



**फिल्हौर।** प्लेटिनम जुबली कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु.राज, ब्र.कु.कांता, ब्र.कु.भारतभूषण, अश्वनी भाई, रवि शर्मा तथा अन्य।



**धुलिया।** पुलिस अधीक्षक अनुराधा देशपाण्डे के सेवाकेन्द्र पर पधारने पर ईश्वरीय सौगत भेंट करते हुए ब्र.कु.प्रमिला।



**रीवा।** रेडक्रास के वाइस चेयरमेन कलीम खान, नोडल अधिकारी डॉ.सुशील त्रिपाठी, चीफ इंजीनियर आर.के.सिंह तथा अन्य कार्यक्रम के दौरान।



**सादडी।** बालसंत कृपाराम जी महाराज के साथ आध्यात्मिक ज्ञान चर्चा करते हुए ब्र.कु.शुचिता। साथ है एडवोकेट हीरसिंह तथा अन्य।



**असंथ।** प्लेटिनम जुबली कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए विधायक जिलेराम भारमा, मार्केट कमेटी चेयरमेन बनारसी दास, ब्र.कु.कविता, ब्र.कु.प्रेम व ब्र.कु.मेहरचंद।



**पुरुलिया।** एसडीओ सुदीप भट्टाचार्य के आध्यात्मिक कार्यक्रम में पधारने पर ईश्वरीय सौगत भेंट करते हुए ब्र.कु.संध्या।

प्रश्न - नया वर्ष आ गया है...हम क्या नया करें...पुराने वर्ष में हमारा सब कुछ अच्छा नहीं रहा..कई बातें बार-बार याद आती हैं, जो हमारे पुरुषार्थ में बाधक है...हम उनसे मुक्त होना चाहते हैं।

उत्तर - पास्ट में लौटने की शक्ति तो किसी में भी नहीं है, परन्तु मनुष्य का मन बार-बार पास्ट में चला जाता है। इसका कारण है पकड़कर रखने की आदत। और यह आदत उनमें होती है जो सरलचित्त नहीं हैं। कुछ भी बात होने पर मनुष्य उसे पकड़कर बैठ जाता है उसे छोड़ नहीं पाता। परिणाम यह होता है कि वह अंतर्मन में समाई हुई बुरी बात या बुरी घटना, सूक्ष्म रूप में निगेटीव तरंगे ब्रेन को भेजती रहती है जो कि मस्तिष्क पर विपरीत प्रभाव डालती है। जो मनुष्य हर बात को भूल जाता है उसका मस्तिष्क निगेटीव एनर्जी से मुक्त रहता है। इसलिए भूलने में ही भला है।

याद रखेंगे...भगवानुवाच...श्रेष्ठ स्मृति से पुरानी स्मृतियां विस्मृत हो जाएंगी। अतः पास्ट को भूलने के लिए बार-बार श्रेष्ठ स्मृति अर्थात् स्वमान का अभ्यास करना चाहिए।

नये वर्ष में उस एक बात को परिवर्तन कर दें जो बहुतकाल से कमजोरी के रूप में रही है। बस दृढ़ संकल्प करें कि ये करना है व ये नहीं करना है। सबेरे मन को उमंग दिलाने वाले विचारों से व अपने महान लक्ष्य की स्मृति से भरें इससे अलबेलापन समाप्त हो जायेगा।

प्रश्न - हमने सुना है कि विनाशकाल में आठ प्रकार के पेपर आयेंगे -वे कौन से हैं व यह भी बताइये कि उनमें पास होने के लिए क्या करना पड़ेगा?

उत्तर - विनाशकाल एक अति भयानक घटना होगी। इसमें मनुष्य पिस जायेगा - वह अकेला पड़ जायेगा। साधन और मनुष्य उसका साथ छोड़ जाएंगे। विश्व बदलेगा, नया बनेगा, इस प्रक्रिया में भयानक परिवर्तन आयेगा। जिनकी स्थिति श्रेष्ठ होगी, उन पर विनाश का प्रभाव नहीं आयेगा। तो ये हैं आठ प्रकार की परीक्षाएं।

पहला - प्रकृति के पेपर्स ....जल व अग्नि अति विनाशकारी दृश्य सामने लाएंगे। प्रकृति के पांचों ही तत्व भयानक रूप से बार करेंगे। दूसरा - पांचों विकारों के पेपर्स ...जिसमें जो भी कमी होगी, उसी रूप में पेपर आयेंगे। तीसरा - सम्बन्धों के पेपर....सम्बन्धों में टकराव बढ़ेगा, परन्तु विनाशकाल में मोह के पेपर ज्यादा आयेंगे। चौथा - बीमारियों के पेपर....शारीरिक व मानसिक बीमारियां असाध्य हो जाएंगी व कोई किसी को देखने वाला नहीं रहेगा। पांचवा - अपने संस्कारों के पेपर तथा दूसरों से संस्कार टकराव के पेपर -जो भी कड़ा संस्कार, किसी में रह जायेगा, उसी का कष्ट कारण

स्वरूप बन जायेगा। छठवां - भटकती आत्माओं व तंत्र-मंत्र के पेपर -अकाले मृत्यु के कारण अनेक आत्माएं भटक जाएंगी, वे बार करेंगी व प्रभाव डालेंगी।

सातवां - गृह-युद्ध व विश्व-युद्ध के पेपर

आठवां - सरकार की ओर से पेपर व धन आदि के पेपर।

इनमें फुल पास होने के लिए ज्ञान-बल, पुण्यों का बल, योगबल व स्मृति स्वरूप होने की आवश्यकता होगी।

प्रश्न - मैं जब योग लगाता हूँ तो मन में बहुत ही व्यर्थ विचार आते हैं ...शान्ति मिलने की बजाय मन और ही दुःखी हो जाता है। जब मैं ज्ञान में आया तो बड़ा नशा था लेकिन अब अवस्था गिरती ही जा रही है। मुझे डर लगता है कि व्यर्थ विचारों से मेरा पाप तो नहीं बनता?

उत्तर - व्यर्थ विचारों से पाप तो नहीं बनता परन्तु पाप का मार्ग तो खुल ही जाता है क्योंकि इनसे मन निर्बल होने लगता है। आप जानते हैं कि विकारों ने व पाप ने ही मन का यह हाल किया है।



**मन  
की  
थातें**  
- ब्र.कु.सूर्य

सर्वप्रथम तो आप अपने अन्न को पवित्र करो। दूसरा, जहाँ भी आपको महसूस हो कि ये पाप है, उस कर्म या व्यापार को छोड़ दो, चाहे आपकी कमाई ज्यादा हो। अपनी इच्छाओं को कम करने लगो व सभी के लिए चित्त में स्नेह व शुभभावना पैदा करो। अपने से कुछ प्रतिज्ञा भी करो तथा अमृतवेले उठो अवश्य। चाहे आपका योग न भी लगे, तो भी उठकर अव्यक्त मुरली पढ़ो व धूम फिरकर उस पर चिन्तन करो। योग में ज्यादा बैठने की बजाय, सारा दिन दो बार प्रति घण्टा कुछ अभ्यास करो। इस प्रकार के अभ्यास हम मीडिया में बहुत से दे रहे हैं। इससे आपकी खुशी भी लौट आयेगी व मन शान्त रहने लगेगा। प्यारे भाई, एक अविनाशी सिद्धांत याद रखना, दूसरों को किसी भी तरह दुःख देने वाले खुश नहीं रह सकते।

प्रश्न - मेरा अमृतवेला बहुत मिस होता है। देर से उठने से बहुत गिल्टी फील होता है। मैं चाहती हूँ मैं भी इस समय ईश्वरीय याद का सुख लूँ। कोई सहज उपाय बतायें।

उत्तर - बहन, यह सत्य है कि चारों युगों में सबसे ज्यादा परम सुख अमृतवेले ही मिलता है। इसी समय हमारे अति प्राण प्यारे शिव बाबा हम पर अपनी

किरणें डालते हैं, प्रकृति भी शांत होती है व चित्त भी शांत होता है। मन में दृढ़ संकल्प करो कि सबेरे चार बजे उठना ही है। ब्रेन में अलार्म भरकर सोओ। विधि है ...बाबा को याद करके पांच बार यह संकल्प करो कि मुझे चार बजे उठना है..बस ब्रेन में अलार्म बजेगा और आप फ्रेश उठेंगी। एक बात सभी को जाननी जरूरी है कि पेट को ठीक रखना अति आवश्यक है। पेट में कब्ज, गैस व एसिडिटी न हो। नहीं तो सबेरे उठ नहीं जाएगा और यदि उठ भी गये तो आनंद नहीं आयेगा। इसके लिए अपना खानपान भी ठीक करें व किसी अच्छे आयुर्वेदिक डाक्टर से लम्बा उपचार भी करायें।

प्रश्न - पवित्रता की स्थिति अति महत्वपूर्ण है, परन्तु हमारे लिए यह कठिन भी है, क्योंकि हमारा पुराना जीवन अच्छा नहीं रहा। हम बुरे संग में रहे, हम अपनी पवित्रता को बहुत बढ़ाना चाहते हैं, कुछ पावरफुल संकल्प व विधि हमें बताइये।

उत्तर - निःसन्देह, पवित्रता विश्व की सर्वश्रेष्ठ शक्ति है। परन्तु कलियुग के गन्दे माहौल में अनेक युवक बुरे संग में अपवित्रता का मार्ग अपना लेते हैं और आजकल की मेडिकल साइंस इसमें उन्हें साथ देती है। पवित्रता की शक्ति योगबल से ही बढ़ती है। अशरीरीपन का अभ्यास, स्वमान, ज्ञान-मुरली - ये ही सब साधन पवित्रता को बढ़ाने वाले हैं। हम कुछ प्रतिज्ञा के संकल्प लिख रहे हैं वो आपको मदद करेंगे। प्रतिदिन अमृतवेले अवश्य उठो और एकान्त में इस तरह स्वयं से बाते करो - मैंने भगवान को पवित्र रहने का वचन दे दिया है। वचन देकर मैं तोड़ा नहीं हूँ। पवित्रता ही तो मेरा स्वर्धम है - इसी से तो सच्ची सुख शान्ति है - मुझे इस स्वर्धम को अपनाना है। पवित्रता अपनाना तो भगवान की आज्ञा है, मुझे इसकी पालना करनी है। मैंने एक बार जिस पथ पर कदम रख दिया अब मैं पीछे नहीं रहूँगा। मुझे तो पवित्र बनकर इस परमात्म-कार्य में सहयोग देना है। इस तरह के पॉजिटिव संकल्प करने से हमें परमात्म शक्ति प्राप्त होगी व ये मार्ग सरल हो जाएगा।

प्रश्न - मैं आपसे एक पर्सनल प्रश्न पूछना चाहता हूँ कि क्या आपको कभी तनाव नहीं होता? तनाव मुक्ति का कोई सरल उपाय बतायें।

उत्तर - यह युग तनाव का युग बन गया है। विकास कार्यों के साथ तनाव का भी खूब विकास हुआ है। सत्यता यह है कि मनुष्य का मन अति निर्बल हो गया है, इसलिए उसे जल्दी ही छोटी बात में भी तनाव हो जाता है। हम देवता तो नहीं हैं जिन्हें तनाव न हो। तनाव हमें भी होता है, परन्तु हमारे पास ईश्वरीय ज्ञान का भण्डार है इसलिए हम जल्दी ही तनाव मुक्त भी हो जाते हैं। राजयोग का अभ्यास हमें मदद करता है।