आर. एन. आई – राजहिन/2003/9899 डाक पंजीयन संख्या – श्रीगंगानगर/105/2014-2016

मासिक पत्रिका

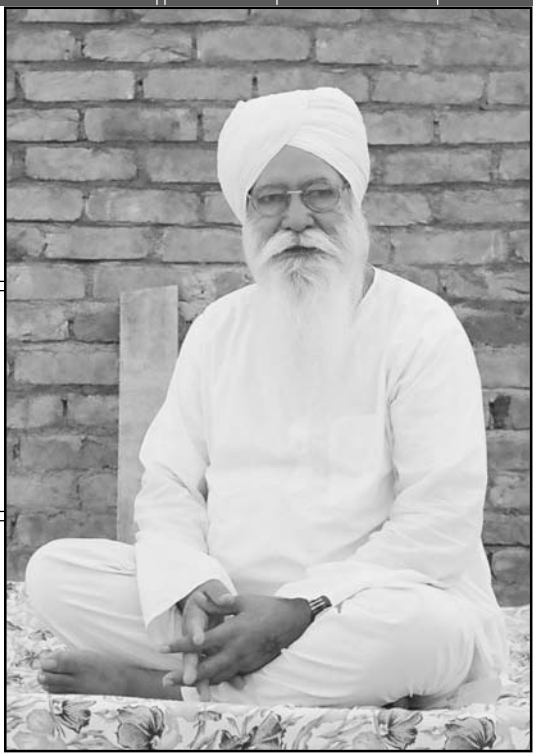
# अजायब बानी

वर्ष : चौदहवां | अंक : पांचवा | सितम्बर-2016

5
**मन को बस में करना**
{सतसंग}

25
**सवाल–जवाब**

29
**सब्र और संतोष**
{एक महत्त्वपूर्ण संदेश}



**संपादक**–प्रेम प्रकाश छाबड़ा
99 50 55 66 71(राजस्थान)
98 71 50 19 99 (दिल्ली)

**विशेष सलाहकार**–गुरमेल सिंह नौरिया
99 28 92 53 04
96 67 23 33 04
**उप संपादक**–नन्दनी

**सहयोग**–
ज्योति सरदाना व
परमजीत सिंह

स्वत्वाधिकारी, प्रकाशक, मुद्रक व संपादक : प्रेम प्रकाश छाबड़ा ने नेशनल प्रिन्टर्स, नारायणा, नई दिल्ली से छपवाकर सन्तबानी आश्रम 16 पी.एस. रायसिंह नगर – 335 039 जिला – श्री गंगानगर (राजस्थान) से प्रकाशित किया।

e-mail : dhanajaibs@gmail.com | Website :www.ajaibbani.org

प्रकाशन दिनांक 1 सितम्बर 2016 –174– मूल्य – पाँच रुपये

# 11 SEPTEMBER, HAPPY BIRTHDAY BABAJI

आई रब्बी जोत अज, खुशियां मना लईऐ,
मिट्ठी ओहदी बानी, मिट्ठे गीत ओहदे गा लईऐ, (2)
आई रब्बी जोत अज,

1. मन मोहनी जोत, लाल सिंह दे घर आई है,
माता हरनाम कौर दा, नाम रोशनाई है, (2)
फक्कर अजायब दे दर्शन पा लईऐ, मिट्ठी ओहदी .....

2. मिट्ठी–मिट्ठी धुन अंदरों, सब नूं सुनौंदा ऐ,
विछुड़ियां रूहां, मालिक नाल मिलौंदा ऐ, (2)
दुई ते दवैत छड मन समझा लईऐ, मिट्ठी ओहदी .....

3. कटदा कलेश, जेहड़ा शरण ओहदी औंदा ऐ,
कर सतसंग जमण–मरण, मुकौंदा ऐ, (2)
श्रद्धा विश्वास असीं अपना पका लईऐ, मिट्ठी ओहदी .....

4. भागां भरया दिन, भागां नाल आया ऐ,
आई रब्बी जोत सोहणा, दर्शन पाया ऐ, (2)
'पाठी जी' रल मिलके खुशी मना लईऐ, मिट्ठी ओहदी .....

सतसंग- परम सन्त अजायब सिंह जी महाराज

# मन को बस में करना

स्वामी जी महाराज की बानी | DVD No-74 | दिल्ली

मैं महान परमात्मा सावन-कृपाल का धन्यवाद करता हूँ जिन्होंने इस गरीब आत्मा पर अपनी अपार दया की। वह समय बहुत सुहावना था जब मुझे महाराज सावन के बारे में पता लगा। मैं महाराज सावन के पास गया। आपकी मन मोहनी सूरत ने मुझे इस तरह आकर्षित किया कि मैं आपकी सूरत को अपने दिमाग और आँखों से निकाल न सका। मैंने उस वक्त की हालत को एक भजन में इस तरह बयान किया है:

*लक्खां शक्लां तकियां अक्खियां ने कोई नजर मेरी विच खुबदी ना।*

बाबा बिशनदास जी के लिए मेरे दिल में हमेशा बहुत इज्जत है। आपने मेरी रूहानी ज़िन्दगी बनाने के लिए बहुत मेहनत की। मैं बाबा बिशनदास जी को भी महाराज सावन के चरणों में लेकर गया कि इस संसार में एक महान हस्ती है।

बाबा बिशनदास जी बहुत खुले दिमाग के साधु थे, आप कुएँ के मेंढक नहीं थे। जिस तरह एक हंस उड़ता-उड़ता एक कुएँ के ऊपर आकर बैठ गया वहाँ एक मेंढ़क कीचड़ में फँसा हुआ था। हंस ने मेंढ़क से कहा, ''तू यहाँ कीचड़ में खराब हो रहा है, यहाँ बहुत गन्दी बदबू आ रही है। मैं तुझे समुंद्र की सैर करवा लाता हूँ, वहाँ खाने के लिए मोती हैं; मेरा देश बहुत अच्छा है।'' मेंढक ने कुएँ का छोटा-सा चक्कर काटकर हंस से पूछा, ''क्या तेरा समुंद्र इतना बड़ा है?'' हंस ने कहा, ''समुंद्र कुएं से बहुत बड़ा है और समुंद्र का पानी साफ है।'' मेंढ़क ने कुएँ के दूसरे कोने पर खड़े होकर पूछा, ''क्या तेरा समुंद्र इतना बड़ा है?'' हंस ने कहा, ''तू मेरे साथ

चल, मैं तुझे दिखा सकता हूँ क्योंकि समुंद्र की शोभा ब्यान नहीं की जा सकती देखने से ही पता चलेगी। तेरा जीवन सुधर जाएगा, तू मौज करेगा।'' मेढ़क ने कहा, ''समुंद्र इससे बड़ा हो ही नहीं सकता, तू बेईमान है, झूठ बोलता है।''

हमारे दिमाग भी मेढ़क की तरह छोटे हैं जो बात हमारे दिमाग में न आए हम उसे मानने के लिए तैयार नहीं होते। इसी तरह मालिक के भेजे हुए सन्त इस संसार में आते हैं। सन्त कहते हैं, ''आपका देश बहुत ऊँचा, सच्चा-सुच्चा शान्ति का देश है; वहाँ मौत-पैदाईश नहीं। आओ! हम आपको आपके देश ले चलें। आप वहाँ शान्ति से अपना समय व्यतीत कर सकेंगे क्योंकि वह आपका अपना घर है।'' हम उनके साथ जाने के लिए तैयार नहीं होते हमारी हालत भी उस मेंढक जैसी है जो हंस को झूठा कहता था।

बड़े-बड़े चोटी के महात्मा गुरु नानकदेव जी, कबीर साहब और हमारे सतगुरु महाराज जी इस संसार में आए। सभी महात्माओं ने संसार में आकर 'शब्द-नाम' का होका दिया, हमें हमारे घर की जानकारी दी और कहा, ''आओ प्यारेयो! हम आपको आपके घर सच्चखंड ले चलते हैं, हम आपके साथ चलकर आपका सफर तय करवाएँगे।'' हममें से कितने लोग सन्तों के साथ जाने के लिए तैयार होते हैं? हम मन के जाल में फँसे हुए हैं। मन का जाल बड़ा जबरदस्त है इसे तोड़ना कोई आसान काम नहीं।

विशिष्ठ मुनि ने रामचन्द्र जी से कहा, ''अगर कोई आदमी यह कहे कि कोई बड़ा सूरमा पैदा हुआ है जिसने हिमालय पर्वत अपने सिर पर उठा लिया है बेशक यह मानने वाली बात नहीं लेकिन मान लेते हैं कि शायद परमात्मा ने ऐसा कोई आदमी पैदा किया हो। फिर कोई यह कहे कि एक आदमी ने समुंद्र पी लिया है

बेशक यह मानने वाली बात नहीं फिर भी मान लेते हैं कि शायद परमात्मा ने ऐसा कोई आदमी पैदा किया हो जिसने समुंद्र पी लिया हो अगर कोई यह कहे कि मैंने **मन को बस में** कर लिया है हम यह मानने के लिए तैयार नहीं।''

इसका मतलब यह भी नहीं कि आज तक किसी ने **मन को बस में** नहीं किया। संसार में गुरुमुख और मनमुख दो प्रकार के आदमी आते रहे हैं। गुरुमुख हमेशा यही कहते हैं कि गुमराह करने वाली ताकत आपके अंदर है उसकी दवाई भी आपके अंदर रखी हुई है; आप अंदर जाकर इस दवाई को खाएं।

आपके आगे स्वामी जी महाराज का शब्द रखा जा रहा है। इस शब्द में स्वामी जी महाराज प्यार से कहते हैं, ''आप जप-तप, पूजा-पाठ जो कुछ मर्जी कर लें लेकिन इन साधनों को करने से **मन बस में** नहीं आता बल्कि अहंकार पैदा हो जाता है कि मैंने इतना दान किया है इतना जप-तप किया है।'' महात्मा कहते हैंः

*किया कराया सब गया, जब आया अहंकार।*

गुरु नानकदेव जी महाराज अपनी बानी में कहते हैंः

*तीर्थ व्रत और दान कर, मन में धरे गुमान।*
*नानक नेह फल जात है ज्यों कुंचर स्नान।।*

हम जिस तरह हाथी को नहलाते हैं लेकिन बाहर निकलकर हाथी अपने ऊपर गंदगी डाल लेता है, हमारी भी यही हालत है। स्वामी जी महाराज इस शब्द में बताते हैं कि जिसने भी **मन को बस में** किया उसने 'शब्द-नाम' की दवाई से ही बस में किया है।

**धुन सुन कर मन समझाई।। धुन सुन कर मन समझाई।।**
**कोटि जतन से यह नहिं माने। धुन सुनकर मन समझाई।।**

स्वामी जी महाराज प्यार से समझाते हैं, ''चाहे आप जप-तप के अलावा करोड़ों उपाय क्यों न कर लें आपका **मन बस में नहीं आएगा**। अभी हमारी आत्मा कमजोर है लेकिन जब यह घंटे और शंख की आवाज़ सुनती है तब इसके अंदर जो कमियाँ हैं वह दूर होनी शुरू हो जाती हैं। हमारा कमल उल्टा है उसमें से अमृत टपक रहा है लेकिन उस अमृत को माया और माया के भोग पी रहे हैं।'' गुरु नानकदेव जी महाराज कहते हैं:

*ऊंधे भांडे कछु न समावे, सीधे पवे अमृत धार।।*

जब हमारा हृदय कमल सीधा हो जाता है सहँसदल कँवल का दरवाजा खुल जाता है तब अंदर जाकर कोई शक नहीं रहता मार्ग किताब की तरह खुल जाता है। जिस तरह हमें आज अंदर जाना मुश्किल है इसी तरह फिर बाहर ख्याल लाना भी मुश्किल हो जाता है। जब हमारी आत्मा शब्द-नाम के साथ जुड़ती है इसकी चढ़ाई ऊपर की तरफ होती है आखिर यह अपने घर त्रिकुटी में पहुँचती है जोकि मन का घर है।

त्रिकुटी में पहुँचकर मन अपने ऐब और विषय-विकारों की लज्जतों को भूल जाता है तब मन को होश आता है कि मैं तो बहुत बड़े घर का मालिक था। मैं तो ऐसे ही दुनिया के विषय-विकारों के जंगलों और मान वडयाई में फँसा रहा। इन दोनों रास्तों को मिलाने के लिए एक टेढ़ा रास्ता बंकनाल है जो त्रिकुटी और संहसदल कवल के बीच में है। महात्मा हमें प्यार से बताते हैं कि जब हम मन को त्रिकुटी की धुन सुनाते हैं शब्द की लज्जत देते हैं मन को मन के घर ले जाते हैं तब मन को होश आता है।

आप देखें! अगर कोई पागल आदमी है तो हमें उस पर तरस करना चाहिए। हम उस पागल आदमी को मकान में लेकर जाते हैं

तो वह मकान के अंदर नहीं बैठता। बेशक डॉक्टर उसे कितनी भी अच्छी दवाई दे वह उस दवाई को फेंक देगा मारने लगेगा परेशान करेगा। हम कुछ समय उसके साथ संघर्ष जारी रखते हैं उसे दवाई देते हैं और प्यार भी करते हैं जब उसे होश आता है तो वही आदमी हमारे साथ प्यार करता है हमारा शुक्रगुज़ार होता है। हमारे मन की भी यही हालत है। जब मन अपने घर पहुँचता है तब इसे पता चलता है कि मैं तो ऐसे ही दुनिया की मैलों में फँसा रहा।

स्वामी जी महाराज कहते हैं, ''बाहर के किसी तरीके से आपका **मन बस में** नहीं आएगा अगर बस में आएगा तो 'शब्द-नाम' के रस से ही आएगा।'' आप शहरों-बाजारों में देखते हैं कि सपेरे लोग साँप को गले में डाले फिरते हैं। साँप के अंदर बहुत ज़हर होता है अगर हम सपेरों की नकल करें कि हम भी साँप को गले में डाल लें तो हमें फौरन मौत का टिकट मिल जाएगा। सपेरे लोगों को साँप की कमज़ोरी का पता होता है वे साँप के दाँत खट्टे कर देते हैं, साँप ज़िन्दा रहता है लेकिन हार्मलेस हो जाता है।

यही हालत हमारे मन की हो जाती है, मन को मारना नहीं मन को समझाकर इसके ठिकाने पर पहुँचा देना है। जो मन दुश्मनी करता है फिर वही हमारा मित्र बन जाता है। मन को अंदर का राग सुना दें, शब्द का रस दे दें तो **मन हमारे बस में** आ जाएगा।

**जोगी जुक्ति कमावें अपनी। ज्ञानी ज्ञान कराई।।**

मैं सुनी-सुनाई बातें नहीं बता रहा। मैंने श्रद्धा और प्यार से बहुत कर्मकांड किये हैं लेकिन ये पानी में मधानी डालने से ज्यादा कुछ नहीं। मक्खन जब भी निकलेगा दूध में से निकलेगा। योगी लोग साँसो पर काबू पाने के लिए हमेशा ही प्राणायाम द्वारा संघर्ष

करते रहे उम्र तो लम्बी कर ली लेकिन बड़ी मुश्किल से ही पहली मंजिल पर पहुँचे लेकिन सन्तों की अलिफ-बे यहीं से शुरू होती है।

हमारे हुजूर महाराज बताया करते थे, ''एक आदमी पहाड़ के बीच बैठा हुआ है उसने पहाड़ की चोटी पर जाना है अगर वह पहले नीचे आए फिर ऊपर जाए तो उसे कितना वक्त लगेगा? अगर वह वहीं से अपना सफर ऊपर की ओर शुरू कर दे तो उसका काफी समय बच जाएगा।'' इसी तरह परमात्मा हमारे जिस्म में है। परमात्मा जिस्म के छः चक्रों, नौ द्वारों में नहीं हमारी आँखों से ऊपर के भाग में है। हम किसी पूर्ण महात्मा के पास जाकर ही अंदर जाने में कामयाब हो सकते हैं।

आमतौर पर हम इस मसले को पढ़-लिखकर ही हल करना चाहते हैं। मैं आपको बाबा बिशनदास जी के बारे में बताया करता हूँ कि बाबा बिशनदास जी के पास सांसारिक पढ़ाई की पी.एच.डी. की डिग्री थी। आप हिन्दु मत, मुसलमान मत, उर्दू-फारसी के महारथी थे; इंग्लिश भी अच्छी बोल लेते थे। आप कहते थेः

*ज्ञानी से प्रभ बीस कोस , तपस्वी से तीस।*
*भक्ता दे हृदय बसे, जोगी दे प्रभ सीस।।*

परमात्मा ज्ञानी से बीस कोस दूर रहता है और तपस्या करने वाले से तीस कोस दूर रहता है। योगी लोग तपस्या करके यहाँ तक पहुँचते हैं लेकिन परमात्मा तो इससे ऊपर जाकर मिलेगा। जब मैं तप करके आपके पास गया तो आप बोले, ''बेटा! इंसान के अंदर काम, क्रोध, लोभ, मोह और अहंकार पाँच किस्म की आग तो पहले ही जल रही है, बाहर जिस्म जलाने का क्या फायदा?''

आमतौर पर तप इस तरह होता है कि हम अपने चारों तरफ धूनियाँ लगा लेते हैं पाँचवी सिर के ऊपर सूरज की होती है। यह

तप दिन के बारह बजे शुरू किया जाता है। कोई दस हजार राम अक्षर का जाप करता है कोई बीस हजार राम अक्षर का जाप करता है; यह सब अपनी-अपनी श्रद्धा है। जब बाबा बिशनदास जी के पास गए तो आपने कहा, ''दुनिया ने वेदों-शास्त्रों में बहुत खोज की लेकिन वेद-शास्त्र भी यही बताते हैं कि परमात्मा अंदर है न आज तक बाहर से किसी को मिला है और न मिल ही सकता है, जिसको मिला है अंदर से मिला है और अंदर से ही मिलेगा।''

क्राईस्ट ने कहा था, ''परमात्मा की बादशाहत हमारे अंदर है, हम अंदर ही परमात्मा से मिल सकते हैं।''

मौहम्मद साहब कहते हैं, ''खुदा शाह-रग से नजदीक है।'' गुरु अमरदेव जी महाराज कहते हैं, ''अगर परमात्मा के रहने की कोई जगह है तो वह आपका शरीर है।''

*हरि मंदिर ऐहो शरीर है, ज्ञान रत्न प्रकट होए।*

योग करने वालों ने कोई कसर नहीं छोड़ी। पढ़ाई करने वालों ने भी कोई कसर नहीं छोड़ी। हमारे सतगुरु महाराज सावन सिंह जी चार वेदों को जानने वाले पंडित रावण की मिसाल दिया करते थे। उत्तरी भारत में हर साल रावण की नकल बनाकर उसे जलाया जाता है। रावण पराई औरतों को चुराता मर गया उसने बुरी हरकतें की आज भी लोग उसे माफ नहीं करते। कहने का मतलब अगर पढ़ने-लिखने से मन बस में आ जाता तो रावण का **मन भी बस में** आ जाना चाहिए था। गुरु नानकदेव जी कहते हैं:

*नानक कागज लख मणा, पढ़ पढ़ कीजे भाओ।*
*मस्सू तोट न आवही लेखन पौण चलाओ।*
*भी तेरी कीमत न पवे हों के वड ओखा नाम।।*

आप प्यार से कहते हैं चाहे आप लाखों मण कागज पढ़ लें, लिखते भी जाएं लेकिन नाम की कीमत फिर भी नहीं लग सकती क्योंकि नाम कोई और वस्तु है।

## तपसी तप कर थाक रहे हैं। जती रहे जत लाई।

दुनिया ने कोई कसर नहीं छोड़ी। तपस्वियों ने बहुत तप किए, जतियों ने बहुत जत किये। घर-बार छोड़ देते हैं और लोगों को अहंकार से कहते हैं कि हम जती हैं लेकिन पर्दे के पीछे जाकर देखें तो पता चलता है कि वे लोग कितने मैल से भरे हुए हैं। गुरु नानकदेव जी महाराज कहते हैंः

*जती सदाई जुगत न जाने, छड बहे घर बार।*

जैमिनी ऋषि वेद-व्यास जी का शिष्य था। जैमिनी ऋषि ने कर्मों की फिलासफी पर एक पुराण लिखा। वह उस पुराण को लेकर वेद व्यास जी के पास गया। वेद व्यास जी ने कहा, ''तुमने बहुत अच्छी किताब लिखी है लेकिन कमाई करनी इससे कठिन होती है बिना कमाई इंसान कामयाब नहीं हो सकता।'' जैमिनी ऋषि ने कहा, ''कमाई की क्या जरूरत है। मैं अच्छा लिख लेता हूँ, मैंने कर्मों की फिलासफी को बहुत खोलकर लिखा है।'' वेद व्यास जी ने कहा, ''अच्छा! वक्त आने पर देखेंगे।''

जैमिनी ऋषि बाहर कुटिया में रहता था। एक दिन वेद व्यास जी लड़की का रूप धारण करके शाम को वहाँ जाकर जोर-जोर से चिल्लाने लगे। आवाज सुनकर जैमिनी ऋषि ने बाहर आकर उससे पूछा, ''बेटी! तू कौन हैं?'' उस लड़की ने कहा, ''मैं एक राजा की लड़की हूँ। वे लोग शिकार खेल रहे थे, मैं रास्ता भूल गई हूँ। मैं अकेली हूँ जंगल में मुझे जानवर खा जाएँगे, आप मेरे ऊपर तरस

करें मुझे सहारा दें।'' पहले तो ऋषि का ख्याल ठीक था, उसने कहा, ''मैं किसी को सहारा नहीं देता, मैं किसी को अपने पास नहीं रखता।'' लड़की ने कहा, ''सन्त-महात्मा बहुत परोपकारी होते हैं। आप मुझ पर तरस करें, मुझे जरूर जगह दें।'' आखिर ऋषि ने उसे अपने पास जगह दे दी।

मन अंदर से वकील की तरह पढ़ाता है। ऋषि ने कहा कि चलों मैं बाहर सो जाऊंगा और इसे अंदर सोने के लिए कह देते हैं। जैमिनी ऋषि ने उस लड़की से कहा, ''तू अंदर से दरवाजा बंद कर ले अगर मैं भी कहूँ तो दरवाजा नहीं खोलना।''

ऋषि जब बाहर बैठा तो दिल में ख्याल आया कि चलो बातचीत ही करते हैं रात व्यतीत हो जाएगी। दुश्मन मन ही मुसीबत में डालता है वह मन अंदर ही था। आखिर ऋषि ने आवाज़ दी कि दरवाजा खोलो। लड़की ने कहा कि आपका हुक्म था कि दरवाजा नहीं खोलना। आखिर ऋषि ने कहा कि मैं ऊपर से छत फाड़ दूँगा। लड़की ने कहा, ''आप जो मर्जी करें लेकिन मैं दरवाजा नहीं खोलूँगी।'' आखिर जब ऋषि छत फाड़कर नीचे कूदा तो वहाँ पर कोई औरत नहीं थी, वेद व्यास जी बैठे थे। जैमिनी ऋषि बहुत शर्मिन्दा हुआ। वेद व्यास जी ने कहा, ''तू अब बात कर! तूने कर्मों की फिलासफी पर बहुत अच्छी किताब लिखी है अगर कमाई की होती तो धोखा न खाता?''

कहने का मतलब यह है कि हम बाहर लोगों को दिखाते हैं कि हम जती हैं, सती हैं; हमारे अंदर बहुत गुण हैं लेकिन जब निभाने पर आते हैं तब पता चलता है हम कैसे बचते हैं?

**ध्यानी ध्यान मानसी लावें। वह भी धोखा खाई।।**

अब आप प्यार से कहते हैं कि जिस महात्मा को संसार छोड़े हुए बहुत समय हो गया हो वह मालिक से जा मिला हो। हम उस महात्मा की मूर्ति बनाकर उस महात्मा का ध्यान करते हैं आपके अंदर मूर्ति का अक्स आएगा लेकिन वह महात्मा खुद नहीं आएगा। हमें यह भी नहीं पता कि यह उस महात्मा की फोटो है या नहीं!

मुम्बई में शिव की मूर्ति अलग स्टाईल की बनाते हैं और पंजाब में शिव की मूर्ति किसी और स्टाइल की बनाते हैं। एक मूर्ति से दूसरी मूर्ति नहीं मिलती। मैंने गुरदासपुर में दस गुरुओं की तस्वीरें देखी थी, वे आज की तस्वीरों से मेल नहीं खाती।

किसी ने महाराज सावन सिंह जी से पूछा कि आपकी मूर्ति के आगे धूप जलाना कितना सही है? महाराज जी ने कहा, ''यह अच्छा नहीं। आप अपने गुरुदेव की मूर्ति अपना बुजुर्ग या भाई समझकर रखें। अगर आप यह सोचें कि मूर्ति के आगे धूप जलाने से हमारा मसला हल हो जाएगा तो यह गलत है। आप सूरज की तरफ दो मिनट झाँककर देखें आँखें बंद करें, सूरज का अक्स आपके अंदर होगा। दीपक की तरफ झाँककर देखें आँखें बंद करे तो दीपक की लौ आपके अंदर आ जाएगी लेकिन दीपक नहीं आएगा। अगर आपके अंदर वह मूर्ति आती है तो आप उससे प्यार से पूछें कि हमें कब लेकर जाएगा? लेकिन वह मूर्ति नहीं बोलेगी क्योंकि मूर्ति बेजान है। अगर कोई जज कुर्सी पर अपनी फोटो रखकर छुट्टी चला जाए तो क्या वह फोटो किसी का न्याय करेगी?

इसी तरह यहाँ आकर हम सब धोखा खा जाते हैं। हम कहते हैं कि हमारे बाप-दादा इन मूर्तियों को पूजते आए हैं इसलिए हम भी इन्हें मानते हैं। गुरु नानकदेव जी महाराज कहते हैंः

***सब गुर पीर हमारे।***

महात्मा सब सन्तों की इज्जत करते हैं लेकिन बताते हैं कि सज्जनों! आपका काम इस तरह पूरा नहीं होगा। आप नाम लें, सिमरन करें। मुक्ति के तीन साधन हैं- सिमरन, भजन और ध्यान।

हमने सिमरन के जरिये अपने ख्याल को तीसरे तिल पर इकट्ठा करना है फिर ध्यान की जरूरत पड़ती है अगर ध्यान नहीं होगा तो हमारी आत्मा ऊपर जाएगी नीचे गिर जाएगी फिर ऊपर जाएगी नीचे गिर जाएगी। गुरु नानकदेव जी कहते हैः

*अकाल मूरत है साध सन्तन की, ठहरने की ध्यान को।*

हमने उन महात्माओं के स्वरूप का ध्यान करना है जिन्होंने हमें नाम दिया है बेशक गुरु नाम देकर अगले दिन ही चोला छोड़ जाए शिष्य के लिए गुरु हमेशा जीवित रहता है। महात्मा नाम देकर कभी बेखबर नहीं होते वे सच्चखण्ड में बैठकर भी हमारी रहनुमाई करते हैं। अगर आपको कोई रुकावट है तो उनकी जगह जो ताकत काम करती है आप उससे पूछें। आपका ध्यान इतना हो कि आप अपने आपको भूल जाएं। गुरु नानकदेव जी कहते हैंः

*आप छोड़ गुरु माहे समावे।*

जब हम सिमरन के जरिये सूरज, चन्द्रमा, सितारों से ऊपर चले जाते हैं गुरु स्वरूप अपने आप ही प्रकट हो जाता है। वहाँ जाकर गुरु का सच्चा शिष्य बनता है। उस समय आप उस स्वरूप से कोई भी बात करें वह आपको उस बात का सही जवाब देगा, यह बातों का मजबून नहीं। गुरु हमेशा सेवक के साथ रहता है यहाँ तक हमें हमारा सिमरन लेकर जाता है आगे गुरु की ड्यूटी है लेकिन हम अपने अंदर झाँककर देखें! हममें से कितने आदमी इस तरह का सिमरन करते हैं या सन्तों से नाम की दात माँगते हैं?

मेरे पास ऐसे पत्र भी आते हैं और प्रेमी मिलते भी हैं लेकिन कोई भी यह नहीं कहता कि मैं इतना भजन करता हूँ। सब अपनी-अपनी समस्याएँ बताते हैं। महाराज सावन सिंह जी कहा करते थे कि जो लोग ऐसे ख्याल लेकर सन्तमत में आते हैं कि मेरा मुकद्दमा फतह हो जाए, बीमारी दूर हो जाए, बेरोजगारी दूर हो जाए वे लोग सन्तमत से क्या कमाएँगे? कबीर साहब कहते हैंः

*दुनिया ऐसी दीवानी भाई, भक्ति भाव नहीं बूझे जी।*
*कोई आए तो दुःख का मारया, हम पर कृपा कीजे जी।*
*कोई आए तो ब्याह की खातिर, सन्त गौसाईं रीझे जी।*
*कोई आए तो दौलत मांगे, भेंट रुपया दीजे जी।*
*सच्चे का कोई ग्राहक नाहीं, झूठे जगत पतीजे जी।*
*कहत कबीर सुनो भई साधो, अन्धे को क्या कीजे जी।।*

सन्त हमें इस परेशानियों की दुनिया से निकालने के लिए आते हैं कि आप इस दुनिया से निकलें, ऊपर चलें लेकिन हम बार-बार यहाँ फँसना चाहते हैं और फँसने की दवाई माँगते हैं। स्वामी जी महाराज हमें समझाते हैं, ''तपी तप करके थक गए। ध्यानी ध्यान करके थक गए। गुरु ने हमें नाम दिया है हमने गुरु के स्वरूप का ध्यान करना था लेकिन हम वहाँ पहुँचते ही नहीं।''

**पंडित पढ़ पढ़ वेद बखानें। विद्या बल सब जाई।।**

सन्तों की बानी इस किस्म की होती है कि जब तक हम उसका पहला अर्थ ठीक न करें अगला ठीक नहीं हो सकता। सन्त किसी वेद-शास्त्र की निन्दा नहीं करते। वे कहते हैं जो वेद का कहना नहीं मानता वह वेद का चोर होता है। वेदों के अंदर दूसरी मंज़िल का ज्ञान है ये दूसरी मंज़िल से ही पैदा हुए हैं; वहाँ तक इनका रास्ता ठीक है लेकिन हम वहाँ तक चलने के लिए भी तैयार नहीं सारा दिन जुबानी-कलामी पढ़ते हैं। गुरु नानक जी कहते हैंः

*वेद व्यापारी नानका लद न चलया कोय।*

जो लोग यह कहते हैं कि हमने इतनी किताबें पढ़ लीं, इतने ग्रन्थ पढ़ लिए। तब देखेंगे जब ये ग्रंथ किताबें अपने साथ ले जाएंगे। हमारे बुजुर्ग ग्रंथ पढ़कर यहीं छोड़ गए हैं और हमने भी यहीं छोड़ जाना है। जो इन धर्मग्रन्थों में लिखा है हम उन पर चल नहीं रहे और एक-दूसरे से बहसबाजी करने पर तुले हैं।

मैं बाबा बिशनदास जी की मिसाल बताया करता हूँ कि दो पंडित काशी पास करके आए, वे एक ज़मींदार से मिले। जमींदार ने पूछा, ''पंडित जी! आप कहाँ से आए हैं?'' पंडितों ने कहा, ''हम काशी से पढ़कर आए हैं, हम बहुत विद्वान हैं।'' जमींदार ने कहा, ''आप मुझे मौका दें मैं आपकी सेवा करूं।'' जमींदार खाना तैयार करवाने लगा। उनमें से एक पंडित ने कहा कि मैं थोड़ा-सा बाहर हो आऊँ। जमींदार ने दूसरे पंडित से पूछा, ''यह पंडित जी कितना पढ़े हैं और आप कितना पढ़े हैं?'' पंडित ने कहा, ''मैं तो सब कुछ पढ़कर आया हूँ लेकिन यह तो बैल ही है इसे कुछ नहीं आता।'' थोड़ी देर बाद दूसरा पंडित बाहर गया। जमींदार ने उससे पूछा, ''पंडित जी आप कितना पढ़े हैं और आपके साथ वाले पंडित जी कितना पढ़े हैं?'' इस पंडित ने कहा, ''यह बिल्कुल गधा है इसे कुछ नहीं आता मैं ही पढ़ा-लिखा हूँ।''

जमींदार ने बहुत समझदारी से काम लिया, दोनों के हाथ धुलाए और बिठा दिया। एक पंडित की थाली में गधे की खुराक फूस वगैरहा रख दिया दूसरे पंडित की थाली में बैल की खुराक तूड़ी वगैरहा रख दिया। अब दोनों पंडित बहुत परेशान, हैरान हो गए कि यह क्या है? जमींदार ने कहा, ''देखो जी! इसने आपको गधा कहा है यह गधे की खुराक है और आपने इसे बैल कहा है

यह बैल की खुराक है।'' दोनों पंडित शर्मिन्दा हो गए। हम विद्वानों को एक-दूसरे की सिफत करनी नहीं आती। अक्सर यह आदत ज्यादा पढ़े-लिखों में होती है।

हमारे सतगुरु महाराज कृपाल कहा करते थे कि हज़ारों सन्त एक मकान में इकट्ठे रह सकते हैं लेकिन दो सांड एक मकान में नहीं रह सकते। हमारी यही हालत है हम कहते हैं कि मैं ज्यादा पढ़ा-लिखा हूँ, मैं इससे ज्यादा अच्छा लेक्चर दे सकता हूँ लेकिन सन्तमत कमाई की चीज है।

मैं बताया करता हूँ कि एक आदमी ने भौगोलिक विद्या पढ़ी है वह हर शहर-बंदरगाह का नाम बताएगा उसे नक्शा याद है। दूसरे आदमी ने खुद जाकर वह जगह देखी है कि कौन सा शहर-बंदरगाह कहाँ है, उनमें से कौन सच्चा है? गुरु नानकजी कहते हैं:

*सन्तन की सुन साची साखी, जो बोलण सो पेखण आखी।*

सज्जनों! आपने जो बोलना है वह आपका प्रैक्टिकल किया हुआ हो अगर आपने खुद प्रैक्टिकल नहीं किया तो आपके साथ धोखा हुआ है और हम दुनिया को भी धोखा दे रहे हैं। कबीर साहब कहते हैं, ''कागज की बेड़ी पर चढ़कर कोई पार नहीं हुआ, हम लोगों को विश्वास दिलाते हैं कि हम तरे हुए हैं और आपको भी तार देंगे लेकिन हमने कागज की बेड़ी पर चढ़कर किसी को पार होते हुए नहीं देखा।''

**बुद्धि चतुरता काम न आवे। आलिम रहे पछताई।।**

यह बुद्धि का मसला नहीं, आलिमों-फाज़िलों को इस रास्ते में बहुत रुकावट होती है। स्वामी जी महाराज कहते हैं:

*हे विद्या तू बड़ी अविद्या, सन्तन की तू कदर न जानी।*

इसका मतलब यह नहीं कि आप पढ़ें नहीं। सन्त कहते हैं कि आप सोच-समझकर पढ़ें कि हम क्या पढ़ते हैं।

**और अमल का दखल नहीं है। अमल शब्द लौ लाई।।**

आप प्यार से कहते हैं, ''हम परमात्मा को चतुराई या और किसी साधन से धोखा नहीं दे सकते। शब्द-नाम की कमाई करनी पड़ती है अपने आपको न्यौछावर करना पड़ता है। सबसे पहले वह करना पड़ता है जो गुरु कहता है। आप सच्चे दिल, मेहनत और प्यार से शब्द-नाम की कमाई करें।''

**गुरु मिले जब धुन का भेदी। शिष्य विरह धर आई।**

प्यारेयो! आज तरह-तरह के गुरुओं से दुनिया भरी पड़ी है। कबीर साहब कहते हैंः

*गुरु जिन्हां का अंधला, चेले कहाँ कराई।*

बेटे को पिता की ही जायदाद मिलती है अगर पिता के पास जायदाद नहीं तो बच्चे कहाँ से खाएँगे?मजदूरी करेंगे, दुःखी होंगे।

*साहब जिसदा भूखा नंगा होवे, तिसदा नफर कित्थों रज खाए।*
*साहब घर वथ होऐ नफर हथ आए, अनहोंदी कित्थो पाए।*
*गुरु सदाए अज्ञानी अंधा कित्थो मार्ग पाए।।*

गुरु नानकदेव जी महाराज हमें प्यार से कहते हैं, ''देखो प्यारेयो! अगर आपका गुरु सच्चखण्ड का रहने वाला है तो वह आपको भी सच्चखण्ड ले जा सकता है।'' पढ़ा हुआ ही पढ़ा सकता है। आप किसी महात्मा की शरण में जाने से पहले उसकी हिस्ट्री पढ़े कि क्या उस महात्मा ने दस-बीस साल कोई कुर्बानी की है, कोई अभ्यास किया है? सोए हुए को परमात्मा नहीं मिलता अगर कोई यह कहता है कि हम सोए हुए को परमात्मा मिल गया है तो

यह गलत है। आज तक जिसने भी मेहनत की, कमाई की उसे ही परमात्मा मिला है।

आप गुरु नानकदेव जी की हिस्ट्री पढ़कर देंखे! आपने ग्यारह साल कंकड़-पत्थरों का बिस्तर किया, अक्क का आहार किया। अगर गुरु शब्द स्वरूपी, शब्द अभ्यासी है और शिष्य के दिल में तड़प है तो यह इस तरह है जैसे प्यासे को पानी मिलता है।

कबीर साहब कहते हैं, ''प्यासा बहुत इज्जत से पानी पीता है जिसको प्यास नहीं वह बातें करेगा कि यह पानी हिन्दुओं का है या मुसलमानों का है? प्यास है तो वह कुछ नहीं पूछेगा।''

मैंने सुबह बताया था कि मैं एक छोटा सा जीव था। मेरे गुरुदेव खुद ही हिम्मत करके मेरे पास आए और उन्होंने इस आत्मा की प्यास बुझाई। मैंने आपसे कोई सवाल नहीं किया कि आप किस जाति के हैं, आप गृहस्थी हैं या त्यागी हैं? मुझे प्यास थी आपने जो कहा मैंने वह कर लिया।

गुरु शब्द स्वरूपी, शब्द-अभ्यासी हो और शिष्य के दिल में विरह, तड़प हो फिर देखें! क्या काम बनता है? गुरु पूरा हो लेकिन जब तक पूरा शिष्य न मिले गुरु की भी परख नहीं होती। शिष्य पूरा हो तो पाखण्डी गुरु भागेगा क्योंकि जब शिष्य कुछ मांगेगा तो गुरु को देना पड़ेगा लेकिन वह कहाँ से देगा? क्योंकि सारी ज़िन्दगी कमाई नहीं की। कबीर साहब कहते हैंः

*गुरु बेचारा क्या करे जे सिक्खन में चूक।*
*अंधे एक न लग्गी ज्यों बाँस बजाई फूँक।।*

**सुरत शब्द की होय कमाई। तब मन कुछ ठहराई।।**

आप कहते हैं, ''नाम ले लेना ही काफी नहीं। गुरु ने अभ्यास का जो तरीका बताया है वह रोज़ाना करें।''

**हिर्स हवस से हाथ न आवे। तन मन देव चढ़ाई।।**

अब स्वामी जी महाराज कहते हैं, ''दुनिया के लालचियों को परमात्मा नहीं मिलता। अगर आपके दिल में सच्ची तड़प है, विरह है तो आप अपना तन-मन भी गुरु पर वार दें।''

**बुल्हवसी और कपटी जन को। नेक न धुन पतियाई।।**

दुनिया के लालचियों को कभी भी धुन सुनाई नहीं देती। शब्द सच्चखण्ड से उठकर हमारी आँखों के दरमियान आता है। जिस तरह अजगर साँप शिकार के पीछे नहीं दौड़ता वह आराम से बैठा रहता है जब शिकार उसके दायरे में आता है तो वह शिकार को अपनी तरफ खींच लेता है। इसी तरह जब हम सिमरन के जरिये नौं द्वारे खाली करते हैं तो हमारी आत्मा शब्द के दायरे में आ जाती है, शब्द फौरन ही इसे चुम्बक की तरह ऊपर खींच लेता है।

**यह धुन है धुर लोक अधर की। कोइ पकड़ें संत सिपाही।।**

मालिक के दरबार से धुन उठ रही है। गुरु नानकदेव जी ने इसे गुरुबानी, मुसलमान फकीरों ने इसे कलमा, बाँगे आसमानी कहा है कि आसमान से आवाज़ आ रही है। कोई सूरमा ही मन-इन्द्रियों से छुटकारा पाकर इस धुन को पकड़ता है।

**मन को मार करें असवारी। गगन कोट वह लेयँ घिराई।।**
**खाई सुन्न पार मैदाना। महासुन्न नाका परमाना।।**

हमारी आत्मा पर स्थूल, सूक्ष्म और कारण के तीन पर्दे हैं। जब हम सिमरन के जरिये नौं द्वारे खाली करके आँखों के पीछे आ

जाते हैं तो हम सहँसदल कँवल, गगन त्रिकुटी में चले जाते हैं, वहाँ हमारा **मन बस में आ जाता है** । तब हम यह भी कह सकते हैं कि हमारी आत्मा मन के पँजे से आज़ाद हो गई है। हम पारब्रह्म में पहुँच जाते हैं वहाँ औरत-मर्द का सवाल नहीं वहाँ आत्मा है।

वहाँ पहुँची हुई आत्मा की रोशनी बारह सूरज जितनी होती है, यह सच्चखण्ड का नाका है। वहाँ पहुँचकर आत्मा को पता लगता है कि मैं आत्मा हूँ। मैं तो ऐसे ही बाहर पिंजरों में फँसी रही। तन के पिंजरे के साथ प्यार डालकर मैंने कभी हिन्दु की कभी मुसलमान की बोली बोली। गुरु नानकदेव जी महाराज कहते हैं:

*सुहट पिंजर प्रेम का बोले बोलनहार।*
*सच चुगे अमृत पिए उडे ते एके बार।।*

अगर यह आत्मा इस पिंजरे का ख्याल छोड़कर उस अनहद 'शब्द-नाम' का चोगा चुगे तो एक बार ही संसार में आए बाद में अपने घर पहुँच जाए।

**भँवरगुफा का फाटक तोड़ा। शीश महल सतगुरु दिखलाई।।**

जब सन्त-सतगुरु हमारे अंदर प्रकट हो जाते हैं हम सिमरन के जरिये उनके स्वरूप तक पहुँच जाते हैं तो वे खुद ही हमारी अगुवाही करते हैं और हमें भँवर गुफा तक ले जाते हैं। भँवर गुफा सच्चखण्ड का दरवाजा है, वहाँ पहुँचकर आत्मा मस्त हो जाती है।

वहाँ पहुँचकर ही मंसूर ने ऐनलहक का नारा लगाया कि जो खुदा परमात्मा है मैं वही हूँ। मौलवियों को पता नहीं था कि मंसूर की कितनी रसाई है, कितनी महानता है? उन मौलवियों ने मंसूर को सूली पर चढ़ा दिया। वहाँ पहुँचकर आत्मा को होश आता है वह आगे अपने घर जाने की तैयारी करती है। सतगुरु बहुत दया करते हैं वे हर मंजिल पर साथ है।

**अद्भुत लीला अजब वहाँ की। किरन किरन सूरज दरसाई ।।**

यहाँ एक सूरज की कितनी रोशनी है, कितना प्रकाश है। वहाँ की लीला बड़ी अजीब है। वहाँ सूरजों की लाइनें ही लाइनें हैं और चन्द्रमा की रोशनी बयान से बाहर है। हम उस देश की क्या महिमा बयान करें जहाँ सन्त-सतगुरु हमें ले जाना चाहते हैं। ये महान आत्माएं उसी देश से इस संसार में आई हैं।

**सूरज सूरज जोत निरारी। चन्द्र चन्द्र कोटिन छबि छाई ।।**
**घट अकाश औघट परकाशा। लख अकाश कोटिन परसाई ।।**

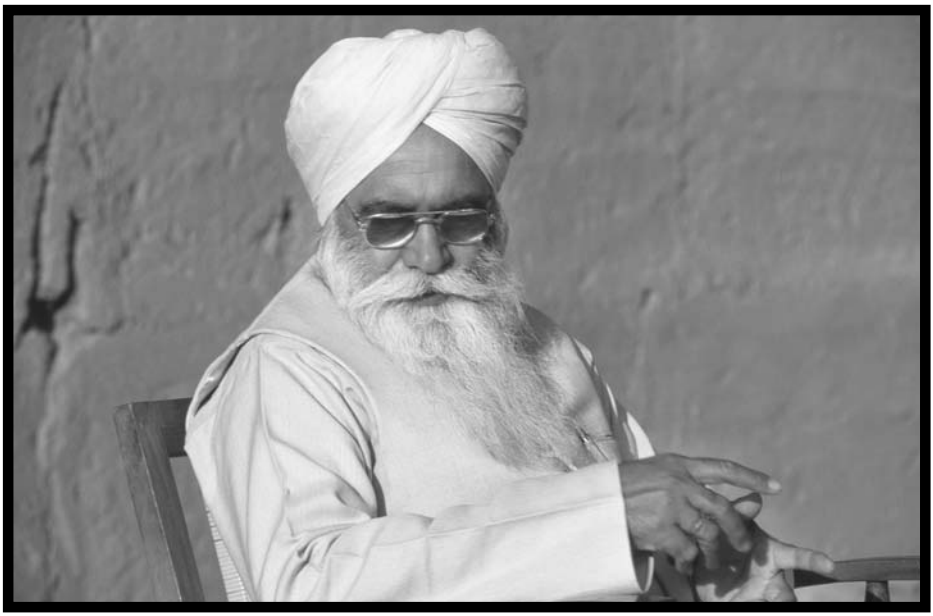
जो वहाँ पहुँचते हैं वही जानते हैं लेकिन जब वे बयान करते हैं तो दुनिया ऐतबार नहीं करती। जब गुरु नानकदेव जी ने कहा कि लाखों आकाश हैं लाखों पाताल हैं तब लोगों ने ऐतराज किया लेकिन आपने कहा कि आओ! हम आपको दिखा सकते हैं कि ये आपके अंदर हैं बाहर नहीं।

स्वामी जी महाराज भी यही कहते हैं, ''हमारी आत्मा गुरु की दया से अनेकों आकाश देखती हुई आगे जा रही है।''

**यह लीला कुछ अजब पेच की। उलट पलट कोई गुरुमुख पाई ।।**

इसका ताल्लुक देखने से ही है फिर भी सन्त-महात्माओं ने अपने धर्म-ग्रन्थों में थोड़ा-बहुत इशारा कर दिया कि हम करोड़ों सूरजों का प्रकाश इकट्ठा करें तो भी वहाँ का मुकाबला नहीं हो सकता। जैसे गूंगा मिठाई खा लेता है अगर हम उससे मिठाई का स्वाद पूछते हैं तो वह बता नहीं सकता। भीखा साहब कहते हैं:

*भीखा बात अगम की, कहन सुनन में नाहें।*
*जो जाने सो कहे न, कहे सो जो जाने नाहें।।*



**कहां लग बरनूँ भेद अगाधा। जो कोई लावे सुन्न समाधा।**
**समझ बूझ गूंगे गुड़ खाई। समझ बूझ गूंगे गुड़ खाई।**
**अकथ अकह की बात निराली। क्योंकर कहूँ बनाई।**
**राधास्वामी राज छिपे को। परगट कर सरसाई।।**

स्वामी जी महाराज ने इस छोटे से शब्द में सन्तमत को गुरुमत को बड़े प्यार से बताया है कि हमारी आत्मा और परमात्मा के बीच अगर कोई रूकावट है तो वह मन ही है। मन बाहर के किसी साधन से बस में नहीं आता अगर हम इसे अंदर का राग, शब्द का स्वाद दे दें तो यह **मन बस में आ जाएगा।**

हमें अपने **मन को बस में** करने का उपाय करना चाहिए। हम शब्द नाम की लज्जत से ही मन को बस में कर सकते हैं।

***

14 मार्च, 1986

परम सन्त अजायब सिंह जी महाराज द्वारा खाने के बारे में सवाल जवाब

## सवाल-जवाब

DVD-604

16 पी.एस. राजस्थान आश्रम

***एक प्रेमी:-*** *यह सुनने में आया है कि बचपन में आपको मलेरिया हुआ था, अब उसका आपकी बीमारी के साथ क्या सम्बंध है?*

***बाबा जी:-*** हाँ भई! मुझे बचपन में मलेरिया नहीं हुआ था। मैंने अपना ज्यादातर समय जमीन के अंदर अभ्यास में बैठकर बिताया है। मैंने दुनिया से मेल-मिलाप कम ही रखा है। जब मेरा पश्चिम की आत्माओं से मिलाप हुआ और पश्चिमी आत्माओं ने बहुत प्यार दिखाया तब हुजूर ने हुक्म दिया कि मुझे पश्चिम में जाना चाहिए। तब मुझे कुछ बाहर की हवा का सामना करना पड़ा।

मैं कभी बाहर के वातावरण में नहीं गया था। खासकर जब मैं दिल्ली गया तो इस तरह भीड़-भाड़ के इलाके में मेरा पहला ही मौका था। दिल्ली में बहुत मच्छर थे, वहाँ मुझे मलेरिया हुआ जिसका सामना मैं कई साल तक करता रहा; कभी बुखार हो जाता था तो कभी बुखार उतर जाता था।

मुझे सन्तबानी आश्रम अमेरिका में फिर मलेरिया जाग उठा। मैं अमेरिका के उन डॉक्टरों का धन्यवादी हूँ जिन्होंने मेरा ईलाज किया। उन डॉक्टरों ने कहा कि अब आपको हमारे देश में मलेरिया नहीं होगा अगर हिन्दुस्तान में जाकर फिर मलेरिया हो जाए तो हम उसके जिम्मेवार नहीं। पिछले साल जनवरी में मुझे फिर यही बीमारी बनी।

जब मेरी हवा बदल जाती है तो मैं बीमार हो जाता हूँ। जैसे मैंने आपको नींद का उदाहरण दिया था कि दस घंटे सोने वाला

आदमी अगर दो घंटे सोए तो वह बीमार हो जाता है। जब मैं एकदम जगह बदलता हूँ तब मेरे ऊपर वातावरण का प्रभाव पड़ता है। मैं जब बाहर टूर पर जाता हूँ तब मेरे लिए अच्छा इंतजाम किया जाता है। मेरी सेहत का ध्यान रखा जाता है, मेरे चलने-फिरने के लिए जगह रखी जाती है। पश्चिम के सतसंगियों का अनुशासन बहुत अच्छा है अगर मैं बाहर घूम फिर रहा हूँ तो वहाँ कोई प्रेमी मुझे परेशान नहीं करता।

हिन्दुस्तान में इससे उलट है। मैं जहाँ घूम रहा होता हूँ, सतसंगी वहाँ आ जाते हैं। मैं जब वहाँ पाँच-सात दिन रहता हूँ तब एक-दो दिन तो मुझे कोई समस्या नहीं होती लेकिन तीसरे-चौथे दिन मुझे समस्या हो जाती है।

मैं पिछली बार जनवरी में मुम्बई गया तो मुझे बुखार या जुकाम कुछ नहीं हुआ लेकिन मैं इतना कमजोर हो गया कि मेरे लिए स्टेज तक चलकर जाना भी मुश्किल हो गया। ऐसा ही बैंगलोर में हुआ। मेरी सेहत की देखभाल करना प्रेमियों का फर्ज होता है। मैं उन्हें जरूर बताता हूँ, पप्पू भी जानकारी देता है लेकिन मुझे मजबूरन ऐसी जगह ठहराया जाता है जिस जगह रोशनी नहीं आती बाहर की हवा नहीं लगती तो मुझे घुटन महसूस होती है। वहाँ मुझे न बुखार होता है न जुकाम होता है फिर भी मैं बहुत कमजोर हो जाता हूँ।

मैं अपनी जिंदगी में स्वादु नहीं बना। बाबा बिशनदास जी ने अपनी जिंदगी में नमक और मीठा नहीं खाया। आपने अपने जीवन में बहुत भूख-प्यास काटी थी। मेरे ऊपर आपका ज्यादा नहीं थोड़ा सा रंग जरूर चढ़ा है। मेरी खाने वाली जगह घटी हुई है। मैं कोई

मसाले वाली सब्जी नहीं खा सकता। जब मेरा खाना बनाने वाला तब्दील हो जाता है तब शर्तिया ही मेरी सेहत पर बुरा असर पड़ता है। खाना बनाने वाला अच्छा खाना बनाने की कोशिश करता है कि बाबा जी ने खाना खाना है। मेरी आदत खाना बनाने वाले में नुख्स निकालने की नहीं। मैं भूखा रह जाता हूँ लेकिन उसके खाने में नुख्स नहीं निकालता अगर मैं एक केला खा लूं तो खाना नहीं खा सकता, थोड़ा सा सेब खा लूं तो खाना कम खाता हूँ।

आपको पता है कि मेरी खुराक बहुत कम है अगर वह भी पसंद की न मिले आखिर आपकी देह अन्न के आधार पर ही चलती है। आप कोई मशीन नहीं आप कितने दिन काम कर सकेंगे? मैं बार-बार चाय नहीं पीता। मैं ज्यादा दूध और चीनी वाली चाय नहीं पीता, फीकी चाय पीकर खुश रहता हूँ। आमतौर पर मैं दो बार ही खाना खाता हूँ ऐसा नहीं कि कभी कुछ खा लिया तो कभी कुछ खा लिया; मेरा ऐसा स्वभाव नहीं।

मैं आमतौर पर तंदरूस्त ही रहा हूँ। मैंने अपनी जिंदगी में किसी बीमारी का सामना नहीं किया। सन् 1984 में मेरे अंदर से बहुत सारा खून निकला। यह उस मालिक कृपाल की मौज थी उसे पता है कि खून क्यों निकला? मुझे जिंदगी में एक बार ही मलेरिया हुआ। आमतौर पर मैंने जिंदगी में तंदरूस्ती का बहुत आनन्द उठाया है। मेरे शरीर में कमजोरी है वह कमजोरी इस तरह नहीं कि मैं बीमार था। मैंने कम खुराक खाई है अपनी जिंदगी में ज्यादा से ज्यादा अभ्यास किया है। मैं दौड़ने में बहुत तेज रहा हूँ। मैंने अपनी जिंदगी में किसी बंदे को अपने से आगे नहीं निकलने दिया मैं अच्छी छलांग लगा लेता था।

जब हम अभ्यास करते हैं तो पता लगता है क्योंकि हम एक ही रस ले सकते हैं चाहे इन्द्रियों के भोगों का रस ले लें या मालिक की भक्ति का रस ले लें। मैंने अपनी जिंदगी में बहुत कम दवाईयों का सेवन किया है। कोई खास ताकत वाली चीजें नहीं खाई मैंने सदा ही इनसे बचने की कोशिश की।

पप्पू को पता ही है यह हमेशा मेरे साथ रहता है। पप्पू फैमिली को मेरे खाने के बारे में अच्छी तरह पता है। अगर पप्पू फैमिली में कोई और मेरा खाना बनाता है तो उससे मेरी सेहत पर बुरा असर पड़ता है। मैं पहले से ही इस परिवार में जाता हूँ। मैं इन्हें जैसा बताता हूँ ये वैसा ही मेरा खाना बनाते हैं। यहाँ पर मेरी लड़की बलवन्त मेरा खाना बनाती है।

मैंने अपनी जिंदगी में कई-कई दिन खाना छोड़ा है। जवान अवस्था में मन इन्द्रियों को रोकना अपने आपको संभालना कोई खाला जी का बाड़ा नहीं। सूली पर चढ़ जाना तो आसान है लेकिन इन्द्रियों के भोगों से बचना मुश्किल है। कबीर साहब कहते हैं:

*हँस हँस पिया न पाया  जिन पाया तिन रोए।*
*हँसे खेडे पिया मिले तो कौन दुहागण होय।।*

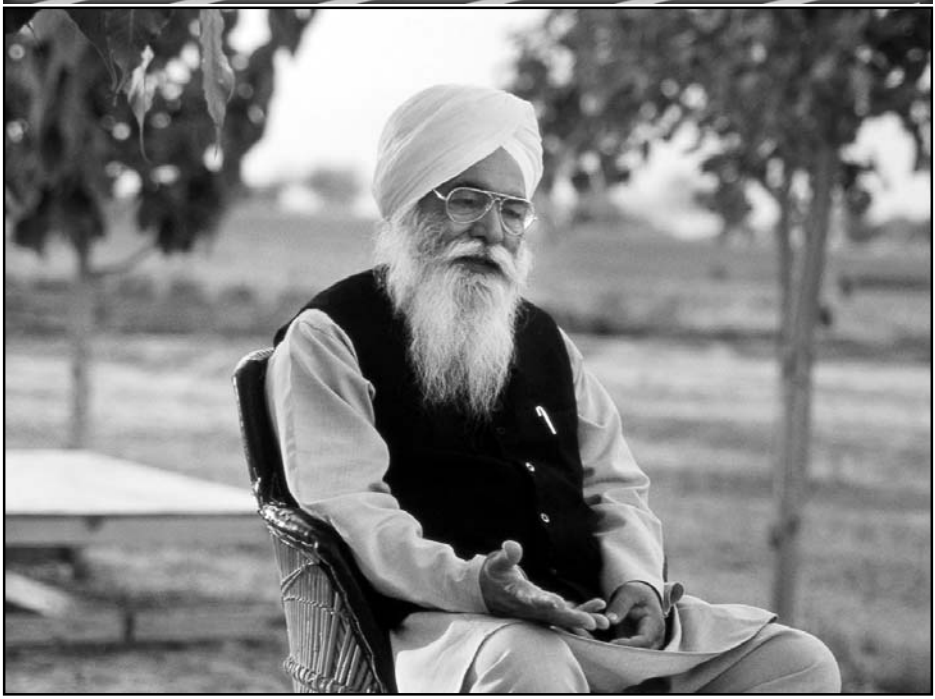
बाबा सावन सिंह जी के पास जो सेवादार रहते थे वे सेवादार नौकरी के दौरान भी उनके साथ रहे हैं। मुझे उन सेवादारों के साथ मिलने का अच्छा मौका मिला है, मेरा उनके साथ बहुत प्यार था। वे बताया करते थे कि बाबा जी ने किस तरह खान-पान में संयम रखा। पहले अभ्यास होता था खाना बाद में खाते थे। बाबा जी का एक खास रसोईया था आपने उससे कह रखा था, ''तुम खाना बनाकर खा लेना, मेरा खाना बनाकर इस जगह रख देना और मेरा इंतजार करने की जरूरत नहीं।''  ***

30 सितम्बर 1987

परम सन्त अजायब सिंह जी महाराज के मुखारविन्द से

# सब्र और संतोष

16 पी.एस. राजस्थान आश्रम



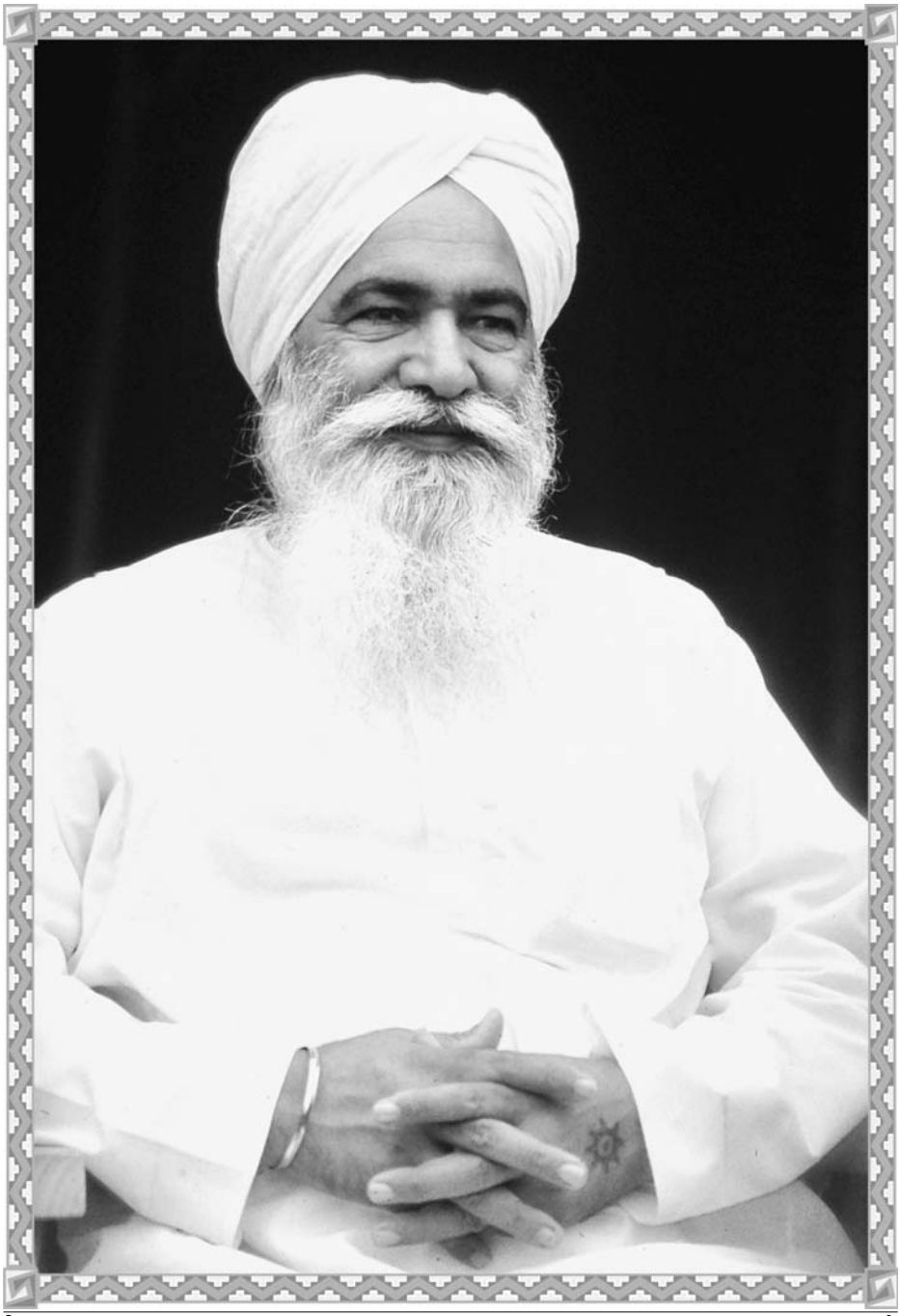
रोम के राजा के इतिहास का एक वाक्या है। एक बार उसके दरबार में सब्र और संतोष के ऊपर सवाल आया। राजा ने अपने मंत्रियों से पूछा, ''**सब्र और संतोष** का क्या मतलब है?'' राजा के दरबार में बहुत पढ़े-लिखे विद्वान मंत्री थे। उन सबने अपनी-अपनी बुद्धि के अनुसार इस सवाल का जवाब देने की कोशिश की लेकिन राजा सन्तुष्ट नहीं हुआ। राजा ने अपने प्रधानमंत्री से भी इस बारे में पूछा कि इस सवाल का क्या जवाब है? प्रधानमंत्री ने **सब्र और संतोष** के बारे में समझाने की कोशिश की लेकिन वह राजा की तसल्ली नहीं करवा सका।

राजा ने अपने प्रधानमंत्री से कहा, ''मैंने सुना है कि भारत में एक बहुत बड़ा बादशाह औरंगजेब है। वह बहुत विद्वान और पढ़ा-लिखा बादशाह है, उसके दरबार में बहुत अच्छे मंत्री हैं। मुमकिन है कि तुम वहाँ जाकर उनसे इस सवाल के बारे में पूछो? लेकिन तुम तभी वापिस आना जब तुम संतुष्ट हो जाओ।''

अगर वे लोग तुम्हें संतुष्ट न कर सकें तो तुम वहाँ एक फकीर को ढूंढना जिसका नाम शर्मद है। मैंने सुना है कि शर्मद बहुत उच्चकोटि का फकीर है, वह तुम्हें इस सवाल का जवाब दे पाएगा। तुम भारत जाओ और इस सवाल का जवाब लेकर आओ कि **सब्र और संतोष** का क्या मतलब है?

प्रधानमंत्री भारत गया और औरंगजेब से मिला। प्रधानमंत्री ने औरंगजेब से **सब्र और संतोष** का सवाल पूछा? औरंगजेब बहुत विद्वान था उसने प्रधानमंत्री को समझाने की कोशिश की लेकिन प्रधानमंत्री उसके उत्तर से संतुष्ट नहीं हुआ। प्रधानमंत्री ने और भी लोगों से बातचीत की, सबने बेहतर तरीके से समझाने की कोशिश की लेकिन वह किसी के उत्तर से संतुष्ट नहीं हुआ।

आखिर प्रधानमंत्री ने लोगों से शर्मद फकीर के बारे में पूछा तो वहाँ के लोगों ने बताया कि औरंगजेब बहुत कट्टर धार्मिक प्रवृति का व्यक्ति है। औरंगजेब ने किसी भी फकीर या सन्त को बाहर रहने की इजाजत नहीं दी और सब सन्त फकीरों को जेल में डाल दिया है। अब यह पता करना बहुत मुश्किल है कि फकीर शर्मद कहाँ है? वह जहाँ भी होगा बहुत बुरी हालत में होगा। उसके पास पहनने के लिए कपड़े नहीं होंगे, उसे अच्छा खाना भी नहीं मिलता होगा और उसे पीने के लिए दिन में एक गिलास पानी ही मिलता होगा। उसे ढूंढना बहुत ही मुश्किल काम है।



प्रधानमंत्री ने शर्मद फकीर को ढूंढकर राजा के सवाल का जवाब लाना था। वह फकीर को ढूंढने में लग गया। आप जानते हैं कि जब आप कोई काम बहुत श्रद्धा और मेहनत से करते हैं तो आपको उसमें कामयाबी जरूर मिलती है। आखिर प्रधानमंत्री को शर्मद एक बहुत ही अंधकारमयी जेल में मिले। शर्मद ने कपड़े नहीं पहने हुए थे और वे बहुत ही बुरी हालत में थे। प्रधानमंत्री ने देखा कि औरंगजेब के भेजे हुए एक आदमी ने शर्मद को बिना किसी कारण चाबुक से पीटना शुरू कर दिया लेकिन शर्मद ने कोई शिकायत नहीं की और वह सब कुछ सब्र से सहन करते रहे।

फिर प्रधानमंत्री ने देखा कि कोई आदमी एक कप पानी और एक सूखी रोटी शर्मद को देकर गया। शर्मद ने परमात्मा का भाणा मानकर बड़ी संतुष्टि से उस रोटी को खाया। तब प्रधानमंत्री ने शर्मद से अपना सवाल पूछा, ''**सब्र और संतोष** का क्या मतलब है?'' शर्मद ने कहा कि मैं तुम्हें इस सवाल का जवाब कल दूंगा। जब कल तुम मेरे पास आओ तो एक बड़ी सी चादर और पानी से भरी हुई मश्क लेकर आना।

अगले दिन प्रधानमंत्री शर्मद के पास एक बड़ी सी चादर और पानी की भरी हुई मश्क लेकर गया। शर्मद ने अपनी दया-दृष्टि से जेल का दरवाजा खोल दिया और प्रधानमंत्री को अंदर आने दिया। शर्मद ने उस पानी से स्नान किया और कपड़े की चादर से अपने शरीर को ढ़क लिया। शर्मद ने प्रधानमंत्री को अभ्यास में बिठाया और खुद भी अभ्यास में बैठ गया। शर्मद प्रधानमंत्री की आत्मा को परमात्मा के दरबार में ले गया।

परमात्मा के दरबार में प्रधानमंत्री ने देखा कि दूसरी आत्माएं शर्मद के साथ बातचीत कर रही थी। वे आत्माएं शर्मद से कह रही

थी अगर आप कहें तो हम औरंगजेब और उसके राज्य को तबाह कर सकते हैं क्योंकि वह आपको बहुत दुखी कर रहा है लेकिन शर्मद ने हाथ जोड़ते हुए उन महान आत्माओं से कहा, ''औरंगजेब और उसके लोगों को कोई नुकसान न पहुँचाया जाए उसे माफ कर दिया जाए क्योंकि वह नहीं जानता कि वह क्या कर रहा है?''

प्रधानमंत्री यह सब देखकर बहुत हैरान हुआ कि शर्मद परमात्मा का ही रूप है। उसके पास परमात्मा की सारी शक्तियां हैं फिर भी उसके अंदर परमात्मा की रजा में इतना सब्र है और वह नहीं चाहता कि औरंगजेब को कोई भी नुकसान पहुँचाया जाए जबकि औरंगजेब उसे इतना दुख दे रहा है।

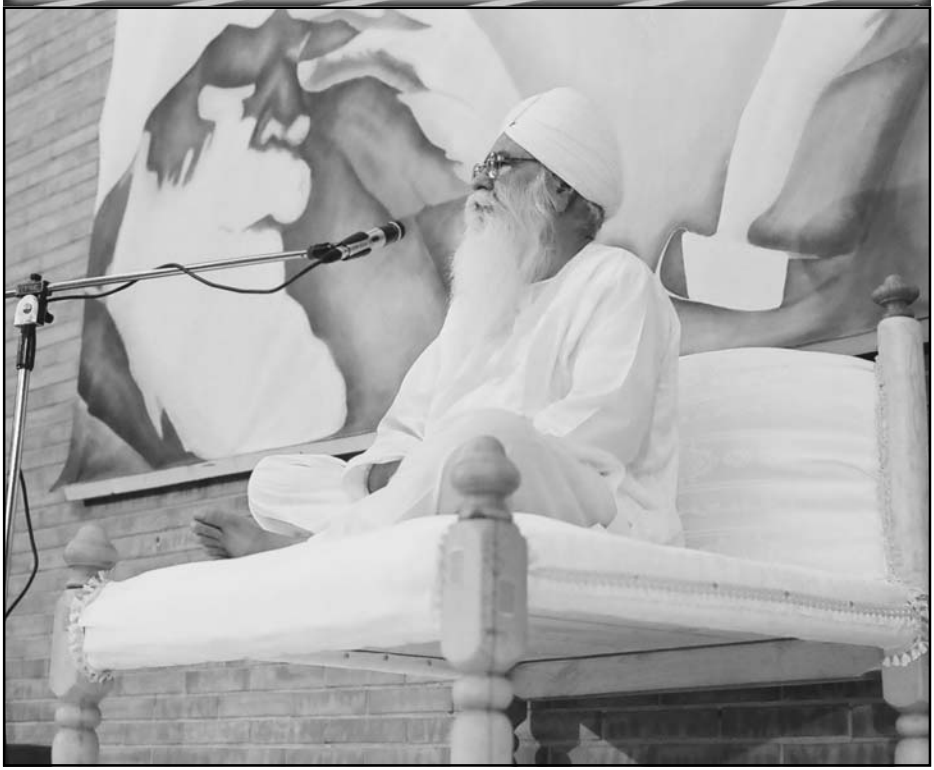
प्रधानमंत्री ने शर्मद की शान और असली स्थान देखा तो वह बहुत ही प्रभावित हुआ। जब शर्मद प्रधानमंत्री को नीचे लाए तो शर्मद ने प्रधानमंत्री से पूछा, ''अब तुम्हें तुम्हारे सवाल का जवाब मिल गया है? अगर तुम्हारे पास परमात्मा की दी हुई शक्तियां है लेकिन तुम उन शक्तियों का इस्तेमाल नहीं करते तो इसका मतलब है कि तुम परमात्मा की रजा में संतुष्ट हो।''

शेख फरीद भी कहते हैं कि पूर्ण गुरु परमात्मा के प्यारे होते हैं, उनमें बहुत सब्र होता है; वे परमात्मा की रजा में राजी रहते हैं। वे परमात्मा के पास रहते हैं फिर भी लोगों को यह नहीं बताते कि वे परमात्मा में मिले हुए हैं। जैसे शर्मद प्रधानमंत्री को ऊपर लेकर गए और उसे दिखाया कि सब कुछ परमात्मा की रजा में हो रहा है तो हमें भी परमात्मा की रजा में राजी रहना चाहिए।

29 मार्च 1986

***

# धन्य अजायब



**16 पी.एस. रायसिंहनगर (राजस्थान) आश्रम में सतसंगों के कार्यक्रम:**

07 से 11 सितम्बर 2016

28 से 30 अक्टूबर 2016

25 से 27 नवम्बर 2016

23 से 25 दिसम्बर 2016