

अर्न्तमुखता

अर्न्तमुखता दिव्य गुणों की खान है। इस गुण की धारणा पर यदि ध्यान दिया जाये तो और गुण इसके साथ ही साथ आ जाते हैं। मुख ही सारे शरीर में मुख्य है। देखना, बोलना, सुनना, खाना आदि इंद्रिया तथा सोचने का साधन मस्तिष्क में ही है। इन्ही द्वारा मनुष्य श्रेष्ठ कर्म करके सुख का भाग्य प्राप्त करता है। मुख माना ध्यान अन्तःकरण में जो आत्मा है उसका ध्यान। कभी-कभी मनुष्य बहुत वाचा में आने के कारण बाह्यमुखता में आ जाता है। इससे उसकी एकरस अवस्था, शान्त अवस्था टूट जाती है। प्रायः अपने आप से असन्तुष्ट रहता है क्योंकि इधर-उधर की बातों में अपने मन की शान्ति को गवां देता है। इससे मन एकाग्र नहीं हो पाता है। मन में खालीपन एवं उदासी रहती है।

सहनशील व्यक्ति सदैव अर्न्तमुखी रहते हैं ज्यादा बातचीत में अपना समय बर्बाद नहीं करते हैं। मुख से बोल बहुत ही कम एवं धीमें स्वर में होते हैं समझदारी इसमें है कि हम चुप रहे आवश्यकता के समय ही बोले कहावत है कि एक चुप सौ चुप। अर्न्तमुखता का महत्व है मन को आत्मा में लगाना। अर्न्तमुखी सदैव अपने आत्म चिंतन में व्यस्त रहता है। इधर उधर की बातों में कम ध्यान देता है। इससे उसे सहनशीलता तथा शान्ति का अनोखा आनन्द अनुभव होता है अर्न्तमुखी होकर रहने से समस्त विखरी हुई शक्तियां एकट्ठी हो जाती हैं इसे अपने आप में आत्म बल अनुभव करते हैं।

अर्न्तमुखी व्यक्तियों को कही बाहर से खुशी या सहनशक्ति मांगने की आवश्यकता नहीं पड़ती है। उनका मन सदैव एकाग्र एवं प्रसन्न रहता है। सम्पूर्ण मानसिक शक्तियां एकट्ठी होने के कारण अपने अन्दर सामर्थ्य महसूस करता है। यदि अपना समय आत्मचिंतन में लगाये तो सदा के लिए परम आनन्द की प्राप्ति कर सकते हैं। अर्न्तमुखी सदा सुखी।

- ब्रह्माकुमारीज् वार्ता फिचर्स

www.bkvarta.com