ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 13 अंक - 16 नवम्बर - II, 2012 (पाक्षिक) माउण्ट आबू मूल्य 7.50 रु.

शांतिवन। 'प्लेटिनम जुबली' के अवसर पर आयोजित सत्र का उद्घाटन करते हुए केंद्रीय कानून मंत्री सलमान खुर्शीद, नेपाल के उप राष्ट्रपति परमानंद झा, दादी जानकी, दादी रतनमोहिनी तथा अन्य।

वर्तमान समय वैश्विक बदलाव की आवश्यकता - खुर्शीद

शांतिवन। वर्तमान परिवेश में सकारात्मक वैश्विक बदलाव जरूरी हो गया है और इसकी पहल ब्रह्माकुमारीज़ संस्था ने की है। जिससे आशा की किरण पूरी दुनिया में उभरती हुई दिखायी दे रही है।

उक्त उद्गार केंद्रीय कानून एवं न्यायमंत्री सलमान खुर्शीद ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'प्लेटिनम जुबली' के समापन समारोह में देश भर से आए हजारों लोगों को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि न तो साम्राज्यवाद और न ही साम्यवाद ने आम आदमी को सम्मान दिया। भारतीय संस्कृति व सभ्यता के परिवेश में ब्रह्माकुमारीज़ जैसी संस्थाओं ने सामाजिक परिदृश्य को बदलने का भागीरथी प्रयास किया है। यह देश का सौभाग्य है कि तपोभूमि माउण्ट आबू में ऐसा आध्यात्मिक चेतना का केंद्र स्थापित हुआ है जिसने धर्म, जाति के भेदभाव से ऊपर उठकर विश्व बंधुत्व की भावना को सुदृढ़ बनाने की दिशा में ठोस कदम उठाये हैं। इसका प्रत्यक्ष उदाहरण इस समारोह में देखने को मिल रहा है। विभिन्न धर्मों में आस्था रखने वाले हजारों लोग आज यहां एक परमात्मा और एक विश्व परिवार के सिद्धांत को सार्थक करते हुए मन के दीप और आँखों के दीप जलाने का संकल्प ले रहे हैं। उन्होंने कहा कि परमात्मा हमें बचाना तो चाहता है लेकिन हम अपना हाथ उसके हाथ में दे नहीं पाते, क्योंकि हमने सिर्फ लेना ही सीखा है।

नेपाल के उपराष्ट्रपति परमानन्द झा ने संस्था के स्मारिका का विमोचन करने के पश्चात् अपने सम्बोधन में कहा कि अविश्वास और भ्रांतियों का माहौल समाप्त होना चाहिए। विज्ञान और तकनीक का सदुपयोग ऐसे समाज की संरचना के लिए करें जिसमें

शेष पृष्ठ 7 पर

आध्यात्मिक एवं मानवीय मूल्यों की पुनर्स्थापना करेगा गॉडलीवुड स्टूडियो

शांतिवन, आबू रोड। समाज में तीव्र गति से गिर रहे आध्यात्मिक, नैतिक एवं सामाजिक मूल्यों की पुनर्स्थापना में ब्रह्माकुमारी संस्थान का योगदान अवर्णनीय है। इसी तारतम्य में विगत ब्रह्माकुमारीज़ के मनमोहिनीवन परिसर में नवनिर्मित गॉडलीवुड स्टूडियो का भव्य उद्घाटन संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने किया।

इस उद्घाटन समारोह को सम्बोधित करते हुए दादी जानकी ने कहा कि यह स्टूडियो पूरे विश्व को स्वर्णिम दिशा देगा, जिसमें सर्व मानव जाति का कल्याण निहित है। ईश्वरीय ज्ञान से मनुष्यात्माएं कुंभकर्णीय निद्रा का त्याग करेंगे और वे परमात्मा को पहचान कर उनसे अपना ईश्वरीय वर्सा लेंगे। इस तरह गॉडलीवुड स्टूडियो परमात्म प्रत्यक्षता का एक सशक्त माध्यम बनेगा।

मुंबई के सुप्रसिद्ध म्यूजिक डायरेक्टर श्रवण कुमार ने कहा कि गॉडलीवुड स्टूडियो के माध्यम से भारत की आध्यात्मिक और प्राचीन संस्कृति से पूरा विश्व अवगत होगा तथा सम्पूर्ण विश्व में शांति, एकता एवं भाईचारे का संदेश पहुँचेगा।

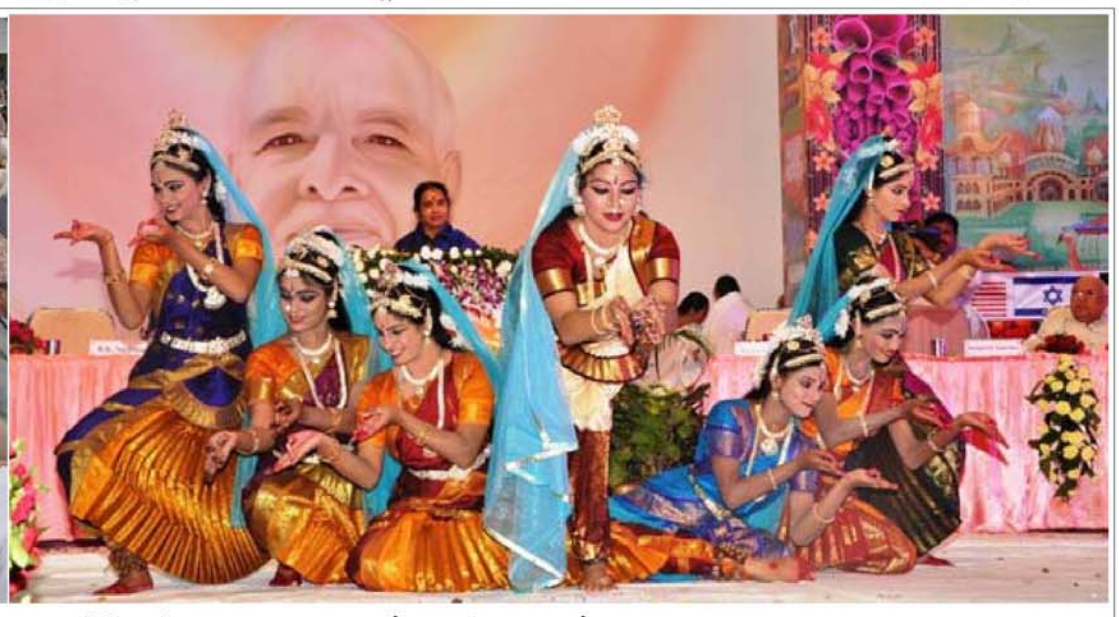
ब्र.कु.रमेश शाह ने कहा कि इस स्टूडियो में हर प्रकार की शूटिंग की जा सकेगी। यहाँ चारित्रिक, शैक्षणिक ज्ञान के साथ-साथ स्वस्थ मनोरंजन से श्रेष्ठ समाज की स्थापना की नींव रखी जाएगी। उन्होंने आशा व्यक्त करते हुए कहा कि स्टूडियो से प्रतिदिन डेढ़ करोड़ लोगों को बाबा का संदेश मिलेगा।

न्यूयार्क की ब्र.कु.मोहिनी ने कहा कि स्टूडियो के निर्माण से विश्व विद्यालय की सेवाओं में अतुलनीय वृद्धि होगी। यह स्टूडियो ईश्वरीय स्नेह का उदाहरण है क्योंकि सभी के सहयोग से ही इसका निर्माण हुआ है। उन्होंने कहा कि हॉलीवुड और बॉलीवुड को प्रसिद्ध होने में बहुत समय लगा लेकिन यह गॉडलीवुड स्टूडियो बहुत जल्द सुप्रसिद्ध होगा और अपने श्रेष्ठ उद्देश्य को पूरा करने में अवश्य ही सफल होगा।

ब्र.कु.हरीलाल ने स्टूडियो के बारे में बताते हुए कहा कि इस स्टूडियो के निर्माण में 29 एजेंसियों ने सहयोग किया है और 250 से अधिक लोगों ने डेढ़ वर्ष तक दिन-रात मेहनत की है। यह स्टूडियो अत्याधुनिक एच.डी. सुविधाओं से सुसज्जित है जो विश्व के बेहतरीन स्टूडियो में से एक है। इसका निर्माण

शेष पृष्ठ 7 पर

शांतिवन। गॉडलीवुड स्टूडियो का उद्घाटन करते हुए संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी, दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.मुन्नी बहन तथा अन्य।



शांतिवन। 'प्लेटिनम जुबली' के अवसर पर देश-विदेश से आए हुए गणमान्य अतिथि एवं स्वागत नृत्य प्रस्तुत करते हुए दक्षिण भारत के कलाकार।

ईश्वर एक पर देवी-देवता अनेक

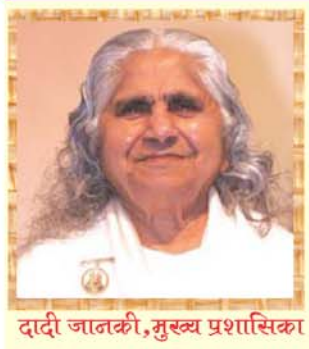
-ब्र.कु. गंगाधर

भगवान, ईश्वर, परमात्मा नाम अनेक है लेकिन शक्ति एक है और यही शक्ति दुनिया का संचालन कर रही है। उस निराकार की भक्ति करने के लिए भक्त मन में भगवान को किसी भी प्रिय रूप में देखता है। ऋग्वेद के अनुसार 'एक सत बहुधा विप्रा वदन्ति' अर्थात् एक ही परम सत्य को विद्वान कई नामों से बुलाते हैं। गीता, वेद, उपनिषद आदि के मुताबिक सभी देवी-देवता एक ही परमेश्वर के रूप हैं, जिनकी हम अलग-अलग नामों से पूजा-अर्चना करते हैं। योग, न्याय, शैव और वैष्णव मतों के अनुसार, देवी-देवता वे पारलौकिक शक्तियां हैं, जो ईश्वर के अधीन हैं और मानव मन पर शासन करती है, लेकिन मींमासा के अनुसार, सभी देवी-देवता स्वतंत्र सत्ता रखते हैं और उनके ऊपर कोई ईश्वरीय सत्ता नहीं। इच्छित कर्म करने के लिए इनमें से एक या कई देवी-देवताओं को पूजा और कर्मकांड के जरिए प्रसन्न करना जरूरी है।

यह सिर्फ हिन्दू धर्म की बात नहीं है। दुनिया के कई देशों में देवी-देवताओं की कल्पना की गई है और उन्हें विशिष्ट गुणों से विभूषित किया गया। जैसे कि मिस्र में एमन, रा, ओसिरिस, आइसिस, तथा अन्य देवी-देवताओं को प्राकृतिक और मानवीय शक्तियों के समन्वित चिन्हों से पूजा जाता था। पशु-पक्षी भी इससे अछूते नहीं रहे थे। यूनान में संगीत के देवता अपोलो, मिडास का अद्भुत व्यक्तित्व ऐसा था, जिसके स्पर्श से ही चीजें सोना बन जाती। और तो और, सौंदर्य की देवी वीनस और शक्ति के देवता हरक्युलिस को भी पूजा जाता था। अन्य देशों में भी ऐसे ही देवी-देवताओं की कल्पना की गई, लेकिन कई बार मन में ख्याल आता है कि जब ईश्वर एक है तो अलग-अलग देवी-देवता क्यों? शास्त्रों के अनुसार, देवी-देवताओं की संख्या 33 करोड़ बताई गई है। वैदिक काल के ऋषि बहुत विद्वान थे, इसीलिए उन्होंने विभिन्न देवी-देवताओं के रूप में परमेश्वर की अलग-अलग शक्ति धाराओं के गुण का बखान किया है। देव संस्कृति की यहां विचार स्वातंग्य को भी प्रधानता मिली। यहां नास्तिक उतनी ही वैचारिक स्वतंत्रता के साथ रहते हैं, जितने की आस्तिक। जैनों का शून्यवाद और चावार्क भी उतना ही सम्मान पाते हैं। जितना द्वैतवाद और अद्वैतवाद। ईश्वर के स्वरूप और कल्पना के लिए पूरी छूट दी गई है और माना गया है कि आखिरकार, व्यक्ति नीतिमत्ता और परम सत्ता के अनुशासन को मानते हुए ईश्वरीय तत्व को जीवन में उतारेगा। चाहे वह किसी का भी नाम लेगा, होगा तो ईश्वर पारायण ही।

एक बार अकबर ने सभा में बीरबल से एक सवाल पूछा कि अगर ईश्वर एक है तो इतने दैवी-देवताओं का क्या अर्थ है? बीरबल ने दीवान-ए-खास के पास खड़े संतरी को बुलाया और उसकी पगड़ी की तरफ इशारा करते हुए पूछा, वह क्या है? अकबर ने हंसते हुए जवाब दिया पगड़ी। बीरबल ने संतरी से पगड़ी खोलने के लिए कहा संतरी ने हिचकते हुए पगड़ी खोल दी। बीरबल ने उसे कमर में बांधने को कहा, संतरी ने वैसा ही किया। फिर बीरबल ने अकबर से पूछा, अब ये क्या है? अकबर बोले, कमरबंद। अब फिर से बीरबल ने संतरी को पगड़ी अपने कंधे पर रखने के लिए कहा और अकबर से पूछा, अब यह क्या है? अकबर ने कहा, आप ही बताएं कि यह क्या है? बीरबल ने कहा, कपड़ा। इस उदाहरण से अकबर को बाहरी भिन्नता और आंतरिक समरूपता की बात समझ आ गई। ईश्वर जब सृष्टि की रचना करता है तो वह ब्रह्मा को रचता है। सृष्टि के पालनहार के रूप में विष्णु है, और जब पुरानी दुनिया के विनाश कराता है तो वह प्रलयकारी शंकर रचता है। इसका मतलब यह है कि तीनों कर्तव्य रचयिता है। कर्तव्य तीनों अलग-अलग है, बल्कि देव स्वरूप ईश्वर की शक्ति की भिन्न-भिन्न अभिव्यक्तियां हैं। इनमें से कई ईश्वर की उपासना स्त्री के रूप में करते हैं तो वह देवी कहलाता है। यही वजह है कि कोई उन्हें माँ के रूप में पूजता है। तो कोई परमपिता के रूप में। कहीं-कहीं सखा या प्रिय के रूप में जिसकी जैसी भावना वैसे ही रूप से पूजता, भक्ति करता है। कहा जाता है, जाकी रही भावना जैसी, प्रभु सूरत देखी तिन तैसी। यह सत्य है कि ईश्वर निराकार है, लेकिन उसकी आराधना जिस रूप में की गई है, उसी रूप में वह मूर्त भी हुआ है। यानी वे हमारी भावना के अनुरूप उस अरतम शक्ति रूपांतरित करता है। वह निराकार, स्वयंभू, शिव-निराकार।

आत्मअभिमानी बनने से ही भगवान के साथ का अनुभव कर सकते हैं



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

संगमयुग पर बाबा को दिल-तख्त नशीन बनने के लिए बुद्धि में और कुछ भी न हो। सिर्फ जिस बाबा को जीवन दी है वो मेरे जीवन का साथी हो। बाबा ने तो अपना बनाया लेकिन हमने भी जीवन दिया। मेरा पालनहार वही है, इससे नेचुरल ही हम निश्चिंत हो जाते हैं। कइयों को निश्चिंत रहना मुश्किल लगता है। जितना बाबा चाहता है क्या हम उतने बेफिक्र हैं? बेफिक्र रहने से खुशी होती है, खुश रहने से बेफिक्र रहते हैं। ऐसे नहीं - सेवा में सफलता हुई तो खुशी, कम सफलता हुई तो कम खुशी। एक तो अपने को सदा खुश रहने का आदती बनाना है। यदि सेवा से खुशी होती है तो सेवा को ही जीवन का आधार बना लेने से सदा खुश नहीं रह सकेंगे। अपने को सदा खुश रखने के लिए किसके बच्चे हैं, मुझे कैसा बनना है, सपूत बनकर सबूत दिखाना है, उसमें खुशी होगी। सपूत बनने से अंदर की खुशी होगी, बाबा की तरफ से प्रवाह मिलेगा औरों की तरफ से निमित्त बन जायेंगे। सपूत बनना माना श्रीमत पर चलना। श्रीमत पर चलते-चलते सपूत बनने के संस्कार बन जाते हैं। और कुछ आता ही नहीं। बाबा जो कहता है वह करना बड़ा अच्छा लगता है। लाइफ का आधार है आज्ञाकारी सपूत बनना। सदा हाँ जी करना ही आता है, ना जी करना नहीं आना चाहिए। ना करना सपूत की निशानी नहीं है। अंदर से धीरज और शांत चित्त रहने का स्वभाव बनाना पड़ता है तभी सपूत बन सकते हैं। बाबा का डायरेक्शन है देही अभिमानी भव। देही अभिमानी बने बिना बाबा के साथ का अनुभव नहीं हो सकता।

सदा हमारी वृत्ति ऊपर रहे तो यहां से नष्टोमोहा बनें। वृत्ति उपराम तब बनेगी जब हम आत्म अभिमानी बनेंगे। देह अभिमानी बुद्धि हमको उपराम होने नहीं देगी। बाबा इतना कार्य व्यवहार करते हुए भी सदा उपराम रहते। कोई कहते हैं मेरा किसी में भी मोह नहीं है, लेकिन सबूत क्या? देखा जाता है सब विकारों में सूक्ष्म मोह है। तब अंत में कहा है नष्टोमोहा स्मृतिलब्धा। लौकिक से तो मोह छूटा लेकिन अलौकिक में भी रिंचक मात्र भी मोह है तो स्मृतिलब्धा बनने नहीं देगा। इसके लिए गुप्त मेहनत करनी पड़ेगी। बुद्धि से गुप्त मेहनत क्या करेंगे? अपने को आत्मा समझकर देह अभिमान को छोड़ दें। अहंकार को, अभिमान को छोड़ भान से भी परे होते जाओ। अहंकार तो नहीं है, पर देह अभिमान है इसलिए मान-शान, दु:ख-सुख की फीलिंग आ जाती है। नाजुक नेचर बन जाती है। स्ट्रांग नेचर नहीं बनती जो सहन कर सकें, सामना कर सके, बाबा से मिली हुई शक्तियों को यूज कर सकें। नाजुक नेचर भी देह भान है। कोई बात सहन नहीं होती, देह अभिमान है। कभी कोई बात सुनकर घबराहट आ जाती है, देह भान है। इसका इलाज है, अंदर से अभिमान छोड़कर विदेही बनने का पुरुषार्थ करो। बाबा के साथ का अनुभव करो। बाबा से मिली हुई शक्तियों को यूज करो। देह अभिमान बाबा से मिली हुई शक्तियों को यूज करने नहीं देता है।

साक्षी होकर देखा जाता है इतनी सेवा की वृद्धि कोई एक ने नहीं की है। कोई न कोई विशेषता वाला छिपा हुआ था, समय पर मैदान में आ गया। बाबा के अनेक बच्चे कोने-कोने में हैं, जो आ जायेंगे, स्थापना के कार्य में मददगार बन जायेंगे। हमको अपनी स्थिति सपूत बनाकर रखने में आनंद आता है। आनंदमय स्थिति हो और स्मृति का तिलक हो तो बाबा के दिलतख्तनशीन बन जायेंगे। बाबा का दिल सदा बेहद का है, बेफिक्र है, कभी कोई फिक्र नहीं है। गुप्त सपूत बनने वाले उनके समान बेफिक्र बन जाते हैं।

हम बाप के आज्ञाकारी बनेंगे तो दुआएं मिलेंगी। मनमत वाला कभी भगवान के दिल पर बैठ ही नहीं सकता। दूसरे की मत के प्रभाव वाला न कभी भगवान के दिल पर बैठ सकता, न ही मौज मना सकता है। मनमत पर चलना माना भगवान के द्वारा पाये हुए सुख से अपने को वंचित करना। दूसरे की मत के प्रभाव में आना माना गुलाम बनना। फिर भगवान से मागेंगे तो भी नहीं मिलेगा। बाबा ने संगमयुग पर बाप का, टीचर का, सतगुरु का पार्ट क्यों बजाया है, तीनों हमको इसलिए मिले हैं ताकि हम श्रेष्ठ बन जायें, एकदम बेफिक्र बादशाह।

दातापन के संस्कार इमर्ज करो

दादी हृदयमोहिनी, अति.मुख्य प्रशासिका

बाबा हम बच्चों को कहते हैं बच्चे तुम दाता बनो। एवं तो हमारा बाबा दाता है, उसके बच्चे हम मास्टर दाता हैं, बाबा ने जो दिया है वह औरों को देने के लिए हम निमित्त हैं इसलिए हम मास्टर दाता हैं। दूसरा- देवता बनने वाले हैं तो देवता का भी अर्थ है दाता। दातापन के संस्कार भरे होने के कारण ही हम देवता कहलाते हैं। देवता कहा ही जाता है देने वाले को। तीसरा - जब हम ब्राह्मण सो फरिश्ता हैं, तो फरिश्ता कुछ लेता नहीं, देने के लिए ही आता है। अच्छी चीज देने आयेगा, मैसेज देने आयेगा या प्राब्लम मिटाने के लिए आयेगा। तो फरिश्ता जीवन जो हमारी है वह भी देने की है, लेने की नहीं है और चौथा - इस समय हम सेवा की स्टेज पर हैं, बाबा ने हमें जो गुण, ज्ञान, शक्तियां खजाने के रूप में दी हैं उनके भी हम मास्टर दाता हैं। सेवाधारी का अर्थ ही है देने वाला न कि लेने वाला। बाबा का भी पहला टाइटल है वर्ल्ड सर्वेन्ट। बाबा हमें भी कहता टीचर माना सेवाधारी। तो सेवाधारी माना सेवा करने वाले। सेवा करना माना अपने द्वारा दूसरों को कुछ देना। चाहे मंसा से दो चाहे कर्मणा से... लेकिन जब सेवाधारी कुछ देता है तब ही वह सेवाधारी कहलाता है। तो इस रीति से भी हम दाता हैं। हमारी संगमयुग की यह जीवन ही दातापन की है। दाता माना देने वाला।

कई स्थानों पर हमसे चाहना रखते हैं कि इनसे कुछ प्राप्त हो, उस स्थान पर देना कोई बड़ी बात नहीं है। लेकिन कई बार ऐसी परिस्थिति आती है जो चाहना भी नहीं रखते और ही क्रिटिशाइज करते हैं, उस समय भी ऐसे व्यक्ति के प्रति आप दाता बनकर देते जाओ इसको कहेंगे दाता की सूक्ष्म स्टेज। हम लोगों को जो ज्ञान मिला है, वह देने के बिना तो रह नहीं सकते। हमारे सामने कोई भी आयेगा तो हमारे मुख से ज्ञान अवश्य निकलेगा। क्योंकि हम ज्ञान स्वरूप हो गये हैं। बाबा से हमें बहुत ज्ञान प्राप्त हुआ है। दूसरी रीति से भी हमारा कोई सहयोग चाहता है तो हम दाता के बच्चे हैं, सहयोग देते हैं। लेकिन दाता की वास्तविक स्टेज यह है जो हमें कोई ठुकराये और मैं फिर भी दाता की स्टेज से देती रहूँ। जैसे साकार में बाबा को देखा। बाबा से कोई सहयोग की इच्छा रखे, महिमा करे, उनको तो दिया ही लेकिन बाबा ने कमजोर को भी अपनी शुभ भावना, शुभ कामना से हिम्मत दिलाकर बल दिया। कैसा भी बच्चा हो, भल ग्लानी करने वाला हो, उसके प्रति भी बाबा सदा दाता रहे। बाबा ने दातापन की स्टेज से उन्हें और भी एक्स्ट्रा दिया। अपनी स्टेज से उसको खड़ा कर दिया। इतना सहयोग दिया जो उसमें भल हिम्मत नहीं थी लेकिन अपने सहयोग से उसे खड़ा कर दिया। तो सूक्ष्म दातापन के संस्कार हमारे अंदर ऐसे हों जो ऐसी परिस्थिति में भी हम दाता बनकर देते रहें। कैसे भी संस्कार वाला हो, कैसी भी वृत्ति से हमारे सम्पर्क में आता हो लेकिन मैं उसके प्रति हमेशा देने की भावना रखूं, लेने की नहीं। जैसे हमें कोई रिगार्ड देता है तो हम उसको रिगार्ड देते। लेकिन रिगार्ड लेकर रिगार्ड देना यह कोई दातापन की स्टेज नहीं है। यह तो लेन-देन का हिसाब हो गया। उसने दिया, आपने लिया। लेकिन दातापन की स्टेज वह है जो वह हमें भले न दे लेकिन हमारी भावना उसके प्रति सदा दातापन की हो। तो जितना हम देते जायेंगे उतना नेचुरल हमें रिटर्न मिलेगा। कई बार ऐसे कहते हैं - हमने तो दाता बनकर बहुत शुभ भावना, शुभ कामना इसको दी लेकिन यह तो स्वीकार ही नहीं करता है। मैंने तो बहुत दिया उसको पहुंचता ही नहीं है। लेकिन दातापन की स्टेज है कि वह देखेगा नहीं कि मुझे रेसपांड मिला, वह देता जायेगा। जो स्वयं भरपूर है, उसने दिया तो क्या बड़ी बात है, वह गिनती क्यों करे। अगर मैं भरपूर हूँ, मास्टर दाता हूँ तो देती जाऊं, जितना देती जाऊंगी उतना देने से बढ़ता है कम नहीं होता। यह गुण यह शक्तियां जितना हम देते हैं उतना हमारे अंदर बढ़ते हैं। मंसा से हम शुभ भावना, शुभ कामना देते रहेंगे तो मंसा का प्रभाव नेचुरल पड़ते-पड़ते उसका स्थूल व्यवहार ठीक हो जायेगा। उससे वह आपेही मददगार बनते हैं।

मन मौन

ब्र.कु.प्राची...

शक्ति संचय का स्त्रोत है मौन

मनुष्य अन्य इंद्रियों के उपयोग से जैसे अपनी शक्ति खर्च करता है, वैसे ही बोलकर भी अपनी शक्ति का बहुत बड़ा भाग व्यय करता है। इस तरह वह वातावरण में ध्वनि प्रदूषण फैलाता है।

मनुष्य चाहे तो वाणी के संयम द्वारा अपनी आंतरिक शक्तियों को विकसित कर सकता है। अपनी शक्ति को अपने भीतर संचित करने में मौन प्रभावी भूमिका निभा सकता है। एक कहावत है - न बोलने में नौ गुण। ये नौ गुण इस प्रकार है - 1. किसी की निंदा नहीं होगी, 2. असत्य बोलने से बचेंगे, 3. किसी से बैर नहीं होगा, 4. किसी से क्षमा नहीं मांगनी पड़ेगी, 5. बाद में आपको पछताना नहीं पड़ेगा, 6. समय का दुरूपयोग नहीं होगा, 7. किसी कार्य का बंधन नहीं रहेगा, 8. अपने वास्तविक ज्ञान की रक्षा होगी और अपना अज्ञान मिटेगा और 9. अंत:करण की शक्ति भंग नहीं होगी।

कम बोलने वाले व्यक्ति को घर और बाहर दोनों जगह सम्मान की दृष्टि से देखा जाता है। ठीक उसी तरह सिक्के हमेशा शोर करते हैं, लेकिन करेंसी नोटों में अवाज नहीं होती, वे मौन रहते हैं। सिक्कों से ज्यादा करेंसी नोट की अहमियत होती है, इसलिए यदि आपका अपनी पहचान बननी है तो खुद को शांत रखे, फिर देखें आप किस तरह सभी के चहेते बन जाते हैं।

मौन की गूंज दूर तक जाती है - यदि मौन का अभ्यास कर इसे नियमित रूप से अपनी जीवन शैली का एक हिस्सा बना लिया जाए तो यह आपके जीवन को बदल कर उसमें मिठास भर सकता है। यह पारिवारिक, सामाजिक, राजनैतिक और नैतिक सम्बन्धों में संतुलन कायम कर स्वास्थ्य और अन्य समस्याओं का सम्मान करने में भी उपयोगी साबित हो सकता है। दूसरे शब्दों में कहें तोमौन में सभी समस्याओं का हल छिपा है। इसके आगे बड़े से बड़े शत्रु भी नस्तमस्तक हो जाता है।

अत: जब आपको महसूस हो कि परिस्थितियां आपके पक्ष में नहीं है तोमौन को शस्त्र के रूप में इस्तेमाल कर सकते हैं। कवियत्री डॉ.रामा द्विवेदी के शब्दों में कहें तो मौन प्रतिकुल परिस्थितियों से जूझने की शक्ति देता है। मौन अपने आपमें एक बड़ा हथियार है। इतिहास गवाह है कि महापुरूषों और ज्ञानियों ने इसकी महत्ता को समझते हुए इसका समय-समय पर उपयोग अपने जीवन में किया और सफलता पाई।

देश में आपातकाल के समय राष्ट्र संत विनोब भावे ने मौन रखकर देश की अनेक समस्याओं के समाधान में सहयोग दिया। बापू का अहिंसात्मक अस्त्र मौन और उपवास ही था और वे सप्ताह में एक दिन मौन रहा करते थे। बारह साल तक मौन साधना की थी।

मौन का अर्थ है बाहरी संवाद से पूरी तरह से परे रहकर अंतर से नाता जोड़ना, परमात्मा से रिश्ता जोड़ने का सेतु है - मौन। क्योंकि जब आप मौन की अवस्था में होते हैं तो आपकी शक्ति चिंतन में लगी होती है। इस अवस्था में मनुष्य ईश्वर को दी हुई शक्तियों को पहचानता है।

मौन और सेहत - मन का मौन और स्वास्थ्य एक-दूसरे के पर्याय हैं। मौन का अर्थ ही उत्तम स्वास्थ्य की प्राप्ति है। मौन से सकारात्मक सोच का विकास होता है। सकारात्मक सोच हमारे अंदर की शक्ति को और मजबूत करती है। ध्यान, योग और मौन का लगातार अभ्यास करने से शरीर की बीमारियों से लड़ने की क्षमता बढ़ती है। मौन के दौरान जब हम श्वांस का निरिक्षण करते हैं, तब हमें मन की गतिविधियों का पता चलता है। इस अभ्यास के दौरान ज्ञात होता है कि हमारा मन कितना चंचल और अस्वस्थ है। जो मन हमेशा भूत की यादों में ही डूबा रहता है और भविष्य के सपने देखता है, वह श्वांस के प्रति सचेत होने पर वर्तमान की ओर लौटता है। श्वांस वर्तमान का यथार्थ है। इसलिए श्वांस के होने पर मन मिटता है और मौन प्रवेश करता है। लेकिन मन मिटना नहीं चाहता, इसलिए अपने स्वभाव के मुताबिक कल्पनाओं, यादों, कामनाओं और वासनाओं में डूब जाता है। श्वांस और मन के प्रति सचेत होने पर ही पता चलता है कि मन कितना बीमार है।

मौन रखने से बड़ी मात्रा में जैव ऊर्जा निर्मित और एकत्रित होती है। इस मौन चुम्बकीय ऊर्जा का उपयोग शरीर में कहीं भी विकार, रोग, बेचैनी, घाव आदि को दूर करने में कुदरती रूप से होने लगता है। रोगी स्वस्थ होने लगता है। मौन से तनाव की वजह से हो रहे दर्द दूर होते हैं। भीतर ऊर्जा स्त्रोत से जुड़े रहने के कारण आप स्फूर्ति से भर उठते हैं।

मौन साधना का प्रयोग -

1. जहां तक हो सके कम बोलें या मौन रहें।

2. उतना ही बोले जितना जरूरी हो।

3. मौन के अभ्यास के लिए सुबह और शाम आधा घण्टे अवश्य निकालें।

4. सप्ताह में एक दिन आपकी छुट्टी हो उस दिन वाणी को भी अवकाश दें और इसे 'स्वास्थ्य दिवस' के रूप में मनाएं।

5. ऑफिस में कार्य कर रहे हो या रास्ते चल रहे हो, शांत रहने का अभ्यास करें। व्यर्थ की बातों से खुद को अलग कर लें।

6. सुबह-शाम के वक्त अपने को स्वयं के प्रति संकल्प दें कि मैं शांत स्वरूप हूँ। मैं इस संसार ईश्वर की सुंदर रचना हूँ। इससे मन सुमन बन व्यर्थ से अलग रहेगा।

7. सप्ताह में एक बार विशेष एकांत में बैठ अपने अंदर निहित ऊर्जा का संचार करें।

फिल्मों से प्रभावित... पृष्ठ 12 का शेष

आर्थिक असमानताओं की जो दीवारें खड़ी की हैं, उन्हें मिटाने के लिए ही इस संस्था ने 'विश्व एक परिवार' के सिद्धांत को अपनाया है। हिन्दू महासभा के अध्यक्ष स्वामी चक्रपाणी ने कहा कि जहां से सभी धर्मों के रास्ते बंद हो जाते हैं वहां से इस संस्था के रास्ते खुलते हैं। आत्मा और परमात्मा के विषय में किसी को भी जानकारी चाहिए तो वह इस राह को अपना सकता है। बिहार के सांसद भोला सिंह ने राजनीति के क्षेत्र में आ रहे पतन की ओर चिंता व्यक्त करते हुए कहा कि नेताओं ने जमीन, आसमान, आकाश और खानें तक बेच डाली। अब केवल इंसान को बेचना ही बाकी रह गया है। ऐसी स्थिति में माउण्ट आबू में आयोजित अमृत महोत्सव आशा की किरण लेकर हम सभी के समक्ष उभरा है। हावर्ड व ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय के प्रतिष्ठित दार्शनिक और रूस की संसद के पूर्व सदस्य प्रो.एलेक्जैंडर जिमनको ने कहा कि उसे जीवन दर्शन का ज्ञान इस संस्था से जुड़कर ही प्राप्त हुआ है। जयपुर के सांसद रामदास अग्रवाल ने स्वामी विवेकानंद द्वारा शिकागो में दिये गए भाषण का उल्लेख करते हुए कहा कि जीवन में आदर्श स्थापित करने के लिए संकल्पवद्ध लाखों लोग जिस तरह ब्रह्माकुमारी संस्था के मंच पर हर प्रकार के मतभेद को भुलाकर इकट्ठा हुए हैं, उससे यह संदेश मिलता है कि अब समाज नई दिशा की ओर बढ़ रहा है।

इस कार्यक्रम को लैम्पको ग्रुप के अध्यक्ष एस.कोण्डाला राव, अग्रवाल ग्रुप इंदौर के अध्यक्ष पुरुषोत्तम अग्रवाल ने भी सम्बोधित किया।

शान्तिवन। समूह चित्र में हैं डिप्यूटी कमिश्नर डॉ.करण सिंह यादव, संस्था के महासचिव ब्र.कु.निर्वैर, ब्र.कु.मृत्युंजय, ब्र.कु.शीतल बहन तथा अन्य।

भोपाल। मध्यप्रदेश के राज्यपाल रामनरेश यादव को फूलों का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत करते हुए ब्र.कु.रीना बहन साथ में हैं ब्र.कु.ऋचा बहन तथा अन्य।

इंदौर। 'प्रभु उपहार' पत्रिका का विमोचन करते हुए उत्तराखण्ड के राज्यपाल डॉ.अजीज कुरैशी, क्षेत्रीए संचालिका ब्र.कु.आरती, डॉ.निजामुद्धिन, प्रकाश व्यास तथा अन्य।

गोवा। समापन समारोह को सम्बोधित करते हुए पर्यटन मंत्री दिलीप पारूलेकर, टूरिज्म विभाग के डायरेक्टर पामेला, ब्र.कु.कमलेश बहन एवं ब्र.कु.शोभा बहन।

हजारीबाग। उत्तरी छोटानागपुर के डी.आई.जी. सुमन गुप्ता को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.हर्षा बहन।

ग्वालियर। कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.शिवानी बहन।

परमात्मा की वाणी है गीता

ब्र.कु.सुकर्मा...

आज का बुद्धिजीवी मानव यह मानता है कि मनुष्य भूलों का पुतला है। उससे भूल होना स्वाभाविक ही है। किन्तु आज मैं आपका ध्यान एक ऐसी महान भूल की ओर खिंचवाती हूँ जिससे न केवल व्यक्तिगत और सामाजिक पतन ही हुआ है बल्कि पुरे विश्व का पतन होता जा रहा है। और वह भूल यह है कि आज हम गीता-ज्ञान-दाता को ही भूल गए हैं। जैसे किसी पिता की आत्मा-कथा पर उसके बच्चे का नाम डाल दिया जाय तो यह एक महान भूल होगी वैसी ही भूल गीता के सम्बन्ध में हुई है। यदि आप विचार करेंगे तो पायेंगे कि जो भारत महान था, जहां देवताओं का राज्य था, जिस भारत को 'सोने की चिड़िया' कहा जाता था, आज वह मोहताज और कंगाल बन गया है। इसका कारण यह है कि गीता-ज्ञान दिया तो परमपिता परमात्मा ने परन्तु उस पर नाम एक देवता का दे दिया गया!

गीता द्वारा देवत्व की प्राप्ति क्यों नहीं? - भगवान ने कहा है कि गीता-ज्ञान द्वारा तुम्हें स्वर्ग अथवा देवलोक की प्राप्ति होगी। परन्तु आज गीता पढ़ते-पढ़ते सारा जीवन बीता जा रहा है और देवलोक की प्राप्ति नहीं हुई, स्वर्ग क्यों इस भूतल पर नहीं आया? इसका मुख्य कारण एक महान भूल है और वह यह है कि हम गीता-ज्ञान-दाता को ही भूल गए हैं!

भगवान की वाणी होने पर भी सर्वमान्य क्यों नहीं? - परमपिता हम सर्व आत्माओं के पिता हैं और गीता ही एक ऐसा शास्त्र है जिसमें प्रथम पुरुष में भगवान के महावाक्य हैं कि ''मैं अव्यक्तमूर्त्त हूँ, अजन्मा हूँ और धर्मग्लानि के समय अवतरित होता हूँ।'' इस प्रकार के महावाक्य हमें गीता ही में मिलते हैं। 'भगवानुवाच' शब्द केवल गीता में ही हैं। अतएव गीता को तो विश्व-विख्यात शास्त्र होना चाहिए। सर्व धर्मों में इसकी मान्यता होनी चाहिए। यदि नहीं है तो इसका कारण क्या है?

यदि गीता-ज्ञान श्रीकृष्ण ने दिया तब तो जो श्रीकृष्ण के प्रेमी हैं, जो उन्हें परमात्मा मानते हैं, वही यह समझेंगे कि ये भगवान के महावाक्य हैं। अतएव जो श्रीकृष्ण को भगवान नहीं मानते, वे गीता को भी नहीं मानेंगे। इसी कारण आज मानव को गीता से जो लाभ लेना चाहिए, वह नहीं ले पा रहे हैं। यदि आज हम यह जान लें कि गीता-ज्ञान परमपिता परमात्मा ने दिया था तो ऐसा कभी नहीं हो सकता कि हम केवल उसे पढ़कर ही छोड़ दें।

आज आपको यह बहुत बड़ी खुशखबरी दी गई है कि गीता के भगवान आ चुके हैं। किन्तु आप कहेंगे यह कैसे माना जाए? इसके लिए यदि आप आज से 5000 वर्ष पहले के वातावरण को याद करेंगे तो पायेंगे कि उस वक्त पाण्डव, कौरव और यादव तीन सेनाएं थीं और महाभारत का युद्ध हुआ था। आप देखिए कि पुराणों में जो चिन्ह वर्णित हैं अब वे स्पष्ट रूप से फिर से मौजूद हैं, जैसे - अन्न पुड़ियों में बिकेगा, अबलाओं पर अत्याचार होंगे, भरी सभा में द्रौपदी की लाज लूटी जायेगी आदि-आदि जो बातें तो शास्त्रों में लिखी हुई हैं, क्या आज वह हम नहीं देख पा रहे हैं? समाचार-पत्रों को पढ़ने के बाद भी यही तथ्य निकलता है कि अभी तो घोर कलियुग आ चुका है।

ऐसे समय में आज सभी यह महसूस करते हैं कि अब तो परमपिता परमात्मा को आना ही चाहिए क्योंकि वर्तमान समय को परिवर्तित करना, भ्रष्टाचारी दुनिया को श्रेष्ठाचारी दुनिया बनाना किसी मनुष्य का काम नहीं है। जब आज का मानव स्वयं का ही कल्याण नहीं कर पाता तो भला वह विश्व का कैसे कर सकता है? आज हमारे सामने सारे विश्व का प्रश्न है, जो परमपिता परमात्मा ही हल कर सकते हैं और यही समय तो परमपिता परमात्मा के अवतरण का है।

जैसे आज से 5000 वर्ष पूर्व महाभारत के युद्ध में तीन सेनाएं मौजूद थीं, वैसे ही आज भी मौजूद हैं। आप इन तीन कर्तव्यों से तो परिचित ही हैं। कौरवों की ''विनाश काले, परमात्मा से विपरीत बुद्धि थी,'' उन्हें धर्म से प्रीति नहीं थी। अजा भी धर्म-निरपेक्ष राज्य है। कुछ समय पहले के नेता कहते थे कि बिना धर्म के राज्य की हम कल्पना भी नहीं कर सकते हैं। किन्तु आज धर्म का राजनीति से कोई सम्बन्ध नहीं है और इसी कारण समाज में अराजकता बढ़ती जा रही है। ऐसे ही समय में परमपिता परमात्म गुप्त रूप में आये हुए हैं और जिन्होंने साधारण तन में आये हुए परमात्मा को पहचाना, वास्तव में वही पाण्डव हैं। यादव वे हैं जिन्होंने अपने पेट से 'मूसल' निकाले। अब पेट से कोई मूसल तो निकलते नहीं। यह भी एक मुहावरे के रूप में प्रयुक्त होता है। जैसे कहते हैं कि यह बात तुम अपने पेट में रखना। बात पेट में नहीं बल्कि बुद्धि में रखी जाती है। इसी तरह शास्त्रों में जिन ब्रह्मास्त्र, आग्नेयस्त्र आदि का वर्णन है, यादवों ने अपनी बुद्धिबल से उनका आविष्कार किया था जिनसे ही अनेकों मनुष्यों का संहार हुआ। अत: विनाश की सामग्री तैयार करने वाले ही यादव हैं। आज नि:शस्त्रीकरण सम्मेलन होते ही रहते हैं किन्तु दिन प्रतिदिन और भी शक्तिशाली अस्त्र-शस्त्र बनते ही जाते हैं।

भगवान ने कहा है कि जब-जब धर्म की ग्लानि होती है तब-तब मैं अवतरित होकर अनेक अधर्मों का विनाश कर एक सतधर्म की स्थापना करता हूँ। अब वह कर्तव्य हो रहा है। आप भी वास्तविक गीता-ज्ञान प्राप्त करें तो कल्याण होगा!

हम खुशी को व्यक्ति में, वैभव में, अपने सम्बन्धों में माना हर जगह ढूंढते हैं। आज हरेक व्यक्ति जो भी कर्म करता है वह खुशी की प्राप्ति के लिए ही करता है। मनुष्य जीवन की यह कितनी बड़ी बिडम्बना है कि जिस खुशी की तलाश में वह अपना पूरा जीवन बिता देता है उसके बारे में वह कुछ भी नहीं जान पाता और उसे ढूंढता ही रहता है। हम अपने-आपको यह सांत्वना देते रहते हैं कि एक दिन ऐसा अवश्य आयेगा जिस दिन मुझे खुशी की प्राप्ति होगी या अनुभूति होगी। हम अपने आपसे कहते हैं कि जब मुझे कुछ अच्छा प्राप्त हो जायेगा, जब हमारी पढ़ाई पूरी हो जायेगी, जब मुझे कोई अच्छी नौकरी मिल जायेगी, जब हमारे घर में एक अच्छी सी कार होगी तब मुझे खुशी प्राप्त होगी। लेकिन सबसे बड़ी सच्चाई यही है कि खुश रहने का समय अभी है। यदि मैं अभी खुश नहीं रहूंगी तो फिर बाद में मैं खुश कैसे रह सकूंगी!

यह कितने आश्यचर्य की बात है कि जिस खुशी की तलाश में हम अपना पूरा जीवन बिता देते हैं उसे सहज ही प्राप्त किया जा सकता है क्योंकि खुशी हमारी रचना है और उसे क्रियेट करने की शक्ति मुझमें है। इस संकलन मे द्वारा हम अपने पुराने बिलीव (मान्यता) सिस्टम की खोज करेंगे जिसके कारण मैं दु:खी रहती थी या मुझे दूसरों से परेशानी होती थी, उसे खत्म करेंगे और नई धारणायें बनायेंगे और उस पर हम अपने जीवन की इमारत खड़ी करेंगे। खुशी की प्राप्ति के लिए अपने अतीत को भूलेंगे, भविष्य पर निर्भर नहीं रहेंगे और वर्तमान में रहकर ही खुशी का अनुभव करेंगे और इसे अन्य लोगों के साथ बांटेंगे।

मैं आशा करता हूँ कि इस संकलन को पढ़ने से आपके जीवन में एक नया परिवर्तन आयेगा। आपके जो सम्बन्ध टूट चुके थे वो फिर से जुटेंगे, नये रिलेशनशिप बनेंगे और आपसी सम्बन्धों में समरसता व मधुरता का संचार होगा, जिससे आपको दूसरों को समझने की भी प्रेरणा मिलेगी और आपका जीवन खुशियों से भर जायेगा। हमें यह समझना चाहिए कि खुशी की प्राप्ति हमारी मंजिल नहीं बल्कि यह एक यात्रा है। जिसे हमें खुशी-खुशी से पूरा करना है। खुशी आने वाला कल नहीं, यह अभी है। यह निर्भरता नहीं बल्कि एक निर्णय है जो आपको करना है। पुस्तक उपलब्ध है सम्पर्क करें शांतिवन मीडिया ऑफिस

- M-8107119445,
Email-mediabkm@gmail.com

एक युवक किसी संन्यासी के पास गया। बोला, महात्माजी! बहुत परेशान हूँ। क्या परेशानी है। महात्मा ने पूछा। मन बहुत भटकता है। इससे मेरे मन की शांति पूरी तरह से भंग हो चुकी है। आप कोई उपाय बताएं। महात्मा ने उस युवक को मन की अशांति और चंचलता को खत्म करने का कोई उपाय नहीं बताया।

संतुलन बनाए रखें

उन्होंने कहा, तुम मेरे साथ कुएं पर चलो। युवक महात्मा के साथ कुएं की ओर चल पड़ा। कुएं पर पहुंचकर उसने देखा कि वहां स्त्रियों का जमघट लगा था। जो स्त्रियां पानी भर चुकी थी, वे अपने भरे हुए घड़े सिर पर रखकर घर की ओर प्रस्थान कर रही थी। संन्यासी ने युवक से कहा, तुम महिलाओं को पानी से भरे घड़े अपने सिर पर रखें हुए देख रहे हो। युवक ने कहा, हाँ, महाराज। कोई आश्चर्यजनक बात तुम्हें दिखाई दे रही है? आश्चर्यजनक तो कुछ नहीं किन्तु सिर पर वजनदार घड़ें को रखें हुए भी ये बातें करती जा रही है। इनका संतुलन प्रशंसनीय है। यह बात ही तुम्हारी समस्या का समाधान है। तुम यह संतुलन साधना सीख जाओ। सिर पर रखें घड़ें को ये स्त्रियां हर समय स्मृति में रखती हैं। आपस में बातें कर रही हैं, किंतु मन हर क्षण घड़े के संतुलन पर रहता है।

इमोशन का प्रभाव सबसे पहले स्वयं पर पड़ता है

छोटी बात भी ऑफिस में भी हम देखते हैं या घर पर भी मैं चिल्लाकर बोलूंगी ना तो आपको ज्यादा ठीक से समझ में आयेगा। इसका सबसे पहला प्रभाव आपके ऊपर पड़ना शुरू हो जाता है, आप जो इमोशन क्रियेट करते हैं उसका आपके ऊपर प्रभाव, फिर सामान्य रूप से सभी लोगों के ऊपर प्रभाव, फिर अंत में उसका परिणाम। मुम्बई हमला में क्या हुआ कि हमने बहुत ज्यादा कुछ किया तो नहीं। हमने सिर्फ उसके बारे में जितनी दिन वो न्यूज में था, हम भी न्यूज के साथ थे, ऑफिस में भी वही बात हो रही थी, घर में भी वही बात हो रही थी। हमने किया क्या? 10 दिन 15 दिन या उसके बाद न्यूज बदल गयी, कोई और चीज हो गई, हम उसके बारे में बात करने लगे। जिन लोगों के जीवन पर उसका प्रभाव हुआ, वो आज भी दर्द में हैं। हमने उनके लिए क्या किया? कुछ नहीं किया। यह एक बहुत बड़ा क्वेश्चन मार्क है। हमने सिर्फ गुस्सा किया। फिर इसका परिणाम क्या हुआ? अगर सारे इकट्ठे होकर सचमुच में कुछ करते तो स्थिति दूसरी होती। हमें कुछ करने के लिए शक्ति चाहिए, अगर हम अंदर से दु:खी हैं, गुस्से में हैं, कमजोर हैं तो कमजोर अंदर से सिर्फ शोर मचाकर कोई परिवर्तन ले आयेंगे, यह हो नहीं सकता और हमें इसके लिए यह याद रखना होगा जो हमें करना है उस तरह से हम करते जायेंगे तो यह धीरे-धीरे मेरी आदत बनती जायेगी। यह बहुत ही महत्वपूर्ण है। तो क्या होता है कि हम उसके प्रभाव में आ जाते हैं। हमें यह याद रखने की आवश्यकता है कि हम सुन रहे हैं, देख रहे हैं, तो उससे अलग होकर देखें और तुरंत अपने आप से पूछे कि अब मेरी जिम्मेवारी क्या है? ब्रह्माकुमारीज् में हमलोग सामूहिक रूप से मेडिटेशन करते हैं और ये तब नहीं जब सिर्फ कोई दुर्घटना हो जाती है, लेकिन हम लोग हर महीने के तीसरे रविवार को शाम को एक घंटा निश्चित समय 6.30 से 7.30 बजे तक आश्रम पर आते हैं और विश्व के सभी भाई-बहनें मिलकर 'विश्व शांति' के लिए मेडिटेशन कर शांति का योगदान करते हैं। एक है कि प्रतिदिन हम शाम को 6.30 से 7.30 तक मेडिटेशन करते हैं। हम दिन में दो बार मेडिटेशन करते हैं हर रोज संध्या के समय और दूसरा सुबह में, ये संस्था ने जैसे मिलकर किया है कि सुबह का जो मेडिटेशन है वो है अपने ऊपर काम करने के लिए, अपनी मेहनत, अपनी संस्कारों को परिवर्तन करने के लिए। शाम को जब मेडिटेशन करते हैं तो विश्व को सुख, शांति, प्रेम और शक्ति के वायब्रेशन्स देने के लिए। सुबह आपने जो मेडिटेशन किया उससे आपने अपने अंदर शक्ति भरी फिर शाम

को जब आप मेडिटेशन करो तो उस शक्ति को विश्व में भेज दो। जब मैं पहली बार ब्रह्माकुमारीज़ में गयी थी तो पहले हमने यही सोचा कि ये कैसे होता है! ये कैसे होगा कि हम यहां बैठें हैं, हम यहां क्रियेट कर रहे हैं कुछ और यह विश्व में फैल रहा है, हमारे लिए यह एक क्वेश्वन मार्क था कि इससे क्या फायदा हो सकता है। हम यहां बैठें हैं, वो किसी और देश में है, वो तो अभी भी दर्द में ही है। ये ऐसी चीज है जिसका कोई तुरंत प्रैक्टिकल प्रमाण पता नहीं चलता है। शांति की शक्ति का दान करो। हमने कहा कि धन दान करो, कपड़े दान करो, ये सब दिखाई देता है। कम से कम मैं तो यह देख ही सकती हूँ कि जो मैं दे रही हूँ उससे आपकी देखभाल हो रही है, आपको वो मिला जो आपको चाहिए था। लेकिन शांति का दान करो वो आप तक पहुंच रहा है या नहीं, मैं यह कभी नहीं समझ पाती। हाँ, हमें उसका तुरंत प्रभाव पता नहीं चलेगा वो किस तक पहुंचा और क्या हुआ। लेकिन जब हमें ये समझ में आ गया कि थॉट्स एनर्जी है और जो एक-एक थॉट हम क्रियेट करते वो वायब्रेशन्स है जो वातावरण में फैलता है। पहले मुझे मिलता है, फिर मेरे आस-पास जो हैं उनको मिलता है। यह वायुमंडल द्वारा परावर्तित होकर जिनके प्रति भी थॉट्स क्रियेट किया गया होगा, वो उस तक पहुंचता है। जब हम मेडिटेशन करते हैं तो बहुत ध्यान देकर थॉट्स क्रियेट करते हैं। आपको मालूम हो कि यह कोई रियलाइजेशन नहीं है। हम लोग आज सब बोल रहे हैं कि दुनिया में शांति होनी चाहिए, हर कोई इस संबंध में बात कर रहा है कि दुनिया में शांति होनी चाहिए, लेकिन शांति आयेगी कैसे? जब हम एक-एक शांत रहेंगे, तब स्वत: ही शांति के वायब्रेशन्स चारो ओर फैलेंगे, फिर स्वत: ही शांति हो जायेगी। हम सब अशांत हैं और हम कहते हैं कि दुनिया में शांति होनी चाहिए, दुनिया का मतलब क्या? इस विश्व में हर व्यक्ति जो जीवित अवस्था में है तो हम सबके मन की स्थिति क्या है? एकीकृत रूप से सबके मन की स्थिति को अगर हम लें तो वो दुनिया की स्थिति है। हम कहते हैं कि दुनिया में शांति हो तो मैं शांत हो जाऊंगी, दुनिया ठीक हो जाये तो मैं ठीक हो जाऊंगी, लेकिन हम ये नहीं समझते हैं कि मैं शांत होऊंगी तो दुनिया में स्वत: ही शांति आ जायेगी। मैं अब इंतजार नहीं कर सकती हूँ कि दुनिया के 600 करोड़ लोग जब शांत हो जायें तब दुनिया में शांति होगी। लेकिन जब हर एक शांति के वायब्रेशन्स क्रियेट करेगा तो दुनिया में स्वत: ही शांति आयेगी, लेकिन सबसे पहले स्वयं में शांति आयेगी, फिर हमारे परिवार में शांति आयेगी, फिर जहां पर मैं कार्य करता हूँ वहां शांति आयेगी। तो ये जो हम मेडिटेशन करते हैं हर शाम को संध्या 6.30 से 7.30 तक विश्व को शांति, प्यार और शक्ति के वायब्रेशन्स भेजते हैं। खासकर हरेक महीने के तीसरा रविवार तो इस कार्य के लिए ही निर्धारित है।

-क्रमश:

क्या परमात्मा सर्वत्र है ?

ब्र.कु.साधना...

प्राचीन शास्त्रकारों ने मनुष्यों को पापों से बचाने के लिए समय-समय पर जो उपदेश दिये हैं, उनमें उन्होंने परमात्मा को हाजिर-नाजिर या सर्वत्र बताया है ताकि मनुष्य इस भय से कि परमात्मा हमारे सब कर्मों को देखता है, बुरे कर्म न करें। उन ऋषियों या शास्त्रकारों के कुछ प्रसिद्ध वाक्यों को लेकर, मैं इस लेख में स्पष्ट करूंगा कि परमात्मा को सर्वव्यापी बताकर जन-साधारण को निष्पाप बनाने की जो ऋषियों की चेष्टा रही, वह 'सर्वव्यापी' की बजाए परमात्मा को 'परलोक-वासी एवं त्रिकालदर्शी शिव' बताकर ही फलीभूत हो सकती थी। पुराणवादी बताते हैं कि पुराणों में भी ऐसे अनेक वाक्य मिलते हैं जिनसे यह मालूम होता है कि पूर्वकाल में भी परमात्म को सर्वव्यापी नहीं बल्कि अव्यक्त रूप वाला ही मानते थे। दीखता है कि 'परमात्मा सर्वत्र है' - यह मान्यता बाद में प्रचलित हुई और परमात्मा अव्यक्त रूप वाला है - इस मान्यता के साथ येन-केन प्रकारेण मिश्रित हो गई।

इसलिए मैं पहले स्वयं परमपिता परमात्मा द्वारा प्राप्त ज्ञान-दृष्टि के आधार पर यह स्पष्ट करूंगा कि यद्यपि पूर्वोक्त शास्त्रकारों अथवा ऋषियों की भावना शुभ थी तो भी परमात्मा को सर्व बताकर मनुष्यों को सुकर्मा बनाने की जो युक्ति उन्होंने अपनाई वह युक्ति सत्य नहीं थी, क्योंकि वास्तव में परमात्मा सर्वव्यापी नहीं है।

वह परम पुरुष है - परमात्मा तो ब्रह्मलोक का वासी 'परब्रह्म परमेश्वर' है। उसे 'पुरुषोत्तम' अथवा 'परमपुरुष' कहा गया है। 'पुरुष' का अर्थ है - (शरीर रूपी) पुरी में रहने वाला। अत: पुरुष 'आत्मा' ही का पर्यायवाची है। 'परमपुरुष' परमपुरी (शिवपुरी) अथवा परमधाम (परलोक) के वासी को कहते हैं। अत: इससे सिद्ध है कि परमात्मा परलोक अथवा ब्रह्मालोक के वासी है, वह सर्वव्यापी नहीं है।

जब वह परमपुरुष परमधाम से अवतरित होकर साकार मनुष्य-तन रूपी पुरी में आता है तो वह सब पुरुषों (शरीर आत्माओं) की तुलना में उत्तम गुणों वाला और श्रेष्ठ स्वभाव वाला होता है। इसलिए उसे पुरुषोत्तम और उनके धाम के लिए परमधाम इत्यादि नाम आये भी हैं और यहां तक भी कहा है कि इस तन में अवतरित हुआ मैं पुरुषोत्तम अर्थात् परमात्मा हूँ। अत: परमात्मा को सर्वव्यापी मानना भूल है।

'परमात्मा' शब्द का भी वही अर्थ है जो कि 'परमपुरुष' का है क्योंकि 'आत्मा' का एक अर्थ है - 'रहनेवाला'। शरीर रूपी धाम में रहने वाले चैतन्य को 'आत्मा' कहते हैं और परमधाम में रहने वाले चैतन्य स्वरूप को 'परमात्मा' कहते हैं। अतएव परमधाम का वासी होने से परमपुरुष या परमात्मा कहलाने से और साकार तन में अवतरित होकर सर्वोत्तम या पुरुषोत्तम होने से परमात्मा का सर्वव्यापी न होना सिद्ध होता है।

यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे - 'पिण्ड-ब्रह्माण्ड' की उक्ति से भी यही स्पष्ट है कि परमात्मा सर्वत्र नहीं है। आत्मा पिण्ड (शरीर) में है परंतु पिण्ड में सर्वव्यापी नहीं है। इसी प्रकार परमात्मा ब्रह्माण्ड में है परन्तु वह भी ब्रह्माण्ड में सर्वव्यापी नहीं है बल्कि ब्रह्माण्ड के ऊंचे से ऊंचे भाग, ब्रह्मलोक में उसका वास है, जिस कारण ही परमात्मा को 'ऊंचे से ऊंचा भगवन्त' अथवा पांच तत्वों से पार 'परब्रह्म परमेश्वर' भी कहा है और शास्त्र-शिरोमणि श्रीमद्भगवद्गीता में भी सूर्य और तारागण के प्रकाश के पार ब्रह्म-योनि का धामी बतलाया है।

ब्रह्माण्ड या शिवपुरी - ऊपर जहां ब्रह्माण्ड शब्द का प्रयोग किया गया है वहां लोक-परलोक आदि तीनों लोकों को मिला कर ही 'ब्रह्माण्ड' नाम दिया गया है, क्योंकि आजकल ब्रह्माण्ड के विषय में कई शास्त्रवादियों की ऐसी ही मान्यता है। ब्रह्माण्ड के उस अर्थ को लेते हुए भी परमात्म को ब्रह्मयोनि अथवा परमधाम का धामी तो सिद्ध किया ही गया है, परन्तु यदि ब्रह्माण्ड का वास्तविक अर्थ लिया जाए, जो कि स्वयं परब्रह्म परमेश्वर ने बताया है, तो 'यथा पिण्डे तथा ब्रह्माण्डे' की उक्ति से बिल्कुल ही स्पष्ट हो जाता है कि परमात्मा सर्वत्र नहीं है।

वास्तव में 'ब्रह्माण्ड' उस धाम को कहते हैं जहां 'ब्रह्मतत्व' में अण्डाकार परमात्मा शिव तथा अण्डाकार आत्माएं वास करती हों। इसे ही ब्रह्मलोक, ब्रह्मपुरी, शिवपुरी, परलोक इत्यादि नाम भी दिये गये हैं और शास्त्र शिरोमणि गीता में इसे ही ब्रह्मयोनि, महदब्रह्म या ब्रह्मनिर्वाण भी कहा है। 'पिण्डे... ब्रह्माण्डे' की उक्ति से यह संकेत होता है कि आत्मा पिण्ड में निवास करती है और अंगुष्ठाकार (अण्डाकार) है और बिन्दु रूप परमात्मा ब्रह्माण्ड में अर्थात् ब्रह्मलोक में। ब्रह्मलोक या परलोक शब्दों से सिद्ध है कि वहां किसी का निवास है।''

ईश-उपनिषद - ईश उपनिषद को एक मुख्य उपनिषद माना जाता है। इसमें सबसे पहला मंत्र है - 'ईशावास्यमिदं सर्वं यत्किच जगत्यां जगत। तेन त्यक्तेन भुंजीथा मा गुध: कस्य स्निधनम।' इसका अर्थ यह है कि 'इस सारे लोक में जो कुछ भी जड़-चेतन रूप जगत है, यह सब ईश्वर से व्याप्त यानी घिरा हुआ है। इसलिए ईश्वर को साथ रखते हुए त्याग-पूर्वक इसे भोगते रहो। इसमें लोलूप नहीं होवो क्योंकि यह सारे भोगने-योग्य पदार्थ किसके हैं? यानि किसी के भी नहीं, केवल ईश्वर ही के हैं।

स्पष्ट है कि इस उपदेश का भाव तो यही है कि मनुष्य जगत् की वस्तुओं को परमात्मा की दी हुई वस्तुएं मानकर जगत् में अनासक्त हो जाए। परन्तु इस शिक्षा को जो परमात्मा की सर्वव्यापकता के साथ जोड़ा गया है, वह जोड़ना व्यर्थ है क्योंकि ईश्वर को सर्वव्यापी मानने के बिना भी हर एक वस्तु ईश्वर की तो है ही। जैसे किसी मकान का एक मालिक मकान में सर्वव्यापक नहीं होता, वैसे ही इस सृष्टि अथवा ब्रह्माण्ड में परमात्मा को सर्वव्यापी नहीं माना जा सकता। अत: अनासक्त होकर जीवन व्यतीत करने की जो शिक्षा है, वह ऐसे भी दी जा सकती थी कि - यह सब चराचर जगत् परमात्मा ही का है, तुम ट्रस्टी होकर निमित्त बनकर, इसे भोगो। और यह कहना वास्तव में यथार्थ भी है क्योंकि गीता के भगवान के महावाक्य हैं कि - हे वत्स, मैं सारे जगत् में व्याप्त नहीं हूँ, न ही यह जगत मुझे में व्याप्त अर्थात् मुझसे घिरा हुआ है। मैं त्रिलोकीनाथ हूँ, इसलिए अनासक्त होकर मेरी याद में रहकर कर्म करो।

ईशावास्य उपनिषद - इसी प्रकार ईशावास्य उपनिषद में एक मंत्र है - ओम् पूर्णमद: पूर्णमिदं पूर्णात्पर्णमुदच्यते। पूर्णस्य पूर्णमदाय पूर्णमेवाशिष्यते।। अर्थात् ब्रह्म या परमेश्वर का स्वरूप सम्पूर्ण है। उसमें कोई न्यूनता या त्रुटि नहीं है। उसकी रचना अर्थात् जो जगत है, उसमें भी वही पूर्ण शक्ति समाई हुई है।

अब, इसमें तो संदेह नहीं कि परमात्मा की रचना अर्थात् सृष्टि-लीला अति अद्भूत और त्रुटि-रहित है। परंतु इस बात को देखकर यह नहीं कहा जा सकता कि इस जगत् में परमात्मा भी सर्वव्यापी है। किसी माली के बगीचे में फूलों, फलों, फव्वारों, हरी-हरी घास इत्यादि की शोभा को देखकर यह अनुमान करना तो ठीक है कि यहां कोई माली है जो कि बुद्धिमान भी है परन्तु उस माली को बाग में सर्वव्यापी मानना तो विवेक और अनुभव के विरुद्ध है। किसी नाटक की कथावस्तु, अभिनय, सज-धज इत्यादि को देखकर यह अनुमान करना तो ठीक है कि इस नाटक का निर्देशक सुयोग्य है किन्तु उससे यह अनुमान करना भूल है कि नाटककार प्रत्येक पात्र एवं दृश्य में व्यापक है। किसी कारखाने की सुंदर व्यवस्था और सुचारू क्रियाकलाप को देखकर यह समझना तो ठीक है कि उस का मैनेजर कोई समर्थ और बुद्धिमान व्यक्ति है परंतु यह समझना गलत है कि वह मैनेजर स्वयं प्रत्येक कर्मचारी अथवा कला-कील में व्यापक है। किसी क्रीड़ा में नियमों के उल्लंघन करने वाले खिलाड़ी को रेफरी द्वारा दण्ड पाता देखकर यह निर्णय करना तो ठीक है कि रेफरी न्यायकारी, एवं पक्षपात-रहित है परंतु उससे यह निष्कर्ष निकालना कि वह क्रीड़ा-स्थल के कण-कण में अथवा प्रत्येक खिलाड़ी की नस-नस में विराजमान है, मिथ्या विचार ही है।

निराकार परमात्मा साकार होकर गीता-ज्ञान देते समय कहते हैं कि - हे अर्जुन मैं तेरे सब जन्मों को जानता हूँ। यह सृष्टि-चक्र मेरी अध्यक्षता में घूमता है... इत्यादि। स्पष्ट है कि भगवान सर्वव्यापी नहीं थे तो भी सर्वज्ञ थे। निराकार परमात्मा तो त्रिकालदर्शी एवं योग-दृष्टा एवं साक्षी होने के कारण सदा सबकुछ पहले ही से जानते हैं, उसमें उनके सर्वव्यापी होने का तो प्रश्न ही नहीं उठता।

तत्वमसि या सोहम् - अत: तत्वमसि या सोहम् का जो लक्ष्य भगवान ने दर्शाया है, उसका अर्थ भी ठीक समझ लेना चाहिए। तत्वमसि का अर्थ है - तू वह है या वह तू है। स्वरूप-विस्मृत मनुष्यात्मा को देह अध्यास और विषयासक्ति से छुटाकर पुन: शुद्ध स्वरूप में स्थित करने के लिए भगवान उपदेश करते हैं कि - हे मनुष्य! तू वह अर्थात् शुद्ध आत्मा है, तेरा स्वरूप दिव्य गुण सम्पन्न एवं विकर्मातीत है।

विक्रोली, मुम्बई। ब्र.कु.निलिमा को व्यसनमुक्ति महात्मा गांधी पुरस्कार प्रदान करते हुए महाराष्ट्र के उप-मुख्यमंत्री हर्षवर्धन पाटील और व्यसनमुक्ति समाज कल्याण मंत्री शिवाजी राव मोघे तथा अन्य।

जम्मू-काश्मीर। जम्मू-काश्मीर के स्वास्थ्य मंत्री से आध्यात्मिक चर्चा करते हुए विले-पार्ले की ब्र.कु.अंशुल बहन।

अहमदनगर। सानिया नेहेवाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.उषा बहन एवं ब्र.कु.दीपक।

नवसारी। महिला मंडल द्वारा आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.गीता बहन तथा मंचासीन हैं चेतना बहन, नरेन्द्र भाई, धनसुख भाई तथा अन्य।

सोहम् का अर्थ है - मैं वह हूँ। भगवान से तत्वमसि का मंत्र अथवा सदोपदेश पाकर मनुष्यात्मा निश्चय करती है कि - वह मैं हूँ। अर्थात् मैं वास्तव में शुद्ध स्वरूप, दिव्यगुण सम्पन्न थी। विचार की बात है कि यदि परमात्मा सर्वव्यापी होता अथवा प्रत्येक मनुष्यात्मा स्वयं ही परमात्मा होती हो तो न उसे 'तत्वमसि' का उपदेश करने की आवश्यकता होती और न ही आत्मा को सोहम् के लक्ष्य में स्थित होने का अभ्यास करने की आवश्यकता होती। आवश्यकता तभी होती है जबकि मनुष्यात्मा अल्पज्ञता के कारण स्वरूप-विस्मृत हो जाए और ज्ञान-स्वरूप कल्याणकारी परमात्मा शिव उसे पुन: स्वरूप ज्ञान दें।

उपरोक्त सब दृष्टांतों से सिद्ध है कि परमात्मा अलग है और आत्माएं अलग। परमात्मा 'शिव' अर्थात् पापनाशक एवं मुक्तिदाता है, आत्मा अल्पज्ञ एवं मुक्ति की अभिलाषी है। परमात्मा ज्ञानदाता, स्मरण करने योग्य है और आत्मा को योग का अभ्यास करने की आवश्यकता है। सांख्य दर्शन वालों ने भी आत्माओं को अनादिकाल से अनंतकाल तक अनेक और भिन्न-भिन्न माना है। पातंजलि ने भी योग दर्शन में सांख्य का मत स्वीकार करके परमात्मा जो ही अविनाशी गुरु (शिव) है, से योग लगाने की आवश्यकता बताई है। आत्माओं और परमात्मा की भिन्नता तो न्याय दर्शन वालों ने भी मानी है।

फरीदाबाद। ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् प्रभु स्मृति में खड़े हैं ब्र.कु.कौशल्या बहन, सरपंच मणी तथा अन्य।

जम्मू। 'कॉल ऑफ टाइम' कार्यक्रम में प्रभु स्मृति में खड़े हैं ओ.आर.सी की ब्र.कु.गीता, ब्र.कु.सुदर्शन बहन तथा अन्य।

खजराना। आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए स्वास्थ्य मंत्री महेन्द्र हार्डिया, जिलाधिकारी आकाश त्रिपाठी, पार्षद सुनील पाटीदार, ब्र.कु.मीरा बहन तथा अन्य।

नरेला। निगम पार्षद केशरानी व नीलदमन खत्री को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.गीता बहन।

नवांशहर, पंजाब। धार्मिक कमेटी के प्रधान जुगल किशोर दत्ता को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.कांता बहन तथा अन्य।

न्यू खुर्सीपार, भिलाई। समाज सेवी माधव टिकरिया को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.नेहा बहन।

स्वास्थ्य तनाव रहित खुशहाल जीवन जीयें

रक्तचाप जांच के नियम- चिकित्सक के पास जांच हेतु पहुंचने के बाद कम से कम पांच मिनट के लिए आराम करने के बाद ही अपना रक्तदाब दिखाएं। लंबा चलने के बाद, सीढ़ियां चढ़ने, दौड़ने-भागने के तुरंत बाद जांच कराने पर रक्तदाब बढ़ा हुआ आता है। यह ध्यान रखना चाहिए कि जांच के समय कुर्सी पर आराम से बैठे हों व पैर जमीन पर रखें हों तथा बांह और रक्तदाब मापक यंत्र हृदय जितनी ऊंचाई पर होना चाहिए।

जांच के आधा घंटा पहले से चाय, कॉफी, कोलड्रिंक नहीं पीना चाहिए तथा घ्रुमपान नहीं करना चाहिए। इनके सेवन से रक्तदाब अगले 15 से 20 मिनट के लिए बढ़ जाता है। रक्तदाब मापक यंत्र के बांह पर बांधे जाने वाले कफ की चौड़ाई बांह की मोटाई के अनुसार होना चाहिए। कफ इतना चौड़ा हो कि बांह का लगभग तीन-चौथाई घेरा उसमें आ जाएं। बांह मोटी होने पर साधारण कफ से रक्तदाब लेने पर ब्लड प्रेशर की रीडिंग बढ़ी हुई होगी। यदि बांह पतली और कफ बड़ा है तो ठीक इसके उल्टा होगा यानि की रक्तदाब कम नपेगा। रक्तचाप मापने के लिए हमेशा जांच-परखा यंत्र ही प्रयोग में लायें।

जब रक्तचाप बढ़ा हुआ हो - कभी रक्तचाप थोड़ा बढ़ा हुआ हो जैसे कि 146/96 हो तो तुरंत दवा नहीं लेनी चाहिए। इससे पूर्व कुछ समय तक अपनी जीवन शैली में बदलाव लाने का प्रयास करना चाहिए। इसका असर तीन महीने में दिखाई देता है। इसके लिए प्रथम तो भोजन में नमक की मात्रा कम कर देनी चाहिए। सामान्यत: प्रतिदिन लोग 10 ग्राम नमक खाते हैं। इसे कम करके 3 ग्राम तक लाना चाहिए। नमकीन चीज जैसे दालमोठ, अचार, पापड़ का पूर्णत: परहेज करना चाहिए। शरीर में नमक की मात्रा ज्यादा होने से पानी का जमाव होता है। जिससे रक्त का आयतन बढ़ जाता है, जिसके कारण रक्तचाप बढ़ जाता है। भोजन में पोटाशियम युक्त चीजों का सेवन बढ़ाये, जैसे ताजे फल, डाब का पानी आदि। जहां तक हो सके डिब्बे बंद सामग्री का उपयोग न करें। भोजन में कैलशियम (जैसे दूध में) और मैगनिशियम की मात्रा संतुलित करनी चाहिए। रेशेयुक्त पदार्थों का सेवन अधिक से अधिक करें जैसे फलों के छिलके, साग, चोकर युक्त आटा, इसबगोल इत्यादि। संतृप्त वसा की मात्रा का उपयोग कम करना चाहिए। इसके साथ ही नियमित व्यायाम करना चाहिए। 30 मिनट तक लगातार खूब तेज चलना सर्वोत्तम व्यायाम है। योग, मेडिटेशन, प्रणायाम रोज करना चाहिए।

चेकअप में देरी क्यों? अच्छे स्वास्थ्य के लिए रेग्युलर चेकअप बहुत ही आवश्यक है। समय-समय पर ईसीजी और चेकअप कराने से किसी भी प्रकार की ब्लॉकेज का पता चल जाता है। हमारी आज की निष्क्रिय जीवनशैली के कारण पुरूषों में 45 वर्ष की उम्र के बाद और महिलाओं में 55 की उम्र के बाद दिल का दौरा पड़ने की संभावना बढ़ जाती है। अगर आपका रक्तचाप नियंत्रित नहीं रहता तो आपको समय-समय पर चेकअप कराते रहना चाहिए।

नमक का कम से उपयोग करें - ब्लड प्रेशर के बढ़ने का सबसे बड़ा कारण है अधिक मात्रा में नमक का सेवन। जिससे हृदय की समस्या होने का खतरा बढ़ जाता है। अगर आप समय रहते अपने खान-पान पर ध्यान देंगे तो आगे जाकर आपको किसी भी प्रकार की समस्या नहीं आयेगी।

कोलेस्ट्राल पर नियंत्रण करें - आप ऐसा आहार लें जिससे शरीर में कोलेस्ट्राल की मात्रा नियंत्रित रहे, क्योंकि कोलेस्ट्राल का स्तर हृदय स्वास्थ्य को प्रभावित करता है। सेब और संतरे जैसे फलों का सेवन अधिक से अधिक करें।

ऑफिस में क्या करें - प्रतिदिन व्यायाम करना हृदय स्वास्थ्य के लिए अच्छा होता है। ऑफिस में कार्य करते वक्त बीच-बीच में थोड़ा व्यायाम अवश्य करें। ऑफिस में लिफ्ट का प्रयोग करने के

शेष भाग पृष्ठ 10 पर

जैसा हम अन्न ग्रहण करेंगे वैसा ही शरीर तैयार होगा

यह प्रकृति का नियम है कि हमने जैसा खाया है, जैसी प्रकृति अपने अंदर डाली है उसी प्रकार का वो शरीर तैयार होने वाला है। तामसिक प्रवृति से उत्पन्न बच्चा आपको दु:ख ही देगा ना। इसलिए किस प्रकार का हम शरीर तैयार करना चाहते हैं यह हमारे ऊपर निर्भर है। तब कहा कि प्रकृति से उत्पन्न होने वाले सतो, रजो और तमो, ये तीन गुण अविनाशी देही को देह के बंधन से बांधते हैं। सतो गुण किसको कहते हैं? निर्मल माना पवित्र। बुद्धि को प्रकाश प्रदान करने वाला। निर्विकारी होने के कारण वह व्यक्ति को सुख और ज्ञान के सम्बन्ध में ले आता है, बाँधता है और वो ज्ञानी बन जाता है।

रजो गुण वाले कामना और असक्ति से उत्पन्न हुआ ही समझो। वह आत्मा को कर्म के बंधन में बांधता है और तमो गुण अज्ञान से उत्पन्न होता है। जो आत्मा को आलस्य, निंद्रा और प्रमाद में बांधता है। इस प्रकार से जैसी प्रकृति होती है वैसी ही आत्मा के अंदर लक्षण भी आते हैं। इसलिए आज दुनिया के अंदर भी और आगे के गीता के अध्यायों में हम देखेंगे कि सात्त्विक भोजन एवं राजसिक भोजन क्या है और तामसिक भोजन क्या है। जिससे तामसिक प्रकृति बनाती है। इसलिए तो कहा जाता है कि ''हम जैसा अन्न खायेंगे, वैसा हमारा मन होगा।'' जिस प्रकार के भोजन को हम स्वीकार करते हैं, उसी प्रकार की हमारे शरीर की प्रकृति तैयार होती है।

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्र.कु.उषा

तमोगुण की बुद्धि से अज्ञानता, आलस्य, अलबेलापन, प्रमाद और मोह की अभिव्यक्ति होती है। जिस कारण तमोगुणी मनुष्य अद्योगति को प्राप्त होते हैं और पुन: जन्म भी पशु समान होता है। इसके लिए पशु योनि में नहीं जाना होता है बल्कि मनुष्य योनि में रहकर ही उसका जीवन पशु समान बन जाता है अर्थात् नर्क के समान हो जाता है। कहने का भाव यह है कि हम जिस प्रकार के विचारधारा में रहते हैं और जिस प्रकार का भोजन करते हैं उसी अनुसार प्रकृति से उत्पन्न आत्माओं को इस संसार में प्रगट करते हैं।

जब रजोगुण में वृद्धि होती है तो अत्याधिक आसक्ति और स्वार्थ युक्त कर्म होना प्रारंभ हो जाता है। जिसके कारण जीवन में अशांति एवं इच्छाओं का उदय होना प्रारंभ हो जाता है। रजोगुणी कर्म के फल से दु:ख की अनुभूति होती है एवं रजोगुण की वृद्धि काल में मृत्यु को प्राप्त करने वाला, कर्म बंधन होने के कारण पुन: जन्म में भी वह जीवन बंध का अनुभव करता है। तमो गुण वाला पशु समान जीवन अर्थात् नर्क समान जीवन व्यतीत करता है और रजोगुण वाला, जीवन बंधन में महसूस करता है। जैसे कि हर क्षण कोई न कोई बंधन उसको बंधे हुए है ऐसा वह अनुभव करता है।

सतोगुण की अभिव्यक्ति को तभी अनुभव किया जाता है जब आत्मा तथा सर्व कर्मेन्द्रियों में ज्ञान का प्रकाश प्रकाशित होने के कारण उसमें ईश्वरीय अनुभूति का प्रवाह होता है। सतोगुणी कर्म से अर्जित फल सात्त्विक, निर्मल और ज्ञान-युक्त होता है। सत्वगुण की वृद्धि काल में मृत्यु को प्राप्त करने वाला श्रेष्ठ गति को प्राप्त करता है। इसलिए हमें किस प्रकार की प्रकृति को निर्मित करना है। ये हमारे ऊपर निर्भर करता है।

अर्जुन फिर प्रश्न पूछता है कि हे प्रभु! गुणातीत व्यक्ति के आचरण एवं लक्षण कैसे होते हैं? तब भगवान कहते हैं कि गुणातीत ज्ञानी पुरुष सतो, रजो और तमो गुणों के प्रभाव में नहीं आते हैं और साक्षीदृष्टा बनकर हर कर्म को करते हैं। वे समस्त प्रतिक्रियाओं से निश्चल और अविचलित रहते हैं। वह निरंतर आत्म-स्थिति में स्थित रह निंदा-स्तुति, मान-अपमान, सुख-दु:ख में संतुलित मन: स्थिति वाला, सम दृष्टि और भाव वाला धैर्यचित रहकर सर्व के साथ समान व्यवहार करता है। ये है गुणातीत माना तीनों गुणों से अतीत, ऊपर अवस्था वाले व्यक्ति की विशेषता जो कि तीनों गुणों के प्रभाव में नहीं आते हैं। ये गुणातीत स्थिति भी ज्ञान और पुरुषार्थ से प्राप्त की जाती है। साक्षी भाव, प्रतिक्रियाओं में निश्छल (जिसके अंदर कोई प्रकार का छल न हो) और अविचलित होता है। निंरतर आत्म-स्थिति का पुरुषार्थ करते हुए आत्मभाव को विकसित करता है। ये है गुणातीत व्यक्ति के लक्षण एवं आचरण। जिसे भगवान ने स्पष्ट किया है। अब गुणातीत बनने की विधि भगवान स्पष्ट करते हुए कहते हैं कि जो समस्त परिस्थितियों में अविचलित भाव रख, अव्याभिचारी भक्ति योग के द्वारा प्रकृति के गुणों के प्रभाव से परे हो जाते हैं, वह मेरे सानिध्य में आ जाते हैं। मैं ही अविनाशी अमृत, शाश्वत् धर्म और परम सुख और परम आनंद का आश्रयदाता हूँ। जो इस प्रकार परमात्म सानिध्य को अपनाते हैं उसी विधि के आधार से वो गुणातीत स्थिति को प्राप्त करते हैं। - क्रमश:

अपने लक्ष्यों को जांचे परखे

जो इंसान किसी चीज पर निशाना ही नहीं लगाता, वह चूकेगा क्या! छोटे लक्ष्य बनाना ही सबसे बड़ी गलती है। जीतने वाले लक्ष्य को देखते हैं, और हारने वले रूकावटों को

हमारे लक्ष्य इतने बड़े होने चाहिए कि हमें प्रेरणा दे सकें, मगर असलियत से इतनी दूर भी न हो कि हम निराश हो जायें।

हम जो कुछ भी करते हैं, या तो हमें लक्ष्य के करीब ले जाता है या उससे दूर। हर लक्ष्य इन पैमानों पर तौला जाना चाहिए लक्ष्य को कसोटी पर खरे तब नहीं उतरते-

1. अगर मेरा लक्ष्य सेहतमंद बनना हो, लेकिन जेब से मैं पैसा न हो, तो यह बिल्कुल साफ है कि यह व्यवहारिक नहीं है। इसका मतलब यह है कि इसका तालमेल हमारे दूसरे लक्ष्यों के साथ नहीं है।

2. एक इंसान दुनिया में जितना चाहे धन कमा सकता है, लेकिन अगर वह अपने सेहत और परिवार को खो देता है, तो क्या उस धन की कोई कीमत है।

3. कोई व्यक्ति नशीली दवाएं बेचकर करोड़ों रुपए कमा सकता है, लेकिन फिर उसे बाकी जिंदगी कानून से भागते हुए बितानी पड़ेगी। इस तरह का व्यवहार गैरकानूनी है, सामाजिक जिम्मेदारी से परे, और मन की शांति तथा ख्याति को छिनने वाला होगा।

बिना कर्म के लक्ष्य खोखले सपनों की तरह होते हैं। कर्म ही सपनों को लक्ष्यों में बदलता है। अगर हम अपना लक्ष्य नहीं भी हांसिल कर पाते, तो इसका मतलब असफल होना नहीं होता। देशी होने का मतलब हारना नहीं है, इसका मतलब यह है कि अपने लक्ष्य को पाने के लिए फिर से योजना बनाने की जरूरत है।

जैसे एक कैमरें को तस्वीर लेने के लिए फोकस करना पड़ता है, वैसे ही हमें भी सफल जीवन पाने के लिए लक्ष्य बनाने की जरूरत पड़ती है।

अपने ऊपर इस डर को कभी हावी न होने दे कि किसी काम को करने में कितना समय लगेगा। वह समय किसी न किसी तरह बीत ही जायेगा, लेकिन हमें उस बीतने वाले समय का बेहतर से बेहतर उपयोग करने की कोशिश करनी चाहिए - अर्ल नाइटिंगल

हमारे लक्ष्यों और नैतिक मूल्यों के बीच तालमेल हो - लक्ष्य हमारे जीवन को अर्थ देते हैं। यह सफलता की ओर पहला कदम है। चाँद बनने का लक्ष्य बनाएं। आप चूक भी गए तो एक तारा तो बन ही जायेंगे।

हेनरी फोर्ड कहते हैं - बाधाएं ऐसी डरावनी चीजें हैं, जो लक्ष्य से आँखें हटने पर आपको दिखती है।

इस दुनिया में हम सभी के जीवन में एक उद्देश्य है, और यह हर इंसान का अलग-अलग हो सकता है। किसी आर्केस्ट्रा में अगर हर कोई एक की बाजा बजा रहा है तो वह सूनने में शायद अच्छा नहीं लगेगा।

जैसे एक कैमरें को तस्वीर लेने के लिए फोकस करना पड़ता है, वैसे ही हमें भी सफल जीवन पाने के लिए लक्ष्य बनाने की जरूरत पड़ती है।

छोटी योजनाएं न बनाएं उनमें इंसान के दिलों में जोश भरने वाला जादू नहीं होता.....। बड़ी योजनाएं बनाएं, परी अज्ञा के साथ ऊंचाई की ओर बढ़ें और काम करें।

इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि हम कहां है? महत्व इसका है कि हम किस दिशा में जा रहे हैं। बिना किसी उद्देश्य के मेहनत और साहस भी बेकार होते हैं। चिंता गलत लक्ष्य बनाने की और ले जाती है। चिंतित आदमी उन बातों के बारे में सोचता रहता है जिन्हें वह घटित होते नहीं देखना चाहता। सक्रियता का मतलब उपलब्धि नहीं है।

अल्फ्रेड एमोंटपर्ट कहते हैं - सक्रियता को उपलब्धि मानने की भूल न करें। कठघोड़ा अपनी जगह पर लगातार चलता दिखता है, लेकिन अगे जरा भी नहीं बढ़ता।

सक्रियता और उपलब्धि में बहुत फर्क है। एक फ्रांसीसी वैज्ञानिक कब्र ने इस बात को भेड़चाल वाले कैटरपिलस्टे के साथ एक प्रयोग करके दिखाया। कैटरपिलर्स्ट अपने सामने वाले की नकल करते हुए आँखें मूंदकर चलते हैं। कैब्रे ने उन्हें एक फूलदान के घेरे में इस तरह से रखा कि सबसे आगे वाला कैटरपिलर वास्तव में सबसे पीछे, कैटरपिलर के ठीक पीछे रहा। फिर उसने चीड़ के कांटे, जो कैटरपिलर का भोजन है, उस फूलदान के बीच में रख दिए। कैटरपिलर्स उस फूलदान में एक घेरे में ही घूमते रहें। आखिरकार एक घुमते तक चक्कर लगाने के बाद वे थकान और भूख से भर गए, जबकि खाना उनसे कुछ ही इंच दूर था। हमें कैटरपिलर्स से सीख लेनी चाहिए। सिर्फ काम करते रहने का मतलब यह नहीं है कि आप कामयाबी की तरफ बढ़ रहे हैं। हर किसी को अपने काम को परखते रहना चाहिए ताकि, हमारे का फल मिल सके।

एक आदमी अपनी पत्नी के साथ गाड़ी चला रहा था। पत्नी ने कहा, प्रिय, हम लोग गलत दिशा में जा रहे हैं। पति ने जवाब दिया, कौन परवाह करता है, हम बिफोर टाइम चल रहे हैं।

अगर हम सिर्फ रफ्तार और काम करने को कामयाबी समझ बैठे तो हमारी गाड़ी तो बहुत अच्छी चलेगी, मगर हम कहीं पहुंचेंगे नहीं।

निरर्थक लक्ष्य - किसी किसान का एक कुत्ता सड़क के किनारे बैठकर आने वाली गाड़ियों का इंतजार करता रहता था। जैसे ही कोई गाड़ी आती, वह भौंकता हुआ उसके पीछे दौड़ता। एक दिन उसेन पड़ोसी ने उस किसान से पूछा, क्या तुम्हें ऐसा लगता है कि तुम्हारा कुत्ता कभी किसी गाड़ी को पकड़ पाएगा? उस किसान ने जवाब दिया, सवाल यह नहीं है कि वह किसी गाड़ी को पकड़ पाएगा, बल्कि यह है कि अगर पकड़ पाएगा तो वह क्या करेगा?

बहुत से लोग उस कुत्ते की तरह निरर्थक लक्ष्यों के पीछे भागते रहते हैं।

कोचीन। पूर्व राष्ट्रपति डॉ.ए.पी.जे.अब्दूल कलाम को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सुवर्णा बहन।

मडगांव, गोवा। आध्यात्मिक गुरु श्री.श्री.रविशंकर से आध्यात्मिक चर्चा करने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सुरेखा बहन।

मीरा रोड, मुम्बई। भाईंदर महानगरपालिका की महापौर बहन कैटलिन परेरा को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.रंजन बहन।

मुलुण्ड (वेस्ट)। विधायक तारसिंह को ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् समूह चित्र में हैं ब्र.कु.वर्षा बहन, ब्र.कु.माला बहन तथा अन्य।

नगर, भरतपुर। ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् समूह चित्र में हैं थानाधिकारी हीरा लाल सैनी, ब्र.कु.हीरा बहन, ब्र.कु.मिथलेश बहन तथा अन्य स्टाफ।

नागपुर। शांतिवन के ब्र.कु.भगवान को उनकी आध्यात्मिक सेवाओं में उल्लेखनीय योगदान के लिए 'सनराईज अवार्ड' से सम्मानित करते हुए सनराईज पीस मिशन के संस्थापक हरगोविंद मुरारका।

आध्यात्मिक एवं ... पृष्ठ 1 का शेष 25,000 स्क्वायर फीट में हुआ है। स्टूडियो बनाने का उद्देश्य यही है कि यहाँ से हर भाषा में कार्यक्रम का प्रसारण किया जा सके।

इस उद्घाटन समारोह में संस्था की संयुक्त मुख्य प्रशासिका दादी रतनमोहिनी, प्योरिटी के संपादक ब्र.कु.बृजमोहन, सूचना एवं जनसम्पर्क निदेशक ब्र.कु.करूणा, यूरोप स्थित सेवाकेंद्रों की संचालिका ब्र.कु.जयंति आदि ने भी अपने विचार व्यक्त किए। संस्थान के इस स्वर्णिम और ऐतिहासिक अवसर पर देश-विदेश से हजारों की संख्या में भाई-बहनें उपस्थित थे।

इससे पूर्व गॉडलीवुड स्टूडियो में स्टूडियो 'सी' के उद्घाटन अवसर पर टॉक शो का भी आयोजन किया गया, जिसमें दादी जानकी, ब्र.कु.रमेश शाह, ब्र.कु.मोहिनी एवं ब्र.कु.जयंति ने विशेष रूप से भाग लिया। डायमण्ड हॉल में देश-विदेश से आए कलाकारों ने मूल्यनिष्ठ एवं शिक्षाप्रद सांस्कृतिक कार्यक्रम प्रस्तुत किए, तो पूरा हॉल तालियों की गड़गड़ाहट से गूंज उठा।

इस प्रकार अनेकानेक ब्रह्मावत्सों के दिल में अमिट छाप छोड़ते हुए यह कार्यक्रम संस्था के स्वर्णिम इतिहास में एक नया अध्याय जोड़ने में कामयाब रहा।

वर्तमान समय.... पृष्ठ 1 का शेष

नकारात्मकता और अन्याय के लिए कोई स्थान न हो। इस कार्य में ब्रह्माकुमारीज़ संस्था महत्वपूर्ण भूमिका निभा रही है। आध्यात्मिकता विश्वास और सफलता की कुंजी है। उन्होंने भारत और नेपाल के सम्बन्धों में और अधिक सौहार्द्र लाने के लिए द्विपक्षीय प्रयास करने पर बल दिया।

संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने विश्वास व्यक्त करते हुए कहा कि देश-विदेश से आये भाई-बहनें विश्व शांति की स्थापना में सहयोगी बनेंगे। दादीजी ने कहा कि आने वाले समय में भारत देश पूरे विश्व का प्रतिनिधित्व करेगा। हिम्मत, विश्वास और सच्चाई से लोग साथी बनते हैं।

ऑक्सफोर्ड विश्वविद्यालय से आये नेविल हांजकिन्सन ने कहा कि भारत देश की आध्यात्मिक संस्कृति की प्रशंसा की और कहा कि यहां के मूल्य और संस्कृति से पूरा समाज सकारात्मक बदलाव की ओर बढ़ रहा है। ब्र.कु.रमेश शाह ने कहा कि आध्यात्मिक शक्ति और राजनैतिक शक्ति को मिलाकर कार्य करना चाहिए जिससे आध्यात्मिक क्रांति पूरे विश्व में फैल सके और नये सृष्टि की स्थापना का कार्य संपन्न हो सके। इस कार्यक्रम को ब्र.कु.बृजमोहन, ब्र.कु.मृत्युंजय, लाईव इंडिया न्यूज चैनल की सीईओ सुप्रिया कांते ने भी सम्बोधित किया। मंच का कुशल संचालन ब्र.कु.आशा ने किया।

सभी देशों का हुआ प्रतिनिधित्व - पूरे विश्व के 137 देशों से आये प्रतिनिधियों ने ध्वजारोहण समारोह में भाग लेकर अपने-अपने देशों का प्रतिनिधित्व किया तथा इस अवसर पर रंग-विरंगे गुब्बारे भी आकाश में उड़ाये गये।

श्रीमद्भगवद्गीता और भगवान

ब्र.कु.जगदीश...

'भगवान और गीता' - यह जो विषय है, यह बहुत ही उत्तम है क्योंकि 'भगवान' शब्द आत्माओं में से उत्तम जो परमात्मा है, उनका वाचक है और गीता सभी शास्त्रों में उत्तम है। फिर इन दोनों से मनुष्य का जीवन भी उत्तम बनता है और उससे प्राप्ति भी उत्तम होती है। परन्तु आज, जैसे परमात्मा के विषय में अनेक मत हैं, वैसे ही गीता पर भी अनेक टीकाएं और टिप्पणियां हैं। अत: गीता के बारे में स्पष्ट, यथार्थ और निश्चयात्मक रीति से जानने की आवश्यकता है।

गीता में किसके महावाक्य हैं? - वास्तव में गीता की उत्तमता ही इसका कारण है कि यह स्वयं भगवान के महावाक्यों का संकलन है। तभी तो इसका नाम भी 'भगवद्गीता' है। अन्य किसी भी शास्त्र का ऐसा नाम नहीं है। परन्तु इसका नाम 'भगवद्गीता' मानते हुए भी बहुत से लोग देवकी-पुत्र श्रीकृष्ण को इसका आदि वक्ता मानते हैं। अत: संसार के करोड़ों लोग, जो कि श्रीकृष्ण को भगवान नहीं मानते, वे इसे भी भगवान के महावाक्यों का ग्रन्थ नहीं मानते, बल्कि इसे एक महात्मा के वचनों का संग्रह मानते हैं। इससे गीता का माहात्म्य बहुत कम हो गया। अत: इस बात को आज स्पष्ट करने की जरूरत है कि भगवद्गीता में जो 'भगवान' शब्द है, वह किसका वाचक है अर्थात् गीता के भगवान का स्वरूप क्या है। भगवान के स्वरूप को यथार्थ रीति से जाने बिना गीता का ठीक अर्थ नहीं समझा जा सकता और भगवान की जो आज्ञा है कि 'तुम मुझे याद करो, मुझमें मन लगाओ (मन्मनाभव)' आदि-आदि, मनुष्य उसका पालन भी नहीं कर सकता और उसका पालन किये बिना वह योगयुक्त और जीवनमुक्त भी नहीं हो सकता।

भगवान की स्वरूप की सही पहचान के लिए गीता का पहला निर्देश - आज गीता-ज्ञान का दाता देवकी - नंदन, मोर-मुकुट-धारी श्रीकृष्ण को माना जाता है। गीता में एक ऐसा चित्र भी प्राय: लगा रहता है। इस प्रकार गीता के प्रसंग में 'भगवान' शब्द का उच्चारण होते ही गीता-प्रेमियों के मन में इस दैहिक चित्र की याद ही आती है। परन्तु भगवान ने स्वयं बतलाया है कि देह अलग है, देही अलग है। गीता में देह को 'क्षेत्र' और आत्मा को 'क्षेत्रज्ञ' कहा गया है और दोनों का भली-भांति भेद स्पष्ट किया गया है। अत: शारीरिक रूप, जो कि लोगों के मन में याद हो आता है को 'भगवान' नहीं कहेंगे बल्कि जिस चेतन सत्ता ने शरीर का आधार लिया उसे 'भगवान' कहेंगे। गीता में भगवान के स्पष्ट महावाक्य है कि ''मैं अपनी प्रकृति को अधीन करके प्रगट होता हूँ (प्रकृति स्वाम् अधिष्ठाय संभवामि...)। अत: शरीर को 'भगवान' समझना गलत है, बल्कि शरीर रूप प्रकृति को जो अधीन करने वाली सत्ता है, वही भगवान है। गीता में अन्य स्थलों पर भी लिखा है कि प्रकृति अलग है, पुरुष अलग है और भगवान तो पुरुषोत्तम है। इसलिए गीता में कहा है कि - मैं अव्यक्त हूँ, व्यक्त शरीर में आता हूँ परंतु बुद्धिहीन लोग मुझे व्यक्त (दैहिक रूप वाला) मान लेते हैं (अव्यक्तम् व्यक्तिमापन्न मन्यते माम् अबुद्धय:)। शरीर से भिन्न अव्यक्त एवं दिव्य होने के कारण ही तो भगवान ने कहा कि - 'मैं तुझे दिव्य चक्षु देता हूँ, तू उस द्वारा मुझ परमात्मा का वह वास्तविक रूप देख। अत: गीता का पहला निर्देश यह है कि भगवान को व्यक्त या दैहिक रूप वाला मानना बुद्धिहीनता है।

भगवान का दिव्य रूप कौनसा है? - अब प्रश्न उठता है कि यदि मोर-मुकुटधारी शारीरिक रूप, भगवान का नहीं है तो उनका निज दिव्य रूप कौनसा है? इस बात को समझने के लिए पहले 'आत्मा' अथवा 'पुरुष' को जानना जरूरी है। आत्मा के बारे में भगवान ने कहा है कि जैसे इस लोक को एक सूर्य प्रकाशित करता है, वैसे ही इस क्षेत्र अथवा शरीर को आत्मा प्रकाशित करती है, (यथा प्रकाशयति एक: कृत्स्नं लोकम् इमं रवि, क्षेत्रं क्षेत्री तथा कृत्स्नं प्रकाशयति भारत)। अत: स्पष्ट है कि आत्मा एक ज्योतिस्वरूप, चेतन सत्ता है जो कि शरीर में सर्वव्यापक नहीं है, बल्कि जैसे इस लोक में सूर्य एक स्थान पर होते हुए लोक को प्रकाशित करता है, वैसे ही आत्मा भी शरीर में एक स्थान पर है। यह आत्मा ज्योति-बिन्दु रूप है और भृकुटि में ही इसका वास है जहां पर लोग प्राय: बिन्दी अथवा तिलक लगाया करते हैं। इसीलिए ही गीता में भी भगवान ने कहा है कि - शरीर छोड़ते समय भृकुटि के बीच जो आत्मा है, उसमें ठीक रीति से स्थित होने वाला ही परम पुरुष परमात्मा के पास जाता है (प्रयाणकाले भ्रुर्वोमध्ये प्राणम् आवेश्य सम्यक सतं परं पुरुषमुपयति दिव्यं..। तो जैसे आत्मा अथवा पुरुष ज्योति-बिन्दु रूप अथवा ज्योति का एक अणु:मात्र है, वैसे ही परमात्मा भी ज्योतिबिन्दु रूप ही है। वह केवल धर्म-गलानि के समय शरीर लेता है। इसीलिए गीता में भगवान ने कहा है कि 'मैं सभी देहधारियों में श्रेष्ठ हूँ (अधियज्ञोहम् एवं अत्र देहे, देहमृताम् वर)।

'कृष्ण' नाम किसका है? - यह तो स्पष्ट हो गया कि भगवान देह से अलग हैं, वह ज्योतिबिन्दु स्वरूप हैं जो कि धर्म ग्लानि के समय देह लेते हैं, परन्तु अब प्रश्न उठता है कि गीता में जो कृष्ण नाम है, वह किसका है? पहले तो यह सोचने की बात है कि क्या 'कृष्ण' नाम संज्ञा-वाचक है या गुणवाचक? यदि वह संज्ञा-वाचक है तो यह भगवान का नाम हो नहीं सकता क्योंकि भगवान के सभी नाम गुण-वाचक अथवा परिचय वाचक होते हैं। यदि यह नाम गुण-वाचक है और यदि 'कृष्ण' शब्द का अर्थ सांवला है तो भी इस अर्थ में यह भगवान का नाम नहीं हो सकता क्योंकि ज्योति स्वरूप भगवान को तो 'सांवला' कहा ही नहीं जा सकता। भगवान के लिए तो गीता में कहा गया है कि 'आदित्य वरणं तमस: परस्तात...' अर्थात् वह तो सूर्य (आदित्य) के समान तेजोमय रूप वाले हैं और अंधकार अथवा श्यामता से सदैव परे हैं। फिर भगवान ने यह भी कहा है कि दिव्य चक्षु द्वारा मेरे दिव्य रूप (प्रकाशमय रूप) को देखो।

गीता में, 'कृष्ण' के अतिरिक्त भगवान के अन्य नाम भी दिए हैं, जैसे कि जनार्दन, अच्युत, गोविंद, हृषिकेश, केशव आदि-आदि। ये सभी गुण-वाचक अथवा परिचय-वाचक नाम हैं। 'कृष्ण' शब्द के छ: अर्थ हैं -

1. जो भक्तों के मन को खींच कर अपने समान आनंद स्वरूप कर डालता है।

2. यह 'कृष' धातु सत्ता का वाचक है और 'ण' प्रत्यय 'आनंद' का वाचक है। 'सत्ता' और 'आनंद' दोनों का एकता-भाव रूप परमात्मा ही कृष्ण है। अर्थात् सत् चित्त, आनंद स्वरूप होने के कारण परमात्मा ही का एक नाम 'कृष्ण' है।

3. जो विनाश काल में सब आत्माओं को अपनी ओर खींचता है उसका नाम 'कृष्ण' है।

4. भक्तों के पापादि दोषों को निवारण करने के कारण वह 'कृष्ण' कहलाता है।

5. जो शत्रुओं को भी अपनी शक्ति के महान् बल से अपनी ओर खींचकर अपने वश में करता है, वह 'कृष्ण' है।

6. न प्राप्त हो सकने वाले पुरुषार्थी को भी जो भक्तजनों को प्राप्त कराता है, वह 'कृष्ण' है।

'कृष्ण' शब्द के जो अर्थ दिये गए हैं, इन अर्थों को प्राय: सभी विज्ञ लोग मानते हैं। परन्तु सर्व साधारण इन अर्थों को नहीं जानते। इन अर्थों पर विचार करने से स्पष्ट है कि 'कृष्ण' नाम देवकी-पुत्र के संज्ञा-वाचक नाम के तौर पर प्रयोग नहीं हुआ बल्कि स्वयं ज्योतिस्वरूप, अशरीरी सत् चित आनन्द स्वरूप परमपिता के लिए प्रयोग हुआ है। यदि यह संज्ञा-वाचक नाम के तौर पर प्रयोग हुआ होता तो गीता में 'कृष्ण' के अतिरक्त अन्य कोई नाम न होता। परन्तु हम देखते हैं कि जैसे 'कृष्ण' नाम कई बार आया है, वैसे ही जनार्दन, हृषीकेश, केशव आदि नाम भी अनेक बार आये हैं। वे सभी नाम भी गुण-वाचक हैं।

अत: मालूम रहे कि जैसे 'राम' दो हैं - एक दशरथ-सुत राम और एक परमात्मा जो कि रञ्जनकारी होने के कारण अथवा रमणीक होने के कारण इस गुण-वाचक नाम से भी जाने जाते हैं, वैसे ही कृष्ण भी दो हैं। 'दशरथ-सुत' राम की तरह कृष्ण शब्द यदि संज्ञा-वाचक शब्द के तौर पर प्रयोग किया जाये तो यह 'देवकी-नंदन' कृष्ण के लिए प्रयुक्त हुआ जानना चाहिए। परन्तु यदि अन्य गुण-वाचक नामों में से एक गुण-वाचक नाम के तौर पर प्रयुक्त हुआ है तो इसे सत्, चित्त, आनन्द स्वरूप, निराकार (अकाय) परमात्मा का वाचक मानना चाहिए। अब जैसे राम के भी ईश्वर 'अशरीरी राम' हैं जिन्हें कि 'रामेश्वर' कहा जाता है, वैसे ही कृष्ण के भी जो ईश्वर हैं उन्हें गोपेश्वर कहा जाता है। दक्षिण भारत में रामेश्वर नाम शिवलिंग की प्रतिमा है और वृंदावन में गोपेश्वर नाम से भी प्रतिमा स्थापित है। उसी निराकार परमात्मा रामेश्वर अथवा गोपेश्वर ही का मुख्य, स्व-कथित नाम 'शिव' है क्योंकि वह जगत का कल्याण करता है, वह सबको मुक्ति देता है। उसे ही 'केशव' कहा गया है क्योंकि वह ब्रह्मा, विष्णु, और शंकर का भी रचयिता है। यही कारण है कि उसे 'त्रिमूर्ति शिव' भी कहते हैं।

इस मान्यता से गीता एक सार्वभौम शास्त्र - स्पष्ट है कि यदि स्वयं भारतवासियों को यह ज्ञान होता कि गीता-ज्ञान ज्योतिस्वरूप, निराकार परमपिता परमात्मा शिव ने दिया था जो कि ब्रह्मा, विष्णु और शंकर के भी रचयिता हैं और त्रिकालदर्शी हैं तो विश्व के सभी लोग इसे परम आदरणीय परमपिता के महावाक्य जानकर इसे शिरोधार्य मानते और वे भारत को भी परमपिता की अवतार-भूमि मानकर अपना सर्वोत्तम तीर्थ मानते। उस अवस्था में विश्व का सारा इतिहास ही बदल जाता। मुसलमान लोग जो कि देश-देशांतर से अपने परम तीर्थ मक्का में जाकर जाने-अनजाने अपने धर्म-विधान के तौर पर वहां संगे असवद को अति प्यार से चूमते हैं, वे भारत पर आक्रमण न करते क्योंकि वास्तव में यह संगे असवद शिव-प्रतिमा ही तो है - वही शिव जिन्होंने भारत में अवतरित होकर गीत-ज्ञान की मधुर बांसुरी बजाई और भारत को पुण्यभूमि बनाया। यहूदी लोग भी गीता में श्रद्धा रखते क्योंकि उनके धर्मपिता मूसा को जो साक्षात्कार हुआ था, वह इस शिव-रूप ही का तो था जिसे वो अपनी स्थानीय भाषा में जेहोवा कहते हैं। शिव को, अर्थात् निराकार, ज्योतिस्वरूप परमात्मा को तो सभी धर्मों तथा देशों के लोग पूर्व काल में अपना 'परमपिता' अथवा 'मालिक' मानते ही रहे हैं। देखिये तो 'कृष्ण' को देवकीनंदन का नाम मानकर और इसे एक संज्ञा-वाचक शब्द समझकर गीता को श्रीकृष्ण के वचनों का ग्रंथ मान लिया गया और इस प्रकार इसका माहात्म्य बहुत ही कम कर दिया गया!

अर्जुन किसका नाम था और 'रथ' शब्द किसका वाचक है? - 'रथ' और घोड़ों का जैसा उल्लेख महाभारत में किया गया है, वैसा रथ और वैसे घोड़े तो हो ही नहीं सकते। महाभारत में तो लिखा है कि खाण्डव वन के दाह के समय अग्नि देवता ने अर्जुन को यह रथ दिया जो कि नदियों, पहाड़ों आदि पर भी चल सकता था और आकाश में भी उड़ जा सकता था। उसमें बताया गया है कि इसके घोड़े चित्ररथ गांधर्व के सौ घोड़ों में से थे जो कि स्वर्ग में तथा पाताल में भी उड़कर जा सकते थे और ये मरते नहीं थे। इनमें से जितने घोड़े मर जाते थे, उतने ही पैदा हो जाते थे। अब आप सोचिए कि क्या ऐसा रथ और ऐसे घोड़े भला हो सकते हैं?

तो सत्यता कुछ और है। वास्तव में रथ शब्द अलंकारिक है, यह शरीर ही का वाचक है। जैसे गीता में शरीर को आत्मा के 'वस्त्र' कहा गया है, वैसे ही यहां शरीर की उपमा 'रथ' से की गई है। उपनिषदों में भी है कि शरीर को रथ मनो और बुद्धि को सारथि। परमपिता शिव गीता-ज्ञान देने के लिए वास्तव में एक साधारण मनुष्य के तन में प्रविष्ट, आविष्ट अथवा संनिविष्ट हुए थे। उस शरीर रूपी रथ में एक तो उस मनुष्य की 'आत्मा' अर्थात् 'रथी' भी है, अब चूंकि परमपिता परमात्मा ने भी परकाया में प्रवेश किया, इसलिए उन्हें 'सारथी' कहा गया है। शरीर को रथ की उपमा इसलिए दी गई है कि युद्ध का प्रसंग चल रहा है, सारी गीता युद्ध के प्रसंग में कही जा रही है और युद्ध में रथ का प्रयोग होता है या यों कहिए कि मन रूपी घोड़े को बुद्धि द्वारा वश में रखना है अथवा उसकी लगामें भगवान के हाथ में देनी हैं, इसलिए शरीर की उपमा रथ से की गई है। उसी दृष्टिकोण से भगवान को 'सारथी' कहा गया है।

-शेष पृष्ठ 11 पर

अध्यात्म साधना में ज्ञान की गुह्यता व उनके अनुभवों, दृष्टांतों और व्याख्यानों से स्पष्ट होता है जो तपस्वी, साधक व योगी हैं, इसे अपनी साधना द्वारा प्राप्त करते हैं। वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्रह्माकुमारी ऊषा शिव परमात्मा द्वारा बताये गए गीता ज्ञान की सुयोग्य व्याख्याकार एवं विवेचक हैं। वे इसे सतत् श्रृंखला के रूप में 'ओम शांति मीडिया' में प्रस्तुत करती आ रही हैं। उनकी यह प्रस्तुति इतनी सरल, सुबोध तथा हृदयग्राही होती है कि पाठक इसके अंक की प्रतीक्षा करते हैं। उनके लिए तो यह सतत् अध्ययन का भी हिस्सा बनी रही। आप सभी भाई-बहनों की लम्बे समय से यह मांग थी कि गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य की पूरी श्रृंखला को एक साथ संकलित रूप में प्रस्तुत किया जाये। जिससे इसका लाभ अनेक आत्माओं को मिल सके। आप सभी भाई-बहनों के स्नेह भरे आग्रह का ही यह परिणाम है कि इसे संकलित रूप में प्रस्तुत किया गया है। शिव परमात्मा द्वारा प्रजापिता ब्रह्मा के माध्यम से बताया गया यह गीता ज्ञान, रूद्र ज्ञान यज्ञ का आधार है। इस पुस्तक को प्राप्त करने के लिए सम्पर्क करें - ओम शांति मीडिया, ऑफिस, शांतिवन।

गीता ज्ञान का
आध्यात्मिक रहस्य
mediabkm@gmail.com, m-8107119445

कथा सरिता

जैसे को तैसा

सोहन और राकेश दो पड़ोसी थे। दोनों ही खेती करते थे। रतनपुर गांव में लोग सोहन की बातों की बहुत कद्र करते थे। उनका मानना था कि सोहन की सलाह उपयोगी होती है लेकिन राकेश को यह बिल्कुल पसंद नहीं था। वह हर संभव सोहन को नीचा दिखाने का प्रयत्न करता था। एक बार गांव में रामनवमी का उत्सव था। मंदिर में आयोजन को लेकर चर्चा चल रही थी। चर्चा में सोहन के अतिरिक्त अन्य लोगों में विक्रम भी था। सोहन जो भी सलाह देता विक्रम उसे काट देता। एक-दो बातों पर तो सोहन ने ध्यान नहीं दिया लेकिन बार-बार ऐसा होने पर उसने चुप रहना उचित समझा। वहीं बैठे राकेश ने सहानुभूति दिखाते हुए कहा, क्या हुआ? सोहन चुप क्यों हो गए? अपनी सलाह क्यों नहीं दे रहे। सोहन ने जवाब दिया जब स्थिति हमारे अनुकूल न हो तो चुप रहने में ही भलाई है। राकेश ने सोहन को भड़काने की नीयत से बोला, तुम्हारी बात नहीं मानी इसलिए नाराज हो गए। सोहन ने सहजता से जवाब दिया, मित्र गरीब की नाराजगी उसे ही नुकसान पहुंचाती है। राकेश बोला, समझ गया तुम्हारा बड़प्पन कोई नहीं मानना चाहता इसलिए क्या तुम श्रीराम के उत्सव में भाग नहीं लोगे? इस पर सोहन ने जवाब दिया, राकेश भगवान के विवाह पर कौन छोटा और कौन बड़ा। उनके लिए तो सब समान है। इस बार विक्रम राकेश के सुर में सुर मिलाते हुए कहावत के रूप में बोला, सबको समान मानते हो, हर कोई पालकी में बैठेगा तो पालकी ढोएगा कौन? इसके बाद उसने यह सोचकर कि उसकी बात की प्रशंसा होगी, सबकी तरफ देखा, लेकिन इस बार एक बुजुर्ग जो सारा माजरा समझ रहे थे उन्होंने विक्रम की बात का जवाब दिया, बेटा तेरे जैसा कोई न कोई तो होगा ही। बुजुर्ग की बात पर वहां बैठे लोग हंस पड़े। अब राकेश और विक्रम के चेहरे देखने लायक थे।

उचित बंटवारा

राम और बलराम जुड़वां भाई थे। दोनों स्वभाव और कदकाठी में बिल्कुल अलग थे। राम लंबा और दुबला-पतला था। वह मिलनसार था, परंतु बलराम मोटा था और उसे किसी से बात करना अच्छा नहीं लगता था। वह गुस्सैल भी था। दोनों में नहीं बनती थी। एक दिन उन्हें साथ ही दूसरे शहर जाना पड़ा। माँ ने उनके लिए अलग-अलग खाना बनाकर रख दिया था। जंगल के रास्ते से गुजर रहे थे। खाना खाने के लिए वे एक पेड़ के नीचे रूके। वहां कुछ और राहगीर भी थे। दोनों ने खाने का डिब्बा खोल लिया। राम के डिब्बे में तीन और बलराम के डिब्बे में दो रोटियां थी। माँ ने शायद उनके डील-डौल के अनुसार ही ऐसा किया होगा परंतु यह देखकर बलराम को बहुत गुस्सा आया। तभी वहां एक आदमी आया और बोला, मैं रास्ता भूल गया हूँ। मुझे बहुत भूख लगी है। मेरे पास पैसे हैं। आप लोग यदि खाने में से थोड़ा-सा मुझे दे देंगे तो मैं उसका दाम दे दूंगा। दोनों भाई राजी हो गए। तीनों ने मिलकर खाया। इसके बाद उस आदमी ने पांच चांदी के सिक्के दिए और उन्हें धन्यवाद देकर चला गया। राम ने दो सिक्के बलराम को दिए और तीन स्वयं रख लिए। बलराम को यह देख गुस्सा आ गया। वह बोला, हम दोनों ने ही उसे खाना खिलाया था इसलिए बराबर का हिस्सा होना चाहिए। मुझे आधा सिक्का और दो। राम बोला, मेरे पास तीन रोटियां थीं इसलिए मुझे तीन और तुम्हें दो मिलने चाहिए। तुम खुश नहीं हो तो मैं तुम्हें आधा सिक्का दे दूंगा पर मेरे पास अभी खुले नहीं हैं। बलराम तुरंत देने की जिद करने लगा। राम पास बैठे राहगीर के पास खुले पैसे लेने गया। वह उनकी बात सुन रहा था। वह बोला, मैं तुम लोगों का बंटवारा कर सकता हूँ। बलराम बोला, ठीक है, आप न्याय करें। राहगीर बोला, तुम दोनों के पास कुल पांच रोटियां थीं। तीन लोगों ने बराबर रोटियां ली, इसका मतलब कि हर रोटी के तीन हिस्से हुए। इस तरह कुल पंद्रह टुकड़े हुए। बलराम के पास दो रोटियों के छह टुकड़े थे और उसने पांच टुकड़े खाए। इस प्रकार उस आदमी को राम ने चार टुकड़े और बलराम ने एक ही खिलाया। इस हिसाब से राम को चार और बलराम को एक सिक्का मिलना चाहिए। इस पर बलराम ने चुपचाप एक सिक्का भाई को लौटा दिया।

जापानी छात्रों की देशभक्ति

एक बार की बात है स्वामी रामतीर्थ अमेरिका जा रहे थे। वे जिस जहाज पर सवार थे, उसी में लगभग डेढ़ सौ जापानी छात्र भी अमेरिका जाने के लिए सवार थे। स्वामीजी का उनसे परिचय हुआ और वे छात्र स्वामीजी के ज्ञान से बहुत प्रभावित हुए। उन छात्रों में से कई अत्यंत धनी परिवारों से ताल्लुक रखते थे। स्वामीजी ने बातों-बातों में उनसे पूछा - आप अमेरिका पढ़ने के लिए जा रहे हैं? सभी ने स्वामीजी को बताया कि वे विशेष अध्ययन के लिए अमेरिका जा रहे हैं। तब स्वामीजी ने उन छात्रों से सहज ही प्रश्न किया - अच्छा यह बताइए आप काफी दिनों तक अमेरिका में रहेंगे, तो उसके लिए धन की व्यवस्था आप सभी के पास है? स्वामीजी के प्रश्न का उन छात्रों ने उत्तर दिया - स्वामीजी! हम तो जहाज का किराया भी घर से लेकर नहीं चले हैं। जहाज में कुछ काम करके उसका किराया दे देंगे और अमेरिका में भी अपनी पढ़ाई का खर्च कोई नौकरी करके उठाएंगे। अपने राष्ट्र का धन व्यर्थ विदेशों में क्यों खर्च करें? स्वामी रामतीर्थ ने देखा कि वे सभी छात्र जहाज में सफाई आदि छोटे-मोटे काम करके जहाज का किराया जुटा रहे थे। उनका देशप्रेम देखकर स्वामीजी बहुत प्रसन्न हुए और सोचा कि काश विदेशों में पढ़ने वाले भारतीय छात्र भी ऐसी सोच रखें, तो भारत को संपन्न राष्ट्र बनते देर नहीं लगेगी। कथा का सार यह है कि देश के संसाधनों का विवेकसम्मत उपयोग ऐसी राष्ट्रसेवा है, जिससे राष्ट्र शीघ्रगामी प्रगति की ओर उन्मुख होता है।

विवेक भी जरूरी

आदमी ने देखा - उद्यान में एक ओर वृक्ष हरे-भरे हैं, दूसरी ओर सूखे हैं। उसने माली से पूछा, भाई! क्या बात है? एक ओर पेड़-पौधे हरे-भरे हैं, फल-फूल से लदे हुए हैं, दूसरी ओर बिल्कुल शुष्क पड़ा है। क्या तुमने इस ओर ध्यान नहीं दिया? माली बोला, महाशय! मैंने ध्यान तो दिया पर क्या करूं? एक दुर्घटना घट गई। क्या दुर्घटना घटी? मुझे किसी कारणवश बाहर जाना पड़ा। मैंने छोटे लड़के से कहा, तुम बगीचे का पूरा ध्यान रखना। वह उसमें प्रतिदिन पानी सींचने लगा। एक दिन उसके मन में विकल्प उठा, ये पौधे छोटे हैं और ये पौधे बड़े हैं। सब पौधों की ऊंचाई समान नहीं है और मैं सबको बराबर पानी दे रहा हूँ। सबको समान पानी देने का मतलब क्या है? जिसकी जड़ जितनी बड़ी है, उसको उतना ही पानी देना चाहिए। उसने सोचा, पेड़ों की जड़ का पता लगाना होगा। उसने जड़ की खुदाई शुरू कर दी, जड़ को नापना शुरू कर दिया। खुदाई कर उसने सारे पेड़ों को उखाड़ दिया, सबकी जड़ें नाप ली। चार्ट बना लिया, इस पौधे की इतनी बड़ी जड़ है और उस पौधे की इतनी बड़ी है। उसने उस चार्ट के हिसाब से पौधों को पानी देना शुरू किया किन्तु पौधे सूखते ही चले गए। उसकी बुद्धिमता और विवेक से मूल उपादान ही नष्ट हो गया। जब तक उपादान है, तब तक पानी और खाद का महत्व है। यदि उपादान ही नहीं है तो कोई कार्य बनता ही नहीं है। ये सब निमित्त हैं और उपादान के होने पर ही सहायक बनते हैं।

दया यज्ञ

एक गृहस्थ ने तीन यज्ञ किए। इसमें सारा धन समाप्त हो गया। गरीबी ने उसे घेर लिया। उसका दु:ख देखकर किसी विद्वान ने कहा, तुम अपने यज्ञ का पुण्य धर्मराज सेठ को बेच दो, तो उतने भर से तुम्हारा काम चल जायेगा। उसकी बात मानकर वह गृहस्थ चल पड़ा। रास्ते में खाने के लिए रोटियां बांध ली। चलते-चलते रास्ते में एक कुतिया मिली, जिसने बच्चों को जन्म दी थी। उसके पास खाने के लिए कुछ नहीं था। वह भूख से दम तोड़ रही थी। उस गृहस्थ को उसे देखकर दया आ गई। परिणामत: उसने अपने पास की सारी रोटियां उसे खिला दीं, जिससे वह चलने-फिरने लायक हो गई। गृहस्थ को सेठ के पास तक पहुंचने में तीन दिन तक भूखा रहना पड़ा। जाते ही धर्मराज ने पूछा, तुम्हारे चार यज्ञ हैं, इनमें तुम किन्हें बेचना चाहते हो? गृहस्थ ने कहा, मैंने तो तीन ही यज्ञ किए हैं। चौथा दया यज्ञ तो तुमने अभी-अभी रास्ते में ही अपनी रोटियां कुतिया को खिलाकर किया है। उसका पुण्य तीनों के बराबर है। अब गृहस्थ ने पिछले तीनों यज्ञ बेच दिए। उससे जो भी मिला, उसे लेकर आए दिन दया यज्ञों का अवसर ढूंढने लगा। जब भी अवसर मिलता, उसी में खर्च करता। अब दरिद्रता शेष न रही।

जयपुर, राजापार्क। 'फ्यूचर ऑफ पॉवर' का दीप प्रज्ज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मंत्री जितेंद्र सिंह, दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.करूणा, उद्योपति निजार जुमा, ब्र.कु.पुनम बहन तथा अन्य।

बदलापुर। उत्तरप्रदेश के कैबिनेट मंत्री पारसनाथ यादव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.आरती बहन।

मोहाली। 'आपदा प्रबंधन' कार्यक्रम को सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं ब्र.कु.भरतभूषण, ब्र.कु.रमा बहन, तथा रैनबैक्सी कंपनी के सदस्य।

नाभा। 'राजयोग का प्रशिक्षण' देने के पश्चात् समूह चित्र में हैं सूबेदार मेजर सुरेश कुमार, ब्र.कु.गुलशन बहन, ब्र.कु.हरप्रीत बहन तथा अन्य।

नांग्लडैम। 'आपदा प्रबंधन में सकारात्मक चिंतन का महत्व' कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए एन.एफ.एल. के चीफ जनरल मैनेजर अजस कोहली, ब्र.कु.रमा बहन, ब्र.कु.सुमन बहन, ब्र.कु.भरत भूषण।

अमरेली। चैतन्य देवियों की झांकी का उद्घाटन करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं मनु भाई पाटीदार, भूपेन्द्र भाई वैश्य, ब्र.कु.रशीला बहन, ब्र.कु.गीता बहन तथा अन्य।

परमात्म संदेश योजना

संस्थान की प्लेटिनम जुबली देश-विदेश में धूमधाम से मनाई गई, इसकी सबको मुबारक हो।

परमात्मा इस धरा पर अवतरित होकर निराकार सो साकार द्वारा पुन: आत्म-स्वमान द्वारा स्वर्णिम दुनिया बना रहे हैं। दूसरी ओर जहां चारों ओर दु:ख, अशांति व समस्याओं से घिरा मानव जिसे जीवन में एक पल की भी शांति नसीब नहीं है। ऐसे में जिन्होंने परमात्मा की छत्रछाया के आंचल के मध्य अपनी शक्तियों को जाना और पहचाना है। और परमात्मा के साथ का अनुभव संजोये ईश्वरीय सेवा कर रहे हैं। अब बाबा की आशा है कि आप सभी पूर्वज आत्माएं लोगों को दु:खों से मुक्त करो। और उन्हें यह संदेश दो कि जिसे आप याद कर रहे हैं वह स्वयं इस धरा पर आकर 'स्वर्णिम दुनिया' की स्थापना का दिव्य कर्त्तव्य कर रहे हैं।

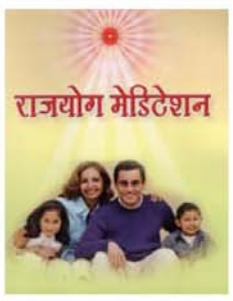
ऐसे में आप सभी ''ओम शांति मीडिया'' से जुड़े हर पाठक व ब्राह्मण आत्मा जो लाभ रहे हैं और अपने जीवन में खुशी, शक्ति तथा व्यवहार में सहजता का अनुभव कर रहे हैं। आप सभी इस लाभ को अपने पड़ोसी, दफ्तर, स्कूल, कॉलेज, सामाजिक संगठन, मित्र-सम्बन्धी, लौकिक परिवार को ईश्वरीय कर्त्तव्य का बोध कराना हमारा नीजी कर्त्तव्य बन जाता है। तो प्रिय पाठकों आपसे इस सेवा-कार्य को अपना उत्तरदायित्व समझ कम से कम पांच व्यक्तियों को सदस्य अवश्य बनाएं और ईश्वरीय संदेश को जन-जन तक पहुंचायें। ऐसी हमारी शुभ भावना व कामना है। यह बाबा ने कहा है कि आपके पड़ोसी तथा जहां भी आप रहते हैं शहर, गांव, कस्बे में परमात्मा का संदेश देकर आप इस ईश्वरीय कार्य में सहयोगी बनाएं। इसमें आप सिर्फ पाठक ही नहीं वरन् ईश्वरीय सेवा करने के निमित्त बन हर आत्मा को दिव्य ईश्वरीय कार्य के व्यापक समाचार तथा विचारों को प्रसारित करने में सहभागी बनें। और सम्बन्ध-सम्पर्क तथा खास आज तक जितने भी वी.आई.पी, आई.पी., मधुबन कॉन्फ्रेंस में तथा राजयोग शिविर में जो भाग लिए हैं, उन्हें बाबा के कार्य और सेवाओं की जानकारी सदा मिलती रहे।

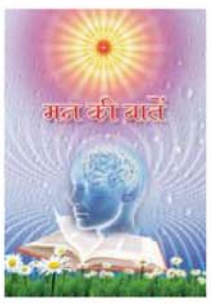
आप सभी पाठकों का सुझाव व आपके ईश्वरीय जीवन के सुंदर अनुभव आमंत्रित हैं।

सहयोग के लिए धन्यवाद!

ईश्वरीय सेवा में

संपादक





सूचना

आप सभी भाई-बहनों की मांग पर राजयोग प्रवचन माला की पुस्तक 'राजयोग मेडिटेशन' नवीन संस्करण के साथ **भगवान कौन? की गीता का आध्यात्मिक रहस्य** पुस्तक उपलब्ध, हैप्पीनेस इंडेक्स, कथा सारिता उपलब्ध है। इसे आप ओम शांति मीडिया, शांतिवन कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

आगे निकलने की.... पृष्ठ 12 का शेष

चांसलर डॉ.एच.महेशप्पा, कजाकिस्तान की परिवार स्वास्थ्य केंद्र अस्टाना की निदेशिका रोजा अब्जोलोवा, नाईदर लैण्ड के प्रतिष्ठित व्यवसायी प्रकाश मेंघानी, बिहार के सांसद अर्जुन राय, तमिलनाडू के रामलिंगा मिल्स ग्रुप के चेयरमैन डॉ.टी.आर.धीनाकरन, उत्तर प्रदेश के ट्रांसपोर्ट मंत्री मानपाल सिंह, बिहार के शहरी विकास मंत्री प्रेम कुमार, ब्र.कु.चक्रधारी, ब्र.कु.देवकी, ब्र.कु.शुक्ला ने भी अपने-अपने विचार व्यक्त किए।

मन की बातें

- ब्र.कु.सूर्य

प्रश्न -मुझे बहुत साल से डिप्रेशन है। मैं इसके ही लिए राजयोग सीखने गया, परन्तु जब मैं योग करता हूँ तो सिर में खिंचाव होने लगता है, मैं योग नहीं कर सकता। परन्तु मैं इस बीमारी से मुक्त होना चाहता हूँ, कोई सरल विधि बताइये ?

उत्तर -डिप्रेशन की हालत में ब्रेन स्वस्थ ही नहीं रहता, इसलिए कमजोर मस्तिष्क के द्वारा एकाग्रता सम्भव नहीं है। योग-अभ्यास में सफलता के लिए ब्रेन का स्वस्थ होना आवश्यक है। आपको यह भी ज्ञात रहे कि डिप्रेशन की कोई कारगर दवाई भी नहीं होती। क्योंकि डिप्रेशन होता है मन में और दवाई दी जाती है ब्रेन की। इससे थोड़ा सा फायदा होगा। सम्पूर्ण लाभ के लिए मन को प्रसन्न करना आवश्यक है। इसके लिए राजयोग का नहीं, ईश्वरीय ज्ञान का प्रयोग करो।

आपको दो काम करने हैं। प्रात: खाली पेट दस मिनट अनुलोम-विलोम प्राणायाम। धीरे-धीरे शांत व प्रसन्न मन के साथ। दूसरा रात्रि को १०८ बार शांति में बैठकर फीलिंग सहित लिखना है ''मैं महान आत्मा हूँ''। टीवी देखना पूरी तरह बंद कर दो। प्रतिदिन ज्ञान-मुरली की क्लास दो बार अवश्य करना। डिप्रेशन पूर्व जन्मों के विकर्मों के कारण या कोई वर्तमान असहनीय घटना के कारण होता है। ज्ञान-बल से अपनी चिन्ताओं का निवारण करो व किसी ज्ञानी आत्मा से प्रतिदिन बीस मिनट ज्ञान की चर्चा करो।

प्रश्न -मेरी पत्नी को कई वर्ष से अवसाद का रोग है, परन्तु उसकी इच्छाएँ अति में हैं, वह इच्छाओं का त्याग नहीं कर सकती। उसे पांच करोड़ चाहिए बस चाहिए, हमें उसे देने ही हैं। अब हम भी उसे अनसुना करने लगे हैं। उसका डिप्रेशन बढ़ता ही जा रहा है। क्या इससे निकलने का कोई तरीका है ?

उत्तर -हाँ तरीका है -इच्छाओं का त्याग। जो मनुष्य इच्छाओं का गुलाम है वह कभी अच्छा नहीं हो सकता। इच्छाएँ तो अनन्त हैं व अतृप्ति का कारण हैं। उसे आप ईश्वरीय ज्ञान दिलाएँ हो सकता है उसका भाग्य जग जाए अन्यथा उसे जीवित मुर्दा ही छोड़ दें। डिप्रेशन का एक 17 वर्ष का भयानक केस इक्कीस दिन में ठीक हो गया। जरूरत इस बात की है कि वह व्यक्ति सहयोग करे व अपने अंदर बीमारी से मुक्त होने वाला आत्मविश्वास पैदा करें।

प्रश्न -मैं ज्ञान में चल रही हूँ परिवार तथा व्यवहारिक हालात अच्छी न होने के कारण समस्याएं हावी हो जाती है ऐसे में मैं क्या करूं ?

उत्तर -संसार में ये समस्याएँ घर-घर में बढ़ती जा रही हैं और ऐसा आभास हो रहा है कि कुछ ही वर्ष में ये दुनिया मेन्टल हॉस्पिटल का नजारा दिखाई देने लगेगा। इसका कारण है बढ़ता पापकर्म, अहंकार व क्रोध।और मनुष्य के अंदर धधकती हुई काम-वासना। आपके जो बच्चे हैं, आपको तो यही सत्य ज्ञात है कि ये मेरे बच्चे हैं, परन्तु यह भी सत्य है कि वे 63 जन्मों का पाप-पुण्य भी अपने साथ लाये हैं। उन पर कलियुग का भयानक प्रभाव भी है। यदि आपने भी अपनी स्थिति बिगाड़ ली तो परिस्थितियां और ही बिगड़ जाएंगी। ये तो ऐसे ही होगा जैसे बीमार को देखकर डॉक्टर भी बीमार हो जाए। इसलिए स्वयं को सम्भालो। यदि आप चिन्ता व परेशानियों की अग्नि में जलती रही तो वे भी जलकर भष्म हो जाएंगे। वे जलेंगे काम की अग्नि में व समस्याओं की अग्नि में।

याद कर लो - स्व-स्थिति श्रेष्ठ तो परिस्थितियां कुछ भी नहीं तथा स्व-स्थिति श्रेष्ठ होगी स्वमान से। पहले स्वयं को हल्का करो...कौन मुझे साथ दे रहा है, बार-बार याद करो..मन के बोझ बच्चों के भाग्य पर व बाबा पर छोड़ दें। फिर दोनों समय भोजन बनाते हुए एक सौ आठ बार याद करो ''मैं परम पवित्र आत्मा हूँ''। इससे आपका मन भी शान्त होगा व भोजन भी पवित्र हो जाएगा।

दस-दस मिनट तीन बार अपने घर में बैठकर कामेन्ट्री से योग करो। तीन मास तक ये दोनों काम करो। साथ में एक अव्यक्त मुरली का अध्ययन प्रतिदिन करो। याद रहे -समस्याएँ आने पर अमृतवेला उठना व मुरली सुनना छोड़ देना, सबसे बड़ी गलती है।

प्रश्न -बाबा का आना भी कम हो रहा है। हम ये जानना चाहते हैं कि घर में ही प्रभु-मिलन कैसे करें व उनकी मदद कैसे लें ? उनकी मदद के पात्र कौन से बच्चे हैं ?

उत्तर -नि:संदेह बाबा का अवतरण शनै: शनै: कम होता जाएगा और बाबा भी तो सतयुग की स्थापना के कार्य को पूर्ण करना चाहते हैं। वे हमें सम्पूर्ण भी बनाना चाहते हैं ताकि हमारी सम्पूर्णता का प्रकाश विश्व से अज्ञान-अंधकार को मिटा सके।

उन्होने हमारी 44 वर्ष अव्यक्त पालना की। सम्पूर्ण ज्ञान, शक्ति व वरदानों से हमें सम्पन्न किया। अब वे इस पालना का प्रेक्टिकल स्वरूप भी देखना चाहते हैं। उन्हें पढ़ाई की परीक्षा भी तो लेनी है। वे यही चाहते हैं कि मेरे महान वत्स निरंतर मुझसे मिलन मनाएं, निरंतर मेरे सम्पर्क में रहें। उन्होने कहा -इतने वर्ष मैं तुम्हारे पास आया, अब तुम ऊपर मेरे पास आओ।

निरंतर इस प्रभु मिलन हेतु, व्यर्थ संकल्पों से मुक्ति, सम्पूर्ण पवित्र व निष्पाप होना आवश्यक है। बिना सर्वस्व त्याग के ये भाग्य नहीं मिलता। जो आत्मा सारा दिन किसी न किसी तरह के योगाभ्यास में तत्पर हैं, वही अमृतवेले परमात्म-मिलन का सुख पा सकते हैं। सारा समय स्वमान की साधना, अशरीरीपन की साधना व आत्मिक भाव व शुभ-भाव की साधना चलती रहे। ऐसा करने से हम जब चाहे प्रभु मिलन का सुख ले सकते हैं।

विनाशकाल में व आज भी सदा ही हमें परमात्म-सहयोग की आवश्यकता है। विघ्नों में हमारे पुण्य ही हमारा साथ निभाते हैं। हमारी पवित्रता हमारी छत्रछाया बन जाती है, ईश्वरीय कार्यों में दिया गया सहयोग हमें ईश्वरीय सहयोग का पात्र बना देता है। बाबा ने छ: मास पूर्व हमें व्यर्थ से मुक्त होने को कहा था। जिसने इस पर पूरा ध्यान दिया, उन पर भगवान भी ध्यान देता है। जो भगवान की ही नहीं सुनते, भला वह उनकी क्यों सुनेगा। जो बाबा का बनकर भी विषय वासनाओं में रत हैं, वे प्रभु कृपा का पात्र नहीं बन सकते। जो दूसरों को कष्ट दे रहे हैं, दूसरों की स्थिति बिगाड़ रहे हैं, जो स्वार्थवश दूसरों का घात कर रहे हैं उनसे प्रभु दृष्टि हट जाती है। यदि बाबा की मदद के पात्र बनना है तो पुण्यात्मा बनें, सुखदाई बनें व सच्चे मन से व निष्काम भाव से यज्ञ सेवा करें। जो योगी हैं वे उतने ही ज्यादा बाबा के सहयोगी हैं, वे ही परमात्म मदद के पात्र हैं।

ब्रह्माकुमारीज़ संस्था... पृष्ठ 12 का शेष

क्योंकि आज के युग में एक छोटे से चमत्कार से लाखों लोगों की भीड़ लग जाती है तो श्रीकृष्ण के आने पर तो पूरी दुनिया ही उमड़ पड़ेगी। तब वो अपना कार्य कैसे कर पायेगें।

ब्रह्मविद्यापीठ त्रिनिडाड के संस्थापक स्वामी ब्रह्मदेव ने कहा कि श्रीकृष्ण ने महाभारत में अपनी भूमिका निभायी थी। परंतु उन्होंने भी उस अव्यक्त सत्ता को ही महत्व दिया था। इसके साथ ही अर्जुन को निर्देशित किया था कि निराकार सत्ता के निर्देशन में महाभारत का युद्ध हुआ था। आज का मंच इस सत्य को पूरे विश्व में परिभाषित करेगा तथा इसका परिणाम आने वाले समय में दिखेगा।

संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी ने कहा कि गीता का भगवान शिव है जिसका कोई शारीरिक आकार नहीं है।

निष्कर्ष के रूप में यह बात सामने आयी कि यदि भगवान सर्वव्यापी है तो फिर उसे अवतरण या परकाया प्रवेश करने की आवश्यकता क्यों है के साथ गीता का स्वामित्व साकार से निराकार की ओर बढ़ चला।

गीता में डाक्टरेट करने वाले विद्वान ब्र.कु.वासवराज, प्यूरिटी के संपादक ब्र.कु.बृजमोहन तथा लंदन से आयी ब्र.कु.जयंती ने भी गीता के ऊपर अपने सारगर्भित विचार व्यक्त किए और यह प्रमाणित कर दिखाया कि गीता का ज्ञान श्रीकृष्ण के द्वारा नहीं बल्कि निराकार परमात्मा शिव के द्वारा दिया गया था।

तनावरहित खुशहाल... पृष्ठ 6 का शेष

बजाए सीढ़ियों का प्रयोग करें।

गुस्सा कम करें - हृदय के मरीजों के लिए गुस्सा करना जानलेवा सिद्ध हो सकता है। तनाव दूर करने का हर संभव प्रयास करें। इसके लिए आप मेडिटेशन और योग का सहारा भी ले सकते हैं। गुस्सा करने से ब्लड प्रेशर और तनाव बढ़ता है। विशेषज्ञों का मानना है कि हार्ट अटैक के 90 प्रतिशत केस तनाव के कारण ही होते हैं। - क्रमश:

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह

स्वमान-मैं बाप समान विश्व कल्याणकारी मास्टर दु:खहर्ता सुखकर्ता हूँ।

शिवभगवानुवाच - अब चारों ओर दु:ख अशांति बढ़ रही है इसलिए अपने विश्व कल्याणकारी स्वरूप को प्रत्यक्ष करो। विश्व कल्याण में स्व-कल्याण स्वत: और सहज हो जायेगा क्योंकि अगर मन फ्री है तो व्यर्थ आता है लेकिन मन बिजी होगा तो व्यर्थ सहज ही समाप्त हो जायेगा। इसलिए आप सब विश्व कल्याणकारी दु:खहर्ता-सुखकर्ता बनो।

योगाभ्यास - मैं विश्व कल्याणकारी आत्मा हूँ - जब हम इस स्वमान में स्थित रहते हैं तो सारे विश्व को हमसे स्वत: ही श्रेष्ठ वायब्रेशन्स मिलते रहते हैं। तो हम सारे दिन इस स्वमान की सीट पर सेट रहें।

- विश्व की मंसा सेवा के लिए हम सारे दिन में कोई विशेष समय निश्चित करें। कम से कम दो बार तो अवश्य ही विश्व को सकाश दें। साथ ही हर ट्रैफिक कंट्रोल में भी मंसा सेवा करें। मंसा सेवा में विशेष अपने फरिश्ते स्वरूप द्वारा सारे विश्व की आत्माओं को सुख, शांति, आनंद व पवित्रता की किरणें प्रदान करें अथवा विश्व के ग्लोब को अपने हाथ में लेकर सभी देश की आत्माओं को सकाश दें।

धारणा - रहमदिल

- बापदादा समय प्रति समय सूचना देते रहे हैं कि समय अनुसार आप लोगों का एक-एक का स्वमान है विश्व कल्याणकारी। चारों ओर दु:ख अशांति बढ़ रही है, आपके भाई, आपकी बहिनें परिवार दु:खी हो रहे हैं तो आपको अपने परिवार पर रहम नहीं आता? - **शिवभगवानुवाच**

स्वचिंतन - क्या मैं अपने वर्तमान पुरुषार्थ से संतुष्ट हूँ?

- अपने पुरुषार्थ में और तीव्रता लाने के लिए क्या करूं?

- एक तीव्र पुरुषार्थी आत्मा का शब्दचित्र बनाएं।

साधकों प्रति - प्रिय साधकों! पिछले सीजन की एक मुरली में बाबा ने कहा था कि - ''अभी संगमयुग में जो चाहे, जितना चाहे उतना बाप से सहयोग मिल सकता है।'' भगवान हमें खुला ऑफर दे रहे हैं कि मैं तुम्हारे लिए खाली बैठा हूँ तुम जितना चाहो मुझसे ले लो। सचमुच यह भाग्य बनाने की वेला है, भाग्यविधाता से जितना चाहें, उतनी लम्बी लाईन अपने भाग्य की खिंचवा लें। अपने पुरुषार्थ को भी उसके सहयोग से सहज, सरल और तीव्र कर लें। और क्या-क्या सहयोग ले लें उस सर्वशक्तिवान से, इस पर सभी तीव्र पुरुषार्थी अवश्य विचार करें..!!

दूसरा सप्ताह

सर्व सम्बन्धों से परमात्मा की याद में एकाग्र हो जाएं........

चलें हम उसके प्यार में मग्न हो जायें, जिसने हमारा जीवन इतना ऊंच, श्रेष्ठ, पवित्र बना दिया... चलें हम उसकी याद में मग्न हो जायें जिसने हमें सर्व सम्बन्धों का प्यार दिया... चलें हम उस शिव पिता की याद में खो जायें जिसने हमें सर्व खजानों से भरपूर किया है... हमारे पर अनगिनत उपकार किए हैं... हमारे सब दु:ख हर लिए हैं... अतिन्द्रिय सुख का अनुभव करवाकर हमारे जीवन को अलौकिक बना दिया है... चलें हम उसकी याद में खो जाएं जिसने हमें स्वराज्य अधिकारी, बेफिक्र बादशाह बनाकर अनेक फिखरों से फारिग कर दिया... चलें हम उसको दिल से याद करें जिसने हमारा जीवन पवित्र बना दिया.... चलें हम उनकी याद में मग्न हो जायें जो हमें स्वर्ग की बादशाही देने हमारे सन्मुख आया है... चलें हम उस परम सतगुरु का ध्यान करें जिसने हमें मुक्ति जीवनमुक्ति की सच्ची राह दिखाई... चलें हम उस शिव साजन के प्यार में खो जायें जिसने स्वयं हमें अपनी सजनी बनाया... चलें हम उस खुदा दोस्त की याद में समा जाएं जो हमें पग-पग पर मदद करने के लिए बंध गया है... हम उसके प्यार में इतना खो जायें कि हर श्वांस, हर सेकेण्ड उसकी याद के बिना बीते ही नहीं... यह कितनी सुखद याद है जो हमें देह और देह की दुनिया से दूर, बहुत दूर अपने स्वीट होम तक ले जाती है... अहा मेरे मीठे बाबा आपने मेरा जीवन कितना ऊंच व श्रेष्ठ बना दिया... चलें हम उस प्रियतम के साथ कम्बाइंड हो जाएं जो हमें अनेक जन्मों के लिए सर्वगुण संपन्न सोलह कला सम्पूर्ण, सम्पूर्ण निर्विकारी बना देता है... अपनी सर्वशक्तियों से हमें फुलचार्ज कर देते हैं... चलें हम उसका निश्छल, निर्मल व नि:स्वार्थ प्यार में खो जायें... भृकुटि सिहांसन पर विराजमान मैं चमकता हुआ स्टार स्वराज्य अधिकारी आत्मा हूँ... मैं पद्मापद्म भाग्यशाली आत्मा हूँ... मैं आत्मा अब इस साकार लोक से अपने स्वीट साइलेंस धर जा रही हूँ... मैं मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा परमधाम में सर्वशक्तिवान, ऑलमाइटी अथॉरिटी के सनमुख हूँ... बाबा से सर्वशक्तियों की किरणें मुझ आत्मा पर पड़ रही हैं... मैं आत्मा स्वयं को भरपूर अनुभव कर रही हूँ... मुझ आत्मा से वह किरणें चारों ओर दूर-दूर तक फैल रही हैं... इन शक्तिशाली किरणों की सकाश सर्व आत्माओं को प्राप्त हो रही है... उनके दु:ख कष्ट सब नष्ट हो रहे हैं... उनका भी कल्याण हो रहा है... उनके जीवन में सुख शांति की बौछार हो रही है... वे भी स्वयं को धन्य-धन्य अनुभव कर रहे हैं...।

श्रीमद्भगवद्गीता...

पृष्ठ 8 का शेष

क्या ब्रह्मा के तन रूपी रथ में आकर भगवान शिव ने युद्ध कराया था? - कृष्ण, अर्जुन, रथ आदि को समझने के बाद, युद्ध के बारे में भी कुछ चर्चा करना आवश्यक है। विचार करने की बात है कि क्या निर्विकारी, शांति स्वरूप, प्रेमस्वरूप, पतित-पावन, परमात्मा ने अर्जुन अथवा ब्रह्मा को हिंसा-युक्त किसी युद्ध के लिए आज्ञा, परामर्श या स्वीकृति दी होगी? जबकि महात्मा लोग भी मनुष्यों को अहिंसा के पालन की शिक्षा देते, लड़ाई-झगड़े को छोड़ने का उपदेश करते और शांति करने का ईश्वरीय संदेश देते हैं, हरेक पिता भी अपने पुत्र को परस्पर भाई-चारे से और प्रेम से रहने की शिक्षा देता है तो क्या सर्व महात्माओं से महान, परमपिता परमात्मा ने पाण्डवों को कौरवों से लड़ने की आज्ञा दी होगी? भगवान तो धर्म की स्थापना के लिए अवतरित हुए थे और धर्म का तो परम लक्षण अहिंसा है, तब क्या हिंसा का पाठ उन्होंने पढ़ाया होगा? धर्म के जो दस लक्षण बताये गए हैं उनमें

ज्ञानसरोवर। ब्र.कु.रमेश शाह को सम्मानित करते हुए डी.आर.डी.ओ. के भुजंग राव।

आलेफाटा। मेमोरी मैनेजमेंट कार्यक्रम के अंतर्गत 'सरस्वती पूजन' करते हुए कॉलेज के प्रिंसीपल, ब्र.कु.स्वामीनाथन, ब्र.कु.सुनिता बहन तथा अन्य।

वड़ौदा। प्रसिद्ध कथाकार केदारनाथ को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.राज बहन।

फैजपूर। सी.डी. का विमोचन करने के पश्चात् समूह चित्र में हैं ब्र.कु.शकुंतला बहन, ब्र.कु.मीरा बहन तथा सर्व संत।

असाम। असाम युनिवर्सिटी में शाश्वत् यौगिक खेती पर आयोजित कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.राजु ब्र.कु.सरला तथा अधिकारी।

बाबैन, लाडवा। सरपंच सुखदेव सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.ज्योति बहन एवं ब्र.कु.सरोज बहन।

रांची। दैनिक भास्कर के संपादक राधेन्द्र को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.निर्मला।

सुरत। ट्राफिक पुलिस के अधिकारियों को 'मोटिवेशन सेमिनार में अपना विचार व्यक्त करते हुए ब्र. कु. सुनिता।

आगे निकलने की चाह में छोड़ रहे हैं वैश्विक विरासत शांति - जयाप्रदा

शांतिवन। 'प्लेटिनम जुबली' के समापन सत्र में मंचासीन हैं सांसद अमर सिंह, फिल्म अभिनेत्री जयाप्रदा, ब्र.कु.चक्रधारी, जर्मनी की ब्र.कु.सुदेश तथा अन्य।

आबू रोड। फिल्म अभिनेत्री एवं राज्यसभा सदस्य जयाप्रदा ने ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'प्लेटिनम जुबली' समारोह के समापन सत्र को सम्बोधित करते हुए कहा कि वर्तमान समय देश आतंकवाद, भ्रष्टाचार व शिक्षा के अभाव जैसी समस्याओं से जूझ रहा है। इसके लिए देश में जागरूकता लानी होगी तभी हम इस पर अंकुश लगा पायेंगे। उन्होंने राजनीति और कला को अलग-अलग परिभाषित करते हुए कहा कि दोनों का ही सम्बन्ध आमजन से है। इस वजह से लोग इन पर विशेष नजर रखते हैं। उन्होंने कहा कि प्रतिस्पर्धा के इस युग में लोग आगे निकलने की चाह में आध्यात्मिक चिंतन और भगवान से विमुख होते जा रहे हैं। इससे तनाव व परेशानियों जैसी समस्याओं का सामना करना पड़ रहा है। उन्होंने कहा कि ईश्वर के प्रति आस्था का होना बहुत ही आवश्यक है क्योंकि इसी से आत्मविश्वास बढ़ता है और सफलता हमारे कदम चुमती है। कलियुग के अंत में संस्था की ओर से इंसान व भगवान के बीच रास्ता बनाने का काम किया जा रहा है। जो सराहनीय प्रयास है। पाप को लोहे से व पुण्य को सोने से तोलने से इंसान अपना आईना देख सकता है। उन्होंने भगवान राम, गीता, विवेकानंद, रामकृष्ण परमहंस व महावीर के सिद्धांतों पर भी प्रकाश डाला।

महिला आयोग की अध्यक्षा ममता शर्मा ने कहा कि समय के साथ बदलाव होना स्वाभाविक प्रक्रिया है और हमें इसे स्वीकार कर लेना चाहिए। उन्होंने कहा कि समाज में बढ़ रही बुराईयों का सामना करने के लिए हमें आगे आना होगा।

शांतिवन। 'प्लेटिनम जुबली' के अवसर पर 'बाली नृत्य' प्रस्तुत करते हुए नेपाल के कलाकार।

सांसद अमर सिंह ने कहा कि प्रत्येक व्यक्ति के अंदर आध्यात्मिकता सुषुप्त अवस्था में होती है। वर्तमान परिवेश में अध्यात्म की महत्ता और भी बढ़ जाती है। अध्यात्म से जहां एक ओर एकाग्रता बढ़ती है वहीं दूसरी ओर तनाव भी कम होता है। ब्रह्माकुमारी बहनें पूरी विश्व में एक नयी मिशाल कायम की है।

इस अवसर पर विश्वेश्वरैया तकनीकी विश्वविद्यालय के वाइस शेष पृष्ठ 10 पर

ब्रह्माकुमारीज़ संस्था वर्तमान समय परमात्म ज्ञान लोगों तक पहुंचा रही है - न्यायमूर्ति ईश्वरैय्या

आबू रोड। पहली बार ब्रह्माकुमारीज़ संस्था के इतिहास में शांतिवन परिसर के डायमण्ड हॉल के अंतर्राष्ट्रीय मंच से 'गीता का भगवान कौन' विषय पर धार्मिक चर्चा में समाज के सभी वर्ग के विद्वानों ने मंथन किया। इसमें गीता के लिखे श्लोकों तथा श्रीकृष्ण की कही गयी कई बातों हिंसक, अहिंसक, धर्मग्लानि, अवतरण सम्बन्धी सभी मुद्दों पर चर्चा की गई। विद्वानों ने गीता के प्राचीन और अर्वाचीन स्वरूप पर व्याख्यात्मक विचार व्यक्त किये।

इस अवसर पर अपने विचार व्यक्त

शांतिवन। 'गीता ज्ञान दाता कौन' विषय पर आयोजित सत्र को सम्बोधित करते हुए महाशक्ति पीठाध्यक्ष नई दिल्ली के सर्वानंद सरस्वती तथा मंचासीन हैं संस्था की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी, न्यूयार्क की ब्र.कु.मोहिनी बहन, ब्र.कु.रमेश शाह, ब्र.कु.बृजमोहन तथा अन्य।

करते हुए महाशक्ति पीठाध्यक्ष नई दिल्ली के सर्वानन्द सरस्वती ने कहा कि सभी शास्त्रों में गीता को शिरोमणि शास्त्र के रूप में माना गया है। क्योंकि यही एकमात्र शास्त्र है जिसका ज्ञान स्वयं भगवान के द्वारा दिया गया है। भगवान के रूप में आज भी श्रीकृष्ण दुनिया में पूजे और माने जाते हैं। परंतु गीता में कई ऐसी बातें है जो कहीं न कहीं उनसे और ऊपर जाने और समझने का संकेत देती है। जब महाभारत के युद्ध में अर्जुन को मोह हुआ तो श्रीकृष्ण ने परमात्मा के दर्शन के लिए अर्जुन को दिव्य दृष्टि दिये तब उन्हें आभास हो सका कि ईश्वर कोई और है तथा यह ईश्वरीय योजना है।

आंध्र प्रदेश उच्च न्यायालय के न्यायाधीश वी.ईश्वरैय्या ने कहा कि हम सब परमात्मा की संतान हैं। परंतु गीता का भगवान कौन है, इसका रहस्य आज भी बना हुआ है। जबकि ब्रह्माकुमारीज़ निर्विवाद रूप से अपना कार्य कर रहा है।

मध्य प्रदेश उच्च न्यायालय के पूर्व मुख्य न्यायाधीश रमेश गर्ग ने कहा कि धर्म स्थापित है इसका उत्थान या पतन नहीं होता। उत्थान अधर्म का होता है और इसे दूर करने के लिए प्रभु का अवतरण होता है। उन्होंने गीता के श्लोकों के माध्यम से बताया कि प्रभु अपने अवतरण काल में दुष्ट कार्यों का नाश करते हैं न कि दुष्टों का। क्योंकि दुष्टवृत्ति का नाश होने से धर्म कीर्ति बढ़ने लगती है। यह नि:संदेह निर्विवाद रूप से सत्य है कि यह अति धर्मग्लानि का समय है। जब परमात्मा को इस सृष्टि पर अवतरित होना चाहिए। दुनिया को बदलने के लिए परमात्मा का कार्य चल रहा है जरूरत है इस बात को जानने और पहचानने की। यह आभास यहां आने से प्रतीत होने लगा है।

गीता की मुख्य व्याख्याकार ब्र.कु.ऊषा ने कहा कि गीता में परमात्मा के सम्बन्ध में कहा गया है कि करोड़ों मनुष्यों में से कोई और उसमें से भी कोई ही मुझे पहचान सकता है। जबकि श्रीकृष्ण को तो हर कोई जानता और पहचानता है। श्रीकृष्ण अगर इस समय ज्ञान देने के लिए आये तो क्या वे करोड़ों अरबों की भीड़ में 'गीता ज्ञान' दे पायेंगे!

शेष भाग पृष्ठ 10 पर

शांतिवन। 'प्लेटिनम जुबली' के सत्र को सम्बोधित करते हुए फिल्म अभिनेत्री वर्षा उसगांवकर।

फिल्मों से प्रभावित हो रही है आज की पीढ़ी

शांतिवन। फिल्म निर्माता फिल्मों को प्रेरणादायी समझकर ही निर्माण करते हैं। जबकि इसका दुष्प्रभाव समाज पर पड़ रहा है। आज की पीढ़ी जिस तरीके से इसे देखकर बुराई ग्रहण कर रही है वह आने वाले समय के लिए अच्छा संकेत नहीं है।

उक्त उद्गार मराठी फिल्मों की सिने तारिका वर्षा उसगांवकर ने ब्रह्माकुमारीज़ के शांतिवन परिसर में 'प्लेटीनम जुबली महोत्सव' के कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए व्यक्त किए।

उन्होंने कहा कि अभिनय केवल एक नाटक है और फिल्म देखने वाले लोग इसे केवल एक अभिनय समझकर ही देखें। उन्होंने कहा कि प्रजापिता ब्रह्मा बाबा ने जिस तरह महिलाओं को आगे रखकर पूरी दुनिया में ज्ञान और सम्मान की ज्योति जगायी है। वह आज के समय के लिए बहुत ही आवश्यक है। अब जरूरी है कि फिल्म उद्योग से जुड़े लोग भी इस वास्तविकता को समझें और जीवन में धारण करें।

राष्ट्रीय मानवाधिकार आयोग एवं सी.बी.आई के पूर्व निदेशक डी.आर.कार्तिकेयन ने कहा कि आज विश्व विध्वंस के कगार पर खड़ा है, इसे बचाने के लिए ब्रह्माकुमारी संस्था के सिद्धांत ही कारगार सिद्ध हो सकते हैं। पूरे विश्व में मानवता और सद्भाव का जो संदेश यहां से प्रसारित हो रहा है, उसके सहारे विश्व की अनेक समस्याओं का समाधान पाना संभव है।

आस्ट्रेलिया के सुप्रसिद्ध फिल्म निदेशक रोबिन रामसे ने कहा कि भारत में रची गई गीता का संदेश पूरे विश्व में कहीं न कहीं अपनी अमिट छाप छोड़ता है।

इंटरपोल के उपाध्यक्ष उमाशंकर मिश्रा ने कहा कि मानव ने जाति और शेष पृष्ठ 3 पर

सदस्यता शुल्क

भारत - वार्षिक 170 रुपये
तीन वर्ष 510 रुपये
आजीवन 4000 रुपये
विदेश - 2000 रूपये (वार्षिक)

कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीआर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट माउण्ट आबू) द्वारा भेजें।

पत्र-व्यवहार

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

प्रति

RNI NO RAJHN/2000/721, NEWS PAPER TO POST CONCSSIONAL REGISTRATION NO. RJ/SIROHI/9623/12-14, 12TH TO 14 TH, 22 ND TO 24TH POSTED TO SHANTIVAN POST OFFICE
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, सलाहाकार संपादक: कमल दीक्षित, प्रकाशक: ब्र.कु.करूणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज् मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ.) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट साल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।