्शन कीजिए न। दुःखी है आत्मायें अंदर से, दुःख का कोई स्पष्ट कारण भी दिखाई नहीं देता, उदास। क्यूं उदासी है? जरूर किसी न किसी श्रीमत का उल्लंघन हो रहा है, जरूर आत्मा सोई है, उतनी जागरूकता नहीं है, जरूर कोई गहरा चिंतन चालू है अंदर ही अंदर, अपने बचपन में मां-बाप ने प्यार नहीं दिया वो अभी तक याद है बातें, स्कूल में बाकी बच्चे चिढ़ाते थे अभी तक याद है, लौकिक में किसी से प्यार था, उसने किसी और से शादी कर ली और फिर हमको ज्ञान मिल गया, पर उसको भूले नहीं अभी तक। भगवान मिल गया तीस साल हो गये पर वो पहला-पहला प्यार अब तक इधर घर किये हुए है। बहुत सी बातें, अपने आपको ही चेक करना है, अपने आपको देखना है, दुःखी क्यों हूं? बच्चों के कारण दुःखी, हम चाहते हैं वो ब्रह्माकुमार-कुमारी बन जाये पर उनके लक्षण तो कुछ और ही है। वो जिद कर रहे मुझे शादी करनी है, छोटे-छोटे बच्चे थे संदली पर बैठकर मुरली सुनाते थे, छोटे-छोटे थे, दादियों की गोद में चले जाते थे, सोचते थे ये बहुत योगी बनेंगे और जैसे-जैसे बड़े हुये और कुसंग में चले गये। आज नॉन-वेज खाते हैं, वही सारे बच्चे जो बाबा को बचपन में खत लिखते थे, चिल्ड्रन प्रोग्राम में आते थे, ओम शांति भवन और शांतिवन की डायमण्ड हॉल की स्टेज पर जिन्होंने प्रोग्राम किये, आज है ही नहीं। कहां चले गये? माया खा गई और मां-बाप दुःखी है, तो क्या मां बाप को दुःखी होना चाहिए? हरेक का भाग्य है, हरेक अपना भाग्य लेकर आया है, उसका उतना ही भाग्य था बस अब कुछ नहीं कर सकते, जबरदस्ती करोगे तो और ज्यादा करेगा, कह रहा है न शादी कर दो? करा दो शादी, छोड़ दो उसको। कितने सारे कुमार, अभी-अभी हमने देखा, एक कुमार ने ढेर सारे शादी के फोटो भेजे। उसने, वो ही कुमार जो चिल्ड्रन प्रोग्राम में दादी ने पूछा था, सभी दादियों के नाम किन-किन बच्चों को याद हैं? किसी ने एक बताया किसी ने दो बताया, एक कुमार था जिसने 50 दादियों के नाम गिनाये चिल्ड्रन प्रोग्राम में, आज वही चतुर्भुज बन गया है। ठीक से शायद सुना नहीं, बाबा ने कहा था सतयुग में, उनको लगा शायद यहीं बनना है क्या? इसीलिये श्रीमत का पालन कर लिया, तो ये भी एक माया हैं। उदास अपना डायग्नोसिस (Diagnosis) खुद करना है, इसमें शर्म की कोई बात नहीं। ये जो हो रहा है ये उदासी के लक्षण हैं- मन

नहीं लगता, भोजन करने की इच्छा नहीं है या बहुत ज्यादा खाते रहना, सोना नहीं या बहुत सोते रहना, किसी से भी बात करने की इच्छा नहीं है, उठने की इच्छा नहीं है, पढ़ने की इच्छा नहीं है। रोना आना, आंसू बात-बात पर रोते हैं रोना। एक आत्मा आई थी OPD (ओ.पी.डी) में, हमने पूछा क्या तकलीफ है? उसने कहा आंसू आते हैं, हमने कहा अच्छा, कितनी बार? उसने कहा 33 टाइम्स पर डे। गिन के रखे हैं तैंतीस बार हर दिन रोना आता है, क्यों रोना आता है? किसी ने कुछ कह दिया, आंसू तो यहीं रखें हैं, बस बटन दबाने की देरी है। बाबा के महावाक्य हैं- योग की धूप से आंसुओं की टंकी को सुखा दो। हमारे यहां एक बहन है वो कहती है हमारी आंसुओं की टंकी इतनी पॉवरफुल है कि योग की धूप भी उसे सुखा नहीं सकती। इतना आंसुओं का स्टॉक हमारे पास है, जरा किसी ने कुछ बोल दिया गंगा-जमुना बहाना चालू। तो ये भी माया का एक रूप है, उदासी।

12. डिपेन्डेसी (Dependency): निर्भरता - डिपेन्डेन्सी का संस्कार, स्वतंत्र नहीं है आत्मा निर्भर है।

a. Physical Dependency (शारीरिक निर्भरता) - चलने के लिये, उठने के लिये, बैठने के लिये, किसी की आवश्यकता है। खुद नहीं कर सकते, जितना हो सके हम आत्मनिर्भर रहें। ऐसा हमारा स्वास्थ्य रहे कि किसी लाठी की आवश्यकता न पड़े। किसी को बैसाखी न बनाना पड़े ऐसा अपने आपको रखना है। जैसे ब्रह्मा बाबा पहाड़ों पर चढ़ जाते थे, बैडमिंटन खेलते थे 93 की उम्र में, कितना अनुशासन रहा होगा जीवन भर।

b. Emotional Dependency (भावनात्मक निर्भरता) - हमारे इमोशन्स को दूसरा कंट्रोल करता है। उसने चाहा हम खुश रहें वो उधर से बटन दबाता है खुशी, हम खुश होते हैं, वो उधर से बटन दबाता है दुःखी हो जाओ, हम दुःखी हो जाते। हमारा रिमोट कंट्रोल उसके हाथ में दिया है, वो कंट्रोल करता है हमारे मूड को, इमोशन्स को, भावनाओं को, ये निर्भरता है।

c. Intellectual Dependency (बौद्धिक निर्भरता) - कोई भी बुद्धि वाला काम दिया गया, हम खुद नहीं करते, कहते हैं दूसरों को ढूंढो। किसी ने कहा- कि तुम एक आर्टिकल लिखो, ये न्यूज पेपर में देना है। अरे बाप रे! ये हमसे तो नहीं होगा, ये उसको दो। ये टाइप करना है, हमको तो नहीं आता है उसको दो। बुद्धि वाले काम तुरंत सौंप देते दूसरों को। तुमको ऐंकरिंग करनी है, अरे नहीं हमने कभी की नहीं। तुमको एकाउन्ट सीखना है, स्टेटिक्स देखना है, ये हमको पता नहीं। क्यों नहीं पता? सीखो। सीखने से हर कुछ, हर चीज सीखी जा सकती है। मोबाइल, माताओं की तो कमाल होती है। उधर पाण्डव भवन में मेडीटेशन हॉल में, अमृतवेला योग चालू हैं, किसी माता का मोबाइल बजता है जोर से, पहले तो उसे

पता ही नहीं रहता है मेरा बज रहा है करके, दूसरे बताते हैं तुम्हारा बज रहा है और फिर पर्स, फिर उसमें कौन से खाने में है वो भी नहीं पता, चैन खोलना चालू हैं, उसमें खोलूं इसमें खोलूं, फिर मिल गया। अब मिलने के बाद कौन सा बटन दबाना वो भी नहीं पता उसको, तब तक रिंग चालू है जोर-जोर से, फिर कोई कहता है ये बटन दबाओ। दबाते हैं, उसके बाद में हैलो उसका आवाज, लोग कहते है- बाहर जाओ फिर बोलते-बोलते बाहर। अब क्या करें माता बेचारी, बेटे ने फोन लेकर दे दिया और भेज दिया मधुबन पर सीख तो सकते हैं ना? सीखना ही नहीं है कैसे इसको ओपरेट करना। ओपरेट ही नहीं करना तो रख दो न योग के कमरे में क्यों लेकर आते हैं? मोबाइल बजता रहता है, डिपेन्डेंसी वो भी Intellectual (इंटीलेक्च्युअल)।

d. **Social Dependency (सामाजिक निर्भरता)** - सामाजिक रीति से बहुत ज्यादा निर्भर हो जाना लोगों पर।

e. **Spiritual Dependency (आध्यात्मिक निर्भरता)** - जब भट्टी का प्रोग्राम होगा तब हम योग करेंगे। जब मधुबन से कोई आयेगा, जब पाण्डव भवन जायेंगे तब योग करेंगे, तब प्लानिंग करेंगे। बाकि कुछ नहीं, अपने हिसाब से कुछ नहीं। अपनी भट्टी रोज खुद करनी है, खुद ही प्रोग्राम बनाना है भट्टी का, खुद ही अपने आपको प्रोग्राम देना है कि आज मेरा शाम को 6 से 8 बजे तक योग का प्रोग्राम है, किसी ने बताया नहीं, किसी ने कहा नहीं, कहां करना है? अपने ही घर में जहां लौकिक में रहते हैं, बस। आज मेरी भोजन की भट्टी है। तीन घण्टा भोजन बनाना है, वो 3 घण्टा मेरे योग के होंगे। एक-एक चीज सामग्री डाल रहे हैं बाबा की याद में तेल, सब कुछ-सब कुछ याद में डाला जा रहा है, दृष्टि दे-दे कर, भोजन बनाने की कला को योग बना देना है, भोजन खाने को योग बना देना। अपनी व्यक्तिगत भट्टी स्वयं करनी है। तो डिपेन्डेंसी भी एक माया हैं। जितना हो सके स्वतंत्र हो जाये, जितना हो सके इस मार्ग में अकेले ही चलना है। आया है अकेला, और तू जायेगा अकेला।

ओम शांति