ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष-18 अंक- 12 सितम्बर -II (पाक्षिक) माउण्ट आबू Rs. 8.00

मेरा भारत स्वर्णिम भारत अभियान का भव्य शुभारंभ

➤ गुजरात के उपमुख्यमंत्री नितिनभाई पटेल ने हरी झंडी दिखाकर मेरा भारत स्वर्णिम भारत अभियान की पीस मैसेंजर बस को किया रवाना

➤ विशेष रूप से बनाई गई 'पीस मैसेंजर बस' स्वच्छता जागरुकता हेतु भारत भर में करेगी भ्रमण

अहमदाबाद। ब्रह्माकुमारीज़ के यूथ विंग की ओर से 'मेरा भारत स्वर्णिम भारत अभियान' का शुभारंभ पंडित दीनदयाल उपाध्याय ऑडिटोरियम, राजपथ क्लब लेन बोडकदेव में आयोजित गरिमामय समारोह में किया गया। मुख्य अतिथि गुजरात के उपमुख्यमंत्री नितिनभाई पटेल ने हरी झंडी दिखाकर पीस मैसेंजर बस को रवाना किया।

राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए उपमुख्यमंत्री नितिनभाई पटेल, स्वतंत्र निदेशक परेन्दु भगत, प्रसिद्ध फिल्म अभिनेता उपेन पटेल, ब्र.कु. चंद्रिका, ब्र.कु. सरला तथा अन्य।

सामाजिक सरोकार व सरकार के सहयोग से होगा भारत स्वच्छ

उपमुख्यमंत्री नितिनभाई पटेल ने कहा कि छोटा सा दीपक उजाला कर सकता है, हमने तो आज मशाल जलाई है। ये अभियान राष्ट्रीय एकता का प्रतीक है। ब्रह्माकुमारी संस्था ने आज बहुत ही अच्छे कार्य की शुरुआत की है, जो काम राज्य और केंद्र सरकार को करना चाहिए, वह यह संस्था कर रही है। इस अभियान की खासियत यह है आध्यात्मिकता के माध्यम से ये मानव मन में जागृति फैलाने का कार्य करेगा जिससे स्वच्छता के प्रति वे अपने दायित्व का निर्वहन करेंगे और इससे अस्वच्छता न करने की प्रेरणा को बल मिलेगा। उन्होंने कहा कि मेडिटेशन के माध्यम से विचारों के धरातल पर झाँककर न सिर्फ विकृत विचारों का दहन होगा बल्कि उन्नत और उत्कृष्ट विचारों का सृजन भी होगा, जिससे मानसिकता तथा नज़रिये में बदलाव आयेगा और ये अभियान निश्चित रूप से सफल होगा।

मशाल थमाकर किया आह्वान

इस अवसर पर ब्रह्माकुमारी संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका व यूथ विंग की चेयरपर्सन राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी ने यात्रा के मैनेजर ब्र.कु. मुकेश को मशाल थमाकर युवाओं में सकारात्मकता, स्वच्छता और आध्यात्मिकता की अलख जगाने का आह्वान किया तथा उन्होंने कहा कि आध्यात्मिक शिक्षाओं के ज़रिये 'वसुधैव कुटुम्बकम' की भावना को बल मिलेगा, और समाज में जो भी विसंगतियाँ हैं उससे सभी छुटकारा पायेंगे।

गुजरात ज़ोन की डायरेक्टर राजयोगिनी ब्र.कु. सरला दीदी ने कहा कि ये जागरुक युवा ही भारत को पुन: स्वर्णिम बनायेंगे। गुज़रात योजना आयोग के उपाध्यक्ष नरहरिभाई अमीन ने कहा कि ये संस्थान का एक बहुत ही सराहनीय कदम है जिससे स्वच्छता के प्रति लोगों में नि:संदेह जागृति आएगी।

अडानी ग्रुप के डायरेक्टर प्रणव अडानी ने कहा कि अभियान का कॉन्सेप्ट बहुत ही यूनिक है। राजयोग मेडिटेशन और योगा से ही हमारे अंदर पॉज़ीटिविटी आती है। इससे निश्चित ही युवाओं में परिवर्तन आएगा।

मेडिटेशन से पाया तनाव से निजात

बॉलीवुड एक्टर उपेन पटेल ने कहा कि जब से मैं इस संस्था से जुड़ा हूँ, मेरे अंदर काफी परिवर्तन आया है। पहले मुझे बहुत जल्दी गुस्सा आ जाता था और तनाव हो जाता था लेकिन मेडिटेशन के अभ्यास से अब जीवन में शांति की अनुभूति होती है। आज मैं बहुत खुश हूँ कि मैं ब्रह्माकुमारीज़ का स्टूडेंट हूँ। यहाँ के ज्ञान ने मेरा पूरा जीवन ही बदल दिया।

अंतर्राष्ट्रीय टैक्स एक्सपर्ट मुकेश पटेल ने माननीय प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी जी का अभियान के प्रति शुभकामना संदेश पढ़कर सुनाया।

इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन के स्वतंत्र निदेशक परेन्दु भगत (काकूभाई) ने भी अपने विचार व्यक्त किए।

यूथ विंग की नेशनल को-ऑर्डिनेटर राजयोगिनी ब्र.कु. चंद्रिका बहन ने अभियान का उद्देश्य और रूपरेखा बताते हुए कहा कि इस अभियान में ऐसे युवा भाई-बहनें शामिल हैं जो निर्व्यसनी और बालब्रह्मचारी जीवन जी रहे हैं, ये हमारी संपदा हैं। ये युवा आज स्वर्णिम भारत का सपना लेकर निकले हैं। उन्होंने अभियान के बारे में बताते हुए कहा कि संसार की तमाम समस्याओं का हल सकारात्मकता में ही है। यह सबसे बड़ी ताकत है।

पीस मैसेंजर बस करायेगी जनजागृति

पीस मैसेंजर बस तीन साल तक भारत वर्ष के गांव से लेकर कस्बों और शहरों में शांतिदूत बनकर जाएगी और इसके माध्यम से समाज के विशेष रूप से युवा भाई-बहनें तथा हर वर्ग के लोगों को शांति, स्वच्छता और जनजागृति का पैगाम देगी। ब्र.कु. कृति से सभी का स्वागत किया। स्वागत नृत्य अजय और नीमा स्कूल के छात्र-छात्राओं ने प्रस्तुत किया। मंच संचालन हैदराबाद के ब्र.कु. रामकृष्ण ने किया।

संस्कार से संसार परिवर्तन : शिवानी

फरीदाबाद सेक्टर-डी.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'द पैलेस-बैंक्वेट हॉल' में आयोजित 'इनर पॉवर, इनर पीस' विषय पर विश्व विख्यात जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा ब्रह्माकुमारी शिवानी ने कहा कि परिस्थितियाँ बाहर से नहीं आतीं, बल्कि ये अपने ही अंदर के कमज़ोर संकल्पों की रचना हैं। तो हमें इनसे घबराने के बजाय इनका सामना करना है। साथ ही उन्होंने जन्माष्टमी की बधाई देते हुए इसका आध्यात्मिक रहस्य भी स्पष्ट किया। उन्होंने कहा कि कृष्ण की दुनिया यानि सुंदर सतयुगी दुनिया आने का आधार स्वयं के संस्कार परिवर्तन हैं। कार्यक्रम में फरीदाबाद की विधायिका सीमा त्रिखा, जिला सत्र न्यायाधीश दीपक गुप्ता, मेयर सुमन बाला, डेप्युटी मेयर मनमोहन गर्ग सहित तीन सौ लोगों ने कार्यक्रम का भरपूर लाभ लिया।

ब्र.कु.शिवानी के साथ दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. ऊषा, ब्र.कु. हरीश, ब्र.कु. प्रीति, एच.के. बत्रा,एम.डी.,परफेक्ट ब्रेड, बी.एम. शर्मा,सेन्टेनियल गवर्नर,लायंस क्लब व अन्य।

'इच्छा' को बनायें इच्छाशक्ति

हमारी इच्छा वो हो जिसमें अच्छाई हो। यही तो समझ है। ज्ञान क्या है? जिसमें अच्छे और बुरे के अन्तर की समझ हो। यह जानकारी हो कि किसमें हमारा कल्याण है और किसमें हमारा अकल्याण है। जब हमें समझ मिलती है या ज्ञान मिलता है तो उसका पहला परिणाम ये हो कि हमारी जो हानिकारक इच्छायें थीं, वे समाप्त होनी चाहिए और हमारी इच्छाओं में लोक-कल्याण हो, सबका भला हो।

हम स्वयं को परमात्मा को समर्पण किसलिए करते हैं? लोक-कल्याण के लिए। यह हमारी इच्छा है। यह इच्छा मेरे लिए नहीं, लोक-कल्याण अर्थ। हवन करते हैं ना, किसलिए करते हैं? सारा मंत्र पढ़कर क्या करते हैं? यह अग्नि के लिए है, यह वायु के लिए है, यह आकाश के लिए है, मेरे लिए नहीं।

- ब्र.कु. गंगाधर

उसका भाव क्या है? घी को अग्नि में डालेंगे। अग्नि में डालेंगे तो सूक्ष्म हो जायेगा। सूक्ष्म होकर सारे वातावरण में मिल जायेगा। हमारे में दूसरों का भला करने की, दूसरों का कल्याण करने की भावना आयेगी। खायेंगे तो हम थोड़े लोग खायेंगे लेकिन वातावरण में मिल जाये तो सबको थोड़ा-थोड़ा मिल जायेगा। क्योंकि इसके पीछे त्याग भावना थी।

सब सुखी कैसे होंगे? हम भी समर्पण करते हैं लेकिन उसका भाव यही होता है कि हमारी जो शक्ति है, हमारा जो समय है, हमारी जो सम्पत्ति है, हमारा जो भी है, वह स्व-इच्छा के लिए नहीं, स्वार्थ के लिए नहीं, सब के लिए है।

कोई भी सत्संग होगा, तो क्या कहते हैं? सर्वे भवन्तु सुखिना.... सब सुखी हों। ऐसे ही हमारे कहने से सब सुखी हो जायेंगे क्या? अगर हमारे कहने से विश्व में सब सुखी हो जायेंगे तो इतने सब कार्यक्रम आदि करने की क्या ज़रूरत है, ऐसे ही हो जायेंगे। लेकिन ऐसा नहीं है। मनुष्य कर्मों से गिरे हैं और कर्मों से चढ़ेंगे। दु:ख और अशान्ति किससे मिलती है? बुरे कर्मों से। सुख और शान्ति कैसे मिलेगी? अच्छे कर्मों से। कर्म कैसे किये जाते हैं? संकल्प से। संकल्प कैसे ठीक होंगे? संस्कार को ठीक करने से और इच्छा को ठीक करने से। परमात्मा ने हमें एक बात बतायी है, स्व-परिवर्तन का नियम। संसार में आज तक यह बात किसी ने भी नहीं कही है। यह बात ''स्व-परिवर्तन से विश्व परिवर्तन'' एक क्रान्तिकारी नियम है। संसार में पहली बार यह बात परमात्मा द्वारा ही कही गयी है। ईश्वरीय ज्ञान ऐसा है कि इसकी तुलना या उपमा किसी भी दर्शनशास्त्र से नहीं हो सकती।

विश्व में परिवर्तन कैसे आयेगा? सब कहते हैं कि विश्व में परिवर्तन आना चाहिए, शान्ति होनी चाहिए। कैसे परिवर्तन आयेगा? क्या छू मंत्र से या किसी जादू से? कितना बड़ा विश्व है! बाप, बेटे एक दूसरे की बात नहीं मानते, पति पत्नी एक दूसरे की बात नहीं मानते। ऐसी स्थिति में संसार कैसे बदलेगा? ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय कहता है कि संसार बदल जायेगा। कलियुग चला जायेगा और सतयुग आ जायेगा। क्या कलियुग ऐसे ही चला जायेगा? अंग्रेज भारत छोड़कर नहीं जा रहे थे, उनको भगाना पड़ा, वो ऐसे ही चले गये क्या? तरीका अपनाना पड़ेगा। उसके लिए परमात्मा ने क्या तरीका बताया है? स्व-परिवर्तन से विश्व-परिवर्तन। परमात्मा का यह तरीका अति तार्किक है, कोई भी उसकी आलोचना नहीं कर सकता, उसको काट नहीं सकता, इसे अकाट्य प्रमाण कहते हैं!

संसार का एक सबसे बड़ा मौलिक नियम है ''कारण और परिणाम''। बिना कारण कोई परिणाम नहीं होगा। डॉक्टरी भी यही कहती है। अगर आप डॉक्टर के पास जाकर कहोगे कि मेरे पेट में दर्द है तो डॉक्टर पूछेगा कि क्या खाया था? ज़रूरत से ज़्यादा खा लिया होगा इसलिए पेट ख़राब हो गया। कोइ न कोई कारण ज़रूर है, तब तो यह परिणाम निकला। उसी प्रकार, संसार में दु:ख और अशान्ति है तो उसके कारण क्या हैं? दु:ख और अशान्ति तो परिणाम हैं ना, फल हैं ना! इनका बीज क्या है? उनका कारण क्या है? परमात्मा हमें समझाते हैं कि उनका कारण है, मनुष्य के बुरे कर्म। जब तक कर्म नहीं बदलेगा, तब तक परिवर्तन नहीं होगा।

विकर्मों पर जीत पाने से हम बनते कर्मातीत

भट्ठी माना योग अग्नि। भट्ठी माना अंदर ही अंदर अपने आपको सच्चा बनाने के लिए गलाना। जब तक सोने को गलाया नहीं जाता है तो सच्चाई पैदा नहीं होती है। पहले जब गलूँ तब सच्चाई का सोना बनूँ। आज का सोना कोई काम का नहीं है। सतयुग में सोना नया निकलेगा। तो अभी हमारे में सच्चाई ऐसी हो जो झूठ का नाम-निशान न रहे। नैचुरल रीयल सच्चा वेल्युबुल बनना है तो कैरेक्टर को सुधारना है। अगर मेरे लाइफ में सच्चाई नहीं है तो मेरी लाइफ क्या है? निश्चय में विजय है। सच्चाई क्या है? सफल हुआ पड़ा है, सिर्फ हमको हाँ जी कहना है।

बाबा कोई कर्मों का दण्ड नहीं देता है, लोग समझते हैं बाबा जानता है ना। वो इसलिए नहीं जानता है कि तुम खराब कर्म करो, वह तुमको सज़ा दे। नहीं। तुम थोड़ा भी गलत कर्म करते हो तो तुम ही अपने को सज़ा देते हो। तो बाबा अपने आपको कैसे फ्री कर देता है। कहता है मैं सज़ा नहीं देता हूँ। सभी अपने आपको सज़ा देते हैं, इसलिए कर्म पर बहुत ध्यान रखना है। ऐसे नहीं, बाबा हमको यह पता नहीं था। तो ऐसे अच्छे कर्म करें जो मेरे को देख सब अच्छा करें। मन्सा वृत्ति से, भावना से, वाचा बोल से, कर्म सम्बन्ध से सुख शान्ति की प्राप्ति होती है तो लगता है कि हम कौन हैं, किसके हैं, कहाँ रहते हैं, क्या करते हैं। हमारा बाबा अव्यक्त हो करके सेवा कर रहा है। तो अव्यक्ति स्थिति क्या है? व्यर्थ भाव या भान से परे यह वर्सा बाबा से ले लो। बाबा और वर्सा, बाप और वर्सा, उस घड़ी ऐसा कोई अनुभव करता है ना, तो लगता है कितने भाग्यवान हैं। उस घड़ी भी कोई साधारण बात करता है ना, ठीक है परंतु रियलाइज़ होता है, मैं साधारणता में नहीं आऊँ। यह वरदानी समय है। मेरा बाबा महादानी है, वरदानी है। अभी हर एक दिल से बोले मेरा बाबा, मीठा बाबा, प्यारा बाबा, शुक्रिया बाबा।

किसी ने मुझसे पूछा कि क्या निशानी है विकर्माजीत की? कोई विकल्प नहीं आयेगा, कोई व्यर्थ संकल्प नहीं आयेगा। विकर्माजीत वो बनेगा जिसको कर्मातीत बनने की लगन होगी। अब हम सबको कर्मातीत बनकर सम्पूर्ण बनना है ना। कोई इतनी भी कमी न हो। जैसा मेरा बाबा सम्पूर्ण है, यहाँ साकार में होते हुए पुरूषार्थ करता हुआ देखा, विकर्माजीत, कर्मातीत, सम्पूर्ण बनता हुआ देखा। भले बाबा है, सारी ज़िम्मेवारी बाबा के ऊपर है। भण्डारे में नमक है कि नहीं, बच्चों को कपड़ा है या नहीं, बाबा की ज़िम्मेवारी है, परंतु पुरुषार्थ में विकर्माजीत, कर्मातीत, सम्पूर्ण, फिर अव्यक्त फिर फरिश्ता। अब हरेक अपने आपको देखे। विकर्माजीत बनने से कर्मातीत भी बनते हैं और ऑटोमेटिक कर्म श्रेष्ठ होता है। कर्म छूटता नहीं है, कर्मों को श्रेष्ठ बनाने से सतयुगी प्रालब्ध बनेगी। कर्मातीत विकर्माजीत, सम्पूर्ण, अव्यक्त, फरिश्ता, यह भान ऐसा आता है, जो अहंकार मरा, अभिमान गया पर चलते-फिरते, खाते-पीते देह का भान न रहे तो विदेह, मुक्त।

दादी जानकी,मुख्य प्रशासिका

एकांतप्रिय रहो, भले बहुतों के बीच रहते हैं पर एकांत है मेरे लिए, कहेंगे टाइम नहीं है, लेकिन बहुत टाइम है। एक के अन्त में जाने की जो हॉबी है वो एकांतप्रिय, अंतर्मुखी, एकाग्रता की शक्ति को बढ़ाती है। फिर एकानामी से चलना, एकनामी, एक के नाम से हमारा सारा काम पूरा हो गया। एकानामी भी हुई, एकांतप्रिय भी हुए, एकाग्रता भी आ गई, तो कभी चलायमान या डोलायमान नहीं होते, अचल-अडोल रहते, यह है हमारा राजयोग। जो राजाओं का राजा बनाने वाला बाबा राजयोग सिखा रहा है।

डबल सेवा, अर्थात् कर्म के साथ शुद्ध वायब्रेशन्स भी

दादी हृदयमोहिनी,
अति. मुख्य प्रशासिका

अशरीरी बनना अर्थात् शरीर से गुम हो जाना, शरीर का भान ही नहीं रहे, उसके लिए थोड़ा अभ्यास और चाहिए जो एकदम हम बैठें और अशरीरी हो जायें। अभी सेवा का विस्तार है, इसलिए विस्तार में थोड़ा टाइम लगता है, लेकिन अंत में तो सेकण्ड की बात होगी। उस समय अगर हम अभ्यास करेंगे कि मैं आत्मा हूँ, मैं आत्मा हूँ... यह तो जैसे योद्धे हो गये, फिर सूर्यवंशी कैसे बनेंगे, इसीलिए अभ्यास तो अभी से ही करना है।

शुरू में बाबा भी अमृतवेले के योग के बाद पाण्डव भवन के आंगन में पहाड़ी थी, उस पर खड़े होकर योग कराते थे, बाबा की दृष्टि ऐसी पड़ती जो हम सब अशरीरी हो जाते थे। कुछ भी सुधबुध नहीं होती थी, एकदम अशरीरी अवस्था में बाबा भी लाइट हाउस और हम भी जैसे लाइट हाउस बनके खड़े हैं। तो यही प्रैक्टिस अन्त में काम आयेगी। बिना अशरीरी बनने के अभ्यास के हम पास कैसे होंगे, तो अन्त के सरकमस्टांस अनुसार, हालातों के अनुसार अशरीरी बनने का अभ्यास बहुत-बहुत ज़रूरी है। अंत में अगर हम बाबा से मदद मांगेंगे तो फिर बाबा क्या करेगा! उस समय बाबा-बाबा कहने से क्या होगा! अगर बाबा के सामने फरियादी बन करके गये, तो यह फरियाद करना योग तो है ही नहीं। इसीलिए हम समझते हैं कि यह जो भट्ठियाँ हो रही हैं यह बहुत ज़रूरी हैं, किसी को भी मिस नहीं करनी चाहिए। भट्ठी में नैचुरल बाबा का बल एक्स्ट्रा होता है क्योंकि प्रोग्राम बाबा ही देता है। लेकिन हम यह अभ्यास लगातार करते चलें। हमने देखा है प्रोग्राम प्रमाण मदद मिलती है, वह प्रोग्राम ही एक लिफ्ट होता है, जिससे सहज प्राप्ति होती है वह ठीक है, लेकिन जब तक अपने मन का उमंग नहीं आया है, तो अविनाशी नहीं रहेगा। मन में एकदम लग जावे। कोई भी बात देखो दु:ख की भी दिल में लग जाती है या खुशी की दिल में लग जाती है, तो वह मिटना बहुत मुश्किल है, कितना प्रयत्न करते हैं। कोई का कोई शरीर छोड़ता है, अगर उसके दिल में लग जाता है, तो वह भूलना बहुत मुश्किल होता है। दु:ख का जो रूप होता वह उस समय दिखाई देता है। एक बारी बाबा ने बहुत अच्छी बात सुनाई थी, बाबा ने कहा - बच्चे समझते हैं हम सेवा बहुत अच्छी करते हैं, ज़िम्मेवारियाँ हैं ना, ज़िम्मेवारियाँ निभा रहे हैं, वह भी तो देखना है। तो बाबा ने कहा यह क्या बड़ी बात है, अज्ञानी भी तो बड़ी-बड़ी फैक्ट्रियाँ चलाते हैं, हज़ारों लोगों को कंट्रोल करते हैं। वह भी तो अपनी ज़िम्मेवारियाँ निभाते हैं, अगर आप ज्ञानियों ने अपनी ड्युटी अच्छी तरह से निभाई तो क्या बड़ी बात है। हमारे में और उन्हों यही अन्तर है कि हम डबल काम करते हैं, हमारा आध्यात्मिक वायब्रेशन भी वायुमण्डल में फैलता है, और दूसरा, कर्म का भी बल मिलता है। हमारी डबल सेवा है, हमारी नवीनता यह है। और वह नवीनता अगर हमारे में नहीं है तो दुनिया वाले भी बहुत रेसपॉन्सिबिलिटी सम्भालते हैं। दुनिया चल तो रही है ना। कोई तो अच्छे होंगे, भले मैजॉरिटी उल्टे हैं, लेकिन कोई तो अच्छे होंगे ना, जिससे चल रहा है। तो बाबा ने यही कहा कि यह नहीं समझो हमारे पास बहुत काम है, ड्युटी निभानी है। उसी में ही बुद्धि जाती है। इसमें नई बात क्या है? दुनिया वाले सारा सम्भाल रहे हैं, आप भी सम्भाल रहे हैं, क्या बड़ी बात है? लेकिन बड़ी बात है डबल कमाई करने की। हमको बाबा की मदद है, उन बिचारों को बाबा की मदद तो नहीं है ना। फिर भी काम तो करते हैं, ड्युटी तो सम्भालते हैं ना! ड्युटी सम्भालनी है, एक्यूरेट करनी है, वह तो होना ही है, क्योंकि आपको डबल शक्ति है। बाबा की गुप्त मदद से ही सारी कारोबार चल रही है, बाबा बुद्धिवानों की बुद्धि टच करके निमित्त बनाता है। है तो बाबा की कमाल। हम लोगों का भाग्य बीच में बन जाता है। बाबा खुश होके हमें दे देता है, खुद तो लेने वाला है ही नहीं ना, इसलिए हमको फल दे देता है और मेहनत खुद करता है। तो हमको बाबा की मदद एक्स्ट्रा है। तो हमारा एक्स्ट्रा कुछ होना चाहिए ना। साधारण थोड़ेही होना चाहिए!

बाबा हम सबको कहते हैं बच्चे अचानक कुछ भी हो सकता है, इसलिए समय अनुसार सभी एवररेडी रहो। कोई भी सीन पूछके तो नहीं आयेगी। किसकी भी डेट फिक्स नहीं है। ज्योतिषी भले बताते होंगे, बाकी बाबा ने तो बताई नहीं है। न समय की डेट बताई है, न हरेक को अपनी डेट का पता है, किसको पता है क्या? हमारी टिकट इस समय कटने वाली है, यह किसीको पता है?

ओ.आर.सी.-भोड़ाकलाँ(गुरूग्राम)। श्रीकृष्ण जन्माष्टमी के अवसर पर भव्य आयोजन में श्रीकृष्ण की अद्भुत झाँकियों की झलक पाने के लिए उमड़ी श्रद्धालुओं की भीड़। कार्यक्रम में शरीक हुए स्थानीय जिला पार्षद सुशील चौहान एवं भोड़ाकला के सरपंच यजवेन्द्र शर्मा। इस अवसर पर पूरा ही परिसर बिजली की जगमगाहट से रोशन, नैसर्गिक एवं अलौकिक प्रतीत हो रहा था। झाँकी का उद्घाटन ब्र.कु. आशा दीदी, ब्र.कु. बृजमोहन तथा गणमान्य लोगों ने किया।

समझें दीपावली का मर्म

आज हम दीपावली को अच्छी तरह से मनाते हैं, उसके लिए तैयारियाँ भी खूब करते हैं। तैयारियों के साथ-साथ अपना उमंग-उत्साह बढ़ाने के लिए अलग-अलग तरह के मिष्ठान बनाना, बाँटना, एक दूसरे को भेंट देना आदि आदि कार्यक्रम पुरज़ोर तरीके से चलता है। इसमें हम सब बड़ी खुशी से शामिल होते और करते भी हैं, फिर भी कहीं न कहीं इसके साथ न्याय अभी तक पूर्ण रूप से नहीं हो पाया है। तो आज हम इसके साथ न्याय कैसे हो, उसपर चर्चा करेंगे...

दीपावली दीपमाला या अंधकार से प्रकाश की ओर जाना या विजय उत्सव या बुराई पर अच्छाई की जीत का प्रतीक है। कहा जाता है कि जब रामचन्द्र जी रावण पर विजय प्राप्त कर अयोध्या लौटे तो पूरे अयोध्या नगर को दीपों से सजा दिया गया। तभी से इस त्योहार को मनाया जाता है। साथ ही यह भी मान्यता है कि घोर अमावस्या पर श्रीलक्ष्मी का आगमन तब होता है जब हम दीपक जलाकर उनका आह्वान करते हैं, और धन हमारे घर में बरसता है। ये मान्यतायें शुरू से चली आ रही हैं और आप भी इसमें शामिल हैं। लेकिन इन मान्यताओं को हम परिणाम के आधार से ही मानते हैं। लेकिन कोई भी परिणाम किसी कार्य से शुरू हुआ होगा ना, तब जाकर उसका परिणाम निकलकर आता है। अगर दीपक ही जगाना होता तो हम किसी भी समय जगा देते, लेकिन एक विशेष लक्ष्य को लेकर इन त्योहारों का मनाना होता है। इसमें कुछ आध्यात्मिक रहस्यों को लेकर ही ये त्योहार आगे बढ़ते हैं।

अब दीपावली आने वाली है, कुछ दिन में सबलोग अपने घरों की सफाई करेंगे, रंगाई-पुताई करेंगे, क्योंकि उनको विश्वास है कि सफाई से घर में लक्ष्मी आती है। क्या आपको ऐसा लगता है? अगर इंसान मन से बहुत गंदा हो, और घर को साफ-सुथरा रखे तो उस घर में आपका रहने का मन करेगा? घर तो बहुतों के बहुत साफ होते हैं, बहुत सारे नौकर-चाकर लगे होते हैं, लेकिन उनके घर में घुसते ही वहाँ का वायब्रेशन हमें तंग कर देता है। कारण, कि अंदर जबतक हमारा मन ठीक नहीं होगा, तो घर के वायब्रेशन में भी वही सारी चीज़ें होंगी। तो लक्ष्मी, जो धन की प्रतीक हैं वो उनके वहाँ निवास करती हैं जिनका मन साफ हो। अगर किसी के पास धन इकट्ठा हो भी गया है, क्योंकि आप इसको उल्टा भी लेते हैं, कि ऐसा नहीं है कि धन उसके पास होता है जिसका मन अच्छा है, लेकिन आज धन उनके पास ज़्यादा है जिनका मन अच्छा नहीं है, निश्चित ही उनके पास धन ज़्यादा होगा लेकिन वो धन को लेकर खुश नहीं होगा, हमेशा किसी न किसी बात से परेशान रहेगा, क्योंकि वो गलत तरीके से आया हुआ है। इसलिए हमें अपने मन के घर को अच्छी तरह से देखना है। उसके कोने-कोने में जाकर बुराई, ईर्ष्या, नफरत रूपी जाले को अच्छी तरह से निकालकर, फिर उसको गुणों आदि से रंगाई-पुताई कर उसको ठीक करना है ताकि एक छोटा सा दाग भी ना रहे। आपने देखा होगा कि जब दीपक जलता है, अगर उसमें छोटा सा भी कीड़ा गिर जाए, या कोई ऐसी चीज़ फँस जाये बाती के साथ तो वो दीपक बुझ जाता है। वैसे ही अगर थोड़ी भी हमारे अंदर उलझन होगी, मन में तकलीफ होगी, किसी की बात को लेकर उलझन होगी तो उस आत्मा की लौ अर्थात उमंग-उत्साह, उसका प्रकाश अर्थात उसका वायब्रेशन किसी को प्रभावित नहीं करेगा। उसके पास कोई बैठेगा नहीं, उसके पास कुछ टिकेगा नहीं। चाहे धन हो, चाहे सम्बंध हो, सभी उससे दूर भागेंगे। इसीलिए दीपावली पर्व को अंधकार पर प्रकाश के विजय का प्रतीक माना जाता है। अर्थात् मन में किसी भी तरह का अंधकार जो हमारी लौ को धीमा कर रहा हो, उलझा रहा हो, वो हमारे प्रकाश को फैलने नहीं देगा। हम सिमट कर रह जाते हैं। आज आध्यात्मिक होने के बावजूद भी बहुत सारी आत्मायें ईर्ष्या द्वेष से भरी हुई होती हैं। वो अपने प्रकाश को निरंतर धुमिल करती रहती हैं। दीपावली अपने आप में सभी आत्माओं की सम्पूर्ण जागृति का त्योहार है। अगर हम थोड़ा भी किसी बात को लेकर तंग होते हैं, तो परमात्मा कहते कि तुम्हारी आत्मा की ज्योति कम हो रही है। है कि नहीं ऐसा? संसार एक रंगमंच है, और उस रंगमंच पर सभी आत्मायें अपने-अपने प्रकाश के हिसाब से सभी को अपनी ओर आकर्षित कर रही हैं। तभी तो संसार में हर एक अपने-अपने दायरे के हिसाब से अपने सम्बन्धों के साथ न्याय कर रहा है। जीवनदान सभी को देने के लिए हमें अपने प्रकाश पर निरंतर ध्यान रखना है, उसमें योग अर्थात् परमात्मा से जुड़ाव का घी डालते जाना है, जिससे हम उस प्रकाश को अगर किसी को दें तो उसका दीपक जल जाये, जो हर एक आत्मा की मूलभूत आवश्यकता है। आप सोचिये ज़रा अगर हर एक आत्मा अपने प्रकाश को बढ़ा ले तो कितनी सुंदर दीप माला बन जायेगी। वो जहाँ खड़े होंगे, उससे कितनी आत्माओं का जीवन बदल जायेगा। तब जाकर दीपावली के साथ सच्चा न्याय होगा।

जीवन में हर दिन हो दिवाली, ध्यान रखें यह बातें...

- रोज़ सुबह अमृतवेले विशेष रूप से चार बजे उठकर अपने बारे में कुछ अच्छी बातें लिखें। सोचे नहीं लिखें। लिखना बहुत ज़रूरी है।
- जो चीज़ लिखा, उसको लगातार चालीस दिन अभ्यास में लायें, जैसे मैं अच्छा हूँ, मैं सबके लिए शुभ सोचता हूँ,
- किसी के प्रति कोई बुरा भाव नहीं है, मेरा जीवन सुलझा हुआ है, मैं सबका जीवन सुलझाने वाला हूँ।
- कुछ भी अब मुझे नहीं सोच लेना है, बस कुछ श्रेष्ठ सोचना है और श्रेष्ठ करना है, इसलिए बहुत बहुत बहुत ध्यान रखना है। यहाँ ये शब्द इतनी बार इसलिए हम दोहरा रहे हैं कि ध्यान अर्थात् अटेंशन ही हमारी आत्मा की ज्योति को हमेशा प्रकाशित होने में मदद करेगा। हमारा अटेंशन जैसे ही खत्म होता है, हम सबकुछ वैसे ही करने चले जाते हैं।
- दीपावली के दिन सुबह सुबह लोग दरिद्रता को भगाने के लिए सूप बजाते हैं, अर्थात् अटेंशन दिलाते हैं कि अब मैं सुधर चुका हूँ, मेरे अंदर ज्ञान धन आ चुका है। अब तुम यहाँ भटको नहीं, जाओ हमेशा के लिए, ना कि एक साल के लिए। यदि हम ऐसे कुछ प्रयोग अभी से करना शुरू कर दें तो सच्ची दीपावली मनाने में हम सफल होंगे ही।

कोलकाता-प.बंगाल। राज्यपाल महोदय केशरी नाथ त्रिपाठी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कानन। साथ हैं ब्र.कु. सिंह भाई, ब्र.कु. अंजली तथा अर्चना तिवारी।

राँची-झारखण्ड। राज्यपाल महोदया द्रौपदी मुर्मू को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला।

दिल्ली-वसंत विहार। पूर्व लेफ्टिनेंट गवर्नर तेजेन्द्र खन्ना को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. क्षीरा।

सोडाला-राज.। राष्ट्रीय मुस्लिम मंच पर आर.एस.एस. लीडर इन्द्रेश कुमार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. स्नेह।

नालागढ़-हि.प्र.। के.सी.एल. लि. कम्पनी के जी.एम. योगेश जैन को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. राधा। साथ हैं ब्र.कु. अनीता तथा अन्य।

दरभंगा-बिहार। प्रसिद्ध गायिका शारदा सिन्हा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रानी दीदी। साथ हैं ब्र.कु. आरती।

नई दिल्ली। फिनान्स मिनिस्टर अरुण जेटली को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. आशा दीदी,निदेशिका,ओ.आर.सी. गुरूग्राम।

शिकागो। रक्षाबंधन के कार्यक्रम में नीता भूषण,काउंसिल जनरल ऑफ इंडिया,शिकागो को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा,दिल्ली, ब्र.कु. मृत्युंजय,माउण्ट आबू तथा शिकागो ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्रों की संयोजिका ब्र.कु. मैरी।

कोटा-राज.। सांसद ओम बिरला को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति।

फरीदाबाद-हरियाणा। सामाजिक न्याय एवं विकास राज्यमंत्री किरहन पाल जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. हरीश बहन।

पलवल-हरियाणा। हथीन के विधायक कहर सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. राज बहन। साथ हैं ब्र.कु. राजेन्दर।

पाओंटा साहेब-हि.प्र.। विधायक किरनेश जंग को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निशू।

अपेक्षा सबसे पहले स्वयं से, इसलिए दूसरों से भी

-गतांक से आगे...

प्रश्न:- वास्तव में सबसे बड़ी बात कि गुस्सा जो हमारे नियंत्रण में था, हमने उसे कभी गलत नहीं माना। हम सब जानते थे लेकिन हमसे वो नियंत्रित ही नहीं हो रहा था। क्योंकि हमारी छोटी-छोटी आदतें, एक तो चिढ़, फिर उसके बाद जो हताशा होने लगती है, फिर ऐसा ही कुछ और.....।

उत्तर:- यह एक समान नहीं है, वो तो बढ़ता जाता है। मान लो 99 डिग्री बुखार है तो वो सन्ताप है, आपने उस स्तर पर उसका इलाज नहीं किया, फिर तो वो धीरे-धीरे बढ़ेगा ही। गुस्सा का जो दूसरा रूप है वो है - हताशा। हमें चिढ़ तब हो रही थी जब चीज़ें हमारे समय के अनुसार नहीं हो रही थीं और हताशा इससे एक कदम आगे है। हम चाहते हैं कि हरेक को मेरे अनुसार काम करना चाहिए, हरेक को मेरे अनुसार चलना चाहिए, मैंने जितना सोचा उतना काम पूरा होना चाहिए। इसमें अपेक्षा का बहुत बड़ा रोल सामने आ जाता है। जहां मेरी अपेक्षा पूरी नहीं होती है तब मैं निराश हो जाती हूँ। अपेक्षा हमें स्वयं से भी होती है तो लोगों से भी होती है। कई बार बहुत सारे लोग इसलिए भी निराशा में रहते हैं, क्योंकि वो अपनी अपेक्षाओं को पूरा नहीं कर पाते हैं। निराशा की स्थिति में भी कई बार वो अंदर से बाहर नहीं निकलता है, लेकिन अंदर ही अंदर वो जमा होता जाता है।

प्रश्न:- सच है। हमें यह महसूस करने की आवश्यकता है। आज हमें 'गुस्से' से जुड़ी हुई बहुत सी बातें करनी थी लेकिन हमें जो बात समझ में आई है कि सुबह जो है वो मेरी अपनी है, मैं वास्तव में समझ गई कि दिन हमारा अपना है, अपना ध्यान रखने के लिए वो जो सुबह का दृश्य है उसे पुन: क्रियेट करना है। एक ऐसा बिलीफ सिस्टम लेकर चलना है कि 'यह नैचुरल नहीं है' मेरे बच्चे शांति से तैयार होकर स्कूल चले जायें और मैं जो हूँ, जहां भी जाना है या घर पर ही रहना है या बाहर ऑफिस में भी जाना है तो बहुत ही शांति से और स्थिरता से जाऊँ। दूसरी बात, अगर हम चिढ़ और निराशा की बात करते हैं तो इसे हमने अपनी ज़िंदगी का हिस्सा बना लिया है। जब समय के अनुसार काम नहीं होता है तब हम गुस्सा हो जाते हैं। और जब लोग हमारी तरह काम नहीं कर रहे होते हैं तब हम हताश हो जाते हैं। इन दो चीज़ों को हम अच्छी तरह से समझ लें, रुक जायें और अच्छी तरह से सोच कर काम करें। इसे हम एक दिन ट्राय करें, हम गुस्सा न हों, और वो अपने लिए किसी और के लिए नहीं।

-ब्र.कु.शिवानी,जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

गुस्सा तो हम कम्प्यूटर से हो रहे होते हैं, कम्प्यूटर को कोई फर्क नहीं पड़ने वाला है कि हम गुस्सा हो रहे हैं या नहीं। महत्वपूर्ण यह है कि हम इसे अपने लिए करके देखें। फिर जो आपके खुशी का इंडेक्स है उसे हम चेक करें कि यह कहां तक पहुंचा है।

कोशिश आपको करनी है। इसे हम साथ मिलकर करेंगे क्योंकि ध्यान तो हमें अपना रखना है। हम बार-बार ये कहते हैं कि हम सबका ध्यान रखते हैं, हमें नहीं पता था हम क्यों अपना ध्यान नहीं रखते हैं, क्योंकि हमें पता ही नहीं था कि ध्यान कैसे रखना है। अब हमें उसका प्रोसीज़र पता चला। जैसे ही हमें यह पता चल जाता है तो ये चीज़ें हम अपने लिए कर सकते हैं, कोई और दूसरा इसमें शामिल नहीं है, किसी को साथ लेकर नहीं चलना सिर्फ अपने साथ ये काम करना है। -क्रमश:

स्वास्थ्य विभिन्न धातुओं का शरीर पर प्रभाव

सोना

सोना एक गर्म धातु है। सोने से बने पात्र में भोजन बनाने और करने से शरीर के आंतरिक और बाहरी दोनों हिस्से कठोर, बलवान, ताकतवर और मज़बूत बनते हैं और साथ साथ सोना आँखों की रोशनी बढ़ाता है।

चाँदी

चाँदी एक ठंडी धातु है, जो शरीर को आंतरिक ठंडक पहुंचाती है। शरीर को शांत रखती है इसके पात्र में भोजन बनाने और करने से दिमाग तेज़ होता है, आँखें स्वस्थ रहती हैं, आँखों की रौशनी बढ़ती है और इसके अलावा पित्तदोष, कफ और वायुदोष भी नियंत्रित रहता है।

काँसा

काँसे के बर्तन में खाना खाने से बुद्धि तेज़ होती है, रक्त में शुद्धता आती है, रक्तपित शांत रहता है और भूख बढ़ती है। लेकिन काँसे के बर्तन में खट्टी चीज़ें नहीं परोसनी चाहिए, खट्टी चीज़ें इस धातु से क्रिया करके विषैली हो जाती हैं जो नुकसान देती है। काँसे के बर्तन में खाना बनाने से केवल 3 प्रतिशत ही पोषक तत्व नष्ट होते हैं।

तांबा

तांबे के बर्तन में रखा पानी पीने से व्यक्ति रोग मुक्त बनता है, रक्त शुद्ध होता है, स्मरण-शक्ति अच्छी होती है, लीवर संबंधी समस्या दूर होती है, तांबे का पानी शरीर के विषैले तत्वों को खत्म कर देता है इसलिए इस पात्र में रखा पानी स्वास्थ्य के लिए उत्तम होता है। तांबे के बर्तन में दूध नहीं पीना चाहिए, इससे शरीर को नुकसान होता है।

पीतल

पीतल के बर्तन में भोजन पकाने और करने से कृमि रोग, कफ और वायुदोष की बीमारी नहीं होती। पीतल के बर्तन में खाना बनाने से केवल 7 प्रतिशत पोषक तत्व नष्ट होते हैं।

लोहा

लोहे के बर्तन में बना भोजन खाने से शरीर की शक्ति बढ़ती है, लौहतत्व शरीर में ज़रूरी पोषक तत्वों को बढ़ाता है। लोहा कई रोग को खत्म करता है, पांडू रोग मिटाता है, शरीर में सूजन और पीलापन नहीं आने देता, और पीलिया रोग को दूर रखता है। लेकिन लोहे के बर्तन में खाना नहीं खाना चाहिए क्योंकि इसमें खाना खाने से बुद्धि कम होती है और दिमाग का नाश होता है। लोहे के पात्र में दूध पीना अच्छा होता है।

स्टील

स्टील के बर्तन नुकसानदायक नहीं होते, क्योंकि ये ना ही गर्म से क्रिया करते हैं और ना ही अम्ल से। इसलिए नुकसान नहीं होता है। इसमें खाना बनाने और खाने से शरीर को कोई फायदा नहीं पहुँचता तो नुकसान भी नहीं पहुँचता।

एल्युमिनियम

एल्युमिनियम बॉक्साईट का बना होता है। इसमें बने खाने से शरीर को सिर्फ नुकसान होता है। यह आयरन और कैल्शियम को सोखता है इसलिए इससे बने पात्र का उपयोग नहीं करना चाहिए। इससे हड्डियाँ कमज़ोर होती हैं। मानसिक बीमारियाँ होती हैं, लीवर और नर्वस सिस्टम को क्षति पहुंचती है। उसके साथ साथ किडनी फेल होना, टी. बी., अस्थमा, दमा, वात रोग, शुगर जैसी गंभीर बीमारियाँ होती हैं। एल्युमिनियम के प्रेशर कूकर में खाना बनाने से 87 प्रतिशत पोषक तत्व खत्म हो जाते हैं।

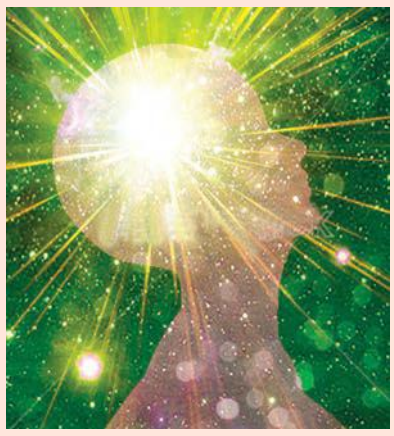
मिट्टी

मिट्टी के बर्तनों में खाना पकाने से ऐसे पोषक तत्व मिलते हैं, जो हर बीमारी को शरीर से दूर रखते हैं। इस बात को अब आधुनिक विज्ञान भी साबित कर चुका है कि मिट्टी के बर्तनों में खाना बनाने से शरीर के कई तरह के रोग ठीक होते हैं। आयुर्वेद के अनुसार, अगर भोजन को पौष्टिक और स्वादिष्ट बनाना है तो उसे धीरे-धीरे ही पकना चाहिए। भले ही मिट्टी के बर्तनों में खाना बनने में वक़्त थोड़ा ज़्यादा लगता है, लेकिन इससे सेहत को पूरा लाभ मिलता है। दूध और दूध से बने उत्पादों के लिए सबसे उपयुक्त है मिट्टी के बर्तन। मिट्टी के बर्तन में खाना बनाने से पूरे 100 प्रतिशत पोषक तत्व मिलते हैं। और यदि मिट्टी के बर्तन में खाना खाया जाए तो उसका अलग से स्वाद भी आता है।

पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

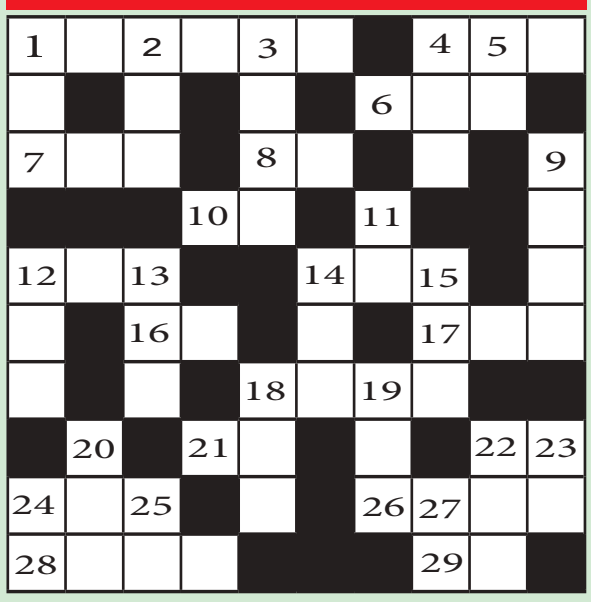
मन की सबसे बड़ी बाधा हमारा भावनात्मक देह है। जिस प्रकार पानी के आगे रुकावट आ जाने से पानी सहज ही दूसरी तरफ रास्ता बदल लेता है, वैसे ही हमारे भावनात्मक मन में अगर किसी भी तरह की भावना या भय के कारण कोई नकारात्मकता प्रवेश करती है तो वो अपना रास्ता सहज बदल लेता है। इसी को आम भाषा में दिल भी कहते हैं।

जिस प्रकार जब किसी को हम बहुत प्यार करते हैं, तो हम सिर्फ प्यार करते हैं, ना कि कोई तर्क करते हैं। क्योंकि प्यार में तर्क अर्थात् लॉजिक या विश्लेषण(इंटरप्रेटेशन) की ज़रूरत नहीं होती। वैसे ही इस भावनात्मक मन की जो नींव है, वो प्यार व स्नेह के साथ जुड़ी होती है। आपके अंदर जो प्यार दिल की गहराई में है, वो आपको किसी भी व्यक्ति से सुरक्षा प्रदान करता है। तो व्यक्ति कभी भी असुरक्षित महसूस नहीं करता। जैसे ही उसको सुरक्षा नहीं मिलती, तो वो सुरक्षा की तलाश में बाह्य व्यक्ति, परिस्थिति या किसी और से सुरक्षा की आपूर्ति करता है। या आम भाषा में कहें तो वो उससे प्यार पाना चाहता है। इसी को हम आंतरिक शिशु भी कहते हैं। इसको हम आम भाषा में समझाना चाहें तो कह सकते हैं कि हम चाहे शरीर से कितने भी बड़े हो जाएं, लेकिन हमारे अंदर जो मन है, वो इस बात के लिए कभी भी सहमत नहीं होता कि लोग मेरे से प्यार से बात ना करें, कोई मेरे से ना मिले, उसको भी प्यार चाहिए। आत्मा प्यार से ही बनी है, चाहे वो छोटी हो, बड़ी हो या बुज़ुर्ग हो, सबके अंदर ये चीज़ें हैं। तो आपके अंदर का जो मन है, जिसके साथ शुरू में जो घटनायें जिनको लेकर घटी हैं, वो बच्चा छोटे से लेकर उस व्यक्ति से वैसे ही मिलता है जैसे शुरू में वो उसके साथ मिला। जैसे अगर कोई किसी से डर से मिला, क्रोध से मिला,



निराशा से मिला, तो वो बच्चा उस व्यक्ति से आजीवन वैसे ही मिलता है। उदाहरण के लिए, जैसे किसी ने किसी बच्चे को बोल दिया कि तुम बहुत खाते हो, तुम भोंदू हो, तुम आलसी है, तो वो बच्चा जब उस व्यक्ति को देखेगा तो उसकी ओर नफरत से बात करेगा कि ये मुझे ऐसा क्यों बोलता है। और यही सभी आजकल बिना जाने समझे बच्चों से कहते रहते हैं। प्यार का अभाव या बच्चों को वो ना देना जो उनको चाहिए उसका अभाव आज उन्हें डिप्रेशन की तरफ ले जा रहा है। ये आंतरिक शिशु शुरू के बारह महीने के अनुभव के आधार से ही सबकुछ करता है। और लगभग एक से लेकर चार वर्ष के अंदर उसके अंदर ये बिलीफ पक्का हो जाता है, जिसके आधार से उसके अंदर तीन मान्यतायें घर कर जाती हैं। पहला सुरक्षा का अभाव, दूसरा माता पिता के प्यार का अभाव और तीसरा अस्तित्व हानि का अभाव, जिसकी चर्चा हम पहले कर चुके हैं। उसकी गहराई में जाकर आज हम आपको बताना चाहते हैं। कि जैसे ही किसी बच्चे को सुरक्षा का अभाव या मौत का डर लगता है तो वो क्रोधी स्वभाव का हो जाता है। दूसरा, जिसके माता पिता ने बच्चे की सिर्फ शारीरिक आवश्यकताओं का ध्यान रखा, लेकिन पूरा प्यार नहीं दिया, उन्हें लगता है कि वे किसी चीज़ के लायक नहीं हैं, खासकर प्यार के। ऐसे बच्चे बड़े होकर दूसरों को प्यार देते हैं, लेकिन जिसको वो प्यार करते हैं वो उसको प्यार नहीं करता। और तीसरा, जिन बच्चों को कभी अकेला नहीं छोड़ा जाता, वे बच्चे अपने अस्तित्व के लिए चिंतित हो जाते हैं और बार-बार खुद को घर से छुड़ाकर भागने की कोशिश करते हैं, उन्हें स्वतंत्रता चाहिए। वे बार-बार अपने माता पिता से कहते हैं कि मुझे आप पर भरोसा नहीं हैं। ऐसे बच्चे अपना अस्तित्व बनाने हेतु घर से भाग जाते हैं। तो ऐसे तीनों तरह के जो डर हैं वो सभी के अंदर लगभग-लगभग हैं। अभी इन डरों के कारण ही लोग गलतियां कर रहे हैं, लेकिन इसका रूप तो अंदर समाया हुआ है।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-24-2017



बनें विजेता : पहेली के कॉलम को काटकर व पेपर पर चिपकाकर उसके साथ उसका जवाब लिखकर हमें इस मीडिया के पीछे लिखे हुए पते पर भेजें। एक वर्ष के भीतर पूछे गए सभी पहेलियों में जिसका सबसे ज्यादा सही जवाब होगा उन्हें विजाताओं के लिस्ट में शामिल किया जाएगा और वर्ष के अंत में उन्हें आकर्षक ईनाम दिया जाएगा। इसलिए पहेली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहेली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

पहेली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहेली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहेली का जवाब भेजें तो उस लिफाफे पर आप अपना भी पूरा पता अच्छी लिखावट में लिखें, अपना मोबाइल नम्बर और हो सके तो अपना ई.मेल आईडी भी लिखकर भेंजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

1. पूजा, आराधना, नमन (3)
2. श्रीकृष्ण का सबसे प्रिय खाद्य पदार्थ (3)
3. मुस्लिम सम्प्रदाय का पवित्र मास(4)
4. .... भी देह अभिमान की निशानी है, अहम् (3)
5. अनाज का एक कण, अन्न, चबेना (2)
9. वस्त्र, पोशाक (4)
11. .... तो बिठो नच, सत्य (2)
12. माया बड़ी....है, कठिन (3)
13. अभिवादन, नमस्कार (3)
14. बहुमूल्य, कीमती (3)
15. लगी....बस एक यही हमें तपस्या (3)
18. यादवों के पेट से निकलने वाला उनका विनाशकारी यन्त्र (3)
19. हकदार, अधिकारी (3)
20. भक्ति मार्ग का सबसे बड़ा भक्त(3)
22. प्रमुख, मुख्य (3)
23. आत्मा, जीवन, प्राण (2)
24. रावण की बेटी, तुम बच्चों का मुख्य शत्रु (2)
25. निर्वस्त्र, सन्यास का एक पंथ (2)
27. इज़्ज़त, मर्यादा, आदर(2)

बायें से दायें

1. भारत का राष्ट्रगीत (6)
4. तुम बच्चे अभी लड़ाई के....में हो (3)
6. निज, स्व, खुद का (3)
7. नख, अंगुलियों का अग्रभाग (3)
8. वंश, कुल, वर्ण (2)
10. खदान, भण्डार, भरपूर (2)
12. शत्रु, माया तुम्हारी नम्बरवन.... है (3)
14. जो चलायमान न हो (3)
16. राय, विचार, सलाह (2)
17. आकाश, नभ, क्षितिज (3)
18. कीमती, अमूल्य (4)
21. ....भारत आम सारी दुनिया का उद्धार बाबा करते हैं (2)
22. जनता, स्वर्ग की....भी बहुत सुखी रहती है (2)
24. प्रहार करना, अंत करना, फेंकना (3)
26. हल, अब समस्या नहीं....स्वरूप बनो (4)
28. दिलवाड़ा मंदिर तुम बच्चों का.... है (4)
29. क्रिश्चियन साध्वी बहन (2)

- ब्र.कु. राजेश,शांतिवन।

नई दिल्ली। ब्र.कु. रमा,सिरी फोर्ट द्वारा रक्षासूत्र बांधे जाने से पूर्व यू.एन.आई.सी. डायरेक्टर डेर्क सेगर को आत्मस्मृति का तिलक देते हुए ब्र.कु. सविता।

शोपुर-प्रतापनगर(राज.)। संसदीय राज्यमंत्री राम कुमार वर्मा (राज्यसभा) को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.पुष्पा।

औरंगाबाद-बिहार। जेल अधीक्षक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सविता। साथ हैं ब्र.कु. काजल।

भादरा-राज.। जेल में रक्षाबंधन का महत्व बताने तथा अधिकारियों एवं कैदी भाइयों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु. भगवती।

आज़मगढ़-उ.प्र.। चन्द्रभूषण सिंह,आई.ए.एस. को रक्षासूत्र बांधने से पूर्व आत्मस्मृति का तिलक देते हुए ब्र.कु. रंजना।

दिल्ली-सीताराम बाज़ार। कमला मार्केट पुलिस स्टेशन में एस.एच.ओ. सुनील कुमार व स्टाफ को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु.सुनीता तथा ब्र.कु.गुंजन।

नई दिल्ली। रेल मंत्री सुरेश प्रभु को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी। साथ हैं ब्र.कु. सविता।

फरीदाबाद। पूर्व मुख्य संसदीय सचिव श्रीमति सीमा त्रिखा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कौशल्या।

दिल्ली-बवाना। बवाना चेम्बर ऑफ इंडस्ट्रीज़ में चेयरमैन प्रकाश चन्द जैन व स्टाफ को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् चित्र में उनके साथ ब्र.कु. चन्द्रिका व ब्र.कु. लीला।

धुरी-पंजाब। डी.एस.पी. सरदार आकाशदीप को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु.मूर्ति बहन, सिटी एस.एच.ओ. गुरमीत सिंह, सरदार एस. एच.ओ. विजय कुमार, मदनलाल वर्मा, मुकेश कंसल तथा अन्य।

फाज़िल्का-पंजाब। सुलेमानी बॉर्डर पर (90 बटालियन) के जवानों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में कमाण्डर मुरारी प्रसाद सिंह, जज परमिंदर कौर, ब्र.कु. प्रिया तथा अन्य।

कुरुक्षेत्र-हरियाणा। बैंक मैनेजर परविंदर जी,बैंक ऑफ बड़ौदा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शकुन्तला बहन।

भूलों को भूलें, मौज में झूलें

- ब्र.कु.जगदीशचन्द्र हसीजा

आज मनुष्य बोझों से लदकर अपना जीवन जी रहा है। मन को बोझिल या उलझा हुआ अनुभव करना या परिस्थितियों का सामना न कर पाना, ऐसे कई सांसारिक, व्यावहारिक या पारिवारिक व सामाजिक बोझ को ढ़ोते हुए जैसे थका सा महसूस करता है, जैसे तैसे जीवन काट रहा होता है। ये सब मन की कमज़ोरियों का ही परिणाम है। उसे वो जानता तो है कि ये चीज़ मन को भारी कर रही है, फिर भी छोड़ नहीं पाता। ऐसे में हमें क्या चाहिए, और क्या करना है जो हमारे जीवन में सफलता मिले? वैसे तो बहुत सारी चीज़ें हैं, लेकिन उसमें से एक चीज़ जो हमारे हाथ में है, जिससे हम मन के बोझ को हल्का कर सकते हैं। आज हम ऐसी बात पर आपका ध्यान आकर्षित कराना चाहते हैं जो कि हमारे हाथ में है। यदि हम थोड़ी सी समझदारी से इस पर गौर करें तो इस जीवन की यात्रा में बोझ को कम कर सकते हैं।

पूर्व स्मृतियों को करें समाप्त

हमारे मन में दूसरे की बुराइयों, कमियों, कमज़ोरियों, दुर्व्यवहार, दुश्चेष्टाओं इत्यादि की स्मृति बनी रहती है। एक बार किसी के बारे में कोई छाप मन पर पड़ जाती है तो वह भूलती नहीं है। वह व्यक्ति बदल जाता है परन्तु उसके बारे में वह छाप मिटाना हमारे लिए असम्भव या मुश्किल होता है। वह हमारी दृष्टि, वृत्ति और कृति को बिगाड़ता है। ईश्वरीय स्मृति में स्थिति प्राप्त करने में भी वह निकृष्ट स्मृति बाधक होती है। उस व्यक्ति ने यदि किसी बुरे संस्कार के वशीभूत होकर हमसे कुछ दुर्व्यवहार भी किया था तो हम उसे क्षमा नहीं दे पाते। हम उसकी भूल को अपने मन को पीड़ित करने वाला शूल या त्रिशूल बना देते हैं। उसकी बुराई हमारे मन में उसके प्रति घृणा, द्वेष, नाराज़गी इत्यादि के भाव जागृत करती रहती है।

अत: हमें ऐसी शक्ति की ज़रूरत है कि हम किसी की बुराई को भुला दें और उसे अपने मन ही मन में क्षमा कर दें। भुलाने और क्षमा करने की शक्ति के बिना हमारा मन उज्ज्वल और हल्का नहीं हो सकता। यदि हम भुलायेंगे नहीं तो क्षमा भी नहीं कर सकेंगे और यदि क्षमा नहीं करेंगे तो भुला भी नहीं सकेंगे और यदि भुला नहीं सकेंगे तो हमारी ईश्वरीय स्मृति में निखार आयेगा ही नहीं और सुख-चैन की नींद ले भी नहीं सकेंगे। इसलिए हममें स्वाभाविक रूप से भुलाने की क्षमता तो है परन्तु उलट चाल के कारण वह क्षमता कमज़ोर हो गयी है। अब उसपर ध्यान देकर अभ्यास करना ज़रूरी है।

क्षमा करके मन को करें निर्मल

सांसारिक दृष्टि से किसी ने भी अक्षम्य अपराध अथवा व्यवहार भी किया हो तो भी महान व्यक्ति की शोभा इसी में है कि क्षमा करने की शक्ति धारण करे। क्षमा न कर सकना एक बहुत बड़ी

कमज़ोरी है। परन्तु केवल दूसरों को ही क्षमा करना पर्याप्त नहीं है बल्कि हमने यदि कुछ अनिष्ट, अयुक्त, अमर्यादित अथवा अभद्रतापूर्ण व्यवहार किया है तो हमें भी दूसरों से उसके लिए क्षमा मांगनी चाहिए अथवा खेद प्रकट करना चाहिए वरना ना तो देह-अभिमान हटेगा और ना ही बुरा करने की आदत टलेगी। हमें यह भी नहीं सोचना चाहिए कि गलती मानने से तो दूसरा व्यक्ति हमारे सिर पर चढ़ जायेगा और इस बात का ढिंढ़ोरा पीटता फिरेगा कि हमने अपनी गलती मानी है या मानी थी और माफ़ी मांगी थी। हमें अपने उत्कर्ष के लिए और सम्पूर्णता को प्राप्त करने के लिए इस प्रकार के संकोच छोड़ देने चाहिए। फिर भी, यदि कोई व्यक्ति निश्चित रूप से ऐसा है कि वह हमारी क्षमा याचना का अनुचित लाभ लेकर हमारे लिए कार्य कठिन कर देगा तो वाणी में न सही, हाव-भाव तो हमें ऐसा प्रकट करना ही चाहिए कि हम अपनी भूल मानते हैं या अमर्यादा के लिए पछताते हैं।

बोझ उतारने से ही उतरेगा

यदि हम किसी भी ठीक युक्ति से क्षमा भाव प्रगट नहीं करेंगे और प्रायश्चित भी नहीं करेंगे तो हमारा मन निर्मल कैसे होगा? विकारों की मैल कैसे छूटेगी? यदि क्षमा करके मन से बोझ नहीं उतारेंगे तो हम उड़ती कला को कैसे प्राप्त होंगे? हरेक ने ईर्ष्या, द्वेष, घृणा, शत्रुता, मनमुटाव, स्वार्थ इत्यादि निकृष्ट भावों के वशीभूत होकर दूसरों को हानि पहुँचायी तो है, दुर्व्यवहार किया तो है, उनकी निंदा-चुगली की तो है, उन्हें पीछे धकेलकर अपने आगे के लिए ज़बरदस्ती स्थान बनाया तो है, दूसरों को उनके उचित अधिकारों से वंचित किया तो है, और अन्याय, अभद्रता तथा अनीति का व्यवहार किया तो है। यह सब न सही, आखिर कोई तो बेढ़ंगी चाल चली है। तब क्या किसी दिन क्षमा मांगकर छुट्टी पाने की बजाय हम इस ट्रकभर बोझ को छाती पर लिये रहेंगे? क्या यहाँ ही हल्का होने की बजाय धर्मराज के दण्ड-महादण्ड से प्रचण्ड पीड़ा भोगकर ही हल्के होंगे? इससे तो गधा भला जो ढैंचू-ढैंचू कर तुरंत माफ़ी लेता है या भविष्य में अकर्त्तव्य न करने की घोषणा करता है। धर्मराज की कचहरी में तो ज़मानत होती नहीं कि कोई हमें छुड़ा लायेगा। वहाँ किसी राजनैतिक नेता की सिफारिश भी काम करती नहीं। अत: दूसरों की बुराई मन से भुलाने, अपनी बुराई के प्रति क्षमाभाव प्रगट करने के लिए 'भुलाने और क्षमा करने की शक्ति' को धारण करना चाहिए। यह शक्ति हममें तभी आयेगी जब हम सभी के प्रति शुभ-भावना और शुभ-कामना रखेंगे। उसके बिना यह शक्ति नहीं आयेगी।

यदि क्षमा कहने से मन का कीचड़ धुलता है,
यदि बुराई भुलाने से मन का मैल धुलता है।
तो क्या यह कम है कि ईश्वर का साथ मिलता है,
सबकी दुआ मिलती है, फूल किस्मत का खिलता है!

छपरा-बिहार। वन परिक्षेत्र अधिकारी एम.आर. उईके को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रामेश्वरी।

दिल्ली-पालम कॉलोनी। आर्मी बेस अस्पताल में मरीज भाई बहनों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सरोज।

नवरंगपुर-ओडिशा। आई.ए.एस. रश्मिता पण्डा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. नमिता।

दूसरों से उम्मीद दु:ख का मूल

'यदि हम ख़ुद को या दूसरों को खुश करने के लिए कुछ बनाते हैं, तो समझिए कि रेत पर किला बना रहे हैं, यदि हम ईश्वर के प्रेम की ख़ातिर बना रहे हैं तो चट्टान पर बना रहे हैं।' - ओस्वाल्ड चैम्बर्स

जीवन सार

लोगों के दु:खी रहने का सबसे बड़ा कारण लोगों से आस लगाना है। एक विद्वान का सिद्धांत है, 'सुकून पाने का पहला सिद्धांत है कि हम अच्छे काम करें और लोगों से उसके बदले कोई उम्मीद न लगाएं, उम्मीद सिर्फ और सिर्फ ईश्वर से ही लगाई जाए। अगर बदले में लोग आपसे अच्छा सुलूक कर लें, तो इसे ईश्वर का वरदान समझें कि उसने आपके अच्छे कर्मों का फल धरती पर भी दे दिया।'

गौतम बुद्ध के मुँह पर एक व्यक्ति ने थूक दिया, उन्होंने थूक को चादर से साफ करते हुए कहा, 'क्या तुम्हें और भी कुछ कहना है?' वह व्यक्ति स्तब्ध रह गया और बुद्ध के पैरों पर गिर कर बोला, 'मुझे क्षमा कर दीजिए, और मुझे अपने प्रेम से वंचित न करिएगा।' बुद्ध बोले, ' मैं तुमसे पहले इसलिए प्रेम थोड़े ही करता था कि तुम मुझ पर थूकते नहीं थे, मेरा प्रेम तुम्हारे थूकने पर निर्भर नहीं है, वह तो इन सबसे परे है, वह तो बिना उम्मीद के है, न अच्छी न बुरी।'

यदि आप भी पुरज़ोर सुकून और एक सुख की झील अपने आंगन में चाहते हैं, तो लोगों से उम्मीद बांधना छोड़कर केवल एक ईश्वर से उम्मीद लगाएं...

विश्वास करें, यह सिद्धांत आपके जीवन में पुरज़ोर सुकून भर देगा, आपका ब्लड प्रेशर सामान्य रखेगा, आपकी अनिद्रा की समस्या को समाप्त कर देगा, शुगर, कोलेस्ट्रॉल, यूरिया जैसे घातक तत्वों को शरीर में बढ़ने नहीं देगा, अल्सर, जोड़ों का दर्द और हृदय रोग को दूर रखेगा।

यह सुकून यक़ीनन आपको दुनिया की किसी भी दवा या आराम से प्राप्त नहीं हो सकता। इसके बारे में सही व्याख्या वही कर सकता है, जिसने वास्तव में ऐसा करके अपने हृदय में एक दिव्य अमृत भरा हो। हाँ, शायद आपने भी ऐसा कभी किया हो या प्रतिदिन ही ऐसा करते हों और यदि नहीं करते, तो आज से ही अपने कार्य ईश्वर को समर्पित कर दें। हाँ, इसका फल आप ही को तो मिलेगा।

मुख बड़ा अनमोल

मुख की सबसे बड़ी शक्ति अंदर छिपी हुई जिह्वा है। कहते हैं 'टंग हैज़ नो बोन, बट इट कैन ब्रेक मेनी बोन्स'। ईश्वर की सर्वोत्तम रचना मनुष्य है। उसमें भी मुख उसका प्रमुख साधन है अभिव्यक्ति का। तो इतने सुंदर मुख की महत्ता को समझना हमारे लिए बहुत ज़रूरी है। जब इस मुख रूपी साधन को ठीक-ठीक रूप से इस्तेमाल करेंगे, तब तो प्रभु के प्रदत्त इस साधन का ऋण चुका सकेंगे।

§

हमें बोलने के लिए जो मुख मिला है, यह बड़ा अनमोल साधन है। इस द्वारा हम प्रभु की महिमा का गीत गा सकते हैं, मीठे वचन बोलकर किसी को समीप ला सकते हैं, अपने हृदय के स्नेहपूर्ण भाव को व्यक्त कर सकते हैं और आत्मा-परमात्मा इत्यादि दार्शनिक विषयों पर विचारों का आदान-प्रदान कर उनके गहरे मर्म को समझ और समझा सकते हैं और जो बात समझ न आयी हो, उसके विषय में पूछकर ज्ञान की कमियों को भी दूर कर सकते हैं। अगर कभी कोई भूल हो जाये तो उसके लिए हम क्षमा मांगकर अपने मन का कुछ बोझ हल्का कर सकते हैं, कोई हँसी-विनोद की बात कहकर हम जीवन में खिलखिलाहट भी ला सकते हैं और शान्तरस की बात कहकर

किसी के मन को शान्ति की लहरों में हिलोरें दिला सकते हैं। अर्थात् इसके अनेक प्रकार के उत्तमोत्तम प्रयोग करके जीवन में ताज़गी, शक्ति, सरलता, मधुरता, आनंद और सुख की सेज सजा सकते हैं। ऐसे में यदि हम इन सभी बातों को भूलकर मुख से दूसरों को कष्ट पहुँचाने का कार्य करते हैं तो यह वैसा ही है जैसे कि कोई पूजा के स्थान पर कचड़ा फेंक दे या सुगन्धि के स्थान पर दुर्गन्धपूर्ण चीज़ों को इकट्ठा करना प्रारम्भ करे दे। जिस मुख से कोई कविता बोल सकता है या गीत गा सकता है, उससे यदि कोई काँए-काँए या भौं-भौं या ढ़ीचूँ-ढ़ीचूँ करने लगे, जिस मुख से हम बाँसुरी बजा सकते हैं और नीति-वचन कह सकते हैं उस मुख से यदि कोई कर्कश ध्वनि करने लगे अनाप-शनाप बोलने लगे, तब तो यह इस बात का प्रतीक है कि उसकी बुद्धि का दिवाला निकल गया है।

मीठा-मीठा बोल, तेरा क्या लगेगा मोल।
अमृतरस ले घोल, हर बात को माप और तोल।
न बजाओ निन्दा का ढ़ोल,
न करो भद्दा मखौल।
ज्ञान-रहस्य को खोल, है शेष सब पोलमपोल।।

नई दिल्ली। हेल्थ एंड फैमिली वेलफेयर मिनिस्टर जे.पी. नड्डा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. राज दीदी,मजलिस पार्क।

इलाहाबाद-उ.प्र.। कैबिनेट मिनिस्टर नंद कुमार नंदी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुषमा।

पटना-बोरिंग रोड(बिहार)। केन्द्रीय मंत्री रविशंकर प्रसाद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अनीता।

वाराणसी-उ.प्र.। रेलवे तथा दूर संचार राज्यमंत्री मनोज सिन्हा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सरोज बहन।

जम्मू-भदरवाह। सी.आर.पी.एफ. के अधिकारियों तथा जवानों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. अंजू, ब्र.कु. राखी, ब्र.कु. राम, कमाण्डेंट के. पदम तथा जवान।

झालावाड़-राज.। जन आयोग अभाव निराकरण समिति के अध्यक्ष श्रीकिशन पाटीदार को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात व प्रसाद देते हुए ब्र.कु.नेहा।

लखनऊ-जानकीपुरम। आई.टी.बी.पी. के कमाण्डेंट शैलेन्द्र सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुमन।

फरीदाबाद से.21। आइ.पी.एस. को रक्षाबंधन का महत्व समझाने के पश्चात् रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति।

बलरामपुर-उ.प्र.। जेल में अधिकारियों तथा कैदी भाइयों को राखी बांधने के पश्चात् चित्र में जेल अधीक्षक, ब्र.कु. अमिता, ब्र.कु. ममता, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. पूजा तथा अन्य अधिकारीगण।

नई दिल्ली। सड़क परिवहन एवं राज मार्ग मंत्री नितिन गडकरी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. लक्ष्मी दीदी,लॉरेन्स रोड। साथ हैं ब्र.कु. शुभकरण।

पटना-बिहार। डेप्युटी चीफ मिनिस्टर सुशील मोदी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. संगीता।

मथुरा-उ.प्र.। सांसद एवं प्रसिद्ध फिल्म अभिनेत्री हेमा मालिनी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय वरदान कार्ड देते हुए ब्र.कु. बहनें।

गोरखपुर-हनुमानपुर। डी.एम. राजीव रौतेला,आई.ए.एस. को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् चित्र में उनके साथ ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. सुशीला तथा अन्य।

चाकसू-राज.। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन लिमिटेड के डेप्युटी मैनेजर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. दुर्गेश बहन।

शाहजहाँपुर-उ.प्र.। क्षेमकरन कश्यप दिव्यांग (नेत्रहीन), (शिक्षक,राजकीय बालगृह एवं दृष्टिहीन विद्यालय) में दिव्यांगों को राखी बांधने के पश्चात् दृष्टि बाधित पाठ्यक्रम प्रदान करते हुए ब्र.कु.मंजू। साथ हैं ब्र.कु. रीता तथा अन्य।

पूर्व जन्म का संस्कार भी प्रभावी कर्म का उत्तरदायी

गतांक से आगे...

दूसरे प्रकार का संस्कार है - पूर्वजन्म का संस्कार। कोई आत्मा कहाँ से आई, कोई आत्मा कहाँ से आई तो उस जन्म के संस्कार को भी साथ ले आती है जो कई बार दिखाई भी देते हैं। कोई तीन साल का बच्चा है और कम्प्यूटर चलाने लग गया। पाँच साल का बच्चा है, शास्त्र का श्लोक बोलने लग गया तो कहते हैं कि उसके पूर्व जन्म के संस्कार उदय हो गये। अब क्या उसी में उदय हुए बाकी सब में नहीं हुए? उदय हरेक में होते हैं। लेकिन इंटेंसिटी में फर्क पड़ता है। किसी में बहुत तीव्र इंटेंसिटी से वो बाहर प्रगट हो जाते हैं, जिसका प्रभाव स्पष्ट रूप में दिखाई देता हैं। लेकिन किसी-किसी में स्लो इंटेंसिटी से बाहर प्रगट होते हैं। तब वो दिखाई नहीं पड़ते, लेकिन वो बीच-बीच में वर्तमान कर्म के साथ इंटरफियर अवश्य करता है। कभी-कभी इंसान खुद भी समझ नहीं पाता है कि मैं ऐसे क्यूँ कर रहा हूँ?

एक बार एक बहन अपने छोटे से बच्चे को पढ़ा रही थी। बच्चा वैसे कोई बहुत इंटेलीजेंट नहीं था। छोटा-सा ही तो बच्चा था। के.जी. में पढ़ता था। माता को उस बच्चे से इतनी अपेक्षायें थीं कि मेरा बच्चा हर बात में फर्स्ट आना चाहिए और इसलिए उसके प्रति विशेष ध्यान भी देती थी। लेकिन उस बच्चे के मन की एकाग्रता थोड़ी कम थी। इसलिए पढ़ाते समय स्पेलिंग उसको देती थी वन, टू, थ्री लिखने के लिए। वो बच्चा जब भी 40 लिखने जाता था तो गलती करता था। बाकी तो सारी स्पेलिंग ठीक लिख देता था। लेकिन फोरटी में उसकी गड़बड़ ज़रूर होती थी। अब माँ भी पीछे पड़ गयी कि 40 क्यों नहीं आता है। अरे भाई! एक स्पेलिंग नहीं आ रही है, क्यों पीछे लग रहे हैं? लेकिन उसको लगा कि इसकी एक भी स्पेलिंग गलती नहीं होनी चाहिए।

-ब्र.कु.ऊषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

एक दिन माँ बाज़ार से सब्जी लेकर वापस आई, तो देखती है कि बच्चा बाहर खेल रहा है। तो उसको बहुत गुस्सा आया कि कल तेरा इम्तहान है, तेरे को फोरटी लिखना अभी तक आता नहीं है और तू बाहर खेल रहा है? तुरंत उसने बच्चे को बुलाया। स्वयं सब्जी काटने बैठी और बच्चे को सामने बिठाया कि चलो स्पेलिंग लिखो। बच्चे ने लिखना शुरु किया और लिखते-लिखते जब 40 पर आया तो फिर उससे गलती हो गयी। जैसे ही गलती हुई उस माँ को इतना गुस्सा आया कि जो हाथ में चाकू था वही उसको ठूँस दिया। अब बच्चा तो मर गया। बाद में इतना रोई, इतना पश्चाताप करे कि मैं तो उसको सिखाना चाहती थी। पता नहीं ये मेरे से कैसे हो गया? अब ये तो हरेक जानता है कि जहाँ माँ का बच्चे के साथ इतना लगाव है, तो वो जान-बूझकर तो ऐसा कार्य नहीं करेगी। लेकिन इसको क्या कहेंगे? यही कहा जाता है कि वैसे तो उसका रेशनल एक्सप्लेशन कोई नहीं है। लेकिन इतना ही कहा जाता है कि कोई जन्म का इन दोनों आत्माओं के बीच का कर्मों का हिसाब-किताब था। वो इस जन्म में माँ और बेटे के रूप में आकर चुक्तू हुआ।

अब वो पूर्व जन्मों का हिसाब-किताब इस जन्म में भी पच्चीस साल के बाद उभरता है और इतना तीव्र गति से वह पूर्व जन्म का संस्कार क्रियान्वित हो जाता है कि माँ की बुद्धि या विवेक कार्य नहीं कर पाया कि वो क्या कर रही है? ठीक इसी प्रकार काफी सालों तक वो सुषुप्त रह सकता है लेकिन जब उसका उदय होने का समय आता है तो कभी-कभी वो पूर्व जन्म का संस्कार इतना तीव्र वेग से चलता है कि समझदार से समझदार व्यक्ति भी समझ नहीं पाता कि उससे कैसे ये कार्य हो गया? अर्थात् उस वक्त पूर्व जन्म के संस्कार ने विवेक के ऊपर अपना कब्ज़ा जमा लिया कि वो किस प्रकार का कर्म करने जा रहा है, उसकी सुध-बुध भी उसको नहीं रही। इस तरह से पूर्वजन्म का संस्कार क्रियान्वित होता है और बीच-बीच में इस जन्म के कर्म के साथ वह इंटरफियर भी करता है। जब वो इंटरफियर करता है तब व्यक्ति की बुद्धि और विवेक काम करना बंद कर देता है और वो कर्म प्रत्यक्ष में हो जाता है और हमें पता भी नहीं चलता। - क्रमशः

आवश्यक सूचना

ग्लोबल अस्पताल मा. आबू तथा आबू रोड में रेज़िडेंट मेडिकल ऑफिसर(आर.एम.ओ.) के पद हेतु एम.बी.बी.एस. डॉक्टर्स की आवश्यकता है। उचित वेतन सुविधा, संपर्क करें :-
सुबह 9.00-5.00 बजे तक।
मो.- 9414144062
ई.मेल - ghrchrd@ymail.com

ख्यालों के आईने में...

सब्र और सच्चाई एक ऐसी सवारी है जो अपने सवार को कभी गिरने नहीं देती, ना किसी के कदमों में, और ना किसी की नज़रों में।

सुबह की नींद इंसान के इरादों को कमज़ोर करती है, मंज़िलों को हासिल करने वाले कभी देर तक सोया नहीं करते।
वो आगे बढ़ते हैं जो सूरज को जगाते हैं, वो पीछे रह जाते हैं जिनको सूरज जगाता है।

देह मन की खुशी और सच्ची शांति के लिए देखें
आपका अपना 'पीस ऑफ माइंड चैनल'

TATA Sky 1065 | airtel digital TV 678 | FASTWAY | GTPL | DEN
VIDEOCON d2h 497 | RELIANCE Digital TV 640 | hathway | UCN | DIGICABLE | SITI

Free to Air
ABS Asia Broadcast Satellite
FREE DTH
KU Band with MPEG (DVB-S/S2) Receiver
LNB Freq. - 09750/10600
Tans Freq. - 12227
Polarization - Horizontal
Symbol - 44000
22k - On
Satellite - ABS-2; 75° E
Contact
Brahma Kumaris, 2nd Flr Anand Bhavan, Shantivan, Sirohi, Abu Rd, Raj-307510
+91 9414151111
+91 8104777111
info@pmtv.in
www.pmtv.in

सूचना : अगस्त 2017 से ओमशान्ति मीडिया पत्रिका की सदस्यता शुल्क में मामूली सी बढ़ोत्तरी की गई है जो कि वार्षिक शुल्क 200 और तीन वर्ष का 600 किया गया है।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें...

कार्यालय- ओमशान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510, सदस्यता के लिए
सम्पर्क - M - 9414006096, 9414182088,
Email- omshantimedia@bkivv.org,
mediabkm@gmail.com,
Website- www.omshantimedia.info
सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये, आजीवन 4500 रुपये ।
विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम से मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

कथा सरिता

हर स्थिति में ढूंढ़ें समाधान

एक घर के पास काफी दिन से एक बड़ी इमारत का काम चल रहा था। वहां रोज़ मज़दूरों के छोटे-छोटे बच्चे एक दूसरे की शर्ट पकड़कर रेल-रेल का खेल खेलते थे।

रोज़ कोई बच्चा इंजिन बनता और बाकी बच्चे डिब्बे बनते थे। इंजिन और डिब्बे वाले बच्चे रोज़ बदल जाते, पर... केवल चड्डी पहना एक छोटा बच्चा हाथ में रखा कपड़ा घुमाते हुए रोज़ गार्ड बनता था।

एक दिन उन बच्चों को खेलते हुए रोज़ देखने वाले एक व्यक्ति ने कौतुहल से गार्ड बनने वाले बच्चे को पास बुलाकर पूछा....

बच्चे, तुम रोज़ गार्ड बनते हो। तुम्हें कभी इंजिन, कभी डिब्बा बनने की इच्छा नहीं होती? इस पर वो बच्चा बोला... बाबूजी, मेरे पास पहनने के लिए कोई शर्ट नहीं है। तो मेरे पीछे वाले बच्चे मुझे कैसे पकड़ेंगे... और मेरे पीछे कौन खड़ा रहेगा....? इसीलिए मैं रोज़ गार्ड बनकर ही खेल में हिस्सा लेता हूँ। ये बोलते समय मुझे उसकी आँखों में पानी दिखाई दिया।

वो बच्चा जीवन का एक बड़ा पाठ पढ़ा गया...।

अपना जीवन कभी भी परिपूर्ण नहीं होता। उसमें कोई न कोई कमी ज़रूर रहेगी...। वो बच्चा माँ-बाप से गुस्सा होकर रोते हुए बैठ सकता था। परन्तु ऐसा न करते हुए उसने परिस्थितियों का समाधान ढूंढ़ा। हम कितना रोते हैं? कभी अपने साँवले रंग के लिए, कभी छोटे कद के लिए, कभी पड़ोसी की बड़ी कार, कभी पड़ोसन के गले का हार, कभी अपने कम मार्क्स, कभी अंग्रेज़ी, कभी पर्सनालिटी, कभी नौकरी की मार तो कभी धंधे में मार...। हमें इससे बाहर आना पड़ता है.... ये जीवन है... इसे ऐसे ही जीना पड़ता है। चील की ऊँची उड़ान देखकर चिड़िया कभी डिप्रेशन में नहीं आती, वो अपने आस्तित्व में मस्त रहती है। मगर इंसान, इंसान की ऊँची उड़ान देखकर बहुत जल्दी चिंता में आ जाता है। तुलना से बचें और खुश रहें । ना किसी से ईर्ष्या, ना किसी से कोई होड़, मेरी अपनी हैं मंज़िलें, मेरी अपनी दौड़..। परिस्थितियां कभी समस्या नहीं बनती, समस्या इसलिए बनती है, क्योंकि हमें उन परिस्थितियों से लड़ना नहीं आता।

कर्म की दीवार हो मज़बूत

एक बार माता पार्वती ने भगवान शिव से कहा कि प्रभु, मैंने पृथ्वी पर देखा है कि जो व्यक्ति पहले से ही अपने प्रारब्ध से दु:खी है आप उसे और ज़्यादा दु:ख प्रदान करते हैं और जो सुख में है आप उसे दु:ख नहीं देते हैं। भगवान ने इस बात को समझाने के लिए माता पार्वती को धरती पर चलने के लिए कहा और दोनों ने इंसानी रूप में पति-पत्नी का रूप लिया और एक गांव के पास डेरा जमाया। शाम के समय भगवान ने माता पार्वती से कहा कि हम मनुष्य रूप में यहां आए हैं, इसलिए यहां के नियमों का पालन करते हुए हमें यहां भोजन करना होगा। इसलिए मैं भोजन की सामग्री की व्यवस्था करता हूँ, तब तक तुम चूल्हा बनाओ। भगवान के जाते ही माता पार्वती रसोई में चूल्हे को बनाने के लिए बाहर से ईंटें लेने गईं और गांव में कुछ जर्जर हो चुके मकानों से ईंटें लाकर चूल्हा तैयार कर दिया। चूल्हा तैयार होते ही भगवान वहां पर बिना कुछ लाए ही प्रकट हो गए। माता पार्वती ने उनसे कहा कि आप तो कुछ लेकर नहीं आए, भोजन कैसे बनेगा? भगवान ने माता पार्वती से पूछा कि तुम चूल्हा बनाने के लिए इन ईंटों को कहाँ से लेकर आई? तो माता पार्वती ने कहा - प्रभु इस गांव में बहुत से ऐसे घर भी हैं जिनका रख रखाव सही ढंग से नहीं हो रहा है। उनकी जर्जर हो चुकी दीवारों से मैं ईंटें निकाल कर ले आई। भगवान ने फिर कहा - जो घर पहले से ख़राब थे तुमने उन्हें और खराब कर दिया। तुम ईंटें सही घरों की दीवार से भी तो ला सकती थी। माता पार्वती बोलीं - प्रभु उन घरों में रहने वाले लोगों ने उनका रख रखाव बहुत सही तरीके से किया है और वो घर सुंदर भी लग रहे हैं। ऐसे में उनकी सुंदरता को बिगाड़ना उचित नहीं होता। भगवान बोले - पार्वती यही तुम्हारे द्वारा पूछे गए प्रश्न का उत्तर है। जिन लोगों ने अपने घर का रख रखाव अच्छी तरह से किया है यानि सही कर्मों से अपने जीवन को सुंदर बना रखा है, उन लोगों को दु:ख कैसे हो सकता है! मनुष्य जीवन में जो भी सुखी है वो अपने कर्मों के द्वारा सुखी है, और जो दु:खी है वो अपने कर्मों के द्वारा दु:खी है। इसलिए हर एक मनुष्य को अपने जीवन में ऐसे ही कर्म करने चाहिए कि, जिससे इतनी मज़बूत व खूबसूरत इमारत खड़ी हो कि कभी भी कोई भी उसकी एक ईंट भी निकालने न पाए। प्रिय बंधुओं व मित्रों, यह काम ज़रा भी मुश्किल नहीं है। केवल सकारात्मक सोच और नि:स्वार्थ भावना की आवश्यकता है। इसलिए जीवन में हमेशा सही रास्ते का ही चयन करें और उसी पर चलें।

लखनऊ-उ.प्र.। डेप्युटी चीफ मिनिस्टर डॉ. दिनेश शर्मा तथा उनकी धर्मपत्नी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. माधुरी। साथ हैं ब्र.कु. दिव्या।

भरतपुर-राज.। पर्यटन राज्यमंत्री कृष्णेन्द्र सिंह कोली को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् उन्हें ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. बबिता, ब्र.कु. संतोष, ब्र.कु. पूनम तथा अन्य।

मोहाली-पंजाब। रक्षाबंधन का महत्व बताने के पश्चात् पूर्व मुख्यमंत्री प्रकाश सिंह बादल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अंजू।

जयपुर-राज.। रक्षाबंधन के पावन पर्व पर कांग्रेस सचिव हरीश यादव को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. चन्द्रकला।

गोरखपुर-उ.प्र.। कमिश्नर अनिल कुमार,आई.ए.एस. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. दुर्गा।

दिल्ली-लॉरेन्स रोड। रामपुरा के एस.डी.एम.अमित शौरा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.सारिका।

फिरोज़ाबाद-उ.प्र.। एम.एल.सी. दिलीप यादव को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सरिता।

दिल्ली-डिफेन्स कॉलोनी। अजय कुमार लाल (ज्वाइंट सेक्रेटरी,डिर्पाटमेंट ऑफ जस्टिस,मिनिस्ट्री ऑफ लॉ) को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् चित्र में उनके साथ ब्र.कु. प्रभा, ब्र.कु. अंजना तथा ब्र.कु. अनुज।

बहल-हरियाणा। बी.आर.सी.एम. पब्लिक स्कूल विद्याग्राम की प्रिन्सीपल निशी राणा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शकुन्तला।

फरीदाबाद। रेनू बाली,डायरेक्टर,टेन्डर हर्ट, एन. जी.ओ. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मीनाक्षी।

दिल्ली-पश्चिम विहार। डॉ. धर्मेन्द्र सैनी को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारी बहनें।

चुनार-उ.प्र.। रक्षाबंधन कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में थाना प्रभारी एस. ओ. विजय कुमार सिंह, एस.आई. नरेन्द्र सिंह, एस.आई. प्रवीण कुमार राय, ब्र.कु. कुसुम तथा अन्य।

रूरा-उ.प्र.। जेलर राजेश पाण्डेय को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. प्रीति।

समस्तीपुर-बिहार। एस.डी.ओ. सुवीर रंजन को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात प्रदान करते हुए ब्र.कु.रंजना।

इस्लामपुर-प.बंगाल। बी.एस.एफ. 121 बटालियन के ए.सी. अवनीश कुमार को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् उनके साथ ज्ञानचर्चा करते हुए ब्र.कु. पुष्पा।

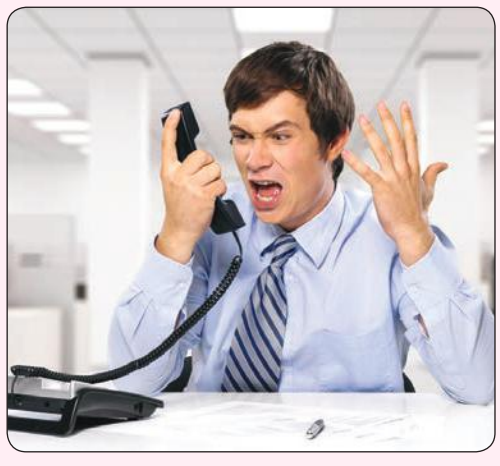
सूरतगढ़-राज.। सी.आर.पी.एफ. के ऑफीसर्स तथा जवानों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु. रानी तथा अन्य।

क्या संस्कार बदलेंगे?

हम बैठकर एक दिन चिंतन कर रहे थे कि संस्कार इतनी गहराई तक हमारे अंदर बैठे हुए हैं कि उन्हें एक-एक करके बाहर निकालना बड़ा मुश्किल सा लगता है। आपको भी ऐसा लगता होगा, लगना स्वाभाविक है, क्योंकि इसकी परवरिश हमने ज़बरदस्त तरीके से की है। हर वक्त उसे पाला-पोसा और बड़ा किया, और आज वो ज़िद्दी हो चुका है ना बदलने के लिए।

§§

संस्कार की दुनिया में जो परिभाषा दी जाती है, उसके हिसाब से कहते हैं कि जो कर्म हम कई बार दोहराते हैं वो हमारे अंदर आदत के रूप में बदल जाता है, और बिना अटेंशन वो कर्म हम करते रहते हैं। लेकिन पहले कभी तो ये कर्म किया होगा ना। ऐसे ही अंजाने में भी हमने बहुत सारे कर्म किये हैं, वो वाले कर्म भी तो कहीं न कहीं हमारे अंदर ही हैं, जो हमें कोई भी कर्म करने के लिए विवश करते हैं। आप बड़े ध्यान से एक-एक चीज़ को फॉलो करो तो आप पाओगे कि सभी लोग हर सेकेण्ड कर्म कर रहे हैं, जैसे देखना, सुनना, उठना, बैठना, खाना, पीना, लेकिन उस कर्म पर हमारा अटेंशन नहीं है। हम मानते हैं कि आपका लाइफ शेड्युल बिज़ी होगा, इसलिए आप कहते हैं कि हमको ध्यान नहीं रहता। लेकिन आप ही सबकी तरफ उंगली करते हुए कहते हैं कि इतना



पैसा कमा लिया लेकिन बैठने की अक्ल नहीं है, बोलने की, खाने की तमीज़ नहीं है, पता नहीं कहाँ बुद्धि रहती है। कहते हैं ना आप? तो इसका मतलब पैसा या आपका शेड्युल महत्वपूर्ण हुआ या आपका अपने ऊपर ध्यान महत्वपूर्ण हुआ।

हर कोई सबको बड़े ध्यान से ऑब्ज़र्व करता है, देखता है, कौन सा व्यक्ति कैसे खा रहा है, कैसे देख रहा है, कैसे बात कर रहा है, उसी अनुसार जजमेंट देता है कि ये व्यक्ति रॉयल है, ये अच्छे घर का है, ये साधारण घर का है, इसको इसके माँ-बाप ने कुछ सिखाया नहीं है, ये गंवार है। इसका मतलब सबका सम्पूर्ण रूप से एक चीज़ पर ही अटेंशन है, व्यक्ति का संस्कार कैसा है। आप संस्कारों द्वारा ही जाने जाते हैं, पहचाने जाते हैं, साथ ही आपको देखकर आपके खानदान तक का लोग पता लगाते हैं। अब इसकी गहराई क्या है? कि जब आप सोच रहे हैं, उसपर कुछ निर्णय दे रहे हैं, निर्णय के आधार से दोबारा सोच रहे हैं, तो इसका अर्थ यह हुआ कि सिर्फ हम सोच रहे हैं, वो हमारे अंदर जा तो रहा है, लेकिन ये नहीं पता कि ये जो मैं देख या सोच रहा हूँ, वो मेरे शरीर के माध्यम से सबके सामने आ जायेगा। शरीर मात्र एक रिफ्लेक्शन(प्रतिबिंब) है जो आपके संस्कारों को सबके सामने ले आता है। कुल मिलाकर संस्कार ही सबकुछ है, जिसको दुनिया में लोगों ने अंतर्मन कहा, सबकॉन्शियस माइंड कहा। उसके आधार से ही कर्म हम किये ही जा रहे हैं। अब प्रश्न उठता है कि क्या इन्हें बदला जा सकता है? या खत्म किया जा सकता है? हमारे हिसाब से बदला जा सकता है, खत्म पूरी तरह से नहीं किया जा सकता, लेकिन हाँ, यदि हम बहुत मेहनत करें दूसरे संस्कारों को बदलने की, तो

- ब्र.कु. अनुज,दिल्ली

जो गलत संस्कार हैं वो बहुत दिनों के लिए दब जायेंगे। बाद में कोई भी क्ल्यू के माध्यम से पुन: उभर आयेंगे। उदाहरण के लिए कम्प्युटर में जब कोई फाइल या फोल्डर सर्च करना होता है, तो उससे सम्बन्धित अक्षर को हम टाइप करते हैं, तो वो फोल्डर खुल जाता है। ऐसे ही रात को सोते समय या जब भी हम खाली बैठे हैं, तब कोई भी पुरानी बात या व्यक्ति का नाम भी याद आ जाये, या कोई घटना का छोटा सा रूप भी दिख जाये तो उससे सम्बन्धित सारी बातें हमारे पास आ जाती हैं। इतना शक्तिशाली है हमारा मन। संस्कारों का जमाव इतना गहरा है कि उससे पार पाना बहुत मुश्किल सा लगता है, लेकिन हमारे साथ परम शक्तिशाली आत्मा जिसको हम शिवबाबा कहते हैं वो जुड़ा हुआ है। वो कहता है कि अगर तुम निरंतर मेरी स्मृति में रहो तो तुम्हारे पाप कर्म, उल्टे-पुल्टे संस्कार दग्ध हो जायेंगे और नये संस्कार उभर कर सामने आयेंगे। अगर हम किसी और के साथ जुड़कर हमारे संस्कारों को बदलना चाहेंगे तो उसके संस्कार भी जुड़कर हमारे पास आ जायेंगे, ना कि हमारे संस्कार बदलेंगे। इसलिए भगवान के साथ जुड़कर, उसकी शक्तियाँ प्राप्त कर उसके जैसा संस्कार बनाने से अवश्य ही संस्कार बदल जायेंगे।

उपलब्ध पुस्तकें
जो आपके जीवन को बदल दे

मन की बात

- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न: मैं एक 20 साल का कुमार हूँ। मैं सदा ही डरा-डरा से रहता हूँ, गुमसुम सा रहता हूँ। ना किसी से बात करने की इच्छा होती है और ना पढ़ाई में मन लगता है। क्या मैं एक अच्छा इंसान बन सकता हूँ?

उत्तर: संसार में मानसिक रोग बहुत तेज़ी से बढ़ रहे हैं। इसके बहुत सारे कारण हैं, परंतु इन कारणों में ना जाकर आपको कुछ परामर्श दे रहे हैं। आप कुछ समय प्रतिदिन सेवाकेंद्र में जाकर वहाँ की सेवाओं में योगदान करें। सेवाओं के बल से शरीर के अंदर कई तरह के हार्मोन्स का बैलेंस हो जाता है। आप प्रतिदिन क्लास में भी जाएं, भले ही आपका मन ना लगे, पर वहां जाएं। ईश्वरीय महावाक्य भी नोट करें। अच्छे-अच्छे गीत सुनें। घर में रहते हुए भी आपको अच्छे गीत सुनने चाहिए। आपको आपने ब्रेन को 10 मिनट सुबह और 10 मिनट शाम को एनर्जी देनी है। उसकी विधि है दोनों हाथ मलते हुए 3 बार याद करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, फिर अपने दोनों हाथ सिर के दाएं-बाएं एक मिनट के लिए रख दें और यह प्रक्रिया 10 बार करें। फील करें कि मेरे ब्रेन में यह पवित्र किरणें जा रही हैं। साथ ही 10 मिनट 3 बार योगाभ्यास कर लें और पानी चार्ज करके पीयें। पानी चार्ज करने की विधि है ग्लास में पानी लेकर उसे दृष्टि देते हुए 7 बार याद करें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। ऐसे पानी चार्ज करके 5 बार अवश्य पीयें। इसके अलावा रोज़ सवेरे एक बार उन सभी आत्माओं से क्षमा याचना करें जिन्हें पूर्व जन्मों में आपने कष्ट दिया है। इससे उन सभी आत्माओं से जो बैड एनर्जी आपको आ रही है, वो बंद हो जाएगी। ये सभी अभ्यास 3 मास करें तो आप ठीक हो जाएंगे और अच्छे इंसान बन जायेंगे, परंतु अच्छा होने के बाद आपको ज्ञान-योग को दृढ़ता से अपने जीवन में आगे बढ़ाना होगा।

प्रश्न: मेरा नाम राधा है। मैं जब सवेरे 4 बजे उठकर योग करती हूँ तो मुझे सारे दिन थकान रहती है, चिड़चिड़ापन रहता है और अमृतवेला उठना केवल 8 दिन ही चलता है, फिर मैं 5 बजे उठने लगती हूँ। मैं 5 बजे उठकर फ्रेश रहती हूँ। तो क्या मुझे 4 बजे ना उठकर 5 बजे ही उठना चाहिए?

उत्तर: हो सकता है आपका शरीर ज़्यादा रेस्ट की आवश्यकता महसूस करता हो। उसके अंदर कोई कमज़ोरी या बीमारी हो। इसलिए शरीर को रेस्ट देना भी आवश्यक है। रेस्ट कम होने के कारण ही आपको थकान व चिड़चिड़ापन रहता है, परंतु अमृतवेला भी तो आवश्यक है। इस समय प्रभु मिलन का सुख प्राप्त होता है और हम स्वयं को बहुत संतुष्ट अनुभव करते हैं। इसलिए आप 4 बजे ही उठा करें और योग के बाद कुछ समय रेस्ट कर लिया करें। साथ में अपने शारीरिक स्वास्थ्य का भी ध्यान रखें और एक बार चेक कर लें कि कोई छोटी-मोटी बीमारी तो साथ नहीं चल रही है।

प्रश्न: दुनिया की सबसे बुरी लत कौन सी है?

उत्तर: मोह, और मोह से आदमी का विवेक नष्ट हो जाता है, मोह मनुष्य के मानस पटल पर और बुद्धि पर ऐसा आवरण डाल देता है जिससे वो सही निर्णय करने में असमर्थ हो जाता है। दुनिया में मोह ही के कारण कई राजाओं को राजाई गंवानी पड़ी। मोह परिवारों को नष्ट कर देता है। इसलिए सबसे बुरी इस आदत को अच्छी तरह से समझना होगा और बहुत ही सूक्ष्मता से इसकी जड़ को उखाड़ फेंकना होगा।

प्रश्न: संसार में दु:ख क्यों है?

उत्तर: लालच,स्वार्थ और भय ही संसार मे दु:ख के मुख्य कारण हैं। यदि इन तीनों चीज़ों को मनुष्य सूक्ष्मता से देख ले, परख ले, समझपूर्वक उस पर चिंतन करे और उससे मुक्त होने का प्रयास करे तो नि:संदेह वह इंसान सुखी रहने में कामयाब हो जायेगा और दु:ख उसके जीवन से कोसो दूर चला जायेगा।

Contact e-mail
bksurya8@yahoo.com

सफीदों-हरियाणा। एस.डी.एम. वीरेन्दर सांगवान को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. स्नेह बहन।

सांगोद-राज.। नगरपालिका अध्यक्ष को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. श्वेता।

अमरोहा-उ.प्र.। जिलाधिकारी नवनीत चहल को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. अर्चना।

भुवनेश्वर-ओडिशा। विधायक अशोक चन्द्र पण्डा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता।

{ रावण का नाश...! }

दशहरे की तैयारियाँ हर स्थान पर ज़ोड़ों से चल रही हैं। सभी बड़े बड़े रावण के पुतले बनाकर उसके अंदर बम, पटाखे डालकर एक भयावह आकृति को अंजाम दे रहे होंगे। इतना अकूत धन ऐसे कार्य में लोग लगा रहे हैं, जो कि व्यर्थ है। फिर भी विजयादशमी मनाने का उनका उमंग-उल्लास इन बातों पर गौर करने के लिए नहीं कहता। उन्हें तो सिर्फ लगाना है। लेकिन आज हम सभी का संकल्प चलता तो है कि इतना कुछ जीवन में बदल रहा है, लेकिन रावण को जलाना बंद नहीं हो रहा है। क्या रावण अभी तक भी ज़िंदा ही है? इन सब बातों को हम थोड़ा समझते हैं...

धर्मशास्त्र के अनुसार रावण और राम का युद्ध एक काल्पनिक घटना है, ना कि वास्तविकता। इस काल्पनिकता को लोगों ने इतना तूल दिया कि आज वो वास्तविक नज़र आता है। और भ्रम की स्थिति तो यहाँ तक है कि लोग दशहरे पर रावण को भी विद्वान मानकर सम्मान देते और राम को भी। लेकिन हम अगर आपके समाने शर्त रखें कि आज भी यदि एक राम की मूर्ति और एक रावण की मूर्ति सामने हो और आपसे कहा जाए कि आपको इसमें से एक मूर्ति चुननी है, तो आप कौन सी मूर्ति चुनेंगे? आप सबकी तरफ से यदि हमें चुनना हो तो हम निश्चित रूप से राम की मूर्ति चुनेंगे, क्योंकि राम गुणवान थे, चरित्रवान थे, रूपवाण थे, विवेकशील थे, वहीं रावण अहंकारी था, तो निश्चित रूप से हम राम को ही चुनेंगे। लेकिन आज के कलियुगी दशा में इस मूर्ति का स्वरूप यदि थोड़ा सा बदल दिया जाए, राम की मूर्ति लकड़ी की है, रावण की सोने की, और आपसे कहा जाए कि आप कौन सी मूर्ति चुनेंगे तो बहुत सारे लोगों का कहना होगा कि कौन जा रहा है गुणों को देखने, हम तो रावण की मूर्ति को ही उठा लेते हैं।

आज हमारे मनोभाव, नज़रिये, दृष्टिकोण के अंदर लोभ लालसा इतनी गहराई से लिप्त है, भरी पड़ी है कि हम चुनेंगे ही रावण की मूर्ति, क्योंकि उसके अंदर सोना जुड़ गया ना। सोना जुड़ गया का अर्थ यह है कि जैसे ही कुछ चमक दिखी, जैसे ही कुछ अलग दिखा, कुछ चेंज हुआ, तो हम आकर्षण में सारी मर्यादायें भूलकर उसी चीज को पकड़ेंगे। बात सही है कि नहीं, आप बताओ। भाव इसका ये हम आपको समझाना चाहते हैं कि मनुष्य की मनोवृत्ति को अगर हम जानना चाहते हैं तो भावनाओं से काम नहीं चलेगा, उसकी बुद्धि की भी परख ज़रूरी है कि वो क्या सोच रहा है। आज के समय में सारे मूल्य, सारी मान्यतायें, धारणायें सब नष्ट हो चुकी हैं और लोग वही काम कर रहे हैं जो अमर्यादित हैं, मूल्य और मान्यताओं के विरूद्ध हैं, और बात कर रहे हैं रावण को मारने की! अब हम मूल बात पर आते हैं कि चाहे आज कोई माने या ना माने, लेकिन सबको ये बात पता है कि सबके अंदर ये सारी बातें घर कर चुकी हैं, इसलिए रावण को मारने के लिए सबसे पहले ये जानकारी ज़रूरी है कि रावण मरेगा कैसे? इसीलिए शास्त्रगत उल्लेख कहता है कि रावण को मारने हेतु उसके अंदर छुपे हुए रहस्य को जानना ज़रूरी है, अर्थात् कोई न कोई विभीषण बने, तभी रावण के मरने का रहस्य पता चलेगा। इसलिए भले विभीषण को लोग गलत नज़र से देखते हों, कि वो घर का भेदी था, लेकिन किसी के अनैतिक काम को बंद करवाना, उसके विरूद्ध जाना, ये धर्मसम्मत है, धर्म विरूद्ध नहीं। इसलिए हरेक आत्मा आज इतना गूढ़ रूप से दसों विकारों के वश है, काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार, ईर्ष्या, निंदा, घृणा, आलस्य और भय। इतने वश हैं कि उन्हें पता ही नहीं चल रहा है कि करें क्या। इसलिए हम सभी परमात्मा के बच्चे जो इस समय रावण को मारने की युक्ति जानते हैं, अर्थात् विभीषण ही सही मार्ग सबको दिखा सकते हैं। रावण रूपी काल्पनिकता आज हमारे अंदर वास्तविकता के रूप में है, जो ना चाहते हुए भी बीच-बीच में किसी न किसी विकार के वश होकर गलत काम करते हैं। इस दुनिया में लोग अधर्म में रहकर धर्म की बात करते हैं, और परमात्मा धर्म रीति को विधिपूर्वक सिखा रहा है, कि जबतक हमारे अंदर का रावण पूरी तरह से नष्ट नहीं होगा, मतलब जब तक हमारा मन इन विकारों से छुटकारा नहीं प्राप्त कर लेगा, तब तक सोने की लंका में प्रवेश करना हमारे वश में नहीं है। तो आओ इस रहस्य को गहराई से समझकर इसपर अच्छी तरह से विचार करके दशहरे के साथ न्याय करें।

नई दिल्ली। राष्ट्रीय कांग्रेस पार्टी अध्यक्षा सोनिया गांधी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु. आशा दीदी, ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. मंजू तथा अन्य।

चण्डीगढ़। रक्षाबंधन के पावन पर्व पर जस्टिस राजेश बिंदल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उत्तरा।

रोपड़-पंजाब। विधानसभा के स्पीकर के.पी.एस. राणा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.नम्रता।

बीकानेर-राज.। डॉ. बी.आर छीपा,वाइस चांसलर,स्वामी केशवानन्द राजस्थान एग्रीकल्चर युनिवर्सिटी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कमल।

मुज़फ्फरनगर-गांधीनगर। जेल अधीक्षक अरुण कुमार सक्सेना को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पूनम।

भद्रक-ओडिशा। पंडित बिरेन्द्र पण्डा,आर्य समाज को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् प्रसाद देते हुए ब्र.कु. रश्मि। साथ हैं ब्र.कु. संध्या बहन।

बड़ौत-उ.प्र.। एस.डी.एम. अरविंद कुमार दिर्वेदी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मोहिनी।

तिनसुकिया-असम। जिला उपायुक्त ओ.एस. सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रजनी।

दिल्ली-संतनगर। म्युनिसिपल काउन्सलर कोसतुबानन्द बालोदी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.लाज बहन।

वल्लभनगर-राज.। रक्षाबंधन के पावन अवसर पर सेंट्रल जेल में आयोजित कार्यक्रम में सभी कैदी भाइयों को अपने जीवन से बुराइयों को त्यागने की प्रतिज्ञा कराते हुए ब्र.कु. ज्योति। साथ हैं ब्र.कु. बहनें।

सोजत सिटी-राज.। पुलिस स्टेशन में सी.आइ. सर और स्टाफ को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.कविता तथा ब्र.कु.आरती।

अमूल्य रतन दादी प्रकाशमणि को पुन: स्नेहांजलि

25 अगस्त 'विश्व बंधुत्व दिवस' पर देश भर से आये हज़ारों लोगों ने दी भावभीनी श्रद्धांजलि

शांतिवन। संस्था की एक अमूल्य रतन दादी प्रकाशमणि के दसवें स्मृति दिवस पर सम्पूर्ण मानवता उनको भावभीनी श्रद्धांजलि देने हेतु नतमस्तक थी। ब्रह्माकुमारीज़ का शांतिवन परिसर जनमानस से भरा हुआ था। कोई दादी का स्मृति स्तंभ, प्रकाश स्तम्भ पर खड़े होकर दादी को जीवंत रूप से देख रहा था, तो कोई चहलकदमी करते हुए उनके पूर्व आवास की ओर जाकर उनकी भासना लेने की कोशिश कर रहा था। बड़ा ही सुंदर और अलौकिक दृश्य था। हर कोई अपने अपने तरीके से हमारी अपनी स्नेही, सबके दिलों पर राज करने वाली दादी प्रकाशमणि को अपने अश्रु धारा से स्नेहांजलि अर्पित कर रहे थे। होना भी स्वाभाविक है, क्योंकि वो थीं ही ऐसी।

प्रकाश स्तम्भ पर आकर संस्था की पूर्व मुख्य प्रशासिका दादी प्रकाशमणि जी को श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए देश तथा विदेश से आये हुए लोग।

दादी रतनमोहिनी व वरिष्ठ भाई बहनों ने दी श्रद्धांजलि

संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी जी ने प्रकाश स्तम्भ पर जाकर दादी के स्तम्भ पर पुष्प अर्पण किया। विश्व ग्लोब पर अपना अमिट छाप छोड़कर जाने तथा लोगों को परमात्मा से जोड़ने का अद्भुत और विशाल कार्य करने हेतु दादी जी ने जो अपना सर्वस्व अर्पण किया वो स्मृतियाँ मानस पटल पर उभर कर सामने आयीं। दादी जी के साथ साथ शांतिवन कार्यक्रम प्रबन्धिका ब्र.कु. मुन्नी दीदी, वरिष्ठ भ्राता राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर, ब्र.कु. करुणा, ब्र.कु. मृत्युंजय सहित अन्य भाई बहनों ने भी दादी को स्नेहांजलि अर्पित की और अपनी पुरानी स्मृतियों को ताज़ा किया।

श्रद्धासुमन अर्पित करते हुए संस्था के महासचिव ब्र.कु. निर्वैर, दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु. मुन्नी तथा अन्य।

अलग तरह का प्रकम्पन था शांतिवन में

दादी जी के स्मृति दिवस पर शांतिवन का प्रकम्पन बहुत ही दिव्य और अलौकिक था। लोग उन प्रकम्पनों से खिंचकर हज़ारों की संख्या में इस परिसर में आये तथा उस प्रकम्पन में दादी जी की उपस्थिति को महसूस किया। ये क्षण भुलाये नहीं जा सकते। इन क्षणों को स्मृतियों में कैद कर लोग भाव विभोर हो रहे थे।

दादी जी की स्मृति में पूर्व संध्या पर सभी वरिष्ठ भाई बहनों ने दादी जी के साथ के अनुभवों को सभी के साथ साझा किया और दादी जी ने विश्व परिवर्तन का जो विशाल कार्य किया, तो उन्हीं के पद्चिन्हों पर चलने का सभी ने संकल्प लिया।

दादी प्रकाशमणि के स्मृति दिवस पर अंतर्राष्ट्रीय मैराथन का आयोजन

► विश्व बन्धुत्व के लिए ज़मीन से 4800 फीट ऊँचाई तक अन्तर्राष्ट्रीय मैराथन में दौड़े धावक

► हज़ारों बच्चों ने भी दौड़ में लिया बढ़-चढ़कर हिस्सा

शांतिवन। राजस्थान में पहली बार आबू रोड से माउण्ट आबू तक 4800 फीट ऊँचाई तक 21 कि.मी. अन्तर्राष्ट्रीय मैराथन में भारत तथा देश के कई हिस्सों से आये सैकड़ों की संख्या में धावकों ने दौड़ लगायी। प्रात: साढ़े पांच बजे आयोजित इस मैराथन का उद्घाटन राजस्थान सरकार के गोपालन मंत्री ओटाराम देवासी, जिला प्रमुख पायल परसराम पुरिया, प्रसिद्ध फिल्म अभिनेता उपेन पटेल, भाजपा जिलाध्यक्ष लुम्बाराम चौधरी, मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा, शांतिवन प्रबन्धक ब्र.कु. भूपाल, जिला कलेक्टर संदेश नायक और ब्र.कु. भरत ने मशाल जलाकर किया तथा हरी झंडी दिखाकर इसे रवाना किया।

इस अवसर पर गोपालन मंत्री ओटाराम देवासी ने कहा कि ब्रह्माकुमारी संस्था ने जिस प्रकार आपदा के समय में लोगों की मदद की है उससे सरकार को और आम लोगों को काफी सहायता मिली। जिला प्रशासन, जनप्रतिनिधि सभी मिलकर संस्था के संकल्प को पूरा करने का प्रयास करेंगे। जिला प्रमुख पायल परसराम पुरिया ने कहा कि यह हम सभी का सौभाग्य है कि समय प्रति समय इस संस्था द्वारा लोगों के विकास हेतु लगातार कार्य किये जाते हैं। इससे लोगों में उत्साह बना रहता है।

हरी झण्डी दिखाकर दौड़ का शुभारंभ करते हुए मंत्री ओटाराम देवासी। साथ हैं पायल परसराम पुरिया, फिल्म अभिनेता उपेन पटेल तथा अन्य गणमान्य अतिथियों के साथ संस्थान के सक्रिय सदस्य।

फिल्म अभिनेता उपेन पटेल ने कहा कि मैं बहुत खुश हूँ कि ऐसे पवित्र स्थान पर आकर मुझे विश्व बंधुत्व का एक उदाहरण देखने का अवसर मिला जहाँ देश-विदेश से आये युवा धावकों ने उत्साह पूर्वक भाग लिया।

एशियन चैम्पिनय डॉ. सुनीता गोदारा ने कहा कि हमें विश्वास है कि इस तरह के प्रयास से अन्तर्राष्ट्रीय पहचान मिलेगी और अधिक से अधिक लोगों को इसमें जुड़ने का अवसर मिलेगा।

ब्रह्माकुमारी संस्था के मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा ने कहा कि दादी जी का हमेशा से यही प्रयास रहा है कि विश्व एक परिवार बने और हमें परिवार की भांति ही इस संसार में रहना चाहिए।

भाजपा जिलाध्यक्ष लुम्बाराम चौधरी, विधायक जगसीराम कोली, समाराम चौधरी ने भी अपनी शुभकामनाएं देते हुए कहा कि लोगों को ऐसे कार्यक्रमों में अपना योगदान देना चाहिए।

कार्यक्रम के अवसर पर जिला कलेक्टर संदेश नायक, माउण्ट आबू नगरपालिका प्रमुख सुरेश थिंगर, आबू रोड पालिका चेयरमैन सुरेश सिंदल, तहसीलदार मनसुख डामोर समेत कई लोगों ने अपने विचार व्यक्त किये।

संस्थान तथा अन्य सामाजिक संगठनों द्वारा रास्ते में भिन्न भिन्न स्थानों पर नींबू पानी, फल आदि की उत्तम व्यवस्था की गई, तथा साथ ही चिकित्सकों की टीम उपस्थित रही जिससे किसी भी प्रकार की असुविधा ना हो सके।

इस अवसर पर सदर पुलिस इंस्पेक्टर सुमेर सिंह तथा अशोक गाबा, ब्र.कु. मोहन सिंघल समेत ब्रह्माकुमारी संस्था के अधिक से अधिक सदस्यों ने व्यवस्था में अपनी महत्वपूर्ण भूमिका अदा की। आरंभ में आर.के. बैंड ने भी आध्यात्मिक गीतों द्वारा युवाओं का उत्साहवर्धन किया।

बच्चों में दिखा उत्साह: बच्चों में गज़ब का उत्साह देखने को मिला। जैसे ही बच्चों को मशाल और हरी झंडी दिखायी गयी, बच्चे जीत के लक्ष्य से दौड़ पड़े।

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 3rd Sep 2017
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।