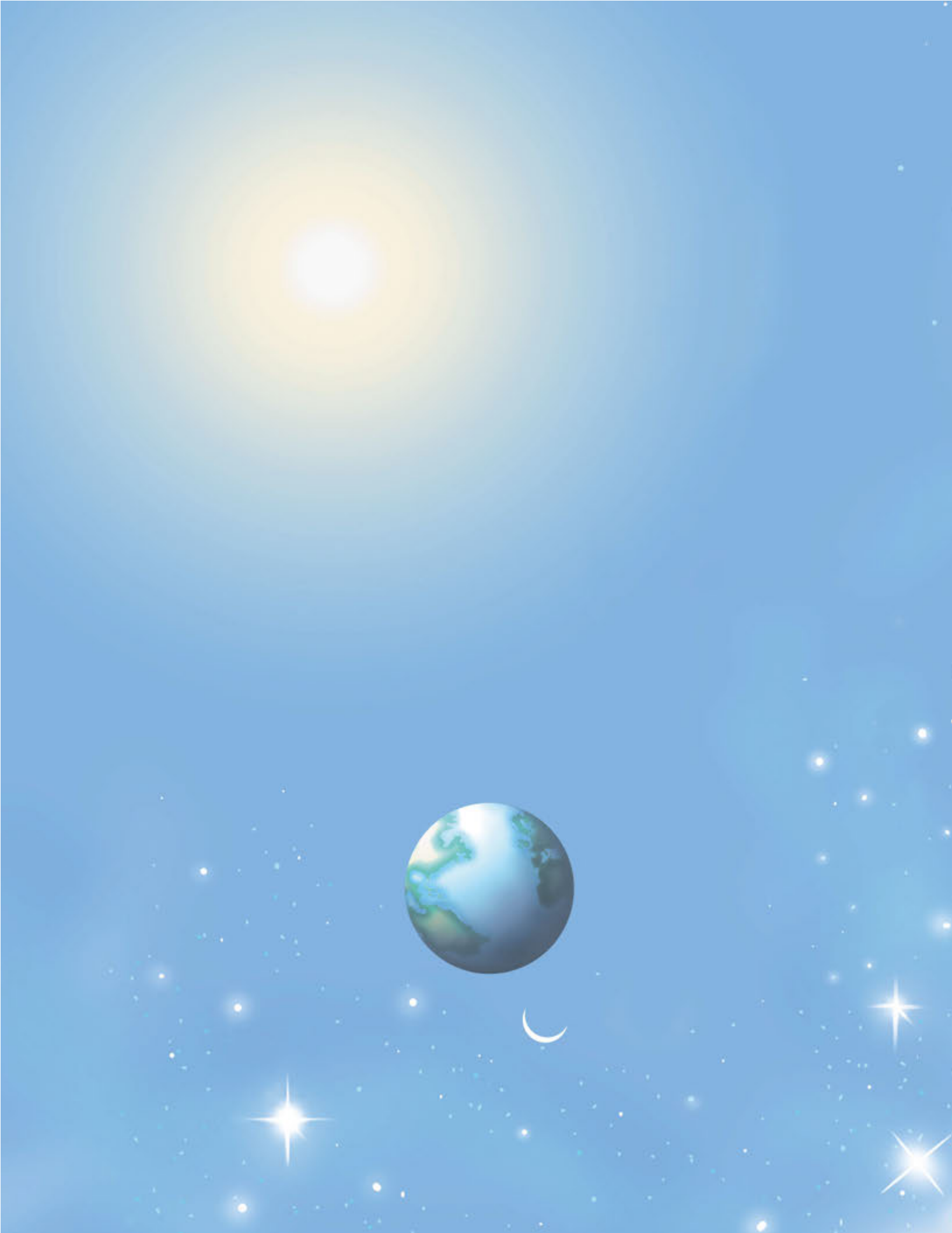
आत्मा का सफ़र

राधास्वामी सत्संग ब्यास



आत्मा का सफ़र

लेखिका तथा चित्रकार
विक्टोरिया जोन्ज़

राधास्वामी सत्संग ब्यास

प्रकाशक:
जे. सी. सेठी, सेक्रेटरी
राधास्वामी सत्संग ब्यास
डेरा बाबा जैमल सिंह
पंजाब 143 204, भारत

For internet orders, please visit:
www.rssb.org

भारत में किताबें ख़रीदने के लिए कृपया नीचे लिखे पते पर लिखें:
राधास्वामी सत्संग ब्यास
बी. ए. वी. डिस्ट्रिब्यूशन सेंटर, 5 गुरु रविदास मार्ग
पूसा रोड, नई दिल्ली 110 005

बच्चों के लिए अन्य पुस्तकें:
एक नूर ते सब जग उपजआ

© 2004 राधास्वामी सत्संग ब्यास
सर्वाधिकार सुरक्षित

पहला संस्करण 2004

मुद्रक: रैपलिका प्रैस प्राईवेट लिमिटेड

Published by:
J. C. Sethi, Secretary
Radha Soami Satsang Beas
Dera Baba Jaimal Singh
Punjab 143 204, India

© 2004 Radha Soami Satsang Beas
All rights reserved

First edition 2004

20 19 18 17 16 15 14 8 7 6

ISBN 978-81-8466-286-3

Printed in India by: Replika Press Pvt. Ltd.

यह पुस्तक
अनादि मित्र एवं प्रिय मुक्तिदाता
संत-सतगुरु को
समर्पित है।

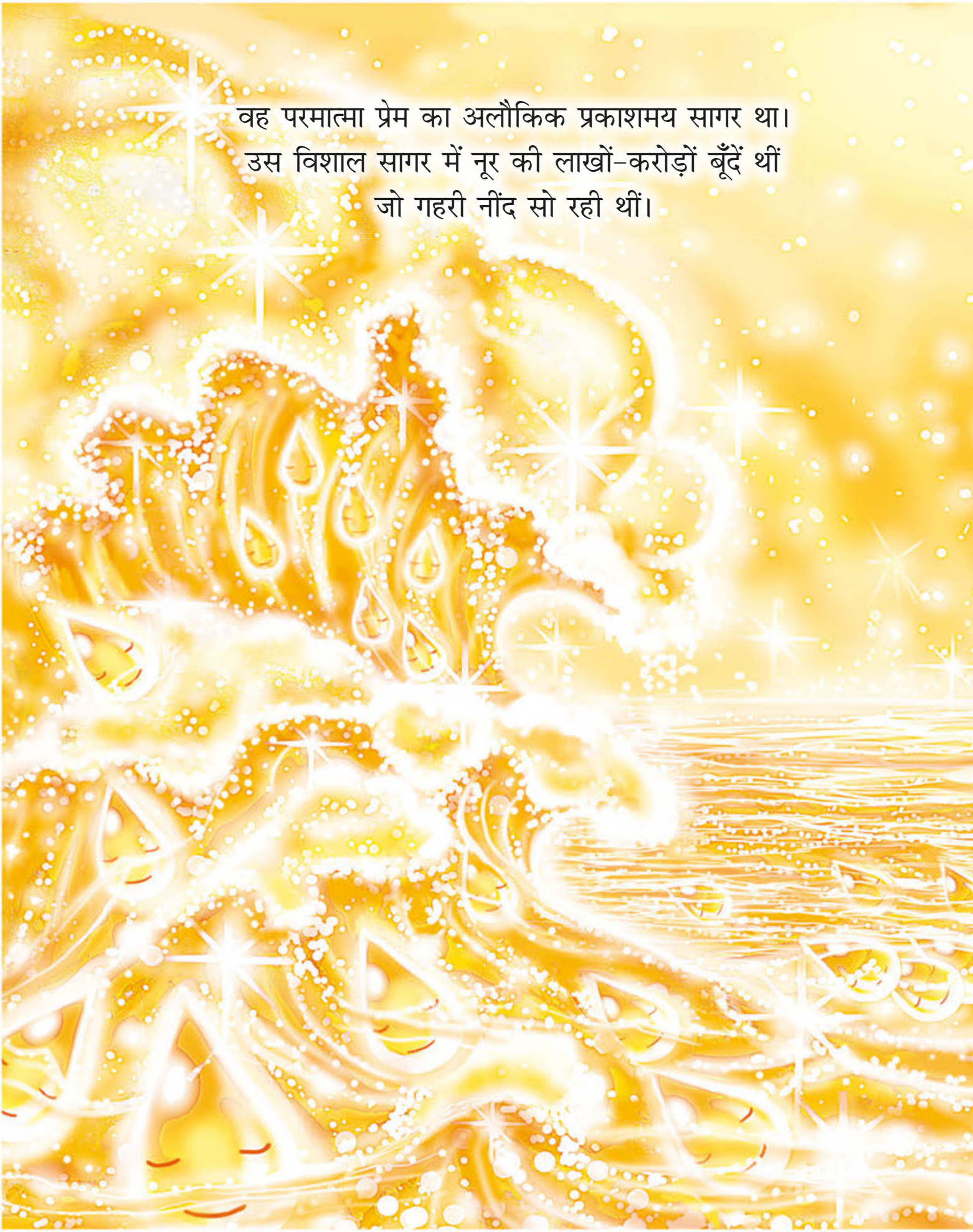
यह पुस्तक
उन सब बच्चों के लिए है
जिनके मन में परमात्मा और उसकी रचना के बारे में
प्रश्न उठते हैं।
यह उस सर्वव्यापी प्रेम की अमर कथा है
जिसका वर्णन विश्व के हर धर्म में मिलता है।

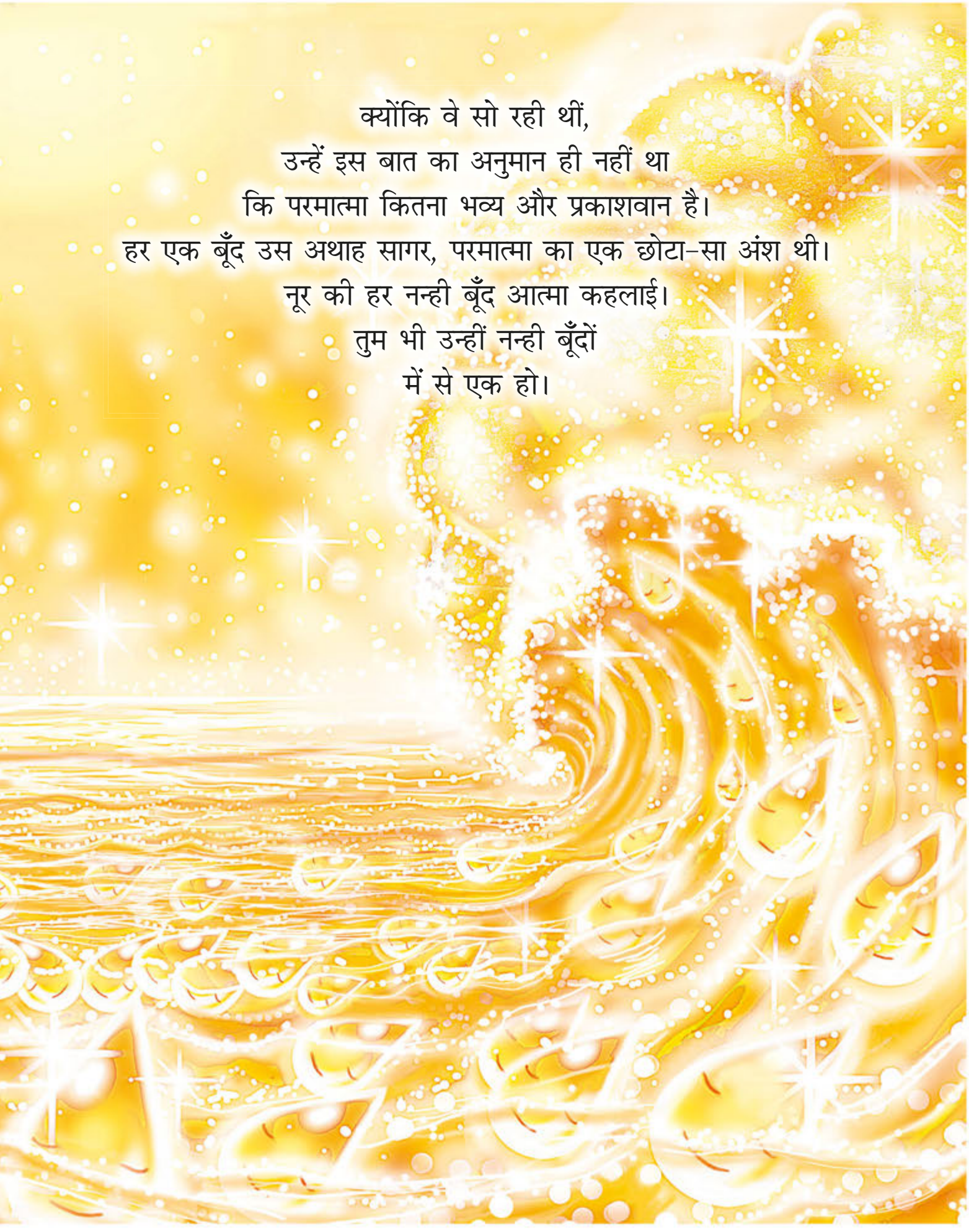
प्रेम का बीज हर बच्चे के हृदय में मौजूद होता है,
और परमात्मा के बारे में जानने की भोली-भाली चाह भी।
परमात्मा करे यह कहानी तुम्हें एक खोज-यात्रा पर ले जाए
और तुम्हें उस अद्‌भुत एवं आनंदमय सत्य का ज्ञान हो।

परमात्मा करे इस पुस्तक से हर जाति और धर्म के
हर बच्चे को प्रेरणा मिले –
हमें बोध हो हमारे मूल स्रोत का
जीवन की लंबी यात्रा का,
और हम सबके निजघर पहुँच सकने की
आश्चर्यजनक संभावना का।

हुत पहले,
बिलकुल शुरू में, समय के आरंभ से भी पहले
केवल परमात्मा था, परमात्मा के सिवाय और कुछ भी नहीं था।
तब न आकाश था, न ग्रह, न ही सूर्य, चाँद और सितारे।

न मनुष्य थे, न पशु, न पक्षी, न पेड़।
कुछ भी नहीं था
सिवाय परमात्मा के।


वह परमात्मा प्रेम का अलौकिक प्रकाशमय सागर था।
उस विशाल सागर में नूर की लाखों-करोड़ों बूँदें थीं
जो गहरी नींद सो रही थीं।



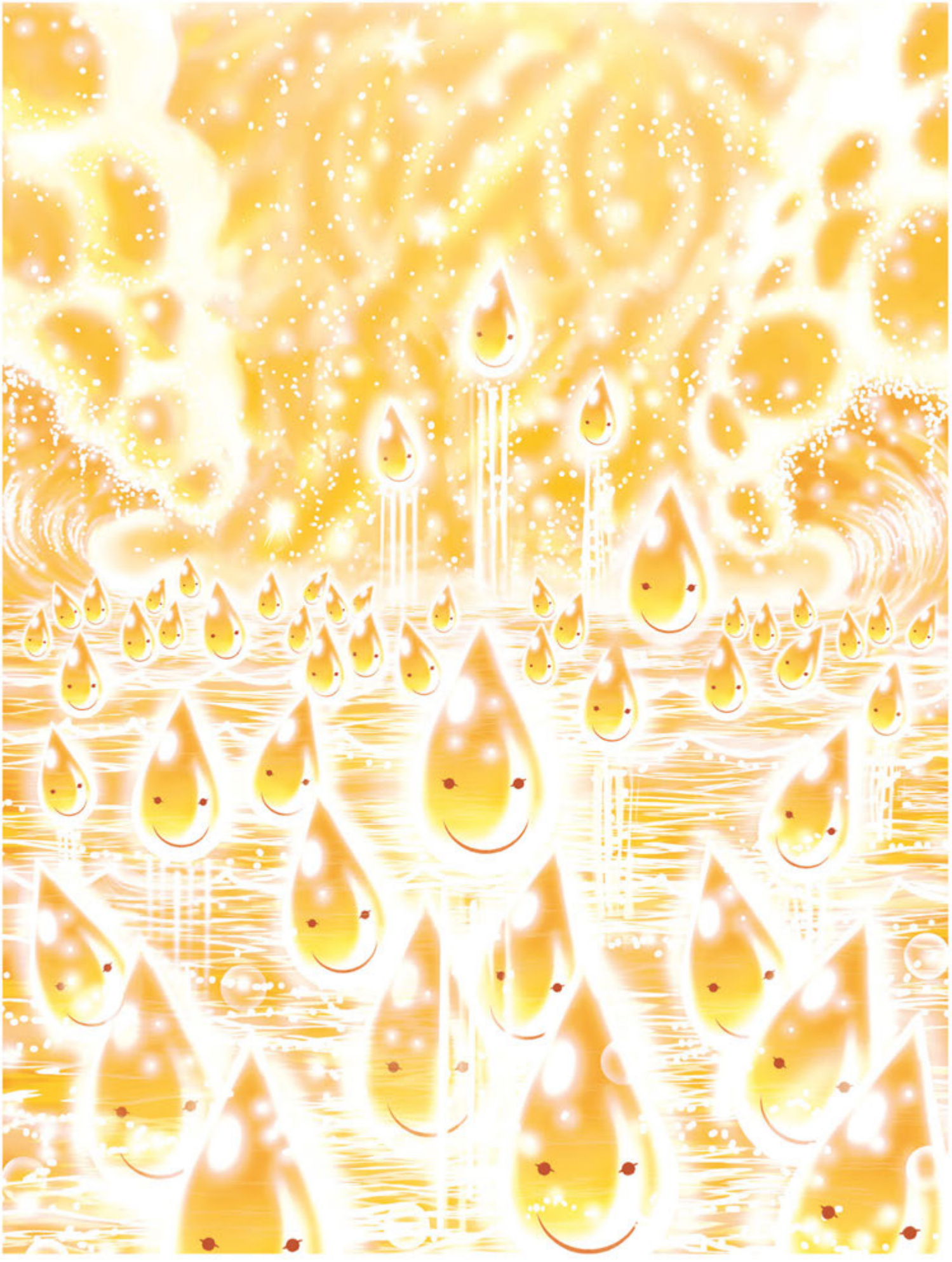
क्योंकि वे सो रही थीं,
उन्हें इस बात का अनुमान ही नहीं था
कि परमात्मा कितना भव्य और प्रकाशवान है।
हर एक बूँद उस अथाह सागर, परमात्मा का एक छोटा-सा अंश थी।
नूर की हर नन्ही बूँद आत्मा कहलाई।
तुम भी उन्हीं नन्ही बूँदों
में से एक हो।

कुछ समय बाद
परमात्मा के अंदर सृष्टि को रचने की मौज उठी।
उसने अपने में से ही शब्द और प्रकाश की एक जगमगाती अद्‌भुत लहर प्रकट की
और उससे संपूर्ण सृष्टि की रचना कर दी।

परमात्मा ने बनाए आकाश, ग्रह, सूर्य, चाँद और सितारे।
बनाए पर्वत, वादियाँ और रेगिस्तान, समुद्र, झीलें, नदियाँ और नाले।
अत्यंत भव्य और सुंदर बनी यह सृष्टि...
परंतु
इसका आनंद लेने के लिए
इसमें कोई प्राणी नहीं था।

इसलिए
परमात्मा ने एक नाटक रचने का फ़ैसला किया।
उसने अपनी आत्माओं को पात्र और
नई रचित सृष्टि को रंगमंच बनाया।
वह स्वयं निर्देशक बना और उसने अपने नाटक का नाम
'जीवन' रख दिया।

लगभग सभी आत्माएँ
उसके नाटक में भाग लेना चाहती थीं। इसलिए परमात्मा ने
उनसे कहा कि तुम प्रकाश के सागर, अपने निजघर को छोड़कर
सृष्टि के रंगमंच पर अभिनय करने के लिए
नीचे जा सकती हो।



लेकिन
उन नन्ही बूँदों में से कुछ ही बूँदें ऐसी थीं
जो इस रचना में आने को बिलकुल तैयार नहीं थीं।
वे अपने स्वामी के साथ निजघर में ही रहना चाहती थीं।
पर परमात्मा ने उनसे कहा कि जाओ और तुम भी
मेरे नाटक के पात्र बनने का आनंद लो।

तब परमात्मा ने हर उस आत्मा पर
मोहर लगा दी, जो उसके साथ ही रहना चाहती थी और
उनसे वादा किया कि एक दिन वह उन्हें
वापस अपने पास उनके असली घर बुला लेगा।

बाक़ी आत्माओं से भी परमात्मा ने कहा कि अगर
वे भी कभी घर लौटना चाहें तो वह उन पर भी
मोहर लगा देगा और अपनी अपार दया-मेहर से
एक दिन निजघर वापस पहुँचने में
उनकी भी सहायता करेगा।

और वही हुआ!
परमात्मा की इच्छानुसार सभी नन्ही बूँदों ने
अपना असली घर छोड़ दिया।
अनेक शानदार और अद्‌भुत मंडलों में से होती हुईं अंत में
वे इस संसार के रंगमंच पर उतरीं,
जहाँ आज हम रह रहे हैं।
नाटक अब शुरू होने ही वाला था।

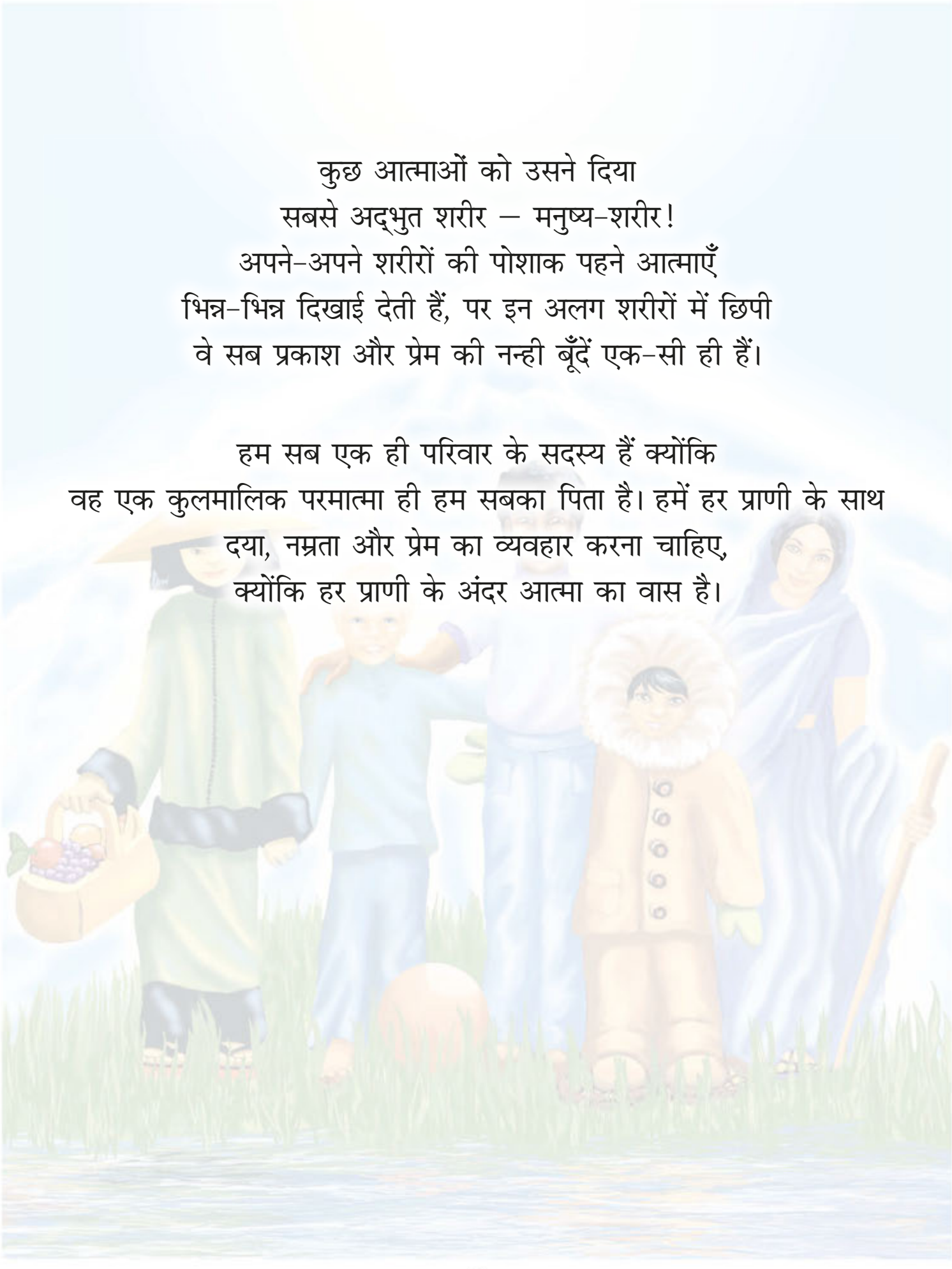
परमात्मा ने हर आत्मा को एक पोशाक पहना दी
ताकि प्रकाश की हर नन्ही बूँद
उसके नाटक 'जीवन' में अपनी भूमिका निभाने के लिए
तैयार हो जाए।

आत्मा की इस पोशाक को 'शरीर' कहते हैं।
धरती पर हर आत्मा ने शरीररूपी पोशाक पहनी हुई है।
जितने समय के लिए आत्मा कोई शरीर धारण करती है
और 'जीवन' के नाटक में निर्धारित भूमिका निभाती है,
उसे 'एक जन्म' कहा जाता है।

कुछ आत्माओं को पेड़-पौधों के शरीर दिए गए,
कुछ को कीड़े-मकोड़ों, साँप-बिच्छुओं आदि के।
कुछ आत्माओं को परमात्मा ने
मछलियों और पक्षियों के शरीर दिए
तो कुछ को पशुओं के।

कुछ आत्माओं को उसने दिया
सबसे अद्‌भुत शरीर – मनुष्य-शरीर!
अपने-अपने शरीरों की पोशाक पहने आत्माएँ
भिन्न-भिन्न दिखाई देती हैं, पर इन अलग शरीरों में छिपी
वे सब प्रकाश और प्रेम की नन्ही बूँदें एक-सी ही हैं।

हम सब एक ही परिवार के सदस्य हैं क्योंकि
वह एक कुलमालिक परमात्मा ही हम सबका पिता है। हमें हर प्राणी के साथ
दया, नम्रता और प्रेम का व्यवहार करना चाहिए,
क्योंकि हर प्राणी के अंदर आत्मा का वास है।



संसार में
जितने भी जीव हमें दिखाई देते हैं,
उन्हें पाँच श्रेणियों में बाँटा जा सकता है।
अगर उन्हें एक सीढ़ी पर देखें तो वे इस प्रकार दिखाई देंगे:

हम मनुष्य सीढ़ी के सबसे ऊपरी डंडे पर हैं, क्योंकि हम समझ सकते हैं
कि हम आत्माएँ हैं, प्रकाश के महासागर की बूँदें हैं,
केवल नाटक के पात्र नहीं।
सीढ़ी पर मनुष्य के सबसे ऊपर होने का एक और भी
अद्‌भुत रहस्य है जिसका पता तुम्हें जल्दी ही चल जाएगा...

पशु सीढ़ी के चौथे डंडे पर हैं। वे मनुष्यों से नीचे हैं
क्योंकि वे यह नहीं समझ सकते कि वे आत्माएँ हैं।

पक्षी तीसरे डंडे पर हैं। वे उड़ तो सकते हैं
पर उनमें बुद्धि पशुओं से कम है।

मछलियाँ, साँप-बिच्छू, कीड़े-मकोड़े आदि
दूसरे डंडे पर हैं। उनमें पक्षियों से भी कम बुद्धि है।

पेड़-पौधे सबसे नीचे हैं, वे सबसे निचले दर्जे के जीव हैं।
वे न तो सोच सकते हैं, न ही अपनी जगह से हिल सकते हैं।

5
4
3
2
1

यह आत्मा ही है
जो शरीर को जीवित रखती है – इसे भागने-दौड़ने,
उछलने-कूदने, तैरने और उड़ने के योग्य बनाती है! जब नाटक में
आत्मा की भूमिका समाप्त हो जाती है तो वह शरीर की पोशाक
उतार देती है। तब शरीर की मृत्यु हो जाती है, वह निर्जीव हो जाता है;
न साँस ले सकता है, न हिल-डुल सकता है।

पर आत्मा कभी नहीं मरती!
तुम्हारी आत्मा परमात्मा के नूर की एक बूँद है।
इसलिए वास्तव में तुम सदा जीवित रहते हो।

क्या तुम जानते हो कि
जब आत्मा शरीर की पोशाक उतार देती है,
तब वह कहाँ जाती है? वह नए शरीर में
एक नई ज़िंदगी शुरू करती है! उसे सृष्टि के रंगमंच पर
एक अन्य भूमिका दे दी जाती है और एक नई पोशाक पहना दी जाती है!
इसी को 'जन्म' कहते हैं।

आत्मा किसी भी प्राणी के रूप में
जन्म ले सकती है। हो सकता है कि एक जन्म में
तुम सेब के वृक्ष की भूमिका निभाओ और किसी दूसरे जन्म में
बाघ या मछली की पोशाक पहनो। यह भी हो सकता है
कि तुम एक हिंदुस्तानी लड़के या
एक अमेरिकन लड़की की भूमिका निभाओ।

परमात्मा यह देखकर प्रसन्न होता है कि हर आत्मा 'जीवन' के नाटक में
उसकी दी हुई भूमिका को ख़ुशी-ख़ुशी स्वीकार करती है।

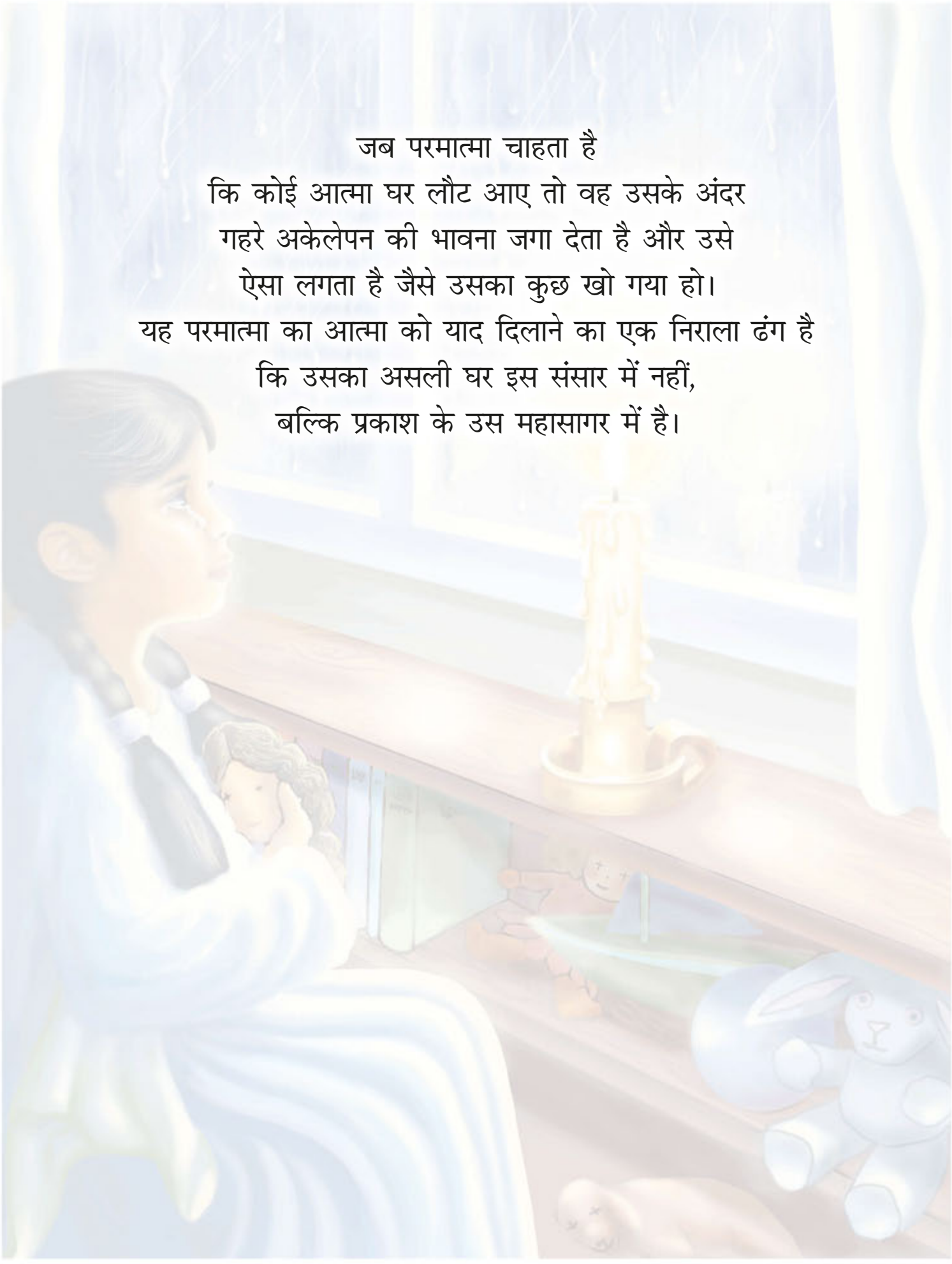
'जीवन' का नाटक
एक विशाल चक्र जैसा है।
अभिनय कर रही आत्माएँ इस चक्र में घूमती रहती हैं –
एक शरीर से दूसरे शरीर में चली जाती हैं, एक पोशाक उतारकर दूसरी पहन लेती हैं।
इस तरह वे अपने लाखों-करोड़ों जन्मों में
अलग-अलग भूमिकाएँ निभाती हैं।

परमात्मा ने अपना नाटक इस ढंग से रचा है कि यह
एकदम सच्चा लगता है। इसलिए उसकी आत्माएँ यह बिलकुल भूल जाती हैं कि वे
केवल अभिनय कर रही हैं। कभी-कभी 'जीवन' में
जो घट चुका है या घटनेवाला है, उसके बारे में उन्हें चिंता होती है।
पर जो होता है, उसके बारे में परमात्मा चिंता नहीं करता
क्योंकि वह निर्देशक है और जानता है कि 'जीवन' केवल एक नाटक है।

परमात्मा अपनी आत्माओं को सुंदर ढंग से नाटक खेलते देख
ख़ुश होता है। इसलिए उसके खेल का आनंद लो!
उसके नाटक में जो कुछ भी तुम्हारे साथ हो रहा है, उसमें ख़ुश रहो
और शुक्रगुज़ार रहो।

जब कभी कोई दु:खद या मुश्किल परिस्थिति आ जाए
तो याद रखो कि तुम केवल एक भूमिका निभा रहे हो।
वास्तव में तुम आत्मा हो, परमात्मा के ही प्रकाश की
चमकती हुई एक बूँद। इसलिए उसका प्रेम, उसकी शक्ति और उसका गौरव
सब कुछ तुम्हारे अंदर है!

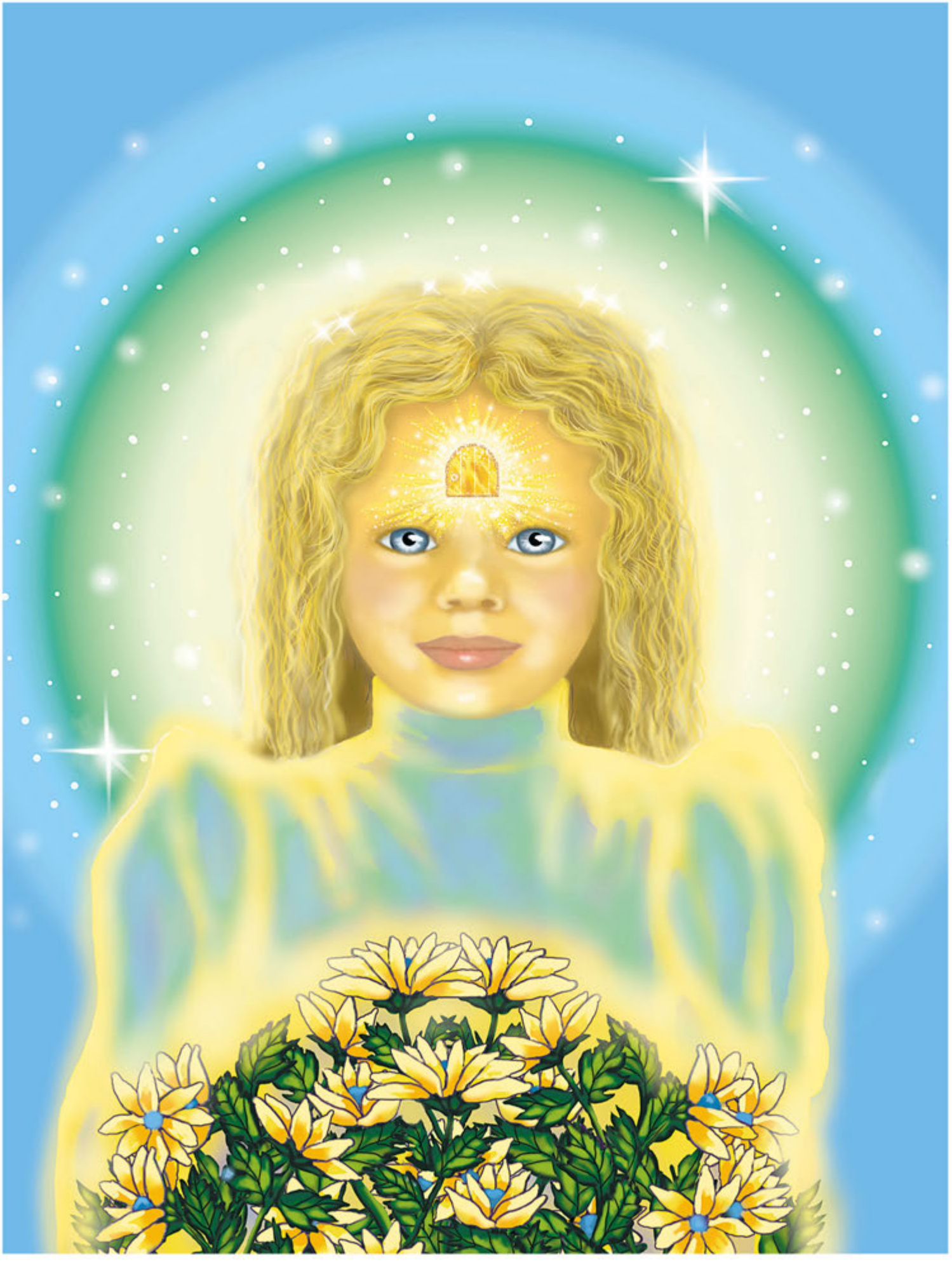
परमात्मा से बातें करो।
उसका प्रकाश अपने अंदर महसूस करो।
ऐसा महसूस करो कि वह तुमसे प्रेम करता है और तुम्हें
नाटक में अपनी भूमिका भली-भाँति और साहसपूर्वक निभाने के लिए
आवश्यक शक्ति दे रहा है।
इसी को परमात्मा पर विश्वास करना कहते हैं।
यदि तुम उसे सदा याद रखोगे और उस पर विश्वास करोगे
तो अपने आप में ख़ुश रहोगे,
चाहे 'जीवन' के नाटक में कुछ भी होता रहे।



जब परमात्मा चाहता है
कि कोई आत्मा घर लौट आए तो वह उसके अंदर
गहरे अकेलेपन की भावना जगा देता है और उसे
ऐसा लगता है जैसे उसका कुछ खो गया हो।
यह परमात्मा का आत्मा को याद दिलाने का एक निराला ढंग है
कि उसका असली घर इस संसार में नहीं,
बल्कि प्रकाश के उस महासागर में है।

मनुष्य-शरीर को
इतना महत्त्वपूर्ण इसलिए माना जाता है
क्योंकि केवल इसी शरीर में
आत्मा, परमात्मा के नाटक को सदा के लिए छोड़कर
फिर अपने घर लौट सकती है।

परमात्मा ने हर मनुष्य के अंदर एक अदृश्य और गुप्त द्वार रखा है!
यह द्वार एक गुप्त मार्ग की ओर खुलता है जिस पर चलकर आत्मा
अनेक आश्चर्यजनक मंडलों में से होती हुई
प्रकाश के सागर परमात्मा तक पहुँच सकती है।



और ठीक वैसे ही
जैसे परमात्मा ने शुरू में वादा किया था,
परमात्मा, दया और प्रेम से परिपूर्ण, अपनी ही परम शक्ति को नीचे संसार में भेजता है
ताकि वह मोहर लगी आत्माओं को ढूँढ़कर
उनको निजघर वापस ले आए।

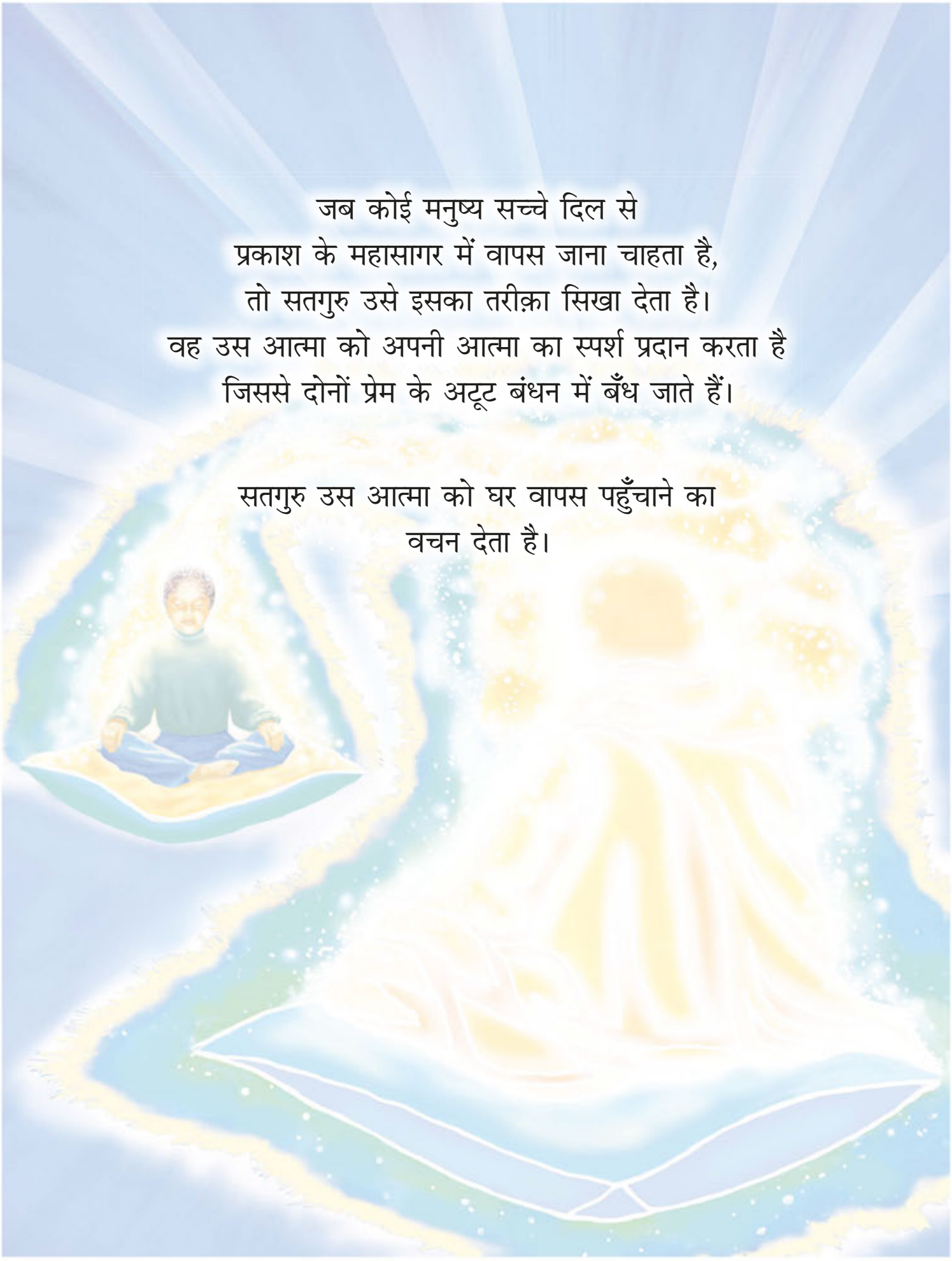
इस परम शक्ति को 'सतगुरु' कहते हैं।
सतगुरु ने हमारे-तुम्हारे जैसा ही मनुष्य-शरीर
धारण किया होता है।

पर सतगुरु वास्तव में
प्रकाश के सागर परमात्मा की एक अद्‌भुत लहर है।
वह 'जीवन' के नाटक में से मोहर लगी आत्माओं को चुनकर
घर वापस ले जाने के लिए ही संसार में आता है।
ये आत्माएँ सतगुरु की ओर इस तरह खिंची चली आती हैं
जैसे मधुमक्खियाँ शहद की ओर।

सतगुरु हमें हमारे असली घर के बारे में सब कुछ बताता है
और हमारे अंदर परमात्मा का प्यार भर देता है।

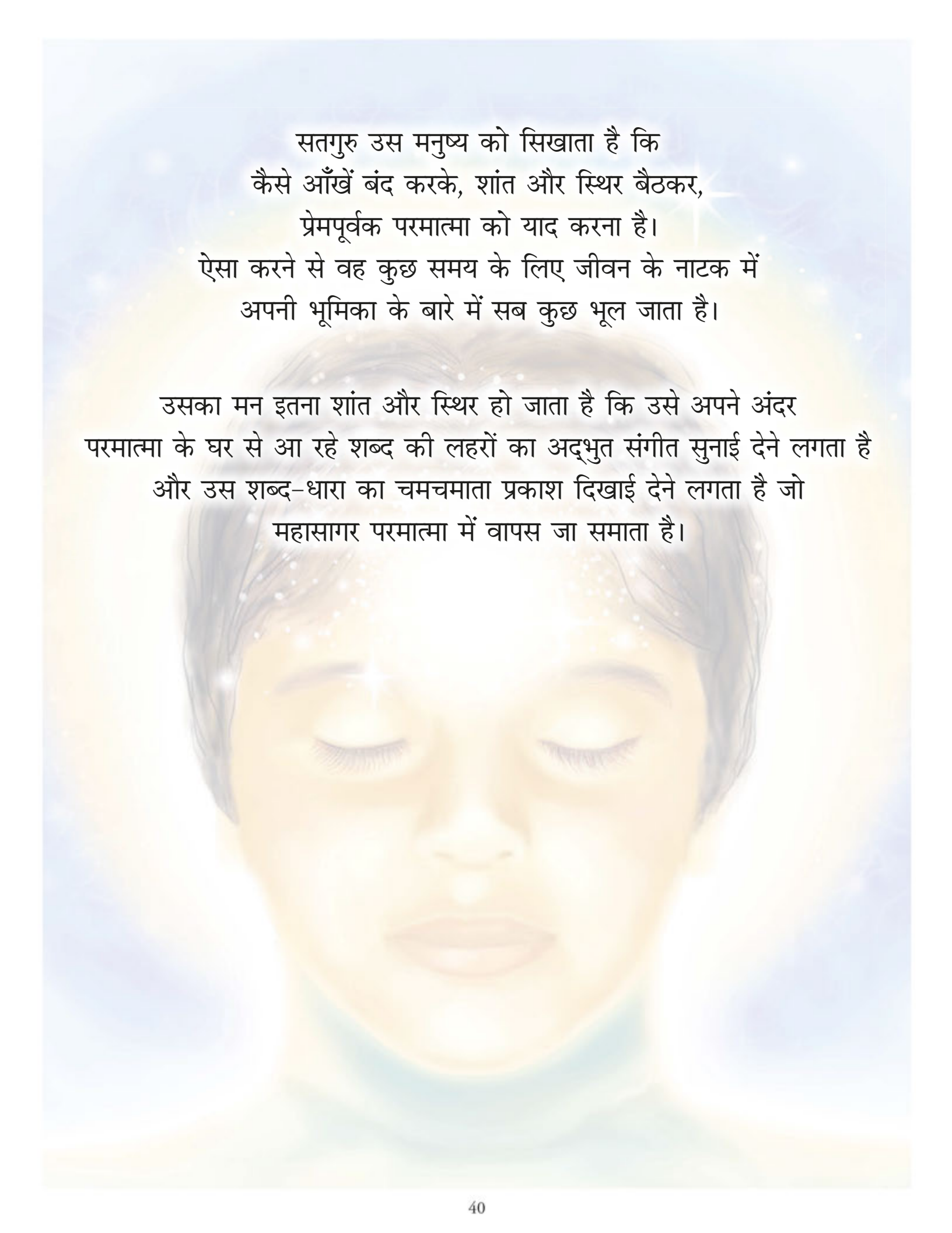
जब कोई मनुष्य सच्चे दिल से
प्रकाश के महासागर में वापस जाना चाहता है,
तो सतगुरु उसे इसका तरीक़ा सिखा देता है।
वह उस आत्मा को अपनी आत्मा का स्पर्श प्रदान करता है
जिससे दोनों प्रेम के अटूट बंधन में बँध जाते हैं।

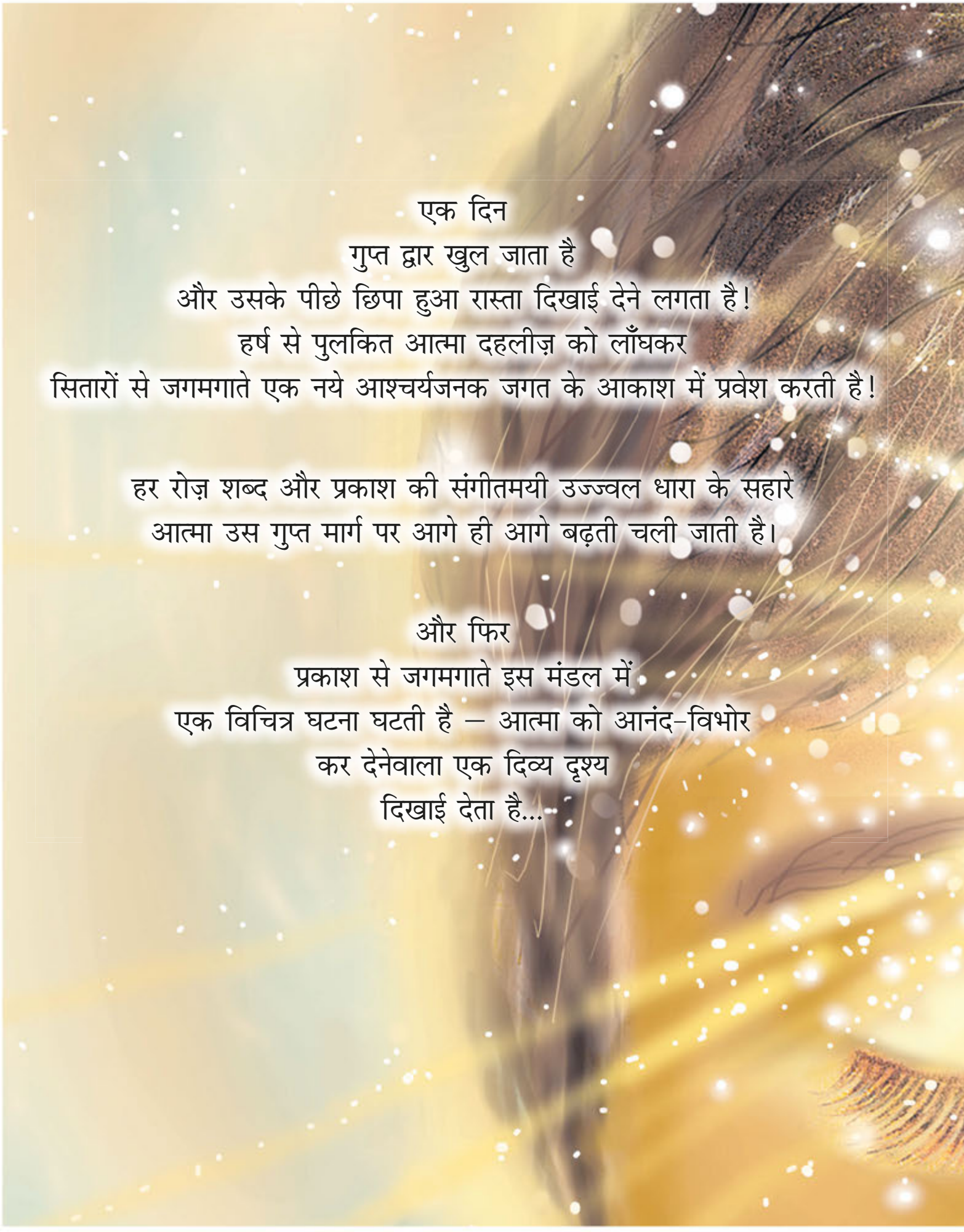
सतगुरु उस आत्मा को घर वापस पहुँचाने का
वचन देता है।



सतगुरु उस मनुष्य को सिखाता है कि
कैसे आँखें बंद करके, शांत और स्थिर बैठकर,
प्रेमपूर्वक परमात्मा को याद करना है।
ऐसा करने से वह कुछ समय के लिए जीवन के नाटक में
अपनी भूमिका के बारे में सब कुछ भूल जाता है।

उसका मन इतना शांत और स्थिर हो जाता है कि उसे अपने अंदर
परमात्मा के घर से आ रहे शब्द की लहरों का अद्‌भुत संगीत सुनाई देने लगता है
और उस शब्द-धारा का चमचमाता प्रकाश दिखाई देने लगता है जो
महासागर परमात्मा में वापस जा समाता है।

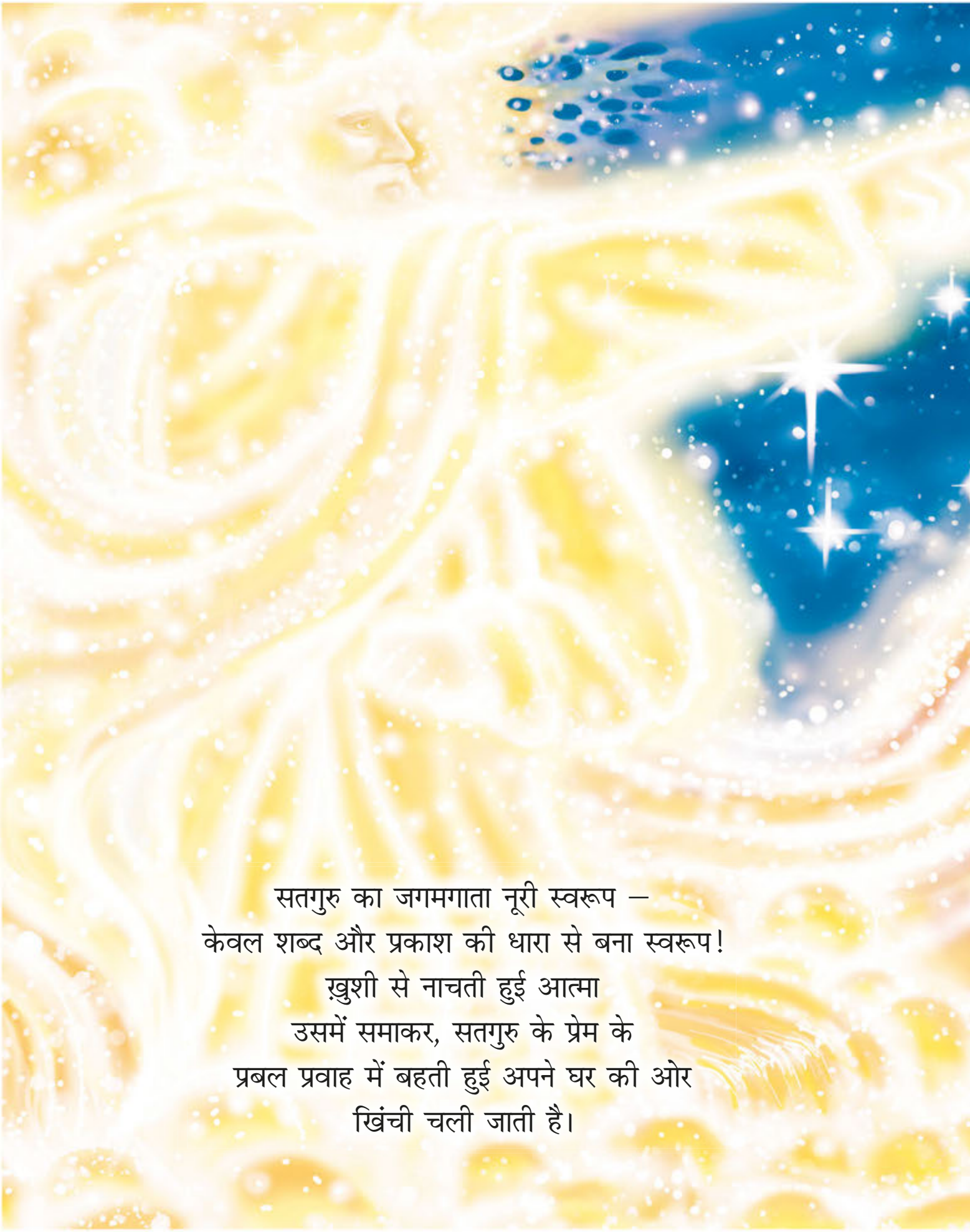




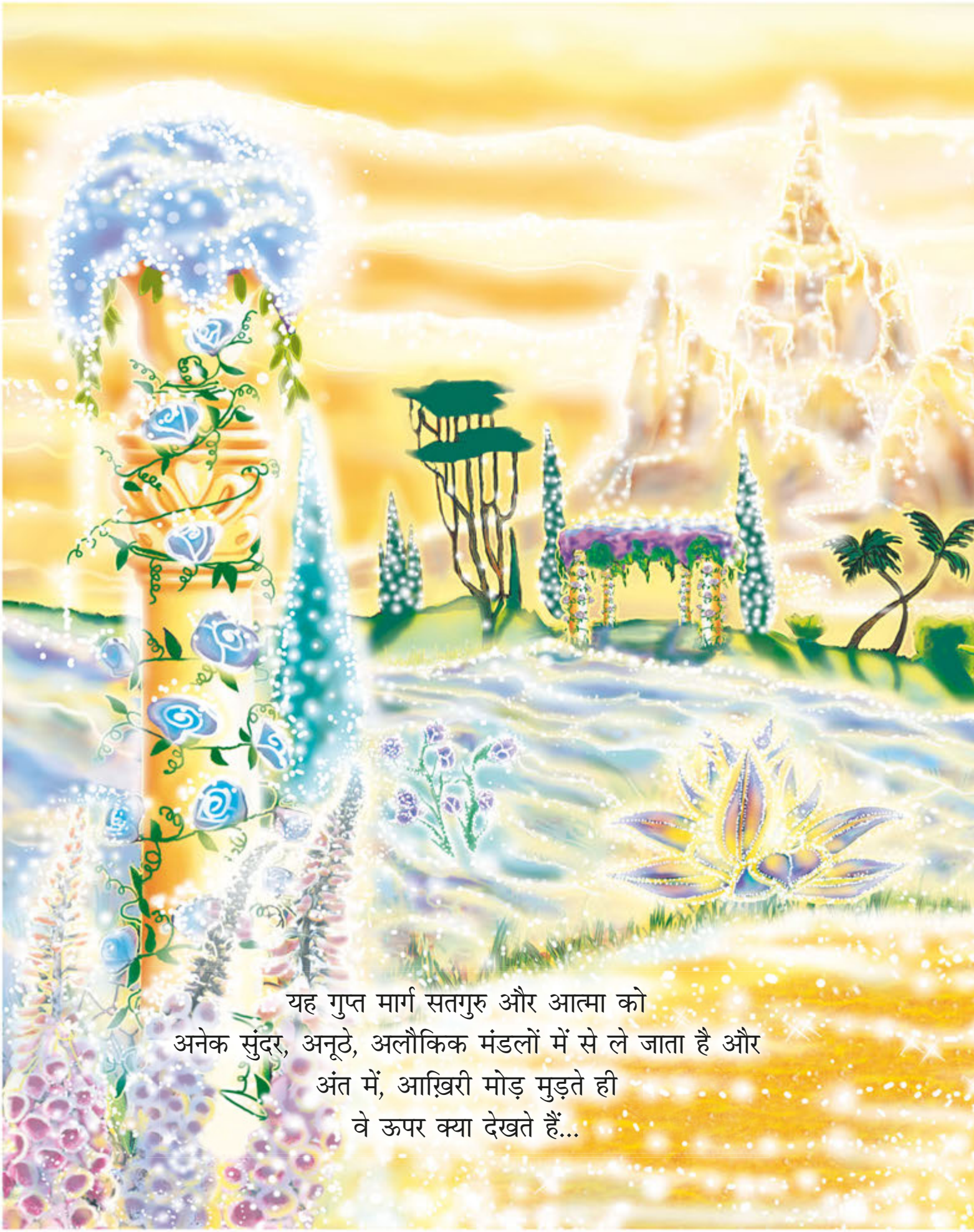
एक दिन
गुप्त द्वार खुल जाता है
और उसके पीछे छिपा हुआ रास्ता दिखाई देने लगता है!
हर्ष से पुलकित आत्मा दहलीज़ को लाँघकर
सितारों से जगमगाते एक नये आश्चर्यजनक जगत के आकाश में प्रवेश करती है!

हर रोज़ शब्द और प्रकाश की संगीतमयी उज्ज्वल धारा के सहारे
आत्मा उस गुप्त मार्ग पर आगे ही आगे बढ़ती चली जाती है।

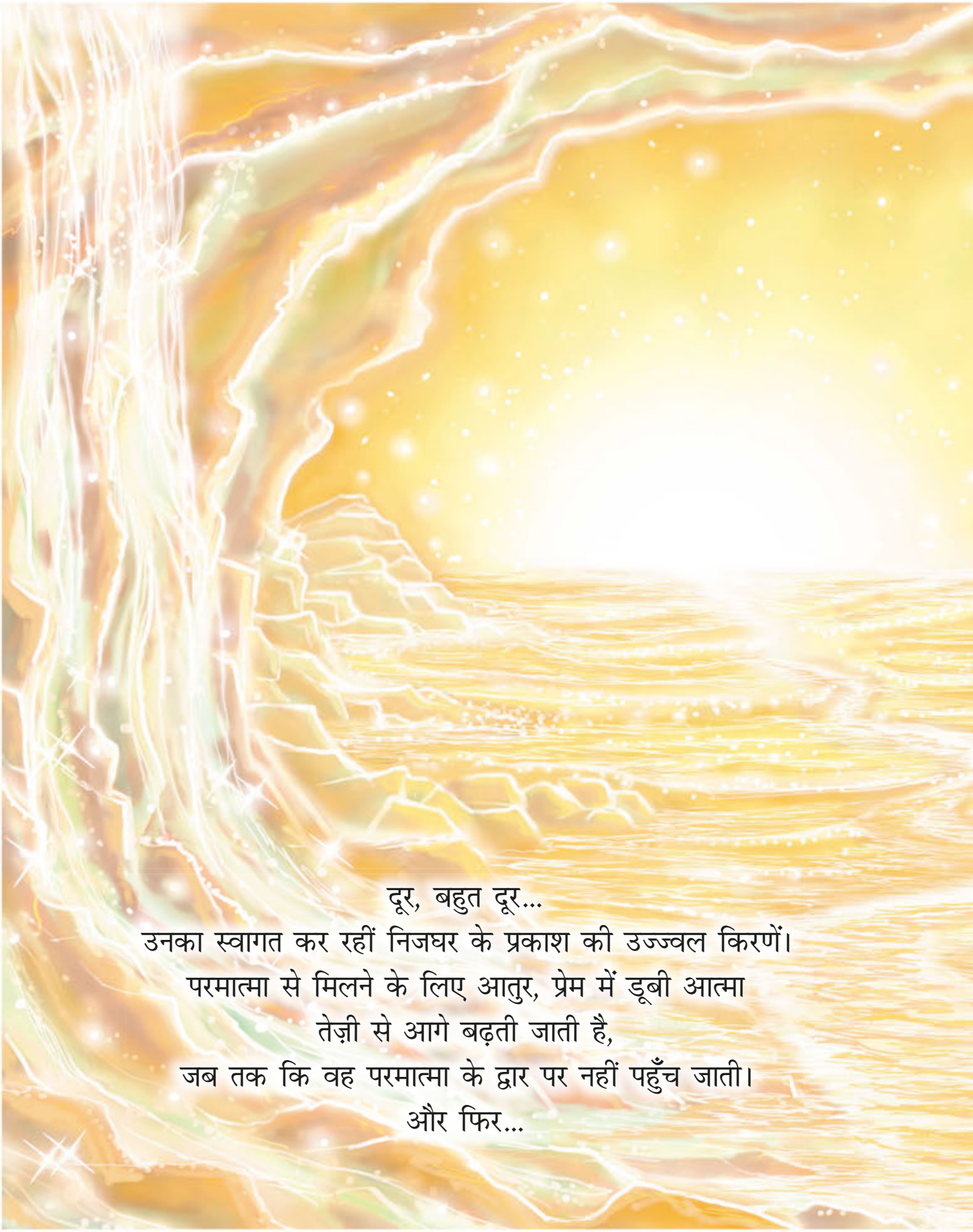
और फिर
प्रकाश से जगमगाते इस मंडल में
एक विचित्र घटना घटती है – आत्मा को आनंद-विभोर
कर देनेवाला एक दिव्य दृश्य
दिखाई देता है...



सतगुरु का जगमगाता नूरी स्वरूप –
केवल शब्द और प्रकाश की धारा से बना स्वरूप!
ख़ुशी से नाचती हुई आत्मा
उसमें समाकर, सतगुरु के प्रेम के
प्रबल प्रवाह में बहती हुई अपने घर की ओर
खिंची चली जाती है।

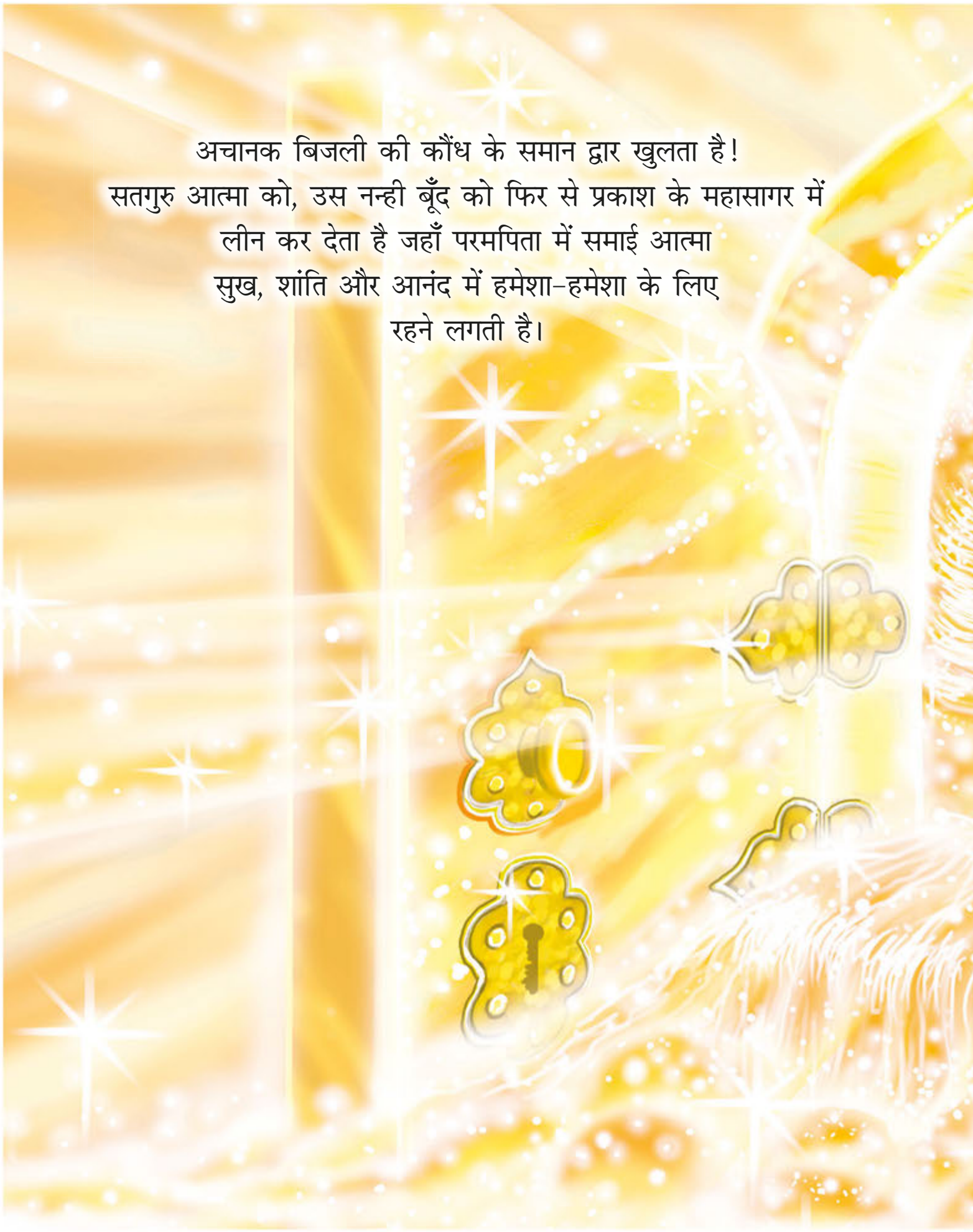


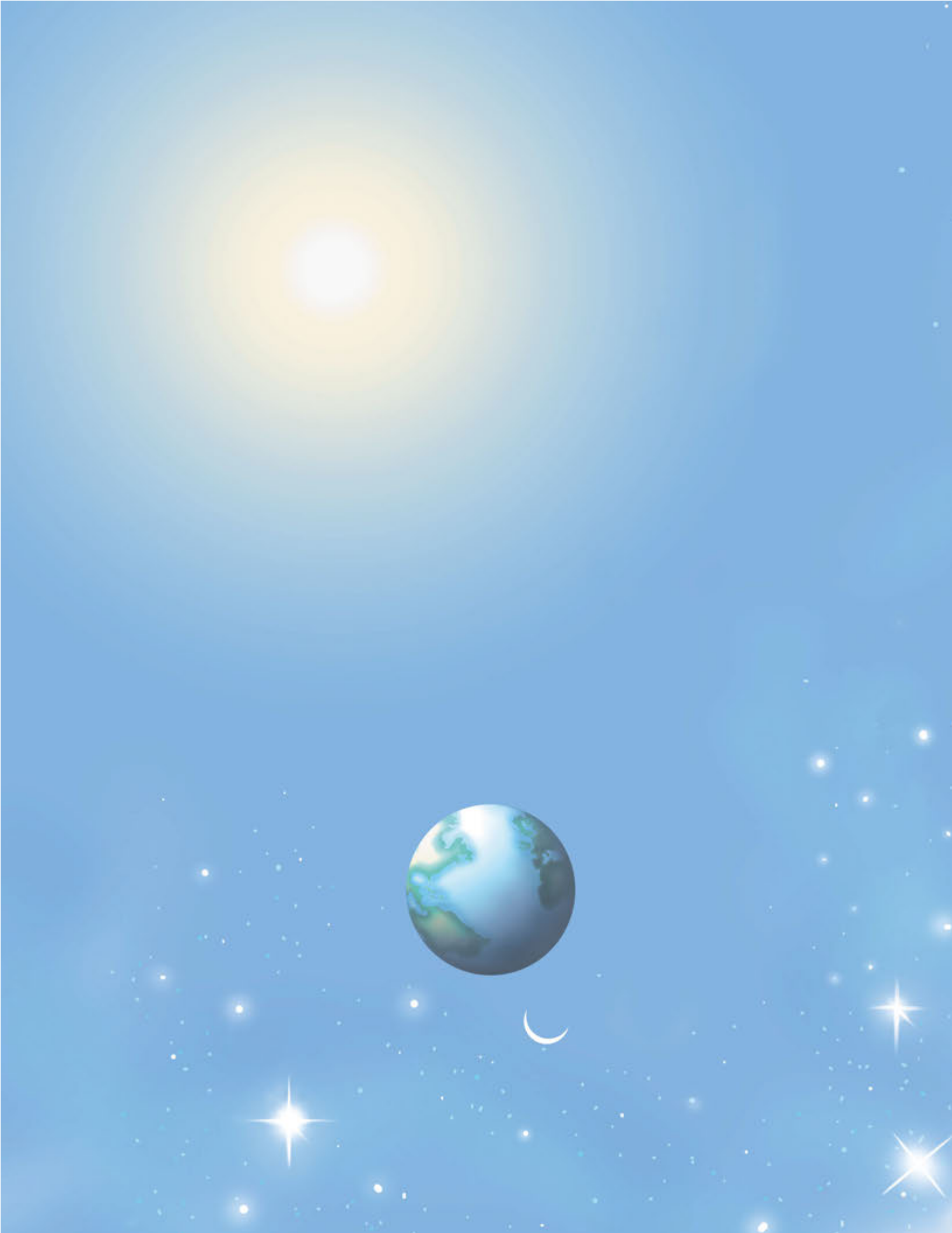
यह गुप्त मार्ग सतगुरु और आत्मा को
अनेक सुंदर, अनूठे, अलौकिक मंडलों में से ले जाता है और
अंत में, आख़िरी मोड़ मुड़ते ही
वे ऊपर क्या देखते हैं...



दूर, बहुत दूर...
उनका स्वागत कर रहीं निजघर के प्रकाश की उज्ज्वल किरणें।
परमात्मा से मिलने के लिए आतुर, प्रेम में डूबी आत्मा
तेज़ी से आगे बढ़ती जाती है,
जब तक कि वह परमात्मा के द्वार पर नहीं पहुँच जाती।
और फिर...

अचानक बिजली की कौंध के समान द्वार खुलता है!
सतगुरु आत्मा को, उस नन्ही बूँद को फिर से प्रकाश के महासागर में
लीन कर देता है जहाँ परमपिता में समाई आत्मा
सुख, शांति और आनंद में हमेशा-हमेशा के लिए
रहने लगती है।





Atma Ka Safar
(Hindi)

ISBN 978-81-8466-286-3