



गया। शिवरात्रि पर दीप प्रज्वलित करते हुए करनैल सिंह, डॉ. बृजभूषण प्रसाद, पारसनाथ पांडेय, ब्र.कु.शीला तथा अन्य।



थर्मल। कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए आई.टी.पी.एस. के दिलीप सेबक्स, ब्र.कु.गीता, ब्र.कु.गोकुल तथा अन्य।



खानपुर (राज.)। शिवरात्री पर दीप प्रज्वलित करते कृषि उपज मण्डी के अध्यक्ष शिवराज गुर्जर, सरपंच जेरहा बोरा, ब्र.कु.मीना तथा अन्य।



कोपरखैरणे (नवी मुम्बई)। महाशिवरात्री महोत्सव को संबोधित करते हुए ब्र.कु.शीला तथा साथ में हैं शोभा रासकर, डॉ.रतन रागेड, ब्र.कु.शुभांगी।



कोरबा। महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपस्थित हैं अरूंधति कुलकर्णी, माधुरी शर्मा, रंजनादत्ता, रामिया, ब्र.कु.बिन्दु तथा अन्य।



मडगांव। गोवा के राशोल चर्च में फादर की ट्रेनिंग लेने वाले को ईश्वरीय संदेश देने के पश्चात् ग्रुप फोटो में हैं डॉ.प्रशांत काकोडे, ब्र.कु.राखी तथा अन्य भाई-बहनें।

हमारी मान्यताओं का प्रभाव जीवन पर होता है

प्रश्न:- ये तो मेरी पूरी जिंदगी के लिए बिलीफ सिस्टम बन जायेगा!

उत्तर:- सब कुछ तो बिलीफ सिस्टम ही है। यह एक ऑपरेटिंग सिस्टम की तरह कार्य करता है। जिस क्वालिटी का ऑपरेटिंग सिस्टम होगा, उसी प्रकार का बिलीफ सिस्टम बनेगा। सारे दिन में हमें पता ही नहीं चलता कि हम कितने सारे बिलीफ सिस्टम के साथ कार्य करते हैं।

प्रश्न:- तभी तो हमें पूरा विंडोज खोलना पड़ता है और यह बहुत लम्बी प्रक्रिया है!

उत्तर:- यहां पर हमें यह देखना होगा कि एक है हमारी मान्यताएं और एक है सत्यता। गुस्सा करना नेचुरल है यह एक बिलीफ है या यह सत्यता है? इसके लिए हमें अपने साथ प्रयोग करना पड़ेगा। अगर हम एक भी गलत मान्यताओं के साथ जीवन में चलें तो इसका सबसे कठिन पार्ट कौन-सा होगा? बिलीफ से थॉट क्रियेट होता है, और थॉट से हमारा भाग्य बनता है। अगर हमारा एक भी बिलीफ सिस्टम थोड़ा-सा ऊपर-नीचे है तो उसका सीधा प्रभाव मेरे भाग्य पर पड़ता है। इसलिए थोड़ा देर रूके और अपने बिलीफ सिस्टम को चेक करे।

सारे दिन में आप जो एनर्जी बाहर भेज रहे हो, आपके साथ जो हो रहा है, कहीं उससे आपको अंदर डिस्ट्रेंस फील हो रही हो तो थोड़ा देर रूक कर चेक करें कि इस समय हमारा कौन-सा बिलीफ सिस्टम काम कर रहा है। आपको अपना बिलीफ सिस्टम उसी समय दिखाई दे देगा। तुरंत ही आपको वो समीकरण बनाकर अपने जीवन में रखनी है। बिलीफ इज इक्वल टू थॉट, थॉट इज इक्वल टू डेस्टिनि। जैसे ही आपके अंदर कोई थॉट क्रियेट हुआ, मान लो कि अभी हम दोनों बैठे हैं और सामने से चार लोग आ रहे हैं। वो चार लोग मुझसे बात न करके आपके साथ बात करते हैं। उस समय मैं अच्छा फील नहीं करती हूँ। मुझे अगर फीलिंग के स्तर पर दिखाई देता देन आई गो बैक। यदि मुझे उस समय अच्छा नहीं लग रहा तो आप चेक करे कि उस समय

हमारे मन में कौन सी थॉट क्रियेट हुई और इसके पीछे हमारा कौन सा बिलीफ सिस्टम कार्य कर रहा है। उस समय हमारी यही थॉट क्रियेट होती है कि वह हमसे ज्यादा अच्छे हैं, लोग उन्हें ज्यादा चाहते हैं और इस थॉट से हमें अपमान की फीलिंग आती है। इसके पीछे हमारा यही बिलीफ सिस्टम कार्य करता है कि प्रशंसा उनकी होती है जो लोग अच्छे होते हैं। और इसका आधार हमने लोगों की प्रशंसा को

शुरू कर देंगे क्योंकि मैंने नेगेटिविटी की, जैलेसी की, एनर्जी क्रियेट करनी शुरू कर दी है। फिर हो सकता है कि जब भी मुझे चांस मिले तो मैं आपकी बुराई ही करना शुरू कर दूँ।

अब अगर उसी दृश्य में मैं अपना बिलीफ सिस्टम चेंज कर लूँ कि 'मैं कौन हूँ?', मैं जानती हूँ कि मैं कौन हूँ, मैं सम्पूर्ण नहीं हूँ, मैं जानती हूँ हमें बहुत सारे काम करने हैं। मेरे अंदर अपनी कमजोरियां हैं, अपनी शक्तियां हैं जिस पर मुझे काम करना है लेकिन मैं क्या करती हूँ

कि दूसरों के ऊपर ही काम करना शुरू कर देती हूँ। यह बात ही नहीं है कि लोग मेरे बारे में क्या सोचते हैं या किस आधार पर लोग मेरे पास आते हैं। ये जीवन की यात्रा मेरी अपनी है। हमें किसी के भी साथ स्वयं की तुलना करने की जो आदत है उसे छोड़ना होगा

क्योंकि मैं जो हूँ, जैसी हूँ, मुझसे अच्छा कोई नहीं जानता है। ये तो नेचुरल है कि यदि आप अच्छी एनर्जी क्रियेट करते हैं तो लोग आपके पास आते हैं। लेकिन ये कोई पैमाना नहीं है कि लोगों को आपके पास आना होगा, अच्छी तरह से बात करना होगा, इसके पीछे बहुत सारे फैक्टर काम करते हैं। आज के समय में मैं इसे देख सकती हूँ। यह भी संभव है कि मैं आपको पसंद ही न करूँ, फिर भी मैं आपके पास आऊँ और आपसे अच्छी तरह से बात करूँ। यदि आप उस आधार पर स्वयं का मूल्यांकन करेंगे तो वो तो बहुत नुकसानदायक होगा। मुझे अपने आपको खुद मूल्यांकन करना चाहिए। इसके लिए हमें अपने बिलीफ सिस्टम को बदलना होगा कि मैं कौन हूँ, क्या हूँ, ये सिर्फ मुझे पता है। मुझे अपनी कमजोरियों के ऊपर काम करना है। लोग क्या कह रहे हैं, ये महत्वपूर्ण नहीं है क्योंकि लोग अपने-अपने दृष्टिकोण से बोल रहे हैं। हाँ, लोग जो कहते हैं, आई कैन टेक फीड बैक, लेकिन मैं इसे फीडबैक की तरह ही लूँगा और स्वयं के साथ काम करूँगा। एक-एक बिलीफ सिस्टम मेरे थॉट पर और फिर मेरे भाग्य पर काम करता है। और फिर हम कहते हैं नहीं-नहीं इसमें मेरा क्या है? ये तो इनकी वजह से हुआ। - कमशा....

शुश्रूणा जीवन जीने की कला

(अवेकनिंग विथ ब्रह्माकुमारीज से)



- ब्र.कु.शिवानी

बना लिया। उस बिलीफ सिस्टम ने तुरंत क्या किया, जैसे ही मैंने चार लोगों को आपका सम्मान करते हुए देखा, तुरंत ही हमारे मन में यह संकल्प आया कि 'मैं अच्छा व्यक्ति नहीं हूँ, वह हमसे ज्यादा अच्छे हैं', फिर उसके बाद फीलिंग कौन-सी क्रियेट होगी?

प्रश्न:- इससे तो ईर्ष्या की फीलिंग क्रियेट होगी!

उत्तर:- ईर्ष्या की भावना किस आधार पर शुरू हुई? अगर हम उसको बिलीफ सिस्टम के लेबल पर चेक करे कि इसमें हमारा कौन-सा बिलीफ सिस्टम काम किया? यहां पर यही बिलीफ सिस्टम ने काम किया कि जितना लोग सम्मान पाते हैं वो उतना ज्यादा अच्छे हैं। इस बिलीफ सिस्टम के कारण मैं जीवन में बहुत ज्यादा डिस्टर्ब महसूस करूंगी और इस डिस्ट्रेंस के कारण ईर्ष्या फील करूंगी। फिर मैं अपने आपको अच्छा साबित करने के लिए लोगों के सामने आपकी आलोचना करूंगी। अब इससे रिस्क ये होगा कि मैं अपने आपको अच्छा सिद्ध करने के लिए आपकी बुराईयों को देखना शुरू करूंगी। इनको क्या पता कि वास्तव में ये कैसे हैं? इनको कुछ मालूम ही नहीं है। अब जैसे ही मैं इस तरह की नेगेटिव एनर्जी क्रियेट करूंगी तो लोग मुझसे दूर होना

भक्ति बढ़ पेज 2 का शेष...

उलझकर नहीं रह जाना चाहिए। पीछे पलटकर देखें और खुद से पूछें, 'अतीत की उन समस्याओं को जीतने के लिए मैंने क्या किया था? जब हमें जवाब मिल जाए, तो आप उनमें से कुछ रणनीतियों पर अमल कर सकते हैं और अपनी भावी प्रतिक्रिया तय कर सकते हैं। हमारे भीतर बहुत सी जानकारी और विचार हैं, परंतु हम अपनी प्रतिभा का दोहन करने के लिए भीतर झांकना चाहिए।

4. ऊंचा सोचें - आप ठहरे हैं, पीछे हटे हैं, हमने कुछ फासला बना लिया है, जांच कर

ली है, समस्या को देख लिया है, हम अनुभवों के हमारे विशाल बैंक में गए हैं और उन रणनीतियों पर विचार किया है, जिन्होंने अतीत में आपकी मदद की है। अब 'ऊंचा सोचने' और विकल्पों पर गौर करने का समय है। जैसे पूर्व में कहा है कि आपके पास हमेशा विकल्प होते हैं। तब भी जब हमें लगता है कि हमारे पास कोई विकल्प नहीं है। हमें कुछ अलग काम करना चाहिए और कुछ कामों को अलग तरह से करना चाहिए। हमें नए विचार से सोचना चाहिए और रचनात्मक तरीके से सोचने का

इच्छुक रहना चाहिए।

एक कागज लेकर सबसे ऊपर इच्छित परिणाम लिख लें और फिर उस परिणाम तक पहुंचने के संभावित तरीकों की सूची बनाना शुरू करें। किसी विचार में कांट-छांट न करें यानी उसे अस्वीकार न करें। सभी संभावनाओं को शामिल करें, भले ही मूर्खतापूर्ण लग रही हो, क्योंकि कई बार वे सर्वश्रेष्ठ होती हैं। सफलता के कई महान् पुरुषों की तरह रचनात्मक तरीके से सोचें, जो अपने जो अपने साथियों को भी यही सिखाते हैं। 'बक्स से बाहर' सोचें। अगर हम संभावनाओं के बारे में सोचेंगे तो हम नई संभावनाएं उत्पन्न कर लेंगे।