ओमशान्ति मीडिया

मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 17 अंक-11 सितम्बर-I, 2016 (पाक्षिक) माउण्ट आबू 8.00

स्वर्णिम दुनिया का रहस्योद्घाटन

तालकटोरा स्टेडियम में सुनते हुए हज़ारों लोग। मंच पर बायें से ब्र.कु. शुक्ला, सम्बोधित करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के प्रवक्ता ब्र.कु. बृजमोहन एवं ब्रह्माकुमारीज़ की अति. मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी।

दिल्ली। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा तालकटोरा स्टेडियम में 'सुखमय भविष्य के लिए महत्वपूर्ण रहस्योद्घाटन' कार्यक्रम में 'निकट भविष्य में विश्व के महापरिवर्तन के पश्चात् स्वर्णिम भारत किसके लिए आयेगा और वहाँ कौन महान लोग होंगे' का रहस्योद्घघाटन करते हुए कार्यक्रम की अध्यक्षा एवं ब्रह्माकुमारीज़ की अति. मुख्य प्रशासिका दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि स्वर्णिम दुनिया का अर्थ ही है, जहाँ सारी सामग्री में ही सतोप्रधानता होगी, और वहाँ रहने वाले मनुष्य में भी सत्य की ही प्रधानता होगी। दादी ने आगे कहा कि वर्तमान में परमात्मा द्वारा सिखाये गये राजयोग से आत्मा की सतोप्रधानता की अवस्था क्या है, उसके बारे में बताया जा रहा है। उन शिक्षाओं को धारण करने वाले ही सतयुग में आने के हकदार होंगे। वहाँ प्रकृति और मनुष्य दोनों में सत्य की पराकाष्ठा होगी। उसके लिए हमें स्वयं को जानना, और स्वयं की वास्तविकता को पहचानना, उसमें निहित दिव्य गुणों को समझना होगा। साथ साथ अपने व्यवहार में भी क्रियान्वयन कर सद्संस्कारों का सिंचन करना होगा। दादी जी ने कहा कि अब वो समय दूर नहीं जहाँ सारी सृष्टि पर शांति और सत्यता का ही साम्राज्य होगा। ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्य वक्ता ब्र.कु. बृजमोहन ने वर्तमान समय को महापरिवर्तन का समय बताते हुए कहा कि दुनिया की हर चीज़ पहले शुरु होती है अथवा नई होती है। फिर धीरे-धीरे पुरानी होती है और हर चीज़ के पुरानी होने की एक सीमा होती है। इसी तरह यह सृष्टि भी चार युगों से गुज़रते हुए फिर से सतयुग में आती है। उन्होंने कलयुग और सतयुग में अंतर स्पष्ट करते हुए बताया कि कलयुग में किसी भी व्यक्ति के साथ कभी भी कुछ भी हो सकता है जबकि सतयुग में हर चीज़ ठीक स्थान पर मर्यादा से होती है। ब्रह्माकुमारीज़ की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका एवं कार्यक्रम की निदेशिका ब्र.कु. आशा ने विषयांतर्गत बताया कि देवी-देवताओं ने अपनी कर्मेन्द्रियों से पवित्र रहते कर्म किये हैं इसलिए उनके हर कर्मेन्द्री की कमल से तुलना की जाती है। अब परमात्मा राजयोग सिखाकर वैसी ही सृष्टि की स्थापना कर रहे हैं जहाँ दैवी गुण वाले ही मनुष्य होंगे।

जहाँ मनुष्य और प्रकृति दोनों अपनी पराकाष्ठा पर होंगे, जहाँ दिव्य गुण सबके अंदर स्वाभाविक रूप से परिलक्षित होंगे, जहाँ फूल, पत्ते, पौधे और पंछियों के सुरीले कंठ और उनसे उत्पन्न मधुर संगीत मनभावक होंगे, नदी का कलरव सुनकर मन प्रफुल्लित हो उठेगा, ऐसे सुखमय, स्वर्णिम संसार का आगमन निकट है। समय बहुत कम है, कम समय में पुरुषार्थ से उस स्वर्णिम दुनिया के लायक बनना हमारा लक्ष्य होना चाहिए।

संचार माध्यमों का ध्येय समाज सेवा हो : करुणा

सम्बोधित करते हुए मीडिया प्रभाग के अध्यक्ष ब्र.कु. करुणा। मंचासीन हैं ब्र.कु. नलिनी, ब्र.कु. उर्मिला, प्रो. कमल दीक्षित, डॉ. संजय भानावत।

पुणे। आज परिवर्तन के दौर में जहाँ बदलाव आ रहे हैं वहाँ संचार माध्यमों का ध्येय और धर्म समाज सेवा ही होना चाहिए। यह विचार पुणे में जिला स्तरीय मीडिया सम्मेलन 'संचार माध्यमों में बदलते आयाम तथा मूल्यों की पुनर्स्थापना' विषय के वैचारिक मंथन में सार रूप में निकलकर आया।

प्रमुख वक्ता के रूप में सोसायटी ऑफ मीडिया इनिशिएटिव फॉर वैल्यूज़, भोपाल के प्रो. कमल दीक्षित ने कहा कि परिवर्तन के इस दौर में व्यावसायिक स्पर्धा और शाश्वत मूल्यों की धारणाओं में हो रहा असंतुलन, खुद को स्थापित करने के लिए प्रसार माध्यमों की मूल्यों से बढ़ती दूरी, इन बातों से माध्यमों में मूल्यों का क्षरण होता दिखाई दे रहा है। विधायक प्रो. मेघा कुलकर्णी ने कहा कि मीडिया को सत्य परख करके प्रसारण और प्रकाशन करना चाहिए। पत्रकार सुधीर गाडगीळ ने मीडिया मालिकों के लिए ऐसे सम्मेलन की आवश्यकता बताई।

मल्हार अराणकल्ले,संपादक,दैनिक सकाल,पुणे ने कहा कि बदलाव प्राकृतिक नियम है। हर क्षेत्र में बदलाव हो रहा है, तो इस क्षेत्र में भी बदलाव होना चाहिए। प्रो. डॉ. संजीव भानावत, प्रमुख,जनसंचार विभाग,राज. विश्व-विद्यालय,जयपुर ने मीडिया में चल रहे सोशल मीडिया के प्रयोग तथा उससे निर्माण हो रहे सामाजिक मनोगत व्यक्त किये।

ब्र.कु. करुणा,अध्यक्ष,मीडिया प्रभाग, माउण्ट आबू ने मीडिया प्रतिनिधियों से माध्यम दूत के साथ शांतिदूत भी बनने का आह्वान किया तथा बताया कि मानवीय मूल्यों का संवर्धन हो तथा संचार माध्यमों का समाज सेवा के हित में उपयोग हो।

साथ ही सम्मेलन में मीडिया प्रभाग के मुख्यालय समन्वयक ब्र.कु. शांतनु, जलगांव से डॉ. सोमनाथ वडनेरे, ब्र.कु. सरिता, ब्र.कु. निलीमा, ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. नलिनी, ब्र.कु. पारू, ब्र.कु. विधा तथा शहर के एवं पुणे जिला के सैकड़ों पत्रकार भी उपस्थित थे।

योग प्रक्रिया वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति के रूप में

- ब्र. कु. गंगाधर

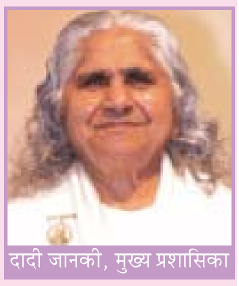
'योग' शब्द संस्कृत के 'युज' शब्द से बना है। 'युज' यानि 'जोड़ना' और 'योग' माना 'जोड़ना'! योग एक ऐसी उच्च आध्यात्मिक प्रक्रिया है जिसमें आत्मसत्ता को परमसत्ता के साथ जोड़ने का प्रयास किया जाता है। इसमें साधक स्वयं की चेतना को ब्रह्म चेतना के साथ जोड़कर उससे दिव्य शक्तियों की प्राप्ति करता है। साधक को परम चेतना का साक्षात्कार करने के लिए तप और एकाग्रता की प्रक्रिया से गुज़रना होता है। ईश्वरीय तत्व के साथ जुड़ने के लिए श्रद्धायुक्त उपासना का अवलंबन लेना होता है। स्थूल शरीर की साधना 'कर्मयोग' से और सूक्ष्म शरीर की साधना 'राजयोग' से साकार होती है। तैतरीय ब्रह्मावल्ली-6 में ये दर्शाया है - 'स: कामयात् बहुस्या प्रजायत इति। स: तप: अतख्यत्। स: तप: तमत्वा इदं सर्वम् असृजत यदकिंच सत्पृष्ट्वा तदेवानप्राविश्त्' - अर्थात् उस परमात्मा ने एक रूप से अनेक रूप में प्रकट होने की इच्छा की। इसी कारण उसने तप किया। उसने तप कर, उन शक्तियों से जो भी कुछ यहाँ है (जगत) की रचना की। उनका सृजन करके बाद में उसमें प्रवेश किया। इस रीति से परमेश्वर ने भी तप से ही जगत का सृजन किया है।

पतंजलि योगसूत्र में चित्तवृत्तियों के निरोध को योग कहते है। योग यानि सिर्फ योगासन नहीं। योग तो यम, नियम, आसन, प्राणायाम, प्रत्याहार, धारणा, ध्यान और समाधि, इन आठ ही बातों का समावेश करता है। योगासन तो उनमें से एक है। कई लोग योग को ही मन की एकाग्रता के रूप में मानते हैं। लेकिन उनका अर्थघटन बहुत कठिन है। योग सिर्फ 'चित्त निरोध' नहीं, 'चित्तवृत्तिनिरोध' है। इसलिए योग चित्त की सर्व वृत्तियों को निरूद्ध कर देता है। दुर्भावों और दुर्विचारों को मिटाकर मन की वृत्तियों को स्थिर कर उसकी दिशा और दशा बदल उसे आत्माभिमुख करने की प्रक्रिया को योग कहते हैं। योग तो इंद्रियों को संयमपूर्वक मन को स्थिर कर आत्मानुभूति करने का विज्ञान है। उसका प्रत्यक्ष लाभ है। स्वामी विवेकानंद ने अमेरिका के बौद्धिकों के समक्ष कहा था- ''मेरे कहने से या कोई अन्य के कहने से योग की बातों पर विश्वास करने की ज़रूरत नहीं है। आप स्वयं ही उसे एक बार अनुभव करके देखो। इससे आपको अपने आप ही पता लग जायेगा कि योग से कितने लाभ हैं। ये सोचा जाये कि यह बात सच्ची है या झूठी है, तो आज दुनिया भर के शरीर विज्ञानी एक ही स्वर में कहते हैं कि यह बात सही है। जबकि आज सारा विश्व 21 जून को 'अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस' के रूप में मनाता है।

उन्नीसवीं सदी के उत्तरार्ध में सन् 1873 में अंग्रेज शरीर विज्ञानी डेनियल हेक ड्यूक ने 'इल्यूस्ट्रेशन ऑफ द इनफ्ल्यूएंस ऑफ द माइंड ऑन बॉडी इन हेल्थ एंड डिज़ीज़' नामक किताब में लिखकर शरीर, स्वास्थ्य और रोगों पर पड़ने वाले मन के प्रभावों का अनेक उदाहरण दिया है। इस ग्रन्थ में वे लिखते हैं कि मनुष्य के शरीर पर आहार-विहार का असर तो पड़ता ही है, लेकिन सर्वाधिक असर व्यक्ति की मन: स्थिति का पड़ता है। उस शरीर पर पड़ने वाले मानसिक प्रभाव की प्रतिक्रिया नाड़ी संस्थान पर 36 प्रतिशत, अंत:स्रावी हार्मोनस ग्रंथिकी (Endocrine glands) पर 56 प्रतिशत और मांसपेशियों पर 8 प्रतिशत देखने को मिला। अनेक रोगियों के परिक्षण में ऐसा देखने को मिला कि उनके शरीर में ऐसी कोई परेशानी थी ही नहीं जिसके कारण उन्हें शरीर की गम्भीर बीमारियों का शिकार होना पड़े, फिर भी वे हृदयरोग, कैन्सर, ब्लड प्रेशर, कोलाइटिस, अस्थमा, अल्सर, अनिद्रा जैसे रोगों का भोग बन गये। यह होने के पीछे उनके मानसिक दुर्भावों का परिणाम था। आश्चर्य की बात ये थी कि उपचार के बावजूद वे रोग नियंत्रण में नहीं आते थे। लेकिन उनकी विचार श्रेणी में परिवर्तन लाने व उन्हें सद्भावों का सेवन कराने के पश्चात् उपचार किये बिना भी उन्हें बहुत सी - शेष पेज 6 पर...

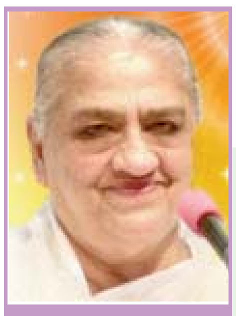
सदा ध्यान रहे, जैसा कर्म हम करेंगे, हमें देख और करेंगे

हरेक की दिल गा रही है ना, दिल से आवाज़ निकलता है बाबा, बाबा, बाबा बाबा करके कोई चिल्ला नहीं रहे हैं, बाबा कहने में कोई दु:ख की फीलिंग नहीं है! दु:खहर्ता बाबा ने अपना बना लिया है। हम तो कहती वो दिन भी अति प्यारे थे जब बाबा हमारे साथ-साथ रहे, हम बाबा के साथ रहे। परन्तु यह नहीं पता था कि इतनी सुन्दर रचना ऐसे पैदा होगी। पाण्डव भवन से ज्ञानसरोवर, फिर शान्तिवन, मनमोहिनी वन, संजय पार्क कितनी वृद्धि हुई है, हरेक को बाबा ने प्रेम की डोर से खींच लिया है। सुबह शाम तो साइलेंस में रहने की भट्ठी करते हैं, पर सारा दिन क्या करते हैं? मैं अपने से पूछती हूँ सारा दिन रात क्या करते हैं? अभी हम पहले परमधाम घर में जायेंगे फिर नई दुनिया स्वर्ग में आयेंगे। हम घर में बैठेंगे नहीं। यहाँ यह पुरानी दुनिया है कुछ न कुछ, कोई न कोई प्रॉब्लम आती रहती है। क्या करूँ, कैसे करूँ? कईयों के अन्दर से यह आवाज़ निकलता है कि हमारे सामने यह प्रॉब्लम है। हमारे सामने तो कोई प्रॉब्लम नहीं है इसलिए भाग्यवान हैं। मेरा बाबा कर्मों की गुह्य गति इतनी अच्छी बताता है, दिखाता है, बच्चे जो भी कर्म करते हो तो अन्दर से आवाज़ निकले जैसा कर्म मैं करुंगी, मुझे देख और करेंगे। आदि से लेकरके ये ध्यान रखा है, कर्म बड़े बलवान हैं, बाबा सर्वशक्तिवान है। तो बाबा ऑटोमेटिक अपनी याद दिलाता है। मैंने देखा बाबा बड़ा होशियार है, हम भोले भाले बच्चों को अपनी याद में रहने के लिये कितना अच्छा तरीका बताता है। आओ बच्चे आओ, ऐसे प्यार से बुलाता है। बाबा के सब बच्चे बहुत अच्छे हैं क्योंकि सिम्पल रहने का सैम्पल बने हैं। मुझे यह चाहिए, मुझे यह चाहिए अरे, क्या करेंगे? सच्चाई, सफाई, सादगी वन्डरफुल है। सफेद ही सफेद, कम खर्च बालानशीन, तब कहेंगे सिम्पल। यह तन, मन, धन हमारे पास कहाँ से आयेगा! यज्ञ में जो आता है वो सफल होता है। यज्ञ में लाने वाले कोई निमित्त हैं, जिनको यज्ञ सेवा करने की अन्दर भावना है। बाबा ने यज्ञ रचा है, यज्ञ में हमको खाना और कपड़ा यही चाहिए ना। भोजन भी सिम्पल मिलता है, जीभरस नहीं है। जीभरस नुकसानकारक है। एक बारी साकार में बाबा के साथ भोजन के लिए बैठे थे तो बाबा ने कहा कि पहले तेरे को खिलाऊं या बाबा को खिलाऊं, मैंने कहा मैं आपको खिलाती हूँ, आप मुझे खिलाना। तो वो भी आज दिन तक अव्यक्त बाबा को भी खिलाने का भाग्य मुझे मिलता है। वह भी कितनी सुन्दर सीन होती है। तुम्हीं से खाऊं, तुम्हीं से बैठूँ, तुम्हीं संग रास रचाऊं... ऐसी हमारी जीवन है। मुझे मरना है तो कैसी स्थिति में और जीना है तो भी कोई प्रॉब्लम नहीं, न मैं किसी के आगे प्रॉब्लम, न कोई मेरे आगे प्रॉब्लम। निज ज्ञान का इसेंस है साक्षी हो करके प्ले करो। यह क्यों, क्या कौए की तरह कां कां नहीं करते। हम कौआ थोड़ेही हैं। हम कौन हैं? क्या कर रहे हैं? क्या बोल रहे हैं? कितना बाबा ने अच्छा जीवन जीना सिखाया है। हमारा भी आपस में कोई नाम रूप से कनेक्शन नहीं है। एक दो को देख अच्छा लगता है, खुशी होती है। प्रभु लीला देख रहे हैं। बाबा का बनने से बहुत सुख मिला है और भावना है सभी एक दो को देख मुस्कराते रहें। साइलेंस में रहने वाली आत्मा एकाग्रता की शक्ति से अन्तर्मुखी सदा सुखी रहती है। वो बाह्यमुखता में नहीं आती है, बाहर में क्या हो रहा है, क्या देखूँ! बाबा ने अन्तर्मुखी सदा सुखी रहना सिखाया है। बाह्यमुखता में टाइम वेस्ट होता है। अभी संगम का यह समय बड़ी कमाई करने का है। एक दो को देख करके कितनी खुशी हो रही है। दिल कहता है उठके सबको भाकी पहनें। हम सब प्रभु के प्यारे हैं। जितना न्यारे रहते हैं उतना नेचुरल बाबा के प्यार का हमारे ऊपर अधिकार हो जाता है। बाबा ने सभी का नाम चेंज किया, मेरा नाम चेंज नहीं किया। सिर्फ जानकी के बदले जनक कहने लगा। जनक माना ट्रस्टी और विदेही रहना। जो भी कारोबार है, वेस्ट मनी, वेस्ट टाइम नहीं करना है। एक के नाम से, एकानामी से इतना बड़ा यज्ञ चल रहा है। बाबा एक है पर बड़ा वन्डरफुल है। हमें दाल रोटी के अलावा कुछ चाहिए क्या.. सिर्फ सिम्पल रहकर सैम्पल हो रहना है। सिम्पल रहना सदा सन्तुष्ट रहना। सभी गुणों में सन्तुष्ट रहने का जो गुण है वह वैल्युबल है। सदा सन्तुष्ट, नो प्रॉब्लम। हर कार्य सफल हो रहा है।



दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका

सर्व खज़ानों के अधिकारी बन खुशी के झूले में झूलते रहो



दादी हृदयमोहिनी
अति.मुख्य प्रशासिका

सभी के नैनों में कौन चमक रहा है? अभी सबके दिल में एक की ही याद है, वो है मेरा बाबा, हरेक कहता है मेरा बाबा। बाबा ने हमें जो खज़ाना दिया है, उसके आगे दुनिया के खज़ाने कुछ भी नहीं हैं, क्योंकि बाबा का खज़ाना सबसे श्रेष्ठ खज़ाना है। बाबा ने हमें इतने खज़ाने दिए हैं, जिनका कोई हिसाब नहीं है, लेकिन हमने उन खज़ानों को कितना संभाल के रखा है? हमें इन खज़ानों को सारी दुनिया में बांटना है, कार्य में लाना है। खज़ानों की स्मृति से ही सबके चेहरे बदल जाते हैं। बाबा हमें ऐसा गोल्डन चान्स देता है, जिसे जितना यूज़ करते हैं, उतना और ही बढ़ता जाता है। हरेक के मस्तक पर चमकता हुआ सितारा दिखाई दे रहा है। अपना खज़ाना देखो तो मुख से स्वत: ही निकलेगा वाह मेरा खज़ाना! बाबा रोज़ हमें कितना खज़ाना देता है, आत्मा भरपूर हो जाती है। जो भी खज़ाना मिलता है वो और खज़ानों को भी साथ में लाता है, एक ही खज़ाना हमें क्या से क्या बना देता है। थोड़े से समय में खज़ाना कितना बड़ा मिलता है! धारण करने के लिए बुद्धि क्लियर चाहिए। बाबा का दिया हुआ एक-एक खज़ाना कितना क़ीमती है! बाबा भी देख-देख हर्षित हो रहे हैं, बाबा के दिल में एक ही गीत बज रहा है, जितना दो, उतना थोड़ा है। भगवान बेहद का मालिक है, वो बेहद के खज़ाने देता है। हर दिन बाबा खज़ानों से भरता है, इसलिए खज़ानों से खेलते रहो, हर खज़ाने में बाबा ही बाबा दिखाई दे। सभी दिल से क्या कहते हो? मेरा बाबा, बाबा को मेरा बना दिया तो उसके सारे खज़ाने भी मेरे हो गये। बाबा भी अपने एक-एक रत्न को देखकर कितना खुश होते हैं और कहते हैं, ये मेरा एक-एक रत्न अनेक रत्नों को लाने वाला है। एक भी रत्न कम नहीं है, हरेक एक दो से आगे है। बाबा भी बच्चों को देखकर समझते हैं कि मेरा एक-एक बच्चा भरपूर है। पहले तो ढूढ़ने आए थे कि क्या खज़ाना मिलेगा, सभी को खज़ाना मिल गया? जितना चाहो ले सकते हो, एक-एक रत्न कीमती है। खज़ानों की प्राप्ति से पहले की शक्ल और प्राप्ति के बाद की शक्ल में कितना अन्तर है, मैं और मेरा खज़ाना इस स्मृति से ही कितनी खुशी होती है। बाबा खास हमारे लिए ये खज़ाने लाया है। माताओं को देखो कितनी खुशी है कि मेरा बाबा मेरे लिए खज़ाना लाया है, खुशी जैसा और कोई खज़ाना नहीं है। खज़ानों को देख-देखकर हम भी खज़ानेदार हो गये। एक-एक खज़ाना कई-कई हीरे मोतियों के बराबर है, तो सोचो हम कितने भरपूर हो गये। सारी दुनिया में कहीं भी ढूढ़कर आओ ऐसा खज़ाना कोई दे नहीं सकता। बाबा के खज़ानों पर हमारा हक़ है, अपने को देखो हमने स्वयं को खज़ानों से कितना सम्पन्न किया? चाहते तो सभी यही हैं कि एक रत्न की भी कमी न हो लेकिन खज़ानों से मालामाल हरेक अपने को स्वयं ही कर सकता है। चांस तो सबको है लेकिन पुरुषार्थ अनुसार ही ले सकते हैं। बाबा ने जो खज़ाना दिया है, उसे यूज़ करने का तरीका है, जो भी लेते जाओ उसे देते जाओ, खज़ानों का मूल्य पता होना चाहिए। जब खज़ानों को लेने की आदत पड़ जाएगी तो देने बिगर रह नहीं सकते। लेने और देने का खेल खेलो, जितना देते जाएंगे उतना ऑटोमेटिकली बढ़ता जाएगा। कोई भी पेपर आए या किसी बात का सामना करना पड़े लेकिन खुशी का खज़ाना कम न हो। ये ऐसा खज़ाना है, जो कोई चुरा नहीं सकता, ये खज़ाना जिसको लेना आ गया वो मालामाल हो जाता है। बस एक ही शब्द याद रखो मेरा बाबा मेरा खज़ाना, मेरापन लाना अर्थात् मालिक बनना।

ब्रह्माकुमार निर्वैर भारत गौरव अवॉर्ड से सम्मानित

ब्रह्माकुमारीज़ के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर को लंदन हाउस ऑफ कॉमन्स ब्रिटिश पार्लियामेंट में भारत गौरव अवॉर्ड से सम्मानित किया गया। यह अवॉर्ड यू.के. के मंत्री बोरोनस संदीप वर्मा तथा प्रतिष्ठित अंतर्राष्ट्रीय संस्कृति युवा संस्थान के अध्यक्ष पंडित सुरेश मिश्रा समेत कई नामचीन हस्तियों ने प्रदान किया।

ब्र.कु. निर्वैर को प्राप्त `भारत गौरव अवॉर्ड' उनकी अनुपस्थिति में प्राप्त करते हुए ब्र.कु. भरत।

यह अवॉर्ड ब्र.कु. निर्वैर की अनुपस्थिति में शांतिवन के मुख्य अभियंता ब्र.कु. भरत ने ग्रहण किया। इस अंतर्राष्ट्रीय समारोह में हाउस ऑफ लॉर्ड्स के सदस्य तथा यू.के. स्टेट फॉर इंटरनेशनल डेवलपमेंट के पार्लियामेंटरी अंडर सेक्रेटरी मुख्य अतिथि के रूप में उपस्थित थे। कार्यक्रम में अवॉर्ड प्राप्त करने के पश्चात् ब्र.कु. भरत ने कहा कि यह गौरव की बात है कि यह संस्थान लगातार पूरे विश्व में सकारात्मक कार्यों को बढ़ावा दे रहा है। ज्ञात हो कि राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर 60 वर्ष पूर्व नेवी की नौकरी छोड़ मानवता की सेवा में समर्पित हो गये। इसके साथ ही उन्होंने शिक्षा, स्वास्थ्य के क्षेत्र में उल्लेखनीय योगदान दिया जिसके तहत उन्हें यह अवॉर्ड दिया गया। वे वर्तमान समय में ब्रह्माकुमारीज़ के महासचिव, ग्लोबल हॉस्पिटल के मैनेजिंग ट्रस्टी एवं संस्थान के मैनेजिंग एवं गवर्निंग बॉडी के सदस्य हैं।

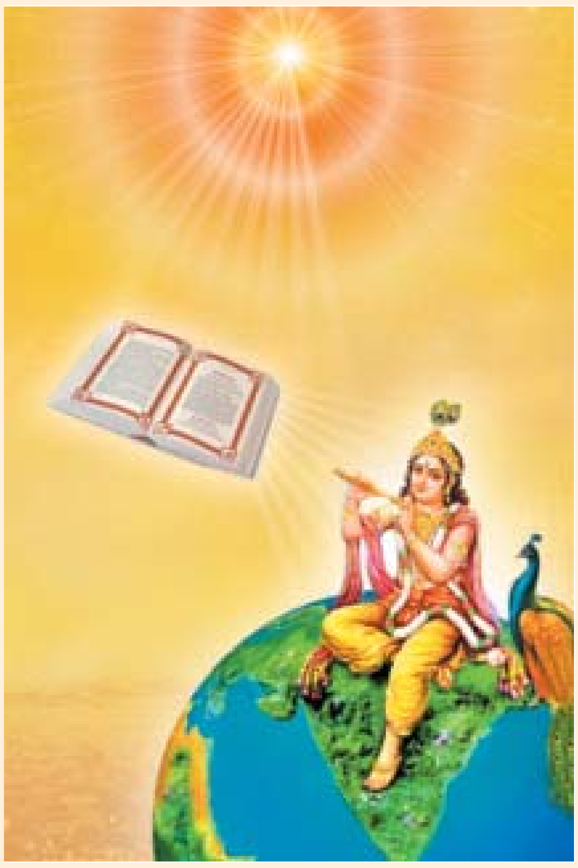
श्रीमद्भगवद्गीता और भगवान...!

– ब्र.कु. जगदीशचन्द्र हसीजा

`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 टीकाएँ और टिप्पणियाँ हैं। अतः 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। अतः 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 महात्म्य बहुत कम हो गया। अतः इस बात को आज स्पष्ट करने की ज़रूरत 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 (मनमनाभव)' आदि-आदि, मनुष्य उसका पालन भी नहीं कर सकता और उसका पालन किये बिना वह योगयुक्त और जीवन-मुक्त भी नहीं हो सकता।

भगवान के 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 प्रायः 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। अतः 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 हैं कि ``मैं अपनी प्रकृति को अधीन करके प्रगट होता हूँ (प्रकृति स्वाम् अधिष्ठाय संभवामि...)। अतः 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 अबुद्धयः)। 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। अतः 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 कौन-सा है? इस बात को समझने के लिए पहले `आत्मा' अथवा `पुरुष' को जानना ज़रूरी 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 एकः कृत्स्नं लोकम् इमं रवि, क्षेत्रं क्षेत्री तथा कृतस्नं प्रकाशयति भारत)। अतः 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 प्रायः 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 का आधार 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 तमसः 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 छः 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 प्रायः 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 अतिरिक्त 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-

जापान। दोशिषा यूनिवर्सिटी में दो विशिष्ट महिलाओं मारी लिज़ुका,प्रो.एंड डायरेक्टर,ग्रेजुएट स्कूल ऑफ बिज़नेस एवं मारिको कवागुची,चीफ रिसर्चर,दायवा इंस्टीट्यूट ऑफ रिसर्च से मुलाकात और ज्ञानचर्चा के पश्चात् उनके साथ चित्र में ब्र.कु. जयंती एवं अन्य।

मलेशिया। एन्युअल रिट्रीट के दौरान सकैण्डिनेविया के सभी ब्र.कु. भाई बहनों को 'केयरिंग फॉर द सेल्फ' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में भाई बहनों के साथ ब्र.कु. डॉ. प्रताप मिड्ढा,सुपरीन्टेंडेंट,ग्लोबल हॉस्पिटल,मा.आबू।

नैरोबी-केन्या। सर्व अफ्रीका रिट्रीट सेंटर में अफ्रीका की सभी टीचर्स बहनों के लिए आयोजित योग भट्ठी कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. जयंती,यूरोप स्थित सेवाकेन्द्रों की निदेशिका, अफ्रीका के सभी सेवाकेन्द्रों की बह्माकुमारी बहनें एवं अन्य।

काठमाण्डू। नेपाल के 39वें नव निर्वाचित सम्माननीय प्रधानमंत्री पुष्पकमल दाहाल 'प्रचण्ड' को शुभकामनाएँ एवं ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् समूह चित्र में प्रधानमंत्री के साथ ब्र.कु. राज दीदी, ब्र.कु. कुसुम, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. मेहन, ब्र.कु. रामसिंह, ब्र.कु. तिलक, ब्र.कु. बिजय तथा अन्य।

आसक्ति से दूर हो 'करें खुशी की अनुभूति'

गतांक से आगे...

प्रश्न:- हमें फिर ऐसा क्या करना चाहिए जिससे हमारा बार-बार दु:खी होने का संस्कार खत्म हो जाए?

उत्तर:- देखिए, जब भी मैं दु:खी होती हूँ तब मुझे पीछे लौटना पड़ता है। अच्छा मैं दु:खी हुई, क्या डर था, क्या आसक्ति थी, ये मेरी वैल्यू है। लेकिन इससे अगर आसक्त होकर दु:खी हुए तब मेरी वैल्यू भी सही परिणाम नहीं देगी। इसके लिए हमें अपने ऊपर थोड़ी-सी मेहनत करनी होगी। उससे क्या होगा, ये सारा दिन जो दु:ख में रहने का संस्कार सा बनता जा रहा है। ये धीरे-धीरे खत्म हो जायेगा।

प्रश्न:- मान लो कि मैं कहती हूँ कि 'मैं शांत स्वरूप आत्मा हूँ' तो इससे मैं एक अपनी वैल्यू मान लेती हूँ।

उत्तर:- यदि आप अपने-आपको पीसफुल बीइंग कहती हैं और मैं आकर आपको ऊपर से कहूं कि कहाँ के पीसफुल बीइंग, आप तो सारा दिन इतना गुस्सा करते रहते हो। अगर फिर आपने गुस्सा कर दिया, उस समय तो आप पीसफुल बीइंग नहीं रहे। हरेक अपने ढंग से बोल रहा है। मुझे अपने-आपको देखते रहना है और अपनी मूल ज़िम्मेदारी को पूरा करना है कि वो जो टीका-टिप्पणी कर रहे हैं, वो अपना विचार दे रहे हैं, लेकिन मुझे क्या करना है? मुझे ये चेक करना है कि कौन सी चीज़ मुझे दु:खी करती है।

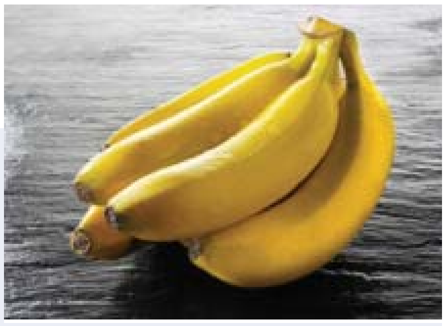
ब्र. कु. शिवानी

क्योंकि सारे दिन में हम बहुत बार दु:खी होते हैं। ये भी एक बहुत अच्छा होमवर्क हो सकता है। क्या किया, कौन सी बात ने मुझे दु:खी किया या किसके कौनसे बोल से मुझे दु:ख हुआ, क्या वो मेरी किसी चीज़ के बारे में था या वो कोई मेरी प्रवीणता के बारे में था उसको लिखते जायें और अगर उसने मुझे दु:खी किया तो उसके पीछे मेरा कौन-सा डर था। किसी ने मुझे कहा कि आप सिनसियर नहीं हैं, आपका काम अच्छा नहीं है, तो मेरा डर क्या है इसके पीछे कि अब ये मुझे सम्मान नहीं देंगे। हमेशा इसके पीछे कोई न कोई भय होता है जिसके कारण हम ये दु:ख की संवेदनाएँ प्रगट करते हैं, और फिर हम अपना जीवन उस तरह से जी नहीं पाते हैं। जैसे कहते कि एक चिड़िया है, वह एक शाखा को पकड़कर बैठी है और कहती है कि मुझे उड़ना है, मुझे उड़ना है तो उड़ने के लिए क्या करना पड़ेगा? अगर वहीं पर पकड़कर रखेगी और कहेगी कि मुझे उड़ना है तो क्या उड़ पायेगी! हम सर्कस में भी देखते थे कि एक से छोड़ते थे तभी दूसरे को पकड़ते थे। जब तक एक को पकड़कर रखा और डर रहा उसको छोड़ने का, तब तक दूसरे के पास जा ही नहीं सकते। तो हमने उड़ने के लिए जो पकड़कर रखा है उसे छोड़ना होगा और यही जीवन की वास्तविक यात्रा भी है। नहीं तो फिर जीवन बहुत आसक्ति वाला, बंधन वाला हो जाता है। फिर ये स्वतंत्रता वाला जीवन नहीं होता है। जब भी आपको दु:खी करने वाले अनुभव हों तो चेक करके अपनी आसक्ति को छोड़ते जायें। तब आप अपने-आपको अंदर से बहुत ही हल्का महसूस कर सकेंगे।

अब प्रयोगिक परीक्षा देने का समय है, तो आप अपना टेस्ट लें, खुद को समझें, खुद के साथ जो-जो चीज़ें आ रही हैं उनको स्पष्ट करें। जब तक हम साइलेंस में नहीं जायेंगे, कुछ देर मौन नहीं रहेंगे, हम देख नहीं पायेंगे, काम नहीं कर पायेंगे। - क्रमश:

स्वास्थ्य

केले का विज्ञान



केला सब मौसम का फल है और सबको अच्छा भी लगता है। केले के फल के साथ-साथ, आज छिलके में पेक्टिन नामक जीवाणुनाशक रसायन खोज लिये गये हैं। छिलका ही नहीं, बल्कि केले के पौधे का हर भाग, हर अंग खाने योग्य है। केरल में इसके फूलों का साग बनता है जिसे कुट्टू कहते हैं। तने के बाहरी परतों को हाथी बड़े स्वाद से खाता है। दक्षिण भारत में केले की सौ से ज़्यादा किस्में होती हैं और अनेक व्यंजन बनाये जाते हैं। केरल में अधपके केलों के चिप्स बनाए जाते हैं, इसे दूध में मिलाकर पीना पौष्टिक भी होता है। केला विटामिनों से भरपूर होता है। 22 प्रतिशत कार्बोहाइड्रेट यानी शर्करा के अलावा केले में ए. बी. और सी. विटामिन, प्रोटीन इत्यादि होते हैं। कच्चे केले में एकत्र स्टार्च ही पकने पर ग्लुकोज़ और फ्रक्टोज़ में बदल जाता है। क्लोरोफिल के कारण कच्चा केला हरा होता है जो कि केले में कुछ एंजाइम्स की क्रिया से जैथोलिन नामक पीले रसायन में बदल जाता है। केले की अपनी विशिष्ट खुशबू उसमें उपस्थित एथिल एसीटेट के कारण होती है। डाल का पका केला कभी बाज़ार में नहीं मिलता है। कच्चे कलों के गुच्छे के गुच्छे एक कमरे में भरकर केलों के पत्तों से ढक दिये जाते हैं। एक कोने में गाय के गोबर के कंडे जलते हैं और धुआँ लगता रहता है। 36 से 40 घंटे के भीतर हल्के पीले रंग का केला तैयार हो जाता है। आजकल तो खास तापमान पर एथिलीन गैस से केले पकाये जाते हैं। इस तरह से पके केले स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होते हैं।

सुविख्यात वनस्पति-वेत्ता प्रो. पंचानन माहेश्वरी के अनुसार अन्य बहुत से फूलों और फसलों की तरह ही केला भी दुनिया को भारत की देन है। अनुमान लगाया जाता है कि ईसा की सातवीं सदी में अरब सौदागरों द्वारा केला फिलस्तीन पहुँचाया गया, जहाँ से यह मिस्र पहुँचा, फिर अफ्रीका के पूर्वी तट से फैलते-फैलते यह उस महाद्वीप के पश्चिमी तट तक पहुँचा और पन्द्रहवीं सदी में वहाँ पहुँचे यूरोपीय यात्रियों ने इसे वहाँ खूब फल-ते-फूलते देखा।

प्रात: काल दूध में पका केला फेंटकर सेवन करना पुष्टिकारक है, वज़न को बढ़ाता है। इलायची, अत्यधिक खाये गये केले का पाचन करती है। एक एकड़ ज़मीन को अगर 300 पौंड नाइट्रोजन, 150 पौंड फास्फोरस और 100 पौंड पोटैशियम खिलायें तो उसमें लगा कदली-कुंज 50,000 पौंड फल उगल सकता है।

शांतिवन। इन्फ्रास्ट्रक्चर कंगलोमेरट प्रतिभा इंडस्ट्रीज़ लि. के सह संस्थापक बालासाहेब (विनायक) कुलकर्णी के शांतिवन परिसर का अवलोकन व दादी जानकी के साथ मुलाकात के पश्चात् दादी जानकी उन्हें ईश्वरीय रक्षासूत्र बांधते हुए।

शिलाँग। मेघालय के राज्यपाल वी.षण्मुगनाथन को ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा की जा रही ईश्वरीय सेवाओं की जानकारी देने के पश्चात् चित्र में राज्यपाल के साथ ब्र.कु. नीलम, ब्र.कु. पद्मावती व अन्य।

राँची। झारखण्ड के माननीय मुख्यमंत्री रघुवरदास जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निर्मला।

फाज़िलनगर-उ.प्र.। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् तमकुहिराज के राजा महेश्वर प्रताप साही को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. भारती। साथ हैं ब्र.कु. प्रीति, ब्र.कु. सूरज, ब्र.कु. उदय एवं अन्य ब्र.कु.भाई बहनें।

नूह-हरियाणा। आदित्य आर्मी पब्लिक स्कूल में टच द लाइट कार्यक्रम के अंतर्गत बच्चों को प्रेम एवं गुण के बारे में समझाते हुए ब्र.कु. संजय हंस।

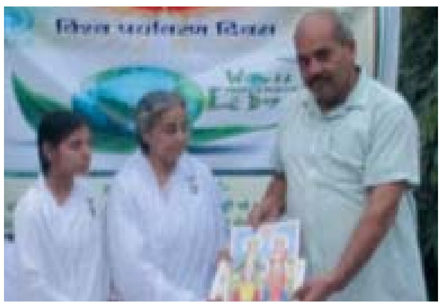
नगर-भरतपुर(राज.)। अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान कार्यक्रम में विकास अधिकारी विक्रम सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. हीरा। साथ हैं ब्र.कु. बबिता व ब्र.कु. संध्या।

भाबानगर-किन्नौर(हि.प्र.)। डिप्युटी स्पीकर को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सरस्वती।

गया-ए.पी.कॉलोनी। विश्व प्रकृति संरक्षण दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. सुनीता। साथ हैं डॉ. मुरलीधर सिंह, द्वारिको सुंदरानी जी, राजकुमार दूबे,फॉरेस्ट डिपार्टमेंट एवं अन्य।

कोसीकलाँ-उ.प्र.। आध्यात्मिक सम्मेलन का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए थाना प्रभारी नरेन्द्र सिंह यादव, एस.आई. राधे श्याम पाठक, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ज्योत्सना, ब्र.कु. बबिता एवं अन्य।

श्यामनगर-प.बंगाल। मैनेजमेंट डेवलपमेंट इंस्टीट्यूट, मुर्शीदाबाद में आगामी बैच को 'इमोशनल इंटेलीजेंस' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. खुशबू।



कानपुर-बर्रा। पीलीभीत के एक्साइज़ इंस्पेक्टर मंगला प्रसाद को ओमशान्ति मीडिया व ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. शशि व ब्र.कु. सुनीता।

बुबका-हरियाणा। इंडिया न्यूज़ के पत्रकार कुलदीप को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. राज बहन व ब्र.कु. राजू।

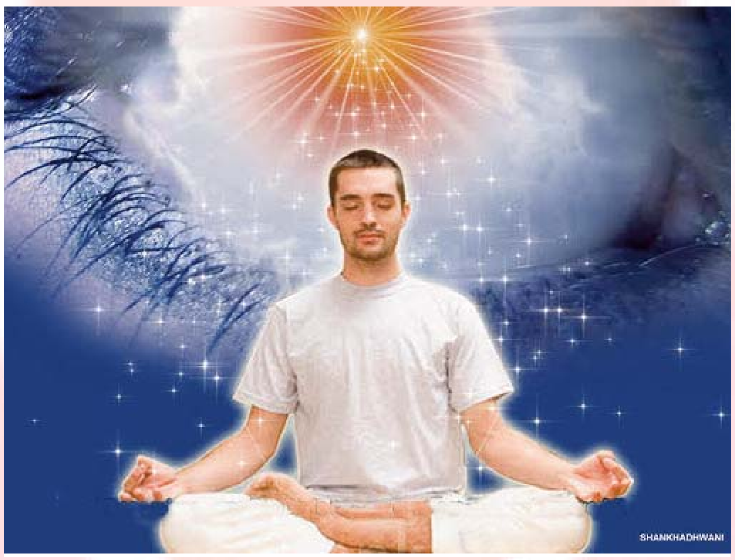
बहुत ही सहज है राजयोग...

'बहुत ही सहज है राजयोग' के पिछले अंक में हमने यह जाना कि यह राजयोग कितना सरल है और राजयोग का प्रयोग किस प्रकार करें। इस अंक में हम जानेंगे कि कोई भी कार्य करते हुए कैसे इसका प्रयोग करें और किस प्रकार राजयोग से हमें सारी प्राप्तियाँ हो जायेंगी।

6. बस यहीं से शुरुआत है आपके राजयोग की। आप धीरे-धीरे देखेंगे कि आपका मन वही सोचना शुरु हो जायेगा जो आप सोचना चाहेंगे, जो कहना चाहेंगे। जब आप ऐसा करते हैं तो उस परमात्मा की शक्ति भी आपके साथ जुड़ जाती है और फिर आप हमेशा अपने आप को चार्ज महसूस करते हैं।

कार्य करते हुए कैसे प्रयोग करें ?

1. जब आप ऑफिस के लिए निकलते हैं, गाड़ी में बैठते हैं तो आप ये सोचें कि मेरा मन अभी बिल्कुल शांत है और एक सेकेण्ड के लिए आँख बंद करके आप देखें कि उस परमात्मा की शक्ति भी मेरे साथ जुड़ गई। अब मेरा सफर बिल्कुल सुरक्षित रहेगा। इन संकल्पों के साथ आप गाड़ी में बैठें।



2. ऑफिस पहुँचते ही सभी के लिए एक संकल्प करें कि सभी कर्मचारियों का मन मेरी तरह ही बिल्कुल शांत है और आज वे पूरे दिन इसी शान्ति के वातावरण के साथ काम करेंगे।

3. अपने कैबिन में जाते हुए अपने पूरे कैबिन पर एक बार ऐसे ही नज़र दौड़ाना है और ये कहना कि पूरी कैबिन शान्ति के वातावरण से भर जाये और जो भी मेरे सामने आ जाये वो अपनी बात पूरी तरह से कहे और मैं उसका उचित उत्तर दूँ, बिना किसी गुस्सा या नाराज़गी के।

4. अब जैसे ही आप व्यस्त होना शुरु होते हैं तो अपने मोबाइल को एक टूल की तरह इस्तेमाल करें। उसमें एक-एक घण्टे का रिमाइंडर लगा दें जो आपको याद दिलाता रहे कि हरेक घण्टे यही संकल्प करना है।

5. शाम को सभी कर्मचारियों के साथ आपको हाथ मिलाते हुए ये सोचना है कि सभी के अंदर मेरे हाथों से एक सकारात्मक ऊर्जा निकलकर प्रवेश कर गई और सभी की थकावट दूर हो गई।

6. इससे आपको अपने मन में फालतू बातों के लिए जगह नहीं मिलेगी और आपका पूरा दिन अच्छा गुज़रेगा।

7. अच्छा-अच्छा कहने से अच्छा हो ही जायेगा और आप भी हमारी तरह राजयोग की पहली सीढ़ी पार कर लेंगे।

सारी प्राप्तियाँ राजयोग से हो जायेंगी

आज सभी अपने आपको विज्ञान पर आधारित मानते हैं। सभी चमत्कार की उम्मीद करते हैं। ऐसा नहीं है कि चमत्कार हुए नहीं हैं, हुए हैं। परन्तु आज भी मानव इन चमत्कारों का आधार होने के बावजूद भी असुरक्षित है। पता है क्यों? क्योंकि अविष्कार के साथ-साथ व्यक्ति में आलस्य आ गया, वो हर कार्य मशीनों से करने लगा है। जब मन खाली होगा, व्यस्त नहीं होगा तो निश्चित रूप से उसके अन्दर विचार चलेंगे और वे चल रहे हैं। सबको और पाने की चाह में भविष्य की चिन्ता खाये जा रही है। इस योग रूपी विज्ञान से मनुष्य के आवेगों (इमोशन्स), भावनाओं को नियन्त्रित किया जा सकता है। इससे मनुष्य की मानसिक एकाग्रता भी बढ़ती है। उसके व्यवहार में परिवर्तन आता है और ईर्ष्या, छल-कपट, नाराज़गी आदि सब दूर हो जाती है। योग एक ऐसा विज्ञान है जिसके द्वारा सुख प्राप्त करने के लिए एक फूटी कौड़ी भी खर्च नहीं करनी पड़ती। इस विज्ञान द्वारा मनुष्य को निरोगी काया मिल जाती है और वो अमर हो जाता है।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-3

■	1	2	■	■	3	4			■
5			■	6			■	■	7
8		■	9			■	10		
	■	■		■	■	11		■	
12	13	14	■	15	16	■	■	17	
■	18		■	■	19	20		■	■
21			■	22			■	23	24
25		■	26			■	27		
	■	28	■		■	■	■		■
■	29				■	30			■

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

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

ऊपर से नीचे

1. होठ, लब (3)
2. कार्य, काम (2)
3. सीख, ज्ञान, शिक्षा (3)
4. निचला स्तर, पेंदा (2)
5. स्व के बारे में विचार करना (4)
6. आने वाले....की तुम तकदीर हो (2)
7. दूसरे व्यक्ति का शरीर (4)
9. बेटा, पुत्र (2)
10. राज्य की जनता, संतति (2)
13. ....में जल उठी शमा, सभा (4)
14. कद्र, कीमत, औकात (3)
16. अंत में, सबसे बाद में (4)
20. लख, लक्ष, सौ हज़ार (2)
21. योग्य, लायक (3)
22. मुकुटधारी, ताज पहने हुए (4)
23. मदद, सहायता (4)
24. आत्मा की सोचने वाली इन्द्री (2)
28. रहस्य, भेद, राज्य (2)

बायें से दायें

1. शिव पर चढ़ने वाला फूल (2)
3. सृष्टि चक्र का पहला युग (4)
5. निज धर्म, अपना धर्म (3)
6. लक्ष्मी जी का एक नाम (3)
8. दीर्घ, बहुत (2)
9. उलझनों से मुक्त (3)
10. भेद, किस्म, ढंग (3)
11. नृप, नरेश, राजन (2)
12. लवण, शास्त्रों में ज्ञान आटे में...मिसल है (3)
15. प्रार्थना, आशीष, आशीर्वाद (2)
17. परछाई, छाया, असर (2)
18. सीमित, तुम बच्चों को....से निकल बेहद की सेवा में लगना है (2)
19. खत्म, समाप्त, नष्ट (3)
21. नास्तिक, परमात्म विरोधी (3)
22. दिनांक, अवधि (3)
23. बराबर, संतुलित (2)
25. छिद्र, छेद (2)
26. पति, प्रियतम (3)
27. आंगन, क्षमा, सहने का भाव (3)
29. लाचारी, विवशता, नि:सहायता (4)
30. बाप आये तुम बच्चों को अज्ञान नींद से जगाकर....बनाने, जागृत (3)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन।

दिल्ली। यूनियन हेल्थ एंड फैमिली वेलफेयर मिनिस्टर जे.पी. नड्डा से मुलाकात के दौरान ज्ञानचर्चा करते हुए ब्र.कु. आशा, ब्र.कु. बृजमोहन, ब्र.कु. प्रकाश,माउण्ट आबू व अन्य।

अर्जेण्टीना। फरीना जी,मिनिस्ट्री ऑफ फॉरेन अफेयर्स को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. चक्रधारी। साथ हैं ब्र.कु. मोइरा, ब्र.कु. लता व अन्य।

काठमाण्डू-नेपाल। एस.एल.सी. पास्ड विद्यार्थियों के लिए आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में विद्यार्थियों के साथ ब्र.कु. रामसिंह, ब्र.कु. भाई एवं राजयोग शिक्षका ब्रह्माकुमारी बहनें।

बरनाला-पंजाब। दो दिवसीय 'अलविदा डायबिटीज़ विद राजयोग मेडिटेशन' कार्यक्रम के दौरान ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. डॉ. श्रीमंत साहू,डायबिटीज़ विशेषज्ञ,ग्लोबल हॉस्पिटल,माउण्ट आबू, ब्र.कु. सीमा, ब्र.कु. ब्रिज, ब्र.कु. डॉ. आशा गुप्ता व अन्य।

असंसोल-प.बंगाल। कल्याणपुर हाउसिंग के गीता पाठशाला के चौथी वर्षगांठ पर आयोजित 'होलिस्टिक हेल्थ कॉन्फ्रेन्स' में केक कटिंग के अवसर पर उपस्थित हैं अजय प्रसाद,सेक्रेट्री,सोशल वेयफेयर सोसायटी,कल्याणपुर, ब्र.कु. सुनीता व अन्य।

बाँदा-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करने के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में मंडलायुक्त श्री वेंकटेश्वरलू, नगरपालिका अध्यक्ष श्रीमती विनोद जैन, ब्र.कु. शालिनी व अन्य।

इन अध्यात्म प्रेमियों का जीवन बनेगा 'आधार' सभ्य समाज के लिए ...

यहाँ से जो धारा बहेगी, जो तरंगें जायेंगी जन-मन को आपलावित करेंगी, आनंद से सराबोर कर देंगी। क्योंकि ये लहर राजयोग की है। जो प्राकृतिक है तथा स्व के भाव में स्थित करने का एक प्रयास है। इस योग में न धर्म भेद है न जाति भेद है, बस आत्म भाव है, मैत्रि भाव है। बिना मतभेद के माया रूपी अभेद्य किला भेदने के लिए इतनी बड़ी अहिंसक सेना एक साथ सिंहनाद कर रही है। यहाँ सभी राजऋषि हैं, तपस्वी हैं, बस एक ही मिशन है 'एक स्वर्ग की स्थापना'। ऐसा कहना है परमपूज्य जैन मुनि अरविंद कुमार का जो धार्मिक सम्मेलन ज्ञानसरोवर में आये और जो उन्होंने देखा और अनुभूति की उन्हीं के भावपूर्ण शब्दों में...

जैन मुनि अरविंद कुमार,
राजपुरा,पटियाला,

यह सहजयोग है इसलिए इसे राजयोग कहा जाता है। इस राजयोग को कोई भी कर सकता है चाहे वह कम पढ़ा लिखा हो या अधिक, चाहे वह बच्चा हो या बुजुर्ग। ऐसा कोई धर्म या सम्प्रदाय नहीं है जो ओम शान्ति को न मानता हो। इस संस्था में हर चीज़ प्रैक्टिकल है। हर चीज़ का अभ्यास कराया जाता है। यहां उठने से लेकर सोने तक, खाने से लेकर पीने तक लगता है सब कुछ ऑर्गेनिक है। सब कुछ प्राकृतिक है, नैचुरल है। प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय में चल रहे इस सम्मेलन का संदेश पूरे विश्व में जाना चाहिए। एक घोषणा पत्र तैयार कर इस अरावली पर्वत से भेजना चाहिए, वैसे भी ऊँचाई से कही गई बात नीचे चारो तरफ जाती है। यहां से जो धारा बहेगी, जो तरंगें जाएंगी ज़रूर जन-जन को आपलावित करेंगी, जन-जन को शांति प्रदान करेंगी, आनंद से सराबोर करेंगी।

एक आग्रह भी है कि कम से कम एक पवित्र मंगल संकल्प के साथ यहाँ से जाएं कि हम नियमित राजयोग ध्यान करेंगे, तभी यहाँ आना सार्थक होगा। **चार दिन में मैंने देखा कि ना कोई पूजा, ना कोई आरती, ना कोई बाह्य क्रियाकलाप, बस राजयोग के द्वारा हर आत्मा को स्व के भाव में स्थित करने का प्रयास, बहुत ही अलौकिक है। यहाँ ऐसा अहिंसामय वातावरण है कि जहाँ ना तो क्रोध है, ना तो माया है, ना तो अहंकार है और ना कोई स्थूल हिंसा है। ना कोई सूक्ष्म हिंसा ना कोई स्थूल। बस यहाँ आत्म भाव है, मैत्री का भाव है। मैं कौन हूँ, कहां से आया हूँ और मुझे कहां जाना है, यह स्पष्ट ज्ञान यहां मिला।** यहां भेद नज़र नहीं आता, सब अभेद है, ना कोई धर्म भेद, न जाति, न भाषा, न ऊँच-नीच, सिर्फ हम सभी आत्माएँ हैं। इसे कहेंगे सच्चा अहिंसामय वातावरण। इसलिए यहाँ से किरणें प्रस्फुटित होती हैं। इसलिए दुनिया को यहाँ से संदेश जाता है। कहाँ तो दो औरतें एक साथ बिना मतभेद के रह नहीं सकती, वहीं इतनी ब्रह्माकुमारी बहनें आपस में स्नेह व तालमेल के साथ विश्व की सेवा इतने वर्षों से सफलता पूर्वक कर रही हैं। यह ईश्वरीय शक्ति का प्रैक्टिकल प्रमाण है। यहाँ ब्रह्माकुमार भाई-बहनों में एक दूसरे के लिए व सबके लिए सिर्फ गुणों की चर्चा है। ये बहनें किसी ऋषि-मुनि से कम नहीं हैं। आज के भोगवादी युग में जहां चारो ओर विलास है, वहां ये सब ब्रह्माकुमारी बहनें-भाई ब्रह्मचारी हैं। ब्रह्मा बाबा के पदचिन्हों पर चलकर परमात्मा शिव की साधना में लीन हैं ये ब्रह्माकुमारियाँ, जो ब्रह्मचर्य की साधना में तल्लीन हैं वे हैं ब्रह्माकुमारियाँ। ये छोटी-छोटी बहनें घर-बार छोड़कर त्याग कर सेवा के लिए चली आई। यहाँ वही आ सकता है जिसके अंदर त्याग व वैराग्य की भावना हो। यहाँ वही रह सकते हैं जिनके अंदर समर्पण भाव होगा। **वही ब्रह्माकुमारी संस्था में आ सकते हैं। यही मेरा अनुभव है कि मुझे लगता है कि ब्रह्माण्ड में कुछ विशेष घटित होना है, बस थोड़ा समय बाकी रहा हुआ है कि जब इन अध्यात्म प्रेमियों के जीवन बोलेंगे श्रेष्ठ समाज बनाने के लिए। जैसे गोवर्धन पर्वत उठाने के लिए सबने अपनी अंगुली दी। वह अंगुली है इस अभियान में एक संकल्प में बंधने की। इस अंगुली में सब अंगुलियों को साथ आना होगा।** मैं जब भी पुराने तपस्या स्थलों, मंदिरों, गुफाओं में जाता हूँ तो मुझे वहाँ की शक्ति का पता चल जाता है, वहां की सूक्ष्मता का आभास होने लगता है। तो इसी भावना से जब मैं आबू में ब्रह्माकुमारी संस्था के संस्थापक ब्रह्मा बाबा की समाधि पर पाण्डव भवन में गया, तो जैसे ही मैं गेट में घुसा व कदम रखा तो वो परमाणु, वो पुद्गल, वो वायब्रेशन्स, मुझे झंकृत करने लगा, चित्त एकदम एकाग्र होने लगा और नज़रें समाधि पर टिक गई। मैं सीधा समाधि पर पहुंच गया। मत्था टेका, बाबा से आह्वान किया कि हे प्रजापिता, जहाँ भी अवस्थित हैं, आप सच्चे संत हो, भाव अर्पण करने संत आया है, मुझे लगा कि जैसे समाधि और मैं घूमने लगे। न मुझे अपने शरीर का भान था और न कोई और आभास। बस मैं बाबामय हो गया। सफेद आकृति नज़र आने लगी। आवाज़ आई कि अभी आप आये हो, अभी काम पूरा नहीं हुआ है व अभी काम बाकी है। ये मेरा सौभाग्य है कि यह प्रवास मेरा आंनदमय व सुखदाई बना।●

हमीरपुर-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में जिलाधिकारी उदय वीर सिंह को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. कुसुम, ब्र.कु. ज्योति व अन्य।

भद्रक-ओडिशा। डिस्ट्रीक्ट कल्चरल भवन में अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रम के दौरान जोगेन्द्र घदेई को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. नंदिनी।

आगरा-कमलानगर। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आगरा के किले में आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं ग्रामीण एस.पी. बबिता साहू, शहर के एस.पी. की धर्मपत्नी किरण सिंह, ब्र.कु. विमला व अन्य ब्र.कु. बहनें।

नरकटियागंज-बिहार। एस.एस.बी. के अधिकारी एवं जवानों को तनावमुक्त जीवन जीने की कला सिखाने के पश्चात् अधिकारी एवं जवानों के साथ ईश्वरीय स्मृति में ब्र.कु. अबिता, ब्र.कु. रेखा एवं ब्र.कु. कामेश्वर।

योग प्रक्रिया... - पेज 2 का शेष

बीमारियों से मुक्त कर दिया गया।

हमारा मानना यह है कि विश्वास, श्रद्धा, आशा, श्रेष्ठ संकल्प और आत्मसूचन जैसे सद्भावों का प्रयोग अब स्वास्थ्य संवर्धन के लिए होना चाहिए। रोग मुक्त होने के लिए यह सबसे निश्चिन्त, सरल रास्ता और बिना नुकसान कारक उपाय है।

इसी तरह 1896 में शरीर वैज्ञानिक डॉ. ग्लोस्टने रोयल ने मेडिकल सोसायटी के समक्ष अपना सम्बोधन प्रस्तुत करते हुए कहा था कि - ''शारीरिक रोगों का अनुभव होना, बढ़ना या गम्भीर होना या उनका कम होना, इनके पीछे मानसिक स्थिति की बहुत बड़ी भूमिका होती है। रोग होने के लिए बाह्य परिबल जितनी भूमिका अदा करता है, उससे उनके व्यक्तित्व का आंतरिक परिबल ज़्यादा जवाब देता है।

जो व्यक्ति मानसिक रूप से सुदृढ़ और स्वस्थ हो, उनके शरीर में रोग उत्पन्न होने की सम्भावना बहुत ही कम रहती है। फिर भी रोग उत्पन्न हो तो ज़्यादा समय तक नहीं रह पाते। अत: इसलिए चिकित्सा उपचार पर जितना ध्यान दिया जाता है, उससे ज़्यादा मन: स्थिति और विचारों को सकारात्मक और योग्य बनाने का प्रयास होना चाहिए। 1963 'द नोबल प्राईज़ इन फीज़ियोलॉजी एंड मेडिसिन' से सम्मानित जॉन कारेव एकल्स (व्दफ्ह मै ाम्म्ते) ने कहा था - ''हमारे संसोधन के अंत में हम ऐसा सिद्ध कर सकते हैं कि हरेक मनुष्य में एक जीव रसायन तथा रहस्यमयी ऊर्जा से बना हुआ तत्व है जिसे 'आत्मा' कह सकते हैं।''

कैलिफोर्निया इंस्टीट्यूट ऑफ टेक्नोलॉजी के प्राध्यापक रॉजर वोलकॉट स्पेरी (Roger wolcott sperry) को स्प्लिट ब्रेन्स के संसोधन के लिए 1981 में नोबल प्राईज़ मिला था। वे कहते हैं कि शरीर में आत्मा रूपी तत्व विद्यमान होता है। ये एक सुनिश्चित तथ्य है। पदार्थों का मस्तकीय गुणधर्मों के साथ संबंधित होने से एक ऐसी सत्ता अस्तित्वगत होती है जो केवल मस्तकीय क्षेत्र के न्यूरोन्स पर ही नहीं, बल्कि पूरे शरीर पर अपना शासन चलाती है। यह कार्यक्षेत्र सीमित नहीं बल्कि असीम और व्यापक है।

योग सिर्फ शरीर का व्यायाम नहीं। वो शरीर, मन और आत्मा को साथ जोड़ने की प्रक्रिया है। उसमें योगासन समग्र पद्धति का एक भाग है। व्यायाम और योगासन के बीच भी बहुत अंतर है। व्यायाम स्थूलतापरक है, तो योगासन सूक्ष्मतापरक। व्यायाम में एक ही प्रकार की क्रियाओं की आवृत्ति बार-बार होती है, वो थकावट पैदा करती है और उसमें ऊर्जा का उपयोग बहुत ज़्यादा होता है। वो शरीर को शुद्ध, मज़बूत, सुगठित, सुंदर व आकर्षक अवश्य करता है, लेकिन उससे आगे मन और आत्मा को स्पर्श नहीं करता।

योग मनोदैहिक रोगों को पैदा होने ही नहीं देता, और योग प्रक्रिया करने के पूर्व पैदा हुए रोगों को कम कर अंतत: उसे दूर कर देता है। कैंसर, ब्लडप्रेशर,हृदयरोग, डायबिटीज़, अस्थमा जैस गम्भीर रोग योग प्रक्रिया से होते ही नहीं। इसलिए उपचार में योग को एक वैकल्पिक चिकित्सा पद्धति के रूप में विशाल रूप से अपनाया जाए तो मनुष्य लम्बे समय तक सुखी, निरोगी और दीर्घायु रह सकता है।

'बायो एनर्जेटिक' नामक प्राचीन उपचार पद्धति में 'माइंड-बॉडी' के संबंध के उपचार में योग का उपयोग करते हैं।

बायो किडबैक के साथ योग का उपयोग होता है।

अमेरिका के केन्सास में मेन्निजर इंस्टीट्यूट के शरीर वैज्ञानिक, यू.एस. एस.आर. आत्माआता, फिरोज़ टेस्ट यूनिवर्सिटी जैसे अनेक संस्थानों में बायोकिडबैक के साथ योग उपचार पद्धति को अपनाया जाता है।

डॉ. इडा पी. रोल्फ के संसोधन के शुरु किये 'रोलकिंग' के उपचार पद्धति में भी योग का समावेश किया गया है।

मित्रता है पवित्रता पर आधारित...

- ब्र.कु. सूर्य,माउण्ट आबू

पवित्रता के बल से तुम जो चाहो कर सकते हो - ये ईश्वरीय महावाक्य हमें हमारी पवित्रता की याद दिलाते हैं। **''पवित्रता'' शब्द ही कितनी निर्मलता के प्रकम्पन प्रवाहित करता है। पवित्रता ही दिव्यता है। इस दिव्यता को प्राप्त करके आत्मा पूर्णतया प्रसन्नचित्त हो उठती है। इससे अंतर्मन की सम्पूर्ण अग्नि शान्त हो जाती है। ऐसी महानतम् पवित्रता की ओर हमारे कदम अग्रसर हैं। अब हम अपने इस लक्ष्य में सम्पूर्णता कैसे प्राप्त करें, इसके लिए कुछ अनुभव-युक्त विचारों का उल्लेख यहाँ करेंगे। ''पवित्रता के प्रत्येक राही'' को इस प्रकार के विचारों से अपने जीवन में दृढता लानी चाहिए।**

जिसने दी पवित्रता की आज्ञा उसनें दी शक्ति भी

ज्ञान के सागर, परम शिक्षक शिव पिता का इस कलियुगी संघर्षात्मक वातावरण में पवित्रता की आज्ञा देना लोगों को समुद्र लांघने जैसा अवश्य लगता है, परन्तु आज्ञा देने वाले को इसकी कठिनाइयों का सम्पूर्ण ज्ञान है। क्योंकि वह सम्पूर्ण सृष्टि को पावन बनाने आये हैं अतः इस आज्ञा के साथ ही उन्होंने शक्ति भी दी है। जिन आत्माओं ने उनकी इस आज्ञा को शिरोधार्य किया, उन पर ईश्वरीय शक्तियों की किरणें फैलने लगती हैं। अतः ईश्वरीय शक्ति के समक्ष सम्पूर्ण पवित्रता को धारण करना वास्तव में ही सरल कार्य है।

हमने पवित्रता का पथ स्वेच्छा से चुना है

प्रत्येक ईश्वरीय वत्स जानता है कि उसने यह तपस्या का मार्ग स्वेच्छा से चुना है, और जो कार्य स्वेच्छा से चुना जाता है, चाहे वह कितना ही कठिन क्यों न हो, सरलता से कर लिया जाता है। उसमें आने वाली कठिनाइयाँ भी आनन्ददायक लगती हैं। उसमें चाहे कितने भी कष्ट आयें, उन्हें सहज ही पार कर लिया जाता है। तो जबकि हमने पूर्ण स्वेच्छा से पवित्रता को अपनाया है तब भला उसमें अब भारीपन क्यों? प्रत्येक आत्मा जानती है कि पवित्र राहों पर चलकर ही हम नीचे उतरे हैं, हमने दुःख अशान्ति के बीज बोये हैं, अपना चैन खोया है, इसीलिए तो अब हमने उत्थान का यह सर्वश्रेष्ठ रास्ता चुना है। तो हमें भी इस रास्ते में आने वाली कठिनाइयों में आनन्द अनुभव करना है। आगे बढ़ने का लक्ष्य रखेंगे तो निःसंदेह आगे बढ़ते जाएंगे।

जिस पेड़ के आम नहीं खाने, उस पेड़ के पत्ते क्यों गिनें

हम कलियुग की विकारी राहें त्याग चुके। मन से हमने उससे किनारा कर लिया। जबकि अब हमें पुनः उन राहों पर नहीं लौटना है तो हम उधर बार बार मुड़कर क्यों देखें! बार बार उधर देखना स्पष्ट करता है कि हम मार्ग छोड़ तो आये लेकिन हमारी सूक्ष्म रूचि अभी उधर ही लगी हुई है। अतः जिन महान आत्माओं को सम्पूर्ण पवित्रता का लक्ष्य साध्य करना है, उन्हें इस अंतर्मन में छुपी हुई बाह्य आकर्षणों की रूचि को भस्मीभूत कर देना चाहिए और बार-बार चिन्तन करना चाहिए कि जिस पेड़ के आम खाने से हम नर्क में जा गिरे थे, तो अब उसके पत्ते गिनने में क्यों अपने अनमोल क्षण व्यतीत करें।

पवित्रता का लिया व्रत

भारतवर्ष में व्रत रखने की प्रथा अति प्राचीन है और आज तक भी माताएँ व्रत में पूर्ण आस्था रखते हुए उसके नियमों की अवहेलना नहीं करतीं। निर्जल व्रत रखने वाली नारी, मरते दम तक भी जल ग्रहण करना नहीं चाहती।

इतिहास में भी कई वीरों के व्रत प्रसिद्ध हैं। कौन नहीं जानता कि मेवाड़ के महाराणा प्रताप ने अपने व्रत पर अडिग रहकर जंगलों में अनेक कष्टों का अलिंगन सहर्ष किया था। उनका व्रत था कि जब तक मैं मेवाड़ को स्वतन्त्र नहीं करा लूंगा, शैय्या पर नहीं सोऊँगा, महलों में नहीं रहूँगा, और सोने चाँदी के बर्तनों में भोजन नहीं करूँगा। इतिहास साक्षी है कि उन्होंने विपदाएँ देखीं, परन्तु प्रतिज्ञा नहीं तोड़ी।

हमने भी व्रत लिया है - उस महाशत्रु रावण को विश्व से निष्कासित करने का। सम्पूर्ण पवित्रता हमारा व्रत है और किसी भी कीमत पर हम इस व्रत को निभायेंगे। इस व्रत को निभाने में ही आनन्द है और यह व्रत ही शक्ति देता है। पवित्र संकल्प का भी हमारा व्रत है तो हमें प्रतिदिन अपने संकल्पों को दृढ़ करना होगा कि चाहे हमारे प्राण भी चले जाएँ परन्तु हमारा ये सम्पूर्ण पवित्रता का प्रण अमिट रहेगा। तब ही माया को ललकारने की शक्ति हम जीवन में अनुभव कर सकेंगे।

स्मृति को बढ़ावें

जैसे प्रत्येक ब्रह्मावत्स को यह स्मृति दृढ़ हो गई है कि हम ब्रह्माकुमार कुमा-री हैं, हमारा खान-पान शुद्ध है। यदि स्वप्न में भी हमें कोई अशुद्ध भोजन दे तो हमारी चेतना इतनी जागृत हो चुकी है कि हम उसे स्वीकार नहीं करेंगे। स्वप्न में भी हमें याद रहता है कि ये हमारा भोजन नहीं है। इसी प्रकार हम यह स्मृति दृढ़ करते चलें कि मैं ``पवित्र आत्मा हूँ'', और अपवित्रता मेरा स्वधर्म नहीं है।

यह स्मृति जैसे जैसे दृढ़ होती जायेगी, हमारा जीवन स्वप्नों तक भी निर्मल होता जाएगा और स्मृति बार-बार के चिन्तन से ही दृढ़ होती है।

ईश्वरीय वरदान है पवित्रता

परम पवित्र परमात्मा हम आत्माओं के लिए पवित्रता का वरदान लाये हैं और जिन्होंने अपना सर्वस्व न्यौछावर किया, उन पर उन्होंने ये वरदान लुटा दिया। अब हमारा कर्त्तव्य है इस वरदान को सुरक्षित रखना। यदि हम इस वरदान को समा नहीं पाते तो हमें अन्य वरदान भला कैसे प्राप्त होंगे! और जिन आत्माओं ने इस सर्वश्रेष्ठ वरदान को पूर्णतया सम्भाला है, उन्हें जीवन में अन्य वरदानों की भी प्राप्ति हुई है। अतः जो ईश्वरीय वरदान हमें मिले हैं, कम से कम हम उन्हें सुरक्षित रखना तो जानें।

भगवान से हमारी मित्रता, पवित्रता पर आधारित है

मित्रता अर्थात दो सच्चे दिलों का मिलन। अगर एक मित्र सच्चा न हो, धोखा देता हो तो मित्रता समाप्त हो जाती है। हमारी ईश्वर से मित्रता की नींव पवित्रता ही है। हमारी यह मित्रता तब ही स्थाई होती है जब हम उसमें पूर्ण वफादार हों। हम गुह्यता से विचार करें तो एक भी अपवित्र संकल्प उठाना अपने उस परम मित्र को धोखा देना है। और तब यह मित्रता निःसंदेह ही टूट जाएगी और हम उसके स्नेह और सहयोग से वंचित हो जायेंगे। अन्यथा तो वह परममित्र सर्वथा ही हमारा साथ निभाता है। ●

आबू रोड-राज.। किरण माहेश्वरी,कैबिनेट मिनिस्टर,पी.एच.ई.डी. एंड ग्राउण्ड वॉटर को ब्रह्माकुमारीज़ के मुख्यालय के पानी की जानकारी देने के बाद अवॉर्ड दिखाते हुए ब्र.कु. शंभूनाथ।

फरीदाबाद सेक्टर 21 डी। ए.सी.पी. दर्शन लाल मलिक को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रीति एवं ब्र.कु. रंजना।

फरीदाबाद-सेक्टर 8। योगगुरू स्वामी रामदेव जी को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. अनुपम, ब्र.कु. निरुपम एवं ब्र.कु. गोविंद गिरधर।

शिकोहाबाद-उ.प्र.। वृन्दावन के रामसखा जू महाराज को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. पूनम। साथ हैं गाँव के प्रधान नीरज यादव व डॉ. उमेश यादव।

कोसी-उ.प्र.। बेटी बचाओ सशक्त बनाओ अभियान के अंतर्गत राजकीय सीनियर सेकेण्ड्री स्कूल में 'सशक्त समाज की नींव नारी' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं प्राचार्या कुसुम शर्मा, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. ज्योत्सना, ब्र.कु. भावना एवं ब्र.कु. गीता।

रामगढ़-चण्डीगढ़। 'ईज़ी राजयोगा फॉर हैप्पी एंड हेल्दी लाइफ' कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए मेयर उपेन्द्र कौर वालिया, डेप्युटी डायरेक्टर डॉ. रेणू मलिक, डी.पी.डी. निहाल चन्द, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. सविता, ब्र.कु. सुनीता व अन्य।

ग्रेटर नोएडा। प्रसिद्ध फिल्म अभिनेता सोहेल खान के साथ बातचीत करने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रीति।

उधमपुर-जम्मू। चेनैनी सुद महादेव मेले में आयोजित आध्यात्मिक प्रदर्शनी का समापन करते हुए तहसीलदार कुनाल शर्मा, महामण्डलेश्वर विजयकृष्ण जी, ब्र.कु. ममता, ब्र.कु. श्यामलाल व अन्य।

ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। हरियाणा के नवनियुक्त पब्लिक हेल्थ मिनिस्टर डॉ. बनवारी लाल को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीतमाला एवं ब्र.कु. सुमित्रा।

पुखरायाँ-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस के कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. ममता, भारतीय जनता पार्टी के सांसद प्रतिनिधि श्याम सिंह सिसोदिया, सपा विधायक प्रतिनिधि नरेन्द्र पाल सिंह यादव, नगर अध्यक्ष डॉ. दयाशंकर आर्य व अन्य।

रूपवास-भरतपुर(राज.)। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर कार्यक्रम के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में विधायक बच्चू सिंह वंशीवाल, एस.डी.एम. परशुराम मीणा, भाजपा जिलाध्यक्ष भानुप्रताप जी, पतंजलि योग सेवा समिति के अध्यक्ष बलबीर सिंह, विकास अधिकारी रामप्रकाश गालव, तहसीलदार रामनिवास अग्रवाल एवं ब्र.कु. कनक।

दिल्ली-उत्तम नगर। मटियाला गाँव में वाटर कूलर लगाने के पश्चात् चित्र में निगम पार्षद रमेश सोलंकी, ब्र.कु. विमला, भारत सेवा संघ के जेनरल सेक्रेटरी एस.के. शर्मा, मधु विहार वार्ड के निगम पार्षद पवन राठी व अन्य।

वहल-हरियाणा। दैनिक जागरण समूह के 'एक करोड़ पौधा रोपण अभियान' के अंतर्गत पौधारोपण करते हुए विधायक ओमप्रकाश बडवा, त्रिवेणी बाबा, जिला पार्षद नरेन्द्र राज, गागरवास महंत विकास गिरी, ब्र.कु. शकुंतला तथा कस्बे के अन्य गणमान्य जन।

अरेराजधाम-बिहार। भाजपा के जिला अध्यक्ष सुनील मणि तिवारी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सीता। साथ हैं ब्र.कु. विभा, ब्र.कु. डॉ. अंजू वर्मा, अधिवक्ता ब्र.कु. शिवपूजन एवं ब्र.कु. सुनीता।

परमात्मा की पहचान बिना सम्पूर्ण प्राप्ति नहीं

गतांक से आगे...

एक बार एक व्यक्ति जो ब्राह्मण था। उसका बेटा बीमार हुआ। वह डॉक्टर के पास गया तो डॉक्टर ने उसको कह दिया कि अब तो इसे भगवान ही बचा सकते हैं, हमारे हाथ में अब ये केस नहीं है। वह कृष्ण भक्त था। नित्य कृष्ण की पूजा करने लगा। दिन-रात लगातार कृष्ण की पूजा करता रहा। उतने में एक पड़ोसी आया और कहने लगा कि अरे कब से तुम कृष्ण को याद कर रहे हो, ऐसे समय में श्रीकृष्ण को थोड़े ही याद करना चाहिए। ऐसे समय में ``माँ'' को पुकारना चाहिए। `माँ' का हृदय करुणा वाला होता है। तू `अम्बे माँ' को पुकार, देख तेरी मनोकामना पूर्ण हो जाएगी। उसको भी लगा कि बात तो सही है, ऐसे समय में श्रीकृष्ण को थोड़ा ही पुकारना चाहिए। इसलिए उसने `अम्बे माँ' की पूजा आरंभ कर दी। दिन रात अम्बे माँ का भजन गाता रहा, पूजा करता रहा। लेकिन उसके साथ-साथ देखा गया कि एक और पड़ोसी उसको आकर कहता है, अरे भाई, तू कब से अम्बे माँ की पूजा कर रहा है लेकिन ऐसे समय में अम्बे माँ की पूजा थोड़े ही करनी चाहिए। उसने कहा फिर किसकी पूजा करनी चाहिए। विघ्नहर्ता तो गणेश जी है ना, तू विघ्नहर्ता गणेश जी की पूजा कर। देख तेरा विघ्न टल जायेगा। उसको भी लगा कि बात तो सही है और इसलिए उसने `गणेश जी' की पूजा आरंभ कर दी। लगातार दिन-रात `गणेश जी' की पूजा करने लगा। फिर वहां पर एक और मित्र संबंधी आ करके कहने लगा, अरे! सुना है आजकल `गायत्री मंत्र' का चमत्कार बहुत होता है। तू `गायत्री मंत्र' का जाप कर, देख तेरे जीवन में भी चमत्कार होगा! उसको भी लगा, सुना तो है `गायत्री मंत्र' से चमत्कार होता है। उसने खूब मन लगातार `गायत्री मंत्र' का जाप आरम्भ कर दिया। वहाँ एक और मित्र-सम्बंधी आकर कहने लगा अरे संकट मोचन तो `हनुमानजी' हैं। तू `हनुमान' को याद कर, `हनुमान चालीसा' बोल, देख तेरा संकट टल जायेगा। उसने भी `हनुमान चालीसा' बोलना आरंभ कर दिया। वहां एक और व्यक्ति आकर उसको कहने लगा, अरे फलाने बाबाजी के बारे में सुना है कि वे ऐसी भभूति देते हैं जो तेरे सारे संकट दूर हो जायेंगे। अपने बेटे को लेकर वहाँ चल।

ब्र.कु. उषा, वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

आखिर उसका बेटा मर गया। कारण क्या हुआ... ? पता ही नहीं। यथार्थ क्या है? किसको याद करने से मुझे क्या मिलेगा। इसलिए भगवान ने कहा कि जिसकी बुद्धि इच्छाओं के द्वारा मारी गई है वो अपनी इच्छा पूर्ति के लिए देवी-देवताओं की शरण में जाते हैं और अपने-अपने स्वभाव के अनुसार पूजा के विधि-विधान का पालन करते हैं तथा अपनी इच्छा पूर्ति भी करते हैं।

किन्तु वास्तविकता यह है कि ये सारी प्राप्ति मेरे द्वारा प्रदत्त है। अल्पज्ञ बुद्धि वाले व्यक्ति देवताओं की पूजा करते हैं तो प्राप्त होने वाले फल भी सीमित और क्षणिक होते हैं।

अर्जुन फिर प्रश्न पूछता है कि परमात्मा को मनुष्य क्यों नहीं जान पाते?

भगवान उत्तर देते हुए कहते हैं कि संसार के संपूर्ण प्राणी इच्छा अर्थात राग, द्वेष, द्वंद्व आदि के मोह से ग्रस्त हैं, इसलिए वे मुझे नहीं जान पाते। बुद्धिहीन मनुष्य मुझ अव्यक्त पुरुष परमात्मा का असली रूप नहीं जानते। अब परमात्मा अर्जुन के सामने अपना स्वरूप स्पष्ट करते हैं, क्योंकि अभी तक भी उसने उस स्वरूप को पहचाना नहीं है। वो साधारण स्वरूप श्रीकृष्ण को अपने दोस्त के रूप में ही देख रहा है। इसलिए परमात्मा कहते हैं कि बुद्धिहीन मनुष्य मुझ अव्यक्त पुरुष को, व्यक्त भाव प्राप्त हुआ मानते हैं। वह मुझ अजन्मा, अविनाशी, सर्वोच्च को नहीं जानते क्योंकि मैं सबके सामने प्रत्यक्ष नहीं होता हूँ।

मैं इनके तीनों कालों को जानता हूँ। श्रीकृष्ण के तीनों कालों को जानता हूँ। बोलने वाला कौन है? इसीलिए चौथे अध्याय में भी जब परमात्मा ने अपना स्वरूप स्पष्ट किया, उस समय यही कहा कि मैं अजन्मा हूँ, अव्यक्त हूँ, मैं पुनर्जन्म के चक्र में नहीं आता हूँ और पुनः सातवें अध्याय में भगवान कहते हैं। मुझ अव्यक्त पुरुष को व्यक्त समझ लेना, ये मनुष्य का काम है। वो मुझ अजन्मा, अविनाशी, सर्वोच्च को नहीं जानते हैं, क्योंकि मैं सबके सामने प्रत्यक्ष नहीं होता हूँ। मैं इनके तीनों कालों को जानता हूँ कि ये किस-किस स्वरूप में संसार में आते हैं। तब अर्जुन के मन में जागृति आयी।

अर्जुन फिर प्रश्न पूछता है कि परमात्मा को कौन जान पाते हैं?

तब भगवान कहते हैं, जो पुण्यकर्म करने वाले हैं, जिनके पाप नष्ट हो गए हैं। जो राग-द्वेष द्वंद्व आदि के मोह से मुक्त होकर अपने व्रत में दृढ़ रह करके मुझमें अपने मन को एकाग्र करते हैं। वो अंत में संपूर्ण अध्यात्म, दिव्य कर्म, भौतिक जगत, देवता और यज्ञ की विधियों का नियंत्रक मुझे जान जाते हैं अर्थात् मेरे संपूर्ण स्वरूप को समझ पाते हैं।

– क्रमशः

ख्यालों के आईने में...

शस्त्र केवल शरीर को घायल कर सकते हैं, किंतु शब्द आत्मा को भी घायल कर देते हैं।

ईश्वर के हर फैसले पे खुश रहो क्योंकि ईश्वर वो नहीं देता जो आपको अच्छा लगता है, बल्कि ईश्वर वो देता है जो आपके लिए अच्छा होता है।

दर्पण जब चेहरे का दाग दिखाता है तब हम दर्पण नहीं तोड़ते, बल्कि दाग साफ करते हैं। उसी प्रकार हमारी कमी बताने वाले पर क्रोध करने के बजाय अपनी कमी को दूर करना "श्रेष्ठ" है।

रावतभाटा-राज.। हैवी वाटर प्लांट में 'राजयोग मेडिटेशन का महत्व' विषय पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान उपस्थित हैं ब्र.कु. मधु, ब्र.कु. सुधीर, ऑपरेटिंग सुपरीन्टेंडेंट, राज.ऑटोमिक पावर प्रोजेक्ट, बी.के. नेमा, जेनरल मैनेजर, एच.डब्ल्यू.पी. व अन्य।

गुवाहाटी-असम। सेवाकेन्द्र पर आयोजित आर्ट कॉम्पीटिशन के पश्चात् समूह चित्र में प्रतिभागी बच्चों के साथ धुबा डेका, प्रिन्सीपल, ध्रुपद आर्ट स्कूल व अन्य निर्णायकगण।

हाथरस-उ.प्र.। विकास भवन में खरीफ फसलों के लिए आयोजित गोष्ठी के प्रशासनिक आयोजन में किसानों को शाश्वत यौगिक खेती के बारे में बताते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के ग्राम विकास प्रभाग की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. सरोज। साथ हैं जल संरक्षण जागरुकता कार्यक्रम समन्वयक ब्र.कु. दिनेश, जिलाधिकारी अविनाश कृष्ण, मुख्य विकास अधिकारी सैयद जावेद अख्तर जैदी, ब्र.कु. मीना, ब्र.कु. राजकिशोर, ब्र.कु. सीमा व कृषि क्षेत्र से सम्बन्धित अन्य गणमान्य व्यक्ति।

कथा सरिता

शतरंज के खिलाड़ी

एक युवक ने किसी मठ के महंत से कहा, मैं साधू बनना चाहता हूँ, लेकिन एक समस्या है कि मुझे कुछ भी नहीं आता केवल एक चीज़ के, और वो है शतरंज। लेकिन शतरंज से मुक्ति तो नहीं मिलती और एक दूसरी बात जो मैं जानता हूँ, वो ये है कि सभी प्रकार के आमोद-प्रमोद के साधन जो हैं वो पाप हैं। इन दोनों बातों के अलावा मुझे कोई अधिक ज्ञान नहीं।

इस पर महंत ने उस युवक से कहा, ``हाँ ये पाप तो है लेकिन उससे मन भी बहलता है और क्या पता इस मठ में उससे भी कोई लाभ पहुँचे''। महंत ने शतरंज की एक बिसात बिछाई और युवक को शतरंज की एक बाज़ी खेलने को कहा। जब खेल शुरु होने वाला था तो महंत ने उस युवक को कहा कि, ``देखो! हम शतरंज की एक बाज़ी खेलेंगे, अगर मैं हार गया तो मैं इस मठ को हमेशा के लिए छोड़ दूंगा और तुम मेरा स्थान ले लोगे''। युवक ने देखा कि महंत वास्तव में गम्भीर था, तो युवक के लिए अब ये बाज़ी ज़िन्दगी और मौत का सवाल बन गयी थी, क्योंकि वो मठ में रहना चाहता था, इसलिए उसे ऐसा लग रहा था कि कहीं मैं हार न जाऊँ।

युवक के माथे से दबाव साफ ज़ाहिर हो रहा था और उसके माथे से पसीना टपक रहा था। वहाँ मौजूद सभी लोगों के लिए अब ये शतरंज का बोर्ड पृथ्वी की धुरी की तरह हो गया था। महंत ने खराब शुरुआत की। युवक ने कई कठोर चालें चली, लेकिन उसने क्षण भर के लिए महंत के चेहरे को देखा, फिर जानबूझकर खराब खेलने लगा। अचानक ही महंत ने बिसात ठोकर मारकर ज़मीन पर गिरा दी। महंत ने कहा, ``तुम्हें जितना सिखाया गया था, तुम उससे कहीं ज़्यादा जानते हो। तुमने अपना पूरा ध्यान जीतने पर लगाया। तुम अपने सपनों के लिए लड़ सकते हो। फिर तुम्हारे भीतर करुणा जाग उठी और तुमने भले कार्य के लिए त्याग करने का निश्चय कर लिया''।

महंत ने अपनी बात ज़ारी रखते हुए कहा, ``तुम्हारा इस मठ में स्वागत है क्योंकि तुम जानते हो कि कैसे अनुशासन और करुणा में सामंजस्य स्थापित किया जा सकता है, इसलिए तुम सबकुछ कर सकते हो''।

संतोष का धन

पंडित श्री रामनाथ शहर के बाहर अपनी पत्नी के साथ रहते थे। एक बार जब वे अपने विद्यार्थियों को पढ़ाने के लिए जा रहे थे, तो उनकी पत्नी ने उनसे सवाल किया कि ``आज घर में खाना कैसे बनेगा, क्योंकि घर में केवल एक मुट्ठी चावल ही है''? पंडित जी ने पत्नी की ओर एक नज़र से देखा फिर बिना किसी जवाब के घर से चल दिए। शाम को जब वे वापिस लौटकर आये तो भोजन के समय थाली में कुछ उबले हुए चावल और पत्तियाँ देखी। यह देखकर उन्होंने अपनी पत्नी से पूछा, ``भद्रे! ये स्वादिष्ट शाक जो है वो किस चीज़ से बना है''? पत्नी ने कहा, मैंने जब सुबह आपके जाते समय आपसे भोजन के विषय में पूछा था, तो आपकी दृष्टि इमली के पेड़ की तरफ गयी थी। मैंने उसी के पत्तों से यह शाक बनाया है''। पंडित जी ने बड़ी निश्चिन्तता के साथ कहा, ``अगर इमली के पत्तों का शाक इतना स्वादिष्ट होता है, फिर अब तो हमें भोजन की कोई चिंता ही नहीं रही। जब नगर के राजा को पंडित जी की गरीबी का पता चला तो राजा ने पंडित को नगर में आकर रहने का प्रस्ताव दिया, किन्तु पंडित जी ने मना कर दिया। तो राजा हैरान हो गया और स्वयं जाकर उनकी कुटिया में उनसे मिलकर इसका कारण जानने का मन बना लिया। राजा उनकी कुटिया में गया तो राजा ने काफी देर इधर-उधर की बातें की, लेकिन वो असमंजस में था कि अपनी बात किस तरह से पूछे। लेकिन फिर उसने हिम्मत कर पंडित जी से पूछ ही लिया कि आपको किसी चीज़ का कोई अभाव तो नहीं है न? पंडित जी हँसकर बोले, यह तो मेरी पत्नी ही जाने। इसपर राजा उनकी पत्नी की ओर आमुख हुए और उनसे वही सवाल किया तो पंडित की पत्नी ने जवाब दिया कि अभी मुझे किसी भी तरीके का कोई अभाव नहीं है, क्योंकि मेरे पहनने के वस्त्र इतने नहीं फटे कि वे पहने न जा सकें और पानी का मटका भी तनिक नहीं फूटा कि उसमें पानी नहीं लाया जा सके और इसके बाद मेरे हाथों की चूड़ियाँ जब तक हैं, मुझे किसी चीज़ का क्या अभाव हो सकता है। यह सब सुनने के बाद राजा को समझ में आ गया कि सचमुच सुख साधनों में नहीं संतोष में है।

विश्वास की शक्ति

इंग्लैंड के एक पादरी का `विश्वास की आध्यात्मिक शक्ति' में अटल भरोसा था। जो कोई भी उनके घर में एक बार आ जाता, वो उनके आतिथ्य और सत्कार के प्रभाव से प्रभावित हुए बिना नहीं रह सकता था। उनके मन में लोगों के लिए अथाह प्रेमभाव था, इसलिए लोग उनका बहुत सम्मान भी करते थे। एक दिन जेल से भागा हुआ एक चोर रात में शरण लेने के लिए पादरी के घर का दरवाज़ा खुला देख उसके घर में प्रवेश कर गया। पादरी ने उसे देखते ही उसका अभिवादन किया और उससे कहा, ``तुम्हारा मेरे इस घर में स्वागत है मेरे भाई, लेकिन तुम ये बताओ कि तुम कौन हो और यहाँ क्या करने आये हो? इसपर चोर ने सफेद झूठ बोलते हुए कहा, ``फादर! मैं एक मुसाफिर हूँ और रास्ता भटक गया हूँ, सो इधर-उधर भटक रहा था और आपके घर का दरवाज़ा खुला हुआ देखा तो इस ओर चला आया। क्या मुझे सिर छुपाने के लिए जगल मिल सकती है, मैं सुबह होते ही यहाँ से चला जाऊंगा''।

पादरी ने उससे कहा, ``हाँ, क्यों नहीं, तुम यहाँ आराम से रह सकते हो और मुझे लगता है कि तुम बहुत थक गये हो, इसलिए तुम जाकर हाथ-मुँह धो लो, मैं तुम्हारे खाने और सोने का प्रबंध करता हूँ''। इसपर चोर पादरी का आभार व्यक्त करते हुए स्नानघर की ओर बढ़ गया और इतने में पादरी ने उसके खाने और सोने की व्यवस्था कर दी। रात को सभी के सो जाने के बाद चोर के मन में चोरी की इच्छा जागृत हुई और वह पादरी के घर से सोने के दो दीपदान चुराकर वहाँ से निकल भागा। रात में पुलिस उसकी तलाश में ही थी, सो वो उनके हत्थे चढ़ गया। पूछताछ में उसने बता दिया कि मैंने ये पादरी के घर से चुराए हैं, इस पर उसे पादरी के सामने लाया गया तो पादरी ने पुलिस वालों से कहा, ``आप कृपया इन्हें छोड़ दीजिये, ये मेरे घर में मेहमान के तौर पर आये थे, और मैंने ही ये दीपदान इन्हें उपहार रूप में दिये हैं''। इतने में चोर के ज्ञानचक्षु खुल गये और उसे अपनी भूल का एहसास होने लगा। पादरी की उदारता देखते हुए चोर के मन में पश्चाताप होने लगा और उसने माफी मांग कर कभी फिर से चोरी नहीं करने का वचन दिया।

निरसा-धनबाद(झारखण्ड)। झारखण्ड की राज्यपाल द्रौपदी मुरमू के निरसा आगमन पर उनसे मुलाकात के दौरान चित्र में राज्यपाल के साथ ब्र.कु. शक्ति, ब्र.कु. जया, डॉ. अवंतिका एवं ब्र.कु. समता।

फरीदाबाद-एन.आई.टी.। हरियाणा के नवनियुक्त कैबिनेट मंत्री विपुल गोयल को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. उषा।

कूच बेहर-प.बंगाल। राजयोग शिविर का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. सम्पा, महात्मा गांधी स्कूल की हेड मिस्ट्रेस अर्पिता रॉय, समाजसेवी भोलानाथ अग्रवाल, मेडिकल ऑफिसर डॉ. जॉय सरकार, बिज़नेस डेवलपमेंट मैनेजर शुभजीत नाग व स्कूल की ए.आई. सरबनी जी।

हाथरस-उ.प्र.। जनपदीय उद्यान मेला एवं खरीफ गोष्ठी के प्रशासनिक आयोजन के अंतर्गत ग्राम सेवा प्रभाग द्वारा आयोजित कृषि प्रदर्शनी तथा व्यसन मुक्ति प्रदर्शनी का शुभारंभ करते हुए जिलाधिकारी अविनाश कृष्ण। साथ हैं ब्र.कु. शान्ता, जिला कृषि अधिकारी शिव कुमार, जिला उद्यान अधिकारी तथा अन्य।

कानपुर-जारौली। 'राजयोग द्वारा स्वस्थ एवं सुखी समाज' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. दुलारी, ब्र.कु. रमेश व ब्र.कु. पदम,माउण्ट आबू, योगा टीचर अनिल आनंदम, ब्र.कु. दीपा व अन्य।

मोतिहारी-गायघाट(बिहार)। चार दिवसीय आध्यात्मिक प्रदर्शनी एवं राजयोग मेडिटेशन शिविर के दौरान मुखिया रामाश्रय साहनी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मीना। साथ हैं ब्र.कु. अशोक वर्मा।

बस... हमें सीखना है...

ब्र.कु.अनुज,दिल्ली

जितने भी महान लेखक, चिंतक, विचारक, टिप्पणीकार, दार्शनिक, इतिहासकार, मनोवैज्ञानिक आदि हुए, उनके पीछे का इतिहास इन्हीं बातों से ओतप्रोत है। अब शुरु से ही तो वे चिंतक, विचारक नहीं होंगे ना! जब उनकी समझ विकसित होनी शुरु हुई होगी, उसके बाद ही उन्होंने इस दिशा में अपना पहला कदम बढ़ाया होगा। आज हमें यदि किसी एक विषय पर चिंतन करने के लिए कहा जाए तो हमारी बुद्धि नहीं चलती। पता है क्यों, क्योंकि हमने अपनी समझ विकसित नहीं की। अवेयरनेस के साथ अपने जीवन को नहीं जिया। हम बस एक मशीन की तरह जीते चले आये। विचार की प्रक्रिया व्यक्ति, उनके परिवार, फिर समाज के साथ अवेयरनेस या जागृत होने के साथ शुरु होती है। जैसे बच्चा पैदा होता है, थोड़ा सा बड़ा होता है, हम उसे पढ़ने के लिए कहते हैं। कहते हैं कि कुछ पढ़-लिख जाओगे तो कुछ कमा सकोगे। अब बच्चे के मन में एक साथ दो चीज़ें हैं, वो पढ़ रहा होता है और साथ-साथ उसके माइंड में चल रहा होता है कि इससे मैं कितना पैसा कमा सकूंगा। आजकल तो ट्रेन्ड ही बदल गया है। आज सभी माता-पिता और बच्चे अपने रिश्तेदारों से, पड़ोसियों से या किसी को देखकर या किसी को सुनकर उस फील्ड में जाने की कोशिश करते हैं जिसे वे पसंद करते हैं। अब इसमें होता क्या है कि ज़रूरी नहीं है कि जिस फील्ड में कोई दूसरा बच्चा आगे बढ़ा है, उसमें आपका भी आगे बढ़ना संभव हो। लेकिन आज देखा-देखी कार्य करने के कारण ही लोग असफल हो रहे हैं। यहाँ साक्षरता (लिटरेसी), शिक्षा तथा समझ या ज्ञान तीनों के आधार से अवेयरनेस आती है। तो आज ज़्यादातर लोग साक्षर हैं। शिक्षा के नाम पर सबके पास एकेडमिक डिग्री है। लेकिन समझ या ज्ञान, या कॉन्शियसनेस या अवेयरनेस की कमी लगभग सबमें है। अब होता क्या है कि किसी भी वर्ग, चाहे वो साइंस है, कला(आर्ट्स) वर्ग है या कॉमर्स, सभी अपनी अपनी योग्यता के आधार से अपने वर्ग को चुन लेते हैं। लेकिन उस एक पर्टीकुलर विषय में हमारी अच्छी पकड़ हो, उसको ना देखते हुए सिर्फ उस विषय में पास होने के लिए पढ़ते हैं। जब वे कहीं पर नौकरी के लिए अप्लाई करते हैं तो उस विषय की उनको नॉलेज नहीं होती। क्योंकि कभी अवेयरनेस से पढ़ा ही नहीं, वो तो सिर्फ पास होने के लिए पढ़ा।

हमारे भारत के प्रधानमंत्री ने स्किल इंडिया प्रोग्राम शुरु किया है, जिसके तहत यह है कि आपके अंदर कोई हुनर है तो उस हुनर को पहचानकर यदि आप उसे विकसित कर लेते हैं तो आपकी आजीविका का साधन बन सकता है। इसके तहत ही अवेयरनेस प्रोग्राम्स चलाए जा रहे हैं। अब इसका भी ध्येय यही हुआ ना कि यदि हमारे अंदर कोई हुनर है और उस विषय के बारे में सीखने की ललक है तो हमारे पास पैसा ऑटोमेटिकली आ जाता है। यदि हम फिल्म जगत का उदाहरण लें तो यदि किसी को एक अच्छा विलन बनना है, एक अच्छा कॉमेडियन बनना है तो वो हर समय इस बात से अवेयर होकर रहेगा कि किस चीज़ पर कैसे कॉमेडी निकाली जा सकती है। उसे रोड पर चलते-फिरते हर जगह कॉमेडी नज़र आएगी। इसके लिए किसी इंस्टीट्यूट में उसे दाखिला लेने की ज़रूरत नहीं है, सिर्फ सेन्स ऑफ ह्यूमर विकसित करना है। साथ ही साथ वो कुछ यू ट्यूब पर जाएगा, कुछ विडियो देखेगा कॉमेडी से रिलेटेड, कुछ कॉमेडियन्स को सुनेगा, उस विषय पर अच्छी पकड़ बनाने के लिए उसके मास्टर से मिलेगा कि मुझे कहाँ पर चेंज करना चाहिए, तब जाकर वो एक अच्छा कॉमेडियन बन पायेगा। अगर उसने एक बार अच्छी तरह से सीख लिया और सीखने के बाद भी प्रैक्टिस नहीं छोड़ी तो पैसा तो उसके पास दौड़ के आएगा ना।

इसी प्रकार से पढ़ाई का क्षेत्र है, या फिर ज्ञान योग का क्षेत्र है, या फिर लिखने का है, या फिर अच्छा स्पीकर बनने का है, तो उसके लिए हमें सीखना तो पड़ेगा ना, और सीखने के लिए उस क्षेत्र के माहिर को सुनना तथा उससे सम्बन्धित विषयों को पढ़ना पड़ेगा और तब तक पढ़ना पड़ेगा जब तक सम्पूर्ण रूप से उस विषय की समझ उसे ना आ जाए।

इसमें भी एक बहुत बड़ा द्वन्द्व है कि जब हम किसी क्षेत्र में किसी को अपना आदर्श बनाकर चलते हैं तो होता क्या है कि सबकी एक फील्ड में भी अलग-अलग विषयों पर पकड़ होती है। यदि आपने जिन्हें आदर्श बनाया है, उनके कदम पर कदम रखकर आपने चलना शुरु किया तो हो सकता है कि आप सक्सेस ना भी हों। जैसे अगर लेखन शैली को ही ले लें तो कोई बहुत अच्छा फीचर राइटर हो सकता है, कोई बहुत अच्छा कहानिकार हो सकता है। लेकिन ज़रूरी नहीं है कि कोई लेखक हर फील्ड को अच्छी तरह से समझ सके। इसलिए आप आदर्श से सीख सकते हैं, लेकिन उसे सम्पूर्ण रूप से फॉलो नहीं कर सकते।

अब करना ये है कि हमें बस सीखते जाना है। उसके लिए अपनी एकाग्रता को बढ़ाना है। एकाग्रता के लिए उस क्षेत्र पर ही हमें फोकस रहना है। अगर बीच में इधर-उधर मन भागता भी है तो बुद्धि से उसे खींचकर लक्ष्य पर लाना है। अगर आपने एक बार सब सीख लिया, समझ लिया, अवेयरनेस को विकसित कर लिया तो किसी भी क्षेत्र में आप असफल नहीं हो सकते।

उपलब्ध पुस्तकें

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

मन की बातें

राजयोगी -ब्र.कु.सूर्य

प्रश्नः– मुझे जुआ खेलने की आदत पड़ी हुई है, मैं इसमें बहुत पैसा गँवा देता हूँ। मुझमें और कोई बुरी आदत नहीं है, मुझे इस आदत से छूटने की विधि बताएँ? मैं प्रतिदिन मुरली क्लास में भी नहीं जा पाता हूँ, यद्यपि मैं जाना चाहता हूँ। मेरे अंदर यह दृढ़ इच्छा है कि मैं एक अच्छा योगी बनूँ, मैं क्या करूँ?

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

प्रश्नः- मैं एक अधरकुमार हूँ। आजकल चारो ओर मानसिक समस्याएँ बहुत बढ़ रही हैं। कुछ लोग अवसाद के शिकार हो रहे हैं तो कुछ अनिद्रा के। इनके कारण क्या हैं व इनसे बचने का उपाय क्या है?

उत्तरः- ज्ञानयुक्त होने के नाते आप जानते हैं कि मनुष्य ने हज़ारों वर्ष से बहुत पाप किये हैं। पिछले पचास-साठ वर्ष से ये पाप कई गुना हो गया है। परंतु मनुष्य पाप की परिभाषा भी नहीं जानते। कोई अति कामुक है। भगवानुवाच है - यह काम वासना ही सभी पापों का मूल है। परंतु मनुष्य को इसका आभास नहीं है। कोई चोरी कर रहा है, कोई लोभवश गलत तरीकों से धन हड़प रहा है। कोई दूसरों को सता रहा है। चारो ओर पाप ही पाप है। कहीं ये हिंसा के रूप में है, तो कहीं भ्रष्टाचार के रूप में। कोई सत्ता का दुरुपयोग करके पाप का खाता बढ़ा रहा है तो कोई दूसरों को दु:खी करके। टी.वी.-सिनेमा आदि ने भी पाप को अति बढ़ाया है। पापकर्मों की सूक्ष्म तरंगें मस्तिष्क में अंकित होती रहती हैं और जब उनकी प्रतिक्रिया होती है तो मानसिक रोग उत्पन्न होते हैं। सहज रूप में कहें तो मानसिक रोग पाप का परिणाम है, जिसके अति पापकर्म हैं वे या तो पागलपन के शिकार होते हैं या अवसाद से ग्रस्त या फिर उन्हें नींद का सुख नहीं मिलता, वे अनिद्रा के शिकार होते हैं, और ऐसे ही पा-पीजनों पर तन्त्र-मन्त्र का या भटकती आत्माओं का प्रभाव भी होता है। मानसिक रोगों का उपचार डॉक्टरों के पास नहीं है, क्योंकि ये रोग मन में हैं व डॉक्टर ब्रेन की दवाई देते हैं, उनकी दवाइयाँ अल्पकालिक प्रभाव ही करती हैं। इसके लिए मन को प्रसन्न करना होगा। पाप कर्मों को नष्ट करना होगा। इसके लिए ही राजयोग है। परंतु समस्या ये है कि वे कमज़ोर मन वाले लोग राजयोग की साधना भी नहीं कर सकते। हाँ यदि वे पवित्र जीवन जियें, यदि वे पुण्य कर्म ज़्यादा करें तो उन्हें मदद मिल सकती है। आप स्वयं उन्हें एक घंटा प्रतिदिन योगदान करें। उनको आप अपने कुछ पुण्यों का भी दान कर सकते हैं। उनके नाम से भी दान पुण्य किया जा सकता है। उनके मस्तिष्क को हाथों से शुद्ध वायब्रेशन्स भी दिये जा सकते हैं। इन सबसे उनको मदद अवश्य मिलेगी।

For Cable & DTH +91 8104777111
TATA Sky 1065 airtel digital TV 686 VIDEOCON 497 RELIANCE 171
"C" Band, MPEG4 DVB-S2 Receiver-FRQ: 4054, POL: H, SYM: 13230, INSAT: 4A, DEG:83*E

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com

गणपति बप्पा के रहस्य...

- ब्र.कु.जगदीशचन्द्र हसीजा

बहुत से लोग जिनके वे इष्ट नहीं हैं, मुहूर्त अथवा अन्य शुभ अवसरों पर सभी धार्मिक आयोजनों का प्रारंभ गणपति की ही स्तुति से करते हैं। इस प्रकार हम देखते हैं कि एक ओर तो गणपति को लाखों-करोड़ों नर-नारी सब देवताओं में प्रथम स्तुत्य मानते हुए अपने कार्यों की निर्विघ्नता पूर्वक समाप्ति के लिए अर्चना करते हैं, यहां तक कि साधक लोग स्वयं परमात्मा शिव की उपासना मानते हुए कहते हैं कि 'पहले गणपति गणेश को मनाया करो, पीछे भोला जी के दर्शन पाया करो।' परंतु दूसरी ओर ऐसे भी लोग हैं जो गजवदन, वक्रतुण्ड (मुड़ी हुई सूंड), एकदंत, महोदर (बड़ी पेट), मूषक (चूहा) वाहक आदि को देखकर आश्चर्यचकित होते हैं और यह जानने की जिज्ञासा रखते हैं कि गणनायक कौन है और गणनायक तथा स्वास्तिक का परस्पर क्या मेल है?

प्रतीकों का रहस्य स्पष्ट करने से पहले हम यह बताना चाहते हैं कि भारतीय साधना एवं उपासना प्रणाली में परमपिता परमात्मा के जो विभिन्न गुण हैं उनको भारतीय मूर्तिकारों तथा चित्रकारों ने विभिन्न प्रतीकों द्वारा अभिव्यक्त किया है। उदाहरण के तौर पर ज्ञान के सागर परमपिता परमात्मा से जो सद्विवेक प्राप्त होता है, उसे उन्होंने सरस्वती के वाहन 'हंस' रूप में चित्रित अथवा मूर्ति का रूप प्रदान किया है। इसी प्रकार धन, संपदा और वैभव प्राप्त होने पर भी उनमें अनासक्त भाव को लक्ष्मी के कमलपुष्प के रूप में अभिव्यक्त किया है और स्वयं लक्ष्मी को कवियों ने कमला नाम भी दिया है। इस परिपाटी को सामने रखते हुए जब हम गणपति के चित्र को अनुकूल रीति से देखते हैं तो निम्नलिखित भाव स्पष्ट रूप से हमारे सामने आते हैं।

मनुष्य को जितने पशु-पक्षियों का ज्ञान है उनमें से हाथी (गज) ऐसा जीव है जिसे बुद्धिमान माना जाता है। हाथी का सिर विशाल होता है और यह मान्यता प्रचलित है कि हाथी की स्मृति तेज़ होती है। वो अपने माहौल को भली-भांति जानता है और उसे परख सकता है। इसलिए अंग्रेजी में भी कहावत है -``As wise an elephant" and "as faithful as an elephant" जिस मनुष्य को आत्मा और परमात्मा का स्पष्ट ज्ञान प्राप्त हो, और जिसे सृष्टि के आदि मध्य अंत का भी बोध हो, उसे संस्कृत भाषा में ``विशाल बुद्धि'' कहा जाता है और ऐसा विशाल बुद्धि व्यक्ति जिसे परमपिता परमात्म की स्मृति बनी रहे और जो परमात्मा के प्रति निश्चयवान एवं श्रद्धावान भी हो, उसके सिर (जो कि बुद्धि का स्थान है) को भी हाथी के ही सिर के रूप में चित्रित करना युक्तियुक्त है। आम व्यवहार में भी लोगों के दिल से ये शब्द निकलते हैं ``कमाल है, इसका तो हाथी जैसा दिमाग है!''

फिर हाथी की एक विशेषता और भी होती है। वो जब गली-मोहल्लों या बाज़ार में से गुज़रता है तो भले ही बंदर उसे घूरकर देखते रहें या कुत्ते भौं-भौं करते रहें, वो मस्त रहता है और अपनी सूंड को हिलाते-डुलाते शाही चाल से

चलता रहता है। वो उनकी निकम्मी बातों की ओर ध्यान नहीं देता। न उनकी ओछी बातों से उत्तेजित होता है और न ही गाय, बकरी की तरह भागने लगता है, बल्कि आत्मविश्वास पूर्वक मार्ग पर अग्रसर होता है। ज्ञानवान और योगयुक्त व्यक्ति के भी ऐसे ही लक्षण होते हैं, इसलिए हाथी का ही सिर सर्वथा उपयुक्त है।

हाथी की सूंड (तुण्ड):- इतने महान शिव सुत (शिवपुत्र) को भला सूंड क्यों दी गई है। ये तो आपको मालूम ही होगा कि हाथी की सूंड इतनी मज़बूत और शक्तिशाली होती है कि वो वृक्ष को भी उखाड़कर, सूंड में लपेटकर उठा लेता है, अर्थात् वो एक बुलडोजर और क्रेन दोनों का कार्य एक साथ कर सकता है। वो चाहे तो सूंड से किसी चीज़ को उखाड़कर ऊपर उछाल दे और या उससे छोटे-छोटे बच्चों को भी प्रणाम करे। किसी को पुष्प अर्पित करे या पानी का लोटा चढ़ाकर किसी की पूजा करे। वो सूंड से केवल वृक्ष जैसी स्थूल चीज़ ही ग्रहण नहीं करता बल्कि सुई जैसी सूक्ष्म चीज़ को भी उठा सकता है। इसी प्रकार ज्ञानवान व्यक्ति भी अपनी स्थूल आदतों को भी जड़ों से उखाड़कर फेंकने में समर्थ है तथा सूक्ष्म-से-सूक्ष्म बातों को भी धारण करने के लिए और दूसरों को सम्मान, स्नेह तथा आदर देने में कुशल होता है।

गज कर्ण:- हाथी के कान तो पंखे जितने बड़े होते हैं। भला ज्ञानवान को इतने बड़े कान लेने की क्या आवश्यकता है?

कान को तो मुख्य ज्ञानेन्द्रिय माना गया है। जब हम किसी को आवश्यक एवं महत्वपूर्ण बात बताते हैं तो कहते हैं कि कान खोलकर सुनो। गुरु भी जब अपने शिष्य को मंत्र देता है तो उसके कान ही में उच्चारण करता है। भगवान ने जब गीता-ज्ञान दिया तो अर्जुन ने कानों के द्वारा ही उसे सुना। अतः बड़े-बड़े कान ज्ञानश्रवण के प्रतीक हैं। इस विधि से सुनने के बिना मनुष्य विशाल बुद्धि हो ही नहीं सकता अथवा हाथी जैसे विशाल सिर का मालिक बन ही नहीं सकता।

हाथी की आँखें:- हाथी के नेत्रों की ये विशेषता है कि उसे छोटी चीज़ भी बड़ी दिखाई देती है। जैसे उल्लू की आँखों की एक अपनी विशेषता यह है कि उसकी आँखों की पुतलियाँ सूर्य की रोशनी में चौंधिया जाती हैं, इसलिए वह उन्हें बंद कर लेता है। बिल्ली की आँखों की विशेषता है कि रात्रि को अंधेरे में भी देखने में सक्षम रहती हैं, वैसे ही हाथी की आँखों की ये विचित्रता है कि छोटी चीज़ें भी बड़ी दिखाई देती हैं। अगर उसे छोटी दिखाई देती होती तो वो सबको अपने पांव के नीचे रौंदता हुआ चला जाता। इस तरह ज्ञानवान व्यक्ति का भी अपना एक विशेष गुण होता है, वो छोटों में भी बड़ाई देखता है।

गजवदन:- हाथी का मुख लम्बा-चौड़ा है, इसके विपरीत जब कोई व्यक्ति घबरा जाता है, अपने बुरे कामों के कारण पकड़ा जाता है तो लोग उसके बारे में कहते हैं - ``उसका तो मुख छोटा हो गया है।'' जब कोई कमज़ोर हो जाता है तब भी उसके बारे में कहते हैं कि इसका तो मुख ही आधा हो गया है। इस प्रकार बड़ा मुख अच्छे कर्मों के कारण निर्भयता का और आत्मिक शक्ति के कारण सामर्थ्य (दुर्बलता के अभाव) का प्रतीक है।

एक दंत:- हाथी के बाहर निकले हुए दो दाँत होते हैं जो दिखाने के होते हैं। इस संसार में दूसरे लोगों के द्वारा थोड़ा भी विघ्न न पड़े, उसके लिए यह ख्याल में रखकर चलना पड़ता है ताकि वे ऐसा ही न समझ लें कि हम उनके विघ्न डालने पर कोई कदम ही नहीं उठायेंगे। अपने कार्य को सुचारू रूप से चलाने के लिए हमारे पास भी साधन, सम्पर्क और सामर्थ्य है, ऐसा भी कुछ रूप रखना होता है। अपने बचाव के लिए दो दाँत न सही, एक दाँत तो हमारे पास भी है - लोगों को यह मालूम रहने से वह कोई उल्टा कदम उठाने से टल जाते हैं। यह एक दाँत किसी को हानि पहुंचाने के लिए नहीं है, न ही यह दूसरे को भयभीत करने की रीति का प्रतीक है बल्कि यह एक नीति है। नीति-निपुणता भी एक कुशल व्यक्तित्व का मूल्यवान गुण है। नीति से हमारा अभिप्राय कूटनीति नहीं है। मन में कुटिलता नहीं बल्कि सूझ, दूरदर्शिता और चतुराई से है।

महोदर:- आम बोलचाल में भी जब कोई व्यक्ति अच्छी-बुरी सब बातों को अपने में समा लेता है, तब उसके लिए कहा जाता है कि इसका तो बड़ा पेट है। इनको कोई भी बात सुना दी जाए तो ये बाहर नहीं निकालते। उर्दू के एक कवि ने इस विषय में निम्नलिखित शेर कहा है -

''जो पेट के हल्के हों, पचे बात कब उनसे,
रोके तो अफर जाए, शिकस और ज़्यादा।''

इस प्रकार पेट का, बात को हज़म करने से सम्बन्ध जोड़ा जाता है। ज्ञानवान व्यक्ति के सामने भी निंदा-स्तुति, जय-पराजय, ऊँच-नीच की परिस्थितियां आती हैं, परन्तु वो उन सबको स्वयं में समा लेता है। लम्बा पेट (लम्बोदर) अथवा बड़ा पेट (महोदर) ज्ञानवान के इसी गुण के प्रतीक हैं।

एक हाथ में कुल्हाड़ा:- गणपति की जो चार भुजाएँ दिखाई जाती हैं, उनमें से एक में कुल्हाड़ा दिखाया जाता है। कुल्हाड़ा तो काटने का एक साधन है। ज्ञानवान व्यक्ति में मोह-ममता के बंधन काटने और पुराने संस्कारों का मूलोच्छेदन करने की क्षमता होती है। उसी का प्रतीक ये कुल्हाड़ा है। जिसके जीवन में मोह-ममता का वास हो अथवा जिसके अपने पुराने संस्कार न बदलें, वो ज्ञानी ही कैसा! अतः ज्ञान एक कुल्हाड़े की तरह से है जो उसके मन के जुटे हुए देहिक नाते चूर-चूर कर देता है, तभी तो वह मुक्ति और जीवन-मुक्ति प्राप्त करता है।

एक हाथ में मोदक:- ``मोदक'' शब्द लड्डू का भी वाचक है और खुशी प्रदान करने वाली वस्तु का भी। लड्डू बनाने के लिए चने को पीसना, भीगाना, भूनना पड़ता है तभी कहीं जाकर वह प्रिय पदार्थ बनता है। इसी प्रकार ज्ञानवान व्यक्ति को भी अनेक कठिनाइयों, संकटों इत्यादि में से गुज़रना पड़ता है। दूसरे शब्दों में, उसे तपस्या करनी पड़ती है, जीते जी मरना होता है और इससे उसमें अधिकाधिक मिठास व ज्ञान का रस भरता है। तब वह स्वयं भी सदा मुदित रहता है और दूसरों को मुदित करता है। इस प्रकार हाथ में मोदक का होना ज्ञान-निष्ठा, ज्ञान-रस से भरपूर स्थिति का प्रतीक है और ज्ञान द्वारा प्राप्त मुदित अवस्था का परिचायक है।

वरद् मुद्रा:- गणपति का एक हाथ सदा वरद् मुद्रा में प्रदर्शित किया जाता है क्योंकि जो ज्ञानवान व्यक्ति पूर्वोक्त लक्षणों को धारण कर लेता है, वह दूसरों को भी निर्भयता और शांति का वरदान देने की सामर्थ्य वाला हो जाता है। उसकी स्थिति ऐसी महान हो जाती है कि वह अपनी शुभ मनसा से दूसरों को आशीष प्रदान कर सकता है।

वाराणसी-उ.प्र.। बनारस हिन्दु यूनिवर्सिटी के वाइस चांसलर प्रो. गिरीश चन्द्र त्रिपाठी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुरेन्द्र दीदी। साथ हैं ब्र.कु. विपिन तथा ब्र.कु. तपोशी।

अररिया-बिहार। पत्रकारों के साथ ईश्वरीय स्नेह मिलन एवं ज्ञानचर्चा के पश्चात् समूह चित्र में आशुतोष कुमार,ब्यूरो चीफ,दैनिक जागरण, फुलेन्द्र मलिक,ब्यूरो चीफ,हिन्दुस्तान, राकेश भगत,फोटोग्राफर,दैनिक जागरण, ब्र.कु. संजय, ब्र.कु. उर्मिला तथा अन्य।

कादमा-हरियाणा। प्रतिभाशाली विद्यार्थियों को सम्मानित करने के पश्चात् समूह चित्र में विद्यार्थियों के साथ पूर्व सरपंच रामबास सूबेदार दरियाव सिंह, निगरानी समिति के अध्यक्ष वीरेन्द्र सिंह, ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. वसुधा तथा अन्य।

अध्यात्म धर्मों को जोड़ने का सेतु

'राजयोग द्वारा स्वस्थ और सुखी समाज ' विषय पर सम्मेलन

ज्ञानसरोवर। श्री श्री 1008 सुरेन्द्र दास जी महाराज,कटनी ने ब्रह्माकुमारीज़ धार्मिक सेवा प्रभाग द्वारा 'राजयोग द्वारा स्वस्थ और सुखी समाज ' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में आये संतवृंद जनों को सम्बोधित करते हुए कहा कि स्वर्ग में बैठा हूँ, मुझे ऐसा अनुभव हो रहा है। स्वामी विवेकानंद अपनी अल्प आयु में ही पूरे विश्व को कितना कुछ देकर चले गये। सभी का भला हो, सभी निरोगी हों, सभी सुखी हों, यही भारत की महान संस्कृति है।

श्री माँ सिद्ध शक्ति जी, सिद्ध शक्ति पीठ दिल्ली, ने कहा कि विज्ञान ने भले कितनी भी तरक्की कर ली हो लेकिन वह हमारे अंतर्मन तक नहीं पहुंच सकता। वह हमारे मन को ट्रांसप्लांट नहीं कर सकता। आंतरिक सुख व शांति बाहर भागने से प्राप्त नहीं हो सकती, वह तो स्व के अंदर जाने से अनुभव होगी।

ज्ञानसरोवर परिसर की निदेशिका ब्र.कु. डॉ.निर्मला ने कहा कि धन के साथ मन की शांति व अच्छा स्वास्थ्य भी चाहिए। परमात्मा की सत्य पहचान होने और उसके साथ योग होने पर ही श्रेष्ठ संस्कारों की धारणा हो सकती है।

पटियाला के जैन मुनि अरविंद कुमार ने कहा कि यह धरा बहुत पवित्र और तपस्या से परिपूर्ण है। यहाँ खुशी व आनंद के भरपूर वायब्रेशन्स अनुभव हो रहे हैं। यहां पर त्याग व वैराग्य का आचरण है। दादी जानकी से सम्मुख मिलने पर उनसे माँ की भासना आई तथा शांति व आनंद की प्राप्ति हुई। यहाँ जिस प्रकार से नि:स्वार्थ भाव से सेवा की जा रही है वह अन्यत्र दुर्लभ है।

फादर जॉय एस.सिंह,पलवल ने कहा कि यहाँ करुणा, प्रेम व पवित्रता दिखाई दे रही है। पावर व पैसे के बल पर स्वस्थ व सुखी समाज नहीं बन सकता।

बाबा सुखदेव जी,ग्रन्थी,करनाल ने कहा कि मैने आज तक बहुत संत देखे लेकिन संत शब्द की असली प्रतिमा आज मैं इन ब्रह्माकुमारी बहनों के अंदर साक्षात देख रहा हूँ। अगर स्वर्ग इस धरा पर कहीं है तो वह माउण्ट आबू में यहाँ पर दिखाई दे रहा है।

इस्लामिक मेडिटेशन सेंटर, फरीदाबाद के सचिव एम.एस.नदवी ने कहा कि अध्यात्म में सुकून है जो कि टेक्नोलॉजी नहीं दे पाया। यहाँ का वातावरण ही अध्यात्म से भरपूर है जो हमें सुकून देता है।

धार्मिक सेवा प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु.मनोरमा ने कहा कि बाह्य चोले को साफ करने से मगरूरी बढ़ती है लेकिन आत्मा को स्वच्छ और साफ करने से खुशी मिलती है। अहंकार गलित होने के पश्चात ही आत्मा सच्चे ज्ञान की अधिकारी बन पाती है।

प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु. रामनाथ ने कहा कि हमें अपने आचरण में एकता लानी है क्योंकि अलग-अलग अंगुलियाँ कुछ नहीं कर सकतीं, लेकिन एक साथ मिलकर सहज ही अपने लक्ष्य को प्राप्त कर सकती हैं।

मुम्बई की ब्र.कु. कुंती ने कार्यक्रम का कुशल संचालन किया।

मंचासीन हैं बायें से एम.एस.नदवी, ब्र.कु. रामनाथ, जैन मुनि अरविंद कुमार, श्री श्री 1008 सुरेन्द्र दास जी महाराज, ब्र.कु. डॉ. निर्मला, श्री माँ सिद्ध शक्ति जी, ब्र.कु. मनोरमा व फादर जॉय एस. सिंह।

सच्चाई से ही परमात्म प्रेम की अनुभूति होगी : दादी

ब्रह्माकुमारीज़ की मुख्य प्रशासिका दादी जानकी जी ने विडियो कॉन्फ्रेन्सिंग द्वारा संत जनों को सम्बोधित करते हुए कहा कि हर आत्मा को सुख-शांति सम्पन्न बनने के लिए सच्चाई, प्रेम, खुशी, शक्ति स्वयं में धारण करनी होगी। कर्म में सावधानी व सच्चाई हो। कोई भी कारण हमारी मनोस्थिति को प्रभावित न करे। जब सच्चाई होगी तो परमात्म प्रेम का भी अनुभव होगा। सभी धर्मों का पिता परमात्मा एक ही है। अंदर से आवाज़ आती कि हम एक हैं और एक के हैं। कोई भाषा, रंग भेद, धर्म भेद नहीं। अध्यात्म हमें एकसूत्र में पिरोता है। आप सभी इस परमार्थ के कार्य में जुटकर विश्व में एक धर्म, एक भाषा, एक राज्य स्थापित करने में परमात्म के साथी हैं।

- **देश भर से आध्यात्मिक एवं धर्म से जुड़े करीब तीन सौ प्रतिनिधियों ने लिया भाग।**
- **सभी ने एक स्वर से आबू में हो रहे आध्यात्मिक चेतना के कार्य को सराहा।**
- **बताया यह परमात्मा का कार्य।**
- **विश्व परिवर्तन की नींव आबू में।**

स्वरक्षा से गति की सुरक्षा:मुखेडकर

ब्रह्माकुमारीज़ के यातायात एवं परिवहन प्रभाग द्वारा त्रिदिवसीय सम्मेलन | **आंतरिक रूप से सकारात्मक बनना, सही अर्थ में आगे बढ़ना**

- **संतोष व खुशी के कारण ही होता है ईश्वर के प्रति समर्पण भाव।**
- **समस्याएँ आगे बढ़ने का अवसर।**
- **हमें आत्म चिंतन करना है कि हम जिस राह पर हैं, क्या वह सुख देने का मार्ग है?**

माउण्ट आबू। आध्यात्मिकता अपनाने से हममें खुश रहने की कला आ जाती है, जिससे कैसी भी परिस्थिति आने पर हम उसे हँसते-हँसते पार कर लेते हैं। उक्त विचार अनुराधा मुखेडकर, डिवीज़नल रेलवे मैनेजर,राजकोट ने 'गति, सुरक्षा और आध्यात्मिकता' विषय पर व्यक्त किये।

उन्होंने सच्चे अर्थ में आगे बढ़ने के लिए अंतर्मन की शांति को आधार बताया। यहाँ के समर्पण भाव से ही हरेक के चेहरे पर खुशी और शांति की झलक दिखाई दे रही है। उन्होंने आगे कहा कि राजयोग मेडिटेशन के द्वारा जीवन चर्या को व्यवस्थित कर ही हम अपने मकसद को प्राप्त कर सकते हैं। हमें आत्मचिंतन करने की ज़रूरत है।

दादी जानकी ने विडियो कॉन्फ्रेन्स द्वारा मेहमानों को सम्बोधित करते हुए कहा कि जीवन में तनाव का कोई स्थान ही नहीं है क्योंकि हमने सही अर्थ में अपने आप को जाना और पहचाना है, तभी परमात्मा हमें साथ भी दे रहा है। भगवान का वायदा है कि बच्चे तुम कभी कोई बात में फिक्र ना करो, हिम्मतवान व मज़बूत रहेंगे तो सदा सफलता प्राप्त कर सकेंगे।

ब्रह्माकुमारीज़ महाराष्ट्र व आंध्रप्रदेश ज़ोन की निदेशिका ब्र.कु.संतोष ने कहा कि आज के इंसान की दूर की दृष्टि तेज़ है और नज़दीक की नज़र कमज़ोर हो गई है, इसलिए उसे दूसरों में दोष नज़र आते हैं लेकिन खुद में नहीं। दूसरों को देखता है लेकिन खुद को देखने की या सोचने की न तो फुर्सत है न रुचि। आध्यात्मिकता हमें अंतर्दृष्टि देती है जिससे हम अपने जीवन को खुशनुमा बना सकते हैं। प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु.दिव्यप्रभा ने कहा कि आज यातायात में या हमारे निजी जीवन में स्पीड बढ़ी है लेकिन सुरक्षा कम होती जा रही है। दिन प्रतिदिन दुर्घटनाएँ बढ़ती जा रही हैं। गति व सुरक्षा के बीच की कड़ी है आध्यात्मिकता, जिससे जीवन में आने वाली शांति, सकारात्मक चिंतन, सद्भावना व विवेक के संतुलन से हम सदा सुरक्षित व तनाव मुक्त रह सकते हैं। प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु.सुरेश ने सभी अतिथियों का भावपूर्ण स्वागत किया।

दीप प्रज्वलित करते हुए डॉ. गिरीश पटेल, ब्र.कु. दिव्यप्रभा, ब्र.कु. संतोष, अनुराधा मुखेडकर, जीतेन्द्र शाह, ब्र.कु. कुंती, ब्र.कु. मोहन सिंघल, ब्र.कु. सुरेश।

आज जहाँ पूरा विश्व आतंकवाद की आग में जल रहा है, वहाँ ये ब्रह्माकुमारी संस्था एक कमिटमेंट के साथ आगे बढ़ रही है बेटर वर्ल्ड बनाने के लिए। पूरा विश्व भ्रमण करने के पश्चात् जब मैं यहाँ आया हूँ तो मुझे खुद पर आश्चर्य हो रहा है कि ऐसे स्थान पर आने में इतना विलंब कैसे हो गया! मेडिटेशन से ही स्व को पहचानने की दृष्टि प्राप्त होती है। जिस प्रकार मन की शुद्धि के लिए मेडिटेशन आवश्यक है,उसी प्रकार तन की शुद्धि के लिए शुद्ध अन्न भी आवश्यक है। मैं परमात्मा का शुक्रगुज़ार हूँ कि मुझे यहाँ अरावली में स्थित आबू पर्वत पर देवियों के सानिध्य में मेडिटेशन का अनुभव कराया। - **जीतेन्द्र शाह,चेयरमैन,हिना टूर एण्ड ट्रैवल्स,मुम्बई।**

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

RNI NO RAJHN/2000/721, POSTAL REGD. RJ/SIROHI/9623/15-17, Posting at Shantivan-307510 (Abu Road)
Licensed to post without prepayment RJ/WR/WPP/003/2015-17, Posting on 12TH TO 14TH and 22ND TO 24TH each month, published on 13th Aug 2016
संपादक: ब्र.कु.गंगाधर, प्रकाशक: ब्र.कु.करुणा द्वारा ब्रह्माकुमारीज़ मीडिया प्रभाग (आर.ई.आर.एफ) के लिए प्रकाशित एवं डी.बी.प्रिंट सॉल्यूशन्स जयपुर से मुद्रित।