

ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष -15 अंक-13 अक्टूबर-1, 2014 (पाक्षिक) माउण्ट आबू ₹ 8.00

भारत में बढ़ते हृदय रोग पर विशेषज्ञों ने जताई चिंता, हृदय रोग होने से पहले ही करें बचाव

शांतिवन। ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्वविद्यालय के शांतिवन परिसर में शुक्रवार को देश दुनिया के कार्डियोलॉजिस्ट के महा-सम्मेलन का शुभारंभ हुआ। मध्य प्रदेश के राज्यपाल रामनरेश यादव ने इस सम्मेलन का शुभारंभ करते हुए विशेषज्ञों से ऐसे रिसर्च और खोज करने का आह्वान किया जिसके जरिए हृदय रोग का समुचित इलाज सस्ती दरों पर हो सके। इसके साथ ही उन्होंने इस रोग की रोकथाम दृढ़ने का भी आह्वान किया।

कार्यक्रम को संबोधित

बीमारी के रोकथाम के लिए ज़रूरी है कि चिकित्सकों को सलाह और

त्रीदिवसीय महासम्मेलन

अंतर्राष्ट्रीय क्लिनिकल प्रिवेन्टिव कार्डियोलॉजी एंड इमेजिंग महासम्मेलन में भारत, जापान, अमेरिका, मलेशिया, यू.एस.ए., जर्मनी लीबिया, दक्षिण अफ्रीका समेत कई देशों के नामचीन पंद्रह सौ से भी अधिक हृदयरोग विशेषज्ञों ने भाग लिया।

इलाज किसी प्रकार को दवा या ऑपरेशन नहीं है बल्कि इसके लिए जीवन में बदलाव लाना होगा।

हृदयरोग संस्थान के साइंटिफिक चेयरमैन डॉ. एस.के. परासर ने कहा कि आज भागदौड़ और व्यस्त जीवनशैली से हमारी युवा पीढ़ी भी कम उम्र में ही हृदय रोग की ओर बढ़ रही है। प्रतिवर्ष पूरे भारत में एक करोड़ लोगों की मौत हृदय रोग से हो रही है। आज भारत हृदय रोग की राजधानी बनता जा रहा है जो हमारे लिए चिंता की बात है।

संस्था की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी ने



नई दिल्ली। महामहिम राष्ट्रपति प्रणव मुखर्जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.पुष्पा। साथ है ब्र.कु. सविता तथा अन्य।

राजनीति में राजयोग का समावेश समय की मांग

ज्ञानसरोवर। राजनीतिज्ञ प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. वृजमोहन ने ब्रह्माकुमारी राजनीतिज्ञ प्रभाग द्वारा 'राजनेताओं का आध्यात्मिक सशक्तिकरण' विषय पर आयोजित सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए कहा कि आज हमारे देश की दशा विचित्र है, धनवान और धनवान बन रहा है तथा गरीब और गरीब बनता जा रहा है। अब चारों ओर घोर अधियारा छाया हुआ है। द्रोपदियों पुकार रही हैं। इस स्थिति को क्या कोई इंसान ठीक कर सकता है? प्रयत्न अनेक किये गये और किये भी जा रहे हैं मगर परिस्थिति बदल नहीं रही है। विश्व में छाये

अपनाएंगे। सत्य है कि हम सभी शरीर नहीं आत्मा हैं जो अजर एवं अमर है। यह शाश्वत है। हमारे सारे मूल्य भी शाश्वत हैं जिनका निवास आत्मा में ही है। शरीर तो नाशवान है। आत्मा को जानें, खुद को जानें।

ब्र.कु.शारदा, अहमदाबाद ने आए हुए सभी प्रतिनिधियों का स्वागत करते हुए कहा कि परमपिता परमात्मा इस संस्थान के माध्यम से यहाँ के सभी विद्यार्थियों को आध्यात्मिक नेतृत्व प्रदान कर रहे हैं।

इंद्रबहादुर, सांसद नेपाल ने अपनी शुभकामनाएं सम्मेलन को दीं।

अमर प्रसाद सत्यथी, पूर्व मंत्री उड़ीसा शासन एवं वर्तमान विधायक तथा स्टैंडिंग कमिटी के अध्यक्ष ने कहा कि यह विश्वविद्यालय राजनेताओं के आध्यात्मिक सशक्तिकरण के लिये जो प्रयास कर रहा है उसका लाभ हम सभी को अवश्य ही प्राप्त होगा। यहाँ के भाई बहनें शांति से एक साथ रह कर दुनिया को आध्यात्मिकता को शिक्षा प्रदान करते हैं। यहाँ पर अनेकता में एकता है और भाईचारा है, ... शेष पेज 11 पर..

इस अंधकार को सिर्फ परमात्मा ही दूर कर सकते हैं, कोई और नहीं। आज के इस जमाने में घर के चार व्यक्ति भी मिल कर नहीं रह पाते जबकि इस संस्थान में पूरी दुनिया के अनेक लोग मिलकर प्रेम से रह रहे हैं। आज सभी राजनीतिक पार्टियों के लोग मिलकर स्वर्णिम भारत निर्माण के लिये एक जुट हो जाएं, विरोध भुला कर एकता स्थापित करें एवं भारत का कल्याण करें। सत्यमेव जयते तब होगी जब सत्य को



ज्ञानसरोवर। ब्र.कु. वृजमोहन कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए। साथ है इंद्रबहादुर, सांसद नेपाल, ब्र.कु. आशा, अमर प्रसाद सत्यथी, ब्र.कु.शारदा तथा अन्य।



शांतिवन। मध्य प्रदेश के राज्यपाल रामनरेश यादव तथा दादी हृदयमोहिनी कार्यक्रम का उद्घाटन करने के पश्चात् परमात्म समृति में खड़े हैं। साथ है ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु. डॉ. सतीश गुप्ता, डॉ. बनारसी लाल शाह, डॉ. चोपड़ा, डॉ. मार्क केज़र, डॉ. मनचंदा, ब्र.कु.मुन्नी, ब्र.कु.अवधेय,भोपाल तथा अन्य।

करते हुए यादव ने कहा कि भारतीय संस्कृति कई मायनों में अहम है। यहाँ की जीवनशैली ना केवल रोग प्रतिरोधक के रूप में है बल्कि एक कवच के रूप में भी है। पहले के ज़माने में लोग इसी जीवनशैली के साथ जीवन व्यतीत करते थे जिस कारण इस तरह की बीमारियों से दूर रहते थे। उन्होंने कहा कि शिक्षक दिवस पर श्रेष्ठ और स्वस्थ समाज के लिए शिक्षकों की भी भूमिका महत्वपूर्ण है। हृदय रोग एक घातक बीमारी है जिसके प्रहार से कम समय में ही व्यक्ति इस दुनिया से चला जाता है। इसलिए ऐसी भयानक

संयमित दिनचर्या को जीवन में अपनायें। अमेरिकन हार्ट एसोसिएशन के अध्यक्ष डॉ. मार्क केज़र ने कहा कि जितनी हमने सकारात्मक जीवनशैली बदली उतना ही नई बीमारियों को दायत दे रहे हैं। उन्होंने कहा कि हृदय रोग का स्थायी

कहा कि रोगों से बचाव का एक ही साधन है कि हम सात्विक जीवन जीएं और मेडिटेशन का अभ्यास करें। जब हमारा मन शक्तिशाली होगा तभी शरीर में रोगों से लड़ने की शक्ति आयेगी।

संस्था के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर ने कहा कि आध्यात्मिक ज्ञान और मेडिटेशन से हृदय रोगियों को जो लाभ मिलता है वो दवाओं के सेवन से नहीं मिल सकता। हार्ट एसोसिएशन तथा कार्यक्रम के अध्यक्ष डॉ. एस.के. चोपड़ा ने कहा कि हम अपने हार्ट को तभी स्वस्थ रख पाएंगे जब हमारे जीवन में दिव्यता होगी। स्वच्छ वातावरण में ही हमारे मन में अच्छे विचार आते हैं और शरीर स्वस्थ रहता है।



शांतिवन। डॉ. मार्क केज़र को सम्मानित करते हुए राज्यपाल रामनरेश यादव। साथ है ब्र.कु. डॉ. सतीश गुप्ता, डॉ. चोपड़ा तथा अन्य।

आज “मनुष्य की आवश्यकता है” ...!

एक बड़ी कंपनी के गेट के पास सदा एक विज्ञापन के रूप में लिखी तख्ती लटकी रहती थी, “मनुष्य की आवश्यकता है”। कर्मचारियों की भर्ती हो रही है। नये-नये व्यक्ति नौकरी में जुड़ते जाते, फिर भी बारह महीने तक वह तख्ती लटकी रहती थी। ये देख एक जिज्ञासु ने उस कंपनी के मैनेजर से पूछा कि क्या आपको जितने चाहिए उतने मनुष्य नहीं मिलते? बारहों मास आप कंपनी के बाहर मनुष्य की आवश्यकता की तख्ती क्यों लगा के रखते हो?

मैनेजर ने कहा: “ऐसा नहीं है, खाली पड़ी जगह पर कर्मचारी आते-जाते रहते हैं लेकिन ‘मनुष्य’ की जगह सदा खाली रहती है। कर्मचारी बनना सहज है, लेकिन ‘मनुष्य’ बनना अत्यंत कठिन है, इसलिए हमारी कंपनी में वर्तमान की पॉलिसी के अनुरूप जो व्यवस्था है वो हमें नहीं चाहिए, सख्त बाह्यचार से पालन करने वाला धर्म भी नहीं चाहिए, कुबेर के भंडार भी नहीं चाहिए, महान सत्ता भी नहीं चाहिए, समर्थ कलम भी नहीं चाहिए, हमें तो केवल सच्चा मनुष्य चाहिए! यहाँ हमें ऐन नाम के चिंतक के शब्द अवरय प्रेरणास्रोत बन सकेगें। ऐन कहते हैं कि हे ईश्वर! हमें मनुष्य दीजिए, वर्तमान समय में दृढ़ मन, विशाल अंतःकरण, सच्ची श्रद्धा और काम करने की तत्परता अनपाने वालों की जरूरत है। जिस मनुष्य को सत्ता का लोभ नहीं, जिसे सत्ता प्राप्त होने वाला द्रव्य खरीद न सके, जो स्वतंत्र अभिप्राय और इच्छाशक्ति वाला हो, जो मनुष्य के हित में जीवन व्यतीत करने वाला हो, जो असत्य नहीं बोले, जो ऊँचे दर्जे वाले मनुष्यों के सामने खड़े रह सके और जरा भी बिना डरे, जो घृत्, खुशामद के प्रति तिरस्कार दर्शाने में सक्षम हो।

एक बार परम पूज्य युवाचार्य विनीत सेन ‘गुरुजी’ के यहां से पुस्तक प्राप्त हुई उसमें प्रथम चेंप्टर का हेडिंग था कि “मनुष्य की जरूरत है”! अगर विश्वपिता को भी ऐसी कोई किताब होती तो उसका चेंप्टर भी यही होता: “मनुष्य की जरूरत है”। विश्व के हरेक धर्म में भी एक ही बात पर जोर दिया जा रहा है कि ‘दीजिए भाई दीजिए; इस धरती को सच्चे मनुष्य दीजिए’! आज किन मनुष्यों का भार धरती उठा रही है! सूज तप रहा है, जलधारारें बह रही हैं, हवा चारों ओर फैल रही है, सागर भी गर्भित रीति से एक ही नाद कर रहा है, धरा से गगन तक एक ही अभिलाषा है: सच्चा मनुष्य, सत्यशील मनुष्य इस जगत को प्राप्त हो! धरा वसुधा बन गई, लेकिन मनुष्य ‘मनुष्य धा’ यानी मनुष्यता धारण करने वाले बन जाएं, उसकी मृत्युलोक और स्वर्गलोक दोनों को प्रतीक्षा है। भाग्य के सृष्टाओं में भी इसी बात पर बल दिया जाता है। कहते हैं कि प्राचीन काल में एथेन्स शहर में डायोजिन्स नामक व्यक्ति दोपहर के ठीक बारह बजे हाथ में ‘लालटेन’ लेकर निकलता था और भारी भीड़ भरे बाज़ार में खड़ा होकर बुलंद आवाज़ से पुकारता: “आओ भाई आओ, मेरी बात सुनो”! लोग इकट्ठा हो जाते, डायोजिन्स तुरंत ही मुँह फेर लेता और कहता: “अरे! मैंने लोगों को नहीं ‘मनुष्यों’ को बुलाया था, मुझे चेहरेवाला मनुष्य चाहिए, मोहरे वाले लोग नहीं”।

उस कंपनी की तरह ही परमपिता परमेश्वर ने भी इस जगत में एक गुब्बू लिपि में लिखकर तख्ती लटकाकर रखी है: “मनुष्य चाहिए”! सदियों या युगों के बाद मानव जगत को एक ऐसा मनुष्य मिलता है राम रूप में, श्याम रूप में, बुद्ध रूप में, महावीर रूप में, गुरुनानक रूप में, मोहम्मद रूप में, जीसस क्राईस्ट के रूप में, कनफ्यूशियस रूप में या अन्य कोई संत के रूप में। लेकिन उनके जाने के बाद फिर जगह खाली। कोई बनाये तो कुछ बन सके, ऐसी सोच से मानव जाति अभी तक उभर नहीं पाई है। पृथ्वी पर रहने वालों को सब बनाना आता है लेकिन ‘मनुष्य’ बनाना नहीं आता। ‘भाग्य के सृष्टाओं’ में ऐसे मनुष्य का विस्तृत वर्णन किया गया है। आज देश-दुनिया को, प्रत्येक जगह एक ऐसे मनुष्य की आवश्यकता है जो कि मनुष्य की भीड़ में खुद का व्यक्तित्व गुम न कर बैठे, जिसमें खुद के निश्चय पर अडिग रहने की हिम्मत हो और सारी दुनिया ‘हाँ’ कहे तो भी ‘ना’ कहने में जिसे ज़रा भी भय न होता हो।

एक ऐसे मनुष्य की आवश्यकता है जो एक महान उद्देश्य को खास उमंग-उत्साह पूर्वक करता हो और फिर भी खुद के उमंग उत्साह और जिज्ञासा के साथ कोई समझौता न करता हो, जो सर्व शक्तियों से सदा सुसज्जित हो।

एक ऐसे मनुष्य की आवश्यकता है, जिसका ‘मिजाज’ स्थिर हो, जो स्वयं के प्रति काम से कम उपभोग करने वाला हो व संकुचित विचारों का त्याग कर देने वाला हो, जिसका विकास एकाकी रूप



- डॉ. कु. गंगाधर

हमारा त्याग हमें मंज़िल तक ले जाता

यह समय बहुत वैल्यूबल है। समय की कीमत हम अपने पुरुषार्थ अनुराज जानते हैं। यह समय बाप से मिलन मानने का है। बहुत समय से बिछुड़े हैं, सतयुग त्रेता में यह फीलिंग नहीं थी, सुख में सब भूल गया। प्रालम्ब भोग रहे थे, यहाँ का पुरुषार्थ था। अभी संगम के समय का महत्व जानते हैं इसलिए बीती सो बीती। बाबा ने हम सबको डायमण्ड चाबी दे दी-मीठा बाबा, प्यारा बाबा, मेरा बाबा... यह डायमण्ड शब्द बाबा ने सिखाया है। दिल कहता है बाबा तेरा शुक्रिया। अपने आपको देखो बाबा ने क्या बनाया है! बाबा को हमारे प्रति क्या आशायें हैं, उम्मीदें हैं, जरूर पूरी करेंगे। भक्ति में भी कहते हरि इच्छा, अपनी कोई इच्छा नहीं है। भगवान ने मेरे ऊपर यह बहुत मेहरबानी की है जो कोई इच्छा नहीं है। इच्छा यही है प्रभु लीला में अच्छे से अच्छा पार्ट बजाऊं। मुझ आत्मा को जोना, शरीर में रहना, देह संबंध से न्यारा रहना बाबा आपने सिखाया है। जितना न्यारा, उतना प्यारा। कोई प्यारा नहीं है तो समर्थिंग मिसिंग है अथवा मिक्सिंग है। अगर बाबा से प्यार नहीं खींचते हैं तो सूखे-सूखे हो जाते हैं। झाड़ की वृद्धि तो हुई लेकिन फल भी ऐसा हो जो उसको खाने वाला, ज्यूस पीने वाला खुश हो जाये। फल ही इच्छा नहीं है, अल्पकाल के सुख की, मान-शान की इच्छा नहीं है। सच्चाई, प्रेम से याद और सेवा से, सच्चाई का फल खा रहे हैं। अपने मन बुद्धि से चलना दूसरों को राय देना, इससे पाप विनाश नहीं होते हैं और

ही बन जाते हैं। तो बाबा ने जो दिया है वही मेरे साथ हो। तुम्हीं से खाऊं, तुम्हीं से बैदूँ। मीरा को तो थोड़ा साक्षात्कार हुआ। हम तो भगवान के साथ बोलते, बातें, उनके संग रहते, कन्डरफुल भाव्य है। तुम्हीं से खाऊं, तुम्हीं से बैदूँ, तुम्हीं संग रहूँ, तुम्हीं से बोलूँ...। सन्यासी जब सन्यास करते हैं तो पहले वाला नाम भूल जाता है। हर नाम के पीछे आनंद आ जाता है। जैसे गंगेश्वरानंद... ऐसे ब्रह्माकुमार माना बाबा के जो गुण हैं उसके मास्टर है। बाबा ज्ञान का सागर, प्रेम का सागर, आनंद का सागर, सर्वशक्तिवान है तो बच्चे ज्ञान स्वरूप, प्रेम, आनंद स्वरूप, शक्ति स्वरूप मास्टर दाता हैं। तो हर एक अपने स्वरूप को देखें। जैसे बाबा ने सुनाते-सुनाते फिर 5 मिनट ड्रिल कराई। तो सभी का अटेन्शन रहा, अच्छा पार्ट बजाऊं। मुझ आत्मा को जोना, शरीर में रहना, देह संबंध से न्यारा रहना बाबा आपने सिखाया है। जितना न्यारा, उतना प्यारा। कोई प्यारा नहीं है तो समर्थिंग मिसिंग है अथवा मिक्सिंग है। अगर बाबा से प्यार नहीं खींचते हैं तो सूखे-सूखे हो जाते हैं। झाड़ की वृद्धि तो हुई लेकिन फल भी ऐसा हो जो उसको खाने वाला, ज्यूस पीने वाला खुश हो जाये। फल ही इच्छा नहीं है, अल्पकाल के सुख की, मान-शान की इच्छा नहीं है। सच्चाई, प्रेम से याद और सेवा से, सच्चाई का फल खा रहे हैं। अपने मन बुद्धि से चलना दूसरों को राय देना, इससे पाप विनाश नहीं होते हैं और

होगा जब मेरे कारण किसी संकल्प न चले। दादा विश्वरतन सदा कहा करते मेरा तो व्यर्थ नहीं चलता लेकिन मेरे कारण किसका व्यर्थ संकल्प नहीं चले। एक-एक पूर्वज में कोई न कोई विशेषता व गुण थे, वह कन्डरफुल। बाबा जैसे चलाये, जो बाबा खिलाये, बाबा से इतना प्यार हर एक का रहा है। बाबा ने कहा पवित्रता में ही सत्यता है। पवित्रता में अंश मात्र भी अपवित्रता है तो सच्चा होकर चल नहीं सकता। भगवान के घर में झूठ नहीं चल सकता। थोड़ा भी झूठ, थोड़ा भी हेराफेरी, अंदर एक है बाहर दूसरा है। तो खबरदार, होशियार सावधान। पुराने जमाने में आवाज में चौकीदार बोलते थे, खबरदार रहो, होशियार रहो... चौकीदार क्यों रखते हैं? कोई चोर घुस न आवे। हमारे ऊपर बाबा सारा दिन चौकी काता है। गुडमॉर्निंग भी करता है तो गुडनाइट भी करता है। जो थोड़ा भी दान करता है तो दान से पुण्य बन जाता है, वह महादानी बन जाता है। जो महादानी है उनको बाबा वरदान देता है। वरदान है बच्ची, हो जायेगा, हुआ ही पड़ा है। यह बाबा के मीठे महावाक्य कानों से सुने हैं, बाबा के वरदानों से सारी लाइफ चली है। बाबा के वरदान हमारी लाइफ को साथ देते हैं।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका



दादी हृदयमंगिनी अति मुख्य प्रशासिका

प्रश्न: हमने आधा शण्टा योग किया, तो ऐसे लगा जैसे कुछ मिनट ही बैठे, समय कैसे बीत गया पता भी नहीं चला। ऐसा क्यों? उत्तर: लगन लग गई तो पता क्या पड़े! बाबा तो कहता है वायुमण्डल को ठीक करो। सतयुग में वायुमण्डल ठीक होगा, तो वायुमण्डल को कौन ठीक करेगा? आत्माओं को तो करना ही है लेकिन वायुमण्डल को भी ठीक करना है। सतयुगी राजधानी में तो वायुमण्डल कितना अच्छा है। तो अभी वायुमण्डल में वायुब्रेशन भेजो। आखिर अन्त में तो सभी समझ जायेंगे ना कि यह गुप्त में कार्य चल रहा था लेकिन हमने पहचाना नहीं। प्रश्न: दादी जी, जैसे यहाँ बैठते हैं तो संकल्प पावरफुल होता है, वायुमण्डल को भेजते हैं लेकिन जब कारोबार में जाते हैं तो फर्क हो जाता है, यह फर्क मिट जाये, उसके लिए क्या करें? उत्तर: मतलब जो कारोबार का वायुमण्डल है उसका असर आ जाता है। हाँ, यह फर्क मिटोगा क्योंकि आदत पड़ जायेगी ना, जैसे वो आदत पड़ी है, वैसे यह भी आदत पड़ जायेगी, अटेन्शन देंगे तो हो जायेगा। हमें

वायुमण्डल बदलना हमारी जिम्मेवारी

ब्रह्मा बाबा को फॉलो करना है ना! ब्रह्माबाबा को कितनी जिम्मेवारियाँ थीं, एका-एक आत्मा के भाव स्वभाव सबको जिम्मेवारी थी फिर भी बाबा ने अपनी हिम्मत से वायुमण्डल चेंज किया ना, जो आये थे शुरू में और धीरे-धीरे वो बदले तो सही ना। नम्बरवार भले होंगे लेकिन बदले तो सही ना। बाबा को एकदम पूरा साथ देने वाले भी तो थे ना। प्रश्न: दादी, वायुमण्डल में प्रकृति के पाँचों तत्व भी आयेगा ना! बाबा कहता है इनकी भी सेवा करो, अभी यह परेशान कर रहे हैं फिर आपको यह मदद करेंगे, दासी बनेंगे। तो दादी इस समय उनकी सेवा के लिए क्या और किया जाये? अभी कहीं पर ऑन का तत्व बहुत फॉस कर रहा है, कहीं जल का उपद्रव, कहीं बर्फ पड़ रही है। पूरे विश्व के अंदर पाँचों तत्व बड़ा नुकसान कर रहे हैं। बाबा कहता है तुम संकल्प इनकी सेवा करो। इसके लिए कौन सा अच्छा सा स्वमान ले करके योग किया जाये तो वायुमण्डल बने, कैसे योग करें? उत्तर: यह तत्व भी सतोगुणी होंगे ना! सतयुग में दुःख थोड़ेही देंगे, तो उनकी सेवा अभी करनी है। लेकिन इसके लिए जब अपनी सतोगुणी अवस्था जितनी ज़बरदस्त होती जायेगी, उतना सतोगुण उन्हीं में ऑटोमेटिक पहुँचाता रहेगा क्योंकि

संकल्प तो हमको है ना, वायुमण्डल को ठीक करना है। जैसे तमोगुण के वायुब्रेशन तीव्रगति से फैल रहे हैं, ऐसे हम अपने सतोगुण के वायुब्रेशन चारों ओर फैलायें तो वो दब जायेंगे। वायुमण्डल बदलना तो है ना! इसके लिए इसी स्वमान में रहें कि “मैं मास्टर रचियता हूँ”। मालिक का बच्चा मालिक ही होता है। तो वो मास्टर रचता का स्वरूप हमारा होगा, तो रचता के वायुब्रेशन ऑटोमेटिकली रचना के तरफ ही जायेंगे, तो यह हो सकता है। आखिर तो हमको ही वायुमण्डल को बदलना है। अपना राज्य स्थापन करना है, आत्मायें और वायुमण्डल दोनों को पवित्र बनाना है और यही हमारे योग का फल है। जितना-जितना हम पावरफुल बनेंगे, उतना-उतना हमारे साथ तत्व भी बदलेंगे। तो हमारा वायुमण्डल जितना पावरफुल होगा, उतना पाँचों तत्वों का, सारे संसार को पहुँचेगा। जैसे तनी का फॉस होता है, वो दूर तक जाता है ना। ऐसे ही हमारा वायुमण्डल अगर पावरफुल होगा, तो वह नैचुरल दूर-दूर तक जायेगा। अभी तो कभी अपने में भी लग जाता है। हम सिर्फ बाबा से लेके अपनी पावरफुल स्ट्रेज पर ठहरे रहें, इससे ही फैलेगा। बाकी कोई एक-एक को थोड़ेही देते रहेंगे।

अचानक और एवररेडी

- ब्र.कु.जगदीशचन्द्र हसीजा

एक बहुत महत्वपूर्ण बात है कि जीवन में बिना साधना के सिद्धि नहीं होती। कई बार वाक्य छोटे होते हैं, शब्द थोड़े होते हैं लेकिन उनका महत्व बहुत होता है। अगर उनके बारे में सोचा जाये, चिन्तन किया जाये और व्यवहार में लाया जाये तो उनसे प्राप्ति और उपलब्धि अपार होती है। 'साधना के बिना सिद्धि नहीं होगी', यह बात तो सब जानते हैं, तभी तो सब साधना करते हैं लेकिन कई बार यह बात भूल जाती है और हम यह समझने लग जाते हैं कि 'साधनों के बिना सिद्धि नहीं होती'। फिर साधन इकट्ठे करने लग जाते हैं। धन और साधन-इन दोनों चीजों को इकट्ठा करने लग जाते हैं बगैर साधना के। जबकि बाबा कहते हैं कि योग की कमाई जमा करो, ईश्वरीय खजानों के भण्डार भरपूर करो लेकिन हम इनको भूलकर, धन और साधन इकट्ठे करने में लग जाते हैं।

आखिर इसका अर्थ क्या है?

जब यज्ञ स्थापित हुआ तब भी कहा जाता था कि 'समय बहुत कम है'। उसके दस साल बाद भी कहा जाता था कि 'समय बहुत कम है', बीस साल बाद भी कहा जाता था कि 'समय बहुत कम है'। पचास साल के बाद भी कहा जाता था कि 'समय बहुत कम है' और आज भी कहा जाता है कि 'समय बहुत कम है'। बात क्या है? आखिर इसका अर्थ क्या है? बाबा का एक ही महावाक्य अलग-अलग समय पर, अलग-अलग परिस्थितियों में अलग-अलग अर्थ देता है। आपने देखा होगा, शब्द एक ही होता है लेकिन सन्दर्भ और परिस्थिति के अनुसार उसका अर्थ बदल जाता है। इसमें कोई शक नहीं है कि समय बहुत ही कम है। जब मैं पहली बार यहाँ आया

था, उस समय मुझे भी कहा गया था कि समय बहुत कम है। मेरे कुछ प्रश्न थे, मैं उनके विषय में पूछना चाहता था। पहले मुझे कुछ बहनों के साथ बिठाया गया। उनके उत्तरों से मैं संतुष्ट नहीं हुआ तो बाबा ने कहा, बच्चे, तुम मम्मा के साथ बैठो, वो ज्ञान-ज्ञानेश्वरी है, सरस्वती मैया है, मुख्य रूप से उसको ज्ञान का कलश मिला हुआ है। उसको ज्ञान की लोरी मीठी है। तुम उनसे बात करो। बाबा

ने मम्मा से कहा, मम्मा, इस बच्चे की बातें सुनना, यह क्या कहता है, आप जवाब देना। तब मैंने मम्मा से कहा था कि मम्मा, सृष्टि कितनी बड़ी है! जनसंख्या कितनी है! हम यह कहते हैं कि परमात्मा जब यज्ञ रचता है तो वह सब बच्चों को आमंत्रण देता है। कोई बाप अपने घर में उत्सव करे, तो उसका फर्ज बनता है कि सब बच्चों को बुलाये। उन दिनों बाबा यह कहते थे कि यह निमंत्रण सबको जाना है। इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय का निमंत्रण गाया हुआ है। उन दिनों कुछ ऐसे साक्षात्कार भी कराये गये थे कि जिनको निमंत्रण नहीं मिले थे, उनको निमंत्रण देने के

कहते हैं यम और संयम दोनों की समानांतर स्थिति है, वो ऐसे कि यम को यामिनी के साथ जोड़ा जाता है और उस समय संयम रखना हथेली पर कपूर जलाने जैसा है। क्योंकि रात्रिकाल में मनुष्य का मन अंधकार मय होता है, वो असमंजस की स्थिति में होता है। सही निर्णय लेना बड़ा मुश्किल लगता है वहाँ, सब कुछ हम भगवान पर छोड़कर कहते अभी समय बहुत है और आनेवाले समय में आप कुछ न कुछ मार्ग तो दिखा ही देंगे। तब तक तो हम मौज मना लें, यही हम कर रहे हैं। सोच रहे हैं कि अभी रात तो बहुत लम्बी है, अभी सवेरा होने में समय है। अरे वंधु! समय ऐसे वीतेगा कि आपको पता नहीं चलेगा और यमराज आ जायेंगे अंतिम विदाई कराने अखियाँ खोलो

लिए किसी रूप में स्वयं भगवान को जाना पड़ा था। ऐसा मुझे बताया गया था। उस बात का बड़ा विस्तार है, उस विषय में मैं नहीं जानता। भाव तो यह है कि मैंने उनसे कहा कि ऐसे साधन कहाँ हैं? जबकि इतना हमारा विरोध हो रहा है, तो हम कैसे सबको बुला सकते हैं? और समय तो बहुत कम है। उस समय भी समय कम था और अब भी कम है। उस समय तो हम समझते थे कि समय

कम तो है लेकिन यह समझकर चलना चाहिए कि 'समय बहुत कम है'। हरेक को अपने व्यक्तिगत समय का तो पता नहीं है। फिर भी मेरा विवेक मुझे यही कहता था कि तीन-चार साल में कैसे भी करके इस दुनिया को संदेश मिल जायेगा और हम सब परमधाम चले जायेंगे। हम अपनी स्थिति को देखते थे, अपने संस्कारों को देखते थे। देवी-देवताओं की परिभाषा, उनकी व्याख्या हमें दी जाती थी कि वे सर्वगुण सम्पन्न, सोलह कला सम्पूर्ण... थे। उसे सुनकर भी हम अपने अन्दर झाँकते थे, हम समझते थे कि इसमें मेहनत की जरूरत है और उसके लिए समय की जरूरत है। परंतु अब हम देखते हैं कि बाबा कहते हैं, समय बहुत कम है, जबकि इतने वैज्ञानिक साधन बन गये हैं जिनसे बहुत जल्दी से सारे संसार में संदेश पहुँचाया जा सकता है। मैं इतना इशारा देना चाहता हूँ कि समय बहुत कम है। चाहे शब्दार्थ में, चाहे भावार्थ में, इसमें कोई संदेह नहीं है कि समय बहुत कम है।

कई बातें सत्य होते भी 'परंतु' शब्द उनके साथ लग जाता है। और कई ऐसी होती हैं कि ये तो निश्चित रूप से सत्य हैं। इनमें कोई संदेह की बात नहीं है। तो यह बात भी आप निश्चित रूप से मन में रखें कि समय बहुत कम है, लेकिन बहुत ही कम है। बाबा भी मुरलियों में बार-बार दोहरा रहे हैं कि बच्चे, अचानक सब कुछ होगा। बाबा बार-बार कह रहे हैं कि 'अचानक' होगा 'एवररेडी' रहे।

पहले की अव्यक्त वाणियों को आप उठाकर देखो, तब भी बाबा कहते थे कि बच्चे, एवररेडी रहते हैं। अब तो बाबा बार-बार दोहराकर कहते हैं। कई दफा कहते हैं कि मैं कह रहा हूँ, बार-बार कह रहा हूँ, कई दफा कह चुका हूँ। इसके बाद यह नहीं कहना कि आपने कहा नहीं। यह बात अलग है कि कान खोलकर हमने सुना नहीं, हम जागे हुए नहीं थे, जब कहा गया था तब हम आधी नींद में थे। कई व्यक्ति ऐसे होते हैं, गाड़ी स्टेशन पर पहुँच जाती है तब तक सोये पड़े रहते हैं, उनसे कहो, स्टेशन आ गया, गाड़ी खड़ी है तो भी वे आधी नींद में होते हैं, सुनते नहीं हैं। जब तक उनके ऊपर के कम्बल को खींचो नहीं, वे उठते ही नहीं। कइयों को ऐसी नींद आ जाती है जो उनको उठाकर भी ले जाओ, उनको पता नहीं रहता कि मुझे कहाँ लेकर जा रहे हैं। -क्रमशः

का आशीर्वाद देते हैं। फिर भी मुख्य बात यह है कि जीवन में भूषण और शालीनता का, ऐसे भावनायुक्त इंसान बनने का आशीर्वाद भाग्य ही किसी को देता है। इसलिए आज ऊँचे शिखरों पर 'कोवे हैं' लेकिन 'गुर्क' नहीं! गिद्ध हैं, चील हैं, लेकिन 'जाटायु' बूढ़ने पर भी नहीं मिलता! शिक्षा को हम वासनाओं की 'रिफाइनरी' कहते हैं, लेकिन शिक्षा मनुष्य को 'रिफाइन' करती है क्या? सभ्यता 'संस्कृति' का लक्ष्य नहीं बनती तो मनुष्य 'शिक्षित' होने से आगे की परिदृष्टि में बौना साबित होता है।



गोवा-पणजी। माननीय मुख्यमंत्री मनोहर पारिकर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ज्ञान चर्चा कर रहे हुए ब्र.कु. शोभा। साथ है ब्र.कु. सुरेखा।



जगन्नाथपुरी। जगद्गुरु शंकराचार्य स्वामी निश्चलानंद सरस्वती जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अनुपमा।



मिरजापुर। उ.प्र. के स्टेट मिनिस्टर कैलाश नाथ चौरसिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्रह्माकुमारी बहन।



गुरुसहायगंज-रामकृष्णनगर। धाना प्रभारी ओ.पी.एस. जी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम।



जगन्नाथपुरी। गजपती महाराजा दिव्यसिंह देव को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. अनुपमा तथा अन्य भाई बहनें।



जयपुर-वनी पार्क। राज. पुलिस एकेडमी में रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी तथा ब्र.कु. उमा।

एक 'मनुष्य की आवश्यकता है' ...! - पेज 2 का शेष...

नहीं बल्कि सर्वगोपनी रूप हो, जिसका हृदय विशाल हो और जो वस्तुओं को एक ही पहलू से नहीं देखता हो, जो खुद के सिद्धांत के साथ समझौता न करता हो फिर भी साधारण समझ-शक्ति को तिलांजली देने वाला हो। ऐसे व्यक्ति को आवश्यकता है जो आडम्बर के बदले सत्य को ज़्यादा पसंद करता हो और स्वयं की सत्यकीर्ति को अमूल्य भंडार समझता हो। जगत एक ऐसे प्रकार का 'मनुष्य' चाहता है, जो सर्व प्रकार से शिक्षित

हों, जिसकी ज्ञान तंतुएँ अत्यंत चैतन्यमय हों, जिसका मस्तिष्क खिला हुआ हो, तीक्ष्ण, विशाल और गंभीर हो। जिसके हाथ कुशल हों, जिसकी आँखों में उजाला हो, ज्ञान और गहराई में जाने की शक्ति चमक रही हो, जिसका हृदय कोमल, विशाल, उदार और सत्यनिष्ठ हो। समग्र विश्व एक ऐसे 'मनुष्य' को अपेक्षा कर रहा है।

आज भी बुजुर्ग खुद की संतानों को, स्नेही जनों को यशस्वी होने का, उज्वल भविष्य



गुवाहाटी-असम। नूनमाती रिफाइन्री ऑफिसर्स क्लब के सदस्यों के लिए आयोजित राजयोग प्रोग्राम के पश्चात् समूह चित्र में डॉ. ए.के. शर्मा, चीफ मेडिकल ऑफिसर, ब.कु. राकेश, ब.कु. मौसमी तथा अन्य।



इस्लामपुर-महा. पुलिस स्टेशन में राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में पुलिस निरीक्षक संजय पाटील, ब.कु. शोभा तथा अन्य।



कापटी। 'प्रकृति संरक्षण' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में ब.कु. राजू को मोमेंटो देकर सम्मानित करते हुए कृषि उत्पादन बाजार समिति के सभापति हुकुमचन्द अमधारे।



नांगल डैम। एम.एस.खुराल, चीफ इंजीनियर, भाखरा डैम को रक्षासूत्र बांधते हुए ब.कु. रीमा।



रेकॉन्गपिओ-हि.प्र.। बौद्ध गुरु टी.के. लोचन जी को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब.कु. सरस्वती।



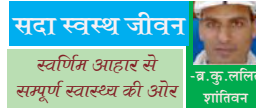
शिवसागर-असम। 'एक्सिलेंसी इन प्रोफेशन' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब.कु. रामनाथ, माउण्ट आबू। साथ ही जनाब मोहम्मद चौधरी, आइ.ए.एस., प्रोजेक्टर डायरेक्टर डी.आर.डी.ए. शिवसागर, ब.कु. रजनी तथा ब.कु. विनोद, तिनसुकिया।

अखाद्य वस्तुएं और उनका शरीर पर प्रभाव

अपनी माँ का दूध अमृत..... दूसरे को माँ का दूध रोग कारक। स्वास्थ्य कारक सर्व गुणों से भरपूर 5 तरह का प्राकृतिक दूध पीजिये-बनाने की विधि आगे लिखी जाएगी।

1. सदियों से 'अमृत' और स्वास्थ्य का प्रतीक माना जाने वाला जानवरों से प्राप्त दूध हमें विभिन्न घातक रोगों में उलझाकर मृत्यु का ग्रास बनाता जा रहा है। कैंसर, हृदय रोग, गठिया, हार्ट अटैक जैसी भयंकर बीमारियों को हमें उपहार के रूप में देता रहा है। भूलकर सपने में भी हमनें आज तक न तो इस स्वास्थ्य नाशक आहार पर संदेह किया, न हम आज तक करने को तैयार हैं।

2. दूध मानव आहार नहीं है। मानव का मूल आहार फल, सब्जी या मेवा व बचपन में अपनी माँ का दूध है। प्रकृति ने हर प्राणी के दूध में वह पोषक तत्व भरे हैं, जो केवल उसकी सन्तान के पाचन, शारीरिक गठन और विकास के अनुकूल हैं। एक-दूसरे के



सदा स्वस्थ जीवन

स्वर्णित्र आहार से

सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर

डॉ. क. ललिता शिवस्तवा

दूध को अदल-बदल कर सिर्फ रोगी हो सकते हैं क्योंकि किसी भी प्राणी का दूध अन्य प्राणी के पाचन के अनुकूल होता ही नहीं है।

3. पशु के तेज़ी से विकास के अनुकूल ही उनके दूध में शीघ्र निर्माण के लिये उच्च कैल्शियम और अन्य सत्व होते हैं। गाय के दूध में 3.55% प्रोटीन और भैंस के दूध में 4.40% प्रोटीन होता है। इतने ऊँचे प्रोटीन के मुकाबले मानव-माता के दूध का प्रोटीन 1.60% निम्नतम होता है। यही उच्च अनावश्यक प्रोटीन, कैल्शियम हमारे शिशुओं और युवाओं के लिये अन्ततः सिर्फ हानिकारक ही साबित होते हैं।

4. पशु दूध में मानव-मस्तिष्क के शीघ्र विकास के लिये जो लेसीथीन नामक तत्व चाहिये वह होता ही नहीं है। यह तत्व केवल मानव दूध में ही प्रकृति ने भरा है। पशु-दूध

वर्तमान पर अतीत की यादों का बोझ न डालें

प्रश्न:- हम दिनभर प्लान भी बनाते हैं तो उसकी संभावना भी रखनी चाहिए।

उत्तर:- संभावना है ही। लेकिन ज्यादा महत्वपूर्ण क्या होता है कि हम हर पल को उस पल के लिए बितायें, उस पल में जीयें। अगर आप इस पल में हैं, वास्तव में यह स्थिरता है, लेकिन जैसे ही आप इस पल को छोड़कर उन दो चीजों पर गये जो आपके कंट्रोल में नहीं है तो आप अशांत हो जाएंगे।

प्रश्न:- अगर इसी पल बहुत कुछ ऐसा हो रहा है, माना, मेरे सामने कुछ ऐसा हो गया, आग लग गयी है या कुछ ऐसा हो गया है। मेरी स्टैबिलिटी....?

उत्तर:- मेरी दृढ़ता समाप्त नहीं होगी। अगर आग लगी भी है और आपका पूरा फोकस इस पर है कि मुझे इसको हैंडल करना है, तो आप अशांत नहीं होंगे। लेकिन अगर मन में ये होगा कि अब क्या होगा, आगे क्या होगा, इससे क्या नुकसान होगा तो हम स्वतः ही अगले मूवमेंट में चले जाते हैं। जिसके कारण हमें ज्यादा नुकसान उठाना पड़ता है। वर्तमान समय में ताकत है हमारे अंदर परिस्थिति का सामना करने की। लेकिन वो ताकत कब खत्म होती है, जब हम अगले पल के बारे में भयभीत होना शुरू कर देते हैं।

जब हम मेंडिटेशन करते हैं तो मेंडिटेशन हमें अपनी माइंड को स्पीड को स्लो डाऊन करने में तथा अवेयर होने में मदद करता है। मेंडिटेशन हमें उन चीजों के ऊपर कंट्रोल करना सिखाता है जिनके ऊपर कंट्रोल किया जा सकता है। यदि कोई उन चीजों को कंट्रोल करने का प्रयास करे जो उसके कंट्रोल में है ही नहीं तो इसका परिणाम क्या होगा? आपको कैसा फील होगा?

पास्ट के बारे में सोचना या भविष्य के बारे में सोचना दोनों ही केस में हम ऐसी चीज के बारे में सोच रहे हैं जो हमारे कंट्रोल में नहीं

है। तो मन की स्थिति कैसी होगी? तो यह स्वतः ही डिस्टर्ब हो जायेगा। लेकिन हमें डीप अवेयरनेस की जरूरत है कि हम कैसे उस पल में रहें। उस पल में हम हैं या नहीं हैं उसका चिह्न है स्थिरता। जैसे ही मन अशांत होने लगा अब क्योंकि इस पूरी श्रृंखला में हम पीछे की ओर जा रहे हैं क्योंकि हम अवेयर नहीं हैं कि कौनसे थॉट क्रियेट हो रहे हैं, तो अब पीछे की ओर चलो। अब जैसे ही मन अशांत हो तो चेक करो कि हम किस बारे में सोच रहे थे, कौन-सी अतीत की बात थी या फिर कौन-सी फ्यूचर की बात थी और फिर मन को प्यार से दोनों जगह से हटाकर वर्तमान समय में ले आये।

पहले हम अतीत को देखते हैं। अगर अतीत के बारे में सोचने से, क्योंकि बहुत बार हमें ये कहा जाता है कि हमारा ये बिलीफ सिस्टम बीती हुई घटना की वजह से ही तो बना है तो हमें अतीत को याद तो रखना चाहिए ना। बीती हुई बातों से हम सीखते हैं तो बीती हुई बातों को हमें याद रखना चाहिए। अगर अतीत को याद रखेंगे तो उससे शिक्षा मिलती है, पास्ट को याद रखेंगे तो फिर धोखा नहीं खायेंगे। पास्ट में धोखा खाया था भूलना नहीं उसको याद रखना ताकि अगली बार धोखा नहीं खायेंगे, ये सब बिलीफ सिस्टम हमारे बीते हुए समय से संबंधित होते हैं।

अब इस बिलीफ सिस्टम को थोड़ा सा चेक करें। पहली बार जब हम पास्ट को याद कर रहे हैं, याद मतलब पुनरावृत्ति कर रहे हैं। हम वास्तव में क्या करने की कोशिश कर रहे हैं। अनप्लेजेंट पास्ट की एक छोटी सी

पीकर मानव का शरीर भी गाय-भैंस जैसा मोटा अवश्य हो सकता है परन्तु स्वस्थ नहीं। 5. जब तक किसी भी प्राणी के शिशु के पूरी तरह दौंत निकल नहीं जाते, वह ठोस आहार खाने योग्य नहीं हो जाता तब तक कुदरत ने हर एक प्राणी के लिये दूध जैसे-अनमोल आहार को व्यवस्था की है। ठोस आहार खाने योग्य होते ही सारे प्राणियों का दूध का स्तनपान हमेशा के लिये समाप्त हो जाता है और जीवन भर, पलटकर फिर कोई प्राणी दूध की ओर देखा तक नहीं है। आदिपुर की रीना बहन, उम्र-36 वर्ष, घुटनों, पीठ, कन्धे, पूरे शरीर में जकड़न आदि से पीड़ित थीं, जो स्वर्णित्र आहार पद्धति से राहत मिली एवं वजन 20 किलो कम हो गया। तो आइये, स्वर्णित्र आहार पद्धति को अपनाकर इन गोली-दवाई-इंजेक्शन-बीमारी-अस्पताल-डॉक्टर-इलाज से मुक्ति पायें और सदा स्वस्थ जीवन का ईश्वरीय जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त करें।

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

बात को याद करने की कोशिश कर रहे हैं। जैसे किसी ने मुझसे अच्छी तरह से बात नहीं की यह एक बहुत बड़ी बात हो सकती है, किसी ने मुझे बिजनेस में धोखा दिया, किसी ने मुझे रिश्तों में धोखा दिया, पास्ट को इन बातों से हमारे परिवार में छोटी से बड़ी बात तक हो सकती है। जब हम पास्ट को दोहराते हैं मन से या अपनी बात-चीत के दौरान, तो हम देखते हैं कि हमारी बातचीत में बहुत बार वो बातें होती हैं जो बीत चुकी होती हैं।

प्रश्न:- हमेशा ही हमारा वर्तमान बनता जा रहा है।

उत्तर:- हमारा वर्तमान बनता जा रहा है। अब क्या हो रहा है जैसे मैं आपसे बात कर रही हूँ। समर्थन अबाउट हेपेन विद मी। फिर आपको पता है उन्होंने क्या किया, उन्होंने ऐसा बोला... उन्होंने ऐसा बोला आपको लगता है ना कि उनको ऐसा नहीं करना चाहिए था। लेकिन देखो कि मैं बीती हुई घटना को दुहरा रही हूँ। और बोलते-बोलते मैं अंदर भी सोच रही हूँ और आपको भी सुना रही हूँ। बोलते-बोलते जो मेरे अंदर गुस्सा, दुःख, वो रिजेक्शन ये सारे जो इमोशन क्रियेट होते हैं यह उसका प्रतीक है कि मैं अभी भी उनके उस व्यवहार को, उनके उन शब्दों को, कंट्रोल करने की कोशिश कर रही हूँ। उनको ऐसा नहीं करना चाहिए था। यह मेरा बिलीफ सिस्टम है। उनको ऐसा नहीं बोलना चाहिए था, उनको ऐसा नहीं करना चाहिए था, तो मैं उन चीजों को नियंत्रित करने की कोशिश कर रही हूँ जो कि मेरे नियंत्रण में हैं ही नहीं। पहली बात तो मैं किनाता भी बोली कि उनको ऐसा नहीं बोलना चाहिए था तो यह मेरे कंट्रोल में नहीं है। दूसरी बात की वो दृश्य तो बहुत पहले पास हो चुका है। अब उसके बारे में सोचने या बोलने से कुछ होने वाला नहीं है।

-क्रमशः



डॉ. क. शिवानी

समर्पण का दूसरा नाम प्रेम

प्रेम समर्पण है, प्रेम है पूजा। प्रेम के रंग सा न रंग कोई दूजा।।

प्रेम में जो जिए वो जीना भी तो क्या है।
प्रेम के रंग का तो अपना पञ्जा है।।

एक कवि की कल्पना में यह बात सामने आई कि क्या हम प्रेम, प्यार, इश्क और मोहब्बत को एक साथ जोड़कर देख सकते हैं? वो अपने आप में ही जैसे असमजस की स्थिति में है! सोचता है कि अगर मैं एक साथ इसको जोड़ू तो क्या इसके सच्चे अर्थ के साथ मैं न्याय कर पाऊँगा? शायद नहीं। क्योंकि सूफ़ी भक्ति धारा से लेकर निर्गुण भक्ति धारा तक सभी ने अपने-अपने ढंग से इसे परिभाषित किया है। सभी प्रेम को अलग दृष्टि से देखते हैं और इश्क और मोहब्बत को अलग दर्जे के साथ जोड़ते हैं। तो अब मैं इस कवि की कल्पना को कुछ अपने अनुभवों के आधार से तथा कुछ शाखगत, काव्यगत उक्तियों के आधार से अनुभव के धरातल पर लाकर सबके समक्ष इसकी सही उपमा के साथ जोड़ना चाहूँगा।

हिंदी के एक बहुत सुंदर कवि ने कहा कि प्रेम, प्यार, इश्क और मोहब्बत अलग-अलग अर्थ रखते हैं। इसे परिभाषित करते हुए कहा कि प्रेम समर्पण का नाम है, प्रेम पूजा की तरह है जिसमें कुछ लेने की इच्छा नहीं हो, सिर्फ देने की हो उसे प्रेम का नाम दे सकते हैं। प्यार के लिए कहना था कि प्यार में एक चाहत होती है जो जिस्मानी होती है। इसीलिए आज का प्यार अल्पकालिक है क्योंकि सभी बाहरी आवरण से प्यार करते हैं। अगर ये चाहत नहीं होती तो जब कोई शरीर जीर्ण अवस्था में पहुँचता है तो लोग उसे छोड़ दूसरे पर क्यों आकर्षित हो जाते हैं? यही आकर्षण है जो चाहत को इंगित करता है। इश्क की भाषा को उन्होंने मौन कहा, ये कहते हुए कि इश्क किया जाता है बताया नहीं जाता। मोहब्बत छोटे बच्चों से की जाती है। ये तो हो गई उसकी कल्पना या फिर उसके अनुभव या फिर आत्म मंथन, कि शायद यही परिभाषा सर्वथा उचित है। लेखक भी यही कह रहा है कि कवि की कल्पना में हकीकत है। अब मैं प्रेम को आपके सामने गहराई से रखता हूँ। प्रेम एक बहुत सुंदर अनुभूति है जो इस संसार को रहने लायक बनाती है। उदाहरण के लिए जैसे ईंट, लोहा, रेत और मार्बल को जोड़ने का काम सीमेंट करता है वैसे ही मानव को मानव से जोड़ने का काम प्रेम का है। सच्चा प्रेम निःस्वार्थ होगा, आत्मिक होगा, देने के भाव से जुड़ेगा। कई बार लोग प्रेम को भी अलग-अलग रंग देते हैं, अलग-अलग नाम देते हैं। इसको परिभाषित अगर किया जाए तो इसके कई पहलू निकलकर सामने आएंगे। पहला, स्वयं से प्रेम, स्कूल से प्रेम, सहपाठी से प्रेम, परिवार से प्रेम, प्रकृति से प्रेम, देह से प्रेम, प्रभु से प्रेम आदि आदि।

यदि किसी से पूछा जाए कि आप स्वयं से प्रेम करते हैं तो ज़्यादातर उन्हें समझ नहीं आता कि स्वयं से प्रेम का क्या मतलब है। स्वयं से प्रेम का मतलब है अपनी विशेषताओं

से प्यार करना, जैसे मैं जल्दी उठता हूँ, मैं रोजाना मंदिर जाता हूँ, मुझमें बहुत सारी विशेषताएँ हैं।

प्रेम एक आकर्षण की शक्ति है, यह लोगों को वो जैसे हैं वैसे ही स्वीकार करने की प्रेरणा देता है। यह सार्वभौमिक है, अर्थात् सीमाओं से परे है। अगर आप किसी से प्रेम करते हैं तो आप कह सकते हैं कि मैं वह सबकुछ चाहता हूँ जो उनके लिए अच्छा है। अगर मैं प्रेम करने वाला व्यक्ति हूँ तो मैं दूसरों से वैसे ही व्यवहार की अपेक्षा रखूँगा जैसा मैं दूसरों से करता हूँ। इसके अलावा परमात्मा की बनाई हर चीज़ से मुझे प्यार होगा।

यहाँ चार तरह के भ्रम की स्थिति बनती है कि लोगों को लगता है कि किसी इच्छा से जुड़ना किसी से या अपने बच्चे से प्यार करना या देह से प्यार करना आदि प्रेम ही है, लेकिन यह गलत है।

1. इच्छा रूप में भूल - जैसे कोई कहता है कि मैं तुमसे प्रेम करता हूँ तो कोई ज़रूरी नहीं है कि वाकई आपसे प्रेम करता है। इसका अर्थ है कि मैं तुम्हें चाहता हूँ, मैं तुम्हारे साथ रहना चाहता हूँ, वैसे ही दूसरा भी कहना कि मैं भी तुम्हें बहुत प्रेम करता हूँ, अर्थात् मैंने तुम्हें पालिया है। परंतु सच्चा प्रेम ना ही चाहता है और ना ही प्राप्त करता है, वो तो पूर्ण है, वो सिर्फ देने की मंसा से जुड़ना चाहता है न कि प्राप्त करने की। आज यही हो रहा है, यदि यह प्रेम होता तो आज पति-पत्नी के सम्बन्धों में दूरियाँ नहीं आतीं, वे हमेशा साथ रहते और सम्मान के साथ रहते।

2. लगाव के रूप में भूल - कई बच्चे कहते हैं कि मैं अपनी माँ से बहुत प्रेम करता हूँ। अगर उससे पूछा जाए कि क्यों? तो कहेंगे कि मम्मी बहुत स्वादिष्ट खाना बनाती हैं इसलिए मैं उसे प्रेम करता हूँ। अब ये प्रेम नहीं लगाव है। यदि भोजन स्वादिष्ट नहीं है तो प्रेम नहीं है। यह किसी अन्य कारण से लगाव है जो समय प्रति समय भय पैदा करेगा कि अगर खाना ठीक नहीं बनेगा तो मन ठीक नहीं रहेगा। इसको लगाव द्वारा बिगाड़ा गया प्रेम कहते हैं।

3. निर्भरता के रूप में भूल - अगर कोई आपको हमेशा सबकुछ उपलब्ध कराता है

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

तो आप उसके ऊपर निर्भर हो जाते हो और उसे भी प्रेम का नाम देते हो। जैसे जो लंच पैकिंग या फिर व्यवस्थित रूप से सामान आदि रखने के कारण मैं उनसे बहुत प्रेम करता हूँ। इसका अर्थ वो सामान ठीक ना रखे तो प्रेम नहीं होगा। प्रेम कभी निर्भर नहीं होता। यह निर्भरता नुकसान पैदा करता है।

4. पहचान के रूप में भूल - कोई कहता है कि मैं अपने राष्ट्र या देश से प्रेम करता हूँ, यह भी प्रेम नहीं है बल्कि यह एक पहचान है अपनी राष्ट्रियता के साथ। मैं आपको बता दूँ कि प्रेम किसी चीज़ के साथ अपनी पहचान नहीं करता है क्योंकि स्वयं की कोई राष्ट्रियता नहीं होती। जैसे ही हम किसी चीज़ (व्यक्ति, वस्तु अथवा नाम) को हम नहीं हैं के साथ स्वयं को जोड़ते हैं या पहचान करते हैं तो वही से हमारा ईगो या अहम् जन्म लेता है। उदाहरण के लिए जैसे आप कहते हैं कि मैं एक डॉक्टर हूँ, मैं इंजीनियर हूँ, मैं समाजसेवक हूँ। अरे भाई! डॉक्टर, इंजीनियर या समाजसेवक का पद आप एक नियमित अंतराल के बाद प्राप्त किया जो समयानुसार खत्म हो जाएगा। आप चलो चालीस साल, पचास साल डॉक्टर या इंजीनियर रहेंगे, इसके बाद तो आप एक आम नागरिक हैं। बस यही भूल आपको तकलीफ देती है और ताउम्र एक लेबल चिपका लेते हैं कि मैं रिटायर्ड डॉक्टर हूँ और उसी भूमिका में अपने आप को मानते हैं। अब जो आपको जानता है वो तो कह देगा, और डॉक्टर साहब आम ठीक हैं, आपका हालचाल पूछ लेगा और जो नहीं जानता वो तो एक आम इंसान ही मानेगा आपको। इसलिए आपको दर्द होता है कि उसने मुझे डॉक्टर, इंजीनियर नहीं बोला। आप एक सुंदर सी आत्मा हैं और आत्मा ने शरीर से ये सबकुछ एचीव किया है। इस एचीवमेंट को आप खुद की पहचान मान लेते हैं, जिससे आपको दर्द होता है।

प्रेम स्वयं को बिना शर्त देने से, निःस्वार्थ दया के कार्यों से, बिना शर्त क्षमादान देने से या असौम्य कृपा से प्राप्त होता है। इरादतन 'प्रेम' प्रेम नहीं है क्योंकि प्रेम को कारण की ज़रूरत नहीं है। उपरोक्त सारी बातें जो आपको बताई गईं ये सारी ज़रूरत की संतुष्टि है। जब प्रेम पूरा होता है तो कोई ज़रूरत नहीं होती। तो यह बात समझ गये होंगे आप कि आज कोई किसी से प्रेम नहीं करता, सिर्फ चाहत रखता है।

अगर मैं कहूँ कि आप स्वयं से प्रेम करते हैं? तो आप कहेंगे हाँ और आप दर्पण में दोहराते रहो कि मैं अपने आप से बहुत प्यार करता हूँ तो कभी परिवर्तन नहीं होगा क्योंकि जो चेहरा आप दर्पण में देख रहे हैं वो एक नकाब है और वो प्यार शरीर से हो जाएगा। बाद में वो लगाव में बदल जाएगा। स्वयं से प्रेम का मतलब है कि मैं आत्मा जन्मजात प्रेम स्वरूप हूँ, मुझे किसी से भी प्रेम मांगने की ज़रूरत नहीं है, मैं मूल रूप से प्रेम के रंग में रंगी हुई आत्मा ही तो हूँ। ये सच्चा प्रेम है।

अगर मैं कहूँ कि आप स्वयं से प्रेम करते हैं? तो आप कहेंगे हाँ और आप दर्पण में दोहराते रहो कि मैं अपने आप से बहुत प्यार करता हूँ तो कभी परिवर्तन नहीं होगा क्योंकि जो चेहरा आप दर्पण में देख रहे हैं वो एक नकाब है और वो प्यार शरीर से हो जाएगा। बाद में वो लगाव में बदल जाएगा। स्वयं से प्रेम का मतलब है कि मैं आत्मा जन्मजात प्रेम स्वरूप हूँ, मुझे किसी से भी प्रेम मांगने की ज़रूरत नहीं है, मैं मूल रूप से प्रेम के रंग में रंगी हुई आत्मा ही तो हूँ। ये सच्चा प्रेम है।

अपको हमेशा सबकुछ उपलब्ध कराता है



शिमला-हि.प्र.। मुख्यमंत्री माननीय वीरभद्र सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता।



जबलपुर-म.प्र.। एस.एस. तोमर, वाइस चांसलर, जवाहर लाल नेहरू कृषि विश्व विद्यालय को राखी बांधने के पश्चात् आत्म स्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. गीता।



नरसिंहपुर-म.प्र.। सी.ई.ओ. कौशलदेन्द्र विक्रम सिंह को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कुसुम।



अमरावती-महा.। महा नगरपालिका आयुक्त डोंगरे साहब को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सीता, क्षेत्रीय संचालिका। साथ हैं ब्र.कु. भारती व ब्र.कु. शिरभाते।



आजमगढ़। एस.एस.पी. दिनेशचन्द्र दुबे को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रंजना।



गोला गोकर्ण नाथ। विधायक विनय तिवारी को राखी बांधते हुए ब्र.कु. सुनीता।

चिंतन, चेतनता और चिंता

— ब्र. कु. शांभिका, शांतिवन



पुणे-मंगलवार पेठ। महा. के मुख्यमंत्री माननीय पृथ्वीराज चौहान व कार्यकर्ता सदानंद शेठ्टी को राखी बांधते हुए ब्र. कु. रेणुका।



वणी-चंद्रपुर(महा.)। डॉ. बी.बी. चोपणा, एक्स डायरेक्टर, टेक्निकल एज्युकेशन महा. व पूर्व अध्यक्ष, आई.एस.टी.ई. को राखी बांधते हुए ब्र. कु. कुसुम। साथ है ब्र. कु. कुन्दा।



देओबंद। विश्व विख्यात शायर व चेयरमैन, उर्दू एकेडमी उ.प्र. सरकार जनाब डॉ. नवाज देओबन्दि को राक्षासूत्र बांधते हुए ब्र. कु. संगीता।



इन्दौर-कालानी नगर। एयरपोर्ट डायरेक्टर आर.एन. शिंदे को राखी बांधते हुए ब्र. कु. जयन्ती।



मुजफ्फरपुर-विहार। जन्माष्टमी के शुभ अवसर पर उपस्थित है एच.एल. गुप्ता, श्रीमती शालिनी, प्रिन्सीपल, तक्षशाला स्कूल, ब्र. कु. रानी, डॉ. वंदना विजयलक्ष्मी, डॉ. माधुरी सिंह, ब्र. कु. सविता तथा बच्चे।



नोहर-राज। जन्माष्टमी के उपलक्ष्य पर चैतन्य झाँकी का उद्घाटन करते हुए थाना प्रभारी धंवर लाल, ब्र. कु. लक्ष्मी, ब्र. कु. कमला तथा अन्य।

आज यदि मनुष्य को सुख, स्वास्थ्य तथा सफलता की प्राप्ति नहीं हो पा रही है तो इसका सबसे बड़ा कारण उसकी स्वयं की चिंता है। आज प्रत्येक व्यक्ति किसी न किसी चिंता से ग्रसित है, जो आज के समाज का एक अंग बन चुकी है। आज जैसे-जैसे लोगों को सभी सांसारिक वस्तुओं की प्राप्ति सहज होती जा रही है वैसे-वैसे साथ ही उसकी चिंता भी बढ़ती जा रही है। जिससे प्रत्येक व्यक्ति के जीवन में अनेक प्रकार की कठिनाइयाँ तथा समस्याएँ उत्पन्न हो गई हैं, परंतु चिंता करने से कोई भी व्यक्ति किसी भी कठिनाई या समस्या का कभी कोई हल प्राप्त नहीं कर पाया है। चिंता करने से कठिनाइयाँ एवं समस्या और ही बढ़ती हैं कम नहीं होती। आज हमारी चिंता का सबसे बड़ा कारण दूसरों के ऊपर हमारी निर्भरता है। जब तक व्यक्ति अपनी आवश्यकताओं की पूर्ति के लिए स्वयं पर निर्भर था तब तक चिंताओं ने उसे नहीं घेरा था परंतु दूसरों के ऊपर निर्भरता ने उसे चिंताओं के चक्रव्यूह में डाल दिया है। यहाँ तक कि आज अपनी मूलभूत आवश्यकताओं के लिए भी हम

दूसरों पर निर्भर हैं, भोजन, कपड़ा, मकान, बिजली, पानी इत्यादि भी हमें बिना दूसरों के सहयोग के प्राप्त नहीं हो सकते इसलिए हमारी चिंता भी बढ़ रही है। चिंता हमारे जीवन के प्रत्येक पहलू पर प्रभाव डालती है। जिसके परिणामस्वरूप हमारे व्यक्तित्व, सामाजिक, व्यावसायिक सभी संबंध बिगड़ जाते हैं। आज हम आवश्यकता से अधिक सुख-सुविधा तथा विलासिता को सामग्री जुटाने में लगे रहते हैं तथा इसकी होड़ चिंताओं को जन्म देती है। सभी भली-भांति जानते हैं कि व्यक्ति की आवश्यकताएँ जितनी अधिक बढ़ती जाएंगी, जितना वह आराम पसंद और विलासी बनता जाएगा उतना ही उसकी चिंताएँ भी बढ़ती जाएंगी।

चिंता सफलता की दुश्मन

चिंता या टेन्शन नैचुरल नहीं है बल्कि हम ही इसके रचयिता तथा पालनकर्ता हैं। हम सभी जानते हैं कि चिंता एक विनाशकारी आदत है फिर भी इससे मुक्त होने का कोई प्रयास नहीं करते। व्यक्ति जब चिंता में डूबा रहता है तो न ही अपनी परेशानियों का हल ढूँढ पाता है और न ही समीप आई सफलता को ही देख पाता है। वह सफलता के सुनहरे अवसरों को चिंता की बलि चढ़ाता जाता है। चिंता करने से उसकी परेशानियाँ जिनकी वह

चिंता कर रहा होता है वह कम होने के बजाय कई गुणा बढ़ती जाती हैं। चिंता के कारण व्यक्ति के संबंध परिवार के सदस्यों से, कार्यालय के सहभागियों से, पड़ोसियों से तथा रिश्तेदारों से बिगड़ते जाते हैं जिसका परिणाम होता है कि उसके जीवन में कटुता आ जाती है। वह सभी के साथ कटु व्यवहार करने लगता है उसके जीवन की मधुरता लुप्त होने लगती है। जिस समय व्यक्ति को अपने शक्तियों की, अपनी बुद्धिमत्ता की, परिवार एवं संबंधियों के साथ की तथा उस चिंता से मुक्त होने के लिए कुछ उपाय करने की आवश्यकता होती है उस वक्त वह सब कुछ त्यागकर, भूलकर कर्महीन होकर बैठ रहता है। जबकि उसको कठिनाइयों के वक्त

है लेकिन स्वयं को उसके अनुकूल बनाने के लिए कहीं अधिक बुद्धिमानी, संयम और कुशलता की आवश्यकता पड़ती है। हम अपने परिवार में भी देखें तो यदि किसी के साथ हमारे संबंध ठीक नहीं हैं तो उनसे लड़ना-झगड़ना, उनका सामना करना तो आसान है परंतु उनके अनुसार स्वयं को ढाल लेना थोड़ा मुश्किल लगता है तो इससे सिद्ध है कि परिस्थितियों के अनुसार स्वयं को ढालना कमजोरी एवं कायरता की निशानी नहीं है। हमें अपने जीवन की बदलती हुई परिस्थितियों के अनुसार अपने व्यक्तित्व में परिवर्तन करते रहना चाहिए।

जीवन है खेल का मैदान

यदि हम अपने जीवन को संघर्षपूर्ण मानने के बजाय खेल का मैदान समझें तो जीवन जीना कहीं अधिक सरल हो जाएगा और कई परेशानियाँ तो अपने आप ही समाप्त हो जाएंगी। खेल समझने से हम चिंता करने को आदत से भी मुक्त हो जाएंगे। जीवन को हम सुख, शांति, प्रेम एवं उत्साह के साथ भी जी सकते हैं और चिंता, निराशा, नीरसता के साथ भी जी सकते हैं चुनाव केवल हमारे हाथ में है।

अपने जीवन में सुख-शांति, सफलता, स्वास्थ्य आदि की प्राप्ति के लिए हमें चिंताओं को त्यागना ही होगा क्योंकि ये बिना चिंता की मुक्ति के संभव नहीं। चिंता से मुक्त होने के लिए कुछ बातों पर ध्यान देना आवश्यक है:-

1. यदि आरंभ में अंदर से संभव न भी हो तो बाहर से स्वयं को प्रसन्न रखने का प्रयत्न करें।
2. कोई आपसे कितनी ही कड़वी बात कहे आप उसकी बात को हंसी में टाल दें उसे अंदर तक न जाने दें।
3. अपनी परेशानियों को बार-बार किसी के आगे या स्वयं के मन में न दोहराएँ इससे परेशानियाँ और शक्तिशाली होती जाएंगी।
4. अपना स्वभाव मधुर बना कर रखें, चिड़चिड़ापन न आने दें।
5. सभी के प्रति शुभ-भावना एवं शुभ-कामना रखें, किसी के प्रति अशुभ विचार या अहित को भावना न लाएँ।
6. भय, फिक्र आदि नकारात्मक विचार आते ही अपने मन को सकारात्मक विचारों से भरे ताकि आपके मन में शांति एवं प्रसन्नता के भाव उत्पन्न हों।
7. क्रोध, ईर्ष्या जैसे दुर्गुणों से बचकर रहें, उन्हें अपने मन में स्थान न लेने दें।

हम चाहें तो निरंतर प्रयास द्वारा अपनी चिंता करने की आदत को बदल सकते हैं और इस परेशानी से मुक्त होकर अपना जीवन आनंद और प्रेम के साथ जी सकते हैं, अन्यथा हमें यह सदैव ध्यान रखना चाहिए कि चिंता और चिंता में केवल एक विंदी का ही अंतर होता है, यदि चिंता की आदत हमें नहीं छोड़ी तो यही चिंता हमारी चिंता को तैयार करने का साधन बनेगी। चिंता में पड़कर वैसे भी व्यक्ति चिंता की आग में निरंतर जलता ही रहता है। उसका चिंत कभी शांत नहीं होता, वह अपना पूरा जीवन निराशा में ही व्यतीत कर लेता है।

बिबुल चिंता नहीं करनी चाहिए ताकि वह शांत मन एवं बुद्धि के साथ उन कठिनाइयों एवं समस्याओं का सामना कर सके।

स्वयं की मनोवृत्ति चिंता

का कारण

हमारी चिंता को दूर करने की शक्ति किसी बाहरी तत्व में नहीं है। जब तक हम इस ओर स्वयं प्रयास न करें तब तक हम चिंताओं से घिरे ही रहेंगे। चिंताओं से मुक्त होने के लिए हम सदा दूसरों को या अपने आस-पास की परिस्थितियों को बदलने का प्रयास करते रहते हैं परंतु हम चाहकर भी ऐसा नहीं कर सकते। इसलिए आवश्यक है कि हम स्वयं की धारणाओं को बदलें। हम कितना ही प्रयास कर लें लेकिन बाहर की परिस्थितियों को बदलने का सामर्थ्य हमारे भीतर नहीं है हम केवल स्वयं को बदल सकते हैं और सभी चिंताओं से मुक्त होने का यही एकमात्र उपाय है।

खुद को परिस्थितियों के अनुसार ढालना कायरता नहीं

कई व्यक्ति ऐसा मानते हैं कि अपने आप को परिस्थितियों के अनुसार ढाल लेना कमजोर होने की निशानी है परंतु यह सोचना पूर्णरूप से गलत है। परिस्थितियों से लड़ना आसान



शांतिवन। ब्र. कु. नीता, फैजाबाद को राक्षासूत्र दिल्ली-वसंत विहार। मनसूख भाई वसावा, स्टेट मिनिस्टर, ट्राइबल अफयर्स को राक्षासूत्र बांधते हुए ब्र. कु. क्षीरा। साथ है ब्र. कु. सोम्या।



मुखर्डी-थाणे। उद्योग मंत्री नारायण राणा को राक्षासूत्र बांधते हुए ब्र. कु. मोना। साथ है ब्र. कु. कंचन।

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

स्वमान - मैं यूनिवर्स को पावन बनाने वाली सतोप्रधान आत्मा हूँ।

शिवभगवानुवाच - मेरे आंसेट वो बच्चे हैं जो यूनिवर्स को पावन बनाने की सेवा करें। तुम बच्चों को अपनी सतोप्रधान वृत्ति से प्रकृति के पांचों तत्वों एवं सर्व आत्माओं को सतोप्रधान बनाने के लिए पावरफुल वायब्रेशन्स फैलाने है।

अव्यक्त अनुभव - (1) मैं सतोप्रधान आत्मा हूँ...समस्त ब्रह्माण्ड कर्णों के माध्यम से एक-दूसरे से जुड़ा हूँ...मैं यदि अपनी इस देह रूपी प्रकृति के सम्पर्क में हूँ तो ब्रह्माण्ड के अंतिम कण के भी सम्पर्क में हूँ...सम्पूर्ण प्रकृति से जुड़ा हुआ हूँ...मैं प्रकृति के पांचों तत्वों को सम्मुख उनके उसी रूप में देख रहा हूँ...जब मैं पृथ्वी कहता हूँ तो मेरा यह सम्पूर्ण शरीर भी पृथ्वी के सेल्स में परिवर्तन हो जाता है और सम्पूर्ण प्रकृति से जुड़ जाता है...अब मैं सतोप्रधान आत्मा, पवित्रता के सागर महाज्योति से बुद्धि

द्वारा जुड़ उससे पवित्रता को अपार किरणों स्वयं में प्रवाहित होती अनुभव करती हूँ और मेरे द्वारा यह किरणें सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड के पृथ्वी तत्व तक पहुँच उन्हें पावन बना रही हैं...इसी प्रकार आकाश तत्व को अपनी देह सहित सम्पूर्ण ब्रह्माण्ड में फैले देखा हूँ...उस विराट पोलार में मैं स्वयं को आत्मा रूप में स्थित देखा हूँ...इसी प्रकार वायु तत्व, जल व अग्नि तत्व को इमर्ज कर उन्हें भी पावन सतोप्रधान बना रहा हूँ...।

(2) मैं सतोप्रधान आत्मा अपने सम्मुख सम्पूर्ण ग्लोब को इमर्ज करता हूँ...सभी आत्माएँ सितारों की तरह प्रकाशित हैं...सभी आत्मा रूपी सितारों को पवित्र वायब्रेशन्स दे रहा हूँ...उन्हें सतोप्रधान बनने की प्रेरणा दे रहा हूँ...सभी को मायाजीत बनने का वरदान दे रहा हूँ...पांच विकारों से मुक्त कर रहा हूँ...।

लेखन के लिए टॉपिक - 1. यूनिवर्स की सेवा करने के लिए विभिन्न वॉज्जन् चिन्तन व योगाभ्यास से निकालें 2. सतोप्रधान अवस्था की विशेषताओं को लिखें। 3. सतोप्रधान अवस्था न बन पाने के कारण क्या है?

तीव्र पुरुषार्थियों के लिए प्रेरणाएं - हे सतोप्रधान आत्माएँ! कितना अतीन्द्रिय सुख व परमानंद है सतोप्रधान अवस्था में। संगमयुग का बहुत थोड़ा समय मिला है इस सुख को अनुभव करने के लिए। सतयुग में तो हम हैं ही नेचुरल सतोप्रधान स्थिति में, पर इस अवस्था के सुख व महत्व का ज्ञान तो इस समय ही है। तो आइये अब यह दृढ़ संकल्प कर लें कि इस अवस्था से मुझे कोई भी बात नहीं हिला सकती, अब मुझे कोई भी पेपर डिगा नहीं सकता। बस अब थैरियम हो जाना है।



ओमकारेश्वर। महाप्रबंधक जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शक्ति,खांडवा सेवाकेन्द्र संचालिका।



देववंद-गुज्जरवाड़ा। सी.ओ. सुरेश कुमार सिंह व उनकी धर्मपत्नी को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगत भेंट करते हुए ब्र.कु. सुधा।



कच्छ-नखत्राणा। डी.वाय.एस.पी. चिंतन तैरया व पी.एस.आई. ए.एम. राठोड को राखी बांधते हुए ब्र.कु. किरण।



मोगा। चीफ ज्युडिशियल मजिस्ट्रेट को राखी बांधते हुए ब्र.कु. संजीवनी। साथ हैं अन्य ब्र.कु. भाई।



सिरसा-शांति सरोवर। जिला एवं सत्र न्यायाधीश कुलदीप जैन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बिन्दू।



मुम्बई-सांता क्रूज़। पंच भूषण डॉ. रामाकांत पण्डा,कार्डियक सर्जन व एशियन हार्ट इंस्टीट्यूट के वाइस चेयरमैन व मैनेजिंग डायरेक्टर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मीरा तथा ब्र.कु. तपस्वीनी।

स्वमान - मैं साक्षात्कारमूर्त आत्मा हूँ।

शिवभगवानुवाच - साक्षात्कार, सम्पूर्ण और सम्यन् आत्मा का होता है। जब आप बच्चें साक्षात्कार मूर्त, सम्यन् बाप समान बन जायेंगे तो आपको कहने की आवश्यकता नहीं रहेगी, स्वतः ही आपका साक्षात्कार उनको और उनका साक्षात्कार आपको

होगा। जैसे आपने अंतिम समय में साकार मात-पिता की स्टेज देखी -सबके बीच में होते, प्रकृति के बंधन में होते हुए भी न्यारे-प्यारे लगते थे, सबको दूर से ही साक्षात्कार होता था। सब अव्यक्त स्थिति में ऑटोमेटिकली स्थित हो जाते थे। उनको

सूक्ष्मवतन का, परमधाम का, नई दुनिया का अनुभव हो जाता था। तो आप बच्चे भी जब साक्षात्कार मूर्त, साक्षात बाप समान बन जायेंगे तो समझो प्रत्यक्षा हुई कि हुई।

अव्यक्त अनुभव - (अ) अंतिम समय का दृश्य इमर्ज करें...सभी आत्माएँ एक साथ वापिस जा रही हैं...बाबा-मम्मा आगे-आगे, उनके पीछे सभी दादियाँ और ढेर सारी आत्माओं का समूह, एक-दो के पीछे-पीछे बारात की तरह सूक्ष्मवतन से होते हुए मूलवतन की ओर जा रहे हैं।

(ब) अपने सम्पूर्ण फरिश्ते स्वरूप को देखें...पवित्रता, शांति आदि दिव्य गुणों से सम्यन् लाइट के कार्ब में अपने सम्यन् स्वरूप को देखें...सभी ब्राह्मण आत्माएँ, भक्त आत्माएँ आपके उस स्वरूप को देख हर्षित हो रही हैं...सभी को आप फरिश्ते से पवित्रता, सुख, शांति, आनंद की अनुभूति हो रही है...सभी आपकी लाइट से बहुत हल्केपन का अनुभव कर रहे हैं।

लेखन के लिए टॉपिक - 1. मायाजीत, प्रकृतिजीत व कर्मन्द्रिय जीत कैसे बनें 2. ब्रह्मा बाबा किन धारणाओं व किस पुरुषार्थ के आधार पर सम्यन् सम्पूर्ण बने, उसका मनन करें?

तीव्र पुरुषार्थियों के लिए प्रेरणाएं - हे तपस्वी आत्माओं! हम सभी के सम्यन् व सम्पूर्ण स्वरूप का संसार की सभी दुखी व अशांत आत्माएँ व तमोप्रधान प्रकृति इंजकार कर रही है...। वे इतजार कर रही हैं कि हम सभी पुण्य आत्माओं का ताकि उनके दुख दूर हो सकें और वे मुक्ति-जीवनमुक्ति की अंचली प्राप्त कर सकें। हम सभी विश्व की आत्माओं के पूर्वज हैं...हमारे सतोप्रधान वायब्रेशन्स से ही सर्व आत्माएँ व प्रकृति भी सतोप्रधान बन जाएंगी। तो आइये हम उस स्थिति तक पहुँचने के लिए तीव्र पुरुषार्थ की अमान तेज़ करें।

वेब वर्ल्ड ब्रह्माकुमारीज़



BRAHMA KUMARIS
Web World

www.brahmakumaris.org

www.brahmakumaris.org,

ब्रह्माकुमारीज़ की एक अंतर्राष्ट्रीय वेबसाइट है जिसपर एक क्लिक से आप संस्था के इतिहास से लेकर आज वर्तमान समय तक के सभी कार्यों से परिचित हो सकते हैं। यदि आप मेडिटेशन सीखना चाहते हैं तो आपको यहाँ पर इसकी विधि तथा स्वयं की पहचान प्राप्त करने के लिए कई कामेंट्रीज़ प्राप्त होंगी। इसमें एक ईज़ी सर्व टैब है जो आपको अपने नज़दीकी सेंटर्स से अवगत करायेगा जिससे आपको संस्था से जुड़ने में सुविधा होगी।



इस वेबसाइट पर आप संस्था के फाउण्डेशन कोर्स, पाँजीटिव थिंकिंग कोर्स, स्ट्रेस फ्री लिविंग सेमिनार्स आदि का भी लाभ ले सकते हैं जो आज की भागदौड़ भरी जिन्दगी में बहुत आवश्यक है। यह वेबसाइट आपको राजयोग मेडिटेशन द्वारा अपना जीवन सुंदर बनाने वाले लोगों के अमूल्य अनुभवों से भी अवगत करायेगी।

तो आइये www.brahmakumaris.org से जुड़कर सकारात्मक सोच की ओर अपने कदम बढ़ायें और अपने जीवन से जुड़े सभी प्रश्नों के उत्तर प्राप्त कर जीवन को सही दिशा दें।

वास्तविकता को जानें और निर्भय होकर कर्तव्य करें

जब युद्ध के मैदान में अर्जुन हतोत्साहित हो जाता है तथा मन को सही दिशा में ले जाने के लिए मार्गदर्शन की आवश्यकता महसूस होती है, ऐसे समय पर उसे आशा की किरण दिखाई पड़ती है और वो देखता है कि स्वयं परमात्मा मार्ग निर्देशन देने के लिए उपस्थित हैं। उसकी सत्ता, आस्था दशांती है। वे मनुष्य के मन को भ्रमित करने वाले अनेक प्रश्नों का उत्तर देते हैं और ये सत्य ज्ञान देते हैं कि तुम शरीर नहीं 'आत्मा' हो, देह से भिन्न, सूक्ष्म शक्ति, चैतन्य शक्ति आत्मा हो। फिर भगवान आत्मा का ज्ञान देना प्रारंभ करते हैं। ये शरीर कर्म करने का एक क्षेत्र है, जिसमें बोया हुआ भले और बुरे कर्म का बीज संस्कार रूप में सदैव उगता है। दस इंद्रियों के क्षेत्र का ये विस्तार है और प्रकृति से उत्पन्न तीन गुणों से (सतो, रजो और तमो) विवश होकर मनुष्य को कर्म करना पड़ता है। वह क्षण मात्र भी कर्म के बिना नहीं रह सकता है, इसलिए उसको कर्मक्षेत्र या कुरुक्षेत्र कहते हैं। भगवान सबसे पहले अर्जुन को युद्ध की विधि-विधान बताते हैं कि सुख-दुःख, सर्दी-गर्मी, मान-अपमान को सहन करना एक भरतवंशी पर निर्भर करता है। भावार्थ ये है - गीता के दूसरे अध्याय में सबसे पहला विधान भगवान यही बताते हैं कि भरतवंशी का सबसे बड़ा संस्कार है 'सहन करना'। तो वह युद्ध कैसे करेगा? इससे यह स्पष्ट हो जाता है कि यह 'मनोयुद्ध' की बात है, कोई 'हिसक युद्ध' की बात नहीं है। भगवान अगर हिसक युद्ध को प्रेरणा दे तो आज के संसार में जो मनुष्य हिसक युद्ध करने को प्रेरणा दे रहे हैं फिर उनमें और भगवान में अंतर ही क्या रह जायेगा! दुनिया के मनुष्य हिसक युद्ध को प्रेरणा दे सकते हैं लेकिन भगवान जो मनुष्य को ऐसे घृणित कार्य से ऊपर उठाते हैं, वे यह प्रेरणा कैसे दे सकते हैं? भगवान गीता में सूक्ष्म ते सूक्ष्म भावों को स्पष्ट करते हैं। एक अजर-अमर-अविनाशी शक्ति को ओर ईशारा देते हुए आत्मा में कितनी शक्ति है, कितनी क्षमता है, इस बात को स्पष्ट करते हैं। विषयों में चित्त व वृत्तियाँ उसी प्रकार विषयाकार बन जाती हैं, जैसे जल साँचे के

अनुसार अपना आकार बना लेता है। ये क्षेत्र और क्षेत्रज्ञ के बीच का संघर्ष है। जिसमें आसुरी वृत्ति का सर्वथा शमन कर परमात्मा में अपने चित्त को लगाकर उसके द्वारा निर्णय कर आसुरी वृत्तियों को समाप्त करता है। सुख-दुःख को समान समझने वाला धीर पुरुष अर्थात् आत्मा, इंद्रियों और विषयों के संयोग से व्यथित नहीं होता है। वह अमल्व की प्राप्ति के योग्य बन जाता है। ये है युद्ध का पहला विधि-विधान।

भगवान 'शरीर और आत्मा' के संबंध को स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि कैसे देह में देहधारियों की बाल्यावस्था, यौवनावस्था और बुढ़ापा ये तीन अवस्थाएँ होती हैं। इसी प्रकार दूसरी देह की प्राप्ति भी एक परिवर्तित अवस्था है। इसमें आत्मा का कभी भी नाश नहीं होता है और न ही आत्मा के ऊपर प्रकृति का कोई प्रभाव पड़ता है अर्थात् न अग्नि उसे जला सकती है, न पानी उसको गोला कर सकता है, न हवा उसको सुखा सकती है, न तलवार उसको काट सकता है, आत्मा न कभी मरती है और न ही जन्म लेती है, यह अजन्मा, अविनाशी, शाश्वत और आदि युगीन है। शारीरिक बंध से आत्मा का बंध नहीं होता, प्रकृति के पांचों तत्व भी मिलकर आत्मा को कोई नुकसान नहीं पहुंचा सकते हैं। जब आत्मा सदगुणों से भरपूर होती है तो उसकी चमक बढ़ती है और जब विषय विकारों के वश में हो जाती है तब उसकी आभा कम हो जाती है। सांसारिक बंधनों में फँसकर आत्मा कमजोर हो जाती है और सांसारिक बंधनों से मुक्त रहने पर वह शक्तिशाली बन जाती है। आत्मा की शाश्वतता के बारे में बताते हुए कहते हैं कि जैसे व्यक्ति नये वस्त्र धारण करने के लिए पुराने वस्त्रों का त्याग करता है, वैसे ही आत्मा नया शरीर धारण करने से पहले पुरानी देह का त्याग करती है। ये शाश्वत नियम है कि

जिसने भी शरीर धारण किया है, उसे शरीर छोड़ना ही पड़ता है। आत्मा अविनाशी है, शरीर अविनाशी नहीं है। भगवान ने अर्जुन को कहा - हे अर्जुन! स्वधर्म को देखकर भी तुम भय करने योग्य नहीं हो, क्योंकि धर्मयुक्त युद्ध से बढ़कर अन्य कोई परम कल्याणकारी मार्ग नहीं है। यदि तु धर्मयुक्त युद्ध नहीं करेगा तो स्वधर्म और कीर्ति दोनों को खोकर पाप का भागी बनेगा। आत्मिक संपत्ति ही स्थिर संपत्ति है यह ज्ञानयोग, सांख्य सिद्धांत योग के अनुसार स्पष्ट की गई है। यहाँ जब स्वधर्म की बात आती है तो स्वधर्म माना क्या? मनुष्य जीवन को अगर देखा जाए तो 'शरीर और आत्मा' का जब सम्बन्ध हुआ तब ये जीवन प्रैक्टिकल में हुआ। इस जीवन में अगर देखा जाए तो शरीर की वास्तविकता को हम बहुत

सिरौही। मूल्यनिष्ठ पत्रकारिता के लिए जिला पत्रकार संघ अध्यक्ष ब्र.कु. अवतार को स्मृति चिन्ह व प्रशस्ति पत्र देकर सम्मानित करते जिला परिषद प्रमुख चन्दन सिंह देवड़ा व जिला कलेक्टर वी. सरवन कुमार।



सिवनी-केवलारी। श्रीमद्भगवद् गीता एवं रामायण पर आधारित आध्यात्मिक सम्मेलन में प्रवचन करते हुए ब्र.कु. गीता।



अहमदाबाद-लोटस। आर.बी. जाला, सी.सी.एफ. गवर्नमेंट फॉरेस्ट नर्सरी डिपार्टमेंट, सरदार नगर हंसोल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निकिता।



अररिया-विहार। आरक्षी अधीक्षक विजय कुमार वर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उर्मिला। साथ है ब्र.कु. शकुंतला।



वड़ौत। श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के अवसर पर चैतन्य झाँकी का उद्घाटन करते हुए स्वामी धर्मवेश, एस.डी.एम. राजेन्द्र सिंह तथा ब्र.कु. मोहिनी, सेवाकेन्द्र संचालिका।



विलासपुर-छ.ग.। जन्माष्टमी के अवसर पर सेवाकेन्द्र में आयोजित चैतन्य झाँकी का एक मनोरम दृष्य।

अनुसार अपना आकार बना लेता है। ये क्षेत्र और क्षेत्रज्ञ के बीच का संघर्ष है। जिसमें आसुरी वृत्ति का सर्वथा शमन कर परमात्मा में अपने चित्त को लगाकर उसके द्वारा निर्णय कर आसुरी वृत्तियों को समाप्त करता है। सुख-दुःख को समान समझने वाला धीर पुरुष अर्थात् आत्मा, इंद्रियों और विषयों के संयोग से व्यथित नहीं होता है। वह अमल्व की प्राप्ति के योग्य बन जाता है। ये है युद्ध का पहला विधि-विधान।

भगवान 'शरीर और आत्मा' के संबंध को स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि कैसे देह में देहधारियों की बाल्यावस्था, यौवनावस्था और बुढ़ापा ये तीन अवस्थाएँ होती हैं। इसी प्रकार दूसरी देह की प्राप्ति भी एक परिवर्तित अवस्था है। इसमें आत्मा का कभी भी नाश नहीं होता है और न ही आत्मा के ऊपर प्रकृति का कोई प्रभाव पड़ता है अर्थात् न अग्नि उसे जला सकती है, न पानी उसको गोला कर सकता है, न हवा उसको सुखा सकती है, न तलवार उसको काट सकता है, आत्मा न कभी मरती है और न ही जन्म लेती है, यह अजन्मा, अविनाशी, शाश्वत और आदि युगीन है। शारीरिक बंध से आत्मा का बंध नहीं होता, प्रकृति के पांचों तत्व भी मिलकर आत्मा को कोई नुकसान नहीं पहुंचा सकते हैं। जब आत्मा सदगुणों से भरपूर होती है तो उसकी चमक बढ़ती है और जब विषय विकारों के वश में हो जाती है तब उसकी आभा कम हो जाती है। सांसारिक बंधनों में फँसकर आत्मा कमजोर हो जाती है और सांसारिक बंधनों से मुक्त रहने पर वह शक्तिशाली बन जाती है। आत्मा की शाश्वतता के बारे में बताते हुए कहते हैं कि जैसे व्यक्ति नये वस्त्र धारण करने के लिए पुराने वस्त्रों का त्याग करता है, वैसे ही आत्मा नया शरीर धारण करने से पहले पुरानी देह का त्याग करती है। ये शाश्वत नियम है कि

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक बहब्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा



अच्छी तरह जानते हैं कि ये शरीर माना ही पाँच तत्व। इसलिए जीवन जीने के लिए शरीर वही पाँच तत्वों की माँग करता है। आज श्वास लेने के लिए ऑक्सीजन चाहिए क्योंकि शरीर ऑक्सीजन से बना है, इसी तरह जीवन जीने के लिए पानी चाहिए क्योंकि शरीर में 60 से 70 प्रतिशत पानी का हिस्सा है। व्यक्ति जब पानी पीता है तो यह सोचकर नहीं पीता है कि कितना पीना है। लेकिन जैसे ही शरीर के अंदर का जल स्तर सतुलित हो जाता है, तो वह पानी पीना छोड़ देता है। वह अधिक पानी नहीं पीता है कि कल के लिए चलेगा। ये पांचों तत्व उतनी ही मात्रा में ग्रहण करता है जितनी की शरीर की आवश्यकता होती है। ये इस शरीर की वास्तविकता है, क्योंकि शरीर उसी पांच तत्वों से बना हुआ है।

-क्रमशः



नई दिल्ली-पांडव भवन। करोल बाग क्षेत्र को सांसद मिनाक्षी लेखी को राखी बांधते हुए ब्र.कु. विजय।



दिल्ली-लोधी रोड। एम्स निदेशक डॉ. एस.सी. मिश्र को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गिरीजा।



जयपुर-कमल अपार्टमेंट। राजस्थान पत्रिका के संपादक भुवनेश जैन को राखी बांधते हुए ब्र.कु. स्वाति।



दिल्ली-मजलिस पार्क। भाजपा नेता, गुरुद्वारा प्रबंधक कमेटी के अध्यक्ष सुखबीर सिंह कालरा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. राजकुमारी।



दिल्ली-रोहिणी। ए.सी.पी. सीता राम मीणा को राखी बांधने के पश्चात ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नीलम। साथ है ब्र.कु. ज्योति।



मुंगेली। कलेक्टर डॉ. संजय अलग को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सीमा।

कथा सरिता

खुशहाली का राज

जापान के टोक्यो शहर के निकट एक कस्बा अपनी खुशहाली के लिए प्रसिद्ध था। एक बार एक व्यक्ति उस कस्बे की खुशहाली का कारण जानने के लिए सुबह-सुबह वहाँ पहुँचा। कस्बे में घुसते ही उसे एक काँफी की दुकान दिखाई दी। उसने मन ही मन सोचा कि मैं यहाँ बैठकर चुपचाप लोगों को देखता हूँ और वह धीरे-धीरे आगे बढ़ते हुए शॉप के अंदर लगी एक कुर्सी पर जाकर बैठ गया। वह एक रेस्टोरेंट की तरह था। पर उसे वहाँ लोगों का व्यवहार थोड़ा अजीब सा लगा।

एक आदमी शॉप में आया और उसने दो काँफी के पैसे देते हुए कहा -“दो कप काँफी, एक मेरे लिए और एक उस दीवार पर।” व्यक्ति ने यह सुना तो उसने दीवार की तरफ देखा तो उसे वहाँ कोई नजर नहीं आया। उस आदमी को काँफी देने के बाद वेटर दीवार के पास गया और उस पर कागज का एक टुकड़ा चिपका दिया, जिस पर ‘एक कप काँफी’ लिखा था।

व्यक्ति समझ नहीं पाया कि आखिर माजरा क्या है, उसने सोचा कि कुछ देर और बैठता हूँ और समझने की कोशिश करता हूँ। थोड़ी देर बाद एक गरीब मजदूर वहाँ आया, उसके कपड़े फटे-पुराने थे पर फिर भी वह पूरे आत्मविश्वास के साथ शॉप में घुसा और आराम से एक कुर्सी पर बैठ गया। व्यक्ति सोच रहा था कि एक मजदूर के लिए काँफी पर इतने पैसे बर्बाद करना कोई समझदारी नहीं है। तभी वेटर मजदूर के पास ऑर्डर लेने पहुँचा -“सर, आपका ऑर्डर प्लीज।” वेटर बोला। “दीवार से एक कप काँफी”, मजदूर ने जवाब दिया। वेटर ने मजदूर से बिना पैसे लिए एक कप काँफी दी और दीवार पर लगे ढेर सारे कागज के टुकड़ों में से ‘एक कप काँफी’ लिखा एक टुकड़ा निकाल कर डस्टबिन में फेंक दिया।

व्यक्ति को अब सारी बात समझ में आ गयी थी। कस्बे के लोगों का जरूरतमंदों के प्रति यह रवैया देखकर वह भाव-विभोर हो गया। उसने लगा सचमुच लोगों में मदद का कितना अच्छा तरीका निकाला है, जहाँ एक गरीब मजदूर भी बिना अपना आत्मसम्मान कम किये एक अच्छी सी काँफी की दुकान में खाने-पीने का लाभ ले सकता है। अब वह उस कस्बे की खुशहाली का कारण जान चुका था और इन्हीं विचारों के साथ वापस अपने शहर लौट गया।

खुदा को पसंद ‘रहमत’

एक राजा को शिकार का शौक था। अकसर वह वन में जाता और शिकार कर बहुत आनंदित होता। एक दिन वह अपने घोड़े पर बैठे अकेले शिकार पर निकला। सारा दिन गुजर गया, पर उसे कोई शिकार हाथ न लगा। शाम को वह झरने के पास रुक गया और पानी पीकर अपनी थकान मिटाने लगा। तभी उसे पास की झाड़ी में एक हिरन शावक दिखा। राजा ने दौड़कर उसे पकड़ लिया। अंत में ही सही, शिकार मिलने पर उसके हर्ष का कोई ठिकाना न रहा। उसने एक रस्सी में हिरण शावक के पैर को घोड़े के जिन से बांधा और महल की ओर लौटने लगा। घोड़े-पीछे वह शावक भी घिसटते हुए आने लगा। काफ़ी आगे आने पर राजा को महसूस हुआ कि कोई और भी उसके पीछे आ रहा है। उसने पलटकर देखा तो एक हिरणी उसके पीछे आ रही थी। उसकी आँखों में आँसू थे और शावक की ओर देखते हुए वह वेसुध सी चली आ रही थी। राजा को समझने में देर न लगी कि हिरणी शावक की माँ है। उसने घोड़े को रोक दिया। हिरणी आगे बढ़कर शावक को चाटने लगी। यह दृश्य देख राजा का दिल भर आया। उसने शावक के पैर से रस्सी खोल दी और खड़ा हो हिरणी और उसके बच्चे के प्रेम को देखने लगा। राजा को देख हिरणी का भय बना रहा, वह कभी अपने शावक को देखती तो कभी राजा को। यह देखने के बाद राजा महल की ओर चल दिया। उस रात उसे स्वप्न में एक देवदूत के दर्शन हुए। वे बोले-तुमने एक मूक प्राणी पर दया की है। खुदा को रहमत से अधिक कुछ पसंद नहीं। तू एक नेक बादशाह है, तुझसे यही उम्मीद है कि इसी तरह का रहम तू अपनी प्रजा के साथ भी करेगा। दया को धर्म का मूल कहा गया है। इसका अर्थ यही है कि हम दूसरे जीवों के सुख-दुःख को अपना समझे और खुशी बाँटे।

तपा-मंडी(पंजाब)। एस.डी.एस. शिव लाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उषा।

टेस्ट

प्राचीन यूनान में सुकरात को महाज्ञानी माना जाता था। एक दिन उनकी जान-पहचान का एक व्यक्ति उनसे मिलने आया। और बोला, “क्या आप जानते हैं मैंने आपके एक दोस्त के बारे में क्या सुना?” “एक मिनट रुको,” सुकरात ने कहा, “तुम्हारे कुछ बताने से पहले मैं चाहता हूँ कि तुम एक छोटा सा टेस्ट पास करो, इसे ट्रिपल फिल्टर टेस्ट कहते हैं।” व्यक्ति चौंक गया कि ‘ट्रिपल फिल्टर?’ सुकरात ने कहा, “हाँ सही सुना तुमने। इससे पहले कि तुम मेरे दोस्त के बारे में कुछ बताओ, अच्छा होगा कि हम कुछ समय लें और जो तुम कहने जा रहे हो उसे फिल्टर कर लें। इसीलिए मैं इसे ट्रिपल फिल्टर टेस्ट कहता हूँ। पहला फिल्टर है सत्य। क्या तुम पूरी तरह आश्वस्त हो कि जो तुम कहने जा रहे हो वो सत्य है? व्यक्ति ने जवाब दिया, “नहीं। दरअसल मैंने ये किसी से सुना है और ...” सुकरात ने कहा, “ठीक है। तो तुम विश्वास से नहीं कह सकते कि ये सत्य है या असत्य। चलो अब दूसरा फिल्टर है अच्छाई। ये बताओ कि जो बात तुम मेरे दोस्त के बारे में कहने जा रहे हो तो क्या वो कोई अच्छी बात है?

व्यक्ति ने जवाब दिया, नहीं बल्कि ये तो बिल्कुल उल्टा है। यह तो खराब बात है। सुकरात ने कहा, “तो तुम मुझे उसके बारे में कुछ बुरा बताने वाले हो। लेकिन तुम आश्वस्त नहीं हो कि वह सत्य है। कोई बात नहीं तुम अभी भी टेस्ट पास कर सकते हो। क्योंकि अभी एक अंतिम तीसरा फिल्टर बचा हुआ है। उपयोगिता का फिल्टर। मेरे दोस्त के बारे में जो आप बताने वाले हो क्या वो मेरे लिए उपयोगी है?” व्यक्ति ने कहा, नहीं, कोई खास नहीं। सुकरात ने कहा, “अच्छा, यदि जो तुम बताने वाले हो वो ना सत्य है, ना अच्छा है और ना उपयोगी है तो उसे सुनने से क्या लाभ। और ये कहते हुए वे अपने काम में व्यस्त हो गये।

द्रवित हृदय से की सेवा ही आराधना

शिशु गुरु के पास मिलने आया था। शाम को वह अन्य शिष्यों के साथ भोजन करने के लिए बैठा। संत भीतर की कोठरी में भोजन कर रहे थे। एक सेवक भीतर आया और बोला- संत भोजन करने बैठे लेकिन अन ग्रहण करने से मना कर रहे हैं। आंगतुक गुरु का प्रिय शिष्य था। अपना खाना छोड़ गुरु के पास भागा। उसे देखते ही गुरु ने गरजकर कहा- तुम्हें परमात्मा का डर नहीं कि तुम बेखीफ होकर इस तरह के कार्य कर रहे हो? शिष्य यह सुनकर सन्न रह गया। उसने पूछा-महाराज बताएं मुझसे क्या गलती हुई? संत ने कहा- तेरे पड़ोसी का परिवार पिछले सात दिनों से भूखा है। वह किसी दुकानदार से कुछ अनाज उधार लेने गया तो उसे वह भी नहीं मिला। वह खाली हाथ भूखे परिवारजनों के पास पहुँचा। शिष्य को बड़ा दुःख हुआ, वह बोला-मुझे खेद है लेकिन मुझे इसकी कोई जानकारी नहीं थी। यह बात सुनते ही संत ने कहा- यही कारण है कि मुझे और अधिक गुस्सा आ रहा है। तुम्हारे पड़ोसी के घर सात दिनों से चूल्हा नहीं जला और तुम्हें इसकी जानकारी तक नहीं। तुम्हारा यह कथन माना ही नहीं जा सकता। अपनी थाली एवं बहुत सा भोजन शिष्य को देते हुए संत ने कहा- यह भोजन लेकर पड़ोसी के घर जाओ और वहाँ उसके साथ बैठकर भोजन करो, जिससे उसे शर्म महसूस न हो। कुछ अनाज चुपचाप उसके घर बिछी चटाई के नीचे रख दो ताकि अगले कुछ दिन की व्यवस्था भी हो सके। तुम यह सब कर आओ, उसके बाद ही मैं भोजन करूँगा। शिष्य ने ऐसे ही किया और उसके बाद ही गुरु ने भोजन किया। धर्माचरण को शुरुआत दूसरों के प्रति संवेदना से होती है। गरीब और असहायों की परेशानियों के प्रति निश्चुर बने रहें और उपासना आयोजन करते रहें तो उसका कोई औचित्य नहीं। दूसरों के कष्टों को देखकर उनके लिए हृदय के द्रवित होने पर कोई गई सेवा ही परमात्मा की श्रेष्ठ आराधना है।



मुखई-विले पार्ले। उत्कृष्ट व निःस्वार्थ सेवाओं के लिए वृहन मुम्बई महानगरपालिका की ओर से मेयर द्वारा अवार्ड प्राप्त करते हुए ब्र.कु. योगिनी।



जम्मू। एम.पी. जुगल किशोर शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुदर्शन।



जोबट-म.प्र.। रक्षाबंधन के पावन अवसर पर वृद्धाश्रम के वृद्ध भाई-बहनों को राखी बांधते हुए ब्र.कु. मंजू।



काँशाखी। परियोजना निर्देशक आर.सी. पांडेय को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कमल।



इन्दौर-मण्डलेश्वर। जिला जज श्रवणकुमार रघुवंशी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सारिका।



मोहम्मदाबाद-उ.प्र.। आई.पी.एस. कृपा शंकर को राखी बांधते हुए ब्र.कु. मीरा,सेवाकेन्द्र संचालिका।



दूसरे अंक में आपने पढ़ा कि जब आपका विश्वास किसी भी चीज में कमजोर है तथा

उसके लिए आपने बहुत प्रयास भी किया दुनिया का नज़र में, लेकिन आप अभी भी अपने आप को कोसते हैं कि मुझे अगर जीवन में कुछ करना है तो मुझे अपना ध्यान बाहर या आउटकम या नाम व शोहरत से हटाकर सिर्फ अपने लक्ष्य पर केंद्रित करना चाहिए। इस अंतिम अंक में मैं आपको आज बताना चाहूँगा कि आपका विश्वास या बिलीफ या मान्यता कैसे शक्तिशाली बनेगी।

जैसे ही आपने एडमिशन लिया अपनी एक्टिंग को सुधारने के लिए और आपको पता चला कि मैं कितने पानी में हूँ तो अब आपको अपना सारा ध्यान इस बात पर लगाना है कि यदि मुझे एक्टिंग करना है तो अपना सब कुछ इसके लिए झोंक देना है। अब आपके

माइंड को या मन को एक लक्ष्य मिल गया और माइंड फोकस हो गया। यहाँ एक बात स्पष्ट करना चाहूँगा कि लोग हमेशा कहते हैं कि गोल सेटिंग क्यों करना है, गोल सेटिंग से तो हम दिन भर या दिन रात सिर्फ प्राप्ति पर सोचते हैं, कर्म से हट जाते हैं। शायद

लोगों को बात स्पष्ट समझ नहीं आती। हमारा भाव यह है कि आपको गोल सेटिंग आउटकम या रिजल्ट, सफलता पर नहीं करना है। उदाहरण के लिए जैसे मैं हीरो बन जाऊँगा तो मेरे साथ यह हो जाएगा। अगर आपने ये गोल सेटिंग कर दी कि मैं हीरो बन गया हूँ तो देखो कितनी परेशानी है। मन में तो आप हीरो हो गए या अपने आप में हीरो हो गए, असलियत में तो आप जीरो हैं। यदि आपको कोई कहे कि इस प्ले के अंदर आपको मरने की एक्टिंग करनी है तो आप तुरंत प्ले छोड़ देंगे और कहेंगे कि, ऐ छोड़ो ना! मैं तो हीरो हूँ, मैं मरने का रोल क्यों करूँ? इसीलिए मैं कह रहा था कि आप एक्टिंग पर फोकस करो

आउटकम को छोड़ो। जो मिलेगा देखा जाएगा। और जैसे ही आपने अपने मन में ठाना कि मुझे एक अद्भुत कलाकार बनना है तो आपने सारा ध्यान सिर्फ और सिर्फ अपने लक्ष्य पर लगा लिया। इसमें भी एक बात स्पष्ट होनी चाहिए कि आपको यह नहीं कहना है कि मुझे उससे अच्छा एक्टर बनना है। अगर आपने यह कहा तो आप यहाँ भी अटक गए, क्योंकि जैसे ही आपने गोल सेटिंग की कि मैं उस आदमी से अच्छा एक्टर बनूँगा तो हो सकता है कि आप उससे कम रह जाएँ या हो सकता है कि आप उससे हज़ार गुना अच्छे एक्टर बन जाएँ। आज सभी अपना

आदर्श यही बनाते और कहते हैं कि मैं फलाना व्यक्ति जैसा बनकर दिखाऊँगा, लेकिन उन्हें यह पता नहीं कि सभी की अपनी-अपनी फील्ड में अपनी स्ट्रेथ होती है, जैसे कोई एक अच्छा लेखक

बिलीफ या मान्यता या विश्वास

हो सकता है, कोई एक अच्छा पत्रकार हो सकता है, कोई अच्छा हास्य कलाकार हो सकता है। इसीलिए मैं आपको कह रहा था कि आप अपने लक्ष्य को अपना आदर्श बनाओ लेकिन लक्ष्य उनको मत बनाओ। उनके अनुभव ले तो तथा उस अनुभव को अपने क्षेत्र में प्रयोग में लाओ।

अब जैसे ही आपने एक अद्भुत कलाकार बनने की ठानी, (आपको मैं एक उदाहरण के साथ ले चलता हूँ कि आप एक हास्य कलाकार बनना चाहते हैं) तो आप इसके लिए एज्युकेशन लेने जाएँगे या फिर इसका ज्ञान आप किसी के अनुभवों से सीखेंगे। यहाँ एक बात और स्पष्ट करूँगा कि लोग नॉलेज को एज्युकेशन के साथ जोड़ते हैं जबकि एज्युकेशन, ज्ञान रूपी समुद्र में एक ड्रॉप या बूंद की तरह है। इसका अर्थ यह हुआ कि आप जैसे ही हास्य कलाकार वाली भूमिका को देखेंगे, माइंड उस पर फोकस होगा तो आपको हर जगह कामेडी नज़र आएगी, चाहे बस स्टैंड पर, चाहे चलने पर लोगों के या हँसने पर या बात करने पर। आप नॉलेज हर जगह से इकट्ठा कर सकते हैं, देखकर, सुनकर या फिर पढ़कर, बस माइंड फोकस होना चाहिए कामेडी पर। कई बार लोग अनुभव के साथ भी खिलवाड़ करते हैं, उसको गलत तरीके से सबके समने रखते हैं। जैसे कोई कहता कि मुझे दस साल का अनुभव है एक्टिंग में,

हो सकता है वो महीने वाला अनुभवो आपसे ज्यादा आगे निकल जाए, आपसे बेहतर हो। क्योंकि मैटर यह नहीं करता कि कितनी देर से आप उस काम को कर रहे हैं, मैटर यह करता है कि आप उस काम को कितने फोकस के साथ या कितनी अवेयरनेस के साथ कर रहे हैं। अब आपने बीस साल तक एक्टिंग को लेकिन एक्टिंग को कितने साल एक्सपीरियंस किया भाई! पेपर पर आएका अनुभव बीस साल का है लेकिन रियेलिटी में मैं अनुभवी ज्यादा हूँ अर्थात् मेरा विश्वास या बिलीफ या मान्यता ये कहती है कि मैं नॉलेज और एक्सपीरियंस दोनों के मामले में आपसे ज्यादा हूँ। कई बार ऐसा भी होता है कि आप यह सब कुछ करने के बाद (नॉलेज, एक्सपीरियंस या विश्वास या मान्यता) भी असफल हो जाते हैं तो आप क्या सोचेंगे? शायद यही कि मैंने ठीक से काम नहीं किया। अरे भाई नहीं, आपको यह समझना है कि सफलता और असफलता तो मेरे हाथ में है ही नहीं, मेरे हाथ में सिर्फ कर्म करना है। अब यह अनुभव, किसी कार्य पर कैसे फोकस किया जाए यह आपने सीख लिया तो आप जीवन में किसी भी क्षेत्र में जाएँ, आप कभी असफल नहीं हो सकते क्योंकि आपका बिलीफ अब शक्तिशाली हो गया।

जो लोग आज बहुत सक्सेसफुल हैं, उनका पूरा ध्यान काम पर ज्यादा है, नाम और शोहरत पर कम है या यूँ कहें कि आउटकम पर कम है, वे सिर्फ और सिर्फ कर्म करते हैं, उसको प्यार करते हैं, उसे अनुभव करते हैं और अपने आप में सतुष्ट महसूस करते हैं। लेकिन जो

असफल हैं वे इसीलिए असंतुष्ट हैं क्योंकि उन्होंने अपना ज्ञान तथा अनुभव किसी भी चीज के बारे में बढ़ाया नहीं, सिर्फ पढ़ाई कर ली किसी के कहने पर। जैसे माँ-बाप ने कहा कि इस काम को करो, इसमें नाम और पैसा ज्यादा है और काम करने लगे। अब उस काम में न तो उनका मन लगता और ना ही उनको उससे कोई प्यार है। सिर्फ शतानुसार कर्म करते हैं, इसलिए बोरियत महसूस करते हैं और कोसते हैं कि मेरा तो जीवन ही नरक है और मेरे भाग्य ऐसा ही लिखा गया है। इससे उन्होंने अपना बिलीफ ऐसा बनाया जिससे आज वे असफल हैं।

इसके अंत में मैं आप सबको यह संदेश देना चाहूँगा कि विश्वास या बिलीफ या मान्यता यही है कि जब तक मन को स्पष्ट लक्ष्य नहीं मिले और लक्ष्य के अनुसार उस क्षेत्र में वो अनुभव प्राप्त नहीं करे तब तक वो लकवाग्रस्त है पैरालाइज्ड है, अंधेरे में है। इसलिए आपको अगर अपना विश्वास बढ़ाना है तो आप अपने इच्छा, आकर्षण या बाहरी दिखावे को लेकर कि मैं डॉक्टर बन जाऊँ, मैं इंजीनियर बन जाऊँ या फिर हीरो बन जाऊँ आदि से पहले किस क्षेत्र में आपको रुचि है तथा उस कार्य को करने में आपको कितना मज़ा आता है ये देखिए। जैसे ही आप यह करेंगे, आप अपने आप में एक नया विश्वास बढ़ाएँगे, अनुभव बढ़ाएँगे और फिर उसमें महारथ हासिल कर लेंगे। आपका इससे अपना बिलीफ स्ट्रॉंग बन जाएगा और लोग आपके पास चलकर आएँगे कि कृपया आप मेरे साथ काम कर सकते हैं? आप उस समय अपने ऊपर गर्व महसूस करेंगे और आपका विश्वास कई गुणा बढ़ जाएगा।

-ब्र.कु. अनुज, डिफेंस कालोनी दिल्ली

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 - 9414511111, 8104777111

सूचना-ओम शान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने व पत्रकारिता के अनुभव भी 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
M-8107119445

हैपिनेस इन्डैक्स
क्यू सूरिया
राजयोग मेडिटेशन
सुख के गुण

प्रश्न - आजकल अकाले मृत्यु बहुत हो रही है। लोगों में स्वयं को खत्म करने की प्रवृत्ति बढ़ती जा रही है। लोग इसे दुःखों से छूटने का साधन मानने लगे हैं। जिस घर में कोई आत्महत्या करता है, उस घर का माहौल बहुत गमगीन रहता है। दुःखदाद है कि कई परिवारों में आत्महत्या एक प्रथा सी बन गयी है। परिवार में विशेष माँ को ये भूतना बहुत कठिन हो जाता है जब उसका जवान बेटा आत्महत्या कर लेता है, ऐसे में योग के बाद भी चिन्त शांत नहीं होता, क्या करें?

उत्तर - जीवन में अति दुःखी, निराशा, बेसहारा, तनावग्रस्त या बार-बार असफल होने पर युवक या अन्य कोई मृत्यु के कटघरे में खड़े होने को तैयार हो जाते हैं। अति दुःखी होकर वो सोचते हैं कि यही दुःखों से छूटने का उपाय है, परंतु सभी को ध्यान रहे कि जीवघात करने के बाद मनुष्यात्मा की अति-अति दुर्गति हो जाती है। उसके दुःखों में 100 गुणा वृद्धि हो जाती है। ऐसी आत्मा को पुनर्जन्म भी नहीं मिलता और वो सदा भूखी, प्यासी, दुःखी, अशांत अंधकार

में भटकती रहती है। यह अति भयावह स्थिति होती है और इससे निकलना अब उनके हाथ में नहीं होता। इसलिये जिनको भी ये दूषित विचार आते हैं, वे इन विचारों का त्याग करें। उन्हें याद करना चाहिए कि जीवन भगवान की सुंदर सौगत है, इसे नष्ट करना माना



मन की बातें
-ब्र.कु. सूर्य

उसका अपमान करना है। जीवन में उतार-चढ़ाव, सुख-दुःख, हार-जीत ये सब तो होंगे। हिम्मत व ईश्वरीय सहयोग से इन्हें पार करना है। अपने जीवन को नष्ट करना माना अपने सम्पूर्ण भविष्य को नष्ट कर देना होगा इसलिये राजयोग के द्वारा स्वयं में बल भरें। ईश्वरीय सेवा में स्वयं को व्यस्त करें और किसी को अपने मन की बात कहकर उनकी मदद लें। जिन घरों में ऐसा होता है, वहाँ से तो खुशी व चैन लंबे काल के लिए जैसे विदाई ले लेती है। उस घर में पुनः खुशी

व शांति के वायब्रेशनस पैदा करने चाहिए। जो आत्माएँ गयी हैं, उन्हें कुछ दिन तक रोज एक घण्टा योगदान करना चाहिए और भोग भी लगवा देना चाहिए। जब किसी माँ का जवान बच्चा आत्महत्या कर लेता है तो माँ-बाप का दिल तो टूट ही जाता है। उन्हें उसकी याद-बार-बार सताती है और जीवन के सुखों से दूर ले जाती है। ऐसे में प्रथम तो इस अनहोनी घटना को स्वीकार करके आगे की ओर देखना चाहिए। यद्यपि स्वीकार करना अति दुष्कर कार्य होता है, परंतु चूँकि अब इस दुर्घटना को टालना नहीं जा सकता इसलिये इसे स्वीकार करके आगे बढ़ना ही चाहिए और सवेरे उठते ही 108 बार लिखें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। रात में सोने से पूर्व लिखें कि मैं एक महान आत्मा हूँ। प्रतिदिन मुरली क्लास में व्यथ्य जाएँ और कुछ समय यज्ञ सेवा में अव्यति करें। इससे मन शांत होगा और उनको भी योगदान दे सकेंगे।

प्रश्न - मुझे जुआ खेलने की आदत पड़ी हुई है, मैं इसमें बहुत पैसा देता हूँ। मुझमें और कोई वृत्ति आदत नहीं है, मुझे इस आदत से

छूटने की विधि बताएँ? मैं प्रतिदिन मुरली क्लास में भी नहीं जा पाता हूँ, यद्यपि मैं जाना चाहता हूँ। मेरे अंदर यह दृढ़ इच्छा है कि मैं एक अच्छा योगी बनूँ, मैं क्या करूँ?
उत्तर - ईश्वरीय ज्ञान ले लेने के बाद आपको यह मालूम हो गया होगा कि आप तो देवकुल की महान आत्मा हैं। ये बात हमें स्वयं भगवान ने बताई है। सवेरे उठते ही 7 बार याद किया करो मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, देव कुल की महान आत्मा हूँ, मैं भगवान का बच्चा हूँ, जुआ खेलना मुझे शोभा नहीं देता... ऐसा 3 मास तक करना है। इससे आपके पवित्र संस्कार इमर्ज होने लगेंगे और इस गंदे काम से वैराग्य हो जाएगा। ये पुरुषोत्तम संतमुग्ग ईश्वरीय प्राप्तिवां करने का युग है। ताश के पत्तों में इस अनमोल समय को नष्ट करना बुद्धिमानी नहीं है। ये तो उन लोगों के जीवन का खेल है जिनके जीवन का कोई लक्ष्य नहीं होता। कई लोग इसमें अपनी बहुत सारी धन-सम्पत्ति भी उड़ा देते हैं। आपको तो अपना धन ईश्वरीय कार्यों में, अपना भाग्य बनाने में लगाना है।

Contact e-mail - bsurya9@yahoo.com

विघ्न एक लिफ्ट...

- ब्र.कु.सूर्य...माउण्ट आबू

भगवान जैसी सर्वशक्तिवान बात को पाकर भी विघ्नों से डरें - कैसी उपहास जनक बात है। जिसके साथ स्वयं भगवान हो, जो भगवान के बल पर जीते हों, जिनके ऊपर विश्व-रक्षक की छत्र-छाया हो, वो भी अगर छोटे-छोटे विघ्नों से डरें, तो इस संसार की निबल आत्माओं को विघ्नमुक्त भला कौन करायेगा! विघ्न में जलती हुई विकारों की आग्नि में, अशांत और दुःखी आत्माओं को भला सात्वना कौन देगा!!

आज हम सभी मिलकर, विघ्नों को फूंक मार कर उड़ा देने की प्रतिज्ञा करें। हम स्वयं की शक्तियों को पहचानें और वायदा करें कि - हम न कभी तुम्हारा से घबरायेंगे, और न ही कभी दूसरों के मार्ग में कांटे बोयेंगे। क्योंकि जैसे हम अपना रास्ता साफ देखने की कामनायें रखते हैं, दूसरे भी वैसी ही कामना रखते हैं। बात कुछ वर्ष पूर्व की है। मैंने मन में कुछ उदासी-सी महसूस की और लगा कि मैं विघ्नों के बोझ से दबा जा रहा हूँ। निवारण के लिए मैंने बाबा के कमरे में प्रवेश किया। कुछ देर वहां बैठकर मैं स्वयं को अति हर्षित और हल्का महसूस करने लगा। मैंने स्वयं से पूछा - 'बाबा के कमरे में जाने से क्या हुआ, जो तुम हर्षित और हल्के हो गये?' और मैंने जाना कि बाबा के समूच बैठकर, बाबा के दिव्य स्वरूप को देखकर, मुझे पुनः स्मृति आ गई कि 'तुम कौन हो।' 'तुम किसके बच्चे हो?' 'तुम्हारा साथी कौन है?' तुम बस इतनी-सी छोटी बात से परेशान हो गये। मानो मुझे बाबा कह रहे थे - बेटा, तुम्हें तो सभी को उदासी मिटानी है... तुम उदास क्यों... तुम्हें तो सभी के बोझ उतारने हैं, तुम बोझिल क्यों। अर्थात् बाबा से मिलकर, मुझे स्वयं की शक्तियों की, स्वयं की महानताओं की और स्वयं के कर्तव्यों की स्मृति आ गई, जिससे मैं स्वयं को अति शक्तिशाली आत्मा महसूस करने लगा और मुझे स्वयं पर ही हंसी आने लगी। सोचता हूँ कि जब भगवान स्वयं की बातों में विचलित हो गया।

बस वो दिन और मैंने जान लिया कि इन सब विघ्नों का रहस्य स्वयं की शक्तियों को विस्मृति है। तब से मैं स्वयं की इन स्मृतियों को बढ़ाने लगा। बस, इन स्मृतियों से विघ्न, विघ्न महसूस नहीं होते। सोचता हूँ कि जब भगवान स्वयं कहता है - 'मेरे बच्चे, मैंने तुम्हें सर्व शक्तियों

का वरदान दे दिया है, फिर मैं अपनी शक्तियों में संशय क्यों करता हूँ।' तुमने ये रास्ता अनेकों बार तय किया है - बाबा के ये बोल मन में धीरज दे देते हैं और हमें निश्चय हो जाता है कि विघ्न हमारी निश्चित है। मैंने गहराई से देखा - कि आखिर भी इन विघ्नों का कारण क्या है? मनुष्य स्वयं ही इनका कारण है या अन्य लोग विघ्न पैदा करते हैं?

हमें इतना महान्, सत्य, दिव्य और सर्वोच्च ज्ञान प्राप्त होने पर भी, हम विघ्नों के वश क्यों हो जाते हैं क्योंकि ज्ञान का मनन नहीं करते। मनन करने से बुद्धि दिव्य और शक्तिशाली हो जाती है और विघ्नों को सहज ही पार कर लेती है।

मैंने पाया - विघ्नों का रचयिता मनुष्य स्वयं ही है। दूसरों को दोषी ठहराना यथार्थ नहीं। मनुष्य या तो जीना नहीं जानता या अपने चिड़चिड़े स्वभाव से या सीमित विचारों से स्वयं ही अपने मार्ग में कांटे बोता रहता है। मैंने देखा है कि जब कोई भी ऐसी बात सामने आती है तो मनुष्य उसके बहुत विस्तार में चला जाता है। यह क्यों हुआ....., ऐसे नहीं होना चाहिए....., आदि-आदि.... विस्तार ही विघ्नों का कारण है। विस्तार में जाने से आत्मा की शक्ति क्षीण हो जाती है और उसमें सामना करने का बल नहीं रह जाता और फलस्वरूप छोटा-सा विघ्न भी पहाड़ महसूस होने लगता है। इसलिए समस्याओं के विस्तार के स्थान पर ज्ञान की गहराई में जाओ तो ज्ञानबल से विघ्न स्वतः ही समाप्त हो

जायेंगे। बात सन् 1972 की है, जबकि मेरा पूरा ध्यान केवल योगाभ्यास पर ही था। ज्ञान-मनन को मैं इतना महत्व नहीं देता था। मुझे अव्यक्त बाबा ने कहा - 'ज्ञान-मनन भी किया करो। मैंने बाबा से पूछा, 'इसकी क्या आवश्यकता है? जबकि सम्पूर्णता अर्थात् संपूर्ण योग, तो क्यों न योग को ही निरन्तर किया जाए?' बाबा ने उत्तर दिया - नहीं, आगे चलकर जब योग में विघ्न आयेगे, तो ज्ञान-मनन का बल विघ्नों को शीघ्र काट देगा।

उस दिन से मेरा ध्यान ज्ञान-मनन जैसे आनंद दायक विषय की ओर भी आकर्षित हुआ। और मैंने पाया कि हमें इतना महान्, सत्य, दिव्य और सर्वोच्च ज्ञान प्राप्त होने पर भी, हम विघ्नों के वश क्यों हो जाते हैं क्योंकि ज्ञान का मनन नहीं करते। मनन करने से बुद्धि दिव्य और शक्तिशाली हो जाती है और विघ्नों को सहज ही पार कर लेती है। योग मार्ग में जब विघ्न आते हैं तो हम योग को स्थिर नहीं रख पाते, योग में द्रव्य हो जाता है। परन्तु अगर ज्ञान का बल भी साथ हो तो सहज ही विघ्नों को हटाकर हम योग-युक्त रह सकते हैं।

हम, अपने मार्ग में आने वाले विघ्नों का कारण गहराई से जानें। कारण न जानने के कारण ही हम डोलायमान होते हैं। भक्ति मार्ग में प्रचलित एक कहानी इस बात को थोड़ा स्पष्ट कर देगी। एक महात्मा एकांत में बैठकर योग-अभ्यास किया करते थे, परन्तु वो महात्मा जरा भी उत्तेजित नहीं होते थे। एक दिन साथ रहने वाले शिष्य ने पूछा - 'महात्मन, यह मूछं रोज आपकी तपस्या में विघ्न डालता है, आप इसे क्यों कुछ भी नहीं कहते? महात्मा जी मुस्कराते हुए बोले - बेटा, पिछले जन्म में यह मनुष्य मेरा पड़ोसी था और मैं इसे खूब परेशान किया करता था, अब इस जन्म में वह बदला ल रहा है। इसलिए यह जानते हुए कि यह विघ्न मेरे ही पूर्व जन्मों के कारण है मैं इसे शांति से सहन करता हूँ। इसलिए विघ्नों को शांति और धैर्य से निभाना चाहिए, अधिक प्रश्नों या विघ्नों की चिन्ताओं में नहीं जाना चाहिए क्योंकि अधिकतर विघ्न हमारे कर्मों के कारण ही आते हैं।



चण्डीगढ़। हरियाणा के माननीय मुख्यमंत्री भूपन्द्र सिंह हुड्डा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उतरता।



चण्डीगढ़। पंजाब व हरियाणा उच्च न्यायालय के न्यायाधीश के.सी. पुरी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कविता।



राजसमंद-राज। जिला कलेक्टर कैलाश चन्द वर्मा को राखी बांधते हुए ब्र.कु. पूनम।



दिल्ली-दिलसाद गार्डन। राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में डॉ. मोहर, डायरेक्टर, हॉस्पिटल एडमिनिस्ट्रेशन, ई.डी.एम.सी., डॉ. सुरेन्द्र, एडिशनल डी.एच.ए., डॉ. एन.दास, डॉ. एस. बत्रा, डॉ. ममता, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. तनुजा तथा ब्र.कु. डॉ. गौरव अग्रवाल।



दिल्ली-हरिनगर। राखी बांधने के पश्चात् समूह चित्र में लेफ्टिनेंट जेनरल ओम प्रकाश, ब्र.कु. शुक्ला, ब्र.कु. सुरेन्द्रलाल, लेफ्टिनेंट कर्नल बी.सी. सती तथा अन्य।



फतेहाबाद-हरियाणा। विधायक प्रहलाद सिंह गिलाखेड़ा, चीफ पार्टियामेंट सेक्रेटरी, हरियाणा सरकार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.सीता।

राजनीति में राजयोग.... पेज 1 का शेष

जो ईश्वरीय शक्ति का ही परिणाम है। इनसे हमें यही सब कुछ सीखना है। थोकचंद मेनिया, सांसद मणिपुर, एच.आर. डी. स्ट्रीटिंग कमिटी के सदस्य ने कहा कि अभी-अभी हम सभी ने महसूस किया कि किस प्रकार से योगाभ्यास के द्वारा आध्यात्मिक सशक्तिकरण होता है। यह काफी राहत देने वाला है। ब्रह्माकुमारी बहनें राजनेताओं की सेवा करना चाहती हैं ताकि वे संसार की सेवा कर सकें। यहां की आध्यात्मिकता से हमारे नेतृत्वता में निखार आयेगा। आम आदमी पार्टी, दिल्ली शासन के पूर्व कानून मंत्री सोमनाथ भारती ने कहा कि

यहाँ एक अभूतपूर्व प्रयोग जारी है इस प्रयोगशाला में, वह है राजयोग का ध्यानाभ्यास। यह प्रयोग अगर सफल रहा तो भारत को राजनीति का कल्याण होगा। मैं राजनीति के आध्यात्मिकरण का पक्षधर हूँ। यहाँ करीब दस लाख ब्रह्मचारी हैं - यह एक अदभुत बात है। इसलिए एवं राजनीतिज्ञों के आध्यात्मिकरण से ही होगा देश का कल्याण। बिहार से आये राजनीतिज्ञ अनिल जी ने भी अपने उद्गार रखे। ज्ञानसरोवर की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. सुमन ने योगाभ्यास कत्वा कर शांति एवं आनंद की अनुभूति करवायी। ओ.आर.सी. की निदेशिका ब्र.कु.आशा ने कार्यक्रम का संचालन किया। पूर्व विधायक ब्र.कु.मोहन पटेल ने अपना अनुभव सुनाया।



अंकिपुर-छ.ग. रामसेवक पैकरा, गृहमंत्री छ.ग. को राखी बांधते हुए ब्र.कु. विद्या।



नरकटियागंज-बिहार। बाल विकास आयोग की सदस्या अर्पना सिंह को '7 बिलियन एक्ट्स ऑफ गुडनेस' कार्यक्रम में आमंत्रित करते हुए ब्र.कु. अंबिता।

श्रीमद्भगवद् गीता की शिक्षाएं सभी के लिए प्रासंगिक

चंडीगढ़। एक ऐसे भारत का निर्माण जहाँ सभ्य समाज हो, चारों तरफ शान्ति और सुरक्षा हो, सत्य हो और हिंसा के लिए कोई स्थान न हो। देश की आजादी से पहले भी देश के लिए अपनी जान न्यौछावर करने वाले नेताओं का यह सपना था। आजादी के बाद से देश में हर मायने में प्रगति हुई है। ऐसे में देश में खुशहाली और शान्ति तभी लाई जा सकती है जब वैश्व सिस्टम को सही प्रकार से समझा जाए। श्रीमद्भगवद् गीता में भगवान ने कहा है कि वह बुराई का नाश करने के लिए और सच्चाई की जीत के लिए हर युग में आते हैं। यह विचार ब्रह्माकुमारी द्वारा भगवद् गीता पर आयोजित व्याख्यान में अधिकांश वक्ताओं ने व्यक्त किये।

इस अवसर पर ब्र.कु. वृजमोहन ने कहा कि व्यक्ति को आत्मा पवित्र होती है जब वह अपना रोल स्ले करने के लिए इस धरा पर ऊपर से उतरती है। जज वह आत्मा शरीर में आकर इस दुनिया में



चंडीगढ़। मंच पर विराजित संत महंत, ब्र.कु. वृजमोहन, ब्र.कु. अचल व पूर्व जस्टिस ईश्वरवै्या। सभा में शहर के गणमान्य लोग।

आती है तो उसके सामने सच्चाई, प्यार, खुशी, पावर एक माध्यम होते हैं। धीरे-धीरे आत्मा की कला कम होते-होते आत्मा शक्तिहीन हो जाती है और उसमें बुराइयाँ, विकार प्रवेश करने लगते हैं। इसके बाद ही व्यक्ति गुस्सा, भूख और खुद को बड़ा दिखाने की दौड़ में शामिल हो जाता है।

पूर्व जस्टिस ईश्वरवै्या, हाई कोर्ट आ.प्र. ने विवेकपूर्ण रीति से स्पष्ट किया कि श्रीमद्भगवद् गीता में वर्णित युद्ध अहिंसक था न कि हिंसक और साथ-

साथ ये भी बताया कि गीता का ज्ञान सृष्टि चक्र में कलियुग के अंत में दिया गया।

जबलपुर से आई डॉ. पुष्पा पाण्डे ने तर्क संगत रूप से यह स्पष्ट किया कि गीता के ज्ञान दाता परमात्मा शिव हैं और श्रीकृष्ण सतयुग के प्रथम राजकुमार हैं। उन्होंने आगे कहा कि भगवान का जन्म मनुष्य सद्स्थ नहीं होता बल्कि उनका अवतरण होता है। वो परमात्मा प्रवेश करके हमें पुनः गीता ज्ञान देता है।

हरिद्वार से आए 108 सुश्री महंत

सावित्रीदास जी महाराज, श्री जानकी दास आश्रम तथा संत श्री महंत हेमानंद जी महाराज, अध्यक्ष श्री महंत परमानंद सरस्वती जी महाराज ट्रस्ट हरिद्वार ने भी अपने विवेकपूर्ण और ओजस्वी वाणी से सबको लाभान्वित किया।

इस कार्यक्रम में सबसे अद्भुत व सुंदर आकर्षण का केन्द्र चण्डीगढ़ के न्यायाधीशों, सरकारी अधिकारियों तथा समाजसेवकों आदि का उपस्थित होना था। जिसमें जस्टिस ए.एन. जिन्दल, रिटायर्ड जज, पंजाब व हरियाणा

हाई कोर्ट, एम.एम. अग्रवाल, रिटायर्ड जज, पंजाब हरियाणा हाई कोर्ट, जस्टिस बलदेव सिंह, रिटायर्ड जज, पंजाब व हरियाणा हाई कोर्ट, डिस्ट्रिक्ट व सेशन जज एस.के. अग्रवाल, डॉ. अमोद कुमार, डायरेक्टर, सी.एस.आइ.ओ., चण्डीगढ़, श्रवण सिंह, आइ.ए.एस., फाइनेशियल कमिश्नर हरियाणा, चण्डीगढ़ लायन्स क्लब के पूर्व गवर्नर आर.के. राणा, डॉ. अवधेय पाण्डे, हेड ऑफ द डिपार्टमेंट, ऑन्कोलाजी, जॉनल विजय सहगल, जगदीप सिंह चीमा, चेयरमैन, डॉ. अमरीक सिंह चीमा फाउण्डेशन ट्रस्ट, चण्डीगढ़, पूर्व जस्टिस इकबाल सिंह तथा कई सामाजिक सेवा संगठनों से जुड़े हुए अधिकारी उपस्थित रहे। कार्यक्रम का शुभारंभ नहीं सी बालिका के स्वागत नृत्य के साथ हुआ। क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. अचल ने आए हुए सभी लोगों का हृदय से स्वागत किया तथा क्षेत्रीय डायरेक्टर ब्र.कु. समीरचन्द ने कार्यक्रम का कुशल संचालन किया।

युवा आत्म विश्वास एवं सत्यता की शक्ति को सही दिशा दें : डॉ सुदर्शन

ब्रह्माकुमारीज युवा प्रभाग द्वारा 'सफलता की तलाश में युवा' पर त्रिदिवसीय सेमीनार का आयोजन

ज्ञानसरोवर। लीड इंडिया फाउण्डेशन 2020 के संस्थापक अध्यक्ष सुदर्शन आचार्य ने मुख्य अतिथि के रूप में युवाओं को मार्ग दर्शन दिया। उन्होंने कहा कि जिस प्रकार समय का प्रबंधन, आत्म विश्वास एवं सत्यता की शक्ति के आधार पर बापू ने जीवन में हर ऊँचाइयों को लुआ था, उसी प्रकार कोई भी इनको अपनाकर अपना जीवन सफल बना सकता है। उन्होंने आगे कहा कि आपका युवा काल ही भविष्य के जीवन की झाँकी है। अपना जीवन पशु-पक्षियों समान बनाने के बजाए स्वामी विवेकानंद, मदन टेरसा आदि के समान मूल्यवान और श्रेष्ठ बनाना चाहिए। उन्होंने युवाओं को हमेशा स्वस्थ रहने की प्रेरणा दी और साथ ही साथ मन को सही दिशा देकर अपने भविष्य को संवारने के लिए भी प्रेरित किया। उक्त उद्घरण ब्रह्माकुमारीज के युव विंग द्वारा 'सफलता की तलाश में युवा' विषय पर आयोजित सम्मेलन में

ब्र.कु. डॉ. निर्मला ने अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि सफलता का वास्तविक मतलब है हेल्थ, वेल्थ, हैपीनेस एवं अच्छे संबंधों की जीवन में उपस्थिति। इसके साथ ही जीवन में



ज्ञानसरोवर। दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. डॉ. निर्मला, सुदर्शन आचार्य, ब्र.कु. चंद्रिका। सांस्कृतिक प्रस्तुति देते हुए युवा।

उत्तम चरित्र का होना भी आवश्यक है। उन्होंने कहा कि मन की शुद्धि और विचारों की श्रेष्ठता से हमारा चरित्र श्रेष्ठ बनता है। इसके लिए हम सर्वशक्तिमान परमात्मा से शक्तियाँ प्राप्त करेंगे और ये संभव है। उन्होंने आगे कहा कि श्रेष्ठ चिंतन के लिए राजयोग का अभ्यास ज़रूरी है।

युवा प्रभाग को राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु. चंद्रिका ने कहा कि जीवन में हर व्यक्ति का अरमान होता है कि उसे ज्ञानसरोवर। राजीव गुप्ता, चीफ सेक्रेट्री, मिनिस्ट्री ऑफ यूथ अफेयर्स कोई काम करते हुए हम सफल जीवन की सीमा मिले। एंड स्किल डेवलपमेंट को शॉल ओढ़ाकर सम्मानित करने के पश्चात् प्रसन्नता का अनुभव करते हैं तो हम आधे सफल हुए प्रबंधन को महत्वपूर्ण बताते हुए कहा कि करवाया। उन्होंने आगे कहा कि हम और कार्य की समन्वयता पर अगर हम



सभी परमात्म पुत्र और पुत्रियाँ हैं, सफलता हम सभी का जन्मसिद्ध अधिकार है। उन्होंने सत्यता को अपनाने पर जोर देते हुए कहा कि किसी भी परिस्थिति हो, हमें सत्य का मार्ग नहीं छोड़ना है।

संस्थापक एवं अध्यक्ष युवा सेवा परिषद तथा नेहरु युवा संगठन से संबद्ध डॉ. चन्द्रशंखर प्राण ने विशेष अतिथि के रूप में अपने उद्बोधन में कहा कि अगर कोई काम करते हुए हम प्रसन्नता का अनुभव करते हैं तो हम आधे सफल हुए और कार्य की समन्वयता पर अगर हम

खुद को भरपूर अनुभव करें तो हम पूर्ण सफल हुए ऐसा माना जा सकता है। प्रक्रिया एवं परिणाम दोनों में आनंदित होने पर ही सफलता मान्य होगी। उन्होंने कहा कि ध्यान हमारे मन को सही दिशा में ले जाने का महत्वपूर्ण कार्य करता है, और

इसीलिए ध्यान का हमारे जीवन में बहुत महत्व है।

इंजीनियर्स एंड साइंटिस्ट विंग के राष्ट्रीय संयोजक एवं पर्यावरण प्रेमी ब्र.कु. मोहन सिंघल ने संस्था का विस्तृत परिचय दिया। साथ ही सम्मेलन के वैश्व ज्ञानसरोवर की विशेषताओं का भी सुंदर विवरण प्रस्तुत किया।

युवा प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. आत्म प्रकाश ने आये हुए अतिथियों के प्रति अपना हार्दिक आभार प्रकट किया। इसके पश्चात् ब्र.कु. इशिता ने युवाओं को राजयोग का अभ्यास कराया। ब्र.कु. कृति ने कार्यक्रम का कुशल संचालन किया। सभी युवाओं को ईश्वरीय सौगात प्रदान करने के साथ सम्मेलन का समापन किया गया।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आवू 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 (पेबल एट शान्तिवन, आवू 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 15th Sept-2014 संपादक: ब्र.कु. गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु. करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.वी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।