

दादा भगवान कथित

क्रोध

क्रोध अर्थात प्रकट अग्नि, पहले खुद जलता है, फिर सामनेवाले को जलाता है।

दादा भगवान प्ररूपित

क्रोध

मूल गुजराती संकलन : डॉ. नीरूबहन अमीन

अनुवाद : महात्मागण

प्रकाशक : श्री अजीत सी. पटेल
दादा भगवान आराधना ट्रस्ट
5, ममतापार्क सोसायटी, नवगुजरात
कॉलेज के पीछे, उस्मानपुरा,
अहमदाबाद - ३८० ०१४, गुजरात.
फोन : (०७९) ३९८३०१००

© All Rights reserved - Deepakbhai Desai
Trimandir, Simandhar City, Ahmedabad-Kalol Highway,
Adalaj, Dist.-Gandhinagar-382421, Gujarat, India.
*No part of this book may be used or reproduced in any manner
whatsoever without written permission from the holder of the copyrights.*

प्रथम संस्करण : प्रतियाँ ३,००० जुलाई, २००६
रीप्रिन्ट : प्रतियाँ ४०,००० अप्रैल, ०७ से जून, २०१४
नयी रीप्रिन्ट : प्रतियाँ ५,००० जनवरी, २०१५

भाव मूल्य : 'परम विनय' और
'मैं कुछ भी नहीं जानता', यह भाव!

द्रव्य मूल्य : ७ रुपये

मुद्रक : अंबा ओफसेट
पार्श्वनाथ चैम्बर्स, नये रिजर्व बैंक के पास,
इन्कमटैज्स, अहमदाबाद-३८० ०१४.
फोन : (०७९) २७५४२९६४

त्रिमंत्र



नमो अरिहंताणं
नमो सिद्धाणं
नमो आयरियाणं
नमो उवज्झायाणं
नमो लोए सव्वसाहूणं
एसो पंच नमुक्कारो,
सव्व पावप्पणासणो
मंगलाणं च सव्वेसिं,
पढमं हवइ मंगलम् १
ॐ नमो भगवते वासुदेवाय २
ॐ नमः शिवाय ३
जय सच्चिदानंद



दादा भगवान फाउन्डेशन के द्वारा प्रकाशित पुस्तकें

- | | |
|--|--|
| <p>१. ज्ञानी पुरुष की पहचान</p> <p>२. सर्व दुःखों से मुक्ति</p> <p>३. कर्म का सिद्धांत</p> <p>४. आत्मबोध</p> <p>५. मैं कौन हूँ ?</p> <p>६. वर्तमान तीर्थकर श्री सीमंधर स्वामी</p> <p>७. भुगते उसी की भूल</p> <p>८. एडजस्ट एवरीव्हेयर</p> <p>९. टकराव टालिए</p> <p>१०. हुआ सो न्याय</p> <p>११. चिंता</p> <p>१२. क्रोध</p> <p>१३. प्रतिक्रमण</p> <p>१४. दादा भगवान कौन ?</p> <p>१५. पैसों का व्यवहार</p> <p>१६. अंतःकरण का स्वरूप</p> <p>१७. जगत कर्ता कौन ?</p> <p>१८. त्रिमंत्र</p> <p>१९. भावना से सुधरे जन्मोंजन्म</p> | <p>२०. प्रेम</p> <p>२१. माता-पिता और बच्चों का व्यवहार</p> <p>२२. समझ से प्राप्त ब्रह्मचर्य</p> <p>२३. दान</p> <p>२४. मानव धर्म</p> <p>२५. सेवा-परोपकार</p> <p>२६. मृत्यु समय, पहले और पश्चात</p> <p>२७. निजदोष दर्शन से... निर्दोष</p> <p>२८. पति-पत्नी का दिव्य व्यवहार</p> <p>२९. ज्लेश रहित जीवन</p> <p>३०. गुरु-शिष्य</p> <p>३१. अहिंसा</p> <p>३२. सत्य-असत्य के रहस्य</p> <p>३३. चमत्कार</p> <p>३४. पाप-पुण्य</p> <p>३५. वाणी, व्यवहार में...</p> <p>३६. कर्म का विज्ञान</p> <p>३७. आप्तवाणी - १ से ८</p> <p>३८. समझ से प्राप्त ब्रह्मचर्य - (पूर्वार्ध-उत्तरार्ध)</p> |
|--|--|
- ★ दादा भगवान फाउन्डेशन के द्वारा गुजराती भाषा में भी कई पुस्तकें प्रकाशित हुई हैं। वेबसाइट www.dadabhagwan.org पर से भी आप ये सभी पुस्तकें प्राप्त कर सकते हैं।
- ★ दादा भगवान फाउन्डेशन के द्वारा हर महीने हिन्दी, गुजराती तथा अंग्रेजी भाषा में "दादावाणी" मैगज़ीन प्रकाशित होता है।

‘दादा भगवान’ कौन ?

जून १९५८ की एक संध्या का करीब छः बजे का समय, भीड़ से भरा सूरत शहर का रेलवे स्टेशन, प्लेटफार्म नं. 3 की बेंच पर बैठे श्री अंबालाल मूलजीभाई पटेल रूपी देहमंदिर में कुदरती रूप से, अक्रम रूप में, कई जन्मों से व्यज्त होने के लिए आतुर ‘दादा भगवान’ पूर्ण रूप से प्रकट हुए। और कुदरत ने सर्जित किया अध्यात्म का अद्भुत आश्चर्य। एक घंटे में उन्हें विश्वदर्शन हुआ। ‘मैं कौन? भगवान कौन? जगत् कौन चलाता है? कर्म ज्या? मुज्जि ज्या?’ इत्यादि जगत् के सारे आध्यात्मिक प्रश्नों के संपूर्ण रहस्य प्रकट हुए। इस तरह कुदरत ने विश्व के सज्मुख एक अद्वितीय पूर्ण दर्शन प्रस्तुत किया और उसके माध्यम बने श्री अंबालाल मूलजीभाई पटेल, गुजरात के चरोतर क्षेत्र के भादरण गाँव के पाटीदार, कॉन्ट्रैक्ट का व्यवसाय करनेवाले, फिर भी पूर्णतया वीतराग पुरुष!

‘व्यापार में धर्म होना चाहिए, धर्म में व्यापार नहीं’, इस सिद्धांत से उन्होंने पूरा जीवन बिताया। जीवन में कभी भी उन्होंने किसीके पास से पैसा नहीं लिया, बल्कि अपनी कमाई से भज्नों को यात्रा करवाते थे।

उन्हें प्राप्ति हुई, उसी प्रकार केवल दो ही घंटों में अन्य मुमुक्षु जनों को भी वे आत्मज्ञान की प्राप्ति करवाते थे, उनके अद्भुत सिद्ध हुए ज्ञानप्रयोग से। उसे अक्रम मार्ग कहा। अक्रम, अर्थात् बिना क्रम के, और क्रम अर्थात् सीढ़ी दर सीढ़ी, क्रमानुसार ऊपर चढ़ना। अक्रम अर्थात् लिज्जत मार्ग, शॉर्ट कट

वे स्वयं प्रत्येक को ‘दादा भगवान कौन?’ का रहस्य बताते हुए कहते थे कि “यह जो आपको दिखते हैं वे दादा भगवान नहीं हैं, वे तो ‘ए.एम.पटेल’ हैं। हम ज्ञानीपुरुष हैं और भीतर प्रकट हुए हैं, वे ‘दादा भगवान’ हैं। दादा भगवान तो चौदह लोक के नाथ हैं। वे आप में भी हैं, सभी में हैं। आपमें अव्यज्त रूप में रहे हुए हैं और ‘यहाँ’ हमारे भीतर संपूर्ण रूप से व्यज्त हुए हैं। दादा भगवान को मैं भी नमस्कार करता हूँ।”

आत्मज्ञान प्राप्ति की प्रत्यक्ष लिंक !

‘मैं तो कुछ लोगों को अपने हाथों सिद्धि प्रदान करनेवाला हूँ। पीछे अनुगामी चाहिए कि नहीं चाहिए? पीछे लोगों को मार्ग तो चाहिए न?’

- दादाश्री

परम पूजनीय दादाश्री गाँव-गाँव, देश-विदेश परिभ्रमण करके मुमुक्षुओं को सत्संग और आत्मज्ञान की प्राप्ति करवाते थे। आपश्री ने अपने जीवनकाल में ही पूजनीय डॉ. नीरूबहन अमीन (नीरू माँ) को आत्मज्ञान प्राप्त करवाने की ज्ञानसिद्धि प्रदान की थी। दादाश्री के देहविलय के बाद नीरू माँ वैसे ही मुमुक्षुओं को सत्संग और आत्मज्ञान की प्राप्ति, निमिज्ज भाव से करवा रही थी। पूज्य दीपकभाई देसाई को दादाश्री ने सत्संग करने की सिद्धि प्रदान की थी। नीरू माँ की उपस्थिति में ही उनके आशीर्वाद से पूज्य दीपकभाई देश-विदेशों में कई जगहों पर जाकर मुमुक्षुओं को आत्मज्ञान करवा रहे थे, जो नीरू माँ के देहविलय के बाद जारी रहेगा। इस आत्मज्ञान प्राप्ति के बाद हजारों मुमुक्षु संसार में रहते हुए, ज़िज्मेदारियाँ निभाते हुए भी मुक्त रहकर आत्म रमणता का अनुभव करते हैं।

ग्रंथ में मुद्रित वाणी मोक्षार्थी को मार्गदर्शक के रूप में अत्यंत उपयोगी सिद्ध हो, लेकिन मोक्ष प्राप्ति हेतु आत्मज्ञान पाना ज़रूरी है। अक्रम मार्ग से आत्मज्ञान की प्राप्ति आज भी जारी है, इसके लिए प्रत्यक्ष आत्मज्ञानी को मिलकर आत्मज्ञान की प्राप्ति करे तभी संभव है। प्रज्वलित दीपक ही दूसरा दीपक प्रज्वलित कर सकता है।

निवेदन

आत्मविज्ञानी श्री अंबालाल मूलजीभाई पटेल, जिन्हें लोग 'दादा भगवान' के नाम से भी जानते हैं, उनके श्रीमुख से अध्यात्म तथा व्यवहार ज्ञान से संबंधित जो वाणी निकली, उसको रिकॉर्ड करके, संकलन तथा संपादन करके पुस्तकों के रूप में प्रकाशित किया जाता है।

ज्ञानीपुरुष संपूज्य दादा भगवान के श्रीमुख से अध्यात्म तथा व्यवहारज्ञान से संबंधित विभिन्न विषयों पर निकली सरस्वती का अद्भुत संकलन इस आप्तवाणी में हुआ है, जो नये पाठकों के लिए वरदानरूप साबित होगी।

प्रस्तुत अनुवाद में यह विशेष ध्यान रखा गया है कि वाचक को दादाजी की ही वाणी सुनी जा रही है, ऐसा अनुभव हो, जिसके कारण शायद कुछ जगहों पर अनुवाद की वाज्य रचना हिन्दी व्याकरण के अनुसार त्रुटिपूर्ण लग सकती है, परंतु यहाँ पर आशय को समझकर पढ़ा जाए तो अधिक लाभकारी होगा।

ज्ञानी की वाणी को हिन्दी भाषा में यथार्थ रूप से अनुवादित करने का प्रयत्न किया गया है। प्रस्तुत पुस्तक में कई जगहों पर कोष्ठक में दर्शाये गए शब्द या वाज्य परम पूज्य दादाश्री द्वारा बोले गए वाज्यों को अधिक स्पष्टतापूर्वक समझाने के लिए लिखे गए हैं। जब कि कुछ जगहों पर अंग्रेजी शब्दों के हिन्दी अर्थ के रूप में रखे गए हैं। दादाश्री के श्रीमुख से निकले कुछ गुजराती शब्द ज्यों के त्यों रखे गए हैं, ज्योंकि उन शब्दों के लिए हिन्दी में ऐसा कोई शब्द नहीं है, जो उसका पूर्ण अर्थ दे सके। हालांकि उन शब्दों के समानार्थी शब्द अर्थ के रूप में कोष्ठक में और पुस्तक के अंत में भी दिये गए हैं।

अनुवाद से संबंधित कमियों के लिए आपसे क्षमाप्रार्थी हैं।



संपादकीय

क्रोध एक कमजोरी है, लेकिन लोग उसे बहादुरी समझते हैं। क्रोध करनेवाले की बजाय क्रोध नहीं करनेवाले का प्रभाव कुछ और ही प्रकार का होता है!

आम तौर पर जब अपनी धारणा के अनुसार नहीं होता, हमारी बात सामनेवाला न समझ सके, डिफरेंस ऑफ व्यू प्वाइन्ट हो जाए, तब क्रोध हो जाता है। कई बार हम सही हों लेकिन कोई हमें गलत ठहराए, तब क्रोध हो जाता है। लेकिन हम सही हैं वह हमारे दृष्टि बिंदु से ही न? सामनेवाला भी खुद के दृष्टि बिंदु से खुद को सही ही मानेगा न! कई बार सूझ नहीं पड़ती, आगे का नजर नहीं आता और समझ में ही नहीं आता कि ज़्या करना है, तब क्रोध हो जाता है।

जब अपमान होता है, तब क्रोध हो जाता है। जब नुकसान हो है, तब क्रोध हो जाता है। इस प्रकार मान के रक्षण के लिए, लोभ के रक्षण के लिए क्रोध हो जाता है। वहाँ मान और लोभ कषाय से मुक्त होने की जागृति में आना ज़रूरी है। नौकर से चाय के कप टूट जाएँ, तब क्रोध हो जाता है, लेकिन जमाई के हाथों टूटें तब? वहाँ क्रोध कैसा कंट्रोल में रहता है! अर्थात् बिलीफ पर ही आधारित हैं न?

कोई अपना नुकसान या अपमान करे तो वह अपने ही कर्म का फल है, सामनेवाला निमिज्ज है, ऐसी समझ फिट हो जाएगी, तभी क्रोध जाएगा।

जहाँ-जहाँ और जब-जब क्रोध आता है, तब-तब उसे नोट कर लेना और उस पर जागृति रखना। और हमारे क्रोध की वजह से जिसे दुःख हुआ हो, उसका प्रतिक्रमण करना, पछतावा करना और फिर से नहीं करूँगा ऐसा दृढ़ निश्चय करना। ज्योंकि जिस पर क्रोध होता है, उसे दुःख होता है और वह फिर बैर बाँधता है। तब फिर अगले जन्म में फिर से मिलेगा!

माँ-बाप अपने बच्चों पर और गुरु अपने शिष्यों पर क्रोध करें तो उससे पुण्य बंधता है, ज्योंकि उसके पीछे उद्देश, उसके भले के लिए, सुधारने के लिए है। स्वार्थ के लिए होगा तो पाप बंधेगा। वीतरागों की समझ की बारीकी तो देखो!

प्रस्तुत पुस्तक में क्रोध, जो बहुत परेशान करनेवाला खुला कषाय है, उससे संबंधित सारी बातें विस्तार से संकलित करके यहाँ प्रकाशित हुई हैं, जो सुज्ञ पाठक को क्रोध से मुक्त होने में पूर्णतया सहायक होगी, यही अज्यर्थना।

- डॉ. नीरूबहन अमीन

क्रोध

कौन यानी, “मैं गलत?”

प्रश्नकर्ता : हम सही हों, फिर भी कोई अपने लिए गलत कर दे, तब फिर अंदर से उस पर क्रोध आता है। तो वह क्रोध तुरंत न आए, उसके लिए ज़्या करें?

दादाश्री : हाँ, लेकिन आप सही होंगे तब न? आप सही हो ज़्या? आप सही हो, ऐसा आपको पता चला?

प्रश्नकर्ता : हमें अपना आत्मा कहता है न कि हम सही हैं।

दादाश्री : यह तो आप ही जज, आप ही वकील और आप ही अभियुक्त, तब फिर आप सच्चे ही हुए न? आप फिर झूठे बनोगे ही नहीं न? सामनेवाले को भी ऐसा ही लगता है कि मैं ही सच्चा हूँ। आपको समझ में आता है?

ये सभी हैं कमज़ोरियाँ

प्रश्नकर्ता : लेकिन मुझे यह पूछना था कि अन्याय पर चिढ़ना तो अच्छा है न? किसी भी चीज़ के लिए हम खुले तौर पर अन्याय होता हुआ देखें, तब जो प्रकोप होता है, ज़्या वह योग्य है?

दादाश्री : ऐसा है कि ये क्रोध, चिढ़ वगैरह सभी कमज़ोरियाँ हैं, सिर्फ वीकनेस हैं। पूरे जगत् के पास ये कमज़ोरियाँ हैं।

दादाश्री : कोई तुझे डाँट तो तू उग्र हो जाता है न?

प्रश्नकर्ता : हाँ, हो जाता हूँ।

दादाश्री : तो वह कमजोरी कहलाएगी या मजबूती कहलाएगी ?

प्रश्नकर्ता : किसी जगह पर तो क्रोध होना ही चाहिए।

दादाश्री : नहीं, नहीं। क्रोध तो खुद ही कमजोरी है। 'किसी जगह पर तो क्रोध होना ही चाहिए,' वह तो संसारी बात है। यह तो, खुद से क्रोध नहीं निकल पाता इसलिए ऐसा कहता है कि क्रोध होना ही चाहिए!

मन भी नहीं बिगड़े, वह बलवान

प्रश्नकर्ता : तो फिर कोई मेरा अपमान करे और मैं शांति से बैठा रहूँ तो वह निर्बलता नहीं कहलाएगी ?

दादाश्री : नहीं। ओहोहो! अपमान सहन करना, वह तो बहुत बड़ा बल कहलाता है! अभी हमें कोई गालियाँ दें तो हमें कुछ भी नहीं होगा, उसके लिए मन भी नहीं बिगड़ेगा, वही है बल! और निर्बलता तो ये सब किच-किच करते ही रहते हैं न, जीवमात्र लड़ते ही रहते हैं। वह सारी निर्बलता कहलाती हैं। यानी कि शांति से अपमान सहन करना, वह बहुत बड़ा बल कहलाता है और ऐसा अपमान एक ही बार लाँघ जाएँ, एक स्टेप लाँघ जाएँ न, तो सौ स्टेप लाँघने की शक्ति आ जाएगी। आपको समझ में आया न? सामनेवाला यदि बलवान हो, तो जीवमात्र उसके सामने निर्बल हो ही जाता है। वह तो उसका स्वाभाविक गुण है। लेकिन यदि निर्बल व्यक्ति आपको छेड़े और तब भी आप उसे कुछ भी नहीं करो, तब वह बहुत बड़ा बल कहलाएगा।

वास्तव में तो निर्बल का रक्षण करना चाहिए और बलवान का सामना करना चाहिए, लेकिन इस कलियुग में ऐसे लोग रहे ही नहीं न! अभी तो निर्बल को ही मारते रहते हैं और बलवान से तो भागते हैं। बहुत कम लोग हैं कि जो निर्बल की रक्षा करते हैं और बलवान का सामना करते हैं। यदि ऐसे लोग हों, तब उसे तो क्षत्रिय गुण कहा जाएगा। वर्ना

पूरा जगत् कमजोरों को मारता ही रहता है। घर जाकर पति अपनी पत्नी पर शूरवीरता दिखलाता है। खूंटे से बंधी हुई गाय को मारें तो वह किस ओर जाएगी? और खुली छोड़कर मारे तो? भाग जाएगी न, या फिर सामना करेगी।

खुद की शक्ति होने के बावजूद भी इंसान सामनेवाले को तंग नहीं करे, अपने दुश्मन को भी दुःखी नहीं करे, वह बहुत बड़ा बल कहलाता है। अभी कोई आप पर गुस्सा करे और आप भी उस पर गुस्सा हो जाओ तो वह कमजोरी नहीं कहलाएगी? यानी मेरा ज़्या कहना है कि ये क्रोध-मान-माया-लोभ, ये सभी निर्बलताएँ हैं। जो बलवान है, उसे तो क्रोध करने की ज़रूरत ही कहाँ रही? लेकिन ये तो क्रोध का जितना ताप है, उस ताप से सामनेवाले को बस में करने जाते हैं। लेकिन जिसे क्रोध नहीं है उसके पास कुछ होगा तो सही न? उसका शील नामक जो चारित्र है उससे जानवर भी वश में हो जाते हैं। वाघ, सिंह, दुश्मन वगैरह, पूरी सेना सबकुछ वश में हो जाता है!

क्रोधी, वह अबला ही

प्रश्नकर्ता : लेकिन दादा, कभी कोई व्यक्ति अपने सामने गरम हो जाए, तब ज़्या करना चाहिए?

दादाश्री : गरम तो हो ही जाएँगे न! उनके हाथ में थोड़े ही हैं? अंदर की मशीनरी हाथ में नहीं है न! यह तो जैसे-तैसे करके मशीनरी चलती रहती है। यदि खुद के हाथ में होता तो कोई मशीनरी गरम होने ही नहीं देता न! थोड़ा भी गरम हो जाना यानी गधा बन जाना। मनुष्यपन में गधा बन गया! ऐसा कोई करेगा ही नहीं न! लेकिन जो खुद के हाथ में नहीं है, वहाँ फिर ज़्या हो?

ऐसा है, इस जगत् में कभी भी गरम होने का कोई कारण ही नहीं है। कोई कहेगा कि, 'यह बच्चा कहना नहीं मानता फिर भी वह गरम होने का कारण नहीं है। वहाँ तुझे ठंडे रहकर काम लेना है। यह तो, तू निर्बल

है इसलिए गरम हो जाता है। और गरम हो जाना, भयंकर निर्बलता कहलाती है। अतः जब बहुत अधिक निर्बलता होगी, तभी गरम होगा न! अतः जो गरम होता है उस पर तो दया रखनी चाहिए कि इस बेचारे का इस पर बिल्कुल भी कंट्रोल नहीं है। जिसका खुद का स्वभाव ही उसके कंट्रोल में नहीं है, उस पर दया रखनी चाहिए।

गरम होना यानी ज़्या ? कि पहले खुद जलना और फिर सामनेवाले को जला देना। यह दियासलाई लगाना यानी खुद भभककर जलना और फिर सामनेवाले को जला देना। यानी गरम होना खुद के हाथ में होता तो कोई गरम होता ही नहीं न! जलन किसे पसंद है ? यदि कोई ऐसा कहे कि, 'कितनी ही बार संसार में क्रोध करने की ज़रूरत पड़ती है।' तब मैं कहूँगा कि, 'नहीं, कोई ऐसा कारण नहीं है कि जहाँ पर क्रोध करने की ज़रूरत हो।' क्रोध तो निर्बलता है इसलिए वह हो जाता है। भगवान ने इसलिए अबला कहा है। पुरुष तो किसे कहते हैं ? जिसमें क्रोध-मान-माया-लोभ की निर्बलता न हो, उसे भगवान ने पुरुष कहा है। यानी ये जो पुरुष दिखाई देते हैं उन्हें भी अबला कहा है, लेकिन इन्हें शर्म नहीं आती है न, उतना अच्छा है! वर्ना अबला कहने पर तो शरमा जाएँ न ? लेकिन इन्हें कुछ भान ही नहीं है। भान कितना है ? नहाने का पानी रखो तो नहा लेता है। खाने का, नहाने का, सोने का वगैरह सब भान है, लेकिन और कुछ भान नहीं है, मनुष्यपना का जो विशेष भान कहा जाता है कि ये सज्जन पुरुष हैं, वैसी सज्जनता लोगों को दिखाई दे, उसका भान नहीं है।

क्रोध-मान-माया-लोभ तो खुली कमजोरी है और बहुत क्रोध आ जाए तो यों हाथ-पैरे ऐसे काँपते हुए नहीं देखे हैं आपने ?

प्रश्नकर्ता : शरीर भी मना करता है कि 'तुझे क्रोध नहीं करना है।'

दादाश्री : हाँ, शरीर भी मना करता है कि यह अपने को शोभा नहीं देता। यानी क्रोध तो कितनी बड़ी कमजोरी है! अतः क्रोध नहीं होना चाहिए हममें।

पड़े प्रभाव, बिना कमजोरी के

प्रश्नकर्ता : कोई व्यक्ति छोटे बच्चे को बहुत ही मार रहा हो और उस समय हम वहाँ से गुजर रहे हों, तब उस व्यक्ति को रोकें और अगर नहीं माने तो अंत में डॉक्टर क्रोध करके उसे एक तरफ हटा देना चाहिए या नहीं ?

दादाश्री : क्रोध करोगे, तो भी वह मारे बगैर नहीं रहेगा। अरे, आपको भी मारेगा न! फिर भी उस पर क्रोध किसलिए करते हो ? उसे धीरे से कहो, व्यवहारिक बातचीत करो। वर्ना, सामने क्रोध करोगे तो वह वीकनेस है।

प्रश्नकर्ता : तो उसे बच्चे को मारने दें ?

दादाश्री : नहीं, वहाँ पर आपको जाकर कहना चाहिए कि, 'भाई, आप ऐसा ज्यों कर रहे हो ? इस बालक ने आपका ज़्या बिगाड़ा है ? उसे इस तरह समझाकर बात करनी चाहिए।' आप उस पर क्रोध करोगे, तब तो वह क्रोध आपकी कमजोरी है। प्रथम तो खुद में कमजोरी नहीं होनी चाहिए। जिसमें कमजोरी नहीं होती उसका प्रभाव पड़ता है न! वह तो अगर यों ही, साधारण रूप से भी कहा जाए न, तो भी सब मान जाएँगे।

प्रश्नकर्ता : शायद न मानें।

दादाश्री : नहीं मानने का ज़्या कारण है ? आपका प्रभाव नहीं पड़ता। अर्थात् कमजोरी नहीं होनी चाहिए, चरित्रवान होना चाहिए। 'मेन ऑफ पर्सनालिटी' होनी चाहिए! लाखों गुँडें उसे देखते ही भाग जाएँ! चिड़-चिड़े आदमी से कोई नहीं भागता, बल्कि मारेंगे भी! संसार तो कमजोर को ही मारता है न!

अर्थात् मेन ऑफ पर्सनालिटी होनी चाहिए। पर्सनालिटी कब आती है ? विज्ञान जानने पर पर्सनालिटी आती है। इस जगत् में जिसे भूल जाते हैं, वह (रिलेटिव) ज्ञान है और जिसे कभी भी नहीं भूला जा सके, वह विज्ञान है!

गरमी से भी भारी हिम

तुझे मालूम है, हिम गिरता है वह? अब हिम का मतलब बहुत ही ठंड होती है न? उस हिम से पेड़ जल जाते हैं, सारा कपास, घास सभी कुछ जल जाता है। तू ऐसा जानता है ज़्यादा? वे ठंड में ज्यों जल जाते होंगे?

प्रश्नकर्ता : 'ओवर लिमिट' ठंड के कारण।

दादाश्री : हाँ, यानी यदि तू ठंडा बनकर रहेगा तो वैसा शील उत्पन्न हो जाएगा।

जहाँ क्रोध बंद, वहाँ प्रताप

प्रश्नकर्ता : लेकिन दादा, ज़रूरत से ज़्यादा ठंडा होना भी एक प्रकार की कमजोरी ही है न?

दादाश्री : ज़रूरत से ज़्यादा ठंडा होने की ज़रूरत ही नहीं है। आपको तो लिमिट में रहना है, उसे 'नॉर्मलिटी' कहते हैं। बिलो नॉर्मल इज़ द फीवर, अबव नॉर्मल इज़ द फीवर, नाइन्टी एट इज़ द नॉर्मल। अतः हमें नॉर्मलिटी ही चाहिए।

क्रोधी के बजाय क्रोध नहीं करनेवाले से लोग अधिक घबराते हैं। ज़्यादा कारण होगा उसका? क्रोध बंद होने पर प्रताप उत्पन्न होता है। कुदरत का नियम है ऐसा! नहीं तो उसे रक्षण करनेवाले ही नहीं मिलेंगे न! क्रोध तो रक्षण था, अज्ञानता में क्रोध से रक्षण होता था।

चिड़-चिड़े का नंबर आखिरी

प्रश्नकर्ता : सात्विक चिड़ या फिर सात्विक क्रोध, अच्छा है या नहीं?

दादाश्री : उसे लोग ज़्यादा कहते हैं? ये बच्चे भी उसे ज़्यादा कहते हैं कि, 'ये तो चिड़चिड़े ही हैं!' चिड़ तो मूर्खता है, फूलिशनेस है! चिड़ को कमजोरी कहते हैं। बच्चों से हम पूछें कि, 'तेरे पापा जी कैसे हैं?'

तब वे भी कहेंगे कि, 'वे तो बहुत चिड़चिड़े हैं!' बोलो, अब इज़्जत बढ़ी या घटी? यह वीकनेस नहीं होनी चाहिए। अतः जहाँ सात्विकता होगी, वहाँ वीकनेस नहीं होगी।

घर में छोटे बच्चों से पूछें कि, 'तेरे घर में पहला नंबर किसका?' तब बेटा दूँढ निकालता है कि मेरी दादी नहीं चिढ़तीं, इसलिए सब से अच्छी वे हैं। पहला नंबर उनका। फिर दूसरा, तीसरा, ऐसे करते-करते पापा का नंबर अंत में आता है! किसलिए? ज्योंकि वे चिड़-चिड़े हैं, इसलिए। मैं कहूँ कि, 'पापा पैसे लाकर खर्च करते हैं फिर भी उनका आखिरी नंबर?' तब वे कहते हैं, 'हाँ'। बोलो अब, मेहनत-मज़दूरी करते हो, खिलाते हो, पैसे लाकर देते हो, फिर भी आखिरी नंबर आपका ही आता है न?

क्रोध यानी अंधापन

प्रश्नकर्ता : सामान्य रूप से, मनुष्य को क्रोध आने का मुख्य कारण क्या हो सकता है?

दादाश्री : दिखाई देना बंद हो जाता है, इसलिए! मनुष्य दीवार से कब टकराता है? जब उसे दीवार दिखाई नहीं देती, तब टकरा जाता है न? उसी तरह जब अंदर दिखाई देना बंद हो जाता है, तो मनुष्य से क्रोध हो जाता है। आगे का रास्ता नहीं मिलता, इसलिए क्रोध हो जाता है।

सूझ नहीं पड़े, तब क्रोध

क्रोध कब आता है? तब कहें, 'जब दर्शन अटक जाता है, तब ज्ञान अटकता है। तब क्रोध उत्पन्न होता है।' मान भी ऐसा ही है। दर्शन अटक जाता है, तब ज्ञान अटकता है, तब मान खड़ा हो जाता है।

प्रश्नकर्ता : उदाहरण देकर समझाइए तो अधिक सरलता रहेगी।

दादाश्री : लोग नहीं कहते कि 'ज्यों इतने गुस्सा हो गए?' तब कहे, 'मुझे कुछ नहीं सूझता, इसलिए गुस्सा हो गया।' हाँ, कुछ सूझ नहीं पड़ती, तब मनुष्य गुस्सा हो जाता है। जिसे सूझ पड़ती है, क्या वह गुस्सा

करेगा? गुस्सा किया तो वह गुस्सा पहला इनाम किसे देता है? जहाँ से निकलता है, वहाँ। पहले खुद को जलाता है, फिर दूसरों को जलाता है।

क्रोधाग्नि जलाए स्व-पर को

क्रोध यानी खुद अपने ही घर में दियासलाई लगाना। खुद के घर में घास भरकर उसमें दियासलाई लगा देना, वह क्रोध है। यानी पहले खुद जलता है और फिर पड़ोसी को जलाता है।

किसी के खेत में घास के बड़े-बड़े गट्टर इकट्ठे किए हुए हो, लेकिन एक ही दियासलाई डालने पर ज़्यादा होगा?

प्रश्नकर्ता : जल जाएगा।

दादाश्री : उसी तरह एक बार क्रोध करने पर, दो साल में जो कमाया हो, वह मिट्टी में मिल जाता है। क्रोध यानी प्रकट अग्नि। उसे खुद को पता नहीं चलता कि मैंने मिट्टी में मिला दिया। ज्योंकि बाहर की चीज़ों में कोई कमी नहीं आती, लेकिन भीतर सब खत्म हो जाता है। अगले जन्म की जो सभी तैयारियाँ होंगी न, उनमें से थोड़ा खर्च हो जाता है। और अगर ज़्यादा खर्च हो जाए तो ज़्यादा होगा? यहाँ मनुष्य था, तब रोटी खाता था, फिर वहाँ चारा खाने (जानवर में) जाना पड़ेगा। रोटी छोड़कर यों चारा खाने जाना पड़ेगा। ज़्यादा वह अच्छा कहलाएगा?

वर्ल्ड में कोई भी मनुष्य क्रोध को नहीं जीत सकता। क्रोध के दो रूप हैं, एक *कढ़ापा* (कुढ़न) और दूसरा, *अजंपा* (बेचैनी)। जो लोग क्रोध को जीतते हैं, वे *कढ़ापा* को जीतते हैं। इसमें ऐसा रहता है कि एक को दबाने जाए, तो दूसरा बढ़ जाता है और कहे कि 'मैंने क्रोध को जीत लिया', तो फिर मान बढ़ेगा। वास्तव में क्रोध को पूर्णतया नहीं जीता है। दृश्य (जो दिखाई दे वैसा) क्रोध को जीत लिया है, ऐसा कहा जाएगा।

तंत, वही क्रोध

जिस क्रोध में तंत हो, वही क्रोध कहलाता है। उदाहरण के तौर

पर, पति-पत्नि रात में खूब झगड़े, क्रोध ज़बरदस्त धधक उठा, पूरी रात दोनों जागते हुए पड़े रहे। सुबह बीवी ने चाय का प्याला ज़रा पटककर रखा, तो पति समझ जाएगा कि अभी तंत है! यही क्रोध है। फिर भले ही तंत कितने भी समय के लिए हो! अरे, कई लोगों को तो ज़िंदगीभर रहता है! बाप बेटे का मुँह नहीं देखता और बेटा बाप का मुँह नहीं देखता! क्रोध का तंत तो बिगड़े हुए चेहरे पर से ही पता चल जाता है।

तंत एक ऐसी चीज़ है कि अगर किसी ने पंद्रह साल पहले आपका अपमान किया हो और वह व्यज़ित पंद्रह साल तक आपको नहीं मिला हो, लेकिन वह व्यज़ित आपको आज मिल जाए तो मिलते ही आपको सब याद आ जाता है। वह है तंत। बाकी, तंत तो किसी का भी जाता नहीं है। बड़े-बड़े साधु महाराज भी तंतवाले होते हैं। रात को यदि आपने कुछ मज़ाक उड़ाया हो न, तो पंद्रह-पंद्रह दिनों तक आप से बात नहीं करेंगे, वह तंत!

फ़र्क़, क्रोध और गुस्से में

प्रश्नकर्ता : दादाजी, गुस्से और क्रोध में ज़्यादा फ़र्क़ है ?

दादाश्री : क्रोध उसे कहेंगे, जो अहंकार सहित हो। गुस्सा और अहंकार दोनों एक साथ हों, तब क्रोध कहलाता है और बाप बेटे पर गुस्सा करे तो, वह क्रोध नहीं कहलाता। उस क्रोध में अहंकार नहीं होता, इसलिए वह गुस्सा कहलाता है। इसीलिए भगवान ने कहा है कि, 'यह गुस्सा कर रहा है फिर भी उसका पुण्य जमा करना।' तब पूछा, 'यह गुस्सा कर रहा है, फिर भी?' तब कहा, 'क्रोध करे तो पाप है, गुस्से में पाप नहीं है।' क्रोध में अहंकार मिला हुआ होता है और जब आपको गुस्सा आता है, तब भीतर आपको बुरा लगता है न?

क्रोध-मान-माया-लोभ दो तरह के होते हैं।

एक प्रकार का क्रोध वह कि जो मोड़ा जा सके- निवार्य। किसी पर क्रोध आ जाए तो उसे अंदर ही अंदर मोड़ा जा सके और उसे शांत

किया जा सके, ऐसे, मोड़ा जा सके वैसा क्रोध। इस स्टेज तक पहुँचे तो व्यवहार बहुत सुंदर हो जाएगा!

दूसरे प्रकार का क्रोध वह है कि जो मोड़ा नहीं जा सके-अनिवार्य। बहुत प्रयत्न करने पर भी पटाखा फूटे बगैर रहता ही नहीं! वह मोड़ा नहीं जा सके वैसा, अनिवार्य क्रोध। ऐसा क्रोध खुद का अहित करता है और सामनेवाले का भी अहित करता है।

भगवान ने कहाँ तक का क्रोध चला लिया है? साधुओं के लिए और चारित्रवालों के लिए? जब तक सामनेवाले मनुष्य को दुःखदाई न हो, उतने क्रोध को भगवान ने चला लिया है। मेरा क्रोध सिर्फ मुझे ही दुःख दे, लेकिन अन्य किसी को दुःखदाई न हो उतना क्रोध चला लिया है।

जाननेवाले को पहचानो

प्रश्नकर्ता : हम सभी जानते हैं कि यह क्रोध आया, वह गलत है। फिर भी...

दादाश्री : ऐसा है न, जो क्रोधी है वह नहीं जानता, लोभी है वह नहीं जानता, मानी है वह भी नहीं जानता, जाननेवाला जुदा ही है। और इन सभी लोगों को मन में ऐसा होता है कि 'मैं जानता हूँ' फिर भी ज्यों हो जाता है? अब 'जानता हूँ', कहनेवाला कौन है? यह मालूम नहीं है। 'कौन जानता है' यह मालूम नहीं है। बस इतना ही खोजना है। 'जाननेवाले' को खोज निकालें, तो यह सब चला जाए, ऐसा है। जानते ही नहीं हैं, जाना तो उसे कहते हैं कि चला ही जाए, खड़ा ही नहीं रहे।

सज्यक् उपाय, जानो एक बार

प्रश्नकर्ता : ऐसा जानने के बावजूद भी क्रोध हो जाता है। उसका ज्या निवारण है?

दादाश्री : कौन जानता है? जानने के बाद क्रोध होगा ही नहीं।

क्रोध हो जाता है इसका मतलब जानते ही नहीं, सिर्फ अहंकार करते हो कि 'मैं जानता हूँ।'

प्रश्नकर्ता : क्रोध हो जाने के बाद ज़्यादा आता है कि हमें क्रोध नहीं करना चाहिए।

दादाश्री : नहीं, लेकिन जानने के बाद क्रोध नहीं होगा। हमने यहाँ पर दो शीशियाँ रखी हों, वहाँ पर किसी ने समझाया हो कि यह दवाई है और दूसरी शीशी में पॉइजन है। दोनों एक सी दिखती हैं लेकिन उसमें भूलचूक हो जाए तो समझ में आएगा न कि यह जानता ही नहीं? भूलचूक नहीं हो तभी कह सकते हैं कि 'यह जानता है,' लेकिन भूलचूक हो जाती है, तो यह बात पक्की हो गई कि वह जानता ही नहीं था। उसी प्रकार जब क्रोध हो जाता है, तब कुछ भी जानते नहीं हो और यों ही जानने का अहंकार लेकर घूमते रहते हो। उजाले में ठोकरें लगेंगी ज़्यादा? यानी जब तक ठोकरें लगती हैं, तब तक कुछ जाना ही नहीं। यह तो, अंधेरे को ही उजाला कहते हैं, वह अपनी भूल है। इसलिए सत्संग में बैठकर 'जानो' एक बार, फिर क्रोध-मान-माया-लोभ सभी कुछ चला जाएगा।

प्रश्नकर्ता : क्रोध तो सभी को आ जाता है न!

दादाश्री : लेकिन इस भाई से पूछो, वे तो मना कर रहे हैं।

प्रश्नकर्ता : सत्संग में आने के बाद फिर क्रोध नहीं आता न!

दादाश्री : ऐसा? उन्होंने कौन सी दवाई ली होगी? द्वेष का मूल चला जाए, ऐसी दवाई ली है।

समझदारी से

प्रश्नकर्ता : मेरा कोई नज़दीकी रिश्तेदार हो, उस पर मैं क्रोधित हो जाता हूँ। वह उसकी दृष्टि से शायद सही भी हो, लेकिन मैं अपनी दृष्टि से क्रोधित हो जाता हूँ, तो किस वजह से क्रोधित हो जाता हूँ?

दादाश्री : आप आ रहे हो और इस मकान पर से एक पत्थर सिर पर आ गिरा और खून निकला, तो उस समय बहुत क्रोध करोगे ?

प्रश्नकर्ता : नहीं, वह तो हैप्पन (हो गया) है।

दादाश्री : नहीं, लेकिन वहाँ पर क्रोध ज्यों नहीं करते ? यदि खुद ने किसी को देखा नहीं, तो क्रोध कैसे होगा ?

प्रश्नकर्ता : किसी ने जान-बूझकर नहीं मारा।

दादाश्री : और अभी बाहर जाएँ और कोई लड़का यदि पत्थर मारे, वह लग जाए और खून निकलने लगे, तो उस पर क्रोध करते हैं, वह ज्यों ? 'उसने मुझे पत्थर मारा, और खून निकला' इसलिए क्रोध करते हैं कि 'तूने ज्यों मारा ?' और जब पहाड़ पर से लुढ़कता-लुढ़कता पत्थर आकर लगे और माथे से खून बहने लगे, तो देखता है लेकिन क्रोध नहीं करता।

उनके मन में ऐसा लगता है कि 'यही कर रहा है।' कोई व्यक्ति जान-बूझकर मार ही नहीं सकता। अर्थात् पहाड़ पर से पत्थर का लुढ़कना और मनुष्य का पत्थर मारना, दोनों एक जैसा ही है। लेकिन भ्रांति से ऐसा दिखता है कि यह कर रहा है। इस वर्ल्ड में किसी मनुष्य को संडास जाने की भी शक्ति नहीं है।

यदि हमें पता चले कि किसी ने जान-बूझकर नहीं मारा, तो वहाँ क्रोध नहीं करते हैं। फिर कहता है, 'मुझे क्रोध आ जाता है। मेरा स्वभाव क्रोधी है।' मुए, स्वभाव से क्रोध नहीं आता। वहाँ पुलिसवाले के सामने ज्यों नहीं आता ? पुलिसवाला डाँटि, उस समय ज्यों क्रोध नहीं आता ? उसे पत्नी पर गुस्सा आता है, बच्चों पर क्रोध आता है, पड़ोसी पर, 'अन्डर हैन्ड' (मातहत) पर क्रोध आता है लेकिन 'बॉस' पर ज्यों नहीं आता ? यों ही स्वभावतः मनुष्य को क्रोध नहीं आ सकता। यह तो उसे अपनी मनमानी करनी है।

प्रश्नकर्ता : कैसे कंट्रोल करें?

दादाश्री : समझ से। यह जो आपके सामने आता है, वह तो निमिज है और आपके ही कर्म का फल देता है। वह निमिज बन गया है। अब ऐसा समझ में आ जाए, तो क्रोध कंट्रोल में आ जाएगा। जब ऐसा देखते हो कि पत्थर पहाड़ पर से गिरा, तब क्रोध कंट्रोल में आ जाता है। तो इसमें भी समझ लेना है कि भाई, यह सब पहाड़ जैसा ही है।

रास्ते में कोई गाड़ीवाला गलत रास्ते से आपके सामने आए, तो लड़ते नहीं हो न? क्रोध नहीं करते न? ज्यों? आप टक्कर लगाकर तोड़ देते हो उसे? ऐसा करते हो? नहीं। तो वहाँ ज्यों नहीं करता? वहाँ समझ जाता है कि मैं मर जाऊँगा। अरे भाई, उससे ज्यादा तो यहाँ क्रोध करने में मर जाते हो, लेकिन यह चित्र नज़र नहीं आता और वह खुला दिखाई देता है, इतना ही फ़र्क है! वहाँ रोड पर सामना नहीं करता? क्रोध नहीं करता, सामनेवाले की भूल हो फिर भी?

प्रश्नकर्ता : नहीं।

दादाश्री : वैसा ही जीवन में भी समझ लेने की ज़रूरत है।

परिणाम तो, काँजेज़ बदलने से ही बदलेंगे

एक भाई ने मुझसे कहा कि, 'अनंत जन्मों से इस क्रोध को निकाल रहे हैं, फिर भी यह क्रोध जाता ज्यों नहीं?' तब मैंने कहा कि, 'आप क्रोध निकालने के उपाय नहीं जानते हो।' तब उसने कहा कि, 'क्रोध निकालने के तो जो उपाय शास्त्र में लिखे हैं, वे सभी करते हैं, फिर भी क्रोध नहीं जाता।' तब मैंने कहा कि, 'सज्यक् उपाय होना चाहिए।' तब कहा कि, 'बहुत सज्यक् उपाय पढ़े हैं, लेकिन उनमें से कुछ भी काम में नहीं आया।' फिर मैंने कहा कि, 'क्रोध को बंद करने का उपाय ढूँढना मूर्खता है, ज्योंकि क्रोध तो परिणाम है। जैसे कि आपने परीक्षा दी और रिज़ल्ट आया, और मैं रिज़ल्ट को नाश करने का उपाय करूँ, उसके जैसी बात हुई। यह जो रिज़ल्ट आया, वह किसका परिणाम है? हमें उसे बदलने की ज़रूरत है।'

लोगों ने ज़्या कहा है कि, 'क्रोध को दबाओ, क्रोध को निकालो।' अरे, ऐसा ज्यों करता है? बिना बात के दिमाग बिगाड़ रहे हो! इसके बावजूद भी क्रोध निकलता तो है नहीं। फिर भी लोग कहेंगे कि, 'नहीं साहब, थोड़ा-बहुत क्रोध दब गया है।' अरे, जब तक वह अंदर है तब तक वह दबा हुआ नहीं कहा जा सकता। तब उन भाई ने कहा कि, 'तो आपके पास और कोई उपाय है?' मैंने कहा, 'हाँ, उपाय है। आप करोगे?' तब उन्होंने कहा, 'हाँ।' तब मैंने कहा कि, 'एक बार तो नोट करो कि इस जगत् में खास तौर पर किस पर अधिक क्रोध आता है?' जहाँ-जहाँ क्रोध आता है, उसे 'नोट' कर लो और जहाँ क्रोध नहीं आता, उसे भी जान लो। एक बार लिस्ट में डाल दो कि इस व्यज्जित पर क्रोध नहीं आता। कुछ लोग उल्टा करें, फिर भी उन पर क्रोध नहीं आता और कुछ तो बेचारे सीधा कर रहे हों फिर भी उन पर क्रोध आता है, तो फिर कोई कारण तो होगा न?

प्रश्नकर्ता : उसके लिए मन के अंदर ग्रंथि बन गई होगी?

दादाश्री : हाँ, ग्रंथि बन चुकी है, उस ग्रंथि को छोड़ने के लिए अब ज़्या करें? परीक्षा तो दे चुके हो। जितनी बार उसके प्रति क्रोध होना है, उतनी बार हो ही जाएगा और उसके लिए ग्रंथि भी बन चुकी है, लेकिन आगे से आपको ज़्या करना चाहिए? जिस पर क्रोध आता है उसके लिए मन नहीं बिगड़ने देना चाहिए। मन सुधारना कि भाई, अपने प्रारब्ध के हिसाब से यह व्यज्जित ऐसा कर रहा है। वह जो-जो कर रहा है, वह मेरे कर्म के उदय हैं इसलिए ऐसा कर रहा है। इस प्रकार मन को सुधार लेना। मन को सुधारते रहोगे और सामनेवाले के प्रति मन सुधर जाएगा तो उसके प्रति क्रोध आना बंद हो जाएगा। कुछ समय तक, जो पिछला इफेज्ट है, पहले का इफेज्ट है, उतना इफेज्ट देकर फिर बंद हो जाएगा।

यह ज़रा सूक्ष्म बात है और सूक्ष्म है इसलिए लोगों को पता नहीं चल पाया। हर एक चीज़ का उपाय तो होता ही है न! जगत् बगैर उपाय

के तो है ही नहीं न! जगत् तो परिणाम का ही नाश करना चाहता है। अतः क्रोध-माना-माया-लोभ का उपाय यह है। परिणाम को कुछ भी मत करो, उसके काँजेज को खत्म करो तो ये सभी चले जाएँगे। यानी वह खुद विचारक होना चाहिए। वर्ना अगर अजागृत होगा तो किस प्रकार उपाय करेगा ?

प्रश्नकर्ता : काँजेज किस तरह खत्म करें, वह ज़रा फिर से समझाइए न!

दादाश्री : इस भाई पर मुझे क्रोध आ रहा हो, तो फिर मैं नज़्की करूँगा कि इस पर जो क्रोध आ रहा है वह, मैंने पहले जो उसके दोष देखे हैं, उसका परिणाम है। अब यह जो-जो दोष कर रहा है, उन्हें यदि मन पर नहीं लूँगा तो फिर उसके प्रति क्रोध बंद होता जाएगा। लेकिन कुछ पूर्व परिणाम हैं, उतने आ जाएँगे, लेकिन आगे के दूसरे सब बंद हो जाएँगे।

प्रश्नकर्ता : दूसरे के दोष दिख जाते हैं, ज़्या उस वजह से क्रोध आता है ?

दादाश्री : हाँ। वे दोष देखते हैं, उन्हें भी हमें जान लेना है कि ये भी गलत परिणाम हैं। अर्थात् जब इन गलत परिणामों को देखना बंद हो जाएगा, उसके बाद क्रोध बंद हो जाएगा। हमारा दोष देखना बंद हो गया तो फिर सबकुछ बंद हो गया।

क्रोध के मूल में अहंकार

लोग पूछते हैं, “हमारे इस क्रोध का ज़्या इलाज करें?” मैंने कहा, “अभी आप ज़्या करते हैं?” तब कहते हैं, “क्रोध को दबाते रहते हैं।” मैंने पूछा, “पहचान कर दबाते हो या बिना पहचाने? क्रोध को पहचानना तो होगा न?” क्रोध और शांति दोनों साथ-साथ बैठे हैं। अब हम क्रोध को नहीं पहचानें और शांति को दबा दें, तो शांति मर जाएगी बल्कि!

अतः यह दबाने जैसी चीज़ नहीं है। तब उसकी समझ में आया कि क्रोध अहंकार है। अब किस प्रकार के अहंकार से क्रोध होता है, इसका पता लगाना चाहिए।

बेटे ने ग्लास फोड़ा तो क्रोध आ गया, वहाँ हमारा ज़्या अहंकार है? इस ग्लास का नुक़सान होगा, ऐसा अहंकार है। नफ़ा-नुक़सान का अहंकार है हमारा! इसलिए नफ़ा-नुक़सान के अहंकार को, उस पर सोच-विचार करके, निर्मूल करो। गलत अहंकार को संभालकर रखने से क्रोध होता रहता है। क्रोध है, लोभ है, वास्तव में तो इन सभी की जड़ में अहंकार ही है।

क्रोध का शमन, किस समझ से?

क्रोध खुद ही अहंकार है। अब उसकी जाँच करनी चाहिए। जाँच करो कि किस प्रकार से वह अहंकार है। उसकी जाँच करें, तब पकड़ में आता है कि क्रोध अहंकार है। यह क्रोध ज्यों उत्पन्न हुआ? तब कहते हैं कि, 'इस बहन ने कप-प्लेट फोड़ दिए इसलिए क्रोध उत्पन्न हुआ।' अब कप-प्लेट फोड़ डाले, उसमें हमें ज़्या आपज़ि है? तब कहते हैं कि, 'हमारे घर में नुक़सान हुआ।' और नुक़सान हुआ तो ज़्या उसे डाँट दें फिर? लेकिन अहंकार करना, डाँटना, वगैरह को अगर बारीकी से सोचा जाए तो ऐसा है कि सोचने से ही वह सारा अहंकार धुल जाएगा। अब इन कप का टूटना, वह निवार्य है या अनिवार्य है? निवार्य संयोग होते हैं या नहीं होते? नौकर को सेठ डाँटता है कि, 'अरे, कप-प्लेट ज्यों फोड़ डाले? तेरे हाथ टूटे हुए थे ज़्या? और तेरा ऐसा था और वैसा था।' यदि अनिवार्य हो तो ज़्या उसे डाँट सकते हैं? जमाई के हाथ से कप-प्लेट फूट गए हों तो वहाँ कुछ भी नहीं कहते! ज्योंकि वह सुपीरियर है, वहाँ चुप! अगर इन्फिरियर हो तो छिट् छिट् करता है! ये सब इगोइज़म हैं। सुपीरियर के सामने ज़्या सभी चुप नहीं हो जाते? इन दादा के हाथ से कुछ फूट जाए तो किसी के मन में कुछ आता ही नहीं और नौकर के हाथ से फूट जाए तो?

इस जगत् ने न्याय कभी देखा ही नहीं। नासमझी के कारण यह सब है। यदि समझदार बुद्धि होती न, तो भी बहुत था! बुद्धि यदि विकसित हो, समझवाली हो तो कहीं भी कोई झगड़ा होगा ही नहीं। अब झगड़ा करने से ज़्यादा कप-प्लेट जुड़ जाते हैं? सिर्फ संतोष मिलता है, उतना ही न? बल्कि कलह हो जाती है, वह अलग। मन में ज़लेश हो जाता है, वह अलग। यानी इस व्यापार में तो एक तो प्याले गए वह नुकसान; दूसरा, यह ज़लेश हुआ, वह नुकसान और तीसरा, नौकर के साथ बैर बंधा, वह नुकसान! नौकर बैर बाँधता है कि 'मैं गरीब हूँ,' इसीलिए ये मुझे अभी ऐसा कह रहे हैं न! लेकिन वह बैर छोड़ेगा नहीं और भगवान ने कहा है कि बैर किसी के भी साथ मत बाँधना। शायद कभी प्रेम बाँध सके तो बाँधना, लेकिन बैर मत बाँधना। ज्योंकि प्रेम बंधेगा तो वह प्रेम अपने आप ही बैर को खोद डालेगा। प्रेम तो ऐसा है कि बैर की कबर खोद डाले। लेकिन बैर से तो बैर बढ़ता ही जाता है। इस प्रकार निरंतर बढ़ता ही जाता है। बैर के कारण ही तो यह भटकन है सारी! ये मनुष्य किसलिए भटकते हैं? ज़्यादा तीर्थकर नहीं मिले थे? तो कहते हैं, 'नहीं, तीर्थकर तो बहुत सारे मिले थे। उनकी देशना भी सुनी, लेकिन कुछ हुआ नहीं।'

किस-किस बात में अड़चनें आती हैं? कहाँ-कहाँ आपजि होती है? उन आपजियों को खत्म कर दो न! यदि आपजि होती है तो वह संकुचित दृष्टि है। तो 'ज्ञानीपुरुष' लोंग साइट दे देते हैं। उस लोंग साइट के आधार पर सबकुछ 'ज्यों का त्यों' दिखाई देता है!

बच्चों पर गुस्सा आए तब...

प्रश्नकर्ता : घर में बच्चों पर क्रोध आता है, तो ज़्यादा करूँ?

दादाश्री : नासमझी से क्रोध आता है। उसे आप पूछो कि 'तुझे बड़ा मज़ा आया था?' तब वह कहेगा कि 'मुझे अंदर बहुत बुरा लगा, बहुत दुःख हुआ था।' उसे दुःख होता है, आपको दुःख होता है! इसमें

बच्चे पर चिढ़ने की ज़रूरत ही कहाँ रही फिर? और चिढ़ने से सुधरते हों तो चिढ़ना। रिज़ल्ट (परिणाम) अच्छा आए तो चिढ़ना काम का है। रिज़ल्ट ही अच्छा नहीं आए तो चिढ़ने का ज़्या अर्थ है? क्रोध करने से फ़ायदा होता हो तो करना और यदि फ़ायदा नहीं हो तो ऐसे ही चला लेना न!

प्रश्नकर्ता : अगर हम क्रोध न करें तो वह हमारी सुनेगा ही नहीं, खाएगा भी नहीं।

दादाश्री : क्रोध करने के बाद भी कहाँ सुनते हैं?!

वीतरागों की सूक्ष्मता तो देखो

फिर भी लोग ज़्या कहते हैं कि यह बाप अपने बेटे पर इतना गुस्सा हो गया है न, इसलिए यह बाप नालायक आदमी है, और कुदरत के वहाँ इसका ज़्या न्याय होता होगा? 'इस बाप के हिस्से में पुण्य रखो।' हाँ, ज्योंकि बेटे के हित के लिए खुद अपने आप पर संघर्षण लेता है न! बेटे के सुख के लिए खुद ने संघर्षण मोल लिया, इसलिए इसे पुण्य दो! वना किसी भी प्रकार का क्रोध पाप का ही बंधन करता है, लेकिन सिर्फ यही बेटे के या शिष्य के सुख के लिए जो क्रोध करते हो, उसमें आप खुद का जलाकर उसके सुख के लिए करते हो, तो उसका पुण्य बंधता है। फिर भी यहाँ तो लोग उसे अपयश ही देते रहते हैं! लेकिन ईश्वर के घर पर सही कानून है या नहीं? खुद के बेटे पर या बेटी पर क्रोध करता है न, लेकिन उसमें हिंसकभाव नहीं होता, बाकी सभी जगह हिंसकभाव होता है। फिर भी उसमें तंत रहा करता है, ज्योंकि जैसे ही वह बेटे को देखता है, तो अंदर फिर से ज्लेश होने लगता है। उसका वह तंत रहा करता है।

यदि क्रोध में हिंसकभाव और तंत, ये दो चीज़ें न रहें तो मोक्ष होता है। और सिर्फ हिंसकभाव नहीं है, सिर्फ तंत है तब भी पुण्य बंधता है। कैसी सूक्ष्मता से भगवान ने ढूँढ निकाला है न!

क्रोध करे फिर भी बाँधे पुण्य

भगवान ने कहा है कि यदि दूसरों के भले के लिए क्रोध करता है, परमार्थ हेतु क्रोध करता है तो उसके फल स्वरूप पुण्य मिलता है।

अब इस क्रमिकमार्ग में तो शिष्य घबराते ही रहते हैं कि “अभी कुछ कहेंगे, अभी कुछ कहेंगे।” और वे(गुरु) भी सारे दिन सुबह से अकुलाया हुआ ही बैठा रहता है। तो ठेठ दसवें गुणकस्थान तक यही हाल। वह आंख लाल करे तो अंदर आग लगती है। यह वेदना, कितनी सारी वेदना होती होगी! तब कैसे पहुँच पाएँ? इसलिए मोक्ष पाना ज़्या यों ही लड्डू खाने का खेल है? यह तो, कभी-कभी ही ऐसा अक्रम विज्ञान प्राप्त होता है।

क्रोध यानी एक प्रकार का सिग्नल

संसार के लोग ज़्या कहते हैं कि इस भाई ने बेटे पर क्रोध किया, इसलिए यह गुनहगार है और उसने पाप बाँधा। भगवान ऐसा नहीं कहते। भगवान कहते हैं कि, “लड़के पर क्रोध नहीं किया, इसलिए उसका बाप गुनहगार है। अतः उस पर सौ रूपये का जुर्माना।” तब पूछते हैं, “क्रोध करना ठीक है?” तो कहते हैं, “नहीं, लेकिन अभी उसकी ज़रूरत थी। यदि यहाँ क्रोध नहीं किया होता तो लड़का उल्टे रास्ते चला जाता।”

अर्थात् क्रोध एक प्रकार का लाल सिग्नल है, और कुछ नहीं। यदि आँख नहीं दिखाई होती, यदि क्रोध नहीं किया होता, तो लड़का उल्टे रास्ते पर चला जाता। इसलिए भगवान तो, बाप अगर लड़के पर क्रोध करे, फिर भी उसे सौ रूपये इनाम देते हैं।

क्रोध तो लाल झंडी है। पज़्लिक को यह पता नहीं है और कितनी देर लाल झंडी दिखानी है, कितने समय तक दिखानी है, यह समझने की ज़रूरत है। अभी मेल गाड़ी जा रही हो और ढाई घंटे लाल झंडी

लेकर बिना कारण खड़ा रहे, तो ज़्यादा होगा? यानी लाल सिग्नल की ज़रूरत है, लेकिन कितने टाईम (समय) रखना, वह समझने की ज़रूरत है।

ठंडा (शांत रहना), वह हरा सिग्नल है।

रौद्रध्यान परिणामित धर्मध्यान में

बच्चों पर क्रोध किया, लेकिन अंदर आपका भाव ज़्यादा है कि 'ऐसा नहीं होना चाहिए।' अंदर आपका भाव ज़्यादा है?

प्रश्नकर्ता : ऐसा नहीं होना चाहिए।

दादाश्री : यानी यह रौद्रध्यान था, वह धर्मध्यान में परिणामित हो गया। क्रोध हुआ, फिर भी परिणाम में आया धर्मध्यान।

प्रश्नकर्ता : ऐसा नहीं होना चाहिए, यह भाव है, इसलिए?

दादाश्री : हिंसक भाव नहीं है उसके पीछे। हिंसक भाव के बिना क्रोध हो ही नहीं सकता, लेकिन क्रोध की एक खास दशा है कि यदि कोई खुद के बेटे, खुद के मित्र या खुद की वाईफ पर क्रोध करे तो पुण्य बंधता है। ज्योंकि यह देखा जाता है कि क्रोध करने के पीछे उसका हेतु ज़्यादा है?

प्रश्नकर्ता : प्रशस्त क्रोध।

दादाश्री : अप्रशस्त क्रोध, बुरा कहलाता है।

तो इस क्रोध में भी इतना भेद है। दूसरा, पैसों के लिए बेटे को भला-बुरा कहें कि तू व्यापार में ठीक से ध्यान नहीं दे रहा, वह क्रोध अलग है। बच्चे को सुधारने के लिए, चोरी कर रहा हो, दूसरा कुछ उल्टा-सीधा कर रहा हो, उसके लिए बेटे को डाँटे, क्रोध करे, तो उसके लिए भगवान ने पुण्य कहा है कि इसका फल पुण्य है। भगवान कितने समझदार!

क्रोध टालो ऐसे

प्रश्नकर्ता : हम क्रोध किस पर करते हैं ? खास करके ऑफिस में सेक्रेटरी पर क्रोध नहीं करते और अस्पताल में नर्स ऊपर नहीं करते, लेकिन घर में वाईफ पर हम क्रोध करते हैं।

दादाश्री : इसीलिए तो जब सौ लोग बैठे हों और सुन रहे हों, तब सब से कहता हूँ कि ऑफिस में बॉस (मालिक) धमकाए या कोई डाँटे, तो लोग उन सब का क्रोध घर में बीवी पर निकालते हैं। इसलिए मुझे कहना पड़ता है कि, 'अरे! बीवी को ज्यों डाँटते हो, बेचारी को ! बिना वजह बीवी को डाँटते हो! बाहर कोई धमकाए उनसे लड़ो न, यहाँ ज्यों लड़ते हो बेचारी से?'

एक व्यक्ति था, वह हमारा जान-पहचानवाला था। वह मुझे हमेशा कहता था कि, "साहब, एक बार मेरे यहाँ पधारिए!" चिनाई का काम करता था। एक बार मैं वहाँ से गुज़र रहा था तब मुझे मिल गया और बोला, "मेरे घर चलिए, थोड़ी देर के लिए।" तब मैं उसके घर गया। वहाँ मैंने पूछा, "अरे, दो रूम तेरे लिए काफी हैं?" तो वह कहने लगा, "मैं तो कारीगर हूँ न!" यह तो हमारे ज़माने की, अच्छे ज़माने की बात कर रहा हूँ। अभी तो एक रूम में रहना पड़ता है, लेकिन अच्छे ज़माने में भी बेचारे के दो ही रूम थे ! फिर मैंने पूछा, "ज्या बीवी तुझे परेशान नहीं करती?" तब कहने लगा, "बीवी को क्रोध आ जाता है लेकिन मैं क्रोध नहीं करता हूँ" मैंने पूछा, "ऐसा ज्यों?" उसने कहा, "वह क्रोध करे और मैं भी क्रोध करूँ, तब तो फिर इन दो रूमों में, मैं कहाँ सोऊँ और वह कहाँ सोए?!" वह उस ओर मुँह करके सो जाए और मैं भी इस ओर मुँह करके सो जाऊँ, ऐसी हालत में तो मुझे सुबह चाय भी अच्छी नहीं मिलेगी! वही मुझे सुख देती है। उसी की वजह से मेरा सुख है। मैंने पूछा, "बीवी कभी क्रोध करे तो?" उसने कहा, "उसे मना लेता हूँ। 'यार, जाने दे न, मेरी हालत मैं ही जानता हूँ,' ऐसा वैसा करके मना लेता हूँ। लेकिन उसे खुश

रखता हूँ। बाहर मारपीट करके आ जाऊँ पर घर में उससे मारपीट नहीं करता।” और कई लोग तो बाहर से मार खाकर आते हैं और घर में मारपीट करते हैं।

ये तो हमेशा क्रोध करते हैं। गायें-भैंसें अच्छी कि क्रोध तो नहीं करतीं। जीवन में कुछ शांति तो होनी चाहिए न! कमजोरीवाला नहीं होना चाहिए। यह तो हर घड़ी क्रोध हो जाता है। आप गाड़ी में आए हो न? यदि गाड़ी रास्ते भर क्रोध करती रहे तो ज़्या होगा?

प्रश्नकर्ता : तो यहाँ आ ही नहीं पाएँगे।

दादाश्री : तब यदि आप यह क्रोध करते हो, तो उसकी गाड़ी किस तरह चलती होगी? तू तो क्रोध नहीं करती?

प्रश्नकर्ता : कभी-कभी हो जाता है।

दादाश्री : और यदि दोनों से हो जाए तो, फिर बाकी ज़्या रहा?

प्रश्नकर्ता : पति-पत्नी के बीच थोड़ा-बहुत क्रोध तो होना ही चाहिए न?

दादाश्री : नहीं। ऐसा कोई कानून नहीं है। पति-पत्नी के बीच में तो बहुत शांति रहनी चाहिए। यदि दुःख रहे तो वे पति-पत्नी कहे ही नहीं जाएँगे। सच्ची फ्रेंडशिप में दुःख नहीं होता, जबकि यह तो सब से बड़ी फ्रेंडशिप है!! यहाँ क्रोध नहीं होना चाहिए। यह तो लोगों ने ज़बरदस्ती दिमाग में डाल दिया है, खुद को होता है इसलिए कह दिया कि नियम ऐसा ही है, कहते हैं! पति-पत्नी के बीच तो बिल्कुल दुःख नहीं होना चाहिए, भले ही बाकी सभी जगह पर हो जाए।

मनमानी की मार

प्रश्नकर्ता : घर में या बाहर मित्रों में सब जगह हर एक के मत

भिन्न-भिन्न होते हैं और उसमें हमारी धारणा के अनुसार नहीं हो तो हमें क्रोध ज्यों आता है? तब ज़्या करना चाहिए?

दादाश्री : सब लोग अपनी धारणा के अनुसार करने जाएँ, तो ज़्या होगा? ऐसा विचार ही ज्यों आता है? तुरंत ही सोचना चाहिए कि यदि सभी अपनी मनमानी करने लगें, तो यहाँ पर सारे बरतन तोड़ डालेंगे आमने-सामने और खाना भी नहीं रहेगा। अतः मनमानी कभी करना ही मत। धारणा ही मत रखना तो गलत ठहरेगा ही नहीं। जिसे गरज़ होगी वह धारणा करेगा, ऐसा रखना।

प्रश्नकर्ता : हम कितने भी शांत रहे लेकिन पति क्रोध करे तो हमें ज़्या करना चाहिए?

दादाश्री : वह क्रोध करे और उसके साथ झगड़ा करना हो, तो आपको भी क्रोध करना चाहिए, अन्यथा नहीं! यदि फिल्म बंद करनी हो तो शांत हो जाना। फिल्म बंद नहीं करनी हो, तो सारी रात चलने देना, कौन मना करता है? ज़्या आपको पसंद है ऐसी फिल्म?

प्रश्नकर्ता : नहीं, ऐसी फिल्म पसंद नहीं है।

दादाश्री : क्रोध करके ज़्या करना है? वह आदमी खुद क्रोध नहीं करता है, यह तो 'मिकेनिकल एडजस्टमेन्ट' (डिस्चार्ज होती मनुष्य प्रकृति) क्रोध करता है। इसलिए फिर खुद को मन में पछतावा होता है कि यह क्रोध नहीं किया होता तो अच्छा था।

प्रश्नकर्ता : उसे ठंडा करने का उपाय ज़्या?

दादाश्री : वह तो यदि मशीन गरम हुई हो और ठंडी करनी हो तो थोड़ी देर बंद रखने पर अपने आप ठंडी हो जाएगी और यदि हाथ लगाएँ या उसे छेड़ेंगे तो हम जल जाएँगे।

प्रश्नकर्ता : मेरे और मेरे हज़बेन्ड के बीच क्रोध और बहस हो जाती है, कहा सुनी वगैरह। तो मैं ज़्या करूँ?

दादाश्री : क्रोध तू करती है या वह? क्रोध कौन करता है?

प्रश्नकर्ता : वह, फिर मुझ से भी हो जाता है।

दादाश्री : तो आप भीतर ही खुद को उलाहना देना, “ज्यों तू ऐसा करती है? पहले किया हुआ तो भुगतना ही होगा न!” लेकिन प्रतिक्रमण करने से ये सभी दोष खत्म हो जाएँगे। वर्ना हमारे ही दिए हुए दुःख हमें ही भुगतने पड़ेंगे, फिर हमें भुगतने पड़ते हैं। लेकिन प्रतिक्रमण करने पर ज़रा ठंडे पड़ जाते हैं।

यह तो एक तरह की पाशवता

प्रश्नकर्ता : हम से क्रोध हो जाए और गाली निकल जाए तो किस तरह सुधारें?

दादाश्री : ऐसा है कि यह जो क्रोध करता है और गाली देता है, वह सब इसलिए हो जाता है कि अपने आप पर कंट्रोल नहीं है। कंट्रोल करने के लिए पहले कुछ समझना चाहिए। यदि हम पर कोई क्रोध करे, तो हमसे बरदाश्त होगा या नहीं, यह सोचना चाहिए। हम क्रोध करें, उससे पहले हम पर कोई क्रोध करे तो हमसे बरदाश्त होगा? अच्छा लगेगा या नहीं? हमें जितना अच्छा लगे, उतना ही वर्तन औरों के साथ करना चाहिए।

वह आपको गाली दे और तुझे दिक्कत न हो, डिप्रेशन नहीं आए, तो आप भी करना, वर्ना बंद कर देना। गालियाँ तो देनी ही नहीं चाहिए। यह तो एक तरह की पाशवता है। अन्डर डेवेलप्ड पीपल्स, अनकल्चर्ड (अल्प विकसित मनुष्य, असंस्कृत)!

प्रतिक्रमण ही सच्चा मोक्षमार्ग

पहले तो दया रखो, शांति रखो, समता रखो, क्षमा रखो, ऐसा उपदेश सिखाते थे। तब ये लोग ज़्या कहते हैं “अरे! मुझे क्रोध आता रहता है और तू कहता है कि क्षमा रखो, लेकिन मैं किस प्रकार क्षमा रखूँ?” अतः

इन्हें उपदेश किस प्रकार दिया जाना चाहिए कि “आपको क्रोध आ जाए तो आप इस प्रकार मन में पछतावा करना कि ‘मेरी ज़्या कमज़ोरी है कि मुझ से ऐसा क्रोध हो जाता है? यह मुझ से गलत हो गया।’ ऐसे पछतावा करना और यदि कोई गुरु हों तो उनकी मदद लेना और फिर से ऐसी कमज़ोरी उत्पन्न न हो, ऐसा निश्चय करना। आप अब क्रोध का बचाव मत करना, बल्कि उसका प्रतिक्रमण करना।”

यानी दिन में कितने अतिक्रमण होते हैं और किसके साथ हुए, उन्हें नोट करते रहना और उसी समय प्रतिक्रमण कर लेना।

प्रतिक्रमण में ज़्या करना होगा? आपको क्रोध हुआ और सामनेवाले व्यक्ति को दुःख हुआ, तो उसकी आत्मा को याद करके उससे क्षमा माँग लेना। अर्थात् जो हुआ उसकी क्षमा माँग लेना और फिर से नहीं करूँगा ऐसी प्रतिज्ञा करना, और आलोचना करना यानी ज़्या, कि हमारे पास दोष जाहिर करना कि मुझसे यह दोष हो गया है।

मन में भी माफ़ी माँगो

प्रश्नकर्ता : दादाजी, पश्चाताप या प्रतिक्रमण करते समय कई बार ऐसा होता है कि कोई भूल हो गई, किसी पर क्रोध आ गया, तब भीतर दुःख होता है कि यह गलत हो गया, लेकिन सामनेवाले से माफ़ी माँगने की हिज़मत नहीं होती।

दादाश्री : इस तरह से माफ़ी माँगनी ही नहीं है, वरना फिर वे उसका दुरुपयोग करेंगे। “हाँ, अब आई न ठिकाने?” ऐसा है यह! नोबल (खानदान) जाति नहीं है! ये माफ़ी माँगने लायक लोग नहीं हैं! इसलिए उसके शुद्धात्मा को याद करके मन में ही माफ़ी माँग लेना। हज़ारों में कोई दस आदमी ऐसे निकलेंगे कि माफ़ी माँगने से पहले ही झुक जाएँ।

नकद परिणाम, हार्दिक प्रतिक्रमण के

प्रश्नकर्ता : किसी पर ख़ूब क्रोध हो गया, फिर बोलकर चुप हो

गये, बाद में यह जो बोले उसके लिए जी बार-बार जलता है, तो उसके लिए एक से ज्यादा प्रतिक्रमण करने होंगे ?

दादाश्री : उसमें दो-तीन बार सच्चे दिल से प्रतिक्रमण करना और एकदम अच्छी तरह हो गया तो पूरा हो गया। “हे दादा भगवान! मुझ से ज़बरदस्त क्रोध हुआ, सामनेवाले को भारी कष्ट हुआ! उसके लिए माफ़ी माँगता हूँ। आपके रूबरू खूब माफ़ी माँगता हूँ।”

गुनाह, लेकिन बेजान

प्रश्नकर्ता : अतिक्रमण से जो उज़ेजना होती है, वह प्रतिक्रमण से शांत हो जाती है ?

दादाश्री : हाँ, शांत हो जाती है। चिकनी फाइल(गाढ़ा हिसाब) हो, वहाँ पर तो पाँच-पाँच हज़ार प्रतिक्रमण करने पड़ते हैं, तब शांत होता है। गुस्सा बाहर नहीं आया हो और व्याकुलता हो गई हो, तो भी हम उसके लिए प्रतिक्रमण नहीं करें तो उतना दाग़ हम पर रह जाएगा। प्रतिक्रमण करने से साफ़ हो जाता है। अतिक्रमण किया, इसलिए प्रतिक्रमण करो।

प्रश्नकर्ता : किसी पर क्रोध हो जाने के बाद ध्यान आए और उसी क्षण हम उनसे माफ़ी माँग लें, तो वह ज़्या कहलाएगा ?

दादाश्री : अभी ज्ञान लेने के बाद क्रोध हो जाए और फिर माफ़ी माँग ले, तो कोई हर्ज़ नहीं। हो गया मुज्त! और ऐसे रूबरू माफ़ी नहीं माँग सको, यदि ऐसा हो तो मन में माँग लेना तो बस, हो गया।

प्रश्नकर्ता : रूबरू सभी के बीच ?

दादाश्री : कोई बात नहीं। इस तरह नहीं माँगें और यों ही अंदर प्रतिक्रमण कर लोगे तो चलेगा। ज्योंकि यह गुनाह जीवित नहीं है, यह डिस्चार्ज है। ‘डिस्चार्ज’ गुनाह यानी यह चार्ज गुनाह नहीं है! इसलिए इतना बुरा फल नहीं देगा!

प्रतिष्ठा करने से खड़े हैं कषाय

यह सब आप नहीं चलाते, क्रोध-मान-माया-लोभ आदि कषाय चलाते हैं। कषायों का ही राज है! 'खुद कौन है' उसका भान होगा, तब जाकर कषाय जाएँगे। क्रोध होता है तब पछतावा होता है, लेकिन भगवान का बताया गया प्रतिक्रमण करना नहीं आए तो ज्या होगा? प्रतिक्रमण करना आता तो छुटकारा हो जाता।

अर्थात् यह क्रोध-मान-माया-लोभ की सृष्टि कब तक खड़ी है? 'मैं चंदूलाल हूँ और ऐसा ही हूँ' ऐसा निश्चय है तभी तक खड़ी रहेगी। जब तक हमने प्रतिष्ठा की हुई है कि 'मैं चंदूलाल हूँ', इन लोगों ने हमारी प्रतिष्ठा की और हमने उसे मान लिया कि 'मैं चंदूलाल हूँ', तब तक ये क्रोध-मान-माया-लोभ अंदर रहेंगे।

खुद की प्रतिष्ठा कब समाप्त होगी कि जब 'मैं शुद्धात्मा हूँ' यह भान होगा तब। अर्थात् खुद के निज स्वरूप में जाए, तब प्रतिष्ठा टूट जाएगी। तब क्रोध-मान-माया-लोभ जाएँगे वर्ना नहीं जाएँगे। मारते रहने से भी नहीं जाएँगे और बल्कि बढ़ते रहेंगे। एक को मारो तो दूसरा बढ़ेगा और दूसरे को मारो तो तीसरा बढ़ेगा।

जहाँ क्रोध दुबला, वहाँ मान तगड़ा

एक महाराज कहते हैं, मैंने क्रोध को दबा-दबा कर निर्मूल कर डाला। मैंने कहा, "उसके परिणाम स्वरूप यह 'मान' नाम का भैंसा अधिक तगड़ा हुआ।" मान तगड़ा होता रहता है, ज्योंकि माया के ये पुत्र मरें, ऐसे नहीं हैं। उनका उपाय करेंगे तो जाएँगे, वर्ना ये जानेवालों में से नहीं है। ये माया की संतानें हैं। वह मान नामक भैंसा इतना तगड़ा हुआ, 'मैंने क्रोध को दबा दिया, मैंने क्रोध को दबा दिया।' वह फिर तगड़ा हुआ। इसके बजाय तो चारों समान थे, वह ठीक था।

क्रोध और माया हैं रक्षक

क्रोध और माया, वे तो रक्षक हैं। वे तो लोभ और मान के रक्षक

हैं। लोभ की यथार्थ रक्षक माया और मान का यथार्थ रक्षक क्रोध। फिर भी मान के लिए थोड़ी बहुत माया का उपयोग होता है, कपट करते हैं। कपट करके भी मान प्राप्त कर लें, ज़्या ऐसा करते होंगे लोग?

और क्रोध करके लोभ कर लेता है। लोभी क्रोधी नहीं होता और यदि क्रोध करे तो समझना कि इसे लोभ में कोई बाधा आई है, इसलिए यह क्रोध कर रहा है। वर्ना लोभी तो, बल्कि उसे कोई गालियाँ दे फिर भी कहेगा, “हमें तो अपना रूपया मिल गया, वह भले ही शोर मचाता रहे।” लोभी ऐसे होते हैं, ज्योंकि कपट हर तरह से रक्षण करेगा ही न! कपट अर्थात् माया और क्रोध, ये सभी रक्षक हैं।

क्रोध तो, खुद के मान पर आँच आए, तब क्रोध कर लेता है। खुद का मान भंग हो, वहाँ।

क्रोध भोला है। भोले का पहले नाश होता है। क्रोध तो गोला-बारूद है और गोला-बारूद होगा, वहाँ सैना लड़ेगी ही। क्रोध गया फिर सैना ज्यों लड़ेगी? फिर तो (ऐरे-गैरे) सब भाग जाएँगे। कोई खड़ा नहीं रहेगा।

क्रोध का स्वरूप

क्रोध, वे उग्र परमाणु हैं। अनार (आतिशबाजी) के अंदर बारूद भरा हो और फूटे तब ज्वाला भड़कती है। और जब अंदर का बारूद पूरा हो जाता है, तब अपने आप अनार शांत हो जाता है। ऐसा ही क्रोध का है। क्रोध, वे उग्र परमाणु हैं, और वे जब ‘व्यवस्थित’ के नियम के अनुसार फूटते हैं, तब सभी तरफ से सुलगते हैं। उग्रता को क्रोध नहीं कहते। जिस क्रोध में तंत रहे, वही क्रोध कहलाता है। क्रोध तो कब कहलाएगा कि जब भीतर जलन हो। जलन हो और ज्वाला भड़कती रहे और दूसरों तक भी उसका असर पहुँचे। वह कुढ़न कहलाएगी और अजंपा में खुद अकेला अंदर ही अंदर जलता रहता है, लेकिन तंत तो दोनों ही रूपों में रहेगा। जब कि उग्रता अलग चीज़ है।

घुटना, सहन करना, वह भी क्रोध

क्रोधवाली वाणी नहीं निकले तो सामनेवाले को नहीं लगती। मुँह से बोल दे, सिर्फ वही क्रोध कहलाता है, ऐसा नहीं है। अगर भीतर घुटता रहे तो वह भी क्रोध है। उसे सहन करना वह तो डबल (दोहरा) क्रोध है। सहन करना यानी दबाते रहना। वह तो, जब एक दिन स्प्रिंग उछलेगी तब पता चलेगा। सहन ज्यों करना है? इसका तो ज्ञान से हल निकाल देना है।

क्रोध में बड़ी हिंसा

बुद्धि इमोशनल होती है, ज्ञान मोशन में रहता है। जैसे ट्रेन मोशन में चलती है, यदि वह इमोशनल हो जाए तो?

प्रश्नकर्ता : एजिसडेन्ट हो जाता है।

दादाश्री : ऐसे-एसे करते हुए चलेगी तो एजिसडेन्ट हो जाएगा। इसी तरह मनुष्य जब इमोशनल होता है, तब कई जीव भीतर मर जाते हैं। क्रोध हुआ कि कितने ही छोटे-छोटे जीव मर कर खत्म हो जाते हैं और ऊपर से खुद दावा करता है कि, “मैं तो अहिंसा धर्म का पालन करता हूँ, जीव-हिंसा तो करता ही नहीं हूँ।” अरे, लेकिन क्रोध से तो निरे जीव ही मारता है, इमोशनल होकर!

क्रोध को जीत सकते हैं ऐसे

द्रव्य अर्थात् बाहरी व्यवहार, वह नहीं पलटता लेकिन यदि भाव पलटे तो बहुत हो गया।

कोई कहे कि क्रोध बंद करना है, तो आज ही क्रोध बंद नहीं होगा। क्रोध को तो पहचानना पड़ेगा, कि क्रोध ज़्यादा है? ज्यों उत्पन्न होता है? उसका जन्म किस आधार पर होता है? उसकी माँ कौन? बाप कौन? सब पता लगाने के बाद क्रोध को पहचाना जा सकेगा।

छूटा हुआ ही छुड़वाए

आपको निकालना है सब ? ज़्या ज़्या निकालना है, बताओ। लिस्ट (सूचि) बनाकर मुझे दो। वह सब निकाल देंगे। ज़्या आप क्रोध-मान-माया-लोभ से बंधे हुए हो ?

प्रश्नकर्ता : एकदम।

दादाश्री : तो बंधा हुआ व्यक्त अपने आप किस तरह से छूट सकता है ? चारों ओर से ऐसे हाथ-पैर सब कसकर बंधे हुए हों, तो वह खुद किस तरह मुक्त हो सकेगा ?

प्रश्नकर्ता : उसे किसी का सहारा लेना पड़ेगा।

दादाश्री : बंधे हुए की हेल्प लेनी चाहिए ?

प्रश्नकर्ता : स्वतंत्र हो उसकी हेल्प लेनी चाहिए।

दादाश्री : हम किसी से पूछें कि 'भाई, कोई है यहाँ छूटा हुआ ? मुक्त है ? तो यहाँ हमारी हेल्प करो।' अर्थात् जो मुक्त हुआ हो, वही मुक्त कर सकता है। बाकी, और कोई नहीं कर सकता।

क्रोध-मान-माया-लोभ की खुराक

कुछ लोग जो जागृत होते हैं, वे कहते हैं कि यह जो क्रोध हो जाता है वह हमें पसंद नहीं है, फिर भी करना पड़ता है।

और कुछ तो क्रोध करते हैं और कहते हैं, "क्रोध नहीं करेंगे तो हमारी गाड़ी चलेगी ही नहीं, हमारी गाड़ी बंद हो जाएगी।" ऐसा भी कहते हैं।

क्रोध-मान-माया-लोभ निरंतर उसका खुद का ही चुराकर खाते हैं, लेकिन लोगों की समझ में नहीं आता। इन चारों को यदि तीन साल भूखा रखो, तो वे भाग जाएँगे। लेकिन जिस खुराक से वे जी रहे हैं, वह खुराक ज़्या है ? यदि यह नहीं जानेंगे, तो वे कैसे भूखे मरेंगे ? उसकी समझ नहीं

होने की वजह से ही उन्हें खुराक मिलती रहती है। वे जीवित कैसे रहते हैं? और वह भी, अनादि काल से जी रहे हैं! इसलिए उनकी खुराक बंद कर दो। ऐसा विचार तो किसी को भी नहीं आता और सभी ज़बरदस्ती उन्हें निकालने में लगे हैं। वे चारों यों ही चले जाएँ, ऐसे नहीं हैं। वह तो, जब आत्मा बाहर निकले तब अंदर का सभी कुछ झाड़ने-पोंछने निकलते हैं। उन्हें हिंसक मार नहीं चाहिए, उन्हें तो अहिंसक मार चाहिए।

आचार्य शिष्य को कब धमकाते हैं? क्रोध आता है तब। उस समय कोई कहे, “महाराज, इसे ज्यों धमका रहे हैं?” तब महाराज कहेंगे, “वह तो धमकाने योग्य ही है।” बस फिर तो हो गया खत्म। ऐसा बोले, वही क्रोध की खुराक। क्रोध करके उसका रक्षण करना, वही उसकी खुराक है।

इन क्रोध-मान-माया-लोभ को तीन सालों तक यदि खुराक नहीं मिले तो फिर वे खुद-ब-खुद भाग जाएँगे। हमें कहना ही नहीं पड़ेगा। ज्योंकि हर चीज़ अपने-अपने खुराक से जीवित रहती है और संसार के लोग ज़्या करते हैं? हर रोज़ इन क्रोध-मान-माया-लोभ को खुराक देते रहते हैं। रोज़ भोजन करवाते हैं और फिर ये तगड़े होकर घूमते रहते हैं।

अगर बच्चों को मारे, खूब क्रोधित होकर पीटे, और फिर बीवी कहे कि “बेचारे बच्चे को ज्यों इतना मारा?” तब कहेगा, “तू नहीं समझेगी, मारने योग्य ही है।” इस पर क्रोध समझ जाता है कि, “अरे वाह, मुझे खुराक दी! भूल है ऐसा नहीं समझता और मारने लायक है ऐसा अभिप्राय दिया है, इसलिए यह मुझे खुराक दे रहा है।” इसे खुराक देना कहते हैं। हम क्रोध को एनकरेज (प्रोत्साहित) करें, उसे अच्छा समझें, तो वह क्रोध को खुराक देना कहा जाएगा। क्रोध के लिए अगर ऐसा समझें कि ‘क्रोध खराब है’ तो उसे खुराक नहीं दी, ऐसा कहा जाएगा। क्रोध की तरफ़दारी की, उसका पक्ष लिया, तो उसे खुराक मिल गयी। खुराक से ही तो वह जी रहा है। लोग तो उसका पक्ष लेते हैं न?

क्रोध-मान-माया-लोभ, किसी को भी हमने रक्षण नहीं दिया है। क्रोध हो जाने पर अगर कोई कहे कि, “यह क्रोध ज्यों कर रहे हो?” तब मैं कह देता हूँ कि, “यह क्रोध बहुत गलत चीज़ है, मेरी निर्बलता के कारण हो गया।” अर्थात् हमने रक्षण नहीं किया। लेकिन लोग रक्षण करते हैं।

ये साधु नसवार सूँघते हों और हम कहें, “साहब, आप नसवार सूँघ रहे हैं?” तब यदि वह कहे, “नसवार में हर्ज नहीं।” तो बढ़ जाएगा।

ये चारों, क्रोध-मान-माया-लोभ हैं, उनमें से एक फर्स्ट मेज़बर पर प्रेम ज़्यादा रहता है, दूसरे पर उससे कम रहता है। इस तरह जिसकी तरफ़दारी ज़्यादा, उसकी प्रियता अधिक।

स्थूल कर्म : सूक्ष्म कर्म

स्थूल कर्म का अर्थ ज़्यादा है, यह समझ लो। तुझे एकदम क्रोध आया, तू क्रोध नहीं करना चाहता फिर भी आ गया, ऐसा होता है या नहीं होता?

प्रश्नकर्ता : होता है।

दादाश्री : वह क्रोध आया तो उसका फल यहीं पर तुरंत मिल जाता है। लोग कहते हैं कि, “जाने दो न उसे, वह तो है ही बहुत क्रोधी।” कोई शायद उसे सामने से थप्पड़ भी मार दे। अर्थात् क्रोध होना यह स्थूल कर्म है। और क्रोध हुआ उसके पीछे आज तेरा भाव ज़्यादा है कि “क्रोध करना ही चाहिए।” तो वह फिर से अगले जन्म के क्रोध का हिसाब है। तेरा आज का भाव है कि क्रोध नहीं करना चाहिए, तेरे मन में निश्चय हो कि क्रोध करना ही नहीं है, फिर भी यदि हो जाए, तो अगले जन्म के लिए तुझे बंधन नहीं रहा। स्थूल कर्म में तुझ से क्रोध हुआ तो तुझे इस जन्म में मार खानी पड़ेगी। फिर भी तुझे अगले जन्म के लिए बंधन नहीं रहेगा, ज्योंकि सूक्ष्म कर्म में तेरा निश्चय है कि क्रोध करना ही नहीं चाहिए। और आज कोई व्यज्जित किसी पर क्रोध नहीं करता, फिर भी मन में कहे

कि, “इन लोगों पर क्रोध करें तभी ये सीधे होंगे, ऐसे हैं।” तो इससे अगले जन्म में वह फिर से क्रोधवाला हो जाएगा! अर्थात् बाहर जो क्रोध होता है, वह स्थूल कर्म है। और उस समय अंदर जो भाव होते हैं, वह सूक्ष्म कर्म है। यदि हम यह समझ लें तो स्थूल कर्म से बिल्कुल भी बंधन नहीं है। इसलिए यह ‘साइन्स’ (विज्ञान) मैंने नई तरह का दिया है। अभी तक ‘स्थूल कर्म से बंधन है’, ऐसा लोगों के दिमाग में भर दिया है और इसी कारण लोग घबराते रहते हैं।

भेदज्ञान से छूटें कषाय

प्रश्नकर्ता : चार कषायों को जीतने के लिए ज़्यादा कोई प्राथमिक भूमिका तैयार करनी ज़रूरी है? यदि ज़रूरी हो तो उसके लिए ज़्यादा करना चाहिए?

दादाश्री : ऐसा है न, यदि क्रोध-मान-माया-लोभ, ये चार चले जाएँ तो बस वह भगवान बन गया!

भगवान ने तो ज़्यादा कहा है कि ‘तेरा क्रोध ऐसा है कि तेरे सगे मामा पर तू क्रोध करता है तो उसका मन तुझ से अलग हो जाता है, सारी ज़िंदगी के लिए अलग हो जाता है, तो तेरा क्रोध गलत है।’ वह क्रोध जो सामनेवाले के मन को साल-दो साल के लिए जुदा कर दे, फिर वापस एक हो जाए, उसे अप्रत्याखानी क्रोध कहा जाता है। जो मन को ब्रेकडाउन कर डाले, उसे अंतिम कक्षा का यूज़लेस क्रोध कहा है, उसे अनंतानुबंधी क्रोध कहा है। और लोभ भी ऐसा, फिर मान, वे सभी ऐसे मज़बूत होते हैं कि उनके जाने के बाद फिर मनुष्य सही राह पर आ जाता है और गुणस्थान प्राप्त करता है, वर्ना गुणस्थान में ही नहीं आता। क्रोध-मान-माया-लोभ, ये चार अनंतानुबंधी कषाय जाएँ तो भी बहुत हो गया।

अब जब ‘जिन’ की बात सुनेंगे, तो ये जाएँगे। ‘जिन’ यानी आत्मज्ञानी। चाहे वह किसी भी धर्म का आत्मज्ञानी हो, चाहे वेदांत के हों, चाहे जैन के, लेकिन आत्मज्ञानी होने चाहिए। उनसे सुने तो श्रावक बनता

है। और श्रावक बन जाए तो उसके अनंतानुबंधी कषाय चले जाते हैं। फिर अपने आप ही क्षयोपक्षम होता रहता है।

अब दूसरा उपाय यह है कि हम उसे भेदज्ञान करवा देते हैं। तब सारे कषाय चले जाते हैं, खत्म हो जाते हैं। यह इस काल का आश्चर्य है। इसीलिए “अक्रम विज्ञान” कहा है न!

जय सच्चिदानंद

शुद्धात्मा के प्रति प्रार्थना

(प्रतिदिन एक बार बोलें)

हे अंतर्यामी परमात्मा ! आप प्रत्येक जीवमात्र में बिराजमान हैं, वैसे ही मुझ में भी बिराजमान हैं। आपका स्वरूप ही मेरा स्वरूप है। मेरा स्वरूप शुद्धात्मा है।

हे शुद्धात्मा भगवान ! मैं आपको अभेद भाव से अत्यंत भक्तिपूर्वक नमस्कार करता हूँ।

अज्ञानतावश मैंने जो जो ★★ दोष किए हैं, उन सभी दोषों को आपके समक्ष जाहिर करता हूँ। उनका हृदयपूर्वक बहुत पश्चाताप करता हूँ और आपसे क्षमा-याचना करता हूँ। हे प्रभु ! मुझे क्षमा कीजिए, क्षमा कीजिए, क्षमा कीजिए और फिर से ऐसे दोष नहीं करूँ, ऐसी आप मुझे शक्ति दीजिए, शक्ति दीजिए, शक्ति दीजिए।

हे शुद्धात्मा भगवान ! आप ऐसी कृपा करें कि मुझे भेदभाव छूट जाएँ और अभेद स्वरूप प्राप्त हो। मैं आप में अभेद स्वरूप से तन्मयाकार रहूँ।

★★ जो जो दोष हुए हों, वे मन में जाहिर करें।

प्रतिक्रमण विधि

प्रत्यक्ष दादा भगवान की साक्षी में, देहधारी (जिसके प्रति दोष हुआ हो, उस व्यक्त का नाम) के मन-वचन-काया के योग, भावकर्म-द्रव्यकर्म-नोकर्म से भिन्न, ऐसे हे शुद्धात्मा भगवान, आपकी साक्षी में, आज दिन तक मुझसे जो जो ★★ दोष हुए हैं, उनके लिए मैं क्षमा माँगता हूँ। हृदयपूर्वक बहुत पश्चाताप करता हूँ। मुझे क्षमा कीजिए और फिर से ऐसे दोष कभी भी नहीं करूँ, ऐसा दृढ़ निश्चय करता हूँ। उसके लिए मुझे परम शक्ति दीजिए।

★★ क्रोध-मान-माया-लोभ, विषय-विकार, कषाय आदि से किसी को भी दुःख पहुँचाया हो, उन दोषों को मन में याद करें।

प्राप्तिस्थान

दादा भगवान परिवार

- अडालज** : त्रिमंदिर, सीमंधर सिटी, अहमदाबाद-कतोल हाईवे,
पोस्ट : अडालज, जि.-गांधीनगर, गुजरात - 382421.
फोन : (079) 39830100, E-mail : info@dadabhagwan.org
- राजकोट** : त्रिमंदिर, अहमदाबाद-राजकोट हाईवे, तरघड़िया चोकड़ी (सर्कल),
पोस्ट : मालियासण, जि.-राजकोट. फोन : 9924343478
- भुज** : त्रिमंदिर, हिल गार्डन के पीछे, एयरपोर्ट रोड. फोन : (02832) 290123
- मोरबी** : त्रिमंदिर, मोरबी-नवलखी हाईवे, पो-जेपुर, ता.-मोरबी,
जि.-राजकोट. फोन : (02822) 297097
- सुरेन्द्रनगर** : त्रिमंदिर, सुरेन्द्रनगर-राजकोट हाईवे, लोकविद्यालय के पास, मुळी रोड.
फोन : 9737048322
- गोधरा** : त्रिमंदिर, भामैया गाँव, एफसीआई गोडाउन के सामने, गोधरा.
(जि.-पंचमहाल). फोन : (02672) 262300
- अहमदाबाद** : दादा दर्शन, ५, ममतापार्क सोसाइटी, नवगुजरात कॉलेज के पीछे,
उस्मानपुरा, अहमदाबाद-380014. फोन : (079) 27540408
- वडोदरा** : दादा मंदिर, १७, मामा की पोल-मुहल्ला, रावपुरा पुलिस स्टेशन के
सामने, सलाटवाड़ा, वडोदरा. फोन : 9924343335

मुंबई	: 9323528901	दिल्ली	: 9810098564
कोलकता	: 9830093230	चेन्नई	: 9380159957
जयपुर	: 9315408285	भोपाल	: 9425024405
इन्दौर	: 9039936173	जबलपुर	: 9425160428
रायपुर	: 9329644433	भिलाई	: 9827481336
पटना	: 7352723132	अमरावती	: 9422915064
बेंगलूर	: 9590979099	हैदराबाद	: 9989877786
पूणे	: 9422660497	जलंधर	: 9814063043

U.S.A.	: +1 877-505-DADA (3232)	Australia	: +61 421127947
U.K.	: +44 330-111-DADA (3232)	New Zealand	: +64 21 0376434
Kenya	: +254 722 722 063	Singapore	: +65 81129229
UAE	: +971 557316937		

Website : www.dadabhagwan.org



क्रोध के बजाय शील का ताप अधिक

ये क्रोध-मान-माया-लोभ, यही सब निर्बलताएँ हैं। जो बलवान है, उसे क्रोध करने की जरूरत ही कहाँ रही? लेकिन ये तो क्रोध का जितना ताप है, उस ताप से सामनेवाले को वश करने जाते हैं लेकिन जिसे क्रोध नहीं है उसके पास कुछ तो होगा ही न? उसका शील नाम का जो चारित्र है, उससे जानवर भी वश में हो जाते हैं। बाघ, सिंह, दुश्मन वगैरह, पूरी सेना वगैरह सभी वश हो जाते हैं !

-दादाश्री



dadabagwan.org

ISBN 978-81-89725-64-8



9 788189 725648

Printed in India

Price ₹ 7