

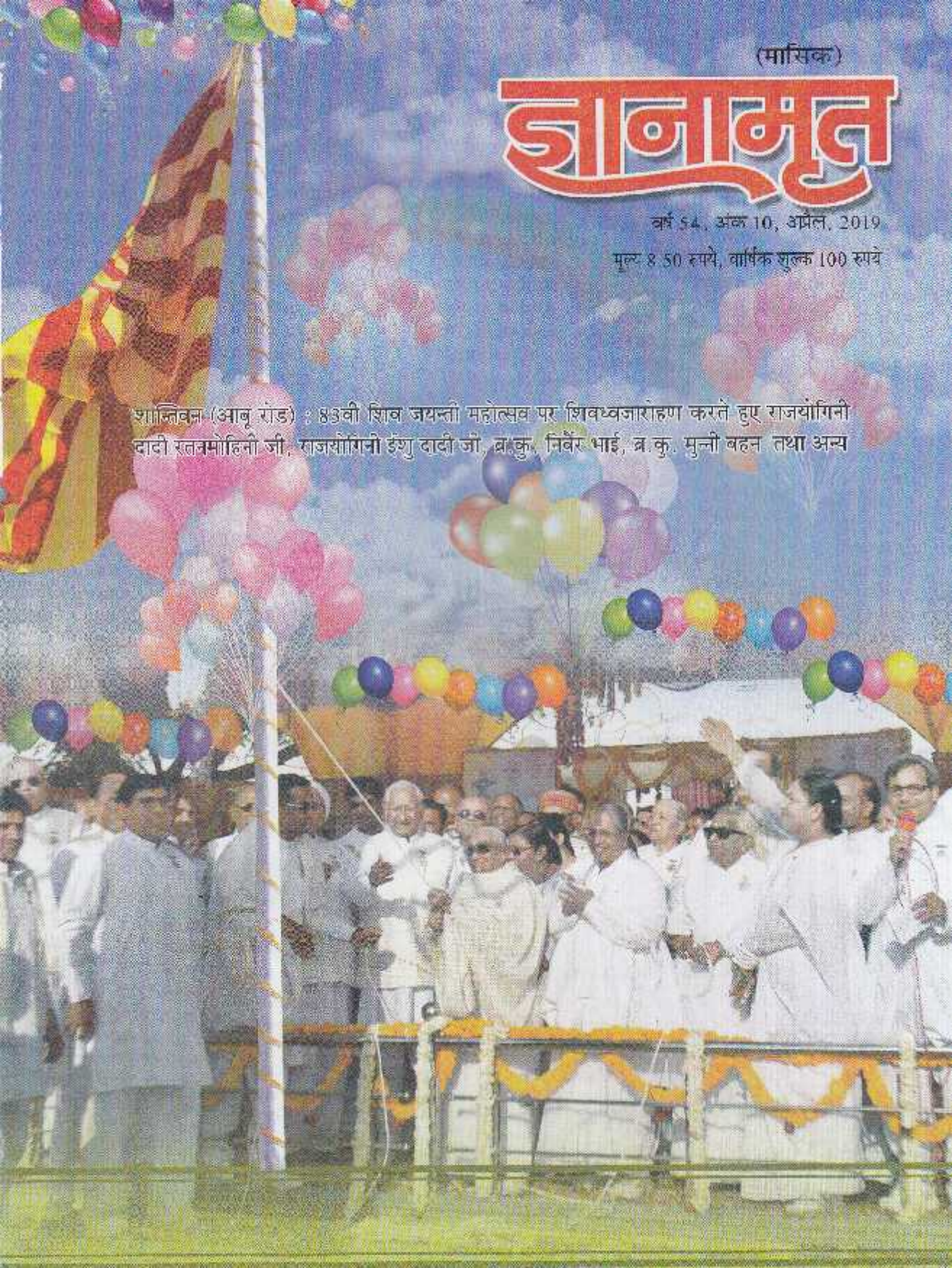
(मासिक)

ज्ञानामृत

वर्ष 54, अंक 10, अप्रैल, 2019

मूल्य 8.50 रुपये, वार्षिक शुल्क 100 रुपये

शान्तिवन (आनू रोड) : 83वीं शिव जयन्ती महोत्सव पर शिवध्वजारोहण करते हुए राजयोगिनी दादी रत्नमोहिनी जी, राजयोगिनी ईशु दादी जी, ब्र.कु. निर्वैर भाई, ब्र.कु. मुन्नी बहन तथा अन्य





1. अगरतला- शिवजन्मी तथा राजवन्नी महोत्सव का उद्घाटन करते हुए ब.कु.के.का. बहन, विपुल के राज्यपाल महाप्रिय भाता कजान सिंह सोलंकी, विपुल युनिवर्सिटी के पुत्र उपकुलपति डॉ.अरुणदेव साह, ब.कु.भारतभूषण भाई, जो आई जी भाता बलवा जी, भाता यादव जी तथा भाता बालराम जी। 2. श्रीनगर-गढ़वाल- उत्तराखण्ड के मुख्यमंत्री भाता विवेक सिंह रावत जी को ईश्वरीय योगान में हार ब.कु.गीता बहन। 3. मैसूर- 'बहई फर हैनी' विविग विधायक कार्यक्रम का उद्घाटन करने के बाद ईश्वरीय स्मृति में ब.कु.रोनाथ भाई, ब.कु.डॉ.अनासी भाई, ब.कु.तन्वी बहन, ब.कु.शिवनी बहन, डॉ.मोहित गुप्ता, मैसूर युनिवर्सिटी के डेप्युटी कुलपति प्रो.जी.हेमन्त कुमार, अध्यक्ष डॉ.श्याम एन.आर.ए.ए. तथा ब.कु.रामचन्द्र राव भाई। 4. जयपुर- सस्कृति युवा संस्थान द्वारा ब.कु.भूपल भाई को प्रायोजन गौरव स्वर्ण पत्रिका और से लिये हुए ब.कु.पुनम बहन। अवार्ड प्रदान करते हुए राजस्थान के ऊर्जा मंत्री भाता भी.डी.कल्ला, संस्थान के अध्यक्ष प.सुरेश मिश्रा तथा करणी सेना अध्यक्ष भाता लोकेन्द्र सिंह कात्याजी। 5. चण्डीगढ़ (सेक्टर-33-ए)- शिवजन्मी एवं पर शिवश्रद्धांजलि करते हुए पार्षद भाता राजेश गुप्ता, सनजसेवी डॉ.अनुष्ठा राय, कलाकार बहन साधना शेर, राजव-हरियाणा राज्य संसद की स्वयंसेवा बहन देवा शीथरी, ब.कु.अमरिन्द भाई, ब.कु.तनया बहन तथा अन्य। 6. काठमाण्डू (नेपाल)- महाशिवरात्रि पूर्व पर 'शोलेन, समृद्धि और स्वर्गीय युग के लिए वैश्विक जागृति चत-राज' के स्थापन कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए छात्राध्यक्ष मंत्री भाता रजुवीर नहासेठ, ब.कु.राज बहन तथा अन्य। 7. रावपुर- शोलेन संतोष में महिला एवं विधायकों के लिए आयोजित सन्मान समारोह में सोलते हुए मुख्यमंत्री भाता पूरेश बनेक। गचारीन है पूर्व कृषि मंत्री भाता बृजगोविन्द गणकार, ब.कु.गुणवन्त भाई, ब.कु.कनका बहन तथा विधानसभा अध्यक्ष भाता शरण दाए बहन। 8. विराटनगर- प्रोबिस - 1 के मुख्यमंत्री भाता शरणन राय को ईश्वरीय संदेश देने के बाद ब.कु.गीता बहन उत्कल सा।

हमारा भविष्य कैसा होगा?

मनुष्य का यह स्वभाव है कि यदि सम्भव हो और यदि कोई विश्वसनीय स्रोत मिल सके तो वह भविष्य को पहले से ही जानना चाहता है। आज वैज्ञानिकों ने ऐसे कम्प्यूटर भी बना लिए हैं जिनमें सभी तथ्यों के समाचार और आँकड़े भर देने के बाद उस कम्प्यूटर से भविष्य-फल पूछ लिया जाता है।

दूसरी ओर केवल भारत में ही नहीं बल्कि बुद्धिजीवी माने जाने वाले पश्चान्त्य देशों में भी ऐसे बहुत-से लोग हैं जो भविष्य को जानने की उत्सुकता से प्रेरित होकर किसी ज्योतिषी, हस्त-रेखा विशेषज्ञ या किसी 'पहुँचे हुए महात्मा' के पास जाते हैं।

यहाँ हम एक अटल सिद्धांत बताना चाहते हैं कि यदि हमारे कर्म अच्छे हैं तो हमारा भविष्य अच्छा ही होगा और यदि हमारे वर्तमान कर्म ठीक नहीं हैं अथवा पूर्व कर्म अच्छे नहीं थे तो हमारा भविष्य भी उज्ज्वल नहीं हो सकता।

अतः दूसरों से पूछने की आदत डालने के बजाय और इस प्रकार अपना मनोबल कमजोर करने की बजाय तो अपने कर्मों को ही श्रेष्ठ बनाने पर ध्यान देना चाहिए और दूसरों की भलाई की ही बात सदा सोचनी चाहिए। इससे हमें दूसरों का शुभाशीर्वाद मिलेगा और हमें परमात्मा से भी सहयोग मिलेगा। अच्छे कर्मों का फल सदा अच्छा ही होता है और बुराई यदि अभी फलती-फूलती दिखाई भी देती हो तो भी उसका अन्त बुरा ही होता है। यदि किसी से अच्छाई करने के

बाद भी हमारे सामने उसका परिणाम दुखजनक मालूम होता है तो उसे हमें अपने किन्हीं पूर्वकाल के कर्मों का परिणाम मान कर खुशी-खुशी सहन कर लेना चाहिए। वर्तमान में हमने जो अच्छा कर्म किया है, उसका फल बुरा नहीं हो सकता क्योंकि बीज किसी एक जाति का हो और फल किसी दूसरी प्रकार का हो, ऐसा नहीं हुआ करता। अतः 'भले का अन्त भला और बुरे का अन्त बुरा' ही हुआ करता है - इस सुभाषित में अटल विश्वास रखते हुए हमें अपने कर्मों पर तथा ईश्वरीय शक्ति की सहायता पर भरोसा रखना चाहिए और पवित्रता एवं भलाई के मार्ग पर चलते रहना चाहिए।

बहुत गई, थोड़ी रही

हमें यह भी मालूम नहीं है कि हमारा यह जीवन कब तक बना रहेगा। क्या प्रतिदिन नहीं देखते कि दुर्घटना से, रोग से या अन्य किसी-न-किसी कारण से कितने ही लोग मृत्यु का ग्रास बन जाते हैं? तब हम क्यों न जीवन को दो दिनों का खेल मान कर खुशी से खेलें और सभी से स्नेह, सेवा, सहयोग तथा सहानुभूति से व्यवहार करें ताकि जब हम इस देह को छोड़ें तो हमारे मन में खुशी हो कि हम अपने कर्तव्यों को ठीक रीति से करके ही जा रहे हैं।

हमारे जीवन के कितने ही दिन तो बीत गए हैं और न जाने कितने दिन और शेष हैं। क्षण-क्षण कर्म तो हम करते ही रहते हैं। अतः भलाई इसी में है कि हम सचेत होकर स्वयं दिव्य-गुण धारण करके नर से श्रीनारायण अर्थात् मनुष्य से देवता अथवा 'फरिश्ता सीरत' बनें। ■■■

अमृत-सूची

● संजय की कलम से	3	● सजा हुई आधी (अनुभव)	21
● बुनियादी आध्यात्मिक बातों की दोहराई से ऊब क्यों? (सम्पादकीय)	4	● जिस्मानी नशे से रूहानी नशे की ओर (अनुभव)	22
● श्रद्धांजलि	5	● विशेष कौन ?	23
● विचारों की गति	7	● नहीं करोगे माँसाहार (कविता)	23
● प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के	8	● समय की पुकार -- हे साधक जागो, यह वक्त जा रहा है!	24
● पत्र सम्पादक के नाम	10	● क्रोध और उसका रूपांतरण	27
● निरोगी काया में राजयोग का योगदान	11	● सचित्र सेवा-समाचार	28
● राम काज किये बिना मोहि कहाँ विश्राम	13	● आशावान रहो	30
● सम्बन्धों के संसार में बदलाव	15	● श्रद्धांजलि	31
● बाबा ने बनाया सच्चा अमीर (अनुभव)	18	● सचित्र सेवा-समाचार	32
● पूरा परिवार हुआ खुशहाल (अनुभव)	20	● संग का रंग (अनुभव)	34



बुनियादी आध्यात्मिक बातों की दोहराई से झुब क्यों?

कुछ लोग कहते हैं कि 'दो-चार अथवा दस-बीस बार अथवा तीन-चार वर्ष ज्ञान सुनने के बाद यह तो मालूम हो ही जाता है कि आत्मा क्या है, परमात्मा का परिचय क्या है और हमें कर्म कैसा करना चाहिए आदि-आदि। तब प्रतिदिन ज्ञान सुनने के लिए जाने का क्या लाभ? प्रतिदिन की ज्ञान-चर्चा में भी प्रायः वही मन्तव्य और सिद्धांत ही तो प्रतिपादित किये गये होते हैं, तब उनको रोज-रोज सुनकर तो मनुष्य बोर हो जाता है।'

वही-वही खाद्य-पदार्थ प्रतिदिन

वास्तव में उनका ऐसा सोचना गलत है। यों तो मनुष्य प्रतिदिन जो भोजन करता है, उसमें रोटी-पानी, नमक-मिर्च, चीनी-चावल तो वही-के-वही ही होते हैं। हाँ, कुछ सब्जी और कुछेक चीजें बदल दी जाती हैं परन्तु फिर भी आटा, नमक, दूध, चीनी जैसी बुनियादी चीजें तो वही ही रहती हैं क्योंकि वे शारीरिक बल, स्वास्थ्य, सुदृढ़ता और स्थायित्व के लिए आवश्यक हैं। शायद ही कभी वह उनके लिए कहता हो कि 'मैं रोज-रोज रोटी खाकर या दूध पीकर बोर हो गया हूँ।' ऐसा कह कर यदि वह भल्ले-पकौड़ी या लड्डू-बर्फी या ढोसा-इडली खा भी ले तो भी रोटी और दूध के महत्व को तो वह मानता ही है। इसी प्रकार, जो ईश्वरीय ज्ञान हम प्रतिदिन सुनते हैं, उसमें भी कुछ बुनियादी सिद्धांत और मौलिक धारणाएँ - जैसे कि 'आत्माभिमानि बनो' और

'निराकार बाप को याद करो' आदि का हर दिन आध्यात्मिक भोजन में सम्मिलित होना हमारे आत्मिक स्वास्थ्य, सौन्दर्य, स्थायित्व और बौद्धिक सुदृढ़ता के लिए आवश्यक है। परिवर्तन की दृष्टि से भी हमारे यहाँ समय-समय पर नये-नये कार्यक्रम बनते ही रहते हैं। अतः यह कहना कि हम प्रतिदिन वही-वही बातें सुनते-सुनते बोर हो जाते हैं, बुनियादी आध्यात्मिक तत्वों की आध्यात्मिक पौष्टिकता के महत्व को न जानना है।

रोग-निवारण की दृष्टि से

इसी बात पर एक अन्य दृष्टि से भी विचार किया जा सकता है। मान लीजिए कि कोई व्यक्ति बीमार है। उसे डॉक्टर एक औषधि देता है। उस औषधि का चालीस दिन का या एक वर्ष का कोर्स है। रोगी उस औषधि को लेता है। क्या वह डॉक्टर को यह कहता है कि 'डॉक्टर साहब, इस औषधि को लेते-लेते तो मैं बोर हो गया हूँ।' जबकि रोग पुराना है, उसकी वही औषधि है और उसका लम्बा कोर्स है, तब बोर होने का प्रश्न ही कहाँ उठता है?

पढ़ाई में पुनरावृत्ति की आवश्यकता

फिर, यह तो सर्वोच्च विद्या है। पढ़ाई में दुहराई या पुनरावृत्ति का तो विशेष महत्व माना ही गया है। बच्चों को पाठ याद कराने के लिए उनसे बार-बार पाठ दुहरवाया जाता है। ऐसा ही इस ईश्वरीय विद्या के अध्ययन में भी जरूरी है। इसमें तो लौकिक विद्या से भी यह अधिक

गूढ अर्थ अथवा नवीन रहस्य

पुनश्च, मनुष्य का स्वभाव है कि वह जब किसी बात को सुनता है या किसी सिद्धांत का अध्ययन करता है तब उसका ध्यान, उसके सभी पहलुओं पर नहीं जाता या वह उसकी समूची गहराई अथवा ऊंचाई को एक ही प्रयास से नहीं जान सकता। वह जब-जब उस पर पुनर्विचार करता है, तब-तब उसे उसका कोई नया ही रहस्य या रस मिलता है। इसी स्वभाव के अनुसार, यदि हम किन्हीं ईश्वरीय वाक्यों को फिर-फिर सुनते भी हैं तो भी उनका सर्वतोमुखी बोध हमें एक बार ही में नहीं हो जाता, उन पर हम हर बार नवीन पहलू से विचार कर सकते हैं। यदि हम बोर हो जाते हैं तो उसका कारण यही होगा कि हमें अनेक प्रकार से किसी विषय का चिन्तन करने का अभ्यास नहीं है। सेब को वृक्ष से गिरते हुए तो कई जनों ने देखा होगा, शायद न्यूटन ने भी पहले कई बार देखा होगा, परन्तु एक बार जब देखते ही उसने उसके गिरने के कारण पर चिन्तन किया तो एक बहुत बड़ा सिद्धांत उसके हाथ लग गया। इसी प्रकार हम चलते तो प्रतिदिन हैं परन्तु कैसे चलते हैं? इसकी वैज्ञानिक व्याख्या हमें मालूम नहीं है जबकि एक वैज्ञानिक ने इसकी सही

आवश्यक है क्योंकि इसमें बहुत-से पाठ उलटते पढ़ लिये गये हैं। उन उलटते पाठों को भुलाने या ईश्वरीय पाठों में संशय उत्पन्न करने के जो कारण प्रायः उपस्थित हो जाते हैं उनके निवारण के लिए बार-बार दोहराई आवश्यक है। उदाहरण के तौर पर मनुष्य ने बहुत जन्मों से यह उलटा पाठ याद कर रखा है कि 'मैं शरीर हूँ।' अतः अब एक ओर इस संस्कारभूत पाठ को भुलवाना और दूसरी ओर, 'मैं आत्मा हूँ' का पाठ याद कराना अत्यन्त कठिन है। फिर अनेक ऐसे लोग भी प्रायः मिल जाते हैं जो यह कहते हैं कि 'आत्मा-वात्मा कुछ नहीं है, यह तो धार्मिक लोगों ने यों ही बहका रखा है।' ऐसी सूत्र में बार-बार आत्मा निश्चय में स्थित करने के लिए दुहराई का महत्व तो स्पष्ट ही है। इस पर भी प्रतिदिन ऐसी परिस्थितियाँ जीवन में उपस्थित हो जाती हैं, जो मनुष्य को देह-भान और देहाभिमान में लाती हैं और एक बार या दस-बीस बार का पड़ावा हुआ वह पाठ लुप्त-सा हो जाता है। उसे पुनः आचरण में लाने के लिए बार-बार उसकी पुनरावृत्ति करने के सिवा दूसरा कोई तरीका ही नहीं है। जब तक कोई पाठ पक्का नहीं हुआ तब तक तो उसका अध्ययन और अभ्यास जरूरी ही है। उसके बिना तो रहा-सहा भी भूल जायेगा।

श्रद्धांजलि

साकार बाबा-मम्मा द्वारा पालना ली हुई, दीदी-दादी की अति लाडली, ईश्वरीय परिवार की अति स्नेही, अथक सेवाधारी, ज्ञानमूर्त आदरणीया राज दीदी का जन्म सन् 1947 में हुआ। आप बाल आयु में ही ईश्वरीय ज्ञान में आ गईं। सन् 1960 से आप नियमित ईश्वरीय ज्ञान मार्ग पर चलती रहीं। आपकी इच्छा डॉक्टर बनने की थी परन्तु जब आप मम्मा से मिलीं तो मम्मा ने कहा कि तुम रूहानी डाक्टर बन जाओ और विषय विकारों में लिप्त सम्पूर्ण ससार का इलाज करो। मम्मा की बातों से प्रभावित होकर 1962 में आपने अपने को ईश्वरीय सेवाओं में सम्पूर्ण समर्पित कर दिया।



प्यारे साकार बाबा ने आपको अमृतसर में सेवार्थ भेजा जहाँ 28 वर्ष दादी चन्द्रमणि के अंग-संग रह अनेक कन्याओं को पालना देकर शक्तिरूप बनाने और पंजाब तथा हिमाचल प्रदेश में अनेक सेवाकेन्द्र खोलने के आप निमित्त बनीं। आपका सारा परिवार ईश्वरीय ज्ञान में सेवाओं के आदिकाल से ही समर्पित है। ज्ञानामृत के मुख्य सम्पादक भ्राता आत्मप्रकाश जी आपके बड़े भाई हैं। आप बहुत सरलचित्त, हँसमुख और मिलनसार थीं। आपने 12-2-2019 को अपना पुराना शरीर छोड़ बापदादा की गोद लीं। आपकी आयु 72 वर्ष की थी।

ऐसी सर्व स्नेही, महान आत्मा को सर्व दैवी परिवार स्नेह भरी श्रद्धांजलि अर्पित करता है।

व्याख्या ढूँढ़ निकाली वरना यदि सामान्य मनुष्य से पूछा जाए कि 'हम कैसे चलते हैं?' तो वह यही कहेगा, 'यह भी कोई पूछने की बात है?' क्योंकि उसे इसका आधारभूत नियम ज्ञात नहीं है। अतः बार-बार देखी और सुनी हुई बातों पर भी ध्यान देने की जरूरत है। हम प्रतिदिन अपने कमरे में जाते हैं, वहाँ बैठे भी रहते हैं परन्तु कमरे की हर दीवार के हर इंच पर हमारा ध्यान नहीं जाता। अचानक-से कभी किसी ओर जब ध्यान जाता है तब हम कहते हैं, 'कमाल है, मैं तो इसे रोज देखता रहा परन्तु इस ओर तो मेरा ध्यान ही नहीं गया था।'

एक बार नहीं, बार-बार

फिर, क्या सुनार सोने को पिघलाकर उससे उपयोगी चीजें बनाने के लिए तब तक उस पर अपना कार्य नहीं करता जब तक कि वह उसे सही रूप नहीं दे देता। क्या कुम्हार मिट्टी को तब तक अपने चाक पर बार-बार घुमाकर थप-थप नहीं करता जब तक कि उसे शीतल जल देने वाला घड़ा-सुराही या प्रकाश देने वाला दीपक न बना दे। इसी प्रकार, किसी नाचीज को चीज बनाने के लिए सदा किसी क्रिया को बार-बार अवश्य दोहराना ही पड़ता है।

जन्म-जन्मान्तर की कमाई का साधन

हम देखते हैं कि मनुष्य नित्यप्रति तैयार होकर अपने दफ्तर या दुकान की ओर चल पड़ता है। नित्यप्रति वह अपनी दुकान पर पड़े हुए दस-बीस सौदे ही बेचता रहता है। दफ्तर में भी वर्षों तक एक ही प्रकार का कार्य करता रहता है। दो-चार वर्ष काम करने पर वह यह नहीं कहता कि मैं तो बोर हो गया हूँ क्योंकि उसे मालूम है कि इस काम में कमाई है। कितनी ही महिलायें नित्य प्रति खाना बनाती हैं, नित्य प्रति कपड़े धोती हैं क्योंकि ये जीवन के आवश्यक कार्य हैं। जीवित रहने के लिए ये जरूरी हैं। हम हर रात्रि को सो जाते हैं; यह क्यों नहीं कह देते कि रोज-रोज सोकर हम तो बोर हो गये हैं? हम जानते हैं कि यह तो जीवन के लिए जरूरी है। तो जो कार्य जीवन के लिए आवश्यक हो, उसमें बोर होने की बात कहाँ रही? नित्य स्नान करना, दाँत स्वच्छ करना

आदि इनसे क्या हम कभी बोर होते हैं? नित्य धनोपार्जन का कार्य करना, क्या यह हमें अरुचिकर है?

दक्षता, कुशलता और शक्ति-वृद्धि

वास्तव में हम जो कार्य बार-बार करते हैं उसमें हम अधिक कुशल होते हैं। उसमें हमारी कार्यक्षमता अथवा दक्षता बढ़ जाती है। हमें आत्म-निश्चय में भी दक्ष होना है, तब इसका पाठ भी तो पुनरावृत्त करना होगा। एक पहलवान अपने पुट्टों को मजबूत करने के लिए बार-बार ही तो व्यायाम करता है। अतः हमारे ज्ञान-संस्कारों को सुदृढ़ करने के लिए भी योगाभ्यास और ज्ञानाभ्यास आवश्यक है।

इस प्रकार कितने ही तरीकों से यह बात समझी जा सकती है कि जो सर्वश्रेष्ठ ज्ञान हमें सर्वोच्च शिक्षक परमपिता परमात्मा प्रतिदिन देते हैं, उसमें जो कुछ भी दुहराया जाता है, वह अत्यन्त आवश्यक है, वह आत्मिक स्नान के लिए जल है, आत्मा के लिए पुष्टीकारक दूध है, बुद्धि को दिव्य बनाने के लिए व्यायाम है, मन को संयमित करने के लिए अभ्यास है, विकारों रूपी रोग को शान्त करने के लिए औषधि है।

वास्तव में आज मनुष्य का मन बहुत ही चंचल हो गया है। वह एकरस अवस्था में न टिककर, कई रसों के पीछे भागता है। उसे चैन नहीं है। नित्य नई चीजें देखने, सुनने और पढ़ने की उसे आदत हो गई है। इसलिए वह चटपटी और नई सामग्री ढूँढ़ता है परन्तु ईश्वरीय ज्ञान का तो लक्ष्य ही अनेकता अथवा भटकने से निकाल कर एकरस अवस्था में स्थिर करना और चंचलता को समाप्त करना है। फिर भी इसमें दिव्य प्रकार की सूक्ष्मता और नवीनता तो होती है। योग है ही अनुशासन का नाम। योगी तो मन को अनेक ओर से हटाकर एक ओर ले आता है और उसे स्थिर करता है। इसलिए जिसके मन को इधर-उधर घूमने की आदत पड़ी है, वह स्थिर होना नहीं चाहता परन्तु यदि उसे स्थिर होने का रस आ जाये तो फिर वह भी इस सर्वोत्तम रस से बोर नहीं होगा। इस सर्वोत्तम रस का रसास्वादन कर पाने के लिए ही दोहराने की आवश्यकता है और इसी में ही आत्मा का कल्याण है। ■■■

विचारों की गति

■■■ ब्रह्माकुमारी शिवानी बहन, गुरुग्राम (हरियाणा)



हमारा मन जैसे एक कम्पनी है और इसका उत्पादन है 40,000 विचार प्रतिदिन। इसकी किस्म क्या है? उनमें कई विचार तो बहुत ही शक्तिशाली और सकारात्मक होते हैं और कई नकारात्मक होते हैं (गुस्सा, ईर्ष्या, अहंकार, नफरत इत्यादि के रूप में)। उनमें भी कई जरूरी होते हैं कि ये करना है, आज ये करना है। इसके अलावा बहुत सारे व्यर्थ विचार होते हैं। व्यर्थ का मतलब जो बीत गया उसके बारे में बहुत ज्यादा सोचना या जो अभी हुआ ही नहीं है उसके बारे में सोचना। इस प्रकार के संकल्पों में शक्ति नहीं होती है क्योंकि न तो अतीत हमारे हाथ में होता है और न ही भविष्य।

अभी हमें यह जागरूकता आयी है कि हम प्रति मिनट लगभग 25-30 विचार उत्पन्न कर रहे हैं इसलिए हमें लगता है कि ये तो बहुत तीव्र है। जब हम मेडिटेशन करने के लिए बैठते हैं तो विचारों (संकल्पों) की गति धीरे-धीरे कम होती जाती है। यह जरूरी नहीं है कि सिर्फ मेडिटेशन से ही कम होती है बल्कि इसे आप चेक करना शुरू कर दें तो भी ये धीरे-धीरे कम हो जायेगा। अगर हम इसको थोड़ा-सा भी धीमा करते हैं तो हमें लगता है कि हमने सोचना ही बंद कर दिया है। हमने सोचना बंद नहीं किया है बल्कि सोचने की गति कम हो गई है।

खुशी माना हमारे विचार स्थिर हों। 'आंतरिक शान्ति' के लिए हम बहुत सारे शब्द प्रयोग करते हैं जैसे संतुष्टता क्या है? शान्ति क्या है? इसकी अनुभूति क्या है आदि... आदि...। जब हम अंदर से संतुष्ट होते हैं तो आराम से होते हैं। जब भी हमारे अंदर कुछ ऊपर-नीचे होता है तो समझो कि मैं ठीक से नहीं हूँ। यदि हम विल्कुल स्थिर हैं, संतुष्ट हैं तो समझो कि हम खुशी में हैं। मान लो, आज हमने आइसक्रीम खायी और खाकर कहते हैं कि मैं बहुत खुश हूँ। यह हमारी खुशी नहीं है। यह तो स्वाद का प्रत्यक्ष अनुभव है। यह तो इंद्रियजनित ज्ञान है जो कि हमें जीभ के द्वारा मिला, जिसे हमने खुशी कहा।

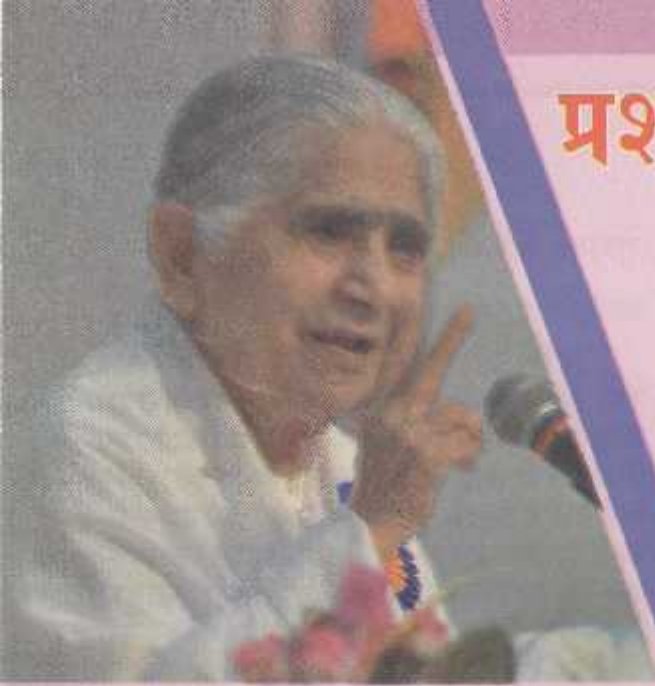
मान लो, मेरे दांत में बहुत दर्द हो रहा है लेकिन आज कुछ ऐसा हुआ जिससे वो अपने आप ठीक हो गया तो हम कहते हैं कि दर्द ठीक होने से मैं खुश हुई। यह खुशी नहीं है। वो दर्द था, जिससे हमें थोड़ी देर के लिए आराम मिला लेकिन हम इन सारी चीजों को नाम देते हैं खुशी। इस प्रक्रिया में खुशी

क्या है, वो हम भूल जाते हैं।

हम फिर बाहर की ओर देखना शुरू कर देते हैं। वास्तव में हमें खुशी नहीं चाहिए, खुश रहने के लिए हमें कुछ भी नहीं करना है, खुश हम सदा ही हैं। हमारा जीवन एक खाली ग्लास की तरह है तो हमारा ख्याल इसी पर जायेगा कि इसे किसी न किसी तरह से भरना है, कुछ ऐसा करना है जिससे यह जल्दी-जल्दी भर जाये। अब हम एक दिन के लिए अपने ख्याल को बदल लेते हैं और ये मानते हैं कि ग्लास पहले से ही भरा हुआ है, इसे भरने के लिए हमें कुछ नहीं करना है। अब हम सारा दिन क्या करेंगे? सिर्फ इसको संभालकर चलना है कि कहीं ये छोटी-छोटी बातों में बह न जाये क्योंकि ये इतना जल्दी बह जाता है, फिर हम दिन के अंत में स्वयं को खाली पाते हैं।

दुख, आवेश में हमारी हृदय स्पंदन दर सामान्य रहती है? नहीं। डर में भी हृदय की गति सहज नहीं रहती है। माना ये सब चीजें सहज नहीं हैं। ये सब असहज हैं लेकिन हम सोचते हैं कि ये स्वाभाविक है। मन पर इनका कितना गहरा प्रभाव पड़ा, शायद ये तो हमें बाद में पता चलेगा लेकिन शरीर पर तो स्पष्ट दिखाई दे रहा है। परिस्थिति निश्चित नहीं होती है। मेरे आस-पास सारा दिन कुछ भी हो जाये, मुझे सिर्फ ये ध्यान रखना है कि मुझे अपनी स्थिरता को नहीं खोना है। इसका यह मतलब नहीं है कि मैं कुछ भी न करूँ, मैं किसी को कुछ न कहूँ, बच्चे ने कुछ गलत किया, मैं कहूँ या नहीं कहूँ। यदि हम कहते हैं तो हमारे पास दो विकल्प हैं, या तो गुस्सा होकर कहें या फिर स्थिर होकर स्नेह से कहें, ये संभव है या नहीं है? हम सोचते हैं कि सामने जवाब देना, गुस्से से बोलना, परेशान होना, यह किसी व्यक्ति का अनुशासन है।

आप एक दिन के लिए कोशिश करके देखा। आपको किसी से काम करवाना है तो भले करवाओ लेकिन परेशान हुए बगैर। सिर्फ एक दिन आपको प्रयोग करके देखा है। आज एक दिन चाहे मेरे आस-पास कुछ भी हो जाये, मुझे परेशान नहीं होना है। हमें यह याद रखना है कि एक दिन के लिए हमें स्थिर रहना है। बाद में हम अनुभव करेंगे कि यह तो बहुत आसान है क्योंकि इसे हमने आज तक कभी किया ही नहीं था। ■■■



प्रश्न हमारे, उत्तर दादी जी के

को देखती हूँ, मिलती हूँ, तो समझ सकता हूँ कि वो क्या करते होंगे। साधारण नहीं होंगे, श्रेष्ठ आत्मायें होंगे।

गुणों का दान नहीं किया जाता है, सिर्फ अवगुण किसी का भी नहीं देखना है, न चित्त पर रखना है, यह नेचुरल अटेन्शन में रखने वाली बात है। कई आत्मायें हैं, किसी न किसी का अवगुण उनके चित्त पर होगा या मुख पर आयेगा, तो सदा के लिये सावधान रहना चाहिए। भले कुछ भी हो, हरेक में गुण हैं। मुझे किसी का भी यहाँ या कहाँ भी अवगुण दिखाई नहीं पड़ा है। अनुभव ही नहीं है। बाकी हरेक अपने गुण और विशेषता से बाबा के घर बैठे हैं। बाबा-बाबा ऐसे ही मुख से नहीं कहता है। औरों के गुण देखते-देखते और ईश्वर के बच्चे बनने से गुणज्ञान बनते जाते हैं, जिससे ईश्वरीय सेवा में दिल से, सच्चाई से, प्रेम से मददगार बनते हैं। दूसरे क्या करते हैं, कैसे करते हैं, कितना करते हैं, यह मैं तो कभी न देखती, न सोचती क्योंकि बाबा के कार्य में सहयोगी हैं तो अच्छा ही करते हैं।

प्रश्न- निमित्त आत्मा को पाँच गुण कौन-से अवश्य धारण करने हैं?

उत्तर- जिसको निमित्त बनना हो तो वो नम्रता, धैर्य, मधुरता, सत्यता, पवित्रता... इन पाँच बातों को अवश्य अपनाये। बाकी कभी भी न डिस्टर्ब होना, न डिस्टर्ब करना, हर एक यह मन्त्र दिल में, मन में प्रैक्टिकल लाइफ में याद रखना, कभी डिस्टर्ब नहीं होना। जब कोई किसी कारण से डिस्टर्ब होता है तो वहाँ का वातावरण अच्छा नहीं होता है। अगर कोई कारण से हो गया, तो एक मिनट में ऐसा चेंज हो जाये जैसे कुछ हुआ ही नहीं है, यह बाबा ने अच्छी विधि सिखाई है।

प्रश्न- आप पूर्वजों में से खास किसको याद करते हो? और जब याद करते हो तो उनसे क्या प्राप्ति होती है आपको?

उत्तर- याद नहीं करती हूँ। जो भी यहाँ से बाबा का बनकर फिर देह छोड़के गये हैं, अच्छा शरीर लिया होगा, अच्छी सेवा करते होंगे, यह गैरटी है क्योंकि उन्होंने त्याग-तपस्या-सेवा क्या होती है, उसका अनुभव किया हुआ है। शरीर छोड़ने के बाद अभी कोई त्याग करना नहीं पड़ा होगा। वही तपस्या उनसे वहाँ सेवा करा रही है। जीवन की यात्रा से अनेक प्रकार की सेवा उन्होंने से हो रही है, होती जायेगी, यह गैरटी है इसलिए मैं पूर्वजों

प्रश्न:- दादी जी, बाबा हमारे से अभी और क्या चाहते हैं?

उत्तर- अभी बाबा को हमारे में यही उम्मीदें हैं कि हम विकर्माजीत, कर्मातीत बन जाएं। मुझे 3-4 दिन से यह तात लगी है। ज्ञान कहता है और बाबा भी यही कहता है कि अभी हरेक शांती बन करके रहो, बाबा साधु को साथ रखो। यह क्या करता, वो क्या करता, इस चिंतन में टाइम नहीं गँवाना है। मुझे क्या करने का है? हम क्या कर रहे हैं, वो देखो। मैं यह नहीं कहती हूँ, इन्हें को करना चाहिए, मेरी कामना नहीं है, भावना है। संगम के इस थोड़े समय के लिए बाबा ने हमको आइना दे दिया है, उसमें मुखड़ा देख ले। दर्पण क्या है? दिल सच्चा है, साफ है तो स्पष्ट दिखाई पड़ता है कि मैं क्या हूँ? मुझे क्या करने का है? बस। इसलिये ये भी

चितन नहीं है, नेचुरल है। कोई-कोई आत्माये मुझे क्या करने का है, यह न समझ थोड़े दिलशिकस्त हो गये हैं। मैं कहेंगी, बाबा मैं आपका शुक्रिया मानती हूँ। जो कुछ मुझे करना है, उसकी आपने रेशानी दी है। जैसे दिखाई नहीं देता है तो चश्मा लगाके पढ़ना इजी हो जाता है ना। ऐसे प्रैक्टिकली औरों को भी मुझे देख खुशी हो जावे। मुखड़ा देख लें प्राणी... तो पहले अपने को देखें।

प्रश्न:- दादी, आप बहुत नरेशे से कहते हो कि बाबा चला रहा है और वो हम देखते भी हैं कि सच में बाबा ही चला रहा है, बाबा कुछ गिने-चुने हुआँ को ही चलाते हैं या सबको चलाते हैं?

उत्तर- हाथ उठाओ जिसको यह अनुभव है कि बाबा मुझे चला रहा है (बहुतों ने हाथ उठाये) सच! जब बाबा चला रहा है तो उनके आगे कोई मुश्किल बात नहीं है। आती है तो भी बिचारी चली जाती है क्योंकि बाबा के साथ होने से आत्मा में ताकत आती जाती है इसलिए मुश्किलानों को देख घबराता वा भूँसता नहीं है। अचल-अडोल तब बनेंगे जब स्थिर बुद्धि होंगे। ऐसी स्थिर और अचल-अडोल आत्मा कभी कहीं घबराती वा भूँसती नहीं है। बाबा कराने वाला है, इल्लामा में अच्छा है।

प्रश्न- दादी जी, अभी आपका अटेन्शन किस बात पर है?

उत्तर- अभी मेरा अटेन्शन समय, संकल्प और श्वास को सफल करने पर है क्योंकि यह संगमयुग है। सारे कल्प में बाबा का बनने से बहुत सुख मिलता है। अल्लाह ने इलाही (अथाह) सुख दिया है इसलिए कलियुग के अन्त तक भी हमने दुःख नहीं देखा है क्योंकि कलियुग में होते हुए भी अटेन्शन है, टेन्शन नहीं है और स्मृति बड़ी अच्छी है तो दृष्टि-वृत्ति भी ठीक रहती है। अतीन्द्रिय सुख के झूले में झूलना बाबा ने सिखाया है। बहुत खुशी की बात है जो आप सब कार्य-व्यवहार में रहते हुए न्यारे और बाबा के प्यारे बनने का भाग्य बना रहे हो। हमारा दिल सदा ही खुश रहे, इसके लिए फालतू बात कभी याद न करें। याद में रहना है तो कैसे? व्यर्थ बात भूल जाना है संकेण्ड में।

जरूरी बात - नष्टमोहा, स्मृतिर्लब्धा को याद रहे।

ब्रह्मा बाबा ने हमको मुख से ज्ञान सुनाया और ब्रह्माभोजन मुख में खिलाया। हमारे मुख में ब्रह्माभोजन गया और कानों में बाबा का ज्ञान गया जो दिल में समाया। बाबा का एक-एक महावाक्य हमको महान आत्मा बनाकर स्मृति दिलाता है। अब टेन्शन नहीं रखना है परन्तु अटेन्शन जरूर रखना है। अलबेलेपन और सुस्ती में टाइम नहीं गंवाना है क्योंकि अभी समय, संकल्प और जो श्वास चलता है, तीनों को सफल करना है। निष्फल एक पेनी न जाये। भगवान ने यज्ञ रचा है, उसमें इन कर्मेन्द्रियों से कर्म करते हुए भी विकर्माजीत बनना है। इसके लिए बाबा ने जो ज्ञान सुनाया वो दिल में समाना है। हमसे जो कोई ऐसा कर्म हो गया, वह तो बाबा ने माफ कर दिया। बाबा बन्दरफूल है। अभी तो हम भगवान के घर में बैठे हैं और भगवान के घर का खाते हैं, भगवान की बातें कानों में सुनते हैं।

प्रश्न- विश्व की सेवा करते नेचर कैसी होनी चाहिए?

उत्तर- हमारे में 5 गुण नेचुरल हाने चाहिये - पवित्रता, सत्यता, धैर्यता, गम्भीरता, मध्रता। फिर इनको धारण करने के लिए बाबा ने 8 शक्तियाँ भी दी हैं। सन्तुष्ट रहने के लिए समाने की शक्ति, समेटने की शक्ति, सामना करने की शक्ति, सहनशक्ति आदि तो पहले से ही हैं। सदा ही सन्तुष्ट रहना माना सुख-शान्ति-आनन्द-प्रेम में सग्यन बनना। आत्मा में सच्चाई है, चित्त साफ है तो आत्मा सत्-चित्त-आनन्द स्वरूप है। व्यर्थ चितन से फ्री है।

सारे विश्व की सेवा करते हुए भी डिटेंच और लविंग नेचर बनानी है। बाबा कहते हैं, मन मेरे में लगा दो। हम भी कहते हैं, बाबा, आपने हमारे मन को ऐसा कर दिया है, जो आपके बिना और कहाँ जायें। तो हे मन, बाबा ने जो सिखाया है वही कर। दिलाराम दिल में बैठके कहता है, तेरी दिल लगी हुई है मेरे से तो बाकी सब दिखावा मात्र है। बाबा ने दुनिया में रहते हुए, प्रवृत्ति में रहते हुए प्रकृति को दासी बना दिया है प्रकृति विचारो दासी हो करके रहती है। ■■■



पत्र सम्पादक के नाम

जनवरी अंक के संपादकीय 'कन्याओं द्वारा क्रान्ति' से ब्रह्मा बाबा द्वारा कन्याओं के माध्यम से यज्ञ के सशक्त संचालन के निर्णय की महत्ता का बोध हुआ। यह वाक्य बाबा के सम्पूर्ण व्यक्तित्व को रूपायित करता है, 'है कोई ऐसा व्यक्ति, जिसके बारे में सभी यही सोचें कि जितना प्यार यह हमें देता है, उतना अन्य किसी को नहीं देता।'

इसी अंक में ब्रह्माकुमारी मोहिनी बहन ने अपने लेख में विश्वकिशोर भाई द्वारा कही एक अद्भुत प्रेरक बात लिखी, 'बाबा के कार्य में जब भी कोई विघ्न आये ना, घबराना नहीं। खुश होना चाहिए कि अब बाबा मुझे मदद करेगा।' ब्रह्माकुमारी शांता बहन ने अपने लेख में मातेश्वरी द्वारा कहे गये मार्गदर्शक वाक्य लिखे, 'जब भी अपने घर जाओ, तो यही सोचो कि मैं शिव की शक्ति हूँ और शिवबाबा जो नयी दुनिया की स्थापना कर रहे हैं, उसमें मददगार हूँ। जब यह सोचोगी, तो उनके प्रति जो व्यर्थ चिंतन चलता है कि 'ये मना करते हैं, ये मना करते हैं' वो तुम्हारा नहीं चलेगा।' ब्रह्माकुमारी राज ने ब्रह्मा बाबा के व्यक्तित्व और उनके रूहानी प्रभाव के बारे में बहुत सुन्दर ढंग से लिखा, 'बाबा का रूहानियत भरा व्यक्तित्व अपनी ओर खींचता रहता। महसूस होता कि कोई बहुत अपना मिला है। दिल अंदर से यही कहता कि संसार में बाबा जैसा कोई दूसरा द्रो ही नहीं सकता। बाबा के मुख से किसी बच्चे के लिए जो भी बोल निकले, साकार अवश्य हुए। बाबा-मम्मा सदा यही शिक्षा देते कि बहती नदी बनना है। इसका अर्थ है, बेहद में रहना है।'

ब्रह्माकुमारी वीरबाला ने अपने लेख में बाबा की भविष्यदर्शी दृष्टि का उल्लेख किया, 'हमें विश्वास था कि भविष्यद्रष्टा बाबा जिस कार्य का इशारा दे रहे हैं, वह हुआ ही पड़ा है। हमें निमित्त मात्र परन्तु तत्परतापूर्वक कार्य में लगे रहना है ताकि सर्विस में हमारी बुद्धि व्यस्त रहे और जो विशेषता व गुण हमारी अन्तरात्मा में छिपे हैं, वे बाहर आयें, उनका विकास हो। सर्विस करने से आत्मा शक्तिशाली बनती है तथा खुशी का पारा चढ़ता है।'

जनवरी अंक पिताश्री ब्रह्मा बाबा को पालना के साथ-साथ उनकी अव्यक्त अनुभूतियों में संरक्षित और संपोषित ब्रह्माकुमार-ब्रह्माकुमारी भाई-बहनों की अलौकिक अनुभूतियों का अंक है। शिव बाबा ने ब्रह्मा बाबा के माध्यम से सभी बहनों को यज्ञ का उत्तरदायित्व दे सम्माननीय बनाया और भाइयों को उनकी योग्यतानुसार कार्य सौंप सहयोगी बनाया। यह अंक ज्ञानामृत टीम का विशिष्ट सफल प्रयास है। करनकरावनहार निस्संदेह शिव बाबा ही हैं। इस विशेषांक हेतु समस्त ज्ञानामृत सम्पादकीय टीम का धन्यवाद।

--डॉ. सम्राट सुधा, रुड़की (उत्तराखण्ड)

जनवरी, 2019 का अंक ब्रह्मा बाबा की यादों का गुलदस्ता, उनके साथ के अनुभवों का खजाना है। हर लेख को पढ़कर, नेत्र अश्रुपूरित हुए, साकार मिलन की भासना पाकर, ब्रह्मा बाप संग, शिव बाबा के प्यार में भी डूबे। संकलनकर्ता व लेखकों को भाग्यशाली होने की बहुत-बहुत बधाई। 'प्यारे बाबा ने मेरी छठी मनाई' अनुभव की लेखिका, भाग्य की धनी को कोटि-कोटि बधाई। 'उठो युवा' लेख भी हृदयस्पर्शी के साथ प्रेरणादायी है। शुभभावनाओं के साथ--

--ब्र.कु.सन्तोष राठौर, द्वारका, नई दिल्ली

निरोगी काया में राजयोग का योगदान

■■■ ब्रह्माकुमारी उर्मिला, शान्तिवन



भारतीय धार्मिक साहित्य में जीवन के लिए अनिवार्य मुख्य रूप से सात सुख माने गये हैं जिनमें से प्रथम स्थान निरोगी काया को दिया गया है। भौतिक सुखों की इमारत तो निरोगी काया रूपी नींव पर खड़ी होती ही है, अध्यात्म का सुख पाने के लिए भी काया का स्वस्थ होना जरूरी है। इसलिए यह भी कह दिया गया, 'शरीरं आद्यं खलु धर्मसाधनम्' अर्थात् धर्म की साधना के लिए यह शरीर ही प्रथम साधन है।

जोरों पर है रोगों का विकास

आज के युग में अधिकांश लोग चाहे किसी भी आयु, वर्ग, लिंग, पद, स्थान के हों, अनेक घातक बीमारियों से ग्रसित हैं। कई प्रकार के इलाज करवाने पर भी, मर्ज का शमन नहीं हो पाता है। कई लोग तो आर्थिक अभाव, शारीरिक कष्ट, देखभाल की कमी के चलते बीमारी से तंग आकर जीवघात भी कर लेते हैं। प्रचलित बीमारियों के साथ-साथ कुछ इस प्रकार के नये रोग भी प्रकट हो रहे हैं जिनकी थाह पाने की चिकित्सक कोशिश करें, इससे पहले ही रोगी दम तोड़ जाता है। ऐसा लगता है कि अन्य प्रकार के विकास के साथ-साथ रोगों का विकास भी जोरों पर है।

रोग पनपने में कई बातों का योगदान

जिस प्रकार से बीज को पनपने के लिए मिट्टी, पानी, हवा, प्रकाश आदि तत्वों की जरूरत पड़ती है, इसी प्रकार रोग के पनपने में भी आत्मा की तीनों सूक्ष्म शक्तियों के साथ-साथ भोजन, रहन-सहन, कार्य-पद्धति आदि का भी बड़ा योगदान है। अध्यात्म तो इस सत्य को भी तथ्यों के साथ प्रस्तुत करता है कि शरीर-संरचना में कोई कमी-कमजोरी या रोग इस जन्म के साथ-साथ पूर्व जन्मों के हीन कर्मों का भी परिणाम हो सकता है, नहीं तो कोई जन्मान्ध या विकलांग क्यों, जन्म से बीमार क्यों? इस शरीर द्वारा तो अभी कुछ किया ही नहीं, फिर इस शरीर के माध्यम से आत्मा को सजा क्यों?

जरूरी है गलत जीवन-पद्धति से बचाव

जैसे बरसात की बौछार से बचने के लिए केवल छत ही काफी नहीं है, साइड में भी सुरक्षा जरूरी है, नहीं तो वहां

से भी बौछारें प्रवेश कर जाती हैं। इसी प्रकार रोगनाश के लिए केवल दवा ही काफी नहीं है, गलत प्रकार को जीवन पद्धति से भी बचाव जरूरी है। दवा के साथ-साथ आचरण और आदतों को भी श्रेष्ठ बनाने की आवश्यकता है।

रोगी कौन नहीं?

एक आख्यान प्रसिद्ध है कि आयुर्वेद के ग्रंथों की रचना करने के पश्चात् महर्षि चरक के मन में विचार उठा कि देखें, स्वास्थ्य के सूत्रों को जन-जन तक पहुँचाने का उनका प्रयास सफल हुआ या नहीं। वे वेश बदलकर वैद्यों की एक सभा में पहुँचे और सबके समक्ष एक प्रश्न रखा, 'कोडरुक?' अर्थात् रोगी कौन नहीं है? एक वैद्य का उत्तर था, जो नित्य च्यवनप्राश खाता है। दूसरे वैद्य का उत्तर था, जो शिलाजीत का सेवन करता है। ये उत्तर सुनकर महर्षि का मन क्षोभ से भर गया। वे सोचने लगे, इन्होंने तो मनुष्य शरीर को औषधियों का संग्रहालय बना दिया, मेरी वर्षों की तपस्या विफल हो गई। तभी वैद्य वाग्भट उनके सामने से गुजरे, महर्षि ने वही प्रश्न उनसे भी पूछा। वाग्भट ने उत्तर दिया, 'हितभुक् मितभुक् ऋतभुक्' अर्थात् स्वस्थ वह है जिसका आहार शरीर के लिए हितकारी है, जो मितहारी है और जिसकी जीवनचर्या प्रकृति के अनुकूल है। यह उत्तर सुन महर्षि का मन प्रसन्नता से भर उठा।

स्वरूपस्थ ही स्वस्थ है

स्वस्थ शब्द में ही स्वस्थ व्यक्ति की परिभाषा समाई है। स्व + स्थ का अर्थ है जो अपने आत्म-स्वरूप में सदा स्थित रहता है। मानव जीवन शरीर और आत्मा का मेल ही तो है। शरीर आवरण है और आत्मा चेतन है। अपने को चेतन आत्मा समझते हुए, शरीर रूपी आवरण को ओढ़े होते हुए भी इससे अपने को न्यारा महसूस करना, यही है आत्मस्थिति होना। इससे चलते-फिरते यह महसूस होता है कि देह की भ्रुकृति में चमकता हुआ मैं सितारा इस देह का मालिक हूँ और सृष्टि रंगमंच पर निमित्त भाव से पार्ट बजा रहा हूँ। स्वस्थ रहने के लिए इस प्रकार की स्वस्थिति बहुत लाभदायक है। स्वास्थ्य पर मुख्य रूप से विचारों का, भोजन का और पूर्वकाल में किये गये कर्मों का गहरा प्रभाव पड़ता है। इनमें से

एक-एक पर क्रमवार चिन्तन करेंगे—

विचारों का तन पर प्रभाव

क्रोध से विष का निर्माण:- मन और तन का गहरा संबंध है। मन का प्रभाव तन पर अवश्य पड़ता है। शरीर पर मन के विचारों के प्रभाव के बारे में अमेरिकन विद्वान ट्रायन ने लिखा है, क्रोध से रक्त में इतना परिवर्तन हो जाता है कि थूक विष रूप हो जाता है, शरीर का तापमान बढ़ जाता है, हृदयगति तीव्र हो जाती है, शरीर के पोषक तत्व रस आदि धातुएँ विषयुक्त होकर पोषण करने के बजाय विष फैलाकर रोगों का बीजारोपण करने लगती हैं। अमेरिका के हारवर्ड विश्वविद्यालय में इसी सम्बन्ध में एक उल्लेखनीय प्रयोग किया गया। उन्होंने कुछ विद्यार्थियों को पहले तो माँ टेरेंसा पर एक फिल्म दिखाई और बाद में हिंसा और द्वेष से भरी एक फिल्म और दिखाई। मानव के थूक में IgA नाम का एक तत्व होता है जिसके बढ़ते रहने पर रोगमुक्ति की क्षमता बढ़ी होती है और घटने पर यह क्षमता भी घटती है। इन फिल्मों को दिखाने के पहले सभी विद्यार्थियों के थूक की जाँच की गई।

प्रेमपूर्ति माँ टेरेंसा की फिल्म देखने के बाद विद्यार्थियों में रोगमुक्ति रहने की क्षमता बढ़ी पाई गई जबकि हिंसा की फिल्म देखने से यह क्षमता घटी। इससे यह सिद्ध हुआ कि अपने दुर्विचारों से मानव रोगों को आमंत्रित करता है। अतः हमें अपनी वाणी, व्यवहार, आचरण पर पैनी नजर रखनी चाहिये तभी जीवन में निखार आने की संभावना है।

एक बार एक क्रोध में उबलती हुई स्त्री ने अपने बच्चे को स्तनपान कराया तो उस विपैले दूध के प्रभाव से बच्चे की जीवन-लीला समाप्त हो गई। एक क्रोधो व्यक्ति के द्वारा काट खाने से एक व्यक्ति की कुछ समय पश्चात् मृत्यु हो गई।

घृणा के संकल्पों से वमन:- कई सामान्य-सी बातें हम अपने चारों ओर प्रतिदिन ही देखते हैं जैसे कि मन में घृणा का संकल्प आते ही वमन (उल्टी) आ जाती है, मन में उदासी आने से जम्हाई आने लगती है, निराशा से मंदाम्नि (अपच) रोग पैदा हो जाता है। भयोत्पादक व्यक्ति या जानवर को देखने से आँतें ढीली पड़ जाती हैं। सदा मन खिंचा-खिंचा रहने से पेट में अल्सर रोग हो जाता है। भोगों

में डूबे रहने से राजरोग हो जाता है। कामनाओं, दुर्वासनाओं से प्रसित व्यक्ति को सिर-दर्द, रक्तचाप, हृदयरोग आदि व्याधियाँ आ घेरती हैं। किसी घनिष्ठ के जाने का सदमा लगने पर भोजन बेस्वाद हो जाता है। अत्यधिक चिंता से रातों रात बाल सफेद हो जाते हैं।

दातापन की भावना से सकारात्मक परिवर्तन:-

मन का तन पर प्रभाव विषयक शोध ने स्पष्ट किया है कि देने का भाव आते ही शरीर में सकारात्मक परिवर्तन होते हैं। देने से रक्त संचार में सुधार आता है, मन में प्रसन्नता आती है, बुद्धि का अहंकार मिटता है, नोंद अच्छी आती है, ईश्वर से सामोय्य बढ़ता है। इसके विपरीत मांगने के विचार मात्र से व्यक्तित्व संकुचित होने लगता है; हृदय की धड़कनें सुस्त पड़ने लगती हैं; रक्त संचार प्रभावित हो जाता है; कमजोरी महसूस होने लगती है; मानसिक स्तर पर व्यक्ति अपने को छोटा महसूस करने लगता है; चिंता, भय का प्रभाव आने लगता है। अतः तन-मन को स्वस्थ रखने के लिए सदा देने के भावों में रहें, न कि लेने के।

भोजन का प्रभाव

जैसे विचारों का प्रभाव तन पर आता है, वैसे ही भोजन का भी आता है। भोजन शरीर के विकास और स्वास्थ्य के लिए है पर असंयम के कारण जब यह स्वाद के लिए खाया जाता है तो गंभीर शारीरिक समस्याएँ उत्पन्न होने लगती हैं। आधुनिक पार्टियों में गर्म, ठंडा, अनुकूल, प्रतिकूल सभी तरह का भोजन एक-साथ खा लेने से पेट का भार बढ़ जाता है। इससे अन्य समस्याओं के साथ-साथ मोटापे की समस्या भी बढ़ जाती है। हम आवश्यकता से अधिक खाते हैं तो उसे पचाने के लिए अधिक ऊर्जा की आवश्यकता होती है। जिस ऊर्जा का उपयोग अन्य किसी महत्वपूर्ण कार्य में करना था, वह भोजन पाचन में खर्च हो जाती है। अमेरिका जैसे विकसित राष्ट्र में तीन लाख से ज्यादा लोग मोटापे के कारण असमय मृत्यु के गाल में चले जाते हैं जबकि यह देश स्वास्थ्य सेवाओं हेतु प्रतिवर्ष 90 अरब डालर खर्च करता है। अतः संयम रखना सीखें। यू.एन.की एक रिपोर्ट के अनुसार दुनिया के 80 करोड़ लोग भूखे सोते हैं अथवा आधा पेट एक समय खाकर गुजारा करते हैं। इतने भूखे बहन-भाइयों के होते हम ज्यादा खायें या झूठा छोड़ें, यह हमें शोभा नहीं देता। **क्रमशः**

राम काज किये बिना मोहि कहाँ विश्राम

■■■ ब्रह्माकुमार दिनेश, हाथरस (उ.प्र.)



या दगार शास्त्र रामायण में हनुमान जी का चरित्र ऐसे पात्र के रूप में जाना जाता है जो निश्चल और निस्वार्थ भाव से प्रभु के कार्य में मददगार रहे इसलिए उन्हें भारतवर्ष में सभी जगह बड़ी श्रद्धा और भक्तिभाव से स्मरण किया जाता है। जहाँ श्रीराम की पूजा होती है वहाँ हनुमान जी का स्थान अवश्य ही होता है। हनुमान जी में बहुत से गुण दृष्टिगोचर होते हैं लेकिन शब्दालंकार और प्रतीकों के रूप में। हजारों मंदिरों में मौजूद, रामायण के इस गुणमूर्ति पात्र के कुछ गुणों से प्रेरणा लें तो देशवासियों को अनेक समस्याओं से निजात मिल सकती है।

अखण्ड ब्रह्मचारी - जीवन प्रदायिनी शक्ति को धारण करने वाले हनुमान जी की पूजा मुख्यतः इसी गुण के कारण होती है। ब्रह्मचर्य में ही बल है। आज भी पहलवानी के अखाड़ों में हनुमान जी का मंदिर पाया जाता है और पहलवान पूर्ण श्रद्धाभाव से इन्हें ही अपना इष्ट स्वीकार करते हैं, भले ही पहलवान स्वयं इस व्रत का पालन करते हों या नहीं। पवित्रता केवल शारीरिक नहीं बल्कि दृष्टि और वृत्ति में भी हो, इसका उदाहरण रामायण में है। ऐसा कहा जाता है कि जब हनुमान जी, सीता जी की खोज करने के लिए लंका में गये तो वहाँ महलों में तमाम महिलाओं को उन्होंने देखा। जब वे लौटे तो उन्हें इस बात से बहुत ग्लानि हुई कि उन्होंने अनेकों स्त्रियों के मुख देखे। इस पर जामवन्त ने उन्हें समझाया कि आपने स्त्रियों के मुख देखने में सीता माता को ही खोजा, न कि उन्हें काम विकार की दृष्टिसे देखा।

आज लोग रामचरितमानस बड़े भाव से पढ़ते और सुनते हैं परन्तु फिर भी महिलाओं के प्रति अत्याचारों में दिन प्रतिदिन बढ़ोतरी होती जा रही है। यदि उपरोक्त भावना और भाव जनमानस में पैदा हो जाएँ तो समाज में काम विकार के कारण हो रहे अधिकांश अपराधों पर लगाम लग जाये।

बल और बुद्धि का सामन्जस्य - जब कोई महत्वपूर्ण सेवा करनी हो तो अभिमान और असंस्कारी लोगों का सामना करने में समय गँवाने की बजाये मुसीबत को टालने का प्रयास करना चाहिए। बल और बुद्धि के सामन्जस्य से ऐसा किया जा सकता है। जब सीता जी की खोज के लिए हनुमान जी समुद्र के ऊपर से जा रहे थे तो उनकी परीक्षा लेने के लिए सुरसा नाम की राक्षसी ने उन्हें रोका और उन्हें खाकर अपनी भूख शान्त करने की इच्छा व्यक्त की। हनुमान जी ने पहले तो उसे समझाने का प्रयास किया कि उनका समय नष्ट न किया जाये। इस पर सुरसा ने उनके बल की परीक्षा लेने के लिए अपने शरीर का आकार बढ़ाया। तब हनुमान जी ने उससे दुगुने आकार का अपना शरीर करके दिखाया। शरीर बढ़ाने की यह प्रक्रिया थोड़ी देर जारी रही। जब सुरसा ने समुद्र के बराबर का अपना शरीर कर दिया तब हनुमान जी ने अपने शरीर का आकार छोटा किया और उसके कपाल में चक्कर लगाकर बाहर आ गये। फिर हाथ जोड़कर नम्रता भाव से आगे जाने की अनुमति माँगी। उनको इस विवेक क्षमता से प्रसन्न होकर सुरसा ने उन्हें यह कहकर आशीर्वाद दिया कि राम काज तुम कर सकते हो क्योंकि तुम बलवान और बुद्धिवान हो।

उपरोक्त दृष्टांत से सबक मिलता है कि वर्तमान प्रतिस्पर्धा के युग में किसी से बराबरी करने की बजाय उसके अहंकार को नम्रभाव से मिटाकर आगे बढ़ने में भलाई है। प्रतिस्पर्धा से ईर्ष्या, द्वेष और घृणा के भाव पैदा हो जाते हैं जिससे मंजिल तक पहुँचने में देर और असुविधा होती है। ज्ञान और योग में भी प्रतिस्पर्धा की बजाय दैवी गुणों की धारणा कर आगे बढ़ने और बढ़ाने वालों को ही मंजिल मिलती है।

लगनशील और अथक - सीता जी की खोज में समुद्र के ऊपर उड़ते हुए हनुमान जी के रास्ते में एक मैनाक

पर्वत भी आता है। वह उनसे विश्राम करने का अनुरोध करता है जिसके पीछे उनके समय को नष्ट करके, उन्हें समय से कार्य पूर्ण न करने देने की भावना है। परन्तु, हनुमान जी बड़ी नम्रता से कहते हैं, 'राम काज किये बिना मोहि कहाँ विश्राम'। शिवबाबा भी हम बच्चों से कहते हैं कि बच्चे जब तक सतयुगी दुनिया स्थापन नहीं होती तब तक आराम हराम है। सारा संसार अशान्त-दुःखी और परेशान है। तुम बच्चों को तो नींद भी नहीं आनी चाहिए। इस बाबा (ब्रह्मा बाबा) को तो रात-रात भर नींद नहीं आती, इस चिन्तन में कि कैसे सर्व आत्माओं को प्रभु का सन्देश मिले और वे सुखी हों।

असंभव को भी संभव करने वाले - लक्ष्मण को शक्ति लगने के बाद हनुमान जी उनके इलाज के लिए संजीवनी बूटी लेने जा रहे थे। संजीवनी बूटी की पहचान न होने के कारण वे उसे खोज न सके। ऐसे में उन्होंने अपने बल का प्रयोग किया और पूरा का पूरा पर्वत ही उठाकर चल दिये। इस घटना का भाव यह है कि बल और विवेक का प्रयोग साथ-साथ करने वाले ही विपरीत परिस्थितियों में असंभव को भी संभव करके विजयी बन सकते हैं।

विश्वासपात्र - श्रीराम ने विश्वासपूर्वक केवल एक हनुमान जी को ही अपनी अंगूठी देकर सीता जी तक उसे पहुँचाने की बात कही। यह बात सिद्ध करती है कि आप कितने भी बलवान हैं, ज्ञानवान हैं परन्तु आपकी स्थिति ऐसी हो कि आपके ऊपर विश्वास किया जा सके। हाथरसी भाषा में कहा जाता है कि दिल का सच्चा और लंगोट का पक्का कभी भी मात नहीं खा सकता। यदि यह गुण हमारे अन्दर है तो कोई भी कार्य असंभव नहीं है।

निरहंकारी भाव से सेवाकार्य - पूरी बन्दरों की सेना के बीच जब पूछा गया कि कौन समुद्र पार करके सीता जी की खोज करेगा तब सभी अपनी-अपनी डींग मारने लगे। हनुमान जी निरहंकारी भाव से चुपचाप बैठे रहे। जामवन्त ने उन्हें उनकी शक्तियों का स्मरण कराया तब वे निरहंकारी भाव से सभी का आशीर्वाद लेते हुए आगे बढ़े। भावार्थ यह है कि बलवान होने के साथ, सेवाकार्य करने में नम्रता और निरहंकारिता आवश्यक

है, तभी सभी का आशीर्वाद मिल सकेगा।

एक की लगन में मगन और सरल स्वभाव - श्रीराम के राज्याभिषेक पर हनुमान जी को मोतियों का हार दिया गया तो वे सरल स्वभाव से उन मोतियों को तोड़कर देखने लगे। किसी ने कारण जानना चाहा तो उन्होंने बताया कि वे देख रहे हैं कि क्या इन मोतियों में मेरे राम हैं। उनके भोलेपन का मजाक बनाया गया तो उन्होंने छाती चीरकर दिखायी कि उनके हृदय में श्रीराम बसते हैं।

सीता जी को सिन्दूर लगाते देखकर उन्होंने जिज्ञासा व्यक्त की तब सीता जी ने बताया कि यह श्रीराम को प्रिय है। तब वे पूरे शरीर को ही सिन्दूर लगाकर श्रीराम के सामने उपस्थित हो गए। कहते हैं, श्रीराम ने उन्हें गले से लगा लिया। भक्त इसी सिन्दूरी रंग का चोला आज भी उन्हें इसी भाव से पहनाते हैं।

जिनके नाम की माला स्वयं भगवान जपते हैं - एक बार भगवान एक पुस्तक के पन्ने पलट रहे थे तब वहाँ भक्त शिरोमणि नारद उपस्थित हुए। नारद ने पूछा, आप क्या देख रहे हैं? भगवान ने कहा कि वे उन लोगों के नाम देख रहे हैं जो उनका स्मरण करते हैं। नारद ने अपना नाम जानना चाहा तो भगवान ने कहा कि आपका नाम सबसे ऊपर है। इस पर वे अहंकार में आकर हनुमान जी के पास गए और कहने लगे कि तुमसे बड़ा भक्त तो मैं हूँ और भगवान की लिस्ट में सबसे पहला स्थान मेरा ही है। अहंकार के वशीभूत होकर दूसरे दिन वे पुनः भगवान के पास गए। तब भी भगवान एक पुस्तक के पन्ने पलट रहे थे। नारद ने जिज्ञासा व्यक्त की तो भगवान ने कहा कि यह वह पुस्तक है जिसमें उन लोगों के नाम हैं जिन्हें भगवान स्वयं याद करते हैं। जब नारद ने नामों का क्रम जानना चाहा तो भगवान ने सबसे पहला नाम हनुमान जी का ही बताया।

भावार्थ यह है कि कलियुग को सतयुग बनाने के परमपिता परमात्मा शिव के कार्य में बिना नाम, मान, शान और प्राप्ति की इच्छा के निस्वार्थ भाव से मददगार ऐसा बने कि भगवान भी आपके गुण गाये और आपको याद करे। सैकड़ों गुणों की खान रामायण का यह पात्र हनुमान जी, संगमयुगी पुरुषार्थियों की ही यादगार है। याद में रहने वालों की ही यादगार बनती है। ■■■

सम्बन्धों के संसार में बदलाव



■■■ ब्रह्माकुमारी गीता वहन, शान्तिवन

जीवन की यात्रा में बहुत बार हमें अकेलेपन का अनुभव होता है। जीवनभर साथ निभाने का जिन्होंने वचन दिया होता है, ऐसे लोग भी कभी साथ छोड़ रहे प्रतीत होते हैं। ऐसे भी दिन होते हैं जब हमारे हर बोल का उमंग से पालन करने वाले तथा हमारे आनंद और उत्साह को बढ़ाने वाले भी रास्ते में कहीं अटकते प्रतीत होते हैं।

जीवन में बहुत करके सम्बन्ध सापेक्ष होते हैं। संबंध की एक सीमा होती है, उससे आगे वो नहीं जा सकता। कुछेक सम्बन्ध नौकरी या व्यवसाय से सम्बन्धित, कुछ सामाजिक और कुछ औपचारिक होते हैं। शायद ही कोई गहरा, निरपेक्ष और सर्वांग सुंदर हो सकता है। आपसी अहं के टकराव वाले सम्बन्ध गहराई तक जा नहीं सकते। जहाँ अभिमान घायल होता है या अपेक्षा पूरी करने में कोई असमर्थ होता है वहाँ से रास्ते अलग और दिशा विपरीत होने लगती है।

जरूरत है आत्ममंथन की

ऐसी स्थिति में हमें आत्ममंथन करने की आवश्यकता है। इस भौतिक जगत में आकर हम चैतन्य शक्ति आत्मायें, प्रकृति के पाँच तत्वों से बने शरीर को धारण कर, जीवात्मा बन जीवन-यात्रा प्रारंभ करते हैं। परिवर्तन संसार का नियम है। हर चीज नई से पुरानी होती जाती है और आखिर टूट-फूट कर वापस मूल तत्व में मिल जाती है। प्रकृति के प्रभाव में आकर समयान्तर में चैतन्य शक्ति आत्मायें भी सतो, रजो, तमो स्थिति को प्राप्त होती हैं। हम अपने मूल गुणों से शनैः शनैः विकृत और विस्मृत होते जाते हैं। इस सृष्टि-खेल में हर आत्मा

अपने आप में अनोखी है, अद्वितीय है, हरेक के विचार, कर्म, गुण, संस्कार भिन्न हैं और हरेक आत्मा अपने-अपने गुण-कर्म में भी स्थायी, स्थिर नहीं है। ऐसे में कोई सदा और संपूर्ण रूप से हमारा बना रहे, यह कैसे हो सकता है? हमारी ये इच्छा या अपेक्षा ही अज्ञान भरी है। देह सम्बन्धों की ये ही कमजोरी है कि सम्बन्ध बनते ही हम उन पर आधारित होने लगते हैं। हम अपनी मौलिकता गँवाने लगते हैं।

प्रेम प्रवाह निरन्तर गतिशील

मनुष्यात्मा का स्नेह तो गतिशील है जो हमेशा एक के साथ, एक सरोखा रहता ही नहीं है। जैसे नदी यात्रा करती है, ऐसे प्रेम भी एक लम्बी यात्रा पर निकली हुई नदी समान है। गंगोत्री से निकली गंगा जैसे सागर तक चलती ही रहती है, बीच में जैसे कहीं भी रुकती नहीं है, ऐसे ही मानव-मन का प्रेम भी कहीं, किसी एक पर अटकता नहीं है। प्रारंभ में कहीं वह स्थूल पर अटक कर पार्थिव बन जाता है, कहीं बहुत उछल-कूद करता है, कहीं दुनिया की ऊँची-ऊँची दीवारों को लांघता हुआ आगे बढ़ता है, कहीं गहराई में उतर कर समुद्रतल पर पहुँचता हुआ अनुभव होता है – वही प्यार कहीं-कहीं अलग-अलग व्यक्तियों में बँटता हुआ अखिल में विस्तृत हो जाता है।

सम्बन्धों में कृत्रिमता, दंभ और दिखावा

शुरू में किसी एक व्यक्ति पर अटका हुआ प्यार 'इससे आगे और कोई मंजिल नहीं है' ऐसी समझ से, एक में ही समाकर जाता है। ऐसा प्यार कई बार कुण्ठित हो जाता है, गड्ढे में सीमित पानी की तरह बदबूदार हो

जाता है। ये ही कारण है कि व्यक्ति-प्रेम कितना भी ऊँचा या गहरा हो, फिर भी आगे चलकर ऊब पैदा करने वाला बन जाता है। मूल रूप से जो विकासशील, स्वतंत्र और किसी अगम्य मंजिल की कशिश से भरा हुआ हो, वह स्थगित, पराधीन, संकुचित या दिशाहीन बन जाता है और दोनों ओर अकाट्य पीड़ा पैदा कर देता है। ऐसे प्रेम में अपेक्षा, आक्षेप और आधिपत्य की भावना मिल जाती है। फिर उल्लास से भरा प्यार क्लेश, कड़वाहट की गिरफ्त में आकर दोषपूर्ण बन जाता है। प्रेम के कारण एक-दो के नजदीक आये हुए, सदा के लिए एक-दूसरे के हमसफर बनकर जीना चाहने वाले, एक-दो के बिगर अपना अस्तित्व असंभव समझने वाले फिर एक-दो के सानिध्य में श्वास लेना भी मुश्किल महसूस करने लगते हैं और निराशा की गहरी गर्त में पहुँचकर, किकर्तव्यविमूढ़ होकर बाकी की जिंदगी जीते रहते हैं। कई बार आपसी सम्बन्धों की छोटी-मोटी अफवाहें, गैरसमझ या नकारात्मक धारणा, गहरे लगते प्रेम को भी हिला देती हैं। ऐसी गलतफहमियों की गहराई में जाये बिना, खुद के ही निष्कर्ष पर उन्हें मान लेते हैं और परिणाम वही आता है कि झटके के साथ सम्बन्धों में गिरावट आती है और एक-दो को बरबाद करने पर तुल जाते हैं। जानी दोस्त, दुश्मन बन जाते हैं। तड़प-तड़प कर, स्वजनों के विपरीत जाकर जिसके साथ प्रेमलग्न किये हों, ऐसे व्यक्ति के प्यार में जब कमी आती है तो एक-दूसरे के साथ छल किया हो, ऐसे लगता है। नीरसता आने लगती है और तब एक-दूसरे की जरूरत कम हो जाती है। जिसके साथ रहने, प्यार पाने, कितने तड़पे हुए होते हैं, ऐसे व्यक्ति के साथ फिर एकांत के क्षण गुजारना हो या सहप्रवास करना हो तो बड़ी मुश्किल से समय कटता है। उसी प्रकार, बेटे-बेटियाँ बड़े हो जाते, शादी कर लेते तब माता-पिता के प्रति उनका व्यवहार बहुत ही बदल जाता है। उनमें प्रेम के बदले औपचारिकता ज्यादा आ जाती है। ऐसा भी देखने को मिलता है कि माँ-बाप के लिये कुछ करना पड़े तो पैसे

की गिनती शुरू हो जाती है, वही खुद के बोबी-बच्चों के लिए बहुत उमंग-आनंद से खर्चे करते हैं। सभी सम्बन्धों में ऐसा नहीं होता है लेकिन आजकल के सम्बन्ध कृत्रिम, दंभपूर्ण, दिखावे मात्र के ज्यादा होते जा रहे हैं। उनमें गहराई, सच्चाई और निखालसता क्वचित् ही देखने को मिलती है। आप आत्मा के स्वभाव और अस्तित्व की इच्छा के विपरीत जाकर जीयेगे तो दुख के अलावा क्या पायेंगे? ऐसे हालातों में आध्यात्मिकता हमारी मदद करती है।

समझें मनुष्यात्माओं की सीमा को

आध्यात्मिक ज्ञान एक ऐसा अलौकिक प्रकाश है जो हमारी बुद्धि को रोशन करता है। हमें जागृत करता है। जैसे उजाले में सब कुछ स्पष्ट दिखता है, समझ में आता है वैसे ही आध्यात्मिक ज्ञान, जीवन और संसार सम्बन्धित मूलभूत सत्यों का ज्ञान स्पष्ट करता है जिससे जीवन में घटने वाली, अनुभव में आने वाली हर घटना, तथ्य, व्यक्ति, परिवर्तन सब स्पष्ट समझ में आता है। मनुष्यात्मा की शक्ति, गुण सीमित हैं, परिवर्तनशील हैं। वेशक साधना और संयम से व्यक्ति महात्मा, धर्मात्मा, पुण्यात्मा, देवता बन जाता है परंतु ये सभी भी प्रकृति के आधार से संसार यात्रा पर गतिशील हैं तो इन सबके साथ भी प्रकृति का वही अनादि नियम काम करता है कि जो आया है सो जायेगा। जो शरीर धारण करता है वो शरीर छोड़ता भी है। इसलिये ये सभी भी हमारे जीवन के स्थायी आधार स्तंभ नहीं बन सकते। ना ही उनकी याद, उपासना, साधना हमारी सदा सम्पूर्ण और सर्वश्रेष्ठ प्राप्ति की अभिलाषा को पूर्ण कर सकती है। जैसे हर क्षेत्र में सर्वोच्च सत्ता ही निर्णायक मानी जाती है, ऐसे ही संसार खेल में भी परमात्मा सर्वोच्च सत्ता हैं। केवल और केवल वे ही सम्पूर्ण सत्य ज्ञान के दाता हैं, सर्व सद्गुणों और रूहानी शक्तियों के अखुट भण्डार और सागर हैं। उनकी महिमा अपरंपार गाई हुई है। आखिरकार सबकी नजर और बुद्धि उस अविनाशी सहारे स्वरूप परमात्मा प्रति हो जाती है। तो क्यों नहीं मनुष्यात्माओं की सीमा को

हम समझें, स्वीकारें और उन पर आधारित होने के बजाय सर्वोच्च सत्ता परमात्मा से सम्बन्ध जोड़ें, अपने आपको उनके ज्ञान, गुण, शक्तियों से भरपूर करें। फिर हम प्रकृति और पुरुष (आत्मा) के बदलते व्यवहारों से आहत नहीं होंगे, और ही बदलते परिवेश में हम अपने आपको साक्षी, न्यारा और समझदार बनाकर रख सकेंगे, ऊँचाई-निचाई में एकरस रह सकेंगे।

भगवान और भाग्य सदा हमारे साथ

हमें यह समझना होगा कि जीवन में यदि एक रिश्ते-नाते में किसी प्रकार की विफलता मिली तो इससे पूरा ही जीवन व्यर्थ नहीं हो जाता है। जहाँ प्रकृति का अप्रतिम सौंदर्य हमें सहज ही सुलभ हो, स्वयं परमशक्ति की असीम कृपा हमारे पर अनवरत बरसती रहती हो और हम स्वयं भी समस्त प्राणीजगत में सर्वश्रेष्ठ बुद्धिशाली और भावनात्मक प्राणी हैं, ऐसे सुंदर संसार में कोई एक क्षति के कारण हम अपने जीवन को बरबाद करने का अन्याय अपने आपसे नहीं कर सकते हैं। आध्यात्मिक ज्ञान का निरंतर श्रवण, अध्ययन, अभ्यास और प्रयोग हमारे में स्वाभाविक रूप से सकारात्मकता उत्पन्न करता है। सब कुछ गँवाने के बाद भी भगवान और भाग्य तो हमारे साथ रहता ही है। इसलिये हमें किसी अनचाही घटना से अपने या अन्य के जीवन प्रति नकारात्मक कदम नहीं उठाने चाहिए। जीवन का कोई एक द्वार बंद होता है तो दूसरे अनेक द्वार खुलते भी हैं। आध्यात्मिक ज्ञान हमें अंधकार में आशा की किरण, विसर्जन में भी सर्जन और शून्य में सृष्टि की सभावना दिखाता है।

आध्यात्मिक ज्ञान बनाता है स्वावलम्बी- स्वनिर्भर

सचमुच हमारे सम्बन्धों के संसार की वर्तमान स्थिति बहुत ही अभद्र नजर आ रही है। ऐसे में हमें स्वनिर्भर बनना बहुत जरूरी है। आध्यात्मिकता इसी दृष्टि से हमारे जीवन में नितांत आवश्यक हो गई है।

वास्तव में आध्यात्मिकता ही जीवन है। अध्यात्म के बिना जीवन, जीवन नहीं, मृत्यु के समान है। आध्यात्मिक ज्ञान के विभिन्न सत्य हमें संसार को यथार्थ रूप से समझने की सद्बुद्धि देते हैं। वहीं परमात्मा के साथ का योग हमारे आंतरिक-आत्मिक गुण और शक्तियों का विकास करता है, हमें आध्यात्मिक दृष्टि से सशक्त बनाता है तभी हम स्वावलम्बी-स्वनिर्भर बन सकते हैं। इससे भी अधिक कहें तो ज्ञान, सुख, आनंद, प्रेम, शक्ति के दाता और सागर परमात्मा के साथ का योग हमें भी प्रभुपिता समान दाता बनाता है। जीवन में फिर पीड़ित, व्यथित, आधारित होने की बात ही नहीं रहती। जैसे परमात्मा सर्व का पिता है, जगत का नाथ है, विश्व का रक्षक है, अविनाशी आत्म सहारा है – उनके साथ का योग हमें भी विशालता, भरपूरता व रूहानियत से भरपूर कर देता है। फिर तो ऐसे आत्मिक-रूहानी नातों में सभी अपने लगने लगते हैं, सब कुछ कल्याणकारी अनुभव होता है, अपने-पराये के संकुचित भावों से ऊपर उठकर हम बृहद् बन जाते हैं। हम सार्वजनिक-वैश्विक बन जाते हैं। जीवन में अकेलापन, खालीपन, निराशा दूर-दूर तक भी नजर नहीं आते।

मैं सुझ पाठकों से यही कहना चाहूँगी कि ऐसे दिनों में अगर हम अकेले होते हुए भी एकांत में सुख का अनुभव करना नहीं सीखेंगे तो जीवन बिलकुल एकाकी बन जायेगा। अगर हम अपना आंतरिक विकास कर स्वनिर्भर नहीं बनेंगे तो निरंतर दूसरे के सम्बन्ध के लिए जूझते रहना पड़ेगा। अपेक्षा संतुष्ट नहीं होगी तो डिप्रेशन, पीड़ा, अनिद्रा से भरे अकेलेपन के दिन बिताने पड़ेंगे। याद रहे –

हम ईश्वर के, ईश्वर हमारा रक्षक

यह भरोसा छूटे नहीं।

जो कुछ होता, कल्याणकारी होता

ये निश्चय भूले नहीं।।

बाबा ने बनाया सच्चा अमीर

■■■ ब्रह्माकुमार होरीलाल यादव, रायपुर (छत्तीसगढ़)



मैं दुर्ग (छत्तीसगढ़) के एक गांव का रहने वाला हूँ। लौकिक परिवार बहुत ही गरीब था जहाँ 22 मार्च, 1980 में मेरा जन्म हुआ। बचपन से ही बाल श्रीकृष्ण की फोटो से बहुत प्यार करता था एवं श्रीकृष्ण जन्माष्टमी को व्रत, पूजा-पाठ आदि करता था। मुझे एहसास होता था कि मैं बहुत गरीब हूँ। हर रात सोने से पूर्व बिस्तर पर लेटे-लेटे जागी आँखों से अमीर बनने का सपना देखते-देखते सो जाया करता था। कक्षा आठवीं तक की पढ़ाई कर पाया और आगे की पढ़ाई छोड़कर अमीर बनने के लालच में गांव छोड़ शहर चला गया। दुर्ग शहर में मेरी बड़ी दीदी, जीजा रहते हैं। जीजा जी ड्राइवर हैं, उनके साथ रहकर गाड़ी चलाना सीखने लगा। मुझे पता ही नहीं चला कि कब मैं कुसंग में आकर शराब, गांजा, सट्टा खेलने जैसी बुराइयों में फंस गया। आया था घर की गरीबी मिटाने और मैं स्वयं ही मिटने लगा।

नशा अन्दर घर बना चुका था

मेरी शादी कर दी गई ताकि मैं नशे की बुरी आदतों से मुक्त हो जाऊँ लेकिन नशा मेरे अंदर घर बना चुका था। मेरी पत्नी ने मुझे नशे से मुक्त कराने के भरसक प्रयास किये, यहाँ तक कि अपने आप को खत्म कर डालने की चुनौती भी देती थी लेकिन उसकी बातों का मुझ पर कोई असर नहीं होता था। इसी बीच मेरे एक पुत्र का जन्म हुआ, फिर भी मैं सुधर नहीं पाया। एक दिन मैं नशे की हालत में था और मेरी पत्नी ने मेरे ही सामने अग्नि स्नान कर अपनी जीवन लीला समाप्त कर ली। अदालत के द्वारा मुझे आजीवन कारावास की सजा हो गई।

“नशा नाश की जड़ है कर देता है बर्बाद
एक दिन ऐसा आता है जब दिन भी लगता है रात।”

एक प्रश्न ने किया विचलित

सजा होने के बाद मैं दुर्ग जेल से केंद्रीय जेल रायपुर आ गया। जेल में रहकर भगवान से दर्द भरी फरियाद करता था एवं गीता-पाठ, हनुमान-चालीसा, श्रीकृष्ण जी की पूजा-आरती आदि करते हुए समय बितार रहा था। एक दिन मेरे भीतर, मुझे झकझोर देने वाला प्रश्न उत्पन्न हुआ कि श्रीकृष्ण को परमपिता परमात्मा कहा गया है, उनके माता-पिता देवकी एवं वासुदेव जी हैं तो श्रीकृष्ण उनसे बड़े कैसे हुए? कई पूजा-पाठी बंदी भाइयों से जब यह प्रश्न किया तो उन्होंने बताया कि श्रीकृष्ण से बड़ा भगवान कोई है ही नहीं लेकिन मेरा मन संतुष्ट नहीं हुआ और लगातार इस प्रश्न के बारे में सोचकर मन विचलित रहने लगा।

आया अमीर बनने का समय

सन् 2009 की बात है, श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के समय जेल के बी.पी. पाण्डे साहब के साथ एक बी.के. भाई ओम प्रकाश जी आए, जो ओमशान्ति का ज्ञान सुनाया करते थे। कुछ समय बाद वे मेरी बैरक में आए और मेरे बारे में जानकर उन्होंने मुझे ज्ञान, योग, धारणा, पवित्रता पथ-प्रदर्शनी पुस्तक दी। यह पुस्तक पढ़कर मुझे मेरे प्रश्न का उत्तर मिल गया कि श्रीकृष्ण जी से भी बड़ा सर्व आत्माओं का पिता परमात्मा शिव है। पूजा-पाठ करके भी मेरे मन को शान्ति नहीं मिलती थी लेकिन शिव बाबा के बारे में जानने के बाद मन की सारी उलझनें समाप्त हो गई और अपने आप में एक हल्कापन महसूस करने लगा। ईश्वरीय पढ़ाई करते-करते मुझे ऐसा लगने लगा जैसे कि मैं रूई पर चल रहा हूँ। मुझे नया जीवन मिल गया। फिर राजयोग का अभ्यास कर तोत्र पुरुषार्थ करने लगा। प्रतिदिन अमृतवेलें योग करने से अच्छे-अच्छे और नए-नए अनुभव होने लगे।

बाबा से मिली सामना करने की शक्ति

आज शिवबाबा से मुझे भरपूर सहारा मिल रहा है। अनेक विघ्नों, बाधाओं, कष्टों तथा आर्थिक रूप से अत्यंत कमजोर होने के बाद भी मुझे पैरोल (छुट्टी) मिली। इस दौरान मैं दुर्ग शहर के सेंटर पर जाकर शिवबाबा से मिला और दैवीमूर्त ब्रह्माकुमारी बहनों से भी मिला। अमृतवेले योग के वायबेशन देकर अपनी ससुराल वालों से भी मिला। उन्होंने ऐसा सरल व्यवहार किया जैसे कुछ हुआ ही न हो। नशे के कारण जो सगे-संबंधी अलगाव रखते थे, वे लोग आज मुझे अपनापन महसूस कराते हैं। सन् 2013 में मेरी छोटी बहन की कैंसर के कारण मृत्यु हो गई। ऐसे दुख के समय दुःखहर्ता बाबा ने सामना करने की शक्ति दी। मेरे नशा छोड़ने पर मेरी लौकिक माँ बहुत ज्यादा खुश है। वह घर पर मांस, लहसुन और प्याज का बिल्कुल भी उपयोग नहीं करती है। छुट्टी पर घर जाता हूँ तो गाँव में ईश्वरीय ज्ञान की बातें बताता हूँ। गाँव वाले कहते हैं कि हम लोग आपके बारे में अलग सोच रखते थे लेकिन आप तो पूरे ही बदल गए हो।

बाबा ने बनाया कौड़ी से हीरे तुल्य

मैं उनको बताता हूँ कि ओमशांति का यह ईश्वरीय ज्ञान प्रायः भारत की सभी जेलों में ब्रह्माकुमारी बहनों के द्वारा दिया जाता है जिसका लाभ सभी कैदी भाई लेते हैं और अपने मनोविकारों पर विजय प्राप्त कर अच्छा इंसान बनने का संकल्प लेते हैं। ऐसा नहीं है कि आप भी जेल

जाओ तभी यह ज्ञान प्राप्त कर सकते हो, नहीं। आप अपने नजदीकी ब्रह्माकुमारी सेवाकेंद्र का पता लगाइये और वहाँ जाकर निःशुल्क ईश्वरीय ज्ञान प्राप्त कर मनोविकारों पर विजय पाकर सच्ची सुख-शांति का अनुभव कीजिए। शिवबाबा का बारम्बार धन्यवाद जो मुझे कौड़ी से हीरे तुल्य बनाया एवं सहनशील व सर्वगुण संपन्न बनने की चाबी देकर मुझे सच्चा अमीर बनाया। वर्तमान में मैं नशामुक्त जीवन जी रहा हूँ। सभी कैदी भाइयों तक शिवबाबा का संदेश पहुँच चुका है। प्रातः 7:00 बजे ब्रह्माकुमार कमल भाई माइक पर बाबा की मुरली पढ़ते हैं जिसे सभी बैरक के बंदी भाई रोज सुनते हैं।

हमारे वरिष्ठ अधिकारी श्रीमान अधीक्षक साहब, अतिरिक्त जेल अधीक्षक मण्डावी साहब और अपर अष्टकोण अधिकारी जी. एल. ध्रुव साहब, हमारे इस ईश्वरीय मार्ग पर चलने में एवं श्रीकृष्ण जन्माष्टमी और महाशिवरात्रि पर्व पर कार्यक्रमों को सफल बनाने में पूर्ण मददगार हैं।

एक बार जेल में नशामुक्ति हेतु कार्यक्रम आयोजित किया गया था जिसमें जी. डी. पटेल साहब ने बताया था कि यदि व्यक्ति नशामुक्त हो जाये तो उसका जीवन खुशियों से भर जाये। ऐसा व्यक्ति ही अच्छे परिवार, समाज और राष्ट्र का निर्माण कर सकता है। ज्ञानामृत पढ़ने वाले सभी भाई-बहनों से अनुरोध है कि सच्चा अमीर बनने का पुरुषार्थ करें एवं सतयुगी सीट की बुकिंग करें।

शीघ्र आवश्यकता

सरोज लालजी महरोत्रा ग्लोबल नर्सिंग कॉलेज में (एक पुरुष/एक महिला) एवं ग्लोबल हॉस्पिटल स्कूल ऑफ नर्सिंग में (एक पुरुष/दो महिला) नर्सिंग ट्यूटर्स की आवश्यकता है। योग्यता: मान्यता प्राप्त

विश्वविद्यालय से बी.एस.सी. नर्सिंग अथवा पोस्ट वेसिक बी.एस.सी. नर्सिंग

अनुभव: मान्यता प्राप्त शिक्षण संस्थान अथवा अस्पताल में कम से कम दो वर्ष का अनुभव

पता: शिवमणि हॉम के पास, तलहटी, आबूरोड, सिरोंही, राजस्थान

संपर्क करें:

कॉलेज के लिए

स्कूल के लिए :

मोबाइल नं.: 8432345230
ई-मेल: slmgnc.raj@gmail.com

मोबाइल नं.: 9927652140
ई-मेल: ghsn.abu@gmail.com

पूरा परिवार हुआ खुशहाल

■■■ ब्रह्माकुमार रविंद्र सिंह, हरदुआगंज (उ०प्र०)



मेरा लौकिक जन्म 10 मई, 1962 में ग्राम कुंदेपुर, छिबरामऊ, जिला कन्नौज में एक संभ्रात परिवार में हुआ। मैं कुछ गलत संगतों में आकर कई बुराइयों में पड़ गया जैसे कि लड़ाई-झगड़ा, गुण्डागर्दी, जुआ, शराब, मीट, मछली खाना आदि। इन बुराइयों की वजह से मेरे आसपास के गाँवों के लोग मुझसे डरने लगे और डर की वजह से कोई मेरा नाम तक नहीं लेता था और इन बुराइयों की वजह से ही मेरे घर के लोग भी मुझसे नाराज रहने लगे। वे मुझे खूब खरीखोटी सुनाने लगे। मैंने गुस्से में आकर घर छोड़ दिया व ट्रक की ड्राइवरी सीख ली। ड्राइवरी सीखने के बाद मुझमें और बुराइयाँ आ गईं जैसे बीड़ी, सिगरेट, चरस, गाँजा, तम्बाकू आदि का सेवन करने लगा। कुछ दिनों बाद मैं अलीगढ़ में मकान बनाकर रहने लगा। अलीगढ़ में एक बहन जी हमें बाबा का ज्ञान सुनाने आने लगी परंतु मुझे ज्ञान अच्छा नहीं लगता था क्योंकि मैं तो पूरी तरह नास्तिक था।

सपने में दिखे एक बाबा

कुछ दिनों के बाद मैंने अपना ट्रक खतौली गन्ना मिल में लगा दिया जहाँ मैं गन्ना ढोने का काम करने लगा। बहुत घना कोहरा होने के कारण 31 दिसम्बर, 2010 को मैंने अपनी गाड़ी एक चाय की दुकान पर खड़ी कर दी व चाय पीकर गाड़ी में सो गया। उसी समय सपने में एक ब्रह्माकुमारी बहन को ज्ञान के पर्चे बाँटते हुए देखा तो जिज्ञासा हुई कि मैं भी यह पर्चा ले लूँ। लेकिन जब मैं सपने में ही पर्चा लेने गया तब तक उस बहन का रिकशा ट्रक के पीछे जाकर गायब हो गया। मैं सपने में ही निराश होकर ट्रक की खिड़की पकड़ कर खड़ा हो गया। इतने में धोती-कुर्ता पहने हुए एक बाबा आए और मुझसे पूछा, क्या बात है बेटे, उदास क्यों खड़े हो? मैंने सारी बात उन बाबा को बताई, तो बाबा बोले, चलो कोई बात नहीं, मैं आपको ज्ञान देता हूँ। मैंने बाबा को कहा, बाबा, ऐसे खड़े-खड़े ज्ञान कैसे दोगे, आप गाड़ी में बैठ कर मुझे ज्ञान दे दो। तो बाबा ने कहा, ठीक है बेटा, चलो गाड़ी में बैठते हैं। फिर बाबा ने गाड़ी में बैठ कर सपने में ही मुझे आत्मा, परमात्मा, तीन लोक, कल्प वृक्ष, सतयुग-त्रेतायुग-द्वापर-कलियुग-

संगमयुग, योग आदि का पूरा ज्ञान दिया। फिर बाबा बोले, अच्छा बच्चे, अब चलें। मैंने कहा, बाबा, आपसे अलग होने का मन तो नहीं कर रहा पर आपको और कुछ काम हो तो आपकी मर्जी। बाबा के जाते ही मेरी आँखें खुल गईं परंतु रात अभी ब्राकी थी अतः बाबा के दिए हुए ज्ञान का चिंतन करते हुए मैं दोबारा सो गया।

मिला रूहानी जन्म

सुबह करीब साढ़े आठ बजे उठा तो देखा कि जिन ब्रह्माकुमारी बहन को रात मैंने सपने में ज्ञान के पर्चे बाँटते देखा था वही सामने सब्जी वाले की दुकान पर सब्जी ले रही हैं। मैंने तुरंत उठकर, गाड़ी से उतर कर उन बहन जी के पास पहुँच कर सपने की सारी बात बताई कि कैसे आप ज्ञान के पर्चे बाँटते हुए आगे बढ़ गईं परंतु मुझे पर्चा नहीं मिला तो कैसे बाबा ने गाड़ी में आकर मुझे सारा ज्ञान दिया। ब्रह्माकुमारी बहन जी ने मुझे आश्रम पर आने को कहा। मैं नहा-धोकर आश्रम पहुँचा तो बहन जी ने मुझे बिठाया व खाने को प्रसाद दिया। फिर मुझे सात दिन का ज्ञान का कोर्स कराया। इस प्रकार एक जनवरी, 2011 को मेरा नया अलौकिक जन्म हुआ, जो रूहानी जन्म था। मैंने उसी समय सभी विकार छोड़ने का संकल्प कर लिया।

बरस रही है बाबा की असीम कृपा

कुछ दिनों के बाद अपने शहर अलीगढ़ आया व हरदुआगंज आश्रम जाने लगा। यहाँ की निमित्त बहन मेरी लौकिक माँ से भी ज्यादा मेरी पालना करने लगीं। तभी से मैं उनकी व बाबा को पालना में पल रहा हूँ। वहाँ की सभी दीदियों के कमलमुख से ज्ञान की गहराई सीख रहा हूँ। चार बार अपने परम प्यारे शिव बाबा से मिलन मना चुका हूँ। अब मेरे पूरे परिवार के ऊपर बापदादा की असीम कृपा बरस रही है। मेरी युगल पहले रोती रहती थी व मुझे कोसती रहती थी, अब पूरा परिवार मुझे बहुत प्यार करता है। ये है परमपिता परमात्मा के असीम प्रेम की कहानी। मैं हर समय अपने सर पर परमात्मा शिवबाबा का हाथ अनुभव करता रहता हूँ। ■■■

सजा हुई आधी

■■■ ब्रह्माकुमार मंगल सिंह, तिहाड़ जेल (दिल्ली)

मेरा जन्म 23 मार्च, 1977 को कुरुक्षेत्र में हुआ। बाद में हमारा सारा परिवार दिल्ली आ गया। मुझे बचपन से ही घर में हिंसा और क्रोध के वातावरण का सामना करना पड़ा। इस वातावरण से बचने के लिए सन् 2000 में मैं माता-पिता से अलग रहने लगा। इससे मैं अधिक बिगड़ गया और आये दिन किसी-न-किसी से मेरा झगड़ा होने लगा। कई और विकारों ने भी मुझे घेर लिया। अचानक 26 जुलाई, 2004 को जीवन की सबसे बड़ी भूल मुझसे हो गई, मैं जेल आ गया और 30 सितम्बर, 2009 को मुझे 30 साल की सजा सुनाई गई।

मन खिल गया फूलों की तरह

जेल में आकर मैं अपने जीवन के बारे में सोचने लगा कि क्या सही किया और क्या गलत किया। मुझे मेरी गलतियों का अहसास हुआ। मुझे समझ में आया कि मेरे जीवन में श्रेष्ठ संस्कारों की कमी रही। अब मैं संस्कारी बनने की सोचने लगा, संस्कार आएँ कैसे, कहाँ से, यह पता ही नहीं था। एक दिन तिहाड़ जेल में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय की प्रभावशाली और सौम्य व्यक्तित्व की धनी बहनें राजयोग-कक्ष में आ पधारी। मैं भी वहाँ पहुँच गया। ऐसा लग रहा था कि कोई अदृश्य शक्ति मुझे अपनी ओर खींच रही है, कोई भीतर से मुझे पुकार रहा है। बहनों ने ओमशान्ति कहा, मेरे मुख से भी ओमशान्ति निकल पड़ा। बहनों ने राजयोग का अभ्यास कराया तो मन को अपार शान्ति मिली, मन में खुशी आ गई और मन फूलों की तरह खिल गया।

बाबा की मदद का अहसास

इसके बाद मैं प्रतिदिन मेडिटेशन करने लगा। बहनों ने ज्ञान का साप्ताहिक कोर्स कराया, जिससे

आत्मानुभूति होने लगी। इसके बाद ईश्वरीय महावाक्य (ज्ञान-मुरली) सुनने लगा तो महसूस हुआ कि बुद्धिवानों की बुद्धि परमात्मा शिव ने मेरी भी बुद्धि के पट खोल दिये। देखते-ही-देखते ज्ञान-मुरली के माध्यम से मुझे सृष्टि के आदि-मध्य-अन्त का ज्ञान हो गया और मैं ईश्वरीय ज्ञान से खुद और दूसरों का शृंगार करने लगा। इसी बीच 16 जुलाई, 2013 को हाईकोर्ट की मेरी तारीख पड़ी। ज्ञान-योग के प्रभाव से मेरे पापों का बोझ हल्का हुआ। मेरी सजा 30 साल के बजाए 15 साल कर दी गई। मोठे बाबा की मदद का मुझे अहसास हुआ।

मुझे 24 जनवरी, 2015 को जेल से एक मास की छुट्टी मिली। मैं सीधा हरिनगर, दिल्ली सेवा केन्द्र पर गया। वहाँ निमित्त ब्रह्माकुमारी बहनों ने मुझे बाबा के कमरे में बैठने को कहा। बाबा का कमरा तो मानो शान्ति का आलाय है, मैंने प्यारे बाबा का शुकिया किया।

अब मुझे अनादि सृष्टि ड्रामा की समझ आ गई है कि मैं अपना रोल प्ले कर रहा हूँ, चाहे जेल के अन्दर हूँ और चाहे बाहर हूँ। जब भी सेवाकेन्द्र पर जाता हूँ, शान्ति का अनुभव पाता हूँ। मेरी लौकिक बहनों ने भी सेवाकेन्द्र पर आना प्रारम्भ कर दिया है। माता-पिता सहित परिवार के कई अन्य सदस्य भी प्यारे बाबा में निश्चय-बुद्धि बन गये हैं।

सही अर्थों में देखा जाये तो संसार का हर मानव विकारों की जेल में है परन्तु मैं महसूस करता हूँ कि बाबा ने मुझे आजाद कर दिया है। काम-क्रोध-लोभ आदि विकारों की जेल से, जेल में रहते भी मुक्त हूँ। जेल, अब जेल नहीं, आश्रम लगती है। मेरे जीवन में भरपूर खुशी और शान्ति है। दो बार बाबा मिलन का सौभाग्य प्राप्त हुआ है। मधुवन तो स्वर्ग है, साक्षात् बाबा वहाँ विराजमान हैं। राजयोग की शक्ति अपार है। बाबा

करनकरावनहार हैं। वो जो करायें, जैसे करायें, हम बच्चे उसी में खुश हैं।

राजयोग से स्वभाव में परिवर्तन

पहले कोई भी कार्य करते हलचल, हड़बड़ी करता था पर अब किये हुए कार्य पर आत्म-संतोष होता है। निर्णय शक्ति आ गई है। कार्य में शालीनता का अनुभव करने लगा हूँ। अब जहाँ भी रहता हूँ, शान्त रहता हूँ और शान्ति फैलाने का कार्य करता हूँ। सभी को आत्म-संतोष देना अपना धर्म समझने लगा हूँ। संकल्पों पर तत्काल

ब्रेक लगने लगी है। कम बोलता हूँ, धैर्य धारण करने लगा हूँ। अब वातावरण के अनुसार ढलने लगा हूँ। बाबा ने कहा है, एक सेकण्ड में अशरीरी हो जाओ। इस अभ्यास से समस्त आत्माओं को शान्ति की किरणें देने की सेवा करता हूँ। बाबा से शक्ति लेकर कई आत्माओं को बदल रहा हूँ। सभी आत्माओं को बाबा का बनाना ही मेरा लक्ष्य है। राजयोग को जीवन में लाने से यह परिवर्तन आया है। आप सभी भी राजयोग को अपना कर जीवन में खुशियाँ प्राप्त करें, यही शुभकामना है। ■■■

जिस्मानी नशे से रूहानी नशे की ओर

■■■ ब्रह्माकुमार शिवदयाल, आमगाँव छोटा, नरसिंहपुर (म.प्र.)



मेरा जन्म एक मध्यम वर्गीय परिवार में हुआ। लौकिक पढ़ाई 12वीं तक की। इसके बाद 1994 में मेरी शादी कर दी गई जिससे मेरा खर्चा बढ़ गया। इसके लिए मुझे मजदूरी करनी पड़ी। गाडरवारा में आकर पल्लेदारी का काम करने लगा जो कि बहुत मेहनत का था। मेरे सभी साथी शराब पीते थे। धीरे-धीरे कुसंग के कारण मैं भी पीने लगा। एक दिन वह आया कि दिनभर शराब के नशे में रहने लगा। साथ-साथ मैंने बीड़ी पीनी भी शुरू कर दी। शराब और बीड़ी अधिक पीने के कारण कार्य करने की मेरी क्षमता घट गई और मेहनत का पैसा शराब और बीड़ी में खर्च होने लगा। इससे मेरी माँ और युगल का बहुत बुरा हाल हो गया। जैसे-तैसे घर आ जाता था तो युगल से झगड़ा करता था। उसने कई बार आत्महत्या करने की सोची परन्तु पुत्रमोह ने ऐसा पाप करने से उसे रोक दिया।

एक बार मेरे गाँव में नवरात्रों के समय में ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा सात दिन का ज्ञान का कोर्स चल रहा था। माँ ने कहा, बेटा, वहाँ प्रवचन चल रहे हैं, जाकर सुन आओ। मैंने मना कर दिया लेकिन मेरी माँ ने फिर कहा, नहीं बेटा, एक बार जाकर प्रवचन सुन आओ। अब मैं मना नहीं कर पाया और प्रवचन सुनने चला गया और सुनता ही रहा। वर्ष 2014 से वहाँ गीता पाठशाला नियमित चल रही है, मैं भी नियमित विद्यार्थी बन गया। सभी व्यसन छोड़ दिये। शिवबाबा द्वारा बताई गई श्रीमत पर चलने लगा। पता ही नहीं चला कि कब जिस्मानी नशे से रूहानी नशे की ओर आ गया। इससे मेरे परिवार के सभी सदस्य खुश रहने लगे और पैसा भी बहुत बचने लगा परिणामस्वरूप आर्थिक स्थिति सुधर गई। अब मुझे महसूस होता है कि स्वस्थिति में स्थित होकर आत्मा के जो सात गुण हैं उनके साथ एक्टिंग करना, बेस्ट एक्टिंग है। निमित्त बहनों और शिवबाबा का तहे दिल से शुक्रिया अदा करता हूँ जो मुझे नया रूहानी जन्म मिला। अन्त में यही कहना चाहूँगा कि भगवान इस धरती पर आ चुके हैं, स्वयं को पहचान कर उनको पहचानो और राजयोग द्वारा अपने जीवन को बदल डालो। अभी नहीं तो कभी नहीं... ■■■

विशेष कौन?

■■■ बहाकुमार रामसिंह, रेवाड़ी (हरियाणा)

कई बार हम किसी व्यक्ति के प्रति कहते हैं कि यह अति विशेष है। विशेष का अर्थ क्या है? विशेष कौन हो सकता है? वास्तव में विशेष शब्द दो शब्दों के मेल से बनता है – विष+अशेष इसका अर्थ है कि जिसमें विष अशेष हो जाए अर्थात् विष समाप्त हो जाए, वही विशेष है। विष का अर्थ है काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि विकार। ये विकार आत्मा के लिए विष तुल्य हैं। स्थूल विष से तो केवल शरीर को नृत्य होती है परंतु विकारों रूपा सूक्ष्म विष से तो आत्मा के सुख-चैन की जन्म-जन्म के लिए हत्या हो जाती है।

विशेष में विशेष हैं देवताएँ

आधुनिक युग में संसार में कई आत्माओं में, कई प्रकार को विशेषताएँ, कलाएँ और गुण देखने को मिलते हैं। कोई शारीरिक कलाएँ दिखाता है और कोई मानसिक योग्यताएँ प्रकट करता है। ये विशेषताएँ भी तभी आ पाती हैं जब आत्मा विष अर्थात् विकारों से दूर रहकर अपनी ऊर्जा को इन कला और गुणों को ग्रहण करने में लगाती है। परंतु सबसे विशेष में विशेष तो है देवताएँ जिनमें एक या दो या तीन विशेषताएँ नहीं बल्कि वे विशेषताओं के भण्डार हैं। वे सर्व विशेषताओं से परिपूर्ण हैं। उनमें इतनी विशेषताएँ कैसे आई? वर्तमान संगमयुग पर परमात्मा पिता से ज्ञान-गुण-शक्तियाँ ग्रहण करके जो आत्माएँ अपने विकारों को अशेष (समाप्त) कर लेती हैं वही वास्तव में आने वाले सतयुग में देवपद प्राप्त करती हैं ऐसी देवताओं की ही फिर भक्ति मार्ग में विशेष पूजा होती है।

कीचड़ में कमल देखना सीखें

विशेष बनने के लिए हमें दूसरों की केवल विशेषताएँ ही देखनी हैं और अपनी विशेषताओं को सेवा में लगाकर उनका विस्तार करना है। हम जब भी एक-दो के संबंध-संपर्क में आये तो हरेक की विशेषता को ही देखे। विशेषता देखने की दृष्टि ही धारण करें। वर्तमान समय का फैशन और मजबूरी चश्मे की है, तो हम भी हरेक की विशेषता देखने वाला चश्मा पहनें जिससे दूसरा और कुछ दिखाई ही न दे, सिर्फ विशेषता ही नजर आए। जैसे लाल चश्मा पहन लो तो हरा भी लाल दिखाई देता है, इसी प्रकार से विशेषता के चश्मे द्वारा कीचड़ को न देख कमल को देखने से विश्व परिवर्तन के विशेष कार्य के निमित्त बन जायेंगे।

जितना-जितना हम अपनी विशेषताओं को मनसा-सेवा वा वाणी और कर्म की सेवा में लगायेंगे तो वही विशेषता विस्तार को पाती जायेगी। सेवा में लगाना अर्थात् एक बीज से अनेक फल प्रगट करना। इस श्रेष्ठ जीवन में जो जन्म-सिद्ध अधिकार के रूप में विशेषताएँ मिली हैं उनको सिर्फ बीज रूप में नहीं रखना है, सेवा की धरनी में डालकर सिद्धि-स्वरूप का अनुभव करना है

नहीं करेंगे माँसाहार

पुकेश जैन, बँगाली मार्केट (नई दिल्ली)

निर्जीव पशुओं की,
हम सुनें पुकार।
जीने का हक वा छीनें,
बंद करें यह अत्याचार।
जुबान के स्वाद हेतु,
उन पर ना कटार चलाएँ।
अपने सात्विक पेट की,
ना कब्रिस्तान बनाएँ।
सूई जरा-सी लुभ हमें,
उभर आती है पीड़ा।
लेकिन मुका प्राणियों पर,
करते चाक समझकर क्रीड़ा।
क्रोध और गिद्ध हा नोचते,
मर चुके प्राणियों का ताँस।
इन मुत्त पशुओं को खाकर
कैसे ले सकते हैं हम ताँस।
आज हो शपथ उठाएँ हम,
नहीं करेंगे माँसाहार।
सब जीवों से प्रेम करेंगे,
सब ओर फैलाएँ शाकाहार।

समय की पुकार ...

हे साधक जागो, यह वक्त जा रहा है!



□□□ ब्रह्माकुमार विनायक, सोलार पॉवर प्लांट, शान्तिवन

इस सृष्टि-चक्र में 'समय' एक ऐसा शक्तिशाली और बहुमूल्य घटक है जो सर्वशक्तिमान भगवान शिव और कर्म इन दोनों के बाद तीसरी महान शक्ति माना जाता है।

समय इतना बहुमूल्य क्यों है?

तीन विशेषताओं के कारण समय को बलवान माना जाता है।

1) अन्य सभी खजानों को संग्रह या संचित करके रख सकते हैं ताकि आवश्यकता अनुसार उपयोग कर सकें, जैसे कि धन, धान्य, जल, ज्ञान, गुण आदि को। परन्तु, समय को संग्रह करना कल्पनातीत है।

2) अन्य सर्व खजाने सृजनात्मक हैं। नष्ट हुई चीज को फिर से निर्माण कर सकते हैं लेकिन बीते हुए समय का फिर से सृजन असंभव है। जो क्षण बीता वह सदा काल के लिए नष्ट हो गया।

3) समय को रोक नहीं सकते हैं। कुछ अनहोनी हो रही है, सोचेंगे, समय को रोक ले लेकिन असाध्य है। इसलिए इसको निरंतर कालचक्र कहते हैं। 'कालाय तस्मै नमः' कहकर सभी उसको नमन करते हैं।

महापुरुषों ने समय की निष्ठुरता के बारे में विविध रीति से अपने उद्गार व्यक्त किये हैं जैसे, जीवन माना ही समय, अगर समय को नष्ट कर रहे हैं तो समझो जीवन को नष्ट कर रहे हैं; समय पारे से लाख गुना चंचल है; इस दुनिया में सबसे अधिक रिस जाने वाली वस्तु है समय

आदि आदि...। एक प्रसिद्ध दार्शनिक ने कहा है कि विश्व में किसी को भी हम जीत सकते हैं लेकिन समय को नहीं!

स्वयं भगवान ने सिखायी समय को भी संग्रह करने की विधि

लोग समझते हैं कि धन चंचल है, कितना भी कमाओ, हाथ में ठहरता ही नहीं। इसलिए दूरान्देशी लोग उस पैसे से सोना खरीदकर रख देते हैं अर्थात् धन को सोने में परिवर्तन करते हैं। जब कोई आपत्ति आती है या ऐसा समय आता है जहाँ अपार धनराशी को जरूरत पड़ती है तब फिर से उस सोने को धन में परिवर्तन कर समस्या का समाधान कर देते हैं। वैसे ही, भगवान शिवपिता 'समय' को 'पुण्य' में परिवर्तन करने की एक अनोखी विधि सिखा रहे हैं। सृष्टि-नाटक का नियम है कि 'जैसी करनी वैसी भरनी'। सुकर्म की प्रालब्ध है सुख-शान्ति-संपत्ति और विकर्म या पाप का फल है दुख-अशान्ति-अभाव।

पुण्य अर्थात् सुकर्म का फल। जिस समय हम सुकर्म करते हैं उस समय हमारा पुण्य संग्रह होता है अर्थात् समय, पुण्य में परिवर्तित हो जाता है। जितना अधिक सुकर्म उतना ही अधिक पुण्य का संग्रह। इस संग्रहित पुण्य के बल से भविष्य में पुनः 'सुहावना' या 'अनुकूल' समय मिल जाता है। इससे हमारे संकल्पों की धारा शांतल रहती है, बुद्धि की तर्क शक्ति यथार्थ रहती है, सुख देने व सुख लेने का संस्कार सहज और व्यक्त रूप में दिखाई देता है, साथ-साथ संकटों से सहज ही छुटकारा मिल जाता है। तब कहा जाता है, समय साथ दे रहा है या समय पर जीत पायी है। अगर समय पाप के रूप

में संप्रहित हुआ है तो भविष्य में वह प्रतिकूलता में बदल जाएगा जिसका परिणाम दुख-दर्द से भरा होगा।

पाप और पुण्य क्या है?

हर एक वस्तु अपने ही गुणधर्म को प्रकट करती है। जैसे कि चीनी मीठी होती है तो इमली खट्टी होती है, पानी आग को बुझा देता है पर पेट्रोल तुरंत ही आग को पकड़ लेता है, धातु गरमाहट से पिघलती है आदि आदि...। वैसे ही आत्मा के भी अपने ही गुणधर्म होते हैं जो गुण कहलाते हैं जैसे कि ज्ञान, पवित्रता, शान्ति, दया, प्रेम, आनंद, शक्ति आदि-आदि। जब, आत्मा इन गुणों पर आधारित कर्म करती है तब उसको पुण्य कहा जाता है क्योंकि उस पुण्य कर्म से दूसरों को सुख मिलता है और वातावरण में शुभसंकल्पों की तरंगें फैल जाती हैं। अगर हम स्वयं को आत्मा के बदले शरीर समझते हैं तब दैवी गुणों के बदले काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, द्वेष जैसे आसुरी गुणों के प्रभाव में आकर कर्म करना शुरू करते हैं जिससे दूसरों को दुख मिलता है और वातावरण में अशान्ति की तरंगें फैलती हैं। ऐसे कर्म को विकर्म या पाप कहा जाता है।

एक और खुशखबरी

त्योहारों में बैंक वाले कुछ विशेष प्रणालियाँ निकालते हैं ताकि जमाकर्ताओं को अधिक ब्याज मिले। वैसे ही वर्तमान समय सर्व आत्माओं के पिता शिव भगवान स्वयं इस धरती पर अवतरित हुए हैं और ऐसी एक विशेष प्रणाली जारी की है जो वर्तमान का एक गुना पुण्य, 21 जन्म के 'सुहावने समय' में परिवर्तित हो जाये। कलियुग और सतयुग के बीच का यह एक छोटा-सा संगमयुग है जहाँ कलियुगी मनुष्यों को सतयुगी देवता बनाने के लिए स्वयं भगवान आकर शिक्षा दे रहे हैं जिसको श्रीमत कहा जाता है। कहते हैं, जब सूर्य या चंद्र को ग्रहण लगता है तब दान देने से पुण्य जमा होता है। वास्तव में यह वर्तमान समय का गायन है। सतयुग और त्रेतायुग के सूर्यवंशी-चंद्रवंशी देवताओं को काम-

क्रोधादि विकारों का जो ग्रहण ब्रह्मा की रात्रि में लगा है, उस ग्रहण को ईश्वरीय ज्ञान का दान देकर छुड़ाना, यह है सच्चा पुण्य। आत्माओं को उनके पिता शिव परमात्मा का परिचय देना, परमात्मा की याद में रहना और दूसरों को भी उनकी याद दिलवाना, यह है सृष्टि-चक्र का सबसे महापुण्य जिससे 21 जन्मों तक समय हमें साथ देता है।

समय जा कहाँ रहा है?

जिन्होंने शिवपिता के अवतरण को पहचाना है और स्वयं के स्वभाव-संस्कारों को परिवर्तित करने का पुरुषार्थ कर रहे हैं ऐसे आध्यात्मिक साधकों का तो समय से बढ़कर और कोई खजाना है नहीं। क्योंकि मंजिल ही इतनी ऊँची है जो श्वासों-श्वास सफल करने से ही प्राप्त हो सकती है। संपूर्णता की मंजिल पर पहुंचने में यदि एक क्षण की भी कमी पड़ी तो भी प्राप्ति के आनंदाश्रु के बदले पश्चाताप के आंसुओं में साधक को अपनी अंतिम श्वास लेनी पड़ेगी।

परन्तु, आश्चर्य की बात यह है कि धन, जमीन, खाद्य पदार्थ, इंधन, पानी, बिजली आदि की मितव्ययता के बारे में तो हम बहुत सोचते हैं लेकिन समय, जो सृष्टि में सबसे अधिक मूल्यवान है, उसकी मितव्ययता और सदुपयोग के बारे में कभी सोचते ही नहीं। दिन के बाद रात, रात के बाद दिन पलट रहे हैं पर समय की बात को कोई गंभीरता से नहीं ले रहे हैं। लोग कहते हैं, समय बहुत तीव्र गति से जा रहा है, सवेरे से शाम कैसे होती है, पता ही नहीं चलता। क्या यह बात सही है? घड़ी की रफ्तार तो वही है। पहले भी साठ सेकेण्ड का एक मिनट था, अभी भी वही है। समय की गति नहीं बदली पर जीवन जीने की शैली में ऐसा बदलाव आया है जिसने संकल्पों को रफ्तार को आपत्तिजनक रीति में बढ़ा दिया है। यह रफ्तार समय को निगल रही है।

भ्रांति व वहाना छोड़ो, सत्य को महसूस करो

भगवान को याद करने के लिए 'मुझे समय नहीं मिलता' यह बोल वास्तव में एक भ्रांति या वहाना है।

बीमार व्यक्ति क्या यह बोल सकता है कि दवाई लेने के लिए मेरे पास समय नहीं? तो जिन आत्माओं की विकारों की बीमारी इस हद तक बढ़ गयी कि खुद को शरीर समझ बैठे हैं, वे कैसे कह सकते हैं कि भगवान को याद करने का मुझे समय नहीं मिलता है, जबकि याद ही एकमात्र दवा है। जैसे, शरीर को बीमार करने वाले सूक्ष्म कीटाणु आँखों से नज़र नहीं आते। उनका पता करने के लिए सूक्ष्मदर्शी यंत्र का उपयोग करना पड़ता है। वैसे ही सच्चाई और गंभीरता रूपी यंत्र से जब दिनचर्या की जांच करते हैं तो हमारे समय को नष्ट करने वाले सूक्ष्म कीड़े नज़र आते हैं जो बीती बातें, परचिंतन, आलस्य, अलबेलापन, मनोरंजन, इंटरनेट के मायावी आकर्षण के रूप में छिपे हुए हैं। इन कीड़ों को समाप्त कर दें तो यह सत्य नज़र आएगा कि हमारे पास समय ढेर पड़ा है पर साधारण और व्यर्थ बातों में जा रहा है।

जहाँ चाह वहाँ राह

बड़े शहरों में रहने वाले लोग सबेरे जल्दी ही घर से निकल कर देर से रात को लौटते हैं। दिन का अधिक समय वाहन चलाने में या सफर में ही चला जाता है। कार्यक्षेत्र में बुद्धि चलाकर काम करना पड़ता है तो पुण्य को जमा करने के लिए समय मिलना कठिन है। लेकिन, कहा जाता है 'जहाँ चाह वहाँ राह'। अधिक व्यस्त रहने वालों को समय का पोतामेल रखना होगा। वे कर्मयोग की विधि से पुण्य जमा कर सकते हैं अर्थात् कर्मद्वियों से कर्म करते रहें और मन-बुद्धि भगवान के प्यार में लीन रहें। नियमित रूप का अभ्यास यहाँ मदद करेगा। इस सृष्टि-नाटक में अपनी भूमिका को श्रेष्ठ बनाने की सच्ची लगन जिसको है उसके लिये समय संग्रह करने की भिन्न-भिन्न युक्तियाँ सहज निकल आएँगी।

सबसे बहुमूल्य समय है 'अब'

अक्सर करके हम भूतकाल को बार-बार याद किया करते हैं और भविष्य के लिए योजनाएँ बनाते हैं। लेकिन, वर्तमान समय या 'अब', जो

सचमुच हमारे हाथ में है और पुण्य में परिवर्तन होने के लिए तैयार बैठा है, उसकी तरफ देखते भी नहीं। इतिहास में विराजमान महान विभूतियों की विशेषता यही थी कि वे 'अब' को सफल करने में इतने व्यस्त रहते थे कि भूत को याद करने या भविष्य की चिंता करने के लिए उन के पास समय ही नहीं बचता था। वे वर्तमान का एक-एक श्वास सफल करते रहे। जीवन, लाखों श्वासों से बना हुआ है। श्वासों को सफल करना ही जीवन को सफल करना है। इसलिए 'अब' को सफल करने पर हमारी संपूर्ण एकाग्रता चाहिए ताकि वह हाथ से फिसल कर बिगर पुण्य व्यर्थ न चला जाए।

कई बार हम योग-तपस्या का कार्यक्रम आयोजित करके, उस के आने के इंतजार में बहुत समय व्यर्थ गवाँ देते हैं। इंतजार अलबेलापन का गुप्त रूप है। जैसे, एक-एक सीढ़ी चढ़कर मंजिल पर पहुंचना आसान है वैसे 'अब' के एक-एक सेकेण्ड को सफल करते हुए आगे बढ़ना ही जीवन को सफल बनाने की विधि है। इसलिए ही शिव भगवान कहते हैं कि "अब नहीं तो कब नहीं।" माँ जगदंबा सरस्वती, जो इस पुरुषार्थ में पहला स्थान लेकर भविष्य के श्रीलक्ष्मी पद की अधिकारी बनी, का भी महावाक्य यही था कि "हर घड़ी अंतिम घड़ी समझ पुरुषार्थ करो।"

एक सख्त चेतावनी

आपने कभी घड़ी की टिक-टिक आवाज को ध्यान से सुना है? घड़ी की एक-एक टिक-टिक के साथ एक-एक श्वास हमारी आयु से कम होता जा रहा है। यह आवाज केवल पुकार ही नहीं बल्कि हमारे लिए एक सख्त चेतावनी भी है कि "हे साथक जागो, यह वक्त जा रहा है, इसको सफल करो।" इसलिए, हर पल भगवान की श्रीमत अनुसार चल हम समय को पुण्य में परिवर्तन करेंगे ताकि कल्प के पूरे 5000 साल वह पुण्य, समय में बदलकर हमें साथ देता रहे। ■■■

क्रोध और उसका रूपांतरण

■■■ ब्रह्माकुमार कृष्णलाल, कंसाला (रोहतक)

कई लोग कहते हैं, हम अपने गुस्से से बड़े परेशान हैं। क्रोध तो कर लेते हैं पर बाद में पछताते हैं। वास्तव में दुर्गुणों के साथ ऐसा ही होता है। दूर से ये हमें बुरे लगते हैं परन्तु नजदीक आने पर आकर्षित करते हैं। हमें लगता है कि हमने उनका उपयोग किया परन्तु असल में वे हमारा उपयोग कर लेते हैं।

गुस्सा मानव जीवन की रोज की घटना है। कभी इसकी चपेट में कोई एक व्यक्ति आता है, तो कभी पूरा परिवार और कभी तो इसकी चपेट में समूची जाति तक आ जाती है। इतना ही नहीं, कभी-कभी तो बड़े-बड़े शक्ति सम्पन्न राष्ट्र इस ज्वालामुखी के लावे में बहकर मात्र इतिहास के पन्नों पर शेष रह जाते हैं।

इतना सब जानने-देखने के बाद भी हम क्यों गुस्से के सामने अपने आप को विवश पाते हैं? बार-बार प्रायश्चित्त करने के बाद भी हम क्यों दोहराते हैं इस पाप कर्म को? क्रोध का उद्देश्य होता है भय दिखाना।

क्रोध एक ऐसा पागलपन है जो न शिक्षित को छोड़ता है और न अशिक्षित को। इसकी लपटों से न गरीब बच पाता है और न अमीर। जब यह अंधड़ आता है तो उन्हें भी नहीं छोड़ता जिन्हें लोग महापुरुष या सन्त कहते हैं। इतिहास इस बात का गवाह है कि गुस्से ने कैसे सम्पूर्ण सभ्यता और संस्कृति को फूंक कर राख कर दिया।

क्रोध एक ऐसी चिंगारी है जो यदि प्रारंभिक स्थिति में ही न बुझा दी जाये, न शान्त कर दी जाये तो एक ऐसी अग्नि का रूप धारण कर लेती है जिसमें झुलसने और उस पर पश्चाताप करने के अलावा और कोई चारा नहीं रह जाता है।

है ना आश्चर्य की बात कि जो क्रोध हमारे साथ रहता हुआ हमारे ही शरीर और मन को विकृत करता है, जिससे हम तरह-तरह की बीमारियों से घिर जाते हैं, उसी क्रोध के बारे में हम अनजान हैं। परमात्मा पिता ने हमें समझाया, तो हमें पता चला कि यह आत्मा का (मानव) का सबसे बड़ा शत्रु है। काम और क्रोध सीधे नरक के द्वार हैं। क्रोध की कोई सीमा नहीं है कि यह कहाँ तक और कब तक बढ़ेगा परन्तु इसकी अंतिम स्थिति है हत्या या आत्महत्या।

शिव बाबा ने कहा है कि क्रोध के संकल्पों को विशेष अभ्यास से परिष्कृत किया जा सकता है। इतना ही नहीं, इसकी दिशा को भी बदला जा सकता है और मानव अपने जीवन को एक नई दिशा, निश्चित अनुशासन और व्यवस्था भी दे सकता है।

जब क्रोध आये तो उसे आता हुआ देखो, उसे होता हुआ देखो और यह भी देखो कि यह कैसे और कब आता है, बस 2-4 बार ऐसा करो तो न जाने वह कहाँ गायब हो जायेगा। क्या चोर के लिए यह काफी नहीं है कि उसे यह पता चल जाये कि घर का बलवान मालिक जागा हुआ है और उसे देख रहा है।

गुस्सा हुए बिना, केवल गुस्से का दिखावा करें

एक कहानी पढ़ी थी - सर्पराज की भयंकरता की। अरे मैंने काटने के लिये मना किया था, फुफकारने के लिये तो नहीं। आत्मरक्षा के लिए फुफकारना जरूरी है। यदि आपने फुफकारना छोड़ दिया तो ये दुनिया वाले जीने नहीं देंगे। आपको भी गुस्से का ड्रामा करने में किसी प्रकार की दिक्कत न होगी। क्रोध के बाह्य स्थूल लक्षणों को उभार कर आप इसका प्रदर्शन एक कुशल अभिनेता की तरह कर सकते हैं। आपका अभ्यास जितना अच्छा होगा, उतनी ही सफलता से यह अभिनय आप कर सकेंगे। इसी अभ्यास में जब एक्शन के साथ एक्सप्रेशन भी आपके हावभाव में आयेगा तो क्या मजाल है कि कोई इस बात का अन्दाजा लगा सके कि आपका गुस्सा असली नहीं, नकली था। इसका प्रयोग घर में माता-पिता बच्चों के सुधार के लिए और विद्यालय में अध्यापक विद्यार्थियों के सुधार के लिए कर सकते हैं। इससे वे गुस्से से होने वाले नुकसानों से भी बच जाते हैं और अनुशासन भी बना लेते हैं।

क्रोध की इस ऊर्जा का सही दिशा में परिवर्तन करने का मतलब है कि हमने अपने व्यक्तित्व को प्रत्येक विपरीत स्थिति के खिलाफ तैयार कर लिया है। इतना ही नहीं, हमने अपने भीतर वह शक्ति संजो ली है जिससे सभी विपरीत स्थितियाँ हमारे अनुकूल बन जाती हैं। क्रोध हमारा सेवक बनकर, जीवन को अशान्त नहीं, सुव्यवस्थित करता है। अब वह हमारे काम नहीं बिगाड़ता बल्कि बिगड़े कामों को भी संवारता है। भविष्य में होने वाले नुकसानों की जानकारी भी वह हमें देता है। अब वह हमारा शत्रु नहीं, गुप्तचर हो जाता है।



1. जयसिंहपुर (कोल्हापुर)- 1 लाख 51 हजार चावल से बनाये हुए शिवालय को ग्लोबल रिकार्ड्स में शामिल किए जाने पर ग्लोबल रिकार्ड्स का सर्टिफिकेट मनालो मूर अध्यक्ष भ्राता विनोद सेठ मोहावत में लेते हुए ब.कु. रामो बहन। साथ में हैं ब.कु. डॉ. दीपक हरके, ब.कु. वृत्तग भाई तथा अन्य। 2. मुंबई (मलाड)- शिवदर्शन झोंकी के उद्घाटन अवसर पर मंच पर उपस्थित हैं ब.कु. कुंजी बहन, टी.बी. कलाकार बहन नुपु अनेकार, ए.बी.क. सिंगर भ्राता देवजोत, ब.कु. दिव्या बहन, भजन गायिका डॉ. सोमा घोष तथा अन्य। 3. चन्द्रपुर- राजयोग मेडिटेशन ट्रेनिंग कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब.कु. कुंदा बहन, ब.कु. मिनल बहन, जिला चिकित्सा अधिकारी डॉ. पी. राऊत तथा सभी तालुका के चिकित्सा अधिकारी। 4. सानाकूज- पुलवामा शाहीदों को श्रद्धांजलि देते हुए पार्षद हेतल गाला। मेवासीन हैं ब.कु. मोर बहन तथा अन्य ब.कु. बहनें। 5. चिखली- 'मानसिक स्वास्थ्य तथा राजयोग ध्यान' विषयक कार्यक्रम के बाद ईश्वरोय स्मृति में हैं चिकित्सा अधिकारी डॉ. विनोद वागळ, डॉ. नंदकिशोर मानतकर, ब.कु. मनोज भाई, तालुका वैद्यकीय अधिकारी डॉ. इमरान खान, ब.कु. सुरेखा बहन, ब.कु. निर्मला बहन तथा अन्य। 6. कामठी- महाशिवरात्रि कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब.कु. प्रमलता बहन, सरपंच सुवर्णा ताई साबरे, स्टेट बैंक प्रबंधक भ्राता रामनरेश शारंग, पूर्व विश्वयुक्त भ्राता देवराव रठके तथा अन्य। 7. कामाहीदेवी (होशिचरपुर)- शिवजयन्ती पूर्व पर शिवध्वजारोहण के गरुचात ईश्वरोय स्मृति में हैं ब.कु. ज्योति बहन, ब.कु. ऊमा बहन, ब.कु. बंधो भाई तथा ब.कु. अमरजोत भाई। 8. चरखी दादरी- किसान सम्मेलन का शुभारम्भ करते हुए ब.कु. रानू भाई, नगराध्यक्ष भ्राता संजय छारिया, डॉ. डॉ. ओ. डॉ. प्रताप सिंह सभरवाल, ब.कु. राजेंद्र भाई, ब.कु. विजय भाई, ब.कु. प्रेम बहन तथा अन्य।



1. राहुरी- महाराष्ट्र के फलकमंत्री भ्राता राम शिंदे को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. बालूभाई, ब.कु. नंदा बहन, ब.कु. शोभा बहन तथा ब.कु. आशा बहन।
2. डीसा- श्री 1008 महंत बलदेवनाथ जी को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. सुरेखा बहन। साथ में ब्र.कु. हनुमति बहन तथा जया बहन।
3. राजकोट (राजनगर)- अमरनथ झांकी-दर्शन के लिए पंथारे विधायक भ्राता गोविन्द पटेल को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. रीटा बहन।
4. परभणी- संगम महिला बाल विकास संस्था की ओर से ब्र.कु. शीला बहन को 'राज्यस्तरीय राष्ट्रमाता जिजाऊ समाजभूषण पुरस्कार' प्रदान करते हुए भ्राता अजयत खान तथा मोनाताई बोर्डीकर।
5. सफ़ीदों- ब.कु. स्नेह बहन को रासरतन अपार्टमेंट से सम्मानित करते हुए भाजपा जिला अध्यक्ष भ्राता अमरपाल राणा। साथ में हैं ब्र.कु. रेखा बहन।
6. सिरसा- एक्सहाइज एण्ड टैक्सेशन कमिश्नर बहन सत्यवाला को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब.कु. विन्दु बहन।
7. कुरुक्षेत्र- शिवरत्रि कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए उपायुक्त भ्राता एस.एस. फुलिया, भारत माता आश्रम के फादर भ्राता राजेश, मातृभूमि सेवा मिशन के संस्थापक डॉ.श्री प्रकाश मिश्रा, कार सेवा प्रबंधन समिति के प्रधान भ्राता बलविंदर सिंह तथा ब.कु. सरोज बहन।
8. झोंझुकला (काठमा)- महाशिवरात्रि महोत्सव का उद्घाटन करते हुए सरपंच भ्राता दलबीर सिंह गांधी, समाजसेवी भ्राता रयाम लाल गर्ग, ब.कु. उर्मिला बहन, ब.कु. वसुधा बहन, समाजसेवी भ्राता सुरेश पहलवान तथा अन्य।
9. वाराणसी- महाशिवरात्रि पूर्व पर शिवध्वजारोहण करते हुए प्राथमिक शिक्षण मंडल के प्रशासनाधिकारी भ्राता अनिल बनसोई, पूर्व सैनिक भ्राता कालीलाल वामगुल, अभिषेता भ्राता आनंद गाडेकर, व्यापारी भ्राता अमोल गुलाबे, ब.कु. संगीता बहन तथा अन्य।
10. राजकोट (राविरल पार्क)- संवाकेन्द्र को स्वर्णजयन्ती के सुअवसर पर आयोजित रक्तदान शिबिर का उद्घाटन करते हुए एम.डी. डॉ. कमल पारीख, डॉ. मयूर, पार्षद शिल्पा बहन, ब.कु. नलिनी बहन, ब.कु. अजू बहन तथा अन्य।

आशावान रहो

■■■ ब्रह्माकुमारी ललिता, विकासपुरी, नई दिल्ली

हम में से हर एक किसी न किसी विशेषता का स्वामी है। ईश्वर ने खाली हाथ किसी को नहीं भेजा। कोई बहुत खूबसूरत है; कोई अच्छा गाता है; कोई नृत्य में प्रवीण है; कोई व्यवहार कुशल है; कोई योद्धा है तो कोई नेता। कोई खाना बहुत अच्छा बनाता है तो कोई बने खाने की तारीफ करने में माहिर है। कोई बोलता है तो फूल झरते हैं तो कोई लिखता है तो हम भावविभोर हो उठते हैं। किसी-किसी की सहनशीलता अद्वितीय होती है।

क्या हम अपनी योग्यताओं के प्रति जागरूक हैं?

कहने का तात्पर्य यह है कि हममें विशेषताएँ हैं लेकिन क्या हमें पता है? कई बार हमें लोग बताते हैं कि हमारी हंसी बहुत प्यारी है या हम बहुत सलीकेदार हैं। कुछ भी। क्या हमने कभी अपनी इन काबलियतों के लिए ईश्वर का धन्यवाद किया? क्या हम कभी इन योग्यताओं के प्रति जागरूक हुए? क्या हम इनके कारण समाज में, देश में अपनी विशेष पहचान बना पाए?

सब्र से निखारा कला को

अभिताभ बच्चन एक मंजे हुए कलाकार हैं, सब जानते हैं। वे सफलता की उच्चतम ऊंचाई पर हैं। वे जवानी की दहलीज लांघ चुके हैं लेकिन आज भी उनकी फिल्में बॉक्स ऑफिस पर हिट होती हैं। उनकी शख्सियत के अनुकूल, उनको बुद्धि में रख कर डायरेक्टर कहानियाँ लिखते हैं। क्या सच में उनकी सफलता ईश्वर का वरदान या किस्मत का चमत्कार है? ये वही अभिताभ हैं जिन्हें उनके कैरियर की शुरुआत में रिजेक्ट कर दिया गया था। चाहते तो वे भी इस असफलता से निराश खड़े होते जैसे कि बहुत लोग होते हैं लेकिन उन्होंने मैदान नहीं छोड़ा। उन्हें भरोसा था – अपने गुणों पर, अपनी कला पर। उन्होंने हिम्मत नहीं हारी और बहुत सब्र से अपनी कला को निखारा, अपने व्यक्तित्व में बदलाव किए, समय के मुताबिक खुद को ढाला और सफलता की सीढ़ी को कस कर पकड़ लिया। कुछ फिल्में सफल हुईं, कुछ असफल लेकिन उन्होंने उम्मीद का दामन नहीं छोड़ा और आज! कुछ कहने की आवश्यकता नहीं।

मेहनत के रंग से हर कार्य बन जाता है

इन्द्रधनुषी

ऐसे उदाहरणों से हमारा आस-पास भरा पड़ा है। लेकिन हम? हमें तो वह चाहिए जो दूसरे के पास है। “अनीता जी एक लाख महीने के कमाती है, भई बुटीक है उनका तो”, “मिश्रा जी ने तो हलवाई की दुकान से ही कोठी बना ली” अरे तो आपको किसने रोका है? दूसरों को देखने मात्र से कुछ हासिल नहीं होने वाला यदि आपने उनसे कुछ सीखा नहीं। अपने को देखो कि आप क्या कर सकते हो। सच में कुछ करना चाहते हो तो अपने गुणों को पहचानो, उन्हें परखो। अवगुणों को भी नजरअंदाज मत करो। पॉलिश कर डालो खुद को और करना शुरू कर दो वो जो चाहते हो। कोई भी काम बड़ा या छोटा नहीं होता। मेहनत और समर्पण का रंग हर काम को इन्द्रधनुषी बना देता है। उमंग, उत्साह में रहो। सफलता बाहर दरवाजे पर खड़ी आपकी प्रतीक्षा नहीं कर रही। उसे तो खोजना होगा। एक बार में नहीं मिलेगी। नजरे गाड़ कर तलाशना होगा। छोटे बच्चे को देखो। क्या वह एक बार में ही बोलना शुरू कर देता है? तुतलता है, पानी को मम बोलता है, कई बार शाबासी पाता है, कई बार हंसी का पात्र भी बनता है। पर क्या बोलना छोड़ देता है? बड़े से बड़ा वक्ता भी इसी प्रक्रिया से गुजरता है।

असफलता को किस्मत न कहें

असफलता को किस्मत का नाम नहीं देना। घबराकर छोड़ना भी नहीं है। खुद का अवलोकन करना है। अपनी कमियों को दूर करना है, धीरे-धीरे ही सही। दूसरों की नकल से प्राप्ति कुछ नहीं होगी। किसी को सफलता जल्दी मिलती है तो कभी विलंब भी हो जाता है लेकिन ‘मेहनत करने वाले की कभी हार नहीं होती।’

नहीं किया तो अब करो

जीवन संघर्ष का नाम है। आसान यहाँ कुछ भी नहीं। यदि किसी को आसानी से सब मिल जाता है तो यकीनन उसमें कुछ न कुछ खास बात तो जरूर होगी। आज हार्ड वर्क नहीं, स्मार्ट वर्क का जमाना है। उनके पास यह कला है, हमारे पास नहीं है लेकिन ये कोई मायूस होने की बात

नहीं है। याद रखो, सबको सब कुछ नहीं मिलता। खोजो, सोचो... देखो, समझो...। अगर आपके पास वो नहीं, जो उसके पास है तो उसके पास भी तो वो नहीं, जो आपके पास है! अपनी विशेषताओं पर प्रफुल्लित रहो, दूसरों से तुलना, कुंठा का कारण बनती है, जलन को जन्म देती है। ये विकार आपको नया कुछ नहीं देंगे बल्कि आपसे आपका वाला भी छीन लेंगे। तो आज ही योग लगाओ दिल से और गहराई से सोचो कि आप क्या चाहते हो? उसके लिए आपने क्या प्रयास किये? क्या सिर्फ अब तक इच्छा ही को है कुछ करने की या इस क्षेत्र में कुछ किया है? यदि नहीं किया तो अब करो।

मुसीबतों के लिए तैयार रहो

उम्र सिर्फ एक अंक है। इस अंक से अपने उत्साह का मूल्यांकन मत करो। कुछ भी करने के लिए देर कभी नहीं होती। आज, अभी शुरू करो। यदि शुरुआत है तो अंत निश्चित है। इस शुरुआत और अंत के बीच के फासले को अपने दृढ़ निश्चय और मानसिक, आत्मिक शक्ति से पार करो। रोड़े, पत्थर, आंधी, तूफान आएंगे। आप उनको रोक नहीं सकते लेकिन बचाव जरूर कर सकते हैं और तैयार रहो इन मुसीबतों के लिए हर वक्त, जैसे कि एक सैनिक सीमा पर तैनात रहता है अपने बतन की रक्षा के लिए। खुद को धीरे-धीरे प्रशिक्षित करो इन कठिनाइयों से

लड़ने के लिए। बेहतर है कि मुस्करा कर सामना करो।

पार जाना है दुखों से

किसी भी कार्य के लिए यदि आपने प्रयास किया है लेकिन सफलता नहीं मिली तो हाथ पर हाथ धर कर, माथा पकड़ कर तो नहीं बैठ गए? नहीं। यह तो कायरों का काम है। डटे रहो। चलते रहो। अपनी पुरानी छोटी-बड़ी सफलताओं को याद करो। खुद को शाबाशी दो। ईश्वर का शुक्रिया अदा करो। अभी तक करते आये हो तो अब क्या हुआ? आप वही हो। कुछ बदला नहीं है। आप कर सकते हो, हाँकर सकते हो और करोगे। किसे जीवन में परेशानियाँ नहीं आती? नजर दौड़ाओ। क्या कोई है जिसने केवल सुख ही सुख देखा है? नानक दुखिया सब संसार। बस, दुखों से पार जाना है। सुख-दुख; कामयाबी-असफलता तो मौसम की तरह हैं। बदलते रहते हैं। इस बदलाव के साथ खुद को मत बदल डालो बल्कि अपना बचाव करो और आशावान रहो कि काले बादल छंटने वाले हैं। सूरज अपनी लालिमा से वातावरण को खूबसूरत बनाने वाला है।

जब निराश हो, वो गीत याद करो, "कदम बढ़ाए जा निडर, कदम बढ़ाए जा... है पाँव तले तेरे जमीं, मुस्कराये जा..." ■■■

श्रद्धांजलि

प्राणप्रिय बापदादा की अति स्नेही, योग शक्ति, ईश्वरीय सेवाधारी, ज्ञान स्वरूपा आदरणीया राज बहन का जन्म सन् 1941 में अविभाजित भारत के पंजा साहिब में हुआ। युवा अवस्था में ही आपको ईश्वरीय ज्ञान की प्राप्ति हुई। आप सन् 1972 से लुधियाना में ईश्वरीय सेवाओं के निमित्त बने। दीदी, दादियों के अंग-संग रह आपने पंजाब, मद्रास और मुम्बई में अनेक प्रकार की सेवाएँ की। आप बहुत खुशनुमा, रमणीक, सरलचित्त और मिलनसार थी। खराब स्वास्थ्य के कारण आपको इलाज के लिए अहमदाबाद के अस्पताल में ले जाया गया। जहाँ आपने 7-2-2019 को अपना पुराना शरीर छोड़ बापदादा की गोद ली। आपकी आयु 78 वर्ष की थी।

ऐसी सर्व स्नेही, महान आत्मा को सर्व दैवी परिवार स्नेह भरी श्रद्धांजलि अर्पित करता है।





1. वलसाड- जीवनमूल्य आध्यात्मिक मेले का उद्घाटन करते हुए ब्र. कु. शारदा बहन, मेयर सोनल बहन सोलंकी, उपमेयर तर्मी बहन देसाई, ब. कु. रोहित कुमार, ब. कु. रंजन बहन तथा अन्य। 2. अहमदाबाद (लोटास हाउस)- महाशिवरात्रि कार्यक्रम में मंचासीन हैं आई. ए. एस. भाता एस. के. मंदा जो, उप-नगर योजनाकर्ता रमेशभाई देसाई, ब. कु. शारदा बहन तथा ब्र. कु. भारती बहन। 3. पानीपत (शिवनगर)- शिवरात्रि कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए मेयर बहन अन्नोत कोर, ब. कु. सरला बहन, पार्षद बहन कामल सेनी, ब्र. कु. सुनीता बहन तथा पूर्व गेयर सरदार भूपन्द्र सिंह। 4. पलवल- महाशिवरात्रि कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब. कु. शुकला बहन, ब. कु. सुनीता बहन, ब. कु. सुदेश बहन, ब. कु. नीरू बहन, नगरपरिषद अध्यक्ष बहन इन्दु भारद्वाज, भाजपा जिला महामंत्री भाता अविनारा शर्मा तथा अन्य। 5. जलालपूर (नवसारी)- शिवरात्रि महोत्सव का उद्घाटन करते हुए ब. कु. गीता बहन (शान्तिवन), नगर प्राथमिक शिक्षण समिति अध्यक्ष भाता एम. कथीरिया तथा ब्र. कु. भानु बहन। 6. किल्ला पारडी- 'स्वस्थ तन, स्वस्थ मन' शिविर का उद्घाटन करते हुए नगरपालिका की प्रमुख फाल्गुनी बहन, डॉ. कार्तिक भद्र, योगाचार्य ब्र. कु. दुष्यंत भाई, ब्र. कु. पारुल बहन, ब्र. कु. खीनू भाई तथा अन्य। 7. शहरा- शिवजयंती महोत्सव में मंचासीन हैं प्रमुख श्री नगर सेवा सदन स्नेहलता बहन शाह, ब्र. कु. सुरेखा बहन, पुलिस इंस्पेक्टर भाता एन. एम. प्रजापति, नगर सेवा सदन माजी प्रमुख मुकेश भाई देसाई तथा ब्र. कु. रतन बहन। 8. अहमदाबाद (इमनपुर)- शिवरात्रि कार्यक्रम में विचार व्यक्त करते हुए पार्षद पुलकित भाई ख्यास। मंचासीन हैं ब्र. कु. जागृति बहन, ब्र. कु. रेखा बहन तथा ब्र. कु. डॉ. मुकेश पटेल। 9. गांधीधाम- महाशिवरात्रि पर्व पर कैदी भाईवा एंव बहनों को ईश्वरीय सन्देश देने के बाद जेलर भाता मनुभा जडेजा एंव मन्जि भाई चौहान को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र. कु. संगीता बहन।



1. कादमा- शिवजयंती के उपलक्ष्य में आयोजित कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए विधायक भाता मुखविंदर मांठी, पूर्व विधायक कानल रघुवीर सिंह छिल्लर, ब.कु. उर्मिला बहन, ब.कु. वसुधा बहन, ब.कु. नुगरतन भाई, सामाजिक विकास मंडल अध्यक्ष भाता राजेन्द्र यादव तथा व्यापार मंडल अध्यक्ष भाता नरेश गायल। 2. फिरोजपुर कैट- शिवजयंती सा गीता जयंती विषयक कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए विधायक भाता परमिन्दर सिंह पिक्की, ब.कु. उषा बहन, ब.कु. शक्ति बहन तथा अन्य। 3. जम्मू- शिवजयंती कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब.कु. रविन्द्र भाई, न्यायनृति भाता हरबंस लाल, डॉ. पी. के. डक, ब.कु. सुदर्शन बहन तथा लोफिनेट जनरल भाता राकेश शर्मा। 4. पठानकोट- शिवध्वजारोहण के अवसर पर शिवस्मृति में है पुलिस अधीक्षक भाता हेमपुष्प, ब.कु. अरुण भाई, भारतीय स्ट्रीट बैंक के मुख्य प्रबंधक भाता प्रदीप भारद्वाज, ब.कु. सत्या बहन, पुलिस अधीक्षक बहन सुनीता रानी, ब.कु. गीता बहन तथा अन्य। 5. कोसली- महाशिवरात्रि कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए भाजपा अध्यक्ष भाता लक्ष्मण सिंह यादव, सामाजिक कार्यकर्ता डॉ. टी. सी. राव, ब.कु. उर्मिला बहन, ब.कु. निमंला बहन तथा ब.कु. कमलेश बहन। 6. धुरी- शिवध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय सन्देश देते हुए ब.कु. मूर्ति बहन। साथ में है ब.कु. बृज बहन, ब.कु. सुनिता बहन, नगर कौंसिल अध्यक्ष भाता संदीप तायल, व्यापार मंडल अध्यक्ष भाता विकास जैन तथा अन्य। 7. बरनाला- शिवजयन्ती महोत्सव का उद्घाटन करते हुए डॉ. प्रशांत मित्तल, डॉ. संदीप, ब.कु. वृज बहन, ब.कु. पुष्पा बहन तथा अन्य। 8. बहल- शिवरात्रि कार्यक्रम में शिवध्वज फहराने के बाद ईश्वरीय स्मृति में है ब.कु. शकुन्ताला बहन, ब.कु. अशोक भाई, ब.कु. पुनम बहन, समाजसेवी भाता विश्वम्बर दयाल सावू, किसान भाता महेंद्र सावू एवम् अन्य भाई बहनें।

संग का रंग

■■■ ब्रह्माकुमार भीमराव बिरंजे, हलकर्णी (महाराष्ट्र)



जब से बाबा मिल गया, जीवन मेरा खिल गया। दिनांक 12/02/2009 से ईश्वरीय ज्ञान में चल रहा हूँ। इससे मेरे स्वभाव में, कर्म में, दिनचर्या में जो बदलाव आये हैं वे आश्चर्यजनक हैं। जादूगर शिवबाबा ने जो जादू किया है, और कोई कर न सके।

क्रोध से मुक्त : पहले मैं बहुत क्रोध करता था। किसी ने कोई गलती की तो मुझसे सहन नहीं होती थी। माथा इतना भड़कता था कि उस समय किसी की भी अच्छी या सही मत स्वीकार नहीं करता था। अपनी ही मत पर अडिग रहता था। इससे जीवन में अनेक संकटों का सामना करना पड़ा। कुछ संबंध ही बिगड़ गये। देह अभिमान मुझमें बहुत था। जब बाबा का ज्ञान मिला तो क्रोध का पारा नीचे आ गया। देही अभिमानी बन गया। अब हरेक के साथ सामंजस्य से रहता हूँ।

खाने-पीने का परहेज : ईश्वरीय ज्ञान में आने से पहले खान-पान का कुछ भी परहेज नहीं था। प्याज, लहसुन, मांस आदि सब खाता था। होटल बड़ा हो या छोटा या हाथ-गाड़ी हो, जहाँ भी खाने की चीजें मिलती, मैं खा लेता था। अब वह सब बंद हो गया है। इस प्रकार के भोजन पर जो पैसा खर्च होता था वह बच गया है। होटल वाले खाद्य चीजें कैसे बनाते हैं? यह कभी सोचा ही नहीं। अच्छा लगता था इसलिए खा लेता था। अब होटल में जाना तो छोड़ो उसकी तरफ देखता भी नहीं। बाबा की याद में बनाई हुई घर की दाल-रोटी अमृत समान मीठी लगती है।

मधुवन में सब कुछ मिला : घर में जड़ चित्रों की पूजा करता था। पूजा-पाठ करने से सुख मिलेगा, शांति मिलेगी, ऐसी धारणा थी। काशी, रामेश्वरम्, तिरुपति, ज्योतिर्लिंग आदि कितने ही मंदिरों में दर्शन किए। संगम-तीर्थ, गंगा-स्नान आदि भी किए परन्तु मिला कुछ भी नहीं। सब जगह आवाज ही आवाज, शान्ति कहीं भी नहीं। बाबा के मधुवन में आया, शिवबाबा मिला, सब कुछ मिला, अब कुछ पाने की तमन्ना नहीं।

इच्छामात्रम् अविद्या : सन् 1999 में शिक्षण सेवा से निवृत्त हुआ। फरवरी, 2009 से ईश्वरीय ज्ञान में आने के बाद अब कोई भी जवाबदारी नहीं। अब मौज ही मौज है। बाबा के संग के रंग में रंग गया हूँ। ज्ञानामृत मिला, अब कोई तमन्ना नहीं रही। प्यारें बाबा ने श्रीमत दी है, बच्चे, सादा रहना है, कोई आश नहीं रखनी है। सादा रहने लगा। ज्ञान-योग से बहुत खुशी, शांति, शक्ति, आनंद मिलने लगा है। मुझे लगता है, मेरे जैसा खुशकिस्मत कोई नहीं है।

पारिवारिक सहयोग : परिवार के सब सदस्य मुझे सहयोग देते हैं। मेरी युगल ज्ञान में चल रही है। मेरी बहन, मेरा लड़का, बहू, दो लड़कियाँ, दो दामाद, पोत्रे, पोत्रियाँ सब बाबा के घर मधुवन जाकर आए हैं, सब खुश हैं। भाइयो और बहनो, आप सभी से अनुरोध करता हूँ कि शिव बाबा के संग में आओ और उनके रंग में रंग जाओ। मुख से निकलता है, बाबा, आपने कमाल कर दिया, हमारा सारा जीवन आपने खुशहाल कर दिया। पाना था सो पा लिया, अब काम क्या बाकी रहा। ■■■

सदस्यता शुल्क:

(भारत) वार्षिक: 100/- आजीवन: 2,000/-
(विदेश) वार्षिक: 1,000/- आजीवन: 10,000/-

शुल्क ड्राफ्ट वाई-मनी ऑर्डर द्वारा भेजने हेतु पता:

'ज्ञानामृत', ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन- 307510
(आबू रोड) राजस्थान, भारत।

For Online Subscription:

Bank: State Bank of India, A/c Holder Name: Gyanamrit, A/c No: 30297656367
Branch Name: PBKIVV, Shantivan, IFSC Code: SBIN0010638

☺ अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें ☺

Mobile: 09414006904, 09414423949, Email: hindigyanamrit@gmail.com, omshantipress@bkivv.org

ब्र.कु. आत्मप्रकाश, मुख्य सम्पादक एवं प्रकाशक, ज्ञानामृत भवन, शान्तिवन, आबूरोड द्वारा सम्पादन तथा ओमशान्ति प्रिन्टिंग प्रेस, शान्तिवन-307510, आबूरोड में प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय के लिए छपवाया।

मुख्य सम्पादक - ब्र.कु. आत्मप्रकाश, सम्पादक - ब्र.कु. उर्मिला, शान्तिवन

फोटो, लेख, कविता या अन्य प्रकाशन सामग्री के लिये :

E-mail: gyanamritpatrika@bkivv.org, omshantiprintingpress@gmail.com, Website: gyanamrit.bkinfo.in



1. लोहरदगा- झारखण्ड के मुख्यमंत्री भाता रघुवरदास को ईश्वरीय संदेश देते हुए ब्र. कु. शान्ति बहन। 2. नागपुर- शिवजयन्ती महोत्सव में अपने विचार व्यक्त करते हुए महाराष्ट्र के राज्यमंत्री भाता सुधाकर जी देशमुख। मंचासीन हैं ब्र. कु. प्रेमप्रकाश भाई, हिंदी पुलिस कमिश्नर भाता राजमान जी, ब्र. कु. रजनी बहन तथा अन्य। 3. नोयडा (सेक्टर- 33)- शिवजयन्ती कार्यक्रम में मंचासीन हैं उ. प्र. महिला आयोग अध्यक्ष बहन विमला नाथम, भाजपा राज्य उपाध्यक्ष भाता नवन सिंह नागर, ब्र. कु. मजू बहन तथा अन्य। 4. कोटड्वार- शिवजयन्ती कार्यक्रम का शुभारम्भ करते हुए ब्र. कु. न्योति बहन, उत्तराखण्ड के वन एवं परिवार मंत्री भाता हरक सिंह रावत, भाजपा के जिलाध्यक्ष भाता शैलेंद्र सिंह रावत तथा ब्र. कु. दीपा बहन। 5. दिल्ली- दिल्ली के मुख्यमंत्री भाता अरविन्द केजरीवाल को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र. कु. सुरेंद्र भाई। 6. स्विट्जरलैंड- माइंड मैनेजमेंट कार्यक्रम के बाद ब्र. कु. भारतपूषा भाई के साथ प्रतिभागी भाई-बहनें। 7. चन्द्रपुर (देगलूर)- राष्ट्रपिता महात्मा गांधी व्यसनमुक्ति पुरस्कार से देगलूर सेवाकेन्द्र की ब्र. कु. सुमाला बहन, ब्र. कु. पुनदा बहन, ब्र. कु. लक्ष्मी बहन, डॉ. सुनील भाई तथा डॉ. सचिन परम को सम्मानित करते हुए पदमश्री डॉ. अश्वयुग, महाराष्ट्र के गृहराज्यमंत्री भाता हंसराज अहिर तथा अन्य। 8. पोहवाली- शिवरात्रि महोत्सव का उद्घाटन करते हुए पंजाब के पर्यटन मंत्री भाता वी. एस. सिधु, ब्र. कु. प्रेम बहन, ब्र. कु. रमा बहन, स्वास्थ्य सेवा निदेशक डॉ. सतोश अग्रवाल तथा अन्य। 9. कोटा- युवराजो बहन कल्पना देवी जी, शिवदराना प्रांको का उद्घाटन करते हुए। साथ में ब्र. कु. उर्विला बहन तथा अन्य।



दिल्ली- भारत के राष्ट्रपति महामहिम भ्राता रामनाथ कोविंद, ब्र कु शिवानी बहन को 'नारी शक्ति' अवार्ड प्रदान करते हुए।

मुंबई (सावन)- महाराष्ट्र विधानसभा में इश्वरीय कार्यक्रम के बाद समूह चित्र में है ब्र कु सरोष बहन, महाराष्ट्र के वित्त नियोजन मंत्री भ्राता सुभाष भुनगटोवार, उनकी धर्मपत्नी बहन अमना भुनगटोवार, ब्र कु शिवानी बहन, महाराष्ट्र के मुख्यमंत्री भ्राता देवेंद्र फडणवीस तथा महाराष्ट्र के शिक्षा मंत्री भ्राता विनोद तावडे।



नई दिल्ली- 'गॉड ऑफ गॉड्स' फिल्म का राष्ट्रीय शुभारम्भ करते हुए आचार्य डॉ लोकेश मुनि, बहाई धर्म के नेशनल ट्रस्टी डॉ ए के मर्चेन्ट, स्वामी सर्वानंद सरस्वती, जगमा तावजग, मोडकवाल मुल्ला, डॉ एम डी शॉमर, ब्र कु वृजमोहन भाई तथा ब्र कु आशा बहन।

मोनीषल (विष्णुकल्याण सरोवर)- महाशिवरात्रि महोत्सव का उद्घाटन करते हुए ब्र कु शिवानी बहन, हरियाणा की महिला तथा बाल विकास मंत्री बहन कविता जैन, ब्र कु पुष्पा बहन तथा अन्य।

