

ओमशान्ति मीडिया



मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -14 अंक - 15 नवम्बर -1, 2013

(पाक्षिक)

माउण्ट आबू

मूल्य 7.50 रु.

मजहब की दीवारों से ऊपर उठती है आध्यात्मिकता

'परमात्म ज्ञान द्वारा आंतरिक शांति एवं विश्व सद्भावना' विषय पर आयोजित तीन दिवसीय अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में दुनिया भर के प्रतिनिधियों ने लिया शांति का संकल्प।



दिल्ली। राष्ट्रपति महामहिम प्रणब मुखर्जी को परमात्म अवतरण एवं उनके द्वारा किये जा रहे विश्व परिवर्तन के कर्तव्य की जानकारी देने के पश्चात ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए दादी हृदयमोहिनी। साथ हैं ब्र.कु.नीलू।

एकता व भाईचारे से सम्पन्न समाज अहिंसा से सम्भव

दिल्ली। केन्द्रीय मंत्री डा. फारूख अब्दुल्ला ने ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा 'सिरिफोर्ट ऑडिटोरियम में आयोजित 'अहिंसा परमो धर्म जागृति' अभियान को सम्बोधित करते हुए कहा कि धन तथा भौतिकतावाद की ओर हमारे का उपयोग खासतौर पर वोटों को बढ़ाने, लोगों में आपसी मतभेद पैदा करने तथा संघर्षों को उत्पन्न करने में हो रहा है। हमें इस प्रकार की राजनीति से ऊपर उठकर समाज में शांति, सौहार्द, प्रेम तथा सहयोग को बढ़ावा देने के प्रति अथक



केन्द्रीय मंत्री डॉ. फारूख अब्दुल्ला, ब्र.कु.वृजमोहन दीप प्रज्वलित करते हुए। अति झुकाव ने हमें स्वयं से, समाज से तथा हमारे धर्म से विमुख कर दिया है जो हमें आध्यात्मिक रूप से एक निराकार परमपिता परमात्मा के अंतर्गत एकता एवं भाईचारे के सूत्र में बांधकर रखता है। क्योंकि सत्य धर्म सदैव मानव को एक करता है बाँटा नहीं है। उन्होने 'हिंसामुक्त समाज की स्थापना के लिए आध्यात्मिक बुद्धिमता' नामक सेमिनार के अंतर्गत कहा कि दुर्भाग्य से आज समाज में धर्म

का उपयोग खासतौर पर वोटों को बढ़ाने, लोगों में आपसी मतभेद पैदा करने तथा संघर्षों को उत्पन्न करने में हो रहा है। हमें इस प्रकार की राजनीति से ऊपर उठकर समाज में शांति, सौहार्द, प्रेम तथा सहयोग को बढ़ावा देने के प्रति अथक प्रयास करने चाहिए। उन्होने इस अभियान को लोगों में एकता लाने तथा उनके जीवन स्तर को ऊँचा उठाने की ओर एक कारगर कदम बताया। उन्होने कहा कि कोई भी व्यक्ति अकेला नहीं रह सकता। हमें एक साथ मिलकर आपसी समझदारी, विश्वास, सहिष्णुता एवं सहयोग की भावना के साथ गरीबी, प्रदूषण एवं ऊर्जा का हास जैसी समस्याओं का निवारण करना चाहिए। आज शांति एवं संघर्ष मुक्त वातावरण



दादी जानकी, केन्द्रीय यातायात एवं परिवहन केन्द्रीय राज्यमंत्री सत्यनारायण सर्वे, दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.निर्वैर तथा अन्य कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए।

शांतिवन। केन्द्रीय सड़क, यातायात एवं परिवहन केन्द्रीय राज्यमंत्री सत्यनारायण सर्वे ने ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा 'परमात्म ज्ञान द्वारा आंतरिक शांति एवं विश्व सद्भावना' विषय पर आयोजित अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन और सांस्कृतिक महोत्सव को सम्बोधित करते हुए कहा कि मानवीय ब्रगइम को हम आध्यात्मिकता के माध्यम से ही दूर कर सकते हैं। मनुष्य के विकास को अवरुद्ध करने में अहंकार महत्वपूर्ण कारण है। इससे प्रत्येक व्यक्ति को दूर रहने का प्रयास करना चाहिए। नकारात्मकता के कारण हमारे आसपास का वातावरण नकारात्मक हो जाता

है। इसे सकारात्मकता और मूल्यनिष्ठता द्वारा ही मिटाया जा सकता है। ब्रह्माकुमारी संस्था इस दिशा में श्रेष्ठ प्रयास कर रही है।

सभी देशों के प्रतिनिधियों ने लहराया शिव ध्वज अंतर्राष्ट्रीय कलाकारों ने दी प्रस्तुतियां

ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि आध्यात्मिकता हमें हर संस्कृति, मजहब और भाषा की दीवारों

से ऊपर उठती है। ब्रह्माकुमारी संस्था मानवीय मूल्यों को जीवन में धारण करने की शिक्षा देती है, जिससे ज़िंदगी में महत्वपूर्ण बदलाव होते हैं। संस्था का हर सदस्य लोगों के अंदर सद्भावना का बीज बोता है।

कर्नाटक के ग्रामीण विकास एवं पंचायत मंत्री एच. के. पाटिल ने कहा कि जीवन को सुखमय व सौहार्दपूर्ण बनाए रखने के लिए वैल्यूज की आवश्यकता होती है और यह वैल्यूज हमें आध्यात्मिकता सिखाती है। ब्रह्मा बाबा ने हमें सच्ची आध्यात्मिकता की शिक्षा दी है। भगवान किसी एक धर्म या किसी मानव के बंधनों में बंधा नहीं होता -शेष पेज 8 पर



ताइवान, सिंगापुर, मलेशिया, जापान तथा रशिया के अंतर्राष्ट्रीय ख्यातिनाम कलाकारों ने पारंपरिक परिधानों में बैंड बाजों की प्रस्तुतियां दी।

जहाँ शांति और आनंद नहीं वहाँ सब शून्य

महाभारत की कथा में एक प्रसंग बहुत ही मौलिक व समझ देने वाला है। कृष्ण और पाण्डव अनेक प्रयासों के बावजूद युद्ध को टाल न सके। संघर्ष अनिवार्य हो गया। ऐसा जानने के बाद कौरव और पाण्डव सगे-सम्बन्धियों के पास सहायता मांगने जाते हैं। युद्ध एक ही परिवार वंशज और पितराई भाईयों के बीच था। इसलिये एक तरफ दुर्व्योधन और दूसरी तरफ अर्जुन परिवार के बुजुर्ग और मित्रों को मिलने एवं उनसे सहयोग प्राप्त करने की भावना से जाते हैं।

कृष्ण के पास भी दोनों जाते हैं अनजाने में वे दोनों एक ही समय पर पहुँच जाते हैं। दोपहर का समय था भोजन के बाद श्रीकृष्ण आराम कर रहे थे। दुर्व्योधन जाकर कृष्ण के मस्तक के पास बैठ जाता है और अर्जुन कृष्ण के पैरों के पास। समय होते कृष्ण जागते हैं और उनकी पहली नज़र अर्जुन पर पड़ती है।

कृष्ण उनके आने का कारण पूछते हैं। तभी दुर्व्योधन कहता है कि मैं भी आपसे मिलने आया हूँ। कब से यहाँ मस्तक के पास बैठा प्रतीक्षा कर रहा हूँ।

कृष्ण ने कहा-ठीक है, लेकिन पहले मेरी नज़र अर्जुन पर पड़ी है तो पहले उससे ही आने का कारण पूछ रहा हूँ।

अर्जुन ने कहा- निरंतर प्रयास करने के बावजूद युद्ध को रोक न सके इसलिये हम दोनों आपके पास सहायता के लिये आये हैं।

कृष्ण ने कहा-यह तो मैं समझ सकता हूँ परंतु आप दोनों एक साथ आये हो तो एक ही उपाय है कि एक मेरे सारे लश्कर और साजो सामान मांग ले और दूसरा मुझ निःशस्त्र को अपने साथ रखे। क्योंकि युद्ध में शस्त्र नहीं उठाने की मैंने प्रतिज्ञा की है। पसंदगी का अधिकार पहले अर्जुन को दिया गया इसलिये दुर्व्योधन मनोमन व्यथित हो गया और चिंता में पड़ गया कि अब क्या होगा? अवश्य अर्जुन कृष्ण की सारी सेना और साजो सामान मांगेगा। और मैं यह बाकी बचे हुए निशस्त्र कृष्ण को लेकर क्या करूँगा? वास्तव में मेरी भूल हो गई जो मैं उनके पैरों के पास नहीं बैठा। उठते ही उनकी पहली नज़र अर्जुन पर पड़ी और वह बाज़ी मार गया। यह तो अनायास ही हारने जैसा हो गया। लेकिन अर्जुन ने जो मांगा वो महा आश्चर्य का निर्माण करता है। अर्जुन ने कहा-यदि यही निर्णय है तो मैं आपको मांगता हूँ। बस आप एक हमारे साथ में होंगे तो हमें दूसरे किसी की ज़रूरत नहीं। दुर्व्योधन अर्जुन का यह निर्णय जानकर मन ही मन खूब हंसा। उसने सोचा ये लोग ऐसे के ऐसे मूर्ख ही रहे। हाथ में आई बाज़ी फिर हार गए। पहली बार शकुनी ने पासा फेंका तब भी हार गए। उस समय तो मेरी कूटनीति और चालाकी के सामने हारे लेकिन अभी तो वे अपनी मूर्खता से हारे हैं। ये लोग तो हारते ही रहेंगे। जीत शायद उनके नसीब में ही नहीं। सामने से मिला अवसर हार गया अर्जुन। अकेले कृष्ण को लेकर क्या करेगा? उनको खायेंगा पीयेगा क्या? बिना हथियार के इस अकेले आदमी को साथ रखने से क्या मिलेगा?

लगता है कि पूरे युद्ध का निर्णय यहाँ ही हो गया। यहीं पल में महाभारत की हार-जीत निश्चित हो गयी। क्योंकि एक तरफ सारा संसार हो संसार की समस्त शक्ति हो तब भी अकेले कृष्ण को पसंद करना योग्य है। क्योंकि,

‘इक साधे सब साधे, सब साधे सब जाये...’

जो परमात्मा को पसंद कर उसे प्राप्त करने के लिए सारा संसार भी छोड़ दे तो भी विजय जरूर होती है। लेकिन ख्याल यह रखना है कि अर्जुन ने जीतने के लोभ के कारण कृष्ण को पसंद नहीं किया। हाँ, कृष्ण को पसंद करने से पाण्डव जीत गये यह दूसरी बात है। यह पसंदगी मात्र बुद्धि की नहीं है, गहरी समझ और विवेकपूर्ण निर्णय भी है। क्योंकि समझदार सदा शक्ति को नहीं, शांति को ही पसंद करता है। अपार शक्ति, अपार संपत्ति और अपार वैभव हो तो भी जहाँ शांति नहीं वहाँ सब शून्य है। ऐसी शक्ति कोई काम की नहीं है और भले ही अपार धन वैभव या शक्ति न हो तो भी जीवन में शांति हो तो यह अपना योग्य और अनुकरणीय है।

कृष्ण को पसंद कर अर्जुन ने शांति को पसंद किया है। साक्षीभाव और बोध पर अपनी पसंदगी को उतारा है। अबोध सारे



- ब्र.कु. गंगाधर

मन शान्त हो तब बुद्धि में ज्ञान की धारणा होगी

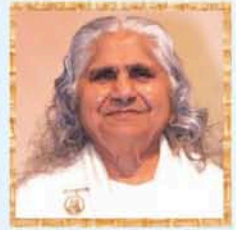
जो स्थिर है, अडोल है, अचल है तो नेचुरल है वो मधुर भी है। कभी मुख पीला लाल नहीं होता है। कुछ भी हो जाये इस प्रकार से अडोल-अचल रहने से जीवन में मधुरता आती है। अभी योग लगाना पड़ता है, कब लगता है कब नहीं लगता है। जब लगता है तो कहेंगे चलो आज अच्छा योग लगा, जब नहीं लगता है माना क्या? बुद्धि और कहाँ गयी है। कब अपसेट हैं, नाराज हैं तो योग नहीं लगेगा या कोई इच्छा पूरी नहीं हुई है तो योग नहीं लगेगा। कंडीशन बहुत हैं। बाबा अनकंडीशनल लव देता है, पर कंडीशन डालता है तब देता है, जो उस कायदेनुसार चलता है उसको जी भर-भरके देता है।

तो अपनी स्थिति को देखना कि आसन के चारो पांव ठीक है? इसमें अचल अडोल है तो वाणी मधुर होगी। अगर थोड़ा चलायमानी डोलायमानी है तो वाणी और चेहरा कैसा होगा! बुद्धि को अंगद मिसल बनाना है, माया किसी भी रूप में कितना भी हिलावे पर हम हिलने वाले नहीं हैं। तो अन्दर ही अन्दर बाबा जो सिखा रहा है, सुना रहा है, बाबा के समझदार बच्चे हैं वो धारण करते रहते हैं। बाबा के एक-एक महावाक्य पर बहुत ध्यान रखते हैं। जरा-सा अपवित्र संकल्प है फिर वाणी में आया, कर्म में आया तो सारा काम खत्म। तो मुख्य बात है मन वाणी कर्म को ठीक करके चेहरे और चलन से

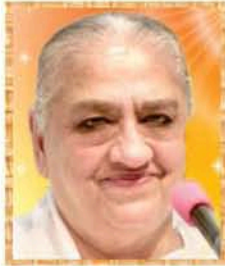
सेवा करो। सूक्ष्म है मन, वह ऐसा राजा बन जाये जो अपनी स्थूल सूक्ष्म कर्मद्वियों को ऑर्डर में रखे, जो कर्मन्द्रिय मन को कभी धोखा न देवें। नहीं तो दुख हो जायेगा क्योंकि यह शरीर वही है जिसमें आत्मा का मन पहले कर्मन्द्रियों के वश था, आत्मा भी वही है लेकिन अभी आत्मा को यह ज्ञान मिला है कि आत्मा में मन बुद्धि संस्कार में पहला है मन। ज्ञान को बुद्धि में धारण करना है पर पहले मन शान्त हो तब तो बुद्धि धारण करे! जो संस्कार पुराने बदल जायें। तो गुप्त मेहनत है, अब यही पुरुषार्थ करना है कि पहले जो परचिंतन, परदर्शन, परदोष की आदत थी, अब वो नहीं करने का है। अंदर में यह हो कि मुझे बदलना है, बाबा का सुपात्र बच्चा बनना है, इस तरह के स्वचिंतन से स्वदर्शन होता है।

जिसे ब्राह्मण बनना व बनाना है, उसी को यह ब्रह्मा भोजन प्राप्त होता है। तो सच्चा ब्राह्मण माना सच्चाई, सफाई, सादगी हो। मनुष्य पहले ऐसा सच्चा ब्राह्मण बने तो देवता बने। देवताएं पूजे जाते हैं, ब्राह्मण पूजा नहीं कराते हैं क्योंकि ब्राह्मण तो सेवाधारी हैं। अभी हर एक अपने को देखे कि मैं कैसा पुरुषार्थ कर रहा हूँ, सतयुग में क्या बनूँगा? तो संगमयुग है पुरुषार्थ का युग, जितना पुरुषार्थ करेंगे उतना सुखी रहेंगे। मुझे तो नशा है कि सारे जहान की आत्मायें मेरे बाप के बच्चे हैं, वो सब आत्मायें अच्छी बन जायें, यही

मेरी भावना है। बाकी और कुछ नहीं है मेरे पास। विश्वास से निश्चय से जैसा बाबा बनाना चाहता है, ऐसे बाबा का सैम्पल बन जाऊँ। सैम्पल को देख सेवा हुई है। सैम्पल क्या है न दुख है, न भय और न ही चिंता वाली लाइफ है, कल क्या होगा, उसकी फिकर नहीं है, जो हुआ सो अच्छा, जो हो रहा है सो अच्छा। जो होगा बहुत अच्छा होगा क्योंकि अभी के अच्छे कर्म के कारण अन्दर से गैरन्टी से यह आवाज निकलता है कि अच्छा ही होगा। शिवबाबा ने ब्रह्मा के द्वारा हर कर्म कैसे करना है, वो बताया है, सिखलाया है। यह कर्मक्षेत्र है, जैसा बीज बोयेंगे ऐसे फल खायेंगे। तो कर्म इतना अच्छा करने से सुख मिलता है, दुआयें मिलती हैं, अच्छे कर्म करने वाले के खुशी के चेहरे से औरों की सेवा हो जाती है। तो ब्राह्मण कौन है? सेवाधारी। पहले त्याग, फिर तपस्या ऐसी जो एक बाबा दूसरा न कोई, फिर ऐसे सच्चे ब्राह्मण सेवाधारी बन दुनिया से दुख, अशान्ति, पाप, भ्रष्टाचार, झूठ और हिंसा को समाप्त करने की सेवा करो।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हरबमोहिनी, अति. मुख्य प्रशासिका

प्रश्न- दादी, पुरुषार्थ में आप कौन-सी बात पर ध्यान रख रही है? उत्तर- अभी ध्यान रखते हैं कि थोड़ा समय है, अचानक ही कुछ भी हो सकता है और बाबा अचानक शब्द कितने समय से कहके हमको सावधान कर रहा है। हर बात में बाबा अचानक, अचानक कहके फिर बताता है तो जब अचानक शब्द बोलता है तो उससे हमको समझना चाहिए कि हमको एवररेडी रहना है। पुरुषार्थ करूँगी, यह देखूँगी... नहीं। सदा यही सोचना चाहिए कि जब अचानक सब होना है तो अचानक में हमको कितना एवररेडी रहना है। हमेशा समझें कि हमारे लिये यह अन्तिम घड़ी है। पुरुषार्थ की अन्तिम घड़ी, शरीर की नहीं। जितना पुरुषार्थ मैं अभी कर सकती हूँ वो पीछे करूँगी, यह नहीं। तो मेरे पुरुषार्थ की घड़ी ऐसी हो जो कभी भी अचानक अन्त हो तो तीव्र पुरुषार्थ का फल मिले। ऐसे नहीं उस समय सोच लेंगे, या पुरुषार्थ आज ढीला है, कल तेज है। कभी भी अचानक कुछ भी हो सकता है इसलिये मेरे को ऐसे तैयार होना है, कभी भी कुछ भी हो लेकिन मेरी स्थिति जो है, बाबा जो कहता है वो तैयार है। जैसे अभी दादी जानकी हमेशा कहती है अचानक कुछ भी हो सकता है इसलिये मेरे को अटेंशन रहता है कि यह हर घड़ी मेरी अन्तिम घड़ी है। अन्त में हम सोचेंगे, नहीं। लेकिन हर घड़ी अन्तिम घड़ी समझकर अपने को एवररेडी रखना है। कभी भी अचानक कुछ भी हो जाये लेकिन मेरे पुरुषार्थ

हर घड़ी को पुरुषार्थ के लिए अंतिम घड़ी समझें

की जो फाइनल स्टेज है, वो होनी चाहिए।

प्रश्न -जब आप छोटी उम्र में बाबा के पास आये तो आपने उस समय क्या अनुभव किया और बाबा ने आपमें क्या विशेषताएं देखी?

उत्तर- हम तो छोटेपन में ही बाबा के पास आ गये। तो पहले तो बाबा ने प्यार से देखकर, आओ बच्चो, प्यारी बच्चो ऐसे बोला तो मुझे लगा यह पहचाना हुआ है। बाबा से ऐसे नहीं लगा जैसे कोई आज ही हमें देख रहा है। ऐसे लगा कि बाबा पहचान करके कह रहा है और मैं भी जैसे भले पता नहीं था हमको बाबा होता कौन है, क्या होता है, फोटो भी नहीं देखा था लेकिन ऐसे हमको भी नहीं लगा कि आज पहली बार मैं इनको देख रही हूँ। बाबा को भी नहीं लग रहा था जैसे हमारे को नया देख रहा है, मिले हुए हैं ऐसे ही अनुभव हुआ। और बाबा जो बच्चा शब्द कहता था उसमें ही जादू होता था। उस समय बाबा ने बहुत उमंग से बच्चों के लिए पहली बार आध्यात्मिक बोर्डिंग खोला था और बच्चों का आह्वान किया। तो जब हम पहुँचे तो ऐसे लगा जैसे कोई हमको याद करता हो और याद से हम पहुँच गये हैं, ऐसे नया नहीं लगा जैसे बाबा हमको बुला रहा था और हम बाबा के पास पहुँच गये प्यार से। तो बाबा को देखते ही पहले प्यार की फीलिंग आयी। ऐसे लगा जैसे जन्म-जन्म का यही हमारा पिता है, ऐसे नहीं लगता था कि यह कौन है, कहाँ हम पहुँचे हैं! नया कोई नहीं लगता था, जिगर से लगता था यह अपना है। नहीं तो उर लगे कि पता नहीं इनके पास आये हैं क्या होगा, कैसे होगा... नहीं।

हमारे नयनों से बाबा ने भी अनुभव किया कि यह जैसे पुरानी है और ऐसे मिला जैसे बिछुड़ गये

थे और मिले हैं आके। अगर ऐसी भासना आपको भी आवे कि बाबा हमारा है, हम बाबा के हैं, बाबा के ही रहेंगे। तो बचे रहेंगे, माया कम आयेगी। हमारे में बाबा दिखाई देता है तो यह तो बाबा की कमल हुई ना। हम तो कहते हैं सवेरे उठके बाबा को देखो और सोते हुए बाबा को देखो, बीच में हर सेकेण्ड में मेरा बाबा, मेरा बाबा यह फीलिंग आये तो आपकी स्थिति हमारे जैसी बन जायेगी। बाबा को याद करने के तरीके बहुत हैं। कोई कहता है बाबा भूल जाता है, लेकिन कुछ नियम बनाने से वो भूलेगा नहीं। जैसे कि सुबह को उठो बाबा को गुडमार्निंग करो। नाश्ता करो बाबा को खिलाके पीछे खाओ, मतलब कोई भी काम करो पहले बाबा को याद करके कोई काम करेंगे तो सफलता आपको सहज प्राप्त होगी। तो बाबा को भूलने की तो मार्जिन ही नहीं है। कोई भी काम करो पहले दिल में बाबा को रख दिया, दिल में बाबा समाया हुआ है, तो दिल वाली बात तो कभी भूलती नहीं है। जैसे दिल में अगर कोई खराब बात आती है तो वह भी भूलती नहीं है। हम भूलते नहीं हैं। हम चाहते नहीं हैं तो भी वो बात दिल से निकलती नहीं है, बार-बार याद आती है। तो बाबा को दिल में समाया है तो वो कैसे निकल सकता है, कैसे भूल सकता है? बाबा कम्बाइण्ड हो गया ना, हम कभी भी बाबा के बिना अकेले नहीं हैं, बाबा हमारे दिल में है ही है। दिल में है माना साथ है ना। दिल में अगर दूसरी बातें आती हैं तो बाबा को निकालते हैं क्या? बाबा तो समा गया है। बाबा कहता है अकेले नहीं बनो, मेरे साथ कम्बाइण्ड रहो। अकेला देखकर माया दुश्मन वार करेगी, लेकिन कम्बाइण्ड है तो माया आ नहीं सकती।

प्रभु मिलन... आह यह शब्द ही कितना आनन्द दायक है। कौन नहीं चाहता इस अनुभव को। नास्तिक भी नास्तिक तभी बनते हैं जब उन्हें ये अहसास नहीं होता। तपस्वी भी इसी के लिए तपस्या करते हैं।

परन्तु क्या प्रभु मिलन होता है? यदि न होता तो ये इच्छा भी न होती। इच्छा ही सिद्ध करती है कि वह मिलता अवश्य है। उस मिलन में इतना सुख व आनन्द मिलता है कि बार-बार हम उसे याद करते हैं व भगवान की उसी रूप में महिमा भी गाते हैं। फिर वह हमारा परमपिता भी तो है और प्यार का सागर भी है, उसका मिलन तो हमारा अधिकार भी है। सोचे यदि उसने ज्ञान न दिया होता तो उसे ज्ञान का सागर त्रिकालदर्शी क्यों कहते। यदि वह अपने वत्सों को प्यार ही न देता तो उसके प्यार के सागर होने का महत्व ही क्या होता।

यह सत्य है कि हम उनसे मिलने नहीं जा सकते, क्योंकि उसके बारे में अनेक भ्रान्तियाँ हैं। इसलिए उन्हें ही हम सबसे मिलने इस धरा पर आना होता है। परन्तु वह निराकार जन्म-मरण से न्यारा है फिर वह आये कैसे? वे जन्म नहीं लेते, वरन् अवतरित होते हैं। जन्म व अवतरण में अन्तर है। तो वे आते हैं अपने परमधाम से मनुष्य तन में। पहले प्रजापिता ब्रह्मा के तन में आते थे और अब दादी हृदयमोहिनी जी के तन में अल्पकाल के लिए आते हैं।

वे जब आते हैं तो उनके वायब्रेणस उनकी उपस्थिति का आभास कराते हैं। वे जब बोलते हैं तो चहुँओर प्रभु-प्रेम की तरंगें प्रवाहित हो जाती हैं। उनकी दृष्टि जब सब पर पड़ती है तो चारों ओर गहन शांति छा जाती है और उनके महावाक्य सुनते-सुनते सभी का मन आनन्द विभोर हो जाता है।

आप भी अवश्य प्रभु-मिलन के क्षणों का इन्तजार कर रहे होंगे। ये परम सौभाग्य केवल उन ब्रह्मावत्सों को ही मिलता है जो जीवन को पवित्र बनाने के पथ पर चल चुके हैं। दूसरे तो इसे पहचान भी नहीं पायेंगे। ब्रह्मावत्सों में भी यह मिलन उनका तो अविस्मरणीय होता है जिनका चित्त एकाग्र हो गया है और जो रुहानियत से स्वयं का श्रृंगार कर चुके हैं। बाकि किसी को उनका प्यार मिलता है तो किसी को आत्म-तृप्ति। अनेक आत्माएं प्रभु-मिलन से महसूस करती हैं कि उनकी जन्म-जन्म की प्यास बुझ गई।

यों तो प्रभु-मिलन प्रतिदिन अमृतवेले होता ही है परन्तु साकार में ये मिलन भी परम

आवश्यक है। आप इसकी अवश्य तैयारी कर रहे होंगे। यह देख लें कि पिछली बार वे हमें जो होमवर्क दे गये थे, वो हमने किया क्या? मैं याद दिला दूँ...

पहली प्रेरणा थी... बेफिक्र बादशाह बन जाओ। मेरे को तेरे में बदलकर फिक्र बाबा को देकर उनसे फखुर ले लो। कौन मुझे साथ दे रहा है, किसने मेरा हाथ पकड़ा है, स्वयं भगवान का हाथ मेरे सिर पर है-इस नशे में रहकर बादशाह बनो।

दूसरी बात थी -संतुष्टमणि बनो। हर हाल में संतुष्ट, हर बात में संतुष्ट। इसके लिए इच्छाओं का व सूक्ष्म कामनाओं का त्याग जरूरी है। साथ ही सर्व खजानों से सम्पन्न व योग्युक्त आत्मा ही संतुष्टमणि बन सकती है।

तीसरी मुख्य बात... सदा खुश रहो।

**फिर आई
प्रभु-मिलन
की बेला**

उनकी दृष्टि जब सब पर पड़ती है तो चारों ओर गहन शांति छा जाती है और उनके महावाक्य सुनते-सुनते सभी का मन आनन्द विभोर हो जाता है।

भगवान को कैसा लगता होगा कि जब वे देखते हैं कि मेरे बच्चे भी खुश नहीं रहते। हमारी खुशी की तरंगें विश्व में दुखों के प्रकोप को कम करती हैं। खुश रहना अपने ऊपर है। चिन्तन को श्रेष्ठ कर दें तो मन सदा खुशी में डूँस करता रहेगा।

चौथी अति महत्वपूर्ण बात... स्वयं को व्यर्थ से मुक्त करो। सचमुच कलियुग की इस काली रात में व्यर्थ के प्रकोप ने सभी का सुख-चैन छीन लिया है। ज्ञान-मनन से, स्वामन से, अशरीरीपन के अभ्यास से तथा वैराग्य की भावना व लक्ष्य की दृढ़ता से इस महामाया से बचा जा सकता है।

जिन आत्माओं ने ये होमवर्क अच्छी तरह किया है उनपर तो प्रभु प्रेम बरसेगा और उन्हें देखकर बाबा को गर्व भी होगा तथा उन्हें परमात्म दुआयें भी मिलेंगी। जिन्होंने जितना-

जितना पुरुषार्थ किया, उतना-उतना अनुभव होगा। आप अवश्य चाहेंगे कि इस बार जब प्रभु-मिलन हो तो आपको श्रेष्ठतम अनुभव हो। हमारी भी बड़ी शुभकामना है कि आप प्रभु-प्रेम में मग्न हो जाएं, दुख-दर्द भूल जाएं व बाबा से निर्विघ्न भव का वरदान लेकर जाएं। तो यहाँ आने से पूर्व अपनी मनोस्थिति को श्रेष्ठ बनाने के लिए कुछ साधना करके आएँ। क्योंकि मन जितना शान्त व एकाग्र होता है, अनुभव उतने ही सुन्दर होते हैं। हम यहाँ कुछ सरल साधनाएं प्रस्तुत कर रहे हैं।

1. प्रतिदिन अमृतवेले अवश्य उठें और प्रभु मिलन करें। बाबा से बातें करें, पाँच स्वरूपों का अभ्यास करें। रोज बाबा से दृष्टि लें व विश्व को दृष्टि दें। महत्वपूर्ण है कि बाबा से तीन वरदान लें। विधि है... अनुभव करें कि सूक्ष्म वतन में हम बापदादा के समक्ष हैं, दृष्टि ले रहे हैं। फिर बाबा ने मस्तक पर तिलक लगाया व वरदान दिये... बच्चे विजयी भव, निर्विघ्न भव व सफलतामूर्त भव। इन्हें स्वीकार करें। अपनी पवित्रता को मजबूत करें। पवित्रता का मार्ग अपना लिया तो विपरीत चिन्तन भी क्यों? दृढ़ता व प्रतिज्ञा तथा साधना इसे आपकी शक्ति बना देगी।

2. प्रतिदिन ईश्वरीय महावाक्य सुनें। क्लास में जाकर एक घण्टा सच्चा सुख लें। याद रहे-स्वयं यों ही मुरली पढ़ लेने से सुख नहीं मिलता।

3. याद का चार्ट बढ़ाएं। चलते-फिरते उसका अभ्यास करें। स्वभान व अशरीरी पन की प्रैक्टिस सारे दिन में 10 बार अवश्य करें।

4. मौन का अभ्यास महत्वपूर्ण है। सप्ताह में यदि 2 दिन मौन रहे तो अति उत्तम। यदि यह सम्भव नहीं हो तो चार-चार घण्टे प्रतिदिन मौन में रहकर स्वचिन्तन करें।

शान्तिवन में प्रभु-मिलन के दिन ब्राह्मणों के मेले से आनन्द भरे होते हैं। देव-कुल की महानात्माएं जब परस्पर मिलती हैं तो एक अनुपम हर्ष सब तरफ छा जाता है। ये पावन भूमि महान तीर्थ है जहाँ स्वयं भगवान आते हैं। यहाँ आना भी परम सौभाग्य की बात है। आप अवश्य पधारें। आपका प्रभु-मिलन अति कल्याणकारी हो। आपको महसूस हो कि बाबा से मिलने से हमारी 84 जन्मों की यात्रा सफल हो गई। अपने सारे बोझ अपने परमपिता को देकर आप हल्के होकर उड़ें और ब्राह्मण जीवन को वरदानों से भरें-यह हमारी श्रेष्ठ कामना है। (ब्र.कु.सूर्य)



भरतपुर। हरियाणा के राज्यपाल जगन्नाथ पहाड़िया को आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु.कविता।



जयपुर। ब्रह्माकुमारीज साईंस्टिट एण्ड इंजीनियरिंग विंग के राष्ट्रीय संयोजक ब्र.कु.मोहन सिंघल को 'मीन आयडल अवार्ड' से सम्मानित करते हुए राजस्थान की राज्यपाल महामहिम मार्ग्रेट अल्वा।



बोटाद। गुजरात के मुख्यमंत्री नरेन्द्र मोदी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.वर्षा तथा ब्र.कु.रजनी।



श्रीनगर। जम्मू एवं कश्मीर के कृषि मंत्री जनाब गुलाम हसन मीर को आध्यात्मिक संदेश देने के पश्चात ब्र.कु.सुदर्शन, ब्र.कु.रविन्दर तथा अन्य।



त्रिनिदाद। भारतीय उच्चायुक्त अमरजीत जी को संस्था की ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराते हुए ब्र.कु.डॉ.सविता तथा ब्र.कु.हेमलता।



आनंदपुर साहिब। स्वास्थ्य मंत्री मदन मोहन मित्तल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.रीमा व ब्र.कु.सरला।



बाबा नगर। शासकीय ह्यापर सेकेण्डरी स्कूल के बच्चों को राजयोग मेडिटेशन के बारे में समझाने के पश्चात ब्र.कु.कृष्णा, ब्र.कु.शीतल, ब्र.कु.सागर तथा ब्र.कु.वसंत।

एकता व भाईचारे -पेज 1 का शेष

की आवश्यकता है जो कि केवल आध्यात्मिक सिद्धांतों के द्वारा ही लाया जा सकता है।

ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि समाज को हिंसामुक्त बनाने के लिए एक परमसत्ता में विश्वास, आपसी भाईचारा तथा आध्यात्मिक बुद्धिमता की जरूरत है। मतभेद ही हिंसा का प्रमुख कारण है इसलिए आवश्यक है कि हम अपनी कमजोरियों काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार आदि को दिव्य ज्ञान एवं राजयोग मेडिटेशन द्वारा समाप्त कर स्वयं को तथा समाज को दुख, अपराध आदि से मुक्त करें। यदि हम जीवन को सुख शांति से जीना चाहते हैं तो हमें आध्यात्मिक सत्यों को अपनाना ही होगा।

इस सेमिनार के अंतर्गत 'इनर-फेथ मीट' एवं 'टॉक शो' भी आयोजित किया गया जिसमें बौद्धि, क्रिश्चियन, बहाई, ज्यूज, हिन्दु तथा अन्य कई आध्यात्मिक संगठनों ने भाग लिया। उन्होंने स्वीकार किया कि हिंसा को हिंसा से समाप्त नहीं किया जा सकता। देश में चारों ओर तत्काल ही नागरिकों के अंदर जागरूकता लाने के लिए अभियान आरंभ किये जाने चाहिए। अंत में उपस्थित दर्शकों को स्वयं तथा समाज से हिंसात्मक वृत्तियों को समाप्त करने के उपायों पर विचार व्यक्त करने को कहा गया।

जहां शांति ...

-पेज 2 का शेष

संसार को एक तरफ रखकर बुद्धत्व को अपनाया है। परमात्मा को सारथी पद देकर, वे जहाँ ले जायें वहाँ जाकर और वो जैसा कहें वैसा करके असत्य पर विजय प्राप्त की है और दुर्योधन के साथ कृष्ण की सारी सेना थी तो भी परिणाम क्या आया?

यह घटना मात्र महाभारत में अकेले अर्जुन के जीवन की नहीं है। प्रतिपल हरेक व्यक्ति के जीवन में परिस्थिति और पसंदगी का अवसर मौजूद है। एक तरफ आपके जीवन में संसार के सारे सुख मौजूद हों, समस्त संसार का साम्राज्य आपके समक्ष हो और दूसरी तरफ परमात्मा हो तब आप किसको पसंद करेंगे? सौ में से नित्यानवे प्रसंग आपके जीवन में ऐसा ही बनेगा। फिर आप अपने विवेक को आपके अंदर छिपे हुए साक्षी को एक तरफ कर देंगे और आप अपने मन और संसार को ही जीतने देंगे। क्योंकि आप उसे मूल्यवान मानते हैं। दुर्योधन की पसंदगी पर आप हंसेंगे नहीं क्योंकि आपके अंदर बैठा दुर्योधन प्रति पल यही काम करता रहता है। अर्जुन और दुर्योधन दोनों ही आपके अंदर मौजूद हैं। युद्ध कहीं और नहीं चल रहा परंतु आप अपने विवेक को दबाकर हमेशा अपने अंदर बैठे अहंकार रूपी दुर्योधन के मस्तक को ऊँचा कर जिताने के लिये धपथपाते रहते हैं।

कभी आप धन को महत्व देते हो, कभी पद-पोजीशन के पीछे दौड़ते हो। कभी मकान और सुख-सुविधा से भरी जिंदगी के सामने झुक जाते हो।

संसार के विस्तार की चकाचौंध में गुम होकर एक तरफ जाने की

आपकी हिम्मत ही नहीं होती। सोचते हैं अकेले मेडिटेशन, अकेले आत्मज्ञान किस काम का? उसे क्या खायेंगे पीयेंगे? उसे ओढ़कर दुनिया को जीत सकेंगे क्या? और इन सब बातों में पड़कर ही उस 'एक' को साइड पर छोड़कर पहले संसार को पकड़ने में लग जाते हैं।

लेकिन जीवन के युद्ध में जब पकड़ डली पड़ जाए, हाथ में से गाँडिव सरकने लगे तब अंदर बैठा (साक्षीभाव) सारथी ही काम आता है। अहंकार सदा मस्तक ऊँचा करके मस्तक के पास ही बैठ सकता है। (उसे मस्तक के ऊपर चढ़कर बैठने में रस आता है) जबकि विवेकशील व्यक्ति विनम्र है। वो परमात्मा के पग के पास बैठकर भी आनंद अनुभव कर सकता है और परमात्मा की पहली नज़र तो विवेकशील व्यक्ति पर ही पड़ती है।

महाभारत की यह प्रतीक कथा युद्ध मैदान छोड़ कर भागने थकने वाले लोगों के पक्ष में नहीं। जीवन के कुरुक्षेत्र को छोड़कर सन्यासी भी होने लगे तब भी कृपा उनके पक्ष में नहीं है। वे तो कहते हैं कि भीड़ में, संसार की भागदौड़ में, भरे बाज़ार में, अनेक उपद्रव भरे कुरुक्षेत्र में ही आपको भगवद्गीता को जन्म देना है। जीवन में और जगत में जितनी भी आसुरी शक्तियाँ हैं उनकी शरण में जाना नहीं है। युद्ध की स्थिति है, शस्त्र उठाइये। परमात्मा को साथ रख और सारथी पद सौंप कर लड़ने का आरंभ करें और यह लड़ाई कहीं बाहर नहीं है। जिसके सामने लड़ना है वह आपका ही दूसरा रूप है, आपके अंदर पड़ी हुई आसुरी वृत्ति और अहंकार की भावना है। जब परमात्मा आपके साथ है तो अवश्य ही मानना कि जीत सुनिश्चित है।

मदद करें पर निष्काम भाव से

प्रश्न:- आप जब बीमार होते हैं तो मैं आपकी देखभाल करती हूँ और जब मैं बीमार हुई तो आपने पूछा भी नहीं? इससे मुझे बुरा तो लगेगा ही ना?

उत्तर:- फिर थॉट और फीलिंग किस प्रकार के क्रियेट हुए? परिणाम यह होगा कि अगली बार जब आप बीमार पड़ोगे तो मैं आपके लिए कुछ नहीं करूंगी। यह मेरा फैसला है। इस बिलीफ सिस्टम को बदलने की आवश्यकता है कि मैं वो करूंगी जो करते हुए मुझे अच्छा लगता है। यह नहीं कि मैं वो करूंगी जो आप रिटर्न में करेंगे। क्योंकि उस बिलीफ सिस्टम से मुझे रिजल्ट क्या मिला?

मैंने आपके लिए इतना किया, आपने मेरे लिए क्या किया या मैंने पूरा जीवन आपके लिए ही किया, आपने मेरे लिए क्या किया? इस बिलीफ सिस्टम को धीरे-धीरे चेंज करते जायें और वो बिलीफ सिस्टम अपनायें जो हमारे जीवन को सरलता, सहजता और खुशी से भर दे। यदि मैं अपने बिलीफ सिस्टम को बदलती हूँ तो मैं कह सकती हूँ कि मैं किसी चीज की इच्छा किये बगैर अपना कार्य अच्छी तरह से कर सकती हूँ। यह संभव है। एक बार में तो नहीं होगा, इसके लिए निरंतर अभ्यास की आवश्यकता है।

प्रश्न:- किसी के लिए कुछ किया तो फिर समय पर स्वयं कुछ पाने की आशा रखना तो जायज है।

उत्तर:- क्योंकि आपने वो प्रोग्रामिंग कर ली थी कि मैंने आपके लिए अच्छा किया है तो आपको भी अच्छा करना ही है। ये मेरा बिलीफ सिस्टम है कि जिसके लिए मैं अच्छा करूंगी, उसको मेरे लिए अच्छा करना ही है। जैसे ही वो अगर वैसे नहीं करते हैं या वो उस तरह से नहीं करते हैं तो मैं दुःखी हो जाती हूँ, क्योंकि हर एक का अलग-अलग व्यक्तित्व होता है, अलग-अलग नेचर होती है। आपकी नेचर है कि आप बहुत ज्यादा करते हैं आप दावत देंगे तो आप इतना कुछ कर देंगे, आप गिफ्ट देंगे तो इतना देंगे कि पूछो मत, आप मेरे लिए कुछ भी नहीं कर रहे हैं। इसमें ये हो सकता है कि हमारी स्थिति उस लायक न हो। जब आप मेरे घर पर आओगे तो मैं पूछूंगी कि आप चाय पियोगे क्या? आप मेरे घर आये थे तो मैंने आपके लिए पूरा डिनर बनाया था और आप मुझे पूछ रहे हैं कि चाय पीयोगे कि नहीं पीयोगे? तब आप दुःखी हो जाते हैं। यही सेम चीज इमोशनल लेवल पर भी कार्य करती है। जितना मैं आपके लिए कर रही हूँ, मेरा ये बिलीफ होता है कि आप भी उसी तरह से मेरे लिए करें। ये बहुत डीप बिलीफ सिस्टम है। जहाँ मुझे बुरा लगना शुरू हुआ तो हमें वहीं रुक जाना चाहिए और यह चेक करना चाहिए कि वह कौन-सा बिलीफ सिस्टम है जिसके कारण हमारा यह थॉट क्रियेट हुआ। जो भी नेगेटिविटी मुझे होती है उसके पीछे कोई न कोई बिलीफ सिस्टम है जिसे चेक कर चेंज करने की आवश्यकता है। इस श्रृंखला में हम जो-जो सीख रहे हैं उसे अपने जीवन में धारण करते जायें जिससे हमारा जीवन खुशियों से भरा रहे।



इटावा-सिविल लाइंस। जिला जज की धर्मपत्नी पूनम रस्तोगी के साथ आध्यात्मिक ज्ञानचर्चा करते हुए ब्र.कु. नीलम।

पुणे। फिल्म अभिनेत्री हेमा मालिनी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.रूपा। साथ है ब्र.कु.दीपक व ब्र.कु.गीतिका।



जमशेदपुर। 'अलविदा डायबिटीज' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.डॉ.श्रीमंत, ब्र.कु.अंजू, जुस्को के डायरेक्टर आशीष माथुर तथा अन्य।



रायगढ़। थाना अधिकारी श्रीमती संतोषिनी ओरम को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.अस्मिता व ब्र.कु.पार्वती।



फिरोजाबाद। जिला अधिकारी संध्या तिवारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सरिता।



सांरगपुर। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा अभियान में ब्र.कु.विजयलक्ष्मी को मोमेंटो भेंट कर सम्मानित करते हुए लायंस क्लब के सदस्य।



आमेट। आमेट के राजा प्रेम प्रकाश चूण्डावत तथा रानी आनंद कुवर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात ब्र.कु.रीटा एवं ब्र.कु.पूनम समूह चित्र में।

मनुष्य चिरातीत से पशु और पक्षियों का शिकार करता आया है। पशु और पक्षी तो मनुष्य का शिकार नहीं सकते। हाँ, यदि कोई व्यक्ति भूख और मानवीय खून के चक्के वाले शेर या शेरनी के सामने आ जाये तो वे मनुष्य का शिकार करते हैं। परन्तु ये तो कभी-कभी और किसी-किसी के साथ होने वाली घटना है जो कि निहत्थे और असावधान व्यक्ति के साथ जंगल में पेश आ सकती है क्योंकि शेर तो जंगली जानवर है। परन्तु शहर में बुद्धिजीवी, पण्डित, विद्वान तथा तर्कशील व्यक्ति भी सहज से दूसरे मनुष्यों का शिकार बन जाते हैं क्योंकि वे विवेक रूपी कवच को उस समय पहने नहीं होते और आत्म-रक्षा के लिये जो जाँच-बुद्धि चाहिये, उससे वे उस समय रहित होते हैं। मनुष्य का शिकार करने वाला वह पशुत्व अथवा नरभक्षी राक्षस है अफवाह अथवा गलतफहमियाँ। इसलिए लोग आम बोलचाल में कहते भी हैं-“मैं अफवाहों का ‘शिकार’ हो गया था” अथवा “बहकावे” या “गलतफहमी” का ‘शिकार’ हो गया था।

इस प्रकार के शिकार के लिए कोई दो नाली बन्दूक, छुरा या शेर का पंजा नहीं चाहिए। इसके लिये तो मुख से कुछ ऐसे शब्द निकलने चाहिए कि जिन पर कोई अन्धविश्वास कर ले। भूले-भटके में ऐसे कितने ही लोग हैं जो हर आये दिन किसी-न-किसी अफवाह, बहकावे या गलतफहमी का शिकार होते रहते हैं। ऐसे लोगों के बारे में कहा जाता है कि वे “कान-के-कच्चे” हैं अथवा ज़रूरत से ज़्यादा बुद्धू हैं। वे अपने विवेक अथवा अपनी अक्ल का प्रयोग नहीं करते ! जैसे कोई असावधान व्यक्ति घर का दरवाज़ा सदा खुला रखता है और हर समय किसी अजनबी व्यक्ति के प्रवेश करने पर भी पूछताछ अथवा जाँच नहीं करता तो कोई चोर-लुटेरा अथवा ठग उसे लूट ले जाता है अथवा हत्या कर जाता है, वैसे ही ये लोग भी अपने अंधविश्वास का द्वार सदा खुला रखते हैं और अज्ञात शील वाले व्यक्ति को आने देते हैं और विवेक को पहरा देने से रोकते हैं। वे भी ना जाने कितनी गलतफहमियों का शिकार होते रहते हैं। हाय रे, उन्हें विवेक की कमज़ोरी खा गई। उन्हें अफवाहों और बहकावों की इल्लत

खा गई। अफवाहें तो प्लेग की बीमारी से भी बहुत अधिक तीव्र रफ्तार से फैलती हैं। यों तो जंगल की आग भी तीव्र गति से जंगल को अपनी पकड़ में ले लेती है। परन्तु अफवाहों के तो क्या कहने ! वे तो इन दोनों से भी तेज़ी से फैलती हैं और संसार के दुर्भाग्य की बात ये है कि लोग उन्हें फैलने देते हैं और उसमें सहयोगी होते हैं। कितने ही मजहबी दंगे अफवाहों के फैलने से होते हैं। कितने ही झगड़े-रगड़े गलतफहमियों से होते हैं और कितने ही लोग बहकावे में आने के कारण धन, जीवन अथवा अपने वर्चस्व को गंवा बैठते हैं। उपनिषद में ये कहानी है कि-“एक व्यक्ति गाय खरीदने और

अफवाहें और गलतफहमियाँ

विवेक रूपी कवच को पहने न रखने वाले लोग किसी-न-किसी अफवाह या गलतफहमी का शिकार होते रहते हैं।

बेचने का काम करता था। उसके गाँव से कुछ दूर एक शहर में हर शुक्रवार को एक बाजार लगता था जिसमें आसपास वाले लोग गुज़र आ बकरियाँ ले आते और सौदा करके उन्हें बेच देते थे। वह व्यक्ति कई वर्षों तक ये कार्य करके अपनी रोजी-रोटी का प्रबंध करता रहा। एक दिन उसने सोचा कि अब बुढ़ापा आने लगा है; अभी ये समय है कि मैं अपने बच्चे को ये काम सिखा दूँ और ये धन्धा उसको सौंप दूँ। अब तो बच्चा बालिग हो गया है।

उसे अपना ये संकल्प जँच गया और उसने अपने पुत्र को बुला कर कहा-“बेटा, मैं चाहता हूँ अब ये कार्य करना सीख लो और मेरे जीते-जी इसे संभाल लो। आप भी अपने पाँव पर खड़े हो जाओगे और मुझे भी खुशी होगी और मेरे बुढ़ापे के दिन भी अच्छे कट जाएँगे। बेटा आज्ञाकारी और भले मन वाला था। उसने कहा-“पिताजी, जैसे आपकी आज्ञा तथा आशीर्वाद हो।” पहली बार पिता ने उसको गाय की एक बछड़ी दी जो गाय जैसे बनने की हो गई थी। उसने बच्चे को सब

समझा-बुझा दिया और कहा कि इसे ले जाओ और इसका सौदा करके पैसे ले आओ।” बच्चा घर से निकल पड़ा। रास्ते में एक सुनसान, बियाबान इलाका था अथवा छोटा सा जंगल था। उसमें तीन ठग सांठ-गांठ करके आने-जाने वाले व्यक्तियों को ठगा करते थे और अपनी ठग विद्या से कमाते थे। उनमें एक आगे बढ़ा और उस लड़के के साथ-साथ चलने लगा। लड़का भोला था। ठग ने उसे कहा कि इसे कहाँ ले जा रहे हो? बालक ने कहा-पशु-मण्डी में बेचकर पैसे ले आऊंगा।” ठग ने कहा-“मुझे भी एक मेमना खरीदना था और मैं भी वहीं जा रहा हूँ। क्यों न तुम इसे यहाँ मुझे बेच दो? दोनों का आना-जाना बच जाएगा।” लड़के ने कहा-“अच्छा, बताओ इसका क्या दोगे?” ठग ने कहा-“ इस मेमने का तो 500 रुपये ही दाम होता है।” वह लड़का बोला-“ये मेमना थोड़े ही है, ये तो गाय की बछड़ी है। मूल्य तो इस बछड़ी का करना है।” ठग ने कहा-“अरे, तुम्हें तो ये भी मालूम नहीं है कि ये गाय की बछड़ी है या मेमना है। तुम मण्डी में जाकर क्या सौदा करोगे? अरे भाई, ये तो मेमना है मेमना।” लड़का बोला-मेरे पिताजी ने तो कहा था कि इस बछड़ी का सौदा कर आओ। ये मेमना थोड़े ही है।” तब ठग बोला, “तो ठीक है, रहने दो। अच्छा मैं ज़रा तेज चलूँगा क्योंकि जल्दी पहुँचकर वापिस लौटना चाहता हूँ। ये कह कर वह चल दिया। वह लड़का सोचने लगा-“ये बड़ा अजीब किस्सा है। यह इसे मेमना कह रहा है; पिताजी इसे बछड़ी बता रहे थे !” वह थोड़ा आगे गया था कि अब दूसरा ठग आ गया। वह बोला-“बेटा, क्या इसे बेचने जा रहे हो?” वह लड़का बोला-“हाँ, क्यों आपको खरीदना है क्या?” ठग बोला-“तभी तो पूछ रहा हूँ। 500 रुपये में देना चाहो तो दे दो; क्योंकि मेमने का तो यही भाव होता है। -शेष पेज 10 पर



काठमाण्डू। शाश्वत यौगिक खेती अभियान का शुभारंभ करते हुए नेपाल के उपराष्ट्रपति परमानंद झा, ब.कु.राज तथा ब.कु.राजू।



भिवण्डी। कमिश्नर जतिन सोनावने, ब.कु.मृत्युंजय, ब.कु.अलका, ब.कु.शिल्पा व ब.कु.सुमन दीप प्रज्वलित करते हुए।



छतरपुर। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा अभियान के अवसर पर इंजीनियरिंग कालेज के प्राचार्य दिनेश चौरसिया, जे.पी.शक्य, रामप्रताप सिंह, ब.कु.शैलजा दीप प्रज्वलित करते हुए।



राजगढ़। शांतिदूत युवा यात्रा में शामिल भाई-बहनें, जनपद अध्यक्ष रमाकांत तिवारी, भाजपा अध्यक्ष रघुनंदन शर्मा तथा अन्य।

अनुभव बनने चला था डाकू बन गया राजयोगी



ब.कु.सत्यप्रकाश, सारानी खेड़ा, धौलपुर (राज.) ने अपने ईश्वरीय जन्म का अनेखा अनुभव सुनाते हुए कहा कि लौकिक में मैंने एक साधारण ब्राह्मण परिवार में जन्म लिया। पिता का एकलौता पुत्र और तीन बहनें थी जिनमें एक की शादी हो चुकी थी और दो बहनें कुमारी थी जो बाद में ब्रह्माकुमारी बनीं और समर्पित जीवन जो रही हैं। मैं जिस घटना का वर्णन करना चाहता हूँ वह 20-25 साल पहले की है। हमारे लौकिक पिता जी ने अपने छोटे भाई से लगभग साढ़े तीन बीघा जमीन मोल रूप में खरीदी थी। उसके लगभग पैसे भी दे दिये थे। थोड़े से पैसे बाकी थे, जिसके लिए पिता जी ने उन्हें कह दिया था कि ‘आप रजिस्ट्री करेंगे तब बकाया पैसे हम आपको दे देंगे’। 6-7 वर्ष बीत गये पर चाचाजी ने रजिस्ट्री नहीं की बल्कि किसी और पार्टी को वही जमीन बेच दी। ये जानने के बाद हमें बड़ा दुःख हुआ और हमने उसके इस विश्वासघात का बदला लेने के लिए डाकू बनने का निर्णय लिया। क्योंकि

पिता जी गीता पढ़ते थे तो गीता के अनुसार वे चाहते थे कि दुश्मनों को मारना चाहिए और पाप का नाश करना चाहिए। जब 5 पाण्डव 100 कौरवों को मार सकते हैं तो भला एक व्यक्ति कुछ व्यक्तियों को नहीं मार सकता है। मैंने निर्णय लिया कि मुझे अपने चाचा जी व उनके सहयोगी कुल नौ व्यक्तियों को मारना ही है। मैं अन्दर ही अन्दर तैयारियां करने लगा। बन्दूक खरीदने की भी बात हो चुकी थी तथा डाकूओं से भी मिलने की तैयारी थी केवल इनाज्जार था परिवार को व्यवस्थित करने का और खेती की फसल काटकर कुछ पैसे बन्दूक के लिए व बाकी पैसे परिवार के खर्च के लिए व्यवस्था करने का था। इसी बीच मैं कुछ समय के लिए शान्ति प्राप्त करने व अपने मन को बहलाने के उद्देश्य से शान्ति की जगह ढूँढ रहा था। कई जगह गया, महात्माओं के पास, समझदार लोगों के पास पर कहीं भी शान्ति व संतुष्टता नहीं मिली। इसी बीच मैं एक ब्रह्माकुमार पवित्र भाई जी के सम्पर्क में आया। मैंने उनके सामने ज्ञान की गहराई को समझने की इच्छा प्रकट की तो उन्होंने मुझे नगरपालिका के पास प्रताप कालोनी धौलपुर राजस्थान में स्थित गीता पाठशाला में पहुँचा दिया और मुझे 7 दिन का कोर्स करने को कहा। मैंने कोर्स किया तो उसमें जब हम उस अध्याय पर पहुँचे जिसमें गीता में वर्णित युद्ध हिसक या अहिंसक के बारे में समझाया

गया है कि सही अर्थों में हमारा दुश्मन कौन है। भगवान भाई-भाई में युद्ध नहीं करा सकता क्योंकि भगवान के तो सभी बच्चे हैं, बच्चा कैसा भी हो पिता कभी उसे मारने का आदेश नहीं दे सकता। ये बात समझने पर मेरी बुद्धि बिल्कुल पलट गई और मुझे समझ में आ गया कि मेरे दुश्मन चाचा जी नहीं, मेरा लोभ है। इतने लोगों की हत्या करके, अपने रिश्तेदारों को दुःखी करके तो मैं बहुत बड़ा पाप करने जा रहा था। मैंने फैसला कर लिया कि मुझे ऐसा नहीं करना है, कानून को अपने हाथ में नहीं लेना है। ज्ञान के आधार पर सोचा कि हमने किसी जन्म में पैसा लिया होगा वो हमने चुका दिया और अगर नहीं लिया होगा तो भविष्य अगले जन्मों में भी वो चुकायेगा जरूर। न्यायकारी परमात्मा है, तो यह न्याय भी वही करेगा यह सोचकर मैंने अपने डाकू बनने का निर्णय बदल दिया। मेरे डाकू बनने की सोच के कारण मेरी छोटी बहन भी डाकू बनना चाहती थी। वह कहती थी कि मैं फूलन देवी डाकू से कम नहीं हूँ, वह बदला लेने के लिए डाकू बन सकती है तो मैं भी बन सकती हूँ। लेकिन मेरे फैसले के साथ उसने भी अपना फैसला बदल दिया और ज्ञान की राह अपनाई। जिस व्यक्ति को मैं बदला लेने के लिए मारना चाहता था, उस व्यक्ति की जिन्दगी तो मेरे समान ही है, किये का उनको फल मिलते भी मैंने अपनी आँखों से देखा है।



मीरजापुर। शांतिदूत युवा यात्रा का शुभारंभ करते हुए राज्यमंत्री कैलाश चौरसिया, समाजसेवी मोहन आर्य, ब.कु.बिन्दु।



देवबंद। डी.एम.अजय कुमार यादव को ईश्वरीय सौगत भेंट करते हुए ब.कु.सुधा व ब.कु.जगपाल।



अम्बाला कैंट। डिबीजनल रेल्वे मैनेजर काम्लेक्स में कार्यक्रम के पश्चात डी.आर.एम.अनिल कुमार कठपाल, नवीन कठपाल, डी.पी.ओ.रविन्द्र कुमार, ब्र.कु.रानी, ब्र.कु.शैली तथा अन्य।



जरीली-कानपुर। 'क्लीन द माइण्ड एण्ड ग्रीन द अर्थ' अभियान के अवसर पर कानपुर विश्वविद्यालय के उपकुलपति प्रो.अशोक कुमार वृक्षारोपण करते हुए। साथ हैं ब्र.कु.दुलारी व ब्र.कु.गुप्ता।



चांदपुर। सी.ओ. राकेश गौतम तथा एस.एच.ओ.अम्बा जैदी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.साधना।



नवाशहर-पंजाब। जिला शिक्षा अधिकारी कुलवंत सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.कांता। साथ हैं करतार सिंह।



कोटा। एचपीसीएल प्लांट के जनरल मैनेजर राधेश्याम सैरावत को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.उर्मिला।



मुम्बई (बॉम्बे)। विठ्ठी चैरिटेबल ट्रस्ट की ओर से ब्र.कु.शकु के हस्तों से गरीब छात्रों को निःशुल्क कपियां वितरित करते हुए। साथ हैं सदानंद थरवल, मंगला सुले, विजय म्हात्रेजी।

श्रेष्ठ मनोबल वाले वीरों को ही इतिहास स्मरण करता है। वे इतिहास बदल देते हैं, वे संसार बदल देते हैं। वे भूमण्डल पर नवीन विचारधाराओं की सरिताएं प्रवाहित करके मनुष्यों के सूखे मन में पुनः हरियाली के बीजारोपण कर देते हैं। ऐसे मनुष्य राजनीति के क्षेत्र में भी हुए और धर्म के क्षेत्र में भी। युद्ध में भी ऐसे ही वीरों ने अदम्य साहस का परिचय दिया और विज्ञान के क्षेत्र में भी ऐसे श्रेष्ठ मनोबल से सुसज्जित मनुष्य ही संसार को कुछ दे सके। चाहे कोई भी क्षेत्र रहा हो, मनोबल से श्रृंगारित महापुरुषों ने सदा ही मानव समुदाय का साहस बढ़ाया और उनकी प्रेरणा के स्रोत बने।

आप भी यदि कुछ करना चाहते हैं, यदि संसार को कुछ देना चाहते हैं तो श्रेष्ठ मनोबल संग्रह कर आगे बढ़ो और चाहे कुछ भी हो जाए, कभी भी पीछे न हटने की प्रतिज्ञा कर लो। यदि आप ऐसा न कर पाए तो आपको भी समाज की उन्हीं घिसी-पिटी राहों पर चलना पड़ेगा जो लोगों ने बना दी हैं। परंतु समय बदल चुका, सभ्यताओं का नवीनीकरण हो चुका, युग भी बदलने वाला है, अतः आप भी बदलो।

चाहे आप विद्यार्थी हैं या कोई व्यवसायी, मनोबल आपकी अमूल्य निधि है। किसी-किसी में यह मनोबल बचपन से ही संस्कारवश पाया जाता है तो किसी अन्य को इसे प्राप्त करना होता है। आपने कई विद्यार्थी देखे होंगे, जो कभी भी घबराते नहीं, परीक्षा उनके लिए आनंद होती है। यदि आप गरीब हैं, पढ़ने के लिए धनाभाव है, माँ-बाप आपको इसीलिए पढ़ाना भी नहीं चाहते तो भी मनोबल से, विवेक बल से काम लो। अपना रास्ता स्वयं ढूँढ़ लो। परिस्थितियों से हारकर उच्च लक्ष्य को छोड़ देना कायरता होगी और अंत में पछताना ही पड़ेगा। हाँ, आपको दिन-रात मेहनत करनी पड़ेगी। परंतु मेहनत के साथ यह सोच-सोचकर स्वयं को परेशान न करो कि मेरे पास यदि धन होता तो... यदि आपके पास धन होता तो मनोबल न होता। आपको क्या चाहिए- केवल धन या मनोबल। यदि आपके पास धन होता जो जीवन-यात्रा का अनुभव भी तो न होता। धन हो और मनोबल न हो तो धन का सुख अधूरा रहेगा, ऊँचे विचारों का कोई अनुभव न होगा।

यदि आप पढ़ाई में कमजोर हैं और सभी आपकी असफलता को निश्चित मानते हैं तो भी आप मनोबल को बढ़ाएं और सभी को इसका प्रमाण दें- "मैं कमजोर नहीं हूँ।" यह अनादि अटल सत्य मानकर कमजोर न बने। सच मानो तुम कमजोर नहीं हो। तुम मनुष्य हो और मनुष्य के पास विवेक है, बस उसे बढ़ाओ, उसे बढ़ाओ पुनः- पुनः के अभ्यास से... कवि ने ठीक ही तो कहा... करत करत अभ्यास के जड़मति होत सुजान, रसरी आवत-जात है, शिल पर होत निशान। रस्सी पत्थर में गहरा गड्ढा कर देती है तो भला अभ्यास से कम बुद्धि वाला मनुष्य क्या बुद्धिमान नहीं बन सकता? अवश्य बन सकता है। कालीदास का उदाहरण क्या इसका प्रत्यक्ष प्रमाण नहीं है। ऐसे ही अन्य कई उदाहरण आपने अपने ही पास देखे होंगे।

"हार न मानो बल्कि हराओ।" तुम शक्तिशाली हो-यह भूल न जाओ। तुम जो चाहो कर सकते हो-इस सत्य की विस्मृति न होने दो, आने वाले विघ्नों को, जीवन के तूफानों को, मार्ग के संकटों को तुम्हें हराना है। तुम बहादुर बने, वे तुम्हें हराने आएँ और हार खाकर जाएँ। बस, इतना ही मनोबल यदि तुमने जमा कर लिया तो तुम्हारे लिए

कुछ भी असंभव नहीं होगा।

आपने देखा होगा-कई लोग सीधा-सीधा जीने में सुख का अनुभव नहीं करते। उन्हें मार्ग में कांटे ही सुख देते हैं। वे ऊँचे-ऊँचे पत्थरों से अपने मनोबल को लड़ाना चाहते हैं। ऐसे मनुष्यों का सुख इस संसार में दिखाई देने वाले सुख से कहीं महान होता है। ये भौतिक सुख उनके कदमों को रोक नहीं पाते। वे सदा ही विघ्नों व परिस्थितियों का आह्वान करते रहते हैं और नदी की तेज धारा के विपरीत तैरने में ही उन्हें आनंद मिलता है। वे कुछ नया सीखना चाहते हैं, वे कुछ नया करना चाहते हैं। कितने ही लोगों ने नावों में बैठकर अकल्पनीय तूफानों से प्रसन्न बड़े-बड़े सागरों को पार करके अपने असीम साहस व मनोबल का परिचय दिया। यद्यपि इनसे उन्हें कोई आर्थिक लाभ नहीं हुआ, परंतु वे अपने मनोबल को बढ़ाना चाहते थे। कई विद्यार्थी बड़ी-बड़ी स्पर्धाओं में इस भय से नहीं बैठते कि वे सफल नहीं होंगे। फलस्वरूप वे पढ़-लिखकर भी छोटी-छोटी नौकरियों में ही जीवन निकाल देते हैं। और कई लोग बार-बार फेल होकर भी मन से हार नहीं मानते और एक दिन सफल होकर वह कुछ कर दिखाते हैं, जिसकी समाज को कल्पना भी नहीं होती।

मनोबल

यदि सभी आपकी असफलता को निश्चित मानते हैं तो भी आप मनोबल को बढ़ाएं और सभी को इसका प्रमाण दें- "मैं कमजोर नहीं हूँ।" मैं सशक्त आत्मा हूँ, इस अनादि अटल सत्य का अनुभव करो।

यदि आप व्यापारी हैं, तो भी आप व्यापार में उतार-चढ़ाव के आगे निराश न हों। "सफलता हमारी ही होगी" यही आपका नारा हो। मनोबल क्षीण न होने पाए, क्योंकि मनोबल गिरते ही कदम रुक जाते हैं और मनुष्य आगे कुछ भी प्रयास करना नहीं चाहता। घाटा होने पर पुनः राह निकालो। यदि दिवाला भी हो जाए तो भी घबराओ नहीं, शेर की तरह जीना सीखो। पुनः दृढ़ संकल्प से कार्य में जुट जाओ। अनेक लोग तुम्हारे सहयोगी हो जाएंगे और तुम्हारे श्रेष्ठ भाग्य का सितारा एक बार पुनः विश्व-गगन में चमक उठेगा।

यदि आप वैज्ञानिक हैं या इंजीनियर हैं, आप कुछ नया निर्माण करना चाहते हैं, परंतु लोग आपको साथ नहीं देते, परिस्थिति आपको कुछ करने नहीं देती, आपके पास आवश्यक साधन नहीं है या लोग आपकी हंसी भी उड़ाते हैं तो भी दृढ़ता से काम लो। हार न मानो। मेहनत करते रहो, अपना मार्ग न छोड़ दो। अवश्य ही आप अपने लक्ष्य को प्राप्त करेंगे। वैसे तो सभी जानते हैं कि अच्छे काम करने वालों को सहयोग कम ही मिलता है। परंतु सहयोग न मिलने पर भी आप आगे बढ़ो तो लक्ष्य अवश्य ही प्राप्त होगा।

परंतु आज कई लोगों में मनोबल काफी कम देखा जाता है। जरा सी बीमारी आई और ये बने कमजोर। ज़रा-सा विघ्न आया और इन्होंने छोड़ा प्रयास...। यह कमजोर मनुष्यों के लक्षण हैं। किसी कार्य में अधिकारियों का सहयोग न मिला, समाज या परिवार ने विरोध किया तो लोग अच्छे-अच्छे काम से भी मुंह मोड़ लेते हैं। कई मनुष्य दूसरों द्वारा अपने कार्यों की आलोचना सुनकर भी उत्साहहीन हो जाते हैं। और कई महावीर उतना ही अधिक शक्तिशाली

बन जाते हैं, जितनी लोग उनकी निन्दा करते हैं।

आप सिगरेट पीते हैं, परंतु चाहते हुए भी उसे छोड़ नहीं पाते- यह आपके कमजोर मन का प्रतीक है। यदि आप सिगरेट ही नहीं छोड़ पाते तो सच जानिए आप कुछ भी नहीं कर पाएंगे। आज विकारों का भोग करते-करते मनुष्य का मनोबल इतना धूमिल हो चुका है कि उसमें समाज की कुरीतियों से हटकर कुछ करने की तो साहस ही नहीं। इसलिए आध्यात्मिक साधनाओं में ब्रह्मचर्य का परम महत्त्व है। क्योंकि साधना को निरंतर आगे बढ़ाने के लिए सर्वश्रेष्ठ मनोबल की आवश्यकता पड़ती है। ठीक ऐसे ही हमारा जीवन भी एक साधना ही है। इसमें भी सदा सफलता पाने के लिए सर्वोच्च मनोबल की आवश्यकता है-इसके लिए जीवन में संयमों की पालना अत्यंत महत्त्वपूर्ण है।

इस प्रकार यदि आप अपने मनोबल को बढ़ाना चाहते हैं तो...कोई भी काम निश्चित समय में पूर्ण करने की प्रतिज्ञा करो। कोई भी काम लो और सोचो कि यह काम मुझे एक घंटे में पूर्ण करना है और संपूर्ण लगन से जुट जाओ। कोई भी ढीलापन न आने दो, आपका मनोबल बढ़ेगा।

यदि किसी भी कार्य में बार-बार आपकी हार भी हो रही है तो भी आप हार न मानकर पुनः उसमें सफल होने का प्रयास करो। बार-बार की हार, आपका अनुभव बढ़ाएगी और सफलता आपके द्वार खटखटाएगी, आपका मनोबल बढ़ाएगी। तो हार मनोबल गिराती है, परंतु इस प्रकार धैर्यचित्त प्राणी हार को मनोबल वृद्धि का साधन बना लेते हैं।

मन का बल बढ़ता है-एकाग्रता से। आप यदि सर्वशक्तिवान पर मन को एकाग्र करें तो आप संसार में सबसे अधिक श्रेष्ठ मनोबल वाले मनुष्य बन सकते हैं और यदि आप चाहें तो संपूर्ण संसार को भी बदल सकते हैं। जो भी अच्छा काम आप करना चाहते हैं, उसे अवश्य ही करें। परिवार या समाज की दीवारों को लांघकर कर्मक्षेत्र पर उतर जाएँ। पीछे समस्त समाज आप पर प्रशंसा के पुष्प चढ़ाएगा। दूसरों के कहने से श्रेष्ठ कार्य को न छोड़ें। इस तरह आपका मनोबल बढ़ेगा।

"मनुष्य एक शक्ति है"-क्योंकि हम आत्माएं सर्वशक्तिवान भगवान की संतान हैं। अतः सदा यही संकल्प रहे कि मैं जो चाहूँ कर सकता हूँ, मेरे शब्दकोष में असंभव शब्द नहीं है। इस प्रकार के विचार आपके मनोबल को बढ़ाएंगे।

इसी प्रकार आपको यह भी ध्यान रहे कि कौन-सी चीजें मनुष्य के मनोबल को क्षीण करती हैं। अधिक बोलना, साधियों से मोह, काम-विकार और क्रोध, चिन्ताएं व ज्यादा सोचने की आदत-ये मनोबल के शत्रु हैं। अतः जिसे मनोबल बढ़ाना है, वे इन कुव्यसनों व विकारों से स्वयं को मुक्त रखकर निर्भयतापूर्वक अपने मार्ग का अनुसरण करें। तो एक दिन अवश्य ही विजयश्री आपके गले का हार बनेंगी और जीवन में आने वाली छोटी-मोटी घटनाएं आपके आनंद को नष्ट नहीं करेंगी।



देवालाब (रीवा)। प्रसिद्ध कथा वाचक महाराज बालमुकुंद जी को ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु.लता।

रिश्तों में घोलें समरसता और प्यार

आज सभी मनुष्य ऐसे दौर से गुजर रहे हैं जहाँ एक ओर भौतिक संसाधनों में हर व्यक्ति

सुख और खुशियाँ दृढ़ रहा है। वहीं दूसरी ओर रिश्तों में खिचाव, तनाव, टकरार आने से मन दुखी, परेशान, अशांत व बेचैन रहने लगा है। करीबी संबंधों जैसे पति-पत्नी, माँ-बाप-बच्चे, भाई-बहन, खास रिश्तेदार, बचपन के दोस्त आदि में भी वो प्यार, अपनापन व समरसता का भाव नहीं रहा। बल्कि दिनोदिन कम होता जा रहा है। बहुत कम घर ऐसे दिखेंगे जहाँ लोग आपसी रिश्तों से पूरी तरह खुश एवं संतुष्ट हों। संबंधों में आई इन दूरियों तथा उदासीनता का मुख्य कारण है कि हम सुनते कम बोलते ज्यादा हैं। केवल अपने ही नजरिये को सही मानकर अंतिम निर्णय लेना चाहते हैं। हमारे पति या पत्नी या बच्चे इत्यादि के दृष्टिकोण को जानने व समझने का प्रयास ही नहीं करते। सोचते हैं कि ऐसा किया तो वह लोग मेरी कमजोरी मानकर मुझ पर हावी हो जाएंगे और अपनी मनमत चलाएंगे। लेकिन सच यह है कि संवेदनशील अतएव विनम्र बनकर ही हम दूसरों का दिल जीत सकते हैं। अपने रिश्तों में मिठास, खुशियाँ और समरसता ला सकते हैं।

बहुत कम लोगों को ज्ञात है कि हमारी ज्यादातर खुशियाँ मानवीय व्यवहार व सोच को गहराई से समझने पर आधारित हैं। विद्वानों के अनुसार स्व-परिवर्तन ही मानवीय व्यवहार-विचार का मूल सिद्धांत है। जब भी हमारे या हमारे किसी अपने के ऊपर कोई विपत्ति या जटिल परिस्थिति आती है तो हम उस समस्या का हल निकालने के बजाय खुद को तथा दूसरों को दोष देने लग जाते हैं। इससे स्थिति सही होने के बजाय और ही खराब होती है जिसका असर रिश्तों में आई खटास के रूप में होता है। बड़े-बुजुर्ग कहते भी हैं कि 'रिश्ते कच्चे धागे की डोर से बंधे होते हैं, हल्का सा झटका लगने से ही बिखर जाते हैं।' इसी संदर्भ में कामयाब ज्वैल्स अमित मिश्रा का कहना है "रिश्तों में बड़ा बैलेन्स बनाकर चलना होता है, एक-दूसरे की बात माननी होती है और अहम को छोड़कर अपनों का साथ देना होता है तभी रिश्ते समरस एवं मीठे रह सकते हैं।" शांति, स्थिरता, सच्चाई व नम्रता ही दूसरे व्यक्ति को हमारे प्रति सहनशील बनाती है। फिर भले ही हम उनसे सहमत हों या नहीं। अगर आप रिश्तों में प्यार महसूस करना चाहते हैं तो शुरूआत दूसरों से प्यार करके कीजिए। उनसे जिन्हें आपके प्यार की जरूरत है तो आपको बस प्यार ही प्यार मिलेगा। दूसरी बात है कि हम हमेशा दूसरों को नियंत्रित तथा परिवर्तित करना चाहते हैं जिसका परिणाम अक्सर नकारात्मक

होता है। हर इंसान केवल खुद को बदल सकता है, दूसरों को नहीं। जब हम खुद को बदल लेते हैं तो खुद ही हमारे आसपास की दुनिया बदल जाती है और 70 फीसदी रिश्तों से संबंधित हमारी समस्याएँ सुलझ जाती हैं।

क्यों रिश्तों में आती है खटास?

छोटे-छोटे भी बहुत से कारण जाने-अनजाने बन जाते हैं जिनके कारण रिश्तों में विरोधाभास उत्पन्न हो जाता है।

(1) शिकायत या आलोचना करना। जब हम किसी व्यक्ति की आलोचना करते हैं तब हम परिस्थिति को साफ-साफ नहीं देख पाते। हमें सामने वाले इंसान की केवल खामियाँ ही नज़र आती हैं जिसके कारण हम उसे एक विशिष्ट शकस की तरह नहीं देख पाते। इसलिए सदा दूसरों की प्रशंसा व सराहना करें।

(2) दोषारोपण करना - यह एक बहुत ही नकारात्मक प्रक्रिया है। बहुत से लोगों के रिश्ते एक-दूसरे पर तोहमत जड़ने से खराब हो जाते हैं खासकर बुरे वक्त में। जब घर पर या ऑफिस में

शांति, स्थिरता, सच्चाई व नम्रता ही दूसरे व्यक्ति को हमारे प्रति सहनशील बनाती है। फिर भले ही हम उनसे सहमत हों या नहीं। अगर आप रिश्तों में प्यार महसूस करना चाहते हैं तो शुरूआत दूसरों को प्यार देकर कीजिए।

कुछ गलत हो जाता है तब लोग दूसरे को इसके लिए जिम्मेदार ठहराते हैं। वे स्वयं की गलतियों एवं कमियों को स्वीकारना नहीं चाहते। जब हम अपनी परेशानियों के लिए दूसरों को दोषी ठहराते हैं तो हम कुछ भी बदलने में असहाय व शक्तिहीन हो जाते हैं।

(3) स्वीकारना- हमें दूसरों को बदलने की कोशिश छोड़ देनी चाहिए क्योंकि स्वयं को बदलने की अभी बहुत गुंजाइश है। कोई भी दुनिया में सम्पूर्ण नहीं है। जो जैसा है उसे वैसा ही स्वीकारने की आदत डालनी चाहिए। साथ ही यह भी अपेक्षा नहीं करनी चाहिए कि दूसरे हमारे अनुसार व्यवहार करें एवं हमारी बातें सुनें। रिश्तों में मधुरता बनाये रखने के लिए कुछ जरूरी टिप्स - हम अपने रिश्तों में हमेशा समरसता और प्यार बनाये रखना चाहते हैं। फिर भी छोटी किन्तु महत्वपूर्ण बातों पर ध्यान नहीं देते हैं जिसके

के कुछ अचूक सिद्धांत-

- (1) अपने पति-पत्नी, बच्चों व अन्य रिश्तेदारों की अच्छाईयों, खूबियों की प्रशंसा करनी सीखिए।
- (2) नकारात्मक विचारों को मन में न आने दें।
- (3) बात करना कभी बंद न करें। पति-पत्नी के संबंध में कई बार गलतफहमियाँ आ जाती हैं। ऐसे में आपस में बात करके स्थिति को बेहतर बनाएं। बच्चों से व अन्य संबंधों में भी अंदर ही अंदर क्रोध करने के बजाय बात करके समस्या का समाधान करें।
- (4) मुस्कुराएं- कभी-कभी जो काम डांटने से नहीं बनता, मुस्कुराने से बन जाता है।
- (5) अपनों की गलतियों को क्षमा करके रिश्तों में मिठास बढ़ाएं।
- (6) हंसी-मजाक से माहौल को खुशनुमा बनाएं।
- (7) अपने को सर्वश्रेष्ठ न समझें- अपने को दूसरों से बड़ा समझने से रिश्तों में अहम आ जाता है जिससे संबंधों में कटुता आती है। आजकल अक्सर नए-नए विवाहित जोड़ों के बीच में अहम को लेकर बात तलाक तक पहुँच जाती है। कई बार पिता-पुत्र या भाई-भाई के बीच अहम आ जाने से रिश्ते खराब हो जाते हैं। "रिश्तों में बढ़ती दूरियों और तनाव के लिए बढ़ती व्यस्तता व पैसा कमाने की होड़" को महत्वपूर्ण मानती है एस.बी.आई, कानपुर में मैनेजर दीप्ति अवस्थी। उनके अनुसार भागम-भाग वाली उनकी जिंदगी में पति और तीन साल के बच्चे के लिए वह कम ही समय निकाल पाती हैं। जिससे रिश्ते उतने हेल्दी नहीं हैं जैसे होने चाहिए। बच्चे के मुँह से निकली मांगें पूरी करके खुद को संतुष्ट करने की कोशिश करती हैं। जरूरत है कि हम अपनी व्यस्ततम जिंदगी के कुछ पल निकालकर केवल अपने साथ गुजारे। अपने विचारों व मन-बुद्धि को शांत कर थोड़ा आराम दें। तथा मन में निरंतर बह रही विचारधारा को थोड़ा संयमित एवं सकारात्मक बनाने हेतु ध्यान, योग या मेडिटेशन का अभ्यास शुरू करें। इससे रिश्तों में भी प्रेम, सकारात्मकता और प्रगाढ़ता बढ़ेगी एवं जीवन रूपी बगिया में खुशी, प्रेम, आनंद व उमंग-उत्साह के फूल खिलेंगे। इस संदर्भ में केवल राजयोग के अनवरत अभ्यास द्वारा ही हम आत्मिक सुख-शांति, शक्ति की प्राप्ति कर अपने रिश्तों में आई कड़वाहटों और दूरियों को समाप्त करके उसमें प्रेम और अपनापन ला सकते हैं व विभिन्न प्रकार की परिस्थितियों का सामना करने की शक्ति प्राप्त कर स्वयं एवं अपने संबंधों में विकृत भावनाओं पर विजय पा सकते हैं।

कारण रिश्तों में दूरियाँ आने लगती हैं। रिश्तों को समरस तथा सदाबहार बनाये रखने



सादबी। कलेक्टर अम्बरीश कुमार, ब्र.कु.आत्मप्रकाश, एसडीएम, तहसीलदार, ब्र.कु.कविता शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा के समारोह का उद्घाटन करते हुए।



नई दिल्ली-हरि नगर। नेशनल डिजास्टर रेस्पॉन्स फोर्स के डी.जी. कृष्ण चौधरी, ब्र.कु.कुमलेश तथा अन्य।



धमतरी। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा अभियान के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.नवनीता। मंचासीन ब्र.कु.सरिता, जिला पंचायत अध्यक्ष बालाराम साहू।



पुणे। दैनिक भारत डायरी के सम्पादक अलताफ शेख को ओम शान्ति मीडिया भेंट करते हुए ब्र.कु.लता व ब्र.कु.श्यामकांत।



पुरी। बिजनेस एण्ड इकॉनॉमी कोलकता की संपादक संगीता महापात्रा, ब्र.कु.निरूपमा व प्रख्यात गायिका सबिता महापात्रा।



राजकोट। प्रथम श्रेणी प्राप्त करने वाले विद्यार्थियों के सम्मान समारोह में ब्र.कु.रेखा, ज्योति बहन, ब्र.कु.धर्मशी तथा अन्य।



मण्डीदीप। युवा साइकिल यात्रा के अवसर पर नगरपालिका अध्यक्ष पूर्णिमा जैन, ब्र.कु.रीना तथा अन्य।



आर.के.पुरम-दिल्ली। कश्मीर के राजा के पोते एम.के. अजातशत्रु को ईश्वरीय वरदान देते हुए ब्र.कु.अनिता व ब्र.कु.ज्योति।

इंदौर (प्रेमनगर)। आदर्श शिक्षक के राष्ट्रपति पुरस्कार से सम्मानित शिक्षकों के साथ ब्र.कु.शाशि।

सदा स्वस्थ जीवन स्वर्णिम आहार से सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर



हम आत्माओं के लिये शरीर का अत्यधिक महत्व है। हमारा जीवन एक रथ यात्रा है। इसमें अगर रथ बिगड़ गया तो यात्रा विघ्नो से भर जायेगी, कष्टदायक बन जायेगी, अधूरी रह जायेगी। हम मंजिल पर नहीं पहुँच सकेंगे। आप सबने महाभारत के युद्ध की बात सुनी होगी। आपको पता है कर्ण कैसे मारा गया? कर्ण महान धनुर्धर था, अति बलशाली था, कर्मठ था, दानवीर होने के कारण सर्व का प्रिय था, लेकिन महाभारत युद्ध के दौरान उसका रथ बिगड़ गया और वह मारा गया। हम सभी आत्माएँ भी इस समय माया रूपी रावण के साथ मैदान-ए-जंग में हैं। अगर हमारे रथ माना शरीर ने भी समय पर साथ नहीं दिया तो हम परास्त हो जायेंगे। मंजिल पर नहीं पहुँच सकेंगे और पछतायेंगे। शरीर ठीक नहीं है तो हम पुरुषार्थ भी नहीं कर सकते, अविनाशी कमाई भी नहीं कर सकते और सेवा भी नहीं कर सकते। उल्टा, दूसरे-दूसरे व्यक्ति हमारे बीमार शरीर की सेवा करेंगे, जिनका बोझ हमारे ऊपर चढ़ेगा। अतः हमें शरीर के महत्व को ठीक रीति समझना होगा। यह साधन अमूल्य है। अगर कोई अंग बिगड़ गया तो

ब्र.कु.ललित, एकाउण्ट
आफिस, शांतिवन

हट्टर-जगाराओ। सुप्रसिद्ध कथावाचक स्वामी बुआदिता महाराज को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.अमरज्योति।

दिल्ली-पीतमपुरा। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा के सदस्यों के साथ ब्र.कु.प्रभा, एसोसिएशन के प्रधान।

कटनी (सिविल लाइंस)। निःशुल्क नेत्र शिविर में ग्लोबल अस्पताल माउण्ट आबू के नेत्र विशेषज्ञ डॉ.शर्मा, ब्र.कु.दिनेश, यादव जी, ब्र.कु.लक्ष्मी तथा ब्र.कु.किशनलाल।

नई दिल्ली (हरिनगर)। सांसद महाबल मिश्रा, ब्र.कु.शुक्ला, ब्र.कु.कमलेश, ब्र.कु.मधु, ब्र.कु.लीना, गोविंद अग्रवाल तथा अन्य।

इंदौर-छावनी। लायंस क्लब के अध्यक्ष रमेश गुप्ता, होंडा कम्पनी के मालिक राजेश जी, ब्र.कु.सुमित्रा, ब्र.कु.मधु तथा अन्य।

रामा मण्डी-बटिण्डा। भाजपा अध्यक्ष दयाल सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.मधु।

चाहे कितना भी धन खर्च करो, ओरिजनल अंग नहीं मिल सकेगा। डुप्लिकेट से ही काम चलाना पड़ेगा। चूँकि हमें यह शरीर सहज मिला है और सहज चल रहा है, इसलिये हम इसका इतना मूल्य नहीं करते हैं, परन्तु इसका एक-एक अंग अति मूल्यवान एवं उपयोगी है। आँख का महत्व क्या होता है – यह उस व्यक्ति से पूछो, जिसकी आँख किसी दुर्घटना में खत्म हो गई हो। किडनी इस शरीर में कहाँ है, यह अधिकतर व्यक्तियों को पता ही नहीं है। मुझे भी बहुत बाद में पता चला। इस किडनी का क्या महत्व है, यह उस व्यक्ति से पूछो, जिसकी गलत खानपान के कारण दोनों किडनियाँ खराब हो गई हों और अब खून सफ़ाई कराने के लिए अस्पताल में धन, समय, शक्ति खर्च करके, डायलिसिस करा रहा हो। हृदय कितना नाजुक और महत्वपूर्ण होता है, यह उस व्यक्ति से पूछो, जिसे हृदयाघात आया हो और बायपास सर्जरी कराई हो। आप इतने उदाहरणों से ही समझ लें कि शरीर परमात्मा एवं प्रकृति द्वारा दिया हुआ अति अमूल्य खज़ाना है और हमें इस खज़ाने को सदा स्वस्थ रखना है।

न्यूजर्सी, अमेरिका के निरंजन भाई पारेख (आयु-54 वर्ष) ने स्वर्णिम आहार पद्धति का प्रयोग किया जिससे जो पहले वजन 105 किलो था, वह 20 किलो कम हो गया है, घुटनों का दर्द समाप्त हुआ, संग्रहणी रोग सम्पूर्ण रूप से दूर हुआ, दिन में दो बार इन्सुलिन लेते थे, वह बंद हुआ, ब्लड शुगर 400 से अब नार्मल हो गया है। अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें - Mobile -07791846188, healthywealthyhappyclub@gmail.com

मजहब की दीवारों ... - पेज 1 का शेष है। आज ब्रह्माकुमारी संस्थान की ओर से दिया जाने वाला संदेश मजहब और धर्म की दीवार को नहीं देखता है। सभी वक्ताओं ने इस बात पर जोर दिया कि मनुष्य में सहनशीलता घटती जा रही है जिसका मुख्य कारण अध्यात्म के प्रति जुड़ाव कम होना है। समारोह में 20 देशों के प्रतिनिधियों ने भाग लिया। वहीं पाँच देशों के कलाकारों ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया। सभी प्रतिनिधियों ने माना कि हमें विश्व शांति के लिए मिलजुल कर कार्य करना होगा। संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी, संस्था के महासचिव ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु.रमेश शाह, कार्यकारी सचिव ब्र.कु.मृत्युंजय ने भी अपने विचार व्यक्त किये। कार्यक्रम का संचालन ब्र.कु.शशि ने किया।

सोता है। मन तो स्वप्न के अंदर भटकता रहता है। सारी रात कार्य करता रहता है। सुबह उठते तो इतनी थकावट लगेगी कि सुबह उठने के बाद भी फ्रेशनेस नहीं है। क्योंकि सारी रात मन ने तो काम किया है। कोई न कोई स्वप्न के रूप में भटकता रहा है। भटकने वाला इंसान थकेगा या नहीं थकेगा। मन से सारी रात जो भटकता रहा है, वह सुबह उठकर फ्रेशनेस कैसे अनुभव करेगा? इसलिए मन को रिलैक्स करने के लिए कॉन्सायस के साथ मेडिटेशन करना चाहिए। मेडिटेशन माना ध्यान। यह एक ऐसी प्रक्रिया है, जिससे मन को शांत करते हैं। जब मन शांत होता है, तो मन को आराम मिलता है। कितना मिनट ध्यान करना चाहिए और कब ध्यान करना चाहिए? सुबह जब उठते हैं तो बीस मिनट खाली ध्यान करो। सुबह में बीस मिनट अपने लिए निकालो। सुबह को बीस मिनट और शाम को बीस मिनट। मेडिकल साइंस के रिसर्च द्वारा यह पता किया गया है कि यदि एक व्यक्ति पांच मिनट गुस्सा कर ले, बहुत जोर शोर से क्रोध में आ जाए, तो उसकी दो घंटे की कार्यक्षमता नष्ट हो जाती है। दो घंटे तक वह अपने मन को एकाग्र नहीं कर सकता है, कोई भी कार्य में। क्रोध वाली स्थिति में कोई निर्णय भी लेना पड़े, तो वह गलत निर्णय ले लेगा। वो दो घंटा क्या करेगा? वो दस लोगों को दूँडेगा, जिसके सामने अपने आप को जस्टीफाय करेगा कि मैंने जो इसके ऊपर गुस्सा किया वह ठीक किया। वह रोज ऐसा ही करता है, ये कब तक सहन करते रहेंगे। जब उसको दस व्यक्ति मिल जाते हैं, ये कहने वाले कि हँ तुमने ठीक किया, अच्छा किया जो उसको पाठ पढ़ाया। तब जाकर के उसका मन रिलैक्स होता है। दस में से एक ने भी अगर यह कह दिया कि ये तुमने ठीक नहीं किया। तुम्हें गुस्सा नहीं करना चाहिए था, तो क्या होगा, फिर से आग भड़क उठती है। उसमें और दो घंटे खत्म हो जाते हैं। इस तरह कई बार व्यक्ति आठ घंटा कुछ नहीं कर पाता है। कहता भी है कि आज का दिन बेकार चला गया। सारा दिन कोई काम नहीं हुआ। लोग भी इतना परेशान करते हैं ना। फिर दोष डाल दिया दूसरे पर। कई बार लोग बच्चों के ऊपर दोष डाल देते हैं। कई बार लोग नौकरों के ऊपर दोष डाल देते हैं। कई बार कोई परिस्थितियों पर दोष डाल देते हैं। परिस्थिति ही ऐसी थी क्या करें?

अब उससे प्राप्ति क्या हो रही है? ये सब कुछ करने के लिए हमारे पास पूर्ण समय है। आध्यात्मिक चिंतन के लिए समय नहीं है। इसलिए कम से कम अब अपने अंदर ये जागृति ले आओ और अपने लिए समय निकालो। बाद में डिप्रेशन का शिकार होने के बाद समय मिलने वाला नहीं है। समय पूर्ण होगा लेकिन उस समय आध्यात्मिक चिंतन में मन लगेगा ही नहीं। दूसरा है मन को भी आराम चाहिए। 'रिलेक्सेशन ऑफ माइंड' रिलेक्सेशन कैसे मिलेगा? रात को सो जाते हैं, शरीर सो जाता है लेकिन मन नहीं

व्यर्थ चिंतन है मन के लिए फास्ट फूड

सारे दिन में श्रेष्ठ चिन्तन के लिए आधा-पौना घंटा निकल सकता है कि नहीं। क्या कहेंगे? निकल सकता है, या नहीं निकल सकता है? या फिर वही शिकायत कि टाइम नहीं है क्या कहेंगे? भले चौबीस घंटा आप दूसरों की सेवा में लगे रहो, आधा-पौना घंटा अपने लिए अवश्य निकालें। आज व्यक्ति सुबह उठता है और उसकी दिनचर्या कैसी होती है। सुबह सबसे पहले उठकर कहेगा कि आज का पेपर आया कि नहीं आया? सुबह-सुबह अपने मन को कौन सा चिंतन देते हैं। वही फास्ट फूड वाला, जो शरीर को भी खराब करता है। इसी तरह का फास्ट फूड हम अपने मन को भी देने लगे हैं। न्यूज पेपर के अन्दर के पेज में अच्छी कॉलम आती है। लेकिन लोग क्या पढ़ना चाहते हैं, कौन सा चिंतन पढ़ने के इच्छुक हैं - व्यर्थ चिंतन। निगेटिव चिंतन से अपने मन को सुबह-सुबह भर लेते हैं। फिर कारोबार पर जाओ तो जिसके पास भी बैठो बात करो, हरेक के पास क्या बात करने का विषय होता है। वही व्यर्थ की बातें, व्यर्थ चिंतन, निगेटिव चिंतन, टी.वी. चालू करो शाम को तो कौन-सा चिंतन मिलेगा, वही घर-घर की कहानियाँ समायी हुई मिलती हैं। उसी को ही देखकर के अपने मन को और भी चकमई बना देते हैं। उसके साथ ऐसा हुआ तो मेरे साथ तो ऐसा नहीं होगा। अपने आप से जोड़ने लगते हैं।

अब उससे प्राप्ति क्या हो रही है? ये सब कुछ करने के लिए हमारे पास पूर्ण समय है। आध्यात्मिक चिंतन के लिए समय नहीं है। इसलिए कम से कम अब अपने अंदर ये जागृति ले आओ और अपने लिए समय निकालो। बाद में डिप्रेशन का शिकार होने के बाद समय मिलने वाला नहीं है। समय पूर्ण होगा लेकिन उस समय आध्यात्मिक चिंतन में मन लगेगा ही नहीं। दूसरा है मन को भी आराम चाहिए। 'रिलेक्सेशन ऑफ माइंड' रिलेक्सेशन कैसे मिलेगा? रात को सो जाते हैं, शरीर सो जाता है लेकिन मन नहीं

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा



सोता है। मन तो स्वप्न के अंदर भटकता रहता है। सारी रात कार्य करता रहता है। सुबह उठते तो इतनी थकावट लगेगी कि सुबह उठने के बाद भी फ्रेशनेस नहीं है। क्योंकि सारी रात मन ने तो काम किया है। कोई न कोई स्वप्न के रूप में भटकता रहा है। भटकने वाला इंसान थकेगा या नहीं थकेगा। मन से सारी रात जो भटकता रहा है, वह सुबह उठकर फ्रेशनेस कैसे अनुभव करेगा? इसलिए मन को रिलैक्स करने के लिए कॉन्सायस के साथ मेडिटेशन करना चाहिए। मेडिटेशन माना ध्यान। यह एक ऐसी प्रक्रिया है, जिससे मन को शांत करते हैं। जब मन शांत होता है, तो मन को आराम मिलता है। कितना मिनट ध्यान करना चाहिए और कब ध्यान करना चाहिए? सुबह जब उठते हैं तो बीस मिनट खाली ध्यान करो। सुबह में बीस मिनट अपने लिए निकालो। सुबह को बीस मिनट और शाम को बीस मिनट। मेडिकल साइंस के रिसर्च द्वारा यह पता किया गया है कि यदि एक व्यक्ति पांच मिनट गुस्सा कर ले, बहुत जोर शोर से क्रोध में आ जाए, तो उसकी दो घंटे की कार्यक्षमता नष्ट हो जाती है। दो घंटे तक वह अपने मन को एकाग्र नहीं कर सकता है, कोई भी कार्य में। क्रोध वाली स्थिति में कोई निर्णय भी लेना पड़े, तो वह गलत निर्णय ले लेगा। वो दो घंटा क्या करेगा? वो दस लोगों को दूँडेगा, जिसके सामने अपने आप को जस्टीफाय करेगा कि मैंने जो इसके ऊपर गुस्सा किया वह ठीक किया। वह रोज ऐसा ही करता है, ये कब तक सहन करते रहेंगे। जब उसको दस व्यक्ति मिल जाते हैं, ये कहने वाले कि हँ तुमने ठीक किया, अच्छा किया जो उसको पाठ पढ़ाया। तब जाकर के उसका मन रिलैक्स होता है। दस में से एक ने भी अगर यह कह दिया कि ये तुमने ठीक नहीं किया। तुम्हें गुस्सा नहीं करना चाहिए था, तो क्या होगा, फिर से आग भड़क उठती है। उसमें और दो घंटे खत्म हो जाते हैं। इस तरह कई बार व्यक्ति आठ घंटा कुछ नहीं कर पाता है। कहता भी है कि आज का दिन बेकार चला गया। सारा दिन कोई काम नहीं हुआ। लोग भी इतना परेशान करते हैं ना। फिर दोष डाल दिया दूसरे पर। कई बार लोग बच्चों के ऊपर दोष डाल देते हैं। कई बार लोग नौकरों के ऊपर दोष डाल देते हैं। कई बार कोई परिस्थितियों पर दोष डाल देते हैं। परिस्थिति ही ऐसी थी क्या करें?



तिथयोग।
श्रीकृष्ण
जन्माष्टमी
के अवसर
झांकी के साथ
ब्र.कु.रीता,
ब्र.कु.चव्हाण
तथा अन्य
भाई-बहनें।

कथा सरिता

एक राजा अत्यधिक महत्वाकांक्षी था। अपने राज्य का विस्तार करने के लिए वह निरंतर युद्धों में लगा रहता, इसलिए उसने अपने राज्य के बजट में सर्वाधिक वरीयता सेना को दी। अनेक वर्षों तक कई युद्ध करके वह एक विशाल साम्राज्य का अधिपति बन गया। इससे वह अहंकारी हो गया और मानने लगा कि इस विश्व में कोई भी राजा उसका मुकाबला नहीं कर सकता। वह खुद को अपराजेय समझने लगा।

एक बार युद्ध जीतने के बाद लौटते समय मार्ग में उसने पड़ाव डाला। वही पास में साधु की कुटिया थी। साधु से सत्संग के उद्देश्य से वह कुटिया में आया। राजा ने देखा कि साधु कुटिया में बैठा बड़ी ही मस्ती और तल्लीनता से भजन गा रहा है। उसकी वह मस्ती देखकर राजा ने साधु से पूछा, 'आप कौन हैं?' साधु ने उत्तर दिया, 'राजा !' राजा ने सोचा कि शायद साधु ने प्रश्न ठीक से सुना नहीं। राजा ने पुनः प्रश्न दोहराया। तब भी

द्रोणाचार्य ने कौरवों और पांडवों को शिक्षा देने के उपरांत, एक दिन परीक्षा लेनी चाही। बोले- 'मुझे गुरुदक्षिणा दे'। कौरव-पांडव तैयार थे। बोले- 'कहिए गुरुजी'।

द्रोणाचार्य ने कहा- 'एक पाठ सुनाओ जो मैं तुम्हें देता हूँ। पाठ है- 'सत्य बोलना धर्म है और असत्य बोलना अधर्म है। इसे तुम कल सुनाओ।' कई राजकुमार तुरंत पाठ सुनाने को तैयार हो गए। बोले- 'अभी सुन लीजिए गुरुजी'।

दूसरे दिन सभी कौरव और पांडव ने पाठ सुना दिया लेकिन धर्मराज युधिष्ठिर ने समय मांगा। धर्मराज छह मास तक समय मांगते रहे और तब

एक जगह पर ज्ञानी सत्संग कर रहे थे। एकाएक जोरों से आंधी चली, छत हिलने लगी, सभी भक्त एवं श्रोतागण वहां से भाग खड़े हुए तथा एक सुरक्षित स्थान पर जाकर शरण ली। थोड़ी देर बाद आंधी शांत हो गई फिर लोग वापस आये तो गुरुजी को देखकर आश्चर्यचकित रह गए। इतनी भयानक आंधी चलने पर भी गुरुजी अपने स्थान पर ही बैठे रहे वहां से बिल्कुल भी नहीं हिले। भक्तों ने पूछा- गुरुजी इतनी तेज आंधी चली, हम भाग गए परंतु आप वहीं बैठे रहे आपने अपने आप को सुरक्षित करने का प्रयास क्यों नहीं किया? स्वामी जी

एक बार युधिष्ठिर और दुर्योधन इस दुनिया को देखने के लिए निकले। सारा जहान धूमकर वापस वे भीष्म पितामह के पास पहुँचे। पितामह ने उनसे पूछा, वत्स! तुमने दुनिया में क्या-क्या देखा? दुर्योधन ने जवाब दिया, क्या बताऊँ दुनिया में सारे बुरे ही बुरे लोग समाए हुए हैं। मुझे एक भी अच्छा आदमी नजर नहीं आया। युधिष्ठिर से पूछा गया तो उसने बताया, 'पितामह! दुनिया में अच्छे लोगों की कमी नहीं है। मुझे एक भी आदमी ऐसा नहीं मिला जिसमें कोई न कोई अच्छाई न हो।

'अच्छी नजरों से, अच्छे मन से अगर संसार को देखा जाए तो संसार में भी स्वर्ग नजर आएगा। अच्छे विचार व श्रेष्ठ विचार के चिंतन से सोच के नजारे बदलेंगे वहाँ ही आपकी शान्ति, प्रेम खुशी बिखरेगी। सिर्फ अपने अस्तित्व की पूर्णरूपेण समझ व उस समझ को व्यवहारिक बनाना ही विजय पाना है। हमने जब भी औरों को कष्ट दिया है, वह कष्ट लौटकर हमें भी दुःखी कर गया और जब हमने औरों को आनन्द दिया तो वह आनन्द लौटकर हमें सौ गुणा आनन्दित कर गया। तब जीवन में यह निष्कर्ष उपलब्ध कर ही लिया कि आनन्द किसी और के कारण नहीं मिलता है, बल्कि यह तो स्वयं अपने ही कारण मिलता है, अपने ही निर्मल विचारों

सच्चा राजा

राजा को वही उत्तर मिला। तब राजा ने पूछा, 'राजा के पास तो राज्य और खजाना होता है। आपका राज्य और खजाना कहाँ है?' साधु ने जवाब दिया, 'मैंने अपने मन पर विजय प्राप्त कर ली है, जो मेरा राज्य है। जहाँ तक खजाने का प्रश्न है तो यह सम्पूर्ण प्रकृति मेरा खजाना है क्योंकि इसका अन्न, पानी और हवा मुझे सदा अकृत मात्रा में उपलब्ध है।' राजा को समझ में आ गया कि राज्यों को जीतना आसान है, किन्तु मन को जीतना बड़ा ही कठिन है। अतः सच्चा राजा मैं नहीं, यह साधु है। उस दिन से राजा ने अहंकार छोड़ युद्ध बंद कर दिए।

कहानी का निहितार्थ यह है कि मन को संयम की डोर से बांधने में सफल व्यक्ति ही सही अर्थों में जितेंद्रिय होता है और जीवन में बड़ी प्रसन्नता और शान्ति हासिल कर पाता है। स्वयं पर शासन करने वाला ही दूसरों के दिलों पर राज्य कर सकता है।

खरा शिष्य

उन्होंने कहा- 'अब मैं पाठ सुना सकता हूँ, गुरुवर, 'द्रोणाचार्य की प्रसन्नता की सीमा नहीं थी। उन्होंने धर्मराज की पीठ थपथपाई और बोले- 'तू ही एक ऐसा शिष्य है, जिसने विद्या के मर्म को समझा है।

विद्या को ग्रहण करना ही काफी नहीं है, अपितु उसे जीवन में उतारना आवश्यक है। किताबी ज्ञान तो आसानी से हासिल किया जा सकता है, लेकिन उसे अपने आचरण में लाना ही सच्ची सफलता है।

आइए दुआ करें कि जो ज्ञान हमने पाया है, उसे जीवन में उतारने की कोशिश करें।

भीतर भागें

ने बहुत प्यार से जवाब दिया कि स्वयं को सुरक्षित करने के लिए भागा तो मैं भी परंतु फर्क सिर्फ इतना था कि 'तुम भागे बाहर की ओर तभी मैं भागा अंदर की ओर।' उनकी बातें सुनकर सभी को यह अहसास हुआ कि परमात्मा से जुड़कर ही हम स्वयं की सुरक्षा कर सकते हैं।

अंतर्मुखता में ही सुरक्षा है वाह्यमुखता में नहीं। इसलिए आवश्यक है कि हम अपने अंदर की यात्रा आरंभ करें और स्व को जानने का पुरुषार्थ करें।

निर्मल सोच

और निर्मल सोच के कारण आत्मसात होता है।

मैं अपना मित्र हूँ, सबका मित्र हूँ। सबके प्रति मैत्री का भाव रखता हूँ, इस कारण मैं विश्व मित्र हूँ। मुझ आत्मा की चेतना में सदा मैत्री का माधुर्य रहता है और इसी में मैंने स्वधर्म (आत्मा) को देखा, जाना पहचाना है। जब आदमी अपना मित्र हो सकता है तो फिर शत्रुता का विष क्यों पियें? जब हम प्रेम पूर्ण जीवन जी सकते हैं तो किसी की उपेक्षा क्यों करे? जब हम औरों को सुख पहुँचा सकते हैं तो औरों के लिए दुःख के निमित्त क्यों बनें?

व्यक्ति अपने चित्त पर आत्म विजय प्राप्त करे, अपने चित्त की धारा को मोड़े और उसे अच्छी राहों पर ले जाने के लिए प्रगतिशील हो, ताकि हमारा चित्त हमारे लिए वरदान बन सके। आखिर कान वैसा ही सुनेंगे, जैसा मन सुनवाना चाहेगा, आँखें वैसा ही देखेंगी जैसा कि मन दिखलाना चाहेगा। बुरे मन से चीजों को देखेंगे तो आँखें बुरी चीजों को देखेंगी, वहीं अगर अच्छे मन से देखेंगे तो आँखें अच्छी चीज ही देखेंगी। माना आपके सामने एक बुरा निमित्त आया, पर आपने अच्छी आँखों से उसे देखा तो आप पर वह बुराई हावी नहीं हो पाएगी।



शांतिवन। दादी रतनमोहिनी डाक्टरेक्ट डिग्री अवार्ड प्राप्त ब्र.कु. डॉ. सुरेश्वर मेहेर, मोहम्मदपुर, दिल्ली को डिग्री सर्टिफिकेट प्रदान करते हुए।



पोरबंदर। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा अभियान का शुभारंभ करते हुए कलेक्टर एम.ए. गांधी, ब्र.कु. दमयंती, ब्र.कु. चन्द्रिका व ब्र.कु. गीता।



पटना। यात्रा का शुभारंभ करते हुए उच्च न्यायालय के पूर्व जज राजेन्द्र प्रसाद, ब्र.कु. मृत्युंजय, ब्र.कु. रानी तथा अन्य।



बड़ोदरा। यात्रा का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. नरेन्द्र, ब्र.कु. रोहित, ब्र.कु. निरंजना, उप महापौर सीमा मोहिले, ब्र.कु. संगीता व ब्र.कु. प्रीति।



डिब्रुगढ़। एनएसयूआई के युवा सदस्य, शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा प्रभारी ब्र.कु. रेणु, ब्र.कु. विनिता, ब्र.कु. जितामनि का स्वागत करते हुए।



पुणे। यात्रा का उद्घाटन करते हुए बापुसाहेब भोसले, महापौर वैशाली बंकर, विजय मोरे, ब्र.कु. पारू, ब्र.कु. सोमप्रभा तथा अन्य।



नोएडा। फिल्म अभिनेता भरत कुंद्रा, श्रीमती विमला बाथम, पूर्व विधायक नवाब सिंह नागर, एन.पी.सिंह, ब्र.कु. अनुसुइया, ब्र.कु. मंजू, ब्र.कु. शालिनी तथा अन्य अभियान यात्री।



बंगलोर। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा अभियान में भाग लेने वाले भाई-बहनें



कोरबा। युवा साइकिल यात्रियों के साथ ब्र.कु. जितेश्वरी, ब्र.कु. रचना तथा अन्य।



रावर्टसगंज। जनपद न्यायाधीश विष्णुकांत पाण्डेय को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सुमन।



कबनूर -इचलकरंजी। विधायक सुरेशराव हालवनकर का पुष्पगुच्छ द्वारा स्वागत करते हुए ब्र.कु.रूपा।



नदवई-भरतपुर। पार्षद सुभाष जिंदल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.कमलेश व ब्र.कु.संतोष।

आपकी खुशी आपके पास



क्या आप अशांत हैं, क्या आप अवसाद के दौर से गुजर रहे हैं, क्या आपके मिजाज को क्रोध ने वश कर लिया है, क्या आप तनाव से प्रस्त हैं। क्या आपने कभी सोचा है मन की शान्ति के लिए रिमोट कंट्रोल आपके पास है। देखिए नॉन स्टॉप, बिना किसी विज्ञापन के, आध्यात्मिकता के गुह्य रहस्यों को स्पष्ट करता हुआ 'पीस ऑफ माइंड चैनल, आपके शहर में उपलब्ध है। Enquiry Mob. 18602331035, 83020222022, channel-697

सूचना- ओम शान्ति मीडिया में सेवा

के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ईमेल, वेबसाइट तथा साफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें - M-8107119445 Email - mediabkm@gmail.com



प्रश्न - ब्रह्मा बाबा के प्रति सभी ब्रह्मा वत्सों का प्यार व सम्मान था, हम इसका कारण जानना चाहते हैं ?

उत्तर - वो श्रेष्ठ धारणा थी, सबसे अपनापन। सभी कहते थे कि बाबा तो मेरा है, वे मुझे सबसे ज्यादा प्यार करते हैं। क्योंकि वे प्रजापिता हैं, सभी उनके बच्चे हैं, इसलिए उनके मन में सभी के लिए प्यार व शुभ-भावनाएं हैं। चाहे कोई किसी भी धर्म या जाति का हो, वे सभी के लिए श्रेष्ठ भावनाएं रखते थे। क्योंकि उनके चित्त में एक ही था -मेरा शिव बाबा। तो सभी के चित्त में भी यही था मेरा ब्रह्मा बाबा। क्योंकि उनमें मैं-पन नहीं था, अतः सबको लगता था कि वे मेरे हैं।

प्रश्न - मेरा चित्त शांत नहीं रहता। मुझे शान्ति नहीं मिल रही तथा मेरा योग भी नहीं लगता, क्या करूं ?

उत्तर - अवश्य ही आपने अपने चित्त में गंदगी भर ली है। हमारा मन-बुद्धि हमारे मंदिर हैं, इन्हें स्वच्छ रखना चाहिए, परन्तु जो मनुष्य इनमें गंदगी भर लेता है वह उस गंदगी के कारण परेशान व अशांत रहता है। अतः अपने मन को स्वच्छ करो। इससे ईर्ष्या-द्वेष, वैर-भाव, घृणा-नफरत, तेरा-मेरा, अवगुणी-दृष्टि, क्रोध आदि विकारों को निकालो। मन-मंदिर में ज्ञान का दीप जलाये रखो। बहुत इंतजार के बाद तो प्रभु-मिलन हुआ, उसका सत्य ज्ञान मिला, अब भी यदि मन-मंदिर में दीप नहीं जलाएंगे तो भाग्यवान नहीं बन पायेंगे।

आप शायद कहें कि इन बुराइयों को निकालना कठिन है। परन्तु नहीं, ये उनके लिए सहज हैं जो इन्हें निकालना चाहते हैं। गन्दगी चाहे कितनी भी हो, सुगंध के सामने ठहरती नहीं। लक्ष्य बनाओ... अब शिवबाबा से सर्वस्व पाना है तो बातें पीछे छूट जाएंगी। जो बातों में रहते हैं उन्हें कभी शान्ति नहीं मिल सकती।

प्रश्न :- बाबा ने कहा कि सकाशा देने की सेवा में लग जाओ तो तुम निर्विघ्न बन जायेंगे। ये कैसे होगा ?

उत्तर :- सकाशा देने की सेवा करने से सर्वप्रथम तो हमारा योग अभ्यास बड़ा सरल हो जायेगा। दूसरा - जीवन की परेशानियाँ, उलझनें, अकेलापन व बंधन भी समाप्त हो जायेंगे। तीसरा - हमारे पावरफुल वायब्रेणस से विश्व की अनेक आत्माओं को सहयोग मिलेगा, जो कि बहुत बड़ा पुण्य होगा। ऐसा पुण्य सदा करने से पाप का दबाव भी कम होगा और जीवन के विघ्न व बंधन भी कट जायेंगे।

प्रश्न :- बाबा ने कहा तुम पूर्वज हो। तुम्हें सभी धर्मों की

आत्माओं की पालना करनी है। तुम जड़ में बैठे हो। हमें ये बात स्पष्ट समझाएं। कैसे हमें सकाशा देनी है ?

उत्तर :- हम देव कुल की आत्माएं, सबसे पहले सतयुग में धरा पर आये। हम एक से दो, दो से चार, चार से आठ हुए और इस तरह पूरे कल्प में हमारी एक वंशावली तैयार हुई। हम अपनी वंशावली के बीज हैं अर्थात् पूर्वज हैं। हमारा प्रभाव सम्पूर्ण वंशावली पर पड़ता रहता है। हम पूर्वजों की स्थिति कल्पवृक्ष की जड़ों में है या यों कहें कि पूरा कल्पवृक्ष हमारे सिर पर है। हमारी स्थिति के, हमारी पवित्रता के हमारी शक्तियों के व हमारे पुण्य कर्मों के वायब्रेणस सारे कल्पवृक्ष में फैलते रहते हैं इसलिए बाबा ने दो बातें कहीं - तुम पूर्वजों की ओर अब सर्व धर्मों की आत्माएं आकर्षित हैं और यदि तुम पूर्वज की स्मृति में रहो तां सारे कल्पवृक्ष को स्वतः सकाशा

मिलती रहेगी। हमें पूरे विश्व को सकाशा देनी है। इसकी विधि बाबा ने कई बार इस प्रकार बताई है - अपने सामने ग्लोब (विश्व के गोले) को इमर्ज करो। स्वयं को योगयुक्त कर स्वमान में स्थित करें कि मैं मास्टर ज्ञानसूर्य हूँ, मैं मास्टर सर्व शक्तिवान हूँ, मैं विश्व कल्याणकारी हूँ और अभ्यास करें कि मेरी मस्तक से व दोनों आँखों से किरणें निकलकर ग्लोब पर पड़ रही है। सहज करने के लिए दस बार करें, थोड़ा-थोड़ा समय। विश्वास रखें कि आपकी सकाशा सारे विश्व को जायेगी।

प्रश्न :- सभी धर्मों में प्रार्थनाएं की जाती है तो क्या उससे परमात्म-शक्ति या आशीर्वाद नहीं मिलता ?

उत्तर :- भारत में मंदिरों की संख्या बढ़ रही है, परन्तु पश्चिमी देशों में चर्च की संख्या घट रही है। प्रार्थनाएं, धार्मिक कथाओं का आयोजन, पूजापाठ इन सबकी कमी नहीं है। कमी है तो सिर्फ विचारों की शुद्धि की। सात्विकता न होने कारण भक्ति, फल नहीं दिखा रही है। सकाम भक्ति ज्यादा है, निष्काम अति न्यूनतम। मांग ज्यादा है, हर मनुष्य प्यासी नजरों से भगवान की ओर देखता है, वह ऊपर नजर करके कहता है - हे प्रभु



मुझे शक्ति दो, मैं बहुत निर्बल हूँ, मुझे शान्ति दो, आशीर्वाद दो, मुझ पर दया करो। हर भक्त याचक बन गया है। परन्तु हां मांगने वाले को कुछ न कुछ मिलता अवश्य है और जो अल्प मिलता है, वह एक दो दिन में ही समाप्त हो जाता है। भगवान रहमदिल है, दाता है, वह आशीर्वाद भी देता है, परन्तु अब केवल मांगने से ही तो सब कुछ नहीं मिल जायेगा।

प्रश्न - अनासक्त वृत्ति क्या है ? इसके क्या लाभ हैं और सहज अनासक्त होने का उपाय क्या है ?

उत्तर - हम पूरा जीवन, सारा दिन वस्तुओं व वैभवों का उपयोग करते हैं, हम भोजन करते हैं व मनुष्यों के साथ रहते हैं। अनासक्त वृत्ति का सम्बन्ध वस्तु, भोजन व वैभवों से है। इन सबका उपयोग करते हुए इनमें लिप्त न होना, न्यारा हो जाना -ये है अनासक्त वृत्ति।

उदाहरणार्थ - हम भोजन करते हैं, स्वादिष्ट भोजन तो सबको प्रिय है और अच्छा भोजन ही खाना भी चाहिए, परन्तु यदि कभी सीधा सादा भोजन मिले या मनपसंद का न मिले तो मूड ऑफ न हो जाए। हर तरह के भोजन में आनंद लें, ये है अनासक्त वृत्ति। हमें ये-ये मीठा चाहिए ही इसके बिना भोजन में कोई रस नहीं -ये आसक्ति है। चाहे छत्तीस प्रकार के भोजन मिलें या दाल-रोटी-दोनों में समान आनंद। चाहे हजारों की सभा

में भाषण करने को मिले या झाड़ू लगाने की सेवा हो -दोनों में समभाव व समान आनंद -ये है अनासक्त वृत्ति। इसी तरह वस्त्र पहनना, गाड़ी आदि साधन रखना -ये सब चीजें समुचित रूप से कार्य को चलाने के साधन हैं। ये हैं तो हम सुखी हैं -यदि ऐसा है तो आसक्त भाव है या उनमें कुछ ऊपर-नीचे हो जाए तो हम परेशान रहने लगे -ये है आसक्त भाव। इन्हें यूज किया और इसके प्रभाव से न्यारे हो गये -ये है अनासक्त वृत्ति। हमारे पास सब कुछ हो, हम उन्हें यूज भी करें परन्तु उनमें अटके नहीं, उन्हें जीवन का आधार न बना लें -ये है अनासक्त भाव।

भोजन केवल उदरपूर्ति के लिए है, जीभ रस के लिए नहीं। साधन विनाशी हैं -आत्म सुख या आत्म-उन्नति के लिए नहीं हैं। आत्म-सुख तो अशरीरी होने में या योगयुक्त होने में है। ये सभी साधन एक दिन नहीं रहेंगे -यह पक्का कर दें। हमें केवल इन्हें यूज करना है -इनमें फँसना नहीं है। ये अभ्यास करने से कर्मिन्द्रियों के रस समाप्त होने लगेंगे और हम अनासक्त योगी बन जाएंगे। कुछ है तो भी ठीक, नहीं है तो भी ठीक।

अफवाहें.. -पेज 5 का शेष

लड़के ने माथे को सिकोड़ते हुए कहा- "अरे भाई, मेमना थोड़े ही है, ये तो गाय की बछड़ी है। इसकी तो 2000 रुपये कीमत है। मैं इसे 500 रुपये में कैसे दे दूंगा?" ठग बोला- "तब तो तुमने बेच लिया। तुम्हें ये भी मालूम नहीं कि ये मेमना है या बछड़ी और चले हो सौदा करने। क्या कमाल है ! ऐसे थोड़े ही व्यापारी बन जाओगे। पहले कुछ सीखो।" ये कहते हुए ठग आगे बढ़ गया। लड़का अब सोच में पड़ गया कि- "ये बात क्या है? पहला व्यक्ति इसे मेमना कह रहा था और यह भी इसे मेमना ही कह रहा है !"

कुछ समय के बाद तीसरा ठग आ मिला। वह बोला- "राम-राम बेटा, जीते रहो, कहाँ जा रहे हो?" वह लड़का बोला- "इस बछड़ी को पशु मण्डी में बेचने जा रहा हूँ।" ठग बोला- "फिर तो तुम्हारा हमारा अच्छा मेल हो गया। तुम्हें बेचना है, हमें लेना है। बोला- "इस मेमने के 500 रुपये दे दूँ? लड़का थोड़ा हताश और निराश था और खीज कर बोला-

"क्या बात करते हो, ये मेमना थोड़े ही है, ये तो बछड़ी है, बड़ी सुशील है; किसी को न सींग मारती है न पूँछ और आगे चलकर बहुत दूध देगी। 2000 रुपये देने हों तो बात करो !" ठग बड़ी जोर-जोर से हंसने लगा। बोला- "इस उम्र में तुम्हें ये भी नहीं पता कि ये बछड़ी है या मेमना है। तुम गाँव के छोरे हो, शहर में जाकर तो लुट जाओगे। अरे बेटा, इतना तो समझ लो कि ये तो मेमना है। भले ही तुम इसे मेरे पास नहीं बेचो, बात समझ में आये तो ले दे के किस्सा खत्म करो वरना तुम्हारी मर्जी, मालिक तुम हो।

लड़के ने सोचा- "ये बात तो ठीक तरह से करता है, मैं अभी छोटा हूँ; गलतफ्रहमी हो गई होगी। ये तीनों आदमी, एक-के-बाद एक, झूठ थोड़े ही बोल सकते हैं? ये तो बात करके चले जाते हैं। ठीक ही कहते होंगे। ये सोचकर वह बोला, अच्छा ताऊ, अगर तुम सच कहते हो कि ये मेमना है तो चलो लाओ 500 रुपये।" उसने 500 रुपये निकाले और लड़के ने ले लिये। इस प्रकार वह लड़का उनके बहकावे में आ गया और

खुशी से इतराते हुए घर जा पहुँचा। वहाँ जाकर उसे मालूम हुआ कि कैसे वह गलतफ्रहमी में आ गया।

कुछ लोग छोटे बच्चों से हँसी-विनोद करते हुए अचानक ही चेहरा बना कर उन्हें कहते हैं- "अरे देखो, देखो-देखो, अरे, कौवा तेरे कान ले गया ! भागो-भागो, पकड़ो कौवे को।" वह छोटा बच्चा, अक्ल का कच्चा, अपने कान नहीं संभालता और बहकावे में आकर पास में पड़ा हुआ रोड़ा उठाकर कौवे को मारने दौड़ता है और कहता है- "दे दो मेरे कान वरना ये रोड़ा मारूंगा। देते हो या नहीं? तब सब हंस पड़ते हैं और उसे पास बुलाकर प्यार से कहते हैं- "देखो तुम अपने हाथ से टटोल कर, तुम्हारे कान तो अपनी जगह पर हैं, तुम बुद्ध हो! बुद्ध! तब वह चिढ़ जाता है और कहता है कि- "तुम मुझे धोखा देते हो और फिर बुद्ध कहते हो !"

इस प्रकार संसार में बुद्ध बनाने वाले बहुत हैं। कई व्यक्ति शारीरिक आयु की दृष्टि से बड़े होते हैं परन्तु वे होते बाल-बुद्धि हैं। वे अपने कान नहीं संभालते, गुमराह हो जाते हैं, धोखा खा जाते हैं। तब वे कहते हैं कि "हम गलतफ्रहमी का शिकार हो गये थे।"

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

(प्रथम सप्ताह) स्वमान - मैं सर्व आत्माओं का कल्याण करने वाली आत्मा हूँ

मैं शुद्ध, पवित्र आत्मा इस संसार में सर्व का कल्याण करने के लिए ही अवतरित हुई हूँ... मुझे तो प्रकृति सहित सारे विश्व का कल्याण करना है।

योगाभ्यास :- मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मास्टर ज्ञानसूर्य हूँ...। मेरे मस्तक और नयनों से निरन्तर सकाश निकल कर चारों ओर फैल रही है। विश्व की सर्व आत्माओं के व्यर्थ संकल्प व विकर्म भस्म हो रहे हैं...। सर्वशक्तियों से सम्पन्न मैं आत्मा अपने अव्यक्त आकारी फरिश्ते चोले में विश्व के ग्लोब पर बैठी हूँ...। सर्व आत्माओं का कल्याण हो...। सबके दुःख दूर हो जाएँ...। सर्व आत्माएं सम्पूर्ण पावन बन जाएँ...। ऐसे अनुभव करें कि मेरी नजर संसार की सभी आत्माओं पर पड़ रही है...। सर्व आत्माएं बाबा की सर्वशक्तियों रूपी किरणों से नहा रही हैं...। प्रकृति के पांचों तत्वों सहित सभी आत्माएं पावन बनती जा रही हैं...।

योग का प्रयोग :- सकाश द्वारा अन्यात्माओं की बुद्धि को बदलने की सेवा करना, जिस आत्मा की सेवा करनी है उसे इर्मज कर विचार देना है कि आप बहुत अच्छी आत्मा हो, आप विश्व कल्याणकारी आत्मा हो, आप मेरे अच्छे दोस्त हो।

ऐसे ही शराब छुड़ाने वाले के लिए विचार दे सकते हैं कि यह बहुत खराब आदत है, इससे बहुत नुकसान होता है, इसे आप छोड़ दो। क्योंकि जो विचार हम परमात्म याद में करते हैं उस समय उस आत्मा को इर्मज करके देंगे जो विचार देंगे वह उनके मन को पूरा टच होगा। इसका प्रयोग सात दिन या इक्कीस दिन अवश्य करना है, इसके लिए मन बिल्कुल शुद्ध हो। सम्पूर्ण विश्वास के साथ यह सेवा करनी है। **स्मृति के लिए -** जैसा बाप वैसे बच्चे, जिस प्रकार बाबा के मन में सदैव सर्व के प्रति कल्याण की भावना समाई हुई है उसी प्रकार मेरे मन में भी सर्व आत्माओं के प्रति

कल्याण की भावना भरी हुई हो। क्योंकि हम सब आत्माएं एक ही परिवार के हैं, एक ही घर से आए हैं, एक ही पिता के बच्चे हैं तो फिर भेदभाव हो ही नहीं सकता। इसलिए हम किसी के प्रति अकल्याण का संकल्प भी नहीं कर सकते।

धारणा :- निर्विकल्प संकल्पों के साथ निःस्वार्थ सेवा करनी है। जरा भी स्वार्थ की भावना न हो।

चिन्तन :- हम स्वयं से व दूसरों के साथ अच्छा व्यवहार कैसे करें? चिन्तन कर अच्छे-अच्छे विचार लिखें।

अपने से पूछो - मैं क्या पुरुषार्थ कर रहा हूँ... और क्या कर सकता हूँ - निश्चय ही मन गवाही देगा कि मैं जो पुरुषार्थ कर रहा हूँ, उससे कई गुणा ज्यादा कर सकता हूँ। तो जो मैं कर सकता हूँ वो तो कर लूँ ताकि अंत में मेरा मन यह सोचकर न पछताए कि मैं कर तो सकता था, परन्तु मैंने किया नहीं।

(द्वितीय सप्ताह)

स्वमान - मैं पूर्वज सो पूज्य आत्मा हूँ।

अमृतवेले योगाभ्यास - मैं कल्पवृक्ष की जड़ों में बैठी सर्वशक्तियों से सम्पन्न आत्मा हूँ...। कल्पवृक्ष के बीज रूप शिव बाबा मेरे साथ कम्बाइण्ड हैं...। मस्तक सिंहासन पर विराजमान मुझ आत्मा से सर्वशक्तियों की रंग-बिरंगी असंख्य किरणें सारे वृक्ष की टाल-टालियों, पत्तों को (विश्व की सर्व आत्माओं व प्रकृति के पांच तत्वों को) जा रही हैं...। सभी आत्माएं पुकार रही हैं...। हे मेरे पूर्वज व पूज्य इष्टदेव आओ आकर मेरे दुःख हरो, मुझे दुःख-अशांति से मुक्ति दिलाओ...। मुझ आत्मा में बापदादा से आ रही सर्वशक्तियों की किरणें निकलकर सब आत्माओं को सुख, शांति की गहरी अनुभूति करवा रही हैं...।

कर्म करते योगाभ्यास - मैं शक्तिशाली समर्थ आत्मा कल्पवृक्ष को लेकर चल रही हूँ...। मेरे सिर के ऊपर कल्पवृक्ष है...। निरंतर योगी हूँ... योगी जीवन वाला हूँ... स्वयं सर्वशक्तिवान परमात्मा मेरे साथ है... उसकी सर्वशक्तियां मेरी प्रापर्टी हैं...। उसने सब

गुण व शक्तियां मुझे विल कर दी हैं...। चलते-फिरते कर्म करते सर्वशक्तियों की किरणें मुझ आत्मा से निकलकर कल्पवृक्ष को जा रही हैं...। मेरे सिर पर विश्व का ग्लोब है...। विश्व की दुःखी अशांत आत्माओं को निरंतर शक्तियों की किरणें जा रही हैं...।

नुमाशाम का योगाभ्यास - मैं परम पवित्र फरिश्ता आकाश में सारे ब्राह्मण परिवार के साथ ट्रांसपेरेंट विमान में बैठा हूँ...। मैं फरिश्ता विमान का पायलट हूँ...। स्वयं बापदादा मेरे बाजू में बैठे हैं...। सारा ब्राह्मण परिवार विमान में अपने फरिश्ते स्वरूप में अपनी सर्वोच्च स्थिति में स्थित होकर विश्व को सकाश देने के लिए बैठा है...। अब मैं फरिश्ता ट्रांसपेरेंट विमान को लेकर सारे विश्व का चक्कर लगा रहा हूँ...। मैं फरिश्ता, बापदादा और सारा ब्राह्मण परिवार सारे विश्व को शक्तिशाली सकाश दे रहा है...। विश्व की सर्व आत्माओं को संदेश दे रहे हैं कि हे विश्व की सर्व आत्माओं जागो...। विश्व के महान तीर्थ भारत के आबू

में भगवान आ चुके हैं...। परमपिता निराकार ज्योतिबिन्दु शिव परमात्मा अपना सर्वस्व हम बच्चों पर न्यौछावर कर रहे हैं...। अब यह संसार परिवर्तन होने ही वाला है...। विनाश सामने खड़ा है...। जल्दी से जल्दी आकर अपना जन्मसिद्ध अधिकार परमात्मा के सर्व खजाने, ईश्वरीय हक प्राप्त कर लो, अब नहीं करेंगे तो अंत में बहुत पछताना पड़ेगा। इसलिए हे मीठे भाइयों अब अलबेलापन छोड़कर परमात्मा के प्यार का, शक्ति का, वरदान का, अतिन्द्रिय सुख का अनुभव कर लो, कर लो, कर लो...।

अभ्यास जारी रहे - हर आत्मा के ओरिजिनल संस्कारों को ही देखना है। **शिव भगवानुवाच -** रोज रात को सोने से पहले बापदादा को पोतामेल सच्ची दिल का दे दिया तो धर्मराजपुरी में जाने की आवश्यकता नहीं पड़ेगी। इससे नीड भी अच्छी आएगी। **यह भी स्मृति रहे -** यह दुनिया आपकी नहीं है, गेस्ट हाउस है, अब तो घर जाना ही है। अब चलने का नहीं बल्कि उड़ने का समय है।



फरीदाबाद। महापौर अशोक अरोरा को संस्था की ईश्वरीय सेवाओं से परिचित करने के लिए ओम शान्ति मीडिया भेंट करते हुए ब्र. कु. मीनाक्षी।



खण्डवा। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा की प्रभारी ब्र. कु. छाया तथा सदस्यों का स्वागत करते हुए विधायक कमल पटेल।



हाथरस। भारत के सबसे युवा उप कुलपति, नॉयड इंटरनेशनल युनिवर्सिटी, अरविंद कुमार सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र. कु. शांता। साथ हैं ब्र. कु. दुर्गेश व पूर्व विधायक सुरेश प्रताप गांधी।



बरेली। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए भाजपा मीडिया प्रभारी गुलशन आनंद। साथ हैं ब्र. कु. पार्वती, ब्र. कु. नीता।



फतेहगढ़। पुलिस अधीक्षक जोगेन्द्र कुमार शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा प्रभारी ब्र. कु. सरिता व ब्र. कु. सुमन को मोमेन्टो प्रदान कर सम्मानित करते हुए।



विलासपुर। संस्कृति एवं संस्कार, विषय पर सम्बोधन करते हुए ब्र. कु. मंजू।



दारागंज-इलाहाबाद। मुख्य विकास अधिकारी अटल कुमार राय, जिला विकास अधिकारी रमेशचन्द्र पाण्डेय, कृषि अधिकारी यतीन्द्र सिंह, बी. डी. ओ. अशोक कुमार, ब्र. कु. कमल, ब्र. कु. ज्योति व ब्र. कु. राजेन्द्र दीप प्रज्वलित करते हुए।



धिवानी। पांच दिवसीय परमात्म अवतरण अमृत महोत्सव में ब्र. कु. आभा, ब्र. कु. सरोज, ब्र. कु. पुनीत तथा अन्य।

एकाग्रता व अनुशासन से सुरक्षित यात्रा सम्भव

शान्तिवन। विचलित मन को काबू करके हम तन को स्वस्थ और मन को तनावमुक्त कर सकते हैं जिसके लिए आध्यात्मिकता बहुत ही कारगर उपाय है।

उक्त विचार गोवा के परिवहन मंत्री भ्राता सुदिन धवलेकर ने ब्रह्माकुमारी यातायात एवं परिवहन प्रभाग द्वारा 'गति, सुरक्षा, आध्यात्मिकता' विषय पर आयोजित राष्ट्रीय महासम्मेलन में व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि हमें परिवार, व्यवसाय और समाज में अपनी जिम्मेवारी को समझने और वाहन दुर्घटनाओं में कमी लाने के लिए यहां दी जा रही शिक्षा को जीवन में अपनाने की आवश्यकता है।

ब्रह्माकुमारी संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि जीवन में सुरक्षा के लिए कार्य करते समय हम अलर्ट, एक्युरेट रहें और हर कार्य को प्रवीणता से करें। आध्यात्मिकता से दिल साफ और यात्रा सेफ होगी। एकांनामी, एकनामी और एकाग्रता इन तीन शब्दों पर हर पल ध्यान दें और अमल में लाएँ तो सफलता अवश्य मिलेगी।

पर्यटन मंत्रालय में सहायक महानिदेशक डी. वेंकटेशन ने कहा कि पर्यटन व्यवसाय में धैर्यता जरूरी है। व्यवहार कुशलता से हम



दादी रतनमोहिनी कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए। गोवा के परिवहन मंत्री सुदिन धवलेकर, ब्र.कु. दिव्यप्रभा व ब्र.कु. ओमप्रकाश।

अनेकों को संतुष्ट कर सकते हैं। यातायात एवं परिवहन क्षेत्र में आध्यात्मिक शक्ति के आधार से हर परिस्थिति में हम सुरक्षित अपनी मंजिल की ओर बढ़ सकते हैं। मानसिक सशक्तिकरण के लिए राजयोग अति उपयोगी माध्यम है।

कार्यक्रम में भारत एवं नेपाल के रेल्वे, पर्यटन, ऑटोमोबाइल तथा परिवहन से जुड़े क्षेत्र के 5500 से अधिक संख्या में पधारे प्रतिनिधियों ने उत्साह पूर्वक भाग लिया।

राजमार्ग एवं परिवहन मंत्रालय में सलाहकार ओ.पी.शेखर ने कहा कि 78 प्रतिशत सड़क दुर्घटनायें मानवीय गलती के कारण होती हैं। संयुक्त राष्ट्र के अनुसार इनमें 50 प्रतिशत कमी लायी जा सकती है। अतः आज सभी दुर्घटनाओं में कमी लाने का संकल्प करें। आध्यात्मिकता के माध्यम से तन और मन के समन्वय से हर प्रकार से बचाव सहज संभव है।

एन. एफ. आई. आर. के

राष्ट्रीय अध्यक्ष गुमान सिंह ने कहा कि इस प्रकार के कार्यक्रम बार-बार आयोजित होने चाहिए।

ब्रह्माकुमारी संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी ने कहा कि राजयोग मेडिटेशन से जीवन में अनुशासन लाकर अनेक मुश्किलों से बचा जा सकता है।

संस्था के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर ने भी अपने अनुभवों से सभी को लाभान्वित किया।

यातायात व परिवहन प्रभाग के

अध्यक्ष ब्र.कु.ओमप्रकाश ने कहा कि सुरक्षित जीवन के लिए वाहन की गति के साथ-साथ मन के संकल्पों की गति पर भी नियंत्रण की जरूरत है।

प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु.दिव्यप्रभा ने कहा कि सुरक्षा के लिए नियमों की पालना तथा मन की एकाग्रता का बहुत महत्व है।

ब्र.कु.संगीता ने विश्व पर्यटन दिवस पर 'जल संरक्षण' की प्रतिज्ञा कराई। ब्र.कु. सुरेश शर्मा ने सबका आभार व्यक्त किया और इलाहाबाद से पधारी ब्र.कु. मनोरमा ने मंच संचालन किया।

महासम्मेलन में 5 तकनीकी और 6 मेडिटेशन सत्रों का आयोजन हुआ। इनमें मीटिंग चैलेंजेस-प्रीटिंग चेंज, सेफ हाईवे ऑफ लाईफ, सर्विस विद स्माइल जैसे तकनीकी सत्र तथा इटर्नल ट्रैव्लर, जर्नी टु रिगेन ईनर पावर्स और ट्रेफिक कंट्रोल ऑफ दी माइण्ड जैसे मेडिटेशन सत्र शामिल थे। प्रतिभागियों में सकारात्मक सोच के विकास तथा मूल्यों को आत्मसात करने की प्रेरणा देने के लिए 'खुशनसीब', 'रूह-ए-गुलाब' 'सफलतामूर्त' जैसे विशेष नाम दिये गये।



'सेफ हाईवे ऑफ लाईफ' सत्र में मुख्य वक्ता ब्र.कु.स्वामीनाथन ने कहा कि सेफ ट्रेफिक के लिए नियमों की पालना

जरूरी है परन्तु हम देखते हैं कि ऐसा होता नहीं है। नियमों की पालना करने के लिए मन से तैयारी जरूरी है और उसके लिए आध्यात्मिक ज्ञान के आधार पर स्वयं को देहभान से दूर करना जरूरी है। आत्मिक स्मृति से व मानवीय गुणों की धारणा से सकारात्मक परिवर्तन आता है और सुरक्षित यात्रा संभव है। यात्रा में सहयोग देने वालों को दिल से धन्यवाद देकर, उन्हें नियम पालना हेतु प्रोत्साहित करें।

जितना कायदे के अनुसार जीवन चलेगा उतना ही फायदे में रहेंगे। हर कदम आपके संस्कारों का निर्माण कर रहा है इसलिए हर कदम अनुशासित हो।



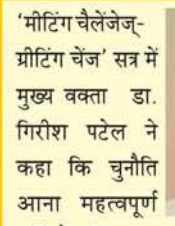
'हीलिंग रिलेशनशिप' सत्र में मुख्य वक्ता ब्र.कु. श्रेया ने कहा कि जीवन को सुखद बनाने के लिए सम्बन्धों में साक्षीभाव हो तथा नकारात्मक सोच- 'कहीं कुछ हो न जाए' से हमेशा दूर रहें। मैं शक्ति सम्पन्न आत्मा हूँ और मुझे मिला हुआ रोल करना है। ऐसी सोच से हम संबंध सुखदायी और बेहतर बना सकते हैं तथा समय पर अपना कार्य अच्छी रीति से कर सकेंगे।



'सर्विस विद स्माइल' सत्र में मुख्य वक्ता ब्र.कु. ई. गिरीश ने कहा कि खुशी के लिए जीने के बजाय खुशी-खुशी से जीने की आदत डालने से सदा मुस्कुराते हुए सेवा कर सकेंगे। सर्विस ऐसा कार्य है जिसमें सफलता उसकी गुणवत्ता तथा उपलब्ध कराने वाले के व्यवहार पर निर्भर होती है और ग्राहक की सन्तुष्टि सबसे महत्वपूर्ण होती है। उसके लिए मन में विभिन्न परिस्थितियों में खुशी बनाये रखना और मुस्कुराते रहना बहुत कारगर होता है। कहा भी जाता है मधुर व्यवहार से बिगड़े सम्बन्ध व कार्य भी सुधर जाते हैं। खुशी आत्मा की सबसे शक्तिशाली खुराक है। खुशी है तो हेल्थ भी है और सम्पन्नता भी है। व भाग्यशाली हैं जिन्हें देखते ही सभी में खुशी का संचार होता है।



'ट्रेफिक कंट्रोल ऑफ द माइण्ड' सत्र में मुख्य वक्ता ब्र.कु.स्नेहा ने कहा कि मन के बोझ से बचने के लिए परमात्मा ने ऊपरी कक्ष बनाया है अतः आप बोझ उसे सौंपकर हल्के रहें। मन से हल्का होकर प्रभु प्रेम का आनन्द लेने के लिए संकल्पों को दिशा देना जरूरी है। खुशहाल व सुरक्षित जीवन के लिए संकल्पों के ट्रेफिक पर ध्यान देने का अभ्यास करें। यह शुभ शुरुआत आज और अभी से करें।



'मीटिंग चैलेंजेज्-प्रीटिंग चेंज' सत्र में मुख्य वक्ता डा. गिरीश पटेल ने कहा कि चुनौति आना महत्वपूर्ण नहीं है बल्कि उन परिस्थितियों में आप किस प्रकार से काम करते हैं, वह महत्वपूर्ण है। तनाव से मुक्त होने के लिए तनाव से दोस्ती को छोड़ देनी है। हमारे काम के कारण भी तनाव हो सकता है परन्तु उसे समाप्त करने के लिए मन से तैयार होना है। किसी की कम्प्लेन न करें बल्कि स्वयं को परिवर्तन को स्वीकार करने के लिए तैयार करें। मन के अनुकूल न होने वाली बातों को सहजता से लें और उनमें भी कल्याण समायो हुआ है यह निश्चय रखें। धैर्यता, साहस व संयम से अगर हम किसी भी परिस्थिति का सामना करेंगे तो हमारी विजय निश्चित है। तन का भान मिटा कर शुद्ध आत्मिक भाव अपनाने से तनाव दूर होगा।

भारत - वार्षिक 170 रुपये
तीज वर्ष 510 रुपये
आजीवन 4000 रुपये
विदेश - 2000 रुपये (वार्षिक)
कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीआर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट माउण्ट आबू) द्वारा भेजें।

ओम शान्ति मीडिया
सम्पादक : ब्र.कु.गंगाधर
ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन, तलहटी
पोस्ट बॉक्स नं. - 5, आबू रोड (राज.) 307510
Enquiry For Membership, Mob. No. - 09414006096
(M)- 9414154344, E-mail : mediabkm@gmail.com,
omshantimedia@bktivv.org, website:www.omshantimedia.info

प्रति