भाग – 4

दुनिया में नवजीवन

62. सही रहन–सहन

दुनियावी रहन–सहन का हमारे शरीर तथा मन के विकास पर बड़ा प्रभाव पड़ता है। इसलिए हमें अपने जीवन को सादा तथा सच्चा रखना चाहिए। सच्चे रहन–सहन पर बाकी सब–कुछ निर्भर है, अपने आपको जानना और प्रभु को पाना भी। सच्चा रहन–सहन ही असल में महान होता है। ठीक ही कहा है: –

सच ऊचा सभन स्यों सच ऊपर आचार।

सच सबसे ऊँचा है परन्तु सच्चा जीवन इससे भी ऊँचा है।

'सादा जीवन उच्च विचार' पुरातन काल से ही आदर्श रहा है जिसके लिए हमारे पूर्वज सदा ही प्रयत्नशील रहे हैं। वर्तमान युग में हमने इस के बारे में बहुत कम विचार किया है भले ही कभी–कभी हम इस पर अमल करते हैं तथा ज़बानी तौर पर इसकी सराहना करते हैं। उत्तम जीवन की प्राप्ति भले ही हमें कठिन लगती हो फिर भी इसके भावार्थ को तथा उन सिद्धान्तों को जो इसकी प्राप्ति में सहायक हैं, जानकर अपने जीवन में धारण करना हमारे लिए फायदेमंद है। जो भी काम हम करें, अपने सामने हमेशा उसका एक उद्देश्य तय करें, उससे संबंधित सिद्धान्तों का पता लगाएँ, उसकी प्राप्ति सम्बन्धी तरीकों का अध्ययन करें और फिर समय–समय पर इस बात को गहराई से चैक करें कि हम अपने उद्देश्य के कितने नज़दीक पहुँचे हैं। इसके लिए आदमी को पूरा ध्यान लगाना होगा और हर रोज़ ईमानदारीपूर्वक प्रयत्न करना होगा, तभी उसके अपने जीवन और व्यवहार में अपने प्रति तथा अपने करीबी लोगों के प्रति प्रशंसनीय प्रगति होगी।

कुछ लोग पूछेंगे कि मनुष्य जीवन क्या होता है? एक बुज़ुर्ग आदमी जिसको जीवन का काफी अनुभव है और दुनिया में विभिन्न

प्रकार के हालात और तजरबे से तंग आ चुका है, वह जीवन में आत्मानुभव की ओर मुँह करता है। क्या जीवन केवल खाने, पीने, सोने, बच्चे पैदा करने, डरने, डराने और लड़ने, छीनने, इकट्ठा करने, घृणा करने, बंधक बनाने, अपने से शारीरिक या बौद्धिक तौर पर कमज़ोर लोगों को अधीनस्थ बनाने और दूसरों को मारने और उनकी दौलत हथियाने का नाम है? शायद हम इस प्रकार बिना मेहनत की कमाई से यहाँ अपने दिन आनंद से गुज़ार लें परन्तु अंत में हमें कष्टदायक मृत्यु सहन करनी पड़ेगी जिसमें सगे-सम्बन्धी केवल खड़े होकर अफसोस करने के बिना और कुछ मदद नहीं कर सकेंगे। सांसारिक वस्तुएँ जैसे जमीन, मकान, धन, पशु और दूसरी चीज़ें हमारी इच्छा के विरुद्ध हमें यहाँ छोड़ कर जानी पड़ेंगी। अनुभव के इन सिद्धान्तों को ध्यान में रख कर क्या हमारा उद्देश्य जीवन में इन चीज़ों को इकट्ठा करना ही होना चाहिए अथवा क्या हमें किसी ऊँची, अच्छी, स्थायी और सदाबहार चीज़ की प्राप्ति के लिए जी-तोड़ मेहनत करनी चाहिए जो हमारा यहाँ भी साथ निभाए और मर कर भी हमारे साथ रहे। इसका उत्तर बड़ा साधारण है कि सर्वशक्तिमान, आदि शक्ति, जीवन स्रोत, सुखमय घर, शांतिदायक और हमें जन्म-मरण तथा कर्मों के बंधनों से मुक्त करने वाले की प्राप्ति ही हमारा प्रथम उद्देश्य होना चाहिए।[1*]

प्रश्न : किसी आदमी का बाहरी बर्ताव उसके अंतर की रूहानी तरक्की को किस हद तक दर्शाता है?

महाराज जी : अपने आपको तुच्छ समझने और आपाभाव खो देने की भावना ही किसी इन्सान की रूहानी तरक्की का बाहरी प्रकट रूप होती है। इसका प्रकटावा अपनी किसी कमज़ोरी को छिपाने के

[*]पृष्ठ नं. ..... से ..... पर संदर्भ शीर्षक के अंतर्गत ये ब्यौरे दिए गए हैं ।

लिए नहीं किया जाता बल्कि ऐसा वह अपने दिल के अंतर के अंतर में वास्तविक तौर पर महसूस करने लगता है कि वह प्रभु की कार्य-रूपी मशीनरी के पहिए का एक छोटा दांत मात्र है। जो प्रभु सत्ता का सहकार्य बन जाता है, वह कभी अपने आपको जताता नहीं बल्कि नम्रतापूर्वक तृत्य पुरुष (Third Person) के रूप में बात का प्रकटावा करता है। वह कभी किसी को तुच्छ समझ कर उससे घृणा नहीं करता बल्कि दूसरों को प्रेमपूर्वक मदद देने में सदा प्रसन्न होता है। वह किसी की आलोचना नहीं करता तथा हमारी रूहानी तरक्की के लिए जीवन के लाभदायक तथ्यों को निष्काम भाव से प्रकट करता है। वह नतीजे की परवाह किए बिना सच्चे दिल से प्रभु के हुक्म में रहता है। वह हालात के सामने झुकता नहीं बल्कि अपने आपको पूर्णतया सत्गुरु-पावर की कृपा के अधीन समझ कर प्रसन्नतापूर्वक ढाल लेता है। वह कभी निराश नहीं होता और अपने दिल की तह की तह में बुरे से बुरे हालात में सदा प्रसन्न रहता है। वह दूसरों की खामियों के लिए उन्हें दोष नहीं देता बल्कि चाहता है कि वे उन्हें सतर्क तथा अनुकूल जीवन जीकर सुधार लें। वह अपनी रूहानी प्रगति का सेहरा केवल अपनी करनी पर ही नहीं बांधता बल्कि इसे सत्गुरु से मिली एक पवित्र भेंट मानता है। वह सफलता और असफलता दोनों में एक-रस रहता है। वह आसानी से माफ कर देता है और भूल जाता है। वह कभी भी उत्तेजक नहीं होता क्योंकि उसमें दूसरों की रूहानी भलाई के लिए काम करने की एक तीव्र भावना उत्पन्न हो चुकी होती है।

वह कम तरक्की वाली रूहों पर न तो अपनी पदवी का रोब जमाता है और न ही उनसे बढ़िया होने का ढोंग करता है बल्कि एक भाई या मित्र की तरह बर्ताव करता है और अंतर से उनकी मुक्ति के लिए प्रार्थना करता है। दूसरों के दुखों से वह कभी भार महसूस नहीं करता और आसानी से उनका सही हल बता सकता है। वह दिल से

हमदर्द होता है तथा सब मनुष्यों, पशुओं-पक्षियों और कीड़े-मकौड़ों का भला चाहता है। वह सदा शुक्राने से भरा होता है और अपनी किसी प्रकार की मुश्किलों की कभी शिकायत नहीं करता। वह पवित्र और दयालु होता है लेकिन अपनी अच्छाइयों को पूर्णतया छिपा कर रखता है। वह अपनी बहादुरी या बुद्धिमानी की कभी डींग नहीं मारता बल्कि बिना जताए दूसरों की मदद करता रहता है। वह प्रसिद्धि को पसन्द नहीं करता। इश्तिहारबाजी से वह दूर रहता है तथा बड़े जन-समूहों में (विज्ञापन से) वह गुरेज़ करता है। वह एक्टिंग-पोजिंग (स्वांग रचना) को पसन्द नहीं करता तथा अपनी प्रसिद्धि का श्रेय स्वयं पर नहीं लेता और अपना व्यवहार स्वाभाविक बनाए रखता है।

वह अंतर नाम से तार मिला कर तथा अपनी तवज्जो सत्गुरु के पवित्र चरणों में लगा कर अपने विचारों को खड़ा कर सकता है। वह सदा सत्गुरु की छत्र-छाया में रहता है और हर घंटे — नहीं, नहीं, हर पल सत्गुरु पावर की पवित्र जीवन-धारा प्राप्त करता रहता है। उसको पूर्णतया पता होता है कि उसका जीवन केवल रूह का निचली योनियों से मानव तन में आना मात्र है और यहाँ की कोई मैटीरियल वस्तु उस पार साथ नहीं जायेगी। वह अधिक संग्रह में विश्वास नहीं रखता बल्कि संतुष्टि-भरपूर संयमी जीवन जीना चाहता है। अमीरी ठाठ-बाठ की चकाचौंध का उस पर कोई असर नहीं होता बल्कि वह उसको आत्मा के लिए एक कड़ा बंधन मानता है। वह तथाकथित प्रभावशाली तथा धनवान लोगों की बराबरी नहीं करता बल्कि अंतर से उनके जन्म-मरण के चक्र से रूहानी छुटकारे के लिए प्रार्थना करता है। वह खाने के लिए नहीं जीता बल्कि खाना रूहानी प्राप्ति के लिए खाता है। उसे भड़कीले वस्त्र पसन्द नहीं बल्कि साधारण कीमत के सादा कपड़ों से संतुष्ट रहता है।

वह सख्त परिश्रम से जी नहीं चुराता बल्कि अपने शरीर की परवाह न करते हुए दूसरों की निष्काम सेवा और भलाई के लिए बड़े-बड़े काम अपने ऊपर ले लेता है। वह अपने परिश्रम का फल नहीं चाहता बल्कि निष्काम सेवा को ही अपने आप में एक उपहार मानता है। वह अपने आप पर दुख उठाकर भी दूसरों की सेवा करना चाहता है। वास्तव में वह शुभ विचार, शुभ वचन और शुभ कर्म धारण किए हुए पवित्रता की मूर्ति होता है।[2]

आजकल एक ईमानदार व्यक्ति का दुनिया में रहना अधिक से अधिक मुश्किल बनता जा रहा है। अच्छाई कम होती जा रही है और बहुत-सी चीजों में तो यह खाली उपहास (मज़ाक) बनकर रह गई है। बुराई बढ़ती जा रही है और इसके प्रयोग को ही अच्छा समझा जाने लगा है। नैतिकता जो समाज का आवरण है, का ताना-बाना पुराना होता जा रहा है और अगर इस हालत को बिगड़ने से रोका न गया तो सामाजिक ढांचा बिगड़ जाएगा। जो कला पिछले सालों में लोगों को अच्छे इन्सान बनाने के लिए सिखाई जाती थी, वह भी इस विध्वंस (बरबादी) की प्रक्रिया से अछूती नहीं रही। थियेटरों, सिनेमाहालों और टेलीविज़न द्वारा पहले से ही बुराई से भरे दिमाग को बेरोक-टोक और गंदगी तथा बुराई परोसी जा रही है। बड़े-बड़े अच्छे शिक्षण संस्थान और विश्वविद्यालय, जिनका असली उद्देश्य मानव-जाति की सेवा के लिए अच्छे नागरिक उत्पन्न करना था, भी अपने कर्त्तव्य को भूलते जा रहे हैं।

इस बिगड़ी हालत को सुधारने के लिए ही रूहानी सत्संग की स्थापना की गई है। भारत और विदेशों में ट्रेनिंग सेंटर अथवा स्टडी सर्कल स्थापित किए गए हैं जहाँ लोग आध्यात्मिक दृष्टिकोण से सच्चे जीवन-आदर्शों को सीख सकते हैं। इन सेंटरों में विद्यार्थियों को निजी

कक्षाओं, पत्राचार और प्रगति रिपोर्टों द्वारा ट्रेनिंग तथा मार्गदर्शन दिया जाता है। प्रगति रिपोर्टों में उन सफलताओं और असफलताओं का विवरण दिया जाता है जो कि इन कक्षाओं में सिखाए जा रहे आदर्श जीवन मूल्यों को प्रैक्टिकली जीवन में धारण करने में पेश आती हैं।[3] नामलेवाओं को जीवन के सभी भौतिक अथवा आध्यात्मिक क्षेत्रों में केवल सत्गुरु की शिक्षाओं द्वारा मार्गदर्शन दिया जाता है। इसमें दूसरी विचारधाराओं को सम्मिलित करने की आज्ञा देने से उस (सत्गुरु) की शिक्षाएँ विकृत (बिगड़) हो जायेंगी तथा नामलेवा भी उलझन में पड़ जायेंगे।[4]

63. सांसारिक लम्पटता

किसी व्यक्ति को विरासत में मिली तवज्जो अत्यन्त अमूल्य सम्पत्ति होती है जिसका अधिक बाहरी फैलाव उसके आध्यात्मिक और सांसारिक जीवन के लिए हानिकारक है। इसलिए व्यक्ति को प्रैक्टीकल आत्म-अनुभव प्राप्त करने तथा प्रभु को जानने के लिए अपने बाहरी साधनों का भरपूर प्रयोग करना चाहिए।[5]

प्रेम हमारी आत्मा में स्वाभाविक तौर पर मौजूद होता है और हम चेतन प्राणी हैं। यदि इसे महाचेतन प्रभु की ओर लगाया जाए तो यह सच्चा प्रेम कहलाता है। वह आपको आजादी और महा आनन्द प्रदान करेगा। यदि यह दुनिया की चीज़ों, शरीर और इसके भोग-रसों में लंपट होता है तो यह बंधन बन जाता है जिसके कारण हमें दुनिया में बार-बार आना पड़ता है क्योंकि हम इसके ही बंधन में बंधे होते हैं।[6]

जब प्रभु (सत्गुरु के रूप में) मिलता है और नामदान देता है तो साथ में शुरू करने के लिए कुछ पूँजी देता है उस समय वह बाहरी भोगों— काम, क्रोध और उनके प्रभाव से बचे रहने की हिदायत करता है। ये असर बाहरी इंद्रियों, जो कि बाहरी दुनिया में खुली पड़ी हैं, के द्वारा ग्रहण किए जाते हैं और इनकी जड़ सूक्ष्म शरीर से जुड़ी रहती है। उदाहरणतया अगर आप एक गिलास लेकर उसमें मोम रख कर ढांप दें, मोम पर कुछ निशान बना दें और फिर इस उसमें थोड़ा तेजाब डालें तो वे सारे निशान गिलास पर भी बन जायेंगे। इसी प्रकार बाहरी इंद्रियों द्वारा प्राप्त किए जा रहे सारे असर बाहर बह रही इंद्रियों द्वारा हमारे भौतिक शरीर और सूक्ष्म शरीर को प्रभावित करते हैं।[7]

सत्गुरु चाहता है कि हम बाजों-गाजों को त्याग कर प्राकृतिक नज़ारों की ओर से हटें और उसके कर्त्ता प्रभु से जुड़ें। वह हमें चौकस

करता है कि हम काल पावर द्वारा बिछाए गए आकर्षक नज़ारों और मनमोहक दृश्यों में न फंसें। हमें उन्हें केवल प्रभु के घर की ओर जा रहे मार्ग पर लगे साईनबोर्ड मात्र समझना है, उस प्रभु के जो अकालमूर्त है तथा हमारे शरीर में बैठा सब क्षणभंगुर क्रियाओं में रचा हुआ है। वह चाहता है कि हम अपनी वृत्तियों को इकट्ठा करें तथा सारी शक्ति उस कार्य में लगा दें जिससे धरती पर रहते हुए ही हमारा शरीर जीता-जागता उस शब्द स्वरूपी धुनात्मक प्रभु का मंदिर बन जाए।[8]

इंद्रियों सम्बन्धी वस्तुओं से लंपटताई, धन-दौलत का भड़कीला दिखावा, अत्याधिक सजावट और ऐश्वर्य, इंद्रियों के भोग-रस सभी मन की एकाग्रता को भंग करते हैं। ये मन की उस शांत हालत में खलल डालते हैं जो रूहानियत की प्रगति के लिए आवश्यक है। हर दिन, हर घंटा और बीत रहा हर मिनट हमें अधिकाधिक बाहरी दुनिया में इंद्रियों के बंधन में बांधता जा रहा है।[9]

भौतिक मण्डल में रोमांटिक (कामुक) जीवन बड़ा मनमोहक लगता है। इसकी अपनी कशिश है परन्तु यह गिरावट में ले जाता है। इसका परिणाम बड़ा कड़वा होता है तथा यह जीवन से अरुचि उत्पन्न करता है। ऊँचे मण्डलों का जीवन अधिक रोमांटिक होता है तथा स्थायी शांति और खुशी प्रदान करता है — तो हमें नीची और गिरावट में ले जाने तथा बदल जाने वाली चीज के बदले ऊँची और पवित्र चीज़ों का त्याग क्यों करना चाहिए? इसलिए हमें अपने आदर्श नियमों पर डटे रहना है और पवित्रता तथा नैतिकता के असूलों को कभी भंग नहीं करना है और जो इस बात पर अमल करता है, उसे अपनी कोशिश में सहायता मिलती है तथा वह उससे लाभ प्राप्त करता है।[10]

जो आँखें किसी सुन्दर आदमी या औरत को देखकर खिंच जाती हैं वे दोषपूर्ण हैं क्योंकि वह सुन्दरता अस्थायी तथा कुछ सालों की ही

मेहमान होती है। जो वस्तु आपकी जीभ को मीठी लगती है, वह इसे सदा मीठी नहीं रख सकती क्योंकि मीठे का स्वाद कुछ क्षणों तक ही बना रह सकता है। यदि हम सत्गुरु को मिठाई का स्रोत समझें तो फिर हमें कुछ भी अधिक मीठा नहीं लगेगा। जगह-जगह बहुत से गड्ढे खोदने का परिश्रम करने की बजाय अपनी पूरी मेहनत लगा कर एक जगह कुआं खोदिए ताकि आप जीवन के पानी को पीने के लायक बन सकें। हमें दौलत का संग्रह करना है —वह कौन-सी दौलत है? यह नाम धन है—वह पावर जो सारे ब्रह्माण्ड को जीवंत कर रही है। याद रखो : प्रभु पहले मांगो और दुनिया पीछे।

एक बांसुरी की तरह अंदर से बिल्कुल खोखले बन जाओ ताकि सत्गुरु आपके जीवन में मधुर शब्द ध्वनि भर दे।[11]

पुस्तकों का पढ़ना अच्छा है परन्तु उनका उद्देश्य यह है कि व्यक्ति अपने जीवन में इस प्रकार परिवर्तन लाए ताकि पढ़ी हुई पुस्तकें उसके जीवन का हिस्सा बन जाएं।[12] खाली किताबी ज्ञान अथवा बौद्धिक विकास रूहानियत को जगाने में असफल रहते हैं। किताबी अध्ययन से वास्तविक तौर पर बुद्धि का विकास तो होता है परन्तु आत्मा को कोई भोजन नहीं मिलता। इसी कारण हममें से हर कोई रूहानी मामलों में धड़ल्ले से बोल सकता है परन्तु उसकी असली जिन्दगी से ऐसा कुछ भी नजर नहीं आता।[13] जो चीज़ बुद्धि से ऊपर की है, वह ब्यान में नहीं आ सकती—इससे केवल संपर्क किया जा सकता है।[14]

फोटोएँ केवल याद के लिए रखनी चाहिएं, उनका ध्यान करने के लिए नहीं। फोटो का ध्यान करने से कुछ समय बाद फोटो सामने आने लगती है जो न तो बातें करती है और न ही अंतर में मार्गदर्शन करती है। प्राकृतिक रास्ते पर चलने के लिए मन की एकाग्रता चाहिए।

बाकी चीज़ें कुदरती तौर पर बिना मांगे खुद आ जायेंगी।[15]

आपने बाहरी संगीत के बारे में पूछा है। संगीत का रूहानी अभ्यास में नुकसानदायक होना आवश्यक नहीं है क्योंकि कभी-कभी प्रार्थना-पूर्ण शब्द अंतर में लगन जगाने में लाभदायक होते हैं। परन्तु बाहरी संगीत मन की खुराक है जबकि शब्द ध्वनि के सुनने से आत्मा बलवान होती है जिससे कि यह चार्ज होकर (अंतरीय) ऊपर मण्डलों की उड़ान भरने लगती है।[16]

गोल्फ और ताश की ओर आपके झुकाव को मैंने समझ लिया है। बाद वाली खेल (ताश) हानिकारक है और आपने इसे त्याग कर बहुत अच्छा किया है। जहाँ तक शारीरिक कसरत का प्रश्न है गोल्फ एक अच्छा खेल है और अगर आप इसे जारी रख सकते हैं तो इसके जारी रखने से कोई इतराज़ नहीं है। आप जानते हैं कि जुआ अथवा इसी तरह के और खेल खेलना नुकसानदायक है। आप इस बात से सहमत होंगे कि मन पहले ही अशांत विचार से भरा रहता है, तो और अधिक अशांत विचारों से इसे भरने का अर्थ आग में घी डालने के समान है।[17] सट्टा और जुआ महापाप हैं और इसीलिए रूहानी जिज्ञासुओं को अपनी रूहानी तरक्की को ध्यान में रखते हुए इनमें न उलझने की हिदायत की जाती है।[18]

जीवन में हमारे अधिकतर लगाव और कार्य कर्मों की पूर्ति के लिए होते हैं। आपका अपने संबंधियों के पास बार-बार आना-जाना इसी कारण था।[19]

व्यक्ति को दुनिया में अंधाधुध नहीं बह जाना चाहिए बल्कि हर चीज़ को तर्क-वितर्क सहित विचारना चाहिए। सारा संसार माता-पिता, बच्चों, पत्नी और दुनियावी संबंधों के प्रेम के रस्सों में

जकड़ा हुआ है और व्यक्ति को इस दासता से मुक्ति पानी चाहिए। जंगलों में भाग जाना कोई इलाज नहीं है। यह अंतर से निरबंध होना है और यह अंतरीय लगाव केवल सत्गुरु के प्रेम से ही पैदा होगा। इसलिए सत्संग की भारी महिमा है क्योंकि केवल सत्गुरु की संगति में ही व्यक्ति में सच्चे जीवन के आदर्श मूल्य पैदा होते हैं, माया के धोखे का पता चलता है और वह (सच्चा) प्रेम उत्पन्न होता है जिसे पाकर सांसारिक प्रेम (बंधन) कम होता चला जाता है। संत के शरीर से शांति और कृपा प्रसारित होती रहती है और जो कोई भी उसकी शरण में आता है उसकी चिंताएँ, इच्छाएँ और घृणा मिटती जाती है। सभी सांसारिक जीवों को वह अपना ही रूप समझता है तथा सभी दुनियावी प्राप्तियों को आनी-जानी मानता है। ऐसा आदमी ही माया-जाल से मुक्त हो सकता है और अंतर रूहानी मण्डलों में जाने लगता है।[20]

ऐ प्रभु, हम आपके अनजान बच्चे हैं। सत्गुरु हमें (रूहानियत का पाठ) पढ़ाता है और हमारी चेतनता जगाता है। आज आप एक काम करो, कल कोई दूसरा करो, आप अस्थिर रहेंगे और सदा नई चीज़ें चाहेंगे। महापुरुष जो आप चाहते हो, सदा उसकी परवानगी देता है और जो कुछ आप करते हो उसमें आपके साथ रहता है, लेकिन आपको धीरे-धीरे सच की ओर मोड़ता जाता है जिससे उसमें (रूहानियत में) आपका शौक दिनों-दिन बढ़ता जाता है। वह आपको एक नया जीवन देगा और नई दुनिया में ले जाएगा।[21]

64. दुनियावी निवास में अंतरीय अलगाव जरूरी

सत्स्वरूप हस्तियाँ कभी भी अपने शिष्यों को घर-बार छोड़कर जंगलों और बियावान स्थानों में जाने की सलाह नहीं देतीं: -

पूरा सत्गुरु भेटिए पूरी होवै जुगत।।

हसदेयां, खेलदेयां, खावदेयां, पहनदेयां विच्चे होवे मुक्त।।

उन हालात को छोड़ने से कोई फर्क नहीं पड़ता जिनमें कि प्रभु ने आपको खुद रखा है। अपनी रिहायश बदलने की कोई जरूरत नहीं पर अपना देखने का नज़रिया बदलो। सत्गुरु के वचनों पर फूल चढ़ाओ न कि उसके शरीर को, नहीं तो आप उससे और अपने लक्ष्य से काफी दूर रह जाएंगे।[22]

प्रभु आपके अंदर है। गुरु पावर आपके अंदर है। वह आपकी प्रतीक्षा कर रहा है परन्तु आप बाहर फंसे पड़े हैं। इसका यह अर्थ नहीं कि आपको दुनिया छोड़ कर हिमालय (पर्वत) पर जाकर रहना है। हमने पानी में ही तैरना सीखना है, शुष्क ज़मीन पर नहीं और न ही बुद्धि विचार से यह कुशलता मिलती है। यह एक ट्रेनिंग है जिसमें शुरू करने के लिए आपको अंतर में कुछ पूँजी दी जाती है। यह कंपास की तरह है जिसकी सूई सदा उत्तर की ओर रहती है। यह काम (अभ्यास) दुनिया के काम करने के साथ-साथ ही करना है। सच्चा सत्गुरु आपको दुनिया छोड़ने की कभी सलाह नहीं देता बल्कि इसमें रहते हुए इससे लंपट न रहने को कहता है। किश्ती पानी में है और यह समझो कि आप उसमें बैठे हो, नहीं तो आप डूब जाओगे। अगर आपके अंदर भरे बाहरी प्रभावों को लिया जाए तो आप संसार रूपी भवसागर में डूब जाओगे जिससे जन्म-मरण का चक्र जारी रहेगा।[23]

जिस जिज्ञासु को सच्चा मार्गदर्शक (सत्गुरु) मिल गया और

जिसने सत्गुरु से सच्चा प्रेम और विश्वास बढ़ाना आरम्भ कर दिया, उसने कुदरती तौर पर अपने जीवन को सत्गुरु की इच्छानुसार ढालना चालू कर दिया। बाबा जी (बाबा जैमल सिंह जी) जीवन को सुधारने पर ही अधिक बल देते थे। यह जरूरी नहीं कि वह अंतरीय रास्ते पर तरक्की के लिए दुनिया का त्याग करे। रूहानी तरक्की के लिए अंतरीय अलगाव की आवश्यकता है और जिसने पूर्ण तौर पर सत्गुरु के सामने समर्पण कर दिया है, वह सब दुनियावी बंधनों से मुक्त हो गया है। उनके (बाबा जी के) कुछ शिष्य कभी-कभी पूर्ण संन्यास की बात करते तो वे इसकी कभी आज्ञा नहीं देते थे और फरमाते थे :

''तुम घर-बार को त्याग कर सारा समय केवल भजन और सेवा में लगाना चाहते हो। घर-बार, सेवा और धन-दौलत — क्या ये असल में तुम्हारे हैं? अपने मन में विचार करके देखो। ये सब जादूगर के खेल की तरह हैं और दुनिया एक स्वप्न-मात्र है। फिर इसको रखना क्या और छोड़ना क्या?[24]

तुम शरीर नहीं, चेतन स्वरूप आत्मा हो। आप बुद्धि रखते हो, परन्तु हो चेतन स्वरूप आत्मा। प्रभु-कृपा से मानव शरीर आपको अपने सच्चे घर वापस जाने के लिए मिला है। आपने यहाँ रहना है, अपना लेन-देन पूरा करो और प्रभु की ओर राह लो।[25]

65. सच्चा जीवन : दुनियावी और परमार्थी

कबीर साहब फरमाते हैं कि हम सब इन्सान हैं और यह समय नैतिक बातों को समझने और आलस्य को त्यागने का है: –

जाग प्यारी अब कहा सोवै।

रैन गई दिवस काहे को खोवै।।

यह समय जागने का है — अधिक चेतनता धारण करने का है। बादशाह की चीज़ बादशाह को दो और यह याद रखो कि तुम्हारी आत्मा परमात्मा की अंश है।[26]

आप अपने घर को एकांत जंगल बना सकते हो। क्या रात एकांत जंगल नहीं? जो शिष्य अपनी रातें प्रभु की मधुर याद में गुजारते हैं वे खुद प्रभु बन जाते हैं। अगर व्यक्ति अंधेरा होने से लेकर सूरज चढ़ने तक के समय पर कंट्रोल कर ले तो वह सच्चे मायनों में इन्सान बन सकता है।

किसी महापुरुष ने कहा है कि रात को प्रभु रूपी कस्तूरी बाँटी जाती है —जो व्यक्ति जागृत रहता है उसी को यह महान उपहार प्राप्त होता है। दिन में दुनिया के काम करो और रात को तुम अपने आप को अकेला समझो। अपने परिवार, मित्रों और समाज के प्रति अपने कर्त्तव्यों और एहसासों को प्रसन्नतापूर्वक निभाएँ क्योंकि लेन-देन पूरा करने के लिए प्रभु ने तुम्हें आपस में जोड़ा है परन्तु रात को सब तरफ से हट-हटाकर अपने आपको प्रभु के अर्पण कर दें। भक्ति के लिए अपने घर-परिवार को छोड़ कर जंगल में जाना कोई आवश्यक नहीं जबकि आपके पास इतनी लम्बी एकांत रातें हैं। जब आप सब तरफ से हट-हटाकर किसी चीज़ में पूर्णतया खोए होते हो तो यह सच्चा सन्यास है और अगर हम आज से ही शुरू कर दें तो हमारे जीवन अवश्य ही पलटा खा जायेंगे।[27]

हमें सच्ची नम्रता धारण करनी चाहिए जिसमें न तो हीन-भावना हो और न ही अपने आपको जताने का ख्याल हो। ये चीज़ें हैं जिनसे सत्गुरु प्रसन्न होता है तथा ये हमें सत्गुरु पावर की दया-मेहर की प्राप्ति के लिए ग्रहणशील बनाती हैं। यदि आप नम्रता-भरा सादा जीवन जीना शुरू कर दें तो आपको मानसिक शांति प्राप्त होगी। आखिरकार, दुनिया में कौन-सी चीज है जो तुम्हारी है?आप दुनियावी चीजों के घमण्ड में क्यों रहें जब कि रूहानियत के खजाने आपके अंदर हैं। यदि आप प्रभु के लिए जीओगे तो सभी चीजें न केवल आपकी रूहानी बल्कि दुनियावी भलाई के लिए भी काम करेंगी। यह प्रभु का मूलभूत नियम है जिसे केवल वही लोग जानते हैं जो सत् मार्ग पर चलते हैं।

अच्छे जीवन का एक और पहलू बाहरी व्यवहार से संबंधित है। ऐसे व्यक्ति को अपने ही समाज में जिसमें वह पैदा हुआ है साधारण तौर पर बिना स्वांग रचना के रहना चाहिए। कुछ सत्संगी इस बात में विश्वास रखते हैं कि जिस समाज में सत्गुरु का जन्म हुआ है, उस तरह चिह्न-चक्र धारण करने तथा उसके साथ मिलते-जुलते नाम रखने से सत्गुरु प्रसन्न होता है। आत्मिक जीवन के लिए बाहरी रहन-सहन में नाम, शक्ल या चिह्न-चक्र बदलने से कुछ फर्क नहीं पड़ता। महापुरुष सामाजिक नियम बनाने या तोड़ने नहीं आते। उनका मिशन प्रभु के नियम के अनुसार उसके खोए (प्रभु को भूले हुए) बच्चों को वापस प्रभु से मिलाना है। वे हमें अपनी आत्मा और दिल को पवित्र करने के लिए केवल अंतर्मुख होने का उपदेश देते हैं।[28]

आप दूसरों के विचारों से चिंतित न हों। अपने सिद्ध किए विचार सबसे अच्छे होते हैं। हर व्यक्ति को उसकी निजी ग्रहणशीलता के अनुसार मदद मिलती है। सभी पूर्णता की राह पर हैं। सभी नामलेवाओं को बाकादयगीपूर्वक प्रेम, विश्वास और भाव-भक्ति से भजन सिमरन में समय देकर उसमें दिनों-दिन तरक्की करनी है। गुरु-पावर बाहर और अंतर से आवश्यक संभाल करती है।[29]

अपने पास उपलब्ध समय का उत्तम तौर पर प्रयोग करते हुए अभी चल रहे वर्तमान काल में रहना सीखो। दुनियावी जीवन के अभ्यास में लगाये अमूल्य क्षण और ईमानदारी का काम (सेवा) अंतर की रूहानी प्रगति के लिए अति महत्त्वपूर्ण हैं।[30]

अंतर्मुख रूहानी अभ्यास में लगातार प्रगति के कारण बाहरी चीज़ों का असर बहुत कम महसूस होने लगता है। याद रखो, घटनाएँ घटेंगी और ठीक सुलझती जायेंगी। जैसे-जैसे अंतर में प्रगति होती जायेगी वैसे-वैसे भौतिक लंपटताई कम होती जायेगी। (इस राह पर दीक्षित) व्यक्ति अपने उद्देश्य को सदा सामने रखते हुए उसे प्राप्त करने के लिए कार्य करने लगता है। वे चीज़ें जो ऊँची प्रगति में सहाई होती हैं, आनन्ददायक महसूस होने लगती हैं।[31]

हर दिन और हर घंटा सत्गुरु का शुक्राना करो —उसमें प्रकट प्रभु का जिसने आपको इस मार्ग पर लगाया तथा और भी इतनी चीज़ें आपको दीं। इस प्रकार आपके मन में सदा सत्गुरु की याद बनी रहेगी। इसके बिना (अर्थात् दया और सहायता के बिना) आप कुछ नहीं कर सकते और उसके (सत्गुरु के) साथ आप सब कुछ कर सकते हैं। जितना अधिक समय आप सत्गुरु के साथ (उसकी याद में) बिताओगे, उतना ही आपका प्रतिदिन का जीवन समतल (बाधा रहित) बनता जायेगा।[32]

अंतर में तरक्की की कोशिश करो, फिर आप खुद देखोगे कि कैसे कर्मों का चक्र चलता है। जब आप कारण मण्डल में जाग जाओगे तो सब चीजों का 'क्यों' और 'कहाँ से' आपको दिन की रोशनी की तरह पता चल जायेगा।[33] संसार में और अधिक जन्म लेने की सम्भावना सत्गुरु पावर के प्रति भक्ति-भावना के लगातार बढ़ने और दुनियावी धन-दौलत से उपरामता होने से खत्म की जा सकती है।[34]

अगर आप सत्गुरु की याद में सोयेंगे तो वही विचार आपके खून

में दौरा करेगा और जब आप जागेंगे तो आप उस (सत्गुरु) की ही याद में जागेंगे। वे (महापुरुष) कहते हैं कि अगर व्यक्ति का सुबह जल्दी (अमृत वेले) का समय नींद में बेकार गुजर जाता है तो समझो वह (व्यक्ति) मुर्दा है।[35]

पिच्छल रात न जागेयो सो जीवंदड़ो मोइयो ।।

अपने अपने लेबल रखो और अपने धर्म में रहो, अपनी भाषा, चिह्न-चक्र और रीति-रिवाज रखो। आपकी आत्मा प्रभु की अंश है और हम सब प्रभु के बच्चे हैं। इसलिए आत्मा प्रभु की है —उसको अर्पण कर दो।[36]

यदि आप प्रभु की ओर कदम बढ़ायेंगे तो बाकी सब अपने-आप आता रहेगा।[37] मनुष्य जन्म का सबसे बड़ा उद्देश्य यह है कि व्यक्ति अपने आपको जाने और प्रभु को पहचाने और बाकी सब केवल समय को बेकार गंवाना है।[38]

सत्गुरु शब्द सदेह होता है। वह प्रकाश, जीवन और प्रेम है। अगर आप उसमें रहना और चलना शुरू कर देंगे तो आपका जीवन सुधरता जायेगा और फिर वह आपको अधिक प्रकाश और प्रेम बख्शेगा।

शब्द जीवन की रोटी और जीवन का पानी है। जब भूख और प्यास लगे तो अंतर की खामोशी में जाओ और अधिकाधिक शांति प्राप्त करो जिससे रूहानी जीवन मिलेगा। यह आपके अंतर है और इसे प्राप्त करने से किसी को प्रतिबंधित नहीं किया गया है।

भूतकाल को भूल जाओ, भविष्य को भूल जाओ— पूर्णतया शांत हो जाओ। टिकाव में आओ, पूरे तौर पर गुरु को अर्पण करके अपने आपके सामने अकेले बनो। (तब) प्रकाश और प्रेम आपके द्वारा सारी दुनिया को मिलेगा।[39]

66. शुभ विचार, शुभ कर्म

प्रत्येक विचार, प्रत्येक शब्द, प्रत्येक कर्म; चाहे अच्छा हो या बुरा, मन पर एक अमिट छाप छोड़ जाता है और यह खाते में जमा हो जाता है। इसलिए रूहानियत के छोटे पौधे के पनपने के लिए शुभ विचार, शुभ भावनाएं और शुभ आचार की बाड़ जरूरी है।[40]

मैं चाहता हूँ कि जीवन को सादा, सादा और सादा बनाएँ। जीवन के हर पहलू में सादापन अपनाना ही असली जीवन को स्वीकार करना है।

अपने आप से भी अधिक दूसरों की सहायता करने की प्रवृत्ति होनी चाहिए। इससे न केवल सारी दुनिया में आपकी खुदी फैलेगी बल्कि दूसरी रचना तक भी प्रभाव डालेगी। ऐसा एक साहस भरा कदम तुम्हारी आत्मा को परमात्मा की ओर ले जायेगा।

मन, वचन और कर्म पवित्र रखो और सबसे प्यार करो। प्यार जीवन की सब बीमारियों को भगाने की दवाई है। भले बनो और भला करो, इन पाँच शब्दों में संसार के सारे धर्मों का सार आ जाता है। मेरा कार्य तभी पूरा होगा जब आप इन पर अमल करोगे।[41]

मनुष्य वैसा ही बनता है जैसा वह सारा दिन सोचता रहता है। एक बार में व्यक्ति केवल एक जगह ही रह सकता है। एमरसन ने कहा है, ''इस अनन्त काल जीवन में ऐसा कोई क्षण नहीं है जो मौजूदा गुज़र रहे क्षण की अपेक्षा अधिक महत्त्वपूर्ण हो। सभी वास्तविक अच्छाइयाँ या बुराइयाँ जो मनुष्य पर आती हैं वे उसके अपने कारण ही हैं। यदि कोई मनुष्य इस वर्तमान काल में अच्छे या बुरे तरीके से जीता है तो भविष्य में भी ऐसा ही करेगा। यदि दूसरों के लिए तुम्हारी सोच बुरी है तो न केवल तुम उनको घात पहुँचाओगे बल्कि अपने आपको भी क्योंकि विचारों का गहरा असर होता है।[42] संसार में कुछ भी अच्छा या बुरा नहीं है, केवल हमारी सोच ही इसे ऐसा बना देती है। हम एक या दूसरे बीज की तरह वातावरण से अपने

विचारों के अनुसार रौएँ ग्रहण करते रहते हैं।[43]

पूर्णता की प्राप्ति का रास्ता कथनी की अपेक्षा करनी का है और दूसरे लोगों या सत्गुरु को अपने विचारों के अनुसार जज करना (परखना) किसी के लिए ठीक नहीं है। सब लोग पूर्णता के रास्ते पर हैं और किसी में भी दोष निकालना अकलमंदी नहीं है।[44]

कहना आसान है परन्तु करना बहुत कठिन है। बातों के पकवान से पेट नहीं भरता बल्कि रूहानी मार्ग पर करनी से ही तरक्की होती है।[45]

अधिक बोलने से रूहानी शक्ति का ह्रास (नाश) होता है। नाम के शब्दों का मन ही मन सिमरन करके आप अपनी वाणी को नियंत्रित कर सकते हैं। आप मुश्किलों पर काबू पाने में सफल होंगे और समय पाकर तरक्की करेंगे। कुछ भी बोलने से पहले दो बार सोचो, विचार करो कि जो भी तुम बोलने जा रहे हो क्या वह सत्य तथा नम्रता भरा है और क्या उसे कहना आवश्यक है।[46]

सत्गुरु की बलवान और रक्षक बाहें और उसकी ख्याल रखने वाली कृपा-दृष्टि हमेशा ही काम करती रहती है। वह उनकी (शिष्यों की) उन्नति में सदा सहाई होता है। जब बाह्य मुश्किलें बढ़ती दिखाई देती हैं तब उसकी अंतरीय दया बढ़ जाती है। यदि आपके बारे में कोई बुरी बात आपको बताता है तो उस पर शांतिपूर्वक विचार करें। अगर कही गई बात सारी या उसका कुछ भाग सच है तो उन त्रुटियों को दूर करने की कोशिश करें और आपकी कमियाँ बताने के लिए उस व्यक्ति का धन्यवाद करें। यदि दूसरी ओर वे बातें झूठी हैं तो इस बात को स्वीकार करें कि उस व्यक्ति ने पूरी सूचना न होने के कारण ये बातें कही हैं। इस लिए उसे माफ कर दो और भूल जाओ। अगर इस गलतफहमी को दूर करने का मौका मिले तो इसे प्रेमपूर्वक खुलदिली से दूर करें। इससे आपका रूहानी विकास होगा और आपके हृदय रूपी बर्तन को साफ करने में मदद मिलेगी जिसको कि सदा बह रही सत्गुरु की दया-मेहर से भरा जाना तय हो चुका है।[47]

जब तक सर्वव्यापक चेतनता प्राप्त नहीं होती तब तक विचारों की भिन्नता बनी रहेगी। लेकिन अगर किसी ने उनका कारण जान लिया है तो वह उन्हें अपने मन की शांति भंग नहीं करने देगा। चाहे बाहरी विरोध कितना भी हो, दूसरों के विचार कुछ भी हों, यदि किसी ने किसी के प्रेम में पूर्णतया आत्म-समर्पण कर दिया है तो उसकी स्थिरता को कोई भंग नहीं कर सकता तथा उसके रूहानी अभ्यास में रुकावट नहीं डाल सकता। जो अभी अहं और आपा भाव के अधीन है, वह बिना विचार किए दूसरों के कहने पर विचलित हो उठता है। ऐसे पुरुष को रूहानियत के अभी शुरूआती असूल सीखने भी बाकी हैं।[48]

अगर कभी कोई व्यक्ति आपकी भावनाओं को वचन या कर्म द्वारा ठेस पहुँचाता है तो उसे माफ कर दें। माफी ऐसा पवित्र पानी है जो सारी गंदगी को धो डालता है। ख्याल रखो, इन्साफ से ऐसा नहीं होता। अगर आप इन्साफ चाहेंगे तो उसकी प्रतिक्रिया होगी। केवल माफी ही सारी गंदगी को साफ कर सकती है। माफ करो और भूल जाओ, यह रूहानियत की प्राप्ति का ढंग है।[49]

अच्छी किताबें सहायक होती हैं परन्तु इस प्रकार की पुस्तकों की अधिक पढ़ाई भ्रम पैदा कर देती है।[50] यहां प्रकाशित होने वाली पवित्र पुस्तकों का पक्षपात रहित होकर ध्यानपूर्वक अध्ययन आपको अधिक सहीनज़री प्रदान करेगा। इन्हें और व्याख्या की आवश्यकता नहीं पड़ती। अगर आप वहाँ दिए बारीक नुकतों की और अधिक व्याख्या चाहते ही हैं तो आपको स्वयं का त्याग करके और अधिक प्रभु का सहकार्यकर्ता बनना होगा ताकि दयालु सत्गुरु पावर आपको माध्यम बना कर काम करना शुरू कर दे। साफ माध्यम में रूहानी शक्ति बहने (काम करने) लगती है और उससे अधिक से अधिक रूहानी लाभ प्राप्त करने के लिए आपको बहुत त्याग और नम्रता धारण करनी पड़ेगी।[51]

सदाचारी और साफ जीवन अति जरूरी है परन्तु अंदर पूर्ण विश्वास

बनने से पहले ही आम तौर पर कुछ लोग किसी विशेष कारण अथवा हालात के भारी दबाव के कारण इस रास्ते पर चलना छोड़ देते हैं। पूर्ण भरोसा और परिश्रम लक्ष्य की प्राप्ति के लिए दोनों आवश्यक हैं जिससे सत्गुरु अपनी दया-मेहर द्वारा इसकी प्राप्ति में सहायक होता है। आपकी भलाई मुझे उसी प्रकार प्यारी है जैसे बच्चा पिता को प्यारा होता है।[52]

सत्गुरु के हुक्म के अनुसार जीवन बनाने की कोशिश करें, तभी आपके कहे शब्दों का आपके मित्रों पर प्रभाव पड़ेगा। जब तक आपके दिल में कामुक विचार होंगे और आँखों में बुरी नज़र से देखने की भावना रहेगी तब तक आप पवित्रता का प्रचार नहीं कर सकते।[53]

अगर कुछ लोग रूहानियत को नहीं समझते अथवा समझना नहीं चाहते तो हमें उनसे नाराज़ नहीं होना चाहिए। वे हमारी तरह ही प्रभु के पुत्र हैं और उन्हें प्रेम से समझा-बुझा कर रास्ते पर लाया जा सकता है।[54]

सभी शिष्य प्रगति के पथ पर हैं। कुछ दूसरों की अपेक्षा ज्यादा उन्नति कर चुके हैं। कुछ में दूसरों की अपेक्षा कमियाँ और खामियाँ हो सकती हैं। हमें पाप से घृणा करनी है, पापी से प्यार करना है।[55]

हमें दूसरों की खुशी में खुश और उनके दुख में दुख महसूस करना चाहिए।[56] यदि हमने आज एक भी व्यक्ति का कष्ट दूर करने में मदद की है तो हमने महान सेवा की है। दुखियों के दर्द का भार मधुर शब्दों और हमदर्दी से बाँटें नहीं तो यह दिनों-दिन बढ़ता ही जायेगा।[57]

किसी भूले बच्चे को प्रभु पिता के रास्ते पर डालने में मदद करना एक महान सेवा है और इसके उलट किसी को सही रास्ते पर चलने से रोकना और रास्ते से भटकाना घोर अपराध है।[58]

आपने जानना शुरू कर दिया है कि जीवन में घटनाएँ निर्धारित योजना के अधीन आती हैं। वह योजना हमारे पुराने कर्मों के अनुसार बनती है। इसी लिए इस बात पर जोर दिया जाता है कि व्यक्ति को प्रेमपूर्वक तथा

मधुर भाव से कार्य करना चाहिए ताकि भविष्य में कर्मों की प्रतिक्रिया को सही ढंग से रोका जा सके और साथ ही साथ प्रारब्ध कर्मों का भी भुगतान हो सके।[59]

आपको कठोरता के सामने भी शांत और सहनशील रहने की हिदायत की जाती है। ऐसे बीत जाने वाले कष्ट भरे हालात पिछले कर्मों की प्रतिक्रिया के कारण आते हैं और इन्हें ऐसा ही समझना चाहिए।[60]

यह सच है कि प्रकृति के नियम बड़े सख्त हैं और उसके हर उल्लंघन का भुगतान करना ही पड़ता है चाहे उसकी प्रचंडता सत्गुरु के चरणों में बैठकर काफी हद तक कम हो जाती है। वहाँ कोई अचेत लाभ नहीं मिलते, भले ही परिश्रम का फल सत्गुरु के द्वार पर अधिक मिलता है।[61]

हाँ, कर्मों का तत्त्व ज्ञान रूहानियत में निश्चित स्थान रखता है परन्तु इससे रोगग्रसतता नहीं पैदा होनी चाहिए और न ही सत्संगियों या दूसरों में उदासीनता पैदा होनी चाहिए। मनुष्य अपनी किस्मत का खुद रचयिता है। चाहे वह भूतकाल को न बदल सकता हो परंतु भविष्य का निर्माण कर सकता है।[62]

बीत चुका सो बीत चुका, वह दफन हो गया, हो चुके अच्छे या बुरे पर पछतावा करने से क्या लाभ जबकि हम उसका न तो कोई इलाज कर सकते हैं और न उसे मिटा सकते हैं। भविष्य अधिकतर हमारे पिछले कर्मों की प्रतिक्रिया है और हमारे द्वारा अब (वर्तमान) में किए जा रहे कर्मों द्वारा भी प्रभावित होता है। अगर संतों-महापुरुषों के पवित्र हुक्म को मानते हुए हम मौजूदा समय में अच्छा तथा ईमानदारी-भरा जीवन जीने लग जाएँ तो भूतकाल से थोड़ा सा भी घबराने की आवश्यकता नहीं और न ही भविष्य के बारे में चिंतित होने की कोई जरूरत है।[63]

इसलिए हमें शुभ कर्म करने की ओर ध्यान देना चाहिए, फल की ओर नहीं क्योंकि बीजे गये बीजों (किए गए कर्मों) के फल तो अपने आप मिल जायेंगे। गुरु नानक साहब ने क्या सुंदरता से वर्णन किया है : प्रभु की

रज़ा के बिना घट रही घटनाओं पर हमारा चिंता करना सही गिना जा सकता है परन्तु जो किस्मत में लिखा गया है वह हमारी चिंता करने पर भी घटित तो होगा ही। एक समय पर एक ही काम पूरा मन, पूरा दिल व ध्यान लगाकर करने के पवित्र तरीके को अपनाओ। इस प्रकार आप थोड़ा समय लगाकर कम परिश्रम करके भी अधिक काम निपटा सकते हैं। इसलिए सत्गुरु हमें बताता है कि हमें अपनी रूहानी पूर्णता की तरफ ध्यान देना चाहिए और किस्मत में लिखे कर्म चक्र को अपनी आत्मिक मुक्ति में सहाई समझना चाहिए। ऐसा करने से हम में पूर्ण समर्पण की भावना पैदा हो जायेगी जो हमारे पवित्र भजन-सिमरन में सहायक होगी।[64]

मुझे यह जान कर प्रसन्नता है कि आपके दिल में इस दुनिया जिसमें कि आप रह रहे हैं, का सुधार करने की प्रबल इच्छा है और आप मनुष्य जाति की गिरावट से चिंतित हो तथा अपनी मुक्ति शुभ कामों और पवित्र जीवन के द्वारा ही मानते हो। यह बड़ा अच्छा विचार है परन्तु इस काम को वास्तविक तौर पर तभी किया जा सकता है जब आप पहले अपनी रूहानी तरक्की कर लें, फिर खिले फूल की तरह आपकी महक और मधुरता सब पर प्रभाव डालेगी।[65]

'स्वयं के सामने सेवा' करना बहुत अच्छी बात है परन्तु आम तौर पर व्यक्ति सेवा के सच्चे महत्त्व को नहीं जानता और अपनी बिल्कुल सही भावना रखता हुआ भी सेवा की जगह वास्तव में कष्ट ही देता है। जब तक हम अपने अंदर अपने आपका सही अनुभव नहीं करते तब तक हम में से बहुत कम लोग ही दूसरों में काम कर रही इस जीवन शक्ति का अहसास कर पाते हैं। इसलिए ही पहले आत्म-अनुभव पर ज़ोर दिया जाता है क्योंकि इससे प्रभु-अनुभव का रास्ता मिलता है और जब यह खुलता है तब व्यक्ति को हर जीव में सहजता से काम कर रही प्रभु-पावर के अलावा कुछ भी नज़र नहीं आता। उस समय दूसरों की सेवा का अर्थ कुछ और ही हो जाता है। तब यह सेवा प्रभु के हवाले होकर अपने चारों तरफ की मानवता की सेवा में बदल जाती है।[66]

हर नामलेवा को सच्चे मार्ग पर डाला जाता है और एक दिन वह अपने सच्चे घर सचखंड में पहुँचेगा। जो लगन से इस मार्ग पर काम करते हैं और सत्गुरु का कहना मान कर कमाई करते हैं, वे जल्दी तरक्की कर जायेंगे जबकि दूसरे लोगों को उस उद्देश्य की प्राप्ति में अधिक समय लगेगा।

प्रभु के देश अथवा अपने असली घर का रास्ता लंबा है परन्तु यह सुहावना भी है और जब कोई सच्चे घर पहुँच जाता है तो उसे सत्गुरु के रूप में चुना जा सकता है। वास्तव में यह कमीशन (चुनाव) प्रभु की ओर से होता है। कोई व्यक्ति थोड़ी-सी तरक्की के बाद यदि सोचे कि मैं गुरु बन गया हूँ तो इससे उसका अपना अहित होगा। ऐसा हौंमैं के कारण होता है जिसको त्याग देना चाहिए।[67]

सत्गुरु को प्रसन्न करना सबसे मुश्किल काम है क्योंकि वह धन-दौलत और सांसारिक वस्तुएँ भेंट करने से प्रसन्न नहीं होता, न ही आप उसकी खुशी मांग कर उसे प्रसन्न कर सकते हैं। उसकी खुशी भाव सहित ध्यान, आज्ञा पालन, भाव-भक्ति और मानवता की निष्काम सेवा से प्राप्त की जा सकती है।[68]

शुक्राना करना एक दुर्लभ गुण है। मित्रों-रिश्तेदारों की खातिर हम सत्गुरु की अप्रसन्नता से भी नहीं झिझकते, ऐसा सत्गुरु के प्रति शुक्राने और विश्वास की कमी के कारण होता है।[69]

बच्चा अगर एक कदम भी गुरु की ओर चलता है तो गुरु हज़ार कदम चलकर उसे लेने को आता है। प्रभु के अंगूर के बाग में हम सब मजदूर हैं। हमें दूसरों के गुणों की सराहना करनी चाहिए जो हमारी हर तरह सहायक होगी।[70]

ये चीजें आपकी मददगार होंगी - कम खाना, कम सोना, दया, क्षमा और प्यार।[71]

बीती घटनाओं का ख्याल करते रहना अथवा इनके द्वारा प्राप्त किए मनोरंजन को ही सोचते नहीं रहना चाहिए क्योंकि ऐसा करने से छल-कपट बढ़ेगा।[72]

आजकल आजकल करते रहने की प्रवृत्ति ही समय की चोर है।[73]

गर्भपात प्रकृति के उलट कार्य है जिससे जीव-हत्या होती है। कर्मों का बोझ रोकने के लिए इसको बढ़ावा नहीं देना चाहिए।[74] इसलिए हमें चाहिए:

हम सबके साथ सही और मित्रतापूर्ण व्यवहार करें।

हम अपने आपके सामने साफ और सच्चे बनें।

अच्छे बनें और दूसरों के साथ अच्छा व्यवहार करें।

दूसरों को खुश करें। पीड़ितों और बीमारों को सुख पहुँचाएँ।

जरूरतमंदों और गरीबों की सेवा करें।

प्रभु और उसकी समस्त सृष्टि जैसे कि मनुष्यों, पशुओं, पक्षियों, रेंगने वाले जीवों तथा कम चेतनता वाले जीवों से प्रेम करें।

वे सब परमात्मा के परिवार के सदस्य हैं।

सबकी एक जाति, एक धर्म और एक ही प्रभु है।

केवल एक ही जाति है - मानव जाति।

केवल एक ही धर्म है - प्रेम और सच का धर्म।

केवल एक ही प्रभु है - सर्वव्यापक, सर्वज्ञ, सर्वशक्तिमान।

एक भाषा है - दिल की भाषा।[75]

67. परिवार

आप अपने घर को शान्त बनाएँ क्योंकि शांतिपूर्ण घर रूहानी अभ्यास में बहुत सहायक होता है। शोर-शराबे वाले घर के चारों ओर तो मधुमक्खियाँ भी मानसिक संतुलन डिस्टर्ब करने के लिए उड़ने लगेंगी। मुझे खुशी है कि आप तरक्की कर रहे हैं। मुझे आप से प्रेम है। कोई भी पिता अपने बच्चों के सुख के लिए यथाशक्ति सभी कार्य करेगा।[76]

यदि आपके बच्चे या माँ, बाप, पत्नी, पति हैं तो आप उनमें प्रभु का प्रकाश देखो। आपको प्रभु ने इस रिश्ते में केवल बाहरी बंधन के लिए ही नहीं जोड़ा बल्कि उनमें प्रभु का दर्शन करने तथा उनकी सेवा करने के लिए जोड़ा है। अगर आप ऐसा करते हैं तो आपके रिश्तों में कोई बंधन नहीं रहेगा। बंधन तभी पैदा होता है जब हौंमैं (अहं) आती है और प्रभु भूल जाता है। तो आप भले ही सारे दुनियावी कार्य करें परन्तु कंपास की सुई की तरह ध्यान एक ही दिशा में (प्रभु की ओर) बनाए रखें क्योंकि जब ध्यान उधर से हटता है तो पता है क्या होता है? दाता को भूल कर दातों से प्यार हो जाता है और बदकिस्मत इन्सान सिर पर खड़ी मौत को भूल जाता है :

दात प्यारी विस्सरेया दातारा।। जाणे नाहीं मरण वेचारा।। -गुरवाणी

इन्सान संसार में बुरी तरह फंसा पड़ा है —उसे 'मैं' 'मेरा' ही सब कुछ नजर आता है और जहाँ 'मैं' 'मेरा' का ख्याल होगा, वहाँ भ्रम होगा। 'मैं' और 'मेरा' का कुछ असर जीवन पर अवश्य पड़ता है परन्तु प्रभु ने खुद ही इन्हें बनाया है और जब आप हर चीज को सही दृष्टिकोण से देखोगे तो बंधन का कोई असर नहीं होगा।[77]

मैं गृहस्थ जीवन में रहा हूँ। तुम्हें भी दुनिया में रहना चाहिए

परन्तु इसकी गिरावट को बढ़ाना नहीं चाहिए और अपनी गिरावट से भी बचना चाहिए। बीबियाँ घर को हर तरह साफ रखें तथा अच्छी आदतें अपनाएँ, बच्चों का पालन-पोषण खुशी-खुशी करें और अपने पतियों की पूरी तनदेही से सेवा करें। यह भी धर्म है, सच्चा जीवन है। जिनका घर स्वर्ग है उनके लिए सारा संसार ही स्वर्ग है। अगर कोई उस प्रभु की सेवा करने का ढिंढोरा तो पीटता है लेकिन दूसरों की जरूरतों को भुला देता है तो वह प्रभु को पाने की आशा कैसे रख सकता है? क्या इसका यह मतलब है कि हम प्रभु के कुछ रूपों को नापसंद करते हैं (क्योंकि सब रूपों में परमात्मा का वासा है)?[78]

मैंने पश्चिम में लोगों को बताया कि हर घर में एक चर्च, एक मन्दिर, एक गुरुद्वारा या मस्जिद — इसे जो भी आप समझो, होना चाहिए जहाँ परिवार के सभी छोटे-बड़े सुबह-शाम प्रभु की याद में बैठ जाएँ। ऐसा करने से बच्चों का जीवन पलटा खा जायेगा और साथ ही आपका भी। उपदेश देने की बजाय उदाहरण बनना सदा ही बेहतर होता है और आपका अच्छा आचरण देखकर बच्चे भी आपकी तरह ही बनने लगेंगे। आने वाली नसलों के आचरण के लिए वास्तव में हम जिम्मेवार हैं और अगर हम बदलते नहीं तो हम कैसे चाहते हैं कि उनका आचरण सभ्य और ईमानदारी पूर्ण हो? कुछ समय के लिए, जहाँ हो वहीं खड़े हो जाओ और अपनी हालत पर विचार करो। सब चीज़ों के पीछे छिपे अर्थ को खोजो और सही मायनों में सही नज़री को प्राप्त करो।[79]

कृपया महसूस करो कि यह आपके अंतर की तड़प और लालसा ही है जो पहले की तरह तुम्हारे हाथ-पांव अपने रिश्तेदारों की ओर बांधे रखती है और यही लंपटताई हमें सदा बेचैन और दुखी बनाए रखती है। आप देखिए, प्रेम का जो बंधन प्रसन्नता का स्रोत होना

चाहिए था वह ही हमारे हाथ की हथकड़ी बन जाता है क्योंकि आप सदा आधार-रहित और काल्पनिक भय से ग्रसित रहते हैं। जैसा कि आप जानते हैं, हृदय प्रभु के बैठने की जगह है। यह महान सम्पत्ति हमें आत्म-अनुभव और प्रभु-अनुभव के उच्च उद्देश्य की प्राप्ति के लिए मिली है।

जहाँ दिल जाता है वहाँ सब कुछ अपने आप चला जाता है। यहीं पर महापुरुष हमें दुनियावी रिश्तों में बह रही अपनी सुरत को रोकने का उपदेश देते हैं नहीं तो इससे सदा तबाही और बरबादी होती है।

आप अच्छी तरह जानते हैं कि नए नामलेवा के रास्ते में जो रुकावटें आती हैं और उसके भजन-सिमरन के पवित्र समय को बुरी तरह प्रभावित करती हैं, वे पारिवारिक बंधन ही हैं जो बार-बार हमारी आत्मा को इसके स्थान दो-भ्रूमध्य से नीचे गिरावट में ले जाते हैं। हमें दुनिया में इस प्रकार निर्लेप रहना है जैसे कमल का फूल होता है जो कीचड़ से बाहर रह कर अपनी पवित्रता बनाए रखता है

जैसे जल में कमल निरामल मुरगाई नैसाणे ।।
सुरत शब्द भवसागर तरिए नानक नाम बखाणे ।।

– गुरबाणी

इसी प्रकार हमने अपने संबंधियों के दुखों और चिंताओं में उलझे बिना अपने दुनियावी कर्त्तव्यों का ठीक प्रकार पालन करना है क्योंकि हमारे सिवाय दयालु सत्गुरु पावर भी उनकी संभाल कर रही है। इसको आप एक उदाहरण द्वारा आसानी से समझ सकते हैं। रेलगाड़ी में जा रहे एक यात्रा के पास अपना एक बक्सा रखा हुआ है। अब आदमी और उसका बक्सा दोनों ट्रेन से जा रहे हैं। अगर वह व्यक्ति अपने बक्से को ट्रेन में बैठे हुए अपने सिर पर उठा ले तो मूर्ख ही होगा क्योंकि वह अपनी गरदन व्यर्थ में तुड़वा रहा है। दुनिया के बुद्धिमान लोगों का

बिल्कुल यही हाल है। आम तौर पर हम में सत्गुरु-पावर पर भरोसे की कमी होती है जिससे हमारे बंधन के लिए अनावश्यक मुश्किलें पैदा होती हैं नहीं तो सुव्यस्थित प्रभु-योजना सहजता से काम करती रहेगी। आपने ध्यान दिया होगा कि हिलते पानी में चेहरा नहीं देखा जा सकता। भजन-अभ्यास में बैठते समय अपने आपको पूर्णतया सत्गुरु पावर के सामने समर्पण कर दें ताकि आप रूहानी बरकत से मालामाल हो जाएँ।[80]

किसी गलतफहमी के कारण आपकी प्यारी माता और पति द्वारा आपके पारिवारिक जीवन में आए बिखराव के लिए मुझे अफसोस है। कभी-कभी ऐसी चीजें अभ्यासी के जीवन के बारे में उसका टेस्ट लेने के लिए आ जाया करती हैं। मैं ऐसे समय आपकी अपने आपको शांत बनाए रखने के लिए प्रशंसा करता हूँ, इस से उनके मन पर भी बोझ कम होगा। ऐसे समय सुनहरी नियम यह है कि उस स्थान से दूर हट जाएँ और वातावरण को हालात पर सही विचार के लिए शांत होने दें। ऐसे समय में एक गिलास ठंडा पानी पी लेना चाहिए जिससे गुस्सा शांत होगा और इसके साथ पूर्ण मौन धारण कर लेना चाहिए। यह आपके मार्गदर्शन के लिए एक आज़माई हुई दवाई बताई जा रही है जो उन दोनों तक भी पहुँचा देनी चाहिए।[81]

अपने प्यारे माता-पिता के प्रति आपका बर्ताव अंतर और बाहर से नम्र, कोमल और मधुर होना चाहिए। हर कोई अपना धर्म-कर्म चुनने में स्वतंत्र है जो अधिकतर प्रारब्ध कर्मों के अनुसार निश्चित होता है। आपको और अधिक नम्रता धारण करनी चाहिए जिससे उस पवित्र रास्ते की जिस पर आपको डाला गया है, महानता बढ़ेगी। माता-पिता होने के तौर पर उनका आपके प्रति ऋण बकाया रहता है जिसे सेवा तथा प्रेम-भरी श्रद्धा से सही तौर पर चुकाया जा सकता है। कृपया मेरा प्रेम उन तक पहुँचाएँ।[82]

बड़े बच्चों को अपने माता-पिता की सेवा के मिले दुर्लभ अवसर को अपना अहोभाग्य समझते हुए जरूरत के समय उनकी पूरी तनदेही से नम्रतापूर्वक सेवा करनी चाहिए।[83]

प्रश्न : अगर किसी को अपने संबंधियों से अत्याधिक प्रेम है और वह उन्हें उनके लिए संसारिक अच्छाई प्रदान करने के लिए प्रार्थना करता है तो क्या वह सत्गुरु को उन्हें (सम्बन्धियों को) नाम दान दिए जाने के लिए प्रार्थना कर सकता है अथवा क्या ऐसा मृत्यु से पहले किस्मत में लिखा होता है जिसे कोई बदल नहीं सकता?

महाराज जी : अपने प्रिय लोगों के लिए सत्गुरु द्वारा पवित्र नाम दिए जाने की भावना रखना शिष्य की रूहानी तरक्की में सहायक होता है। अच्छे या बुरे कर्मों से हर आदमी का भाग्य हर पल बदलता रहता है। महापुरुषों का रूहानी मार्ग सबके लिए खुला है परन्तु यह समझ लेना चाहिए कि पिछले जन्मों में कुछ खास शुभ कर्मों के कारण आत्मा में रूहानी प्राप्ति के लिए तड़प प्रबल होती है और वे प्रिय भाई जो और कोशिश करके अवसर का लाभ उठाना चाहते हैं, उन्हें रूहानी मार्ग पर डाल दिया जाता है जबकि बाकी बह जाते हैं और उन्हें किसी और नए अच्छे मौके का इंतजार करना पड़ता है। चाहे कम ही सही, ऐसी घटनाएँ भी होती हैं जब सच्चे जिज्ञासुओं को सत्गुरु के शारीरिक मिलाप के बिना भी नामदान मिल जाता है।[84]

प्रभु ने आपको भाई, बहन, माता, पिता आदि रिश्तों से जोड़ा है। क्योंकि प्रभु ने ही जोड़ा है इसलिए उन रिश्तों को प्रभु के प्रति भाव-भक्ति के कारण सही ढंग से निभाएँ और क्योंकि आप प्रभु से प्रेम करते हैं इसलिए उनका लेना-देना अपनी पूर्ण समर्था अनुसार उस नर्स की तरह चुकता करें जो पराये बच्चे को अपना समझे बिना

पालती है, इसी प्रकार आपको सारे रिश्ते निभाते हुए इनसे बंधनमुक्त रहना चाहिए। जैसे नर्स पराये बच्चे को जीविका कमाने के लिए पालती है वैसे ही हमें संसार में रहते हुए सब का लेना-देना चुकता करते हुए उनसे प्रेम बनाए रखना चाहिए जिनके प्रति लेन-देन अभी बकाया रहता है क्योंकि उनसे आप को प्रभु ने जोड़ा है। यह सब कुछ करते हुए आप शरीर रूपी एयर कंडीशन कमरे की तरह अलिप्त रहें।[85]

इसलिए आप कृपया एक प्रेमी तथा शांत पत्नी बन कर अपने पति और बच्चों की सेवा करें। उनके मन को कष्ट पहुँचाने वाला कोई काम न करें। पारिवारिक जीवन मिलजुल कर बिताएँ जिसमें भोजन समय इकट्ठे मिल बैठना भी शामिल हो सकता है। बाहरी तौर पर अपनी सब जिम्मेदारियाँ बखूबी निभाएँ लेकिन अंतर से चुपचाप प्रभु से जुड़े रहें।[86]

68. विवाह

विवाह का मतलब एक जीवन साथी को साथ लेना है ताकि दोनों मिलकर सांसारिक जीवन के दुख-सुख में एक-दूसरे के काम आएँ तथा दोनों मिलकर प्रभु को पाएँ। इसमें एक फर्ज बाल-बच्चों का पैदा करना भी है जिसके लिए शास्त्र-मर्यादा हमें बताती है कि जब बच्चा पेट में आ जाए और जब तक पैदा होकर दूध पीता रहे तब तक कोई संबंध नहीं होना चाहिए। इस तरह बच्चा, माता तथा पिता सभी स्वस्थ रहेंगे। इससे बहुत-सी बीमारियाँ समाप्त हो जायेंगी। संत कहते हैं कि अगर बच्चों को जन्म देना ही है तो या तो वे संत बनें या दीन-दुखियों के दाता बनें या जरूरतमंदों के सेवक बनें अथवा बहादुर हों जो बेसहारा और कमजोर लोगों की रक्षा करें:

जननी है तो भगतजन कै दाता कै सूर।
नहीं तो जननी बांझ रहे काहे गंवावे नूर।। -कबीर

संत भी आदर्श पारिवारिक जीवन जीते हैं परन्तु जब वे सत्गुरु का काम संभालते हैं तो यह आचरण (आपसी संबंध) त्याग देते हैं। विवाहित जीवन अगर शास्त्रों के अनुसार जिया जाए तो रूहानियत में बाधक नहीं बनता। अपने रूहानी जीवन की तरक्की के लिए पति-पत्नी को सलाह दी जाती है कि आपसी सहमति से ब्रह्मचर्यपूर्ण साधारण जीवन जीना शुरू कर दें। जो लगातार तरक्की के इच्छुक हैं उन्हें डायरी फार्म में दी गई आवश्यक पाबंदियों पर अमल करना चाहिए। ध्यानपूर्वक जीवन जीने तथा जीवन की पड़ताल करने से इन्सान सीखता है। नामलेवाओं को शादी करने अथवा परिवार चलाने की मनाही नहीं है परन्तु उनका जीवन आदर्श और सत्गुरु कृपा से भरपूर होना चाहिए। युवकों को शादी से पहले पवित्र जीवन जीने के लिए कहना चाहिए क्योंकि ब्रह्मचर्य जीवन है तथा उसका पात करना मृत्यु के समान है। जिस लैंप में तेल भरा होता है वह खूब जलता है

परन्तु यदि सारा तेल निकल जाए तो वह रोशनी कैसे देगा? संयम के जीवन से शरीर और दिमाग बलवान होता है।

शास्त्रों के अनुसार निर्धारित नैतिकता के नियमों में थोड़ी-सी ढील से भी हानि होगी। साधारण मेल-जोल और इकट्ठे होने से लगाव पैदा हो जाता है। उस समय विपरीत सैक्स (लिंग) का एक-दूसरे के प्रति पागलपन और बंधन बहुत बढ़ जाता है। (सैक्स के प्रति) थोड़ी-सी गिरावट के लिए भी रुकावट डालनी चाहिए। यह तब विनाश का रूप ले सकती है जब शिष्य इंद्रियों के भोगों की लालसा पूर्ति तक चले जाते हैं।

रूहानी प्रेम और काम-वासना एक दूसरे के बिल्कुल विपरीत हैं। सैक्स न केवल पाप है बल्कि यह रूहानी मार्ग की बहुत बड़ी रुकावट भी है। लम्बे समय की मेहनत से ही व्यक्ति साफ-सुथरा पवित्र जीवन जीने की कुछ सफलता प्राप्त कर सकता है। जिन्दगी के इस पहलू को ध्यान में रखते हुए सत्संग से संबंधित सीनियर मैम्बरों को नए शिष्यों की रूहानी प्रगति को ध्यान में रखते हुए उन्हें मार्गदर्शन देना चाहिए।[87]

पति-पत्नी में निर्मल प्रेम शरीर से शुरू होकर आत्मा में लीन होता है। यह सम्बन्ध जीवन के महान उद्देश्य की प्राप्ति के लिए होता है जिसका अंतिम ध्येय जन्म-मरण के चक्र से छुटकारा पाना है। इससे बढ़कर यह जीवन रूहानी सुंदरता और भाव-भक्ति भरा होता है जो सामाजिक अन्याय से ढाल की तरह उनकी रक्षा करते हैं।[88]

आप दोनों को गाड़ी के दो पहियों की तरह काम करना चाहिए जिससे आप प्रभु के देश वापस जा सकें। मेरा प्यार और शुभ भावना आपके साथ है।[89]

प्रश्न : कृपया हमें कुछ ऐसा बताएँ जिससे शादी के बाद दोनों पति-पत्नी नामलेवा होते हुए एक दूसरे को सहयोग प्रदान करें ताकि

उनकी शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक — सभी क्षेत्रों में शक्ति का संतुलन कायम रहे तथा शब्द की ग्रहणशीलता में मदद हो सके। यह आगे नए शिष्यों तथा इस ओर लग चुके लोगों के लिए प्रेरणा का खास स्रोत होगा।

महाराज जी : विवाह एक धार्मिक बंधन है जिसमें एक साथी को साथ लेना होता है जो इस दुनिया के दुख-सुख में साथ दे। जब सत्गुरु की महान कृपा होती है तब ही दो नामलेवा पति-पत्नी के रिश्ते में बंधते हैं। दोनों को समझदारी से आपसी सहमति द्वारा एक दूसरे के अधिकारों का सम्मान करना चाहिए। अपने शारीरिक, मानसिक और भावनात्मक क्षेत्रों में कार्यों को कंट्रोल में रखना चाहिए ताकि वे शारीरिक इंद्रियों की भूख मिटाने के लिए गिरावट में न चले जाएँ।

'पाप में गिरना मनुष्य की कमज़ोरी है परन्तु वहीं पड़े रहना शैतानियत है।' सैक्स संबंधी महान शक्ति को संयम और सदाचार द्वारा बचाकर सही ओर परिवर्तित करना चाहिए। बच्चे पैदा करना विवाहित जीवन का एक फर्ज़ है। शास्त्र कहते हैं कि जब (बच्चे पैदा करने की) जरूरत हो तब ही इसे बरतो। ऐसा संयमी पारिवारिक जीवन रूहानी तरक्की के लिए एक महान पूंजी होगा।[90]

प्राचीन कर्मों के कारण अलग-अलग दो जीवों को लेन-देन चुकता करने के लिए विवाह के पवित्र बंधन में बांधा जाता है। इस संबंध को मजबूत बनाने की सभी प्रकार से कोशिश करनी चाहिए। आपको अपने पति का और अधिक कहना मानने तथा सेवा करने की कोशिश करनी चाहिए। एक दूसरे के विचारों का सत्कार करने और श्रद्धा भाव रखने से और सहीनजरी तथा शांति पैदा होगी । आप दोनों मुझे प्यारे हैं और मैं आप दोनों की प्रसन्नता की कामना करता हुआ चाहता हूँ कि आप प्रभु प्राप्ति में एक दूसरे की मदद करें ताकि जीवन के उच्च उद्देश्य की प्राप्ति हो सके। मेरी शुभ-भावना आप के साथ

है।[91]

यह सोचना ठीक नहीं कि आप ने गलत व्यक्ति से शादी की है क्योंकि यह सब प्रभु की उस योजना के अनुसार होता है जिसके अनुसार विधाता द्वारा निर्धारित लोग ही कर्मों का लेन-देन चुकाने के लिए विवाह के बंधन में बंधते हैं।[92] प्रभु की अदृश्य कलम द्वारा दो अनजान व्यक्तियों को जोड़ा जाता है। जिसे प्रभु ने जोड़ा है उसे किसी दुनियावी पावर को न तोड़ने दें। आप दो शरीरों में एक आत्मा हैं।[93] सेंट पाल ने कहा है, "प्रभु के अदृश्य हाथ ने पति-पत्नी को जोड़ा है और पति को पत्नी दी तथा पत्नी को पति दिया।" इसलिए एक दूसरे से प्रेम-भाव रखते हुए पवित्र और रूहानी जीवन अपनाएँ। जिनको प्रभु ने जोड़ा है उन को किसी दुनियावी शक्ति द्वारा अलग न होने दें। हमें तलाक के बारे में सोचना भी नहीं चाहिए। मेरे ख्याल में आप दोनों में अभी भी एक-दूसरे के प्रति प्रेम है। प्रेम केवल देना और कुरबानी करना जानता है। क्या एक-दूसरे के प्रति आपका प्यार एक-दूसरे के विचारों का अधिक से अधिक सम्मान करने के काबिल नहीं बनाता जिससे कि आप दोनों मिल कर जीवन के उच्च उद्देश्य तथा आदर्श की प्राप्ति के लिए काम कर सकें?[94]

कृपया अपनी पत्नी के साथ प्रेम और सहनशीलता का व्यवहार करें, फिर धीरे-धीरे आप द्वारा उच्च जीवन की प्राप्ति के लिए किए जा रहे कामों का महत्त्व समझ कर वह आपको सराहने लग जाएगी। उस समय तक कभी भी क्रोधित न हों। वह अपने मौजूदा स्तर से बात करती है, जब स्तर ऊपर उठ जाएगा तो वह अधिक समझदार हो जायेगी। अभी उसे रास्ते पर लाने के लिए आप का प्यार और भोग चाहिए। घृणा से बुरी चीज में सुधार नहीं होता। यह प्यार ही है जो सुधार करता है, इसलिए उसे अधिक प्यार दें।[95]

कुछ प्राचीन कर्मों के फलीभूत होने के कारण दो अलग-अलग स्वभाव के व्यक्तियों को लेन-देन चुकता करने के लिए विवाह सम्बन्ध में जोड़ा जाता है।[96] बहुत से सख्त कर्मों का कर्ज़ा पूरा करना होता है और शरीर में रहते हुए इसे चुका देना चाहिए ताकि रूहानी मार्ग में हमें अंतर में रुकना न पड़ जाए।

सहानुभूति की लहरों द्वारा हम अपने जीवन साथी के कर्मों के बोझ को हलका कर सकते हैं। इससे भी ऊपर पति-पत्नी का ठीक या गलत प्यार एक-दूसरे की रूहानी मार्ग पर तरक्की में सहायक अथवा बाधक बनता है। यह आप हर रोज देखते हैं।[97]

अपने पति के प्रति और अधिक आज्ञाकारी बनें तथा सेवा-भाव बढ़ाएँ जिससे आप उसका दिल जीत लेंगी। प्रेम और नम्रता सभी मुश्किलों का हल है। कृपया मेरा प्यार उसको दें।[98]

अपने पति के बारे में आपके रिमार्कस मैंने नोट कर लिए हैं। वह मुझे बहुत प्यारा है और मैं रूहानी रास्ते पर उसकी पूरी सफलता चाहता हूँ। उसके प्रति आपका रवैया सेवा और दयालुता भरा होना चाहिए। आपको क्रोध नहीं करना चाहिए बल्कि सहनशील होना चाहिए। सभी रूहानी जिज्ञासुओं को बड़ी सहनशीलता और नम्रता का व्यवहार करना चाहिए ताकि लोगों को पता चले कि आप जिन्दा सत्गुरु के शिष्य हैं। संतुलित मन छोटी-सी बात पर कभी क्रोधित नहीं होता। तैरना पानी में ही सीखा जा सकता है। हर रोज एक नई चीज सीखना हमारे प्रतिदिन के जीवन का उद्देश्य होना चाहिए। सहनशीलता, नम्रता और हौंमैं (अहं) के त्याग जैसे अच्छे गुण नामलेवाओं के जीवन से अधिकाधिक झलकने चाहिएं। समय पाकर इस मार्ग पर आपकी तरक्की होगी।[99]

69. बच्चों का पालन–पोषण

मैंने आपके प्यारे बच्चों के बारे में नोट किया है। बच्चों का पालन–पोषण एक पवित्र कर्त्तव्य है। छोटे बच्चे अपने माता–पिता की नकल करते हैं, इसलिए माता–पिता का जीवन शांत, आपसी एकसुरता, नम्रता और अनुशासित रूहानी गुणों से भरपूर होना चाहिए। दृढ़तापूर्वक बात को कहने के प्यारे ..... के स्वभाव से उसकी आत्मा की महानता झलकती है। आत्म–दृढ़ता आत्मा का जन्मजात स्वभाव है जो छोटे स्केल पर ईश्वरीय गुण है। ऐसा भाव अधिकतर उन होनहार हस्तियों में पाया जाता है जिनका विवाहित वातावरण उनकी रूहानी तरक्की में अधिकाधिक सहाई रहा हो। आपको उसका कपड़े पहनना अथवा देरी से बोलना सीखने के कारण नहीं घबराना चाहिए। जहाँ तक उसकी मांगों का प्रश्न है, जो मांगें ठीक हों तथा उसके पालन–पोषण में सहाई हों, उन्हें जहाँ तक सम्भव हो, प्रेमपूर्वक मान लेना चाहिए। उसकी भावनाओं को किसी तरह भी ठेस नहीं पहुँचाई जानी चाहिए। माता–पिता का अपार प्यार ही बच्चे को दिलेर, बहादुर तथा साहसी बनाता है। माता के तौर पर आपको बच्चों के प्रति प्रेम भरपूर और (आवश्यकता अनुसार) बहादुरी से सख्त अनुशासन लागू करने का रवैया अपनाना चाहिए। आप का उनके साथ नियमपूर्वक प्रतिदिन भजन (शब्द सुनने के लिए) बैठना सराहनीय है जो उनकी रूहानी तरक्की में सहाई होगा। उन्हें मेरा प्यार दें।[100a]

जिन चीजों को चुराने का उसका झुकाव लगता हो, उस प्रकार की चीजें पर्याप्त मात्रा में खरीद कर देने का तरीका आज़मा कर देखें। आप देखोगे कि वह यह जान कर कि जब सब चीज़ें उसके लिए उपलब्ध करवा दी जाती हैं तो उनको चुराने की उसकी आदत धीरे–धीरे छूट जायेगी। साथ ही साथ आप उसके मन पर यह प्रभाव

डालते रहें कि जिस चीज की भी उसकी इच्छा होगी, उसे उपलब्ध करा दी जायेगी।[100b]

माता का प्यार बच्चे के लिए स्वाभाविक होता है जिसे गलती से अपवित्र नहीं समझना चाहिए। उसको बार–बार चूमने की आपकी इच्छा व्यक्ति के प्राकृतिक स्वभाव के कारण है। आपको जान लेना चाहिए कि माता की बच्चे के प्रति प्यार की भावना स्वाभाविक मानसिक प्रेरणा के कारण उठती है और बच्चे के सही पालन–पोषण में सहाई होती है। इस दुनिया में आ रही हरेक आत्मा इस प्यार भरी देखभाल और प्रेम का आनन्द पाकर बहादुर और दृढ़ बनती है। आपके पवित्र गुण स्वाभाविक तौर पर बच्चे में पैदा हो जाते हैं जिनमें पलकर सत्गुरु की कृपा द्वारा वह महान साहसी योद्धा बनता है।[100c]

अगर बच्चे गलतियाँ करते हैं तो उन्हें प्रेमपूर्वक सहीनजरी से समझाएँ। क्रोधित होने, चिल्लाने और सख्ती करने से वे भ्रमित हो जाएंगे और उन्हें अपनी गलती का भी पता नहीं चलेगा। बात समझाने के लिए समय लगाएँ, चाहे तीन या चार बार भी लगाना पड़े, फिर इसका प्रभाव पड़ेगा।[101]

यदि आप चाहते हैं कि आपके एक या दो अच्छे बच्चे हों तो यह ठीक है परन्तु आप उनका पालन–पोषण सही ढंग से करें तथा अच्छे बनने में उनकी सहायता करें। उनके लिए अच्छा उदाहरण बनें और माता–पिता की जिम्मेवारियों को समझने के प्रति सजग रहें। इस सब से बढ़ कर सारा परिवार मिल कर प्रभु की याद में बैठे ।[102]

70. परिवार और मित्रों की संभाल

यह अच्छी तरह जान लें कि प्रभु को अपने सब बच्चों का ख्याल है और वह स्वयं आप के सारे परिवार की संभाल कर रहा है। इनके बारे में चिंतित न हों और जितना अधिक समय आप अपने भजन-अभ्यास में लगायेंगे उतनी ही अधिक आप उनकी सहायता कर पायेंगे।[103]

सत्गुरु शिष्य के सारे नज़दीकी और प्यारे व्यक्तियों की संभाल और रक्षा करता है तथा हर प्रकार से उनकी भलाई का ध्यान रखता है।[104] नामलेवाओं के रिश्तेदारों की सत्गुरु उसी अनुपात के अनुसार मदद करता है जिसके अनुसार नामलेवा सत्गुरु से प्रेम करते हैं तथा उनके रिश्तेदार नामलेवाओं से करते हैं। मृत मण्डल को छोड़ चुकी रूहों की भी इसी अनुसार मुनासिब संभाल होती है।[105]

सजग (सच्चे) नामलेवाओं के मित्रों और रिश्तेदारों की परलोक में भी मुनासिब संभाल होती है चाहे वे शिष्य के नाम लेने से बहुत पहले ही चोला छोड़ गए हों।[106]

71. भोजन

हमारी प्रथम तथा सबसे ज्यादा बड़ी समस्या भोजन की है क्योंकि भोजन शरीर और मन पर प्रभाव डालता है।

ठीक तरह का भोजन, ठीक ढंग से (खून-पसीने की कमाई द्वारा) प्राप्त और ठीक प्रकार से किया गया भोजन इस रास्ते के लिए बहुत मददगार होता है।

इसलिए सबको हर रोज़ का भोजन खून पसीने की कमाई द्वारा कमाना चाहिए और अपने भोजन के लिए दूसरों की कमाई पर भार नहीं बनना चाहिए। अपनी जीविका कमाने के लिए कोई अच्छा और ईमानदारीपूर्ण दिमागी अथवा शारीरिक कार्य चुनें जो दुर्भावना से हट कर हो नहीं तो कर्मों का भुगतान करना पड़ेगा। यह कपट, पाखंड, बुराई और दुश्मनी-रहित होना चाहिए क्योंकि कर्मों का नियम बड़ा सख्त है। हर क्रिया की प्रतिक्रिया होती है जिसके कारण अनंत (कर्मों का) चक्र चलता रहता है। इसलिए एक ईमानदार जीवित हस्ती की, चाहे वह कितना ही गरीब हो, आवश्यकता है। ईमानदारी द्वारा अमीर नहीं बना जाता। अमीरी गरीबों और दबे कुचले लोगों की चीख, पानी खींचने वाले जानवरों तथा अपने साथियों का खून निचोड कर बढ़ती है। इसलिए हमें अमीरी भोजन के पीछे नहीं भागना चाहिए क्योंकि यह दूसरों का खून निचोड़ कर प्राप्त होता है और गरीबों की अनंत चीख-पुकार उसमें छिपी होती है जो समय पाकर हमें भी दुखी बना देती है।[107]

भोजन तीन प्रकार का होता है :-

1. सात्विक (पवित्र भोजन)- दूध, मक्खन, पनीर, चावल, दालें, अनाज, सब्जियाँ, फल और मेवे ।

2. राजसिक (शक्तिदायक भोजन)– काली मिर्च, मसाले, अचार–चटनी, खट्टी और कड़वी चीजें।

3. तामसिक (शक्तिहीन भोजन)– बासा भोजन, अंडे, मांस, मछली, मुर्गा, शराब आदि।

उपरोक्त में से हमें सदा सात्विक अथवा पवित्र भोजन का ही सेवन करना चाहिए। इनसे बड़ा अच्छा फल मिलता है। इनमें से भी हम भूख से थोड़ा कम खाएँ। स्वादिष्ट भोजन मिलने पर हम ललचा कर जरूरत से ज्यादा खा जाते हैं और जो फालतू खाना खाया जाता है, वह अच्छा स्वास्थ्य और अधिक शक्ति देने की बजाय ज़हर का काम करता है। जो भोजन ठीक प्रकार हज़म होकर शरीर में जज़्ब नहीं होता वह भयंकर दर्द और कुछ मामलों में हैजे का भी रूप धारण कर लेता है। "अपने पेट की मशीनरी को हमें जरूरत से ज्यादा नहीं खिलाना चाहिए", नहीं तो आप का जी मिचलाना शुरू हो जायेगा। जरूरत से ज्यादा खाया अच्छा भोजन भी कई बार हानिकारक सिद्ध होता है। साधारण मात्रा में खाया भोजन ही व्यक्ति की जीवन शक्ति को बढ़ाता है।[108]

ताज़ी हवा हमारे भोजन का सबसे बड़ा भाग है। व्यक्ति को चाहिए कि वह लम्बे सांस भरे, कुछ समय अंदर रोक कर रखे और फिर उन्हें पूरी तरह निकाल दे ताकि शरीर की सारी अपवित्रताएँ बाहर निकल जाएं। इसके अतिरिक्त व्यक्ति को काफी मात्रा में साफ पानी पीना चाहिए और फलों का रस पीना चाहिए ताकि शरीर रूपी ढांचा हर रोज गंदगी को ठीक प्रकार बाहर निकालता रहे। हमें हर प्रकार के गर्म–ठंडे साफ्ट ड्रिंक्स और नशीली चीज़ों से परहेज़ करना चाहिए क्योंकि ये मन तथा मस्तिष्क को दूषित करती हैं। हमारा साधारण भोजन अन्न और फलों पर आधारित होना चाहिए।[109]

सात्विक भोजन से मन–बुद्धि सब गंदगियों से बची रहती हैं।[110] निषेदित (मना किया) भोजन हमारे अंदर विषय–वासना को बढ़ाता है।[111]

प्रश्न : नामलेवाओं के लिए शराब वर्जित है। क्या स्वास्थ्य बनाए रखने के लिए डाक्टरी सलाह अनुसार भी इसे लेने की मनाही है?

महाराज जी : अधिकतर दवाइयों में उन्हें खराब होने से बचाने के कुछ मात्रा में अलकोहल होती है और ऐसी दवाइयों को प्रयोग करने की कोई मनाही नहीं है। होम्योपैथी की सारी दवाइयाँ अलकोहल में ही तैयार होती हैं। इन दोनों हालतों में ये शरीर पर कोई नशीला प्रभाव नहीं करतीं। परन्तु शराब को तथाकथित स्वास्थ्य रक्षा के लिए लेना, चाहे डाक्टरों द्वारा ही सुझाया गया हो, मना है क्योंकि हर क्रिया की प्रतिक्रिया होती है और कितनी भी मात्रा शराब की हो, वह जीवन को उस क्षण के लिए भी नहीं बढ़ा सकती जबकि समय बीता जा रहा हो। क्या आप समझते हैं कि क्या अलकोहल से बीता जा रहा जीवन (मृत्यु) रुक जाता है और अगर नहीं तो क्यों दूषित पदार्थ खाकर अपने जीवन को दूषित करते रहते हैं।[112]

जैसा कि आप जानते हैं, भोजन मनुष्य के लिए है, मनुष्य भोजन के लिए नहीं बना। हमें जीवन की बाकी चीज़ों की तरह भोजन का सही प्रयोग करना है। जो जीभ के स्वादों का दास है (जीवन में) कोई विशेष काम नहीं कर सकता। जीभ पर सही कंट्रोल से हम शरीर और मन के सभी सिस्टमों पर कंट्रोल कर सकते हैं। साधारण भोजन अधिक शक्तिदायक, पौष्टिक तथा रूहानी तरक्की के लिए आजकल प्रचलित रसोई में बने बाकी सभी व्यंजनों से श्रेष्ठ होता है। इससे आपको सदा सुखद अहसास तथा मानसिक शांति प्राप्त होती है तथा

अपने उपलब्ध साधनों में रहने के कारण आपको किसी के सामने हाथ नहीं फैलाना पड़ता है।[113]

शेख सादी साहब जो ईरान में एक सूफी कवि हुए हैं, फरमाते थे कि पेट को चार भागों में बाँट दो — दो भाग सादा भोजन से भरो, एक भाग साफ और स्वच्छ पानी से भरो तथा एक भाग प्रभु की ज्योति के लिए खाली रख छोड़ो।[114]

शाम को कम भोजन करना रूहानी जिज्ञासु के लिए बहुत जरूरी है। जहाँ तक सोने का सवाल है, एक स्वस्थ आदमी के लिए छः घंटे सोना काफी है।[115]

जितना अधिक हम अनुशासित जीवन जीयेंगे, उतना ही अधिक हमारा स्वास्थ्य अच्छा रहेगा। महापुरुष लोगों की मदद के लिए जीवन के सब पहलुओं पर प्रकाश डालते हैं। अगर आपका भोजन सादा है और उतना ही भोजन लेते हैं जितना कि हज़म हो जाए तो आप तंदरुस्त रहेंगे। अगर आप हाजमे से अधिक खायेंगे तो नतीजा यह होगा कि आप (भजन में) बैठ नहीं सकेंगे, आप अच्छी तरह विचार नहीं कर सकेंगे, आप (भजन में) समय नहीं दे सकेंगे, आपको सुस्ती आयेगी। इसलिए सादा जीवन, सादा भोजन और उच्च विचार होने चाहिएं। आप केवल उतना ही खाएँ जितने की जरूरत हो। जरूरत से अधिक न खाएँ। जरूरत से ज्यादा खाने से आपको सुस्ती घेरेगी। (फिर) आप काम में सदा टाल-मटोल करते रहेंगे। आप कहेंगे कि मैं इसे बाद में करूँगा, अभी मुझे आराम करने दो। पेट ठीक न होने के कारण ऐसा होता है।[116]

घरेलू पत्नी की यह नैतिक ड्यूटी है कि वह अपने दिल को प्रभु की मधुर याद में लगा कर सात्विक भोजन तैयार करे। प्रभु की याद में

मन को लगा कर तथा हाथों को काम में लगा कर बनाया गया भोजन स्वर्ग से आए 'मन्ने' के समान है जो खाने वालों के लिए प्रभु की रहमत की तरह काम करेगा। हजूर बाबा सावन सिंह जी महाराज अकसर एक भारतीय किसान की मिसाल दिया करते थे जो हल चलाते समय स्त्री-प्रेम के रूह को हिला देने वाले गीत गाता रहता था। असल में इन चीजों के साथ हमारा ऐसा ही दृष्टिकोण होना चाहिए।[117]

72. अस्वस्थता (बीमारी)

शारीरिक बीमारियाँ पिछले कर्मों के कारण आती हैं जिन्हें खुशी-खुशी सहन करना होता है परन्तु सत्गुरु कृपा द्वारा इनकी तीव्रता और अवधि को कम कर दिया जाता है। इनका कम से कम भाग, जो खत्म न किया जा सकता हो, सत्गुरु की दया मेहर भरी संभाल द्वारा केवल वह ही भुगताया जाता है।[118]

जब बाबा सावन सिंह जी की टांग की हड्डी टूट गई थी तो बाबा जैमल सिंह जी ने बताया था कि यह केवल एक दुर्घटना मात्र नहीं है बल्कि पुराने कर्मों के कारण हुआ है जिनसे बिना भुगते कोई चारा नहीं था परन्तु उसकी तकलीफ भले ही सारी कैंसल न की गई हो, सत्गुरु की दखलअंदाजी द्वारा कम अवश्य कर दी गई है। बाबा जी ने लिखा:

> "जो भी तकलीफ आपको सहनी पड़ी है वह केवल पाँचवाँ भाग है जबकि उसके बाकी चार भाग माफ कर दिए गए हैं;"

और उन्होंने आगे कहा था:

> "दुख और दर्द प्रभु के भेजे हुए हैं जो हमारे भले के लिए हैं। अगर हमारी भलाई दुख में है तो वह (प्रभु) दुख भेजता है, अगर सुख में है तो सुख भेजता है। दुख-सुख हमारी परीक्षा के लिए हैं और जो इन से विचलित नहीं होते तो ऐसी आत्माओं को प्रभु कृपा से नाम मिलता है।"

बाबा जी अपने शिष्यों को यही उपदेश देते थे कि बड़ी से बड़ी मुसीबत में प्रसन्न-चित्त रहना चाहिए। जितनी जल्दी हिसाब चुकता हो जाए उतना ही अच्छा है, फिर मुसीबत के समय विशेष दया-मेहर होती है।

> "दुख-दर्द और खुशी पिछले कर्मों के फल हैं। दुख और बीमारी के समय खास दया होती है। मुसीबत पड़ने पर घबराओ मत, धैर्य से काम लो। दुख के वक्त मन भटकता नहीं, भजन में खूब लगता है। वह बीमारी धन्य है जिसमें मन भजन में लगता है, यह सत्संगियों पर उसकी खास दया है। इसलिए जब भी दुख और बीमारी आए तो उसे प्रभु की दात समझ कर कबूल कर लो और भजन सुमिरन में मन लगाओ। जब तक सुरत शब्द-ध्वनि में रहेगी, दुख महसूस नहीं होगा। महापुरुष फरमाते हैं कि सुख बीमारी है और दुख दारू (दवाई) है।"[119]

संत जब बीमार नज़र आते हैं तो वे आम तौर पर डाक्टरों द्वारा बताई दवाई का इस्तेमाल करते नज़र आते हैं परन्तु असल में उनको ऐसे किसी इलाज की आवश्यकता नहीं होती। ऐसा वे दुनियावी नियमों का पालन करने के लिए करते हैं। इस प्रकार वे मानव के लिए उदाहरण पेश करते हैं कि उन्हें अपनी सांसारिक दिनचर्या बखूबी निभानी चाहिए तथा जरूरत पड़ने पर उचित इलाज करवाना चाहिए। शिष्यों के लिए आवश्यक है कि वे वही दवाइयाँ लें जिनमें पशु-पक्षियों के अंश शामिल न हों परन्तु कुछ शिष्यों का अंतर काम कर रही जीवनदायिनी सत्गुरु पावर पर इतना दृढ़ विश्वास हो जाता है कि वे इन तथाकथित डाक्टरी साधनों को तिलांजलि देकर प्रकृति को अपना काम करने देते हैं क्योंकि आंतरिक कार्यरत स्वास्थ्यदायिनी शक्ति हमारे शरीर का ही अभिन्न अंग है। शारीरिक रोग (विकृतियाँ) जो भी आएँ उन्हें प्रसन्नतापूर्वक स्वीकार करते हुए सहन करना चाहिए क्योंकि आम तौर पर वे हमारे खानपान की त्रुटियों के कारण पैदा होते हैं और स्वास्थ्यदायक ढंगों तथा चुने हुए खानपान से ठीक किए जा

सकते हैं। हिप्पोक्रेटस ने, जिसे ऐलोपैथिक मैडीकल सिस्टम का जन्मदाता माना जाता है, भोजन को दवाई के रूप में प्रयोग करने पर बल दिया है। कर्मों के विधान के फलस्वरूप आई सीरियस बीमारी को भी धैर्यपूर्वक बिना असंतोष अथवा कड़वाहट जताए सहन कर लेना चाहिए क्योंकि कर्मों के सभी कर्जे उतार कर उनका हिसाब-किताब यहीं और अभी बराबर करना है और जितनी जल्दी यह निपट जाए उतना ही अच्छा है बजाय इसके कि कुछ बाद में भुगताए जाने के लिए बाकी जमा रह जाए।

एक महान सूफी फकीर हज़रत मियाँ मीर के समय की बात है कि उनका अब्दुल्ला नामक एक शिष्य जब बीमार पड़ा तो वह अपनी चेतन-शक्ति को दो-भ्रूमध्य समेट कर खुद शांत-स्थिर होकर बैठ गया। उस का सत्गुरु मियां मीर जब उसके पास गया तो वह अब्दुल्ला को शरीर में वापस खींच लाया तथा उसे हुक्म दिया कि अपने कर्मों का बकाया पड़ा हिसाब चुकाओ क्योंकि आप ऐसे ढंगों द्वारा कर्म-भुगतान से सदा के लिए बच नहीं सकते।[120]

73. विपत्ति

उस महान विधाता ने हमारा प्रारब्ध पहले ही तय कर दिया है और हम वास्तव में जो वक्त गुज़रता हुआ देखते हैं, वह उस भाग्य का ही प्रकट रूप होता है जिसे अगर सहीनजरी से देखा जाए तो पता चलेगा कि वह बिल्कुल पूर्व निश्चित योजना के अनुसार घटित हो रहा है। यह पक्के तौर पर जान लेना चाहिए कि प्रभु से प्रेम करने वाले लोगों के जीवन के सभी क्रिया-कलाप उनकी भलाई के लिए होते हैं और क्योंकि आप सभी अंतर में काम कर रही प्रभु-सत्ता से सीधे जुड़े हुए हैं, आप उसकी (सत्गुरु की) छत्र-छाया में हैं और नाम-मात्र भी कर्म-विधान के अधीन नहीं है, इसलिए जीवन की परीक्षा और प्रचण्डता, तीव्रता और अवधि सत्गुरु पावर की यथायोग्य दया-मेहर से कम, नर्म तथा मद्धम कर दी जाती है। अपने भीतर काम कर रही प्रभु-पावर में और गहरा विश्वास बनाओ तो यह निश्चय ही आपकी सहायक होगी, आपका बिल्कुल सही मार्गदर्शन करेगी और फिर आपको बहुत ही विकट दिखने वाली परिस्थितियों में से ऐसी सरलता से बाहर निकाल लायेगी जिसके बारे में आप जरा भी सोच नहीं सकते।[121]

सब प्राणियों के शरीर समय पाकर बदलते रहते हैं क्योंकि इन पर भोजन, जलवायु, ऋतुएं, उम्र तथा और कई प्रकार की चीजें असर डालती हैं। कुदरत के नियम कुछ हद तक सभी पर, उनकी उन नियमों के बारे में जानकारी के अनुसार, जितना भी वह उनका पालन करता है अथवा जितना अतिक्रमण करता है, असर करते हैं। एक सादा रहन-सहन, सतर्कता और सत्गुरु पावर पर पूर्ण विश्वास रखने वाले शिष्य को कर्मों के चक्र से घबराने की जरूरत नहीं चाहे वे कर्म उस समय असह ही मालूम होते हों। सत्गुरु के प्रति भाव भक्ति अति मुश्किल हालात में भी सुरक्षा चक्र का काम करती है। भजन-अभ्यास

सबसे महत्त्वपूर्ण चीज़ है जिसका किसी हालत में भी नागा नहीं करना चाहिए। टाल-मटोल की आदत ही समय का चोर है। मन भी स्वाभाविक तौर पर आराम-परस्त है और इसे इतना खुला न छोड़ें जिससे यह आपके जीवन के प्रोग्राम में विघ्न डालने लगे। जितना अधिक हो सके, इस ओर (भजन में) समय देना चाहिए।[122]

प्रभु-इच्छा प्रेमियों के रूहानी लाभ के लिए कार्य करती है और वे लोग भाग्यशाली हैं जो उसका हुक्म मानते हैं तथा सांसारिक जीवन के सुख-दुख को अपनी रूहानी तरक्की के लिए सहायक समझ कर स्वीकार करते हैं। जो बुद्धिमान व्यक्ति खुद को प्रभु के हुक्म के अनुसार ढाल लेता है उसके लिए हर दिन अच्छाई और तरक्की के अत्यंत अवसर लेकर आता है। तर्क-वितर्क किसी बात को समझने के लिए ठीक है पर यह रुकावट का कारण भी बन जाता है। मानव-बुद्धि का गलती और शक की ओर झुकाव रहता है जो कमज़ोर मन पर हावी हो जाते हैं। पवित्र नाम की पूँजी जो आपको दी गई है वह जीवन की रोटी और पानी है। इन्हें आत्मा की शक्ति के लिए प्रतिदिन नियमपूर्वक प्रेम से सेवन करना चाहिए। अगर कभी आप नैगेटिव विचारों में घिर जाएँ तो पाँच पवित्र नामों का सिमरन करें तथा प्रेमपूर्वक सत्गुरु की याद करें तो आपकी यथायोग्य संभाल होगी।[123]

कभी-कभी ऐसा होता है कि हमारे रास्ते में कोई ऐसी चीज आ जाती है जिसे हम अच्छा नहीं समझते परन्तु वही चीज हमें सही बनाने के लिए तथा किसी बड़ी प्राप्ति के लिए सहायक सिद्ध होती है। मनुष्य तैरना पानी में ही सीखता है, सूखी जमीन पर नहीं। जब आप देखने का ऐसा नज़रिया अपना लेते हैं तो आप चीज़ों को उनके सही रूप में देखने वाले हो जाते हो।[124]

पिछले कर्मों की प्रतिक्रिया-वश कभी-कभी शारीरिक कष्ट

आ ही जाते हैं परन्तु वे शिष्य की अधिक रूहानी तरक्की के लिए उसे पवित्र बनाने की प्रक्रिया का काम करते हैं।[125] दुख-तकलीफों से हम कई अच्छे तथा आवश्यक पाठ सीख सकते हैं।[126]

जीवन में उतार-चढ़ाव चाहे कितने भी प्रचण्ड हों, उनका सामना सिर पर काम कर रही सत्गुरु पावर में पूर्ण विश्वास रखकर और सारी इच्छाएँ सत्गुरु के हवाले करके भजन सिमरन में नियमित समय देते हुए दृढ़तापूर्वक करना चाहिए। इससे मुसीबत की प्रचण्डता कम हो जाएगी और आशा पैदा होगी। तूफान (मुसीबतें) आनी-जानी चीज़ हैं, जो आते हैं और चले जाते हैं।[127] सही नजरी का सार यह है कि जो हमें मिलता है हमें उस से संतुष्ट होना चाहिए क्योंकि वह सदा ही प्रभु की दया-मेहर से भरा होता है और हमारी रूहानी तरक्की में प्रगति के लिए होता है।[128]

हलके दुखों से चाल-चलन में सुधार होता है और इससे बड़ा लाभ प्राप्त होता है।[129]

मुझे आप की कठिन परिस्थितियों पर खेद है जिनसे दिमागी परेशानी होती है। कर्मों का कठोर नियम लागू है परन्तु इसकी प्रचण्डता और दुखों की अवधि सत्गुरु-पावर की कृपा-दृष्टि से काफी कम कर दी जाती है। इतना कुछ ही आप कर सकते हैं और ऐसा करते हुए आपको अपनी समस्याओं को हल करने की नई दिशा प्राप्त होगी तथा तब आप इनके नतीजों को क्षणभंगुर समझ कर प्रसन्नतापूर्वक सहन करने लगेंगे।[130]

प्रभु जब किसी आदमी के जीवन को महान बनाना चाहता है तो वह उसे दुख-दर्द भेजता है और साथ ही साथ संभाल भी करता रहता है ताकि वह उनसे आसानी से उभर सके।[131]

अगर काल-पावर न हो तो मनुष्य प्रभु को नाम मात्र ही याद करेगा। सिर पर खड़ी विपत्ति के साये में जी रहा व्यक्ति पूर्ण दृढ़तापूर्वक सामना करते हुए अपना जीवन गुज़ारता है।[132]

भयभीत होना ठीक नहीं होता और अपनी चिंताओं को अपने ऊपर सदा संभाल कर रही कृपालु सत्गुरु पावर के चरणों में अर्पित करके उनसे छुटकारा पा लेना चाहिए। भय सदा ही किसी अनजानी चिंता पर आधारित होता है और इसे सही दृष्टिकोण से जाँचना चाहिए और तब यह क्षण-भर में लुप्त हो जायेगा क्योंकि यह आपकी खुद पैदा की हुई निराशा के कारण होता है।[133]

हमें इस बात से सदा चौकन्ना रहना चाहिए कि रास्ते पर आ रही रुकावटों के कारण हमारे पांव थिरक कर हम गिर न पड़ें। अगर आप गिर भी पड़ें तो भी ऐसी गिरावट के कारण अपने संतुलन को न बिगड़ने दें — उठें और सिर पर काम कर रही सत्गुरु-पावर पर पूर्ण भरोसा रखते हुए धैर्य और लगन से अपने रास्ते पर चलना शुरू कर दें।[134]

अगर किसी विपत्ति को आने से रोकने के लिए प्रार्थना फेल होती भी नज़र आए तो भी यह उसके कष्ट को दूर करने की शक्ति रखती है। अंतर स्थिति में बदलाव के कारण आपका दृष्टिकोण बदल जाता है जिससे जीवन के नज़रिए पर भारी प्रभाव पड़ता है। तब हर चीज़ प्रभु रंग में रंगी नज़र आती है।[135]

जब कोई व्यक्ति एकाग्र होकर अपना ध्यान मन के ठिकाने पर जमाता है तो वह प्रभु की कृपा को जागृत करता है जो उसे पहले कभी न महसूस की गई शक्ति और साहस से भर देती है। यह उसे किसी भी तरह दरपेश मुश्किल से बाहर निकलने का रास्ता ढूंढने के लायक बना देती है।[136]

74. बीमारी (रोगग्रस्तता)

आप बहुत-सा समय अपने चरित्र अथवा मानसिक अपवित्रताओं के बारे में ही न सोचते रहें। इससे आत्म-ग्लानि पैदा होती है। चाहे अपनी त्रुटियों के प्रति सजग रहने से भविष्य में उनमें सुधार होता है, फिर भी इस तरह अत्यधिक ख्याल करने से कभी-कभी रोग ग्रस लेते हैं जिससे अंतरीय तरक्की में रुकावट आ जाती है।[137]

जिस क्षण भी आप उदासी महसूस करें तब आपको दयालु सत्गुरु पावर द्वारा प्रदान की गई अत्यन्त नियामतों के बारे में विचार करना चाहिए।[138]

उदासी और निराशा अभिमानी मनों में उत्पन्न होती हैं। अभिमान मनुष्य का अभिन्न अंग है। अंतरीय ध्वनि के सुनने और अंतरीय ज्योति के दर्शन के अभ्यास द्वारा इस पर धीरे-धीरे कंट्रोल आता है। धीरे-धीरे आपको पता चलेगा कि आप उस प्रभु-पावर के हाथों में मात्र एक कठपुतली हैं।[139]

75. प्रार्थना

नामलेवा के ऊपर काम कर रही दयालु सत्गुरु-पावर प्रकृति की सभी शक्तियों को हर हालत में उसके बचाव के लिए लगाए रखती है। सच्ची कोशिश के साथ अति तड़प और लगातार सक्रिय प्रार्थना करने से आप कभी भी असफल नहीं होंगे।[140]

हमारे सामने मुश्किल यह है कि हमें प्रार्थना करने का ढंग नहीं आता। ऐसी हालत में हमें यह मांगना चाहिए कि हे प्रभु! हमें प्रार्थना करने का ढंग सिखाओ।[141]

क्योंकि सभी आत्माएँ प्रभु की अंश हैं और आपस में एक-दूसरे से संबंधित हैं, इसलिए हमें दूसरों की भलाई के लिए प्रार्थना करनी चाहिए। महान आत्माएँ सदा ही दूसरों की भलाई के लिए प्रार्थना करती रहती हैं। वे सामाजिक नेताओं की भाँति अधिक लोगों की अधिक भलाई से संतुष्ट नहीं होते। उनकी प्रार्थना साधारणतया इन शब्दों के साथ समाप्त होती है: "नानक नाम चढ़दी कला, तेरे भाणे सरवत्त का भला।"[142]

यह आम अनुभव की बात है कि हमारी अधिकतर प्रार्थनाएँ स्वीकार नहीं होतीं। इन के न सुने जाने का कारण तलाशना मुश्किल नहीं है। हम न तो प्रभु की रजा से परिचित होते हैं और न ही इस बात से परिचित होते हैं कि उसकी दया हमारी भलाई के लिए किस प्रकार काम करती है। हम अज्ञानतावश अकसर अपने लिए कुछ ऐसी चीज़ें मांग लेते हैं जो भविष्य में हमारे भले की बजाय नुकसानदायक होती हैं परन्तु इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि परमपिता परमात्मा अति प्रेमवश हमारी ऐसी प्रार्थनाओं को स्वीकार नहीं करता और न ही इनका फल मिलता है। यदि वह स्वीकार कर ले तो हम कभी भी इंद्रियों के भोगों

रसों से बचने के योग्य नहीं हो सकते।[143]

वह प्रार्थना आत्मा की दर्दभरी पुकार होने के साथ अत्यधिक सुंदर और प्राकृतिक होती है जो ठंडे पानी के फव्वारे की तरह अंतर से फूटती है। इसे लम्बे-चौड़े विद्वतापूर्ण शब्दों तथा विशेष मुहावरों की जरूरत नहीं पड़ती, बल्कि इनकी सजावट से स्वतंत्र तौर पर भाव प्रकट करने में रुकावट पैदा होती है और आम तौर पर प्रार्थना करने वाले व्यक्ति के सूक्ष्म भाव को पेश करने को शब्दों का झूठा आडंबर बना देती है। इनसे प्रार्थना नकली ढोंग बन जाती है जिसमें भावनाएँ नहीं होतीं। ऐसी प्रार्थनाएँ हमें अपने आपके सामने झूठा साबत करती हैं और उनका कोई भी लाभ नहीं होता। प्रभु केवल उन प्रार्थनाओं को सुनता है जो सच्चे दिल की गहराई से निकली हों चाहे वे कितने ही साधारण शब्दों में हों। बने बनाए भाषणों, व्यर्थ के उच्चारणों, बनावटी शब्द-जाल और आलोचनात्मक बहस से प्रभु का कोई संबंध नहीं होता।[144]

76. अनुशासित जीवन

जब तक आप पूर्णतया नियमित और अनुशासित जीवन जीना नहीं सीखते तब तक अंतर में प्रशंसनीय तरक्की नहीं हो सकती। सुबह-शाम भाव सहित नियमित तौर पर भजन-सिमरन में समय देने तथा साथ ही साथ अपनी नीच इच्छाओं तथा इंद्रियों के भोगों को चुन-चुन कर निकालते रहने से आपकी आंतरिक शक्ति बढ़ती है जिससे आप अपनी प्रतिदिन की जिम्मेदारियों को निभाते हुए आंतरिक रूहानी तरक्की में वृद्धि पा सकते हैं।[145]

मुक्ति का मार्ग बाहर नहीं, अंतर में है। बाहरमुखी साधन इसमें फलदायक नहीं होते। पुरातन महापुरुषों की कद्र करना अच्छा है परन्तु उनकी समाधियों, मूर्तियों अथवा तसवीरों को पूजने से कोई लाभ नहीं होता। उनके जीवन हमारे लिए आदर्श हैं। वे बाहर से हटे और अंदर पिण्ड को खोजा, हम भी ऐसा करें तब तो फायदा है। बाबा जी (बाबा जैमल सिंह जी महाराज) लगातार कई सप्ताह भजन-सिमरन में लगे रहते थे, बीच में बहुत थोड़ा समय भोजन के लिए होता था तथा बाकी समय भजन सिमरन में व्यतीत करते थे। वे अपने शिष्यों से ज्यादा से ज्यादा समय उनके द्वारा बताए गए साधन में देने के लिए कहते थे। प्रभु की लगातार याद से मोह और माया से रक्षा होती है। जीव को सारा दिन पांच नाम का सिमरन करते रहना चाहिए।[146]

यह प्रेम, अनुशासन और आत्म-नियंत्रण का रास्ता है। नामदान के समय मिले आरम्भिक अनुभव के अलावा बाकी सत्गुरु द्वारा बताए अनुसार अनथक नियमित भजन-अभ्यास पर निर्भर करता है। पूर्ण विश्वास, नम्रता और भाव-भक्ति सहित प्रतिदिन अभ्यास करना वह मील पत्थर है जिसकी ओर इस पथ पर तरक्की के लिए हर नामलेवा

को चलना चाहिए। सत्गुरु के प्रति प्रेम का मतलब है कि हम उसके हुक्म पर पूर्णतया अमल करें।[147]

ये सब साधन अपनाने पर भी अगर शिष्य बाज आकर तरक्की नहीं करता तो सत्गुरू उसे सीधे रास्ते पर लाने के लिए और ढंग अपनाता है। माफ करना, जब वह रस्सा खींचता है तो रूह दर्द से कांप उठती है। बच्चा (शिष्य) जब कहना न मानकर अपना जीवन बरबाद करता जाता है तो सत्गुरु उसे सख्ती से झंझोड़ता है जिस से गए गुजरे शिष्य के दिल में भी समय पाकर सत्गुरु के प्रति प्रेम और जोश की ठंडी लहर फूट पड़ती है।[148]

किसी समर्थ सत्गुरु से नाम लेने के बाद शिष्य का अपने सच्चे घर लौटना पक्का हो जाता है। जो (शिष्य) नामदान के बाद भी पापों और बुराइयों से भरा जीवन जीते हैं उनको दोबारा मनुष्य जन्म लेना पड़ता है ताकि रूहानी रास्ते पर उनकी तरक्की होती रहे। जिनमें सत्गुरु के प्रति गहरा प्रेम और विश्वास होता है और तरक्की कर रहे हैं तथा सांसारिक मोह के बंधनों से आज़ाद हो गए हैं, उन्हें दोबारा जन्म नहीं लेना पड़ता। उन्हें अंतर निचले मण्डलों पर बिठा दिया जाता है जहाँ से वे सत्गुरु की सहायता से तरक्की करके समय पाकर अपने सच्चे घर वापस पहुँच जाते हैं। साधारणतया एक नामलेवा को अपना कोर्स मुकम्मल करने के लिए चार जन्म लगते हैं परन्तु यह काम सत्गुरु से प्रेम, विश्वास और उसकी आज्ञा पालन से एक जन्म में भी पूरा हो

77. लोगों से बर्ताव

प्रश्न : अगर सम्भव हो तो क्या मैं ऐसे लोगों से दूर रहूँ जो अपने सांसारिक तौर-तरीकों और नकारात्मक प्रभाव के कारण मुझे नुकसान पहुँचाते हों, विशेषकर अगर यह लम्बे समय के लिए हो?

महाराज जी : इंसान अपनी संगत से जाना जाता है। संगति से ही हमारा चरित्र ढलता है और इस संदर्भ में आध्यात्मिक जिज्ञासु को बहुत जागरूक रहने की आवश्यकता है। सांसारिक प्रवृत्ति के लोग आम तौर पर शारीरिक और इंद्रिय सुखों में लिप्त रहते हैं और उनके तौर-तरीके आध्यात्मिक जिज्ञासु पर प्रतिकूल प्रभाव डालते हैं। आपको पता होना चाहिए कि आपका रास्ता अंदर का है जब कि सांसारिक लोगों का उद्देश्य इंद्रिय-रसों की पूर्ति होता है। अपनी रूहानी तरक्की के उच्च उद्देश्य को ध्यान में रखते हुए आपको सावधानी से प्रतिकूल संगति से दूर रहना चाहिए। कामुक साहित्य का पढ़ना भी हानिकारक होता है और चौकन्ना होकर इससे दूर रहना चाहिए।[150]

जिनकी संगत से आप की रूहानी लगन कम पड़ती हो, ऐसी संगत को त्याग देना ही सदा बेहतर होता है।[151] जो प्रभु से दूर पड़े हैं वे उलझे हुए ताने की तरह होते हैं। सूत के बिना कपड़ा नहीं बनता, इसलिए ऐसे पुरुषों की संगति से बचें जो प्रभु से टूटे पड़े हैं क्योंकि वे आपके अंदर और संशय पैदा करेंगे। पहले ही सच की कुछ झलक पा चुका व्यक्ति भी ऐसे पुरुषों की संगति में संशययुक्त हो जाएगा, जिसको महसूस करके वह मनुष्य हैरान रह जायेगा। कबीर साहब फरमाते हैं कि ऐसे पुरुषों की संगत से 'दूरों जाइए भाग।' अगर आप संगत करना चाहते हैं तो किसी अच्छे और सच्चे पुरुष को ढूंढो, नहीं

तो अकेले रहो। संगत का बड़ा असर होता है और ऐसे पुरुष की संगत से, जिसका अपना ख्याल एकाग्रचित नहीं, आप और अधिक बह जायेंगे। एकाग्रचित पुरुष की संगत आपको अभूतपूर्व एकाग्रता प्रदान करेगी।[152]

जिस व्यक्ति का सूक्ष्म शरीर बाहर के सब तरह के प्रभावों- कामचेष्टा तथा दुनियावी बंधनों या घृणा से साफ हो चुका है और इनके स्थान पर उस में प्रभु प्रेम जाग उठा है, अगर आप ऐसे पुरुष की संगत करेंगे तो उसकी अच्छाइयों का प्रभाव आप पर पड़ेगा । कारण शरीर में पिछले जन्मों के संस्कार भरे पड़े हैं। जब ये सभी साफ हो जाते हैं तो उस व्यक्ति को सही मायनों में संत कहा जाता है। महापुरुष हमेशा ही शारीरिक और दुनियावी बंधनों से दूर रहते हैं। अगर आप दुनिया में खचित लोगों की, जो प्रभु प्रेम से दूर हैं और दुनियावी प्रेम और घृणा में बंधे पड़े हैं, संगत करोगे तो वह आपको वैसा ही असर देगी।[153]

इसलिए इस प्रेम को बढ़ाने के लिए हमें पहले उसके (सत्गुरु के) हुक्म को मानना पड़ेगा, दूसरे सब त्रुटियों को दूर करना होगा तथा तीसरे भजन-सिमरन में समय देना होगा। आपको ऐसे पुरुष की संगत में भी रहना चाहिए जो सदा आपको अपने उद्देश्य की याद कराता रहे। उन सब लोगों की संगत से दूर रहें जिनकी संगत में आप दुनियावी बंधन में फंस जाएँ तथा प्रभु को भूल जाएँ। अगर आपको किसी ऐसे पुरुष की संगत न मिले जिसके मिलने से प्रभु की याद बने तो अकेले रहो और महापुरुषों की वाणियों से जुड़े रहो, आपका भला होगा।[154]

प्रश्न : क्या सभी नामलेवाओं का रूहानी रिश्ता होता है?

महाराज जी : हाँ, खून के रिश्ते से भी बढ़कर, क्योंकि एक दिन समय पाकर अपने सच्चे घर पहुँच कर सब आपस में मिलेंगे और अपने मूल स्रोत प्रभु से एक हो जायेंगे। यह वह सच्चा रिश्ता है जो कभी नहीं टूटता।[155] एक ही रास्ते पर जाने वाली रूहों का प्राकृतिक तौर पर एक-दूसरे से प्यार बढ़ जाता है। जो शिष्य आपस में सच्चे प्रेम से रहते हैं वे सत्गुरु को बहुत प्यारे लगते हैं। यह आपसी प्यार सत्गुरु के प्रति प्रेम को बढ़ाता है और आपके आपसी प्रेम में दखलअंदाजी नहीं करता।[156]

78. काम करना

जीविका कमाने के ढंगों का भोजन के साथ काफी संबंध है। रूहानियत में कोई छोटे रास्ते नहीं हैं। लक्ष्य प्राप्ति का मतलब यहाँ यह नहीं होता कि सही लक्ष्य की प्राप्ति के लिए साधन जैसे मर्जी अपना लिए जाएँ जैसा कि और दूसरी जगह होता है। नीच कर्म करके अपनी जीविका कमाने से हमारे भोजन पर बुरा असर पड़ता है जो कि हमारा जीवन स्रोत है। इस रास्ते पर चलने के लिए खून-पसीने की कमाई जरूरी है। जीवन-रूपी पौधे को इसी कारण ही साफ पानी से सींच कर स्वस्थ रखना होता है ताकि यह रूहानी तरक्की के लिए एक मील-पत्थर बन जाए।[157]

महापुरुषों की शिक्षा सामाजिक जीवन पद्धति में दखल नहीं देती। इसी लिए व्यक्ति को प्रतिदिन चाहे छोटे-छोटे हजारों काम हों, को निभाने में कोई रुकावट नहीं आती। काम को ड्यूटी समझ कर निभाने पर जोर दिया जाता है और व्यक्ति को काम करते हुए उसमें इतना नहीं खो जाना चाहिए जिससे कि उसकी रूहानी तरक्की पर बुरा असर पड़े। काम अवश्य करना चाहिए। काम ही पूजा है परन्तु व्यक्ति को सब कुछ सत्गुरु-समर्पित हो कर करना चाहिए न कि उस काम में बुरी तरह लंपट होकर। दाई बच्चे को वेतन के बदले में पालने का काम तो अच्छी तरह करेगी परन्तु उसमें लंपट नहीं होगी। अपना काम हमें इसी प्रकार करना चाहिए। इस प्रकार निभाए गए हमारे कामों से लेना-देना आराम से समाप्त हो जाएगा। इसलिए ईमानदारी के साथ आर्थिक लाभ के लिए अपने भजन-सिमरन पर बुरा असर डाले बिना कोई भी काम आप कर सकते हैं, सांसारिक काम करते हुए भी प्रभु न भूले।[158]

अपनी जीविका कमाने के लिए आपको गंभीरता से काम करना चाहिए। मानव-मात्र की आज तक पैदा हो चुकी सभी बीमारियों और विपत्तियों का सबसे बड़ा इलाज परिश्रम करना है। काम ही पूजा है और इसलिए काम ईमानदारी और सच्ची लगन से करना चाहिए।[159]

ईमानदारी से किये गए सभी काम ठीक हैं और आप इनसे बोर मत हों। काम को पूजा समझ कर ऐसे करें जैसे कि आप अपने सत्गुरु के प्रति अपना कर्त्तव्य निभा रहे हैं। जब तक आपको कोई दूसरा अनुकूल काम न मिले तब तक अपने मौजूदा काम को पूर्ण प्रसन्नता और लगन से बिना बोर हुए करते रहें। अपना और अपने परिवार का पालन-पोषण ईमानदारी की कमाई से करें। यह सोचने का एक ढंग है। इसे सत्गुरु का काम समझ कर अपनी ड्यूटी निभाएँ।[160]

अच्छा काम पूरी लगन से करें तथा फिर भूल जाएँ। अपने आपको छोटे-छोटे अनगिनत मामलों में उलझाए रखने से आपका ध्यान जगह-जगह बंट जायेगा। इससे आप और अधिक दुनियावी बंधनों के जाल में फंस जाओगे और जहाँ आपका ख्याल रहेगा, सचमुच आप भी वहीं होंगे।[161]

प्रभु के प्रति भाव-भक्ति का मतलब जीविका कमाने के प्रति टालमटोल करना नहीं है। प्रभु-भक्त दूसरों की अपेक्षा अधिक परिश्रम करता है क्योंकि प्रेम किसी बात को भार नहीं मानता। प्रेम के कारण ही वह सबकी सेवा करता है।[162] अपने सामने आए काम को, चाहे वह दुनियावी झमेले हों अथवा भजन-अभ्यास हो, पूरी तन देही और पूरे मन से करें। एक समय एक ही काम करने की आदत से आपकी अंतरीय तरक्की दिनों-दिन बढ़ेगी।[163]

'काम ही पूजा (भक्ति) है' और इसलिए सामने आए सभी ठीक

कामों को इसी प्रकार समझ कर निभाना चाहिए। साधारण थकावट होना शरीर का प्रतिदिन काम है, फिर भी आप अंतर में दो-भ्रूमध्य में अपना पूरा ध्यान लगा कर आराम करके अपने दुख-दर्दों को सत्गुरु के पवित्र चरणों में पेश करके दूर कर सकते हैं। ऐसा करने से आपकी विचारधारा में भारी बदलाव आयेगा और सत्गुरु की दया से बहुत राहत मिलेगी।[164]

अगर कोई आप का पालन-पोषण तथा सेवा करता है तो उसकी देनदारी आप के जिम्मे चढ़ जाती है। इससे (धीरे-धीरे) आप दीवालिए हो जाओगे, अगर आप के बैंक में पैसा जमा है (आप की कुछ कमाई हो चुकी है) तब तो ठीक है नहीं तो यह आपके विरुद्ध जायेगा।[165]

यदि दूसरों की कमाई पर निर्भर करने वाला कोई सच्चा जिज्ञासु हमारे हजूर के पास आ जाया करता था तो उसे भजन अभ्यास में तीन घंटे अपने लिए तथा और तीन घंटे उसके लिए जिसने इसकी सेवा की है, देने को कहा जाता था। कोई भी बिना किसी इच्छा के सेवा नहीं करता। तो हमारे हजूर ऐसे पुरुषों को जो दूसरों से अपनी सेवा करवाते थे, भजन में तरक्की के लिए दुगुना समय देने को कहते थे।[166]

79. धन-सम्पत्ति तथा जिम्मेदारी

धन-सम्पत्ति रूहानियत के रास्ते में कोई रुकावट नहीं है क्योंकि वह तो अमीर-गरीब सबके लिए सांझी विरासत है और इन दोनों में से कोई भी इसे अपने लिए विशेष देन नहीं मान सकता। इस रास्ते पर सफलता के लिए सच्ची तड़प, सही लक्ष्य, सदाचारी जीवन और दृढ़-श्रद्धा की आवश्यकता होती है। धनवान व्यक्ति को यह अवश्य देखना चाहिए कि दौलत नाजायज़ ढंग से इकट्ठी न की जाए। ईमानदारी से कमाया धन भी व्यर्थ के कार्यों और नश्वर सुख की प्राप्ति में न गंवाकर शुभ कार्यों में खर्च करना चाहिए। अपने धन को हमेशा प्रभु की अमानत समझ कर जरूरतमंदों, निर्धनों, भूखे-प्यासों और दीन-दुखियों की मदद में खर्च करना चाहिए क्योंकि एक से मानव-प्राणी और एक ही पिता की संतान होने के नाते उस पर सबका हक है।[167]

80. उपहार

लेन-देन के बिना जीवन असंभव है। रूहानी मार्ग पर चलने वाली आत्मा को इस लेन-देन के चक्र का भुगतान करने के लिए दोबारा दुनिया में आना पड़ता है। जिन लोगों से आपका व्यापार अथवा रिश्तेदारी है, उनसे छोटे-छोटे उपहार लेने में कोई हर्ज नहीं है परन्तु शर्त यह है कि आप उनकी किसी भी ढंग से कुछ सहायता करने के समर्थ हों। त्यौहार के मौसम में भी परिवार में उपहारों का लेन-देन किया जा सकता है। मामूली जानकारों, व्यापारियों अथवा दूसरे ऐसे लोगों से उपहार स्वीकार करना बुद्धिमानी नहीं जो आपके कार्यक्षेत्र से बाहर के हैं तथा जिन के साथ आप का लेन-देन नहीं है।[168]

कर्मों का चक्र अटल और असीमित है। सत्संगियों द्वारा आपस में उपहारों का लेन-देन आपसी संतुलन तथा अडजस्टमेंट को बढ़ावा देगा। यह ध्यानपूर्वक समझ लेना चाहिए कि कर्मों का बंधन इस सिद्धांत पर आधारित है कि कोई चीज किस आंतरिक भावना से दी जाती है जैसे कि जब देने वाला आत्मभाव भुला कर सत्गुरु के चरणों में अर्पण करता है और दूसरा उसे सत्गुरु की कृपा समझ कर धन्यवादी होकर लेता है तब दोनों कर्मों के बोझ से बच जायेंगे।[169]

81. मृत्यु

हर मनुष्य ने यह नश्वर शरीर पहले ही निर्धारित कर्मों के अनुसार बीमारी अथवा दुर्घटना के कारण त्यागना है। किसी की मृत्यु निश्चित समय से पहले नहीं होती। फिर चिंता क्यों करें? हमें पता नहीं कि हमारी मृत्यु बीमारी से होगी अथवा दुर्घटना से परन्तु एक बात निश्चित है कि अगर मृत्यु के समय प्रभु की मधुर याद बनी रहे तो हमारी मृत्यु शांतिपूर्वक होगी क्योंकि सत्गुरु उस समय हाजिर-नाजिर होगा।[170]

'जहाँ आसा तहां वासा।'

इसलिए मृत्यु के समय मनुष्य का ख्याल प्रभु पर होना चाहिए।[171]

जीवित सत्गुरु के नामलेवाओं का इस संसार को छोड़ते समय नूरी स्वरूप सत्गुरु द्वारा स्वागत किया जाता है जो उन्हें सम्मानपूर्वक आगे एकसुरता और परमसुख के मंडलों में ले चलता है जितना कि आगे तरक्की के लिए किसी नामलेवा के लिए आवश्यक होता है। ऐसे कई जिन्दा सबूत हैं जिनसे इस लोक से विदा लेते समय सत्गुरु की उपस्थिति का पता चलता है तथा जाने वाला सत्गुरु की कृपा से खुशी-खुशी चला जाता है।

मौत कोई हव्वा नहीं है, यह उस परिवर्तन का नाम है जब व्यक्ति शरीर को त्याग कर प्रकाश के मण्डल में प्रवेश करता है, ठीक ऐसे ही जैसे सूर्य एक तरफ चढ़ता है और दूसरी ओर छिपता है। हमने एक दिन शरीर छोड़ना है और सत्गुरु पहली बैठक में ही चेतनता को शरीर से ऊपर ले आता है और ज्योति और ध्वनि का अनुभव कराता है। फिर प्रतिदिन के अभ्यास से इसे बढ़ाया जाता है। तब मृत्यु का भय

समाप्त हो जाता है। जो जन्म-मरण से डरता है उसे किसी पूर्ण सत्गुरु के चरणों में जाना चाहिए।

जे को जन्म-मरण ते डरे।। साध जनां की शरणी परे।।[172]

यह नाम के फायदे की एक और निशानी है। इसलिए हमें इसकी कमाई शुरू करनी चाहिए। हम क्या हैं और कौन हैं, इसे जानना चाहिए जिससे मृत्यु का सब भय समाप्त हो जायेगा। जन्म के समय बच्चा रोता है और उसे जीवन में ऐसे कर्म करने चाहिएं कि जब उसे शरीर छोड़ना पड़े तो वह खुशी खुशी जाए।[174]

प्रेमी सेवक के लिये मृत्यु के पश्चात् कोई कचहरी नहीं होती। उसके लिये सत्गुरु ही सर्वोपरि है।[175]

जीवन की बड़ी घटनायें पहले ही किस्मत में लिखी होती हैं। आपने सारे परिवार के गुम हो जाने के बड़े घाटे से गहरा दुख सहन किया है, यह स्वाभाविक है। आपको पूर्ण विश्वास होना चाहिये कि सत्संगियों के नजदीकी रिश्तेदारों को हर सम्भव सुरक्षा और सहायता दी जाती है। इस सम्बन्ध में आपको निराश नहीं होना चाहिये क्योंकि ऐसी भावना न केवल आपकी आध्यात्मिक प्रगति पर असर डालेगी बल्कि बिछुड़ी आत्मा को भी दुख पहुँचाएगी।[176]

यमराज इतना बलवान है कि उसे कोई जीत नहीं सकता, किन्तु सत्गुरु का शब्द सर्वशक्तिमान है और जो सत्गुरु से जुड़ जाते हैं, उनकी पूरी सम्भाल होती है और यमराज उनके पास नहीं पहुँच सकता। यही तो शब्द की महानता है। यमराज को भी उसी प्रभु पावर ने बनाया था। प्रभु ने उसे क्यों बनाया? अपने (प्रभु के) काम के लिये। किन्तु यह देखा गया है कि जिस सत्संगी का वास्तविक सम्बन्ध नाम से हो गया अर्थात् जिसमें नाम प्रकट हो चुका है, यदि ऐसा पुरुष किसी व्यक्ति की

मौत के समय उसके पास बैठता है चाहे वह व्यक्ति गैर सत्संगी ही क्यों न हो, जब तक वह वहाँ रहेगा, यमराज उतने समय तक उसे लेने नहीं आयेगा।[177]

प्रश्न : क्या एक ऐसा सत्गुरु जो शरीर त्याग कर ऊपरी मण्डलों में चला गया है अपने उन सेवकों की सहायता कर सकता है जो अभी भौतिक मण्डल में है?

महाराज जी : हाँ, एक सक्षम सत्गुरु हमेशा के लिये अपने सेवकों के लिये सत्गुरु ही रहता है और जब तक वह आत्माओं को आनन्द के शिखर सचखंड में नहीं ले जाता तब तक शांति से नहीं बैठता। वह मात्र शरीर ही नहीं होता बल्कि शब्द स्वरूप होता है और ऊपरी मण्डलों में गुरुदेव और सत्गुरु के रूप में काम करता है। यदि यह कार्य केवल भौतिक मण्डल तक ही सीमित हो तो ये शब्द बे-अर्थ हो जायेंगे। यदि ऐसा होता तो वह अपना चोला छोड़ने के बाद सेवकों की आत्माओं की सम्भाल कैसे कर सकता?असल में सत्गुरु सेवकों के लिये कभी नहीं मरता, यह उसका पक्का वायदा है कि उसने उन्हें पिता के सच्चे घर पहुँचाना है और वह अपने नूर और ध्वनि के रूप में सदा सेवक के भीतर रहता है चाहे वह इस भूमंडल को छोड़ भी चुका हो।[178]

82. धर्म और रस्म

धार्मिक रस्म-रिवाज, व्रत, जागरण, तीर्थ-यात्रा, प्राणायाम आदि सब केवल आरंभिक कदम हैं जो आप में प्रभु से मिलने और उसकी तरफ मुड़ने की इच्छा पैदा करते हैं। जब आपको परमात्मा के पास वापस जाने के लिये शब्द या ध्वनि के सर्व-सांझे रास्ते पर डाल दिया जाता है तो समझो कि आपने रस्मो-रिवाज द्वारा उत्तम लाभ उठा लिया है। इस पथ के श्रद्धालु को इन आरम्भिक रस्मों में ही फंसे रहने की जरूरत नहीं। थोड़े शब्दों में भौतिक क्रियाओं का सम्बन्ध केवल भौतिक जगत के मण्डलों से है जबकि हमने शरीर और शारीरिक चेतना से ऊपर उठकर परमात्मा की ज्योति और ध्वनि के साथ संबंध स्थापित करना है। आप परमात्मा की प्रार्थना हाथों से नहीं कर सकते। "परमात्मा महान आत्मा है और उसकी भक्ति केवल आत्मा द्वारा ही हो सकती है।"[179]

यहाँ मैंने कोई रस्म, रिवाज या इस तरह का कुछ और नहीं रखा है, न कोई मन्दिर, न गिरजा, न कोई मस्जिद, क्यों? क्योंकि मैं जो आपको बता रहा हूँ, वह सबसे ऊँची चीज़ है। जिस समाज में तुम हो, वहीं रहो, आपने अपने धर्म को नहीं छोड़ना है बल्कि उससे पूरा फायदा उठाना है और इस बात पर विचार करना है कि आप इस मार्ग पर कितना आगे बढ़े हो और कितनी प्रगति की है। इसलिए मैंने यहाँ कोई गिरजा, मन्दिर या इस तरह की कोई और चीज़ नहीं बनाई है। मैं उन्हें शुरूआती कदम समझता हूँ। लोग उनमें बुरी तरह उनमें जकड़े हुये हैं। बाहरमुखी रस्मों और क्रियाओं से कोई फल नहीं मिलता। यहाँ हमने कोई चिह्न नहीं रखा है। हमें इस बात से कोई फर्क नहीं कि आपका

संबंध किस विचारधारा से है। हम आपको केवल एक मनुष्य अथवा आत्मा समझते हैं। आप आत्मा हो, वही परमात्मा आप में है। आप उस परमात्मा की चेतनता में जाग उठो। यही रूहानी सत्संग का लक्ष्य है और इस की ही आज संसार को जरूरत है।[180]

83. करामातें और योग शक्तियाँ

जीवित महापुरुषों की साईंस संसार में सबसे प्राचीन और सब विज्ञानों में सबसे पूर्ण विज्ञान है। यह अति स्वाभाविक और अति सुगम है जिस पर हर उम्र के मनुष्य चल सकते हैं। वैवाहिक जीवन, धंधा, जाति-पाति, सामाजिक और धार्मिक विश्वास, गरीबी या अनपढ़ता आदि का इसमें बंधन नहीं है। यह आत्मा को प्रभु से जोड़ने का अंदरूनी रास्ता है जिसमें ऐसे पुरुष के मार्गदर्शन की जरूरत होती है जो पराविद्या के मौखिक ज्ञान(थ्यूरी)और अभ्यास (प्रैक्टीकल) में निपुण हो तथा पहली ही बैठक में हमें आध्यात्मिक तजरबा कराने में सक्षम हो। हमें किसी भी वस्तु को केवल विश्वास पर ग्रहण नहीं करना है। करामातें दिखाना, आध्यात्मिक इलाज करना, मन के अद्भुत कारनामे दिखाना, किस्मत बताना, आकाशीय ज्ञान होना, सांसारिक इच्छाओं की पूर्ति करना आदि सब को एक ओर रख देना है क्योंकि ये इस मार्ग पर रुकावटें हैं। अपनी सारी शक्ति अन्तरीय उन्नति में लगानी है। "परमात्मा की बादशाहत को सबसे पहले तलाश करो और फिर सभी वस्तुयें आपको दे दी जायेंगी।" यह सबसे बड़ा सच है जिसका संत महात्माओं ने सृष्टि के आरंभ से प्रचार करना शुरू किया हुआ है। यह स्थायी है और ऐसे ही रहेगा। "प्रभु, प्रभु मार्ग और सत्गुरु में कभी परिवर्तन नहीं हो सकता, वे सदा अविनाशी ही रहेंगे।"[181]

संत सत्गुरु खास हालात और विरले मामलों के बिना सेवक को करामातें नहीं दिखाते। करामातें कुदरत के कानून अनुसार ही चलती हैं किन्तु ये इन्सान को यहां फंसाने के लिये रुकावटें हैं जो परमात्मा तक पहुँचने के सबसे ऊँचे आदर्श में महान रुकावट बनती हैं। यह एक ऐसा विषय है जिसको कोई साधारण मनुष्य समझने का जोखिम नहीं उठायेगा क्योंकि इसमें स्वयं पर गहरा नियंत्रण रखकर मन को सिखाने

की काफी आवश्यकता पड़ती है। ये ऐसी बंदिशें हैं जिन्हें मन बर्दाश्त करना पसन्द नहीं करेगा। वे अद्भुत शक्तियाँ जिन्हें हम काफी मेहनत के पश्चात् प्राप्त करते हैं, अच्छाई और बुराई दोनों कर सकती है किंतु उन्हें बुराई के लिये ज्यादा प्रयोग किया जाता है। इसलिये सच्चे आध्यात्मिक व्यक्तियों ने उन्हें बीमारी का नाम दिया है। महात्मा महान शक्ति के स्रोत होते हैं किन्तु उनका मार्ग पवित्र होता है। जिस सेवक की अन्तरीय आँख खुल चुकी है, वह हर कदम पर करामात देखता है। सत्गुरु पर बगैर करामात दिखाये विश्वास करने में हिचकचाहट वैसे ही मूर्खतापूर्ण है जैसे कोई किसी लखपति से कहे कि बिना धन देखे मैं आपको लखपति नहीं मानता। हो सकता है उसने अपना धन बैंक में जमा करा दिया हो और उस पैसे को अपनी इच्छा अनुसार खर्चा करके लोगों से प्रसंशा न करवाना चाहता हो। जादूगर अपनी करामातें कई हजार लोगों को दिखाता है। उनमें से बहुत ही कम लोग इस कला को सीखने के लिये उत्साहित होते हैं।[182]

संत न तो करामातें दिखाते हैं और न अपने सेवक को ऐसे झूठे मान और शान के काम में उलझने की आज्ञा देते हैं।[183] भविष्यवाणी करना और करामातें दिखाना केवल मन के ही दो रूप हैं। जो करामातें देखने के इच्छुक होते हैं वे सच्चे जिज्ञासु नहीं होते।[184]

योग शक्तियां-जैसे जेल के सुपरिंटेंडेंट की ड्यूटी कैदियों को जेल में रखना, उनकी झाड़-झपट करना और उनका सुधार करना है, इसी तरह अवतारों का काम मनुष्य-मात्र को ऋद्धि और सिद्धि की दातें देकर अपने साथ बांधे रखना है (तोहफे, बलिदान, पक्षी, धन, ऐशो-आराम, सांसारिक धंधे और अच्छाई या बुराई के लिये बलिदान करना इनमें शामिल है।) ये सीमित शक्तियाँ और ऐशो-आराम वे अपने भक्तों को उसी हद तक प्रदान करते हैं जिस हद तक उन्होंने

स्वयं प्राप्ति की होती है और वे उन्हें उन मण्डलों में ठहरने की आज्ञा भी देते हैं जिनके वे अध्यक्ष होते हैं। वे हमें सर्वशक्तिमान परमात्मा से मिलने में सहायक सिद्ध नहीं हो सकते क्योंकि इन अधीनस्थ शक्तियों को ऐसा अधिकार प्राप्त नहीं है।

सिद्धियाँ अर्थात् ऊपर वर्णित अद्भुत शक्तियाँ वे यौगिक शक्तियाँ हैं जो सच्चाई के रास्ते के जिज्ञासु को थोड़ी-सी साधना के साथ ही प्राप्त हो जाती हैं किन्तु ये प्रभु अनुभव के मार्ग की रुकावटें हैं क्योंकि इनसे आम तौर पर साधक करामातें दिखाने जैसा कि दूसरों के विचार जान लेना, भविष्यवाणी करना, दूसरों के कर्मों में प्रवेश कर जाना, इच्छा पूर्ति कर देना, आध्यात्मिक इलाज करना, दूसरों पर प्रभाव डालकर उन्हें समाधि में ले जाना आदि में खो जाता है। सिद्धियाँ आठ प्रकार की होती हैं :-

1. **अनिमा –** बाहरी आँखों से ओझल हो जाना (न दिखना)।
2. **महिमा –** अपने शरीर को किसी आकार में बढ़ा लेना।
3. **गरिमा –** शरीर को जितना चाहे भारी कर लेना।
4. **लघिमा –** शरीर को जितना चाहे हलका कर लेना।
5. **प्राप्ति –** मन चाही चीज प्राप्त कर लेना।
6. **इश्त्व –** अपने लिये शान-मान प्राप्त करना।
7. **प्रकायम –** दूसरों की इच्छाओं की पूर्ति करने के लायक बनना।
8. **वशीत्व –** दूसरे पर असर डाल कर अपने कंट्रोल में करना।[185]

84. आध्यात्मिक चिकित्सा

महापुरुषों ने आध्यात्मिक चिकित्सा की मनाही की है। इसके पीछे कई कारण हैं और गहरा महत्त्व है जिसकी आम लोग उपेक्षा कर देते हैं। वे केवल दुखी मनुष्य जाति की सेवा और इससे प्राप्त हुये लाभों के महत्त्व को ही ध्यान में रखते हैं। कर्मों का नियम अटल है जिसके अनुसार हमारे कर्मों का पूरा-पूरा हिसाब होता है। मनुष्य शरीर सृष्टि में श्रेष्ठ है जिसे परमात्मा ने इसी शरीर में रहते हुये आत्मा की आध्यात्मिक पूर्णता की प्राप्ति के लिये प्रदान किया है। आत्मा परमात्मा की अंश है, इसमें भी वही गुण मौजूद हैं जो परमात्मा में है किंतु मन और माया के बंधन में फंस कर यह अपनी सच्ची विरासत खो चुकी है। आत्मा भूतकाल के पिछले जन्मों के कर्मों की प्रतिक्रिया के कारण अब बुरी तरह शरीर और शारीरिक बंधनों में जकड़ी पड़ी है। यह सांसारिक जीवन (मनुष्य देह) आत्मा के लिए नीची योनियों से ऊपर उठकर परमात्मा के सच्चे देश पहुँचने की एक छोटी कड़ी है। भौतिक शरीर जड़ है जबकि आत्मा चेतन है। कर्मों की प्रतिक्रिया के कारण मनुष्य को दुख और सुख झेलने पड़ते हैं।

वे कष्ट जिन में आध्यात्मिक चिकित्सा की जरूरत पड़ती है, मुख्य तौर पर भौतिक दुखों के दायरे में आते हैं जिनमें मानसिक कष्ट जैसे स्नायु (नाड़ी) तंत्र का जवाब देना आदि शामिल हैं। ये पुराने कर्मों की प्रतिक्रियायें हैं, इनका लेन-देन पूरा करना है और इसलिये जो इसका शिकार है, उसे यह सहन करना ही होगा। चिकित्सक कोई भी हो, जो ऐसी चिकित्सा करता है उसे उनके कर्म बाद में भोगने के लिये अपने सिर पर लेने पड़ते हैं। इसके साथ ही मन को एकाग्र करने के लिये जो थोड़ी आध्यात्मिक शक्ति प्राप्त की होती है आध्यात्मिक चिकित्सा करने में वह भी नष्ट हो जाती है। ऐसी चिकित्सा का असर

केवल कमजोर मन वालों पर ही होता है जो आम तौर पर अपनी भावनाओं के शिकार हो जाते हैं। जो बीमारी थोड़ा-सा कष्ट सहने या दवाई लेने से दूर हो सकती है उसका आदान-प्रदान हम आध्यात्मिक खर्चा करके करते हैं और तब भी कर्ज या ऋण खड़ा रहता है जिसे बाद में चुकाना ही पड़ता है। ऐसी चिकित्सा धंधा बन जाती है और कई बार यह भ्रष्टाचार और दुखों को प्रोत्साहित करती है। यह न केवल दुराचार को बढ़ावा देती है बल्कि दिमागी कष्ट और तकलीफ भी ब्याज समेत कई गुणा बढ़ जाते हैं जिन्हें चुकाना ही पड़ता है। इस चिकित्सा से यह भुगतान कुछ समय के लिये भविष्य में आगे कर दिया जाता है परन्तु इस से आत्मा पर और दृढ़ बंधन पड़ जाते हैं।

इसके विपरीत महापुरुष सदाचार का जीवन जीने और उच्च विचार रखने की वकालत करते हैं। सत्गुरु के शिष्य को पवित्र, साफ-सुथरा जीवन जीने की सलाह दी जाती है जिससे कि वह सत्गुरु के मार्गदर्शन में आध्यात्मिक मंजिल की ओर बढ़ सके। खान-पान में परहेज करके सच्चा और सादा जीवन जीते हुए वह खुशी और आनन्द को प्राप्त करने लग जाता है। यदि प्राणी को कभी कर्मों के भुगतान करने में कष्ट सहना पड़ता है तो इसे भी दयालु सत्गुरु शक्ति द्वारा काफी हद तक कम कर दिया जाता है जैसे कि पौंड के बदले पैनी, सूली के बदले सूल की चुभन और सेवक सत्गुरु की दया से बिना नुकसान उठाए पार जाता है।

जिस चिकित्सा के बारे में कहा जाता है कि ईसा या दूसरों ने की वह ऊँचे दर्जे की थी क्योंकि जब आप चेतनता में लय हो जाते हैं और अपनी पहचान खो देते हैं तब आप इतने आध्यात्मिक बन जाते हैं कि किसी व्यक्ति के बारे में सोचने या आपके वस्त्र को छूने मात्र से ही उसका इलाज हो जाता है जिसका साधारण भाषा में बाईबल में जिक्र

आया है। तब आपको अपनी ओर से दूसरों की चिकित्सा के लिए अपना जोर नहीं लगाना पड़ता । सबसे ऊपर यह बात है कि आपका विश्वास ही आप को वापस स्वास्थ्य देता है और सच्चे सत्संगी कभी भी इन चीजों में नहीं फंसते बल्कि लगातार अपने जीवन के लक्ष्य रूहानियत की पूर्णता प्राप्त करने में लगे रहते हैं। जिस आत्मा ने परमात्मा से मिलने का ध्येय बनाया है, उसको ऐसे कार्य रुकावट डालते हैं। इसलिये सत्संगियों को चेतावनी दी जाती है कि अपनी रूहानी तरक्की में रुकावट से बचाव के लिए आध्यात्मिक चिकित्सा में न उलझें क्योंकि यह (ऐसी चिकित्सा) आत्मा पर मजबूत बंधन बना देगी जिससे कर्मों का कर्ज भुगतना बहुत मुश्किल हो जाएगा।[186]

85. अन्य यौगिक शक्तियाँ

प्रश्न : क्या मैं योग सिखा सकता हूँ?

महाराज जी : जीविका कमाने के लिए योग की शिक्षा देना ठीक है किन्तु आप खुद योग अभ्यास में न पड़ो। यदि आप ऐसा करोगे तो आपका मार्ग लंबा हो जायेगा। हम अपने ढंग से मार्ग को शीघ्र तय कर सकते हैं। उस मार्ग से अन्तर जाने के लिये सैकड़ों वर्ष लग जायेंगे, आपको एक लम्बा सफर तय करना पड़ेगा। यदि आप लम्बा मार्ग अपनाना चाहते हो तो ठीक है, इसे अपनाओ। आप इसकी शिक्षा देना चाहते हो तो ठीक है किन्तु स्वयं इसे न करो। यदि आप लम्बे मार्ग पर जाना चाहते हो तो आपकी मर्जी। वह लम्बा मार्ग है। इसे पिछले युगों में अपनाया गया था। सत्युग में मनुष्य एक लाख साल जीता था। लोग सत्तर हजार वर्ष, अस्सी हजार वर्ष इस अभ्यास में लगा सकते थे। तब फिर आया त्रेतायुग, इसमें उम्र दसवाँ हिस्सा रह कर दस हजार वर्ष रह गई। लोग इस योग में दो-तीन हजार वर्ष लगा सकते थे। फिर द्वापर आया जिसमें आयु तीसरा हिस्सा रह गई। फिर भी आप दो या तीन सौ वर्ष योग कर सकते थे। आजकल तो मनुष्य सत्तर वर्ष तक भी नहीं जाता। आप उन क्रियाओं को कैसे कर सकते हो जो उस समय के लिये बनाई गई थीं? हम उतनी लम्बी उम्र तक जीवित नहीं रहते। इसलिये कबीर साहब और गुरु नानक साहब ने एक सादा ढंग पेश किया, जो हम करते हैं तथा जिसे बच्चा भी कर सकता है। यह बहुत शीघ्र फल देने वाला ढंग है। क्या आपने "क्राउन ऑफ लाइफ" (योग अध्ययन) को पढ़ा है? मैंने यह पुस्तक सभी प्रकार के योगों के तुलनात्मक अध्ययन के बारे में लिखी है। इसके एक भाग में बताया गया है कि आपने क्या करना है और क्या शिक्षा देनी है? इसमें कई प्रकार के और योग भी हैं लेकिन हमारा ढंग सभी युगों में अपनाए ढंगों से शीघ्र प्रगति देने वाला है। क्या अब आपको यह स्पष्ट हो गया है?[187]

प्रश्न : हठयोग के संगठनों ने काफी ख्याति प्राप्त की है। क्या इन संगठनों के मूल्यांकन के लिये हम आपके विचार सुन सकते हैं?

महाराज जी : जहाँ तक हठयोग की भौतिक क्रियाओं का सम्बन्ध है, वे ठीक हैं। अच्छा स्वास्थ्य बनाने के लिये सादी और हलकी-फुलकी क्रियायें कर लेनी चाहियें किन्तु इसकी कठोर क्रियायें जिनमें प्राणायाम के खतरे हों, उन्हें करने की मैं सलाह नहीं दूँगा क्योंकि वे सुरत शब्द योग से बिल्कुल विपरीत है। आप यह समझो कि आत्मा और भौतिक शरीर में जमीन आसमान का फर्क है और ये दोनों अलग-अलग हस्तियाँ हैं। इसके अलावा अधिक बाहरमुखी गाना बजाना हमारे ध्यान को बिखेरता है जिसे कि हमने अंतर्मुख और भीतरी शांति में ले जाना है।[188]

बाबा जी महाराज (बाबा जैमल सिंह जी) ने माना है कि धार्मिक झगड़े, जाति का अहंकार, तीर्थ यात्रायें, धार्मिक ग्रन्थों की कथा करना, प्राचीन हस्तियों की भक्ति और इस प्रकार और क्रिया-कर्म बहुत बड़ा धोखा हैं तथा काल का बिछाया हुआ जाल है ताकि आत्मा को द्वैत के मण्डल में फंसाये रखा जाये। इसी तरह बाहरी क्रियायें, परम्परागत योग— प्राणायाम और कई प्रकार की मुद्रायें या आसन— हमें अपने असली आदर्श तक पहुँचाने में असमर्थ हैं।[189]

उन्होंने अपनी छोटी उम्र में यौगिक साधनों का तजरबा किया था और जब वे इस विषय पर बोलते थे तो उनका आधार पढ़ी-लिखी बातों पर नहीं बल्कि अपने तजरबे पर होता था। उनके शब्दों पर पूर्ण विश्वास बंधता था क्योंकि जो भी वे कहते थे उसमें लेस मात्र भी पक्षपात नहीं होता था। वे यही वर्णन करते थे कि सब मार्गों को मैंने आज़मा कर यही पाया है कि सत मंत या सुरत शब्द योग ही सबसे ऊँचा मार्ग है। उन्होंने योग साधनों के द्वारा जो अद्भुत शक्तियाँ प्राप्त की जा सकती हैं, उनका खूब वर्णन किया है किन्तु उनकी एक ही कसौटी थी

कि क्या वे आपको अपने मन पर कंट्रोल कर स्वामी बनाते हैं और क्या आपको तृष्णा के चुंगल से आजाद कराते हैं? यदि ऐसा है तो उनके विरुद्ध कुछ भी कहने की जरूरत नहीं है किन्तु यदि नहीं (जैसा कि आम तौर होता है) तब उनका करने का कोई लाभ नहीं है। सन् 1894 में जब वे मरी में थे तो बाबा सावन सिंह जी की ओर से किये गये प्रश्नों के उत्तर में इस विषय पर खूब लम्बी-चौड़ी बहस हुई और यह नतीजा निकाला गया कि कबीर साहब और गुरु नानक साहब ने किस तरह अपने पूर्वजों से हट कर सबसे अच्छा मार्ग निकाला और कैसे आध्यात्मिक मार्ग में ऊँचे चढ़े और कैसे उस ढंग को, जिसे सब कर सकते हैं तथा जिससे आत्मा अशब्द परमात्मा में समा जाती है, विकसित करने में वे सफल हुये।[190]

सुरत शब्द योग का यह कौन सा विज्ञान था जिसने कि आध्यात्मिक प्राप्ति के शिखर को दिखाया? बाबा जी महाराज ने फरमाया कि यह ऐसा मार्ग है जिसमें कम मेहनत करके जीवन और प्रकाश के स्रोत प्रभु तक पहुंचा जा सकता है। आत्मा वापस आकर उसी नुकते में समानी चाहिए जहाँ से यह जिस रास्ते से नीचे उतरी थी। उस अनामी ने जब नाम और रूप धारण किया तो वह शब्द, नाम या कलमे के रूप में प्रकट हुआ। यह वही ध्वनि और प्रकाश रूपी शब्द था जिसने की यह सारी रचना रची।[191]

जहाँ तक कुंडलिनी का प्रश्न है आप इसकी ओर कोई ध्यान न दें क्योंकि यह क्रिया खतरे से भरी हुई है। आपको उस मार्ग पर डाला गया है जो कुदरती मार्ग है।[192]

86. नक्षत्र विद्या, आवगमन की खोज, आई चिंग

नक्षत्र विद्या एक विज्ञान है किन्तु बहुत कम लोग ही सचमुच इसमें निपुण हैं। इसके लिए दिल का साफ होना जरूरी है। इसके अलावा इसका प्रभाव केवल उन लोगों पर ही हो सकता है जो सितारों के प्रभाव के नीचे हों, परन्तु जो सितारों के आकाश से ऊपर उठ जाते हैं अथवा जिनको ऐसा सत्गुरु मिल जाता है जो सितारों के आकाश से ऊपर जाता है, उनके बारे में (इस विद्या की) भविष्यवाणियाँ सही साबित नहीं होतीं।[193]

प्रश्न : क्या सत्संगियों द्वारा आपस में मिल कर आवागमन की खोज और कर्मों का सम्बन्ध जानना उचित है?

महाराज जी : आपको सलाह दी जाती है कि ऐसी सारी विद्याओं की खोज का विचार त्याग दो और अपना बहुमूल्य समय भजन-अभ्यास और सत्गुरु की पुस्तकों के अध्ययन में लगाओ। सत्गुरु का पवित्र मार्ग शारीरिक चेतनता से ऊपर उठ कर आन्तरिक आध्यात्मिकता से सीधा संपर्क करवाता है। यह पवित्र मार्ग दूसरे मार्गों से इस प्रकार अलग है।[194]

मैंने "आई चिंग" नामक पुस्तक देखी है। इस पुस्तक के बारे में प्रश्न करना बंद करो क्योंकि यह न केवल हमें कुमार्ग पर डालती है बल्कि यह खतरे से भी भरी है। यह समझना गलत है कि इस पुस्तक में सत्गुरु के अपने कथन है।[195]

87. सेना की अपनी सेवा के बारे में

किसी देश पर हमला होने की सूरत में हर मनुष्य का कर्त्तव्य बनता है कि वह मानसिक और शारीरिक योग्यता अनुसार मासूम लोगों की रक्षा करे। उदाहरणतया आप सेना की उस शाखा में काम कर सकते हैं जिस का काम युद्ध क्षेत्र न हो जैसे चिकित्सकों की शाखा में जिनका मुख्य काम जख्मियों और दूसरे लोगों के दर्द को दूर करना होता है।

यदि सरकार किसी कारण से सभी योग्य व्यक्तियों को सेना में जाने के लिये आदेश दे दे, तब कुछ नहीं किया जा सकता। यदि किसी शारीरिक अयोग्यता या किसी और कारणवश कोई सेना की सेवा से मुक्त हो सकता है तब ऐसा कर लेना चाहिये।

सभी संतों और महापुरुषों ने न केवल युद्धों की निंदा की है बल्कि सभी तरह की उस हिंसा की भी निंदा की है जो सब मनुष्य जाति के लिये कष्ट लेकर आती है। ऐसे हालात वह मनुष्य खुद पैदा करता है जो अज्ञानवश यह नहीं जानता कि सब तरफ प्रभु का निवास है। ऐसा मनुष्य अपने साथियों को स्वतंत्रता और शान्ति से नहीं रहने देता।

सब शिष्यों को जिन की ड्यूटी किसी प्रकार भी देश सेवा में लगी है, अपने सिर पर काम कर रही सत्गुरु पावर की दयालु सुरक्षा और मार्गदर्शन में पूरा विश्वास और हौसला रख कर अपनी ड्यूटी निभानी चाहिये।[196] बाबा जैमल सिंह जी महाराज (बाबा सावन सिंह के सत्गुरु) ने 34 वर्ष सेना में सेवा की। मैंने उनकी जीवनी लिखी है जिसका शीर्षक "बाबा जैमल सिंह — उनका जीवन और शिक्षायें" है जिसे प्रेमीजन उनके सैनिक जीवन की सेवाओं की जानकारी के लिये पढ़ सकते हैं। इसी तरह हजूर बाबा सावन सिंह और मैंने सेना में इमारतें बनाने और लेखा विभाग में लड़ाई के मैदान में गोलाबारी के दौरान सेवा की है।[197]

88. सत्गुरु

सत्गुरु सदा अपने बच्चों के साथ है और वे सभी उसे प्यारे हैं। जहाँ एक से ज्यादा उसकी प्यार भरी याद में मिलते हैं वहाँ उसकी दया प्रेक्टीकल रूप धारण कर लेती है और वे लोग भाग्यशाली हैं जो उसकी दया का लाभ उठाते हैं।[198]

जब हम सत्गुरु के प्यार में विकसित होते हैं तब ऐसे क्षण भी आयेंगे जब हम अपनी सीमित बुद्धि से सत्गुरु की हिदायतों पर संदेह करने लगते हैं किन्तु ऐसे क्षण हमारी परीक्षा के लिये होते हैं ताकि हम अपने आपको पूर्ण रूप में समर्पित कर दें और सुरक्षित हो जाएँ और जो इन परीक्षाओं में सफल हो जाता है उससे एक दिन परमात्मा की शान की किरणें फूटने लगेंगी।[199]

सत्गुरु का नज़रिया सही होता है, वह किसी की कही-सुनी पर नहीं नाचता। वह किसी वस्तु को कभी भी अशुद्ध रूप से नहीं देख सकता, इसलिए स्वाभाविक तौर पर कभी कोई गलती नहीं करेगा।[200] चाहे महापुरुष अंतर्यामी होता है तो भी वह इस बात को जताता नहीं कि वह सब कुछ जानता है बल्कि भौतिक स्तर पर चीजों को कुदरती ढंग से प्रकट होने देता है।[201]

कई बार हम गुरु को आम इंसान से भी कम समझते हैं। ऐसी दृष्टि से हम प्रगति में क्या प्राप्त कर सकते हैं? हमें दुनियावी वस्तुयें ज्यादा प्यारी हैं, गुरु और प्रभु को उसी ढंग से स्वीकार करते हैं कि हम उनसे क्या-क्या भौतिक वस्तु प्राप्त कर सकते हैं। मनुष्य सदा अपने आप को सबसे महान समझता है किन्तु यदि वह सचमुच में महान बन जाये तो वह अहंकार की चपेट से बाहर आ जाएगा।[202]

89. पत्र व्यवहार

मेरे निजी पत्रों के अलावा सभी पत्र गुप्त रखे जाते हैं। इन्हें वही व्यक्ति पढ़ता है जिसे उत्तर तैयार करने की हिदायत दी जाती है। इसके अलावा प्रेमी सत्संगियों से प्राप्त होने वाले पत्रों को कोई नहीं पढ़ता।[203]

90. नामदान से पहले शब्द का सुनना

ऐसे जीव भी हैं जिन्हें नामदान से पहले प्रकाश दिखाई देता है। यह ठीक है और पिछले जन्मों के अच्छे कर्मों की प्रतिक्रिया के कारण ऐसा होता है परन्तु आगे अंतरीय प्रगति करने के लिये उचित मार्गदर्शन और सुरक्षा की आवश्यकता है।[204]

निचले स्तर पर अंतरीय शब्द का सुनाई देना कोई विशेष बात नहीं है। इससे सुनने वाले को खुशी और आनन्द मिलता है परन्तु उसे यह पता नहीं चलता कि शान्ति, खुशी और आनन्द से भरपूर सच्चे और अटल घर कैसे पहुँचना है। ऐसा बिना किसी की सहायता के अपने आप कदाचित सम्भव नहीं है।[205]

91. सपने

प्रश्न : किसी नामलेवा को डरावने और स्पष्ट सपने आने का क्या महत्त्व है?

महाराज जी : सपने पहले सुनी, देखी, पढ़ी घटनाओं अथवा डरावने विचारों की याद का नतीजा हैं। डरावने सपने आम तौर पर पेट की खराबी के कारण आते हैं जिसका इलाज साधारण दवाई से किया जा सकता है। स्पष्ट सपने अंतरीय सफाई को दर्शाते हैं। कुछ लोगों को अपने सपने याद रहते हैं जबकि कइयों को याद नहीं रहते।[206]

92. पालतू जानवर

भजन के समय पालतू जानवर जैसे बिल्लियों या कुत्तों की कमरे में उपस्थिति बुरी नहीं है बशर्ते कि वे आपके भजन अभ्यास में विघ्न न डालें।[207]

आपको अपने कुत्ते को मांसाहारी भोजन नहीं देना चाहिये, इससे आप पर कर्मों का बोझ बढ़ेगा। यह शाकाहारी भोजन पर भी रह सकता है जिस प्रकार कि आपने खुद को बदल लिया है।[208]

पशुओं समेत दूसरों की आँखों में देखने से बचना अच्छा है।[209]

पक्षियों को पिंजरे में बंद करके और पालतू जानवरों को बांधकर कैदी बनाते समय हम गलत समझ बैठते हैं कि इन गरीब और गूंगे जीवों के लिये शिकायत के लिए कोई कोर्ट नहीं है।[210]

93. यह एक उत्तम खोज है

अपने असल की खोज –क्या इसका यह अर्थ है कि हम कहीं खो चुके हैं? यदि आप सच पूछो तो मैं कहूँगा कि हम पूरी तरह से खो चुके हैं।[211]

आध्यात्मिकता का पूरा खेल सुरत के साथ है। जहाँ आपकी सुरत है वहाँ आप हो। यदि आप शारीरिक अभ्यास पूरी तवज्जो से लगन के साथ करो तो थोड़ी ट्रेनिंग से आप एक शक्तिशाली पहलवान बन सकते हो। विद्या पर तवज्जो से आप महान बुद्धिमान बन सकते हो। यदि आप अपना ध्यान प्रभु पर लगाओगे तो आप आध्यात्मिकता में बहुत आगे बढ़ जाओगे। शरीर और मन —दोनों की सेहत आध्यात्मिक सेहत पर निर्भर करती है। यह शिक्षा सब के लिये है परन्तु हम में से ज्यादातर लोग अभी खिलौनों से खेल रहे हैं अर्थात् बाहरमुखी साधनों में फंसे पड़े हैं। अगर हम अपनी तवज्जो प्रभु की तरफ लगाएंगे तो रूहानी पहलवान बन जाएंगे। जब हम प्रीतम का दर्शन कर लेते हैं तो इस गुड्डियों के खेल से उदासीन हो जाते हैं। यदि नकल इतनी मनमोहक है तो असल वस्तु (प्रभु) कितनी सुन्दर होगी, किन्तु बदकिस्मती से जब अन्धा–अन्धे का मार्गदर्शन करता है तो दोनों गड्ढे में गिरते हैं। यह सच्ची बात है।[212]

ध्यान का अध्ययन एक पवित्र विषय है जिसे आप आध्यात्मिकता का नाम दे सकते हो। यह सदीवी है किन्तु दुख की बात है कि हम इस उच्च ज्ञान की प्राप्ति के इच्छुक नहीं हैं। हमारा ध्यान शरीर, इन्द्रियों के भोगों और बुद्धि के विचार पर ही लगा रहता है। किताबी ज्ञान एक जंगल की तरह है जिसमें से बाहर निकलना कठिन है। संतों की कहानियाँ और दृष्टांत हमें बनावटी मस्ती में ले जाते हैं

किन्तु पहले हमें सच्चाई की थोड़ी झलक देखनी चाहिये, तभी प्रभु का गुणगान शोभा देता है।[213] यदि आत्मा चेतन है तो इसका भोजन भी चेतन होना चाहिये। परमात्मा का प्रकटावा प्रकाश और ध्वनि के रूप में हुआ और यही जीवन की रोटी और पानी है। जिसके पास यह है वही दूसरों को दे सकता है। मेरा प्रीतम सर्वव्यापक है। कोई भी स्थान उसके बगैर नहीं है, बड़ाई उसी शरीर की है जिसमें वह प्रकट है।[214]

सत्गुरु का शरीर भी दूसरे मनुष्यों जैसा ही होता है किन्तु संसार में रहते हुये भी संसार के प्रभाव उस पर असर नहीं करते। उसने सभी इंद्रियों पर पूर्ण नियंत्रण किया होता है और जब चाहे शरीर से ऊपर उठ सकता है और अपनी मर्जी से शारीरिक इंद्रियों से काम ले सकता है। हम उसका शरीर इस पृथ्वी पर देखते हैं किन्तु उसकी आत्मा सभी मण्डलों में गमन करती है। इसके विपरीत हम शरीर से बंधे हुये हैं और इससे ऊपर नहीं उठ सकते। इसलिये केवल उसकी संगत और सहायता से ही हम सच्चा अनुभव प्राप्त कर सकते हैं। यद्यपि मैं ये बातें आपको कह रहा हूँ परन्तु आपको उतनी देर तक इन पर यकीन नहीं होगा जब तक आप स्वयं न देख लो।[215]

नाम में एक अकथनीय मस्ती है, प्रीतम का नाम अति मधुर है। यह भी कहा गया है:

नाम खुमारी नानका चढ़ी रहे दिन रात।।

इसे कौन प्राप्त करता है? केवल वही जिनके कर्मों में नाम की दात लेनी लिखी होती है और जिन्हें परमात्मा ने अपने समीप बुलाना होता है। सत्गुरु उन्हीं बच्चों को नाम के साथ जोड़ता है जिनके लिये प्रभु ने अपने साथ मिलाने का निर्णय किया होता है और नाम उन्हें वहीं वापस ले जाता है जहां उसका उद्गम स्थल (पैदा होने की जगह) है। एक

मुसलमान फकीर कहता है कि आपने सच्ची मस्जिद (शरीर) को बाहरी मस्जिदों पर कुर्बान कर दिया है। बाहरी मंदिर और मस्जिदें उन लोगों के लिये हैं जिनकी वह अन्तरीय आँख नहीं खुली जो परमात्मा की ज्योति को देखती है। उसे इन्द्रियों, मन और बुद्धि या प्राणायम द्वारा नहीं जाना जा सकता—केवल आत्म-विश्लेषण द्वारा ही जाना जा सकता है। जब हम आत्म-ज्ञान प्राप्त कर लेंगे तो हमें जीवनदाता मिल जायेगा, सारे बंध टूट जायेंगे, मुक्ति मिल जायेगी और आप अपने घर पहुँच जाओगे। सभी बंधनों से आप मुक्त हो जाओगे और संसार में रहते हुये भी आप स्वतंत्र हो जाएंगे।[216]

प्यारे मित्रो, परमात्मा की अन्तरीय ज्योति की सहायता से संसार सागर को तैर कर पार हो जाओ। यदि हम सही दृष्टि से देखें तो यह बिल्कुल स्पष्ट और सादा प्रतीत होता है और सच्चे सत्गुरु की सच्ची पहचान यही है कि वह दूसरों के अंतर में ज्योति जगा देता है।[217]

संसार की जनसंख्या का बहुत-सा हिस्सा अंधकार में है, उन्हें नहीं पता कि वे कहाँ से आये हैं और कहाँ जा रहे हैं या इस पृथ्वी पर उनके आने का क्या उद्देश्य है? बुनियादी तौर पर सभी धर्म कहते हैं कि ज्योति और ध्वनि है। मैं बता चुका हूँ कि भगवान कृष्ण ने इसके बारे में कहा, मुसलमान फकीर भी ऐसा ही कहते हैं। इसे मण्डलों का राग, प्रकाश में लिपटी हुई सच्चाई और अखण्ड ज्योति जैसे नाम दिये गये हैं। महात्मा बुद्ध ने इसे निर्मल ध्वनि कहा है। शिक्षा एक रहती है चाहे मनुष्य इसे भूलता रहता है किन्तु महापुरुष इस सच्चाई को ताजा करने के लिये आते रहते हैं और सच्ची एकता की सही समझ देते रहते हैं। कुछ लोग जानना चाहते हैं, "हम इससे क्या प्राप्त करेंगे?" इस संसार में रहते हुये बेलाग हो जाने के लाभ के अलावा हमें बताया जाता है कि दुख हमें छुयेगा तक नहीं, भ्रम मन से मिट जायेगा। कितनी

अद्भुत आशीष है? जो अविनाशी के साथ मिलकर उसी का रूप हो जाता है, उसके लिये जन्म और मरण एक समान हो जाता है। कोई जन्मता है, कोई मरता है, न उसे खुशी होती है न गम, ऐसी ऊँची अवस्था तभी आती है जब अन्तरीय प्रगति हो जाती है। प्यास लगने पर ही तो कुआँ नहीं खोदा जाता क्योंकि तब आप पानी तक पहुँचने से पहले ही प्यासे मर जायेंगे। जीवनदाता अमृत का चश्मा भीतरी सम्पर्क से मिलता है और उस चश्मे से प्रतिदिन अमृत का सेवन करने से सांसारिक तजरबों के सभी दुखदायी नतीजे नष्ट हो जायेंगे।[218]

कहा जाता है कि सत्गुरु को मिलने के बाद हम (प्रभु को) जान लेते हैं। ऐसा कब होता है? सत्गुरु से मिलने पर क्या सब मोह बंधन और बाहरी प्रभाव खत्म हो जाते हैं? क्या शरीर में रहते हुये मोह बंधनों से मुक्त होना सम्भव है? यदि कोई अपने ध्यान पर पूर्ण नियंत्रण करके इसे अपनी मर्जी से दिशा दे सके, तब यह सम्भव है। यदि हम शरीर से ऊपर उठ जायें और प्रतिदिन ऊँचे मण्डलों में गमन करने लगें तो हम संसार और इसके वातावरण के साथ कैसे बंधे रहेंगे? इस संसार में बिना चिपके हम दोहरे जोश के साथ काम करेंगे और कोई बंधन भी नहीं होगा।[219]

तीन किस्म की अग्नि मनुष्य के भीतर जल रही है –

1. **आधिभौतिक –** जिसका सम्बन्ध भौतिक शरीर से है।

2. **आधिदैविक –** बाहरी अशुभ घटनायें।

3. **आध्यात्मिक –** जब हम आन्तरिक ऊँचा सम्पर्क प्राप्त कर लेते हैं और मन और इन्द्रियाँ हमें नहीं खींचती।

ऐसी दशा में जब मौत आती है तो हम इतना ही कहते हैं, "आओ चलें।" तो एक सच्चा सेवक इस तबदीली के लिये सदा तैयार रहता है। जब आपकी ऐसी अवस्था हो जाये तो समझो आपको सत्गुरु मिल गया है।[220]

आप धन्यवाद करो (प्रभु का) आखिर आपको कुछ प्राप्त हो गया है— चाहे काफी खोज के बाद ही मिला है। इस युग की मुश्किलों को केवल नाम द्वारा ही जीता जा सकता है।[221]

सत्गुरु की शिक्षा द्वारा तुम्हारे अंदर प्रभु के लिए प्रेम जागृत हो जाता है। जैसे आग की एक चिंगारी लकड़ियों के ढेर को जला कर राख कर देती है, ऐसे ही सत्गुरु से प्राप्त किए गए प्रकाश की एक चिंगारी से हमारे जन्मों-जन्मों के पाप जल कर भस्म हो जाते हैं। नाम दान के समय ही वह जिज्ञासु के भीतर नाम का प्रकाश प्रकट कर देता है जिसकी शिष्य को सम्भाल और कद्र करनी चाहिए। नाम के सिमरन से लाखों सूर्यो का प्रकाश दिखाई देने लगेगा। यह भी कहा गया है कि वह अंधेरे में आया और प्रकाश का लैम्प जला गया। सच्चा सत्गुरु जिस चीज का उपदेश देता है वही वस्तु आप उससे प्राप्त करते हो सत्गुरु हमें नाम की कुछ पूँजी प्रदान करता है जिस की ध्यानपूर्वक सम्भाल करो। पुरातन काल में सत्गुरु सेवक को तब तक अपने चरणों में रखता था, जब तक कि वह इस अमूल्य उपहार को ग्रहण करने के लिए तैयार नहीं हो जाता था। आजकल किस सेवक के पास इतना सीखने का धैर्य और लगन है? इसलिए पहले दिन ही सम्पर्क दे दिया जाता है और फिर यह सेवक पर है कि वह इसका क्या करता है? याद रखो कि नाम की कीमत का कभी अंदाजा नहीं लगाया जा सकता। दिन-प्रतिदिन प्रत्येक कर्म और जीवन पर नज़र रखो और भजन अभ्यास के द्वारा अन्तरीय प्रगति को बढ़ाते जाओ।[222]

जो कुछ भी मनुष्य के मन में होता है वही जबान पर आता है। जिस समय जैसी मन की हालत होगी वैसा ही उसके वचनों का दूसरों पर प्रभाव पड़ेगा। यदि मन काम, क्रोध, लोभ आदि से भरा हुआ है, चाहे ये विचार कैसे भी मधुर शब्दों के पीछे क्यों न छिपे हुए हों, तब भी उनका असर बुरा होगा। जो हवा अग्नि से निकल कर आयेगी, वह अपने साथ गर्मी लायेगी और दूसरी ओर जो हवा बर्फ से लग कर आएगी वह ठण्डक लायेगी।[223]

सत्गुरु के वचनों में महान शक्ति होती है क्योंकि उसकी हालत बहुत ऊँचे दर्जे की होती है इसलिए उसमें से सुहावनी खुशबू की धाराएँ निकलती हैं। यदि किसी गंधी (गंध विक्रेता) के पास जाओ, चाहे आप उससे कुछ भी न खरीदो तब भी आपको खुशी से भरी मधुर सुगन्ध का आनन्द मुफ्त में मिल जायेगा। सत्गुरु चाहे अपने आपको प्रकट न करे तो भी उसके नाम की प्रशंसा पृथ्वी की चारों दिशाओं में फैल जाती है।

ऐ नानक, गुरमुख दुर्लभ है, उनका मिलाप मुश्किल से किसी-किसी को होता है किन्तु संसार उनसे कभी खाली नहीं होता। वह हमारा सच्चा मित्र है जिसको मिलने से हमारी सारी शंकाएँ मिट जाती हैं और हमारे दिल में सहीनजरी प्रकट हो जाती है। जो यह कर सकता है वही हमारा सच्चा मित्र है। ऐसे लोग हमेशा ही मुश्किल से मिलते हैं परन्तु जब वे आते हैं तो उनकी रेडिएशन से सारे संसार में आध्यात्मिकता की बाढ़ आ जाती है।[224]

आज एक महान जागृति की शुरूआत हो रही है। कुछ को उत्तर मिल गया है, कुछ को नहीं, किन्तु जीवन के रहस्य का हल ढूँढने की खोज सारे संसार में पैदा हो चुकी है। जिस दिन किसी के मन में यह प्रश्न उत्पन्न होता है, उसके लिए वही दिन जीवन में सबसे महान होता है क्योंकि जब एक बार यह सवाल पैदा हो जाता है तो यह तब

तक समाप्त नहीं होता जब तक कि इसकी संतुष्टि नहीं हो जाती।[225]

जो व्यक्ति पूर्ण श्रद्धा और नम्रता से सत्गुरु के पास आता है उसे यह दुर्लभ दात मिल जाती है। मनुष्य जन्म प्राप्त करने के बाद परमात्मा का अनुभव करना हमारा जन्म सिद्ध अधिकार है। यदि हमने मनुष्य जन्म से फायदा नहीं उठाया तो दोष किस का है?[226]

इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप किस धर्म से सम्बन्ध रखते हैं। यदि परमात्मा का प्रकाश आप में प्रकट है तब सब ठीक है। सच्चा सत्गुरु वही है जो सबको मिला कर बैठता है। सहीनजरी से इन्सान-इन्सान सब एक हो जाते हैं क्योंकि सबमें आत्मा है और यह परमात्मा की अंश है जो सब का जीवन आधार है। यदि सभी मनुष्य सचमुच इस बात को समझ जाएँ तो कौन किसी से घृणा करेगा, कौन किसी को धोखा देगा और कौन किसी की चीज छीनेगा। तब पुलिस और मिलिट्री की कहाँ जरूरत रहेगी क्योंकि तब मनुष्य का पड़ोसी ही उसका संरक्षक होगा।[227]

मेरे मित्रो, इस से कोई फर्क नहीं पड़ता कि आप किस शहर के हो या किस देश में रहते हो। आपको एक पिता के सच्चे बच्चों की तरह भाई और बहन बनकर रहना चाहिए। सब बेटियों या बहुओं के आचरण, उनकी रक्षा और भलाई की आपको चिंता होनी चाहिए क्योंकि इसी से ही आपके परिवार की रक्षा होगी। एक-दूसरे के प्रति प्यार से रहो। यदि पति-पत्नी खुश हैं और एक दूसरे के प्रति सच्चे हैं और आपस में प्रेम से रहते हैं तब न कोई मनुष्य और न कोई वस्तु उनके बीच आ सकती है। इसी तरह यदि किसी देश के लोग एक-दूसरे के साथ एक हैं तब कोई भी शक्ति या राजनीति उनके शान्ति भरे जीवन में खलल नहीं डाल सकती। सभी कानून उनके लिए हैं जो कानून को तोड़ते हैं। यदि आप अच्छे हो तो कोई आपको छू भी नहीं सकता। आप सभी को

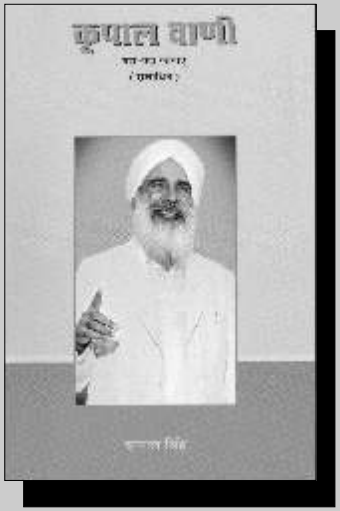
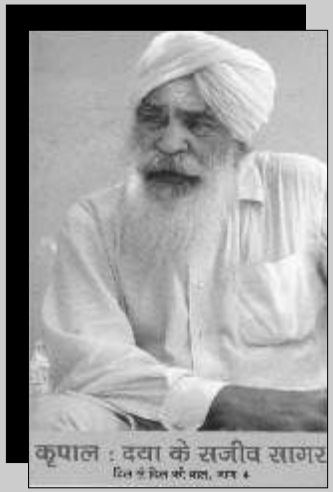
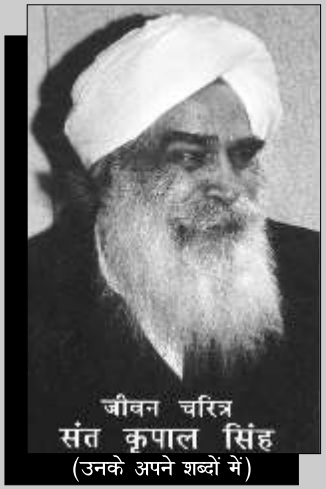
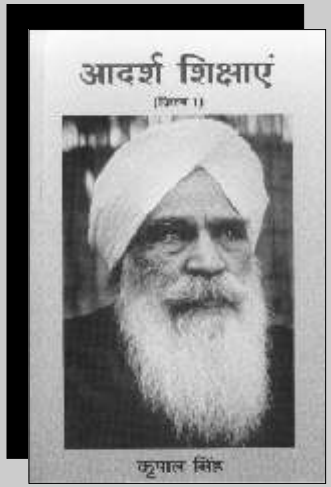
अपना जीवन एक आदर्श जीवन बनाना चाहिए और तब आप देखोगे कि सारे संसार में शान्ति और प्रसन्न्ता का वातावरण हो जाए। इस सादे रहन-सहन की कमी ही सब जगह दुख पैदा करती है।[228]

जब तक ऊँचा (प्रभु के साथ) सम्पर्क स्थापित नहीं किया जायेगा, संसार का कष्ट समाप्त नहीं होगा जैसे कि कहावत है, "जैसा बीजोगे, वैसा काटोगे।"[229]

इन चीजों की मात्र बात करने से हमारे दिलों में कितनी शान्ति आती है और यदि पूर्ण सत्गुरु की दया-धारा को प्राप्त करके हम इसका अनुभव करें तो कितनी प्रसन्नता होगी। इसलिए जिन शिक्षाओं को आप मानते हो, उन पर अमल करो। यदि आपको पहले ही सम्पर्क मिल चुका है तो इसकी संभाल करो और इसकी कद्र करो। यदि इसको प्राप्त करने की आप में प्रबल इच्छा है तो प्रभु स्वयं मिलाने का सामान करेगा। जब आपको पवित्र नाम से सम्पर्क मिल जाए तो याद रखो यही आपकी आत्मा का भोजन है। इसके अलावा अपने विचारों और कार्यों का प्रतिदिन निरीक्षण करो और देखो कि आप कहाँ पहुँचे हो। कितने युग बीत चुके हैं जब पहले आपको मनुष्य जामा मिला होगा और कितने वर्ष बीत गए हैं आपको किसी धर्म से जुड़े हुए और विचार करो कि अब आपको कहाँ पहुँचना है?

जब तक अन्तरीय सम्बन्ध स्थापित नहीं हो जाता और आप प्रतिदिन इसका अभ्यास नहीं करते और आत्म-निरीक्षण के द्वारा आप उन दुर्गुणों को छोड़ नहीं देते जो आपको इससे दूर ले जाते हैं, आप अब जहाँ तक पहुँच चुके हो, उस पर भी स्याही का काला पर्दा छा जायेगा और आपकी प्रगति की राह में बाधक होगा।[230]

कृपाल रूहानी सत्संग सभा (भबात)

1206, सैक्टर 48-बी, यूनीवर्सल एन्क्लेव, चण्डीगढ़

अन्य प्रकाशन