ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17 अंक-13 अक्टूबर-I, 2016 (पाक्षिक) माउण्ट आबू 8.00

मूल्य आधारित शिक्षा कारगर सभ्य भारत के निर्माण में

शांतिवन परिसर में शिक्षाविदों के लिए त्रिदिवसीय सम्मेलन का सफलतम आयोजन

भारत तथा नेपाल के पाँच हज़ार शिक्षाविद् हुए शरीक

सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए राज्यपाल निर्भय शर्मा।

राज्यपाल को ईश्वरीय सौगात देते हुए दादी रतनमोहिनी तथा ब्र.कु. मृत्युंजय।

आबूरोड। **ब्रह्माकुमारी संस्था के शांतिवन परिसर में शिक्षा प्रभाग द्वारा आयोजित सम्मेलन में मिजोरम के राज्यपाल उपस्थित थे।**

''शिक्षा में संस्कारों पर ज़ोर देना चाहिए। शिक्षक की भूमिका बच्चों में संस्कार निर्माण के साथ श्रेष्ठ समाज के निर्माण में महत्वपूर्ण है। बच्चों में संस्कार देने की पहली सीढ़ी माता पिता की होती है परंतु जब वह स्कूल में शिक्षा ग्रहण करने आते हैं तो इसकी ज़िम्मेवारी शिक्षक पर भी होती है'' - **मिजोरम के राज्यपाल, पूर्व लेफ्टिनेंट जनरल निर्भय शर्मा।**

''आज मनुष्य में मूल्यों की दिन-प्रतिदिन कमी होती जा रही है। इस कमी को दूर करने के लिए सभी को मिलकर आगे आना होगा तथा नये भारत के निर्माण के लिए युवाओं में नैतिक मूल्यों की शिक्षा को बढ़ावा देना होगा'' - **ब्रह्माकुमारीज़ की संयुक्त मुख्य प्रशासिका राजयोगिनी दादी रतनमोहिनी।**

''आज समय की मांग है कि भौतिक शिक्षा के साथ आध्यात्मिक और मूल्य आधारित शिक्षा को पाठ्यक्रम का हिस्सा बनाया जाये'' - **आई.एम.आर.टी. बिज़नेस स्कूल के अध्यक्ष डी.आर. बंसल।**

शिक्षा प्रभाग के उपाध्यक्ष **ब्र.कु. मृत्युंजय** ने कहा कि समाज में बढ़ते अपराध व कुरीतियों को कम करने के लिए आज की शिक्षा प्रणाली में मूल्य आधारित शिक्षा को अपनाने की नितांत आवश्यकता है। उन्होंने कहा कि आज की शिक्षा प्रणाली को, बौद्धिक स्तर को हम सर्टिफिकेट के आधार से आंकते हैं, लेकिन देखने में आता है कि पढ़े-लिखे युवा भी आज हिंसक प्रवृत्ति को अपना लेते हैं। ऐसे में अपनी शिक्षा में संस्कारों का समावेश होने से हमें हिंसक प्रवृत्तियों और वातावरण से छुटकारा मिल सकता है, और हमारा जो स्वप्न है भारत को सुसंस्कृत बनाना, उसमें हम कामयाब होंगे। इसी दिशा में ब्रह्माकुमारी संस्था लगातार प्रयास कर रही है।

कार्यक्रम में काठमाण्डू ज़ोन की प्रभारी **ब्र.कु. राज** तथा मूल्य आधारित शिक्षा के निदेशक **ब्र.कु. पाण्ड्यामणि** ने कहा कि पिछले कुछ वर्षों में संस्थान द्वारा संचालित किये जा रहे मूल्य आधारित दूरस्थ शिक्षा को युवाओं ने बड़ी रुचि के साथ अपने विषयों मे शामिल किया है।

प्रभाग के राष्ट्रीय संयोजक **ब्र.कु. डॉ. हरीश शुक्ला** ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा मूल्य आधारित शिक्षा के प्रति किये जा रहे कार्य की जानकारी दी। कार्यक्रम के मध्य राजयोग मेडिटेशन का भी अभ्यास कराया गया।

तनाव को करें अलविदा - ब्रह्माकुमारी पूनम

जीवन में तनावमुक्त होने के लिए शुभ संकल्पों का बहुत महत्व है, इससे हमारा स्वास्थ्य तो अच्छा होता ही है, साथ ही समाज में समरसता भी आती है। शुभ भावना समाज में लोगों को जोड़ने की एक सर्वश्रेष्ठ औषधि भी है। अगर हमें अपने सुखद अहसासों से जीवन को सँवारना है तो हमें शुभ भावनाओं का भंडार खुद को बनाना होगा। ऐसा कहना था तनाव मुक्ति विशेषज्ञ ब्र.कु. पूनम का...

छत्तरपुर म.प्र. में 12 दिवसीय अलविदा तनाव शिविर का भव्य शुभारंभ

2000 लोगों ने लिया इस शिविर का लाभ

सभा को सम्बोधित करते हुए तनाव मुक्ति विशेषज्ञ ब्र.कु. पूनम। साथ हैं राज्यमंत्री ललिता यादव, क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. शैलजा तथा गणमान्य अतिथिगण। ध्यानपूर्वक सुनते हुए शहर के प्रबुद्धजन।

छत्तरपुर। "अलविदा तनाव'' विषयक 12 दिवसीय शिविर का आयोजन गायत्री शक्ति पीठ के निकट स्थित संस्कार धाम में किया गया। उसमें शहर तथा आस पास के विस्तार के गणमान्य नागरिकों सहित राज्यमंत्री श्रीमति ललिता यादव, जिला एवं सत्र न्यायाधीश भरत भूषण श्रीवास्तव, जिलाध्यक्ष नरेश भंडारी एवं पूर्व सांसद जीतेन्द्र सिंह बुंदेला भी उपस्थित थे तथा उन्होंने आभार व्यक्त करते हुए इस कार्यक्रम की प्रशंसा की। ब्रह्माकुमारीज़ की स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शैलजा ने अतिथियों का स्वागत किया। आये हुए सभी मेहमानों ने इस शिविर के लिए अपनी- अपनी शुभकामनाएँ व्यक्त की। शिविर की मुख्य वक्ता एवं देश की प्रसिद्ध तनाव मुक्ति विशेषज्ञा ब्र.कु. पूनम ने लगभग दो हज़ार शिविरार्थियों के साथ पहले दिन को शुभभावना महोत्सव के रूप में मनाया और सम्बन्धित विषय पर चर्चा करते हुए कहा कि हम अपने जीवन में कई प्रकार के प्लान बनाते हैं, पर अपने लाइफ का प्लान नहीं बनाते। उन्होंने कहा कि उद्देश्यपूर्ण जीवन जीने के लिए हमें अपने जीवन को समझना होगा। हमें अपने अंदर झाँक कर देखना होगा कि हमारे अंदर किसी के लिए ईर्ष्या, द्वेष, घृणा की भावना तो नहीं है। यदि है तो इसे परिवर्तन कर अपने जीवन को खुशी, आनंद, प्रेम से भरपूर करें। सभी शहर वासियों ने इस आयोजन के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था को दिल से धन्यवाद दिया।

रास्ते हैं तो... मंज़िल है...

आप जिस प्रकृति में खड़े हो, उसको ही संस्कारित किया जा सकता है। प्रकृति के नियमों के माध्यम से आप उसके पार भी जा सकते हो। सीढ़ी के सहारे ही आदमी पार भी चला जाता है, रास्ते के सहारे ही आदमी मंज़िल तक पहुँच जाता है, फिर रास्ते को छोड़ देता है। लेकिन रास्ते के विपरीत चलकर कोई मंज़िल पर नहीं पहुँचता।

आज हज़ारों वर्ष की धारणाओं ने हमारे मन को इस भ्रान्ति से विकृत कर दिया है कि जो भी आप देखते हैं, वह निसर्ग का सत्य नहीं होता, अपितु हमारी अपनी धारणाओं से देखा गया विकृत रूप होता है। फिर उससे आप जो भी निर्णय लेते हैं, वे भ्रान्ति में ले जाते हैं।

- ब्र. कु. गंगाधर

अब प्रश्न ये उठता है कि इन भ्रान्तियों और इसके दुष्परिणामों से मुक्त कैसे हों? क्या कोई उपाय है? या यूँ ही जन्म और मृत्यु के बीच भ्रांतिपूर्ण समय समाप्त कर दिया जाये?

तो इसका उत्तर है, हाँ, जीवन को बदला जा सकता है, निसर्ग (स्वभाव) से, निसर्ग के विपरीत नहीं। क्योंकि आप प्रकृति से ही निर्मित हो, उसके विपरीत चलने का कोई उपाय नहीं है।

आप जिस प्रकृति में खड़े हो, उसको ही संस्कारित किया जा सकता है। प्रकृति के नियमों के माध्यम से आप उसके पार भी जा सकते हो। सीढ़ी के सहारे ही आदमी पार भी चला जाता है, रास्ते के सहारे ही आदमी मंज़िल तक पहुँच जाता है, फिर रास्ते को छोड़ देता है। लेकिन रास्ते के विपरीत चलकर कोई मंज़िल पर नहीं पहुँचता।

लेकिन तर्क में भ्रान्ति हो सकती है। अगर मैं आपसे कहूँ कि यह रास्ता मंज़िल तक पहुँचा देगा, लेकिन ध्यान रखना, मंज़िल पर जब पहुँचोगे तो इस रास्ते को छोड़ देना होगा; क्योंकि अगर आपने रास्ते को पकड़ लिया तो मंज़िल को नहीं पा सकोगे, तो इसका परिणाम ये भी हो सकता है कि आप यह भी सोच सकते हो कि जिस रास्ते को अंत में छोड़ ही देना है, उसे पहले ही क्यों न छोड़ दिया जाए! लेकिन तब आप मंज़िल तक कभी नहीं पहुँच सकोगे।

रास्ते को पकड़ना भी होगा और छोड़ना भी होगा। प्रारंभ में पकड़ना होगा, अंत में छोड़ना होगा। लेकिन इसका उल्टा अर्थ दो तरह से हो सकता है जो एक तो यह कि, रास्ते को पकड़ें ही क्यों जब उसे छोड़ना ही है। यह तर्कयुक्त लगता है कि जो चीज़ छोड़ ही देनी है, उसे पकड़ना ही क्यों? लेकिन जिसे आपने पकड़ा ही नहीं है, उसे आप छोड़ न पाओगे, और बिना छोड़े आप मंज़िल तक नहीं पहुँचोगे। इसका दूसरा उपद्रव भी संभव है। वो ये है कि जिस रास्ते को पकड़ा है, उसको छोड़ेंगे नहीं। जब पकड़ ही लिया तो फिर छोड़ना क्या! तब भी आप मंज़िल तक नहीं पहुँच पाओगे। रास्ता मंज़िल तक ले जाता है, मंज़िल में नहीं ले जाता, और जब आप रास्ते को छोड़ देते हो, तो मंज़िल में प्रवेश होता है।

इसे आगे और स्पष्ट किया जाये तो कहेंगे:- सीढ़ियाँ छत तक ले जाती हैं, छत में नहीं ले जातीं। अगर आप सीढ़ियों पर ही खड़े रहो तो आप छत के पास पहुँच गए, लेकिन छत पर नहीं पहुँचे। लेकिन सीढ़ियों को अगर आप पहले ही छोड़ दो, तो आप छत के पास भी न पहुँच सकोगे। सीढ़ियाँ छोड़नी पड़ती है, इसका यह अर्थ नहीं कि आप सीढ़ियों के दुश्मन हो जाओ। सीढ़ियाँ पकड़नी पड़ती है, इसका यह अर्थ नहीं कि सीढ़ियों के आप प्रेमी हो जाओ। सीढ़ियों का उपयोग करना है।

निसर्ग सीढ़ि है, वहाँ आप खड़े हो। इस निसर्ग के लिए यह सूत्र है। पहला कदम है जीवन का सम्मान करो। वह निसर्ग का सम्मान है। उसे समझो, अगर पार जाना है। पार जाना है ज़रूर, क्योंकि निसर्ग में ही रहकर आप परम आनंद को उपलब्ध न हो सकेंगे। निसर्ग में दु:ख और सुख दोनों होंगे।

निसर्ग में रहकर ही पार जाना है, क्योंकि द्वंद्व ही तो उपद्रव है और आपको उस घड़ी को उपलब्ध करना है जहाँ

- शेष पेज 8 पर

संगम के ज्ञान से बुद्धि को शुद्ध श्रेष्ठ बना करो सारे कल्प के लिये कमाई

जब से हम बाबा के बने हैं तब से बाबा तेरा बनने में सुख मिलता इलाही है...हर एक ऐसे महसूस करते हो ना! बाबा का बनने से बहुत सुख मिला है। अभी हर आत्मा को बाबा कहता है तुमको कर्मातीत बनना है। तो यह लगन किसको है? क्योंकि अभी किसी के लिये भी मौत आने में देरी नहीं है। मौत शब्द हम कहते नहीं हैं परन्तु अन्दर अपने दिल से पूछो, हरेक की दिल बताती है कि मुझे क्या करने का है। कोई भी सेवा प्यार से करते रहो, जहाँ भी सेवा हो भारत में या विदेश में.. पर अन्दर में यही लगन हो कि मुझे कर्मातीत बनना है।

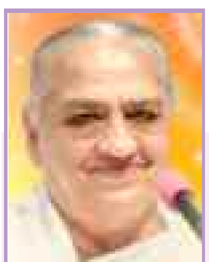
क्योंकि मुझे यह खुशी है कि बाबा की जो शिक्षायें हैं, जो पढ़ाई है, सारे विश्व को अच्छी तरह से पता चल गया है कि ब्रह्माकुमारियाँ क्या कर रही हैं? पहले कितने भी विद्वान, पण्डित, आचार्य हैं उनके द्वारा सुनते-सुनते कोई फायदा नहीं हुआ है। अभी मेरे मीठे बाबा ने अपना बनाके मुस्कराना सिखाया है। हम उसका शुक्रिया मानते हैं, दिल कहे शुक्रिया...। अगर दिल शुक्रिया नहीं कहती तो दिमाग भी शुक्रिया कैसे कह सकता है! बाबा की मुरली में था ब्रह्माबाबा को फिकर है इतने बच्चे आयेंगे, रहेंगे कहाँ? बाबा कहते तुम फिकर नहीं करो कि कहाँ रहेंगे। अभी यहाँ शांतिवन, मनमोहिनी वन सब देखो.. कितने बच्चों के रहने का प्रबन्ध हुआ है। तो ब्रह्माबाबा को शिवबाबा ने कहा वेट एण्ड सी या हमको कहा? वन्डरफुल बाबा है, वन्डरफुल ड्रामा है। बाबा क्या से क्या बनाता है, वन्डरफुल है। हम अन्दर से बाबा का शुक्रिया मानते हैं। हम कोई से भी नाराज़ नहीं हैं। है कोई नाराज़? बहुत निर्लोभी, निर्मोही अवस्था चाहिए। अगर किसी व्यक्ति और वैभवों को अपना माना, उन्हें मेरा समझा तो यह भी मिक्सचर मोह हो गया। अपना है तो सब अपना है। हम पुरानी दुनिया को नया बनाने के लिए हैं। नई दुनिया आने में देरी नहीं है। पाण्डव भवन में बाबा के कमरे के बाहर छोटा वरांडा था, वहाँ बाबा खटिया पर बैठता था। वहाँ एक एक बच्चे को बाबा ऐसी अच्छी भासना देता था जो सारी रात स्वप्नों में भी वही याद रहता था। अभी कौन है जिसके स्वप्नों में बाबा आता है? है कोई जिसके स्वप्नों में, संकल्पों में भी बाबा है? लोग तो सर्वव्यापी कहते हैं, कण-कण में भगवान है। हम सबका अनुभव क्या है! हर एक के साथ बाबा है।

भगवान का जो काम है वो मनुष्य नहीं कर सकता है, परन्तु शिवबाबा ने ब्रह्मा तन द्वारा ही क्या से क्या बना दिया है इसलिए सहजयोगी हैं, नैचुरल योगी हैं। संगम का ज्ञान बुद्धि को शुद्ध श्रेष्ठ बनाता है। बाबा का बनने से सारे कल्प के लिये बहुत-बहुत कमाई हो रही है। मैं समझती हूँ सारे कल्प में ऐसी शान्ति की शक्ति से रहना, विदेश में, भारत में सब जगह शान्ति फैलाना। यह भी समझ भगवान ने दी है कि अब क्या करने का है! संगम पर हम रावण राज्य में नहीं हैं। हमको बाबा ने रावण राज्य से निकाल दिया। अपना राज्य भाग्य लेने के लिये तैयार कर लिया। कितना अच्छा बाबा है! हमको अपना बनाके कहता है देखो, सूक्ष्म यह तीसरा नेत्र है मस्तक पर।

दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

आप लोगों को लगता है मेरी दादी है! लगता है? अच्छा। मुझे पता नहीं था कभी मुझे दादी बनायेंगे। दादी, दादी है। दीदी, दीदी है। बाबा के अव्यक्त होने के बाद दादी दीदी ने कैसे यज्ञ चलाया है! हम तो उनके साथी बन गये। ठीक है! भगवान के साथी हैं या दादियों के साथी हैं? कितनी बाबा के बच्चों को खुशी है, हम भगवान के डायरेक्ट बच्चे हैं, जिसको दुनिया पुकारती है ओ राम! आगे सीताराम कहते थे। हरेक ने दिलाराम बाबा को दिल दे दी, तो दिल में कोई इच्छा नहीं, कोई ममता नहीं है। इच्छा है तो ममता है इसलिए कोई भी इच्छा नहीं है।

सारे दिन में कोई कहाँ, कोई कहाँ होते हैं सेवा में, लेकिन नुमाशाम के टाइम सब इकट्ठे होते हैं। यह क्लास है या क्या है, क्योंकि मैं क्लास कराना नहीं जानती हूँ। मिलना आता है। अपनी हिस्ट्री और यज्ञ हिस्ट्री को स्मृति में लायें तो लगता है बाबा ने अपना बनाके दुनिया में रहते हमें उपराम बना दिया है। बुद्धि में एक बाबा दूसरा न कोई और आपस में भी लगाव, झुकाव नहीं है। मेरा तो किसी से कुछ नहीं है। ऐसे कोई हैं जो लगाव झुकाव से मुक्त हैं? अगर मुक्त रहेंगे तो संकल्प श्वांस समय सब सफल होता रहेगा। यह भी बाबा ने सफल करने की बहुत अच्छी विधियां बताई हैं।



दादी हृदयमोहिनी
अति.मुख्य प्रशासिका

हर बच्चे की अवस्था अनुसार ही बाबा के डायरेक्शन्स तथा मुरली

जब कोई ग्रुप बाबा से मिलने आता है तो बाबा उस ग्रुप के एक एक बच्चे की अवस्था को पहले चेक करता है, क्योंकि हर एक की अवस्था तो नीचे ऊपर होती रहती है ना! तो बाबा पहले चेक करता है कि इस समय यह किस स्थिति में है? फिर बाबा हर बच्चे के पास्ट को भी थोड़ा चेक करता है कि जिस समय वह बाबा के पास आई उस समय क्या हलचल थी, क्योंकि उस समय भी हलचल तो होती है ना! हलचल भी कई प्रकार की होती है, उसे भी बाबा चेक करता है। फिर बाबा देखता है कि इस बच्चे की अभी वृत्ति लाभ लेने की है या मिक्स है? बाबा जैसा बनाना चाहता है वैसा यह बन सकेगा! जब मधुबन में खास आते हैं तो अपनी स्थिति पर भी तो खास ध्यान रखना चाहिए ना! बाबा तो उनके चलने फिरने, क्लास में बैठने से ही चेक कर लेता है और समझ जाता है कि बच्चे की टोटल अवस्था क्या रहती होगी। अगर अच्छी अवस्था वाला बच्चा है तो भी बाबा जान लेता है कि यह महारथी है, घोड़ेसवार है या प्यादा है। मैजॉरिटी तो महारथी वा घोड़ेसवार हैं। तो बाबा चेक करता है कि इस ग्रुप में महारथी कितने हैं और घोड़े सवार कितने हैं। फिर उसी अनुसार बाबा डायरेक्शन देता है, ग्रुप के अनुसार ही बाबा की मुरली चलती है। बाबा बच्चों के वायब्रेशन्स से ही चेक कर लेता है कि यह ग्रुप विशेष किन बातों के सुनने व ग्रहण करने का पात्र है। फिर उस ग्रुप को उसी अनुसार ही हैण्डलिंग देता है। बाबा पहले से बताता नहीं है लेकिन बाबा की मुरलियों का सार उसी अनुसार होता है। ऐसे नहीं, मैं बाबा को किसी के बारे में कुछ बताऊँ फिर बाबा मुरली चलायेगा। लेकिन किस ग्रुप को क्या चाहिए, वह बाबा के पास पहले से ही तैयार रहता है कि इस ग्रुप को विशेष इस प्वाइंट का बल चाहिए, उसी अनुसार मुरलियाँ चलाता है और मुरली चलाने के बाद फिर उसकी रिज़ल्ट भी देखता है। लास्ट में जब बच्चे चले जाते हैं तो भी चेक करता है कि इन्हों का क्या हालचाल रहा! बाबा मुझे सब बातें नहीं सुनाता है, कुछ समाचार सुना देता है कि इस ग्रुप का ऐसे था! लेकिन मुरलियों से पता पड़ता है कि इस गुप की क्या विशेषता थी और इस ग्रुप की क्या चाहना थी। तो बाबा की मुरली में यह सब कुछ समाया हुआ होता है फिर जो भी कैच करे, नहीं करे। बाबा मुरली में सब प्रकार के इशारे देता है फिर उससे जानने वाले जान लेते हैं और उसी अनुसार वह भी हैण्डल करते हैं। जो दादियाँ भी हैं, वह भी बाबा के उस सार को कैच करके फिर उसी अनुसार हैण्डलिंग देती हैं। बाबा कितना प्यारा है, जो हर एक बच्चा कहता है मेरा बाबा, मीठा बाबा। तो हम सुनते हैं, जब कोई बात करता है तो पहले कहता है ओम् शांति, फिर कहेगा मेरा बाबा। मेरा बाबा मुझे देख रहा है। बाबा मेरे से बात कर रहा है। पहले बाबा अक्षर आयेगा फिर दूसरी बात आयेगी। तो हमको बहुत खुशी होती है कि हमारा बाबा है। यह जो फीलिंग है मेरा बाबा, यही हम सबको आगे बढ़ाती है। हर एक के दिल से निकलता है, जिगर से निकलता है मेरा बाबा। तो यह मेरा बाबा कभी नहीं भूले। चाहे बाबा एक मास के बाद मिले या कितना भी समय के बाद मिले, लेकिन हर एक के दिल से मेरा बाबा निकलता है।

देखो, हम सब कितने भाग्यशाली हैं जो भगवान भी हमारे भाग्य का वर्णन करता है। मेरे बच्चे, मेरे बच्चे कह करके कितना बाबा हम लोगों को प्यार करता है। मेरे बच्चे ऐसे हैं, मेरे बच्चे ऐसे हैं। जब बाबा मेरे बच्चे कहता है तो मुझे भी बहुत अच्छा लगता है। बाबा के मुख से जब मेरे बच्चे निकलता है तो उस समय बाबा का चेहरा देखने वाला होता है। तो यह जो मिलन होता है, यह बहुत सुंदर है और कभी-कभी होता है। रोज़ नहीं होता है। तो हम बड़े भाग्यवान हैं जो बाबा के मुख से हमारे लिए महावाक्य निकलते हैं, इतना बड़ा भाग्य हमारा नूंधा हुआ है।

धर्म हिंसा नहीं सिखाता...

- राजयोगी ब्र.कु.सूर्य,माउण्ट आबू

एक ओर धरती के चेतन सितारों (मनुष्यों) की शान्ति की पुकार और दूसरी ओर वसुधा के वक्षस्थल पर बढ़ती हुई हिंसा की अग्नि! कैसी विडम्बना है कि मानव की मानवता को लोप कर ही दिया, अब वह सम्पूर्ण मानव जाति के संहार के लिए तैयार है। मानव जाति को नष्ट करने की होड़ में वह अन्धा हो चुका है। ऐसे अन्धकार-पूर्ण विकराल काल में सच्चा धर्म ही मानव की रक्षा कर सकता है। तो आओ हम धर्म के सत्य स्वरूप पर दृष्टि डालें।

क्या है धर्म?

''धर्म जीवन की उन श्रेष्ठ धारणाओं का नाम है जिन पर मनुष्य-जीवन सुख-शान्ति पूर्वक प्रगति के पथ पर अग्रसर हो सके''। जैसे बौद्ध पवित्रता, प्रेम, अहिंसा, एकता का भाव, आनन्द व निष्पक्षता का भाव आता है और तब ही उसको सम्पूर्ण शान्ति का अनुभव होगा।

धर्म दो प्रकार के हैं - एक है देह के धर्म, जो सभी के अलग अलग हैं, जैसे हिन्दु, मुस्लिम, सिक्ख, इसाई आदि। और दूसरा है - आत्मा का धर्म अर्थात् स्व का धर्म और वह है 'शान्ति', जो कि सभी का एक ही है। देह के सभी धर्मों का भी अन्तिम ध्येय, मनुष्य को आत्मिक स्वधर्म में स्थित करना ही है।

शान्ति सिखाता है धर्म

मनुष्य को धर्म की आवश्यकता कब पड़ी? विचारक समझ सकते हैं कि जब किन्हीं कारणों से मनुष्य का मन अशान्त हुआ होगा, तब ही के लिए तुम्हारे मनोविकारों की बलि चाहता है। तब ही धर्म की वेदी पावन होगी, धर्म का उत्थान होगा और मानव व मानवता की रक्षा होगी। इसलिए यदि सचमुच तुम्हें धर्म से प्रेम है तो तुम ये बलिदान करो। देह के बलिदान का महत्व अब नहीं रहा, अब तो इस देह-अभिमान का बलिदान दो, तब तुम्हारा पवित्र धर्म विश्व की रक्षा करेगा।

एकता व प्रेम सिखाता है धर्म

धर्म मनुष्य को अन्तर्दर्शन कराता है अर्थात मनुष्य को आत्मा का ज्ञान कराकर, उसका नाता परमात्मा से जोड़ता है। अत: एक धर्मावलम्बी यह समझता है कि परमात्मा सभी मनुष्यात्माओं का परमपिता है। उस नाते हम सभी आत्मायें एक विश्व परिवार के सदस्य हैं। इस कारण उसके मन में एक पारिवारिक अनुभूति व पवित्र स्नेह रहता है। धर्म केवल यही ही नहीं सिखाता कि हम रोज़ सवेरे उठकर,

धर्म का मूल है 'दया'। भारत में किसी ने 'अहिंसा' को परम-धर्म कहा तो किसी ने त्याग, तपस्या, व मानव-सेवा को धर्म का अभिन्न अंग बताया। परन्तु धर्म की सम्पूर्ण व्याख्या, धर्म के रक्षक परमपिता परमात्मा स्वयं ही करते हैं। यहाँ हम उन्हीं के ईश्वरीय ज्ञान के आधार पर व्याख्या करेंगे।

धर्म का इंग्लिश शब्द है - 'RELIGION'। इस religion शब्द के आठ अक्षरों में धर्म की व्यख्या अन्तर्निहित है। यहां R=Reverse (पवित्र) E=Ecstasy (आनन्द), L=Love (प्रेम), I=Introspection (अन्तदर्शन), G=God (भगवान), I=Impartial (निष्पक्षता), O=Oneness (एकता), N=Non-voilence (अहिंसा)

अर्थात् धर्म की व्यख्या इस प्रकार की जा सकती है कि जब मनुष्य अन्तदर्शन करके अर्थात् स्वयं को आत्मा जानकर, परमात्मा से अपना सम्बन्ध जोड़ता है, तब उसके जीवन में

उदगीर-महा.। विधायक सुधाकर भालेराव को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. महानंदा।

उसने शान्ति के लिए धर्म की रचना की होगी। इसलिए हर धर्म स्थापक ने मनुष्य जीवन में शान्ति लाने के लिए विभिन्न सिद्धान्तों का प्रतिपादन किया। अत: हर धर्म का मूल शान्ति है, न कि हिंसा।

धर्म के नाम पर कलंक है हिंसा

यदि कोई धर्मावलम्बी शान्ति के लिए हिंसा का सहारा लेते हैं या धर्म की रक्षा के लिए 'हिंसा' को ढ़ाल बनाते हैं तो स्पष्ट है कि उन्होंने धर्म के मर्म को नहीं समझा। धर्म एक अति पवित्र दिशा है और हिंसा अमानवियता। हिंसा व धर्म साथ साथ नहीं हो सकते। जो धर्म से हिंसा को जोड़ते हैं, उनका धर्म अधिक स्थाई नहीं हो सकता। धर्म में हिंसा का प्रवेश, धर्म के विनाश का बिगुल है। अत: धर्म का नारा लगाने वालों को अन्तर्मुखी होकर चिन्तन करना चाहिए कि क्या उनका हिंसा का पथ धर्मानुकूल है या धर्म के नाम पर कलंक है? जो कि मनुष्य को धर्म से विमुख करता है और नास्तिकता को बढ़ावा देता है।

धर्म के नाम पर बलिदान

लोग धर्म के नाम पर बलिदान करते आए हैं, परन्तु धर्म स्वयं भी बलिदान होता आया है। इसी ''धर्म के नाम पर बलिदान'' के नारे से आज भी लोग धर्म के नाम पर हिंसा को बढ़ावा देते हैं। परन्तु अब समय की पुकार है कि हे धर्म-प्रेमियों धर्म की रक्षा के लिए इस क्रोध व अहंकार का बलिदान करो। यदि तुम्हारे अन्दर ही अग्नि जलती रहेगी तो तुम दूसरों की अग्नि कैसे बुझाओगे। अर्थात् तुम शान्ति का साम्राज्य कैसे लाओगे। इसलिए पवित्र धर्म अपनी रक्षा

ऊँची आवाज़ में प्रभु के गीत गायें और दिनभर मनुष्यों पर बन्दूक चलायें। यह सत्य ही है कि भगवान से प्यार करने वाला मनुष्य, भगवान की रचना से अवश्य ही प्यार करेगा। उसकी रचना से प्यार न करना स्वार्थी ईश्वरीय प्यार का प्रतीक है।

परन्तु कितना आश्चर्य है कि एक ओर इसाई धर्म का मूल उपदेश 'प्रेम' है। ईसा मसीह ने मानव को सत्य-प्रेम का पाठ पढ़ाया था, परन्तु आज उसकी सन्तान मानव जाति को पृथ्वी से पूर्णतया नष्ट करने पर उतारू है। काश! इन्हें ईसा की आवाज़ फिर से सुनाई दे जाए और ये प्रेम का पथ अपना लें।

धर्म अहिंसा सिखाता है

यद्यपि ''अहिंसा परमोधर्म'' का नारा अति पुराना है, तो भी इतिहास में धर्म के नाम पर ही बड़े बड़े ताण्डव नृत्य हुए। हिंसा भी दो प्रकार की है - एक काम विकार की हिंसा, जो वास्तव में आत्मा की हिंसा है क्योंकि काम भोग आत्मा की शक्ति को नष्ट कर डालता है। दूसरी हिंसा है - क्रोध की, जिसके वश मनुष्य जीवप्राणियों पर प्रहार करता है। हिंसा पहले मन में ही उत्पन्न होती है अत: आवश्यकता है, मनुष्य के मन को शान्त करने की। और वह होगी, काम व क्रोध की अग्नि को बुझाने से। क्योंकि धर्म मनुष्य को प्रेम व पवित्रता सिखाता है, अत: इससे हिंसा की अग्नि शान्त हो जाती है। सच्चे धर्मावलम्बी के मन में काम व क्रोध की अग्नि नहीं उभरती, उनका मन शान्ति की गहन अनुभूतियों में खोया रहता है। ●

गांधीनगर-गुज.। राज्यपाल ओ.पी. कोहली को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सरला। साथ हैं ब्र.कु. अमर तथा ब्र.कु. कैलाश।

नागपुर-कोराडी। महाराष्ट्र के ऊर्जा मंत्री व नागपुर के पालकमंत्री चंद्रशेखर बावनकुळे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उर्मिला।

सीतारामपुरम-आ.प्र.। उप मुख्यमंत्री चिन्ना राजप्पा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. भारती।

शापुर-गुज.। सिक्स्थ एग्रीएशिया लारजेस्ट एक्ज़ीबिशन,एग्रीकल्चर टेक्नोलॉजी इन इंडिया में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा लगाई गई शाश्वत यौगिक खेती प्रदर्शनी का अवलोकन करते हुए पुरुषोत्तम रुपाला,मिनिस्टर ऑफ स्टेट,एग्रीकल्चर एंड फारमर वेलफेयर,पंचायती राज, ब्रह्माकुमारी बहन तथा अन्य।

अमरावती-महा.। पालकमंत्री तथा उद्योगमंत्री प्रवीण भाउ पोटे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सीता।

रायगढ़-छ.ग.। कृष्ण कुमार गुप्ता,पूर्व स्वास्थ्य मंत्री,म.प्र को राखी बांधने के बाद ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. चित्रा। साथ हैं ब्र.कु. राधिका।

रतलाम-शास्त्री नगर। रेल मण्डल अधिकारी मनोज शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता।

अहमदनगर-महा.। सुप्रसिद्ध समाजसेवक पद्मविभूषण अण्णा हज़ारे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला। साथ हैं ब्र.कु. दीपक हरके।

पूना-जी.पी.ओ.। बिज़नेस विंग के कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए डॉ. ऋषिकेश पाटील,डायरेक्टर,सनस्टार आयुर्वेद ग्रुप, ब्र.कु. गीता,नेशनल कोऑर्डिनेटर,बिज़नेस विंग, ब्र.कु. उर्मिला तथा राजपाल आर्य,मैनेजिंग डायरेक्टर,चेयरमैन एम.आर.सी. ग्रुप।

राजुला-गुज.। अल्ट्रा टेक सीमेंट कंपनी,नर्मदा यूनिट के एच.आर. हेड सिंह साहब को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अनू।

दुर्ग-छ.ग.। चंद्रिका चंद्राकर,महापौर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. चैतन्य प्रभा।

सोनगढ़ फोर्ट-गुज.। पुलिस स्टेशन के पी.एस.आई. एस.के. पारेख को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुभद्रा।

स्वयं से प्यार माना ही स्व से वास्तविक रिश्ता होना

प्रश्न:- वास्तव में मैं एक नया बिलीफ सिस्टम क्रियेट कर रही हूँ, फर्स्ट वाज़ आई क्रियेट एवरीथिंग, मैं अपनी खुशी को खुद क्रियेट कर सकता हूँ, आई क्रियेट माई हेट्रिट, आई क्रियेट लव।

उत्तर:- देखो, अवेयरनेस की स्टेप क्या है, पता चल गया ना कि आई एम फीलिंग लो, तुरंत थॉट को बदल दो तो आपकी संवदेनाएं अपने आप बदल जायेंगी। अपने आपको कभी भी अनदेखा नहीं करें। अभी तक हम अपने आपको उपेक्षित ही करते आ रहे थे। आपका मूड अगर आज खराब दिखाई देता है तो पता चल जाता है।

अगर आपका और मेरा थोड़ा भी रिश्ता है, तो मुझे पता चलता है कि आपका मूड ठीक नहीं है। दूसरे स्टेप में मैं क्या करूंगी, आपका मूड ठीक नहीं है आज क्या हुआ? अगर हम औरों के साथ ये कर सकते हैं तो अपने साथ क्यों नहीं?

ब्र. कु. शिवानी

अपने साथ नहीं किया, जबकि अपने साथ पहला रिश्ता है। मेरा मूड ठीक नहीं है, तो वह कौन सी थॉट है। जैसे मैं आपसे पूछूंगी कि किसने क्या कहा आपको, जिससे आपका मूड ठीक नहीं है। हम जड़ तक जाने की कोशिश नहीं करते हैं, हम जड़ बाहर ही ढूंढते रहते हैं। लेकिन हम प्रयास तो कर रहे हैं ना। आपको किसने क्या कहा, क्या हुआ था, कैसे हुआ था। हमें समय देकर कम से कम अपने सम्बन्धों का विकास करना चाहिए।

प्रश्न:- सच में, मैंने आपसे कहा था कि उसने ऐसे-ऐसे किया था। आप तीसरे व्यक्ति हैं तो आप यह बोलने में सक्षम हैं कि उसने ऐसा इसलिए कहा होगा।

उत्तर:- लेकिन सपोज़ आप आ रहे हो, आपका मूड ठीक नहीं है, लेकिन मैं कष्ट नहीं उठा रही हूँ। मैं पूछूं भी नहीं कि मुझे क्या करना है। बैठे रहे दर्द में, काम तो करें ना बैठकर, आप काम करने आये हैं ना यहां पर, भले आप दर्द में हैं, आप काम करो, तो हमारा यह किस प्रकार का संबंध है। हम दूसरे व्यक्ति के लिए उतना सेन्सटिव नहीं होते हैं। खुद को हम कहेंगे दर्द में हैं ना, तनाव है ना, कोई बात नहीं काम करो अपना। दिस इज़ बीइंग सो इनसेन्सटिव टू योरसेल्फ कि रहने दो ना अंदर दर्द में, मेरे जीवन का लक्ष्य है काम करना...काम करना।

प्रश्न:- सबसे बड़ी बात हमें ये लगती है कि हमारे दर्द का कोई इलाज नहीं है।

उत्तर:- कितना समय लगेगा, सिर्फ दो मिनट, औरों की समस्या सुनने में दस मिनट लग सकता है, लेकिन अपनी जब करेंगे ना अपने साथ टू मिनट, जस्ट टेक आऊट टू मिनट्स सीट बैक एण्ड कोई काम इतना महत्वपूर्ण नहीं है, जो दो मिनट निकालने से कुछ रुक जायेगा।

प्रश्न:- हम दूसरों की समस्या सुलझाने के लिए बाकी सारी चीज़ें छोड़ देते हैं।

उत्तर:- जो कोई समस्या में है तो हम उसके साथ एक-एक घण्टा बैठ सकते हैं। ये दो मिनट अगर अपने साथ निकालते हैं, अपने को ठीक करते हैं, फिर काम करने जाते हैं तो फिर हमारा परफॉर्मेंस बहुत ही प्रभावशाली हो जाता है। यह स्वयं के परिवर्तन की कला है। ज़रा भी अनुभव हो दर्द है, असंगत है, इसके साथ आप लगातार न चलें। इट जस्ट 99 डिग्री बुखार है तो आप कार्य न करके आराम करें। नहीं तो वो शाम तक बढ़ता जायेगा और फिर वो सिर्फ मेरे तक न रहकर मेरे रिश्तों में भी जाता है, मेरे काम पर भी उसका पभाव पड़ता है। फिर छोटी-सी बात बड़ी बन जाती है।

प्रश्न:- इस समय क्या आपने अपना इंडेक्स चेक किया?

उत्तर:- वित्तीय सूचकांक को तो हर थोड़ी देर के बाद चेक करते हैं। तो इसके प्रति कितनी जागरुकता होती है।

एक ही चीज़ के बारे में जगरुकता नहीं है कि हमारे अंदर क्या हो रहा है। और यह स्वयं के प्यार की कमी के कारण होता है। उसी प्रकार मैं सोचती हूँ कि एक रिश्ता है जिसको हमने पूरी तरह से उपेक्षित कर दिया है, वो अपने आपके साथ है। आप सोचो कोई रिश्ता है, जिसमें न हम समय देते, न हम कभी बात करते, न हम उनका ध्यान रखते, न हम उन पर विश्वास करते, न हम उनसे प्यार करते, न हम उनका सम्मान करते, तो उस रिश्ते का क्या होगा? तब हम कहते हैं कि अंदर खालीपन है, क्यों अंदर से कोई अपने आप से सम्बन्ध की अनुभूति ही नहीं हो रही है। फिर जब ऐसी बात सुनते हैं तो कहते हैं कि अपने-आपसे रिश्ता, वो क्या होता है।

स्वास्थ्य आपके घर में ही...

ठण्ड का मौसम शुरु हो रहा है। ऐसे में सर्दी, जुकाम, गले में खरांश जैसी बीमारियाँ होना आम बात है। इस मौसम के साथ अगर तुलसी को भी दिनचर्या का हिस्सा बना लिया जाए तो कई बीमारियों से मुक्ति पाई जा सकती है। तुलसी शरीर, मन और आत्मा की पीड़ा हरने वाली है। कहा जाता है कि तुलसी में दाह को कम करने, जीवाणुनाशक तथा मूत्रवर्धक गुण होते हैं, जो संक्रमण को दूर करने के साथ-साथ तनाव और अन्य बीमारियों के खिलाफ प्राकृतिक प्रतिरक्षा प्रणाली को मज़बूत करती है। यूनानी चिकित्सा पद्धति के मुताबिक तुलसी में बीमारियों को ठीक करने की ज़बरदस्त क्षमता है।

- शरीर टूट रहा हो या जब लग रहा हो कि बुखार आने वाला है तो पुदीने का रस और तुलसी का रस बराबर मात्रा में मिलाकर थोड़ा गुड़ डालकर सेवन करें, आराम मिलेगा।
- जुकाम, खाँसी होने पर अदरक और तुलसी की गरमागरम चाय पीसे से भी राहत मिलती है।
- तुलसी की सूखी पत्तियों को पीसकर उबटन करने से मुख की कान्ति बढ़ती है और चेहरे की झाइयाँ भी मिटती हैं।
- अगर दांतों में कीड़ा लग गया है तो तुलसी के रस में थोड़ा कपूर मिलाकर रुई से भिगोकर पीड़ित स्थान पर रखने से कीड़े नष्ट हो जाते हैं।
- तुलसी का रस निकालकर उससे मालिश करें। इसके दो चम्मच पीएं भी, इससे खुलजी में आराम मिलता है।
- तुलसी की पत्तियों को जल में पीसकर पीने से पाचन-शक्ति ठीक हो जाती है।
- तुलसी कड़वे व तीखे स्वाद वाली कफ, खांसी, हिचकी, उल्टी, कृमि, दुर्गंध, हर तरह के दर्द, कोढ़ और आँखों की बीमारी में लाभकारी है।
- मच्छरों के काटने से होने वाली बीमारी जैसे मलेरिया में तुलसी एक कारगर औषधि है। तुलसी और काली मिर्च का काढ़ा बनाकर पीने से मलेरिया जल्दी ठीक हो जाता है। तुलसी हिचकी, खांसी व पसली का दर्द मिटाने वाली है।

– वैद्य कैलाश महारिया।

आप देखो! आप क्या... - पेज 10 का शेष

अपने कारण से हो रहे हो, क्योंकि आप खुशी या सुख ऑबजेक्ट में, चीज़ों में, लोगों में, दुनिया में ढूंढ़ रहे हो, जिसमें खुशी है ही नहीं। खुश का स्वरूप तो खुद आप हो।

तो बात रह गई, यदि कोई कार्य आप खुशी के लिए करोगे तो दु:खी हो जाओगे, लेकिन वही कार्य आप खुश होके करोगे तो कर्म को एन्जॉय करोगे, और यही तो असली आनंद है। जिसमें किसी कारण की ज़रूरत नहीं। बस करना है। खुशी व सुख, प्रेम आप हो, आप वही हैं। इसी को ही कहते हैं कॉज़लेस हैप्पीनेस बिना कारण खुश रहना ।

कहने का भाव, सत् चित् आनंद स्वरूप हमारी वास्तविकता है और यही हम हैं, इसी को याद दिलाने परमात्मा आया है। अन्दर जाना है, अपने को जानना है और खुश रहना है।

पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

आपने देखा कि, आत्मा, शरीर को चलाने वाली शक्ति है। हमें थोड़ा यहाँ ध्यान रखना है कि यहाँ मन, आत्मा, बुद्धि, शरीर, सभी शब्द, बीच में आयेंगे, तो हमें परेशान नहीं होना है, बस पढ़ते जाना है। चूंकि मन का विस्तार बहुत है, इसलिए इसके हर एक पहलू को छूना इतना आसान नहीं है, फिर भी प्रयास है कि मन की अद्भुत शक्ति को आप सबके पास पहुँचाया जाये।

मन और कुछ नहीं विचारों का एक समूह है, और यह हमारे हाथ में है कि कौन से विचार उत्पन्न होने चाहिए, कौन से नहीं। आपको हम यह भी बताना चाहेंगे कि एक शांत मन से निकले हुए विचार में किसी भी घाव को भरने की अद्भुत क्षमता होती है। निराशा, दु:ख व हताशा में भी यह उन विचारों का निर्माण कर सकता है, जिन विचारों की मनुष्य कल्पना भी नहीं कर सकता। आपको यह जानकर बहुत हैरानी होगी, मनुष्य शुरु से विचारों से उत्पन्न दु:ख व सुख को महत्व ना देकर हमेशा परमात्मा द्वारा दिया गया दण्ड मानते हैं, कि हमने ऐसा किया, इसलिए ऐसा हुआ, जबकि ऐसा बिल्कुल भी नहीं है।

उत्तेजित करती हैं। इस दुनिया का प्रत्येक मनुष्य, सिर्फ यही सोचता है, आखिर मेरे साथ ही ऐसा क्यों होता है! मुझको सारी दुनिया की सज़ा मिलती है। ऐसे ही विचार हमारे मन में चाहेंगे, हमेशा हमारे मन के दो पक्ष होते हैं। एक सकारात्मक और दूसरा नकारात्मक। अब आज की परिस्थिति में नकारात्मक पक्ष हावी है। जैसे आज हर कोई डरा हुआ है, कुछ हो ना जाये, कुछ छिन ना जाये, या कुछ चला ना जाये आदि आदि। जबकि कोई भी चीज़ आपसे कभी छूटती नहीं, उसका रूप बदल जाता है, एक ऊर्जा है।

सबसे अच्छा उदाहरण तो पक्षी हैं, जो न तो बीज बोते हैं, ना ही अनाज इकट्ठा करते हैं, फिर भी हमेशा खुश रहते, पता है क्यों? क्योंकि वे भविष्य के बारे में कभी नहीं सोचते। यदि हम आज अच्छा जीयेंगे तो हमारा कल निश्चित ही अच्छा होगा। इसे आप

मन में जो विचार इन इंद्रियों के द्वारा हम आत्मा उत्पन्न करते हैं, उन्हीं विचारों के परिणाम स्वरूप घटनाएं घटती हैं। जब हमारी मेमोरी या संस्कार में शक्तिहीनता, अकेलापन आदि का एक बहुत बड़ा जाल बनता है, तब ऐसी ही विचार रूपी तरंगें, हमारी इंद्रियों को आने लग जाते हैं। ऐसा भी माना जाता है कि यह विचार हमारे अंतर्मन के तह तक चले जाते हैं। वैसे आने वाली श्रृंखलाओं में हम अचेतन मन, चेतन मन आदि की चर्चा अवश्य करेंगे।

हम यहाँ सिर्फ आपको एक बात कहना अलग तरह से अपने अंदर नहीं बिठा लेना कि अब हमें काम ही नहीं करना है, नहीं। काम करना है, लेकिन पूर्व संतुष्टता के साथ। हमें मन की ऊर्जा व विचारों की शक्ति का सही उपयोग कर, उससे वो करवा लेना है जिसे कोई नहीं समझ सकता।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-5

1		2			3	■	4	5	6
	■		■	■	7		■	8	
	■	9	10			■	11		■
■	■	■		■	■	■		■	12
■	■	13		■	14			■	
15	16	■	17			■	■	18	
19		20		■	21		■	■	■
	■		■	22		■	23		24
■	25		26	■	■	27		■	
28		■		■	29				■

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. मेरी तकदीर की....सजाने वाले, चित्र (3)
2. दर्शन, साक्षात्कार (3)
3. नौवां स्थान, नं. नौ (3)
5. महिमा, बखान (3)
6. एक समूह नृत्य, सतयुगी नृत्य (2)
10. सावधानी, माया से बड़ी....रखनी है (5)
11. ....से गहरा गगन से ऊँचा बाबा, समुद्र (3)
12. अतुल्य, अनमोल, मूल्यवान (3)
14. किनारा करना, पीछे हटना (4)
15. अगुवा, पहला (3)
16. जलाना, ताप, शोक (2)
20. गुलामी, दासता (3)
23. लालच, लोभ, लालसा (3)
24. योग्यता, गुण (2)
26. समय, ...के पंजे से छुड़ाने वाले (2)
27. समेत, सहित (2)

बायें से दायें

1. भाग्यशाली, नसीब वाला (6)
4. तारा, नक्षत्र, भाग्य (3)
7. अधिकार, कब्जा (2)
8. ईर्ष्या, नफरत, घृणा (2)
9. रक्षा करने वाला, रक्षक (4)
11. ....दिल मुराद हासिल, स्वच्छ (2)
13. मूल तत्व, रस, मुख्य अंश (2)
14. नदी का ऊँचा किनारा, टीला (3)
15. देना, हावभाव, चुकता (2)
17. निमन्त्रण, न्योता (3)
18. कीमत, औकात, गुण (2)
19. तुम बच्चों पर अभी माया की....है, ग्रहण, दुर्दशा (4)
21. .... के राही थक मत जाना, निशा (2)
22. भोजन, आहार (2)
23. गला, ग्रीवा (3)
25. युक्ति, उपाय, ढंग (3)
27. सारा, सम्पूर्ण (2)
28. कार्य, कर्म (2)
29. दिखावा, भभका (4)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन।

इन्दौर। 'युवाओं में नैतिक मूल्यों की पुनर्स्थापना' विषय पर चर्चा के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. महेश शाह, ब्र.कु. अनीता, रमेश मित्तल,चान्सलर,मेडिकेप्स यूनिवर्सिटी, ब्र.कु. मृत्युंजय, डॉ. सुनील सोमानी,वाइस चांसलर,मेडिकेप्स यूनिवर्सिटी, डॉ. उपेन्द्र धर,वाइस चांसलर,वैष्णव यूनिवर्सिटी, श्रीमति धर,प्रिन्सीपल,वैष्णव विद्यालय, ब्र.कु. शशि, ब्र.कु. उषा तथा ब्र.कु. शकुंतला।

कदेगओं-सांगली(महा.)। सोनहीरा सुगर फैक्ट्री के मैनेजिंग डायरेक्टर को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. मिनाक्षी।

मंदसौर-म.प्र.। स्वतंत्रता दिवस पर कॉलेज ग्राउंड में ध्वजारोहण के पश्चात् ब्र.कु. स्मिता को प्रशस्ति पत्र एवं अवार्ड से सम्मानित करते हुए जिला पंचायत अध्यक्ष प्रियंका गोस्वामी। साथ हैं कलेक्टर स्वतंत्र कुमार सिंह तथा पुलिस अधीक्षक मनोज शर्मा।

मेहसाना-गुज.। 'अखिल भारतीय कृषि वैज्ञानिकों एवं अधिकारियों का स्नेह मिलन' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. सरला,राष्ट्रीय संयोजक,ग्राम विकास प्रभाग, ब्र.कु. राजू, डॉ. एस.बी.एस. टिक्का,पूर्व डायरेक्टरेट ऑफ रिसर्च, ब्र.कु. डॉ. सुनीता पाण्डेय, ब्र.कु. राजेश दवे,हेड,इंडो जर्मन प्रोजेक्ट,नाबाड, ब्र.कु. सुनीता तथा अन्य।

तलेन-म.प्र.। रक्षाबंधन के कार्यक्रम के उद्घाटन अवसर पर उपस्थित हैं हिन्दू समिति अध्यक्ष लक्ष्मीनारायण यादव, पूर्व नगर अध्यक्ष चंदर सिंह, रिटायर्ड प्रिन्सीपल चेतन माथुर तथा ब्र.कु. मधु।

सेंधवा-शिवकॉलोनी(म.प्र.)। जन्माष्टमी पर आयोजित कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए सांसद प्रतिनिधि नीलेश अग्रवाल, गोविंद पाण्डे, ब्र.कु. छाया, ब्र.कु. प्रकाश तथा अन्य।

मुम्बई-विले पार्ले। फेमस प्लेबैक सिंगर सोनू निगम के साथ आध्यात्मिक ज्ञानचर्चा करते हुए ब्र.कु. करीना। साथ हैं ब्र.कु. नीमा।

गांधीधाम-भारतनगर(गुज.)। कंडला पोर्ट ट्रस्ट के डेप्युटी चेयरमैन आलोकनाथ सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. भारती। साथ हैं ब्र.कु. छाया तथा के.पी.टी. के अन्य ऑफिसर्स।

सूरत-बालाजी रोड। रक्षाबंधन के कार्यक्रम में नगर प्राथमिक बोर्ड के चेयरमैन अतुल भाई को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. फाल्गुनी। साथ हैं एडवोकेट परेश भाई।

ब्यावरा-म.प्र.। जिला पंचायत अध्यक्ष गायत्री गुर्जर को राखी बांधने के बाद ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मधु।

कामठी-नागपुर(महा.)। थानेदार मुलक जी को रक्षासूत्र बांधने के बाद ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. प्रेमलता।

इन्दौर छावनी। संयोगिता गंज थाने के थाना प्रभारी ओ.एस. भदोरिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुमित्रा।

नवरात्रि का महत्व

आश्विन शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा तिथि जिसे शारदीय नवरात्र के नाम से जाना जाता है का प्रारंभ अंग्रेजी महीने के सितम्बर-अक्टूबर मास में होता है। इस दिन हस्त नक्षत्र प्रतिपदा तिथि के दिन शारदीय नवरात्र का पहला नवरात्रा होता है।

आश्विन मास में शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा से प्रारंभ होकर नौ दिन चलने वाला नवरात्र शारदीय नवरात्र है। नव शब्द के दो अर्थ हैं, पहला 'नौ' दूसरा 'नया'। ऐसी मान्यता है कि इस नवरात्र के शुरु होते ही दिन छोटे होने लगते हैं, मौसम में परिवर्तन होना शुरु हो जाता है तथा प्रकृति सर्दी की चपेट में आने लगती है। ऐसी भी मान्यता है कि जन मानस पर ऋतु परिवर्तन का प्रतिकूल प्रभाव न हो, इस लिए नौ दिन के उपवास का भी विधान है। जिसमें साधक संतुलित और सात्विक भोजन कर अपना ध्यान चिंतन और मनन में लगा स्वयं को भीतर से शक्तिशाली बना सकता है। ऐसा करने से भक्ति में मान्यता है कि उसे पुण्यों की प्राप्ति होती है।

नवरात्रि में रात्रि में ही उपासना क्यों?

अगर हम इसके वैज्ञानिक तथ्य को समझें तो कह सकते हैं कि रात्रि में पूर्ण शांति होती है, उस समय का वातावरण उपासना के अनुकूल होता है। मन, ध्यान को एकाग्र करना सरल होता है। अगर इसको ज्ञानयुक्त समझें तो कह सकते हैं कि रात्रि वैसे भी अंधेरे के साथ जुड़ी होती है। जब अंधेरा होता है, उस समय ही हमें प्रकाश की आवश्यकता है, ना कि उजाले में। अत: सोचने का विषय है कि क्या नौ दिन उपासना करने से सारी सिद्धियाँ हमें हमेशा के लिए प्राप्त हो सकती हैं। लेकिन ये प्रतीकात्मक रूप से दर्शाने हेतु किया गया कि आज मनुष्य कलयुग में विकारों के कारण अपनी मनोस्थिति को अंधेरे में ले जा चुका है। उसका मन पूर्णतया असंयमित है। ऐसे में यदि शक्ति की आराधना करनी है तो उसे ज्ञान के प्रकाश की आवश्यकता है। इसके लिए संयम, नियम, उपवास तथा विकारों को पूर्णतया नष्ट करने का व्रत लेने की आवश्यकता है।

नवरात्रि पर्व में नौ दिनों में माता के नौ रूप तथा इनका आध्यात्मिक रहस्य

इन नौ दिनों तक चलने वाले नवरात्र में तीन देवियों, लक्ष्मी और माता के नौ स्वरूपों की पूजा की जाती है। नवरात्रि के पहले तीन दिन पार्वती के तीन स्वरूप, अगले तीन दिन लक्ष्मी माता के स्वरूप और अगले तीन दिन सरस्वती माता के स्वरूप की पूजा की जाती है। नौ रूप निम्नवत है:

शैलपुत्री: शुक्ल पक्ष की प्रतिपदा को प्रथम नवरात्रा होता है। इस दिन पार्वती माता के पहले रूप शैलपुत्री की पूजा होती है। मान्यता है कि शैलपुत्री पर्वतराज हिमालय की पुत्री हैं, इसलिए उनका नाम शैलपुत्री है। शैलपुत्री को लोग खुश करने के लिए गाय का शुद्ध घी अर्पित करते हैं, उनका कहना है कि इससे आरोग्य का आशीर्वाद मिलता है। अर्थात् यदि हम अपने आपको सबसे ऊँची स्थिति में ले जायें, जैसे हिमालय पर्वत सबसे ऊँचा और श्रेष्ठ है, तो परमात्मा द्वारा वैसे ही हमें आरोग्य का आशीर्वाद प्राप्त हो जाएगा, हम इस प्रकृति से ऊपर उठ जायेंगे।

ब्रह्मचारिणी: अश्विन मास के द्वितीया तिथि के दिन माता ब्रह्मचारिणी की पूजा की जाती है। मान्यता है कि माता पार्वती ने शंकर को पति के रूप में पाने के लिए तपस्या की थी, उसी रूप के कारण उनका नाम ब्रह्मचारिणी पड़ा। इसका भाव तो यही है ना कि जब हम तप करते हैं, संयम रखते हैं, ब्रह्मचर्य व्रत का पालन करते हैं तो हमसे परमात्मा प्रसन्न रहते हैं। उससे पहले उनकी कृपा प्राप्त नहीं हो सकती।

चंद्रघण्टा: शुक्ल पक्ष की तृतीया को माता के तीसरे रूप चन्द्रघण्टा की पूजा की जाती है। इनके माथे पर चन्द्र अर्ध रूप में

विराजमान है। इसका अर्थ ये है कि जब हम अपनी ऊँची स्थिति में होते हैं, परमात्मा के नज़दीक होते हैं तो चन्द्रमा जो शीतलता का प्रतीक है, वो स्वत: हमारे मस्तक पर विराजमान होता है। हम हमेशा शांत और सहज होते हैं। इसलिए उनके मस्तिष्क पर अर्धचन्द्र दिखाया गया।

कुष्माण्डा: नवरात्र का चौथा दिन माता कुष्माण्डा का होता है। मान्यता है कि ब्रह्माण्ड की उत्पत्ति कुष्माण्डा के उदर से हुई। अर्थात् जब हम तप के बल से परमात्मा को प्राप्त कर लेते हैं, संयम-नियम का पालन करते हैं, शांति की अति सहज स्थिति होती है, उस समय हमारे संकल्प से ब्रह्माण्ड चलना शुरु हो जाता है। उदर का अर्थ विचारों की उत्पत्ति से है और विचार संकल्पों को ही कहते हैं। आप वैसे भी सोच सकते हैं कि माता के उदर से ब्रह्माण्ड कैसे निकलेगा! लेकिन आपके संकल्पों से ब्रह्माण्ड या सृष्टि का निर्माण होता है। वो तभी हो सकता है जब उपरोक्त बातें आपके अंदर होंगी।

स्कंदमाता: नवरात्र के पाँचवे दिन स्कंद माता की पूजा की जाती है। स्कंद माता को कुमार कार्तिकेय की माता भी कहा जाता है। स्कंद कार्तिकेय का एक नाम है, और इनकी माता होने के कारण उनका नाम स्कंद माता है। मान्यता है कि इनकी उपासना से मोक्ष की प्राप्ति होती है।

कात्यायनी: षष्टी तिथि को माता के इस रूप की पूजा होती है। माता कात्यायनी ऋषि कात्यायन की पुत्री हैं। मान्यता है कि अपनी तपस्या से माता को प्रसन्न करने के बाद उनके यहाँ माता ने पुत्री रूप में जन्म लिया, इसलिए उन्हें कात्यायिनी नाम दिया गया।

कालरात्रि: अश्विन मास की नवरात्रि के सप्तम तिथि में माता कालरात्रि की पूजा की जाती है। जैसे कि नाम से भी स्पष्ट है कि यह काल अर्थात् बुरी शक्तियों का नाश करने वाली हैं इसलिए इन्हें कालरात्रि कहा गया।

महागौरी : अष्टमी के दिन माता के आठवें रूप महागौरी की उपासना होती है। अपने गौर वर्ण के कारण इनका नाम महागौरी पड़ा। जब हम सम्पूर्ण रूप से पवित्र हो जाते हैं तो पवित्रता के कारण हमारी रुहानियत में वृद्धि होती है, जिसके कारण ही हम सबसे साफ-सुथरे और आध्यात्मिक रूप से आकर्षक दिखते हैं। इसीलिए साधक ज़्यादातर हर असंभव कार्य को संभव करने का आशीर्वाद प्राप्त करने हेतु महागौरी की उपासना करते हैं।

सिद्धिदात्री: नवरात्र का नौवाँ दिन सिद्धिदात्री माता की पूजा-आराधना का होता है। माता सिद्धिदात्री सभी प्रकार की सिद्धियाँ देने वाली कही जाती हैं। इन्हें सिद्धियों की स्वामिनी भी कहते हैं। इसमें उपासक को सर्व सिद्धियाँ प्राप्त हो सकती हैं, यदि वो विश्व कल्याणार्थ कार्य करना प्रारंभ करे। सिद्धिदात्री दरअसल हमारे संकल्पों की सिद्धि के साथ जुड़ा हुआ है। आज व्यक्ति को सबसे ज़्यादा भय मृत्यु का है। इस मृत्यु के भय से निकलने हेतु हमें सबसे पहले अपने आपको समझकर यह जानना होगा कि हम सभी अजर हैं, अमर हैं, अविनाशी हैं। हम यदि नियम प्रमाण, मर्यादाओं के आधार से जीवन जियें तो हम अमरत्व को प्राप्त हो सकते हैं।

अत: हम भी नवरात्रि के उत्सव के अंतर्गत अपने जीवन में नवीनता लाने हेतु उपरोक्त नौ दिन तक जो भी बातों का उल्लेख किया गया है उसे उसी रूप से जीवन में अपनाकर मनोस्थिति को श्रेष्ठ और परिपक्व बनायें और नवरात्रि त्योहार मनायें।

सफलता का 'रहस्य'

- ब्र.कु. प्रीति,उ.प्र.।

प्रत्येक मनुष्य कोई न कोई काम अवश्य करता है और वह उसमें कामयाबी पाना चाहता है। यदि वह अपने कार्य में सफल हो जाता है तो वह प्रसन्न हो जाता है। भाग्य उसका साथ दे रहा है इसलिए वह सफलता के मार्ग पर अग्रसर हो रहा है। इसके विपरीत यदि किसी व्यक्ति को कार्य में असफलता मिल रही हो तो वह निराश हो जाता है। मन ही मन दु:खी रहता है और हर वक्त अपने भाग्य को कोसता रहता है। वह सोचता है, क्या करूँ? इतना परिश्रम करता हूँ, लेकिन भाग्य ही साथ नहीं देता। मुझे हर कार्य में असफलता ही मिलती है। फिर वह पंडितों, ज्योतिषियों के चक्कर में फँसता जाता है, जादू-टोने, जन्त्र-मन्त्र, न जाने कितने जतन करता है, किंतु फिर भी उन्हें असफलता ही मिलती है।

अपना लक्ष्य निर्धारित करके दृढ़ इच्छा शक्ति और पूर्ण आत्मविश्वास के साथ उसे प्राप्त करने की दिशा में आगे बढ़ें, कार्य के निष्पादन में सम्पूर्ण ज़िम्मेदारी, वफादारी और कठोर मेहनत करें, नि:संदेह सफलता आपके कदमों में होगी। यदि कार्य में कभी असफलता मिले तो भी निराश होने की कोई आवश्यकता नहीं है। आप अपने मार्ग पर अडिग रहें। पुरुषार्थी मनुष्य का भाग्य ज़रूर साथ देता है। पुरुषार्थ से आप अपनी भाग्य की रेखाओं को अपने पक्ष में करने में सफल हो जाओगे। आपकी मेहनत अवश्य रंग लाएगी।

इस संदर्भ में मुझे एक प्राचीन कथा का स्मरण आया है। चालुक्य वंश का एक शासक ज्योतिष में बहुत विश्वास रखता था। बिना मुहूर्त के वह कोई भी कार्य नहीं करता था। पड़ोसी शासक उससे वैर-भाव रखते थे। उन्हें जब यह मालूम हुआ कि चालुक्य वंशी शासक बिना मुहूर्त के कोई भी कार्य नहीं करता है, तब उन्होंने उस पर ऐसे समय आक्रमण करने की योजना बनाई-जब युद्ध के लिए कोई शुभ मुहूर्त ही न हो।चालुक्य वंशी शासक के मंत्री को खुफिया तंत्र के माध्यम से इसकी जानकारी मिल गई। वह चिंतित हो उठा और उसका उपाय खोजने लगा। उसे ज्ञात हुआ कि राज्य में कड़ी मेहनत करने वाला किसान है, जो कोई शुभ मुहूर्त नहीं देखता। वह अपने परिश्रम के बल पर उन्नत कार्य करता है। मंत्री योजना बनाकर अपने राजा और राज ज्योतिषी को रथ में

बिठाकर उस मार्ग की ओर ले गया, जहां किसान प्रात:काल अपना खेत जोतने जा रहा था। उस किसान को कंधे पर हल ले जाते देखकर राज ज्योतिषी भड़क उठा और कहने लगा, अरे मूर्ख! तू अभी कहां हल जोतने जा रहा है? अभी तो हल जोतने के लिए कोई मुहूर्त ही नहीं है।

किसान बोला- मैं तो सदैव ऐसा ही करता हूँ। कोई मुहूर्त नहीं देखता। फिर भी प्रतिवर्ष तीन-तीन फसलें उगाता हूँ। मुहूर्त देखने वाले तो सदैव एक फसल ले जाते हैं। इस पर राज ज्योतिषी किसान से कहने लगा कि इसका मतलब यह है कि तेरा भाग्य बड़ा प्रबल है। मुझे तेरी हस्तरेखा दिखा। किसान ने हथेली का विपरीत हिस्सा ज्योतिषी की ओर कर दिया। इस पर ज्योतिषी क्रोधित होकर कहने लगा- मुर्ख तुझे तनिक भी अक्ल नहीं है, हस्त रेखा दिखाने के लिए हथेली को सीधे रखना पड़ता है। किसान फिर ज्योतिषी से कहने लगा- मैं कोई भीख थोड़े ही मांग रहा हूँ, जो हथेली को सीधे रखूँ? मैं तो जब भी फसल बोता हूँ और जब फसल काटता हूँ तब भी हथेली ऐसे ही रखता हूँ। ज्योतिषी और किसान के बीच हुई बातों को चालुक्य वंशी राजा गौर से सुन रहा था। अब उसकी समझ में आ गया। उन्होंने मुहूर्त पर भरोसा छोड़कर पुरुषार्थ पर भरोसा करना प्रारम्भ कर दिया।

परिणाम स्वरूप जब उस पर पड़ोसी शासकों ने संयुक्त रूप से आक्रमण किया, तब उन्हें परास्त कर अपने राज्य की सुरक्षा की।

इसी प्रकार एक अन्य प्रसंग है कि एक सुप्रसिद्ध विचारक स्वेट मार्डेन के पास आकर कहने लगा, मैं काम करने की इच्छा रखता हूँ, इस हेतु मैने अपना लक्ष्य भी निर्धारित कर लिया है, उसके लिए वांछित साधन भी मेरे पास उपलब्ध हैं, किंतु मुझे अपने कार्य में कामयाबी नहीं मिल रही है। यदि मैं काम नहीं करूँ तो असफल होना मेरी समझ में आता है, किंतु काम करते रहने के उपरान्त भी असफल होना मेरी समझ में नहीं आ रहा है। उस व्यक्ति की बात को भलि-भांति समझ कर स्वेट मार्डेन बोले- यदि आप रेलगाड़ी को गुनगुने पानी से चलाने की कोशिश करेंगे तो वह नहीं चलेगी। किंतु आप पानी को इतना गर्म करें, जिससे वाष्प बनना शुरु हो जाये, तो गाड़ी पूरे रफ्तार से दौड़ेगी। इसी प्रकार आप जब तक अपने कार्य में पूरी शक्ति और एकाग्रता नहीं झोंकेंगे, तब तक सफलता मिलना संदिग्ध है। समूचे साधन होने के उपरान्त भी आप यदि मंथर गति से काम करेंगे तो आपको मंज़िल पर पहुंचने में कामयाबी कैसे मिल सकती है? स्वेट मार्डेन का उत्तर सुनकर उस व्यक्ति ने दृढ़ निश्चय किया और उत्साह से अपना कार्य करना प्रारम्भ किया और सफलता की चरम सीमा तक पहुँच गया।

सत्य है कि महान व्यक्तियों ने अपने जीवन में जो सफलता प्राप्त की है, वह केवल कल्पना की उड़ान से नहीं, अपितु जब उनके मित्र रात्रि को सोते थे, तब भी वे जागकर ऊपर उठने का प्रयास करते रहते थे। जीवन में सफल होने का यही रहस्य है। हम होंगे कामयाब एक दिन, मन में है विश्वास, पूरा है विश्वास, हम होंगे कामयाब एक दिन।●

सूरत-अडाजन। गुजरात के कैबिनेट सचिव एवं धारासभ्य पुर्णेश मोदी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. इषि।

सतना-कृष्णानगर(म.प्र.)। विधायक शंकर लाल तिवारी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मीना। साथ हैं ब्र.कु. संध्या।

वेल्लोर-तमिलनाडु। गोल्डन टेम्पल,तमिलनाडु के संस्थापक शक्ति अम्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्ञानसुंदरी। साथ हैं ब्र.कु. रवि तथा ब्र.कु. पलानी।

मुम्बई-सांताक्रूज़ वेस्ट। अभिनेता चेतन हंसराज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मीरा।

जगदलपुर-छ.ग.। सी.आई.ए.टी. कोर्स प्रशिक्षण प्राप्त कर रहे जवानों को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मंजूषा।

भिलवडी-सांगली(महा.)। रत्नाकर बैंक के मैनेजर प्रदीप माने तथा जिला मध्यवर्ती बैंक के मैनेजर प्रमोद चौगुले को राखी बांधने के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य तथा प्रसाद भेंट करते हुए ब्र.कु. मीरा।

ग्वालियर-म.प्र.। मेयर विवेक नारायण शेजवालकर को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. ज्योति।

रतलाम-डोंगरे नगर। उद्योगपति नरेश झालानी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सविता।

दुर्ग छ.ग.। बहन सतोविशा समाजदार,सी.ई.ओ.,जिला पंचायत को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रीटा। साथ हैं ब्र.कु. धनेश्वरी।

दाहोद-गुज.। रक्षाबंधन के अवसर पर आयोजित वरिष्ठ महानुभावों के सम्मान समारोह में उपस्थित हैं पुलिस इंस्पेक्टर चौधरी जी, नगर सेवा सदन के उप प्रमुख वासुदेव भाई, समाजसेवी रायजी भाई, जेसीस क्लब प्रमुख केतन भाई, ब्र.कु. सुरेखा, ब्र.कु. रतन, ब्र.कु. सुनीता, ब्र.कु. शैलेष तथा अन्य।

निरंतर अभ्यास द्वारा ही अंतकाल में परमात्मा की याद संभव

गतांक से आगे...

अर्जुन फिर प्रश्न पूछता है कि मृत्यु के समय आत्म संयम द्वारा अपने आपको कैसे जान सकते हैं?

भगवान कहते हैं कि जिसने जीवन भर जो अभ्यास किया हो, उसे अंतकाल में वही स्मृति आती है, वही बातें याद आती हैं और जो अंतकाल में मेरी स्मृति में रहकर देह त्याग करता है, वह मेरे सानिध्य में आ जाता है। इसलिए विशेष करके जब लोग अंतिम घड़ियों में होते हैं, शरीर छोड़ने पर होते हैं तो उन्हें गीता सुनाते हैं ताकि दो वचन भी उनके कानों में जाये और वो परमात्मा की स्मृति में देह त्यागे ताकि वो परमात्मा के सानिध्य में जाये।

लेकिन जिस व्यक्ति ने जीवनभर परमात्मा का नाम नहीं लिया हो, उसके कानों के पास कोई बैठकर गीता पढ़े भी या भगवान की स्मृति दिलाये भी, तो भी क्या वो स्मृति आयेगी....? क्योंकि किसी भी चीज़ की स्मृति तभी आती है जब निरंतर अभ्यास किया हुआ होता है। इसीलिए तो बचपन से लेकर बच्चों में कई संस्कार डालने का उसको अभ्यास कराते हैं। भगवान के सामने ले जायेंगे और कहेंगे हाथ जोड़ो, जय-जय करो, नमस्ते करो, ये संस्कार डालने की बात है। अगर बचपन से ही ये संस्कार उसके अंदर आ गये तो फिर बड़े होकर भी ये संस्कार बने रहेंगे। क्योंकि स्वयं भगवान ने ये गीता में कहा है कि जो अंतिम समय शरीर छोड़ते वक्त मेरी स्मृति में रहकर देहत्याग करता है, वह मेरे सानिध्य में आ जाता है।

इसलिए हे अर्जुन! तुम हर समय मेरी स्मृति में रहकर युद्ध करो यानी संघर्ष करो। जीवन एक संघर्ष है, हर वक्त इंसान को युद्ध करते रहना पड़ता है। कभी कौनसी चीज़ों से युद्ध करना है, कभी कौन सी परिस्थितियों से युद्ध करना है, कभी कोई समस्याओं से युद्ध करना पड़ता है, लेकिन हर वक्त संघर्ष करते भी अगर

-ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

परमात्मा की स्मृति को कायम बना लें तो अन्त मते सो गति हो जाएगी। लेकिन काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार ये दुर्जेय शत्रु हैं। ये दुर्जेय शत्रु परमात्म स्मृति में रहने नहीं देंगे। उसी समय माया भी बाधा के रूप में प्रत्यक्ष उद्भव होती है। लेकिन फिर भी जो निरंतर इस अभ्यास में रहते हुए स्मृति स्वरूप बनते हुए हर कर्म करता है, वो परमात्मा के सानिध्य में जा सकता है और फिर भगवान अपने वास्तविक स्वरूप का परिचय देते हैं।

हे अर्जुन! मैं सर्वज्ञ हूँ अर्थात मैं सब कुछ जानता हूँ, ज्ञाता हूँ, अनादि नियंता हूँ, सूक्ष्म से भी अति सूक्ष्म, सबके आधारमूर्त, दिव्य प्रकाश स्वरूप, अशरीरी, जो श्रीकृष्ण के रूप में अर्जुन देख रहा था, वो परमात्मा नहीं था। इसीलिए परमात्मा पुन: अपना स्वरूप स्पष्ट करते हैं कि हे अर्जुन! मैं सर्वज्ञ हूँ, सब कुछ जानने वाला हूँ, तभी तो कहा कि महाभारत के युद्ध के पहले स्वयं श्रीकृष्ण ने भी थानेश्वर की पूजा की। आज भी कुरुक्षेत्र के मैदान में थानेश्वर का मंदिर है, शिव का मंदिर है कि जहाँ दिखाते हैं कि स्वयं श्रीकृष्ण ने भी पूजा की और पांडव से भी करायी।

वृंदावन चले जाओ वहां गोपेश्वर का मंदिर है। जहाँ दिखाते हैं कि बचपन से ही श्रीकृष्ण ने गोपों के साथ मिल करके शिव की पूजा की। वो परमात्मा जिसकी पूजा देवताओं ने भी की। रामेश्वरम् में श्रीराम ने भी शिव की पूजा की। क्योंकि रावण से युद्ध करना था। रावण जिसको अपनी शक्ति पर इतना घमंड था। वह ऐसे ही घमंड नहीं कर रहा था। क्योंकि रावण भी शिव भक्त था। उसने शिव से वो शक्ति प्राप्त की हुई थी इसलिए उसको इतना घमंड था कि कोई मुझे हरा नहीं सकता। इसीलिए स्वयं श्रीराम ने भी सबसे पहले शिव की पूजा की, उसके बाद रावण के साथ युद्ध करके उसके ऊपर विजयी हुए। अगर वे महादेव की शक्ति को प्राप्त नहीं करते, तो रावण के ऊपर विजय प्राप्त करना असंभव हो जाता। इसीलिए उनको कहा जाता है - ''देवों का भी देव महादेव'' और महादेव अपना स्वरूप स्पष्ट करते हैं कि हे अर्जुन! मुझे अपना कोई शरीर नहीं है। मैं अशरीरी हूँ। तब अर्जुन के सामने ये बात पुन: आती है, ध्यान अर्थात परमात्मा के उस निराकार, अशरीरी रूप में मन को स्थिर करना है। उसके बारे में फिर से स्पष्ट करते हैं। - क्रमश:

जलालपोर-नवसारी(गुज.)। विजलपोर नगरपालिका के चीफ ऑफिसर शशीकांत जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. भानु।

जबलपुर-रांझी(म.प्र.)। कार्तिकेन के.,कमांडेंट,एस.ए.एफ.,रांझी बटालियन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. गीता। साथ हैं ब्र.कु. ज्योति।

गुरुर-छ.ग.। संजारी बालोद विधान सभा विधायक भैय्या राम सिन्हा तथा उनकी धर्मपत्नी समाज सेविका संगीता सिन्हा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. चन्द्रप्रभा।

तासगांव-महा.। माननीय भाग्य श्री शिंदे,सभापति,पंचायत समिति,वालवा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. डॉ. वैशाली। साथ हैं वैभव शिंदे,पूर्व सभापति तथा ब्र.कु. जयश्री।

मुम्बई-मीरा रोड। थाणे वेस्ट डिविज़न के पोस्ट ऑफिस सुपरीन्टेंडेंट वाई.एन. मोहम्मद को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शोभा।

कोल्हापुर-महा.। विरशैव लिंगायत तेली समाज द्वारा होशियार छात्रों को सम्मानित करते हुए ब्र.कु. प्रतिभा। साथ हैं तेली समाज के अध्यक्ष गजानन सावर्डेकर, नगरसेविका उमा बनसोडे, धर्मराज तेली, सुभाष विभुते तथा अन्य।

रास्ते हैं तो ... - पेज 2 का शेष...

द्वंद्व खो जाए।

जहाँ सुख-दु:ख दोनों खो जाते हैं, उसी घड़ी को हमने आनंद कहा है, उसी घड़ी को हमने शांति कहा है, उसी घड़ी को हमने मुक्ति कहा है। मुक्ति का अर्थ है द्वंद्व से बाहर। जहाँ दो नहीं दबाते, जहाँ दोनों तरफ से विपरीत आपको नहीं करते। जहाँ विपरीत आपको खींचते नहीं। जहाँ किनारे खो जाते हैं और नदी सागर में लीन हो जाती है। किनारों के सहारे ही सही, लेकिन नदी सागर तक आती है। इसलिए किनारे मित्र हैं और सागर तक उनका उपयोग करना है। लेकिन किनारे इतने पक्के मित्र नहीं हैं कि सागर में गिरने से आप रुक जाओ और किनारों को पकड़ कर ठहर जाओ।

तो निसर्ग(प्रकृति) का सम्मान, जीवन का सम्मान और जीवन के नियमों का समझपूर्वक उपयोग। यहाँ हमें प्रकृति का आधार लेना है, वह साधन है। लेकिन साधन की समझ और उसी के सानिध्य में रहकर, समझपूर्वक उसका उपयोग करें। तब ही हम मुक्ति की मंज़िल में प्रवेश कर पायेंगे जहाँ आनंद ही आनंद होगा।

सारंगपुर-म.प्र.। रक्षाबंधन के कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए वरिष्ठ समाजसेवी मांगीलाल सोलंकी, रिटायर्ड पेंशनर एवं पर्यावरण समिति के अध्यक्ष त्रिकार जी, वरिष्ठ अभिभाषक संघ ओ.पी. विजयवर्गीय, ब्र.कु. मधु, ब्र.कु. लक्ष्मी तथा ब्र.कु. विजयलक्ष्मी।

ख़्यालों के आईने में...

जीवन में तकलीफ उसी को आती है, जो हमेशा जवाबदारी उठाने को तैयार रहते हैं और जवाबदारी लेने वाले कभी हारते नहीं, या तो जीतते हैं, या फिर सीखते हैं।

प्रेम वो अमृत की धारा है, जो इंसान को कभी मुरझाने नहीं देता और नफरत वो आग है जो इंसान को कभी खिलने नहीं देता।

हम इंसान हमेशा यह चर्चा करते और सोचते हैं कि भगवान है या नहीं, लेकिन कभी यह नहीं सोचा कि हम इंसान भी हैं या नहीं।

कथा सरिता

सबसे बेहतर उपहार

बहुत ही पुराने समय की बात है, मिश्र देश का एक राजा था जिस पर देवता प्रसन्न हो गये और उसके पास आये और उसे उपहार स्वरूप एक चमत्कारी तलवार दी और बोले कि जाओ और दुनिया को फतह करो। इस पर राजा ने भगवान से सवाल किया कि 'भगवान आप भी कमाल करते हैं, भला मुझे किस चीज़ की कमी है जो मैं पूरी दुनिया को फतह करूँ'। इस पर देवता ने फिर से कुछ सोचकर 'पारसमणि देते हुए राजा से कहा, ये लो पारसमणि और जितना चाहो उतने धन की प्राप्ति करो'। इस पर राजा ने फिर से सवाल किया, 'भगवान, मैं इतना धन प्राप्त करके क्या करूँगा बताओ।' राजा ने वो लेने से मना कर दिया। इस पर देवता ने उसे एक अप्सरा देते हुए कहा 'ये लो मैं तुम्हें तुम्हारे साथ रहने को ये खूबसूरत अप्सरा देता हूँ'। इस पर राजा ने कहा, भगवान मुझे ये भी नहीं चाहिए, आपके पास इन सबसे बेहतर कुछ हो तो बताओ।

देवता अब सोच में पड़ गया और कहने लगा कि सभी मनुष्य तो यही सब पाने के लिए संघर्ष करते हैं और मैं तुम्हें सहर्ष इतना सब दे रहा हूँ फिर भी तुम मना कर रहे हो! तो तुम ही बताओ मैं तुम्हारे लिए किस चीज़ की व्यवस्था करूँ जो तुम्हें पसंद हो।

राजा ने देवता से कहा, 'भगवान ज़रा सोचिए, मैं अगर तलवार को धारण करता हूँ तो भी उसकी धार भी एक न एक दिन चली जाएगी और ना हीं मैं कोई युगों-युगों तक रहने वाला हूँ, और अगर अप्सरा के लिए हाँ करता हूँ तो उसका सौंदर्य भी कोई अतुलनीय नहीं है। जबकि अगर पारसमणि को धारण करता हूँ तो धन भी कोई मुक्ति का मार्ग नहीं है, तो मैं क्यों इन सबकी इच्छा रखूँ?

इसपर राजा ने ज़ारी रखते हुए कहा कि प्राकृतिक सौंदर्य से तो देवता भी धरती पर विचरण के लिए आते हैं, इसलिए आप मुझे कुछ फूलों के पौधे ही दे दीजिये, मैं इन्हें बड़ा होते और इसमें फूलों को खिलते हुए देखूँगा और उससे जीवन भर यही प्रेरणा लेता रहूँगा कि फूलों की तरह खिलना, खुशबू देना और सबके चेहरे पर मुस्कान ला देना ही सबसे बड़ा गुण और जीवन को खुशियों से भरने की कला है। इन पौधों में खिलने वाले फूलों से लोग भी शिक्षा लेंगे और वे भी इनके जैसा बनने का प्रयास करेंगे जिससे ये धरती और खुशबूदार और खुशहाली से भरपूर हो जाएगी। इससे रमणीय और इससे ज़्यादा महत्वपूर्ण कुछ अधिक नहीं हो सकता।

निकलो कुएँ से बाहर

एक बार एक किसान का बैल कुएँ में गिर गया। वह बैल ज़ोर-ज़ोर से रोता रहा और किसान सुनता रहा और विचार करता रहा कि उसे क्या करना चाहिए और क्या नहीं।

अतत: उसने निर्णय लिया कि चूंकि बैल काफी बूढ़ा हो चुका है, अत: उसे बचाने से कोई लाभ होने वाला नहीं था और इसलिए उसे कुएँ में ही दफना देना चाहिए। किसान ने अपने सभी पड़ोसियों को मदद के लिए बुलाया। सभी ने एक एक फावड़ा पकड़ा और कुएँ में मिट्टी डालनी शुरु कर दी।

जैसे ही बैल की समझ में आया कि यह क्या हो रहा है, वह और ज़ोर-ज़ोर से चीख चीख कर रोने लगा और फिर अचानक वह आश्चर्यजनक रूप से शांत हो गया।

सब लोग चुपचाप कुएँ में मिट्टी डालते रहे। तभी किसान ने कुएँ में झाँका तो वह आश्चर्य से सन्न रह गया। अपनी पीठ पर पड़ने वाले हर फावड़े की मिट्टी के साथ वह बैल एक आश्चर्यजनक हरकत कर रहा था। वह हिल-हिलकर उस मिट्टी को नीचे गिरा देता था और फिर एक कदम बढ़ाकर उस पर चढ़ जाता था। जैसे जैसे किसान तथा उसके पड़ोसी उस पर फावड़ों से मिट्टी गिराते वैसे-वैसे वह हिल-हिल कर उस मिट्टी को गिरा देता और एक सीढ़ी ऊपर चढ़ आता। जल्दी ही सबको आश्चर्यचकित करते हुए बैल कुएँ के किनारे पर पहुँच गया और फिर कूदकर बाहर भाग गया। ध्यान रखें... आपके जीवन में भी बहुत तरह से मिट्टी फेंकी जायेगी, बहुत तरह की गंदगी आप पर गिरेगी जैसे कि, आपको आगे बढ़ने से रोकने के लिए कोई बेकार में ही आपकी आलोचना करेगा, कोई आपकी सफलता से ईर्ष्या के कारण आपको बेकार में ही भला बुरा कहेगा, कोई आपसे आगे निकलने के लिए ऐसे रास्ते अपनाता हुआ दिखेगा जो आपके आदर्शों के विरूद्ध होंगे। ऐसे में आपको हतोत्साहित होकर कुएँ में ही नहीं पड़े रहना है, बल्कि साहस के साथ हर तरह की गंदगी को गिरा देना है और उससे सीख लेकर उसे सीढ़ी बनाकर बिना अपने आदर्शों का त्याग किये अपने कदमों को आगे बढ़ाते जाना है।

विद्या का सदुपयोग...

एक व्यक्ति पशु-पक्षियों का व्यापार करता था। एक दिन उसे पता लगा कि उसके गुरु को पशु-पक्षियों की बोली की समझ है। उसके मन में ये ख्याल आया कि कितना अच्छा हो अगर ये विद्या उसे भी मिल जाये तो उसके लिए भी यह फायदेमंद हो। वह पहुँच गया अपने गुरु के पास और उनकी खूब सेवा पानी की और उनसे ये विद्या सिखाने के लिए आग्रह किया। गुरु ने उसे वो विद्या सिखा तो दी, लेकिन साथ ही उसे चेतावनी भी दी कि अपने लोभ के लिए वो इसका इस्तेमाल नहीं करे, अन्यथा उसे इसका दुष्परिणाम भोगना पड़ेगा। व्यक्ति ने हामी भर दी। वो घर आया तो उसने अपने कबूतरों के जोड़े को यह कहते हुए सुना कि मालिक का घोड़ा दो दिन बाद मरने वाला है। इस बात पर उसने अगले ही दिन घोड़े को अच्छे दाम पर बेच दिया। अब उसे भरोसा होने लगा कि पशु-पक्षी एक दूसरे को अच्छे से जानते हैं। अगले दिन उसने अपने कुत्ते को यह कहते हुए सुना कि मालिक की मुर्गियाँ जल्दी ही मर जाएंगी। यह सुनते ही उसने बाज़ार जाकर सारी मुर्गियों को अच्छे दामों पर बेच दिया। कई दिनों बाद उसने सुना कि शहर की अधिकतर मुर्गियाँ किसी महामारी की वजह से मर चुकी हैं, तो वो बड़ा खुश हुआ कि चलो मेरा नुकसान नहीं हुआ। हद तो तब हो गयी जब उसने एक दिन अपनी बिल्ली को यह कहते हुए सुना कि हमारा मालिक अब कुछ ही दिनों का मेहमान है। तो उसे पहले तो विश्वास ही नहीं हुआ, लेकिन बाद में अपने गधे को भी उसने वही बात दोहराते हुए सुना तो वो घबराकर अपने गुरु के पास गया और उनसे बोला कि मेरे अंतिम क्षणों में करने योग्य कोई काम है तो बता दें क्योंकि मेरी मृत्यु निकट है।

इसपर गुरु ने उसे डांटा और कहा कि मूर्ख! मैंने पहले ही तुझसे कहा था कि अपने हित के लिए इस विद्या का उपयोग मत करना, क्योंकि सिद्धियाँ न किसी की हुई हैं और न किसी की होंगी। इसलिए मैंने तुझसे कहा था कि अपने लाभ के लिए और किसी के नुकसान के लिए इनका प्रयोग मत करना।

मुम्बई-विले पार्ले। फिल्म अदाकारा भाग्यश्री को राखी बांधने के पश्चात् उनके साथ ब्र.कु. योगिनी।

दुर्ग-छ.ग.। महिला बाल विकास एवं समाज कल्याण मंत्री रमशीला साहू को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रुपाली।

डिण्डौरी-म.प्र.। अपर मुख्य न्यायिक मजिस्ट्रेट सुरेश कुमार चौबे को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. संगीता।

शाजापुर-म.प्र.। ब्र.कु. प्रतिभा, ब्र.कु. चंदा तथा ब्र.कु. पुष्पा का सम्मान करते हुए केन्द्रीय मंत्री माखन सिंह चौहान, विधायक अरुण भिमावत, केन्द्रीय बैंक अध्यक्ष शिव नारायण पाटीदार, मंडी अध्यक्ष रमेश पाटीदार तथा अन्य समाज सेवी पदाधिकारीगण।

हैदराबाद-आ.प्र.। भारत की ओर से रियो ओलम्पिक में बैडमिंटन में सिल्वर मेडल जीतने वाली पी.वी. सिंधु के सम्मान समारोह एवं जन्माष्टमी कार्यक्रम में उपस्थित हैं पी.वी. सिंधु, ब्र.कु. कुलदीप तथा अन्य।

वालागाम-गुज.। वृक्षारोपण करते हुए सरपंच देवराज डाभी, भाजपा महिला प्रमुख प्रविणा बहन, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. रूपा तथा ब्र.कु. दक्षा।

उस समय आप अपने पर अटेन्शन देना शुरु कर देंगे, बुराई छू-मंतर हो जायेगी। लेकिन करो तो सही! क्योंकि लिखना, पढ़ना, खेलना, किसी भी हुनर को विकसित करना यदि इतना आसान होता तो सभी आज विकसित होते! इसके लिए पैशन चाहिए, उस विषय के प्रति समझ चाहिए, जागृति चाहिए, लेकिन कौन समझाये किसी को! इतिहास उठाकर देखिए, जो आज प्रसिद्ध हैं, वे सभी उस विषय के प्रति सिरफिरे थे, तभी तो इतिहास लिखा। समझदार, या आलसी लोग तो उसे पढ़ते गए। तो आज चैतन्यता गायब है! अरे भाई, अपनी उन्नति करो, किसी के बारे में कुछ भी नहीं सोचो...

आप देखो! आप क्या कर रहे हैं?

हम पूरे विश्व को यदि देखें तो सभी एक ही तरफ भाग रहे हैं। सभी की तलाश ही यह है कि, सत्य क्या है? असत्य क्या है? अल्टीमेट क्या है, क्यों मैं इस दुनिया में आया। चाहे वो साइंस हो या आध्यात्मिकता, सभी सत्य को ढूंढ़ रहे हैं। यदि वो किसी को मिल रहा भी है, तो उसके ऊपर कोई और रिसर्चर बैठा हुआ है, जो उस सत्य को गलत सिद्ध कर, एक नया सत्य सभी के सामने ले करके आ रहा है। इसी दौड़ में सभी भागे जा रहे हैं। बहस का दौर चल रहा है, जिसमें लोग इस बात पर फोकस हैं कि "कौन सही है''। जबकि पता हमें वो करना है कि" क्या सही है''। बस यही तो अल्टीमेट है। इस लक्ष्य को प्राप्त करने वालों के पास चैतन्यता नहीं है अर्थात् बुद्धि नहीं है, या समझ नहीं हैं या अवेयरनेस नहीं है। आज बुद्धि या विवेक शक्ति इतनी क्षीण है कि वो सोच ही नहीं पा रहा है, आलस्य में पड़ा है। बैठकर एक-दूसरे की गलतियाँ निकालने में लगा रह रहा है।

अरे! इस दुनिया में कोई व्यक्ति कुछ कर रहा है, तो आपसे वो लाख गुना अच्छा है। चाहे वो किसी भी क्षेत्र में हो। बैठा तो नहीं है ना! आप बैठेंगे तो आपके पास ये काम हैं, या तो किसी की गलती निकालना, या फिर सो जाना या खाना या फिर ईर्ष्यालु प्रवृत्ति को विकसित करना। कारण, खाली हैं ना। कोई लिखता है, तो कहते, अरे! यह क्या लिखता है, ये तो किसी बुक से उठाया है, वहाँ से लिया है! कापी करता है, अरे, आप कुछ सुन, कुछ देखकर, ज़रा चार लाईन लिखकर दिखाओ, आपकी उन्नति शुरु हो जायेगी। आप लिखकर दस नहीं, सौ नहीं ,हज़ार बार सोचेंगे, पता नहीं कैसा लिखा है! उदाहरण के लिए, किसी ने स्वीमिंग सीखी पानी के बाहर, पता तो तब चलेगा जब आप पानी के अन्दर जाओगे। कमेन्ट करना भूल जायेंगे। अब आलस्य समझो गया। उस समय आप अपने पर अटेन्शन देना शुरु कर देंगे, बुराई छू-मंतर हो जायेगी। लेकिन करो तो सही! क्योंकि लिखना, पढ़ना, खेलना, किसी भी हुनर को विकसित करना यदि इतना आसान होता तो सभी आज विकसित होते! इसके लिए पैशन चाहिए, उस विषय के प्रति समझ चाहिए, जागृति चाहिए, लेकिन कौन समझाये किसी को! इतिहास उठाकर देखिए, जो आज प्रसिद्ध हैं, वे सभी उस विषय के प्रति सिरफिरे थे, तभी तो इतिहास लिखा। समझदार, या आलसी लोग तो उसे पढ़ते गए। तो आज चैतन्यता गायब है! अरे भाई, अपनी उन्नति करो, किसी के बारे में कुछ भी नहीं सोचो। आज भी देखा जाता है कि जो आज मेडिटेशन करते हैं, ऐसा वो कहते हैं! लेकिन हम आपको कहना चाहेंगे कि वो कॉन्सन्ट्रेशन करते हैं। यदि वो मेडिटेशन करते, तो क्या सही है, क्या गलत है, उसकी समझ होती ना! बस घिसे जा रहे हैं। वहाँ भी बैठकर बस खाए जा रहे हैं, सोये जा रहे हैं, भगवान के दिये अन्न का अपमान कर रहे हैं। अरे, आपको परिस्थितियों को पार कर अपने लिए जगह बनानी चाहिए भगवान के दिल पर चढ़कर। नहीं तो सभी की नज़र आप पर है। एक दिन लोग आप को छोड़ेंगे नहीं। सौ सवाल उठेंगे कि इतना अच्छा मौका मिला था तो उसको खाया, पिया और सोके गंवाया। कुछ तो नया कर लेते।

कोई आपको, आपके मुख पर कुछ ना भी बोले, लेकिन सभी को समझ आता है कि आप यहाँ क्या कर रहे हैं। सबसे पहले तो आप अपने को जानते हो कि आप क्या हो? तभी तो दु:खी हो! बुद्धि या चैतन्यता ज़रूरी है उपरोक्त बातों के लिए।

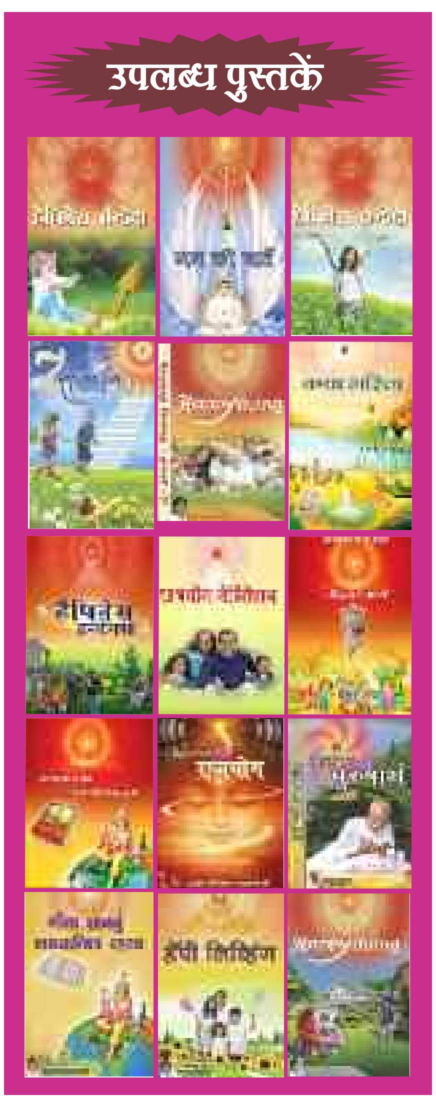
जैसे ही समझ विकसित हुई, आपको आनंद आने लग जाएगा। आज सभी खुशी के लिए कार्य कर रहे हैं, कि ये मिल जाये तो मैं खुश हो जाऊंगा, ये मिल जाये तो..। अगार आपने एक लाख रुपया कमाया, तो

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

ऐसा आपको लगता है, लेकिन ऐसा है नहीं , कि मैं कोई सामान खरीदूंगा तो खुश हो जाऊंगा। इसका अर्थ आप कल में जी रहे हैं। आपको पता होना चाहिए कि खुशी पहले से थी, है और रहेगी। जो आपको कमाने, खाने या कोई चीज़ खरीदने के बाद नहीं मिलेगी। वो आपके अंदर ही है।

अब आप पूछेंगे कि मैं फिर काम करूँ क्यों? अरे भाई, आपको काम, खुशी, प्रेम, शांति आदि को एक्सप्रेस या रिफ्लेक्ट या बाहर लाने के लिए करना है। कहने का भाव है, यदि आप कोई कार्य खुशी के लिए करोगे तो आप दु:खी हो जाओगे। कारण, हो सकता है वो कार्य हो जाए जिसकी आपको तलाश है, तब तो आप खुश हो गए, और नहीं हुआ तो दु:खी। अब आप खुश या सुखी-दु:खी

- शेष पेज 4 पर...



देखिए 'अपना ऊऊप' में फ्री 24 घंटे 'पीस ऑफ माइंड चैनल'
...उसके साथ 100 अन्य चैनल भी फ्री
अपने डी.टी.एच. डिश के डायरेक्शन का करें परिवनर्तन...
Satellite Position = 75° East, Satellite = ABS-2
LNB Frequency = 10600/10600, Frequency = 12226/12227
Polarization = H, Symbol = 44000
System = MPEG-2(DVB-S) / MPEG-4(DVB-S2)
FEC = 3/4, 22K = On/Auto, Mode = All/FTA
अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें... 8104777111/7014140133

प्रश्न:- संसार में अनेक बुद्धिमान मनुष्य हैं, परंतु सच्चे अर्थों में बुद्धिमान कौन है, सद्बुद्धि व दिव्य बुद्धि किसे कहते हैं, हम स्पष्ट जानना चाहते हैं?

उत्तर:- आज तो प्रत्येक व्यक्ति स्वयं को बुद्धिमान समझता है। उसे बुद्धि का अहं भी रहता है। स्वयं को बुद्धिमान मानना भी ठीक हो सकता है परंतु समस्या तब आती है जब वह दूसरों को मूर्ख समझने लगता है। इससे व्यवहार बदलता है, दृष्टिकोण बदलता है और टकराव प्रारंभ हो जाता है।

बुद्धि तो सभी के पास है, परंतु बुद्धि का सदुपयोग करना सभी नहीं जानते। बहुत लोग बुद्धि का दुरूपयोग भी करते हैं। उसका इस्तेमाल अच्छे कार्यों में नहीं, बल्कि बुरे कार्यों में करते हैं, इससे बुद्धि की शक्ति का नाश होने लगता है।

सत्य स्वरूप में बुद्धिवान वही है जो अपनी श्रेष्ठ बुद्धि से जीवन में सुख प्राप्त करे, मन को निर्मल करे, स्वयं को सरलचित्त करे व समस्याओं को साहस व धैर्य से पार करे। जो मनुष्य बात-बात में क्रोध करता है, जो हर समय तनाव में रहता है, जो अहं के मद में चूर रहता है, वह बुद्धिवान नहीं।

संगमयुग पर स्वयं भगवान से ज्ञान प्राप्त करने वालों में बुद्धिवान वह है जो स्वयं को कहीं भी उलझाते नहीं, जो भाग्य विधाता से अपना जन्म-जन्म का श्रेष्ठ भाग्य प्राप्त कर ले, जो अपनी बुद्धि को परमात्म स्वरूप पर स्थिर कर सके और जो अपनी बुद्धि को पूर्णतया स्वच्छ कर ले।

परमात्म ज्ञान से भरपूर बुद्धि ही सद्बुद्धि है। वह बुद्धि जिसमें सर्व हेतु सद्भावनाएं भरी हों, सद्बुद्धि है। ऐसी स्वच्छ बुद्धि जो पवित्रता की शक्ति से सम्पन्न हो, ऐसी बुद्धि जो तीनों लोकों की मनचाही सैर कर सके व ऐसी बुद्धि जो सदा योगयुक्त रहने में सक्षम हो, दिव्य बुद्धि कहलाती है।

प्रश्न:- मैं कुमार हूँ, पांच वर्षों से ज्ञान में हूँ। मैं नौकरी भी करता हूँ। खाना बनाना, ऑफिस जाना, थककर आना, तो अमृतवेला भी नहीं होता है। मैं सुबह 5 बजे उठता हूँ। जीवन बड़ा ही भाग दौड़ का रहता है। मैं ईश्वरीय जीवन को एन्जॉय नहीं कर पा रहा हूँ, मन में एक उदासी सी बनी रहती है। मुझे इस उदासी से निकलने का रास्ता बताइये?

उत्तर:- जीवन को एन्जॉय करने के लिए कुछ सूत्र निर्धारित कर लें। हम जो नहीं कर सकते, उसे छोड़ दें और जो कर सकते हैं, उसका आनंद लें। पर्याप्त नींद भी आवश्यक है। आप 5 बजे उठ जाते हैं, उठते ही स्वयं को हीन भावनाओं में न लायें। तब से ही योगयुक्त होकर उस श्रेष्ठ समय का आनंद लें। नींद की कमी ब्रेन पर कुप्रभाव भी डालती है व रोग भी उत्पन्न करती है। इसलिए अति उत्साह में कम नींद न करें।

स्वयं को सरलचित्त करो। भोजन बनाना है तो पहले ही मन को भारी न कर दो कि ये भी क्या जीवन है! भोजन बनाने व खाने को काम न समझकर इसे सहज भाव से करते हुए योगयुक्त स्थिति का आनंद लो। मन के निगेटिव विचार ही मन को भारी करते हैं व शरीर को थकाते हैं। सुंदर विचार शरीर व ब्रेन को शक्ति प्रदान करते हैं।

सवेरे 5 से 8 बजे तक स्वयं को ज्ञान-योग से भरपूर कर लो। अच्छी-अच्छी क्लास सुन लो। शाम को आकर आधा घण्टा योग साधना अवश्य करें। रात्रि सोने से पूर्व बाबा के नाम पत्र लिखो व 5 मिनट उसकी दी हुई प्राप्तियों को याद करके सच्चे मन से उसका शुक्रिया करके सो जाओ। यदि सोने से पूर्व 5 स्वरूपों का अभ्यास 5 बार करके सो जाओ तो सुंदर रहेगा। मन हल्का होगा तो काम-काज भी हल्का लगेगा। हर बात को सहज रूप से लेने की आदत डाल दो। बस आनंद आपके साथ-साथ परछाई की तरह रहेगा।

प्रश्न:- मैंने रात-दिन योग किया। मैं निद्राजीत बनना चाहता था। मैंने भोजन भी कम किया। अब ब्रेन खिंचा-खिंचा रहता है। मेरा योग भी नहीं लगता। मैं कुमार हूँ। अब मैं क्या करूं?

उत्तर:- कई कुमार अति उत्साह में ये गलती करते हैं। वे निद्राजीत का अर्थ भी नहीं समझते और परिणाम स्वरूप उन्हें ब्रेन के कमज़ोर व तनाव से पीड़ित होने का खामियाज़ा भुगतना पड़ता है।

याद रहे, योगाभ्यास के लिए ब्रेन का फ्रेश होना, मन का प्रसन्न होना, ब्रेन का शक्तिशाली होना व मन का पवित्र होना आवश्यक है। यदि कोई ज़बरदस्ती योगाभ्यास करता है तो स्पष्ट है कि उसे योग का यथार्थ ज्ञान नहीं है।

सहज योगी ही सर्वश्रेष्ठ योगी है, कर्मयोगी ही सफल योगी है। योग के लिए सारी रात जागने की ज़रूरत नहीं। ऐसा कभी-कभी तो किया जा सकता है, परंतु सदा नहीं। अमृतवेले 3 या 3.30 या 4.00 जबे उठकर योग करना ही कल्याणकारी है। जो लोग 2.00 बजे उठते हैं, वे या तो मुरली में सोते हैं या फिर सारा दिन थके-थके रहते हैं।

अपने ब्रेन को डैमेज कर लेना समझदारी नहीं है। जिन कुमारों ने ये गलती की है, वे जीवन भर पश्चाताप का भाग्य लिखा लाये हैं। अब अपने ब्रेन को रिलैक्स करो। अनुलोम विलोम प्राणायाम प्रतिदिन सवेरे 10 मिनट करो व हाथों से ब्रेन को एनर्जी दो। कुछ दिन पढ़ना-लिखना छोड़ दो। याद रहे - अब कुछ मास ब्रेन पर ज़रा भी दबाव नहीं डालना है। ब्रेन को खुशी देनी है, अच्छे गीत सुनना व अकेले ही डांस कर लेना।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

आज समाज के पास अनेकानेक समस्यायें हैं। सभी समस्याओं का मूल कारण मानव मन का तनाव अथवा उनके व्यवहार में भावावेश (Mental Disturbance) ही है। समय समय पर होने वाले युद्ध, जिन पर करोड़ों खर्च होते हैं और जिनमें अनगिनत नर-बलि होती है तथा अशांति की, पीड़ितों, विधवाओं तथा शरणार्थियों की तथा वस्तु अभाव की कई समस्याएं पैदा होती हैं, पर ही विचार कीजिए। निष्कर्ष यह निकलेगा कि सहिष्णुता की कमी और लेन-देन की उग्रता एवं उत्तेजना का समावेश अर्थात पारस्परिक सम्पर्क में मानसिक तनाव का अस्तित्व ही इसका मूल कारण होता है; तभी तो कहा गया है कि लड़ाई मानव के मन में पैदा होती है (Wars are born in the mind of man) । इसी प्रकार मिल मालिकों में, पुलिस और विद्यार्थियों में, प्रशासन और जनता में भी जब तनाव की स्थिति पैदा होती है तभी तोड़फोड़, हड़तालें, अग्नि काण्ड, पथराव आदि की नौबत आती है।

समाज के विभिन्न अंगों में अथवा एक देश से दूसरे देश के बीच ही नहीं बल्कि घर के घेरे में भी जब तनाव पैदा होता है तभी तलाक, आत्म-हत्या, अनेक प्रकार के मानसिक एवं शारीरिक रोग और बैचेनी तथा अनिद्रा (Sleeplessness) की सी स्थिति पैदा होती है। कहाँ तक गिनायें-कत्ल मुकदमे, दुर्घटनाएं, बहुत से अपराध मानसिक तनाव के ही कारण होते हैं, तनाव से न केवल यह समस्याएं पैदा होती हैं बल्कि इससे एक विशेष हानि यह भी है कि तनाव की स्थिति में मनुष्य अपना मानसिक संतुलन, भावात्मक शांति और एकरस स्थिति खोए हुए होने के कारण अपनी समस्याओं को यथा-तथ्य समझ ही नहीं पाता और उसके निवारण के लिए सही निष्कर्ष पर भी नहीं पहुँच पाता, बल्कि उत्तेजित होकर और उलझनों में पड़कर, मनोबल को खोकर स्थिति को अधिक पेचिदा बना बैठता है और नित्य नई समस्याओं को जन्म देता है।

मानव मन को शांति और संतुलन देना ही सबसे बड़ी सेवा

इस प्रकार विचार किया जाये तो स्पष्ट हो जाता है कि आज समाज की सबसे बड़ी सेवा मानव मन को संतुलन देना है, वे अपने भावनात्मक पक्ष (Emotion) पर नियन्त्रण, स्वभाव (Instincts) के बल पर कर्म करते हैं तथा दानव भावावेश में। परंतु मानव एक मननशील प्राणी है, उसमें दूरदर्शिता एवं धैर्य आदि गुणों का तथा बुद्धि का प्राबल्य होता है। अत: मानव को विधी विधान के अनुकूल एवं अनुशासन प्रिय बनना, चिंतनशील बनना तथा दूसरों का सहयोगी बनने का भाव उत्पन्न करना ही सच्ची समाज सेवा है, वर्ना तो समाज एक समाज (Society) न रहकर एक जमघट (Mob) ही बन जाएगा। मानव मन को शांत, शुद्ध, एवं संतुलित बनाने की सेवा एक उच्च कार्य है। इसके फलस्वरूप एक ऐसे समाज का निर्माण होता है जिसमें पारस्परिक व्यवहारों में मूल स्थान प्रेम, शांति, धैर्य, संतोष दया और त्याग का होता है, इससे बहुत सी समस्याएं निर्मल हो जाएंगी- वह सभी समस्याएं जिन्हें आज के समाज-सेवक आर्थिक, सामाजिक अथवा राजनैतिक उपायों से हल करने का असफल प्रयास कर रहे हैं।

मन में तनाव क्यों पैदा होता है ?

- ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

मन में तनाव क्यों पैदा होता है ?

अब ध्यान देने योग्य बात यह है कि प्राय: तनाव वहाँ पैदा होता है जहाँ मनुष्य के सम्बन्ध में विषमता आ जाती है। मनुष्य के सम्बन्ध केवल कौटुम्बिक या पारिवारिक (Family Relation) ही नहीं होते, अर्थात उसके सम्बन्ध पिता-पुत्र, भाई बहन या मामा-भांजा के तौर पर ही नहीं होते, बल्कि अन्य अनेक तरह के भी होते हैं। चूंकि मनुष्य को जीवन निर्वाहार्थ कोई धंधा करना ही पड़ता है, इसलिए उसके व्यावसायिक सम्बन्ध (Professional Relations) भी होते हैं। मनुष्य या तो कोई दफ्तर में जाया करता है या कोई दुकान चलाता है या भागीदारी (Partnership) करता है। दफ्तर में अधिकारी (Boss) के साथ या सलाहकारों के साथ उसका क्या सम्बंध है या उसका साझीदार कैसे व्यवहार एवं स्वभाव का है, उस पर उसकी मानसिक स्थिति निर्भर करती है। कई लोग अपने अधिकारियों के अन्यायपूर्ण अथवा कठोर व्यवहार से तंग आकर 'आत्म हत्या' तक कर डालते हैं, कई अपने साझेदार के अटपटे व्यवहार से सदा चिढ़े रहते हैं और परिणामस्वरूप घर में आने पर वे अपने बाल-बच्चों और पत्नी के साथ भी उदासीनता या तनावपूर्ण आचरण करते हैं। मज़दूरों तथा मिल-मालिकों के संबंध (Industrial Relation) में भी जब तनाव आ जाता है तो एक और कारखानादारों को हृदय-पीड़ा (Heart Attack), अनिद्रा आदि रोग हो जाते हैं और दूसरी ओर मज़दूरों का स्वभाव उग्र बना रहता है।

इसी प्रकार,चूंकि मनुष्य अपने लेन-देन में धन का उपयोग करता है, इसलिए अनेक व्यक्तियों के साथ उसके आर्थिक सम्बंध (Economic Relations) भी होते हैं। दुकानदारों के आपस में उधार पर लेन-देन होते रहते हैं और जब कई बार दूसरा व्यक्ति उधार नहीं चुकाता तो तनाव पैदा होता है। बच्चा बड़ा होने पर आर्थिक मदद नहीं देता है तो पिता जी उससे रुष्ट हुए रहते हैं। अत: आर्थिक सम्बंध संसार में बहुत ही महत्वपूर्ण सम्बंध हैं, यहाँ तक कि अर्थशास्त्र कहता है कि आर्थिक सम्बंधों का ठीक न होना ही संसार की सभी समस्याओं का मूल है।

ऐसे ही, एक भोक्ता होने के कारण मनुष्य के उपभोक्ता-उत्पादक संबंध (Consumer Producer Relations) भी होते हैं। मकान-मालिक और किरायेदार का सम्बंध, मिल-मालिक और ग्राहक के सम्बंध या ज़मींदार और किसान के सम्बंध या डेरी-मालिक और दूध विक्रेता एवं खरीददार के सम्बंध इसी प्रकार के सम्बंध हैं। दूध में पानी की मिलावट हो तो उपभोक्ता(क्रय-विक्रेता)और विक्रेता में झगड़ा हो जाता है।

मनुष्य घर बनाकर रहने वाला अथवा देश-विदेश में आने जाने वाला जीव है, इसलिए उसके पड़ोसियों से अथवा विदेशियों से सम्बंध भी अपने प्रकार के सम्बंध (Neighbour Relations and Foreign Relations) होते हैं। इनमें यदि प्रेम और शांति न हो तो भी उसके मन में तनाव बना रहता है। ●

जबलपुर-म.प्र. । चीफ जस्टिस राजेन्द्र मेनन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला।

कटनी-म.प्र. । मेयर शशांक श्रीवास्तव तथा उनकी धर्मपत्नी अनु श्रीवास्तव को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुशीला।

भिवंडी-महा. । डिप्युटी कलेक्टर एन.वी.वी. सत्यनारायण को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. बिन्दु।

पेटलाद-गुज. । रक्षाबंधन के अवसर पर मूक बधीर बच्चों के स्कूल में कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. धर्मिष्ठा, ब्र.कु. रेखा, प्रिन्सीपल पल्लविका बहन तथा छात्र छात्राएं।

आदिपुर-गुज. । पुलिस चौकी में पी.आई. बी.एस. सुथार को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. हीना।

राजपुर-म.प्र. । विधायक बाला बच्चन को ओमशांति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. अनिल,माउण्ट आबू तथा ब्र.कु. प्रमिला।

इन्दौर-रेडियो कॉलोनी। पुलिस प्रशिक्षण महाविद्यालय की एस.पी. मनीषा पाठक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कुसुम।

बिजावर-छत्तरपुर(महा.)। जेल में कैदी भाइयों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् बुराइयों से मुक्त होने की प्रतिज्ञा कराते हुए ब्र.कु. प्रीति।

इन्दौर-प्रेम नगर। भारतीय जनता पार्टी द्वारा आयोजित 'वीरों का वंदन-रक्षाबंधन' कार्यक्रम में ब्रह्माकुमारी बहनों को आमंत्रित किये जाने पर कर्नल आई.एस. राजपूत को राखी बांधते हुए ब्र.कु. शशी।

दुर्ग-छ.ग. । लाभचंद बाफना,संसदीय सचिव,गृह,जेल, स्वास्थ्य,यांत्रिकी को राखी बांधने से पूर्व आत्मस्मृति का तिलक लगाते हुए ब्र.कु. हेमलता।

राजगढ़-म.प्र. । कलेक्टर तरुण पिथोड़े जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मधु।

दीसा-गुज. । रक्षाबंधन के कार्यक्रम में ऑटो रिक्शा ड्राइवर्स को रक्षासूत्र बांधने के बाद उन्हें रक्षाबंधन का महत्व समझाते हुए ब्र.कु. सुरेखा।

राजनीति में भारतीय संस्कृति का हो समावेश- थावरचंद

त्रिदिवसीय राजनैतिक सम्मेलन में केन्द्रीय मंत्री, राज्य मंत्री तथा अन्य सांसदों सहित कई गणमान्य लोगों ने लिया भाग

ब्रह्माकुमारी संस्थान की सबने की कोटि-कोटि सराहना

सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए भाजपा सांसद सुब्रह्मण्यम स्वामी। केन्द्रीय सामाजिक न्याय मंत्री थावरचंद गहलोत। मंचासीन हैं ब्र.कु. शशि, ब्र.कु. उषा,, ब्र.कु. डॉ. निर्मला तथा ब्र.कु. बृजमोहन।

ज्ञानसरोवर। ज्ञानसरोवर में राजनैतिक प्रभाग द्वारा 'गौरवशाली भारत के लिए राजनीति में दिव्यता' विषय पर त्रिदिवसीय सम्मेलन का आयोजन किया गया। इसमें केन्द्रीय सामाजिक न्याय मंत्री भी उपस्थित थे।

''वंदे मातरम् नहीं कहना, भारत माता की जय न बोलना फैशन सा हो गया है। इस परिपाटी को समाप्त कर देश के नागरिकों के राष्ट्रवाद की भावना तथा भारतीय पुरातन संस्कृति को फिर से अपनाने की ज़रूरत है। आने वाली पीढ़ी को भारतीय संस्कृति का सही और समुचित ज्ञान हो, उसके लिए प्राथमिक स्तर पर ही पाठ्यक्रमों में संस्कृति की सही जानकारी देनी होगी'' **- केन्द्रीय सामाजिक न्याय मंत्री थावरचंद गहलोत।**

''राष्ट्रहित में त्याग अत्यंत आवश्यक है, बिना त्याग के जनसेवा नहीं हो सकती है। गरीबी को मिटाने के लिए सभी प्रकार के भेदभाव की मान्यता को समाप्त करना होगा'' **- पूर्व केन्द्रीय मंत्री और भाजपा सांसद सुब्रह्मण्यम स्वामी।**

''जनकल्याण करने वाले राजनेताओं की मानसिकता परोपकारी भावनाओं से भरपूर होनी चाहिए। तभी ही वो सुसंस्कृत भारत के निर्माण कार्य में अपना महत्वपूर्ण योगदान दे पायेंगे'' **- ज्ञान सरोवर अकादमी की निदेशिका ब्र.कु.डॉ.निर्मला।**

''निर्भीकता व निष्पक्षता जैसे मूल गुण अपनाने की परम आवश्यकता है। राजनेता का मतलब ही है नैतिकता उनके निजी जीवन में हो। तभी ही वे स्वार्थ रहित तथा निष्पक्ष रूप से अपने कार्य को निभा पायेंगे'' **- राजनैतिक प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. बृजमोहन आनंद।**

सम्मेलन को बिहार की पूर्व मंत्री **सीता सिन्हा**, खेल प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका **ब्र.कु. शशी** और मुख्यालय संयोजिका **ब्र.कु. ऊषा** ने भी सम्बोधित किया।

स्वागत सत्र को सम्बोधित करते हुए दिल्ली विधानसभा अध्यक्ष **रामनिवास गोयल** ने कहा कि भारत की संस्कृति में जनसेवा हर मनुष्य के संस्कारों में रची बसी है, ज़रूरत है उसके सशक्तिकरण की।

नेपाल की क्षेत्रीय निदेशिका राजयोगिनी **ब्र.कु. राज** ने आध्यात्मिक ज्ञान के साथ-साथ सभी को राजयोग मेडिटेशन की अनुभूति कराई। इस दौरान कर्नाटक के पूर्व कैबिनेट मंत्री, विधायक **मल्लिकव्या गुट्टेदर** भी मौजूद थे।

कथनी करनी में समानता हो

मिजोरम के राज्यपाल, पूर्व लेफ्टिनेंट जनरल निर्भय शर्मा ने ब्रह्माकुमारीज़ के राजनीतिक सेवा प्रभाग द्वारा 'गौरवशाली भारत के लिए राजनीति में दिव्यता' विषय पर आयोजित सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए कहा कि राजनीति राजधर्म पर आधारित होनी चाहिए। सच्चा राजनेता वह है जिसका सोचना, बोलना व करना देश की भलाई के लिए हो। उसके लिए सबसे महत्वपूर्ण देश व समाज का हित होगा। हम अपनी सोच को सकारात्मक बनाकर और व्यवहार में ईमानदारी लाकर परिवर्तन ला सकते हैं। गरीबी को मिटाने के संकल्प में या देश में हर व्यक्ति की हेल्दी लाइफ स्टाइल हो, उसी दिशा में राजनेताओं को मिलकर कार्य करना होगा, तभी ही हम एक सुखी व सम्पन्न भारत का निर्माण कर सकेंगे। उन्होंने ब्रह्माकुमारी संस्था की ऐसे आयोजन के लिए दिल से सराहना की।

मन को खुशनुमा रखने हेतु उचित प्रशिक्षण

- सी.आई.एस.एफ,एन.टी.पी.सी. में तनाव मुक्ति प्रशिक्षण का आयोजन
- ब्रह्माकुमारीज़ के सुरक्षा प्रभाग द्वारा आयोजित किया गया ये कार्यक्रम
- चाइल्ड साइकोलॉजिस्ट सहित कई मोटिवेशनल स्पीकर भी थे उपस्थित

निम्नलिखित विषयों पर डाला गया प्रकाश

- जीवनोपयोगी मानसिक, सामाजिक आध्यात्मिक स्वास्थ्य अति आवश्यक
- रहें चुस्त दुरुस्त इस तनावमुक्त जीवन में
- मित्र सम्बंधियों के साथ कैसे बनायें सामंजस्य

कोरबा-छ.ग.। दर्री जमनीपाली सी.आई.एस.एफ इकाई के **कमाण्डेन्ट वी.पी.यमुना** ने स्वागत सत्र में अपने विचार व्यक्त करते हुए कहा कि इस प्रशिक्षण के अंतर्गत बहुत सारी जीवनोपयोगी मानसिक, सामाजिक, आध्यात्मिक एवं स्वास्थ्य सम्बंधी जानकारी दी जायेगी, जिससे हम तनाव मुक्त होकर एवं चुस्त-दुरुस्त होकर परिवार, मित्र सम्बंधी और समाज के बीच आपसी सामंजस्य बनाकर रख सकेंगे, जिससे इसका प्रभाव दूर-दूर तक जाएगा।

''योग तथा मेडिटेशन एक प्रकार का विज्ञान है जो कि मन: स्थिति को नियंत्रित करता है। इसका प्रभाव कम से कम 48 घण्टे तक तो रहता ही है। इससे आपका स्वास्थ्य अच्छा होता है और मन शांत रहता है''- **आर.के.राउत महाप्रबंधक,प्रचालन,एनटीपीसी,कोरबा।**

''आप तनाव की आग में हैं तो क्या वो क्रोध का डीज़ल डालने से बुझ जाएगा? उस पर तो शांति और खुशी के शीतल जल की बौछार करनी पड़ेगी। तनाव को जीवन से भगाना है, न कि सिर्फ उसका वर्णन करना है। आज हम समस्याओं को गिनाते हैं, लेकिन कहीं न कहीं उसका वर्णन करते हुए उसका समाधान ढूंढ़ निकालने का प्रयास करना है'' **- चाइल्ड साइकोलॉजिस्ट प्रिया चौधरी।**

''स्वस्थ जीवन के लिए हेल्थ चाहिए, वेल्थ चाहिए और हैप्पीनेस चाहिए। किंतु आज हम अपना अधिक ध्यान धन कमाने में लगाते हैं। स्वास्थ्य भी एक सम्पत्ति है। इस शरीर के प्रत्येक अंगों की कीमत है। इस शरीर का आंकलन वैज्ञानिकों ने 220 करोड़ की संपत्ति से किया है। हमारे मन में पुरानी बीती हुई बातों का बोझ है, हमने इसे गोडाऊन बना दिया'' **- ब्र.कु. पुरुषोत्तम चौधरी, मिसाइल इंजीनियर एवं मोटिवेशनल स्पीकर,नागपुर।**

''मन को खुशनुमः बनाने के लिए हमें अपने आपसे प्रतिज्ञा करनी है कि हमें हर परिस्थिति में खुश रहना है। भगत सिंह के गले में फाँसी का फंदा था, किंतु चहरे पर देशभक्ति का इतिहास रचने की मुस्कान थी। जीसस क्राइस्ट को सूली पर चढ़ाने पर भी क्षमा भाव और शांति की मुद्रा थी। गुरुनानक देव जी को पत्थर मारे गए, लेकिन वह शांत रहे। कोई हमें कुछ भी दे, लेकिन हमें शांत रहना है और अपने जीवन को खुशनुमः बनाने के लिये खुशियां भी बांटनी है और सभी की दुआएं लेने के लिये ज़रूरतमंद लोगों की सहायता करनी है'' **- करण सिंह राणा, सेवानिवृत्त वायुसेना अधिकारी।**

तनाव मुक्ति प्रशिक्षण कार्यक्रम के दौरान ऑफिसर्स तथा जवानों को प्रशिक्षण देते हुए ब्र.कु. पुरुषोत्तम चौधरी,मिसाइल इंजीनियर एवं मोटिवेशनल स्पीकर। साथ हैं ब्रह्माकुमारी बहन तथा अन्य।

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 (पेएबल 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 14th Sep 2016
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।