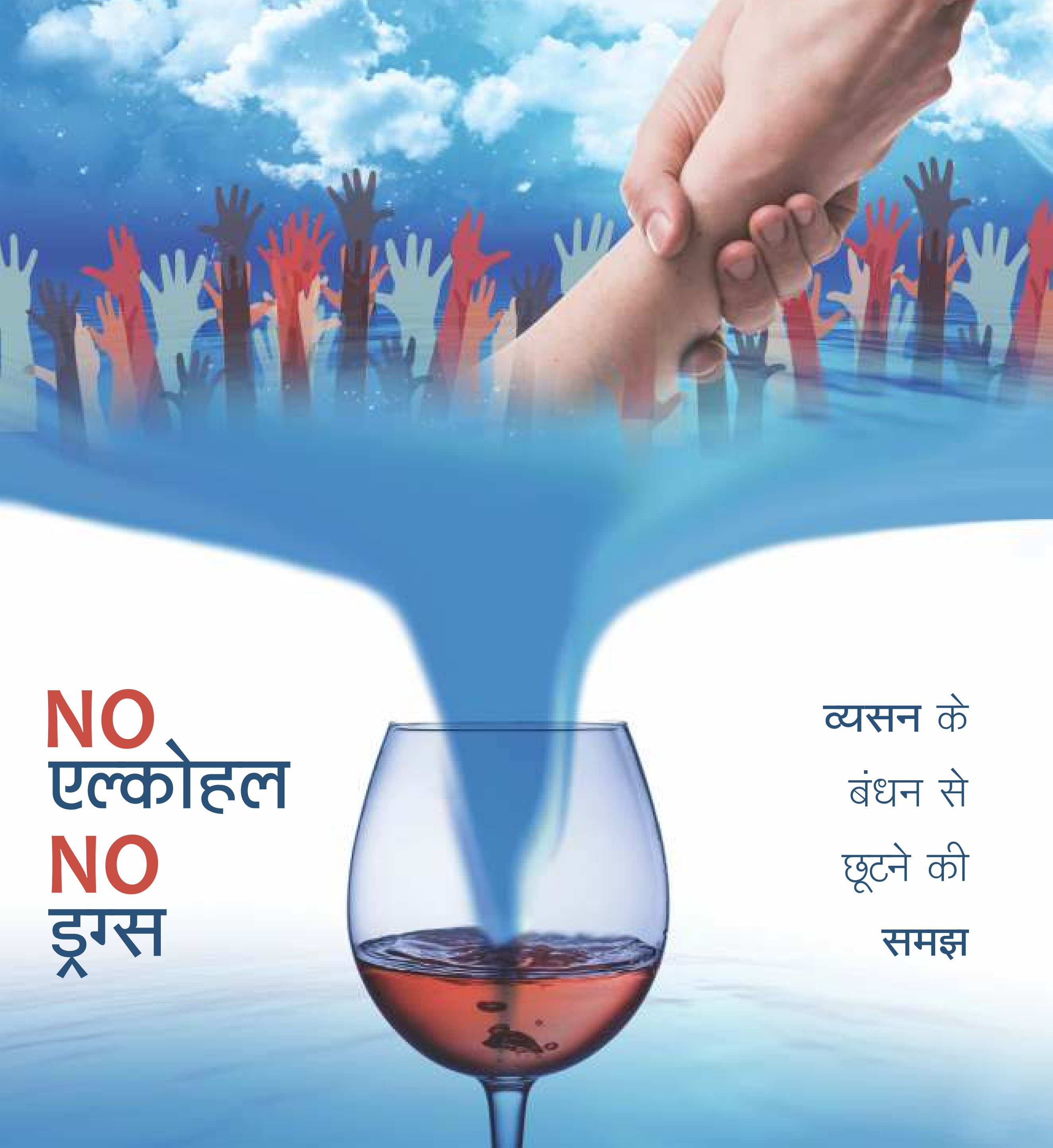
अक्रम यूथ

जुलाई 2019 | हिन्दी

दादा भगवान परिवार

₹ 20



NO एल्कोहल
NO ड्रग्स

व्यसन के बंधन से छूटने की **समझ**

अनुक्रमणिका

शराब के बारे में गलत मान्यताएँ 4
मॉरल स्टॉरी 8
सामाजिक अस्वीकार 10
आध्यात्मिक अस्वीकार 11
ड्रग्स एवं एल्कोहल स्पोर्ट्स् में अस्वीकार 12
शराब के दुष्परिणाम 13
आर्थिक परिणाम 14
आध्यात्मिक अस्वीकार 15
"say NO to drugs" 16
दादाश्री की पुस्तक की एक झलक 18
अनुभव 19
ज्ञानी विद यूथ 22

जुलाई 2019
वर्ष : 7, अंक : 03
अखंड क्रमांक : 75

संपर्क सूत्र :
ज्ञानी की छाया में,
त्रिमंदिर संकुल, सीमंधर सिटी,
अहमदाबाद-कलोल हाइवे,
मु.पो. - अडालज,
जिला : गांधीनगर-382421, गुजरात
फोन : (079) 39830100

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.

© 2019, Dada Bhagwan Foundation.
All Rights Reserved

संपादकीय

बालमित्रों,

जीवमात्र सुख की खोज में रहता है। सुख पाने के लिए ही हर कोई व्यक्ति अपनी पूरी ज़िंदगी प्रयत्न करता है। लेकिन इतने प्रयत्नों के बावजूद भी क्या हम वास्तव में सुखी हुए?

आज-कल हम देखते हैं कि कई युवा स्मोकिंग, गुटका या शराब का व्यसन करते हैं। भविष्य में इसके कैसे बुरे परिणाम आएँगे यह सोचे बिना ही कई युवा सिर्फ मज़ा करने के लिए या किसी तरह का स्ट्रेस कम करने के बहाने इन व्यसनों में डूबे रहते हैं।

व्यसन से व्यक्ति की सामाजिक, मानसिक और आर्थिक बाबतों पर गंभीर असर होता है। युवा जिस व्यसन को सुख समझकर उसके गुलाम बन जाते हैं वही व्यसन बाद में उनकी परवशता और दुःख का कारण बन जाता है।

दोस्तों, अक्रमयूथ का यह अंक ऐसे युवाओं के लिए हैं जिन्हें यह भ्रम है कि स्मोकिंग, गुटका या शराब में ही सुख है। इस अंक में हम व्यसनरूपी सामाजिक दानव के बारे में चर्चा करेंगे और पूज्यश्री से यह भी समझेंगे कि व्यसन के बंधन में से किस तरह छूट सकें। आशा करते हैं कि जो युवा व्यसन के चंगुल में से निकलना चाहते हैं, उनके लिए यह अंक मार्गदर्शक बन जाएगा। मनुष्य अवतार दुर्लभ एवं श्रेष्ठ है। चलो, उसका भरपूर लाभ लें।

- डिम्पल मेहता

शराब के बारे में गलत मान्यताएँ

किसी भी बुरी आदत को छोड़ने के लिए देर-सवेर उसको जड़ से नष्ट करना ही पड़ेगा, उदाहरणतः शराब की आदत... इसे जड़ से निकालने के लिए हमें दो काम करने पड़ेंगे। (1) जिस चीज़ की लत लग गई हो उसे स्वीकारने से कि "मुझे वास्तव में इस चीज़ का व्यसन लग गया है और मैं इससे छूटना चाहता हूँ।" और वह कौन से कारणों से हो रहा है उसकी जाँच करें।

लोग अलग-अलग कारणों से शराब पीते हैं। इनमें से कई कारण तो इधर-उधर के बहाने ही होते हैं, जिसे भ्राँति या एक प्रकार की बेतुकी मान्यता कह सकते हैं। यह भ्राँति कैसे उत्पन्न होती है और इसका निवारण कैसे करें, उसे हम देखेंगे।

मान्यता 1 | शराब मेरे स्ट्रेस - चिंता को दूर करने में सहायक है।

शराब पीते ही कुछ देर के लिए ऐसा लगता है कि तनाव मुक्त हो गया है लेकिन जैसे ही धीरे-धीरे शराब का नशा उतरता है और फिर से होश में आता है तब वही चिंता या स्ट्रेस पहले से भी ज्यादा ज़ोर से हमला करते हैं और परिस्थिति ज्यादा बिगड़ जाती है। यह स्ट्रेस उसे वापस शराब पीने के लिए उकसाता है और इस प्रकार जो व्यक्ति कभी-कभी शराब पीता था वह कब शराबी बन जाता है यह पता ही नहीं चलता और जब होश आए तब परिस्थितियाँ इतनी बिगड़ चुकी होती हैं कि वह अपना आत्म-सम्मान भी खो बैठता है।

उदाहरण के तौर पर - जब शुतुरमुर्ग डर जाता है तब वह अपना सिर रेत में गाड़ देता है। ऐसा करने से उसे अपने सामने आया हुआ जोखिम दिखाई नहीं देता और वह ऐसा मान लेता है कि अब जोखिम नहीं है लेकिन वास्तव में भय तो ज्यों का त्यों है। इसलिए ऐसा कह सकते हैं कि स्ट्रेस और चिंता का हल शराब नहीं है।

2

मान्यता | जीवन में मैं नई-नई चीज़ों को ट्राय करना चाहता हूँ।

कई लोग कुछ नया ट्राय करने के लिए शराब पीते हैं, "कई लोग कहते हैं, चखें तो सही कि शराब में ऐसा क्या है कि लोग उसके पीछे इतने पागल हैं," ऐसा सोचकर वे शराब पीना पसंद करते हैं। तो ऐसे लोग क्या वास्तव में कुछ भी ट्राय करने के लिए तैयार हो जाते होंगे? जैसेकि "ज़हर का स्वाद कैसा होगा?" चल, थोड़ा चखकर देखूँ या "आज एसिड से नहा लूँ?" क्या ऐसा कोई करेगा? "नहीं" क्योंकि इसके परिणाम तत्काल देख सकते हैं जबकि शराब तो व्यक्ति को धीरे-धीरे खत्म करती है। जो व्यक्ति को खत्म कर दे, वह सब तो ज़हर ही कहलाएगा न? एक झटके से मार डाले या धीरे-धीरे ज़हर की परख तो नहीं कर सकते न!

3

मान्यता | शराब पीने से इंसान 'कूल' दिखाई देता है।

कई जानी-मानी हस्तियाँ शराब पीने के कारण बदनाम हुई हैं। नशे की हालत में व्यक्ति कई बार ऐसा कुछ कर बैठता है कि उसकी प्रतिष्ठा को नुकसान पहुँचता है। उदाहरण के तौर पर शराब के नशे में बिभत्स हरकतें की हों या तो नशे में चूर होकर गाड़ी चलाकर रास्ते पर किसी व्यक्ति को कुचल दिया हो, ऐसे किस्से भी होते हैं। अगर कोई हमें "शराबी" कहे तो उसका हमें ऐसा कहना वह "कूल" लगेगा या "गाली" लगेगी? इस सवाल पर सोचने जैसा है। जब बहुत अच्छे कर्म किए हो तभी मनुष्य जन्म मिलता है। नशे की आदत हमारी क्षमताओं को खत्म करके हमारी इंसानियत छीन लेती है। हमारी "जागृति" और बुद्धिशक्ति" मंद न पड़े इसलिए शराब के सेवन से बचना ज़रूरी है।

मान्यता | सब शराब पीते हैं और इसमें कुछ गलत नहीं है।

जो इस भ्राँति में जी रहे हैं, उनसे मैं एक प्रश्न पूछना चाहता हूँ कि "शराब पीने में कुछ गलत नहीं है, ऐसा आपसे किसने कहा? हं... पक्का, जो खुद शराब पीता है, उसी ने आपसे ऐसा कहा है न?" तो उसका जवाब पक्का "हाँ" ही होगा। दोस्तों, हमें समझ जाना चाहिए कि चोर खुद कभी नहीं कहेगा कि चोरी करना बुरी बात है।"

मान्यता | मेरा पूरा फ्रेन्ड सर्कल शराब पीता है।

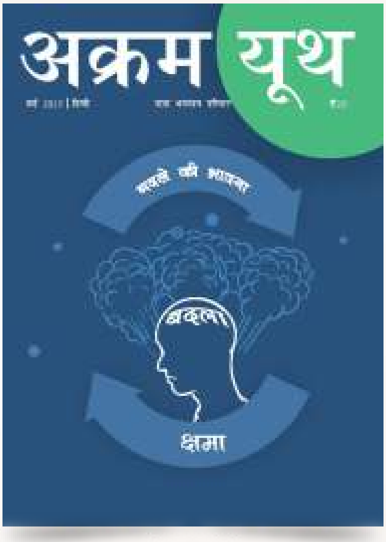
जो व्यक्ति फ्रेन्ड सर्कल में शराब पीता है, उसे और कुछ किए बगैर अपने अंदर झाँककर एक ही प्रश्न पूछना चाहिए कि, "मेरी ऐसी छाप पड़े कि मैं भी शराबियों की गैंग में से एक हूँ, तो क्या इस तरह से पहचाने जाना मुझे अच्छा लगेगा? तो उसका जवाब एक ही होगा, "नहीं।" क्योंकि इससे प्रतिष्ठा खराब होती है। इसलिए व्यक्ति को अवश्य सोचना चाहिए कि जो लोग खुद ही नैतिकता के मार्ग पर नहीं चल रहे हैं उनसे मैं दोस्ती की क्या अपेक्षा रखूँ?

मान्यता | मैं जहाँ रहता हूँ वहाँ चारों ओर शराब पीने का ही वातावरण है।

हमें समझना चाहिए कि हमारी ज़िंदगी की गाड़ी का स्टीयरिंग हमारे ही हाथ में हैं। यानी कि किसी के कहे अनुसार नहीं करना चाहिए। हमारे लिए क्या सही है? क्या गलत है? वह तय करने की ज़िम्मेदारी हमारी ही है। और हमारी आसपास के वातावरण में से क्या ग्रहण करना उसकी ज़िम्मेदारी भी हमारी ही है।

युवाओं के लिए

मंथली मैगज़ीन



Of the Youth, By the Youth, For the Youth

1 वर्ष
का लवाजम
200/-

5 वर्ष
का लवाजम
800/-

Online Subscription
https://store.dadabhagwan.org/akram-youth

मॉरल स्टॉरी

कुछ साल पहले की बात है। मुनिश्री संयमचंद्र एक गाँव से दूसरे गाँव विहार करते रहते थे। आश्रम के वरिष्ठ एवं गुरुश्री के प्रिय शिष्य होने के कारण वे बहुत प्रसिद्ध थे। वे जिस गाँव में जाते वहाँ के लोग उनका बहुत आदर सम्मान से स्वागत करते थे। एक दिन उनके गुरुश्री ने उन्हें जितनी जल्दी हो सके उतनी जल्दी आश्रम में वापस आने का संदेश भिजवाया। संदेश मिलते ही वे आश्रम की ओर रवाना हो गए। रात हो गई थी और आश्रम अभी बहुत दूर था इसलिए वे तेज़ी से आगे बढ़ रहे थे। रास्ते में एक गाँव आया, वहाँ उन्होंने कुछ लोगों को शराब पीते हुए देखा। मुनिश्री को देखकर वे लोग उनका सत्कार करने के लिए एक के बाद एक उन्हें प्रणाम करने लगे। उनमें से एक व्यक्ति ने मुनिश्री का हाथ पकड़कर उन्हें पाट पर बिठा दिया। सब लोग प्रसन्न होकर उनकी मेहमान-नवाज़ी करने लगे। "हम आपको यहाँ से नहीं जाने देंगे, आपको हमारी मेहमान-नवाज़ी स्वीकारनी ही पड़ेगी।" ऐसा कहकर उन्होंने मुनिश्री के सामने शराब और माँसाहार रख दिया और उनके मनोरंजन के लिए सुंदर स्त्रियों को भी बुलाया गया। मुनिश्री ने बहुत निवेदन किया और वहाँ से भागने का प्रयत्न किया लेकिन नशे में चूर लोगों ने उन्हें नहीं छोड़ा। उनमें से एक व्यक्ति ने चिढ़कर कहा कि "मुनिश्री हमारी मेहमान-नवाज़ी को स्वीकार न करके आप हमारा अपमान कर रहे हैं, आपको किसी एक चीज़ को स्वीकार करना ही पड़ेगा।" मुनिश्री ने सोचा कि "आश्रम पहुँचना है और ये लोग तो मुझे छोड़ ही नहीं रहे, क्या करूँ? माँस और परस्त्री सेवन तो नर्क में ले जाएगा। यों तो शराब भी बुरी है, फिर भी वह वनस्पति के रस से बनती है इसलिए उसमें थोड़ा कम जोखिम है।"

इसलिए सभी के आग्रहवश उन्होंने थोड़ी सी शराब पी ली। उन्होंने सोचा कि थोड़ी सी शराब पीकर यहाँ से निकल लूँगा। लेकिन सब लोग "थोड़ी सी तो मेरे हाथों से भी लेनी ही पड़ेगी न" ऐसा कह-कहकर उन्हें पिलाते गए और वे पीते गए। शराब के नशे में चूर मुनिश्री ने उस रात बेसुध होकर परस्त्री और माँसाहार का भी सेवन किया।

और इस तरह इतने संयमी मुनि का घोर पतन हो गया।

इसीलिए दादाश्री कहते हैं कि "अब्रह्मचर्य और शराब ज्ञान पर आवरण लाने वाली चीज़ें है। इसलिए बहुत जागृत रहना चाहिए। शराब तो ऐसी है न, "मैं चंदू भाई हूँ" यह भी भूल जाता है। तो फिर आत्मा तो भूल ही जाएगा न। इसीलिए भगवान ने इससे डरने के लिए कहा है। जिसे संपूर्ण अनुभव ज्ञान हो जाए, उसे असर नहीं होता, लेकिन यह नशा ऐसी चीज़ है कि भगवान के ज्ञान को भी उखाड़ फैंकता है। इसलिए इसमें सब जोखिम ही है।

हमने देखा कि शराब पीना हमारे लिए कितना हानिकारक है। अब देखेंगे कि हमारे करीब रहने वालों के लिए वह कितना जोखिमदायक हो सकता है।

रात के नौं-दस बजे होंगे, भाई के मोबाइल पर रिंग बजती है। फोन उठाते ही, "हॉय ब्रो, फेयरवेल पार्टी खत्म हो गई।" मानो रातोंरात किसी को प्राईम मिनिस्टर की पदवी मिल गई हो ऐसे खिलखिलाकर हँसते हुए और पागलों की तरह बोलते हुए छोटी बहन ने भाई से कहा, "मैं घर आने के लिए कार में निकल रही थी लेकिन देखो न, यह डरपोक सुहाना मुझे ड्राईव करने के लिए मना कर रही है और कह रही है कि ड्रिंक करके ड्राईव नहीं करना चाहिए। ब्रो, प्लीज़ तू उसको कह दे कि लेट मी लीव" (मुझे जाने दे।) भाई घबराकर परेशान होकर बहन से कहता है, "नहीं... तू सुहाना के साथ ही रहना, मैं तुझे लेने आ रहा हूँ।" फोन पर बात करते हुए भाई कार की चाबी ढूँढता है, लेकिन फोन कट हो जाता है। भाई दूसरी, तीसरी-चौथी बार फोन ट्राय करता है लेकिन फोन स्विच ऑफ हो जाता है।

उस जगह तक पहुँचने के लिए गूगल मैप पच्चीस मिनट का समय दिखा रहा है। "मेरी बहन घर से जैसी गई थी वैसी ही मैं उसे वापस लाना चाहता हूँ।" यह सोचकर उसने गूगल मैप के अनुसार कार भगा दी। सुहाना साथ में हो तो अच्छा है वर्ना इस हालत में वह अकेली लड़कों के साथ? उसके दोस्त अच्छें ही होंगे लेकिन पीने के बाद कहाँ किसी को होश रहता है? बहन के साथ कोई अनहोनी नहीं होगी न? कैसा-कैसा सब होता रहता है, कल के अखबार में, न्यूज़ चैनल में मेरी बहन के समाचार नहीं देखने पड़ेगे न? मेरी बहन के बीभत्स फोटो इन्टरनैट पर वायरल नहीं होंगे न? उसके मन में पुरुष जाति के प्रति डर या नफरत नहीं होने लगेगी न? हे भगवान! यह रास्ता मुझे इतना लंबा क्यों लग रहा है? हे माताजी, हे भगवान! आप सब मेरी बहन की रक्षा करना, उसके साथ रहना।" ऐसी अनेक शंकाएँ करते हुए वह गूगल मैप के अनुसार अट्ठारह मिनट में ही उस जगह पहुँच गया। अपनी छोटी बहन को सलामत देखकर उसकी जान में जान आई।

सामाजिक अस्वीकार

सामाजिक तौर पर एल्कोहल का सेवन स्वीकार्य नहीं है क्योंकि इसके असर बहुत भयंकर है। समयानुसार अलग-अलग माध्यमों द्वारा किए गए सर्वे से यह साबित हो गया है कि -

1) घर में स्त्रियों पर हिंसा

2) कमज़ोर आर्थिक परिस्थिति

3) बच्चों पर मानसिक दबाव

4) बीमारी और हॉस्पिटल के चक्कर और उनकी तकलीफें

जैसे अनेक नशे के असरों में परिणमित होते हैं।

बिहार में 2016 में शराब पर प्रतिबंध लागू होने के बाद अगर सर्वे के आकड़ों को गौर से देखें तो चौंका देने वाली हकीकतें सामने आई है। इसके मुताबिक स्त्रियों पर घरेलू अत्याचार में 20 प्रतिशत, लड़ाई-झगड़ें की संख्या 13 प्रतिशत और ट्रैफिक दुर्घटनाओं में 10 प्रतिशत की कमी आई है। इसके विरुद्ध दूध की बिक्री में 10 प्रतिशत चीज़ की बिक्री में 200 प्रतिशत, टू-व्हीलर वाहनों की खरीदारी में 30 प्रतिशत और इलेक्ट्रिक साधनों की खरीदारी में 50 प्रतिशत वृद्धि देखी गई है। गाँवों में मिट्टी के घरों की जगह अब धीरे-धीरे पक्के घर बन रहे हैं। इस प्रकार अर्थतंत्र में वास्तव में सुधार हुआ है।

आध्यात्मिक अस्वीकार

दुनिया के ज्यादातर धर्म जैसे कि हिन्दु, इस्लाम, बौद्ध, जैन, सिख, आदि.. मूलतः एकदूसरे से भिन्न होने के बावजूद भी सब मिलकर व्यसन से दूर रहने की सलाह देते हैं। उदाहरण के तौर पर,

1) मदिरापान करने से बौद्धसंहिता के (जिसमें **बौद्ध धर्म** के मूलभूत सिद्धांतो का समावेश है) कुल पाँच उपदेशों में से पाँचवें उपदेश का उल्लंघन होता है। शराब से व्यक्ति की विचार शक्ति में बाधा आती है और प्रगति के मार्ग में अवरोध आता है।

2) **हिन्दू धर्म** एक आध्यात्मिक परंपरा है जिसकी समझ ब्रह्मांड के कुदरती कायदों पर आधारित है। सूक्ष्मता से देखे तो दिमाग़ और शरीर पर होने वाले प्रतिकूल असर ही एल्कोहल के प्रतिबंध का मूल कारण हैं।

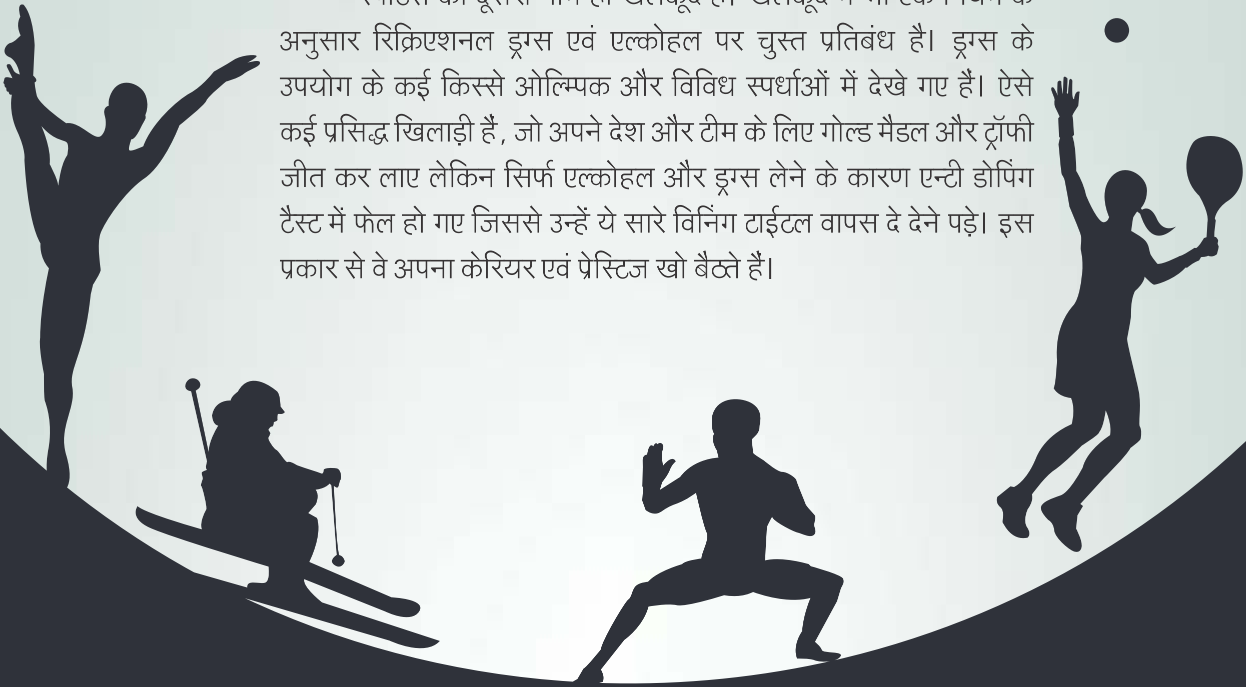
3) **जैन धर्म** जो कि अहिंसा और शाकाहार की नींव पर ही खड़ा है, वह शराब पीने की अनुमति कभी नहीं देता क्योंकि शराब बनाने की प्रक्रिया में असंख्य सूक्ष्म जीवों की हिंसा होती है।

4) **सीख धर्म** में नशीले मादक द्रव्य, कैफी पदार्थ, शराब, सीगरेट, नशीले द्रव्य और शरीर को नुकसान पहुँचाने वाले किसी भी पदार्थ के सेवन को पाप कृत्य माना जाता है, इसलिए इनका इस्तेमाल करने के लिए मना किया गया है।

5) **इस्लाम धर्म** में भी शराब पर निषेध है क्योंकि आस्थावान व्यक्ति के अंतःकरण को शराब कमज़ोर बना देती है। कुरान में खुदा ने कहा है कि नशाखोरी और जुआ खेलना शैतान से भी बदतर है इसलिए इनका त्याग करने योग्य है।

ड्रग्स और एल्कोहल | स्पोर्टस में अस्वीकार

स्पोर्टस का दूसरा नाम ही खेलकूद है। खेलकूद में भी एक नियम के अनुसार रिक्रिएशनल ड्रग्स एवं एल्कोहल पर चुस्त प्रतिबंध है। ड्रग्स के उपयोग के कई किस्से ओलम्पिक और विविध स्पर्धाओं में देखे गए हैं। ऐसे कई प्रसिद्ध खिलाड़ी हैं, जो अपने देश और टीम के लिए गोल्ड मैडल और ट्रॉफी जीत कर लाए लेकिन सिर्फ एल्कोहल और ड्रग्स लेने के कारण एन्टी डोपिंग टैस्ट में फेल हो गए जिससे उन्हें ये सारे विनिंग टाईटल वापस दे देने पड़े। इस प्रकार से वे अपना केरियर एवं प्रेस्टिज खो बैठते हैं।



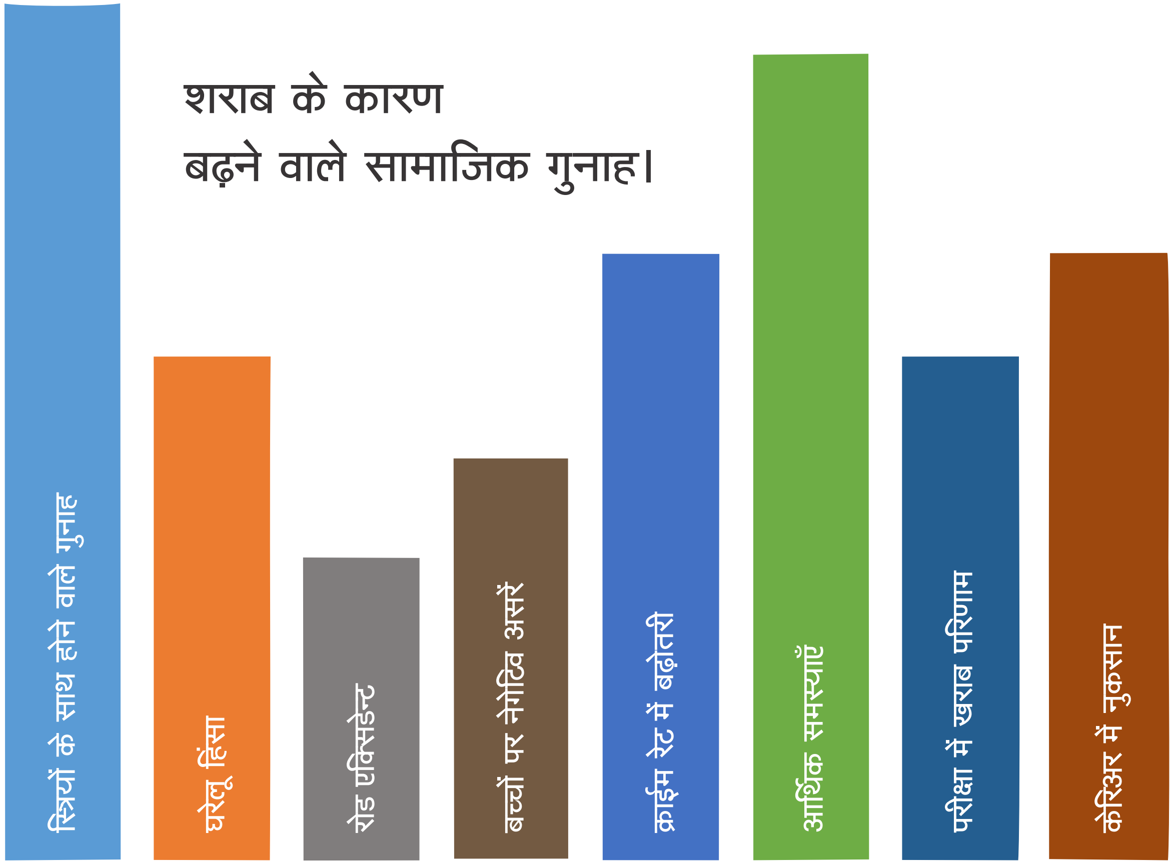
अब चलो, हम एक टैस्ट करें, जिसमें आप खुद ही चयन करो कि ऐसी परिस्थिति क्या आपको स्वीकार होगी?

- ☐ 1) आप एक बस में जा रहे हैं और पता चले कि ड्राईवर शराब पीकर बस चल रहा है।
- ☐ 2) पुलिस स्टेशन में, पुलिसकर्मी शराब पीकर अपनी डयूटी दे रहे हैं।
- ☐ 3) कॉलेज में प्रोफेसर एल्कोहल पीकर विद्यार्थीयों को पढ़ा रहे हैं।
- ☐ 4) आप खरीदारी करने गए हैं और सेल्समैन शराबी है।
- ☐ 5) आपका ऑपरेशन है और डॉक्टर शराब पीकर सर्जरी करने आते हैं।
- ☐ 6) आपकी अपनी कंपनी में वर्कर शराब पीकर काम करने आते हैं।

ऊपर दी गई सभी बातों में एक बात तो तय है कि ऐसा कोई भी स्वीकार नहीं करेगा। तो सोचो कि अगर आप शराब या ड्रग्स लेंगे तो क्या आपको कोई स्वीकारेगा?

शराब के दुष्परिणाम

शराब के कारण बढ़ने वाले सामाजिक गुनाह।



शराब से होने वाले रोग

आर्थिक परिणाम

शराब के कारण कई लोग अपनी नौकरी गँवा देते हैं
और उनके परिवार वालों के लिए पैसों की समस्या खड़ी हो जाती है।

खर्च की लिस्ट	
शराब का एक दिन का खर्च	दिन के 3 पैग - 400
हफ्ते में पाँच बार पीने का खर्च	400 गुना 5 दिन - 2000 हफ्ते के
एक महीने के 4 हफ्ते का खर्च	2000 गुना 4 हफ्ते - 8,000 महीने के
एक साल का खर्च	8000 गुना 12 महीने - 96,000 साल के
अन्य खर्च	हैल्थकेयर के खर्च प्लस टैक्सी का भाड़ा प्लस वेटर की टिप

कुल मिलाकर बड़ा आर्थिक नुकसान

हमने देखा कि शराब पीने वाले व्यक्ति की बैलेन्स शीट में कुछ जमा नहीं होता बल्कि उधारी बढ़ती जाती है। शराब पीने वाले का अंत में नुकसान ही होता है।

आध्यात्मिकता पर होने वाले असर

प्रश्नकर्ता : ऐसा कहते हैं कि किसी ने अगर लंबे समय तक शराब पी हो या पहले ड्रग्स लिए हों तो उसका असर हमारे ब्रेइन पर पड़ता है, बाद में भले ही बंद कर दे लेकिन उसका असर तो रहता है। तो इन असरों से मुक्त होने के लिए दादा क्या कहते हैं? इनमें से बाहर निकलने का कोई उपाय है क्या?

दादाश्री : नहीं, लेकिन वापस रिएक्शन आता है सारे परमाणु शुद्ध हो जाने चाहिए। पीना तो छोड़ दिया है न? अब उसे क्या करना चाहिए? "शराब पीना बुरा है," हमेशा ऐसा बोलना चाहिए।

हाँ, बाद में भी बोलना है। "अच्छा है" ऐसा कभी मत बोलना, नहीं तो वापस उसका असर होगा।

प्रश्नकर्ता : इसका सेवन करने से दिमाग़ को कैसे नुकसान पहुँचता है?

दादाश्री : यह भान(सुध) भुला देती है, उस समय अंदर जागृति पर आवरण आ जाता है, फिर हमेशा के लिए वह आवरण हटता नहीं है। हमारे मन में ऐसा लगता है कि वह हट गया लेकिन नहीं हटता। ऐसा करते-करते आवरण आते-आते सब फिर... व्यक्ति जड़ जैसा बन जाता है। फिर उसे अच्छे विचार नहीं आते। जो डेवलप हैं, उनका दिमाग़ इसमें से बाहर निकलने के बाद ही अच्छी तरह से डेवलप हुआ रहता है। वापस बिगाड़ना नहीं चाहिए।

प्रश्नकर्ता : शराब पीने से दिमाग़ के जो परमाणु डेमेज हो गए हों, तो वह डेमेज वाला हिस्सा फिर से रीपेयर कैसे होगा?

दादाश्री : उसका तो कोई उपाय ही नहीं है, वह तो ज्यों-ज्यों समय बीतेगा त्यों-त्यों होगा। बिना पीए समय बीतेगा न, त्यों-त्यों सब ठीक होते जाएगा। एकदम से नहीं होगा। शराब और माँसाहार से जो कर्ज़ चढ़ता है, शराब और माँसाहार करके वह सुख भुगतता है, वह सुख "रीपे" (चुकाने) करने के लिए जानवर गति में जाना पड़ता है। यह जितने भी सुख आप ले रहे हैं न, वे "रीपे" करने पड़ेंगे, इसकी ज़िम्मेदारी हमें समझनी चाहिए। यह जगत् खोखला नहीं है। यह "रीपे" वाला जगत् है। सिर्फ आंतरिक सुखों का ही "रीपे" नहीं करना पड़ता, बाहर के भी सभी सुखों का "रीपे" करना पड़ेगा। जितना कर्ज़ लेना हो लेना लेकिन बाद में चुकाना पड़ेगा।

प्रश्नकर्ता : अगले जन्म में जानवर बनकर "रीपे" करना पड़ेगा, वह तो ठीक है, लेकिन इस जन्म में क्या होगा? इस जन्म के परिणाम कैसे आएँगे?

दादाश्री : इस जन्म में उस पर आवरण आने के कारण जड़ जैसा, जानवर जैसा बन ही गया रहता है। लोगों में मान-सम्मान कुछ नहीं रहता।

Say **NO** to Drugs

‘से ना टु ड्रग्स’

(चलो, ड्रग्स को मना कर दे)

युवा इस देश की भावि पीढ़ी है और देश के विकास का बहुत बड़ा परिबल है। युवा शक्ति के विकास को अगर युवावस्था में ही रोक दिया जाए तो इस देश का भविष्य अंधकारमय हो जाएगा। युवाओं को गलत राह पर ले जाने का सब से आसान तरीका है उन्हें ड्रग्स या ऐसी ही नशीली चीज़ों की आदत लगा देना ताकि देश के करोडरज्जू समान युवावर्ग इस जाल में फँस जाए और देश की प्रगति रुक जाए।

इसके लिए देश में ड्रग-डीलर्स शुरुआत में ड्रग्स फ्री में देते हैं ताकि ग्राहक ड्रग्स के आदि हो जाएँ। जब युवा ड्रग एडिक्ट हो जाएँ तब ड्रग के पैसे लेना उनका असल टार्गेट रहता है।

मँहगे दाम के ड्रग्स खरीदने के लिए युवाओं के पास पैसे नहीं होने के कारण समाज में चोरी, हिंसा, हत्या जैसे गुनाह और बढ़ते हैं। ड्रग्स के कारण उनका मूल्यवान समय बरबाद हो जाता है और सजगता एवं सृजनात्मक शक्ति क्षीण हो जाती है। युवाओं में फैले हुए इस बुरे असर का प्रभाव उनके गाँव, शहर और इन्डस्ट्री पर पड़ता है। ड्रग एडिक्ट युवा अगर बहुत ज्यादा हों, तो समग्र राज्य की आर्थिक स्थिति शांति, विकास और प्रतिष्ठा इसका ग्रास बनते हैं।

हम पुण्यशाली हैं कि हमारा जन्म भारत देश में हुआ है कि जिस देश के जीव आध्यात्मिक विकास के सर्वोत्तम लैवल पर है। भारतीय युवाओं को अपने देश के प्रति इतना गर्व है कि वे अपने देश की पवित्रता संभालकर रखने के लिए युद्ध भी लड़ सकते हैं। हमें अगर युद्ध करना ही है, तो क्यों न ड्रग्स के विरुद्ध करें? तो चलो, हम ड्रग्स को मना कर दे। एक युवा में बदलाव आएगा तो उसे देखकर दूसरे दस युवाओं में बदलाव आएगा। इन दस को देखकर दूसरे सौं युवाओं में बदलाव आएगा और इसी तरह परिवर्तन आएगा। तो चलो, ड्रग्स को मना करे। और एक ऐसी पॉज़िटिव लहर खड़ी करें जो सर्वत्र फैलकर हमारे राष्ट्र को योग्य दिशा की ओर ले जाए। आप अगर शराब, ड्रग्स या अन्य नशीले पदार्थ जो आपका आपके परिवार का और देश का नुकसान करते हैं, उनका सेवन नहीं करते, तो well done. बस भविष्य में भी किसी के आग्रह के विरुद्ध दृढ़ रहकर नो कहने की हिंमत जुटाकर हमेशा इस ज़हर से दूर रहें।

लेकिन अगर कोई इस ड्रग्स के व्यसन में फँस गया है तो इस कमज़ोरी को दादा भगवान द्वारा बताए गए चार स्टेपिंग से सुलझा सकते हैं।

शराब पीना और ड्रग्स लेना गलत है। ऐसा 100 प्रतिशत निश्चय करना चाहिए।

शराब या ड्रग्स किस प्रकार गलत है। इसका 100 प्रतिशत समझ सेट करनी चाहिए और इसके जोखिम समझ लेने चाहिए।

जितनी बार पीएँ उतनी बार पश्चाताप करना चाहिए, हे भगवान, यह गलत है, माफी चाहता हूँ और शराब एवं ड्रग्स छूटें, ऐसी मुझे शक्ति दे।

कभी भी इसका रक्षण नहीं करना चाहिए। इसमें क्या गलत है? दुनिया में शराब और ड्रग्स क्यों बनाते हैं? यानी पीने में हर्ज नहीं है, ऐसा नहीं कहना चाहिए! कबूल करना चाहिए कि मेरी कमज़ोरी है, यह मेरी भूल है। गलत कर रहा हूँ, मेरी यह आदत छूटे ऐसी शक्ति चाहिए। - ऐसा बोले तो धीरे-धीरे गलत आदतें छूटने लगेंगी। आपसे अगर नहीं हो पा रहा हो, तो निश्चय मज़बूत करके हमारे पास आने से आपको आशीर्वाद देंगे तो आपका व्यसन छूट जाएगा।

इस हिन्दुस्तान का एक बच्चा पूरे विश्व का वज़न उठा सके, उतनी शक्ति रखता है। सिर्फ उसे पोषण देने की ज़रूरत है। - दादाश्री

स्पिरिच्युल लैवल से विपरीत लाईन में नहीं लेकिन एक्सेप्शनल, सिंह जैसे। हमारे बड़े भाई बाहर शेर माने जाते थे लेकिन इन सब गलत आदतों के कारण उनकी कीमत नहीं थी। ब्रान्डी की आदत थी यानी पीते ही बात खत्म। मनुष्य के तौर पर मानने की कीमत ही कहाँ रही? पीने से बात खत्म। चाहे कैसी भी पर्सनेलिटी वाला हो लेकिन शराब के कारण खत्म हो जाता है।

प्रश्नकर्ता : लेकिन असल ताकत तो खत्म नहीं होती न, दादा?

दादाश्री : ताकत तो खत्म नहीं होती लेकिन शराब की आदत के कारण लोगों ने इज्जत नहीं दी। उनका प्रभाव नहीं पड़ने देना चाहते थे इसलिए इस आदत के कारण लोगों ने उन्हें नकार दिया कि "जाने दो न, पीते हैं।"

प्रश्नकर्ता : उनका स्पिरिच्युअल लैवल हाई था, दादा?

दादाश्री : मूल स्पिरिच्युअल लैवल से इस गलत राह पर आ गए थे। यह एक बुरी आदत अगर नहीं होती तो... मणी भाई को पीने की आदत लग गई, यह बहुत बुरा हुआ। रौब मारने के लिए पीना सीख गए वर्ना हमारे गाँव में ऐसा कोई भी पटेल नहीं था।

यह तो हमारे गाँव के कई लोगों ने कहा, "पूरी बिरादरी में मर्द पुरुष यही है। यह एक बुरी आदत अगर नहीं होती तो हमारे गाँव का सब से बड़ा व्यक्ति माना जाता। अगर पीते नहीं तो बिरादरी में बहुत नाम कमाते।"

प्रश्नकर्ता : नाम कमाते, हाँ। लेकिन थोड़ी पीते थे की ज्यादा पीते थे?

दादाश्री : ज्यादा, कई बार बहुत ज्यादा पी लेते थे। टोपी पहनना भी भूल जाते थे। छोटे भाई ने बड़े भाई से कहा कि "मणि भाई, अगर आपको यह आदत नहीं होती तो हमारे गाँव के एक ज़बरदस्त बड़े नेता माने जाते।" लेकिन इस आदत के कारण सब बिगड़ गया। भाई की बुरी आदत के कारण पैसों की भी तकलीफ थी।

यों तो मणि भाई बहुत अच्छे इंसान थे। राजश्री कुटुंब जैसे। अपने पास हो तो दे देते थे, पैसों की कुछ पड़ी नहीं थी। व्यवसाय भी अच्छा था, आमदनी भी ज्यादा थी, लेकिन भाई को पीने की बुरी आदत लग गई थी।

प्रश्नकर्ता : ज्यादातर पटेलों में यह आदत होती ही है, दादा।

दादाश्री : यह भाई तो राजश्री थे और उन्हें तो छूट थी! ये तो सिंह के वंशज वाले इसलिए छूट तो होगी ही न?

प्रश्नकर्ता : हाँ, छूट तो होगी।

दादाश्री : बड़े भाई बहुत शराब पीते थे इसलिए पाँच-दस साल के लिए

पैसों की तकलीफ हुई थी। हमारे भाई के राज में पाँच-दस साल तकलीफ हुई थी, बाद में नहीं हुई। मैं तो जहाँ हाथ डालता, वहीं से पैसा मिलता रहता था।

हमारे व्यवसाय में पैसा बहुत आता था लेकिन बड़े भाई की पीने की आदत के कारण बचता नहीं था। आमदनी बहुत थी लेकिन जहाँ शराब की आदत हो वहाँ पैसा टिकता नहीं है। भाई तो पचास-सौ रुपए की शराब रोज़ पीते थे।

प्रश्नकर्ता : ओहो!

दादाश्री : हमारे बड़े भाई को चालीस-पचास रुपए की बोतल रोज़ चाहिए। तो ऐसा धंधा हमें कहाँ से पुसाएगा? पचास रुपए की बोतल चाहिए और वह भी विलायती, अच्छे प्रकार की पीते थे, फिर उस घर में पैसा कहाँ से रहेगा? कितनी आमदनी होगी? 1930-32 के ज़माने में?

प्रश्नकर्ता : पचास रुपए तो बहुत ज्यादा हैं, आज के पाँच हज़ार रुपए।

दादाश्री : यानी पूरा पैसा तो उनके पीने में चले जाता था। फिर घर-बार भी गिरवी रख दिया था। तरसाली की ज़मीन भी गिरवी रख दी थी। गाँव की छः बीघा, तरसाली की साढ़े छः बीघा, घर-बार सबकुछ गिरवी। अंत में शराब छोड़कर उपवास किए। मणि भाई पुन्यशाली इंसान थे, लेकिन क्या करे? छोटी उम्र में ही ऑफ हो गए न!

प्रश्नकर्ता : कितनी?

दादाश्री : पचास साल की। उनका पूरा शरीर खत्म हो चुका था क्योंकि उस समय उन्होंने 31 उपवास किए थे, उपवास के कारण मर गए। उपवास के कुछ फायदा नहीं हुआ।

प्रश्नकर्ता : क्या मणि भाई ने उपवास किए थे?

दादाश्री : 31 उपवास किए थे, सिर्फ पानी पीते थे।

प्रश्नकर्ता : यह तो संथारे जैसा?

दादाश्री : संथारा क्या करेंगे? यह तो बैर भावि पुरुष थे। अपने मन में जो आया वही करते थे, किसी का नहीं मानते थे।

प्रश्नकर्ता : लेकिन उपवास क्यों किए, दादा?

दादाश्री : उपवास तो इसलिए किए थे कि "मेरे शरीर में जितने भी शराब के परमाणु हैं, उन सभी को साफ करना है।" यानी शरीर की शुद्धि के लिए किए थे। खुद शराब पीते थे न, उपवास करने से शरीर में से ज़हर निकल जाए इसलिए करते थे।

जबकि शराब तो छूट गई थी, दो साल पहले खुद ही पीना छोड़ दिया था और बाद में उपवास किए थे। यों तो संतपुरुष जैसे बन गए थे क्योंकि सुपर ब्रेइन था उनका। शरीर को बदलने के लिए, शरीर को फिर से पुन्यशाली बनाने के लिए, पापों को धोने के लिए 31 उपवास किए थे।

अनुभव

मेरा जन्म श्रीमंत परिवार में हुआ था और मुझे अच्छे संस्कार मिले इसका मम्मी-पापा ने बचपन से ही बहुत ध्यान रखा था। लेकिन जैसा दादाजी कहते हैं न कि, "चोर की कृपा से चोर बन जाते हैं और ज्ञानी की कृपा से ज्ञानी बन जाते हैं।" ऐसे मैं भी कुसंगी दोस्तों के साथ रहकर कुसंगी बन गया था। सच कहूँ तो औरों के बारे में तो मैं नहीं जानता लेकिन "मैं कुछ हूँ" ऐसा दिखाने, सब के बीच इम्प्रेशन जमाने, मॉर्डन हूँ ऐसा बताने... मैं देर रात तक गाड़ी में घूमता था, पार्टियाँ करता था, दोस्त जैसा करते और कहते वह सब करता था। दोस्तों के पीछे पैसे उड़ाना मेरे लिए कोई अचरज की बात नहीं थी। ऐसा सब करने से मम्मी-पापा मुझे रोकते, तो मैं उन पर चिढ़ जाता था, सामने जवाब देता और उधम मचाता था और दोस्त लोग ही मुझे अच्छे लगने लगे। कुछ ही समय में **मैं दोस्तों के साथ ड्रग्स लेने लगा।**

इस बात का मैं खासतौर पर ध्यान रखता था कि घर पर ड्रग्स न ले जाऊँ लेकिन एक दिन मेरी पैन्ट की जेब में ड्रग्स का पैकेट रह गया और मम्मी ते हाथ लग गया। मुझ पर काफी सारी पाबंदियाँ लगा दी गई, मुझे घर से पैसा मिलना बंद हो गया और मेरे दोस्तों के घर भी इस बात को बता दिया गया। मुझे ड्रग्स की इस हद तक आदत लग गई थी कि मैं उसके बगैर रह ही नहीं पाता था। मुझे बहुत कमज़ोरी महसूस होती और शरीर में असहनीय पीड़ा एवं जलन होती थी, मैं ड्रग्स के लिए तड़प रहा था मम्मी-पापा ने मुझे डॉक्टर के पास ले जाने की बहुत कोशिश की लेकिन मैं तैयार नहीं था और उन्हें मर जाने की धमकी देता था। कुछ समय के लिए ऐसा चलता रहा और मेरी तबियत ज्यादा बिगड़ने लगी, अंत में हारकर मम्मी-पापा ने मुझे ड्रग्स लेने की अनुमति दे दी। इस दौरान मम्मी को टी.वी. के माध्यम द्वारा पूज्यश्री दीपक भाई और आत्मज्ञान के बारे में पता चला। उन्होंने ज्ञान लिया और पूज्यश्री के मार्गदर्शन में मेरे लिए प्रार्थनाएँ की। धीरे-धीरे मैं डॉक्टर के पास जाने के लिए तैयार हो गया और मेरा ट्रीटमेन्ट शुरू हो गया।

इस बात को लगभग छः महीने हो गए हैं। मेरा ट्रीटमेन्ट ज़ारी है और मैं पहले से काफी स्वस्थ हूँ। **पिछले कुछ महीनों में मैंने जिस परवशता का अनुभव किया, उसे याद करते ही मैं आज भी काँप उठता हूँ।** इस हालत से बाहर निकालने में मम्मी-पापा ने बहुत मेहनत की है इसलिए मैं उनका और दीपक भाई का बहुत आभारी हूँ।

#कविता

दादा के युवाओं द्वारा

यहाँ शराब के दरिया में डूबे हुओं की है लंबी यादी....
पैसा जाए, पद जाए, प्रतिष्ठा जाए, फलतः बढ़े बरबादी...

पत्नी ने बिना कसूर खाई मार, रोज़ बरसती बेटे की आँसू की धार...
पीने वाले को तो कुछ याद भी नहीं है, कोरी पाटी जैसी होती है उसकी सुबह...

मॉर्डन, स्मार्ट एवं फॉर जी युवाओं में भी शराब पीने का फैशन
बेचारे पुराने रेडियो जैसे माँ-बाप में चिंता का चल रहा है स्टेशन,

शराब से कहीं चिंता जाती है? वह तो सिर्फ नशे में नींद आ जाती है...
सुबह उठकर वह परिस्थिति वापस आएगी, सामना करना ही है उपाय...

क्या जिसने शराब पीना सिखाया वह कैन्सर के समय सेवा करने आएगा?
साहब, वह भी डगमगा रहा है, इसमें कौन किसे बचाएगा...

पुराना कम पड़ रहा था इन्हें? कि नई पीढ़ी ड्रग्स ढूँढ लाई...
छूटने का तो ठिकाना नहीं है और बंधने के नए उपाय ढूँढ लाए...

जंजीर से बंधा हुआ पागल कुत्ता, ड्रग्स से हालत कुछ ऐसे हो जाते हैं
हिंमत रखकर ज़ोर से कहो, अब मुझे नहीं पुसाएगी यह लाचारी"

फ्रैन्ड सर्कल में रहने के लिए लेना पड़ता है" यह है कहाँ की समझदारी...?
ऐसे सर्कल में जाएँ ही क्यों? जिसकी। निकलने वाली है नादारी,

अध्यात्म भी कहता है, "अज्ञान से जागृति नहीं रहती, ज्ञान की क्या रखेंगे?"
पीने के बाद वह पूरा ज्ञान, गटर में डालकर आएँगे...

ज्ञानी विद यूथ

प्रश्नकर्ता : कुछ समय पहले मुझे सिगरेट की आदत लग गई थी और फिर गुटका, शराब और गंदी विषयी फिल्मों की आदत पड़ गई थी लेकिन अब मैं ये सब कभी नहीं करना चाहता।

पूज्यश्री : अब तो तुम उसमें से निकल गया न? सब छोड़ दिया न?

प्रश्नकर्ता : हाँ।

पूज्यश्री : अब उसमें नहीं पड़ना चाहिए। संस्कारी लोगों को ये सब शोभा नहीं देता। उससे तो अपना हार्ट, फेफड़े और सब खत्म हो जाता है। चित्त बिगड़ जाता है और जन्म भी बिगड़ जाता है। इसलिए ऐसा तय करना चाहिए कि अब ये चाहिए ही नहीं। अपने शिविरों में, मुंबई में सत्संग सेन्टर हैं, वहाँ, सब जगह सेवा में

पहुँच जाना और सत्संग के ग्रुप से जुड़े रहना। धीरे-धीरे वहाँ भी दोस्त बन जाएँगे। पढ़ाई के समय भी अच्छे दोस्तों के साथ बैठकर पढ़ाई करना।

प्रश्नकर्ता : लेकिन कक्षा में और हर जगह कुसंग ही रहता है।

पूज्यश्री : वह तो रहेगा। हमें खुद का ध्यान रखना चाहिए हमें बख्तर पहनकर जाना चाहिए। बारिश में रेनकोट, छतरी का उपयोग करते हैं न, उसी तरह बाहर जाने से पहले दादा से शक्तिरुपी बख्तर माँगना चाहिए। "मुझे बचा लेना मुझे शक्ति दें कि मैं अपने अच्छे संस्कार संभाल कर रखूँ। मेरी पढ़ाई में ध्यान दूँ और अपना जीवन दादा के काम में निकालूँ।" ऐसा माँगने का अब से तय करना।

प्रश्नकर्ता : पुरुषार्थ करता हूँ लेकिन गड़बड़ हो जाती है। बुद्धि बहुत दखल करती है।

पूज्यश्री : नीचे अधोगति में ले जाने वाली क्रियाएँ ही चित्र को अच्छी लगती है। उर्ध्व गति में उपर चढ़ने में थकान महसूस होती है और फिसलकर गिरना चाहें तो कितनी देर लगेगी?

प्रश्नकर्ता : कुछ देर नहीं लगेगी।

पूज्यश्री : हाँ... दो सौ सीढ़ियाँ चढ़ने में दस मिनट लगेंगे और एक धक्का मारो तो दो सेकन्ड में नीचे। गिरने के धंधे में पुद्‌गल और वृत्तियों को मज़ा आता है लेकिन हमें थोड़ा मज़बूत रहकर प्रकृति का विरोध करना चाहिए कि "नहीं, मुझे गलत नहीं करना है। दादा, मुझे शक्ति दें, बचा लें।" मुंबई के सब युवा मिलकर एक मित्रमंडल बना लो, YMHT से जुड़ जाओ। अब सभी के साथ रहना, ठीक है?

प्रश्नकर्ता : हाँ, पूज्यश्री।

पूज्यश्री : तय करना। दादा के आर्शीवाद से बच जाएँगे। हमें अपनी ज़िंदगी बिगाड़नी नहीं है।

प्रश्नकर्ता : हाँ, पूज्यश्री। जय सच्चिदानंद।

वर्ष : 7, अंक : 03
अखंड क्रमांक : 75
जुलाई 2019

For more details
Visit - https://youth.dadabhagwan.org/events/yuva/

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.