

मन्सा सेवा एक आविष्कार या चमत्कार

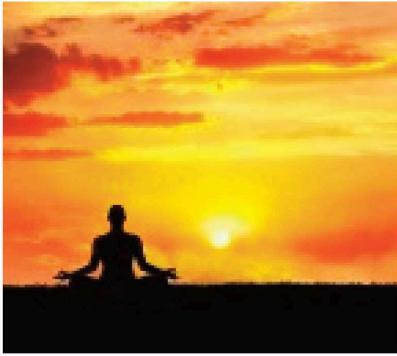
— ब्र.कु.नरेश अग्रवाल अहमदाबाद

मन्सा सेवा एक आविष्कार तथा चमत्कार कहा जाता है — 'मन जीते जगतजीते हैं, मन से हारे हार है।'

मन को सुमन बनाये

आज हम, सबको अपने अधिकार में चलाने की कोशिश करते हैं। कई दफा चलते भी हैं, पर हम ये नहीं सोचते कि हमारा मन हमारे अधिकार में चलता है या नहीं? कई बार अंदर चलते हुए निगेटिव संकल्पों के तूफान को रोकना भी असंभव हो जाता है। फिर ऐसे समय मनुष्य निराशा, हताशा होकर मन को दमन करने की कोशिश करता है। वास्तव में मन को दमन नहीं कर सकते, मन को अमन या दमन करने के बजाए सुमन बनाओ, क्योंकि मन का काम ही है संकल्प करना, वो तो अपना काम करेगा ही, उसे दमन करने की कोशिश करेंगे तो आपको ही तकलीफ होगी। उसे सही दिशा में चलायें। 'जैसे बहता हुआ पानी कभी ठहरता नहीं, उसे कितना भी रोकने की कोशिश करो।' ऐसे ही अपनी विचारधारा को बदल दो, मन को सुमन बनाओ।

मन्सा सेवा की आवश्यकता



आज मनुष्यों को सबसे ज्यादा शान्ति की आवश्यकता है। शान्ति की चाहना तो सभी करते हैं, पर शान्ति के लिए क्या कर रहे हैं? संसार में समस्यायें बढ़ रही हैं, दुनिया के हालात बिगड़ रहे हैं, महंगाई बढ़ रही है, भ्रष्टाचार अपनी चरम सीमा पर है, हर बात हर घटना मन पर एक घाव डाल रही है, छोटी छोटी समस्याओं से मन परेशान हो रहा है, सबसे बड़ी बीमारी मानसिक संतुलन खो देना और इसका नतीजा तनाव का बढ़ना, चिड़चिड़ापन, अकेलापन, भय, यह सब सूक्ष्म समस्यायें बढ़ रही हैं। मनुष्य का जीवन एक मशीन की तरह हो गया है। उसके पास अपनी निजी जिंदगी में झांकने का समय नहीं है। तनाव आम आदमी के जीवन का एक हिस्सा हो गया है। ऐसे समय पर उसे आवश्यकता है शान्ति की और प्रेम की। आज मनुष्यों के पास मुस्कुराने की भी फुर्सत नहीं है। तो आज हर एक को अंतर्मुखी होने की बहुत आवश्यकता है।

कमजोर मन को बनाएं शक्तिशाली

आज संसार में सबसे बड़ी समस्या है मानसिक बीमारी। जो विश्व स्वास्थ्य संगठन ने भी इस पर चिंता जताई है। जैसे बैटरी डिस्चार्ज होने के बाद उसे फिर से चार्ज किया जाता है, वह फिर उतनी ही शक्ति से कार्य करता है। इसी तरह हम सब का मन भी कमजोर हो गया है, शक्तिहीन हो गया है। हम स्वयं को भी चला नहीं सकते, हम अपने कर्मिन्द्रियों के वश हो गए हैं। यह मन नकारात्मक सोचकर, व्यर्थ सोचकर अपनी शक्ति गवां चुका है। अब इस मन को शक्तिशाली बनाने की आवश्यकता है।

मन को शक्तिशाली बनाने

का साधन — राजयोग मेडिटेशन

वास्तव में हमारे अंतर्मन में कई सारी विशेषतायें छिपी हुई हैं जिनका हमें एहसास नहीं होता है। यह राजयोग हमारे अंतर्मन की शक्तियों को जागृत करता है। मन को शक्तिशाली बनाने का साधन है-राजयोग। राजयोग अर्थात् मन को परमात्मा में लगाना। गीता में भी कहा हुआ है, मनमनाभव। यह मंत्र ही यंत्र का काम करेगा। इससे मन को वश में किया जा सकता है। मनमनाभव का अर्थ ही है अपने को आत्मा समझ निराकार परमपिता शिव परमात्मा को याद करना। क्योंकि परमात्मा ही सर्व शक्तिवान है, वही सबको शक्ति देने वाला है। इस तरह राजयोग से मन एकाग्र हो जाता है और हमारी मन्सा शक्तिशाली बन जाती है जिससे हम कई आत्माओं को लाभ पहुंचा सकते हैं।

सबसे बड़ा प्रदूषण-मानसिक प्रदूषण

वर्तमान समय सब प्रकार का प्रदूषण बढ़ता जा रहा है। ध्वनी प्रदूषण, वायु प्रदूषण, जल प्रदूषण...लेकिन इन सबमें सबसे बड़ा प्रदूषण मानसिक प्रदूषण है। जैसे कोई महामारी होती है तो उसके सूक्ष्म किटाणु चारों तरफ फैलते हैं, फिर उससे बचने के लिए विज्ञान द्वारा अलग अलग उपाय किए जाते हैं। उसके किटाणुओं को दवाईयों से मारा जा सकता है, वह बीमारी फिर भी ठीक हो सकती है लेकिन

शान्ति के रोशनी में बदल नहीं सकते हैं। तो मन के इस बेचैनी को दूर करनेवाला केवल एक परमपिता शिव परमात्मा ही है, जिसको याद करने से हमको सुख शान्ति की रोशनी मिलती है।

मन्सा सेवा हर कोई कर सकता है

मन्सा सेवा के लिए कोई सीमा नहीं है। ना समय, ना स्थान की, चलते फिरते कितना भी कार्य में व्यस्त होते हुए भी बिना खर्च हर कोई यह सेवा कर सकता है।

मन्सा दान सर्वश्रेष्ठ दान

जैसे आजकल अन्न दान, वस्त्र दान, धन दान, रक्त दान, नेत्र दान...करते रहते हैं जिससे पुण्य जमा हो जाये। यह स्थूल दान अपनी क्षमता अनुसार करते हैं। लेकिन इससे भी बड़ा दान है मन्सा द्वारा शुभ संकल्पों का दान। दुआयें देना दुआयें लेना जिसका कई गुणा रिटर्न आप को मिलता है। इसलिए डॉक्टर भी कहते हैं, दवाओं के साथ दुआओं की भी बहुत आवश्यकता है। कई बार तो दुआयें ही बचाती हैं क्योंकि दुआओं में शक्ति होती है। इसलिए इस दान जैसा महादान कोई नहीं है।

मन्सा सेवा से फायदे

कहा जाता है बीमारियाँ अनेक-इलाज एक, दवाई एक। वैसे ही समस्यायें अनेक-समाधान एक, उसी प्रकार इस मन्सा सेवा से फायदा ही फायदा है अपना भी, औरों का भी। इससे आप तनाव मुक्त बनेंगे, आपके अंदर शुभ विचार करने की आदत पड़ जायेगी। आपके शुभ संकल्पों से आप किसी बीमार व्यक्ति को ठीक कर सकते हो, किसी के जीवन को भी बदल सकते हो, दुःख अशान्ति आपके जीवन से सदा के लिए भाग जाएगी, अनेकों का कल्याण कर सकते हो...ऐसे बहुत सारे फायदे हैं। हर व्यक्ति खुशी से जी सकता है। जब वह हर एक के प्रति अच्छा सोचेगा, एक दो को सम्मान देगा, शुभ भावना देगा तो आपही तनावमुक्त जीवन जी सकेगा और मन्सा सेवा से यह सम्भव है।

मन्सा सेवा से सबको

शुभ संकल्पों का दान दो

बीमार व्यक्ति के लिए — घर में कोई बीमार पड़े तकलीफ में हों तो अंदर से निकलता है, ये जल्दी ठीक हो जायें। अपनों के लिए जैसे दुआयें निकलती हैं ऐसे ही हम बाकी बीमार व्यक्तियों के लिए भी कभी सोचते हैं क्या? कभी उनके लिए शुभ संकल्प करते हैं? हॉस्पिटल में कितने बीमार व्यक्ति अपनी पीड़ा को सहन कर रहे हैं। उनको दवाईयों के साथ आपके दुआओं की भी आवश्यकता है। तो शुभ संकल्पों की सबसे ज्यादा आवश्यकता है।

बीमार व्यक्ति को — दिन में कम से कम 2 मिनट के लिए हम इतना तो शुभ संकल्प करें, सभी निरोगी बन जाएं, कोई तकलीफ में न हों।

हर व्यक्ति इस मन की बीमारी के भयानक महामारी के चपेट में आ गया है। हरेक इससे छूटना चाहता है क्योंकि दिनोंदिन मनोरोग बढ़ रहे हैं। - शेष पेज 9 पर...



अहमदाबाद। माननीय मुख्यमंत्री नरेंद्र मोदी को दीपावली और नये वर्ष की शुभकामनायें देते हुए ब्र.कु.सरला। साथ में हैं ब्र.कु.अमर।



अवोहर। पांडिचेरी के उपराज्यपाल विरेन्द्र कटारिया को ईश्वरीय सौगात तथा साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु.दर्शना। ब्र.कु.सुनिता।



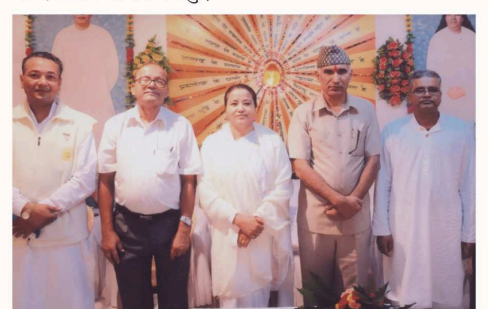
आगरा -कमला नगर। शांतिदूत युवा साइकिल यात्रा का शुभारंभ करते हुए राज्य मंत्री शिव कुमार राठौर, डॉ.हरिराम भदोरिया तथा ब्र.कु.विमला। साथ हैं अन्य भाई बहनें तथा अभियान यात्री।



अनंतपुरा-ओडिशा। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र 'प्रभु समर्पण भवन' का उद्घाटन करते हुए दादी रतनमोहिनी, ब्र.कु.बृजमोहन, ब्र.कु.रामनाथ, ब्र.कु.रानी, ब्र.कु.नीलम तथा ब्रह्माकुमार भाई बहनें।



धुटान। आध्यात्मिक चर्चा के बाद ब्र.कु.उषा कर्नल माथुर स्वामी को ईश्वरीय सौगात देते हुए।



बुटवल-नेपाल। स्नेह मिलन कार्यक्रम के पश्चात् सभापद एवं पूर्व मंत्री विष्णु पौडेल, ब्र.कु.कमला, ने.क.पा.एमाले के राष्ट्रीय पश्चिम सदस्य नंदकिशोर ढकाल, ब्र.कु.नरेंद्र तथा अन्य समूह चित्र में।