

छिछला प्यार

यदि आप आसानी से लोगों के प्रभाव में आ जाते हैं तो इससे आपकी ईमानदार रहने की योग्यता कम हो जायेगी। दूसरों को आपसे सत्यता की वैसी अनुभूति नहीं होगी और आपके परस्पर सम्बन्धों में भी प्रेम की भावना नहीं होगी, उनमें छिछलापन दिखाई देगा। यद्यपि छिछला प्यार, बिल्कुल प्यार न होने से बेहतर है – क्योंकि इससे कम-से-कम इतना तो सुनिश्चित होता है कि आप बिल्कुल सूखे नहीं हैं—तथापि यह सुस्पष्ट ही है कि यह (छिछला प्यार) असली चीज़ नहीं है।

प्रेम व अनासक्ति

ईश्वर हमें प्रेम करने की कला सिखा रहे हैं। वे दाता हैं, प्रेम के सागर हैं और हमें बहुत कुछ देना चाहते हैं। परन्तु पहले मुझे अनासक्ति रहने की कला सीखनी है, क्योंकि इसके बिना मुझे उनके प्रेम पर दावा करने का अधिकार नहीं होगा। अनासक्ति एक कौशल भी है और कला भी। आत्म-चेतना की स्थिति में रहकर इसका विकास किया जा सकता है। आत्म-चेतना की स्थिति में हम ईश्वर के साथ गहरा सम्बन्ध जोड़कर सीमित प्रेम के आकर्षण में फँसने से बच सकते हैं। इसका अर्थ यह है कि मैं अपनी सच्चे, रूहानी स्वरूप की चेतना में इतनी केन्द्रित हो जाऊँ कि मेरे व्यक्तित्व में जो विपरीत लक्षण मौजूद हों वे तथा आस-पास के सब मायावी आकर्षण स्वतः अस्वीकृत हो जाएँ। अनासक्ति के कारण मैं इन सबसे प्रभावित नहीं होती तथा अपने रूहानी व्यक्तित्व के मूल्यों व गुणों को धारण करती रहती हूँ।

ईश्वर हमें अपना पूरा प्यार देना चाहते हैं, परन्तु यदि हम अनासक्ति की पहली शर्त पूरी नहीं करते तो ईश्वरीय प्रेम प्राप्त नहीं कर सकते। अपनी नजर किसी दूसरी तरफ मोड़ देने से सत्य का मार्ग अवरुद्ध हो जाएगा व मेरी प्रगति रुक जायेगी। अतः यह अत्यावश्यक है कि पहले हम अनासक्ति को अपनाएं।

प्रेम का सागर

जब तक हम स्वयं को हृद की चेतना से अलग करना नहीं सीख लेते तब तक इन्सानों का प्यार, जिसकी अपनी सीमाएँ हैं, हमें हमारी इच्छा के विपरीत बार-बार अपनी ओर आकर्षित करता रहेगा। इस प्रकार की अनासक्ति की धारणा तब होती है जब हम ईश्वर के साथ ऐसा सम्बन्ध जोड़ें कि हमें उनसे हरेक सम्बन्ध की सन्तुष्टता का अनुभव हो। ईश्वर प्रेम के सागर हैं, अतः उन्हें पिता, माता, प्रिय इत्यादि के रूप में अनुभव किया जा सकता है, उनसे इन सब सम्बन्धों की अनुभूति एक साथ भी की जा सकती है। जब हम ईश्वरीय प्रेम के सब पक्षों की अनुभूति करते हैं तभी हम पवित्र बनते हैं अर्थात् यह प्रेम की शक्ति हमें सम्पूर्ण बनाती है। हृद की चेतना कभी हमें ऐसी सम्पूर्णता का अनुभव नहीं करने देती।

केवल एक (ईश्वर) के प्रति वफादार बनकर ही हम इस विधि से स्वयं को भरपूर कर सकते हैं। आत्माओं की यह आदत है कि वे इस भौतिक संसार के आकर्षण में आ जाती हैं। हमें पढ़ाई करनी है और अपनी देख-रेख करनी है ताकि कहीं हमारे साथ भी ऐसा न हो। इस आदत को एक ही चीज़ तोड़ सकती है और वह है आत्म-चेतना का अभ्यास। अन्तर्मुख होकर, अपना ध्यान एक (ईश्वर) की ओर केन्द्रित करके, हम ईश्वर से प्रकाश और शक्ति प्राप्त करते रहेंगे।

ईश्वर का प्रेम

जो वस्तु प्रेम का अनुभव प्रदान करती है, लोग उसकी ओर आकर्षित हो जाते हैं। वे उस दिशा में खिंचे चले जाते हैं तथा प्रायः वहीं पर अटक जाते हैं। उन्हें लगाव हो जाता है, जो उन्हें अपनी ओर खींचता रहता है। मैं कभी किसी भी वस्तु या व्यक्ति की तरफ इस तरह आकर्षित नहीं हुई। कुछ लोग कोई पद या उपाधि देने के बाद जिस प्रकार का प्रेम प्रदान करते हैं उस प्रकार के प्रेम को मैंने सदा अस्वीकार किया है।

मैं किसी के प्रेम के पीछे कभी नहीं भागी—यहाँ तक कि मैंने अपने पिता, माता, पति, गुरु, मित्रों व अन्य किसी से भी कभी प्रेम की आशा नहीं की। फिर भी ईश्वर के प्रेम को अनुभव करने की मेरी सदा ही बड़ी तीव्र अभिलाषा रहती थी।

लोगों ने ईश्वर से कुछ प्राप्त करने की आशा में ईश्वर की प्रार्थना व आराधना प्रारम्भ की। उन्हें ईश्वर के प्रेम का अनुभव करने की खींच या इच्छा होती थी।

सम्पूर्ण प्रेम

हमारे अर्द्धचेतन व्यक्तित्व की गहराई में सम्पूर्ण प्रेम का अनुभव निहित है और क्योंकि हमने किसी-न-किसी समय इसका अनुभव किया है, अतः तभी से लेकर हम इसकी तलाश कर रहे हैं। इस गहरे आन्तरिक अनुभव के कारण ही वस्तुतः हम किसी भी प्रकार के झूठे प्रेम से सन्तुष्ट नहीं होते।

झूठा प्रेम यद्यपि थोड़े समय के लिए तो ठीक लग सकता है, पर अन्ततः हम सदैव यही महसूस करेंगे कि कुछ खो गया है और जो कुछ हम अनुभव कर रहे हैं वह सच्चा, आदर्श प्रेम नहीं है। इस तरह एक बार पुनः खोज शुरू हो जाती है।

सम्पूर्ण प्रेम के लिए हमारी खोज अन्त में हमें वापिस खींच लाती है – ईश्वर के प्रेम की तलाश करने और उस प्रेम का अनुभव करने के लिए।

पढ़ाई से प्रेम

जब हम आध्यात्मिक पथ पर चल पड़ते हैं तो हमें स्वतः ही ईश्वर से बेशुमार प्रेम मिलता है जिससे हम स्वयं को अन्य हृद के सहारों से मुक्त कर सकते हैं। छोटे बच्चों के समान हमें यह प्यार प्राप्त करने के लिए कुछ भी नहीं करना पड़ता। परन्तु बाद में ज्यों-ज्यों हम इस पथ पर आगे बढ़ते हैं, बड़े और बलवान बनते जाते हैं, तो ईश्वर चाहते हैं कि हम अपनी बुद्धि का प्रयोग करना सीखें। अतः वे पीछे खड़े होकर देखते हैं कि क्या बच्चा उनकी शिक्षाओं पर सही रूप से चल रहा है? क्या बच्चा रूहानी नियमों का पालन कर रहा है? वे यह जानने के लिए निरीक्षण करते हैं कि क्या हम सही रीति से रूहानी पढ़ाई पढ़कर स्वयं को बदल रहे हैं या कहीं हम सुस्त बनकर पढ़ाई में लापरवाही तो नहीं कर रहे हैं।

यदि मैं सही रीति से पढ़ाई नहीं पढ़ रही तो मैं ईश्वर के प्रेम पर अपना अधिकार गँवा देती हूँ। ईश्वर का प्रेम तो होगा परन्तु तब मैं उसे प्राप्त नहीं कर सकूँगी। यदि मैं सही रीति से पढ़ाई नहीं पढ़ती, यदि मेरे दैनिक व्यवहारिक जीवन में रूहानी ज्ञान की धारणा ही नहीं हो पाई है, तो मैं कितना आगे बढ़ सकूँगी? यदि मेरा जीवन अच्छा नहीं बन रहा होगा, तो मैं दूसरों के साथ कौन-सी अच्छाई का लेन-देन कर सकूँगी? ईश्वर उन बच्चों से विशेष प्रेम करते हैं जो उनके विशेष कर्तव्य में उनकी मदद करने को तैयार रहते हैं। यदि मैं पढ़ाई ही नहीं पढ़ती तो ईश्वर मुझे वह प्रेम कैसे प्रदान करेंगे?

ईश्वरीय प्रेम में अमर्षण

ईश्वर से सच्चा प्रेम करने की कला सीखना उत्थान का लक्षण है। यह एक प्रकार से पर्वत की ऊँची चोटी पर चढ़ने के समान है। यात्रा के आरम्भ में धरातल पर आपका पैर यदि फिसल जाए और आप गिर पड़ें तो यह इतना खतरनाक नहीं होता। लेकिन आप जितनी अधिक ऊँचाई पर जाते हैं, मार्ग और अधिक तंग होता जाता है और यदि ऊँचाई से पैर फिसल जाए तो सौ गुणा अधिक चोट लग सकती है।

यदि आपको लगता है कि आध्यात्मिक उन्नति का मार्ग बहुत कठिन है तो इसका कारण यह हो सकता है कि आपने अभी तक न तो ईश्वर के प्यार को समझा है और न ही इसका अनुभव किया है।

लोग रूहानी ज्ञान के आधार पर स्वयं को ईश्वर के आगे समर्पित नहीं करते परन्तु वे ईश्वरीय प्रेम के प्रति आकर्षण के कारण ऐसा करते हैं। वे ईश्वरीय प्रेम में ईमानदारी अनुभव करते हैं तो यह प्रेम उनको विश्वास दिला देता है कि उनका जीवन अभी अच्छा और ईमानदार बन जायेगा। समझदारी बाद में आती है, नियम भी बाद में आते हैं। पहला अनुभव प्यार ही है। यह तभी हो सकता है जब आप स्वयं को परमात्मा का बालक बन जाने दें। परमात्मा एक आदर्श माता-पिता के रूप में अपने अनन्त, निःस्वार्थ प्यार के साथ आपको अपनी गोद में बैठाकर अति प्रसन्न होते हैं।

साहस

आज के बनावटी संसार में स्वयं के साथ सच्चा रहने के लिए मुझे साहस की आवश्यकता है। साहस रखना कोई छोटी बात नहीं है।

फिर भी, रूहानी पढ़ाई का तो लक्ष्य ही है साहस धारण करना अर्थात् जिसमें मैं विश्वास करती हूँ, उसका प्रतीक बनने का साहस।

मेरा वास्तविक व सत्य स्वभाव, शान्ति और दिव्यता का है। इसका अनुभव करने का अर्थ है स्वयं के आन्तरिक गुणों के पूर्ण महत्त्व से आश्वस्त होना। अपने दृढ़ विश्वास की शक्ति के बल पर मैं किसी भी प्रकार के विरोध का सामना कर सकती हूँ।

अनेक लोगों को स्वयं के उच्चतर स्वरूप में विश्वास करने में कठिनाई होती है और कुछ लोग भविष्य में विश्वास ही नहीं रखते।

स्वयं की पहचान करने से सन्देह दूर होते हैं। मेरा वास्तविक स्वभाव शान्त रहना है। मैं अपने व्यक्तित्व के गुणों के अधीन नहीं हूँ, मैं उनको रचने वाली हूँ।

मैं इस जीवन रूपी नाटक में एक दर्शक के साथ-साथ एक अभिनेता भी हूँ। जो कुछ हो रहा है वह कल्याणकारी है।

जैसे ही मैं इन सत्यों का अपने जीवन में समावेश कर लूँगी तो मेरा साहस कभी मेरा साथ नहीं छोड़ेगा।

ईश्वर का बालक

क्या आप जानते हैं कि आप ईश्वर के बालक हैं? कहीं जीवन की परिस्थितियों ने आपको इतना वशीभूत तो नहीं कर लिया है कि आपके पास ईश्वर के साथ रहने के लिए समय ही नहीं है? आप कहते हैं कि “मुझे बहुत सारा काम करना है।” अपने जीवन के प्रति आपके अत्यधिक लगाव का यह बिल्कुल सही उदाहरण है, साथ ही यह आपके अहंभाव को भी दर्शाता है।

जैसे एक अभिनेता अपने द्वारा निभाई जा रही भूमिका से स्वयं को अलग समझता है, वैसे ही जीवन रूपी इस रंगमंच पर आप जो भूमिका निभा रहे हैं उससे स्वयं को अलग समझें। साथ ही आप अपने अस्तित्व के उस भाग से, जो कि भूमिका नहीं है, सम्बन्ध रखें।

जीवन का एक ऐसा अनुभव, जो भूमिका नहीं है और न ही नाटक का अंग, वह है ईश्वर का बालक होने का अनुभव।

मैं ईश्वर का बालक हूँ, सदा ही उसका बालक रहा हूँ और आगे भी सदैव रहूँगा। इसमें कभी संशय मत करो।

इस अनुभव में इतनी शक्ति है कि आप आसानी से विपत्तियों से पार हो जायेंगे। दुःख समाप्त हो जायेगा और आपका हृदय खुशी में नाच उठेगा।

ईश्वर के साथ सम्बन्ध जोड़ने से आपमें एक बालक जैसी मासूमियत व ईश्वरीय विवेक भर जायेगा।

व्यक्तियुक्त शान्ति

शान्ति को ढूँढने की ज़रूरत नहीं है। शान्ति आपके अन्दर ही है। आपकी मौलिक स्थिति शान्ति की स्थिति है।

बाह्य परिस्थितियाँ आपको अशान्त कर देंगी। आन्तरिक भावनाएं भी आपको शान्ति की स्थिति से दूर ले जा सकती हैं। उदाहरण के तौर पर, थकावट हमें चिड़चिड़ा बना देती है।

स्वयं के अधिकारी बनकर रहना सीखो और शान्त रहो। अपनी चेतना को अपने रूहानी रूप – एक छोटे से ज्योति बिन्दु पर केन्द्रित करो, जो आपके मस्तक के मध्य स्थित है। आप (अर्थात् उस चमकते हुए सितारे) व आपके शरीर (जो कि भौतिक वाहन है) के बीच जो अन्तर है उसे वस्तुतः अनुभव करो। स्वयं को अपने वाहन (शरीर) से अलग करना सीख लो।

इस प्रकार का अभ्यास नियमित रूप से यदि कुछ पल भी किया जाए तो यह आपको स्वाभाविक शान्ति की स्थिति में ले आएगा। थकावट समाप्त हो जायेगी और चिड़चिड़ापन भी। आपके सब कार्य प्रेमपूर्ण होंगे – स्वयं के प्रति भी व दूसरों के लिए भी स्नेह से भरे हुए।

मित्रता

यदि हम आध्यात्मिक मार्ग में मित्रता का पूरा आनन्द लेना चाहते हैं तो इसके लिए हमें सावधान रहना होगा। कभी-कभी हम अपने सम्बन्धों में इतने लिप्त हो जाते हैं कि हमारी व्यक्तिगत आध्यात्मिक प्रगति रुक जाती है। यह एक भूल है, क्योंकि मित्रता का लक्ष्य ही है आगे बढ़ना और यदि मैं अपने आध्यात्मिक प्रयत्नों में शिथिल हो जाऊँगी तो मैं अपनी सर्वश्रेष्ठ स्थिति के सकारात्मक प्रभाव का प्रयोग कैसे कर पाऊँगी?

व्यक्ति को चाहिए कि सदैव मित्रों की सहायता करने का लक्ष्य रखे। परन्तु यह सहायता शुद्ध होनी चाहिए अर्थात् यह प्रशंसा-प्राप्ति की इच्छा से रहित हो तथा यदि दूसरे लोग दुर्भावनायुक्त या दुःखदायक प्रतिक्रिया व्यक्त करें तो आप उससे प्रभावित न हों। इस प्रकार की सहायता करने से हमारी और अधिक आध्यात्मिक उन्नति होगी।

दूसरी ओर, यदि सहायता करने का मेरा प्रस्ताव दूषित है तो इसकी मधुरता खो जाएगी और लोगों का ध्यान इस ओर जाएगा। वास्तव में मधुरता ही आध्यात्मिक मैत्री का सम्बन्ध स्थापित करती है तथा दूसरों की बात सुनने और एक-दूसरे से सीखने का भाव पैदा करती है, ताकि उन्नति की जा सके।

दूसरों के साथ तुलना करना

यदि आप आत्म-विकास में अपनी प्रगति की तुलना दूसरों से करोगे तो आप तीन तरह के दोषों के शिकार हो सकते हो: या तो आप स्वयं को दूसरों से हीन समझोगे या श्रेष्ठ अथवा उनसे प्रभावित हो जाओगे। ये तीनों ही स्थितियाँ हानिकारक हैं क्योंकि ये हमारे सच्चे आपसी सम्बन्ध के आधारभूत सिद्धान्त की उपेक्षा करती हैं। यह सिद्धान्त है व्यक्तिगत रूप से निर्मित, आत्म-गौरव पर आधारित आपसी प्यार व सम्मान का सिद्धान्त।

स्वयं को इस प्रकार की त्रुटियों से बचाने के लिए यह ध्यान रहे कि आप अन्तर्मुखी रहें और अपने शुद्ध गौरव के आध्यात्मिक अनुभव की ओर प्रवृत्त रहें। अपने श्रेष्ठ आत्म-सम्मान की स्थिति में स्थित रहने से आपको सहायता मिलेगी जिससे आप चारों ओर से लोगों से घिरे रहने पर भी शान्त रह सकेंगे। अपने आपसे पूछते रहिए कि “मैं कौन हूँ?” “मेरा रूहानी व्यक्तित्व इस घटना या व्यक्ति विशेष के प्रति कैसी प्रतिक्रिया करेगा?” इससे आपको स्वयं में स्थिरता लाने में और भी मदद मिलेगी।

भावनात्मक पीड़ा

भावनात्मक पीड़ा की स्थिति में आपके पास दो विकल्प होते हैं – या तो समस्या का सामना किया जाए अथवा न किया जाए। समस्या के प्रति क्रियाशील रहने का अर्थ है कि आप इसका सामना कर रहे हैं। समस्या से पलायन करने का अर्थ है कि आप सामना नहीं कर रहे। इन दोनों में महान् अन्तर है।

समस्या के प्रति क्रियाशील रहने का मन से वही सम्बन्ध है जो पाचन-क्रिया का अमाशय से होता है। यदि आपका पाचन-तंत्र किन्हीं विशेष खाद्य-पदार्थों को पचा नहीं रहा तो आपको उनका सेवन बन्द करना होगा, अन्यथा आप बीमार पड़ जाएंगे। उसी प्रकार, यदि आप स्वयं को किसी स्थिति से निपटने में असमर्थ पाते हों तो उस स्थिति को सहन करते हुए वहीं बैठे मत रहिए। बिल्कुल वहीं, उसी वक्त विनीत भाव से कुछ कह देना बेहतर होगा। यदि आप में बातों को अपने अंदर रखने की आदत होगी तो यह आपके मन को स्वस्थ नहीं बनने देगी। जो आप अंदर रखेंगे वह पचेगा नहीं और दूसरों को यह स्पष्ट मालूम पड़ेगा कि आप समस्याग्रस्त हैं।

यदि हम दूसरे लोगों के बारे में बहुत अधिक चिन्तन करते रहेंगे तो इससे समस्याओं का सामना करने की हमारी योग्यता कम हो जाएगी। इससे मन के पाचन-तंत्र में भी समस्याएं उत्पन्न होती हैं। मन का खट्टापन हटाने वाली सबसे अच्छी चीज है गहरी रूहानी पढ़ाई। इसके साथ-साथ आत्म-चेतना का नियमित अभ्यास मन की गहराई तक जाकर भावनात्मक पीड़ा को जड़ से नष्ट कर देता है। इससे भावना शुद्ध व परिष्कृत होती है और अन्ततः रूपान्तरित हो जाती है।

आध्यात्मिकता

आध्यात्मिकता अपनी ज़िम्मेवारियों का सन्तुलन बनाए रखने की कला है। ये ज़िम्मेवारियाँ हैं – स्वयं के प्रति, परिवार के प्रति व सारे विश्व के प्रति। इस सन्तुलन बनाए रखने की कला का आधार है स्वयं की, परमात्मा की व कर्मों के नियम की गहरी समझ।

आत्म-ज्ञान होने से आपको भौतिक तत्वों व उनकी सीमाओं से अनासक्त रहने की शक्ति प्राप्त होती है। परमात्मा को जान लेने पर आप सर्वगुणों के स्रोत से गहरा, प्रेमपूर्ण सम्बन्ध स्थापित कर लेते हो तथा उस स्रोत से सारी विशेषताएं, गुण और शक्तियाँ स्वयं में ग्रहण कर लेते हो। कर्मों के गुह्य ज्ञान को समझने से आपको पुराने हिसाब चुकाने और वर्तमान में श्रेष्ठ कर्म करने के लिए प्रेरणा मिलती है।

शारीरिक अस्वस्थता, कमज़ोर मानसिक स्थिति, धन का अभाव और सम्बन्धों में कटुता का शिकार कोई भी व्यक्ति हो सकता है। मानव जीवन इन चार बातों – तन, मन, धन व जन पर आधारित है, फिर भी आज ये सभी अति क्षणभंगुर व अविश्वसनीय हैं। परमात्म-बल से सहनशक्ति बढ़ती है और किसी भी प्रकार की परिस्थिति का सामना करने की क्षमता आती है। कर्मों की गहन गति को जानने से यह स्पष्ट होता है कि किस प्रकार हमारे श्रेष्ठ विचार, शुद्ध भावनाएं और अच्छे कर्म, हमारी और सारे विश्व की सर्व समस्याओं का समाधान कर सकते हैं।

विचारों की गुणवत्ता

एक ज्ञानी व्यक्ति यह समझता है कि दूसरों के बारे में चिन्तन (पर-चिन्तन) करने से कोई प्राप्ति नहीं होती।

पवित्र विचार व शुभ भावनाएँ सारा काम कर देंगे। उससे आगे सोचने की ज़रूरत नहीं है।

क्योंकि आपके विचारों की गुणवत्ता आपके रूहानी पुरुषार्थ को प्रभावित करती है, अतः अपने विचारों की जाँच करते रहिए।

यदि आप ऐसा नहीं करेंगे तो किसी समय आपके चिन्तन की विधि बिल्कुल साधारण हो जाएगी, आध्यात्मिक नहीं रहेगी।

इसकी पहचान यह होगी कि आपके मन में तेज़ गति से विचार उठने लगेंगे और आप छोटी-छोटी बातों के प्रति भी तीव्र प्रतिक्रिया करने लगेंगे। आप न केवल दूसरों की राय से प्रभावित होंगे बल्कि आपकी संकीर्ण मानसिकता भी आप पर प्रभाव डालेगी।

आपके विचार आपके सबसे अच्छे मित्र भी हो सकते हैं और सबसे बड़े शत्रु भी। यह आप पर निर्भर करता है।

अनासक्ति

दूसरों का प्रभाव हम पर न पड़े, इसके लिये हमें शक्ति की आवश्यकता होती है। वह शक्ति है – अनासक्ति। यदि आप प्रभावों से मुक्त नहीं रह सकते तो आप अपने विचारों पर नियंत्रण नहीं रख पायेंगे। वहाँ से अवनति का मार्ग शुरू होता है जो आत्मिक उन्नति में बाधक है।

अनासक्ति का पहला कदम यह है कि आप अपने रूहानी व्यक्तित्व को पहचानें। ऐसा करने से आप स्वयं को अपने दैहिक व्यक्तित्व से तथा हृद के विचारों व भावनाओं की दुनिया से अलग कर सकेंगे। इसके बाद आप अपने रूहानी व्यक्तित्व अर्थात् आन्तरिक शान्ति व शक्ति वाले स्वरूप से संयुक्त हो सकते हैं।

एक साधारण दिवस के दौरान अनासक्ति को चुनौती देने वाली कई बातें सामने आयेंगी। एक ओर आपका रूहानी व्यक्तित्व होगा और दूसरी तरफ़ होगा व्यक्तियों की ओर तथा भौतिक संसार की ओर आपका आकर्षण। अनासक्ति का अर्थ भौतिक संसार से अलग होना नहीं है बल्कि संसार में रहते हुए, अपना पार्ट निभाते हुए केवल स्वयं को आत्मिक स्थिति में रखने का अभ्यास करना – अनासक्ति का अर्थ है।

अनासक्ति का अर्थ है कि आप आत्मिक स्थिति में स्थित रहें।

बीमारी से लाभ

अस्वस्थ होने से आपको अवसर मिलता है कि आप स्वयं को एक नए ढंग से अनुभव करें। क्या आप इस अवसर को समझकर सहर्ष स्वीकार करते हैं? कहीं आप बीमारी से व्याकुल होकर इसका लाभ लेने में असमर्थ तो नहीं होते हैं? यदि ऐसा है तो स्वयं को बहुत पास से (अर्थात् अन्दर से) जांच करने की आवश्यकता है कि आपको किसी और बीमारी ने तो नहीं घेर लिया है।

जिस तरह बीमारी का बाह्य इलाज करने के लिए अस्पताल जाकर एक अच्छे डाक्टर से परामर्श लेना पड़ता है, आरामदायक बिस्तर व स्वास्थ्यप्रद भोजन लेना पड़ता है, आंतरिक इलाज भी वैसा ही है। मुझे बुद्धियोग द्वारा आत्म-लोक में जाना होगा जहाँ पर सर्वोच्च चिकित्सक रहता है, उनकी याद की आरामदायक गोद में विश्राम करना है और पवित्र व श्रेष्ठ विचारों का सन्तुलित आहार करना होगा।

बीमारी हमें अपने मन को शारीरिक स्थिति से स्वतन्त्र करके इसे शान्ति के अपने आन्तरिक स्रोत से जोड़ देने का अवसर प्रदान करती है। सबसे अच्छा इलाज यही है।

ईश्वर का प्रकाश

बहुत से धर्म यह विश्वास करते हैं कि ईश्वर एक प्रकाश है। ईश्वर का ज्ञान भी प्रकाश है और जो इस ज्ञान का अध्ययन करते हैं वे भी प्रकाश-स्वरूप बन जाते हैं।

इस प्रकाश को किसने बनाया? ईश्वर ने इसे बनाया, अपनी शाश्वत ज्योतिर्मय स्थिति से। ज्योति-स्वरूप ईश्वर अज्ञान के अंधकार को दूर कर देते हैं तथा अपने चारों ओर के संसार को ज्योतिर्मय बना देते हैं। ईश्वर का प्रकाश उनके रूहानी बच्चों के द्वारा सारे संसार में फैलता है। दूसरे लोग जब इस प्रकाश का व्यवहारिक प्रमाण ईश्वर के पुरुषार्थी बच्चों के जीवन में देखते हैं तो वे भी इस प्रकाश को प्राप्त करते हैं।

इस सेवा के लिए ईश्वर ऊपर (परमधाम) से अपना प्रकाश देते हैं। जो यह प्रकाश ग्रहण करते हैं तथा इसे दूसरों में बाँटते हैं वे प्रसन्न रहेंगे, चाहे उन्हें बदले में मनुष्यात्माओं से कितना ही ग़म क्यों न प्राप्त हो।

दया

ईश्वर दया के सागर के रूप में विख्यात हैं।

जब आपको उनकी दया का अनुभव होता है तो आपको यह महसूस होता है कि आपने जीवन-भर के लिए एक सर्वोत्तम मित्र बना लिया है। आपके हृदय में शान्ति घर कर लेती है।

ईश्वर आपसे प्रेम करते हैं और उनके प्रेम को जब आप स्वीकार कर लेते हैं तो जीवन के प्रति आपकी दृष्टि बदल जाती है। यह ईश्वर की कृपा-दृष्टि ही है जिसके द्वारा आप यह समझ पाते हैं कि आप में सम्पूर्ण बनने की सम्भावना है। फिर स्वयं के प्रति रहमदिल बनना आपका कार्य है। स्वयं पर रहम करने का अर्थ है सम्पूर्णता के प्रति सच्चा होने का प्रयास करना।

हमें जिस भी शक्ति की आवश्यकता हो उसे हम ईश्वर से ले सकते हैं तथा जो चाहें वह बन सकते हैं।

दूसरों का आदर

जब हमें आध्यात्मिक बोध हो जाता है तो उसका परिणाम यह होता है कि हम दूसरों का आदर करने लगते हैं। मेरे आस-पास के लोग स्वयं की उन्नति हेतु जो प्रयत्न कर रहे हैं उन्हें मैं आध्यात्मिक चेतना के द्वारा ही पहचानता हूँ। इससे मुझे प्रेरणा मिलती है कि मैं अपने साथियों की सम्भावित क्षमता व उनकी विशेष योग्यताओं पर अधिक ध्यान दूँ, न कि उनकी कमियों पर। वास्तव में लोगों को उनकी कमियों से मुक्त होने में सहायता करने की यही विधि है। अपने साथियों के अन्तिम परिवर्तन में मुझे कितना विश्वास है—यह समझने से मैं अपनी आध्यात्मिक चेतना की गुणवत्ता को जाँच सकती हूँ।

यह विश्वास व प्रेम ही सच्चा आदर है।