

# ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 15

अंक-12

सितंबर-II, 2014

पाक्षिक

माउण्ट आबू

₹ 8.00

## 25 अगस्त 'विश्वबंधुत्व' अविस्मरणीय दिन को जन मानस ने बनाया यादगार

धन्य है वो धरती और धन्य हैं वहाँ पर रहने वाले लोग जहाँ कुछ ऐसी आत्माएँ जन्म लेतीं और अपने कर्मों के आधार से कुछ ऐसा कर जातीं जिसे सारी दुनिया ताउम्र अपने जिह्वा पर उसका वर्णन कर उस कर्म को बार-बार सिर नवाते और जहाँ भी वे शब्द जाते लोग उन शब्दों से पुस्तकें लिख देते। आज कुछ ऐसा ही दृश्य हमने देखा जिसमें विश्व माँ के रूप में प्रख्यात दादी प्रकाशमणि के कर्मों की गाथा क्या खूब गाई सबने, सभी के अंतरतम में यह बात झंकृत करती देखी गई कि मैं भी यदि दादी की तरह बनूँ तो मेरा जीवन सफल हो जाये....।

**शांतिवन।** दुनिया में समझदार लोग उन्हें कहते हैं जो बड़ी-बड़ी बातें करने लग गए हैं, लेकिन यहाँ समझदार उसे कहा जाता जो छोटी-छोटी बातें समझने लगे। ऐसी ही दादी प्रकाशमणि भी थीं जिन्होंने सभी छोटे-बड़ों का दिल जीता और ऐसा जीता जो ब्रह्माकुमारीज के शांतिवन परिसर में जनमानस की भीड़ को देखकर ही अंदाजा लगाया जा सकता था। इस परिसर में सरसों के दाने बिखरने की भी जगह नहीं थी, लोगों का प्यार व दादी जी के दुलार का ही असर है कि जन सैलाब उमड़कर उन्हें इतनी संख्या में श्रद्धासुमन अर्पित कर रहा था। कोई गीत की मधुर ध्वनि से, कोई अपने अश्रु तथा कोई पुष्पों से दादी जी को अपनी भावना की माला पहना रहे थे।

### सुबह से लगा ताँता

यहाँ ब्रह्ममुहूर्त 3.30 बजे से ही लोग दादी के स्मृति चिन्ह प्रकाश स्तंभ पर बैठकर

उनकी उपस्थिति को महसूस करने लगे थे। इतना बड़ा परिसर जहाँ किसी भी स्थान पर बैठने की जगह न होने के बावजूद भी लोगों की भावना इस कदर थी कि जहाँ स्थान मिले वहीं खड़े होकर विश्व जगत माता को सच्ची श्रद्धांजलि दे रहे थे। परिसर का वातावरण विहंगम, दर्शनीय तथा आत्मा को मंत्रमुग्ध कर देने वाला लग रहा था।

### वरिष्ठ दादियों व बड़े भाइयों ने दी श्रद्धांजलि

संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने लगभग 8.30 बजे सर्वप्रथम प्रकाश स्तंभ पर जाकर माल्यार्पण कर अपनी भावना व्यक्त की। अस्वस्थ होने के बावजूद भी दादी ने विश्वगुरु को जाकर नमन किया। तत्पश्चात् संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका तथा संयुक्त मुख्य प्रशासिका क्रमशः दादी गुल्जारा व दादी रतनमोहिनी ने अपनी

भावना पुष्प अर्पण कर व्यक्त की। संस्था के प्रधान सचिव क्रमशः ब.कु. निर्वैर, ब.कु. बृजमोहन व ब.कु. रमेश ने भी दादी के सम्मान में अपनी भावना प्रकाश स्तंभ पर जाकर व्यक्त की। इसके अलावा अन्य भाई-बहनों ने भी कतारबद्ध व करबद्ध होकर प्रकाश स्तंभ पर संकल्पों को साकार करने का प्रण लिया। साथ ही साथ मधुर गीतों के द्वारा भी दादी को श्रद्धासुमन अर्पित किया गया। सभी के दिल से एक ही आवाज़ निकली कि हम भी दादी जैसा विश्व बंधुत्व व वसुधैव कुटुम्बकम की भावना को आत्मसात कर इस धरती पर दादी की परछाई बनकर दिखाएँगे। संस्था पर दादी जी के साथ के स्नेहातीत अनुभव वरिष्ठ बहनों तथा वरिष्ठ भाइयों तथा कुछ आंगतुक मेहमानों द्वारा दादी जी को शब्द सुमन अर्पित किए गए।



नई दिल्ली। भारत के माननीय प्रधानमंत्री नरेन्द्र मोदी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी, ब.कु. बृजमोहन, ब.कु. आशा, ब.कु. सरला तथा अन्य।

## 'सोच' का प्रभाव करता है स्वास्थ्य को प्रभावित



**ज्ञानसरोवर।** कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन करते हुए बायें से ब.कु. डॉ. निरंजना, ब.कु. डॉ. गिरीश पटेल, ब.कु. डॉ. निर्मला, ब.कु. डॉ. प्रताप मिश्रा, ब.कु. डॉ. अशोक मेहता, डॉ. शिवान के कौल, ब.कु. डॉ. बनारसीलाल शाह तथा अन्य। **ज्ञानसरोवर।** मुंबई एम.जी.एम. हेल्थ लिए जिस गति से दिनों-दिन नये युनिवर्सिटी के कुलपति डॉ. शिवान आविष्कार को दौड़ में हैं उससे भी अधिक गति से उग्र रूप ले रही व्याधियों के.कौल ने कहा कि अधिकतर बोमारियां मन में उपजने वाले निगेटिव पर लागू कसने को चिकित्सकों के लिए चुनौती का विषय माना गया है। व वे ब्रह्माकुमारी संस्था के मेडिकल विंग द्वारा 'माइण्ड-बॉडी-मेडिसिन' विषय पर आयोजित सम्मेलन के उद्घाटन सत्र को रहा है वह मरीजों के लिए वरदान का कार्य कर रहा है। चिकित्सा जगत के वैज्ञानिक स्वास्थ्य को बेहतर बनाने के लिए इस्टीमेट ऑफ मेडिकल साइंस के -शेष पेज 5 पर



शांतिवन। दादी हृदयमोहिनी, दादी जानकी, दादी रतनमोहिनी, ब.कु. निर्वैर, ब.कु. मोहिनी, ब.कु. मुन्नी, ब.कु. सरला दादी तथा वरिष्ठ भाई बहनें।

## ‘चार’ बार मनन से बने आचार...

अपने को तो त्वरित निर्णय लेने की आदत है इसलिए विचार करने की लंबी माथापच्ची करने को मैं नहीं मानता हूँ। बार-बार सोचने से कोई निर्णय पर पहुँच नहीं सकता। एक आदमी अपनी कार्यशैली के मुताबिक ऐसा कह रहा था।

दूसरे ने कहा मेरा सिद्धांत अलग है। विचार शब्द को मैं इस तरह सोचता हूँ। विचार को संधिपात करे तो ‘वि’ ‘चार’। अर्थात् विशेष, ‘चार’ माना चार बार विशेष रूप से विचार कर निर्णय लेने से निर्णय पक्का हो जाता है। बाह्य प्रभाव से निर्णय न करे उसमें परिणाम अनुकूल न आने की पूरी शंका बनी रहती है।

मुख्य बात है कि ‘अति जल्दबाजी’ भी निरर्थक और अतिशय विलंब भी निरर्थक। दिमाग का अपना एक तंत्र है। जिसको समझने के लिए इसे हम दो भागों में बाँटते हैं - ‘चेतन मन’ उर्फ ब्राह्ममन और दूसरा अवचेतन मन उर्फ अन्तर्मन।

बाह्य मन अपनी वाणी, विचार, वर्तन आदि अनेक तरीकों से विचार करता है। इसलिए समय-समय पर वर्तन अलग-अलग देखने को मिलता है। अपने साथ हमेशा अच्छी तरह बताव करता व्यक्ति कभी-कभार खराब रीति से पेश आता है। तब हम एक प्रचलित विधान करते हुए कहते हैं कि आपको मैंने ऐसा नहीं माना था लेकिन मूल बात यह है कि किसी व्यक्ति के प्रति ‘धारणा’ बना लेने का हमें अधिकार ही नहीं है। व्यक्ति अपनी कथित धारणा के मुताबिक बताव करने के लिए बंधा हुआ नहीं है। दिनभर के दौरान वह भिन्न-भिन्न मनोवैज्ञानिक परिस्थितियों से गुजर रहा होता है। उसी अनुसार उनकी वाणी, वर्तन स्वभाव कार्य करते हैं। उसका मन प्रसन्न है तो वो आपके अनुसार कार्य करने को तैयार हो जायेगा और मन अप्रसन्न या क्रोधित होगा तो वो आपको बात का अनुकूल प्रत्युत्तर नहीं देगा।

बहुत लोगों को विचार शक्ति कुठित हो गई होती है। उनका मन बंधक होकर मौलिक रीति से विचार करने को तैयार नहीं होता। इसलिए ऐसे व्यक्तियों की प्रगति भी स्थगित हो जाती है। मौलिकता के अभाव में वे नौकरी धंधा, व्यवसाय में सफल हो नहीं सकता और दोष खुद की कंपनी, कर्मचारियों, भाग्य, कदरदानियों का अभाव आदि-आदि को देते रहता है। ‘दि पाँवर ऑफ थॉट’ अर्थात् विचार नियम के अनुवाद वार्ता संरक्षण के अंतर्गत दुनिया में दो प्रकार के लोग दिखाये हैं।

1) ऐसे लोग जो जिंदगी के मालिक होते हैं।

2) ऐसे लोग जिन्हें की जिंदगी मालिक होती है।

सर श्री ने इस सिद्धांत को विचार सूत्र के रूप में इस्तेमाल किया है वे हैं ‘‘विश्व में कोई भी वस्तु का भौतिक निर्माण होने के पहले वैचारिक निर्माण होता है।’’ ओ कस्टस विलियम हेयर ने एक वाक्य में कहा है- ‘‘ विचार हवा है, ज्ञान पतवार है, और मानव जाति नाव है।’’

यह बात सर श्री ने दो उदाहरणों के द्वारा समझाया है। कल्पना करो कि हम अपने मन को नदी में रहते हैं, जो नदी अपनी होडी को चारों तरफ बह रही है। इस नदी में अपने विचार गिरते रहते हैं जो कि जल्द ही वास्तविकता में बदल जाते हैं क्योंकि नदी का काम ही यही है, विचारों को वास्तविकता बदलने का। हम जो विचार करते हैं, उनका यह नदी पालन करती है और चीज़े प्रगट हो जाती हैं। इस नदी की शक्ति अनंत है। वैचारिक शक्ति का महत्व और असर समझने के लिए उसने दूसरा भी एक दृष्टांत दिया है।

उनके अनुसार फ्रान्स में एक कैदी को फांसी को सजा सुनाई गई। यह समाचार मिलते ही कुछेक डॉक्टर्स और मनोवैज्ञानिक जो कि मन पर प्रयोग कर रहे थे उसने कोर्ट में अपील की और कैदी को मारने की मंजूरी ले ली।

‘‘कैदी को एक पलंग पर लिटाकर उसे मृत्यु की विधि के बारे में समझाया गया। उनको कहा गया कि धीरे-धीरे हम आपके शरीर से पूरा ही रक्त निकाल लेने वाले हैं। शरीर में से एक बड़ी बोटल रक्त निकलने पर आपको पसीना आने लगेगा। दूसरी बोटल रक्त निकलने पर आपको कमजोरी का अनुभव होने लगेगा। तीसरी बोटल निकालने के साथ आपकी आँखों के आगे अंधेरा छा जायेगा। चौथी बोटल रक्त निकालने पर आपकी कर्माँदियों काम करना बंद कर देंगी। आप बेहोश होने लगेगे फिर धीरे-धीरे रक्त निकालते रहने के कारण अंत में आपकी मृत्यु हो जायेगी। इस तरह कैदी को इस बात का विश्वास दिला दिया



- डॉ. कु. गंगाधर

## अतीत को भूल देहातीत बनो

हम ब्राह्मण कथावाचक हैं, सिर्फ पंडित की तरह कथा नहीं करते हैं। सत्य परमात्मा बाप के महावाक्यों से हम नर से नारायण, नारी से लक्ष्मी बनते हैं। परंतु हर एक को करनी को देखो, नारायण जैसी हो, लक्षण देखो लक्ष्मी नारायण के है! करने में लक्ष्मी, हिम्मत, विश्वास नारायण का, जो करना है अब कर लें, वो पूछने की बात नहीं है। हम ऐसी करनी करें, ऐसे दिल से पाठ करें जो कोई का कारणे अकारणो योग नहीं लगता, सेवा में विघ्न आते तो वो हट जायें, उनके कष्ट दूर हो जायें। हम जा रहे हैं ऊपर में, और आत्मायें सिर्फ देखती रह न जायें, वो भी हमारे साथ चलने की तैयारी करने में लग जायें। फिर हम ब्राह्मणों को गृहस्थी नहीं खिला सकते हैं बल्कि हम ही गृहस्थियों को खिला करके ब्राह्मण बनाते, कितना फर्क है!

मेरे मीठे-मीठे बाबा ने कहा क्षत्रिय नहीं बनना है। क्षत्रिय युद्ध करता है बिचारा, करूँ न करूँ, क्या करूँ? कैसे करूँ? जो चिंता करता है वो वैश्य है इसलिए थोड़ी भी चिंता नहीं। चिंता ताकि कौजिए जो अनहोनी होए। होने वाला अच्छा ही है, जो कुछ होता है उसमें भला ही है इसलिए यह क्यों हुआ... की बात नहीं। क्षत्रिय कहता है मैं तो खबर गई हूँ। जिसको चिंता है, वो व्यर्थ चिंतन छोड़ता नहीं है। चिंता वाले को व्यर्थ चिंतन छोड़ता नहीं है। व्यर्थ चिंतन ऐसा है उस घड़ी

महसूस नहीं करता यह व्यर्थ है। व्यर्थ ऐसा रूप धारण करता है जो यह भी महसूस नहीं होता है कि यह व्यर्थ है। मैं तो अजब खाती हूँ। इसलिए इतना पॉजिटिव और प्योर, पावरफुल संकल्प हो जो व्यर्थ कोई हो, लक्षण देखो लक्ष्मी नारायण के है! करने में लक्ष्मी, हिम्मत, विश्वास नारायण का, जो करना है अब कर लें, वो पूछने की बात नहीं है। हम ऐसी करनी करें, ऐसे दिल से पाठ करें जो कोई का कारणे अकारणो योग नहीं लगता, सेवा में विघ्न आते तो वो हट जायें, उनके कष्ट दूर हो जायें। हम जा रहे हैं ऊपर में, और आत्मायें सिर्फ देखती रह न जायें, वो भी हमारे साथ चलने की तैयारी करने में लग जायें। फिर हम ब्राह्मणों को गृहस्थी नहीं खिला सकते हैं बल्कि हम ही गृहस्थियों को खिला करके ब्राह्मण बनाते, कितना फर्क है!

महसूस नहीं करता यह व्यर्थ है। व्यर्थ ऐसा रूप धारण करता है जो यह भी महसूस नहीं होता है कि यह व्यर्थ है। मैं तो अजब खाती हूँ। इसलिए इतना पॉजिटिव और प्योर, पावरफुल संकल्प हो जो व्यर्थ कोई हो, लक्षण देखो लक्ष्मी नारायण के है! करने में लक्ष्मी, हिम्मत, विश्वास नारायण का, जो करना है अब कर लें, वो पूछने की बात नहीं है। हम ऐसी करनी करें, ऐसे दिल से पाठ करें जो कोई का कारणे अकारणो योग नहीं लगता, सेवा में विघ्न आते तो वो हट जायें, उनके कष्ट दूर हो जायें। हम जा रहे हैं ऊपर में, और आत्मायें सिर्फ देखती रह न जायें, वो भी हमारे साथ चलने की तैयारी करने में लग जायें। फिर हम ब्राह्मणों को गृहस्थी नहीं खिला सकते हैं बल्कि हम ही गृहस्थियों को खिला करके ब्राह्मण बनाते, कितना फर्क है!

हो। बाबा कहता है यह याद रहे-यह हमारा अन्तिम जन्म है, 84 का चक्र लगाया है। अब बाबा के साथ मुक्तिधाम में वापस जाना है, सतयुग में आना है। मुक्तिधाम में तो सब जायेंगे, पर हम कैसे जायेंगे? न चाहते भी सबको जाना ही है। पुरुषार्थ न करें तो उसकी मर्जी, परंतु हम पुरुषार्थ कर रहे हैं मुक्तिधाम में जाना है फिर साथ-साथ जीवनमुक्ति में आना है, इसके लिए क्या पुरुषार्थ करना है? बहुतकाल से योग लगाने वाला ब्राह्मण योगी उसके लिए भगवान कहता है वो अन्त में मेरे साथ वापस चलेगा, तो देखो मैं उसमें हूँ? नहीं हूँ तो लगाओ अपने को चमाट, जल्दी सीधे हो जाओ। हिसाब-किताब चुक्नु करने के लिए खड़ा न होना पड़े। मैं क्या करूँ, हिसाब-किताब कड़ा है ना, क्या करूँ? कान बहरे हैं क्या? बाबा ने इतना सुनाया, इतना सुनाया है जो अन्धों की भी आँखें खुल जाती हैं, रास्ता क्लौर हो जाता है तो सुन-सुन अन्धे पावे राह... जब यह गीत बजता था नयनहीन को राह दिखाओ प्रभु... पग-पग ठोकर खाऊँ मैं...। जागे हैं तो जगाओ... तू प्यार का सागर है... हर एक गीत देखो कितने अच्छे हैं, प्यार के सागर ने प्यार देके जगा लिया। ज्ञान पीछे मिला है प्यार पहले मिला है।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हृदयमोहिनी अति, मुख्य प्रशासिका

## हताश में आश जगाता है विधाता

मीठे बाबा ने समय का इशारा देते हुए कहा है कि अभी मन्सा सेवा की बाहु दऱ-बाहु दऱ आवश्यकता है क्योंकि दुनिया में चारों ओर देखो चाहे देश में, चाहे विदेश में कितने भी धनवान हों, कितने भी एज्युकटेड हों... लेकिन हर एक को यह भय है कि आगे क्या होने वाला है? वर्तमान का डर तो है ही क्योंकि वायुमण्डल ही खराब हो रहा है लेकिन भविष्य का भय है कि आखिर क्या होने वाला है और हम बेफिकर बादशाह हैं क्योंकि हमें बाबा ने सुना दिया है, दुनिया वालों को तो बहुत बुरा-बुरा दिखाई दे रहा है... हम कहते हैं इस बुराई में भी अच्छाई समाई हुई है। दुनिया वाले तो बिचारे नियशा हो गये हैं कि पता नहीं क्या होगा! उन्हें बहुत मुश्किल लगता है। लेकिन हमें बाबा ने बताया है कि यह जो गिरावट हो रही है, समय प्रमाण यह बुराई अति में जानी ही है। जब स्थापना हुई थी उस समय ही बाबा ने यह स्लोगान सुनाया था कि किसकी दबी रही धूल में, किसकी राजा खाए... और सफल उसकी होगी जो खर्चें दाता के

नाम...। उस समय इतनी यह अति की हालतें नहीं थीं। तो हम लोग बाबा को कहते थे कि बाबा ऐसा भ्रष्टाचार तो दिखाई नहीं दे रहा है। तो बाबा कहता था आगे चलते चलो, आगे देखो क्या होता है? लेकिन अभी तो जो बाबा ने कहा वो प्रैक्टिकल सोचने से भी ज्यादा है। जो नहीं सोचो वो हो रहा है। कोई भी डिपार्टमेंट पापाचार, भ्रष्टाचार से सेफ नहीं रहा है। अभी तो खुले अखबारों में भ्रष्टाचार का नाम आ रहा है। खुला बाज़ार है, छिपा हुआ नहीं है। तो यह सब देखकर हमको डर नहीं लगता या दुःख नहीं होता क्योंकि हम भविष्य के राज को जानते हैं कि यह अति में जाकर अन्त होगा फिर उस राज्य की आदि होगी क्योंकि अति के बाद ही अन्त होता है। नियम है ना, 12 के बाद ए.एम. ऑटोमेटिक शुरु हो जाता है। तो अति के बाद अन्त है और अन्त के बाद उन्हे बहुत मुश्किल लगता है। लेकिन हमें बाबा ने बताया है कि यह जो गिरावट हो रही है, समय प्रमाण यह बुराई अति में जानी ही है। जब स्थापना हुई थी उस समय ही बाबा ने यह स्लोगान सुनाया था कि किसकी दबी रही धूल में, किसकी राजा खाए... और सफल उसकी होगी जो खर्चें दाता के

माया के, विघ्नों के चक्कर में आ करके ढीले भी हो गये हों, लेकिन जिसने कहा मेरा बाबा माना उसके पास स्वर्ग की चाबी है ही। तो हम सभी को गेट पास की तो कोई चिंता नहीं है, लेकिन सीट कौन सी लेनी है? जो संगमयुग पर सीट पर सेट होगा, कभी अपसेट नहीं होगा, उसी को अच्छी सीट मिलेगी। सीट पर सेट नहीं है तो अपसेट है। हम ब्राह्मण हैं तो एक अकालतख्त, दूसरा बाबा का दिलतख्त और तीसरा भविष्य राज्य तख्त मिलना ही है। यह तीन तख्त बाबा ने हम सबको दिया है जो सारे कल्प में ऐसा कोई को नहीं मिलेगा। बाबा ने एक साथ तीन तख्त दिये हैं, तो कभी किस तख्त पर बैठो, कभी किस तख्त पर बैठो। जैसे माँ बच्चे को कितना भी बचाये कि मिट्टी से ना खेले, मिट्टी खायें नहीं फिर भी वो बार-बार मिट्टी में चला जाता, तो बाबा ने भी हमें देखो कर्हों-कर्हों से दूँद के निकाला है, खुद भगवान ने हमको दूँदा। लोग तो बिचारे भगवान को अभी तक भी दूँद रहे हैं और हमें भगवान ने दूँदा है। तो हमें कितना नशा है! तो बाबा कहते नशे की इतनी बातें बता दी हैं आपको, स्वमान को लिस्ट देखो उसी में स्थित रहो।

जीवन की सरलता किसी भी प्राणी की सर्वप्रथम आवश्यकता है। सरल जीवन में ही सुख-शांति की लताएं शोभित होती हैं। सरल जीवन में ही गुणों के गुल चमकते हैं। सरल जीवन ही अतीन्द्रिय सुखों का कारण है। मनुष्य जीवन प्राप्त करके भी अगर कोई प्राणी जीवन से परेशान हो जीवन की गाड़ी को अशांति के पहियों पर जबरदस्ती खींच रहा हो तो वह जीवन भी क्या है!

इस पुरुषोत्तम संगमयुग पर योगेश्वर ने योग को सरल बनाकर प्रस्तुत किया। इतना ही नहीं, जब से कोई आत्मा उसकी बने, जब से किसी ने कहा - 'कि शिव बाबा, मैं तेरा'। तो बाबा की ओर से मधुर बोल गुंजारित हुए, 'बच्चे, मैं तेरा'। अर्थात् सहजयोगी भव का वरदान प्राप्त हो गया। स्वयं भगवान ने वरदान दिया कि मैं हर समय तुम्हारे साथ रहूंगा। मेरी मदद तुम्हें हर समय प्राप्त होगी। और जिन आत्माओं को इस वरदान की स्मृति दृढ़ हो गई वे सहज योगी बन गये। किसी भी मनुष्य की सफलता या असफलता, महावीरता या कमजोरी हार या जीत, महानता या साधारणता का आधार स्मृति ही है। किसी को अगर यह स्मृति दृढ़ है कि मैं महान हूँ तो महानता उसके हर कर्म व कर्मैन्द्रिय पर अपनी छाप छोड़ने लगती है। अगर कोई यह समझ बैठा है कि मैं तो कमजोर हूँ तो हार और निराशा ही हर कदम पर उसका वरण करेगी। तो परमपिता के वरदानों की स्मृति ही योग-अभ्यास को सरल व स्वाभाविक कर देती है।

जैसे - किसी भगवान के पुत्र को अगर यह स्मृति है कि मैं सर्वशक्तिवान की संतान, सर्व-शक्तियों से सम्पन्न आत्मा हूँ। यह स्मृति उसे अति शक्तिशाली बना देती है और माया को जीतना उसके लिए खेल-खेलने जैसा हो जाता है। तो वास्तव में ये स्मृति ही जीवन की हर समस्या का हल है। जो भी समस्या मनुष्य अपने जीवन में बो लेता है, उसका कारण ही ये स्मृति की कमी है। अथवा यों कहें कि जितना जो सहज योगी होगा, उतना ही उसका जीवन भी सहज होगा। जीवन उसे अति प्यारा लगेगा और वास्तव में तो वह अपने जीवन को देवताओं से भी अच्छा अनुभव करेगा।

परन्तु यदि किसी आत्मा के लिए योग स्वयं ही एक समस्याओं के घेरे से निकलना, पैदल सागर पार करने जैसा लगेगा। और वह बार-बार स्वयं को जीवन से हारा हुआ महसूस करेगा। क्योंकि कलियुग में जीवन स्वयं ही एक युद्ध है। इसमें जिस साहस की आवश्यकता होती है, वह साहस योग की श्रेष्ठ सिद्धि से प्राप्त होती है। परन्तु अगर किसी के लिए योग भी एक नया युद्ध बन गया हो तो इस द्वियुद्ध के जीवन को सरल बनाना फिर हवाई किले बनाने जैसा होता है।

मनुष्य के जीवन पथ पर जब अनेक बार निराशाओं के बादल मण्डराने लगते हैं, तो असफलता से प्राप्त हुई उदासी उसे ईश्वरीय सुखों से किनारा करा देती है। मन को व्यर्थ उलझने और चिन्ता-सी चिन्ताएं राहों में कांटे बिछा देती हैं और असौम सुखों को कल्पना से यात्रा प्रारम्भ करने वाला राही आंख मूंदकर बैठ जाता है। परन्तु सहज योग इन सबका हल है। योग आशाओं के चिराग जलाता है। और एक महान दृष्टिकोण प्रदान करता है जिससे छोटे-मोटे विघ्न मनुष्य को निरुत्साहित नहीं करते। योग अभ्यासी आत्माएं इस बात के अच्छी तरह अनुभव ही हैं कि जहां 'मैं-पन' आता है, मन

## सरल विचारों से जीवन सरस

-ब.कु.सूर्य भाई....

भारी हो जाता है। 'क्या होगा' का भय दुःखी कर देता है और उसी स्थान पर शिव बाबा को यादें जीवन को हल्का करके खुशियों को दुनिया में ले जाती हैं।

सहज योग खुद ही सहज जीवन है। प्रातःकाल से ही हम अपनी जीवन रूपी गाड़ी को सहज योग की पटरी पर सेट करें तो जीवन की सरलता का सुख सारे दिन प्राप्त होगा। यह देखा गया है कि अमृतवेले योग की सरलता व सहजयोग की भावना सारे दिन को सुखी व विघ्न विहीन कर देती है। परन्तु इसके लिए इस अमूल्य समय में आत्मा को पूर्ण संतुष्ट करना होगा। मनुष्य के मन की असहयोग की भावना भी उसके जीवन को क्लिष्ट करती है। अगर मन से दूसरों को शुभ-भावनाओं व श्रेष्ठ कामनाओं का सहयोग दिया जाए तो मन की व्यर्थ की उलझन स्वतः ही समाप्त हो जाती है। इस ईश्वरीय जीवन में अगर किसी आत्मा ने शुभ भावनाओं का खजाना पूर्णतः भरपूर किया हो तो उसके खजाने चारों युगों में भरपूर रहेंगे और उसे ही जीवन की सरलता का सही आनन्द प्राप्त हो सकेगा।

**सफलता या असफलता, महावीरता या कमजोरी, हार या जीत, महानता या साधारणता का आधार स्मृति ही है। किसी को अगर यह स्मृति दृढ़ है कि मैं महान हूँ तो महानता उसके हर कर्म व कर्मैन्द्रिय पर अपनी छाप छोड़ने लगती है।**

जब कभी किसी मनुष्य को अकेलेपन की अनुभूति होती है तो वह जीवन को बहुत ही बोझिल महसूस करता है। परन्तु सहजयोगी को जीवन में कभी भी अकेलेपन नहीं भासता। भगवान का साथ व ईश्वरीय परिवार का स्नेह उसके मन को सुखों से भरपूर रखता है। परन्तु मनुष्य विनाशी देहधारियों से क्षणिक प्रीति जोड़कर यों ही जीवन को बोझिल करता रहता है। जबकि उसे पता है कि मानव-प्रेम स्थाई नहीं होता और इसी कारण उसे दुःख की प्राप्ति होती है। परन्तु मानव के तत्कालीन प्यार में पड़कर कहीं-कहीं, कोई-कोई आत्मा स्वयं के भविष्य को अंधकार में धकेल देती है और जीवन में जन्म-जन्म की अशांति के बीज बो लेती है। मनुष्य के जीवन में अनेक बार ऐसे भी क्षण आते हैं जबकि वह चाहता है कि उसे कोई प्यारे करे, कोई उसे मन को चैन देने वाला वचन कहे, कोई उसे सहारा दे। जीवन की लम्बी यात्रा में, हार-जीत के इस द्रुद्ध में ऐसे क्षण आ सकते हैं। परन्तु सहज योगी आत्मा को ईश्वरीय प्यार की सूक्ष्म अनुभूति इतना तृप्त रखती है कि वह प्यार का भिखारी नहीं बल्कि प्यार का दाता बन जाता है। अतः हमें सहज योग द्वारा ईश्वरीय प्यार के पात्र बन जाना चाहिए, तब ही हमारी जीवन की राहें आशा भरी, सुख भरी व प्रेम भरी होंगी।

बहुत बार, कई मनुष्य यों ही अपने लक्ष्य से विचलित होकर समस्याओं का आह्वान करके, 'आ बैल मुझे मार' वाली कहावत को चरितार्थ

करते हैं। जिन बातों से हमें कुछ लेना-देना नहीं उनमें हम क्यों अटक जाएं। इस संगमयुग पर हम यह न भूलें कि हमारा मार्ग पूर्णतया 'आध्यात्मिक' है। हमें लौकिक तौर-तरीके अपनाकर अपने जीवन की सरल राहों में पत्थर नहीं बिछा लेने चाहिए नहीं तो फिर उन पत्थरों को साफ करके-करते ही हमारे जीवन को ये अनमोल धड़ियां बाँत जायेंगी।

सहज योग में जहां अन्तर्मुखता जीवन पथ को सरल करती है, वहीं साथ-साथ रमणीकता का पुट भी जीवन की सरलता के लिए आवश्यक अंग है जो आत्मा को चिड़चिड़ा होने से बचाती है व जीवन में टकराव को स्थिति पैदा नहीं होने देती। रमणीक स्वभाव भी व्यर्थ संकल्पों से सहज ही मनुष्य को बचा देता है। केवल गंभीर जीवन लोकप्रिय नहीं होता जब तक हर्षित स्वभाव की चमक उसमें न हो।

तो आओ, हम सभी जीवन को इस लम्बी यात्रा में हंसते गाते चले। दूसरों को सुख देने वाले कभी दुःखी नहीं होते। जो दूसरों की शांति भंग नहीं करते वे चिर शांति के अधिकारी होते हैं। अतः अपने जीवन को सहज बनाने के इच्छुक आत्माओं को, दूसरों के जीवन की सरलता को भंग न करने को विशेष महत्व देना चाहिए।

सहज योग के अभ्यासी को ये धारणाएँ वरदान के रूप में प्राप्त हो जाती हैं। अपने योग को सहज बनाने के लिए हर कर्म को सहज रूप दे देने की कला को जानना परम आवश्यक है। कर्म के परिणाम की चिन्ता, कर्म में बुद्धि योग को समाप्त कर देती है। सम्पर्क में स्वभाव की सरलता, योग को व जीवन को सरल बना देती है। तथा दूसरों को उन्नति में सहयोगी बनाना, दूसरों की श्रेष्ठ मार्ग प्रदर्शना करना - इससे प्राप्त सूक्ष्म आशीर्वाद हमारे जीवन को सुखद व सरस कर देता है। जीवन को सरल करने के लिए विचारों को सरल करना होगा। हमारा सोचना ही सरल स्वरूप का हो। मन को भारी करने वाले विचार हम जीवन से छोड़ते जाएं। और यह सब होगा, ज्ञान को पूर्णतया मथकर, मक्खन बुद्धि में भर देने से। तब ही ज्ञान का मक्खन मन को ताजगी देता रहेगा। नहीं तो मनुष्य का व्यर्थ का अहंकार उसे यों ही परेशान किये रहता है। मनुष्य खुद ही अपना जाल बुनकर उसमें उलझा रहता है। तो अगर मनुष्य विचारों को व इच्छाओं को ही सरल कर दे तो फिर जीवन के इस खेल में उसे अत्याधिक आनन्द प्राप्त होगा।

शिव बाबा ने हमें सारा ज्ञान जीवन को सरल बनाने के लिए ही तो दिया है। ज्ञान के बाद भी अगर जीवन कठिन लगता है तो जीवन की सरलता का अनुभव कब होगा? और उससे भी अधिक महान फरिश्ता स्वरूप में कब स्थित होंगे। अतः अगर किसी आत्मा का इस संगमयुग में सहज योग होगा तो वर्तमान व भविष्य में सहज जीवन का आनन्द उसे स्वतः ही प्राप्त होगा। अंत में यह कहा जा सकता है कि मन में सभी के प्रति सत्कार व स्नेह की भावना तथा सुख स्वरूप द्वारा सहयोगी को कामना हमारे योग व जीवन दोनों को सरल करती है। पहले हमें योग को सरल रूप देना चाहिए फिर जीवन स्वतः ही सरल हो जायेगा। और यह बात समाप्त हो जायेगी कि हमें जीवन में बहुत सहन करना पड़ता है।



**भोपाल-म.प्र.**। माननीय मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान व उनकी धर्मपत्नी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रानी। साथ हैं ब्र.कु. किरण।



**अगरा-सिकन्दरा**। रक्षाबंधन कार्यक्रम के पश्चात् मानसिक अस्पताल की स्वास्थ्य अधिकारी बहन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरिता तथा ब्र.कु. गीता।



**अंबाला कैट**। डिवीजनल रेलवे मैनेजर ए.के. कथपाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. संगीता रानी।



**अमेठी**। खनीकर्म कैबिनेट मंत्री गायत्री प्रसाद प्रजापति को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुषमा। साथ हैं ब्र.कु. सुमित्रा तथा अन्य।



**वलिया-उ.प्र.**। केन्द्रीय खादी एवं प्रोमोद्योग मंत्री नारद राय को राखी बांधते हुए ब्र.कु. उमा।



**भिवंडी-म.प्र.**। विधायक रुपेश महात्रे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बिन्दु।



**पटना-विहार।** माननीय मुख्यमंत्री जीतन राम मांझी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. संगीता। साथ है ब्र.कु. अनीता तथा ब्र.कु. महेश।



**नालंदा-विहार शरीफ।** डी.एम. बी.कार्तिकेय को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अनुपमा।



**नोएडा।** सांसद महेश शर्मा को राखी बांधते हुए ब्र.कु. सुदेश।



**नुह-हरियाणा।** जिलाधिकारी संजय जून को राखी बांधते हुए ब्र.कु. मोनिका।



**पटना-विहार।** उच्च न्यायालय के न्यायाधीश समरेन्द्र प्रताप सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. संगीता।



**पुणे-खाडकी।** नगर सेवक शंकर केमसे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुवर्णा। साथ है ब्र.कु. भारती।

## अखाद्य वस्तुएं और उनका शरीर पर प्रभाव

नमक शरीर के लिए अनावश्यक।

नमक शरीर के वास्ते कोई आहार नहीं है। शरीर में वह आत्मसात् नहीं होता। पाचन-तंत्र में पहुँचकर वह शोषित होता है और रक्त में मिलकर भ्रमण करने लगता है। वह आत्मसात् हुए बिना रक्त में घूमता है और अन्त में मूत्र पिंड आदि के द्वारा शरीर से बाहर फेंका जाता है। डॉ. शोल्टन लिखते हैं, "मेरी तीन सन्तानें जिनकी उम्र क्रमशः 23, 20 और 16 वर्ष की है, पूर्णतः विकसित और स्वस्थ हैं साथ ही उत्साही और शक्तिशाली भी। उनकी माता जब गर्भवती थी और बाद में जब वह बच्चों को दूध पिलाती थी, तब उसका नमक बन्द कर दिया गया था। उसके बाद आज तक भी बच्चों ने नमक नहीं चखा है। सामान्यतया ऐसा माना जाता है कि शाकाहारियों को अधिक नमक की आवश्यकता पड़ती है। मेरी तीनों सन्तानें शाकाहारी हैं, फिर भी उन्हें नमक की आवश्यकता नहीं प्रतीत होती।" 20 वर्षों से डॉ. शोल्टन ने अपने रोगियों के आहार में से नमक निकाल दिया है 'अनिवार्य

## सदा स्वस्थ जीवन

स्वर्णिम आहार से सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर



गिने जाने वाले नमक के बिना

भी वे ठीक हो सके हैं। वे उपचार करने के बाद उनके पास से चले गए, फिर भी उन्होंने नमक का उपयोग नहीं किया। कड़ियों ने तो अपने बालकों को दिया जाने वाला नमक भी बन्द कर दिया किन्तु किसी को भी नमक न खाने पर कोई खराब असर हो, ऐसा देखने में नहीं आया। यह उदाहरण सिद्ध करता है कि नमक न खाना हितकारी है।

नमक भी जहर है। नमक किसी भी पदार्थ में अधिक पड़ जाता है तो वह ख़ाया नहीं जाता। ज़हरीला हो जाता है। इसी तरह नमक का कुप्रभाव भीतरी तन्तुओं, नस-नाड़ियों इत्यादि पर भी पड़ता है। यह भोज्य पदार्थों के स्वाभाविक स्वाद को नष्ट कर देता है।

गुर्दे (Kidneys) तथा यकृत (Liver) के खराब होने का मूल कारण ज़्यादा नमक ही है। यह आंतों तथा पेट की अल्पतः नाजुक त्वचा पर असर करता है। इसके अधिक सेवन से कैंसर, मोटापा, मधुमेह, जुकाम, अनिद्रा

## वर्तमान को मान देने से खुशी कायम रहेगी

**प्रश्न:-** हम जितने भी उदाहरण देखते हैं जहाँ बड़ी-बड़ी योजनाएं बनायी गईं वे सभी तभी संभव हो पायी हैं जब टीम ने लीडर के दृष्टिकोण को अपना दृष्टिकोण बनाया। जो उसे स्वीकार नहीं कर पा रहा है या उसको पूरा नहीं कर पा रहा है, तो क्या अच्छा है? **उत्तर:-** अपनी वास्तविक खुशी को बनाये रखें, जो वो पूरा नहीं कर पा रहा है वो भी कर लेगा। क्योंकि हम उनको वो ताकत दे रहे हैं। अगर हम ये याद रखें कि ये बहुत बड़ा मंत्र है, यह बहुत ही शक्तिशाली यंत्र है जो हमारे आस-पास के लोगों को सशक्त बना देता है। इससे दूसरे लोग अशांत भी नहीं होते हैं।

**प्रश्न:-** हमने पहले भी अपेक्षाओं की बात की थी तो उसके बहुत ही अच्छे परिणाम आये थे। ऐसे ही अगर हम अतीत को देखते हैं तो क्यों है ऐसा, अभी मैं बहुत अच्छी तरह से बात कर रही हूँ, सब कुछ ठीक-ठाक चलता जा रहा है। मैं महसूस नहीं करती हूँ और हमारे अतीत से संबंधित बातें याद हो आती हैं।

**उत्तर:-** फिर इसके बाद क्या हुआ, हमारा अतीत, हमारे वर्तमान में बदल गया। उसको हम कहते हैं पास्ट है, बार-बार हम कहते हैं जो बीत गया... सो बीत गया, लेकिन जितनी बार हम उसको याद करते हैं तो वो अतीत न रहकर वो मेरा वर्तमान बन जाता है। क्योंकि जैसा आपने कहा कि जैसे ही वो अतीत याद आया, तो मेरा आज का दिन भी....। मान लो पास्ट में कुछ ऐसी बात हुई थी कि हम दर्द में चले गये थे। और हमने अपने लिए दुःख-दर्द क्रियेट कर लिया। लेकिन अब मुझे जितनी बार वो अतीत की बातें याद आती हैं तो हर बार मुझे उस दर्द का एहसास होता है। वास्तव

में अब वो मेरा अतीत न होकर वर्तमान बन जाता है। तो ये अतीत भी एक अवधारणा है, एक बिलीफ सिस्टम है। लेकिन अतीत तो वास्तव में कुछ है ही नहीं। अतीत मतलब जो बीत गया। लेकिन अब जब हम अतीत की बात कर रहे हैं तो हम अतीत में जाकर कुछ भी नहीं कर सकते हैं।

इस पूरी श्रृंखला में हमने यही देखा कि खुशी हम कहां-कहां दूढ़ते हैं - वस्तुओं में दूढ़ा, परिस्थितियों में दूढ़ा, लोगों से दूढ़ा कि आपसे मिल जाये, और बहुत बड़ी चीज़ है हम वहां दूढ़ते हैं जो बीत गया या जो होने वाला है। माना हम अपनी खुशी को या तो अतीत में दूढ़ते हैं या

उसकी भविष्य में मिलने की आशा करते हैं। आज मनोवैज्ञानिक भी बताते हैं कि अधिकतर हम 80-20 के अनुपात से चलते हैं। मतलब

80 प्रतिशत समय हम बीती हुई बातों के बारे में सोचते रहते हैं और 20 प्रतिशत समय हम आने वाली बातों के बारे में सोचते हैं। ये सुनने में ऐसा लगेगा कि नहीं ऐसा कैसे हो सकता है। लेकिन हमें इसकी भी अवेयरनेस चाहिए। लेकिन हम कभी अवेयर नहीं होते हैं, क्योंकि हम अपनी थॉट्स के प्रति अवेयर नहीं हैं। हमें ये पता नहीं होता कि सारा दिन हम कौन सी थॉट क्रियेट कर रहे हैं।

दूसरा स्टेप, अपने बारे में थॉट क्रियेट करने के प्रति अवेयर होना। अगर आप एक दिन भी अपने थॉट्स को चेक करें तो आप पायेंगे कि इसमें बीता हुआ पल हो सकता है अभी

आदिरोग हो सकते हैं। यह हृदय को गति और रक्तचाप को भी बढ़ाता है। उससे अम्लता (Acidity) की शिकायत हो जाती है। नमक पचता नहीं है इसलिए नमक के अधिक प्रयोग से प्यास बढ़ जाती है क्योंकि शरीर नमक को पानी में घोलकर बाहर निकालता है। शरीर के प्राकृतिक खाद्यों (फल, सब्जियाँ, अंकुरित अन्न इत्यादि) से ही नमक की पूर्ति हो जाती है। जब खाद्य को आग पर पकाया जाता है तो उनके प्राकृतिक लवण (नमक) नष्ट हो जाते हैं। इसलिए केवल पकाये हुए खाद्यों में ही हल्का संधा नमक ऊपर से डालना चाहिये। नमक में बड़ी मात्रा में सोडियम होता है जो रक्तचाप बढ़ाता है। सोडियम पानी को अवशोषित करता है जिससे वजन बढ़ जाता है। अहमदाबाद के एडवोकेट कान्ति भाई ठक्कर, उम्र-83 वर्ष ने पिछले 30 वर्षोंसे नमक नहीं खाया है, दूध एवं दूध से बनी हुई कोई भी चीज़ नहीं खाई है और आज भी पूरा दिन अपनीकालत का कार्य करते हैं, कोर्ट में केस लड़ते हैं एवं दो-पहिया वाहन चला सकते हैं। कोई बीमारी नहीं है और कोई गोली दवाइ नहीं लेते हैं।

M - 07791846188  
healthyhealthyhappyclub@gmail.com  
संपर्क करें केवल 1pm से 3pm के बीच में

जो लास्ट मिनट पास हुआ या यों कहे कि 10-20 साल पुरानी वाली बात या फिर आने वाले समय के बारे में हो सकता है। ऐसा इसलिए होता है कि हम यहां वर्तमान समय में होते हैं, क्योंकि समय की अवधारणा क्या है, एक-एक क्षण, एक-एक परिस्थिति, एक-एक घटना जो पास होती जाती है, वह अतीत बनता जाता है। इस वर्तमान समय में मैं या तो बीती हुई घटना के बारे में सोच रही हूँ या फिर आने वाले समय के बारे में। जितनी देर मैंने आने वाले समय के बारे में सोचा तो मेरा ये वर्तमान समय बीत गया ना। उतनी देर में मैं यहां से हिलकर वहां पहुंच गयी और यहां आने के बाद अब हम पास्ट के बारे में सोचना शुरू कर देते हैं। यह एक बॉक्स के समान है। जैसे यह तीन बॉक्स है। पहला बॉक्स पास्ट है, दूसरा वर्तमान है और तीसरा भविष्य है। मान लो अभी मैं वर्तमान वाले बॉक्स में खड़ी हूँ लेकिन या तो मैं पास्ट वाले बॉक्स के बारे में सोच रही हूँ या फिर फ्यूचर वाले बॉक्स के बारे में सोच रही हूँ। और वर्तमान पर हमारा ध्यान ही नहीं जाता है। इधर खड़े-खड़े मैंने इसके बारे में सोचा उतनी देर में वो वन मिनट पास हुआ तो मैं पास्ट वाले बॉक्स में आ गयी ना। मान लो इसमें दस वर्ष बीत गये। माना मैं वर्तमान में रहकर 10 वर्ष पीछे चली गयी। वास्तव में हो क्या रहा है, हर पल हम सोच तो रहे हैं लेकिन उस पल के बारे में सोच रहे हैं जो वास्तव में पास हो गया या जो आने वाला है और इस प्रोसेस में हम वर्तमान समय को पास कर जाते हैं। साधारणतः हम हर क्षण के बारे में यही सोचते हैं कि यह हमारे कंट्रोल में नहीं है। हम बहुत बार इस फीलिंग को अपने अंदर जेनरेट करते हैं।

-क्रमशः



ब्र.कु. शिवानी

# उठो, बस एक कदम और...

-ब्र.कु. शांभिका, शांतिवन।

महान दार्शनिक-कम्यूनिस्टों ने कहा है- "आप किसी भी व्यक्ति की दृढ़ इच्छा-शक्ति को परास्त नहीं कर सकते, भले ही किसी विशाल सेना को परास्त कर लें।" "जूलियस सीजर के बारे में कहा जाता है कि उसने जितनी विजय प्राप्त की, उसमें उतनी सैनिक योग्यता नहीं थी, लेकिन उसमें क्रियाशीलता थी, उसमें दृढ़ निश्चय तथा प्रबल इच्छाशक्ति थी।" सभी महान व्यक्ति जो दूसरों की तुलना में अधिक ऊँचे उठे वो केवल अपनी इच्छाशक्ति और अपने सामर्थ्य के कारण।

प्रत्येक व्यक्ति जीवन में सफलता प्राप्त करना चाहता है, उन्नति करना चाहता है, आगे बढ़ना चाहता है, सभी समस्याओं पर विजयी बनना चाहता है। मनुष्य चाहता तो बहुत कुछ है परंतु यह सफलता मिलेगी कैसे यह जानने का प्रयास करना नहीं चाहता। बार-बार असफलता का मुंह देखते-देखते वह भूल जाता है कि असफलता शब्द स्वयं में ही सफलता को समेटे हुए है। प्रत्येक असफलता, सफलता की ओर कदम बढ़ाने की एक सीढ़ी है। जहाँ असफलता है वहाँ सफलता समाई हुई ही है इसलिए हमें निराशा होने की आवश्यकता नहीं है, हमें कुछ जोड़ने का प्रयास नहीं करना है बल्कि असफलता से अ को तोड़ने की आवश्यकता है। जिस पल ये दीवार गिरती है उसी पल सफलता सामने दिखाई देने लगती है। असफल केवल वही व्यक्ति होता है जो सफलता के अवसरों से मुंह मोड़ लेता है।

किसी भी व्यक्ति को सफलता के लिए उसे मेहनत, लगन, धैर्यता एवं सरलता की आवश्यकता है। यदि व्यक्ति धैर्य खो दे तथा असफलताओं से हार खाकर प्रयास करना ही बंद कर दे तो वह कभी सफलता प्राप्त नहीं कर सकता। यदि बार-बार असफलता मिल रही है तो यह निश्चय और भी दृढ़ हो जाना चाहिए कि सफलता अब ज्यादा दूर नहीं। केवल आवश्यकता है सच्चे दिल से उस ओर परिश्रम करने की एवं पूर्ण विश्वास की कि सफलता तो मिली ही हुई है।

संसार के महान वैज्ञानिक अलबर्ट आइंस्टाइन ने एक बालक के पत्र के जवाब में सफल होने का मंत्र बताया है लिखा- "हिम्मत न हारो।" बचपन में मुझे बुद्धू कहा जाता था। लड़के मेरी पीठ पर काट का उल्लू लिख दिया करते थे। प्रश्नों का सही उत्तर न

**सोच का पभाव** - पेज 1 का शेष...

कुलपति डॉ. दिलीप गोडे ने कहा कि मनुष्य की चेतना जब संगठित रूप से एक ही प्रकार का संकल्प करती है तो उसकी सामूहिक सोच का प्रभाव स्वास्थ्य को भी प्रभावित करता है। राजयोग से प्राप्त होने वाली ऊर्जा शरीर से परे की आत्मिक अनुभूति कराती है, जिससे आत्मिक शक्ति का प्रवाह पूरे शरीर को स्वस्थ रखता का तीव्र गति से कार्य करता है। ज्ञानसरोवर की निदेशिका ब्र.कु.डॉ.निर्मला ने कहा कि परमपिता शिव सर्वोच्च चिकित्सक हैं। उनकी चिकित्सा का लाभ

दे सकने के कारण स्कूल में प्रायः रोज ही मुझे सजा मिलती थी। अध्यापक कहा करते थे कि मैं सात जन्म में भी गणित में पास नहीं हो सकूंगा। इतने पर भी मैंने हिम्मत नहीं हारी। लगातार असफलताओं का मुकाबला करते हुए मैं विद्या-अध्ययन में लगा रहा और उसी का फल है, जैसा कि तुम मुझे देखते हो। मैंने हिम्मत नहीं हारी और अपना रास्ता बनाया। तुम भी यदि जीवन में सफल होना चाहते हो तो हिम्मत न हारो।

एक बार की बात है आइंस्टाइन डेढ़ वर्ष से एक प्रयोग में लगे थे और लगभग सात सौ बार असफल हो चुके थे। उनका साथी थक चुका था परंतु आइंस्टाइन में वही ताज़गी

**शब्दों के जोड़ से वाक्य, विधि से विधान तथा सिद्धि से सिद्धांत बनता है। इतिहास गवाह है कि जितने भी शूरवीरों ने सफलता का परचम लहराया वे सभी नीचे से ही उठे, अगर गिरे भी तो हार नहीं मानी, उसी ज़ख्मे के साथ आगे बढ़े और कामयाबी हासिल कर इतिहास में अमर हो गये। इतिहास में नाम दर्ज़ कराना है तो दर्द को भूल दम भरो और फिर न रुको.....।**

थी। उनके साथी ने पूछा कि सात सौ बार असफल होने के बाद भी आप प्रसन्न कैसे हैं? आइंस्टाइन ने कहा कि तुम्हारे देखने का ढंग गलत है। मैं सोचता हूँ कि सात सौ रास्ते हमने खोज लिए हैं और वे सब गलत हो गए। अब ठीक रास्ता करीब आता जा रहा है। अब सात सौ रास्तों पर भटकने की ज़रूरत नहीं रही। हो सकता है सात सौ एकवां रास्ता सही हो, तो हमने सात सौ काट डाले। हमारा प्रयोग असफल नहीं हो रहा है, बल्कि हम असफलता को काट रहे हैं और सफलता के करीब पहुँच रहे हैं।

हम यदि सफल व्यक्तियों का इतिहास देखें तो पता चलता है कि उन्हें उस सफलता को प्राप्त करने से पहले असंख्य बार असफलता का मुँह देखा पड़ा। परंतु उन्होंने इन असफलताओं से

लेने के लिए उनके उपचार के नियमों व परहेज को जीवन शैली में उतारने की ज़रूरत है। राजयोग से निरोगी, कर्म में हल्कापन, व्यवहारिकता में सरलता का अनुभव कर जीवन को खुशियों से भरपूर कर सकते हैं। ब्रह्माकुमारीज मेडिकल विंग के अध्यक्ष व प्रसिद्ध कैम्प विशेषज्ञ डॉ. अशोक मेहता ने कहा कि वर्तमान परिवेश में समाज जिस दौर से गुजर रहा है उसमें हर मनुष्य तनाव व अवसाद जैसी विकृतियों की मार झेल रहा है। ज़हर समान व्यर्थ

निराश होकर बैठने के बजाय इन्हें ही सफलता की मंजिल तक पहुँचने का मार्ग बनाया। सफलता प्राप्त करने के लिए एकाग्रता की भी बहुत आवश्यकता है। व्यक्ति को अपनी बुद्धि की समस्त शक्ति एवं अपनी एनर्जी एक ही लक्ष्य पर केंद्रित करनी होगी। उसमें अपने लक्ष्य को प्राप्त करने की तीव्र इच्छा होनी चाहिए तथा उसके मन में ऐसी कोई भी भावना नहीं आनी चाहिए जो उसे उसके लक्ष्य से हिलाने का प्रयत्न करती हो। व्यक्ति को एक समय पर एक ही कार्य करना चाहिए और अपनी संपूर्ण शक्ति केवल उसी पर लगानी चाहिए। कठिनाइयाँ आने पर अपना मार्ग परिवर्तन नहीं करना चाहिए। आजकल देखा जाता है कि अधिकतर मनुष्य रास्ते में आने वाली कठिनाइयाँ एवं परेशानियों से हार खाकर बैठ जाते हैं, हिम्मत हार जाते हैं और अपना मार्ग बदलने की सोचने लगते हैं। हमें यहाँ यह याद रखना चाहिए कि कई किशोरियों पर सवार होने वाले राही मंजिल पर पहुँचने के बजाय डूब जाया करते हैं। इसलिए यदि हम सचमुच सच्चे दिल से अपने लक्ष्य को प्राप्त करना चाहते हैं तो उसके प्रति पूर्ण रूप से समर्पित हो जाएँ। परंतु साथ ही उन्हें यह भी ध्यान रखना होगा कि उस कार्य के प्रति उनको रुचि भी होनी चाहिए, उस कार्य से उन्हें मोहबत्त होनी चाहिए क्योंकि केवल मेहनत सफलता नहीं दिला सकती। हमारी जिस कार्य में रुचि हो और जो हमें न आती हो या बार-बार असफलता मिल रही हो तो सफलता का प्रयास कभी नहीं छोड़ना चाहिए क्योंकि जिसमें आपको रुचि होती है उसके प्रति मेहनत करने से सफलता अवश्य प्राप्त होती है।

किसी भी लक्ष्य की प्राप्ति में दृढ़ संकल्प बड़ा ही सहायक सिद्ध होता है, क्योंकि दृढ़ संकल्प में बड़ी शक्ति छिपी होती है। संकल्प ही व्यक्ति को कुछ करने की प्रेरणा देता है और उसमें लगन पैदा होती है। जब एक बार व्यक्ति दृढ़ संकल्प कर लेता है तो किसी भी परिस्थिति को सहजता से पार कर लेता है। जो व्यक्ति दृढ़ संकल्प नहीं करते और अपने उद्देश्य को कल पर टालते रहते हैं अथवा अपने विचारों को कार्य में नहीं लगाते वे कभी सफल नहीं हो सकते। वे अपने सिर पर सदा असफलता की टोकरी उठाये रखते हैं और उसके बोझ तले दबते जाते हैं। जबकि दृढ़ संकल्प करने वाला व्यक्ति उसी क्षण से अपने विचारों को कार्य रूप देने में लग जाता है और सभी असफलताओं को आसानी से पार कर लेता है। यदि व्यक्ति अपने विचारों को कार्यरूप प्रदान कर सके तो वह इतना श्रेष्ठ और सफल बन जायेगा कि इतिहास के पन्नों में उसका नाम स्वर्गाक्षरों में लिखा जायेगा।

चिन्तन धीरे-धीरे स्वास्थ्य को कुरूप बना देता है। तन और मन दोनों को निरोगी बनाने के लिए राजयोग को गंभीरता से जीवनचर्या में शामिल किया जाना चाहिए। ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि यदि मनुष्य आत्मा के मूलभूत संस्कारों शक्ति, गुण, शान्ति, आनंद, पवित्रता, प्रेम आदि की स्मृति व अनुभूति में रहकर उसको वातावरण में प्रवाहित करे तो इसके आधार पर एक स्वस्थ व सुखमय मानवीय संस्कृति और श्रेष्ठ सभ्यता का निर्माण हो सकता है।



**चेन्नई**। तमिलनाडू के गवर्नर के. रोसई को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बहन। साथ है ब्र.कु. वीणा।



**ब्रह्मपुर-ओडिशा**। रक्षाबंधन के पावन पर्व पर 'परमात्म शक्ति द्वारा महापरिवर्तन का समय' विषय पर आयोजित कार्यक्रम का शुभारंभ करते हुए डॉ. पी.सी.पात्र, ब्र.कु. माला, डॉ. आर.सी.सी. पटनायक, विधायक, ब्र.कु. मंजु तथा बी.बी.साहु।



**बुलन्दशहर-उ.प्र.**। एस.एस.पी. अखिलेश कुमार मीना को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रचना।



**चन्द्रपुर-महा.**। महेंद्र भाईसारे, डिवीजनल कंट्रोलर, चन्द्रपुर व गडचिरोली डिवीजन को रक्षाबंधन के अवसर पर आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. कुसुम। साथ है अन्य बहनें।



**वोंगईगांव-असम**। एस.आर. नज़ारी, चीफ मैनेजर, वोंगईगांव रिफाइनरी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लीनजी।



**चितौड़गाढ़-राज.**। जिलाधिकारी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शिवली।

## पुरुषार्थी जीवन का सरोकार गणेश चतुर्थी

-ब्र.कु.प्रभा, डिफेन्स कॉलोनी, दिल्ली।



**सुनी-शिमला।** तारासिंह नेगी, एस.एच.ओ., पुलिस स्टेशन को राखी बांधते हुए ब्र.कु.शकुंतला।



**फरीदाबाद।** संजय इन्कलेव के वृद्धाश्रम में बुजुर्ग भाई को राखी बांधते हुए ब्र.कु.शोभा।



**अहमदाबाद-ओधव।** पोस्ट ऑफिस के पोस्ट मास्टर व पोस्टमैन को राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. कोकिला तथा अन्य भाई बहनें।



**बलवाड़ा।** पत्रकार महेश शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अनिता।



**बांक्रा।** पुलिस स्टेशन में राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में आइ.सी., पी.एस. विश्वजीत साह, ब्र.कु. मोता तथा अन्य।



**भुज-कच्छ।** एयरपोर्ट पर रक्षाबंधन कार्यक्रम करने के पश्चात् समूह चित्र में सी.आई.एस.एफ. के कर्मचारी, ब्र.कु. लीना, असिस्टेंट कमान्डर मुकेश गुता तथा अन्य।

मानव की समस्याओं का कोई अंत नहीं है, जब देखो, जिसके पास देखो चाहे वो साधारण है या बहुचर्चित या बहुप्रतिष्ठित नागरिक है, सभी अपने जीवन कुंडली को लेकर असमंजस में हैं। उसका समाधान कभी अंक शास्त्र, कभी ज्योतिषी तो कभी हस्त रेखा विशेषज्ञ के पास बैठकर भूत और भविष्य का रोना रोते रहते हैं। कहते हैं, क्या समस्याएं ऐसी ही बनी रहेंगी? या फिर उनका कोई समाधान होगा? वो समाधान उन्हें मिलता है लेकिन अल्पकाल का और बार-बार उन्हें उन व्यक्तियों के पास जाना पड़ता है जो खुद ही विघ्नों में फंसे हुए हैं। यदि हमें निर्विघ्न बनना है तो स्व में ही अपना समाधान ढूंढना होगा। जो हमें हमारे परम सिद्धि विनायक, परम शक्ति परमात्मा पिता से संभव है। अतः आइये, हम सब इसपर कुछ चर्चा कर लेते हैं.....

सबकी बातों को समाने वाले, विपरीत परिस्थितियों या असमंजस की स्थिति में उसको बाहर न करने वाले लम्बोदर और श्रेष्ठ स्थिति का द्योतक, जो बाहर सबके साथ है और अंदर से अपने पुरुषार्थ पर बहुत अधिक ध्यान देने वाला एक दंत (जिसके दिखाने के कुछ और खाने के कुछ और), गणों में ईश जिसको हम सभी देवताओं में सबसे पहले पूजते हैं। ऐसे विघ्न-विनाशक की याद में गणेश चतुर्थी का पर्व मनाया जाता है।

अब उपरोक्त बातों के विस्तार में चलते हैं। कहा जाता है कि भक्ति मार्ग में शिव के गण अर्थात् जो परमात्मा के अति निकट आत्मायें हैं जिनसे इस सृष्टि का पूरा तंत्र चलता है। उनमें से सर्वश्रेष्ठ गण, गणेश को माना जाता है, जो गणों में श्रेष्ठ हैं, इसी का उद्धार लेकर भारतीय संविधान में गणतंत्र की बात की गई है, जिसमें विभिन्न राज्यों के राज्यपालों व सर्वश्रेष्ठ प्रतिनिधियों द्वारा राष्ट्रपति का चुनाव किया जाता है जो कि भारत का प्रथम नागरिक माना जाता है। उस प्रथम नागरिक को सर्वश्रेष्ठ अधिकार है जो किसको भी जिय-दान दे सकता है। तो जरा सोचिए अगर यह परंपरा चली तो कहां से चली होगी? इसका निश्चित रूप से प्राचीन काल के किसी ग्रन्थ अथवा

पौराणिक बातों से सरोकार है, इसलिए संविधान में कानून को लागू होने का यादगार एक दिवस के रूप में मनाया जाने लगा है जिसको गणतंत्र दिवस कहते हैं।

अब जरा चतुर्थी को पौराणिक रीति से देखा जाए तो गणेश को विघ्न विनाशक की संज्ञा दी जाती है, आखिर क्यों? उसने सबसे पहले अपनी कर्णन्द्रियों पर विजय प्राप्त की जो अनावश्यक व व्यर्थ बातों से सर्वथा मुक्त है, जिसके अंदर मानसिक रूप से कोई संकल्प-विकल्प नहीं है, जिसने अनावश्यक बातों को उड़ा दिया जाते हैं, जो फालतू बातों को उड़ा देता है। अब आप कल्पना कीजिए इतना बड़ा गणेश और उसकी सवारी एक छोटा सा चूहा है, क्या यह संभव है? सवारी हो सकती है? कदापि नहीं। चूहे का आध्यात्मिक अर्थ माया के रूप में है। इसका अर्थ, जैसे चूहा कहीं भी किसी भी

प्रत्यारोपण होता है तो यह मानव शरीर ही दूसरे शरीर के अंग को स्वीकार नहीं करता और उसके लिए कितनी सारी दवाइयाँ दी जाती हैं। अब या तो कोई कल्पना या इसका कोई मनोवैज्ञानिक अर्थ है।

मनोविज्ञान के अनुसार दुनिया का सबसे बुद्धिमान और ईमानदार जानवर हाथी है और प्राणियों में सबसे विवेकशील प्राणी मनुष्य है। इसलिए उन्होंने बुद्धिमान, ईमानदार और विवेकशीलता को जोड़कर गणेश जैसा आदर्श बनाया। हाथी कभी भी बाह्य बातों पर ध्यान नहीं देता। वो इस जानकारी से भी अनभिज्ञ है कि वो इतना विशाल है, उसको आँखें निरंतर झुकी रहती हैं और मेडिकल साइंस का कहना है कि उसकी आँखों में सिलिन्ड्रिकल लेंस होता है जिससे वह मनुष्यों को दुगुना बड़ा देख सकता है। इसका अर्थ ये हुआ कि हम सभी को बड़ा देखकर चलें अर्थात्

सभी को सम्मान देते चलें तो हमारा अपमान कभी नहीं हो सकता। इन बातों को समझाने के लिए मनोविज्ञान ने दोनों का संदर्भ जोड़ा, क्योंकि उन्हें मनुष्य की स्थिति ऊपर-नीचे दिखाई देती है। आज अगर सभी ने गणेश जैसे आदर्श को स्वीकार किया है, जिसपर किसी का कोई तर्क नहीं चलता, तो कोई बच्चा असामान्य रूप से जन्म लेता है तो कोई उसे कैसे अस्वीकार कर देता है?

जैसे ही भावना और विवेक का संतुलन हो जाता है, सबके लिए ऊँची दृष्टि हो जाती है, सबके साथ रहते हुए न्यारा रहने का अभ्यास हो जाता है, तब सभी की बातों को समाने वाले बन जाते हैं और तभी उसे गणेश की उपमा भी दी जा सकती है।

अब प्रश्न उठता है कि यदि सच्ची गणेश चतुर्थी मनाया है तथा अपने भूतकाल तथा आने वाले भविष्य के विघ्नों को नष्ट करना है व इसके अलावा चारो युगों में अपने आप को निर्विघ्न व धन-धान्य से परिपूर्ण करना है तो हमें भी सिद्धि विनायक जैसी सिद्धि प्राप्त करनी होगी। वास्तव में हम सारे शिव के गण ही हैं, सारे विघ्न-विनाशक ही हैं। विघ्न और कुछ नहीं, हमारे नकारात्मक और व्यर्थ सोच का परिणाम है, जो हमें जीवन भर मुश्किलतों पैदा करता है।

इसके लिए आपको अपने कुल के सबसे बड़े अभिभावक परमात्मा पिता और

# सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

स्वमान- मैं धरती का चैतन्य सितारा हूँ।

जैसे आकाश की शोभा झिलमिलते सितारों से है, वैसे ही धरती की शोभा हम चैतन्य सितारों से है... सारा जग हमारे प्रकाश से प्रकाशित हो रहा है...।

**योगाभ्यास-अ.** मैं धरती का चैतन्य सितारा विश्व ग्लोब के ऊपर स्थित हूँ...

मेरे ऊपर एक ओर ज्ञान सूर्य शिव बाबा और दूसरी ओर ज्ञान चन्द्रमा ब्रह्मा माँ विराजमान हैं। ज्ञान सूर्य बाबा से शक्तियों की और ज्ञान चंद्रमा माँ से स्नेह की किरणें मुझ पर पड़ रही हैं। मैं स्नेह और आध्यात्मिक शक्ति की किरणों से सम्पन्न होता जा रहा हूँ... सारे

संसार में अध्यात्म का प्रकाश फैल रहा है...।

**व. रूहानी ड्रिल** - पाँच स्वरूपों का अभ्यास (अनादि-आदि-मध्य-ब्राह्मण-फरिस्ता...पुनः अनादि...।)

**धारणा** - निन्दा करने व निन्दा सुनने के संस्कार का त्याग।

**शिव भगवानुवाच** - जो व्यर्थ और निगेटिव को अवाइड करेंगे, उन्हें परमात्म अवाइड मिलेगा।

**चिन्तन** - अलौकिक खुशी। कौन सी बातें हमारी अलौकिक खुशी को नष्ट करती हैं? सदा अलौकिक खुशी कैसे रहे?

**तीव्र पुरुषार्थियों के प्रति** - प्रिय आत्मन्! कहावत है - सच तो बिटो नच अर्थात् जो सच्चा और साफ होता है, वह सदा खुशी में नाचता रहता है। अगर अंदर ईर्ष्या, द्वेष, घृणा व बदले की भावना रहती है तो सच्ची अलौकिक खुशी रह नहीं सकती। वे बाहर से भले ही कितना भी दिखावें कि हम बहुत खुश हैं लेकिन अंदर से उनकी आत्मा रोती है। इसलिए सच्चे साहब के बच्चे सदा सच्चे व साफ दिल वाले बनें।

## स्वमान - मैं रूहानी यात्रा में मगन रहने वाला राही हूँ।

**शिवभगवानुवाच** - "सदा अपने को रूहानी यात्री समझते हो? यात्रा करते क्या याद रहेगा? जहाँ जाना है वही याद रहेगा ना। अगर और कोई बात याद आती है तो उसको भुलाते हैं। रूहानी यात्रियों को सदा अपना घर 'परमधाम' याद रहता है ना! वहाँ ही जाना है। तो अपना घर और अपना राज्य स्वर्ग-दोनों याद रहता है या और बातें भी याद रहती हैं? रूहानी यात्री पुरानी दुनिया में रहते हुए भी फँस नहीं सकता।"

रूहानी यात्रा द्वारा सकाशा - मैं एक रूहानी यात्री हूँ... एक छोटे से बालक के रूप में मैं फरिस्ता, अपने प्रभु पिता के साथ गगन मार्ग में विचरण कर रहा हूँ... फरिस्ता रूप धारण किये मैं श्वेत प्रकाश के कार्व में हूँ... मेरे चारों ओर एक दिव्य प्रकाश फैला हुआ है... मैं एक अनंत ऊर्जा का स्रोत हूँ... श्वेत प्रकाश के उज्ज्वल वस्त्र धारण किये हुए मैं अपने प्यारे पिता के साथ उड़ता हुआ गगन मार्ग की सैर कर रहा हूँ... मैं अंतरिक्ष से धरती का

मनमोहक दृश्य देख रहा हूँ... छोटे-बड़े अनगिनत बादलों के बीच से गुजरते हुए, मैं एक अवर्णनीय सुख का अनुभव कर रहा हूँ... ऊपर से नीचे की ओर देखना कितना रोमांचकारी है! यहाँ से धरती कितनी प्यारी लग रही है... अब मैं अपने प्यारे पिता के साथ प्रकृति सहित समस्त मानवता को सकाशा दे रहा हूँ... प्रभु पिता से निकलती अनंत शक्तियों की किरणें मुझे छोटे से फरिस्ते से होती हुई दूर-दूर तक सम्पूर्ण विश्व में बिखर रही हैं... सारी मानवता अपने दुःख-दर्द भूलकर अतीन्द्रिय सुख और असौम्य शान्ति का अनुभव कर रही है... मेरे प्यारे पिता मुझे प्रकाश की लहरों में नहलाकर शक्तिशाली बना रहे हैं... अनंत प्रकाश की धाराएँ मुझमें से होती हुई समस्त वसुधा को भिगो रही हैं... झीलों, झरनों और पर्वतों का रूपांतरण हो रहा है... प्रकृति अपने पाँचों तत्वों सहित मेरे प्यारे प्रभु पिता का धन्यवाद कर रही है... मेरे प्यारे शिव पिता मुझे बादलों के प्रचुर झुरमुटों के बीच से

लेकर जा रहे हैं... उड़ते हुए अनेकों श्वेत बादलों रूपी रथ मेरे बिल्कुल करीब से निकल रहे हैं... मैं जैसे इनके साथ खेल रहा हूँ... इनका रोमांचक स्पर्श मुझे आनंदित कर रहा है... बादलों रूपी दिव्य रथों को करीब से देख-देखकर मेरा हृदय पुलकित हो रहा है... मेरे प्यारे पिता मुझे बार-बार बादलों के स्पर्श का सुख अनुभव करा रहे हैं... नदियों का कल-कल करता जल और यहाँ-वहाँ विचरते अनेक लोग ऊपर से अतिशय प्रिय लग रहे हैं... पर्वतों में तीव्र वेग से बहते झरनों का नाद जैसे समस्त प्राणियों को नृत्य के लिए आमंत्रित कर रहा हो... पहाड़ों, वृक्षों, पत्तों एवं पुष्पों का वृहद रूप मेरे कोमल हृदय पर एक अमिट छाप अंकित कर रहा है... मैं अपने भविष्य राज्य भाग्य को स्पष्ट देख पा रहा हूँ... प्रकृति के इस नयनाभिराम दृश्य को देख-देख मेरा मन गदगद हो रहा है... मेरे प्यारे बापदादा के साथ बीते इन अतिशय आनंद भरे प्रिय पलों को मैं कभी नहीं भुला पाऊंगा...



**नागपुर।** विश्वप्रसिद्ध उद्योगपति हल्दीराम भुजियावाला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पुष्पारानी।



**कोलकाता।** पश्चिम बंगाल के राज्यपाल केशरीनाथ त्रिपाठी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कानन।



**कोटद्वार।** अमर उजाला के सब एडीटर चन्द्र मोहन शुक्ला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति।



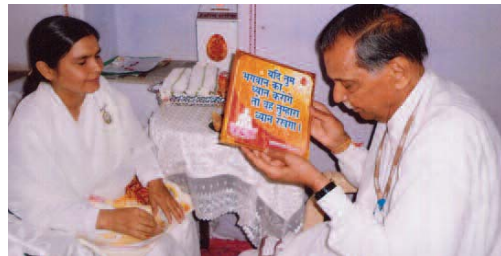
**पनाली-हि.प्र.।** एस.डी.एम. विनय धीमन को राखी बांधते हुए ब्र.कु. संध्या। साथ हैं ब्र.कु. रीताम्भरा।



**शिकोहाबाद।** कलेक्टर विजय किरण आनंद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पूनम व ब्र.कु. लक्ष्मी।



**मिरजापुर।** जिला जेल में बंदीवान भाइयों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बिन्दु तथा अन्य बहनें।



**भरतपुर-राज.।** राम भरोसी गुप्ता, अध्यक्ष, खादी ग्रामोद्योग समिति, भारत सरकार को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. बबिता।



**दिल्ली-डेराल नगर।** पी.के. गुप्ता, आइ.ए.एस. कमिश्नर, नॉर्थ एम.सी.डी. को राखी बांधते हुए ब्र.कु. गीता व ब्र.कु. अंजली।

### पुरुषार्थी जीवन - पेज 6 का शेष...

माता दोनों के दर्शन कर अपने आपको दर्शनीय बनाना होगा। इसलिए गणेश को माता-पिता की गोद में दिखाया जाता है और इसका यादगार भी है कि एक बार प्रतिस्पर्धा में गणेश ने धरती और आकाश के स्थान पर माता-पिता का चक्कर लगाया। आकाश से बड़ा पिता और धरती से बड़ी माता को माना गया है। इसका आध्यात्मिक अर्थ यह है कि धरती अर्थात् देह अभिमान, आकाश अर्थात् अहम्, वो इन दोनों से ऊपर उठ गये, तभी तो वह सिद्धि विनायक माने जाते हैं।

हम सभी भी यदि जीवन में सिद्धि प्राप्त करना चाहते हैं तो हमें व्यर्थ और अहंकार वाली बातों से ऊपर उठना होगा और सभी को माननीय, सम्माननीय, पूजनीय देवता के रूप में देखने की दृष्टि पैदा करनी होगी। यदि आप परमात्मा को कोई उपहार देना चाहते हैं तो अपने जीवन में व्यर्थ, परचिंतन आदि की बातों से ऊपर उठकर दिखाओ। तभी यह परमात्मा के लिए सच्चा व्रत या उपवास होगा और आप गणेश चतुर्थी के साथ न्याय कर पायेंगे।

## मोहपाश में फंसे व्यक्ति की कार्यक्षमता घट जाती है



**जयपुर-राज.**। विधानसभा स्पीकर कैलाश मेघवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुषमा। साथ है ब्र.कु. चन्द्रकला।



**मोहाली।** मदन मोहन मित्तल, इंडस्ट्रीज़ मिनिस्टर पंजाब को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रेमलता।



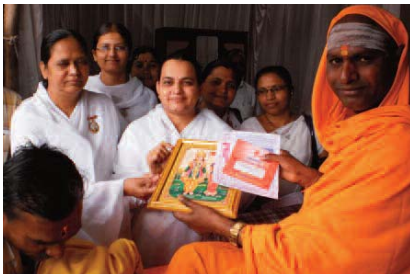
**पुणे-पिंपरी।** सांसद श्रीरंग अप्पा बारणे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुरेखा।



**राहुरी।** न्यायमूर्ति लांडगेजी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मोनिका।



**राजपुर-म.प्र.**। विधायक व भारतीय राष्ट्रीय कांग्रेस के प्रवक्ता श्री बाला बच्चन को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रमिला।



**संगमनेर।** महंत गुरुवर परम पूज्य रामगिरी जी महाराज को ईश्वरीय संदेश व सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भारती। साथ है ब्र.कु. पदमा व ब्र.कु. योगिनी।

पिछले अंक में आपने देखा कि जब कोई मोहबंध व्यक्ति किसी बात का पक्ष लेता है तब उसकी छवि स्वार्थपूर्ण तथा अपनेपन वाली होती है। इसी प्रकार अर्जुन की स्थिति थी। उसने इतने युद्ध किये तब तो अकेले हाथ किये। उसके साथ और कोई नहीं था, जो और किसी के मरने का सवाल आये। लेकिन महाभारत के समय जब वो दोनों सेनाओं को देखता है। अपनी सेना में भी पुत्र-पौत्रों सबको देखता है। उनकी शक्ति पर उसको भरोसा नहीं था और वो जानता था कि अगर हमने कौरवों की सेना में से कुछ लोगों को मारा तो कौरव भी हमारे पुत्र-पौत्रों को ज़रूर मारेंगे। इस युद्ध में हमारे यदि सारे पुत्र मारे गए, खत्म हो गए और उसके बाद मैं राज्य प्राप्त करूँ तो क्या फायदा? इसलिए उस समय उसका मोह विशेषकर अपने पुत्र-पौत्रों को देखकर जागृत हो गया। इस भय के कारण कि वह युद्ध में अपने मित्र-सम्बन्धियों को खो देगा, जिसके साथ उसका अति प्यार है। इसलिए आज उसको युद्ध एक घृणित कार्य जैसा लग रहा है। उसे लगा कि जैसे इसमें मुझे पाप के सिवाय कुछ नहीं प्राप्त होगा। इसलिए वो बार-बार भगवान के सामने अर्जी करने लगा और अपना विषाद प्रकट करने लगा कि मुझे ये युद्ध नहीं करना है। ये उसका मोह बोल रहा था।

यहाँ अर्जुन अर्थात् आज के युग में इच्छाओं और सम्बन्धों के जाल में फंसा हुआ व्यक्ति, उसकी चेतना का प्रतीक है। हमारे मन में भी गुण और अवगुण के बीच निरंतर युद्ध चलता रहता है। जब मन थका हुआ होता है और आसुरी शक्तियों के साथ युद्ध करने के लिए तैयार नहीं होता है तो बुद्धि भी आसुरी वृत्तियों के आगे हारने लगती है।

### चार बार.... पेज 2 का शेष...

गया और शरीर में से एक-एक बोटल रक्त निकालना शुरू कर दिया। हरेक रक्त की बोटल निकालते समय उसे ऐसा ही अनुभव हुआ जैसा कि उसे बताया गया था और अंत में उसकी मृत्यु हो गयी।

लेकिन वास्तविकता ये थी कि कैदी के शरीर से सिर्फ एक बोटल ही रक्त निकाला गया था। वैज्ञानिकों ने उसके पलंग के नीचे एक दूसरी पाईप रखी थी। कैदी को पाईप में से टब में पानी गिरने की आवाज सुनाई पड़ती थी, जिसको कैदी रक्त टपकने की आवाज समझ बैठा था। जिसके कारण उसके मन में विचार चल रहा था कि मेरे शरीर में से ही तो रक्त बाहर टपक रहा है। वह कैदी मन में बोलता गया और धीरे-धीरे उसकी मृत्यु हो गयी, इसका मतलब यह है कि पहले मनुष्य विचार करता है, फिर वो चीज वास्तविकता में बदल जाती है।

व्यक्ति का मन जितना त्वरित विकृत बनता है उतना सुसंस्कृत बनने को तैयार नहीं होता। विकृतियाँ मनुष्य को पॉप देती हैं। मन उसको वासनाओं का रस अनुभव कराता है और मनुष्य के विचारों को दूषित कर उल्टे मार्ग पर चलने को प्रेरित करता है। जबकि सुसंस्कृत मन मनुष्य की समझ को संयम मार्ग को ओर

जैसे किसी के घर में कोई, लम्बी बीमारी से पीड़ित हो तो वो सोचता है कि इससे तो अच्छा था कि जीवन नष्ट हो जाता। कई जगह ये देखा गया है कि पारिवारिक कलह, क्लेश के कारण किस प्रकार व्यक्ति थक जाता है और कई बार कई लोगों को जीवन में बार-बार असफलता मिलती रहती है इस कारण भी वे थक जाते हैं, तनाव से ग्रस्त रहने पर भी व्यक्ति थक जाता है और सोचता है कि जीवन में संघर्ष कब तक करते रहेंगे?

अर्जुन माना आज के युग में इच्छाओं और सम्बन्धों के जाल में फंसा हुआ व्यक्ति है। जो आसुरी शक्तियों के आगे युद्ध करते-करते थक गया है। इसलिए वो आगे युद्ध करना नहीं चाहता है उस समय भगवान दूसरे अध्याय में 'सांख्ययोग' अर्थात् 'ज्ञान योग' की बातें सुनाते हैं। उसमें मुख्य बात यही बताते हैं कि आत्मा शाश्वत है, आत्मा एक अविनाशी सत्ता है। पहले श्लोक

से लेकर दसवें श्लोक तक अर्जुन को कायपता के विषय में भगवान और अर्जुन का संवाद है। ग्यारहवें श्लोक से लेकर तीसवें श्लोक तक सांख्ययोग का वर्णन है। जहाँ शरीर का आत्मा से वस्त्र मात्र का सम्बन्ध है और आत्मा अनश्वर है। इक्तीसवें श्लोक से लेकर अड़तीसवें श्लोक तक स्वधर्म अनुसार भी युद्ध करने की आवश्यकता का निरूपण किया गया है। 39 वें श्लोक से लेकर के 53 वें श्लोक

चलने को प्रेरणा देता है, परिणामस्वरूप वो विकृत होने से बच जाता है।

पारिवारिक जीवन में सकारात्मक विचारों का बहुत महत्व है, शिक्षाक्षेत्र की संस्थाओं में तो खास।

व्यक्ति को कि 'तू तो बुद्धिहीन है, आपमें काबिलीयत नहीं है, आप तो कभी सुधरने वाले नहीं हैं' जैसे नकारात्मक विचारों के प्रहार से उनकी विचार शक्ति में बाधा उत्पन्न होती है। किसी-किसी स्कूल में भी ऐसा ही होता है। कुछेक विषय में विद्यार्थी कमजोर होता है तो कहते हैं कि तू तो पास होने वाला ही नहीं है। ऐसे नकारात्मक आक्षेपों के द्वारा उनके अंतर्मन को दूषित किया जाता है। ऐसे अनेक उदाहरण देखने में आए हैं। जिसको स्कूल में शिक्षक ने आचार्य ने 'बुद्ध शिरोमणि' मान लिया था वे बाद में काबिल वैज्ञानिक या इंजीनियर निकले।

दूषित विचारों से जीवन और जगत को बचाने के पाँच टिप्स--

1) मेरा जीवन सुख से बीतेगा। घर में सदा शांति रहेगी। जीवन सदा कर्ज मुक्त रहेगा। ऐसे विचारों का निर्माण करना।

2) यह जगत बिगड़ गया है, घोर कलयुग चल रहा है, जगत में पाप बढ़ गया है। ऐसे निरर्थक विचारों के बदले परमात्मा से प्रीत करो

तक कर्मयोग का वर्णन है। 54 वें श्लोक से लेकर 62 वें श्लोक तक स्थिर बुद्धि पुरुष के लक्षण और उसकी महिमा का वर्णन किया गया है।

इस तरह से हम देखते हैं कि अर्जुन स्वयं को ईश्वर का शिष्य निश्चय करके अपने दुःख और विषाद को दूर करने का आग्रह करता है। यह अध्याय वास्तव में सम्पूर्ण रूप से गीता का सार प्रस्तुत करता है। इसके अंतर्गत विभिन्न विषयों पर अत्यंत विस्तार पूर्वक विचार किया गया है। जैसे कर्मयोग, ज्ञानयोग, सांख्ययोग, बुद्धियोग। सभी प्राणियों में विद्यमान आत्मा के शाश्वत स्वरूप पर अधिक बल दिया गया है। भावार्थ ये है कि जब बुद्धि काम न करे तो ईश्वर के शरणगत

### गीता ज्ञान का

### आध्यात्मिक

### बहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा



हो, उसे स्वीकार कर लें और अपनी बुद्धि को उसे समर्पित कर दें। भगवान एक ऐसी चेतना है, जो हमें अंधकार में भी प्रकाश की किरण, आशा की किरण दिखाते हैं। भावार्थ यही है कि जैसे थके हारे मन और निर्णय ले पाने में असमर्थ बुद्धि के कारण व्यक्ति कई बार डिप्रेशन में चला जाता है, दिल शिकस्त हो जाता है और मन को सही दिशा में ले जाने के लिए आवश्यक शक्ति का अभाव रहता है। -क्रमशः

कि है ईश्वर दुनिया के लोग अपनी बुद्धि की शक्ति का सदुपयोग करें क्योंकि यह जग सुंदर है। लोगों के हृदय को तथा मन को सुंदर बनायें।

3) मेरा परिवार अच्छा है। उनमें रहते सभी स्वर्गनों की मर्यादा के प्रति मेरा मन, व्यवहार आदि सहिष्णु और सारयुक्त रहेगा।

4) मैं अपने घर तथा व्यवसाय क्षेत्र में किसी मनुष्य को कमजोर नहीं मानूँगा, क्योंकि ऐसे विचार से उनके मन में गुणा दिखने के बदले दोष ही दिखेगा और मैं उन्हें सुधरने की प्रेरणा नहीं दे पाऊँगा।

5) व्यक्ति की मेरे प्रति दिखाई गई उपेक्षा, अपमान, या घृणा आवेश के बाद भी मैं उसे याद कर के मन में उनके प्रति गांठ नहीं रखूँगा तथा मैं अपनी खुशी या प्रसन्नता का बलिदान भी नहीं दूँगा।



**मेरठ।** कमिश्नर भूपेन्द्र सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता।



# कथा सरिता

## भक्त की भावना

एक पंडित गांव में कथा पढ़ रहे थे। प्रसंग में कृष्ण के ऐश्वर्यमय जीवन का व विलक्षण आभूषणों का वर्णन था। वहाँ सुनने वालों में एक डाकू भी था। कथा समाप्त होने के बाद पंडितजी अनन्य, दक्षिणा आदि लेकर जाने लगे, तो डाकू भी उनके पीछे हो लिया। जंगल में किसी को पीछा करते देख पंडित जी तेजी से चलने लगे। डाकू दौड़कर उनके सामने जा पहुँचा और रास्ता रोककर खड़ा हो गया। उसने पंडित जी से पूछा-तुम जिस गोपाल के बारे में बता रहे थे, वह कहाँ रहता है? मैं उसके गहने चाहता हूँ। पंडित जी समझ गए डाकू तो मूर्ख है। उन्होंने कहा-उसका पता तो मेरी पोथी में लिखा है। तुम मेरे साथ पड़ाव तक चलो, मैं वहाँ उजाले में तुम्हें पता बता दूंगा। ऐसा कहकर उन्होंने सामान की गठरी भी उसके सिर पर लाद दी। पड़ाव पर उन्होंने सामान उतरवा लिया व पोथी पढ़ने का नाटक कर डाकू को गोपाल का पता वृंदावन, मथुरा बताकर जाने का रास्ता बता दिया।

डाकू धन्यवाद देकर चला गया और पंडित जी ने चैन की सांस लेते हुए अपनी चतुराई पर खुद को बधाई दी। डाकू वृंदावन पहुँच गया और वहाँ श्रीकृष्ण की तलाश में घूमने लगा। एक शाम यमुना किनारे उसे बाल-गोपाल गैया चराते दिखे। उनकी सुंदरता देख डाकू ठगा सा रह गया। गोपाल ने पूछा क्या चाहते हो? डाकू बोला-मैं अब कुछ नहीं चाहता, बस रोज तुम्हें देखना चाहता हूँ। गोपाल ने कहा-मैं तुम्हें रोज शाम दर्शन दिया करूंगा, लेकिन तुम्हें ये कुछ गहने ले जाने होंगे। गोपाल के प्रेम में मग्न डाकू का जीवन ही बदल गया। उधर पंडित जी का कथा-पारायण यथेष्ट रूप से चलता रहा।

कहते हैं भगवान भाव ग्रहण करते हैं। उन्हें पाने को इच्छा हो जाने पर विकार आप ही मिट जाता है और वे जीवन को पूर्ण कर देते हैं। यदि उनके प्रति व्याकुलता न हुई, तो सारा जीवन व्रत-कथा पारायण करने पर भी कुछ हासिल नहीं होता।

## अनीतिपूर्ण चतुराई विनाशकारी

किसी पहाड़ पर एक बकरी रहती थी। उसके शरीर पर घने नर्म लंबे बाल थे। वह चतुर थी और उसे अपनी बुद्धिमत्ता का बड़ा गुमान था। एक दिन तलहटी में वह घास चर रही थी। कुछ शिकारी पहाड़ के उस क्षेत्र में पहुँचे। उस बकरी पर नज़र पड़ते ही वे उसकी खाल को पाने के लिए लालायित हो उठे। उन्होंने बकरी का पीछा करना शुरू किया। वह बकरी जान बचाकर भागने लगी। बकरी भागते हुए घने जंगल में एक ऐसी जगह पहुँची जहाँ अंगूर की घनी बेलें थीं। चतुर बकरी उन बेलों के पीछे जाकर छिप गई। जब पीछा करते शिकारी वहाँ पहुँचे, तो वे बकरी को न देख सके। बड़ी देर तक वहाँ दूढ़ने के बाद वे आगे बढ़ गए। बकरी अपनी चतुरता पर बहुत प्रसन्न हुई। तभी उसकी नज़र अंगूर की बेल पर पड़ी, जिसकी आड़ में वह छिपी थी। उसका ध्यान अंगूर के कोमल पत्तों पर गया भी न था। लेकिन अब उसने अंगूर की बेल को ही चरना आरंभ कर दिया। थोड़ी देर में ही उसने सारी बेल चट कर डाली। यह होना भर था कि शिकारी उसे दूढ़ते वापस वहाँ आ पहुँचे और उन्होंने बकरी को देख लिया। थोड़ी देर पीछा करने के बाद ही उन्होंने बकरी का शिकार कर लिया।

शिकारी आपस में कह रहे थे कि यदि बकरी ने वह बेल साफ न की होती तो उसे पकड़ना नामुमकिन ही था। बकरी ने अपना आश्रय नष्ट किया और वह भी शिकार हो गयी। सफलता का अपना नशा होता है। कई बार व्यक्ति कामयाब हो जाने पर आश्रयदाताओं को छोटा समझकर नष्ट करने से नहीं हिचकिचाता। लेकिन जो लोग इस प्रकार की चतुराई लेकर चलते हैं वे जीवन में बड़ा धोखा खाते हैं। ऐसे समय में उसकी सारी समझदारी बेमतलब हो जाती है और फिर पछताने के अलावा कोई रास्ता नहीं रह जाता। समझदारी वही है जिसमें दीर्घकाल की सोच होती है। सच ही कहा गया है कि अनीतिपूर्ण चतुराई विनाश का कारण बनती है।

## जो सीखने को तैयार, सो गुरु

सिक्ख गुरु अमरदास के कई शिष्य थे और कई स्वयं को उनका उत्तराधिकारी बनने के योग्य मानते थे। गुरु ने एक दिन सब शिष्यों को पास बुलाया और कहा-तुम सब एक चबूतरा बनाओ मैं उसे देखूंगा। शिष्यों ने बढ़िया चबूतरे बनाये। एक सुबह गुरु अमरदास ने चबूतरों का मुआयना किया और कहा कि मुझे इनमें से कोई भी पसंद नहीं आया। हर कोई फिर से चबूतरा बनाये। शिष्यों ने फिर से चबूतरे बनाये। गुरु ने उन सारे चबूतरों को तोड़ने का आदेश दिया। कारण बताया कि उन्हें इनमें से कोई भी पसंद नहीं आया। शिष्यों का धैर्य टूटने लगा। वे आपस में कानाफूसी करने लगे कि गुरु बूढ़े होने के कारण ठीक से विचार करने की क्षमता खो बैठे हैं। यह कहकर वे सब निराश हो जाने लगे। गुरु के एक शिष्य चबूतरा बनाने में जुटे रहे। शिष्यों ने उससे कहा-तुम क्यों चबूतरा बना रहे हो? अनावश्यक आदेश का पालन कर तुम भी क्यों समय खराब कर रहे हो। रामदास ने कहा-भाइयों यदि गुरु ही अनावश्यक आदेश देगे तो सही बात कौन सोचेगा? अब अगर गुरुदेव सारी उम्र मुझसे चबूतरे बनवाते और तुड़वाते रहे, तो भी मैं उसे अपना कर्तव्य समझकर करता रहूँगा। गुरु ने उनसे 70 से अधिक चबूतरे बनवाए और तुड़वा दिये। लेकिन रामदास जी को गुरु की आज्ञा के पालन में तनिक भी प्रमाद नहीं आया। एक दिन गुरु अमरदास आये और रामदास जी को गले लगाकर बोले-तू मेरा सच्चा शिष्य है और गद्दी का वास्तविक अधिकारी है। रामदास जी सिक्ख पंथ के गुरु बने और अपनी सेवाओं से मानव जाति को धन्य किया। पुरानी कहवात है गुरु के आदेश पर विचार नहीं, अमल किया जाता है। गुरुजनों के तर्कहीन लगने वाले आदेश के अत्यंत गहरे अर्थ हो सकते हैं। जो शिष्य इस प्रकार से सीखने के लिए तैयार रहता है, वही गुरु बनने का अधिकारी भी होता है।

## बंदर के बलिदान ने दिखाई राह

किसी वन में नदी किनारे मोठे और रसीले आमों का वृक्ष था। आमों का लुप्त उस वृक्ष पर रहने वाले बंदर उठाते थे। बंदरों के समूह का चतुर मुखिया गर्मी की शुरुआत में नदी के ऊपर फैली टहनियों पर लगे बौर नष्ट करवा देता। वह कहता, 'यदि इन टहनियों पर आम लगकर नदी में गिरे तो मानवों तक पहुँच जायेंगे। फिर वे इस वृक्ष के सारे फल ले जायेंगे।' हालाँकि, एक साल कुछ बौर रह गये। उनमें आम लगे और वे पानी में गिरे। वे जिन मछुआरों को मिले उनके मुखिया ने कुछ आम राजा को भेंट किये। राजा ने भी इतने रसीले आम पहले कभी नहीं खाये थे। वह पता पूछकर अगले दिन सैनिकों सहित आम तोड़ने जा पहुँचा। तब बंदरों के मुखिया ने बंदरों को वह स्थान छोड़कर नदी के पार सुरक्षित स्थान पर चलने का आदेश दिया। उसने एक लंबी व मजबूत लता पेड़ की टहनी से बांधी और दूसरा सिरा उस पार पेड़ पर बांधने के लिए छलांग लगाई। पेड़ की डाली तो हाथ में आ गई किंतु लता छोटी पड़ गई। तब लता को तानते हुए उसने शेष हिस्से पर अपना शरीर रस्सी की भाँति तान लिया। फिर सारे बंदर लता और उसके शरीर पर से होकर पार उतरे। वह लहलुहान हो गया। अंत में एक दुष्ट बंदर ने जो स्वयं मुखिया बनना चाहता था, उसे जोर से धक्का मारा। वानरराज का हाथ डाली से बूटा और पत्थर पर गिरने से उसकी मृत्यु हो गई। राजा यह सब देख रहा था। बंदरों के मुखिया का ऐसा आत्म बलिदान देख उसने सैनिकों को वहाँ से लौटने का आदेश दिया और कभी भी किसी प्राणी को न सताने की शपथ ली। अच्छाई अंततः अपना प्रभाव दूसरों पर छोड़ने में कामयाब होती है। यदि जीवन में एक भी बुरा व्यक्ति हमारी अच्छाई को देखकर सुधर जाए तो जीवन सफल मानना चाहिए।



मुम्बई-भीरा रोड। बी.जे.पी. अध्यक्ष नरेन्द्र मेहता को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शुभा।



धमतरी-छ.ग.। रक्षाबंधन के पावन अवसर पर स्नेह मिलन कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सरिता,सेवाकेन्द्र संचालिका। साथ है बालाराम साहू,जिला पंचायत अध्यक्ष तथा ब्र.कु. प्राजक्ता।



हथीन-हरियाणा। अमित सिंह,एस.डी.ओ. बिजली निगम को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुदेश।



इस्लामपुर। आइ.सी.एम.रहमान को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् प्रतिज्ञा करवाते हुए ब्र.कु. पुष्पा।



जयपुर-राज.। पूर्व मुख्यमंत्री अशोक गहलोत को रक्षाबंधन के अवसर पर आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. चन्द्रकला। साथ है ब्र.कु. सुष्मा।



कानपुर। चीफ ज्युडिशियल मजिस्ट्रेट गुलाब सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गिरीजा।



खंडवा। पुलिस अधीक्षक व जज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शक्ति।



बिलीफ या माय्यता या विश्वास पिछली श्रृंखला में मैं आपको एक बच्चे की वास्तविक कहानी बता रहा था जिसमें वो फिल्म प्रोडक्शन हाऊस तक तो पहुंच गया लेकिन वो असमंजस की स्थिति में है कि यदि मैं फेल हो गया तो सारी इच्छाओं पर पानी फिर जाएगा। लेकिन फिर भी वो साक्षात्कार देने के लिए किसी कम्पनी में जाता है तो उसे डर लग रहा है और वो मान लीजिए फेल हो गया तो उसका बिलीफ क्या बन जाएगा, निश्चित रूप से वो फेल्युअर वाला होगा या कहेंगे कि मैं तो असफल हो गया। अर्थात् ज्ञान तथा अनुभव में उसे अनुभव असफलता का हो गया। लेकिन इच्छा बची है कि मैंने कोशिश तो की लेकिन मैं नहीं कर पाया। चलो मैं एक बार मान लेता हूँ कि आप दूसरे ऑडिशन में जाते हो लेकिन वहां भी आप फेल हो जाते हो तो आपका

## बिलीफ या माय्यता या विश्वास

विश्वास या माय्यता या बिलीफ और ही कम हो जाएगा। अब आप मायूस हो जाएंगे। अब आपके पास दो विकल्प हैं या तो आप उस इच्छा को बिल्कुल छोड़ देंगे या फिर आपके अंदर जिद्द है कि मुझे तो करना ही है। लेकिन दूसरी तरफ विश्वास टूटता ही जा रहा है। आपने जैसे ही इच्छा को शक्तिशाली बनाया तो अब आपका मन किसी भी तरह से उसे पूरा करने की कोशिश करेगा। अब मैं यहां आपका एक और बात पर ध्यान खिंचवाता हूँ कि ऐसी अवस्था में ही गलत काम होते हैं। आपने देखा होगा, अखबारों में रोज समाचार आते हैं कि फलाने घर की लड़की या लड़के को अमुक व्यक्ति एक्टर बनाने का या काम दिलवाने का झांसा देकर फरार हो गया। इसमें अच्छे-अच्छे घराने की लड़कियाँ भी फंस जाती हैं क्योंकि इच्छाएं बहुत शक्तिशाली हैं तो उसे पूरा करने के लिए उनको गलत काम करने पड़ जाते हैं। अब इसमें सामने वाले का क्या दोष है? क्या वो आपसे गलत काम करवा रहा

है या आपकी इच्छाएं आपसे गलत काम करवा रही हैं? अगर आप एक एक्टर बन भी जाओ तो आपका आधार क्या होगा? आपका सच एक दिन आपके सामने आएगा कि आप क्या हो? क्योंकि आपका बिलीफ अभी भी कमजोर है, आपने कोई भी ज्ञान तथा अनुभव इसके बारे में प्राप्त नहीं किया है। और जैसे ही आप फिल्म करोगे तो या तो फिल्म आधे में ही छूट जाएगी या फिर खत्म हो जाएगी क्योंकि आपको एक्टिंग आती नहीं, और आज यही हो रहा है जो लोग असफल होकर वापस आ रहे हैं उनका यही मुख्य कारण है। अब सभी अगर अपनी इस हसरत को पूरा करना चाहते हैं तो क्या करेंगे? या तो वो कोई एक्टिंग स्कूल में एडमिशन ले लेंगे या फिर किसी अनुभवी व्यक्ति के सानिध्य में उसके अनुभवों द्वारा सीखेंगे। अब मैं पहले को लेता हूँ कि मैंने जाकर एडमिशन ले लिया और जैसे ही मैं पहली क्लास में जाऊँगा, मैं कितना पानी में हूँ ये मुझे नजर

आ जाएगा। अर्थात् मुझे एक्टिंग आती है या नहीं उसकी पहचान हो जाएगी। इसमें मुझे ये तो पता चल ही जाएगा कि मैं सिर्फ प्रभावित होकर करना चाहता हूँ या इसमें मेरी दिलचस्पी है या सिर्फ करने की इच्छा है। सबकुछ आइने की तरह साफ होता नजर आएगा। चलिए मैं दो-तीन महीने में एक्टिंग का कोर्स सीख भी लेता हूँ और उसमें अपनी क्षमता को भी जान लेता हूँ फिर भी क्या मुझे सफलता मिलने की प्रायिकता बढ़ जाएगी? या फिर अभी भी मैं संघर्ष करूँगा? पता है क्यों मैं यह बात कह रहा हूँ, क्योंकि अभी भी मैं स्पष्ट नहीं हूँ कि मैं एक विशेष कलाकार बनना चाहता हूँ या हीरो बनना चाहता हूँ। यदि मैं विशेष कलाकार बनना चाहता हूँ तो इसकी शुरुआत मैं एक छोटे-मोटे रोल से भी कर सकता हूँ। लेकिन मैं यदि चाहूँ कि मुझे हीरो ही बनना है तो मैं हर रोल को टुकड़ा दूँगा। आज यही हो रहा है कि लोग नेम-फेम के चक्कर में बस अपने

**PEACE OF MIND - TV CHANNEL**

**Cable network service**  
"C" Band with Mpeg4 receiver  
Frequency:4054,  
Polarisation:Horizontal, Degree: 83  
Symbol:13230, Satellite:INSAT 4A,  
Peace of Mind: (Vision Shiksha)

**DTH Services**  
Videocon D2H: Channel no. 497,  
Reliance Big TV: Channel no. 171

**Smart Phone Service**  
Android | BlackBerry | iPhone | iPad | Tablet | Visit: <http://pmtv.in>

**Mobile Audio Service**  
Airtel - 55231 - Rs.2 per day  
Vodafone - 552013 - Rs 1 per day  
Reliance - 56300123 Rs 1 per day

अगर आप पीस ऑफ माइंड चैनल चालू करवाना चाहते हैं तो अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें - 9414151111, 8104777111

**सूचना**—ओम शान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने व पत्रकारिता के अनुभवी भाइयों की आवश्यकता है। ई.मेल, वेबसाइट तथा सॉफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें—  
Email- [mediabkm@gmail.com](mailto:mediabkm@gmail.com)  
M-8107119445

**हैपिनेस इन्डक्स**

**कृषा सुरक्षा**

**राजयोग मेडिटेशन**

**कस्तुर की शक्ति**

**प्रश्न** - मैं एक कन्या हूँ। मेरे अंकल ही हमारे ऊपर बहुत तंत्र-मंत्र करते हैं। वो चाहते हैं कि केवल उनका नाम ही हो, हमारा नहीं। हम उनसे बहुत तंग आ चुके हैं। इससे बचने का हम क्या उपाय करें?

**उत्तर** - दूसरों पर तंत्र-मंत्र का प्रयोग करके कई लोग बहुत पाप कर रहे हैं। ऐसे लोगों की दुर्गति तो निश्चित है, पर आपके साथ तो स्वयं भगवान हैं। आपको तो थोड़ा-बहुत कष्ट ही हो सकता है, बाकि तंत्र-मंत्र की शक्ति राजयोग की शक्ति के आगे गौण है। आप अपने अंकल के लिए शुभ-भावनाएँ रखा करो। भले ही वे आपके लिए शत्रुता रखते हैं, पर आप उसके लिए मित्र बनकर रहो। अपने घर में आधे-आधे घण्टे इस स्वमान से योग किया करो कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सर्वशक्तिवान कि किरणें मुझ में समाकर पूरे घर में फैल रही हैं। दूसरी बात सारा दिन इस स्वमान का अभ्यास करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, और तीसरी बात एक लोटे में पानी लेना, उसे दृष्टि देकर 21 बार ये संकल्प करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और फिर रोज उस पानी को पूरे घर में छिड़क देना। इससे उसके तंत्र-मंत्र के सभी प्रयोग नष्ट होते रहेंगे और राजयोग के समक्ष उसे हार माननी पड़ेगी।

**प्रश्न** - मैं लंडन से 30 वर्षीय माता हूँ। मेरा 3 मास का बच्चा है जो दूध नहीं पीता। डॉक्टरों को उसकी बीमारी कुछ भी समझ में नहीं आ रही है। बच्चा दिनों दिन कमजोर होता जा रहा है। क्या आध्यात्मिक शक्ति उसे मदद कर सकती है?

**उत्तर** - बच्चों के साथ बचपन से ये जो कुछ भी होता है, इसके जिम्मेवार उनके पूर्व जन्म के कर्म ही हैं, जो किसी भी डॉक्टर की पकड़ में नहीं आ सकते।

आप निम्नलिखित उपाय करें—

1. प्रतिदिन बच्चे के लिए एक घण्टा राजयोग मेडिटेशन करें। ये आप 21 दिन तक करें। 2. उसके ब्रेन को प्रतिदिन 10 मिनट तक एनर्जी दें। इसकी विधि है - अपने दोनों हाथ मलते हुए 7 बार संकल्प करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ फिर अपने ये दोनों हाथ बच्चे के सिर पर दोनों तरफ रख दें। ऐसा दिन में 10 बार करें। इससे उसका ब्रेन ठीक रीति से विकसित होने लगेगा और समस्या



**मन की बातें**  
-ब्र.कु. सूर्य

समाप्त हो जाएगी।

**प्रश्न** - मेरा नाम सुरेश है। मेरी पत्नी एक विशेष बीमारी से ग्रस्त है। वह हर चीज को झूठे से पहले और बाद में हाथ धोती है और डिप्रेशन में आती जा रही है। इसके कारण हमारे घर में खुशी का माहौल खत्म होता जा रहा है। इसका उपचार कहां भी दिखायी नहीं दे रहा है। कृषा कुछ सुझाव दें।

**उत्तर** - आपकी समस्या तो निश्चित रूप से विकट है और ये भी कहीं ना कहीं पूर्व जन्मों के बंधन के कारण ही है। आप या आपकी पत्नी एक घण्टा प्रतिदिन

योग करें ताकि वो कर्मों का बंधन टूट जाए। दूसरा, आप अपने घर में अच्छी-अच्छी क्लासेस चलाते रहें और बीच-बीच में बाबा के ज्ञान-योग के गीत चलायें। साथ ही इस बात को ज्यादा तूल ना दें और ना इसे चर्चा में लायें। तीसरा, रात को सोने से पहले उन्हें कहें कि वो 108 बार लिखें कि मैं एक महान आत्मा हूँ। चौथा, आप स्वयं उनके ब्रेन को 10 मिनट एनर्जी दें। इससे उनकी ये समस्या दूर हो जाएगी।

**प्रश्न** - मैं अमेरिका में हूँ। मेरी बड़ी बहन का लड़का एम.एस. कर रहा है। उसे अच्छी जाँब के लिए क्या उपाय करना चाहिए?

**उत्तर** - जिसकी मनोस्थिति अच्छी होती है, उसे बिना किसी प्रयास के ही अच्छी जाँब मिल जाती है परंतु जिनके मन में नेगेटिविटी बहुत हो या जिनका चरित्र अच्छा नहीं हो, उन्हें जाँब मिलने में समय लग जाता है।

आप उन्हें कहें कि वे प्रतिदिन सवेरे उठते ही 7 बार याद किया करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सफलता मेरा जन्मसिद्ध अधिकार है। साथ ही 21 दिन तक प्रतिदिन एक घण्टा इसी स्वमान से योगाभ्यास करें। इन अभ्यासों से इन्हें सहज ही मनश्चित जाँब मिल जाएगी।

**प्रश्न** - मैं एक साल से ज्ञान में हूँ। जब भी मैं योग करता हूँ, सूक्ष्मलोक जाता हूँ तो कुछ ही देर में ब्रह्मा बाबा का बड़ा

विकराल रूप दिखता है और कुछ ही देर में मैं नीचे आकर गिर जाता हूँ। मेरी समझ में नहीं आता कि मेरे साथ योग में ऐसा क्यों हो रहा है? ब्रह्मा बाबा का ऐसा स्वरूप मुझे ना दिखाई दे, इसके लिये मुझे क्या करना चाहिए? कभी-कभी बाबा के ट्रांसलाइट में ब्रह्मा बाबा को देखा हूँ तो भी मुझे बहुत डरावनी आकृति दिखाई देती है।

**उत्तर** - आपके इस योगाभ्यास में भटकती हुई आत्माएँ आपको परेशान कर रही हैं। सूक्ष्मलोक तक तो आप जाते ही नहीं, बीच में ही आपको ये भटकती आत्माएँ रोककर ऐसा स्वरूप दिखा देती हैं और बाबा के ट्रांसलाइट से भी आपको जो बुरी फीलिंग होती है, वो भी यही है। कोई भटकती हुई आत्मा आपके योग में व्यवधान डाल रही है। आप योग इस तरह किया करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सर्वशक्तिवान की मेरी सिर पर छत्रछाया है। साथ ही 21 दिन तक रोज 108 बार याद करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। उस आत्मा की मुक्ति के लिए 21 दिन तक 1 घण्टा रोज योगदान करो।

योग से पूर्व दो स्वमान याद करना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और मास्टर मुक्तिदाता हूँ। बस आप सदा के लिए इस समस्या से मुक्त हो जायेंगे।

Contact e-mail - [bksurya8@yahoo.com](mailto:bksurya8@yahoo.com)



**नदवर्द्ध**। रक्षाबंधन के अवसर पर उद्योगपति अनुपम अग्रवाल, भरत अग्रवाल व देवव्रत अग्रवाल को राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. प्रवीणा।

**रीवा**। पुलिस प्रशिक्षण केन्द्र में प्रशिक्षु पुलिसकर्मियों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला व ब्र.कु. नीलू।

# स्तुति के बजाए स्तुतिवान बनें

- ब्र.कु.निधि, सर्वोदय नगर कानपुर।

नवरात्रि अर्थात् नई रात्रि, जिसमें हम सभी चाहें तो अपने भीतर की अज्ञानता के अंधकार को मिटाकर अपने में नव-जीवन, नव-ज्योति जगाकर चमत्कारिक परिवर्तन ला सकते हैं। कालरात्रि नामक नाम से सुशोभित देवी दुर्गा जैसे हम अपने काल पर विजय प्राप्त कर सकते हैं और उसका उचित समय आ चुका है। तो हम क्यों न इस समय का सही सदुपयोग करें? नौ दिन का सीधा सा अर्थ है कि बहुत थोड़ा समय है अपने काल पर विजय प्राप्त करने के लिए। इस थोड़े समय में हम अष्ट शक्तियों को जमा करें और अपने आप को अष्ट-भुजाधारी दुर्गा के रूप में स्थापित कर सबके सामने एक आदर्श प्रस्तुत करें।

असीमित काल से हम शक्तियों का पूजन स्तुति एवं वंदन, सुख-संपदा, धन-धान्य इत्यादि की प्राप्ति हेतु करते आ रहे हैं। पौराणिक कथानुसार शारदीय नवरात्रों में (जो अश्विन मास की शुक्ल प्रतिपदा से आरंभ होता है) महाराक्षस रावण का वध करने के लिए मर्यादा पुरुषोत्तम राम ने शक्ति उपासना एवं व्रत किया था, तब जाकर उन्हें विजय श्री प्राप्त हुई। भक्तों में एक अन्य प्रचलित मान्यता है कि नौ दिनों तक माता दुर्गा के नौ स्वरूपों की आराधना करने वालों पर नवग्रहों का प्रकोप नहीं होता व जीवन में उन्हें सुख-शान्ति, यश और समृद्धि भरपूर मिलती है। पुराण की एक अन्य कहानी के अनुसार श्रीराम के गुरु ब्रह्मा ने राम-रावण युद्ध के दौरान दुर्गा देवी को नौद से जगाया। तब देवी ने कहा कि जो भक्त नवरात्रि के नौ दिन श्रद्धा भाव से पूजन करेगा तथा उत्सव के रूप में मनाएगा, वो सभी बंधनों से मुक्त हो सुख-समृद्धि पाएगा।

## देवी की नौ रूपों में पूजा

नवरात्रि के नौ दिन देवी को नौ विभिन्न रूपों में पूजा जाता है। इनमें उनके गुणवाचक व रूपवाचक नाम प्रमुख हैं। जैसे शैलपुत्री, ब्रह्मचारिणी, चन्द्रघंटा, कुष्माण्डा, स्कंदमाता, कात्यायनी, कालरात्रि, महागौरी, सिद्धिदात्री आदि। उन नौ-दिनों में देवी के दुर्गा,

सारस्वती, लक्ष्मी एवं काली रूप की भक्तों द्वारा पूजा की जाती है जिससे मनुष्यात्माओं को बुरी ताकतों और नकारात्मक चिंतन से मुक्ति मिले तथा जीवन में सुख-शांति आये। इसलिए अज्ञानता रूपी अंधकार को दूर करने हेतु परमात्मा साधारण बूढ़े तन 'ब्रह्मा' में आकर/बैठकर कुंवारी कन्याओं (माताओं) को ज्ञान सुनाते हैं तथा ज्ञान कलश उनके ऊपर रखते हैं। इन्हीं कन्या रूपी देवियों ने शिव परमपिता से ज्ञान अमृत पाकर अज्ञानता रूपी अंधेरे में डूबी हुई मनुष्य आत्माओं को जगाया व ईश्वरीय ज्ञान का सत्य परिचय दिया। इन्हीं देवियों/ब्रह्मापुत्रियों के सत्कर्मों के यादगार में नवरात्रि और आखिरी दिन विजय दशमी मनाई जाने लगी। यही वह चेतन-शक्तियाँ हैं जिनके ऊपर स्वयं शिव परमात्मा ने ज्ञान कलश रखा है जिससे अज्ञान अंधकार की रात्रि का अंत हो और ज्ञान सूर्य के प्रकाश से सभी आत्माओं को नव जीवन मिले।

## रात्रि में पूजन का क्यों महत्व है?

नवरात्रि में शक्ति आराधना रात में भी की जाती है क्योंकि रात के समय शांति का वातावरण होता है जिससे कोई भी बाधा उत्पन्न नहीं होती तथा ध्यान अच्छा लगता है, जिससे मानसिक एवं यौगिक शक्तियों की प्राप्ति सहज हो जाती है। सिद्धियों द्वारा मनोकामनाओं की प्राप्ति हेतु भी भक्त रात्रि में देवियों की स्तुति करते हैं।

## नवरात्रि वर्ष में दो बार क्यों मनाते हैं?

हर वर्ष नवरात्रि पर्व दो बार धूमधाम से मनाया जाता है। ग्रीष्म ऋतु के शुरुआत में चैत्र प्रतिपदा से राम नवमी तक और दूसरा शीतकाल के आरंभ में अश्विन शुक्ल प्रतिपदा से विजयदशमी के एक दिन पहले तक। यह दोनों समय नवरात्रि मनाने के लिए इसलिए चुने गए क्योंकि:

1. ऐसी मान्यता है कि शिव शक्तियाँ ही प्रकृति को चलाने एवं संतुलन बनाए रखने में सहायक हैं इसलिए शक्ति का आभार प्रकट

करने हेतु उत्सव मनाया जाता है।

2. प्रकृति में इस समय जो परिवर्तन होते हैं, उनका सीधा प्रभाव हम मनुष्यों के शरीर और मन पर होता है। ऐसे में हम देवियों से शक्ति प्रदान करने की प्रार्थना करते हैं जिससे हमारा शारीरिक व मानसिक संतुलन बना रहे।

उपरोक्त नवरात्रि मनाने के संदर्भ को अपने जीवन के साथ जोड़ने के लिए हम अंदर के विकारों जैसे काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, नफरत, ईर्ष्या, द्वेष, जलन की भावना इत्यादि रूपी रावण का विनाश कर सतोप्रधन बनें और इन तामसिक वृत्तियों को अपने अंदर से सम्पूर्ण रूप से हटाएं।

## देवियों को अष्ट भुजाधारी क्यों दिखाते हैं?

ये अष्टभुजाएँ 'अष्ट शक्तियों' का प्रतीक हैं जो शिव परमपिता द्वारा विश्व का कल्याण करने हेतु शिव शक्तियों/देवियों को दी गईं। इन्हीं ब्रह्मापुत्रियों/शक्तियों ने विकारों/बुराइयों रूपी रावण से युद्ध किया और सभी को परतंत्रता से मुक्त किया जिस कारण विजय दशमी मनाई जाती है। हर वर्ष हम रावण का पुतला जलाते आ रहे हैं परंतु अपने अंदर बैठे विकारों रूपी रावण को जब तक भस्म नहीं करेंगे तब तक सच्ची विजय दशमी नहीं होगी- यह मानना है हम सभी का। 'अष्ट शक्तियों' जैसे 'सहने की शक्ति', 'समाने की शक्ति', 'समेटने की शक्ति', 'सहयोग की शक्ति', 'परखने की शक्ति', 'निर्णय करने की शक्ति', आदि सभी शक्तियों को शिव परमेश्वर से लिंक जोड़कर/याद में रहकर आत्मा में समाहित करें, तभी जीवन में सच्चे अर्थ में 'दशहरा' और 'दीपावली' मनेगी। इसमें जो नौ दिनों तक लगातार दीप-ज्योत प्रज्वलित रहती है यह सूक्ष्म रूप से जलने वाली ज्योति है जिसका तात्पर्य स्थूल रूप से न होकर हमारे अंदर ज्ञान ज्योत जलाना है जिससे मन का अंधकार दूर हो और आत्मा शुद्ध व पवित्र बने।



कटक। ओडिशा उच्च न्यायालय के मुख्य न्यायाधीश अमिताव राय को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुलोचना।



नई दिल्ली। लालकृष्ण अडवानी को राखी बांधते हुए ब्र.कु. आशा।



धुरी-पंजाब। एस.डी.एम. इशा सिंगल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मूर्ती। साथ है ब्र.कु. सुनीता।



फरीदाबाद। जिला व सत्र न्यायाधीश दर्शन सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मिनाक्षी।



गोरखपुर। राकेश कुमार झा, आइ.ए.एस., कमिश्नर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मनोज। साथ है ब्र.कु. समृद्धि।



ग्वालियर-म.प्र.। कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति पटना-गायघाट। विधानसभा के प्रतिपक्ष नेता वाराणसी रक्षासूत्र बांधने के पश्चात समूह चित्र में ब्र.कु.सरोज एवं ब्र.कु. चंदा, आइ.पी.एस.राजेश मोदक, सुबेदार डॉ. ए.के. सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रामकुमार यादव को रक्षासूत्र बांधते हुए मेजर पुष्पेन्द्र राय, कमान्डर जीलाजीत प्रसाद, पी.सी. बबन प्रसाद तथा ब्र.कु.ओमकारनाथ चेतना। ब्र.कु.रानी।

# बेअंत परमात्मा के घर में अनंत कुमार ने दी अनंत शुभकामनाएँ

लोगों से दिल की तार जोड़ने का अगर कोई माध्यम है तो वो है सब के प्रति अपनी मनसा को शुद्ध करना। उषा से लेकर निशा तक या यों कहें कि आठों प्रहर तक हम अपनी दिनचर्या से कुछ समय निकालकर सभी के लिए स्वास्थ्यकर, शुभकर विचार प्रेषित कर सभी को हर तरह से लाभ पहुँचा सकते हैं। इसके लिए एक नया प्रोजेक्ट चलाया गया है, जिसमें सभी वर्गों के लोग भाग्य बना सकते हैं।

आइए आपका भी स्वागत है... सात अरब सतकर्मों से जुड़कर आप भी अपना भाग्य बनाइए।

**शान्तिवन।** एक मंत्री, एक सांसद या एक राजनेता के हैसियत से नहीं बल्कि एक ब्रह्माकुमार के नाते मैं यहाँ पर उपस्थित हुआ हूँ, उर्वरक एवं रासायनिक मंत्री अनंत कुमार जी के उपरोक्त उद्गार थे जो उन्होंने 25 अगस्त विश्व बंधुत्व दिवस के अवसर पर डायमण्ड हॉल में 7 बिलियन एक्टस ऑफ गुडनेस के अंतर्राष्ट्रीय लॉन्चिंग के कार्यक्रम में व्यक्त किये।

25 अगस्त की शाम लगभग 7.00 बजे 7 बिलियन एक्टस ऑफ गुडनेस की लॉन्चिंग इतिहास के पन्नों में दर्ज की जाएगी क्योंकि इसके लगभग 25 हजार प्रत्यक्षदर्शी थे और उसमें माननीय मंत्री अनंत कुमार जी ने चार चाँद लगाया। उन्होंने कहा कि आज दादी प्रकाशमणि की कल्पना का साकार रूप उनकी स्मृति में आप सबने करके



**शान्तिवन।** कैबिनेट मंत्री अनंत कुमार के साथ ब.कु. मृत्युंजय, दादी रतनमोहिनी, ब.कु. पुष्पा, ब.कु. सत्यनारायण तथा अन्य।

उनको एक अद्भुत सम्मान प्रदान किया। हम सब के लिए आज एक चुनौती है कि हम व्यक्तिगत रूप से इसमें कितना

योगदान दे पाते हैं। आज पूरे विश्व को शुभ भावनाओं की ज़रूरत है। हमारी जनता के एक अरब बीस करोड़ यदि

शुभ भावनाएँ प्रत्येक दिन सबके पास पहुँचती हैं तो इससे अच्छा कार्य और कोई नहीं हो सकता। इसके अलावा

उनका यह भी कहना था कि ये कोई पुरुष या महिला शक्ति नहीं बल्कि एक पराशक्ति, एक दिव्य शक्ति इसे चला रही है। बिना अनुशासन के इतनी आत्माओं के ऊपर शासन करना उसका एक अनोखा उदाहरण मैंने आज ब्रह्माकुमारीज में देखा। सर्वे भवन्तु सुखिनः नामक स्लोगन को ब्रह्माकुमारीज ही साकार रूप देगी। अंतिम उवाच में उन्होंने 25 हजार भाई-बहनों के सम्मुख ये वचन दिया कि आज से मैं भी आप सब के साथ इस सद्मार्ग पर चलने की कोशिश करूँगा। साथ ही हमारे संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने सत्कर्मों द्वारा इस योजना को सफल करने के लिए सभी को पेरित किया तथा अपने आशीर्वाचनों के साथ इस प्रोजेक्ट को शुभकामनाएँ दी।

## शिव गुफा और लेज़र शो से उमरेड को मिली नई पहचान

**उमरेड।** संतरे के शहर नागपुर जिले के क्षेत्र में स्थित उमरेड सेवाकेन्द्र में संतरे के रंग की पवित्रता और वैसे ही पवित्र स्थान की महसूसता लाने की मंसा

प्रभाग के संयोजक ब.कु. राजू ने अपनी मंसा जाहिर करते हुए कहा कि जहाँ ज्ञान रूपी रोशनी है वहाँ पर अंधकार हो नहीं सकता। ये म्युज़ियम अनेकों

कहना था कि जो भी आत्मा परमात्मा को समझ लेती है उसके जीवन में परिवर्तन अवश्य आता है और यह कार्य विदर्भ के भाई-बहनों ने बखूबी किया है

**किसानों को मिला योगिक खेती का उपहार**

ग्राम विकास प्रभाग के संयोजक ब.कु. राजू ने उमरेड में विदर्भ क्षेत्र में रहने वाले

नई जान आ जाती है। आप यदि इसका प्रयोग करेंगे तो आप देखेंगे कि बिना किसी रासायनिक खाद या उर्वरक के आपके अनाज की गुणवत्ता बढ़ जाएगी



**उमरेड।** विश्वकल्याणी आर्ट गैलरी का उद्घाटन करते हुए ब.कु. राजू, ब.कु. पुष्पारानी, ब.कु. गंगाधर, ब.कु. रेखा, ब.कु. अशोक तथा अन्य।

नागपुर के विधायक सुधीर पारवे ने विश्वकल्याणी आर्ट गैलरी, शिव गुफा और लेज़र शो के उद्घाटन सत्र में व्यक्त की। उन्होंने कहा कि इस स्थान से माउण्ट आबू की खुशबू आ रही है और नागपुर शहर के लिए ये बड़े ही शान की बात है।

इस कार्यक्रम में उपस्थित ग्राम विकास

आत्माओं को सेवा पहुँचाने का कार्य करेगा।

विदर्भ संचालिका ब.कु. पुष्पारानी ने कहा कि यदि हम निर्विघ्न वायुमण्डल बनाएँ, सेवा साधियों को प्यार दें तो परमात्मा इस म्युज़ियम से अनेक आत्माओं को तैयार करेगा। ओमशान्ति मीडिया के संपादक ब.कु. गंगाधर का

और इसका परिणाम आज ये म्युज़ियम आपके समक्ष है, जो आने वाले कल को कल्याणकारी बना देगा। साथ ही साथ कुछ प्रमुख संगीत प्रस्तुतियों के द्वारा कार्यक्रम को मधुर व मनमोहक बनाया गया। ब.कु. रेखा ने क्षेत्र में चल रही सेवाओं का समाचार सुनाया व सबका भावपूर्ण स्वागत किया।

किसानों के प्रति शुभेच्छा रखते हुए उन्हें अपनी खेती और ज़मीन की शक्ति तथा उसमें होने वाले पैदावार को बढ़ाने के लिए उसे सबसे पहले योग की विधि से तरंगें देकर चार्ज करना सिखाया। उनका कहना था कि जब हम किसी भी व्यक्ति, वस्तु या जीवित किसी भी चीज़ पर शुभ भावनाएँ प्रेषित करते हैं तो उसमें एक

तथा वह स्वास्थ्य के हिसाब से लाभकारी भी होगा। इसके अतिरिक्त ब.कु. गंगाधर ने भी इसपर थोड़ा प्रकाश डाला और कहा कि सबकुछ हमारी शुभ भावनाओं पर निर्भर करता है। यदि जो चीज़ हमें चलाती है, जिस खाने को खाने से हमें ऊर्जा मिलती है उसे क्यों ना हम उपरोक्त बातों के साथ जोड़ें।

**कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510**

**सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088, Email- mediabkm@gmail.com, omshantimedia@bkivv.org, Website- www.omshantimedia.info**

**सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 190 रुपये, तीन वर्ष 570 रुपये, आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।**

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/12-14, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)  
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2013-14, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 4th Sep 2014

संपादक: ब.कु. गंगाधर, प्रकाशक: ब.कु. करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज मीडिया प्रभाग (आर.ई. आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।