आपकी खुशी आपके पास

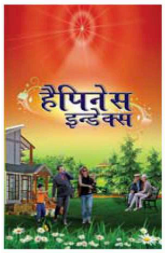
क्या आप अशांत हैं, क्या आप अवसाद के दौर से गुजर रहे हैं, क्या आपके मिजाज को क्रोध ने वश कर लिया है, क्या आप तनाव से ग्रस्त हैं। क्या आपने कभी सोचा है मन की शांति के लिए रिमोट कंट्रोल आपके पास है। देखिए नॉन स्टॉप, बिना किसी विज्ञापन के, आध्यात्मिकता के गुह्य रहस्यों को स्पष्ट करता हुआ ''पीस ऑफ माइंड चैनल, आपके शहर में उपलब्ध है।

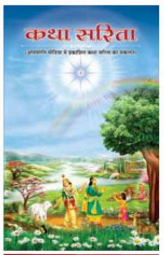
ब्रह्माकुमारीज टांसपोर्ट विंग (शिपिंग एविएशन टूरिज्म) द्वारा ' रिडिफाइनिंग हैप्पीनेस, विषय पर सेमिनार का आयोजन ज्ञानसरोवर परिसर में 26 जुलाई से 30 जुलाई 2013 तक आयोजित किया जा रहा है। अधिक जानकारी के लिए संपर्क करें - ब्र.कु.मीरा, राष्ट्रीय संयोजिका

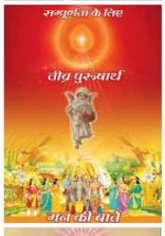
Email - satservicesttw@gmail.com
Mob.-9920142744, 9413384864

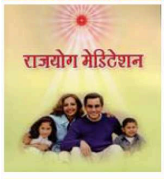
सूचना- ओमशान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ईमेल, वेबसाइड तथा साफ्टवेयर की जानकारी रखने वाले भाई की भी आवश्यकता है। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें -

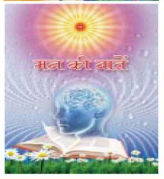
E-mail- mediabkm@gmail.com,
Mob.-8107119445











सूचना

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

प्रश्न -अव्यक्त बापदादा मुरली में 'अचानक' शब्द बहुत याद दिलाते हैं-इसका क्या अर्थ लिया जाए...क्या अचानक विनाश होगा?

उत्तर - संसार में आज भी अचानक अनेक घटनाएँ होती हैं। चलते-चलते दुर्घटनाएं, अचानक मृत्यु, अचानक कोई बीमारी आदि। अब शिव बाबा नवयुग रचने आया है और पुरानी सृष्टि का महाविनाश भी होना है। परन्तु विनाश के साथ-साथ सभी के विकर्म भी विनाश होंगे अर्थात विनाशकाल धर्मराज का काल भी होगा। तो अनेक चीजें अचानक होंगी। किसी प्रियजन की अचानक मृत्यु, स्वयं में आने वाली किसी भी प्रकार की परिस्थिति या बीमारी, परिवार पर आने वाली अचानक की आपदा। दूसरी बात अचानक कहीं भी प्राकृतिक प्रकोप होंगे। अचानक स्वयं का भी बुलावा आयेगा -यह मोह की परीक्षा होगी। तीसरी बात -अचानक कहीं भी किसी महान आत्मा द्वारा बाप की प्रत्यक्षता का नजारा दिखाई देगा। अचानक अविनाशी रूद्र ज्ञान यज्ञ में भी कोई बड़ा परिवर्तन होगा। ब्राह्मण कुल में बड़ी पतझड़ भी सम्भव है। इन सबके लिए हमें तैयार रहना है।

प्रश्न -जीवन में किसी किसी से बिना कारण ही अनबन रहती है। हमारी समझ में न तो कारण आता, वे यूं ही मुंह चढ़ाये रहते हैं और न इसका समाधान पता चलता। हमें क्या करना चाहिए?

उत्तर -प्रत्येक मनुष्यात्मा के साथ उसका पास्ट व भविष्य जुड़ा रहता है। पास्ट भी आकर्षित करता है व भविष्य भी। पास्ट में न जाने हमने किस किस से कैसे कर्मबंधन जोड़े हैं, वे सब अब हमारे सामने आते हैं। जिनसे अनबन रहती है, जरूर उनको हमने कष्ट दिया है, उनके अंतर्मन में हमारे लिए घृणा या बदले की भावना रहती है -यही कारण है। आप सात दिन तक सबेरे उठकर ये अभ्यास करो। पहले स्वयं को स्वमान में स्थित करो कि मैं एक महान आत्मा हूँ, तत्पश्चात, उसे आत्मा देखते हुए मन से उससे क्षमायाचना करो कि मैने आपको पूर्व जन्मों में कष्ट दिया हो, प्लीज मुझे क्षमा करो और फिर उसे दुवाएं दो कि यह आत्मा शांत हो, इसे सुख मिले, यह आगे बढ़े व इसका कल्याण हो।

प्रश्न -हम बाबा की सेवा में उपस्थित हैं, परन्तु हमारी सेवाएँ नहीं बढ़ती। हम बहुत कार्यक्रम भी करते हैं परन्तु संख्या नहीं बढ़ती। क्या कोई योग का भी प्रयोग है सेवा वृद्धि के लिए?

उत्तर - सेवा वास्तव में त्याग व तपस्या से बढ़ती है, चेहरे व श्रेष्ठ चलन का प्रभाव सेवा पर बहुत पड़ता है। जो जितना योगयुक्त है, धारणायुक्त है व सर्व की ज्ञान-योग से पालना करना जानते हैं, उनकी सेवाएँ सहज ही बढ़ती हैं। साथ ही साथ सेवास्थान के वायब्रेशन्स जितने अलौकिक व पवित्र हैं, वहाँ सेवा वृद्धि सहज है। परन्तु जहाँ टकराव है, बाह्यमुखता है, व्यर्थ है, वहाँ सेवा में बाधा है। आप एक छोटा सा प्रयोग करें। इक्कीस दिन तक आपको एक घंटा

प्रतिदिन पावरफुल योग करना है। आप एक छोटा ग्रुप भी बना सकते हैं। ग्रुप तीन, पाँच या आठ का हो। योग करने से पूर्व सभी ये स्वमान लें मैं पूर्वज हूँ, मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं एक महान आत्मा हूँ, मैं इष्टदेवी हूँ व मैं विश्व कल्याणकारी हूँ। योग समाप्ति पर सभी मिलकर देवकुल की आत्माओं का आहवान करें कि यहाँ चारों ओर दैवीकुल की जो भी आत्माएँ हों, वे बाबा के पास आ जाओ। जिसे तुम बुलाते थे, अब वह आकर तुम्हें बुला रहा है -आ जाओ।

इस तरह आप प्रति मास इक्कीस दिन योग कर सकते हैं। समय कोई भी हो। वर्ष में चार बार कर सकते हैं। सेवा परछाई की तरह आपके पीछे आयेगी और सफलता हर कदम में।

प्रश्न -बाबा ने कहा -प्यूरिटी ही सबसे अच्छी पब्लिसिटी है। इसका अर्थ स्पष्ट करें।

उत्तर - जब हम सम्पूर्ण पवित्र बन जाएंगे तो हम विश्व गगन में पूर्णिमा के चन्द्रमा की तरह चमकेंगे। हमारी पवित्रता देवकुल की आत्माओं को आकर्षित करती है। जहाँ जितनी पवित्र आत्माएं होंगी व पवित्र वातावरण होगा, देवकुल की आत्माओं को वह स्थान प्रिय होगा। जो सेवा का कार्य तन, धन, समय व अन्य शक्तियां लगाकर किया जाता है, वह कार्य अकेली पवित्रता की शक्ति करेगी। सम्पूर्ण पवित्र आत्मा वह है जिसने काम, क्रोध को, मैं व मेरे को, मोह व लोभ को पूर्णतया जीता हो। जिसका चित्त निर्मल हो गया है व जिसके मन में सभी के लिए शुभभावनाएँ हो। अर्थात जो पूर्णतया व्यर्थ-मुक्त, स्वमान युक्त व योगयुक्त हो गया हो।

प्रश्न -मैं बहुत व्यस्त रहता हूँ, पुरूषार्थ का समय ही नहीं मिलता। मन में बहुत निराशा रहती है। हम अपनी कार्यक्षमता को व पुरूषार्थ को कैसे बढ़ायें?

उत्तर -व्यस्त तो संसार में बहुत लोग हैं, कोई तो बिना काम भी व्यस्त रहते हैं। कोई तो व्यर्थ में ही व्यस्त रहते हैं। जो मनुष्य ज्यादा काम कम समय में करना जानता है -वही सफल व्यक्ति है। जो बिजी लाइफ में भी इजी रहता है, वही समझदार है।

एक सूक्ष्म ईश्वरीय महावाक्य आपको सुना देता हूँ। जो आत्माएँ साक्षीभाव में रहती हैं, वे एक मास का काम एक घण्टे में ही कर सकते हैं। साक्षीभाव का अर्थ है -ड्रामा को खेल की तरह निर्लिप्त भाव से देखकर निर्संकल्प रहना। यदि आप विश्व ड्रामा के ज्ञान का प्रयोग करके साक्षी स्थिति बनायें तो आपकी कार्यक्षमता बहुत बढ़ जाएगी। मन में यदि व्यर्थ बहुत है, परेशानी है या तनाव है तो बुद्धि की कार्य शक्ति क्षीण हो जाती है। कर्म करते हुए आप भिन्न-भिन्न स्वमान का अभ्यास करें। कर्म करते हुए यह अभ्यास भी करते रहें कि मैं आत्मा इस देह की मालिक हूँ। इन कर्मेन्द्रियों द्वारा कर्म करा रही हूँ। प्रतिदिन के लिए एक अभ्यास करने का संकल्प करें, उस पर ध्यान दें। घर से चलें तो तीन मिनट योग करके, बाबा का हाथ सिर पर रखाकर, सफलता का वरदान लेकर जाएँ, इससे सारा दिन प्रसन्नता में बीतेगा व निराशा कभी नहीं होगी।

मुस्कान बांटिए

- ब्र.कु.शीला, पूना

जी हाँ, मुस्कराहट बांटना सीखिए।

आप यदि धन नहीं बांट सकते तो कोई चिंता नहीं, किंतु हृदय की प्रसन्नता को चेहरे पर मुस्कान के रूप में बांटना सीखिए। मुस्कान वह वरदान है जिससे स्वयं के और अपने संपर्क में आने वाले व्यक्ति के जीवन की कड़वाहट समाप्त हो जाती है। मुस्कराहट से खिला हुआ चेहरा और प्रसन्नता से दमकती आँखें देख भला कौन प्रभावित नहीं होता? एक मुस्कान पर हजारों कुर्बान वाली उक्ति निरर्थक नहीं, उसके पीछे मनोविज्ञान का गहरा चिंतन है। इसलिए वचन की दरिद्रता को बुरा कहा गया है। वचन के साथ-साथ मुस्कान की दरिद्रता भी अभिशाप है।

जीवन के चौराहे पर खड़े व्यक्ति को जब मार्ग चुनना पड़ता है, तो उसके कदम भारी हो उठते हैं, मन में दुविधा और संकल्प विकल्प उठने लगते हैं। आत्मविश्वास से यदि आपने किसी मार्ग पर कदम बढ़ा दिया, दुविधा और संशय को तिलांजलि दे डाली तो जीवन की हर डगर पर आगे ही बढ़ेंगे। बस, केवल आत्मविश्वास के साथ चेहरे पर मोहक मुस्कान रखिए। उस समय भी मुस्कराइए, जब आपकी परिस्थितियां विकट नजर आती हों। आपदाओं का आने वाला तूफान मुस्कान के मोहक जाल में स्वयं आबद्ध हो जायेगा। विषम परिस्थितियों में आपका सच्चा मीत यदि आत्मबल है तो मुस्कान भी सहचरी से कम नहीं। तीखे व्यंग्यवाणों और गंदी गालियों के प्रहार को एक मुस्कान समाप्त कर देती है।

व्यापार में भी मुस्कान बिकती है। आप दुकानदार के सामने पहुंचते ही देखेंगे, वह बहुत कोमलता से मुस्कराकर आपका स्वागत कर रहा है। बीस रुपये की साड़ी दुकानदार की मुस्कान और नम्रता से पच्चीस में खरीदकर भी बहनजी महसूस नहीं करती कि उनको अधिक कीमत देनी पड़ी है।

हास्य और मुस्कान केवल सुखी जीवन का ही मंत्र नहीं, आपकी सेहत के लिए उतना ही लाभदायक टॉनिक है। विटामिन की गोलियों और ताकत की सैकड़ों दवाइयों से कहीं बेहतर है - एक कतरा मुस्कराहट, खिलखिलाहट और उन्मुक्त हास्य। स्वास्थ्य विज्ञान ने सिद्ध कर दिया है कि प्रसन्नता प्रत्येक बीमारी की रामबाण दवाई है। आपने भी देखा होगा, डॉक्टरों और नर्सों की दवाई के साथ-साथ मुस्कान बांटते हुए।

मुस्कान शुभ-भावना और शुभ-कामनाओं का एक पुंज है। राम, कृष्ण, गौतम, महावीर, गांधी आदि किसी भी महापुरुष की तस्वीर देख लें। क्या किसी के चेहरे पर मनहूसियत मिलेगी? मुस्कराता हुआ चेहरा आशिषों की वर्षा करता नजर आता है। आज भी महापुरुष ब्रह्मा बाबा की तस्वीर हमारे बीच है उनके मुख पर नाचती हुई मुस्कान देखेंगे तो इस बात का अंदाजा लग जायेगा। बाबा का मुस्कराता चेहरा और हास्य-भरा आकर्षक मुख निष्पाप बालक की पवित्र मुस्कान-सा लगता था। उनकी मुस्कान वह जादू है, एक ऐसा खूबसूरत जादू, जो अनजाने ही दूसरे व्यक्ति के करीब कर देता है।

ब्रह्मा बाबा साधारण पढ़े-लिखे थे। कोई डिग्री नहीं। साधारण परिवार में उनका जन्म हुआ। अर्थाभाव से पढ़ नहीं सके। छोटी उम्र में ही नौकरी करनी पड़ी लेकिन व्यवहार कुशलता और मुस्कराता हुआ चेहरा इन दो विशेषताओं के कारण वह एक गेहूँ के व्यापारी से सुप्रसिद्ध जवाहरी बने। उनको किसी विश्वविद्यालय की डिग्री हासिल नहीं थी, मुस्कराहट का प्रयोग करना वह बखूबी जानते थे। सदा मुस्कराते रहना उनकी विशेषता थी और वही मुस्कान उनको लोकप्रिय, समाजसेवी एवं सफल व्यापारी बनाने में सहायक सिद्ध हुई। ऐसी एक नहीं परंतु अनेक विशेषताएं आपको उनके जीवन में मिल जायेगी बशर्ते आप खोजना चाहें।

आपके मुहल्ले में आमूक के प्रति -शेष पेज 8 पर