

ओमशान्ति मीडिया



मूल्यनिष्ठ समाज की रचना के लिए समर्पित

वर्ष - 12 अंक - 11 सितम्बर- 1, 2011 (पाक्षिक) माउण्ट आबू मूल्य 7.00 रु.

गृहस्थाश्रम में रहते हुए राजयोग से सम्भव है प्रभु-मिलन

ज्ञानसरोवर। हिन्दु महासभा के अध्यक्ष स्वामी चक्रपाणि ने कहा कि विश्व के सभी आतंकवादियों या किसी भी प्रकार की नकारात्मक मानसिकता वाले लोगों को यदि इस ईश्वरीय विश्व विद्यालय में लाया जाए तो वे भी परिवर्तित होकर अपनी ऊर्जा को राष्ट्र निर्माण में लगा देंगे। बुराई व बारुद के ढेर में सुलग रही दुनिया में ओमशान्ति का महामंत्र जल का कार्य कर शीतलता प्रदान कर रहा है।

वे ब्रह्माकुमारीज धार्मिक प्रभाग द्वारा 'आंतरिक सामर्थ्य हेतु अनोखी जागृति' विषय पर

आयोजित आयोजित सम्मेलन को सम्बोधित कर रहे थे। उन्होंने कहा कि इस संस्था ने यह साबित करके दिखाया है कि परमात्मा की प्राप्ति केवल जंगल की गुफाओं या कंदराओं में तपस्या करने से नहीं बल्कि गृहस्थ में रहकर, घर-परिवार में रहकर, कार्यव्यवहार करते हुए भी परमात्मा की प्राप्ति की जा सकती है। जहाँ काम नहीं - राम है, जहाँ क्रोध नहीं - प्रेम है, जहाँ लोभ नहीं - लाभ है, जहाँ मोह नहीं - मोहित करने वाले ज्ञान दाता हैं और जहाँ अहंकार नहीं - निरहंकार है, वही ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय है।

दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि 'स्व' का बोध प्राप्त न होने के कारण हर मानव दुःख अशान्ति के पाश में बंधा हुआ है। मैं व मेरा



दादी हृदयमोहिनी, हिन्दु महासभा के अध्यक्ष स्वामी चक्रपाणि तथा अन्य संतजन सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए।

का यथार्थ ज्ञान न होने के कारण वह मेरे को मैं समझ बैठा है। मनुष्य तन का आधार लेने वाली आत्मा स्वयं को विनाशी देह मान बैठी है। इस तन को व मन-बुद्धि को मेरा कहने वाली आत्मा स्वयं को इससे भिन्न सत्ता अनुभव करे तभी कर्मेन्द्रियों की अधीनता समाप्त होगी। चाहिए, चाहिए का चिन्तन प्रभु-चिन्तन से विमुख कर चिन्ता में डाल रहा है। खुशी हम आत्माओं का आंतरिक खजाना है, खुशी ही आत्मा की खुराक है।

गुरुदेव अतीत भाई, आर्ट ऑफ लिविंग, बड़ोदरा ने कहा कि पवित्र संग व पवित्र स्थान का सान्ध्य प्राप्त

करने वाले ही भाग्यशाली होते हैं। ब्रह्माकुमारी संस्थान वह संस्थान है जो पिछले 75 वर्षों से अनवरत जन-जन की आध्यात्मिक चेतना को जागृत करने का महती सेवा कार्य कर रहा है। पूरी दुनिया में महिलाओं की सशक्तिकरण का ऐसा अदभुत कार्य और किसी ने नहीं किया है। समय की मांग है कि हम सभी धर्म, पंथ, जाति, साधना पद्धति, मान्यताओं की विभिन्नताओं को दरकिनार कर एकजुट होकर आध्यात्मिक सशक्तिकरण का प्रयास करें। सुसुप्त चेतना को जाग्रत करने के लिए संगठित होकर प्रयास करें। आंतरिक सामर्थ्य धन या पद से प्राप्त नहीं हो

सकता, उसके लिए ध्यान की साधना आवश्यक है। जिस दिशा से भी आपको ज्ञान का प्रकाश, प्रेम का प्रकाश प्राप्त हो उस पर चल पड़ें, अवश्य ही मंजिल को प्राप्त करेंगे।

भन्ते करुणाकर महाथेरा, महासचिव, बौद्ध धर्म फरुखाबाद, दिल्ली ने कहा कि 38 साल में पहली बार मैं किसी संस्था के मंच पर उपस्थित होकर वक्तव्य दे रहा हूँ। यह वह स्थान है जहाँ केरल के पद्मनाभम मंदिर में मिले खजाने से भी बड़ा खजाना उपलब्ध है। आत्माओं को पवित्र बनाने का कार्य कर रही इस संस्था में आकर मैं स्वयं को धन्य अनुभव कर रहा हूँ। ब्रह्मा बाबा महान

विभूति थे जिन्होंने अपना सब कुछ मानवता की सेवा के लिए अर्पित कर दिया। उनकी दृढ़ता व साहस सराहनीय है। संसार में अनेक प्रकार के हथियार निर्मित किए गये हैं लेकिन आत्मा को पवित्र बनाने का हथियार सिर्फ ब्रह्मा बाबा ने ही बनाया है। इस संस्था ने पुरुषों के वर्चस्व को मिटाकर माताओं-बहनों को आगे बढ़ाकर सामाजिक परिवर्तन के साथ ही आध्यात्मिक परिवर्तन को भी नई दिशा दी है। जब देह ही मेरी नहीं तो परिवार, धन-सम्पत्ति मेरे कैसे हो सकते हैं।

रसिक पीठाधीश्वर श्री मं. जन्मेजयशरण जी महाराज, अध्यक्ष - श्री राम जन्मभूमि निर्माण न्यास अयोध्या ने कहा कि संतों के संतत्व, वीरों के वीरत्व एवं सती के सतित्व ने ही संसार के नैतिक पतन को रोका हुआ है। नम्रता व शिष्टता ही महानता की निशानी है जो यहाँ के भाई-बहनों के आचरण में दिखाई दे रही है।

स्वामी विज्ञानानन्द जी फतेहपुर ने कहा कि दैवीय सामर्थ्य को जाग्रत करने के लिए अंतर्यात्रा की ओर कदम बढ़ाना होगा। प्रभाग की राष्ट्रीय संयोजिका ब्र.कु.मनोरमा, मुख्यालय संयोजक ब्र.कु.रामनाथ ने भी कार्यक्रम को सम्बोधित किया।



हिन्दु महासभा के अध्यक्ष स्वामी चक्रपाणि, भन्ते करुणाकर महाथेरा, महासचिव, बौद्ध धर्म फरुखाबाद, रसिक पीठाधीश्वर श्री मं. जन्मेजयशरण जी महाराज को पवित्रता का प्रतीक रक्षासूत्र बांधते हुए दादी हृदयमोहिनी।

आत्म-ज्ञान, आत्म-ऊर्जा, आत्म-बोध क्या है ? उस सम्बन्ध में एक दिन किसी ने अपनी बात एक घटनाक्रम का वर्णन करते हुए कहा कि -एक भिखारी पिछले तीस वर्ष से एक सड़क के किनारे बैठकर भीख मांगा करता था। एक दिन एक अजनबी उसके सामने से गुजरा। भिखारी ने अपना हाथ उस अजनबी के सामने फैलाते हुए, चेहरे पर बनावटी दुःख प्रकट करते हुए याचना की, “लाचार को कुछ पैसा दे दो बाबूजी”।

अजनबी ने सपाट शब्दों में कहा, “मेरे पास तुम्हें देने के लिए कुछ नहीं है” फिर वह भिखारी की ओर मुखातिब हुआ और बोला “तुम जिस चीज पर बैठे हो, वह क्या है ? “कुछ भी तो नहीं!” भिखारी ने रुखेपन से जवाब देते हुए कहा, “सिर्फ लकड़ी की पुरानी पेटी है और जिस पर मैं वर्षों से बैठता आ रहा हूँ।”

“क्या कभी खोलकर देखा है, इसके अंदर क्या भरा है ?” अजनबी ने कौतुहल से पूछा। “नहीं।” भिखारी ने जवाब देते हुए कहा, मुझे पता है कि उसमें कुछ नहीं है, तो फिर उसे खोलकर देखने से क्या फायदा ?”

अजनबी ने जोर देकर कहा, उस पेटी को इसी पल खोलकर देखो, अंदर क्या भरा है ?” भिखारी ने कोशिश करके वर्षों से जंग खायी उस पेटी को खोला, और पेटी में भरी स्वर्ण मुद्राओं को देखकर सहसा उसे अपनी आँखों पर विश्वास नहीं हुआ। वह आश्चर्य और उल्लास से भरकर नाचने लगा। मैं भी वैसा ही एक अजनबी हूँ। मेरे पास ऐसा कुछ भी नहीं है, जो तुम्हें दिया जा सके। हाँ, मैं तुम्हें अपने ही अंतर में झांकने के लिए प्रेरित कर सकता हूँ। उस भिखारी के समान तुम्हें किसी लकड़ी की पेटी में नहीं झांकना है। तुम्हें अपने अन्तर में झांकना है, जो तुम्हारे बहुत करीब है।

किसी जिज्ञासु की ओर देखते हुए...तुमने अभी जो कहा, “मैं कोई भिखारी नहीं हूँ” वह मैंने सुना, वास्तविकता यह है कि जो अपनी असली सम्पदा, अपने सच्चे वैभव नहीं जानते हैं -जो उनके अपने अंतर का उल्लास, उनकी अपनी अन्तरात्मा की प्रभा और आत्मा की सुख, भोग-विलास के तूच्छ आनंद को पाने के लिए, खुद की पहचान व अस्तित्व को बनाये रखने के लिए, सुरक्षा व प्रेम के लिए बाहर दर-दर भटकते रहते हैं। जबकि उनके अपने अंदर एक ऐसा खजाना छिपा है, जो उन्हें उपरोक्त सब कुछ देने के

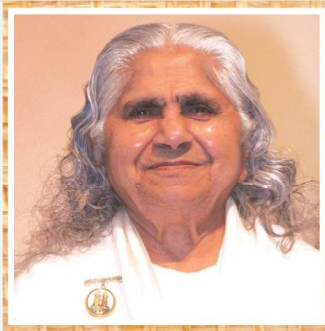
आत्म-बोध ही शक्तिशाली स्थिति है

-ब्र.कु.गंगाधर

साथ-साथ ससार का महानतम प्राप्त भी करा सकता है।

आत्म ज्ञान सुनने में तो अच्छा लगता है कि यह तो बहुत ही दुर्लभ और उच्च प्राप्ति है, जिस तक कुछ विरले महात्मा जन ही पहुँच पाते हैं। कम से कम अहम् को इसी रूप में देखना अच्छा लगता है। लेकिन सत्यतः यह तुम्हारी वह स्वाभाविक स्थिति है, जिसमें स्थिर होने पर तुम स्वयं को उसके साथ जुड़ा पाते हो, जो असीम है, जो अचल है, वह तुम्हारा अपना सार रूप है जो तुम्हारे भौतिक अस्तित्व से महानतम है। यह अनुभव ही नाम-रूप के परे अपने सच्चे स्वभाव को पा लेना है। अपने सच्चे स्वभाव से ऐक्य के अभाव की अनुभूति अंतर में अज्ञान का आवरण पैदा कर देती है, इसीलिए मानव स्वयं को अपने आपसे और चारों ओर व्याप्त संसार को अपने आपसे और चारों ओर व्याप्त संसार से कटा हुआ महसूस करने लगता है। फिर चाहे तुम्हें यह पता हो या नहीं, तुम अचेतना की स्थिति में रहते हो, स्वयं को एक कटी पतंग के रूप में अनुभव करते हो। इससे तुम्हारे अंदर एक प्रकार का भय पैदा हो जाता है। अपने अस्तित्व को बनाए रखने का भय, फिर अंतर में और बाहर द्वन्द, झगड़ा-फसाद, तोड़-फोड़, आम जिन्दगी का हिस्सा बन जाते हैं।

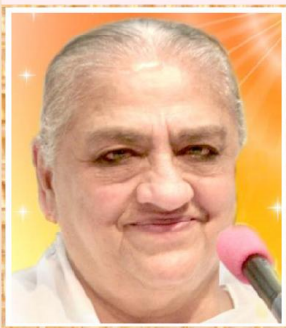
महात्मा बुद्ध ने आत्मबोध को सरलतम परिभाषा दी है, जो मुझे बेहद पसंद है -‘सर्व दुःखनिवृत्ति।’ इसमें कुछ चमत्कारित नहीं है। फिर भी वास्तव में वह अपने आपमें पूर्ण परिभाषा नहीं है। यह परिभाषा हमें केवल उन तथ्यों के प्रति सचेत करती है जो आत्मबोध नहीं है। क्या नहीं है, आत्म-बोध ? दुःख नहीं है। लेकिन सभी दुखों का नाश होने पर क्या शेष बचता है ? इस विषय पर बुद्ध मौन रहते हैं। और इस मौन का तात्पर्य यह है कि हमें स्वयं अपने लिए इस विषय का अन्वेषण करना है। बुद्ध ने आत्मबोध की यह परिभाषा इसलिए दी है जिससे मन में कोई मिथ्या विश्वास नहीं पले, वह किसी ऐसी भ्रांति का शिकार नहीं हो जाए कि आत्मबोध एक दुर्लभ और महान प्राप्ति है। एक दुःसाध्य लक्ष्य है जिसे पाना तुम्हारे लिए असम्भव है। लेकिन फिर भी अधिकांश बौद्ध मतावलम्बी इस यथार्थ सत्य को नजरअंदाज करके इसी भ्रांति को मन में पाले बैठे रहते हैं कि ‘आत्म-ज्ञान’ का अनुभव तो सिर्फ कुछ के लिए ही है। उनके लिए इस लक्ष्य को पाना सम्भव नहीं। वास्तव में आत्मचेतना को समझ लेने पर हमारे अस्तित्व की खोज पूरी होने पर हम उनमें निहित शक्तियों का प्रयोग व्यवहारिक रूप देने में सक्षम हो जाते हैं। जहाँ न खुद परेशान होंगे और न दूसरों को अशांति देते हैं।



प्रश्न - बाबा कहते हैं **दादी जानकी, मुख्य प्रशासिका** कि ‘न दुःख दो, न दुःख लो’। बच्चे, दुःख न दें इस पर तो ध्यान देते हैं, मगर दुःख ले लेते हैं। परिस्थितियाँ आते भी दुःख की लहर न आये, लेश मात्र भी दुःख न हो, इसके लिए आपने क्या विधि अपनाई है ? जो हम सभी ब्राह्मण भी अपना सकें।

दादी जानकी - पहली बात है कि आप जो हमारे लिए कहते हैं कि आप साकार बाप के साथ रहे हैं। लेकिन अव्यक्त बापदादा जो आप सबको साकारी भासना दे रहे हैं, वह वण्डरफुल है। जब मैं आप लोगों को देखती हूँ तो लगता है कि बाबा इनको कितना प्यार करता है। जब बाबा अव्यक्त हुए तो मुझे थोड़ा सा था कि जो आज की रचना है उनको साकार का प्यार कैसे मिलेगा ? भाग्यविधाता की यह कमाल है कि जो भी बाबा के पास आता है उसे आदि में जो दिया वह जरा भी मिस न करें यह देखता है।

एक बार मैं चार्ट लिख रही थी। बाबा ने देखा तो पूछा, बच्ची क्या कर रही हो ? बाबा चार्ट लिख रही हूँ। तो बाबा ने कहा बच्ची तुम्हारा चार्ट अच्छा है क्योंकि तुम किसी को दुःख नहीं देती हो। उस दिन से लेकर यह बहुत ध्यान है कि मैं किसी को दुःख न दूँ। यह चालीस साल पहले 1966 की बात है। दूसरे दिन सुबह कहा कि चार्ट उसका अच्छा है जिसकी मुरली सुनते बुद्धि बाहर कहीं नहीं जाती। बस उस दिन से आज तक मुरली पढ़ते, सुनते या सुनाते बुद्धि कहीं नहीं जायेगी, और ही मुरली की गहराई में भले जाएं पर और कहीं नहीं जायेंगी, उसकी मदद बहुत है। अब दूसरी बात आती है कि दुःख लेना नहीं, मेरे जैसा कोमल दिल कोई होगा नहीं, इतना बताती हूँ कभी कोई मेरे को कहे ना, लेकिन उनको लगेगा कि इसको बुखार हो जायेगा, मैं कोशिश करूँ कि मुझसे



दादी हृदयमोहिनी, अति-मुख्य प्रशासिका

हैं -एक प्यार और दूसरा खुशी। अगर प्यार से दो शब्द भी किसको आप बोल दो तो वो प्यार के दो शब्द भी उसके लिए कितनी हिम्मत दिलाते हैं जिससे उसके जीवन में एक नया उमंग-उत्साह उत्पन्न हो जाता है। आप किसी भी आत्मा को और कुछ नहीं दो लेकिन निःस्वार्थ प्यार दो तो वह आत्मा ऐसे महसूस करती है जैसे मुझे सम्पूर्ण जहान मिल गया। लेकिन प्यार दो प्रकार का होता है, एक होता है स्वार्थ का प्यार और दूसरा होता है निःस्वार्थ प्यार। तो स्वार्थ का जो प्यार होता है उसमें अल्पकाल के लिए कोई खुश हो भी जाये लेकिन सदाकाल की खुशी या प्राप्ति उसको दिल से अनुभव नहीं होती। तो जो सच्चा प्यार है वो निःस्वार्थ प्यार है। और निस्वार्थ प्यार की अनुभूति वास्तव में हमको शिवबाबा से होती है क्योंकि उसे अपने लिए कोई स्वार्थ नहीं। आत्माओं को फिर भी अपने लिए कुछ न कुछ स्वार्थ होता है लेकिन शिवबाबा द्वारा जब राजयोग की शिक्षा मिलती है और आपस में एक-दो को आत्मिक रूप से देखते हैं, ब्रदरहुड के रूप में देखते हैं तो यही प्यार आत्मिक प्यार है, यही सच्चा प्यार है। जहाँ बॉडी कान्सेस का प्यार होगा वहाँ जरूर कोई न कोई बॉडी कान्सेसनेस के स्वार्थ होते हैं। हम लोगों को शिव बाबा यही शिक्षा देते हैं कि आप आत्मा भाई-भाई अर्थात् ब्रदरहुड हो। तो यह ब्रदरहुड का प्यार ही सच्चा प्यार है। इसलिए आजकल सबके दिल में प्यार पाने की इच्छा जरूर होती है। जैसे कोई छोटे बच्चे को यदि माँ-बाप के द्वारा प्यार नहीं मिलता है तो

दादियों के श्रीमुख से ..

ना दुःख दो और ना दुःख लो

कोई भूल नहीं करूँ जो कि मुझे कोई कहे और मुझे दुःख हो जाए, दुःख देंगी नहीं, लेकिन मैं कोई ऐसी गलती ना करूँ जो कोई शिक्षा देवे। शिक्षा सुनने के लिए तैयार हूँ, बड़े प्यार से, आप भी शिक्षा देंगी तो मैं बड़े प्यार से सुनेंगी, दुःख नहीं करेंगी। परन्तु ऐसी मिस्टेक मैं न करूँ, जो किसी को भी मेरे को देख, थोड़ा आश्चर्य लगे कि ये क्या करती है ? परन्तु मुझे कोई दुःख देवे, चाहे कितनी भी कोशिश करे, परन्तु मेरे को बहुत बाबा की ऐसी कोई गिफ्ट है, जो दुःख लेंगी नहीं। पत्थर भी मारेगा कोई तो भी दुःख लेंगी नहीं। क्योंकि यदि दुःख लेंगी और अंदर चला गया ना तो जायेगा नहीं। फिर तो ऐसे हो जायेगा कि एक में दूसरा, दूसरे में तीसरा, आता जायेगा। फिर तो दुःखी जीवन मेरे जैसी किसी की नहीं रहेंगी। मेरी जीवन सारे विश्व भर में जितनी भी आत्माएँ हैं और ब्राह्मणों में से भी, मेरे जैसा सुखी कोई नहीं। ये अंदर से ईश्वरीय शान है। जिसको ईश्वर इतना प्यार करे वो कभी दुःखी हो नहीं सकता, भले बाहर वाले कोई दुःख देते हैं लेकिन वो टेस्ट लेते हैं और ही स्थिति को मजबूत बनाने के लिए, हमको इशारा मिलता है कि हिलती तो नहीं है, हलचल आये और हम हिलें, अभी तो आगे चलकर बहुत आने वाली है, अब अंदर से दुःख देना नहीं है यह तो ठीक है, छोटा भी किसी को दुःख दिया तो आजकल के हिसाब से बड़ा पाप है। असुल किसी को दुःख नहीं दो। बाबा का घर है दाता का घर है। दुःख देने वाला बिचारा जानबूझकर दुःख नहीं दे रहा है लेकिन वह अपने स्वभाव के वश है और कहीं नहीं कह सकते तो मेरे को ही कहेंगे।

जीवन में चार गुण सदा हों - धीरज, सहनशीलता, मित्रता भाव तथा गंभीरता। ये गुण सदा आपको निश्चिन्त व निश्चित विजयी बना देंगे।

परमात्म-प्यार निःस्वार्थ व अविनाशी है

वह जीवन कैसी होती ? जैसे एक सूखा वृक्ष होता है, जो पानी न मिलने से मुरझाया हुआ रहता है। जो हरा खिला हुआ वृक्ष होता है वह कितना प्यारा लगता है। तो जीवन में भी प्यार जैसे वृक्ष का पानी है। और जब मनुष्यात्माओं को प्यार का पानी मिलता है तो यह जीवन रूपी वृक्ष बहुत हरा-भरा लगता है, बहुत प्यारा लगता है, बड़ा सुंदर लगता है। अगर प्यार से आपको कोई सूखी रोटी भी खिलायेगा, तो उस सूखी रोटी में भी छत्तीस प्रकार के भोजन का अनुभव होगा। और अगर आपको कोई छत्तीस प्रकार के वैरायटी भोजन खिलाये और प्यार से न खिलाये तो आपको यह छत्तीस प्रकार के भोजन भी सूखी रोटी के बराबर लगेंगे। तो प्यार एक ऐसी चीज है जो मनुष्य के जीवन के लिए बहुत-बहुत आवश्यक है। और उसमें भी सबसे बड़े से बड़ा परमात्म प्यार है। परमात्म प्यार कभी किसी को ठोकर नहीं लगाता, चाहे कांटा हो या फूल, लेकिन परमात्मा सबको प्यार करता है। और ही कांटे को भी फूल बना देता। इसीलिए जैसे परमात्मा अविनाशी है, तो उसका प्यार भी अविनाशी है। और वह अविनाशी परमात्म प्यार जब प्राप्त होता है तो आत्मा उस प्यार अर्थात् लव में लीन हो जाती है। जैसे अल्पकाल का जो बॉडी कान्सेस का प्यार होता है उसमें भी मनुष्य लीन हो जाता है लेकिन सदा नहीं, अल्पकाल के लिये होता है। और उसमें कभी भी एक-दूसरे को ठुकरा सकते हैं लेकिन परमात्म प्यार में जब लवलीन हो जाते हैं, यानी प्यार में एकदम खो जाते हैं तो जैसे आत्मा परमात्मा से मिल जाती है, वो अनुभूति एक बहुत सुंदर प्यारी है। लेकिन यह परमात्म प्यार प्राप्त कैसे हो सकता है ? चाहते तो सभी हैं कि हम परमात्म प्यार में खो जाएं लेकिन वो प्राप्त कैसे हो ? छोटी सी विधि है -कि आप आत्मा रूप में स्थित हो जाओ क्योंकि परम आत्मा शरीरधारी नहीं है।

कम मेहनत व सफलता ज्यादा -सेवा के क्षेत्र में बिना खर्च ये अनुभव होंगे, शान्ति की शक्ति के प्रभाव से। अनेक आत्माएं सेवाओं की भागदौड़ में, तेरे-मेरे के चक्रव्यूह में अटककर बहुत धन खर्च करके भी मन इच्छित फल प्राप्त नहीं कर पा रही हैं। यदि इस साइलेंस पावर को बहुत बढ़ा दिया जाए तो बिना कुछ व्यय के अत्यधिक आत्माएं बाबा के बच्चे बनकर ईश्वरीय वर्से के अधिकारी बन सकती हैं।

क्या है ये साइलेंस पावर (शान्ति की शक्ति)...? शान्ति से तो हर कोई परिचित है, परन्तु मन को शान्त करना, उसे निरसकल्प रखना इसे केवल ज्ञानीजन ही जान सकते हैं। मन के संकल्पों की गति धीमे होते-होते जब एक संकल्प पर आ जाती है और बुद्धि परमात्म-स्वरूप पर स्थिर हो जाती है तो आत्मा में परमात्म-शक्तियां समाने लगती हैं, इसे ही शान्ति की शक्ति कहते हैं। वैसे भी जब किसी योगी के मन में संकल्पों का अभाव हो जाता है तो उससे अति शक्तिशाली तरंगें चहुँ ओर फैलने लगती हैं और इससे विश्व की महान सेवा होती है। राजयोग का स्पष्ट ज्ञान तो सभी ब्रह्मा वत्सों को है। स्वयं को आत्मिक स्वरूप में स्थित करके बुद्धि को परमात्म-स्वरूप पर स्थिर करना राजयोग है। यह आत्मा व



परमात्मा का मिलन है, इससे परमात्मा के गुण, पवित्रता व शक्तियां आत्मा में आने लगती हैं। परन्तु इसमें सबसे बड़ी बाधा मन के चंचल होने की है, मन के व्यर्थ संकल्पों की है। यदि हम ज्ञान की शक्ति से मन को शान्त रखना सीख लें तो हमारा योग श्रेष्ठ व शक्तिशाली हो जाता है।

मन को रोकना हवा को रोकने के समान है। परन्तु यदि हम मन को भटकने ही न दें, यदि हम स्वयं उसे नई-नई दिशा देने लगे तो मन स्थिति को आनंदित करने वाला होगा। यहाँ ये दो बातें हैं -मन को भटकने न देना तथा मन को नई दिशा देना। मन को नई दिशा श्रेष्ठ संकल्पों से, श्रेष्ठ स्वमान से या महान लक्ष्य से दी जा सकती है तथा मन को भटकने से बचाने के लिए हमें अच्छी साधना करनी पड़ेगी।

पहले हमें ध्यान देना है कि मेरा मन कहाँ-कहाँ या किन कारणों से भटकता है? अपने पर पैनी नजर डालें और देखें कि मेरा मन कर्मन्द्रियों के रस के पीछे भटकता है या काम, क्रोध, लोभ, मोह, तेरा-मेरा या अनुमान की आदत के कारण? मन में व्यर्थ विचार, परचिन्तन, परदर्शन वश आते हैं या भयवश? मेरा मन इच्छाओं कामनाओं के कारण अस्थिर है या सम्बन्धों में तनाव के कारण? वह पास्ट की घटनाओं से विचलित है या भविष्य की चिन्ताओं से? उसमें असफलता, निन्दा, निराशा, उदासी या अपमान के कारण व्यर्थ का तूफान उठता है या बदले की भावना, दैहिक दृष्टि या अन्य किसी समस्या के कारण? पापकर्म मन को भटका रहे हैं या निगेटीव भावनाएं? जिम्मेदारियों का बोझ या गरीबी आपके व्यर्थ संकल्पों का कारण है या मन में उठने वाला क्यूँ व क्या आपके मन की गति को तीव्र करता है? आप चेक कर लें कि इन कारणों में से क्या-क्या कारण आपके मन के व्यर्थ के पीछे हैं या ये सभी आप पर अपना अधिकार जमाये हुए हैं। मान की इच्छा, इन्चार्ज बनने की

इच्छा या ईर्ष्या-द्वेष कहीं आपको लक्ष्य से दूर तो नहीं ले जा रहे हैं। महान लक्ष्य को पाने की दृढ़प्रतिज्ञा अनेक बातों को पार कराने वाली है। तो आप दृढ़ता पूर्वक विचार कर लें कि क्या आप सचमुच अपने मन को शान्त करना चाहते हैं क्या सचमुच आप महान योगी बनना चाहते हैं? यदि हाँ, तो त्याग वृत्ति अपना लें, अन्तर्मुखी हो जाएं, वैराग्य धारण करके सहनशील, संतुष्ट, शान्त, धैर्यवान व सरलचित्त बन जाएं। ये धारणाएं चित्त को शान्त करने में मदद करेंगी।

मन को भटकाने वाली एक-एक बात के समाधान के लिए ज्ञान के प्वाइन्ट्स का प्रयोग करें। एक-एक बात पर ध्यान दें। हम कुछ बातें उदाहरणार्थ यहाँ प्रस्तुत कर रहे हैं।

कर्मन्द्रियों के रस, जन्म-जन्म की आसक्तियाँ मन को अपनी ओर खींचती हैं तो याद करो... 'मैं आत्मा कर्मन्द्रियों का राजा हूँ। मैं राजा इन कर्मन्द्रियों के अधीन नहीं हो सकता। मुझे इन पर जीत पानी है। इन रसों का पान करके भी मुझे संतुष्टि नहीं मिलेगी। इन रसों में रहने से मैं ईश्वरीय रस से वंचित रह जाऊँगा।

दूसरों को मान मिलता देखकर, स्थूल में आगे बढ़ा

शांति की शक्ति से होगा विश्व का कल्याण

देखकर मन विचलित होता है तो साथ...मनुष्य तो आज मान देगे कल ले लेंगे मुझे तो स्वयं भगवान ने मान दिया है। ये अल्पकालीन मान मुझे तृप्त नहीं कर सकेगा। मैं तो स्वमान में रहकर सच्चे मान का अधिकारी बनूँगा। और आगे तो वही हैं जो योग में आगे हैं जो स्थिति में आगे हैं। सांसारिक इच्छाओं के पीछे मन भटकता है तो विचार करें कि क्या इन वैभवों व वस्तुओं को पाकर मुझे अन्य इच्छा उत्पन्न नहीं होगी? क्या सारा संसार इसी चक्रव्यूह में नहीं भटक रहा है। सच्चा सुख तो इच्छाओं के त्याग में है। मुझे तो सर्व ईश्वरीय खजाने प्राप्त करने हैं, इच्छाओं के पीछे भागकर अलौकिकता को नष्ट नहीं करना है। अनुमान, परदर्शन, परचिन्तन, पास्ट का चिन्तन, भविष्य की चिन्ता आदि को विश्व ड्रामा के सूक्ष्म ज्ञान से समाप्त कर देना है। जो बीत गया वो पांच हजार वर्ष से पहले रिपीट नहीं होगा, फिर मैं उसका चिन्तन क्यों करूँ। मेरा व बच्चों का भविष्य निश्चित है अतः मैं चिन्ता की अग्नि में क्यों जलूँ। सबका अपना-अपना पार्ट है मैं परचिन्तन द्वारा पतन का मार्ग क्यों अपनाऊँ। याद करें जो कुछ हो रहा है वही सत्य है।

मैं निमित्त हूँ। भगवान मेरा साथी व रक्षक है, मैं स्वयं भी मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। मुझे मान-अपमान, निन्दा-स्तुति, हार-जीत में समान रहना है। निराश नहीं होना है -इस तरह के विचारों से मन को शान्त करें।

आप निराश न हों। ध्यान दें जो पुरुषार्थ आपसे नहीं हो रहा है उसे छोड़ दें। जो आप सहज कर सकते हैं वो करें। जो नहीं हो सकता उसके बारे में सोच-सोचकर परेशान न

-शेष पेज 11 पर



नागपुर। दसवीं एवं बारहवीं कक्षा के मेरिट में पास छात्र-छात्राओं का सम्मान करने के पश्चात ब्र.कु.पुष्पारानी समूह चित्र में।



गया (नूर कम्पाउण्ड)। महाबोधी सोसायटी ऑफ इंडिया के महासचिव डॉ.डी. रेवत थरो चीवर ओढ़ाकार ब्र.कु.शीला का सम्मान करते हुए।



झालावाड़ (राज.)। पत्रकारों के साथ आध्यात्मिक परिचर्चा के पश्चात समूह चित्र में ब्र.कु.रामनाथ तथा ब्र.कु.मीना।



दुर्ग (छ.ग.)। स्वस्थ आहार सुंदर विचार, कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए फल उत्पादन संघ के अध्यक्ष नरोत्तम भाई टांक, ब्र.कु.रीटा एवं ब्र.कु.रुपाली।



आष्टा (सांगली)। मराठी टीवी सीरियल की अभिनेत्री नेहा गद्रे और शर्मिष्ठा राऊत को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.स्वाति, विशाल शिंदे तथा अन्य।

मानसिक उपचार की तकनीक

एकाग्रता का रहस्य अवचेतन मन को इच्छित परिणाम से सराबोर करना है। ऐसा करने का एक बहुत आसान तरीका चेतन से अवचेतन मन तक विचार पहुंचाने की तकनीक है। इसमें मूलतः अवचेतन मन को प्रेरित किया जाता है। ताकि यह चेतन मन के आग्रह को उसी रूप में ग्रहण कर ले। यह तकनीक सपने जैसी स्थिति में सबसे अच्छी तरह काम करती है।

जान लें कि आपके इस ज्यादा गहरे अवचेतन मन में असीमित बुद्धिमत्ता और असीम शक्ति है। बस शांति से अपनी मनोकामना के बारे में सोचें इसके साकार होने की तस्वीर इसी पल से देखना शुरू कर दें। उस छोटी बच्ची की तरह बनें, जिसे बहुत बुरी खांसी थी और गला खराब था। उसने दृढ़ता से बार-बार घोषणा की, “खांसी अब जा रही है। यह अब जा रही है” चमत्कार यह हुआ कि खांसी एक घंटे में सचमुच गायब हो गई। इस तकनीक का इस्तेमाल पूरी ईमानदारी और सहजता से करें।

अगर हम अपने और परिवार के लिए नया घर बनवा रहे हैं, तो आप उसके ब्लूप्रिंट में गहरी रुचि रखें। आप यह सुनिश्चित करना चाहेंगे कि भवन निर्माण आपके ब्लूप्रिंट का अक्षरक्षः पालन करें। हम उसके द्वारा लगाई जाने वाली निर्माण सामग्री पर भी नजर रखेंगे। हम जानते हैं कि हमारे भावी मकान का जीवन इस सामग्री की गुणवत्ता पर निर्भर करता है, इसलिए हम सर्वश्रेष्ठ सीमेंट, बिजली के तार, छत की सामग्री आदि चुनेंगे। क्या इसमें समझदारी नहीं होगी कि आप इतना ही ध्यान अपने मानसिक घर का रखें? क्या इसमें समझदारी नहीं होगी कि हम इतनी ही चिंता, खुशी और समृद्धि के अपने मानसिक ब्लूप्रिंट की करें?

हमारे सभी अनुभव और जीवन में दाखिल होने वाली हर चीज उन मानसिक ईंटों की प्रकृति पर निर्भर करती है, जिनका प्रयोग हम अपने मानसिक घर को बनाने में करते हैं। अगर हमारे मानसिक ब्लूप्रिंट डर, चिंता, तनाव या कमी से बना हो, अगर हम निराश, शंकालु और दोषदर्शी हों, तो हमारी इस मानसिक सामग्री के कारण हमारे जीवन में अधिक थकान, शंका, तनाव, चिंता और सभी तरह की सीमाएं प्रकट हो जाएंगी। जीवन में सबसे मूलभूत और दूरगामी चीज यह है जो आप हर घंटे अपनी मानसिक स्थिति में बनाते हैं। हमारे शब्द खामोश और अदृश्य लेकिन वास्तविक होते हैं।

हम हर समय अपना मानसिक घर बना रहे हैं और हमारे विचार तथा मानसिक तस्वीर हमारे ब्लूप्रिंट को दर्शाती है। हर घंटे, हर पल आप बेहतरीन सोचते या रखते हैं, उन उन विश्वासों से जिन्हें हम स्वीकार करते हैं और उन दृश्यों से जिनकी आप अपने मस्तिष्क के छिपे हुए स्टूडियो में रिवर्सल

करते हैं। जिस राजसी महल के निर्माण में हम लगातार जुटे रहते हैं, वह हमारा व्यक्तित्व है, इस धरती पर हमारी पहचान है, इस दुनिया में हमारी जीवन की पूरी कहानी है।

एक नया ब्लूप्रिंट बनाएं, वर्तमान पल में शांति, खुशी और सद्भावना के एहसास द्वारा इसे खामोशी से बनाएं। इन चीजों का दावा करने पर आपका अवचेतन हमारे ब्लूप्रिंट को स्वीकार कर लेगा और इन सभी चीजों को उत्पन्न कर देगा। उनके फलों से हम उन्हें पहचान जाएंगे।

विज्ञान का अर्थ संयोजित, व्यवस्थित और क्रमबद्ध ज्ञान है। मेडिटेशन व एकाग्रता का या प्रार्थना के बारे में सोचें। यह ज्ञान जीवन के बुनियादी सिद्धांतों के बारे में है। इसमें उन तकनीकों और प्रक्रियाओं का वर्णन है जो हमारे या अन्य किसी व्यक्ति के जीवन में प्रदर्शित की जा सकती है, जो पूरे विश्वास से उन्हें लागू करता है। हमारी तकनीक या प्रक्रिया और इसके पीछे का विज्ञान हमारी मानसिक तस्वीर या विचार पर आपके रचनात्मक मन की निश्चित प्रतिक्रिया है। किसी ने लिखा है -“माँगो और तुम्हें मिल जायेगा, खोजो और तुम पा लगे, खटखटाओ और तुम्हारे लिए दरवाजा खुल जायेगा।”

यह बेहतरीन पंक्ति हमें क्या बताती है? इसका स्पष्ट अर्थ है कि हम जो चीज मांगेंगे, वह हमें मिल जाएगी। और आप जिसे खोज रहे हैं, उसे पा लेंगे। इस सबक में मानसिक और आध्यात्मिक नियमों की अनिश्चितता निहित है। हमारे चेतन चिन्तन पर हमारे अवचेतन मन की असीमित बुद्धिमत्ता हमेशा सीधी प्रतिक्रिया करती है। अगर आप रोटी मांगेंगे तो आपको पत्थर नहीं मिलेगा।

आपको पूरे विश्वास से मांगना होगा तभी आपको मिलेगा। आपका मन विचार से वस्तु की ओर चलता है। जब तक मन में तस्वीर नहीं होगी तब तक मन नहीं चल सकता, क्योंकि आगे बढ़ने के लिए कुछ नहीं होगा। आपकी प्रार्थना या एकाग्रता मानसिक कर्म है, को पहले हमारी मानसिक तस्वीर को बनाना होगा। तभी हमारे अवचेतन की शक्ति इस पर काम कर सकती है। और इसे साकार कर सकती है। हमारे अपने मस्तिष्क में स्वीकृति के बिन्दु पर पहुंचना होगा। अविवादित और पूर्ण स्वीकृति।

इसके अलावा, हमारी मनोकामना की पूर्ति को पहले से देखने की खुशी तथा सुख

“माँगो और तुम्हें मिल जायेगा, खोजो और तुम पा लगे, खटखटाओ और तुम्हारे लिए दरवाजा खुल जायेगा।”

की भावना होनी चाहिए। सच्ची भावना की कला और विज्ञान का दमदार आधार हमारा यह ज्ञान तथा पूर्ण विश्वास है कि हमारे चेतन मन की गतिविधि पर हमारा अवचेतन मन निश्चित प्रतिक्रिया करेगा, जिसमें असीमित ज्ञान और असीम शक्ति है। तरीके से हमारी अपनी प्रार्थनाओं का जवाब मिल जाएगा।

तस्वीर की तकनीक -किसी विचार के सूत्रीकरण का सबसे सरल और स्पष्ट तरीका है इसकी तस्वीर देखना। अपने मन की आँख से इसे इतनी ही स्पष्टता से देखना, जैसे यह साकार हो। हम आँख से सिर्फ वही देख सकते हैं जो बाहरी जगत में पहले से मौजूद है। इसी तरह, आप मन की आँख से जो तस्वीर देख सकते हैं, वह पहले ही आपके मन के अदृश्य क्षेत्रों में मौजूद होती है। जो भी तस्वीर हमारे मन में है, वह चाही गई अदृश्य चीजों का प्रमाण है। हम अपनी कल्पना में जो गढ़ते हैं, वह आपके शरीर के किसी अंग जितना ही वास्तविक होता है। विचार वास्तविक होते हैं और वे एक दिन हमारी यथार्थवादी दुनिया में अवश्य प्रकट होंगे, शर्त सिर्फ इतनी है कि हमें अपनी मानसिक तस्वीर के प्रति निष्ठावान रहना होगा।

चिन्तन की यह प्रक्रिया हमारे दिमाग पर छाप छोड़ देती है। यह छाप बाद में हमारे जीवन में तथ्य और अनुभव के रूप में सामने आती है। आर्किटेक्ट जिस तरह की इमारत बनाना चाहते हैं, पहले उसकी तस्वीर देखते हैं। वे उसे इस तरह देखते हैं, जिस तरह वे उसे पूरा देखना चाहते हैं। उनकी कल्पना और विचार प्रक्रिया एक प्लास्टिक का सांचा बना जाता है। जिससे इमारत उभरेगी। यह सुंदर या खूबसूरत हो सकती है, गगनचुंबी या एक मंजिला मकान हो सकता है, लेकिन यह सब तस्वीर की कल्पना से सुख होता है। आर्किटेक्ट की मानसिक तस्वीर कागज पर आकार लेती है। अंततः कांट्रेक्टर और भवन निर्माता आवश्यक सामग्री इकट्ठी करते हैं और इमारत बनने लगती है। पूरी होने पर यह आर्किटेक्ट के मानसिक ढांचे के अनुरूप होती है।

मानसिक फिल्म बन जाए -जैसा पुरानी कहावत दावा करती है, “एक तस्वीर हजार शब्दों के बराबर है।” इस तथ्य पर जोर दिया जाना चाहिए कि अवचेतन मन किसी भी तस्वीर को साकार कर देगा, बशर्ते उसके पीछे आस्था हो, इस तरह काम करो जैसे मैं हूँ और मैं सचमुच मौजूद रहूंगा।

इस तरह हमें हमारी मानसिक ऊर्जा को सुनियोजित क्रमबद्ध व आस्था पूर्वक एक सूत्रीकरण पर केन्द्रित करने पर मन इच्छित कल का हकदार बनाता है।

जैसे संकल्प होंगे वैसा वायुमण्डल निर्मित होगा

प्रश्न :- आपने समझाया कि किसी ने हमें डांटा तो हम स्वयं को आहत न होने दें और खुद को शांत रख सकें। लेकिन हमारे सामने सबसे बड़ी समस्या यह है कि हमें यह बुरा लगता है कि लोग हमारे लिए क्या सोचेंगे?

ब्रह्माकुमारी शिवानी :- वास्तव में सबसे पहले क्या होना चाहिए कि मैं क्या सोचूंगी..., लोग क्या सोचेंगे.....यह बाद की चीज है। आज हम बहुत सारी चीजें इसलिए करते हैं कि लोग क्या सोचेंगे....। कई बार दो लोगों के विचारों में इतना अंतर हो जाता है कि कहेंगे गुस्सा तो करना ही है, चुप रहेंगे तो लोग क्या सोचेंगे! लोग तो यही सोचेंगे कि ये तो बिल्कुल... इसके अंदर तो कोई ताकत ही नहीं है। लोग क्या सोचेंगे यह महत्वपूर्ण नहीं है, उस समय मैं किस स्थिति से गुजरता हूँ, वो मेरी सोच पर निर्भर करता है। इफ आई ऐम फीलिंग लो टूडे, आप मेरे बारे में कितना भी अच्छा सोचो, तो क्या आप मेरे बारे में अच्छा सोच सकते हैं? नहीं। हमें स्वयं के ऊपर कार्य करने की आवश्यकता है। हमारे बहुत सारे व्यवहार इस बात पर निर्भर है कि लोग क्या सोचेंगे...? लोग क्या सोचेंगे वो मैं नहीं जानती लेकिन मैं जो अपने बारे में सोचूंगी वही लोग मेरे बारे में भी सोचेंगे। क्योंकि आप जो सोचेंगे, आप जो एनर्जी क्रियेट करेंगे, वही एनर्जी वातावरण में जायेगी और वो एनर्जी दूसरे की सोच को क्रियेट करेगी। अब आप मेरे बारे में अच्छा सोचें या न सोचे लेकिन पहले तो मैं अपने बारे में अच्छा सोचूँ। यह मेरे आत्म गौरव को नहीं बना सकता है लेकिन मेरे लिए इसलिए ज्यादा महत्वपूर्ण है कि



लोग क्या सोचेंगे...! क्योंकि मेरी खुशी आज लोगों की सोच पर निर्भर हो गयी है। अगर आप मेरे बारे में अच्छा सोचोगे तो मैं आपसे अच्छे तरीके से बात करूंगी तो मुझे खुशी होगी। इस सम्बंध में मैंने ज्यादा ये सोचा कि लोग क्या सोचेंगे?

जब मुझे ये समझ में आया कि मैं क्या सोचूंगी... उस पर मेरी खुशी निर्भर है, तो सारा फोकस किस पर चला जायेगा? मैं क्या सोच रही हूँ। बॉस ने मुझे डांटा इसलिए कि कोई गलती हो गई थी। अब मेरी थॉट्स कैसी वाली चलनी शुरू हो जाती है कि कितनी भी मेहनत करो, ये तो डांट देते हैं, मैं आगे से कुछ नया नहीं करने वाला हूँ, क्योंकि नया भी करो तो भी यहां से तो कोई प्रोत्साहन मिलता ही नहीं है, इन्होंने फिर भी डांटना ही है। अब मैं क्या सोचती हूँ कि मैं इतनी मेहनत क्यों करूँ बिना बात के, इतनी मेहनत भी करूँ, लोगों के सामने मेरा कुछ सम्मान भी न हो। यह हमारे थॉट की क्वालिटी है अब हम गये अपने टेबल पर और कम करने बैठ गये, तो कैसी फीलिंग होगी? चाहे कुछ भी करो यहां तो ऐसा ही होता है। फिर हम काम करने बैठ गये तो काम कैसा होगा, वो एनर्जी कैसी होगी, अब मैं यही सोचूंगी कि जरूर गलती निकलेगी पहले नहीं भी थी तो अब निकल जायेगी। जब आप इतनी हीन भावना के साथ काम करेंगे तो उस काम पर तो उसका प्रभाव पड़ने ही वाला है। अब कम क्षमता से मैंने काम किया तो पहले वाले काम में गलती भी नहीं भी होगी, तो इस वाले काम में गलती जरूर निकल आयेगी। अब मैं हर्ट फील हुई हूँ, अब मैं वो काम लेकर के फिर से बॉस के पास जाती हूँ। जब मैं अंदर से दुःखी हूँ तो क्या मैं उस समय बॉस को पसंद करूंगी - नहीं। मैं बॉस से घृणा करूंगी, जैसे ही मैं बॉस के सामने गई, तो मेरे वायब्रेशन्स कैसे गये, मैं आपको पसंद नहीं करती हूँ, ये निगेटीव एनर्जी मैंने भेजी तो बास से पाजिटीव व्यवहार की अपेक्षा करना गलत है क्योंकि आपसे उन्हें नकारात्मक वायब्रेशन्स मिल रहे हैं। यही बात उन्हें डांटने के लिए भी प्रेरित करती है। (क्रमशः)

फिर से धरा पर आएं सोलह कला सम्पन्न श्रीकृष्ण

यह एक सत्य तथ्य है कि अन्य जिन व्यक्तियों की जयन्तियां मनाई जाती हैं, वे सोलह कला सम्पूर्ण नहीं थे। केवल श्रीकृष्ण ही सोलह कला सम्पूर्ण देव हुए हैं। श्री कृष्ण में शारीरिक आरोग्यता और सुन्दरता की, आत्मिक बल और पवित्रता की तथा दिव्य गुणों की अत्यंत पराकाष्ठा थी। मनुष्य चोले में जो सर्वोत्तम जन्म हो सकता है, वह उनका था। अन्य कोई भी व्यक्ति शारीरिक या आत्मिक दोनों दृष्टिकोणों से इतना सुंदर, आकर्षक, प्रभावशाली और प्रभुत्वशाली नहीं हुआ। सतयुग से लेकर कलियुग के अन्त पर्यन्त अन्य कोई भी इतना महान न हुआ है, न हो सकता है। श्री कृष्ण का व्यक्तित्व इतना महान और आकर्षक था कि यदि आज भी वह इस पृथ्वी पर कुछ देर के लिए प्रगट हो जाये तो क्या हिन्दु, क्या मुसलमान, क्या ईसाई, क्या यहूदी, सभी उनके सामने नत-मस्तक हो जायेंगे और मुग्ध होकर उनकी छवि निहारते खड़े रहेंगे। हर वर्ष भारत में जन्माष्टमी के दिन श्री कृष्ण का जन्मोत्सव बड़ी धूमधाम से मनाया जाता है। हर एक माता अपने बच्चे को नयनों का तारा और दिल का दुलारा समझती है, परन्तु फिर भी वह श्रीकृष्ण जी के बचपन के रूप को देखने की चेष्टा करती है। भक्त लोग भी श्रीकृष्ण जी को सुंदर, मनमोहन, चित्तचोर इत्यादि नामों से पुकारते हैं। वास्तव में श्री कृष्ण का सौन्दर्य चित्त को चुरा ही लेता है। जन्माष्टमी के दिन जिस बच्चे को मोर-मुकुट पहना कर, मुरली हाथ में देते हैं, लोगो का मन उस समय उस बच्चे के नाम, रूप, देश व काल को भूल कर कुछ क्षणों के लिए श्री कृष्ण की ओर आकर्षित हो जाता है। सुंदरता तो आज भी बहुत लोगों में पाई जाती है परन्तु श्री कृष्ण सर्वांग-सुंदर थे, सर्व गुण संपन्न, सोलह कला सम्पूर्ण थे। ऐसे अनुपम सौंदर्य तथा गुणों के कारण ही श्री कृष्ण की पत्थर की मूर्ति भी चित्तचोर बन जाती है।

इस कलियुगी सृष्टि में एक भी ऐसा व्यक्ति नहीं होगा जिसकी वृत्ति, दृष्टि कलुषित न बनी हो, जिसके मन पर क्रोध का भूत सवार न हुआ हो अथवा जिसके चित्त पर मोह, अहंकार का धब्बा न लगा हो। परन्तु श्री कृष्ण जी ही ऐसे थे जिनकी दृष्टि, वृत्ति कलुषित नहीं हुई, जिनके मन पर कभी क्रोध का प्रहार नहीं हुआ, कभी लोभ का दाग नहीं लगा, वे नष्टोमोहा, निरहंकारी तथा मर्यादा पुरुषोत्तम थे। उनको संपूर्ण निर्विकारी कहने से ही सिद्ध है कि उनमें किसी प्रकार का रिंचक मात्र भी विकार नहीं था। जिस तन की मूर्ति सजा कर मंदिर में रखी जाती है, उसका मन भी तो मंदिर के समान ही था। श्री कृष्ण के चित्र

को देखते ही नयन शीतल हो जाते हैं, जिसकी मूर्ति के चरणों पर जल डाल कर लोग चरणामृत पीते हैं और इससे ही अपने को धन्य मानते हैं, यदि वे वास्तविक साकार रूप में आ जाएं तो कितना सुखमय, आनंदमय सुहावना समय हो जाए।

श्री कृष्ण इतने महान् कैसे बने ?

अब प्रश्न उठता है कि -जबकि श्री कृष्ण जन्म ही से महान् थे तो अवश्य ही उन्होने पूर्व जन्म में कोई महान् पुरुषार्थ किया होगा। लोगों में एक छन्द भी प्रसिद्ध है जिसका अर्थ यह है कि - 'हे राधे, तुमने कौन-सा ऐसा पुरुषार्थ किया था कि जिससे वैकुण्ठ नाथ श्री कृष्ण तुम्हारे अधीन हो गये ? तो जो बात राधे के बारे में 'प्रष्टव्य, है वही श्रीकृष्ण के बारे में पूछी जा सकती है कि 'वह कौन सा सर्वश्रेष्ठ पुरुषार्थ था कि उन्होने उस सर्वश्रेष्ठ देव पद को तथा राज्य-भाग्य को प्राप्त किया ?

श्रीमद्भगद्गीता में लिखा है कि कृष्ण योगीराज थे, वह योगाभ्यास किया करते थे। परन्तु सोचने की बात है कि योगाभ्यास या अन्य कोई पुरुषार्थ तो किसी अप्राप्त सिद्धि की प्राप्ति ही के लिए किया जाता है, परन्तु श्री कृष्ण तो पूर्णतः तृप्त थे क्योंकि उन्हें धर्म, धन और जीवनमुक्ति सभी श्रेष्ठ फल प्राप्त थे, सोलह कला सम्पूर्ण देव पद से भला और क्या उच्च प्राप्ति हो सकती थी कि जिसके लिए श्री कृष्ण योगाभ्यास करते ? श्री कृष्ण के जीवन में तो किसी दिव्य गुण की, आत्मिक पवित्रता या शक्ति की या श्रेष्ठ भाग्य के अन्तर्गत गिनी जाने वाली अन्य किसी वस्तु, भोग्य, आयुष्य आदि की कमी नहीं थी कि जिसकी प्राप्ति के लिए वह योगाभ्यास करते। अतएव विवेक द्वारा तथा ईश्वरीय महावाक्यों द्वारा स्पष्ट है कि वास्तव में श्री कृष्ण ने अपने पूर्व जन्म में अर्थात् श्री कृष्ण पद प्राप्त होने से पहले वाले जन्म में योगाभ्यास किया था।

उक्ति प्रसिद्ध है कि ईश्वरीय ज्ञान द्वारा 'नर को नारायण और नारी को श्री लक्ष्मी पद की प्राप्ति होती है।' तो स्पष्ट है कि श्री कृष्ण अपने श्री नारायण पद की प्राप्ति से पहले वाले जन्म में साधारण नर रहे होंगे और उसी जीवन में उन्होने गीता-ज्ञान की धारणा की होगी। गीता में यह ईश्वरीय वाक्य है कि 'हे वत्स' इस

ज्ञान और योग द्वारा तू स्वर्ग में राजा बनेगा, और कि तू इस योग द्वारा श्रीमानों के घर में जन्म लेगा। इससे सिद्ध है कि श्री की देवोचित उपाधि का अधिकारी बनने से पूर्व तथा वैकुण्ठ का देवराज पद प्राप्त करने से पूर्व के जन्म में ही श्री कृष्ण ने गीता-ज्ञान और योगाभ्यास रूपी पुरुषार्थ किया होगा। लोग यह वाक्य भी प्रायः प्रयुक्त किया करते हैं कि 'न जाने नारायण किस साधारण रूप में आ जायें ?' इससे भी संकेत मिलता है कि श्री नारायण पहले साधारण रूप में आये होंगे और तब उन्होने श्री नारायण पद दिलाने वाला पुरुषार्थ किया होगा।

अतएव आज लोग जन्माष्टमी का उत्सव मनाते हैं तो उन्हें इस ओर भी ध्यान देना चाहिए कि श्री कृष्ण ने गीता-ज्ञान तथा सहज राजयोग के अभ्यास द्वारा ही वह श्रेष्ठ पद प्राप्त किया था। परन्तु आज होता क्या है कि लोग श्री कृष्ण का गायन-पूजन तो करते हैं और उनकी महिमा तथा महानता का बखान भी करते हैं परन्तु जिस सर्वोत्तम पुरुषार्थ द्वारा उन्होंने इस महानता की प्राप्ति की थी और पदमो-तुल्य जीवन बनाया था, उस पुरुषार्थ पर अथवा ज्ञान-योग रूपी साधन पर वे ध्यान नहीं देते। वे यह नहीं सोचते कि श्री कृष्ण हमारे मान्य पूर्वज थे, अतएव हमारा कर्त्तव्य है कि हम उनके उच्च जीवन से प्रेरणा लेकर अपना जीवन भी वैसा उच्च बनाने का यथार्थ पुरुषार्थ करें।

श्री कृष्ण की झाँकियाँ तैयार करते हैं, परन्तु अपने जीवन में नहीं झाँकते

जन्माष्टमी के दिन श्री कृष्ण के भक्त, उसकी झाँकियाँ तैयार करते और रथ पर उन झाँकियों को नगर में घुमाते हैं। परन्तु वे यह नहीं सोचते कि श्री कृष्ण का जीवन झाँकियों के योग्य बना किस आधार पर ? वे श्री कृष्ण की झाँकी देखकर फिर अपने जीवन में नहीं झाँकते, यह नहीं देखते कि हमारे जीवन में अभी तक कितनी महानता आई है ? वे श्री कृष्ण को सुन्दर कहते हैं परन्तु यह नहीं देखते कि हमारी आत्मा कितनी सुन्दर हुई है ? वे श्री कृष्ण को सोलह कला सम्पूर्ण मानते हैं, परन्तु इस बात का चिन्तन नहीं करते कि हमारा अपना जीवन चढ़ती कला की ओर जा रहा है या उतरती कला की ओर ? कृष्ण के नाम के साथ तो वे श्री की उपाधि का प्रयोग करते हैं परन्तु हमारे अपने



जीवन में कहाँ तक श्रेष्ठता आ पायी है -इसका विचार वे नहीं करते। श्री कृष्ण की झाँकियाँ तो लोग हर वर्ष निकालते हैं और कितने जन्मों से निकालते आये हैं परन्तु आज आवश्यकता इस बात की है कि हम अपने दामन की ओर झाँक कर देखें कि उसमें कितने दाग हैं और फिर हम ईश्वरीय ज्ञान और योग द्वारा अपने जीवन को भी 'झाँकियों के योग्य, अर्थात् सुन्दर बनायें।

आप गीता तो पढ़ते हैं, क्या आपके मोह नष्ट हुए ?

कोई कह सकता है कि -बहिन जी, हम प्रतिदिन गीता तो पढ़ते ही हैं और भगवान की याद में बैठने का यत्न भी करते हैं। हाँ, गीता के अद्वारह अध्याय तो आपने न जाने कितनी बार पढ़लिये होंगे परन्तु प्रश्न यह है कि क्या आपको पढ़ने के बाद आप नष्टोमोहा और स्मृतिलब्धा भी हुए ? आपके अपने जीवन को बदलने का पहला अध्याय भी विधिपूर्वक शुरू हुआ ? आपने भगवान के स्वरूप को समझा और उसकी मनमनाभव, रूप आज्ञा पर आपने चलना आरंभ किया ? आप श्री कृष्ण को तो 'मोहन-मोहन, कह कर पुकारते हैं परन्तु श्री कृष्ण तो मोह न होने के कारण ही मोहन (मोह-न) थे, तब क्या आप भी मोह-न बन रहे हैं ? अथवा श्री कृष्ण तो दिव्य गुणों के कारण मोहिनी मूर्त थे, तब क्या आप भी दिव्य गुण धारण कर रहे हैं ?

अपने हृदय को टटोलिये

अतः जन्माष्टमी के शुभ दिन पर अपने अन्तःकरण में झाँककर देखने की आवश्यकता है। श्री कृष्ण को मनमोहन कह छोड़ने से लक्ष्य की सिद्धि नहीं होगी, बल्कि इस समय अपने हृदय को परखने की आवश्यकता है कि हमारे मन को वास्तव में श्याम ने मोह रखा है या काम ने ? अपने अंदर विकार हैं तो यह समझ लीजिए कि बाहर श्री कृष्ण, गोविंद आदि पद गाने से सद्गति नहीं होगी। यह तो - बगल में विकारों की छुरी और मुँह में राम राम वाला किस्सा हो जायेगा अथवा - दिल्ली शहर नमूना, अंदर मिट्टी बाहर चूना वाली उक्ति लागू होती प्रतीत होती है।

अतः यदि श्री कृष्ण से आपको सचमुच प्यार है और उसके वैकुण्ठ में आप जाना चाहते हैं तो पूर्ण पवित्र बनें क्योंकि विकारी और आसुरी स्वभाव वाली आत्माये वैकुण्ठ में नहीं जा सकती और उनका श्री कृष्ण के साथ कोई संबंध नहीं हो सकता। श्री कृष्ण तो सर्वगुण संपन्न, सोलह कला संपूर्ण और संपूर्ण अहिंसक थे, अतः देखना चाहिए कि अपने में कहाँ तक दैवी गुण धारण किए हैं और पवित्रता की कितनी कलायें अपनायी हैं। अपनी धारणा की ओर ध्यान दिए बिना तो दो युगों की भक्ति से भी कोई विशेष फल नहीं मिलता



बठिण्डा (पंजाब)। न्यू विजन आर्ट गैलरी का उद्घाटन करने के पश्चात दादी रतनमोहिनी अन्य भाई-बहनों के साथ समूह चित्र में।



अम्बावाड़ी (गुजरात)। बाल चरित्र निर्माण शिविर में बच्चों को नैतिक मूल्यों की शिक्षा देने के पश्चात समापन समारोह में ब्र.कु.शारदा तथा ब्र.कु.नीरु।



भैरहवा (नेपाल)। स्नेह मिलन कार्यक्रम में विकास अधिकारी तारा बहादुर कार्की, पत्रकार दिलीप भट्टराई, बालकृष्ण भट्टराई, डॉ.गोविंद वल्लभ, ब्र.कु.शान्ति तथा अन्य।



बिलासपुर। बाल व्यक्तित्व विकास शिविर के अवसर पर सी.एम.डी.कालेज के चेयरमेन संजय दुबे, ब्र.कु.गीता, पार्षद ए.रामाराव, ब्र.कु.छाया व ब्र.कु.छाबड़ा।



शिरूर। एल.जी. कम्पनी के मैनेजर को राजयोग मेडिटेशन ट्रेनिंग देने के पश्चात ब्र.कु.शीतल, ब्र.कु.अर्चना एवं ब्र.कु.सुलभा समूह चित्र में।

धर्मसत्ता और राज्य सत्ता अपनी शक्ति खोती जा रही हैं। धर्म स्वयं प्यासी नजरों से दानव बने मानव की ओर निहार रहा है। राज्य सत्ता नैतिक शक्ति का इंतजार कर रही है। दोनों को पुनर्जीवित करने के लिए अवतरण होता है -परमसत्ता का अर्थात् सर्वशक्तिवान का। वे धर्म को बल प्रदान कर स्वर्गिक राज्य की स्थापना करते हैं। वे अपनी शक्ति इस सृष्टि की महान आत्माओं को देते हैं और वह शक्ति पवित्रता की शक्ति बनकर धर्म का पुनर्उत्थान करती है। अब पुनः शिव अवतरण होगा एक अति पवित्र आत्मा के तन में और उनसे मिलने आएंगे, उनके ही प्राण प्यारे वत्स।

ये आत्मा व परमात्मा का मिलन होगा। आत्माओं को उनकी जन्म-जन्म की भक्ति का फल मिलेगा। इस प्रभु मिलन से अनेक साधकों की श्रेष्ठ साधनाओं को नई दिशा मिलेगी,

आओ पाएं परमात्मा मिलन का सुख

अनेकों की समस्याओं का समाधान होगा और अनेकों को जीवन के लिए नई प्रेरणाएं मिलेगी। अति भाग्यवान आत्माओं को ही इस मिलन का भाग्य मिलता है। जो मनुष्यात्माएं जन्म-जन्म से उस परमपिता को प्यार करती आई हैं, जिन्होंने अनेक जन्म सच्चे दिल से उसकी भक्ति की है और उनके दिव्य मिलन का इंतजार किया है, उनसे मिलने के लिए इस बार भी शिव बाबा व ब्रह्मा बाबा दोनों ही दस बार आएंगे।

ये मिलन अव्यक्त से व्यक्त बनी आत्माओं और निराकार परमात्मा का है। ये अव्यक्त मिलन है, निराकार मिलन है, ये दो विदेही सत्ताओं का मिलन है। जिन्होंने पहले इस सुखद मिलन का रसास्वादन किया है वे जानते हैं कि इस मिलन से चित्त परमशांति से भर जाता है, मन परम आनंद पाकर गहन शान्ति में उतर जाता है, मन की सभी उलझनें समाप्त हो जाती हैं और बुद्धि में दिव्य ज्ञान का प्रकाश भर जाता है। इस मिलन के लिए कम से कम एक वर्ष तक पवित्रता का पालन करते हुए

ज्ञान-योग के मार्ग पर चलना आवश्यक है। सब जानते हैं यदि हमें किसी बड़े आदमी से मिलना हो तो स्वयं को उस अनुरूप ही तैयार करना होता है। वस्त्र भी वैसे ही पहनने होते हैं व अन्य कुछ तैयारियां भी करनी होती हैं। यहाँ बात केवल मिलन की ही नहीं है, मिलन के द्वारा बहुत कुछ प्राप्त करने की है। ऐसा भी होता है कि कई आत्माएं बापदादा से मिलकर तो चली जाती हैं, पर कुछ ईश्वरीय अनुभूतियां नहीं कर पाती, जबकि अन्य कुछ मनुष्यात्माएं इस मिलन को सदा के लिए यादगार बना लेती हैं, उनका जीवन बदल जाता है, उनके विचार बदल जाते हैं और उन्हें मिल जाते हैं कुछ वरदान।

आप भी यदि इस बार प्रभु-मिलन के सुखद क्षणों के लिए आ रहे हैं तो याद रखें कि आपकी मानसिक व आध्यात्मिक स्थिति का स्तर जितना श्रेष्ठ होगा, उतना ही ये मिलन



रोमांचकारी होगा। चाहे आप उनके अलौकिक वायब्रेशन्स ग्रहण करना चाहें या उनकी वरदान देने वाली दृष्टि से कृतार्थ होना चाहें या उनके कमल मुख से निकले हुए महावाक्यों से अपनी बुद्धि को दिव्य बनाना चाहें, आपको अपना स्तर ऊँचा करना ही होगा।

अपना स्तर ऊँचा करने का तात्पर्य है - मन को ज्यादा समय योग-युक्त रखना, चित्त को निर्मल कर देना, अपने विचारों को सरल व महान बना देना तथा अपनी पवित्रता का स्तर आगे बढ़ाना। जब हमारा चित्त सर्व के लिए स्नेह व शुभ-भावनाओं से भर जाता है, जब हम क्षमाभाव व धैर्य से स्वयं को श्रंगार कर लेते हैं, जब पवित्रता का तेज हमारे ललाट को शोभायमान करने लगता है तब प्रभु-मिलन का अनुभव अत्यंत निराला होता है।

बुद्धि को स्थिर करना - ये हमारी मुख्य साधना है। बुद्धि लम्बे काल तक आत्मिक स्वरूप व परमात्म-स्वरूप पर स्थिर रहे -इसके लिए कई धारणाओं की व लम्बी तपस्या की

आवश्यकता है। तपस्या अर्थात् दृढ़तापूर्वक बार-बार अभ्यास करना। इस पर भी सभी ध्यान दें। स्वयं को व्यर्थ व अनावश्यक बातों से व संकल्पों से मुक्त रखें तो इस अव्यक्त मिलन का आनंद जनम-जनम के लिए स्थाई हो जायेगा। प्रभु मिलन के लिए स्व-स्थिति श्रेष्ठ बने इसके लिए सर्वप्रथम अपने मन में दृढ़ संकल्प करें कि कुछ विशेष करना है। कम से कम पन्द्रह दिन का एक कार्यक्रम बनाएं। हो सके तो थोड़ा-थोड़ा मौन रख लें। सारे दिन में अपने कार्यों की व्यस्तता को देखते हुए आठ घण्टा प्रतिदिन मौन में व्यतीत करें। मौन रखने से वाचा की शक्ति बचती है और मन को ऊँचे चिन्तन का अवसर मिलता है। जिनके लिए संभव हो प्रतिदिन कम से कम आधा घण्टा एकांत में रहकर श्रेष्ठ चिन्तन करें। तथा पन्द्रह दिन तक एक घण्टा सुबह व एक घण्टा शाम को राजयोग का अभ्यास अवश्य करें।

कर्मयोग के लिए भी मैं कुछ सुझाव प्रस्तुत कर रहा हूँरोज के लिए एक स्वमान ले लें और उसका अभ्यास दो बार प्रति घण्टा करें। आप पांच स्वमान लें फिर उन्हें रिपीट करें। ऐसा करने से एकाग्रता भी बढ़ेगी व समस्याएं भी घटेंगी।

वे पांच स्वमान हैं -मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं कल्प-कल्प की विजयी आत्मा हूँ, मैं मा.सर्वशक्तिवान आत्मा हूँ, मैं विश्वकल्याणकारी आत्मा हूँ, मैं परम पवित्र आत्मा हूँ।

रोज अमृतवेले शिव बाबा हमें अपनी किरणें देता है, हमें वरदान भी देता है, हमारी समस्याओं का समाधान भी देता है। बड़ी ही सुखद बेला है ये। ब्रह्ममुहूर्त में जागकर हम ईश्वरीय सुखों से स्वयं को सम्पन्न करें।

कम से कम एक मास तक आश्रम में जाकर योग-अभ्यास भी करें व ईश्वरीय महावाक्य भी सुनें। इससे दिनोदिन बुद्धि रिफाइन होती जाएगी और हम ईश्वरीय ज्ञान की गुह्यता को समझ सकेंगे।

तपस्या सिर्फ योग की नहीं होती है, ज्ञान की भी होती, दिव्यगुणों की भी होती है और सेवा की भी होती है। आज हम चर्चा करेंगे कि दिव्यगुणों की तपस्या क्या होती हैं और उसे कैसे करना हैं। सबसे पहले मन में संकल्प करें कि अभी इसी क्षण से लेकर हम तपस्या में हैं। जैसे योग-तपस्या में बैठते हैं तो लक्ष्य यही रहता है ना कि योग हमारा लगे, देहाभिमान की बातें न करें, तपस्या का पूरा लाभ लें। ऐसे ही विशेष रुप से हमारा यह पुरुषार्थ चले कि दिव्यगुणों की तपस्या हम करें। शक्तिशाली रुप से, एकाग्रता के साथ दिव्यगुणों को अपने जीवन में लायें क्योंकि दैवी सृष्टि स्थापन हो रही हैं। उस सृष्टि की विशेषता यही होगी कि सबमें दिव्य गुण होंगे। पहले-पहले यह दृढ़ संकल्प हो कि कुछ भी हो जाये हम दैवीगुणों की तपस्या से बाहर नहीं निकलेंगे। इसका मतलब क्या हैं? अपने आपसे प्रतिज्ञा करें कि हम यह तपस्या करके ही रहेंगे, कुछ भी हो। परीक्षायें आयेंगी, कठिनाइयाँ आयेंगी लेकिन इसको पूरा करेंगे। विघ्न आयेंगे लेकिन हम दिव्यगुणों की तपस्या को पूरा करेंगे। उसके लिए क्या करना है?

मन में ठान लो - कुछ दिव्यगुण ऐसे हैं जिनके बारे में हम ठान लें, मजबूती से यह ठान लें कि हमारा ध्यान इन पर रहे, इनसे हटे नहीं। फिर यह नहीं कहें कि सोचा तो ऐसा था लेकिन ऐसी-ऐसी बात हो गयी, हम कर बैठे। हमारी तपस्या बिगड़ गयी, ठण्डी हो गयी। ऐसा नहीं। करना ही है, इसमें सफलता प्राप्त करनी हैं। ऐसे-ऐसे करते रहेंगे तो जल्दी ही थोड़े-से पुरुषार्थ से हम मंजिल के नजदीक आते रहेंगे। वैसे तो दिव्यगुण बहुत हैं लेकिन कुछ गुण ऐसे हैं जिनको अगर हम सामने रखें और जिनका पालन करें तो दूसरे भी उनमें शामिल हो जाते हैं। इसलिए हम कम-से-कम, थोड़े दिव्य गुणों को चुन लें और उन दिव्यगुणों को बिल्कुल न छोड़े। कुछ भी हो जाये न छोड़े। कई दफा कोई आदमी हमसे जोर-जबर्दस्ती करता है तो हम कहते हैं कि कुछ भी कर लो, जाओ, उल्टे-सीधे लटक जाओ लेकिन हम यह करके ही रहेंगे, जो हमने सोचा है। ऐसा ही इस विषय में हम सोचकर चलें।

सबका भला सोचो - यह विशेष दैवीगुण है, मुझे सबका भला सोचना है। सबका भला। किसी से भी हमारा द्वेष नहीं, घृणा नहीं। सबका भला हो। आपसे कोई कैसा भी व्यवहार करे या पहले भी किसी ने कैसा व्यवहार किया हो, उसकी याद आ जाये या वो सामने आ जाये, उसका कोई पत्र आ जाये, कोई उसका जिक्र करे तो भी आपके मन में उस व्यक्ति के प्रति यह नहीं आये कि वो व्यक्ति ठीक नहीं, उसने मुझे बहुत परेशान किया, बहुत तंग किया। उसके बारे में भी

यही संकल्प करना है कि उसका भी भला हो। करे जो उसका भी भला, ना करे जो उसका भी भला। जिसको कहते हैं सर्व का भला। यह पूरी तरह से मन में रहे। धर्म की, अध्यात्म की मूल नींव तो यही है कि ‘सबका भला हो’। गीत भी है ना कि हमें मंत्र मिला है ‘सबका भला करो’। यह मंत्र हमें बाबा से मिला हैं कि सबका भला करो। इसको आप मंत्र समझ लो। लोग मंत्र को जाप करते हैं। हम जाप नहीं करते। ‘मंत्र’ का भी मतलब हैं। मंत्र से ‘मंत्री’ शब्द आया हैं। मंत्री किसको कहते हैं? सलाह देने वाले को। किसी सभा का कोई सेक्रेटरी (सचिव) हो, उसको भी मंत्री कहते हैं। वास्तव में होता है सिक््रेटरी अर्थात् प्रशासकीय बातों को गुप्त रखने वाला। आजकल उनके पास कोई बात गुप्त रहती नहीं है इसलिए सिक््रेटरी के बदले सेक्रेटरी कहने लगे। ‘मंत्र’ संस्कृत शब्द है, ‘त्रायते मनः येन’। जिससे मन का त्राण हो, जिससे मन की मुक्ति हो जाये-वो मंत्र है। लेकिन बाबा से हमें यह मंत्र मिला है, ‘‘सोचो भला, करो भला’’, सबका भला। करो भी भला और सोचो भी भला- इस बात की पूरी पक्की नींव तैयार कर लो।

सदा श्रेष्ठ विचार करो - दूसरा है, सदा श्रेष्ठ विचार करो अर्थात् पॉजिटिव थिंकिंग करो। बाबा ने कितनी बार कहा होगा कि बच्चे, पॉजिटीव थिंकिंग करो, पॉजिटीव थिंकिंग करो। हर परिस्थिति, दो प्रकार के विचार उत्पन्न करा सकती है- पॉजिटिव भी और निगेटीव भी। लेकिन उस परिस्थिति में अच्छा या बुरा सोचना आपके ऊपर निर्भर करता है। दैवी परिवार में भी ऐसी परिस्थिति आयेगी। जब मुझे ज्ञान में आये थोड़े दिन ही हुए थे, बाबा देहली में आये थे, तब मैं देहली कमला नगर में रहता था। बाबा ने वहाँ से कानपुर का प्रोग्राम बनाया कि सभी बहनों को कानपुर ले चलें। एक बहन को भी छोड़कर नहीं जायें, जो मुझे खाना भी बनाकर खिलाये। सब भाई-बहनों का, मुझ एक को छोड़कर, कानपुर जाने का प्रोग्राम बन गया। बाबा ने मुझे वहाँ छोड़ दिया। क्योंकि पीछे मुरलियों की कॉपी सबको भेजनी थी। उन दिनों में थोड़ी कॉपीज निकलती

थी। उस समय स्टेन्सील करके कॉपी करना पड़ता था। आजकल जो स्टेन्सील आता है वैसा नहीं, वह और ढंग का था। हाथ से लिखी जाती थी और उससे कॉपी निकाली जाती थी। टाइप नहीं होती थी। हाथ से लिखकर, उसकी कॉपी करके रोज-रोज भेजना होता था। उस समय मुझे कइयों ने कहा, जगदीश भाई, आप नहीं चल रहे हैं? क्यों जगदीश भाई, आपको छोड़कर जा रहे हैं बाबा? जगदीश भाई, ठहरो-ठहरो, हम बाबा से कहते हैं। कोई कहता, आपको क्यों छोड़ रहे हैं? मुरली का काम तो वहाँ भी कर लेंगे, हम भी आपको सहयोग दे देंगे। कोई कुछ कहता, कोई कुछ कहता। मेरे मन में कुछ नहीं था लेकिन जान-बूझकर वे मुझे छेड़ रहे थे। घाव पर नमक छिड़क रहे थे। कोई कहता, जगदीश भाई, रोटी भी खुद बनाओगे? सारा काम खुद करोगे?

अच्छा, तबीयत कुछ ऊँची-नीची हो जाये तो कोई देखने वाला भी नहीं है आपको। इस प्रकार, कोई कुछ, कोई कुछ कह रहे थे। सब लोग इस तरह से बातें करने लगे। क्योंकि कई दिनों का प्रोग्राम था। संभव था मेरे लिए नेगेटिव सोचना कि बाबा मुझे ही क्यों छोड़कर जा रहे हैं? क्या बाबा को मेरे से कम प्यार है? क्या मैं फालतू आदमी हूँ? क्या मेरी कोई जरूरत नहीं है जो मैं साथ में नहीं जा सकता? क्या एक किराये के पीछे मैं महंगा हूँ? इस प्रकार, आदमी पचास तरीके से सोच सकता है। लेकिन मैंने क्या सोचा? ‘‘बाबा मुझे जिम्मेवार समझते हैं कि यह काम जिम्मेदारी से करता है। यह बहुत महत्व का काम है, इस बच्चे पर मैं छोड़ जाऊँगा तो यह पूर्ण रुपेण करेगा। सब सेन्टरों पर मुरली जानी ही चाहिए। सब सेन्टरों को यह वक्त पर भेजेगा। ठीक तरह से भेजेगा और इसको मैं छोड़ जाऊँ तो यह बुरा नहीं मानेगा। इसके मन में यह नहीं आता रहेगा कि मुझे छोड़कर गये, मुझे

छोड़कर गये। और किसी को छोड़ जाऊँ तो उसको आयेगा। और किसी को छोड़ जाऊँगा तो आगे जाकर वो हमारे लिए समस्या उत्पन्न करेगा।’’ इसका एक और भाव यह भी हो सकता है कि बाबा का मेरे पर विश्वास है और मुझे बाबा पर विश्वास है। अगर कोई काम करने के लिए बाबा मुझे ही दे रहे हैं, और किसी को नहीं दे रहे हैं तो इसका मतलब यह है कि उन्हें मेरे पर पूरा विश्वास है इसीलिए तो दे रहे हैं। हमें बाबा पर पूर्ण विश्वास होना चाहिए कि जब हमने अपने को ही बाबा को दे दिया है तो वो जहाँ बिठाये, जो खिलाये, जो कराये मुझे मंजूर है। क्योंकि वो कल्याणकारी है, सर्वज्ञ है, सबकी जन्मपत्री जानते हैं। सब-कुछ मेरा उसके हवाले हैं। इस तरीके से भी सोचा जा सकता है। इस तरह पॉजिटिव भी सोचा जा सकता है। और निगेटिव भी सोचा जा सकता है कि मुझे ही क्यों छोड़कर गये।

अगर भगवान के बारे में बुरा (निगेटिव) सोचने लगेगा तो उसका वजन न भला करेगा? निगेटिव सोचते-सोचते आदमी भगवान के बारे में भी निगेटिव सोचने लग जाता है। यह आदत पड़ जाती है निगेटिव सोचने की, आगे जाकर

बड़ो के बारे में भी निगेटिव सोचने लगते हैं। फिर प्यारे, मीठे दैवी परिवार के बारे में निगेटिव सोचने लग जाते हैं। स्वार्थ सामने आ जाता है। अपना काम होना चाहिए, दूसरों को कुछ भी हो। परिस्थिति क्या है, उसके बारे में न सोच के, त्याग और सहयोग करने के बजाय, सहन करने के बजाय वो व्यक्ति अपने काम के बारे में सोचता रहता है और कहता रहता है कि यह प्राप्त हो जाये और वह प्राप्त हो जाये। निगेटिव सोचने के तरीके और मार्जिन बहुत हैं। ऐसे सोचने लगेंगे तो उसका अन्त नहीं है। यह है शीघ्र गिरावट का तरीका। सहज रीति से तुरन्त गिरने का साधन है - निगेटिव सोचना। इसलिए बाबा बार-बार कहते हैं कि बच्चे, निगेटिव मत सोचो, पॉजिटिव सोचो। यह संकल्प दृढ़कर लो कि किसी कि किसी भी आत्मा के बारे में मुझे निगेटिव नहीं सोचना चाहे उसने क्या भी किया हो, कैसा भी किया हो, वो कैसे भी हो। अपने स्वार्थ को लेकर, अपनी बात को लेकर, अपनी किसी समस्या

को लेकर निगेटिव नहीं सोचो। बाबा बैठा है, मैं उसकी छत्रछाया में हूँ, ड्रामा बड़ा मीठा है, भला हुआ पड़ा है। मूँझो नहीं, चेहरे पर उदासी न छाये रहे। हर हालत में खुश रहो। इतना ऊँचा बाप मिला है, उससे इतनी ऊँची प्रॉपर्टी, जायदाद मिली हैं, खुश रहो। ये सब छोटी-मोटी बातें जो जीवन में आती है, ये उसके सामने क्या हैं? कुछ भी नहीं हैं। एक तो सबका भला सोचो, दूसरा सदा श्रेष्ठ संकल्प करो अर्थात् पॉजिटिव सोचो।

हर हालत में सन्तुष्ट रहो - कैसी हालत में भी सन्तुष्ट रहो और स्वयं को भरपूर समझो। मुझे किसी चीज की कमी नहीं है। मैं ऐसे बाप की सन्तान हूँ जो भरपूर है और उन्होंने मुझे भी भरपूर कर दिया है। कई ऐसे व्यक्ति भी होते हैं कि उनके पास बहुत-कुछ होता है फिर भी बहुत लालची होते हैं। और-और वस्तु, धन, कनक चाहते हैं। जब वह खाना खाता है और साथ में दूसरा भी कोई खाना खा रहा हो तो उसकी थाली में देखेगा कि यह क्या खा रहा है। अरे भाई, तुम्हें जो मिला है उसको खाओ न? दूसरों की थाली क्यों देखते हो? तुम जो खा रहे हो, बाकी सब भी वही खा रहे हैं, लेकिन आदत है। जो संतुष्ट नहीं है, जो भरपूर नहीं हैं जो रॉयल नहीं है, अच्छे घराने का नहीं है उसको जितना भी खिलाओ उसका पेट खाली ही रहता है। लेकिन हम तो ब्राह्मण कुलभूषण हैं, ईश्वर की सन्तान हैं, हम भरपूर हैं, सन्तुष्ट हैं। हमें एक कण भी, एक दाना भी, उसका कुछ अंश भी नहीं चाहिए, जरूरत नहीं है। सब-कुछ हमें प्राप्त हैं। कई लोग ऐसे भी होते हैं कि कोई अच्छे कपड़े पहने हुए होगा तो उसके कपड़े को हाथ लगाकर देखेंगे और पूछेंगे कि यह कितने में लिया हैं? इसका मतलब क्या हैं? अपने पास कपड़े बहुत हैं, यह नया कपड़ा देखा तो इसको लेने का मन कर रहा है। चप्पल देखी किसी की, उसे जाकर पूछेगा, यह चप्पल कितने में ली हैं? उसको तृप्ति ही नहीं हैं, मन में सन्तोष ही नहीं है। कोई -न-कोई चीज उसको चाहिए रोज मार्केटिंग के लिए। ऐसी हालत होती है। लेकिन बाबा के बच्चे हम ऐसे नहीं है। हम सन्तुष्ट हैं, थोड़े-से-भी सन्तुष्ट हैं। जो मन से भरपूर होता है उसको देखकर बाहर वाले लोग समझते हैं कि इसके पास बहुत पैसे हैं। चाहे बेचारा घर में दाल-रोटी ही खाता हो। लेकिन वो ऐसी खुशी में रहेगा क्योंकि उसको किसी से कोई आशा नहीं, चाह नहीं। इसके कारण, देखने वालों को लगता है कि इसकी अंदरूनी कमाई बहुत हैं। उसके पास कुछ है नहीं लेकिन वह खुश है।

-ब.कु.जगदीश चन्द्र हसीजा





संतजनों के साथ आध्यात्मिक ज्ञान चर्चा करते हुए ब्रह्माकुमारीज धार्मिक प्रभाग के मुख्यालय संयोजक ब्र.कु.रामनाथ तथा ब्रह्माकुमारीज शिक्षा प्रभाग के उपाध्यक्ष ब्र.कु.मृत्युंजय।

टीवी चैनल्स में ब्रह्माकुमारीज के कार्यक्रम

जागरण टीवी : सुबह 4.00 से 6.00 बजे

राष्ट्रीय सहारा समय : सुबह 6.55-7 बजे, दोप. 2.50-3 बजे

आस्था : रात्रि 7.10 से 7.40 बजे

जी-24 (छत्तीसगढ़): सुबह 5.30 से 6.00 बजे

जीटीवी (तमिल) : दोप. 2.30 बजे से 6 बजे (सोम. से शुक्र)

दीप्ता चैनल : सुबह 6.10 से 6.40

ईटीवी सुबह 5.00 से 5.30 (प्रतिदिन)

उ.प्र., म.प्र., बिहार, झारखण्ड, राजस्थान, महाराष्ट्र

ईटीवी - उड़ीसा, कर्नाटक - सुबह 5.30-6.00 (प्रतिदिन)

BSNL IP TV (Divine Box)

Om Shanti Channel (24 Hours)

EASY Box (BoL) (प्रतिदिन)

सुबह 7 बजे से रात्रि 11 बजे तक

मो टीवी - तेलगु सुबह 5.30 बजे से 6.00 बजे तक

मो म्यूजिक - तेलगु सुबह 6.00 से 6.30 बजे तक

भक्ति - तेलगु सुबह 10.00

विदेश - आस्था इंटरनेशनल में - यूके - 8.40 जीएमटी
यूएसए व कनाडा 8.40 ईब, यूके व यूएस स्टार सुबह 7-7.30

आबू चैनल के अंतर्गत आबू भक्ति 24 घंटे म्यूजिक चैनल

डिवाइन बाक्स के लिए सम्पर्क करें - 9414152296



ओम शान्ति मीडिया 2010 के प्रकाशन का संकलन उपलब्ध

सम्पूर्णता के लिए

तीव्र पुरुषार्थ

मन की वाते

सम्पूर्णता के लिए
तीव्र पुरुषार्थ

गीता ज्ञान का

आध्यात्मिक रहस्य



गीता ज्ञान का
आध्यात्मिक रहस्य

सूचना

❖ ज्वाइन ओम शान्ति फॉर ग्लोबल फैमिली (वसुधैव कुटुम्बकम्) में इतने उमंग-उत्साह से शामिल होने के लिए आप सभी पाठकों का आभार। चारों ओर से बहनों व भाइयों की सकारात्मक प्रतिक्रिया व सहयोग देखकर लगता है कि ग्लोबल फैमिली की परिकल्पना जल्द ही साकार रूप लेगी। प्रत्येक पाठक ने ओमशान्ति मीडिया के माध्यम से जो परमात्म-प्यार व पालना का अनुभव किया है अवश्य ही वे पांच नये सदस्य बनाकर उन्हें भी भरपूर कर अपना श्रेष्ठ भाग्य बनाएंगे।

❖ ओम शान्ति मीडिया आफिस में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा का ज्ञान रखने वाले भाईयों की आवश्यकता है। जो सेवा में आने के इच्छुक हैं कृपया वे सूचित करें।

❖ 'पत्र सम्पादक के नाम' यह नया कालम आरंभ होने जा रहा है अतः सभी पाठक अपने विचार अवश्य ही हमें लिखें।

मोबाइल : 09414154344,
Email: bkmedia@bkmail.org,
bkmediam@gmail.com,

सभी पाठकों से अनुरोध है कि वे अति शीघ्र अपने सदस्यता क्रमांक के साथ मोबाइल नम्बर तथा ईमेल हमें भेजें। ताकि हम सहजता से समय पर आपको सूचनाएं भेज सकें। ईमेल या मोबाइल द्वारा यह जानकारी दे सकते हैं -



तासगांव। नगराध्यक्ष दिनकरराव धाबुगडेजी को सेवाकेन्द्र पर पधारने पर पुष्पगुच्छ भेंट करते हुए ब्र.कु.डॉ.वैशाली।

पुरुषार्थ बड़ा या प्रालब्ध ?

कई बार लोग यह प्रश्न पूछते हैं कि पुरुषार्थ बड़ा या प्रालब्ध ? आपका विवेक क्या कहता है ? अक्सर लोग यही कहते हैं पुरुषार्थ बड़ा। लेकिन आज हम आपको एक और सत्य बताते हैं। 'न पुरुषार्थ बड़ा है ना प्रालब्ध बड़ी है' तो कौन बड़ा है। एक बहुत सुंदर कहानी बताती हूँ - एक बार एक जंगल में तीन व्यक्तियों की आपस में बहुत बड़ी बहस हो रही थी। हरेक कहे मैं बड़ा, मैं बड़ा, तीनों की इतनी आपस में बहस हो रही थी। वहां से राजा गुजर रहे थे। उसने सोचा कि मेरे राज्य में इतनी बहस करने वाले कौन है। कौन है ये व्यक्ति जो अपने आप को बड़ा सिद्ध करने का प्रयत्न करते हैं। तीनों व्यक्ति राजा के पास आए और कहने लगे राजा अब आप ही हमारा फैसला करो। कि हम तीनों में बड़ा कौन है। राजा ने कहा कि पहले आप अपना परिचय तो दो कि आप कौन हो। तो पहले व्यक्ति ने कहा - मैं कर्म हूँ, पुरुषार्थ हूँ, दूसरे ने कहा - मैं भाग्य हूँ, प्रालब्ध हूँ, तीसरे ने कहा - मैं बुद्धि हूँ। अब आप हमें फसला करके बताइये कि हम तीनों में बड़ा कौन है।

राजा ने कहा ऐसे मैं कैसे फैसला कर लूँ। पहले आप को अपने आप को प्रमाणित करना पड़ेगा। कि आप तीनों में से बड़ा कौन है और जिसका प्रमाण स्पष्ट होगा, उसी के विषय में हम फैसला देंगे। तीनों को एक-एक सप्ताह मिलता है, अपने आप को प्रमाणित करने का। कहां-कहां प्रमाणित करें किस पर प्रमाणित करें। उतने में वहां से एक लकड़हारा जा रहा था। राजा ने कहा इस लकड़हारे पर अपना प्रयोग करो और अपने आप को प्रमाणित करो। चारों ने कहा ठीक है।

सबसे पहले पुरुषार्थ ने कहा कि मैं उसमें प्रवेश करता हूँ। और एक हफ्ते तक मैं आपको अपना रिजल्ट बताऊंगा। तो सबसे पहले पुरुषार्थ ने प्रवेश किया। उस लकड़हारे में ऐसी शक्ति आ गयी कर्म करने की कि उसने उस दिन इतने अधिक लकड़े काट दिए। रोज जो काटता था नित्य उससे डबल ही लकड़े काट दिए।

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका, ब्र.कु.उषा



अभी बुद्धि साथ नहीं है और न भाग्य साथ है, अब उस लकड़े को उठाने की क्षमता उसमें थी नहीं। बाजार ले जाये, उसको बेचे तब तो उसको अधिक पैसे मिले। काट तो दिए उसने लेकिन बुद्धि नहीं है, प्रालब्ध नहीं है, भाग्य नहीं है। तो क्या करें तो इसीलिए उसने सोचा कि आधे लकड़े को उठा ले जाता हूँ, और आधे लकड़े को यहां छुपाकर जाता हूँ। और उसने झाड़ियों में उसको छुपा दिया। और आधा लकड़ा ले गया जंगल से शहर में। बेचकर के वापस आया कि दूसरा जो कटा हुआ पड़ा है उसको भी ले जाऊं। जब बेचकर वापस आया तो देखा कि छुपाये हुए लकड़े चोरी हो गए थे। भाग्य साथ नहीं था। सारा सप्ताह ऐसा चलता रहा। रोज डबल लकड़े काटता था, आधा रखकर जाता था और आधा लेकर जाता था। जब आता था तो वो लकड़े चोरी हो जाता था। हफ्ते के बाद देखा की उसकी स्थिति वैसी की वैसी ही थी। कई बार संसार में कई लोग पुरुषार्थ बहुत करते हैं, लेकिन फिर भी स्थिति वैसी की वैसी ही रहती है। सुधरती नहीं है।

जैसे ही एक सप्ताह पूरा हुआ। उसके बाद दूसरे सप्ताह में भाग्य को प्रवेश करना था। कर्म बाहर निकल आया। भाग्य ने प्रवेश किया।

भाग्य के प्रवेश करते ही उसको बैठे-बैठे लॉटरी लग गई। लॉटरी लग गई पैसा आ गया तो उसने सोचा कि मैं काम क्यों करूँ, लकड़ा क्यों काटूँ। तो उसने लकड़ा काटना ही छोड़ दिया। जंगल में जाना ही छोड़ दिया। सोचा इतना पैसा है मैं आराम से ऐशो-आराम न करूँ। खूब मौज करने लगा क्योंकि बुद्धि तो थी नहीं कि पैसे को कैसे यूज करना चाहिए। बुद्धि नहीं थी, कर्म करने की शक्ति चली गई तो जो पैसा आया था उसको उड़ाना चालू किया। पैसा उड़ता गया... उड़ता गया हफ्ते के अंदर तो उसने सारे पैसे खत्म कर दिये। अब सारे पैसे खत्म हो गए। हफ्ते के बाद उसकी स्थिति वैसी की वैसी ही हो गयी। (क्रमशः)

कथा सरिता

आचरण का महत्व

चिं तन, मनन और अध्ययन से ज्यादा जरूरी है व्यवहारिक ज्ञान का आचरण जो गूढ़ रहस्यों को सहजता से उद्घाटित कर देता है।

रात्रि का समय था। छोटे किंतु साफ-सुथरे घर में दीपक के प्रकाश में एक पंडित सामने खुली पड़ी पोथियां पढ़ते आंखें मूंदकर कुछ विचार कर फिर एकाग्रता से लिखने लगता है। दीपक की रोशनी कुछ विचार कर फिर एकाग्रता से लिखने लगता है। दीपक की रोशनी कुछ कम हुई तो एक स्त्री ने आकर उसमें तेल डाला। बत्ती झाड़ने में दीपक बुझ गया और इससे पंडितजी का ध्यान भंग हो गया। दीपक पुनः जलाया गया तो एक महिला को देख उन्होंने

आश्चर्य से पूछा, देवी आप कौन? स्त्री क्षमा मांगकर नम्रतापूर्वक जाने लगी। पंडित वाचस्पति मिश्र की उत्कंठा अब बढ़ गई। उन्होंने महिला से परिचय देने का आग्रह किया। स्त्री ने सकुचाकर उत्तर दिया - स्वामी! मैं आपकी पत्नी हूँ, भामती। मिश्रजी ने आश्चर्य से कहा - पत्नी! कितने वर्ष हुए हमारे विवाह को? स्त्री बोली - स्वामी कई दशक बीत गए। मिश्रजी बोले - और मुझे पता तक न चला। स्त्री ने कहा - स्वामी पाणिग्रहण के समय आपके दाहिने हाथ में मेरा हाथ था और बाएं हाथ मे ये ग्रंथ और तब से निरंतर आप अध्ययन, मनन और लेखन करते रहे। इन वर्षों में तुम क्या करती रहीं, मिश्रजी ने पूछा। भामती

बोली - आपकी तपस्या में जो सेवा बनती वह मैं करती। आपके स्नान-संध्या, भोजन और विश्राम के प्रबंध में ही मेरे दिन सुखपूर्वक बीत जाते। आपके वेदांत-भाष्य लेखन की साधना में यह सेवा का सुअवसर मुझे प्राप्त हुआ।

मिश्रजी ने कहा - भामती! मैं सारा जीवन वेदांत दर्शन के पठन और मनन में ही लगा रहा, लेकिन यह सब तुम्हारे त्याग के सामने नगण्य है। सच तो यह है कि पंडित मिश्र जिस वेदांत दर्शन पर भाष्य लिख रहे थे उसकी सहज जीवंत व्याख्या भामती की सतोमय दिनचर्या थी। पंडित वाचस्पति मिश्र ने ब्रह्मसूत्र पर अपने भाष्य को अपनी पत्नी का नाम दिया जो भामती के नाम से प्रसिद्ध है।

सा धना के मार्ग एवं साधना के काल के दौरान अनेक प्रकार के विघ्न आते हैं। उन सबका धीरज के साथ सामना करना होगा। धीरज अर्थात् धैर्य, साधक का या यूं कहें कि वह मनुष्य का बहुत बड़ा गुण है। मनुष्य को अपनी जीवन यात्रा के दौरान धैर्य का अवश्य सहारा लेना चाहिए और किसी काम को 'जल्दी से, तो करना चाहिए परन्तु 'जल्दी में, नहीं करना चाहिए, क्योंकि जल्दी में किया गया काम सुलझे हुए इंसान का नहीं। या यूं कहें

धीरज

समझदार व्यक्ति का नहीं। 'जल्दी, काम को बिगाड़ता है।

धीरज वह अनमोल चीज है जो ईश्वर प्रेरित आस्था के स्वीट कल के हकदार बनाती है। कहा गया है कि धीरे-धीरे रे मना, धीरे सब कुछ होय। माली सींचे सौ घड़ा, ऋतु आए फल होय।

आ लोचना के बाद प्रोत्साहन बारिश के बाद सूरज चमकने की तरह है।

दर्द सहन करने की क्षमता नापने के लिए बरसों पहले एक प्रयोग हुआ। मनोवैज्ञानिक यह नाप रहे थे कि आदमी बर्फीले पानी में कितनी देर तक खड़ा रह सकता है। पाया गया कि कुछ लोग दूसरों की तुलना में ज्यादा देर तक प्रोत्साहित करने पर खड़े रह पाए। प्रोत्साहन से उनमें दर्द व कष्ट सहने की क्षमता बढ़ गई। प्रोत्साहन मानव स्वभाव का ऐसा तत्व है जो सामान्य व्यक्ति की कार्यक्षमता को असाधारण रूप से बढ़ा देता है। बहुत कम चीजें किसी व्यक्ति की उतनी मदद करती हैं, जितना कि प्रोत्साहन। एक

प्रोत्साहन

तरह से यह आत्मा के लिए ऑक्सीजन का काम करता है। अगर आप किसी की चापलूसी करें तो हो सकता है कि वह आपका विश्वास न करे। आलोचना भले ही स्वस्थ व तर्कसंगत हो, आमतौर पर किसी को पसंद नहीं होती। किसी की उपेक्षा करेंगे तो वह निश्चित ही आपके प्रति गांठ बांध लेगा, किंतु आप किसी को प्रोत्साहित करते हैं तो लोग आपके अनुयायी बनना चाहेंगे, जबकि प्रशंसा व प्रोत्साहन न देने से विपरीत प्रभाव

हमें यह सदा याद रखना चाहिए कि बीज बोने के बाद किसान बार-बार और जल्दी-जल्दी जमीन कुरेद-कुरेदकर उसको देखता नहीं रहता, बल्कि धीरज रखता है कि 'बीज पड़े पर जामि है, उल्टा-सुल्टा बीज।

हम जो काम करते हैं, उसका परिणाम अवश्य आता है। हमें केवल धैर्य रखना होता है और हमारी साधना भी एक दिन अवश्य फलवती होती है।

पड़ता है। यह सिद्धांत आपके कार्यक्षेत्र, दफ्तर व घर में समान रूप से लागू होता है। आप अपने परिवार के किसी सदस्य को प्रोत्साहित करें या दफ्तर के कर्मचारी को, दोनों में समान असर दिखेगा। प्रभावित करने की क्षमता प्रोत्साहन का स्वाभाविक सह उत्पाद है। प्रोत्साहन की कमी किसी व्यक्ति को स्वस्थ व सफल जीवन जीने से रोक सकती है, परंतु जब व्यक्ति प्रोत्साहित महसूस करता है तो वह असंभव चुनौतियों का सामना कर सकता है और अविश्वसनीय कष्टों को पार कर सकता है और जो व्यक्ति प्रोत्साहन का उपहार देता है, वह उसके जीवन में प्रभावकर्ता बन जाता है।

म हाभारत में यह घटना सुनाई जाती है कि युद्ध के पश्चात वापस शिविर में पहुंचने पर श्रीकृष्ण रथ से उतरे तो अपने पैरे के अंगूठे को रथ पर टिकाए रख उन्होंने अर्जुन को आदेश दिया - रथ से तत्काल उतरकर दूर जाकर खड़े हो जाओ। रथ से योद्धा का सारथी से पहले उतर जाना परंपरा के विरुद्ध था और दूसरा इस प्रकार शीघ्रता करना भी अर्जुन को समझ नहीं आ रहा था, लेकिन वो तत्काल रथ से उतरे और दूर जाकर खड़े हो गए। ज्यों ही श्रीकृष्ण ने अपना पांव रथ से नीचे रखा और सारा रथ धूँ-धूँ कर जलने लगा। कुछ ही समय में वह आग में

समर्पण

तब्दील हो गया। यह दृष्य देख भय और आश्चर्य से कांपते अर्जुन ने भगवान से इसका कारण पूछा। श्रीकृष्ण ने बताया युद्ध में तुम्हारे ऊपर जिन दिव्य शस्त्रों का प्रयोग हुआ था उनके तेज से यह रथ तो कभी का ही जल चुका था। इसे मैंने अपनी शक्ति से बचाए रखा था यदि तुम इससे उसी क्षण न उतरते तो इसके साथ तुम भी भस्म हो चुके होते। तुम्हारे समर्पण ने ही तुम्हारे प्राणों की रक्षा की है।

समर्पण कमजोरी या कमतरता का प्रतीक नहीं होता। यदि वह श्रेष्ठता या परमात्मा के प्रति हो तो वह दृढ़-निश्चय और अनुशासन का प्रतीक होता है। इसे साथ लेने पर मनुष्य स्वतः ही भगवद् कृपा का पात्र बन जाता है। वस्तुतः भगवद् कृपा तो नितर बह रही है, लेकिन उसको पाने का पात्र बनने के लिए समर्पण आवश्यक होता है। प्रकृति का नियम है जहां जमीन नीचे और गहरी होती है वहीं वर्षा का जल इकट्ठा होता है वह ऊंचे पर्वतों पर नहीं ठहरता। समर्पण इसी तरह स्वयं को विनम्र व गहरा बनाकर ईश्वर की कृपा का पात्र होने की प्रक्रिया है।



बुटवल (नेपाल)। सभासद छबिलाल विश्वकर्मा, ब्र.कु.कमला, नेपाल यातायात कोष के अध्यक्ष चिन बहादुर गुरुङ, ब्र.कु.नरेन्द्र तथा अन्य।



इंदौर (अमिर्तेष नगर)। पांच दिवसीय प्रवचनमाला में विचार रखते हुए ट्रांसपोर्ट एसो.के सचिव परविंदर सिंह भाटिया। साथ हैं महाराजा रणजीत सिंह कालेज के डायरेक्टर निशित दुबे, ब्र.कु.अनिता तथा ब्र.कु.पूनम।



लाडवा (कुरुक्षेत्र)। हिसार की विधायक श्रीमती सावित्री जिंदल तथा जयराम आश्रम के स्वामी ब्रह्मस्वरुप जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते ब्र.कु.ज्योति।



महू (म.प्र.)। सर्वधर्म प्रार्थना सभा का उद्घाटन करते हुए मौलवी शोएब आलम अलबजाहिरी, पंडित विजय कुमार तिवारी, ब्र.कु.छाया, फादर एलेक्स, कुलवंत सिंह शहरी व फादर सी.वी.जोसफ।



मिथ्रिख तीर्थ। स्नेह मिलन कार्यक्रम के अवसर पर प्रधानाचार्य देव नारायण मिश्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.सरस्वती व ब्र.कु.रोहिणी।



जगन्नाथपुरी। उत्कल समाज समाचारपत्र के सम्पादक पी.सी.मिश्रा मीडिया ट्रेनिंग कार्यक्रम को सम्बोधित करते हुए। मंचासीन हैं डॉ.सत्यानंद, प्रो.कमल दीक्षित, जिला परिषद के अध्यक्ष शंकरषण परिदा, ब्र.कु.डॉ.निरूपमा, प्रो.मौली व ब्र.कु.सुशांत।



भैरहवा। नेपाल अमेरिका मैत्री संघ के अध्यक्ष दिलीप भट्टराई को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शांति। साथ हैं विकास अधिकारी तारा बहादुर कार्की।



एलूरु। जिला परिषद अध्यक्ष सत्यनारायणजी सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.लावण्या व ब्र.कु.त्रिनाथ

श्रेष्ठ कर्म का फल...

आयोजित रिट्रीट में उपस्थित युवा प्रतिभागियों को कर्म सिद्धांत की गहराई से अवगत कराते हुए व्यक्त किए। उन्होंने कहा कि इतना हो सकता है कि हमें अपने कर्मों का प्रतिफल तत्काल न मिलकर कुछ समय बाद मिले अथवा इस जीवन काल में न भी मिले तो आने वाले जन्मों में हमारे इस जन्म के कर्मों का प्रतिफल प्राप्त होगा। परमात्मा का सान्निध्य प्राप्त करने के लिए सभी को कम से कम तीन महीने तक ईश्वरीय ज्ञान का श्रवण एवं मनन करना चाहिए तथा राजयोग का अभ्यास भी करना चाहिए। इससे कम में प्रभु के सामीप्य की आशा करना गलत है।

टाइम्स ऑफ इंडिया की विशेष प्रतिनिधि अंबिका पंडित ने कहा कि इस मंथन शिविर की जो खास बात मैंने महसूस की वह है शिविर की वह प्रक्रिया जिसने हमें खुद को समझने के लिए उत्तम अवसर प्रदान किया और हम यह भी समझ पाए कि हम परमात्मा के साथ का अनुभव किस प्रकार से कर पाएंगे।

जेट एयरवेज के प्रबंधक हर्ष दत्त ने कहा इस मंथन शिविर में मैं यह समझ पाया कि परमात्मा से किस प्रकार संबंध बनाया जा सकता है। मैंने यहाँ राजयोग ध्यान पद्धति के बारे में भी अच्छी तरह समझा। यह मंथन शिविर शानदार रहा।

फिलिप्स इलेक्ट्रॉनिक्स इंडिया लि. के निदेशक सुमित नारंग कहा कि इस मंथन शिविर ने मुझे अपने जीवन की दिशा को बदलने के यंत्र एवं विचार प्रदान किये हैं। इससे मैं अपने जीवन को अधिक खुशनुमा एवं शांत बना सकूंगा। राजयोग ध्यान शिविर सर्वोत्तम था। अपने जीवन में पहली बार मैं अपने आप को पहचान पाया।

प्यूरिटी मैगजीन के सम्पादक ब्र.कु.बृजमोहन तथा ओ.आर.सी.की निदेशिका ब्र.कु.आशा ने भी युवाओं को सम्बोधित किया।

प्रश्न -हमें अंतिम समय के लिए क्या तैयारी करनी चाहिए, ताकि मृत्यु के समय एक बाप की ही याद रहे ?

उत्तर - मनुष्य की अंतिम समय की स्मृति का अत्यधिक महत्व है। अंतिम स्मृतियां ही पुनर्जन्म का निर्धारण करती हैं। लम्बे समय तक किसी मनुष्य की जो भी स्मृतियां रहेंगी, वही अंत में स्वतः ही याद आयेगी। इसलिए लम्बे काल का अशरीरीपन व आत्मिक दृष्टि का अभ्यास ही अंत में बिना कष्ट हमें देह त्यागने में मदद करेगा। जिन्होंने लम्बा काल अशरीरीपन का अभ्यास किया होगा, वे ही नष्टोमोहा भी सहज बन जाएंगे। हमें ये भी याद रखना है कि हमारे पुण्य कर्म भी अन्तकाल में हमारे परममित्र बनकर सब कुछ सरल कर देंगे। अंतिम समय की तैयारी के लिए पहला अभ्यास करें ...‘मेरा कुछ भी नहीं। सब कुछ देखते हुए यह भावना पैदा करें कि ये सब मेरे नहीं हैं। दूसरा अभ्यास..अब सब कुछ छोड़कर घर जाना है। बस यदि इन बातों पर ध्यान देंगे तो अंतकाल सुहाना होगा और एक की याद में देह त्यागकर एक परमात्मा के साथ अपने ब्रह्मलोक घर में चले जाएंगे।

प्रश्न -जब हम बाबा के महावाक्य सुनते हैं तो खुशी भी होती है और यह निराशा भी आती है कि हम वो सब कुछ तो नहीं कर पा रहे हैं जो बाबा चाहते हैं। सदा खुशी में कैसे रहें ?

उत्तर -बाबा ने हमें बहुत महान लक्ष्य दिया है..सम्पूर्ण बनना। हम सम्पूर्णता से पांच हजार वर्ष में अपूर्ण बने हैं, अब एक जन्म में पुनः सम्पूर्ण बनना है तो काफी मेहनत तो है। उसमें निराशा भी होती है। हम कुछ सत्य बातों को स्वीकार करके हल्के हो जाएं। जैसे -उतार-चढ़ाव तो होंगे ही, हार-जीत भी होगी, जो हम चाहते हैं वो भी सदा ही नहीं कर पायेंगे। ऊँचा लक्ष्य रखने से हमें ज्यादा ही प्राप्त होगा। जो पुरुषार्थ हम नहीं कर पा रहे हैं, उसे छोड़ दें और जो हम कर सकते हैं वो करें। दूसरे लोग ये कर रहे हैं, हमसे तो ये नहीं हो रहा है, ये कभी न सोचें। हर आत्मा की प्रगति का पथ अलग-अलग है। अपना पथ स्वयं चुन लें। बाबा तो चाहते ही हैं कि मेरा हर बच्चा फरिश्ता बन जाए। और हमें बनना भी

है, परन्तु निराशा को अपने में नहीं आने देना है। पुरुषार्थ में भी संतुष्ट रहने वाले ही सदा खुश रहेंगे। किसी से भी अपनी तुलना न करो तो सदा खुश रहेंगे। यदि मन को इन विचारों से उदास रखेंगे कि हमसे अच्छी तपस्या नहीं हो रही है तो आप वो भी नहीं कर पायेंगे, जो आप कर सकते हैं।

प्रश्न -मेरे आफिस में सभी गंदी-गंदी बातें करते रहते हैं। मुझे बहुत बुरा लगता है। मैं क्या पुरुषार्थ करूँ जो वे गंदी बातें करना छोड़ दें।

उत्तर - तमोप्रधान दुनिया में हर एक का मन गंदगी का भण्डार बन गया है, अच्छी बातें तो मनुष्य की बुद्धि में बहुत कम हैं। आप जब घर से चलें तो तीन मिनट योग-अभ्यास करें। जब आफिस में जाएं तो पहले एक मिनट योगाभ्यास करें फिर इस स्वमान में बैठें कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। इस स्वमान से सभी पर



आत्मिक दृष्टि डालते हुए यह संकल्प करें कि ये सभी भगवान के बच्चे हैं और अच्छी आत्माएं हैं। आप पायेंगे कि उनके मन भी शुद्ध होने लगे तथा वे आपकी उपस्थिति में गंदी बातें भी नहीं करेंगे। वातावरण बदलने लगेगा।

प्रश्न -हमारा लक्ष्य महान है, उसे पाने के लिए क्या हमें छोटे-छोटे लक्ष्य भी बनाने चाहिए ? वे क्या हों ?

उत्तर -एवरेस्ट की चोटी पर चढ़ने के लिए भी बीच-बीच में पड़ाव डाले जाते हैं। बहुत दूर जाने के लिए भी यात्राओं को ब्रेक देना अच्छा रहता है। इसी तरह हमें भी लक्ष्य बनाने चाहिए - (अ) मुझे एक मास में योग का चार्ट दो घण्टे प्रतिदिन तक पहुँचाना है। फिर एक मास में ढाई बजे तक तथा तीन मास में चार घण्टे तक ले जाना है। इसके लिए स्वयं विचार करें कि मुझे कब-कब बैठना है व कहाँ-कहाँ कर्म योग करना है, किस-किस कर्म में स्वमान का अभ्यास करना है। इसके अतिरिक्त, इस तरह के लक्ष्य

बनायें (ब) कुछ भी हो जाए मुझे खुश रहना है। (स) मुझे पवित्र रहना है। (द) मुझे हर हाल में, हर परिस्थिति में सन्तुष्ट रहना है। (य) मुझे शक्तिशाली बनना है। मुझे फीलिंग में नहीं आना है। कुछ भी हो जाए मुझे मूड ऑफ नहीं करना है। इनमें से एक-एक या दो-दो लक्ष्य, छः-छः मास के लिए अभ्यास किये जा सकते हैं या कोई एक ही लक्ष्य सदा के लिए भी लिया जा सकता है, सुंदर लक्ष्य रहेगा कि चाहे कुछ भी हो जाए मुझे अपनी स्थिति नहीं बिगाड़नी है।

प्रश्न -जीवन में एक के बाद एक विघ्न आते ही रहते हैं। बाबा भी मदद नहीं करता। हम तंग हो गये हैं। भगवान क्या मिला मानो विघ्नों का भी तांता लग गया। समझ में नहीं आता क्या करें ?

उत्तर - बस गलती यही हो रही है कि समझ में नहीं आता कि क्या करें। विघ्नों में आप ये भूल गये कि साथी सर्वशक्तिवान है। तो भला उसकी मदद मिलेगी कैसे..मदद के लिए उससे कनेक्शन तो रखना ही होगा।

मनुष्य विघ्नों को सुलझाने में कभी-कभी इतना उलझ जाता है कि वह यह भी भूल जाता है कि उसका साथी कौन है। इस स्मृति को पुनः लाकर स्वयं को सरलचित्त करो तो विघ्न समाप्त होने लगेंगे। इक्तीस दिन तक रोज सारे दिन में दस बार इन दो बातों का अभ्यास करो कि मैं मा.सर्वशक्तिवान हूँ व मैं विघ्न विनाशक हूँ -इससे आपके सभी विघ्न नष्ट हो जाएंगे। बहुत जरूरी है पहले मन को शान्त करना। परिस्थितियों के काले बादलों में ज्ञान का प्रकाश जगाये रखना -इसमें धैर्यता, निर्भयता व एक के बल पर रहकर निश्चिन्तता भी चाहिए। विचार करो, जब पापकर्म करते खुशियाँ मनाई थी तो उसका फल भोगते दुःखी क्यों ? जरा चित्त को शान्त करें। सबेरे का योग व मुरली सुनना न छोड़ें। इन्हीं से समाधान मिलेगा। सबेरे ही बापदादा समस्याओं का समाधान टच कराते हैं। सबेरे ही स्वयं में ज्ञान-योग का बल भरो तो आप साहस पूर्वक विघ्नों को नष्ट कर सकेंगे। कई लोग ये बड़ी गलती करते हैं कि विघ्न आने पर सबसे पहले ज्ञान-योग छोड़ देते हैं।



दिल्ली (शक्तिनगर)। नव चेतना बाल व्यक्तित्व विकास शिविर के अवसर पर बच्चों के साथ ब्र.कु.चक्रधारी, डॉ.उषा किरन, ब्र.कु.रानी तथा आशा बहन।

सम्पूर्णता के लिए तीव्र पुरुषार्थ

प्रथम सप्ताह

स्वमान - “मैं बाबा का, बाबा मेरा”। भगवान मेरा है, मेरा साथी है।

चिन्तन -जब मुझे बाबा (परमात्मा) का सत्य परिचय मिल गया तो उनसे सर्व सम्बन्ध जुट गये और दिल से निकला “मेरा बाबा”।

ज्ञान -योग का सार ही है “मेरा बाबा”।

मेरा बाबा शब्द ही सर्व प्राप्तियों की चाबी है। जिसे सारी दुनिया पुकारती है वो जब मेरा हो गया तो मुझे और क्या चाहिए!

पाना था सो पा लिया और पाने को कुछ बाकी नहीं रहा। बाबा में ही सारा संसार है तो बुद्धि सांसारिक व्यक्ति, वस्तु, वैभव या किसी में भी खिचेगी नहीं। सर्व समर्पणमयता का सार ही है ‘मेरा बाबा’।

निश्चय हो गया कि मेरा बाबा ही सबकुछ है तो नष्टोमोहा: स्मृतिर्लब्धा हो गये।

सर्वरस एक ‘मेरा बाबा’ में है तो सहज ही स्थिति एकरस हो जायेगी।

“मेरा बाबा” माना एक पिताव्रता, पतिव्रता और एकव्रता।

“मेरा बाबा” दिल से मान लिया तो किसी भी बात में अपना संकल्प भी नहीं चलेगा, हलचल में भी अचल रहेंगे।

मेरा बाबा माना एक बल एक भरोसा, सर्व सहारा एक बाप है।

मेरा बाबा माना उस एक से ही सुनना, देखना, बोलना अर्थात् तुम्हीं संग बोलूँ, तुम्हीं संग खाऊँ, खेलूँ आदि।

मेरा बाबा कहना माना बुद्धियोग आपेही एक से जुट गया तो सहजयोगी, निरन्तर योगी बन जायेंगे।

बाबा मेरा है तो सारी दुनिया को भी अपनेपन की नजर से देखेंगे क्योंकि बाबा मे सारी दुनिया समाई हुई हैं।

जैसे हरेक गोपी को श्रीकृष्ण अपना दिखता था, ऐसे हरेक दिल में मेरा बाबा है तो हरेक में बाबा को ही देखेंगे इससे दृष्टि शीतल, पवित्र तथा बेहद की हो जायेगी। सिद्धि स्वरूप तपस्या भट्टी का सार है “मेरा बाबा”।

‘मेरा बाबा’ शब्द कहने से फायदे:- संसार से आपेही नष्टोमोहा स्मृतिर्लब्धा हो जायेंगे। मेरा बाबा सर्वशक्तिवान है तो भला मुझे किस बात का डर है। हम निश्चिन्त हैं और हमारी विजय निश्चित है। मायाजीत जगतजीत हम बनके ही रहेंगे।

मेरा बाबा कहने से स्वतः एकाग्रता आ जायेगी, माया सरेण्डर हो जायेगी क्योंकि बाबा ही संसार, बिन्दु में सिन्धु है।

सर्व समस्याओं का समाधान सहज ही

हो जायेगा। मेरा बाबा करन करावनहार स्वामी है, मैं निमित्त मात्र हूँ। तो हल्के डबल लाइट रहेंगे।

सेवा का सम्बन्ध:-“मेरा बाबा” कहने वालों पर बड़ी जिम्मेवारी आ जाती है क्योंकि मेरा बाबा बेहद का बाबा है, सारी दुनिया का है। केवल ब्रह्माकुमारियों का बाबा नहीं, सभी के मुख से निकले - “मेरा बाबा” यही है, यही है, यही है, यह प्रत्यक्षता दुनिया के आगे करनी है।

सन शोज् फादर, फादर शोज् सन, मेरा बाबा कैसा है। एवर प्युअर, आलमाइटी, सर्व गुणों का सागर...यह शो करना हमारा कर्तव्य है। हमारी चलन से दिखाई दे ‘मेरा बाबा’ क्या है! मुख से कहने से लोग न भी रियलाइज करें लेकिन कोई मेरी आँखों में देखे तो समझे कि तुम मेरे क्या हो! “हमारी आँखों में से, शक्ल से जब मेरा बाबा दिखाई देगा तो सभी के मुख से वाह! बाबा वाह! निकलेगा।” इस तरह ‘मेरा बाबा’ से ही संसार नजर से निहाल हो जायेगा।

द्वितीय सप्ताह

स्वमान -मैं मास्टर दाता व मास्टर रहमदिल आत्मा हूँ।

शिवभगवानुवाच - बापदादा चाहते हैं कि अब हर बच्चा पुरुषार्थ के प्रालम्भ स्वरूप बनें। अभी पुरुषार्थ कर रहा हूँ, पुरुषार्थ हो जायेगा। करके दिखाएंगे, यह शब्द समाप्त करो। इसकी बहुत सहज विधि है कि अब मास्टर दाता, मास्टर रहमदिल, मास्टर दयालु, मर्सीफुल बन जाओ। औरों के ऊपर रहम करने से स्वयं पर रहम आपे ही आयेगा। जो बाप से लिया है और लेते भी रहो लेकिन आत्माओं से लेने की भावना नहीं रखो - यह कर लें तो ऐसा हो। यह बदले तो मैं बदलूँ, यह लेने की भावना है। मुझे वायब्रेशन देना है। मुझे रहमदिल बनना है। मुझे गुणों का, शक्तियों का सहयोग देना है। इसमें मास्टर दाता, फ्राकदिल बनो।

चिन्तन - अब तक जो जमा किया है वह दूसरों को दो। और दे तो मैं दूँ, नहीं। मुझे देना है। जब खजानों से भरपूर हो तो देते जाओ। यह क्यों करता? यह क्यों कहता? यह सोच नहीं करो। रहमदिल बन अपने गुणों का, अपनी शक्तियों का सहयोग दो - इसको कहा जाता है मास्टर दाता, महा सहयोगी। वैसे ब्राह्मण, ब्राह्मण को दान नहीं कर सकते लेकिन सहयोग दे सकते हैं। तो महादाता और महा सहयोगी बनो। दाता के बच्चे हो तो

दाता बन देते चलो, तब ही भविष्य में हाथ से किसको देंगे नहीं लेकिन सदा आपके राज्य में हर आत्मा भरपूर रहेगी, यह इस समय के दाता बनने की प्रालम्भ है। इसलिए हिसाब नहीं करना, इसने यह किया, इसने इतना बार किया, मास्टर दाता बन देते जाओ।

तीव्र पुरुषार्थियों के लिए - प्रकृति विजय का हार लेकर आप प्रकृतिपति आत्माओं का आवाहन कर रही है। समय विजय का घण्टा बजाने के लिए आप भविष्य राज्य अधिकारी आत्माओं को देख रहा है। भक्त आत्मायें वह दिन याद कर रही हैं कि कब हमारे पूज्य देव आत्मायें पुकार रही हैं कि कब दुःख हर्ता सुख कर्ता आत्मायें प्रत्यक्ष होंगी! तो हे रहमदिल, विश्व कल्याणकारी आत्मायें! अभी इन्हीं के इन्तजार को समाप्त करो। आप मुक्त हो जाओ तो सर्व आत्मायें, प्रकृति, भगत मुक्त हो जाएं। तो मुक्त बनो, मुक्ति का दान देने वाले मास्टर दाता बनो।

चाहे ब्राह्मण, चाहे और जो भी सम्बन्ध-सम्पर्क में आते हैं उन्हीं को कुछ न कुछ मास्टर दाता बनकर देते जाओ। निःस्वार्थ बन खुशी दो, शान्ति दो, आनंद की अनुभूति कराओ, प्रेम की अनुभूति कराओ। देना है और देना माना स्वतः ही लेना। जो भी जिस समय, जिस रूप में सम्बन्ध-सम्पर्क में आये कुछ लेकर जाये। आप मास्टर दाता के पास आकर खाली नहीं जाये। जैसे ब्रह्मा बाप के सामने कोई भी बच्चा आया तो कुछ-न-कुछ अनुभूति के बिना खाली नहीं गया। ऐसे आप भी चेक करो कि जो भी आया, मिला, कुछ दिया वा खाली गया? खजाने से जो भरपूर होते हैं वह देने के बिना रह नहीं सकते। तो अखूट-अखण्ड दाता बनो।

मा.दाता की विशेषता - कोई मांगे या नहीं मांगे। दाता कभी यह नहीं देखता कि यह मांगे तो दें। अखुट महादानी, महादाता स्वयं ही देता है। तो समय अनुसार हर समय, दातापन की स्मृति को बढ़ाओ।

स्व-उन्नति के प्रति वा सर्व के प्रति दाता-पन का भाव वा स्नेह इमर्ज रूप में दिखाई दे। कोई कैसा भी हो, क्या भी हो, मुझे देना है। सदा बेहद की वृत्ति हो, सदा सम्पन्न, सदा भरपूर रहो।

जो मास्टर दाता है वह सदा ही क्षमा का मास्टर सागर होगा। इस कारण जो हृद के अपने संस्कार या दूसरों के संस्कार है वो इमर्ज नहीं होंगे, मर्ज होंगे। मुझे देना है।

कोई किसी भी संस्कार के वश परवश आत्मा हो, उस आत्मा को भी सहयोग दो। तो किसी का भी हृद का संस्कार आपको प्रभावित नहीं करेगा। कोई मान दे, कोई नहीं दे, वह नहीं दे लेकिन मुझे देना है। यह दातापन का स्वरूप अभी इमर्ज चाहिए।

समय की पुकार है- दाता बनो। सारे विश्व के आत्माओं की पुकार है - हे हमारे ईष्ट, देव-देवियां परिवर्तन करो।



अजमेर। कलेक्टर मंजू राजपाल एवं राजपाल जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शांता। साथ हैं ब्र.कु.विजया तथा ब्र.कु.राधा।



मोहाली। ब्र.कु.प्रेमलता टेनर आर्थोटिक्स लिमि.के प्रतिनिधियों व तकनीकी स्टॉफ को राजयोग मेडिटेशन पर समझाते हुए।



वलसाड। मंत्री अश्विन भाई, विधायक दौलत भाई देसाई, ब्र.कु.रंजन, ब्र.कु.रोहित, ब्र.कु.पीटर तथा एसडीएम गांधी जी समूह चित्र में।



कडेगांव। सोनहिरा साखर कारखाना के अध्यक्ष को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.मीना।

शांति की शक्ति..

हों। जीवन का सुख प्राप्त करना या जीवन में छोटी-छोटी बातों में दुःखी रहना -यह आपके हाथ में है -बहादुर बनो, छोटे विचारों की गठरी उतार फेंको। संसार में कुछ लोग तो ऐसे जी रहे हैं, जैसे कि सारे संसार का बोझ उनके ही ऊपर हो। अतः हल्के हो जाएं -आप किसी के भी भाग्य विधाता नहीं हैं। इस तरह ज्ञान के बल से मन को शान्त करने की साधना करें।

ये भी जान लें कि बार-बार अशरीरीपन के अभ्यास से भी मन शान्त हो जाता है। बार-बार स्वमान की स्मृति से भी मन शान्त होता है। आत्मिक दृष्टि के अभ्यास से भी मन शान्त होता है तथा ज्ञान के अध्ययन व श्रवण से भी इसमें मदद मिलती है।

इस तरह सारा दिन यदि मन को भटकने ही न दिया जाए। सहज भाव से धैर्य-पूर्वक कर्म किये जाएं तो योगी बनना कठिन नहीं। सहज ही बुद्धि शिव बाबा के स्वरूप पर परमधाम में स्थिर रहने लगी। परन्तु यह साधना भी दृढ़ता पूर्वक करनी है। इसमें हमारी पवित्रता का भी बड़ा योगदान होगा।

बाबा आह्वान कर रहे हैं कि कम से कम एक हजार आठ आत्माएं इस धरा पर शान्ति की शक्ति की ज्वाला जलाएं तो इस वसुधा पर शान्ति के वायब्रेशन्स फैल जाएंगे। पापियों को पाप से घृणा होने लगेगी, उग्रवादी हिंसा से ऊब जाएंगे, नेताओं में सदाचार धारण करने की प्रेरणा आने लगेगी, वैज्ञानिक सुखकारक खोज कर लेंगे और सभी में पुनः देवत्व प्रकट हो जाएगा, परिणाम स्वरूप ये विश्व स्वर्ग बन जाएगा। तो क्या आप करेंगे ये महान कार्य...।

तन को स्वस्थ रखने के लिए आवश्यक है चिन्तामुक्त मन



दादी हृदयमोहिनी मेडिकल कान्फ्रेंस में भारत के विभिन्न स्थानों से आए लगभग 850 डाक्टरों को सम्बोधित करते हुए। साथ के चित्र में राजस्थान सरकार के स्वास्थ्य मंत्री डॉ. राजकुमार शर्मा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए दादी जी।

ज्ञानसरोवर। राजस्थान सरकार के स्वास्थ्य मंत्री डॉ. राजकुमार शर्मा ने ब्रह्माकुमारीज मेडिकल विंग द्वारा 'माइण्ड-बाडी-मेडिसीन' विषय पर आयोजित राष्ट्रीय सम्मेलन को सम्बोधित करते हुए कहा कि विश्व स्वास्थ्य संगठन द्वारा बताई गई स्वास्थ्य की परिभाषा के अनुसार जो व्यक्ति शारीरिक, मानसिक, सामाजिक एवं आध्यात्मिक रूप से ठीक है वही स्वस्थ है। यहाँ आकर मैंने देखा कि दुनिया में यह एकमात्र ऐसा आध्यात्मिक विश्व विद्यालय है जो सही मायने में विश्व

स्वास्थ्य संगठन की परिभाषा की कसौटी पर खरा उतर रहा है। यहाँ की सोच वसुधैव कुटुम्बकम् की विचारधारा के अनुरूप है। यहाँ का दृष्टिकोण विश्व कल्याण से ओतप्रोत है। भारत सदा ही आध्यात्मिक दृष्टि से सर्वोपरि रहा है इसी कारण इसे विश्व गुरु भी कहा गया है। हमारे संत, महात्मा, योगाचार्यों एवं ध्यानाचार्यों ने पूरे विश्व का ध्यान आकर्षित किया है। आज हर वर्ग तनाव से ग्रसित है और

इसका समाधान ध्यान में ही निहित है। स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ आत्मा निवास कर सकती है। प्रसन्नता भी सुस्वास्थ्य की निशानी है। चुनाव के दौरान मैंने वहाँ की जनता से निवेदन किया कि जिस प्रकार दवा आदि के सहयोग से आज तक मैंने आपकी सेवा की है आगे भी करूँगा लेकिन जीतने के लिए शराब नहीं बांटूँगा।

दादी हृदयमोहिनी ने कहा कि आज हर एक के मन में यह चिन्ता है कि 'कल क्या होगा'? परमात्मा ने

हमें ऐसी विधि बताई है कि इस दुखमय संसार में रहते हुए कमल पुष्प समान कैसे अलिप्त रहा जा सकता है। मन को स्वस्थ रखने के लिए मेडिटेशन आवश्यक है। मन का भटकाव ही दुख का कारक है। मन को सुमन बनाने के लिए अध्यात्म को अपनाना होगा। निर्बल होने के कारण आत्मा सुख शांति आनंद की अनुभूति नहीं कर पा रही है। आत्मा का सशक्तिकरण तभी होगा जब उसके सर्व सम्बन्ध परमात्मा से जुटेंगे। आप सभी यहाँ से डबल

डाक्टर्स बन कर जाएँ क्योंकि तन के रोगों का उपचार मन का उपचार किए बगैर नहीं हो सकता। मन को तनाव व चिन्ता से मुक्त किए बिना तन को स्वस्थ नहीं बनाया जा सकता।

माउण्ट आबू की विधायक गंगा बहन गरासिया कार्यक्रम में उपस्थित थीं। ब्रह्माकुमारीज मेडिकल विंग के अध्यक्ष डॉ. अशोक मेहता, सचिव डॉ. बनारसी, डॉ. प्रताप मिश्रा एवं डॉ. गिरीश पटेल ने भी कार्यक्रम को सम्बोधित किया।

श्रेष्ठ कर्म का फल अवश्य ही कल्याणकारी होगा

ओ.आर.सी. (गुड़गांव)। कर्म सिद्धांत विज्ञान के सिद्धांतों की तरह ही कारगर है।

किसी भी क्रिया की एक समान एवं विपरीत प्रतिक्रिया हमें मिलेगी।

इसका कोई भी विकल्प नहीं है। अर्थात् हम जैसा बोते हैं वैसा ही हमें

काटना ही पड़ता है।

उक्त विचार ब्र.कु. शिवानी बहन

ने 'जीवन में बदलाव के लिए परमात्म-अनुभूति' विषय पर -शेष पेज 10 पर



सदस्यता शुल्क

भारत - वार्षिक 150 रुपये,
तीन वर्ष 450 रुपये
आजीवन 3500 रुपये
विदेश - 1800 रुपये (वार्षिक)
कृपया सदस्यता शुल्क 'ओम शान्ति मीडिया' के नाम मनीआर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शांतिवन) द्वारा भेजें।

पत्र-व्यवहार

सम्पादक : ब्र.कु. गंगाधर
ओम् शान्ति मीडिया
ब्रह्माकुमारीज, शांतिवन, तलहटी
आबू रोड (राज.) 307510, फोन - 02974
235036, Enquiry for Membership-9414006096
(M)- 9414154344, E-mail : mediabkm@gmail.com,
omshantimedia@bkivv.org, webside:www.omshantimedia.info

प्रति