ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 16 अंक-16 नवम्बर-II, 2015 पाक्षिक माउण्ट आबू ‘8.00

आध्यात्मिक विकास ही सर्वांगीण विकास की कुंजी -पी.जे.कुरियन

आंतरिक शक्तियों को बढ़ाने के लिए राजयोग मेडिटेशन आवश्यक – दादी जानकी

नई दिल्ली। आंतरिक शक्तियों को विकसित करने के लिए सत्यता, शान्ति और प्रेम जैसे बुनियादी मूल्यों को जीवन में अपनाना होगा, जिससे प्रत्येक व्यक्ति के जीवन एवं समाज में खुशहाली लायी जा सके। उक्त उद्‌गार ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी जानकी ने संयुक्त राष्ट्र की 70वीं वर्षगांठ के अवसर पर पार्लियामेंट हाऊस एनेक्सी में संयुक्त रूप से `आंतरिक शक्तियों के विकास' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में अपने आशीवर्चन देते हुए प्रकट किये।

`आंतरिक शक्तियों के विकास' विषयक कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. आशा, सम्बोधित करते हुए श्रीमती किरन मेहरा, दादी हृदयमोहिनी, दादी जानकी, पी.जे. कुरियन व ब्र.कु. जयंती।

उन्होंने कहा कि स्वयं में और समाज में आंतरिक शक्तियों, स्वास्थ्य, सद्‌भाव और खुशी को बढ़ाने के लिए नियमित रूप से आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग ध्यान का अभ्यास करना आवश्यक है।

मुख्य अतिथि के रूप में राज्य सभा के उपाध्यक्ष पी.जे.कुरियन ने संयुक्त राष्ट्र संघ के अंतर्राष्ट्रीय शान्ति स्थापना एवं विकासात्मक भूमिकाओं की सराहना करते हुए कहा कि सामाजिक, आर्थिक, शैक्षिक, स्वास्थ्य और मानव अधिकार के लिए काम करने के साथ-साथ यह संघ लोगों के आध्यात्मिक सशक्तिकरण को भी बढ़ावा दे जोकि सर्वांगीण विकास की कुंजी है।

विशिष्ट अतिथि के रूप में आयीं भारत-भुटान में संयुक्त राष्ट्र सूचना केन्द्र की निदेशिका श्रीमती किरन मेहरा ने अपने वक्तव्य में कहा कि संयुक्त राष्ट्र संघ ब्रह्माकुमारीज़ जैसे विश्व व्यापी गैर सरकारी संगठनों के साथ मिलकर शान्ति, मूल्य शिक्षा, स्वास्थ्य एवं सतत्‌ विकास की दिशा में आगे बढ़कर सुदृढ़ मानव समाज एवं एक बेहतर विश्व निर्माण के लिए कटिबद्ध है।

ब्रह्माकुमारीज़ के यूरोप एवं मध्य पूर्व की निदेशिका ब्र.कु. जयंती ने लोगों में मानवीय मूल्यों एवं आंतरिक शक्तियों की वृद्धि के लिए आध्यात्मिक ज्ञान और राजयोग ध्यान के नियमित अभ्यास पर ज़ोर दिया। उन्होंने सभा में उपस्थित विशिष्ट रूप से आमंत्रित समाज के विभिन्न व्यवसायों एवं वर्गों के लगभग दो सौ लोगों को कुछ मिनट राजयोग ध्यान द्वारा आंतरिक शान्ति एवं शक्ति की अनुभूति कराई।

इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी हृदयमोहिनी ने अपने आशीवर्चन दिये तथा सी.बी.आई. के पूर्व निदेशक डी.आर.कार्तिकेयन, न्यू दिल्ली टाइम्स की मुख्य संपादिका डॉ. प्रमिला श्रीवास्तव और ओ.आर.सी.गुड़गांव की निदेशिका ब्र.कु. आशा ने भी अपने विचार व्यक्त किये। साथ ही इस कार्यक्रम में वक्ताओं द्वारा पिछले सात दशकों में संयुक्त राष्ट्र और ब्रह्माकुमारी संस्था द्वारा समाज में मूल्यों और शांति की पुनर्स्थापना की दिशा में गतिविधियों पर प्रकाश डाला गया।

जीवन में जो घटता है वो कर्मों के ही अधीन है

‘माइंड बॉडी मेडिसिन’ विषय पर कॉन्फ्रेन्स आयोजित

बड़ौदा-गुज.। यदि यह सब भगवान कर रहा है तो वह अच्छा ही तो करेगा ना। जब हमारे साथ अच्छा होता है तो हम भगवान को अच्छा कहते हैं, बुरा होता है तो उसे कोसते हैं। जीवन में जो कुछ भी होता है वो अपने कर्मों के अधीन ही होता है। उक्त उद्‌गार ब्र.कु. शिवानी ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा `माइंड बॉडी मेडिसिन' विषय पर आयोजित कॉन्फ्रेन्स में व्यक्त किये।

उन्होंने कहा कि जीवन में हम दु:खी इसलिए होते हैं क्योंकि हम वर्तमान को छोड़कर भूत और भविष्य में जीते हैं। जीवन में आज लोग सबसे अधिक परेशान डर से हैं, जिसके कारण बहुत सारी गलतियां कर रहे हैं। डर भी हमारे द्वारा ही की गई गलतियों का परिणाम है। यदि आपको जीवन में खुशी व आनंद चाहिए तो रोज़ अमृतवेला उठकर परमपिता से अपार शक्ति प्राप्त कीजिए। उन्होंने आगे कहा कि हर व्यक्ति अपने भाग्य का निर्माता स्वयं ही है। वे अपने कर्म को सुदर वना सकता है। उन्होंने सभी से सुबह उठकर दिन का आरंभ सुदर विचारों के द्वारा करने का अनुरोध किया। उन्होंने इस कॉन्फ्रेन्स में आये सभी डॉक्टर्स को कहा कि पहले कहते थे कि यह हमारा फैमिली डॉक्टर है। वे पूरा विश्वास रखते थे। हमें चाहिए कि आज भी सभी हमपर उतना ही विश्वास कर सकें। धन की लालसा में कोई भी गलत कार्य हमसे ना हो जाये। हमें ज़रूरत है धन के साथ दुआओं की भी। इसलिए विशेष दुआओं पर ध्यान दें, पुण्य कर्मों पर ध्यान दें, धन अपने आप की आ जायेगा।

कॉन्फ्रेन्स का दीप प्रज्वलित कर उद्‌घाटन करते हुए ब्र.कु. डॉ. बनारसी, ब्र.कु. डॉ. निरंजना, ब्र.कु. शिवानी, ब्र.कु. डॉ. अशोक मेहता, ब्र.कु. डॉ. मोहित गुप्ता व अतिथिगण।

डॉ.अशोक मेहता ने आज के समय में मूल्यों की आवश्यकता बताते हुए कहा कि डॉक्टर्स भी सारे दिन में थक जाते हैं, स्ट्रेस का अनुभव करते हैं, तो उन्हें भी राजयोग के अभ्यास की आवश्यकता है।

डॉ. मोहित गुप्ता ने साइन्स और स्पीरिच्युअलिटी में बैलेन्स कैसे रखा जाये उस बारे में समझाया। बड़ौदा सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. डॉ. निरंजना ने सभी का स्वागत किया। ब्र.कु. डॉ. बनारसी ने सभी का अभिनंदन किया।

मन को आकाश दें...

`कैसा चल रहा है दोस्त?' बहुत समय के बाद मिले मित्र को पूछता है।

वो मित्र निराशा भरे स्वर में कहता है `हूँ, बिना प्रकाश का दीप हूँ।', `बिना नमक के भोजन जैसा मेरा जीवन है', `मैं सोचता हूँ कि कुदरत ने मुझे मानव बनाया ही क्यों?'

`कष्टों की परंपरा, आघातों का पूर और निस्फलताओं के बोझ को उठाकर जीने का क्या अर्थ है...?'

अपने मित्र के ऐसे निराशाजनक उद्‌गार सुनकर उसकी खबर लेने वाले मित्र को बहुत आश्चर्य का अनुभव हुआ। जीवन के प्रति इतना बड़ा धिक्कार!

- ब्र. कु. गंगाधर

दुनिया में ऐसे अनेक लोग दिखाई देंगे जो जीवन को सदा ही धिक्कारते रहते हैं, अपने जीवन के प्रति घृणा करते रहते हैं। जीवन को धिक्कारना, ये जीवन को जीने की बदतर रीत है। आपको मन-इच्छित सफलता न मिली, धंधे में निस्फलता मिली, स्वजन या बिज़नेस पार्टनर ने दगा दिया, शरीर व्याधियुक्त हो गया, तरह-तरह के रोग का अचानक आक्रमण हुआ, प्रशंसा व कदरदानों की भावना खत्म हो गई और जीवन को अपमानित करने का मौका मिल गया!

प्रकृति की ओर देखो, सूर्य को कभी `थैंक्यू' किया है? फूल के महक की आपने कभी प्रशंसा की है? शीतलता प्रदान करने वाले पवन को आपने कभी `शुक्रिया' कहा है? आपके पैर के नीचे आपका भार झेलती धरती माँ से आपने कभी क्षमा मांगी है? इन जैसे कौन-से कुदरती तत्व ने आपकी तरह जीवन को धिक्कार कर तुच्छ माना है?

आपके मन के दरवाज़े पर आपको परेशान करने के लिए तत्पर चार शत्रु खड़े हैं। वे हैं- चिंता, भय, अमर्यादित इच्छायें और हीन होने की वृत्ति।

आप तरह-तरह के प्रश्न पूछकर स्वयं को परेशान करते हो। वे चार शत्रु राज़ी होते हैं। इसीलिए अंतरात्मा को प्रश्न, तर्क और अस्पष्टता की अपेक्षाओं के चंगुल से निकालो, मुक्त हो जाओ। ऐसी परमात्मा की इच्छा है।

एक आदमी का जीवन के प्रति सकारात्मक दृष्टिकोण उसे सारी मानसिक बीमारियों से मुक्त हो जाने का तरीका सिखा रहा था। पीड़ा होती तो आदमी कहताः पीड़ा तो शरीर को हुई है, मुझे कहां हुई है?

कोई गाली देता, तो हँसकर कहता है : `गाली तो उसने अपनी ईर्ष्या को दिया है! मुझे उसका असर क्यों होना चाहिए?

व्यवसाय में नुकसान होता है तो वो आदमी कहता है : मैंने कोई एक ही धंधा या व्यवसाय करने के लिए थोड़े ही जन्म लिया है! दूसरे बहुत धंधों की ओर मुड़ने के लिए कुदरत ने मुझे मौका दिया है।

मनुष्य को बहुत सारा संग्रह करना आता है, लेकिन खाली करना नहीं आता। पुराना घर खाली करने का समय आता है, तब मनुष्य एक छोटी सी खोली भी छोड़ने को तैयार नहीं होता!

समस्याएं ज़हरीले नाग हैं, उन्हें छाती या मन के बिछौने पर ना ही बिठाया जाये। समस्या काले नाग की तरह है, तो नाग को दमन करने वाले कन्हैया बनने के लिए आपको कौन रोकता है!

अपने कॉलेज के काल में सहपाठी जिसको `चिंताओं का पिटारा' कहते थे। सी.एफ. मुलर कंपनी के प्लान्ट सुपरवाइज़र जिम बर्डसाल की आपबीति और चिंतामुक्ति की कथा कुछ इस तरह है, वे कहते हैं : सत्रह वर्ष पूर्व मैं वर्जीनिया के मिलिट्री कॉलेज में अभ्यास करता था। उस दरम्यान वर्जीनिया कॉलेज में मेरा नाम `चिंताओं का पिटारा' रख दिया गया था। उसके कारण मैं बहुत ही चिंताग्रस्त और बीमार रहता था। बारंबार बीमार पड़ने के कारण कॉलेज के हॉस्पिटल में एक पलंग मेरे लिए खाली रखा गया था। नर्स मेरा ध्यान रखती थी, लेकिन अभ्यास में नापास होने की चिंता पीछा नहीं छोड़ रही थी। मुझे 70-80 प्रतिशत मार्क्स मिले उसकी चिंता निरंतर सता रही थी। कभी भौतिकशास्त्र के विषय, तो कभी अन्य विषयों की

- शेष पेज 8 पर

राइट कर्म करने में ही हमारी सेफ्टी है, यह समझकर कर्म करो

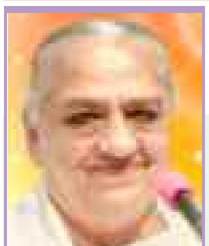
अभी साइलेंस में देखो हम कहते हैं मेरा बाबा और बाबा कहता है मेरे मीठे बच्चे। तो मेरे अंदर की भावना है कि सारे लाइफ के अंदर, अभी जो 80 वर्ष में बाबा से पाया है, साकार और अव्यक्त जो पालना मिली हुई है, उसका आप सबको भी अनुभव हो। आप सब भी बाबा से वह प्यार और शक्ति खींच लेवें, जो एक भी परसेंट मिस न हो। 100 परसेंट मैं कौन? मेरा कौन? यह इतना नशा चढ़ा हुआ हो। हर साकार मुरली में बाबा कहता है - देही अभिमानी भव। ज़रा भी देह-अभिमान हमारे अंदर न रहे। आप सबने साकार को देखा नहीं पर जाना है। जान-ना-पहचानना यह बुद्धि का काम है। जहां तन है वहां मन है। देखें मन कहाँ है? मनमनाभव। मामेकम् एक मुझ बाप को याद करो। तो एक बाबा दूसरा न कोई। जब कोई दिल में नहीं है, दिल को साक्षी होकर के देखो।

`मैं' अंदर में जाओ। `मेरा' ऊपर जाओ। फिर कर्म में आओ तो यज्ञ की सेवा करो। तो आप सब सेंटर पर रहके सेवा करने वाले हो तो सभी ने बहुत कमाई जमा की है ना। तो अंदर में भावना मेरी यही है कि बाबा की तरफ से जो शिक्षायें मिली हैं, वह आप सबके जीवन में भी आ जाएं, क्योंकि बड़ा सहज है, लौकिक बाप अलग, टीचर अलग, सतगुरू अलग होता है और हमारा एक ही बाप, शिक्षक, सतगुरु है। मुरली सुनते पढ़ते बुद्धि कभी भी बाहर न जाये क्योंकि बाबा पढ़ाते समय सामने बच्चों को देखते हैं कि कैसे पढ़ रहे हैं? बाबा मेरा साथी, मैं ड्रामा में साक्षी हो करके प्ले कर रहा हूँ। रचता मेरा साथी है मैं उसके बिगर श्वास भी नहीं उठा सकती हूँ। अभी जैसे पहले कहते थे, तन मन धन से समर्पण, तो पहले मन या तन? पहले मन फिर तन और धन जो है हम कहां से लायेंगे? बाबा खिला रहा है। जब हम सेवा पर लग गये थे पहले पहले दिल्ली में, तो बाबा के समर्पण किये हुए से खाया था। अब कहां से खायें? तो मैंने बाबा को लिखा, बाबा अभी हम यहां खाना कैसे खायें? फिर कहेंगे ड्रामा अनुसार ऐसी आत्मायें निमित्त बनीं जिन्होंने चावल, गेहूँ, शक्कर, घी के डिब्बे आदि सेन्टर पर दिये। उनको बाबा ने टचिंग दी, इनकी सवेरे जाके सेवा करो, तो एक चुअरमल सेठ था, उसकी वाइफ नहीं थी। तो सुबह को 6 बजे उसके घर में जाकर उसकी सेवा की। उसको टचिंग आई, बहू को कहा सेंटर पर यह भेज दो, उस समय कमलानगर सेन्टर छोटा था। मैंने कहा पहले यज्ञ में भेजो। उसने यज्ञ में भी भेजा। बाबा जो कराये वो करते जाओ तो बाबा कमाल का काम करायेगा।

आज दिन तक बाबा ने क्यों रखा है मुझे इस शरीर में? यह मैं बाबा को कहती हूँ तो बाबा मेरा कैसा था वो दिखाने के लिए। तो सुबह शाम, दिन रात यही देखती हूँ मैं यहां क्यों हूँ? शरीर

दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

अच्छी टेस्ट लेता है परंतु शरीर में रहते आत्म-अभिमानी स्थिति में रहना है। जैसे आज बाबा ने बोला, कि इस बाबा ने अपनी स्थिति ऐसी स्तम्भ बनाई जो आज भी पाण्डव भवन में शान्ति स्तम्भ सेवा कर रहा है। बाबा ने जो जो मेरे लिए महावाक्य उच्चारे वो आज सब सत् वचन महाराज हो गये हैं। मैं आत्मा तो लाइट हल्की हूँ, फिर कर्मों पर इतना ध्यान है, उसमें दो बातें हैं एक तो जो मैं कर्म करूंगी उससे दिखाई दे कि फॉलो फादर क्या करें। अगर अपने लाइफ की सेफ्टी चाहते हो तो प्यार क्या होता है उसको समझो। जो राइट बात है विवेक बताता है, राइट क्या है रॉंग क्या है, पाप क्या है पुण्य क्या है, कभी रॉंग बात नहीं करो। राइट हो तो उसमें सेफ हो। अपने में ट्रस्ट बैठेगा, औरों का भी विश्वास बैठेगा। खुद में विश्वास बैठेगा, औरों का मेरे में विश्वास बैठेगा। बाबा को फॉलो करो एकदम तो फरिश्ता बन जायेंगे। सारे ज्ञान का सार लव, ट्रस्ट, राइट जो करना है एक एक स्टेप जितना आगे बढ़ायेंगे उतने फरिश्ते बनते जायेंगे।



दादी हृदयमोहिनी
अति.मुख्य प्रशासिका

मौज में रहने का साधन 'न्यारी और प्यारी अवस्था'

कोई भी बात होती है, भले हिलाने वाली बातें आती हैं। बहुत कुछ लेन-देन भी चलती है। लेकिन कोई भी परिस्थिति में मेरी अवस्था उस हलचल में हिले नहीं। अपनी मौज को न छोड़ें। सदा कमल पुष्प समान न्यारी और प्यारी रहूँ। कोई भी बात मुझे टच न करे, ऐसा हो सकता है? अगर बुद्धि में लक्ष्य है, मुझे ऐसे चलना है, ऐसा बनना है तो कोई असम्भव बात नहीं है। बाबा की मुरलियों में भी भिन्न-भिन्न युक्तियाँ रहने के लिए मिलती रहती हैं। और संगठन है तो उसमें अटेन्शन तो रखना ही पड़ता है। उसमें चेक करें कि मैं मर्यादापूर्वक हूँ, चलते-चलते सारा समय ठीक रहता हूँ? या कोई न कोई बात बीच में आ जाती है? ठीक चलते-चलते भी कभी बीच में आ जाती है, तो उसकी जजमेन्ट के लिए चाहिए सचमुच योगयुक्त आत्मा। बाबा की याद में बैठके बाबा द्वारा ही चेक करायें कि मैं ठीक हूँ या नहीं? और बाबा की टचिंग तो होती है, ऐसे नहीं है मैं चाहूँ बाबा से और बाबा हमको नहीं देवे, हमारी गलती हो सकती है, बाबा की नहीं। भले पहले नहीं पता पड़ता है लेकिन चलते-चलते फिर मन में आ जाता है, सही बात भी आती है, वो कैसे करें बस। ऐसे नहीं बात को भी चला लेवे। कर लेंगे, मेरी बुद्धि में स्पष्टीकरण तो है कि यह करना है लेकिन करने की हिम्मत कम है। जब करना ही है तो करना ही है, फिर उसको हल्का नहीं छोड़ें। किसी की भी मदद चाहिए तो ले सकते हैं। जो भी ऐसा हो जो राय देवे और उस पर चलने से फर्क हो। तो कोई भाई बहनों से भी राय ले सकते हैं, थोड़ा वेरीफाई कराना चाहिए।

खुशी कभी नहीं गंवायें, बातें तो आयेंगी, यहाँ इतने जो भी रहते हैं, उनके साथ रहना माना साथ निभाना और भिन्न-भिन्न रहते हैं, सेंटर पर रहेंगे तो 2,3 यहाँ तो ढ़ेर रहते हैं, कइयों का आना-जाना भी होता है। फिर भी हम तो आप लोगों को हिम्मतवान समझते हैं। जो आपने फौरन ही जज किया, तो क्या करना है क्या नहीं? फायदा भी नज़र आता है और धोखा भी समझ में आता है। पता अंदर पड़ता है लेकिन नाम के कारण बेफिक्र हो जाते हैं। तो हमें अपनी तरफ से अपने को भी चेक करना है और दूसरे जो साथी रहते हैं उनसे भी चेक कराना है। अगर अंदर सेटीस्फाई हो कि मैं ठीक हूँ, तो कोई बात नहीं। लेकिन अगर चलते-चलते रुक जाते हैं और खुशी कम हो जाती है तो ज़रूर चेक करना चाहिए। खुशी कई बीमारियों को खत्म करती है। खुशी नहीं होगी तो कई बीमारियां आ जाती हैं। फिर यहाँ संगठन का बंधन भी है। आप चाहो आज यह नहीं करूँ, आपको करना ही पड़ता है। ज़रूर यह बंधन है लेकिन बंधन फायदे वाला है। वो तंग होके नहीं करें। पहले बुद्धि को समझायें राइट क्या है? और अपने आगे बड़ों को तो देखते ही हैं, बड़े जो करते हैं, उन्हों की विशेषता तो गाई जाती है।

पहली बात खुश रहें, खुशी फेस से नहीं जाये। जो ज़्यादा सोचते हैं ना, यह करूँ, यह करूँ, फिर उसमें ही लग जाते हैं। एम जो है वो बदल जाता है। वैसे बहुत अच्छा चलते हैं लेकिन जब पेपर का समय आता है, उस समय थोड़ा खिसक जाता है। तो खुशी कभी नहीं जानी चाहिए, खुशी माना कोई हँसना नहीं लेकिन दिल खुश। कोई छोटी-छोटी बातों में अटक नहीं जायें क्योंकि यहाँ संगठन है। तो बहनें भी ठीक हैं! सब खुश! अच्छा है, खुश रहें लेकिन दूसरे को सुखी करने के लिए अपना सुख जो है वो नहीं छोड़ें। कई बार क्या करते हैं, समझो नियम है या कुछ भी कायदे हैं तो उसके लिए करना ही पड़ता है, यह कहके अपने को छुड़ाते हैं, यह नहीं होना चाहिए। डरते हैं अंदर पता नहीं क्या होगा, करूँ या नहीं करूँ...इस चक्कर में भी कई रहते हैं। लेकिन एक बात ज़रूर याद रखें खुशी अपनी नहीं गंवायें। ऐसे 2,3 बातें अगर आई और उसी के ही सोच में चले गये तो अचानक कुछ भी हो जाये, पता ही नहीं पड़ेगा। तो जैसे बाबा कहते हैं अमृतवेले एक बारी अपने को अच्छी तरह से चेक ज़रूर करें कि कहाँ धोखा तो नहीं खा रहा हूँ? क्योंकि यहाँ संगठन है, अकेले नहीं हैं, संगठन में पहले थोड़ा बदलते हैं फिर देखते हैं, यह भी तो चल रहा है ना, तो उसको देख करके फिर आता है मैंने भी किया तो क्या हुआ! वो नहीं होना चाहिए।

इच्छा प्राप्ति के लिए - लगन की अग्नि

जब तक हृदय में किसी वस्तु को प्राप्त करने की प्रबल इच्छा (कामना) उत्पन्न नहीं हो, वह प्राप्त नहीं होती। इस विश्व में केवल मनुष्य ही नहीं प्रत्येक जीव-जन्तु कामना के वशीभूत होकर ही क्रिया करते हैं। जिनकी इच्छा जितनी प्रबल होती है, उनकी क्रिया भी उतनी ही शक्तिशाली होती है। इसलिए यह लक्ष्य प्राप्ति की सफलता का सबसे बड़ा कारक तत्व है। यही वह बीज है जो सफलता के लिए प्रेरित करता है। दृढ़ इच्छा नहीं हो या उसमें प्रबलता नहीं हो तो लक्ष्य के प्रति आकर्षण नहीं होता। ऐसी स्थिति में आवश्यक क्रिया ही नहीं होगी, फिर सफलता प्राप्त करने

का प्रश्न ही नहीं उठता।

कई बार यहाँ शंका उत्पन्न होती है, जो लोग भारतीय दर्शन के अनुगामी हैं, वे कह सकते हैं कि हमारे विचारकों ने तो `कामना' को त्यागने की बात कही है और आप बता रहे हैं कि सफलता के लिए `कामना' को प्रबल करो।

यहाँ एक भ्रम है। भारतीय विचारकों ने तुच्छ कामनाओं को त्यागने की बात कही है, न कि किसी बड़े उदात्त लक्ष्य की कामना को। परमात्मा का ज्ञान भी `कामना' की प्रबलता से ही प्राप्त होता है। इसलिए `कामना' का सर्वथा त्याग नहीं किया जा सकता। भगवान कहते हैं कि कल की कामना का परित्याग करो, किन्तु कर्म तो सदा फल की ही कामना से होता है। यहाँ हमने ही गलत समझा है। गीता में बताये मार्ग को देखें व समझें तो भगवान के कथन का अर्थ कर्म के परिणाम की चिन्ता को त्यागना है। दूसरे शब्दों में, यह कहा जाये तो भगवान ने लक्ष्य की प्राप्ति के लिए किये गये कर्म को महत्व दिया है। कर्म मनुष्य के हाथ में है, परिणाम नहीं। यदि वह परिणाम की चिन्ता में डूबकर कर्म करेगा तो कर्म के प्रति उसकी एकाग्रता समाप्त हो जाएगी और वह फल के चिन्तन में ही लिप्त हो जाएगा। इस प्रकार वह कभी लक्ष्य भेद नहीं कर पायेगा। दूसरी हानि इससे यह है कि कर्म को कर्त्तव्य समझकर न करके यदि सफलता के लिए चिन्तन करते हुए किया जाता है तो असफलता भारी दुःखदायी हो जाती है। फल का चिन्तन अनेक शंकाओं एवं निरर्थक भावों को खड़ा कर देता है और मनुष्य पलायन-वादी रास्ता अपना लेता है, जैसा कि युद्ध के समय अर्जुन ने अपना लिया था।

इसलिए लक्ष्य की प्राप्ति के लिए `प्रबल कामना, (प्रबल इच्छा), का होना अत्यंत आवश्यक है। ध्रुव के मन में सौतेली माँ से परमात्मा के बारे में सुनकर उनसे मिलने की प्रबल कामना न उत्पन्न हुई होती तो उन्हें परमात्मा की प्राप्ति नहीं होती। विश्वामित्र के मन में वशिष्ठ के लिए प्रतिद्वन्दिता के कारण ऋषि बनने की प्रबल कामना न उत्पन्न होती तो वे ऋषि विश्वामित्र के रूप में अमर नहीं होते। बुद्ध के मन में संसार के दुःखों को देखकर उसके कारण को जानने की प्रबल कामना उत्पन्न नहीं होती तो उन्हें ज्ञानबोध कभी नहीं होता। राइट्स बंधुओं ने चिड़िया को हवा में उड़ते देखकर इंसान के भी आकाश में उड़ने की कामना न की होती तो वे हवाई जहाज के निर्माण की बात सोचते भी नहीं। महात्मा गांधी ने अफ्रीका में ब्रिटिश हुकूमत से अपमानित होकर गुलामी की पीड़ा को महसूस न किया होता तो उनके मन में स्वतंत्रता की गहरी कामना नहीं जागती और वे भारत के राष्ट्रपिता नहीं कहलाए जाते।

बड़ी बातों को जाने दें। इच्छा के बिना आपकी अंगुली तक नहीं हिलेगी। कामना जगी, पर उसमें प्रबलता नहीं, तो भी नहीं हिलेगी। भारतीय दर्शन कहता है कि इस ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति ही परमात्मा की कामना (इच्छा) से हुई है। इसलिए हर कर्म कामना पर ही निर्भर करता है।

अतः लक्ष्य कोई भी हो, आपके अंतःकरण में उसकी प्रबल इच्छा का होना आवश्यक है। तभी आपको सफलता प्राप्त होगी।

इच्छा की प्राप्ति के लिए कई कारण हैं

इच्छा का जन्म अनुभूतियों से होता है - इच्छा की उत्पत्ति अचानक नहीं हो जाती। इसकी उत्पत्ति का कोई न कोई कारण होता है। पश्चिमी विचारक `इच्छा' की उत्पत्ति का कारण प्रेरणा को मानते हैं। लेकिन प्रेरणा की उत्पत्ति हमेशा अनुभूति के अंकुरित होने के बाद उत्पन्न होती है। मान लीजिए कि आप किसी वृक्ष पर सुंदर फल देखते हैं। आपके अंदर स्थित यंत्र में एक प्राकृतिक क्रिया उत्पन्न हो जाती है। आँख, कान, नाक से उस फल के स्वरूप से आप उसे अनुभव करते हैं। संकेत मस्तिष्क को मिलता है। वह अपने संचित ज्ञान कोष से विश्लेषण करके उस फल की पहचान स्थापित करता है कि वह `आम' है और पका हुआ है। इस अनुभूति के बाद उस फल को खाने के स्वाद का स्मरण होता है और तब उसको प्राप्त करके खाने की कामना जागती है। यह कामना ही कर्म की ओर प्रेरित करती है और लक्ष्य की स्थापना करती है।

यहाँ हमने देखा कि पहले अनुभूति होती है, फिर स्वाद का स्मरण होता है, फिर कामना जागती है। यहाँ कामना के लिए स्वाद की अनुभूति `प्रेरणा' बन जाती है। प्रत्येक क्रिया में, प्रत्येक कामना में यही प्रक्रिया उत्पन्न होती है।

इच्छा को प्रबल कैसे करें - (1) अपने आपको असमर्थ या दीन-हीन समझकर अपनी इच्छाओं एवं कल्पनाओं को उपेक्षित न करें। (2) उच्च लक्ष्य की कामना करें और उनके साकार होने पर प्राप्त होने वाले सुख की अनुभूति मानसिक रूप से करें। (3) सकारात्मक सोच रखें। (4) निराशा-जनक तर्कहीन कल्पनाएं न करें। (5) उच्च एवं उदात्त कल्पनाओं को सफल व्यक्तियों की सफलता के दृष्टिकोण से देखें। असफल लोगों को अपने परीक्षण का आधार न बनायें। (6) असम्भव इस विश्व में कुछ भी नहीं है, पर व्यावहारिक तर्कों का पालन आवश्यक होता है। उच्च व श्रेष्ठ लक्ष्य एक-एक सीढ़ी चढ़कर प्राप्त किया जाता है। यह सोचें कि जब मनुष्य हिमालय की ऊँची चोटियों पर चढ़ सकता है, समुद्र में गोते लगाकर रत्नों को निकाल सकता है, तो आप किसी कामना की पूर्ति क्यों नहीं कर सकते! (7) अपनी श्रेष्ठ इच्छा को कभी विस्मृत न करें और उसे जीवन का उद्देश्य बनाएं।

इच्छापूर्ति की लगन दिशात्मक बल है

सफलता का बहुत महत्वपूर्ण कारक इच्छापूर्ति की लगन है। यह एक प्रमुख कारक तत्व है, जिसका पश्चिमी विचारकों ने कोई विशेष महत्व नहीं दिया है। भारतीय विचारकों के अनुरूप ` भाव की गहनता में डूबे बिना न कोई सिद्धि मिलती है, न परमात्मा'। जब तक मनुष्य भाव में स्वयं के अनुभूति अस्तित्व को मिटा नहीं देता, वह कोई भी ज्ञान, कोई भी सिद्धि प्राप्त नहीं कर सकता।

आपमें कोई इच्छा उत्पन्न हुई, पर उसके प्रति गहन भाव नहीं तो आपका मस्तिष्क उसे निरर्थक समझकर छोड़ देगा, उस इच्छा का कोई महत्व नहीं रहेगा।

एक आलसी छात्रा थी। उसे उपन्यास, सिनेमा, सहेलियों के साथ घूमना और खूब सोना अच्छा लगता था। वह इसी में लिप्त रहती थी। जब परीक्षा नज़दीक आ गई तो उसके मन में भय उत्पन्न हुआ कि वह अच्छे नंबरों से उत्तीर्ण नहीं हो पायेगी। उसने संकल्प किया कि वह अब खूब पढ़ेगी। सुबह तीन बजे उठकर पढ़ाई करेगी और दो महीने में वह कोर्स पूरा कर लेगी। लेकिन जब सुबह अलार्म बजा तो नींद का सुख उस पर हावी था। उसने सोचा कि सुबह उठकर भी वह दो घंटे पढ़ सकती है। वह पुनः सो गई। सुबह जब वह तैयार होकर पढ़ने बैठी, तभी रेडियो में उसका मनपसंद गीत आने लगा उसने पढ़ने का काम रात के लिए टाल दिया। दिन में कॉलेज गई, दो-तीन पिरीयड के बाद दो सहेलियाँ अमिताभ बच्चन की नयी फिल्म देखने का प्रोग्राम लेकर आयीं और वह उनके साथ फिल्म देखने चली गयी। रात में उसे एक उपन्यास मिल गया और वह उसे पढ़ने लगी।

इस प्रकार दिन गुज़रते गये, पर वह पढ़ाई प्रारंभ नहीं कर पायी और आखिरकार वह परीक्षा में फेल हो गयी। जब फेल हो गयी तो उसे घर, समाज, कॉलेज तथा सखियों के बीच एक तिरस्कार का सामना करना पड़ा। फिर अचानक ही उसका काया-कल्प हो गया। घूमना, सिनेमा, उपन्यास, सहेलियां, नींद, इन सबमें उसका आकर्षण समाप्त हो गया। उसकी सारी भावनाएं पढ़ाई पर केन्द्रित हो गयीं। और जब अगले साल परिणाम निकला तो उसने उस परीक्षा के युनिवर्सिटी रिकॉर्ड को तोड़ डाला था। वह युनिवर्सिटी में टॉप पर ही नहीं बल्कि उस युनिवर्सिटी की रिकॉर्ड ब्रेकर बन गयी।

एक बात तो इस चरित्र से स्पष्ट होती है कि कामना का उत्पन्न हो जाना ही सब कुछ नहीं है। उसके प्रति इतना आकर्षण भी चाहिए कि अन्य सभी आकर्षण गौण हो जायें। इसी को भाव की गहनता कहते हैं। यह इच्छा के लिए उत्प्रेरक का काम करती है और लगन को जन्म देती है। यह `लगन' ही मनुष्य से कर्म करवाती है और उसे सफलता प्राप्त होती है। बिना इसके कठोर परिश्रम से किया गया कार्य भी सिद्ध नहीं होता।

- ब्र.कु.अल्का,दिल्ली

विजयवाड़ा। 'प्री फाउण्डेशन सेरिमनी' में अतिथि के रूप में आमंत्रित एक्ज़ीक्यूटिव सेक्रेट्री ऑफ ब्रह्माकुमारीज़ ब्र.कु. मृत्युंजय तेलंगाना के मुख्यमंत्री माननीय चन्द्रबाबू नायडू को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए।

पुणे-मीरा सोसायटी। महाराष्ट्र भूषण पुरस्कार प्राप्त शिवशाहीर बाबा साहेब पुरंदरे जी के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. विद्या व ब्र.कु. अश्विनी।

उस्मानावाद-महा.। किसान सशक्तिकरण अभियान के बारे में जानकारी लेने सेवाकेन्द्र पर आए कृषि विकास अधिकारीगणों का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत करते हुए ब्र.कु. सुरेखा, ब्र.कु. विठ्ठल व ब्र.कु. भंसाली।

मुम्बई-विले पार्ले। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करते हुए नगर सेविका श्रीमती शुभदा शशिकांत पाटकर, ब्र.कु. अनसुला, ब्र.कु. तपस्विनी व अन्य अतिथिगण।

तिरुपति। 'प्री फाउण्डेशन सेरिमनी' में अतिथि के रूप में आमंत्रित ब्र.कु. बहनें तेलंगाना के मुख्यमंत्री माननीय एन.चंद्रबाबू नायडू को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ।

धमतरी-छ.ग.। त्रिदिवसीय शिविर 'कर लो स्वास्थ्य मुट्ठी में' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए प्रखर टीवी एवं समाचार के निदेशक दीपक लखोटिया, डॉ. गिरीश पटेल, विधायक गुरमुख सिंह होरा, नगर निगम महापौर श्रीमती अर्चना चौबे व ब्र.कु. सरिता।

इन्दौर-कालानी नगर। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करते हुए नगर निगम इंजीनियर आशुतोष शर्मा, कथा वाचक पंडित हरिशंकर जी, समाजसेवी ब्रदीलाल शर्मा, ब्र.कु. जयंती व अन्य।

कोल्लम। मीडिया सम्मेलन का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मातृभूमि न्यूज़पेपर के ब्यूरो चीफ एंड स्पेशल कॉरस्पॉन्डेंट सी.ई. वासुदेव शर्मा, मातृभूमि के सब एडीटर डॉ. शाजन, ब्र.कु. उषा व ब्र.कु. रजनी।

लातुर-महा.। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए तहसीलदार भावीसकर जी, ब्र.कु. नंदा, विधायक पाशा पटेल, ब्र.कु. प्रभाकर व अन्य।

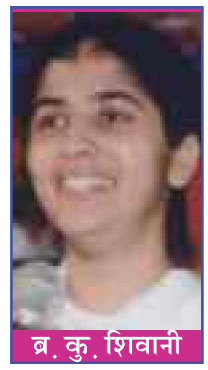
मुम्बई-धारावी। नवरात्रि पर लगाई गई चैतन्य देवियों की झाँकी के मध्य उपस्थित हैं ब्र.कु. लता व ब्र.कु. छाया।

परिणाम क्या होगा यह न सोचकर बस पढ़ो

गतांक से आगे...

प्रश्न:- मैं सोचती हूँ कि बहुत सारे बच्चे इस तरह की परिस्थितियों से गुज़र रहे हैं। उन्हें सोचने समझने के लिए कुछ समय देना चाहिए। मैं आपसे ये जानना चाहती हूँ, उस बच्चे से और भी जो बहुत सारे बच्चे हैं वे कहते हैं कि हम पर इतना मानसिक दबाव है कि मैं कुछ समझ ही नहीं पाता हूँ। 17-18 साल का जो बच्चा है, उसके खाने की भी जो हालत हो चुकी होती है और जिस तरह से वो अपना पूरा जीवन शैली बना चुका होता है। इसका उसके जीवन पर क्या प्रभाव पड़ रहा है। अगर ये बच्चे आगे बढ़ेंगे भी तो क्या इनका शारीरिक शोषण नहीं होगा?

उत्तर:- इसका मुख्य कारण यही है कि इस आयु वर्ग के लोगों में शारीरिक स्टेमिना और मानसिक स्टेमिना बहुत होती है। इसलिए हमें लगता है कि एक साल की ही तो बात है ना! हमारे बोलने का भाव यह होता है कि इस एक साल पर ही तुम्हारा भविष्य निर्भर करता है। हमने ये कभी नहीं सोचा कि हमारी ज़िंदगी बहुत सारी चीज़ों पर निर्भर करती है। अगर आप इस शरीर से और इस मन से इतनी मेहनत करवा रहे हो तो साथ-साथ उतना ही ज़्यादा आपको उसका ध्यान भी रखना पड़ेगा। क्योंकि जितना ज़्यादा हम एफर्ट कर रहे होते हैं उतना ज़्यादा हम उसके भविष्य के साथ जुड़ते भी जा रहे हैं। जहां हमने इतनी मेहनत की है, उसका रिज़ल्ट तो अच्छा होना ही चाहिए। लेकिन कुछ एक उदाहरण में जहां रिज़ल्ट अच्छा नहीं आता है, तो हम उसके लिए तैयार नहीं होते हैं। दिन और रात मेहनत करना बहुत अच्छी बात है लेकिन मेहनत के साथ-साथ उस रिज़ल्ट के साथ पहले ही जुड़ जाना कि ये होना ही चाहिए, ये सही नहीं है। वो लगाव जो घर के अंदर क्रियेट हो जाता फिर अगर वो नहीं होता है, तो फिर बच्चे के अंदर वो ताकत नहीं होती है कि वो उसका सामना कर सके। तब पता चलता कि वह भावनात्मक रूप से कमज़ोर था या उसके अंदर वो क्षमता थी ही नहीं।



ब्र. कु. शिवानी

प्रश्न:- आप इन दो सालों में इतने हताश हो चुके होते हैं कि आपके अंदर कुछ बचता ही नहीं है।

उत्तर:- पढ़ने से हताश नहीं होते हैं, मेहनत करने से हताश नहीं होते हैं, हताशा दबाव का सामना करने का तरीका नहीं है। रोज़ मेहनत करनी है, रोज़ पढ़ो ये चिन्ता किये बिना कि क्या होगा, क्या नहीं होगा, उसका तो हो गया मेरा क्या होगा, इसमें तुलना करने की भावना, कॉम्पीटिशन की भावना जागृत होती है, जो कि हमारे भावनात्मक स्वास्थ्य के लिए ठीक नहीं है। इसलिए अगर आप इस थॉट को मिटा सकते हो तो मिटा दो। इस कार्य में मेडिटेशन बहुत मदद करता है। विद्यार्थी जीवन में अगर एक विद्यार्थी रोज़ सुबह अपने दिन की शुरुआत सकारात्मक संकल्पों के साथ करे तो बिना कोई नुकसान उठाये बहुत मेहनत कर सकता है और सफल हो सकता है। हम मेहनत जितना ज़्यादा करते हैं उससे कई गुणा ज़्यादा हम कर सकते हैं। लेकिन इसके लिए हमें यह ध्यान रखना होगा कि हमारा बहाव कहीं से भी नहीं होना चाहिए। क्योंकि मन में एनर्जी तो उतनी ही है, उस एनर्जी को आप किस उद्देश्य के लिए केंद्रित करते हैं यह आप पर निर्भर करता है।

मन एक बहुत शक्तिशाली टूल है जिसमें क्रियेटिव विचार बहुत हैं, लेकिन उन क्रियेटिव विचारों को पहचानने के लिए हमें अपने मन को शांत करना होगा। राजयोग मेडिटेशन यही तो करता है, इसमें हम अपने मन में चलने वाले विचारों को बड़े ध्यान से देखते हैं और फिर उन विचारों से अपने ध्यान को हटा कर हम उन विचारों को ले आते हैं जो श्रेष्ठ व शक्तिशाली होते हैं, जिससे हमारी ऊर्जा बढ़ जाती है और हम अपने उद्देश्य पर केन्द्रित होने हेतु तैयार हो जाते हैं। चूंकि यह प्रक्रिया एक दिन की नहीं है, इसके लिए हमें बार बार अटेन्शन देकर याद दिलाना है कि मुझे अपनी ऊर्जा को बढ़ाना है, तो इसके लिए मुझे मेडिटेशन करना ही है। यह बहुत अच्छा उपाय है अपने आपको केन्द्रित करने का।

-क्रमशः

बहुगुण उपयोगी मेथी

प्रकृति ने हमारे लिए बहुत सारे ऐसे अनमोल उपहार दिये हैं जो बहुत गुणकारी भी हैं और आम जनमानस के लिए उपलब्ध भी हैं। आप उससे दवाई बना सकते हैं, उसको अपने खाने में इस्तेमाल कर सकते हैं। साथ ही साथ आयुर्वेद की विभिन्न पद्धतियों को विकसित करने व उनसे बनने वाली दवाइयों में भी उपयोग कर सकते हैं। इसी प्रकृति के अनमोल उपहार में एक मेथी भी है जिसका हम विभिन्न बीमारियों में उपयोग कर सकते हैं।

1. मेथी में सबसे अधिक आयरन पाया जाता है जो खून को बढ़ाने में सहायक होता है। खनिज, विटामिन्स, कैल्शियम, फास्फोरस और विटामिन सी की भी इसमें प्रचुर मात्रा होती है। मेथी का उबला हुआ पानी बुखार को कम करने में बहुत सहायक होता है, इससे शरीर की आंतरिक सफाई भी होती है।

2. मेथी खाने से भूख बहुत अच्छी लगती है। गन्ध, स्वाद आदि इन्द्रियां अधिक संवेदनशील होती हैं। इसके सेवन से मुंह की दुर्गन्ध दूर होती है। कफ, खाँसी, निमोनिया, दमा आदि श्वसन संबंधी रोगों में लाभ होता है। गले की खरास में मेथी दाने के पानी से गरारे करने से लाभ होता है।

3. मेथी वात और कफ का शमन करती है। जिस स्थान पर मेथी का स्पर्श किया जाता है वहां वात और कफ विरोधी कोशिकाओं का सृजन होने लगता है। शरीर की रोग प्रतिरोधक क्षमता बढ़ने लगती है। इसके संपर्क से मृत प्रायः कोशिकायें पुनः सक्रिय होने लगती हैं।

4. मेथी जो कार्य पेट में जाकर करती है, उससे अधिक एवं शीघ्र लाभ उसके बाह्य प्रयोग से संभव होता है, क्योंकि उससे रोगग्रस्त भाग का मेथी की तरंगों से सीधा संपर्क होता है।

5. अंगूठों के ऊपर वाले पोर्वे पर मेथी लगाने से चक्कर एवं सर दर्द संबंधी रोगों में तुरंत लाभ मिलता है। रक्तचाप अच्छा होने लगता है।

6. अनिद्रा, रात्रि में सोते समय हाथ के अंगूठे के पहले पोर्वे पर मेथी लगाने से अनिद्रा के रोग से छुटकारा मिल जाता है। मेथी का हल्का सा मसाज सीने पर करने से फेफड़े मज़बूत होते हैं।

7. आग से जलने पर दानेदार मेथी को पानी में पीसकर लेप करने से जलन दूर होती है और फफोले नहीं पड़ते।

8. मेथी का सिर पर लेप करने से बाल नहीं गिरते और गंजों के बाल आने लगते हैं और बाल अपने प्राकृतिक रंग में मुलायम बने रहते हैं।

9. ताजा पत्तियों का पेस्ट रोज़ नहाने से पूर्व चेहरे पर लेप करने से चेहरे का रूखापन, झुर्रियाँ व गर्मी से होने वाले कील-मुंहासे ठीक हो जाते हैं।

तो ऐसे बहुपयोगी तथा बहु गुणकारी मेथी का उपयोग करके आप अपने आप को स्वस्थ व तंदुरुस्त बना सकते हैं।

बहुत ही सहज है राजयोग...

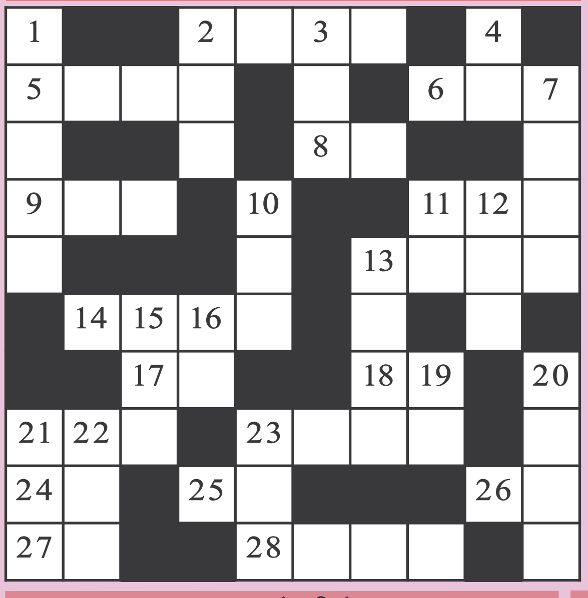
सभी कहते हैं कि मेरा काफी दिनों से इलाज चल रहा है, मैं ठीक नहीं हो पा रहा हूँ। आज तक तकनीकी रूप से सक्षम होने के बावजूद भी हम स्वस्थ नहीं हैं, कहीं हम गलत भ्रांति में तो नहीं जी रहे हैं। बात ठीक भी है क्योंकि आपके स्वास्थ्य पर आपके गुणों का प्रभाव पड़ता है। यदि आप गुणी हैं तो आप सम्पूर्ण रूप से स्वस्थ हैं। इसे चाहे तो आप अपने आस-पास लोगों को देखकर अंदाज़ा लगा सकते हैं।

गतांक से आगे...

शक्ति : शक्ति का सम्बन्ध हमारे शरीर के कंकाल तन्त्र (स्केलटन सिस्टम) से है और यह प्रकृति के पृथ्वी तत्व से सम्बन्ध रखता है। आज प्रकृति का पृथ्वी तत्व पूरी तरह से खराब हो गया है। इसका प्रमुख कारण काम विकार है। जब हमारा शरीर एक बार उत्तेजित होता है तो इससे हमारे शरीर के लगभग चार हज़ार से भी अधिक कोशिकायें मर जाती हैं। इसलिए जितनी भी बार लोग इन कार्यों में अपने आप को थकाते हैं, उसका पूरा असर हमारे शरीर के कंकाल तन्त्र पर पड़ता है। इसलिए उम्र ढ़लने के साथ-साथ हमारी हड्डियों और मांसपेशियों में दर्द शुरू हो जाता है। इसके लिए आप चाहे जितनी भी दवाइयां या सप्लीमेंट्स खायें, हमारा शरीर पुनः उस अवस्था में नहीं आ सकता। अगर इतिहास पर नज़र दौड़ाएं तो जितने भी बड़े-बड़े वीर योद्धा थे, सभी शारीरिक रूप से बलिष्ट थे, उसका कारण ब्रह्मचर्य या संयम था। आज हम असंयमित हैं जिसके कारण ही हम दु:खी हैं। भक्ति में उदाहरणस्वरूप सबसे शक्तिशाली भक्त के रूप में हनुमान का उदाहरण आता है और उन्हें लाल रंग से रंगा हुआ भी दिखाया जाता है, चूंकि लाल रंग का सम्बन्ध शक्ति से है, इसीलिए शायद माँ दुर्गा को भी लाल रंग की चुनरी चढ़ाते हैं। हम चाह रहे हैं कि आप भी नियम और संयम को अपनाएं और अपनी शारीरिक दुर्बलता को दूर भगाएं।

उपरोक्त सातो गुणों के साथ जुड़ी हुई प्रकृति तथा रंगों को यदि हम रोज़ अपने शरीर पर इमर्ज करें तो हम अपने आपको स्वस्थ होता हुआ पायेंगे। लेकिन गुणों को अपनाना है ना कि आपको फालतू या अनावश्यक बातों में जाना है। आप गुण अपनायेंगे तो आप वैसे ही स्वस्थ हो जायेंगे।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-11



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 भेजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

1. भृकुटी आत्मा का....है, मस्तिष्क का केन्द्र बिन्दु (5)
2. वर्णन करना, कहना (3)
3. नौकरी, दासत्व, गुलामी (3)
4. माया ने तुम बच्चों की बुद्धि को गॉडरेज का.... लगा दिया है (2)
7. हम बच्चों को बाबा नर से....बनाने आये हैं (4)
10. प्रतिलिपी, ज्यों का त्यों किया जाने वाला अनुशरण (3)
11. शंकर जी की पत्नी का नाम (2)
12. पैरों के श्रृंगार का एक आभूषण (3)
13. राज्य का वह नगर जहाँ राजा निवास करता है, राज्य का शासन केन्द्र (4)
15. छोटा जलाशय, पोखरा (3)
16. मिलाप, संयोग, समागम (2)
19. सहित, समेत (2)
20. श्रीकृष्ण का एक परम भक्त, एक महान नेत्रहीन कवि (4)
21. न जानने वाला, अज्ञात (3)
22. युक्ति, तर्क, बहस (3)
23. देखना, साक्षात्कार, भेंट (3)

बायें से दायें

3. अच्छे विचार, अच्छी मत, स्लोगन (4)
5. फैक्ट्री, निर्माण गृह (4)
6. अमुक व्यक्ति, अनाम (3)
8. ईर्ष्या, प्रतिस्पर्धा, घृणा (2)
9. रेखाचित्र, फोटो (3)
11. युक्ति, तरीका (3)
13. भारत का एक महाकाव्य ग्रन्थ (4)
14. हरेक बच्चे को उन्नति के लिए अपना.... ज़रूर रखना है (4)
17. परमधाम का रंग (2)
18. घर, ठिकाना, निवास स्थान (2)
21. इज्जत, सम्मान, रिगार्ड (3)
23. दर्शन करने योग्य, शोभनीय (4)
24. नकली, फर्जी, झूठा (2)
25. आकाश, गगन (2)
26. हनुमान जी का मुख्य अस्त्र (2)
27. समुद्र में जिनके द्वारा राम का नाम लिखने से पत्थर तैर जाते थे (2)
28. पास, करीब, निकट (4)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन

रायपुर-छ.ग.। 'अलविदा डायबिटीज़' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए एग्रीकल्चर एंड वॉटर रिसोर्सेंज़ मिनिस्टर बृजमोहन अग्रवाल, ब्र.कु. डॉ. श्रीमंत साहू, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. किरण व ब्र.कु. उमा।

अमरावती-रुक्मणि नगर(महा.)। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में पुलिस कमिश्नर चंद्रकांत गुंडेवाल, महापौर श्रीमती नंदा कौर, बाबा साहेब शिरभाते, तारा राठी व ब्र.कु. सीता।

बिलासपुर-राजकिशोर नगर। सी.एल.एज्युकेट (प्रशिक्षण केन्द्र) के कर्मचारियों को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. उमा, ब्र.कु. राखी, ब्र.कु. शालू व अन्य।

उज्जैन-ऋषिनगर। आर.एस.एस. के पदाधिकारियों को प्रशिक्षण देने के पश्चात् समूह चित्र में सदस्यगण, ब्र.कु. मन्नू व ब्र.कु. अम्बिका।

धमतरी-छ.ग.। 'व्यापार में सफलता की चाबी आध्यात्मिकता' विषय पर आयोजित संगोष्ठी में अपने विचार व्यक्त करते हुए ब्र.कु. हेमा,इन्दौर, सत्यनारायण राठी, निर्मल बरडिया व अन्य।

इन्दौर-सुदामा नगर। नवरात्रि के शुभ अवसर पर व्रत एवं दशहरा का महत्व बताने के पश्चात् लोगों को बुराइयों को त्यागने का संकल्प कराते हुए ब्र.कु. प्रकाश।

मॉस्को-रशिया। भारत की विदेश मंत्री श्रीमती सुषमा स्वराज के तीन दिवसीय रशिया यात्रा के दौरान भारतीय दूतावास में आयोजित स्वागत समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा सांस्कृतिक प्रस्तुति दिये जाने पर कोरियोग्राफर ब्र.कु. वेरा को गुलदस्ता भेंट करने के बाद समूह चित्र में श्रीमती सुषमा स्वराज, ब्र.कु. सुधा व अन्य।

यू.एस.ए-उताह। 'रीक्लेमिंग द हार्ट ऑफ अवर ह्यूमैनिटी' विषय पर कॉन्फ्रेंस के दौरान चित्र में अन्य धर्म प्रमुखों के साथ ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. चंद्रु व अन्य।

केन्या-नैरोबी। एंगर मैनेजमेंट के बारे में समझाते हुए ब्र.कु. उषा,माउण्ट आबू। ध्यानपूर्वक सुनते हुए वहाँ के भाई बहनें।

चीन-संघाई। ब्र.कु. भाई बहनों की रिट्रीट के पश्चात् चित्र में ब्र.कु. डॉ. सविता व अन्य।

नखत्राणा-कच्छ। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में भाजपा प्रमुख धीरूभाई पटेल, उपसरपंच चंदनसिंह राठोर, व्यापारी मंडल के महामंत्री राजुभाई पलाण, ब्र.कु. रक्षा, ब्र.कु. किरण व अन्य।

मेहकर-महा.। व्यसनमुक्ति प्रदर्शनी में डिपो मैनेजर चन्द्रकांत पाथरकर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीरा। साथ हैं परिवहन निरीक्षक मोरे जी, सहायक परिवहन निरीक्षक वानखेड़े जी, ब्र.कु. रजनी व अन्य।

स्वविजयी ही रहें...

हम सभी ने नवरात्र मनाया, विजयदशमी मनाई और दीपावली भी मना ली। ये त्योहारों का एक लम्बा सिलसिला चला, लेकिन क्या इन त्योहारों के माध्यम से हमारे जीवन में सुख, शान्ति, समृद्धि, प्रेम का सिलसिला शुरु हुआ जिस मकसद से हमने ये त्योहार मनाया, क्या हम उन त्योहारों के मर्म को अपने जीवन से जोड़ पाये, क्या ये हमारे जीवन में कुछ उपयोगी सिद्ध हुई? चलो इसपर कुछ विचार कर लेते हैं...

नवरात्र की नौ रातें हमें जगाती हैं, हमारी आसुरी प्रवृत्तियों को नष्ट करके हमें सद्गुणों की सम्पदा देती हैं, ताकि हम स्वयं को जान सकें, मन पर विजय प्राप्त कर सकें। ये नौ रातें पूरा जीवन बदल सकती हैं।

ईश्वर का स्त्री स्वरूप देवी है। उनकी पूजा दुर्गा, लक्ष्मी और सरस्वती जैसे विभिन्न रूपों में होती है। नवरात्र देवी आराधना का पर्व है, जिसकी पहली तीन रात्रियां देवी दुर्गा को समर्पित हैं। उसके बाद के तीन रातों में लक्ष्मी की स्तुति होती है और अंतिम तीन में सरस्वती की। इसके बाद का दसवां दिन विजयादशमी कहलाता है।

दुर्गा दुर्गति हरिणी

महान सद्गुणों को प्राप्त करने के लिए पहले मन की सारी आसुरी शक्तियों का ध्वंस करना पड़ता है। इस ध्वंस का प्रतिनिधित्व करती हैं दुर्गा। दुर्गा दुर्गति हरिणी। वे महिषासुर मर्दिनी भी कहलाती हैं। महिष, यानी भैंस। क्या हमारे मन में भी हरदम एक भैंस का अस्तित्व नहीं होता? भैंस आलस्य, अंधकार, जहालत और जड़ता-निष्क्रियता जैसे तमोगुणों की प्रतीक है, जो हमारे भीतर भी होते हैं। हमारे भीतर अपार ऊर्जा और सम्भावनाएं हैं, पर हम कुछ नहीं करते, जैसे भैंस कीचड़-पानी में पड़ी रहती है, ऐसे दुर्गुणों का नाश बहुत कठिन होता है। दुर्गा की आराधना के माध्यम से हम अपने भीतर की दैवीय शक्ति को जगाकर पाशविक वृत्तियों को नष्ट कर सकते हैं।

लक्ष्मी से सच्ची सम्पदा

आत्मजागृति के लिए हमारा मन तैयार होना चाहिए। मन पवित्र, केन्द्रित और लक्षित होना चाहिए। मन का यह शुद्धिकरण देवी लक्ष्मी की सहायता से सम्भव है। आज के युग में हम लक्ष्मी का अर्थ धन और भौतिक सम्पदा से लगाते हैं। धन-सम्पत्ति की कामना से ही हर कोई लक्ष्मी-पूजा करना चाहता है, लेकिन वास्तविक सम्पदा क्या है? अगर हमारे पास भौतिक सम्पत्तियाँ हैं, लेकिन आत्म-अनुशासन या आत्म-नियंत्रण नहीं है, न ही प्रेम, दयालुता, आदर, गाम्भीर्य जैसे नैतिक मूल्य हैं, तो हमारी सारी सम्पदा खो जाएगी या नष्ट हो जाएगी। असली सम्पदा भीतरी होती है। ये आंतरिक सद्गुण ही हैं जो हमारी भौतिक सम्पत्तियों को संरक्षित करते हैं और उनका अच्छा इस्तेमाल सुनिश्चित करते हैं। अन्यथा धन खुद में एक समस्या बन जाता है।

उपनिषदों में ऋषियों ने कभी भी केवल भौतिक सम्पदा की कामना नहीं की है। तैत्तरीय उपनिषद में वे आह्वान करते हैं कि पहले हम उच्च गुण विकसित करें, फिर हे ईश्वर हमें धन-सम्पदा दो। हमारे सद्गुण ही हमारी वास्तविक दौलत हैं। आद्य शंकराचार्य ने 'विवेक चूड़ामणि' में इन छह सम्पत्तियों की व्याख्या की है - मन की शांति, स्वनियंत्रण, आत्म-त्याग, सहिष्णुता, आस्था और एक लक्ष्य-केन्द्रिकता।

ये गुण आवश्यक हैं, क्योंकि हमारा परम लक्ष्य मन पर विजय प्राप्त करना है, ताकि हम जीवन में आने वाले हर छोटे-बड़े परिवर्तन से प्रभावित न हों। यह विजय तभी मिलती है, जब मन तैयार हो। और लक्ष्मी पूजा इसी मानसिक तैयारी का प्रतीक है।

सरस्वती से स्व का ज्ञान

मन पर विजय की प्राप्ति केवल ज्ञान और समझ के ज़रिए ही सम्भव है। और माँ सरस्वती स्व के सर्वोच्च ज्ञान का प्रतिनिधित्व करती हैं। हालांकि वेदों में धनुर्विद्या, वास्तुविद्या, अर्थशास्त्र, अंतरिक्ष विज्ञान जैसे बहुत सारे ज्ञान का वर्णन है, लेकिन वास्तविक ज्ञान होता है आध्यात्मिक ज्ञान। भगवान ने गीता में कहा भी है कि स्वयं का ज्ञान ही ज्ञान है। तात्पर्य यह है कि हमें कई शास्त्रों और विज्ञानों का ज्ञान हो सकता है, लेकिन यदि हमें स्व का ही ज्ञान नहीं है, तो यह हमारा सबसे बड़ा नुकसान है। इस सर्वोच्च ज्ञान की प्रतिनिधि हैं देवी सरस्वती।

फिर विजयोत्सव का दिन

इस तरह, नवरात्र में सबसे पहले देवी दुर्गा का आह्वान किया जाता है कि वे हमारे मन की अशुद्धियों को दूर करें। देवी लक्ष्मी का आह्वान महान गुणों और योग्यताओं के लिए किया जाता है और अंत में स्व के सर्वोच्च ज्ञान के लिए सरस्वती का आह्वान होता है। इस तरह यह तीन-तीन रात्रियों के तीन चरणों का महत्व है, जिसके बाद आती है विजयादशमी, यानी विजय का दिन। विजय का उत्सव।

नवरात्रियां क्यों?

नवरात्र के पर्व में दिन के बजाय रात्रियां क्यों जुड़ी हैं? आमतौर पर रात वह समय है, जब हम सोने जाते हैं, इसलिए आध्यात्मिक संदेश है कि तुम तमोगुणी अज्ञानता के उनींदेपन में खूब जी लिए। अब समय जागने का है। उठो, जागो।

नृत्य क्यों?

नवरात्र में रास गरबा की परम्परा भी है। स्वाभाविक है कि जब हमारा मन अधिक पवित्र, शांत व प्रफुल्लित हो जाता है और हम आत्मबोध अर्जित कर लेते हैं, तो हम प्रसन्न महसूस करते हैं। रास नृत्य भी आनंद और आत्मबोध का नृत्य है।

- ब्र.कु. सौम्या, मुम्बई

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली के उत्तर

वर्ग पहेली 4 का उत्तर

ऊपर से नीचे
1. राजाई
2. हल
3. आज्ञा
4. जनक
5. जग
6. मान शान
8. अमानत
9. गरम
10. रज
12. मगर
13. भगवान
15. गीत
17. कस
18. दीदार
20. दादा
22. गुणी
24. रत
26. ताकत
28. नज़र
30. आस
32. दाम
33. रज़ा

बायें से दायें
1. राहत
3. आज
5. जमा
7. जाल
8. अज्ञान
9. गगन
10. रमा
11. कमर
13. भजन
14. गमगीन
16. तकदीर
19. वादा
21. सदा
23. शानदार
25. रमणीकता
27. तन
29. दुआ
31. जमींदार
34. समाचार
35. मज़ार

वर्ग पहेली 5 का उत्तर

ऊपर से नीचे
1. विनाश
2. यज्ञ
3. सबक
4. जार
6. साहस
7. तबला
10. नेति नेति
12. चहल पहल
15. महाप्रलय
16. कनक
18. पालनहार
22. सतह
23. निरोगी
26. वस

बायें से दायें
1. विलायत
3. सजा
5. बरसात
8. शब्द
9. अनेक
11. हबच
13. सलाह
14. ममता
17. तिनका
18. पाप
19. प्रकार
20. कलह
21. भील
24. नल
25. यथावत
27. सहयोगी
28. रब

वर्ग पहेली 6 का उत्तर

ऊपर से नीचे
1. भाग्य- विधाता
2. थकना
3. सर
4. परवाना
6. लाश
7. काक
10. नामधारी
11. सपूत
14. वीर
15.जबरदस्त
17. राह
19. सकल
20. रमणीक
22. कमल
24. मत
25. नीर

बायें से दायें
1. भागीरथ
3. समीपता
5. कलाकार
8. विघ्न-विनाशक
9. रवाना
12. नाम
13. तावीज़
16. पूरा
18. रवड़
19. सतह
21. दमकल
23. रमण
24. मस्त
26. रात
27. ललकार
28. कर्ण

वर्ग पहेली 7 का उत्तर

ऊपर से नीचे
1. सजनिया
2. शुक्रिया
3. गुनाह
6. गीता
7. काज
9. मधुबन
11. मेहनत
12. मामेकम
13. सत
14. कहानी
15. त्वचा
16. वर
18. ज़रा
21. फालतू
22. अन्धा
23. लगाव
24. रस
26. धन

बायें से दायें
1. सम्बन्ध
2. शुद्ध
3. गुल
4. स्थापना
5. निरोगी काया
8. हम
10. ताज
13. सहज
14. कब
15. त्वमेव
17. तन
18. जहान
19. चाकर
20. रानी
25. फल
26. धन्धा
27. सर्व
28. तूफान
29. तनाव

शिवानंद को मिला 'शिव' मिलन का आनंद

शिवबाबा की मुरली जब हम सुनते हैं तो हम देखते हैं कि उसमें कई शास्त्रों का सार समाया होता है, उन शास्त्रों की बातें हमें अर्थ सहित मुरलियों में मिलती हैं, इसे देखकर मुझे अनुभव होता है कि जैसे ये मुरली पाँचवा शास्त्र है, पाँचवा वेद है। ऐसा कहना है हद के सन्यासी से बेहद के सन्यासी बने शिव के आनन्द में डूबे देगलूर महाराष्ट्र के शिवलिंगेश्वर संस्थान मठ के शिवानंद शिवाचार्य स्वामी जी का । वे परमात्म मिलन के अवसर पर ओमशान्ति मीडिया से रुबरू हुए। उनके साथ हुई बातचीत के कुछ अंश...

आप इस संस्था से कैसे जुड़े?

मैं चार-पाँच साल पहले यहां संत समागम में आया था, तब इस संस्था से मेरा परिचय हुआ। बाद में कई अन्य भी कार्यक्रमों में शरीक होने का मौका मिला और 2013 में बाबा मिलन के लिए आने का अवसर मिला। मैं जब से प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय से जुड़ा हूँ तब से मुझे ऐसा लगता है कि ये संस्था अलग नहीं है, लेकिन अलग नहीं होते हुए भी ये सबसे अलग है।

जब आप पहली बार बाबा से मिले तो आपको कैसा अनुभव हुआ?

जब पहली बार बाबा से मिलने का सुअवसर मिला, मैं शान्तिवन के डायमण्डल हॉल में बैठा था, बाबा के महावाक्य चल रहे थे। उस समय वहां 25-30 हज़ार भाई बहनें वहाँ बैठे थे, लेकिन वहाँ का वातावरण बिल्कुल शांत था, कोई कोलाहल नहीं था। साथ ही पूरे परिसर का परिक्षण करने के बाद मुझे अनुभव हुआ कि मैं सचमुच परमात्मा शिव से मिलन मना रहा हूँ और ये उनके ही महावाक्य हैं जो इस पल मेरे कानों में पड़ रहे हैं।

इस सत्य ज्ञान की अनुभूति करने के पश्चात् आप अपने मठ में किस तरह इस ज्ञान का उपयोग करते हैं या किस रूप में आप अपने मठ को संचालित करते हैं?

पहले से मैं ज्ञान तो जानता था, मठ में अपने शिष्यों को भी ज्ञान देता था लेकिन मुझे इसका आधार नहीं मालूम था। लेकिन यहाँ आने के बाद मुझे सच्चा आधार मिल गया। मैंने ये जान लिया कि किस आधार द्वारा हम उस श्रेष्ठ मंज़िल तक पहुँच सकते हैं।

आप तीन सालों में कितनी बार बाबा से मिले और परमात्मा का ये जो श्रेष्ठ कार्य चल रहा है इसमें आप क्या और किस प्रकार सहयोग देना चाहते हैं?

मुझे दो बार बाबा से मिलने का सौभाग्य प्राप्त

हुआ है। परमात्मा के कार्य में हम सहयोगी बन सकते हैं, हम सेवा कर सकते हैं। बाबा तो अव्यक्त है लेकिन व्यक्त में आकर हमें जो बता रहे हैं, जो समझा रहे हैं, उनके जो महावाक्य हैं उनका हम विस्तार करना चाहते हैं। हम जन जन तक ये संदेश पहुँचाना चाहते हैं कि परमात्मा आकर हमें विश्व परिवर्तन के लिए जो ज्ञान दे रहे हैं उसे सुनें, समझें और अपने जीवन में धारण करें।

आपने पहले गीता में पढ़ा होगा और कई पुस्तकों में पढ़ा कि तुम्हीं हो माता, पिता तुम्हीं हो, तो आपको लगता है परमात्मा ही हमारा माता-पिता और सबकुछ है?

ये गीत, ऐसे वाक्य हमने बहुत पढ़े लेकिन कोई अनुभव नहीं था। यहाँ आने के बाद मैंने अच्छी तरह से यह अनुभव कर लिया है कि परमात्मा ही हमारा सबकुछ है, दूसरा कोई भी नहीं है। यहाँ हम जो भी पढ़ते हैं, उसे अच्छी तरह से अनुभव कर सकते हैं।

क्या आपको ये लगता है कि आपमें जो भी शक्तियाँ हैं जैसे मन, बुद्धि या अन्य शक्तियाँ, वो परमात्मा की देन हैं और उसका उपयोग आप विश्व परिवर्तन के कार्य में करें या उसे किस दिशा में ले जायें?

मुझे लगता है कि मैं अभी तक भटकता रहा, लेकिन अब हम नहीं भटक सकते क्योंकि बाबा ने हमें वो ज्ञान रूपी नेत्र दे दिये हैं जिससे हम अपने लक्ष्य को स्पष्ट देख सकते हैं। अगर इस ज्ञान को पाने के बाद भी कोई भटके या गलतियाँ करे तो ये उसकी बदकिस्मती होगी। जब दिशा मिल गई, सत्य ज्ञान मिल गया तो फिर क्यों भटकना!

आप मुरली सुनते हैं, पढ़ते हैं, ज्ञान समझ चुके हैं, तो क्या आप अपने शिष्यों को भी इस ज्ञान से परिचित करवाते हैं?

हम ज्ञान देने में अधिकतर मुरली के ही शब्दों का उपयोग करते हैं, उन्हें मुरली के द्वारा ही समझाने की कोशिश करते हैं, लेकिन उनकी भावना देखकर। वे मुरली तो नहीं समझ सकते लेकिन उनकी भावना से हमें उन्हें कैसे परिवर्तित करना है, इसपर हम ध्यान देते हैं। पहले जब हम प्रवचन करते थे तो आनंदित होकर नहीं करते थे, कुछ मजबूरियां रहती थी, लेकिन अब हम आनंद से प्रवचन करते हैं, अंदर जो है, जैसा है वही बाहर निकलता है।

इस समाज में हम मार्गदर्शक के रूप में खड़े हैं, हमें वे अपने आदर्श के रूप में देखते हैं, जिस प्रकार माँ जो करती है बच्चे भी वैसा ही देखकर करते हैं, उसी प्रकार गुरु का स्थान भी बहुत बड़ा है, और जो हम करेंगे वो देखकर हमारे शिष्य और समाज के लोग भी करेंगे। इसलिए पहले हमें करना है और करके उन्हें दिखाना है।

रूहानी मुस्कराहट...

हर जलते हुए चिराग की रोशनी को घर मत समझो,
दीये तो मज़ार पर, मंदिरों में भी जलते हैं।
जैसे हर चमकीली चीज़ सोना नहीं होती,
वैसे ही मुस्कराहट भी हितैशी नहीं होती,
मुस्कराहट तो वैश्याओं के होठों पर भी होती है
जो सबकुछ लूट लेती हैं।
रूहानी मुस्कराहट क्या है?
मुस्कराहट वह है जिसमें रूहानियत हो,
जो जिगर से निकले, दिल को छू ले,
पवित्रता, सुख-शान्ति, शक्ति, संतुष्टता,
शीतलता का अहसास कराये,
मंज़िले मकसूद तक पहुंचाये, बहिस्त की याद दिलाये।

खुदा की रहमत देखिये जो उसने हर इंसान को जन्मते ही मुस्कराहट की सौगात दी है, पर वह उसे कायम रख न सका, अपने ही संस्कारों व संग दोष के कारण गंवा बैठा, दुःखी हुआ, फिर भी परमात्मा ने कल्प पहले मुआफिक संगम पर मलेच्छ बच्चों को ब्राह्मण बनाकर अपनाया, भविष्य 21 जन्मों की बादशाही के साथ-साथ वरदानों

से झोली भर दी और कहा –
मेरे मीठे, प्यारे, सकीलधे, लाडले, दिलतख्तनशीन, नूरे रत्न खुशनसीब बच्चे, सदा याद में रह खुश रहो, खुशियाँ बांटो, यही ज़िन्दगी का सार है, साज़ है, यही सच्चे ज्ञानी-योगी तू आत्मा की पहचान है, शान है, रूहानी सेवा का आधार है, आकर्षण केन्द्र है, प्रभु महाप्रसाद है।

यही पवित्रता, आनंद, सुख-शान्ति की शक्ति की सरिता जब दिल दरिया से उमड़ती हुई आँखों रूपी सीप से छलक कर मोती बन ईश्वरीय गले की माला बना देती है तो अतीन्द्रिय सुख की अनुभूति कराती है। जो ईश्वरीय प्यार हमने पाया, वो दुनिया पा नहीं सकती।

अन्त में जब ब्राह्मण एक साथ, एक रस प्रसन्नता की मुद्रा में ``परिवर्तन'' का आह्वान करते हुए सारे संसार की सामग्री की आहुति इस रुद्र ज्ञान यज्ञ में स्वाहा करेंगे तब महाविनाश के बाद सारे विश्व, भारत में स्वर्णिम युग का अरुणोदय होगा, तब भारत स्वर्ग, सोने की चिड़िया फिर से कहलायेगा जिसमें हम देवी-देवता बनकर राज्य करेंगे। यही है हमारे परमपिता परमात्मा शिवबाबा की कमाल
जिसने हम बच्चों को मुस्कराना सिखाया। यही है वो रूहानी मुस्कराहट, यही है वो रूहानी मुस्कराहट, यही है वो रूहानी मुस्कराहट।

-ब्र.कु. सुभाशचन्द्र,इन्दरापुरम,दिल्ली

दतिया-म.प्र.। 'सहज राजयोग द्वारा सुखी व स्वस्थ समाज' कार्यक्रम के दौरान स्वास्थ्य मंत्री माननीय नरोत्तम मिश्रा को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. दीपा। साथ हैं ब्र.कु. कृष्णा, पूर्व नगरपालिका अध्यक्षा कृष्णा कुशवाहा व अन्य।

सारंगपुर-म.प्र.। पत्रकारों के लिए आयोजित स्नेह मिलन कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में अमित सक्सेना,पत्रकार मंडल अध्यक्ष, हुकुम चंद सोनी,दैनिक भास्कर, अनिल सोनी,स्वदेस, मुन्ना सादानी जी, ब्र.कु. विजयलक्ष्मी तथा अन्य।

पुर्णा-परभणी। 'वानप्रस्थी जीवन सुखी जीवन' विषय पर सीनियर सिटिज़न्स के लिए आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं मारवाड़ी समाज अध्यक्ष, प्रसिद्ध व्यापारी लक्ष्मीनारायण चितलांगे, प्रो. पाटील मैडम, ब्र.कु. प्रणिता व डॉ. मोरे।

रीवा-म.प्र.। 7 दिवसीय जीवन कौशल शिक्षा शिविर के दौरान 'शांति यात्रा' का झण्डी दिखाकर शुभारंभ करते हुए अपर पुलिस अधीक्षक प्रणय नागवंशी व ब्र.कु. नर्मला।

संगमनेर-महा.। 'बाल संस्कार शिविर' के उद्घाटन पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में संगमनेर कॉलेज के प्राचार्य के.के. देशमुख, ब्र.कु. भारती, ब्र.कु. पदमा व अन्य।

पोरबंदर-गुज.। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. भाई व अतिथि।

रायपुर-छ.ग.। छत्तीसगढ़ शासन के आह्वान पर नया रायपुर स्थित बोटेनिकल गार्डन में ब्रह्माकुमारीज़ के भाई-बहनों ने सैंकड़ों वृक्ष लगाकर उनकी रक्षा करने का संकल्प लिया। इस अवसर पर उपस्थित हैं केन्द्रीय पर्यावरण मंत्री प्रकाश जावड़ेकर, माननीय मुख्यमंत्री डॉ. रमन सिंह, ब्र.कु. कमला व अन्य।

पुणे-पिंपरी। नवरात्रि पर आयोजित चैतन्य देवियों की झाँकी में उपस्थित ब्र.कु. बहनें व अतिथि।

वर्धा-महा.। 'अलविदा डायबिटीज़' कार्यक्रम में डॉ. श्रीमंत साहू को मोमेण्टो भेंट करते हुए रोट्री क्लब अध्यक्ष लालवाणी जी। साथ हैं ब्र.कु. माधुरी व अन्य।

राजकोट-अवधपुरी। बंगाली ग्रुप द्वारा आयोजित दुर्गा पंचमी कार्यक्रम का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में मेयर रक्षाबहन बोरिया, कॉर्पोरेटर मुकेश भाई राददाड़िया, ब्र.कु. रेखा व अन्य अतिथिगण।

कोरबा-छ.ग.। नवरात्रि के अवसर पर लगाई गई चैतन्य देवियों की झाँकी का मनोरम दृश्य।

मंदसौर-म.प्र.। विधि महाविद्यालय में व्याख्यान माला में 'मानव निर्माण एवं सकारात्मक सोच' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. समिता। साथ हैं प्राचार्य नरेन्द्र जैन, पूर्व प्राचार्य परशुराम पाटीदार व ब्र.कु. हेमलता।

सोलह वर्ष के बाद आप बनें अपने बच्चे के दोस्त

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा

गतांक से आगे...

आज अगर आपका बेटा हो और वह 15-16 साल का हो जाये तब तक उसको आप गाइड करते हैं बेटा ऐसा नहीं, ऐसा करो। ये करना चाहिए, ये कहना चाहिए। ये नहीं कहना चाहिए आदि आदि। माना कि हर रीति से आप उसको गाइड करते हैं। लेकिन 16 साल का वह हो जाये, उसके बाद भी आप उसको बात-बात में टोकते रहो तो वो क्या कहेगा? हमें मालूम है आप हमें क्यों कहते रहते हो। वो सुनना कभी पसंद नहीं करेगा। अगर आप बार-बार टोकते रहेंगे, तो उसके मन में यही भाव आता है कि बात-बात में इंटरफियर क्यों करते हैं? तब उसको माँ-बाप से जो लगाव होता है, वो धीरे-धीरे कम होने लगता है। इसलिए दुनिया में भी कहा जाता है कि 16 साल के बाद अगर आपको अपने बच्चे को गाइड भी करना है, तो आप उसके साथ एक दोस्त बन जाओ। दोस्त के नाते से उसको गाइड करना शुरु करो, एक बच्चे के नाते से नहीं। नहीं तो बात-बात में वो आपका अपमान करने लगेगा। कहेगा, मुझे पता है, आप बात-बात में मुझे टोको नहीं। आज आपका बच्चा, आप उसको अच्छी भावना से गाइड करना चाहते हैं, तो भी उसको लगता है कि मुझे टोक रहे हैं, मुझे ये टोकना पसंद नहीं है।

ईश्वर भी अगर बात-बात में हमें टोकता रहे, हमपर हाथ उठाये। तो क्या इतनी भी स्वतंत्रता हमारी नहीं है? तो मनुष्य भी भगवान को कहेगा ना कि अगर तुम्हें ही सब कुछ करना है तो मुझे जन्म क्यों दिया? हमें इस संसार में क्यों भेजा? अगर तुम्हें ही मेरा हाथ उठाना है, तो तुम ही शरीर लेकर आओ। हाथ उठाओ और चलाओ। तो इतनी स्वतंत्रता हमारी होनी चाहिए कि नहीं होनी चाहिए? इसलिए भगवान ने बुद्धि दी और स्वतंत्रता दी। ये दो गिफ्ट दे दी। अब हर कर्म के लिए मनुष्य खुद ज़िम्मेवार है। इसलिए कहा जाता है कि - ``जो करेगा सो पायेगा'' ``जो करता है सो भोगता है''। तो हमारे पुण्य कर्म या पाप कर्म के लिए भगवान ज़िम्मेवार नहीं है। जब मनुष्यात्मा के ज्ञान पर अज्ञानता का पर्दा पड़ जाता है, तब वो मोह, माया में उलझकर अपने निज स्वरूप को भूल जाता है और परमात्मा को ही अपने कर्मों के लिए उत्तरदायी समझने लगता है। जीवन में ये महान-ते-महान अज्ञानता है। यही सबसे बड़ा अज्ञान है। भगवान ने यही बात अर्जुन को समझायी है। इस रीति से आत्मज्ञान द्वारा यह अज्ञान नष्ट होता है। इसलिए हमने पहले भी बताया था कि जीवन में आध्यात्मिक ज्ञान की आवश्यकता क्यों है। आध्यात्मिक ज्ञान की आवश्यकता इसलिए है, क्योंकि वही अज्ञान को न्यूट्रालाईज़ करके खत्म करता है। जब आत्मज्ञान द्वारा अज्ञान नष्ट हो जाता है, तब सभी बातें स्पष्ट समझ में आने लगती हैं। जैसे सूर्य की रोशनी में हर चीज़ स्पष्ट दिखायी देती है। ऐसे ज्ञान भी रोशनी है। जब ज्ञान की रोशनी बुद्धि को प्राप्त होती है तो हर चीज़ सही स्वरूप में नज़र आने लगती है।

आगे भगवान ने कहा कि इंद्रियों के विषय से उत्पन्न सुख, ये आदि, मध्य और अंत के दु:ख का कारण है। जो मनुष्य काम, क्रोध से उत्पन्न वेग को सहन कर, उससे मुक्त हो जाता है वह समर्थ आत्मा है। वही सच्चा योगी है। वह अपने मन और बुद्धि को परमात्मा में स्थित कर सकता है, श्रद्धा से उनकी शरण में चला जाता है, उसकी सर्व के प्रति सम दृष्टि हो जाती है। इसलिए संसार में रहते जो मोह रहित, संशय रहित है, वह जीवनमुक्त है। वह मन की एकाग्रता द्वारा असीम सुख का अनुभव करने लगता है। जीवन मुक्त इसलिए कहा जाता है क्योंकि मुक्ति से भी श्रेष्ठ है जीवन मुक्त स्थिति।

- क्रमशः

मन को आकाश...

- पेज 2 का शेष

चिंता। मुझे मेरे स्वास्थ्य; अपच और अनिद्रा की भी चिंता रहती थी। ऐसी छोटी-मोटी चिंताओं के भंवर में मैं डूब रहा था।

जिम बर्डसाल ने लिखा है कि, `मैंने मेरी चिंताओं के बारे में एक प्रोफेसर को बताया। उनके साथ बात कर मुझे बहुत लाभ हुआ। उन्होंने कहा: जिम, तू दृढ़तापूर्वक अपनी वास्तविकता का सामना कर, जितना समय और शक्ति तू चिंता करने में खर्च करता है, उस समय और शक्ति का उपयोग समस्याओं के निवारण में कर। तुझे चिंता करने की आदत पड़ गई है।

जिम बर्डसाल को उसके प्रोफेसर ने चिंतामुक्त होने का तीन सिद्धान्त बताया :

1. स्वयं की समस्याओं को यथार्थ रूप से समझ लेना।
2. समस्याओं के कारणों को जान लेना।
3. समस्याओं के निराकरण के लिए सही कदम उठायें।

इसके बाद जिम ने समस्याओं की चिंता करने के बजाये निराकरण करने का अभिगम बनाया। भौतिक शास्त्र में वे बहुत कमज़ोर थे, तो उसपर ज़्यादा ध्यान केन्द्रित किया। जिम को लगा कि स्वयं की चिंतायें मात्र आंतरिक कन्फ्यूज़न्स ही थे, स्वयं की चिंताओं के कारणों को ढूंढ़ने में विलंब करना था।

स्व. कवि हरिवंशराय बच्चन की एक प्रसिद्ध कविता है : है अंधेरी रात, पर दीया जलाना कहाँ मना है?

जीवन में हमेशा च्वाइस होती है। हम एक ही पक्ष की ओर सोचते हैं, इसलिए दु:ख-दर्द व चिंताओं से ग्रस्त हो जाते हैं। अगर दूसरे पक्ष की ओर से देखें तो समस्याओं का निवारण होना सरल है।

अंधकार को कोसते रहने की आदत के बजाये उसके निवारण के विषय पर उपाय ढूंढ़ने में अपना समय लगाना चाहिए। ज़रूरत है मन और हृदय के दीप जलाने की।

जीवन किसी को किसी की गारन्टी या खामी नहीं देता। परिश्रम और आत्मबल और श्रद्धा, ये तीन ऐसे तत्व हैं जो आपकी डूबती नैया को बचा सकते हैं। योग्य निर्णय मन को संकीर्णता के दायरे से निकाल खुले आकाश में दीप प्रगट कर सकता है।

मन के खुले आकाश में दीप प्रगट करने का सिद्धान्त कौन सा?

1. मन के आकाश के लिए परिस्थिति जन्य चिंताओं को छोड़कर ऐसे विचार करें कि : मेरे में अखुट आत्मबल है और मैं हारने वाला नहीं।
2. लोग आपकी उपेक्षा करें, दगा दें, ईर्ष्या कर नुकसान पहुंचाने की कोशिश करें, तब उनका तिरस्कार करने के बजाये ऐसे विचार करो कि : दुनिया में ऐसा कौन सा महापुरुष है जो सदा निंदामुक्त रहा हो!
3. चिंताओं और समस्याओं को मेहमान बनाकर उसे तंदुरुस्त होने का अवसर देने के बजाये तुरंत विदाई करें।
4. आपके विरोधी लोगों को याद करने के बजाये उन्नत व उन्नयन करने वाले लागों का सदा सिमरण करो और अवरोध करने वालों के प्रति क्षमा भाव रखो।
5. दूसरों में सार ढूंढ़ने की आदत बनायें। प्रसन्न रहेंगे तो परमशक्ति आपकी प्रसन्नता को पुरस्कृत करेगी।

आवश्यकता

ग्लोबल हॉस्पिटल द्वारा संचालित कम्यूनिटी मोबाईल क्लिनिक में असिस्टेंट पद हेतु 12वीं पास, शारीरिक रूप से विकलांग भाइयों की आवश्यकता है:-

दिन में 9 बजे से 5 बजे तक इस नंबर पर संपर्क करें : 9414144062

ई.मेल द्वारा बायोडाटा भेजें:

ghrchrd@ymail.com

कथा सरिता

स्वयं को चेक करो

एक छोटा बच्चा एक बड़ी दुकान पर लगे टेलीफोन बूथ पर जाता है और मालिक से छुट्टे पैसे लेकर एक नंबर डायल करता है। दुकान का मालिक उस लड़के को ध्यान से देखते हुए उसकी बातचीत पर ध्यान देता है –

लड़का - मैडम क्या आप मुझे अपने बगीचे की सफाई का काम देंगी ?औरत - (दूसरी तरफ से) नहीं, मैंने एक दूसरे लड़के को अपने बगीचे का काम देखने के लिए रख लिया है।

लड़का - मैडम मैं आपके बगीचे का काम उस लड़के से आधे वेतन में करने को तैयार हूँ। औरत - मगर जो लड़का मेरे बगीचे का काम कर रहा है उससे मैं पूरी तरह संतुष्ट हूँ।

लड़का - (और ज़्यादा विनती करते हुए) मैंडम मैं आपके घर की सफाई भी फ्री में कर दिया करूँगा!!!

औरत - माफ करना मुझे फिर भी ज़रूरत नहीं है। धन्यवाद।

लड़के के चेहरे पर एक मुस्कान उभरी और उसने फोन का रिसीवर रख दिया। दुकान का मालिक जो छोटे लड़के की बात बहुत ध्यान से सुन रहा था वह लड़के के पास आया और बोला - ``बेटा मैं तुम्हारी लगन और व्यवहार से बहुत खुश हूँ, मैं तुम्हें अपने स्टोर में नौकरी दे सकता हूँ''।

लड़का - नहीं सर मुझे जॉब की ज़रूरत नहीं है, आपका धन्यवाद। दुकान का मालिक - (आश्चर्य से) अरे अभी तो तुम उस औरत से जॉब के लिए इतनी विनती कर रहे थे!!

लड़का - नहीं सर, मैं अपना काम ठीक से कर रहा हूँ कि नहीं बस मैं ये चेक कर रहा था, मैं जिससे बात कर रहा था, उन्हीं के यहां पर जॉब करता हूँ।

भावार्थ - ऐसे ही हमें भी रोज़ाना रात्रि में सोने से पहले चेक करना चाहिए कि दिनभर में क्या किया ? कितना भगवान को याद किया ? कहीं आपकी वजह से किसी को दु:ख तो नहीं हुआ ? अगर अंजाने में हुआ भी तो उसी समय कमी को सुधारो और आगे से न हो क्योंकि गलती एक बार होती है बार बार नहीं।

असली की पहचान

एक राजा का दरबार लगा हुआ था, क्योंकि सर्दी का दिन था इसलिए राजा का दरबार खुले में बैठा था, पूरी आम सभा सुबह की धूप में बैठी थी। महाराज ने सिंहासन के सामने एक टेबल जैसी कोई कीमती चीज़ रखी थी। पंडित लोग दीवान आदि सभी दरबार में बैठे थे, राजा के परिवार के सदस्य भी बैठे थे। उसी समय एक व्यक्ति आया और प्रवेश मांगा। प्रवेश मिल गया तो उसने कहा, मेरे पास दो वस्तुएं हैं, मैं हर राज्य के राजा के पास जाता हूँ और अपनी बात रखता हूँ। कोई परख नहीं पाता, सब हार जाते हैं और मैं विजेता बनकर घूम रहा हूँ, अब आपके नगर में आया हूँ। राजा ने बुलाया और कहा कि क्या बात है, तो उसने दोनों वस्तुएं टेबल पर रख दी। बिल्कुल समान आकार, समान रूप रंग, समान प्रकाश, सब कुछ नख-सिख समान। राजा ने कहा, ये दोनों वस्तुएं एक हैं तो उस व्यक्ति ने कहा हाँ, दिखाई तो एक सी देती हैं लेकिन हैं भिन्न। इसमें से एक है बहुत कीमती हीरा और एक है काँच का टुकड़ा, लेकिन रूप रंग सब एक है। कोई आज तक परख नहीं पाया कि कौन सा हीरा है और कौन सा काँच। कोई परख कर बताये कि ये हीरा है, ये काँच। अगर परख खरी निकली तो मैं हार जाऊंगा और यह कीमती हीरा मैं आपके राज्य की तिजोरी में जमा करवा दूंगा। यदि कोई न पहचान पाया तो इस हीरे की जो कीमत है उतनी धनराशि आपको मुझे देनी होगी। इसी प्रकार से कई राज्यों से जीतता आया हूँ। राजा ने कहा, मैं तो नहीं परख सकूंगा, दीवान बोले, हम भी हिम्मत नहीं कर सकते क्योंकि दोनों बिल्कुल समान है। सब हारे, कोई हिम्मत नहीं जुटा पाया। हारने पर पैसे देने पड़ेंगे, इसका कोई सवाल नहीं, क्योंकि राजा के पास बहुत धन है, राजा की प्रतिष्ठा गिर जायेगी इसका सबको भय था। कोई व्यक्ति पहचान नहीं पाया। आखिरकार पीछे थोड़ी हलचल हुई। एक अंधा आदमी हाथ में लाठी लेकर उठा। उसने कहा, मुझे महाराज के पास ले चलो। मैंने सब बातें सुनी हैं, और यह भी सुना कि कोई परख नहीं पा रहा है, एक अवसर मुझे भी दो।

एक आदमी के सहारे वह राजा के पास पहुंचा। उसने राजा से प्रार्थना की कि मैं तो जन्म से अंधा हूँ, फिर भी मुझे एक अवसर दिया जाये, जिससे मैं भी एक बार अपनी बुद्धि को परखूँ और हो सकता है कि सफल भी हो जाऊँ, और यदि सफल न भी हुआ तो वैसे भी आप तो हारे ही हैं। राजा को लगा कि इसे अवसर देने में क्या हर्ज है। राजा ने कहा, ठीक है। तो उस अंधे आदमी को दोनों चीज़ें छुआ दी गयी और पूछा गया कि इसमें कौन सा हीरा है और कौन सा काँच, यही परखना है। कथा कहती है कि उस आदमी ने एक मिनट में कह दिया कि यह हीरा है और यह काँच। जो आदमी इतने राज्यों को जीतकर आया था, वह नतमस्तक हो गया और बोला सही है, आपने पहचान लिया। धन्य हो आप, अपने वचन के मुताबिक यह हीरा मैं आपके राज्य की तिजोरी में दे रहा हूँ। सब बहुत खुश हो गये और जो आदमी आया था वह भी बहुत प्रसन्न हुआ कि कम से कम कोई तो मिला परखने वाला। वह राजा और अन्य सभी लोगों ने उस अंधे व्यक्ति से एक ही जिज्ञासा जताई कि तुमने यह कैसे पहचाना कि यह हीरा है और वह काँच। उस अंधे ने कहा कि सीधी सी बात है मालिक, धूप में हम सब बैठे हैं, मैंने दोनों को छुआ, जो ठंडा रहा वह हीरा जो गरम हो गया वह काँच। जीवन में भी देखना जो बात-बात में गरम हो जाये उलझ जाये, वह काँच जो विपरीत परिस्थित में भी ठंडा रहे वह हीरा है!

सच्ची सहायता कैसी

एक गांव में कमला नाम की महिला रहती थी। उसके परिवार में पति, बेटे-बहू सभी थे। कमला दिन-रात परिवार की देखभाल में लगी रहती। उसके दिन बड़े चैन से गुज़र रहे थे कि किसी बीमारी से उसकी पहले एक आँख की फिर दूसरी आँख की भी रोशनी चली गई। सभी का काम करने वाली कमला दूसरों पर निर्भर हो गई। कुछ दिनों तक तो बेटे-बहू ने सेवा की, फिर किसी बहाने वे वहां से चले गए। पति ने भी अंधी पत्नी का साथ नहीं दिया। भरे-पूरे परिवार में रहने वाली कमला बिल्कुल अकेली रह गई। ऐसे में उसके बचपन की सहेली लक्ष्मी उसे सहारा देने के लिए वहां आकर रहने लगी। लक्ष्मी का व्यवहार कमला को दु:खी कर देता था, लेकिन क्या करती। वह पानी मांगती तो लक्ष्मी एक बार तो दे देती लेकिन दुबारा मांगने पर कह देती,`मुझे तंग मत कर। उठ और खुद ले ले। कमला फिर खुद पानी लेने का प्रयास करती। कपड़े भी दुबारा मांगने पर अलमारी से खुद लेने को कह देती। कमला घूमने को कहती तो वह बड़े प्रेम से ले जाती लेकिन दोबारा कोई न कोई बहाना बनाकर उसे खुद ही घूमकर आने को कह देती। कमला दु:खी मन से खुद काम करने की कोशिश करती। धीरे-धीरे कमला अपने सारे काम खुद करने लगी। एक दिन लक्ष्मी ने कहा,`कमला मैं तुझसे बहुत प्यार करती हूँ इसलिए तेरी मदद करके तुझे और असहाय नहीं बनाना चाहती थी। मैं तुझसे जब काम के लिए मना करती थी तब मुझे बुरा तो लगता पर आज तू किसी भी काम के लिए पराधीन नहीं है।' कमला बोली,`लक्ष्मी, बुरे समय में जब मेरे अपने साथ छोड़ गए तब तूने सच्चे मन से मेरा साथ निभाया और मुझे इस लायक बनाया। यह उपकार मैं कभी नहीं भूलूंगी।' लक्ष्मी ने कहा,`उपकार की बात कर पराया मत कर।' इसके बाद कमला लक्ष्मी के साथ मिलकर असहाय लोगों को अपने पैरों पर खड़ा होना सिखाने लगी।

रायपुर-छ.ग.। त्रिदिवसीय अलविदा डायबिटीज़ कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए छत्तीसगढ़ के कृषि एवं जल संसाधन मंत्री बृजमोहन अग्रवाल, डॉ. श्रीमंत साहू, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. उमा व ब्र.कु. किरण।

मुम्बई बोरीवली। म्यूज़ीशियन्स के लिए आयोजित 'हार्मनी इन द रिदम ऑफ लाइफ' विषयक कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए मीत ब्रदर्स के हरमीत, प्रीति पिंकी फेम की प्रीति, म्युज़िक डायरेक्टर अब्बू मलिक, ब्र.कु. दिव्यप्रभा व रामशंकर भाई।

अहमदपुर। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में किसान भाइयों को खेती के लिए बीज वितरित करते हुए ब्र.कु. महानंदा, ब्र.कु. छाया व अतिथि।

भिलाई-छ.ग.। 'आओ गुणवान बनें' विषयक कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. उषा, ब्र.कु. सरिता, भिलाई इस्पात संयत्र के डी.जी.एम. अरविंद गुप्ता व ब्र.कु. तेजस्विनी।

भोपाल। 'समृद्ध एवं खुशहाल किसान, सशक्त भारत की पहचान' विषयक कार्यक्रम में उपस्थित हैं मुख्य अतिथि के रूप में सूरज सिंह मारण, हिम्मत सिंह गोयर बैरसिया, किसान मोर्चा भाजपा के सुनील चौहान, किसान मोर्चा भाजपा के गिरधारी लाल पाटीदार, ब्र.कु. अवधेश, ब्र.कु. रानी व अन्य।

कोचीन। ब्रह्माकुमारीज़ के शिक्षा प्रभाग द्वारा आयोजित कॉन्फ्रेन्स में दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. एम.सी. दिलीप कुमार,वाइस चांसलर,श्री शंकराचार्य संस्कृत यूनिवर्सिटी, डॉ. अनंतनारायण, डॉ. सोमशेखरण नायर, ब्र.कु. डॉ. पांड्यामणि, प्रो. डॉ. सीमा, ब्र.कु. सुरेन्द्रन, ब्र.कु. राधा व ब्र.कु. वसन।

मन की उलझन को आओ समझें...

संसार का कोई भी क्षेत्र हो, चाहे वो ज्ञानमार्ग हो, भक्तिमार्ग हो या व्यवसायिक कोई क्षेत्र हो, हर स्थान पर कुछ न कुछ प्रतिस्पर्धा करनी ही होती है। क्योंकि महान सभी नहीं होते, लाखों में कोई एक-दो होते हैं। जो भी महान बनते हैं वो ऐसे तो नहीं बन जाते ना, उसके लिए उन्होंने कितनी तकलीफें सही होंगी, कितने दर्द सहे होंगे तब जाकर उनके ऊपर महानता का लेबल लगा होगा। अब हम चाहते हैं कि हमें भी कोई लेबल मिले इस दुनिया में, लेकिन दर्द सहना नहीं चाह रहे हैं।

अगर हम इसकी शुरुआत एक छोटे स्तर से करें तो कह सकते हैं कि जब हम विद्यार्थी होते हैं तो उस समय हमारे पास बहुत सारे सपने होते हैं और सपने ऐसे होते हैं जिनकी कोई कल्पना भी नहीं कर सकता। लेकिन कोई भी सपना पूरा तब तक नहीं होगा जब तक आपके अंदर उसे पूरा करने की योग्यता नहीं होगी। और हम सब का ध्यान क्या होता है कि फुल टाइम सपने के बारे में तो सोच रहे होते हैं लेकिन कर्म वैसा नहीं करते। चलो यदि आप स्टुडेंट हो और आपने लक्ष्य बना भी लिया कि मुझे ये सब पाना है तो वो सब तब मिलेगा जब आप पढ़ाई करोगे। अब पढ़ाई के समय ही आप कमाई सोचेंगे तो ठीक नहीं है ना। और आज यही हो रहा है। जिस समय हमें जो काम करना चाहिए वो हम नहीं कर रहे हैं। क्योंकि हमारा मन सिर्फ और सिर्फ सबकुछ देखना ही चाहता है, मज़ा लेना चाहता है और जब उसे पढ़ने के लिए कह दो तो उसे दर्द होता है। लेकिन जीवन में आगे हम मन के हिसाब से चलकर तो नहीं बढ़ सकते ना! उदाहरण के लिए यदि हमारे पास सात सब्जेक्ट्स हैं और उसमें से हमें पाँच में इन्ट्रेस्ट है तो आप पाँच तो पढ़ लेंगे बाकि दो छोड़ देंगे। लेकिन पास होने के लिए तो सातों ही सब्जेक्ट्स में पास होना ज़रूरी है। आज यही हो रहा है कि हम इन्ट्रेस्ट देख रहे हैं लेकिन दर्द को सहना नहीं चाह रहे। अब इसके लिए करें क्या? क्योंकि पढ़ना तो है न सबकुछ। तो इसके लिए एक शब्द में हम कहें तो कह सकते हैं कि करने के लिए एक बहुत बड़ी वजह चाहिए, परपज़ चाहिए, फितूर चाहिए, एक उद्देश्य चाहिए, तब जाकर हमारी बुद्धि यानी परपज़ द्वारा हमारा मन काबू में आयेगा। जैसे ही वो मज़े की तरफ भागेगा वैसे ही उसका उद्देश्य यानी बुद्धि उसे खींच कर अपने लक्ष्य पर लायेगी। मुझे कुछ करना है, मुझे कुछ अच्छे से अच्छा करना है तो उसके लिए मुझे पढ़ना है। मुझे अपने पापा के लिए, अपने परिवार के लिए या समाज के लिए नहीं पढ़ना है, मुझे अपने लिए पढ़ना है। जैसे ही आप इस परपज़ को अपनायेंगे तो आपका मन आपके काबू में आ जायेगा, उसके बाद आप जो करना चाहो कर सकते हो।

सभी को आप देखें तो ज़्यादातर सबकी मानसिकता यह है कि सभी अपने आप को उलझाना नहीं चाहते बल्कि आसानी से कहीं एक ठिकाना मिले और सिर्फ और सिर्फ जितना काम करें उसी हिसाब से उनको उसका पारिश्रमिक मिले। अभी तक तो विश्व में ऐसा कोई हुआ नहीं है जो नौकरी करके महान बना हो या बहुत पैसे वाला हो गया हो। आज महान वो है या धनवान वो है जिसने व्यापार किया है, जो निरंतर अपने धन और धन में होने वाली वृद्धि को देखता रहा है। हम चाहते हैं कि सबकुछ हमारे पास हो और मेहनत करना नहीं चाहते, तो कैसे आएगा सबकुछ हमारे पास!

आज सभी देखो कैसे गलत ट्रैक पर जा रहे हैं। जब उनके जीवन का कोई उद्देश्य नहीं है तो करेंगे क्या। जैसे मोबाइल फोन अपने आप में ही एक बहुत अच्छा टूल है, लेकिन यदि उस टूल का गलत इस्तेमाल होगा तो हमारे लिए वो नुकसानदेह होगा। यदि हम कम्प्युटर पर थोड़ी देर के लिए मेल चेक करने बैठते हैं और मेल चेक करने में कितना समय लगता है, आधा घंटा, एक घंटा उसके बाद क्या होगा, आपके सामने अब कुछ रहा नहीं तो, अलग साइट खुल जाएगी, कुछ और देखने लग जाएंगे। आज यही हो रहा है। सबने पैसा तो कमाया और कमा भी रहे हैं, उससे घर खरीदा, गाड़ियां खरीदी, बैंक बैलेंस बनाया, लेकिन उसके आगे कुछ करने के लिए नहीं है तो करेंगे क्या, गलत रास्ते पर ही जायेंगे ना! या तो शराब पीयेंगे या नशा करेंगे या फिर अन्य शारीरिक गतिविधियों में शामिल होंगे। क्योंकि उस पैसे का यूज़ तो होना चाहिए ना। इसलिए चाहे स्टुडेन्ट्स हों या इस दुनिया के किसी भी क्षेत्र का कोई व्यक्ति हो यदि उसके पास जीवन का कोई उद्देश्य नहीं है वही आज गलत कर रहा है, अपने काम पर फोकस नहीं है। अब आप कहेंगे कि उद्देश्य को ढूंढ़ें कैसे। तो इसका उत्तर बहुत आसान है कि इस दुनिया में अपने जीने की वजह ढूंढ़ना ही जीवन है। जिसमें आपका भी कल्याण हो, समाज का भी कल्याण हो और वो दुनिया को रचनात्मकता की तरफ ले जाये ना कि गिरावट की ओर, इसी को जीवन का सही उद्देश्य कहेंगे।

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

मन की बातें

-ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न: मैं 20 वर्ष से ज्ञान में हूँ, मैं ये जानना चाहता हूँ कि सेवाओं की फील्ड में कौन सी बातें विघ्न डालती हैं और जो लोग सेवाओं में विघ्न डाल रहे हैं उनकी गति क्या होगी?

उत्तर: मनुष्य का स्वार्थ और मैं-पन, उसकी मान-शान की कामना और छोटे विचार ही ईश्वरीय सेवाओं में विघ्नों के कारण बनते हैं। एक मनुष्य सोचता है कि मैं जो चाहूँ वही सब करें, मेरा ही नाम हो, केवल मैं ही ये कार्य करूँ, केवल मैं ही आगे बढ़ूँ, ये इच्छाएं जिन्हें स्वार्थ कहा जाता है, वहां के वायब्रेशन्स को निगेटिव कर देती हैं, जिससे संगठन में एकता नहीं रहती और सभी दूर दूर जाने लगते हैं।

जहां अभिमान है या मैं-पन है वहां मनुष्य दूसरे को सम्मान नहीं देता। वह दूसरों की योग्यताओं का लाभ नहीं उठाता। वह दूसरों को आगे बढ़ता देख खुश नहीं होता, इससे ईश्वर के इस महान कार्य में विघ्न पड़ते हैं।

इस महान कार्य को निर्विघ्न रखने के लिए हम एक-दूसरे के सच्चे मित्र बनकर रहें, दूसरों को आगे बढ़ता देख प्रसन्न हों, ये कार्य भगवान का है, हम तो केवल निमित्त हैं। इस भाव को बढ़ाते चलें तो सेवायें निर्विघ्न रहेगी।

जो लोग सेवा में सहयोग देते हैं उनका पदमगुणा पुण्य जमा होता है, परंतु जो लोग सेवा में विरोध भाव रखते है और कहीं न कहीं विघ्न डालते हैं और दूसरों को भी सहयोग देने से रोकते हैं अथवा अपनी अपवित्रता या क्रोध के कारण वातावरण को भारी करते हैं वे अत्यंत पाप के भागी बनते हैं और उन्हें कभी भी ईश्वरीय सहयोग नहीं मिलता।

प्रश्न: मेरा नाम सुनीता है। मैं विशाखापाट्टनम से हूँ। मुझे हमेशा एक संकल्प उठता है कि हमारे देश में अंदर से भी और बाहर से भी आतंकी हमले होते रहते हैं। क्या हम सभी ब्राह्मण मिलकर योग के वायब्रेशन्स देकर इसे रोक नहीं सकते?

उत्तर: ये कलियुग का अंतिम चरण है। श्रीमद्‌भगवद् गीता में कहा है कि ऐसे लोग अपने और अपने कुल के विनाश के लिए ही उत्पन्न होते हैं। बढ़ता हुआ आतंकवाद विनाश का ही एक संकेत है।

योग में तो अनंत शक्तियां हैं, इससे दूसरों के मन को भी बदला जा सकता है और बुद्धि को भी, इससे हम दूसरों की हिंसक भावना और क्रोध को बदल सकते हैं। परंतु आवश्यकता इस बात की है कि सामूहिक रूप से शक्तिशाली योगाभ्यास करके उन सभी मनुष्यात्माओं को श्रेष्ठ वायब्रेशन्स दिये जायें क्योंकि हैं तो वे भी भगवान की ही संतान। उनमें भी श्रेष्ठ भाव समाये होते हैं, अच्छे वायब्रेशन्स से उनके अंदर के अच्छे इंसान को जगाया जा सकता है।

आप एक योगी आत्माओं का समूह बना लें और प्रतिदिन एक ही समय एक घंटा पावरफुल योगाभ्यास करें और संकल्प करें कि इन सभी हिंसक वृत्तियों वाले मनुष्यों के मन सबके प्रति प्रेम, सद्भावना और अहिंसक वृत्ति से भर जाये। इसका परिणाम बहुत ही सुखद होगा और जल्दी ही ऐसी घटनाएं कम होते होते समाप्त हो जायेंगी।

प्रश्न: मेरा प्रश्न है कि ब्राह्मण आत्माओं के मनोविकार कितने समय में नष्ट होंगे- 7 दिन में, एक वर्ष में, 30-40 वर्ष में या मृत्यु के समय?

उत्तर: विकारों का सम्बन्ध समय से नहीं, साधना से है। चाहे कोई 100 वर्ष ब्राह्मण रहे, परन्तु यदि आत्मा साधना नहीं करती तो मनोविकार विदाई नहीं लेते। लम्बे काल की साधना के उपरान्त ही मनुष्य काम, क्रोध पर विजय प्राप्त कर सकता है। इसके लिए स्मृति स्वरूप होना आवश्यक है। परन्तु यदि किसी का लक्ष्य हो और मन में दृढ़ता हो तो किसी विकार को तत्काल भी छोड़ा जा सकता है, परन्तु उसके सूक्ष्म अंश को समाप्त करने के लिए लम्बी साधनाएं करनी ही पड़ेंगी।

प्रश्न: मुझे ये जानना है कि एकाग्रता बढ़ाने के लिए किन-किन धारणाओं की आवश्यकता है व हमें क्या-क्या त्याग करना चाहिए? मैं एक विद्यार्थी हूँ। पढ़ाई व राजयोग दोनों में आगे जाना चाहता हूँ।

उत्तर: एकाग्रता बढ़ाने के लिए मन में श्रेष्ठ विचारों का होना आवश्यक है तथा बुद्धि पूर्णतः स्वच्छ रहे। आज टी.वी. चैनल्स ने, अनेक गंदी पत्र-पत्रिकाओं ने तथा फिल्मों ने मनुष्य की बुद्धि की स्वच्छता को नष्ट कर दिया है। इसलिए विद्यार्थी को इनसे जितना हो सके बचना चाहिए।

बुरे साथियों का संग करना, बढ़-चढ़कर उनके मध्य बातें करना व कुछ गलत आदतें सीखकर युवक एकाग्रता को नष्ट कर देते हैं, इनसे बचना चाहिए।

जो लक्ष्य जीवन में लेकर चले हैं, उस पर सम्पूर्ण रूप से ध्यान हो। पढ़ाई में अच्छे अंक लाने हैं, तो बस इधर-उधर न देखें। राजयोग में कुशलता पानी है तो अन्तर्मुखी रहें, खान-पान शुद्ध हो, चित्त सरल रहे, व्यर्थ की बातों में रहने की रुचि न हो, हर बात को सहज भाव से लें और सवेरे उठकर योगाभ्यास अवश्य करें।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

अपने गुस्से पर अपनी नज़र...

- ब्र.कु. निधी,शिमला

मैंने एक ऐसे व्यक्ति को देखा है जो बहुत प्रतिभावान है। हर क्षेत्र में चाहे व्यापार हो, चाहे खाना ही पकाना हो, संगीत के क्षेत्र में, सामाजिक ज्ञान इत्यादि प्रत्येक क्षेत्र में अव्वल है। इसके बावजूद लोग उसकी तारीफ नहीं बुराई करते हैं। कारण है उसका तीव्र गुस्सा। अपना आपा खोते ही वह सारी शालीनता ताक पे रख देता है। उसके व्यक्तित्व का यह हिस्सा बाकी पूरे व्यक्तित्व पर ग्रहण की तरह छाया रहता है। ऐसे और भी कई लोग होंगे जो अपने गुस्से पर नियंत्रण नहीं रख पाते हैं। और उसका तगड़ा खामियाज़ा भुगतते हैं। जिस तरह बीमारी की जड़ होती है उसी तरह गुस्से का भी कुछ न कुछ मूल कारण होता है। उसी पर ही विचार कर लिया जाए -

क्यों आता है गुस्सा...?

क्रोध या गुस्सा आने का सबका अपना-अपना कारण हो सकता है। पर कुछ कारण ऐसे हैं जो आपके गुस्से को बढ़ावा देते हैं। जैसे कि `मैं, का गुमान या अभिमान -यदि कोई आपकी सोच या बात से सहमति न रखते हुए फौरन असहमति जता दे तो आपको लगता है कि यह आपका अपमान है। अहम् के आड़े आते ही मिजाज गर्म होने लगता है। यह सोच रखना कि आपने जो कह दिया उसका सभी अनुसरण करें, भले ही हालात कुछ भी हों। यदि ऐसा न हो, तो गुस्सा फूट पड़ता है।

अधिकारिक रवैया

मौका चाहे जो भी हो या कोई भी बात करनी हो, रवैया हमेशा अधिकारिक ही रहेगा। किसी के आवाज़ उठाते ही क्रोधाग्नि धधक उठेगी। भले कोई उनकी भलाई के लिए ही बात करना चाहता हो परन्तु वह स्वयं के अधिकारिक मानस के होने से वह ग्रहण करने में असहमत रहता है।

नियंत्रण बनाना

हर बात और हर व्यक्ति के ऊपर अपना नियंत्रण रखने की कोशिश और नाकाम होने पर वही गुस्सा। आजकल बॉसिंग नेचर वाले साथियों पर दबदबा बनाये रखने के लिए गुस्से को हथियार मानकर व्यवहार करते हैं। जब ऐसा होने में नाकाम रहते तो गुस्सा फूट पड़ता है।

दूसरों को कमतर समझना

यदि खुद में कुछ कमी महसूस करते हैं तो जिसे बेहतर पाते हैं गुस्सा उसी पर निकल जाता है। ऐसे में खीझ दूसरे से ज़्यादा खुद पर होती है। अंदर ही अंदर गुस्से के गुबार में दम घुटता रहता है। जिससे स्वास्थ्य पर भी खराब असर पड़ता है।

गलत धारणा

यह सोचना कि दूसरों पर गुस्सा करके ही उन पर नियंत्रण रखा जा सकता है और उन पर अपनी धाक जमाई जा सकती है तो बेवजह गुस्सा करने लगते हैं। जब खुद गलत धारणाओं का आपा पहनकर चलते हैं तो दूसरे की अच्छाइयों को ग्रहण नहीं कर पाते।

आत्मविश्लेषण कर क्रोध का कारण पता करें और एक कागज़ पर लिखें। जब तेज़ गुस्सा आने लगे तो स्थान परिवर्तन कर जीवन का कोई हास्यप्रद किस्सा याद करें। गुस्सा अपने आप कम हो जाएगा। खुद से प्रश्न करें कि 'दूसरों पर गुस्सा निकालकर क्या हासिल होगा..?

गुस्से का असर

यदि क्रोध आपके व्यवहार में शामिल हो चुका है तो इसका बुरा प्रभाव न केवल सेहत पर पड़ता है, बल्कि आपकी सामाजिक छवि भी खराब हो जाती है। देखें कैसे -क्रोध कई शारीरिक एवं मानसिक बीमारियों का मूल कारण है, जैसे सिर दर्द, उच्च रक्तचाप, एसीडिटी, एकाग्रता में कमी आदि।

आपके आसपास के लोग यहां तक कि दोस्त भी आपसे दूरियां बनाने लगते हैं। और धीरे-धीरे आपका सामाजिक दायरा सिकुड़ता चला जाता है। आप अधिकतर समय खुद को तनाव से घिरा हुआ पाते हैं। दोस्तों/रिश्तेदारों के साथ हँसना, बहलना, वक्त गुज़ारना कम होता जाता है और रिश्तों में खटास बढ़ती चली जाती है। लोग पीछे-पीछे बुराइयाँ करने लगते हैं। इससे छवि खराब होती है। आपका मूड नियंत्रण से बाहर चला जाता है। आपको कब गुस्सा आएगा और आप किस बात से खुश होंगे, यह तय करना आपके बस में नहीं रह जाता।

किसी मुसीबत में होने पर भी कोई आपको सुझाव देने का साहस नहीं कर पाता। नतीजन आपकी परेशानियां सुलझने की जगह उलझती चली जाती हैं। जब और कोई नहीं मिलता तो आप खुद पर ही गुस्सा करने लगते हैं। इससे आत्मविश्वास खत्म होता चला जाता है। आपमें असुरक्षा की भावना जन्म ले लेती है और आप दूसरों पर जल्दी यकीन नहीं कर पाते।

कैसे पाएं नियंत्रण

गुस्से से निजात पाने के लिए उस पर काबू पाना ज़रूरी है। पेश है चंद उपाय जिनकी मदद से गुस्से की लगाम थामी जा सकती है - महान व्यक्तियों की जीवनी पढ़ें। पढ़ते समय एकाग्रचित्त रहने का प्रयत्न करें। इससे आपके व्यक्तित्व में स्वयं ही बदलाव आने लगेगा।

आत्मविश्लेषण कर क्रोध का कारण पता करें और एक कागज़ पर लिखें। जब तेज़ गुस्सा आने लगे तो स्थान परिवर्तन कर जीवन का कोई हास्यप्रद किस्सा याद करें। गुस्सा अपने आप कम हो जाएगा। खुद से प्रश्न करें कि `दूसरों पर गुस्सा निकालकर क्या हासिल होगा..?

सकारात्मक विचारों को मन में लाने का प्रयास करें। इसके लिए अच्छी किताबें पढ़ें तथा अच्छे साथियों का संग किया करें। गुस्से को जड़ मूल से निकालने की चाहत है तो अपने आपसे बात करने की कला सीख लें। अपने से बातें करें कि आखिर गुस्सा करने से क्या मिलता है? और क्या नुकसान होता है? इसी सोच पर दृष्टिपात करने की आदत डालते रहें। आप निष्कर्ष पर पहुँच जाएंगे..ओहो.! यह तो जीवन का सबसे खतरनाक ज़हर है या कड़वापन है, जो मेरी असलियत को निखारने में बाधक है।

साथ-साथ रोज़ मेडिटेशन करना न भूलें। इससे मन शान्त होता चला जाएगा। और सकारात्मक विचार अपने आप ही आने लगेंगे। अंततः आप अपने को स्फूर्त, ऊर्जावान तथा खुशनुमा महसूस करेंगे।

गुस्सा किसी भी व्यक्तित्व का सबसे नकारात्मक हिस्सा है... यह आपके व्यक्तित्व, छवि और आपसी रिश्ते सब कुछ खराब कर देता है।

कोराडी-महा.। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में ऊर्जा एवं पालक मंत्री चन्द्रशेखर बावनकुले, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. उर्मिला व अन्य।

नवी मुम्बई-वाशी। अर्जुन पुरस्कार 2015 प्राप्त महानगर पालिका क्रीड़ा अधिकारी अभिलाशा म्हात्रे को बधाई एवं ईश्वरीय संदेश देने के बाद चित्र में नगरसेविका शिल्पा मोरे, ब्र.कु. शीला, ब्र.कु. प्रीति एवं सलुजा सुलार।

बारडोली-गुज.। चैतन्य देवियों की झाँकी का आध्यात्मिक रहस्य समझाते हुए ब्र.कु. अरुणा। साथ हैं परमपूज्य ताराचंद बापू, डॉ. लक्ष्मी, ब्र.कु. गायत्री व ब्र.कु. मंजुला।

छत्तरपुर-म.प्र.। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में अतिथिगण व ब्र.कु. बहन।

सिद्धपुर-गुज.। व्यापारी सम्मेलन के दौरान अपनी शुभेच्छा ज़ाहिर करते हुए रोट्री क्लब के प्रेसीडेंट डॉ. जयेश। साथ हैं लायन्स क्लब प्रमुख दिलीप भाई, ब्र.कु. मनोज, ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. नेहा व ब्र.कु. रक्षा।

पुणे-वानेर। पिरामिड मेडिटेशन रूम के उद्घाटन कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. आत्मप्रकाश,माउण्ट आबू, ब्र.कु. पारू, हरिहरण जी, जोशी सर व अन्य।

हुपरी-महा.। अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान में विधायक शशिकला जोल्ले को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. सुनंदा, ब्र.कु. सुनीता व ब्र.कु. मनीषा।

सूरत-मजूरागेट। चैतन्य देवियों की झाँकी का उद्घाटन करने के पश्चात् उपस्थित हैं टी.जी.बी. फाइव स्टार होटल के डायरेक्टर देवानंद सोमानी, कॉर्पोरेटर अरविंद मरू, ब्र.कु. सोनल व अन्य।

आध्यात्मिक शक्ति ही लायेगी विश्व में शान्ति – केजरीवाल

कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. जयंती, दादी जानकी, दादी हृदयमोहिनी, मुख्यमंत्री माननीय अरविंद केजरीवाल, ब्र.कु. बृजमोहन व अन्य।

- स्नेह और सेवा भाव ही शान्ति का आधार – दादी जानकी
- ज्योतिर्बिन्दु आत्मा स्वरूप से ही सर्व गुणों के सागर निराकार परमात्मा की स्मृति आती है–दादी हृदयमोहिनी
- शान्ति आत्मा का निजी गुण है जो सदा साथ है – ब्र.कु. शिवानी

नई दिल्ली। मानव जीवन और समाज में शान्ति, सद्भावना, सहयोग और समृद्धि का वातावरण पुनर्स्थापित करने के लिए आध्यात्मिक शक्ति की प्राप्ति और प्रयोग ज़रूरी है। अध्यात्म प्रधान देश भारत ही इस दिशा में नेतृत्व प्रदान कर सकता है एवं विश्व शान्ति तथा विश्व बंधुत्व के लिए पहल कर सकता है। उक्त उद्गार दिल्ली के मुख्यमंत्री माननीय अरविंद केजरीवाल ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा जवाहर लाल नेहरू स्टेडियम के ऑडिटोरियम में `राजयोग द्वारा विश्व शान्ति' विषय पर आयोजित एक सार्वजनिक कार्यक्रम में व्यक्त किये।

इस अवसर पर ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने अपने अध्यक्षीय सम्बोधन में कहा कि मानव का सबसे बड़ा शत्रु देह अहंकार है जिससे काम, क्रोध, लोभ, मोह आदि मनोविकार उत्पन्न होते हैं। वही जीवन में दुःख, अशान्ति एवं सर्व समस्याओं का मूल कारण है। उन्होंने कहा कि जीवन में सच्चा सुख, शान्ति एवं आनंद की अनुभूति के लिए आत्मा-परमात्मा का ज्ञान एवं राजयोग का अभ्यास ज़रूरी है जिससे आपसी स्नेह, सहयोग, भाईचारा एवं सेवाभाव पैदा होता है और वही सुखमय संसार का आधार है। उन्होंने आगे कहा कि राजयोग एक ऐसी सहज, सरल एवं स्वाभाविक प्रक्रिया है जिसे सांसारिक कर्म करते हुए भी किया जा सकता है। ब्रह्माकुमारीज़ की अतिरिक्त मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी ने अपने आशीर्वचन में कहा कि अपने वास्तविक स्वरूप ज्योतिर्बिन्दु आत्मा और उसके मौलिक गुण जैसे कि पवित्रता, शान्ति, प्रेम, सुख आदि के चिंतन से ही सर्व गुणों के सागर निराकार परमपिता परमात्मा की स्मृति आती है जिससे हमारे अंदर रुहानी शक्ति एवं समर्थी जागृत होते हैं। इन्हीं आत्मिक शक्तियों को ही आध्यात्मिक शक्ति कहा जिसको अपनाकर हम अपने वर्तमान और भविष्य को उज्जवल बना सकते हैं।

एक टॉक शो का आयोजन

इस कार्यक्रम के शीर्षक पर आयोजित एक टॉक शो को सम्बोधित करते हुए सुप्रसिद्ध आध्यात्मिक वक्ता ब्र.कु. शिवानी ने कहा कि शान्ति एक मानसिक स्थिति है जो आंतरिक गुण एवं परमात्म चिंतन से प्राप्त होती है। यह सदा हमारे साथ है न कि बाहर ढूंढ़ने की चीज़ है। ब्रह्माकुमारी संस्था के यूरोप एवं मध्य पूर्व देशों की निदेशिका ब्र.कु. जयंती, संस्था के मुख्य वक्ता ब्र.कु. बृजमोहन आदि ने भी टॉक शो में अपने विचार रखे। कार्यक्रम के आरंभ में रूस देश समूह में स्थित ब्रह्माकुमारी केन्द्रों की निदेशिका ब्र.कु. चक्रधारी दीदी ने संस्था का परिचय दिया तथा स्कूल के बच्चों ने सांस्कृतिक कार्यक्रम द्वारा उपस्थित जनसमूह को आत्मविभोर कर दिया।

सकारात्मक पत्रकारिता द्वारा ही सामाजिक परिवर्तन

नागपुर। सकारात्मक चिंतन पत्रकारों का तनाव दूर करती है, उसके द्वारा सकारात्मक नज़रिया बनता है जिससे पत्रकार समाज में एक सकारात्मक संदेश दे सकते हैं, जिससे उनको भी खुशी होगी और उनका उद्देश्य भी पूरा होगा। ऐसा नागपुर में पत्रकारों के लिए आयोजित सेमिनार में दिल्ली से आये ब्र.कु. अनुज ने कहा। तिलक पत्रकार भवन में आयोजित सेमिनार में पत्रकारों को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. अनुज ने कहा कि शब्द द्वारा संसार बनता है, आप शब्दों से हर जगह नहीं पहुंच सकते लेकिन अपने वायब्रेशन्स द्वारा आप हर जगह पहुंच सकते हैं। शब्द द्वारा ही लोग हमें पहचानते हैं, उससे निकले वायब्रेशन्स द्वारा ही हम खुश और शांत होते हैं। अगर हम अपने अंदर चित्र और शब्द तथा उससे निकलने वाली तरंगों को समझ लें तो इससे आप जल्दी ही समाज को एक नई दिशा देंगे। आपने पत्रकारिता इसीलिए चुनी है ना! क्योंकि उससे आप धन कमाते हैं और उस धन का उपयोग हर चीज़ में होता है। अगर वो नकारात्मक होगा तो उसका प्रभाव भी नकारात्मक होगा। ब्र.कु. गंगाधर,माउण्ट आबू ने कहा कि पत्रकारों को आध्यात्मिक मूल्यों को ज़रूर अपनाना चाहिए, इससे स्व-अनुभूति होगी और परिवर्तन होगा। हमारे यहां का एक स्लोगन है कि सबसे पहले स्वयं का परिवर्तन करो फिर विश्व का परिवर्तन करो। स्व परिवर्तन से ही विश्व परिवर्तन संभव है। साथ ही साथ उन्होंने कहा कि यदि आप तीन दिन का ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित कोर्स करते हैं तो इससे आपके अंदर परिवर्तन आयेगा। इस सेमिनार में नागपुर सेवाकेन्द्र के मुख्य भाई ब्र.कु. प्रेम प्रकाश ने मंच संचालन किया व ब्र.कु. मनीषा ने सभी को योग की अनुभूति कराई।

पत्रकारों के लिए आयोजित सेमिनार में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. अनुज। मंचासीन हैं ब्र.कु. गंगाधर,माउण्ट आबू, ब्र.कु. मनीषा व ब्र.कु. प्रेम।

कार्यालय- ओम शान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510, सदस्यता के लिए सम्पर्क- M - 9414006096, 9414182088,
Email- mediabkm@gmail.com, omshantimedia@bkivv.org, Website- www.omshantimedia.info
सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 190 रुपये, तीन वर्ष 570 रुपये, आजीवन 4500 रुपये । विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेयबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

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 5th Nov 2015
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।