अक्रम यूथ

मार्च 2020 | हिन्दी दादा भगवान परिवार ₹20

किंचित्मात्र भी अभाव, तिरस्कार कभी भी नहीं करें

The power of 9
series 4

The Augmented Reality Magazine

For details, visit page 24

अनुक्रमणिका

एक मात्र स्टार नहीं है 04

अभाव 06

तिरस्कार 08

तरछोड़ 10

सॉल्यूशन 12

14 सामाजिक तौर पर अस्वीकार्य लोग

16 उल्टा बोलना बंध करे

18 स्पष्टीकरण

20 यूथ के अनुभव

22 #कविता

मार्च 2020
वर्ष : 7, अंक : 11
अखंड क्रमांक : 83

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.

© 2020, Dada Bhagwan Foundation.
All Rights Reserved

संपादकीय

View this page in AR App

प्रिय वाचक,

नौ कलमों की यथार्थ समझ द्वारा ह्युमन से सुपर ह्युमन बनने की अपनी इस रोमांचक यात्रा को और आगे बढ़ाते हैं।

छोटी-छोटी बातों में होन वाली अरुचि कब बड़ा स्वरूप लेकर अभाव और उससे भी आगे बढ़कर तिरस्कार में परिणमित हो जाती है इसका हमें पता नहीं चलता। लेकिन यह अभाव-तिरस्कार जो हो जाते हैं उसके परिणाम बहुत दुःखदायी रहते हैं। मित्रों, ऐसा कहा जाता है कि अगर हम किसी चीज़-वस्तु का भी अभाव या तिरस्कार करते हैं तो ऐसे अंतराय पड़ जाते हैं कि वह चीज़ हमें दोबारा कभी नहीं मिलती। तो फिर जीवित व्यक्तियों के प्रति अभाव या तिरस्कार करेंगे तो उसका फल तो ज्यादा जोखिम वाला अवश्य होगा।

तिरस्कार के तीन बड़े जोखिम के बारे में दादा भगवान कहते हैं कि जिसका तिरस्कार करेंगे उसका भय लगेगा। इस तिरस्कार के कारण कभी भी छूट नहीं सकेंगे। इससे तो मात्र बैर बँधेंगे। जहाँ तिरस्कार और निंदा होते हैं वहाँ लक्ष्मी नहीं रहती।

चलो, अक्रम यूथ के इस अंक से अपनी चौथी कलम के बारे में विस्तारपूर्वक समझ प्राप्त करें और अभाव एवं तिरस्कार से दूर रहने के लिए दादा से शक्ति माँगे।

-डिम्पल मेहता

एक मात्र स्टार नहीं है।

आज गर्मियों के शिविर का पहला दिन है। इसमें हिस्सा लेने के लिए आयुष एवं अन्य कई युवा अडालज आए हैं। कितने ही युवा सेल्फी क्लिक करने में व्यस्त हैं तो कुछ दोस्तों से बतियाने में मस्त हैं। लेकिन हर एक व्यक्ति को अंदर एक प्रश्न सता रहा है कि, "इस बार की शिविर का विषय क्या होगा?"

दस बजते ही एक आप्तपुत्र भाई ने स्टेज पर आ कर युवाओं का स्वागत किया और कहा, "जय सच्चिदानंद। इस बार की शिविर का विषय क्या होगा यह जानने के लिए आप बहुत आतुर हैं, लेकिन इसे और भी मज़ेदार बनाने के लिए हम एक मूवी क्लीप देखेंगे। यहाँ बैठे हुए सभी खुद को उससे रिलेट कर पाएँगे। बीच-बीच में हम मूवी में दिखाई गई परिस्थितियों पर चर्चा भी करेंगे।

मूवी में राहुल नाम के एक लड़के की कहानी है, जिसने हाल ही में कॉलेज में प्रवेश पाया है। चलो, **तो हम देखेंगे कि आगे क्या होता है.....**

उत्तरप्रदेश में स्थित लखनऊ का रहने वाला राहुल बहुत ही प्रतिभाशाली और स्मार्ट युवक था। जिसे नई जगहों पर जाना और नए मित्र बनाना बहुत पसंद था। बचपन से ही उसे देश के लिए कुछ कर मिटने की इच्छा थी। और उसकी इस इच्छा ने उसे देश की कानून व्यवस्था में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया था। उसने अपने इस सपने को पूरा करने के लिए भारत के श्रेष्ठ लॉ-कॉलेजो में से एक बैंगलोर की कॉलेज में ऐडमिशन लिया और अपने सपनों की ओर आगे बढ़ने लगा।

पहले महिने में ही राहुल की बुद्धि और होशियारी की बात कॉलेज में फैलने लगी। कॉलेज के अध्यापक भी राहुल की निष्ठा और सतर्कता के लिए उसकी प्रशंसा करने लगे। जैसे-जैसे लोग उसके निकट आते गये वैसे-वैसे उसके मज़ाकीए स्वभाव की वजह से वह क्लास में सभी का प्रिय बन गया। पढ़ाई के साथ-साथ वह खेल-कूद में भी इतना ही उत्साही था और इन सब की वजह से वह किसी स्टार से कम नहीं था।

लेकिन राहुल को पता नहीं था कि एक और स्टार चमकने की तैयारी कर रहा था।

सूरज कुछ समय पहले ही अपने परिवार के साथ मुंबई से बैंगलोर रहने आया था। सूरज बहुत ही तेजस्वी और होशियार था इसलिए उसे सेमेस्टर के बीच में कॉलेज में आसानी से प्रवेश मिल गया। जहाँ सब अपने-अपने मित्रों के साथ हँसी-मज़ाक कर रहे थे वैसे में अकेले बैठे हुए सूरज पर प्रोफेसर अभिन की नज़र पड़ी। प्रोफेसर

View this page in AR App

अभिन खुद बैंगलोर की इस कॉलेज में शांत और सौम्य स्वभाव वालो में से एक थे। जिन्हें बचपन से ही अध्यात्मिकता और व्यक्ति की प्रकृति का निरीक्षण करने में बहुत रूचि थी। उन्होंने दादा भगवान और अन्य ज्ञानी पुरुषों के किताबों का भी बहुत गहराई से अभ्यास किया था। उन्होंने सूरज के पास जाकर उसे और जानने की कोशिश कि।

प्रोफेसर अभिन ने राहुल को सूरज से मिलवाया और उसकी मदत करने के लिए कहा। राहुल ने बहुत उत्साह के साथ सूरज का अपने ग्रुप में स्वागत किया और उसे कॉलेज में सेट होने के लिए पूरी मदद की। एक-दूसरे के साथ पढ़ाई से लेकर वीकएन्ड में घूमने जाने तक दोनों हमेशा साथ ही रहते थे। कुछ समय में तो सूरज और राहुल बेस्ट फ्रेन्ड बन गए।

सूरज अब राहुल के सभी मित्रों के साथ जाने लगा। अपने मज़ाकीए और सरल स्वभाव की वजह से सभी लोग सूरज को पसंद करने लगे। सूरज पढ़ाई के साथ-साथ खेल-कूद में भी चेम्पियन था इसलिए वह सभी प्रोफेसरों का भी फेवरिट बन गया।

लेकिन इन सब की वजह से राहुल के मन पर असर होने लगा।

क्योंकि लोगों का ध्यान पहले सिर्फ राहुल पर ही रहता था लेकिन अब वह बँट गया था। राहुल को अब समझ में आ गया कि अब वह केम्पस का एकमात्र स्टार नहीं है और एक समय पर उसका जो महत्त्व था वह धीरे-धीरे कम होने लगा था। और इस वजह से राहुल को सूरज के प्रति अभाव होने लगा।

अभाव

क्लीप रोककर आप्तपुत्र ने भाई नीचे दिए गए चित्रों को स्क्रीन पर दिखाया।

अर्थ - किसी व्यक्ति के प्रति अरुचि उस व्यक्ति के प्रति पहले के अभिप्रायों के कारण होती है जिसे अभाव कहा जाता है।

उदाहरण

जब हम किसी रेस्टोरेन्ट में खाना खा रहे हो और कोई व्यक्ति हमें या हमारे खाने को घूरता रहे तब हमें उसके प्रति अभाव होता है।	जब हम किसी ट्रेन में सफर कर रहे हो और साथ वाले मुसाफिर बहुत शोर मचा रहे हो तब हमें उनके प्रति अभाव होता है।	कई बार दूसरों के पहनावे के कारण हमें अभाव होता है। उदाहरण के तौर पर यदि किसी ने बहुत फैशनेबल या छोटे वस्त्र पहने हों या बहुत पुरानी फैशन के कपड़े पहने हो तो यह देखकर हमें अभाव होता है।	यदि हमें पता चले कि इस व्यक्ति के जीवन में कोई ध्येय ही नहीं है या बिल्कुल भोंदू है, तब हमें उसके प्रति अभाव होता है।

इसके बाद आप्तपुत्र भाई ने पूछा कि, "चित्र में दिखाई गई परिस्थितियों से क्या आप अपने आप को रिलेट कर सकते हो? क्या आप सभी ने ऐसा कोई अनुभव किया है?" तभी आयुष ने कहाँ, "हाँ, ऐसा तो कई बार हुआ है। लेकिन मुझे पता ही नहीं था कि इसे "अभाव" कहते हैं। मुझे पता है कि मेरी तरह ही इन सभी ने भी ऐसा अनुभव किया ही होगा।" आप्तपुत्र भाई ने कहा, "**चलो, देखें अब क्या होता है.....**"

View this page in AR App

परीक्षा करीब आ रही थी और यह श्रेष्ठ कॉलेज होने के कारण विद्यार्थियों के बीच स्पर्धा शुरू हो गई थी। राहुल को भरोसा था कि वही इस बार परीक्षा में टॉप आएगा और कॉलेज में देर से दाखिला लेने के कारण सूरज टॉप १० में भी नहीं आ पाएगा।

देखते ही देखते समय बीत गया और परीक्षाएँ समाप्त हो गई। आज रिज़ल्ट का दिन था। अन्य विद्यार्थियों के साथ राहुल रिज़ल्ट देखने नोटिस बोर्ड की ओर दौड़ा। "लेकिन यह क्या!" - पहले नंबर पर खुद के नाम के बजाय सूरज का नाम देखकर उसे झटका लगा। सिर्फ १ मार्क से सूरज, राहुल से आगे निकल गया था।

केन्टीन में बर्गर खाते हुए राहुल की समझ में नहीं आ रहा था कि सब लोग उसे देखकर क्यों हँस रहे थे? "शायद मेरे चेहरे पर केचअप लग गया होगा।" ऐसा सोचकर उसने रुमाल से दो-तीन बार अपना चेहरा पोछा। तभी सूरज और अन्य दोस्त उसके पास आकर हँसने लगे। राहुल को हँसने की वजह समझ में नहीं आई। पहले तो वह भी उनके साथ हँसने लगा लेकिन कुछ देर बाद वह अपने हाथ धोने वॉश बेसीन की ओर गया तभी उसने आईने में देखा कि उसके शर्ट के पीछे एक कागज़ चिपका हुआ था। उसने कागज़ लेकर देखा तो उस पर "आई एम स्टूपीड" लिखा हुआ था। यह देखकर राहुल को गुस्सा आ गया, तभी सूरज और अन्य दोस्त मज़ाक की सफलता से खुश होकर राहुल पर हँस रहे थे।

फिर सूरज ने राहुल से कहा, "ओह, राहुल, यह तो सिर्फ एक मज़ाक था, यार...टेक ईट ईज़ी...।"

"उसे बेवकूफ बनाया गया है" यह बात राहुल को खटकने लगी और ऊपर से यह सारा प्लानिंग सूरज का था।

देखा जाए तो सूरज ने राहुल का कुछ बिगाड़ने के लिए या अहंकार को आहत पहुचाने के लिए नहीं किया था। फिर भी इन सभी घटनाओं के कारण अनजाने में ही **राहुल की सूरज के प्रति अरुचि इस हद तक बढ़ गई थी कि वह उसके प्रति तिरस्कार भाव से बदला लेने का मौका ढूँढ़ने लगा।**

तिरस्कार

आप्तपुत्र भाई ने क्लीप रोकी और सभी ने मिलकर चर्चा की कि क्लीप में क्या हुआ और क्यों हुआ। इसके बाद उस क्लीप का सारांश देने के लिए कहा। युवाओं ने तिरस्कार पर सारांश नीचे बताए अनुसार प्रस्तुत किया।

अर्थ

- काफी समय से अभाव-अरुचि दबाकर रखने से लोगों को ताना मार देते हैं, सामने वाले को दुःख दे देते हैं।
- तिरस्कार की तीव्रता अभाव की तुलना से ज़्यादा होती है।

कारण

- अगर किसी व्यक्ति को नापसंद करते हैं, तो निरंतर उस व्यक्ति के दोष दिखाई देते हैं। और उसे बदनाम कर देते हैं।

- कोई व्यक्ति अगर ऐसी अपेक्षा रखे कि उसके आस-पास वाले लोगों को ऐसा करना चाहिए और यदि उसकी अपेक्षा के अनुसार ना हो तो उसे उनके प्रति ज़्यादा तिरस्कार भाव हो जाता है।

परिणाम

तिरस्कार से होने वाले नुकसानः

- बैर बँधता है।
- भय लगता है।
- सहनशीलता कम हो जाती है।
- उलझनें बढ़ती हैं।
- लोग निंदा करते हैं।

अतः किसी का तिरस्कार नहीं करना चाहिए।

View this page in AR App

जब कॉलेज के सभी विद्यार्थी किसी हिल-स्टेशन पर जाने वाले थे तो राहुल का जाने का मन नहीं था, लेकिन जब उसे पता चला कि सूरज नहीं आ रहा है तब वह यह सोचकर जाने के लिए तैयार हो गया कि अपने दोस्तों पर रौब जमाने का यह अच्छा मौका है।

प्रवास वाले दिन, बस में जब सब सेल्फी ले रहे थे तब राहुल ने सूरज को बस की ओर आते हुए देखा और उसका सारा उत्साह खत्म हो गया। हालाँकि सूरज को देखकर अन्य सभी लोग खुश हो गए और उसे सेल्फी के लिए बुलाने लगे। मज़ाक-मस्ती करते हुए, गाने गाते हुए और गेम्स खेलते हुए सब लोग आनंद में थे, लेकिन सूरज का ध्यान तो खुद के प्रति राहुल के बदले हुए व्यवहार की ओर ही रहता था। पूरी यात्रा में राहुल ने सूरज से बात नहीं की और उसकी अवज्ञा की।

सफर के अंत में सूरज का धीरज खत्म हो गया और उसने इस बारे में राहुल से बात करनी है, ऐसा तय किया। सूरज ने कहा, "राहुल यार, क्या हमारे बीच कुछ प्रॉब्लम है? सब ठीक है न?" इस पर राहुल ने चिल्लाकर कहा, "देखो सूरज, मैंने तुम्हारे साथ रिश्ता खत्म कर दिया... मैं कभी भी तुम्हारी सूरत नहीं देखना चाहता। तू अपनेआप को क्या समझता है? तूने कभी सोचा है कि तू कितना मतलबी है? तूने मेरा फायदा उठाया है।" राहुल के ऐसे शब्दों से सूरज घबरा गया। उसने राहुल को समझाने का प्रयत्न किया और कहा, "राहुल, प्लीज़ एक बार तू मेरी बात तो सुन कोई बड़ी गलतफहमी हो गई है।" लेकिन गुस्से में राहुल सूरज को भला-बुरा कहने लगा। उसने कहा, "सूरज, तूने कभी देखा है कि तू कितना बेचारा है? तेरा दिखाव बिल्कुल फाल्तू है। मुझे तेरे पास खड़े रहना भी अच्छा नहीं लगता। और फिर हर एक को यह जानना ज़रुरी है कि किन संयोगों के कारण तेरे बाप ने शहर बदल दिया...?"

इस भयंकर अपमान से सूरज भी अपना काबू खो बैठा। राहुल की निंदा करते हुए सूरज ने कहा, "मैं हमेशा सोचता था कि हम अच्छे दोस्त हैं, लेकिन अगर तूझे मेरे प्रति इतनी नफरत है, तो दोस्ती रखने का कोई मतलब ही नहीं है।" इस तरह से ईर्ष्या से आगे बढ़े हुए अभाव में गलतफहमी मिलने से तिरस्कार और तरछोड़ में परिणमित हो गई।

और इसके साथ ही राहुल और सूरज की दोस्ती खत्म हो गई।

क्लीप को फिर से रोककर, आप्तपुत्र भाई ने कहा,
चलिए अब पढ़े कि "तरछोड़ के बारे में दादाश्री क्या कहते हैं।"

तरछोड़

तरछोड़, कितना जोखिमवाला?

प्रश्नकर्ता : तिरस्कार और तरछोड़, इन दोनों में क्या फ़र्क है?

दादाश्री : तिरस्कार तो शायद कभी पता भी नहीं चले। तिरस्कार बिल्कुल "माइल्ड" (हल्की-फुल्की) वस्तु है, परन्तु तरछोड़ तो बहुत उग्र स्वरूप है, तुरन्त खून निकलता है, इस देह में से खून नहीं निकलता, मन में से खून निकलता है।

प्रश्नकर्ता : तिरस्कार और तरछोड़ के फल कैसे होते हैं?

दादाश्री : तिरस्कार का फल इतना बड़ा नहीं आता, परन्तु तरछोड़ का बहुत बड़ा आता है। तरछोड़ तमाम प्रकार के अंतराय डालता है। इसलिए वस्तुएँ हमें प्राप्त नहीं होने देता, बिल्कुल परेशान करके रख देता है। तरछोड़ क्या नहीं करता? तरछोड़ से तो सारा जगत् खड़ा रहा है। इसलिए हम एक ही वस्तु कहते हैं कि "बैर छोड़ो, तरछोड़ नहीं लगे वैसे चलो।"

तरछोड़ के लिए हमारा चित्त बहुत जागृत रहता है। देर रात को रास्ते पर से जाना हो, तब हम जागृत होते हैं कि जिससे हमारे जूतों की आवाज़ से कुत्ता नहीं जाग जाए। उसके अंदर आत्मा है न? कोई हमें प्रेम से पोइज़न दे, तो भी हम उसे तरछोड़ नहीं मारेंगे!

वीतराग मार्ग में तो किसी का भी विरोध या तरछोड़ नहीं होता। चोर, डाकू या बदमाश, वीतराग किसी के भी विराधक नहीं होते। चोर, डाकू या बदमाश, वीतराग किसी के भी विराधक नहीं होते। उन्हें ऐसा कहें "तू गलत धंधा लेकर बैठा है" तो उसे तरछोड़ लगेगी और तरछोड़ लगे वहाँ भगवान को नहीं देख सकते। भगवान तो इतना ही कहते हैं कि, "उसे भी तू तत्त्व दृष्टि से देख। अवस्था दृष्टि से देखेगा तो तेरा ही बिगड़नेवाला है।" हम कीचड़ में पत्थर डालें तो? कीचड़ का क्या बिगड़नेवाला है? कीचड़ तो बिगड़ा हुआ ही है, छीटें हम पर ही उड़ेंगे। इसलिए वीतराग तो बहुत समझदार थे। जीव-मात्र को तरछोड़ नहीं लगे वैसे निकल जाते थे।

तरछोड़ सभी दरवाज़े बंद कर देता है। जिसे हम तरछोड़ मारें, वह कभी भी दरवाज़ा खोलेगा ही नहीं।

प्रश्नकर्ता : तिरस्कार और तरछोड़ हैं, वे जीवन व्यवहार में हर पल अनुभव में आता हैं।

दादाश्री : हाँ, हर एक को यही हो रहा है न? जगत् में दुःख ही उसके हैं। उल्टी वाणी तो ऐसी निकलती है, "अकाल पड़े" ऐसा बोलता है!

प्रश्नकर्ता : उल्टी वाणी के तो आजकल राजा होते हैं।

दादाश्री : हमें पिछले जन्मों का दिखता है, तब आश्चर्य होता है कि ओहोहो! तरछोड़ का कितना अधिक नुकसान है! इसलिए मज़दूरों को भी तरछोड़ नहीं लगे, उस प्रकार आचरण करते हैं। अंत में साँप होकर भी काटते हैं, तरछोड़ बदला लिए बगैर रहता नहीं है।

बाहर के घाव तो भर जाएँगे, परन्तु वाणी के घाव तो पूरी ज़िन्दगी नहीं भरते। अरे, कुछ घाव तो सौ-सौ जन्मों तक नहीं भरते हैं!

तरछोड़ का उपाय क्या?

प्रश्नकर्ता : क्या उपाय करूँ कि जिससे तरछोड़ के परिणाम भुगतने की बारी नहीं आए?

दादाश्री : उसके लिए दूसरा कोई उपाय नहीं है, सिर्फ प्रतिक्रमण ही करते रहना है। जब तक सामनेवाले का मन वापस नहीं पलटे, तब तक करना। और प्रत्यक्ष मिल जाएँ, तो फिर वापस मीठा-मीठा बोलकर क्षमा माँग लेना कि, "भाई, मेरी तो बहुत भूल हो गई, मैं तो मूरख हूँ, बेअक्ल़ हूँ।" इससे सामनेवाले के घाव भरते जाएँगे। हम अपने आप को बुरा-भला कहें तो सामनेवाले को अच्छा लगता है। तब उसके घाव भर जाते हैं।

संसार में सुखी होने की इच्छा हो तो किसी को तरछोड़ मत मारना। तरछोड़ किसे मारते हो? भगवान को ही। क्योंकि हर एक के भीतर भगवान बैठे हुए हैं। मनुष्य को गाली नहीं पहुँचती, भगवान को पहुँचती है। संसार के सभी परिणाम भगवान स्वीकार करते हैं, इसलिए वे परिणाम ऐसे लाना कि भगवान स्वीकार करें तो वहाँ अपना खराब नहीं दिखे, एक जीव को भी तरछोड़ मारकर कोई मोक्ष में नहीं जा सकता।

आप्तपूत्रभाई इन बातों का सार समझाते हुए कहते हैं, "अब आप तरछोड़ के साथ परिणामों को समझ चुके हो। यदि अभाव और तिरस्कार को समय रहते खत्म नहीं करेंगे तो वह तरछोड़ में बदल जाता है। इसलिए अभाव और तिरस्कार को किस तरह खत्म करें यह हम आगे देखते हैं।"

सॉल्यूशन

View this page in AR App

एक हफ्ते बाद, प्रोफेसर अभिन ने अपने लेक्चर के बाद राहुल और सूरज को कॉलेज इवेन्ट के बारे में चर्चा करने के लिए बुलाया। दोनों ने चर्चा में अपने इनपुट्स दिये, लेकिन दोनों के बीच अनबन स्पष्ट दिखाई दे रही थी। बातचीत के बाद प्रोफेसर अभिन ने राहुल को रोककर कहा कि उन्हें हिल स्टेशन पर जो भी हुआ उस बारे में सब पता है। और फिर उसे आत्मनिरीक्षण करने की सलाह दी। उन्हें लगा कि इस नकारात्मकता का उसके जीवन और पढ़ाई पर असर हो रहा है। राहुल उनकी बात टाल कर तुरंत वहाँ से चला गया, लेकिन जब एकांत में उसने प्रोफेसर अभिन की बातों पर गौर किया तब उसे पता चला कि उसकी खुद मोल ली हुई पीड़ा ने उस पर वास्तव में बहुत असर किया है और इसका सबसे ज्यादा असर उसकी पढ़ाई पर हुआ है। उसने सोचा "सर ठीक कह रहे हैं। जब भी मैंने पढ़ाई करने का प्रयत्न करता हूँ या लेक्चर्स में बैठता हूँ तब मेरे मन में सूरज के विचार आ ही जाते हैं। मैंने हमेशा सूरज से ज़्यादा अच्छा बनने पर ही ध्यान दिया है। सिर्फ पढ़ाई ही नहीं लेकिन इससे मेरे जीवन पर भी इसका बहुत बुरा असर हुआ है।"

दूसरे दिन उसने प्रोफेसर अभिन के पास जा कर कबूल किया कि उन्होंने ठीक ही कहा था और अंदर से दुःखी होने के कारण वह उनके सामने रोने लगा। प्रोफेसर अभिन ने राहुल को दिलासा दिया और अभाव, तिरस्कार एवं तरछोड़ के बारे में समझाया। और कहा कि, "राहुल, कुछ दिनों पहले तुमने जो व्यवहार किया उसे तरछोड़ मारना कहते हैं। तुम्हें क्या लगता है, इन सब की शुरुआत कहाँ से हुई?" इस बारे में सोचकर राहुल ने कहा मेरे अनुसार अभाव से इसकी शुरुआत हुई थी। सूरज की लोकप्रियता और व्यक्तित्व के प्रति मेरी अरुचि के कारण इसकी शुरुआत हुई थी।" प्रोफेसर अभिन ने हँसकर कहा, "वाकई तुमने मुसीबत की जड़ को ढूँढ़ निकाला है। अब, तुम्हें नहीं लगता कि उस समय अरुचि नहीं करना सबसे

आसान था?" राहुल ने कहा, "मैं आपसे सहमत हूँ, लेकिन अभी मेरी हालत ऐसी है कि मुझे समझ ही नहीं आ रहा कि इसमें से बाहर कैसे निकलूँ?" प्रोफेसर अभिन ने कहा, "चल, मैं तूझे एक उदाहरण देता हूँ। किसी कारणवश यदि किसी व्यवसाय में नुकसान हो जाए, तो तूझे क्या लगता है कि होशियार उद्योगपति कौन है? वह व्यक्ति जिसे "नुकासन हुआ..नुकसान हुआ.." ऐसा रो कर हताश हो जाए या वह व्यक्ति जो नुकसान की वजह को जड़ से ही मिटा दे?"

राहुल ने कहाँ, "स्वाभाविक तौर पर दूसरा उद्योगपति, जो वजह ढूँढ़कर उसका उपाय करता है।"

प्रोफेसर अभिन ने मुस्कुराकर कहा, "भूल हो गई है, ऐसे रोने की बजाय तुझे आनंद होना चाहिए कि तूने भूल का स्वीकार कर लिया, और अब उसमें से बाहर निकलने का तुझे मौका मिला है। अब मैं आशा करता हूँ कि जब भी ऐसे हालातों का सामना करना पड़े, तब तू "**रूकेगा और सोचेगा**" **और अभाव होने पर उसे रोकने का योग्य निर्णय करेगा।**"

मूवी क्लीप से हर एक दर्शक की आँखें खुल गई। उन्होंने कभी सोचा ही नहीं था कि किसी भी व्यक्ति के प्रति थोड़ी सी भी नकारात्मकता इतने बूरे परिणाम तक ले जा सकती है।

आयुष ने सोचा, "मेरे आस-पास के कई व्यक्तियों के प्रति मुझे नकारात्मक विचार आते हैं, उसमें मेरे माता-पिता, दोस्त, शिक्षक और पड़ोसी भी शामिल है।" तभी आप्तपुत्र भाई ने कहा, "तो चलो, अब सबलोग एक एक्टिवीटी करेंगे। अब हम सबलोग पाँच मिनट के लिए आँखें बंद करके देखेंगे कि हमारे दैनिक जीवन में अभाव और तिरस्कार की कौन-कौन सी घटनाएँ हुई हैं और आत्मनिरीक्षण करेंगे।" पाँच मिनट के आत्मनिरीक्षण के बाद लड़कों को झटका लगा क्योंकि ऐसी कई घटनाएँ उन्हें याद आई। वे समझ गए कि ऐसे और भी बहुत प्रसंग हैं जो इन पाँच मिनटों में उन्हें याद नहीं आए।

क्यों अभाव नहीं करना ज़रूरी है, यह उन्हें स्पष्टस्वरूप से समझ में आ गया था।

सामाजिक तौर पर अस्वीकार्य लोग

आयुष को अब पता चल गया है कि जिसके प्रति अभाव हुआ हो उसे अलग द्रष्टिकोण से देखने की ज़रूरत है। लेकिन अभी भी उसके मन में एक सवाल था इसलिए वह आप्तपुत्र भाई से मिला और पूछा, "जिन लोगों को समाज बुरा समझता है उनका क्या? चोर, डाकू, बलात्कारी, निंदा करनेवाले वगैरह.. ऐसे लोगों पर गुस्सा या क्रोध आ ही जाता है, वे सबकी नज़रें नीचे गिरे हुए ही रहते है। उनके प्रति अरुचि और तिरस्कार होना स्वाभाविक लगता है। ऐसे लोगों के प्रति हमारा अभिगम (नज़रीया) कैसा रहना चाहिए?"

आप्तपुत्र भाई ने उसे समझाया, "आयुष, दादा के कहे अनुसार हमें हमेशा याद रखना चाहिए कि व्यक्ति को कभी किसी का विरोध नहीं करना चाहिए, फिर भले ही वह चोर, डाकू, बदमाश हो या अन्य कोई भी हो। यदि कीचड़ में पत्थर फेकें तो? इससे कीचड़ का क्या बिगड़ेगा? कीचड़ तो बिगड़ा हुआ ही है, लेकिन छींटे तो हम पर पड़ेंगे। इसलिए वीतराग तो बहुत सयाने थे, जीवमात्र को तरछोड़ मारे बगैर व्यवहार करके निकल जाते थे। तरछोड़ सारे दरवाजे बंद कर देता है। हम जिस व्यक्ति को तरछोड़ मारते हैं वह दोबारा हमारे लिए दरवाज़ा

व्यक्ति को कभी किसी का विरोध नहीं करना चाहिए, फिर भले ही वह चोर, डाकू, बदमाश हो या अन्य कोई भी हो। यदि कीचड़ में पत्थर फेकोगे तो कीचड़ का क्या बिगड़ेगा? कीचड़ तो बिगड़ा हुआ ही है, लेकिन छींटे तो हम पर पड़ेंगे।

नहीं खोलेगा।"

यह सुनकर आयुष के दिमाग में और एक प्रश्न उठा। उसने आप्तपुत्र भाई से पूछा, "लेकिन हमारी सामाजिक ज़िम्मेदारी का क्या? उदाहरण के तौर पर, अगर हमारा पर्स चोरी हो जाए तो क्या हमें शिकायत दर्ज नहीं करवानी चाहिए? अगर ऐसा गलत हो रहा हो तो क्या हमें आस-पासवाले लोगों को यह बात बतानी चाहिए?"

आप्तपुत्र भाई ने जवाब दिया, "हाँ, अगर हमारा पर्स चोरी हो जाए तो हमें ज़रूर शिकायत दर्ज करानी चाहिए। यह हमारी सामाजिक ज़िम्मेदारी है और उसे पूरी करनी ही चाहिए। लेकिन, चोर को कभी भी दोषित नहीं देखना चाहिए। चोर के प्रति भी समता रखनी चाहिए। जहाँ तक दूसरों को बताने की बात है, तो हमें लोगों के बीच निंदा नहीं करनी चाहिए क्योंकि इससे अन्य लोगों को चोरों के प्रति तिरस्कार पैदा होगा। इसका असर हम पर होगा क्योंकि हमारे द्वारा अन्य लोगों को चोरों के प्रति अभाव या नफरत पैदा हुई। यह घोर पाप है। अगर इस घटना के बारे में बात करना चाहते हैं तो चोर के पॉज़िटिव भी बताने चाहिए। उदाहरण के तौर पर, "चोर ने चोरी की लेकिन मुझे शारीरिक नुकसान नहीं पहुँचाया।" हमारी सामाजिक ज़िम्मेदारी पूरी करना गलत नहीं है लेकिन उस समय हमें लगातार अपना आत्मनिरीक्षण करना चाहिए कि हम किसी व्यक्ति के प्रति तिरस्कार या द्वेषपूर्ण व्यवहार नहीं कर रहे हैं न।"

अगर हमारा पर्स चोरी हो जाए तो हमें ज़रूर शिकायत दर्ज करानी चाहिए। यह हमारी सामाजिक ज़िम्मेदारी है और उसे पूरी करनी ही चाहिए। लेकिन, चोर को कभी भी दोषित नहीं देखना चाहिए। चोर के प्रति भी समता रखनी चाहिए।

उल्टा बोलना बंद करें

View this page in AR App

गंगा नदी के वीरान और रेतीले किनारे पर एक झोपड़ी में बहुत गरीब लोग रहते थे। इन लोगों में बालकोट नामक एक व्यक्ति अपनी पत्नी गौरी और पुत्र बाल के साथ रहता था। लेकिन किसी कुकर्म के फलस्वरूप बाल देखने में अत्यंत बेडोल एवं बदसूरत था। लेकिन अपने माता-पिता का वह लाडला था।

"माँ, माँ जल्दी से कुछ खाने के लिए दे न! मुझे खेलने के लिए गाँव में जाना है।" बाल ने अपनी माँ से कहाँ।

"बेटा! बस थोड़ी ही देर में देती हूँ।" और गौरी ने उसे गरमा-गरम खाना परोसा।

जल्दी से खाना खाकर बाल खेलने चला गया।

झोपड़पट्टी के छोटे-बड़े सभी लोग बाल को उसकी बदसूरती के लिए दुतकारते और ताने मारते थे। लेकिन बाल उनकी उपेक्षा करके खेलता रहता था। लोगों की ज़रूरत से ज्यादा घृणा और तिरस्कार देखकर एक दिन बाल को गुस्सा आ गया। जो लोग उसे परेशान करते थे वह उन्हें कुछ भी बोलने लगा और उन पर पत्थर फेंकने लगा। गुस्से से लाल होकर वह हाथापाई पर उतर आया और इस कारण से वह और भी डरावना लगने लगा।

"मैं तुम सभीको देख लूँगा!" बाल गुस्से से चिल्लाया।

"गुस्सा क्यों हो रहा है? जा, जाकर अकेला खेल।" ऐसा कहकर बाल के दोस्त वहाँ से चले गएँ।

"मारो उसे!" कहकर कई लोग बाल पर टूट पड़े।

लोगों के ऐसे द्वेष और तिरस्कारवाले वर्तन के कारण बाल दिन-रात क्रोध की ज्वाला में जलता रहता था।

सभी दोस्तों से अलग होकर एक दिन बाल एक पेड़ पर चढ़ गया और वहाँ से उसने अपने दोस्तों को एक साँप को मारते हुए देखा।

"मारो, मारो, यह काला कोब्रा नाग है। इसके डँसने से लोग मर जाते हैं। यह इतना खतरनाक और ज़हरीला है। मार डालो।"

और डरे हुए लोगों ने मार-मार के नाग के टूकड़े-टूकड़े कर दिए। कुछ देर बाद बिल में से और एक साँप बाहर आया।

"दूसरा काला नाग आया है, मारो, मार डालो", लोग चिल्लाने लगे।

"अरे, ठहरो। इसे क्यों मार रहे हो? यह साँप ज़हरीला नहीं है। किसीको नुकसान नहीं करेगा।", एक मदारी ने कहा।

"ज़हरीला नहीं है?" किसीने कुतुहलता से पूछा।

"हाँ, ज़हरीला नहीं है इसलिए न तो वह फुफकारेगा और नहीं डँसेगा। हमें कुछ नुकसान नहीं करेगा।" ऐसा समझाकर मदारी ने साँप को उठाकर दूर नाले में फेंक दिया। पेड़ पर से बाल यह सब देख रहा था। यह देखकर उसका गुस्सा कुछ शांत हुआ। बाल को थोड़ा होश (भान) आया और वह सोचने लगा। "इन लोगों ने ज़हरीले नाग के टूकड़े-टूकड़े कर दिए जबकि बिन ज़हरीले नाग को छूआ भी नहीं। तो क्या निर्दोष को कोई नहीं मारता?" ऐसा सोचकर वह पेड़ पर से नीचे उतरा। "लोगों ने मुझे मारा, मेरा अपमान किया। क्यों? क्योंकि मैं भी लोगों के साथ दुर्व्यवहार करता हूँ। उन्हें कुछ भी बोल देता हूँ। मैं भी अगर इस बिनज़हरीले साँप की तरह मेरे गुस्से के ज़हर को नाबूद कर दूँगा, तो मुझे भी कोई नहीं मारेगा। सब मुझे पसंद करेंगे।"

लोगों के प्रति खराब वाणी, विचार, वर्तन के कारण ही लोग हमारे साथ खराब व्यवहार करते हैं। बाल की समझ में तो यह बात आ गई। हमें भी इस बात का अर्क समझकर लोगों के बारे में गलत बोलना बंद कर देना चाहिए।

View this page in AR App

आप्तपुत्र भाई ने कहा, "क्या आप सभी जानना चाहते हैं कि राहुल के साथ वास्तव में क्या हुआ?" **आप्तपुत्र भाई फिर मुवी क्लीप शुरू की।**

राहुल ने अपनी समस्याओं पर काम करना शुरू किया और एक हफ्ते बाद वापस प्रोफेसर अभिन से मिला। उसने प्रोफेसर से कहा, उसने अभाव के कई सारे उदाहरण देखें हैं और इसकी वजह से सूरज के साथ की हुई सारी गलतियाँ उसे समझ में आ गई। लेकिन उसकी समझ में यह नहीं आ रहा था कि भूतकाल की सारी गलतियों को धोकर सूरज के साथ रिश्ता कैसे सुधारें?

प्रोफेसर ने राहुल को दादाश्री की चौथी कलम सुनाई।

उन्होंने राहुल से कहा कि वह रोज़ हृदयपूर्वक इस "चौथी कलम" का पठन करे। उन्होंने समझाया कि श्रद्धा से रोज़ इसका पठन करने से भूतकाल की सारी गलतियों को धोने में और नई गलतियाँ नहीं करने में उसे आसानी रहेगी।

वेकेशन में राहुल ने चौथी कलम रोज़ बीस बार बोलना शुरू किया और कुछ ही समय में उसे अंदर से परिवर्तन की अनुभूति होने लगी। उसका सूरज के प्रति तिरस्कार धीरे-धीरे कम होने लगा और खुद आमंत्रित किया हुआ दुःख जो उसने सहन किया वह भी कम होने लगा था। वेकेशन खतम होते ही कॉलेज के पहले ही दिन,

राहुल ने सूरज को गले लगा लिया और अपनी अभद्र भाषा के लिए सूरज से माफी माँगी। राहुल के "कलम ४" के निरंतर अध्ययन के स्पंदन सूरज तक पहुँचे जिसके परिणाम स्वरूप उसनेराहुल को तुरंत माफ कर दिया। यह देखकर प्रोफेसर अभिन ने राहुल से कहा, "तूने देखा न? इस कलम में कितनी शक्ति है!"

मूवी क्लीप का अंत देखकर सभी लड़के कलम की शक्ति से आश्चर्यचकित हो गए। आप्तपुत्र भाई ने सभी की ओर देखते हुए कहा, "रोज़ चौथी कलम बोलने का महत्त्व अब समझ में आ गया होगा।" तभी आयुष कहने लगा, "मुझे पता ही नहीं था कि अभाव और तिरस्कार की ऐसी छोटी बातें किस तरह से मेरे आस-पास वालों के साथ मेरे संबंध बिगाड़ देती है।"

आप्तपुत्र भाई ने समझाते हुए कहा, "यदि इसे पश्चाताप से नहीं धोयेंगे तो अभाव और तिरस्कार के भयंकर परिणाम आ सकते हैं। इन सभी गलतियों और नेगेटिव विचारों को मिटा देने का श्रेष्ठ उपाय यही है कि रोज़ चौथी कलम का सिन्सियरिटी से अध्ययन करना चाहिए।"

आप्तपुत्र भाई ने दादाश्री द्वारा कही गई बात बताई,

"जब आप अपनी ऑफिस में बैठे हों और कोई अंदर आये, तो आप को शायद उस व्यक्ति के प्रति अभाव या तिरस्कार का अनुभव होगा। बाद में आपको इस बारे में सोचना चाहिए और पछतावा करना चाहिए कि ऐसा नहीं करना चाहिए था।

जब तक व्यक्ति को किसी भी प्रकार का तिरस्कार रहता है तब तक वह कभी भी मुक्त नहीं हो सकता।

किसी भी व्यक्ति के प्रति तिरस्कार का परिणाम यह है कि वह व्यक्ति आपसे बदला लेता है। यदि किसी निर्जीव पदार्थ के लिए तिरस्कार हो तो भी आप मुक्त नहीं हो सकेंगे। किसीके प्रति ज़रा सा भी तिरस्कार हानिकारक है। जब तक आपको किसीके प्रति तिरस्कार है, तब तक आप वीतराग (राग-द्वेष से पर) नहीं बन पाओगे"

दादाश्री की इस बात से सभी लड़के सहमत हुए और आज से ही चौथी कलम का अध्ययन करने का संकल्प किया।

और उन सब ने साथ मिलकर कलम बोली,

कलम ४

"हे दादा भगवान! मुझे किसी भी देहधारी जीवात्मा के प्रति किंचित्मात्र भी अभाव, तिरस्कार कभी भी न किया जाए, न करवाया जाए या कर्ता के प्रति अनुमोदना न की जाए, ऐसी परम शक्ति दीजिए।"

यूथ के अनुभव

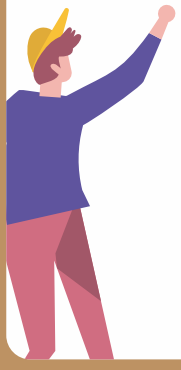
शिविर समाप्त हुए आज लगभग दो महिने हो गए हैं। आप्तपुत्र भाई युवाओं के पत्र पढ़ रहे थे।

"जय सच्चिदानंद! आपके कहे अनुसार सोने से पहले मैं पूरे दिन में मेरे द्वारा किए गए अभाव, तिरस्कार और तरछोड़ की घटनाओं को याद करके चौथी कलम कई बार बोलकर पश्चाताप करता हूँ। जिसका सबसे बड़ा फायदा यह है कि, मेरे अंदर हल्कापन और पॉज़िटिव शक्तियों का अनुभव होने लगा है।"

- कार्तिक, अहमदाबाद।

"जय सच्चिदानंद! मैं रोज़ चौथी कलम दस बार बोलता हूँ। इससे मेरे नेगेटिव विचार और वाणी के प्रति मुझे जागृती रहती है और मुझे पता चल जाता है कि इसे अभाव, तिरस्कार या तरछोड़ मारना कहते हैं। और मैं अपने आप से कहता हूँ कि, "अविनाश! अभाव मत कर और इससे ज्यादा तीव्रतावाली गलतियों तक आगे मत बढ़ने दे। जय सच्चिदानंद!"

- अविनाश, सूरत।



"जय सच्चिदानंद! हररोज़ चौथी कलम बोलने से मेरे आस-पासवाले लोगों के प्रति मुझे जो अभाव रहता था उसे कम करने में सफल हुआ हूँ। शुरूआत में मुझे कोई परिवर्तन नज़र नहीं आ रहा था। लेकिन बाद में धीरे-धीरे लोगों के प्रति मेरा अभाव कम होता गया। मेरे एक दोस्त के अजीब वर्तन के कारण मुझे उसके प्रति अभाव रहता था और कई बार मैं उस पर सीधा कटाक्ष करता था। लेकिन, अब मैं उसके हालत को समझने का प्रयत्न करता हूँ और उससे माफी भी माँग लेता हूँ। चौथी कलम ने निश्चित तौर पर मेरी मदद की है। और मुझे आश्चर्य होता है कि, यदि मैं हररोज़ चौथी कलम बोलूँगा तो उससे कितना जादुई परिवर्तन हो सकता है।"

- हर्ष, राजकोट।

ऐसे कई पत्रों के जवाब देते हुए आप्तपुत्र भाई ने लिखा कि,

"मैं आशा रखता हूँ कि आप सब रोज़ चौथी कलम का अध्ययन करेंगे और उसके असामान्य परिणामों का अनुभव करेंगे। अगले साल की शिविर में और ज्यादा अनुभव सुनने का इंतज़ार करूँगा।"

- जय सच्चिदानंद!

#कविता

अवश्य हीं गहराई में पड़े हुए कोई अभिप्राय हैं...
किसी की हाज़िरी मात्र से, होती चिढ़ है...

शायद उनकी कोई आदत, हमें पसंद नहीं...
नहीं कारण कोई बड़ा, पर जोड़ी जमती नहीं...

एक बार की गई गलती, वह दोबारा न भी करे...
पर चढ़ी हुई धूल अभिप्राय की, कौन झाड़े..?

नहीं सिर्फ दोष उनका, हिसाब है अपना भी...
यदि ज्ञानी की द्रष्टि से देखें, तो लगे न्याय भी...

बढ़कर इस तरह से अभाव, धीरे धीरे तिरस्कार हुआ...
मारकर पत्थर वाणी या वर्तन के, सामनेवाला आहत हुआ...

फिर ऐसा भी लगा कि, काश! ऐसा नहीं किया होता...
दीया दादा ने कर दिया प्रकट, फिर भी है निकाली अज्ञानता...

अंतिम उपाय है, पश्चाताप में जलकर साफ हो जाना...
आलोचना, प्रतिक्रमण, प्रत्याख्यान की राह पर चलते जाना...

View this page in AR App

दादा के युवाओं द्वारा

Get ready to Win This

The power of 9 QUIZ CONTEST

Exciting Prizes to be Won

9 Kalams

9 Akram Youth

15 Questions For Every Month

Today's Youth App

The Official App of Dada Bhagwan Youth Group

for visiting youth.dadabhagwan.org

for downloading Free PDF of Akram Youth magazine

for Subscribing *to Akram Youth Magazine*

to play The Power of 9 QUIZ

ANDROID APP ON Google play

Download on the App Store

View this page in AR App

Scan here to Download App

मार्च 2020
वर्ष : 7, अंक : 11
अखंड क्रमांक : 83

The First
Augmented Reality Magazine
Akram Youth AR App

View this page in AR App

Good News
for Everyone
Akram Youth AR
in just **30** mb

1 Step Download Akram Youth AR App

2 Step Download magazine pack of desired Issue

3 Step View this magazine through the App

For details, watch the intro video in the app.

http://tiny.cc/akramyouthar

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.