

अक्रम युथ

जनवरी 2019 | हिन्दी

दादा भगवान परिवार

₹20



झगडा



संपादकीय

हलो फ्रेन्ड्स,

हमारे लिए झगड़ा एक सामान्य शब्द है। फ्रेन्ड्स और माता-पिता के साथ छोटी-छोटी बातों में झगड़े होते ही रहते हैं। "मैं कहाँ कुछ गलत कर रहा हूँ?" "मुझे अपनी तरह से जीने का हक है या नहीं?" ऐसी सोच की वजह से हमने कभी उस ओर ध्यान दिया है कि अपने तरीकें से जीने में जाने-अनजाने हम कुछ गलत तो नहीं कर रहे हैं न?

कभी सोचा है? कोई बात नहीं। इस अंक में आपको ऐसी कई बातों का पता चलेगा जो आपके रूटिन (लाइफ) से जुड़ी होने के बावजूद भी आपके ध्यान में नहीं आई हों और ध्यान में आने के बावजूद भी हमें पता ही नहीं चलता कि अब मैं इसमें क्या करूँ? तो बस, इस अंक में हम से झगड़े किस वजह से होते हैं? झगड़े के परिणाम किस हद तक बुरे हो सकते हैं? झगड़ा होने से पहले, ऐसी कौन सी समझ सेट करें ताकि झगड़े ही न हों? झगड़े के समय ऐसी कौन सी मुख्य चाबी सेट करें ताकि हमें शांति रहे, झगड़ा होने के बाद क्या करें? ये सब जानने मिलेगा।

दादाश्री कहते हैं कि, "हमें 'झगड़ापूफ' बन जाना चाहिए। 'झगड़ापूफ' बनेंगे तभी इस संसार में रह सकेंगे। हम आपको 'झगड़ापूफ' बना देंगे। हमारा स्वरूप ऐसा होना चाहिए कि झगड़ा करने वाला ही उब्र जाए। वर्ल्ड में कोई भी हमें 'डिप्रेस' न कर सके, ऐसा होना चाहिए। हम 'झगड़ापूफ' बन गए फिर झंझट ही नहीं रहेगी न? लोगों को अगर झगड़े करने हों, गालियाँ देनी हो तो भी कोई हर्ज नहीं और फिर भी बेशर्म नहीं कहलाएँगे बल्कि जागृति और भी बढ़ेगी।"

ऐसी अनेक प्रकार की समझ प्राप्त करने के लिए चलो इस अंक का आनंद लें...

-डिम्पल मेहता

जनवरी २०१८

वर्ष : ६, अंक : ९

अखंड क्रमांक : ६९

संपर्क सूत्र :

ज्ञानी की छाया में,

त्रिमदिर संकुल, सीमंधर सिटी,

अहमदाबाद-कलोल हाइवे,

मु.पो. - अडालज,

जिला : गांधीनगर-३८२४२९, गुजरात

फोन : (०७९) ३९८३०९००

email: akramyouth@dadabhagwan.org

website: youth.dadabhagwan.org

store.dadabhagwan.org/akram-youth

संपादक : डिम्पल मेहता

Printer & Published by

Dimple Mehta on behalf of

Mahavideh Foundation

Simandhar City, Adalaj -

382421. Taluka & Dist - Gandhinagar

Owned by

Mahavideh Foundation

Simandhar City, Adalaj -

382421. Taluka & Dist - Gandhinagar

Published at

Mahavideh Foundation

Simandhar City, Adalaj -

382421. Taluka & Dist - Gandhinagar

Printed at : Amba Offset

B-99, GIDC, Sector-25,

Gandhinagar – 382025.

Gujarat.

Total 24 Pages with Cover page

Subscription

Yearly Subscription

India :200 Rupees

USA: 15 Dollars

UK: 12 Pounds

5 Years Subscription

India : 800 Rupees

USA: 60 Dollars

UK: 50 Pounds

In India, D.D. / M.O. should be drawn

in favour of "Mahavideh Foundation"

payable at Ahmedabad.

अनुक्रमणिका

04 सर्वे

06 इस झगड़े में जीत किसकी?

08 ज्ञानी विथ यूथ

09 हर बार मैं ही क्यों?

11 ज्ञानी की वैज्ञानिक दृष्टि से

12 वैज्ञानिक प्रयोग

14 दादाश्री के पुस्तक की झलक

16 अनुभव...

18 महा विनाश

20 Puzzle

21 जोक्स

© 2018, Dada Bhagwan Foundation.

All Rights Reserved



जय सच्चिदानंद, दोस्तों!

जब हम इस अंक के लिए काम कर रहे थे तब हम यह जानने के लिए बहुत उत्सुक थे कि आजकल के खुशमिजाज और बेफिक्र युवाओं का झगड़ा कैसे हो जाता होगा? हमें जानने मिला कि आजकल किसी को दुःख देकर झगड़ा करना युवाओं के लिए कठिन नहीं है। कोई उनके पसंद के पोप स्टार के लिए ज़रा सा भी गलत कहें या फिर कोई उनके फैशन का मज़ाक उड़ाए, ऐसी छोटी-छोटी बातों पर भी आज के युवा तुरंत ही उग्र हो जाते हैं।

हमने कुछ युवाओं से पूछा, क्या आपका झगड़ा होता है? अगर हाँ, तो क्यों होता है? और किस के साथ होता है? किस हद तक झगड़ा होता है? क्या उससे कुछ फायदा होता है? और अगर नुकसान होता है, तो क्या नुकसान होता है? तो चलो, जाने इस बारे में लोगों का क्या कहना है???

झगड़ा किसके साथ होता है?

- माता-पिता के साथ
- भाई-बहन के साथ
- फ्रेंड्स के साथ
- कज़िन्स के साथ
- रिश्तेदारों के साथ
- कभी-कभी तो अन्जान लोगों के साथ भी

झगड़ा किस-किस बात पर होता है?

- जब माता-पिता पढ़ाई के लिए टोकते हैं।
- टी.वी. और मोबाईल के कारण झगड़ा होता है।
- जब घर का काम करना पड़े तब।
- फ्रेंड्स के साथ घूमने जाने के लिए मम्मी मना कर दे तब।
- पेरेन्ट्स की अपेक्षा पूरी न हो तब।
- मेरी तुलना किसी और से करे तब।
- मेरा मूड न हो और जब कोई मेरे साथ मस्ती करे तब।
- मेरे फ्रेंड्स मुझे ताना मारे तब।
- जब कोई मेरा व्यू पॉइन्ट न समझे, एक्सेप्ट न करे तब।
- जब कोई मुझे चिढ़ाए तब।

- लीडर शीप प्राप्त करने के लिए।
- मम्मी के साथ खाने की बात पर रोज़ झगड़ा होता है।
- मैं सही हूँ ऐसा साबित करने के लिए।
- बदला लेने के लिए।
- कज़िन्स को मुझ से अच्छी चीज़ मिले तो झगड़ा कर लेता हूँ।

झगड़ा किस हद तक होता है?

- मार-पीट हो जाती है।
- सब से रुठ जाता हूँ।
- उस व्यक्ति को ब्लोक कर देता हूँ और अन्य फ़ेन्ड्स से भी कहता हूँ कि उसे ब्लोक कर दें।
- कभी-कभी तो जब तक बदला न ले लूँ तब तक शांति नहीं मिलती।
- एक बार झगड़ा हो जाता है फिर उसे कभी बुलाता ही नहीं हूँ।

झगड़ा करने से क्या होता है?

- सामने वाले को दुःख हो जाता है।
- मनपसंद चीज़ मिल जाती है।
- प्रभाव पड़ता है।
- मेरे प्रति उसे अभाव रहता है।
- मनमानी करवा सकते हैं।
- नेगेटिविटी उत्पन्न होती है।
- भेद पड़ जाता है।
- घर छोड़कर चले जाएँ ऐसे विचार आते हैं।
- बेचैनी होती है।
- कभी-कभी तो डिप्रेशन भी आ जाता है।
- कहीं भी मन नहीं लगता।

तो हमें क्यों झगड़ा नहीं करना चाहिए?

- सामने वाले को दुःख हो जाता है।
- संबंध टूट जाता है।
- समय बिगड़ता है।
- बातचीत बंद हो जाती है।
- भेद पड़ जाता है।
- बुरी छाप पड़ती है।
- विश्वास टूट जाता है।
- दोनों के झगड़े में तीसरा फायदा उठता है।

इस झगड़े में जीत किशकी?



“आदित्य और समीर की टीम के बीच कल फाइनल क्रिकेट मेच होगा और इसमे जो टीम विनर होगी वह टीम स्टेट लेवल के क्रिकेट टूर्नामेन्ट में हिस्सा ले सकेगी। तो तैयारी शुरू कर दो। बेस्ट ऑफ लक बॉयस्।”

ऐसा कहकर रॉयल कॉलेज के क्रिकेट कोच दिनेश खुराना वहाँ से चले गए। आदित्य और समीर चचेरे भाई थे और बचपन से ही दोनों साथ में क्रिकेट खेलते थे। लेकिन पहली बार दोनों आमने-सामने खेलने वाले थे। समीर ने कहा, “भाई आदि, तुझे तो मालूम ही है कि मुझ से जीतना मुश्किल है।” आदित्य ने भी जवाब दिया, “हाँ यार, लेकिन तुझे तो मालूम ही है कि मुझे आसान काम करने का कोई शौक नहीं है।” दोनों टीमों प्रेक्टिस के लिए पहुँच गईं।

दूसरे दिन मेच शुरू हुआ। आदित्य की टीम ने पहले बेटिंग करके बीस ओवर में छः विकेट खोकर १६३ रन बनाए। ब्रेक में समीर ने आदित्य के पास आकर कहा, “बीस ओवर में १६३ रन हमारे लिए तो यह बहुत छोटा टार्गेट है। हमारे लिए तो सिर्फ पंद्रह ओवर ही बहुत है।” आदित्य ने कहा, “कॉन्फिडेंस अच्छा है लेकिन इससे कुछ फायदा नहीं होगा क्योंकि हमारी जीत पक्की है।” ब्रेक के बाद दोनों टीमों मैदान पर आ गईं और समीर की टीम ने दस ओवर में दो विकेट

खोकर ११२ रन बनाए। समीर को पूरा विश्वास था कि जब तक उसके प्लेयर-विवेक के हाथ में बेट है तब तक उसकी टीम हारने वाली नहीं है। तभी आदित्य की फास्ट बॉलिंग की वजह से विवेक के हाथ पर चोट लग गई और विवेक को बीच में ही मेच छोड़ना पड़ा। दूसरे खिलाड़ी अच्छी तरह से खेल नहीं पाए और समीर की टीम को हार का सामना करना पड़ा। समीर ने गुस्से से कहा, "आदित्य, तुने जानबूझकर विवेक को बॉल मारा ताकि तुम यह मेच जीत सको, यू चीटर।" आदित्य ने समीर को समझाने की कोशिश की, लेकिन समीर का गुस्सा बढ़ता ही गया और दोनों के बीच झगड़ा भी बढ़ता गया। समीर ने गुस्से से कहा, "यह सब तुम स्टेड लेवल में खेलने के लिए कर रहे हो न? अब मैं भी देखता हूँ कि तू कैसे सिलेक्ट होता है, मैं तुम्हारा सिलेक्शन नहीं होने दूँगा।" अब आदित्य को गुस्सा आ गया, "अरे जा, जा, तुझे खेलना नहीं आता और बड़ा आया मेरा सिलेक्शन रोकने वाला।" दोनों मारपीट पर उतर आए।

अंत में दिनेश खुराना ने दोनों को रोककर शांत किया और शाम को अपने घर पर पार्टी के लिए आमंत्रित किया। समीर ने कहा, "मुझे ऐसी पार्टी में नहीं आना है, जहाँ चीटिंग करके जीतने वाले आएँगे।" तभी विवेक ने कहा, "पार्टी में कई मेहमान होंगे, सभी को पता चलना चाहिए कि आदित्य चीटिंग करता है। हमें पार्टी में जाना चाहिए।" पार्टी में आकर समीर ने देखा कि सब लोग आदित्य को बधाई दे रहे थे, उसे और भी गुस्सा आया और वह आदित्य से बात करने गया, तभी उसका पैर फिसला और हाथ में पकड़े हुए गिलास में से जूस आदित्य पर गिर गया।

आदित्य ने गुस्से से कहा, "दिखाई नहीं देता? यू इडीयट।" समीर ने गुस्से से कहा, देख रहा हूँ कि तू औरों को गिराकर कैसे आगे बढ़ा है, अब मैं सबको बताऊँगा।" समीर की बात को बीच में ही काटते हुए आदित्य ने कहा, "क्या कहेगा तू? देख, मैं झगड़े के मूड में नहीं हूँ। तुम बात को बढ़ा रहे हो।" आदित्य का

कॉलर पकड़कर समीर ने कहा, "मैं सब से कहूँगा कि तू मेच फिक्स करता है। देखता हूँ फिर तूझे कौन सिलेक्ट करता है।" कॉलर छुड़ाते हुए आदित्य ने कहा, "अच्छा हुआ, तू हार गया। तेरे जैसे लोग क्रिकेट में होने ही नहीं चाहिए।

समीर ने कहा, "क्रिकेट की बात छोड़, जाने दे। हम एक बाइक रेस करते हैं, देखें, उसमें कौन बाजी मारता है।" आदित्य मान गया। दोनों ने अपनी-अपनी बाइक पर रेस शुरू की। दोनों की बाइक लगभग समान स्पीड से जा रही थी। अपनी बाइक आगे ले जाने के लिए समीर ने आदित्य की बाइक को टक्कर मारी। उसके सामने आदित्य ने भी समीर की बाइक को टक्कर मारी। दोनों का ध्यान अपनी बाइक के बजाय दूसरे के बाइक पर था इस बेध्यानपने के कारण दोनों की बाइक का एक्सिडेंट हो गया। समीर वहीं पर गिरा और आदित्य दूर जा कर गिरा। दोनों को हॉस्पिटल ले गए।

जब दोनों को होश आया तब दिनेश खुराना उन्हें मिलने आए और कहा, "आदित्य तेरी इच्छा थी न कि समीर को क्रिकेट में नहीं रहना चाहिए, तो तेरी इच्छा पूरी हो गई। देख यह नोटिस, क्रिकेट एसोसिएशन ने समीर को क्रिकेट खेलने पर प्रतिबंध लगा दिया है। और समीर, तू आदित्य का सिलेक्शन रोकना चाहता था न, तो तेरी इच्छा भी पूरी हो गई है। एक्सिडेंट के कारण आदित्य के पैरों में इतनी चोट लगी है कि अब वह क्रिकेट नहीं खेल पाएगा।"

आदित्य और समीर एक दूसरे के सामने देखने लगे। दोनों के मन में मानो एक ही सवाल था, इस झगड़े का क्या परिणाम आया???

झानी

विथ यूथ



प्रश्नकर्ता : झगड़ा अभी भी सॉल्व नहीं हुआ है, जब वह सामने आता है तब ऐसा भाव होता है कि उसे पकड़कर बहुत मारूँ फिर अंदर से विचार आता है कि ऐसा नहीं करना चाहिए फिर भी हो जाता है।

पूज्यश्री : तो मारने के बाद वह क्या करेगा, तूझे क्या लगता है?

प्रश्नकर्ता : वह भी मारेगा।

पूज्यश्री : तो दोनों सुखी हो जाओगे या दुःखी?

प्रश्नकर्ता : दोनों दुःखी होंगे।

पूज्यश्री : तब हमें क्या करना चाहिए? दिवाली में फस्ट क्लास मिठई गुजीया, घेवर, चिवड़ा और मठिया आदि मिठई का छोटा पैकेट लेकर के जाना और कहना। "तू मेरा बेस्ट फ्रेन्ड है, हेप्पी दिवाली, हेप्पी न्यू इयर", कहकर उसे विश करना और फिर उससे माफी माँगना कि, "सॉरी, मेरी गलती हो गई, आज से हम वापस फ्रेन्ड बन जाते हैं।" ऐसा कर सकते हैं या नहीं कर सकते?

प्रश्नकर्ता : कर सकते हैं।

पूज्यश्री : करके देखना। उसे भी अंदर बहुत दुःख होता होगा कि मैंने अपना दोस्त गँवा दिया। मैं गँवाना नहीं चाहता था तो क्या, आपको दोस्त गँवाना है?

प्रश्नकर्ता : नहीं।

पूज्यश्री : और थोड़ा सा एडजस्टमेंट ले लेना चाहिए। यदि कभी वह चिढ़ गया हो तो हमें नहीं चिढ़ना है। वह

काम न करे तो हमें दुःखी नहीं होना है। हमें ऐसा कहना चाहिए कि, नहीं तुम्हारे संयोग बदल गए हैं लेकिन मैं तो तुम्हारे साथ बेस्ट फ्रेन्डशीप ही रखूँगा।

प्रश्नकर्ता : ठीक है।

पूज्यश्री : इसे कहते हैं, बेस्ट फ्रेन्ड। वह बेस्ट फ्रेन्ड है या हम, कैसे कन्फर्म करेंगे? वह चाहे कितना भी व्यवहार ठीक से न करे फिर भी हम बेस्ट व्यवहार करें उसे कहते हैं बेस्ट फ्रेन्ड। हम क्यों ऐसी अपेक्षा रखें कि उसे ही मेरे साथ बेस्ट तरीके से रहना चाहिए। मैं उसका बेस्ट फ्रेन्ड हूँ तो मुझे भी बेस्ट तरीके से रहना चाहिए न?

प्रश्नकर्ता : हाँ।

पूज्यश्री : हम क्यों उसकी गलती निकाले, उसे हर्ट करें, उससे अपेक्षा रखें? समझ में आ रहा है न?

प्रश्नकर्ता : हाँ। समझ में आ रहा है।

पूज्यश्री : अर्थात् हमें छोड़ देना चाहिए। उसकी कोई भी गलती नहीं देखनी चाहिए। उसकी नेगेटिव साइड नहीं देखनी चाहिए। जब हम फ्रेन्ड थे तब जितनी पॉजिटिव साइड थी, सभी को नोटेट करके रखना चाहिए और उन्हें ही देखते रहना चाहिए। नेगेटिव साइड नहीं देखनी चाहिए। कर पाओगे?

प्रश्नकर्ता : हाँ, कर पाऊँगा।

पूज्यश्री : प्रयोग करके देखना, फिर मुझे बताना।

प्रश्नकर्ता : जय सच्चिदानंद, पूज्यश्री।

हर बार

"धर्मिन, आज प्रोजेक्ट पूरा करने के लिए हम परीन के घर पर मिलें और कल प्रोजेक्ट सबमिशन के बाद मूवी देखने का प्लान करें। तू क्या कहता है?" फेरीने पूछा, लेकिन धर्मिन का ध्यान तो अपने स्टेट लेवल के कॉम्पिटिशन और अपने क्लास में राघव पर था। धर्मिन ने बात को सुना-अनसुना करके हाँ कह दिया।

धर्मिन, एक इन्टरनेशनल चेस प्लेयर होने के साथ पढ़ाई में भी बहुत होशियार था। इन्टरनेशनल लेवल पर दो मैच जीतने के बाद फिर एक बार स्टेट लेवल पर मैच खेलने जाने वाला था, सिर्फ हफ्ते भर की देर थी। सबमिशन लेने के बाद मानव सर ने धर्मिन को शुभकामना दी और जैसे ही वे क्लास से बाहर निकले तभी राघव ने व्यंग से कहा, "क्लास में से कुछ लोग ज़रा सा गोम्स क्या जीत गए कि अचानक ही वे लोग

में
ही
क्यों

क्लास के स्टाफ बन गए और टीचर के भी चहेते बन गए।" यह सुनकर धर्मिन को बहुत गुस्सा आ गया। धर्मिन ऑल-राउन्डर था इसलिए स्कूल में उसका बहुत नाम था और उसे हमेशा ऐसा लगता था कि उसकी ख्याति से राघव ईर्ष्या करता था इसलिए वह धर्मिन को सुनाने का एक भी मौका नहीं छोड़ता था। सबमिशन के बाद धर्मिन अपने दोस्तों के साथ मूवी देखने थिएटर में गया। पोपकोर्न और कोल्ड ड्रिंक लेकर जैसे ही धर्मिन पीछे मुड़ने लगा तभी पीछे से किसी ने उसकी पीठ पर मारते हुए कहा, "चेक एन्ड मेंट" धर्मिन

ने कोल्ड ड्रिंक गिरने से बचा ली लेकिन थोड़े से पोपकोर्न तो गिर ही गए। धर्मिन को राघव की आवाज़ पहचानने में ज़रा सी भी देर नहीं लगी।

"एय राघव, मुझे क्यों तंग कर रहा है।" धर्मिन चिढ़ गया।

"लेकिन मैं कहाँ तूझे तंग कर रहा हूँ?"

राघव ने पोपकोर्न खाते हुए कहा।

"तूझे मेरी पीठ पर थप्पड़ मारने की क्या ज़रूरत थी?" धर्मिन अब वास्तव में चिढ़ गया था। लेकिन राघव को क्या? वह तो बात को सुनी-अनसुनी करके दूसरे फ्रेन्ड्स से मिलने चला गया। इस बात को कुछ दिन हो गए। धर्मिन स्टेट लेवल की चैम्पियन शीप जीत गया। वह पार्टी देना चाहता था और सोच रहा था कि पार्टी में राघव को बुलाए या नहीं? लेकिन क्लासमेट होने के नाते उसने राघव को पार्टी में बुलाया। लेकिन राघव ने अपने स्वभाव के अनुसार धर्मिन को छेड़ना जारी रखा। नाश्ता करते-करते जानबूझकर, राघव ने धर्मिन के मोबाइल पर पानी गिरा दिया। इस कारण दोनों में झगड़ा शुरू हो गया। धर्मिन ने यह पार्टी अपनी जीत की खुशी में रखी थी लेकिन अब पार्टी का वातावरण बिगड़ चुका था। "मैं तूझे बाद में देख लूँगा", ऐसा सोचकर धर्मिन ने जैसे-तैसे पार्टी पूरी होने तक खुद पर काबू रखा फिर बाद में धर्मिन बहुत चीढ़ गया था। धर्मिन जैसे ही घर पर आया तब मम्मी समझ गई कि कुछ तो हुआ है।

"क्या हुआ धर्मिन? इतना अपसेट क्यों है?" मम्मी ने पूछा।

"कुछ नहीं मम्मी, राघव की वही पुरानी शैतानियाँ" धर्मिन ने मन का बोझ कम करते हुए कहा। मम्मी भी राघव के स्वभाव को जानती थी। जैसे-तैसे

धर्मिन का मूड अच्छा करके मम्मी अपने काम में लग गई। धर्मिन भी कॉलेज के प्रोजेक्ट का मटीरियल इकट्ठा करने में लग गया, फिर भी उसका ध्यान तो राघव पर ही लगा था। क्या समझता है अपने मन में? कल उसे देख लूँगा। पूरे क्लास में उसका मज़ाक उड़ाऊँगा। उसकी शिकायत प्रिन्सिपल सर से करूँगा। किसी भी तरह से उसे फँसा कर ही रहूँगा। वैसे भी उसकी शैतानियाँ कौन सी कम हैं। मेरा तो सब मानेंगे ही, क्यों नहीं मानेंगे? आखिर मैं उस कॉलेज का स्कोलर स्टूडेंट हूँ।

वैसे तो धर्मिन बहुत सयाना और अपने काम से काम रखने वाला लड़का था लेकिन उसकी एक कमजोरी थी कि जब उसे कोई छेड़ता तो उसे बहुत गुस्सा आ जाता। राघव से झगड़े के बाद जब उसका गुस्सा शांत हुआ, तब उसे विचार आया कि, "जब मैंने राघव का कुछ भी नहीं बिगाड़ा फिर भी वे मुझ से ही क्यों झगड़ता है? मैं गेम्स में होशियार हूँ इसलिए उसे मुझ से ईर्ष्या होती हो, तो क्लास में अन्य कई ऐसे विद्यार्थी भी हैं जो किसी न किसी क्षेत्र में आगे हैं तो मेरे साथ ही उसका झगड़ा क्यों होता है?"

तो चलो, देखें दादाश्री का इस विषय पर क्या कहना है?

ज्ञानी की वैज्ञानिक दृष्टि से

प्रश्नकर्ता : तो वह बीज कैसे दूर हो सकता है?

दादाश्री : धीरे-धीरे "समभाव से निकाल" करते रहोगे तो दूर होगा। बहुत भारी बीज पड़ा हो तो देर लगेगी, शांति रखनी पड़ेगी। हमारा कोई कुछ नहीं ले सकता। दो टाइम का खाना मिले, कपड़ा मिले और फिर क्या चाहिए?

घर पर ताला लगा के जाता है लेकिन हमें दो समय का खाना मिलता है की नहीं मिलता, इतना ही देखना है। हमें घर में बंद करके चले जाएँ तो भी कोई बात नहीं, हम सो जाएँगे। पूर्व जन्म के बैर ऐसे बंधे होते हैं कि हमें ताले में बंद करके चले जाते हैं। एक तो बैर और वह भी नासमझी से बँधा हुआ। समझदारी से बंधा हुआ हो तो हम समझ सकते हैं कि यह समझ वाला है, तो भी हल निकल आता है। नासमझी वाला होगा तो कैसे हल आएगा? इसलिए बात को वहीं छोड़ देना चाहिए।

“
पिछले जन्म में जो
झगड़े किए थे
उनसे बैर बंधता है
और आज झगड़े
के रूप में चुकाते
हैं। झगड़ा होने के
समय ही बैर का
बीज गिर जाता है,
वह अगले जन्म में
उगेगा।



वैज्ञानिक प्रयोग



दूध का उफनना -

कई बार हम इच्छा न होते हुए भी अपने दिमाग पर काबू नहीं रख पाते और झगड़े की परिस्थिति बन जाती है...चलो, हम इसे एक उदाहरण द्वारा समझें। मान लो कि गैस की ज्वाला प्रतिकूल संयोग है, पतीली व्यक्ति है और दूध व्यक्ति की जिम्मेदारियाँ, फर्ज, काम वगैरह है। अब जब गैस जलाते हैं तब पतीली के अंदर दूध गरम होता है, उसी तरह प्रतिकूल संयोगों में व्यक्ति परेशान तो रहता ही है लेकिन उसी परेशानी में अपने काम करता रहता है लेकिन जैसे-जैसे दूध बहुत गरम होता जाता है वैसे-वैसे तो पतीली उसे अपने अंदर समा नहीं पाती इसलिए दूध उबलकर बाहर आ जाता है और गंदगी फैलाता है, इसी तरह से व्यक्ति अगर प्रतिकूल संयोगों और दबाव में ज्यादा दिनों तक रहे तो अपनी सहन शक्ति की हद आ जाने से व्यक्ति अपने दिमाग और जीभ पर का काबू खो देता है और गुस्सा एवं झगड़ा करके आसपास का माहौल खराब कर देता है।



फूला हुआ गुब्बारा -

फूला हुआ गुब्बारा हम खुद हैं। गुब्बारा अगर नॉर्मल टेम्परेचर पर है और पीन लगाएँ तो वह फूट जाता है। ऐसे ही अगर हमारे पास ऐसी कोई समझ ना हो कि झगड़े को कैसे टालें तो छोटी-छोटी बातों में भी कोई हमें थोड़ा सा भी कुछ कहे या हमें उकसाए तो हम आवेश में आ जाते हैं हम झगड़ पड़ते हैं लेकिन अगर गुब्बारा गरम होगा तो चाहे जितना पीन मारें फिर भी फूटेगा नहीं। इसी तरह अगर हमारे पास ऐसी कोई समझ पहले से ही हो तो हम झगड़ा टाल सकेंगे अर्थात् गरम गुब्बारा हमारी समझ वाली स्थिति बताता है।

गरम पानी + बरफ -

१. जिस तरह से गरम पानी में बरफ डालने से धुआँ निकलता है और आसपास के वातावरण में फैल जाता है और इस धुएँ के कारण हम आसपास की चीजों को जैसी है वैसी स्पष्ट नहीं देख पाते, उसी तरह जब हमें गुस्सा आए तब किसी की बातों से आवेश में न आकर शांति से विचार करके आगे बढ़ना चाहिए।

२. यों तो गरम पानी और बरफ के बीच रिश्ता दिखाई देता है लेकिन गरम पानी में बरफ डालने से धुँआ निकलता है। उसी तरह से झगड़े में कुछ लोग हमारा साथ देते हैं, तब हमें लगता है कि वे हमारे साथ ही हैं लेकिन यह तो उनका स्वभाव है। जैसे गरम पानी में बरफ डालने से धुँआ उठता है, वैसे ही अगर लोगों की बात सुनकर झगड़े का हल निकलने के बजाय यदि स्थिति और भी बिगड़ने लगे तो हमें समझ लेना चाहिए कि लोग बरफ जैसे हैं जो झगड़ा कम करवाने में नहीं बल्कि बढ़ाने में मदद करते हैं।



ऐल्कोहॉल + शक्कर + सोडा -

ऐल्कोहॉल गलत फहमी है, शक्कर नकारात्मक अभिगम है और सोडा क्रोध है। जैसे ऐल्कोहॉल-शक्कर-सोडा (को इक्छ करने से वह) जलकर बहुत बड़ा रूप ले लेते हैं उसी तरह से गलत फहमी, नकारात्मक अभिगम और क्रोध ये तीनों मिलकर झगड़ा बहुत बड़ा स्वरूप ले लेता है। जैसे ऐल्कोहॉल, शक्कर और सोडा मिलकर अपना सही स्वरूप खो देते हैं और कूरूप बन जाते हैं, वैसे ही गलत फहमी, नकारात्मक अभिगम और क्रोध अगर दोस्ती या अन्य किसी भी रिश्ते के बीच में आ जाए तो दोस्ती खोनी पड़ती है और रिश्ते बिगड़ जाते हैं यानी कूरूप बन जाते हैं।





प्रश्नकर्ता : एक बुरी बाबत हुई हो, कोई व्यक्ति आपके लिए कुछ बुरा बोल रहा हो, तो उसके रिएक्शन से हमें अंदर जो गुस्सा आता है, उसके कारण जीभ से शब्द निकल जाते हैं लेकिन अंदर मन कहता है कि यह गलत है। तो जो बोल देते हैं वे दोष ज्यादा हैं या मन से किए हुए दोष ज्यादा?

दादाश्री : जीभ से बोलने का? जीभ से उसके साथ झगड़ा किया वह?

प्रश्नकर्ता : हाँ।

दादाश्री : जीभ से करे न, उस झगड़े का हिसाब तुरंत आकर चला जाता है और मन से किया हुआ झगड़ा आगे बढ़ेगा। जीभ से करे न, तो हमने सामने वाले को कह दिया इसलिए उसका फल तुरंत ही मिल जाता है और मन से किया तो वह फल पकेगा, उसका अभी बीज बोया इसलिए कॉजेज़ कहलाएगा। कॉजेज़ नहीं करने हों तो मन से किए गए का मन से प्रतिक्रमण करना चाहिए।

प्रतिक्रमण ग्रंथ

1



अनुभव...

एक व्यक्ति के साथ मेरा बहुत बड़ा झगड़ा हो गया फिर उस व्यक्ति के साथ बात करना भी मुझे अच्छा नहीं लगता था। बाहर से भले ही झगड़ा खत्म हो गया था लेकिन मेरे अंदर झगड़ा जारी था। मैं सोचती थी कि अगर वह कुछ पूछेगी तो मैं उसे क्या जवाब दूँगी? मैं सोचती थी कि मैं ऐसा करूँगी और वैसा करूँगी। जब तक हम दोनों में से कोई अपने दोष नहीं देखेगा, तब तक फिर से बात करना असंभव सा लगता था। हम दोनों फिर से आपस में बात करने के मूड में नहीं थे। अगर वह कुछ कहती तो मुझे अच्छा नहीं लगता था और अगर मैं कुछ कहूँ तो उसे अच्छा नहीं लगता था।

इस झगड़े की वजह से वह कुछ भी अच्छा काम करती तो भी मुझे तुच्छ लगता था। कोई उसकी तारीफ करे तो मुझे बिल्कुल अच्छा नहीं लगता था। मेरा यह तिरस्कार इतना बढ़ गया कि मुझे उसे मार डालने के सपने आने लगे।

प्रातः विधि ("स्व" की जागृति बढ़ाने वाली प्रार्थना) के सभी वाक्य मुझे हमेशा बहुत पसंद हैं। लेकिन एक दिन प्रातः विधि करते समय एक वाक्य, "प्राप्त मन, वचन, काया से इस जगत् के किसी भी जीव को किंचित्मात्र भी दुःख न हो", इस वाक्य ने मेरा ध्यान खींचा। मैं समझ गई कि किसी भी व्यक्ति के प्रति अभाव, तिरस्कार होना, उसे दुःख देने के समान ही है और मैं किसी को भी दुःख देना नहीं चाहती थी। मेरी समझ में आ गया कि उसके साथ हुए झगड़े में मेरा कर्म का हिसाब चूकाने के लिए वह तो सिर्फ "निमित्त" ही थी।

उसके प्रति अभाव तिरस्कार किया हो, ऐसे सभी बाबतों को मैंने याद किया और हर एक बात पर बहुत पश्चाताप किया। पिछले जन्मों के राग-द्वेष के कारण उसके साथ जो भी कर्मबंधन हुए हों, उन सभी की मैंने माफी भी माँगी। उसे मार डालने के जो भयंकर विचार मैंने किए थे उन सभी के मैंने सामायिक प्रतिक्रमण किए।

इसका परिणाम यह आया कि वह सामने से मुझ से बात करने आई और हमारे रिश्ते सुधर गए पहले तो उसे देखते ही मैं अपना रास्ता बदल देती थी लेकिन प्रतिक्रमण करने से अब सारी उलझने सुलझ गई हैं। अब मुझे उसके प्रति थोड़ा भी द्वेष भाव नहीं रहा और अब हमारा वर्तन सामान्य हो गया है।

मेरे साथ ऐसा बहुत बार होता है लेकिन प्रतिक्रमण कर लेने से सब सुलझ जाता है। मेरा स्वभाव ऐसा है कि जिसके प्रति मुझे बहुत राग रहता है उसी के प्रति फिर मुझे अत्यंत द्वेष हो जाता है। ऐसे प्रसंग में प्रतिक्रमण से मुझे बहुत मदद मिली है और इसका अंतिम परिणाम संतोषजनक ही आया है।

मैं और मेरी बेटी सिद्धि कुछ दिन पहले अक्षय कुमार और रजनीकांत की मूवी रोबोट २.० देखने गए थे। मैंने उस मूवी के ग्राफिक्स देखे थे इसलिए सिद्धि को मज़ा आएगा, ऐसा सोचकर उसे लेकर गया था। उस मूवी में रजनीकांत बार-बार अक्षय कुमार पर विजय प्राप्त करने के प्रयत्न करता और दोनों के बीच बहुत मार-पीट होती लेकिन कोई परिणाम नहीं आ रहा था। थोड़ी देर के लिए सिद्धि यह देखती रही फिर उसने मुझ से कहा कि "पापा, ये अंकल प्रार्थना क्यों नहीं करते? मारपीट के बजाय प्रार्थना से अच्छा सॉल्यूशन आएगा न?" यह सुनकर मैं आश्चर्यचकित रह गया। मैंने कहा, "बस बेटे, इसी समझ के लिए ही हम मुंबई से अडालज रहने आ गए हैं।"

आजकल की पीढ़ी को अच्छे संस्कार दिलाने के लिए उनके माँ-बाप चिंतित रहते हैं। मैं इस बारे में निश्चित हूँ कि मेरी बेटी सही दिशा में आगे बढ़ रही है।

इसके लिए जी.एन.सी. टीचर्स का बहुत बड़ा उपकार है कि उनके कारण हमारे बच्चों के जीवन में संस्कार सिंचन हो रहे हैं। छोटी उम्र में ही बच्चे समझने लगते हैं कि मारपीट के बजाय प्रार्थना ज्यादा शक्तिशाली है, तो यह कितनी बड़ी समझ कहलाएगी। ऐसी समझ से बच्चों को शक्ति मिलती है। प्रार्थना एक ऐसी अद्भुत शक्ति है कि जिसमें किसी हथियार की ज़रूरत नहीं पड़ती।

इस अनुभव को कहने के पीछे मेरा आशय यह है कि माँ-बाप अपने बच्चों को जी.एन.सी., बेबी एम.एच.टी. में भेजें।

इसी तरह बच्चों से लेकर बुजुर्ग कैसे झगड़ा टालकर परम शांति में रह सकें उसकी चाबियाँ परम पूज्य दादाश्री ने दी हैं। इसमें से एक महत्वपूर्ण चाबी नौ कलम की एक कलम में दी है, जो नीचे दी गई है :-

"हे दादा भगवान! मुझे किसी भी देहधारी जीवात्मा के साथ कभी भी कठोर भाषा, तंतीली भाषा न बोली जाए, न बुलवाई जाए या बोलने के प्रति अनुमोदना न की जाए, ऐसी परम शक्ति दीजिए। कोई कठोर भाषा तंतीली भाषा बोलें तो मुझे मृदु-ऋजु भाषा बोलने की शक्ति दीजिए।"

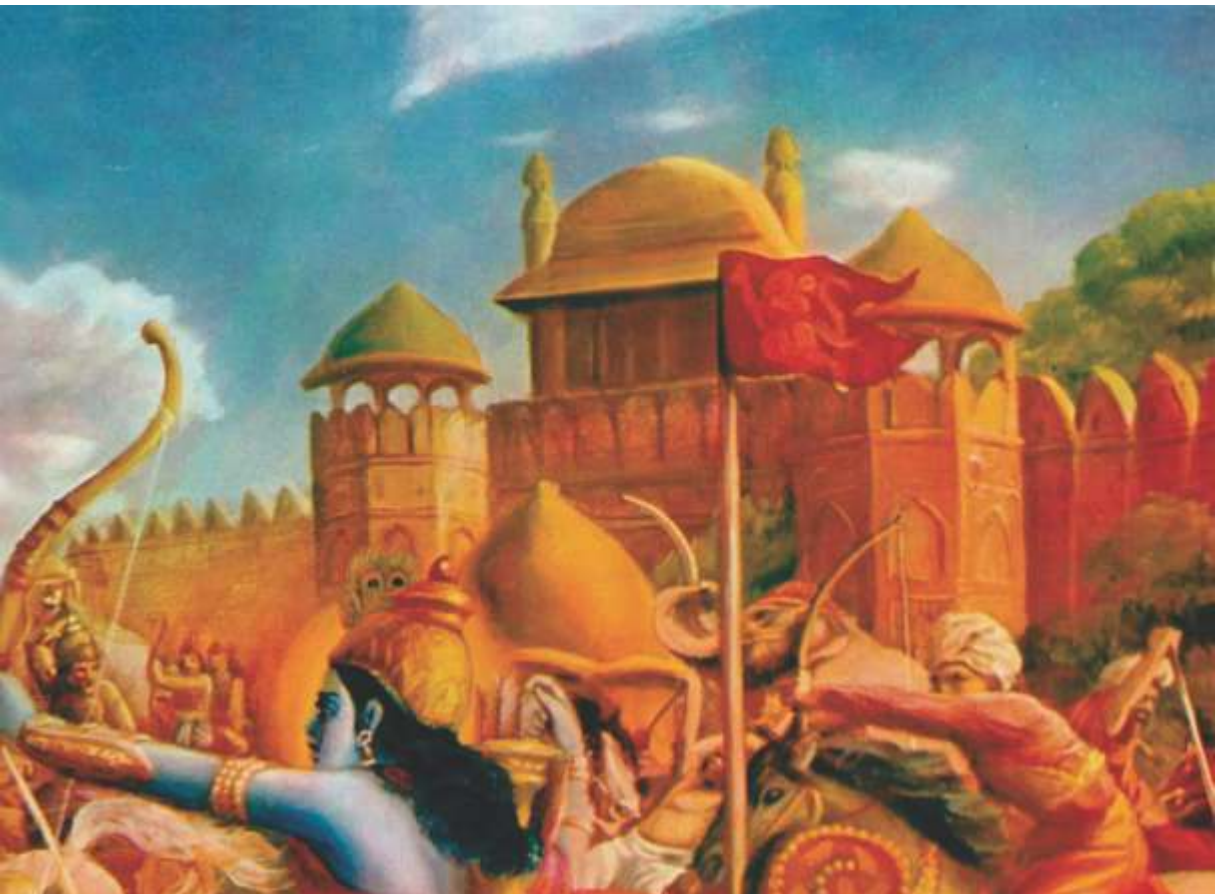
कई लोगों का अनुभव है कि इस कलम को बोलने के बाद अगर किसी के साथ व्यवहार करें तो ज़रूर सकारात्मक परिणाम मिलता है।



महाविनाश

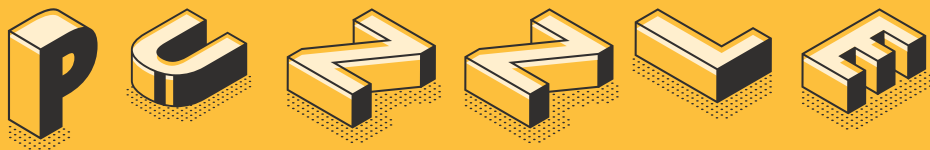
यादव, यदु राजा के वंशज थे और कृष्ण भगवान के अनुयायी थे। पांडव और कौरवों के बीच जब महाभारत का युद्ध हुआ तब यदु वंश के दो महत्वपूर्ण योद्धा सात्यकि एवं कृतवर्मा ने आमने-सामने के पक्ष से युद्ध किया था। सात्यकि पांडवों की ओर से और कृतवर्मा कौरवों की ओर से युद्ध लड़ा था। कृष्ण भगवान ने वचन दिया था कि वे अपनी नारायणी सेना दुर्योधन को देंगे, जिसके सेनापति कृतवर्मा थे। सात्यकि भी खूब बहादुरी और जोश से पांडवों की ओर से लड़े थे।

अठ्ठरह दिनों के इस महायुद्ध के बाद कौरवों का संहार हुआ और वे युद्ध हार गए। अपने पुत्रों और कौरवों की मृत्यु से गुस्से में आकर शोकग्रस्त गांधारी ने कृष्ण भगवान को श्राप दे दिया कि "जिस तरह से मेरे पुत्रों और कुल का नाश हो गया उसी तरह से आपके यादव कुल का नाश हो।" इस नरसंहार के लिए गांधारी ने कृष्ण भगवान को जिम्मेदार ठहराया और उनका मानना था कि लड़ाई में हुए असंख्य लोगों के संहार को कृष्ण रोक सकते थे। कृष्ण भगवान ने श्राप का स्वीकार किया।



यादव प्रभास शहर में लौट आए। छत्तीस सालों बाद, महाभारत के युद्ध के समय एक-दूसरे पर गंदे दौंव-पेंच किए जाने के आरोपों के कारण सात्यकी और कृतवर्मा के बीच थोड़ी तकरार शुरू हो गई। फिर दोनों ने आमने-सामने तलवार तान ली और उनके बीच बड़ी लड़ाई छिड़ गई। सात्यकि ने कृतवर्मा का सिर धड़ से अलग कर दिया और कृतवर्मा के अनुयायियों ने मिलकर सात्यकी को मार डाला। पूरा यादव कुल दो हिस्सों में बँट गया और उनके बीच युद्ध छिड़ गया। यादवों की संख्या कम होने लगी, गांधारी के श्राप का बहुत बड़ा असर हुआ और यादवों का संहार हो गया।

इस कहानी पर से हमें सीखने मिलता है कि
झगड़े और युद्ध से पूरे कुल का नाश हो जाता है।



1. सिर्फ एक दिया सलाई खिसका कर समीकरण को सही करो।

$$\begin{array}{|c|} \hline \square \\ \hline \square \\ \hline \end{array} - \begin{array}{|c|} \hline \square \\ \hline \square \\ \hline \end{array} + \begin{array}{|c|} \hline \square \\ \hline \square \\ \hline \end{array} = \begin{array}{|c|} \hline \square \\ \hline \square \\ \hline \end{array}$$



सिर्फ ऊँगलियों की संख्या बताइए।



4 और 5 के बीच कौन सा चिन्ह करने से जवाब 4 से ज्यादा और 5 से कम आएगा?

जाँच

पार्क में एक बच्चा बेंच पर बैठकर एक के बाद एक चोकलेट खाए जा रहा था। पास में बैठी हुई एक आन्टी ने कहा - ज्यादा मीठ खाने वाले लोग जल्दी मर जाते हैं।

बच्चा - आपको पता है, मेरी दादी की जब मृत्यु हुई थी तब उनकी उम्र १०६ वर्ष थी।

आन्टी - वे मीठ कम खाती होंगी।

बच्चा - नहीं.. नहीं!!! वे अपने काम से काम रखती थीं...!!!

एक साइकल सवार ने एक व्यक्ति को टक्कर मार दी और बोला, "भाई, आप बहुत नसीब वाले हो।"

व्यक्ति - एक तो तूने मुझे टक्कर मारी और उपर से तू मुझे नसीब वाला कह रहा है?

साइकल वाला - आज छुट्टी का दिन है इसलिए मैं साइकल चला रहा हूँ, वर्ना मैं तो ट्रक चलाता हूँ।

पहला दोस्त - ओय... सुन... दूसरे वर्ष का रिजल्ट आ गया?

दूसरा दोस्त - हाँ, आ गया और थोड़े आदर से बात कर...!!

पहला दोस्त - क्यों?

दूसरा दोस्त - क्योंकि अब मैं तेरा सिनियर हूँ।

जज - घर में मालिक हाज़िर थे, इसके बावजूद भी तूने चोरी कैसे की?

चोर - साहब, आपकी नौकरी भी अच्छी है, पगार भी अच्छा है, फिर ये सब जानकर आप क्या करेंगे?

WISDOM

Workshop

for students

2K18



Marvellous Masti
MIND IT



आपकी मनपसंद मैगजीन अब
हिन्दी भाषा में भी उपलब्ध है।



अक्रम यूथ

आप youth.dadabhagwan.org और दादा भगवान एप
पर अक्रम यूथ की हिन्दी आवृत्ति प्राप्त कर सकते हैं।

वर्ष : ६, अंक : ९
अखंड क्रमांक : ६९
जनवरी २०१९



Send your suggestions and feedback at: akramyouth@dadabhagwan.org

Printed and Published by Dimple Mehta on behalf of Mahavideh Foundation-Owner.

Printed at : Amba Offset, B-99, GIDC, Sector-25, Gandhinagar – 382025.

