हजारीबाग-झारखण्ड। चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन अवसर पर डी.सी. सुनिल कुमार को ओमशांति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु.हर्षा।

राऊरकेला-ओडिशा। राऊरकेला स्टील प्लांट के एम.डी. गौरी शंकर को राखी बांधते हुए ब्र.कु. श्वेता।

रीवा-म.प्र.। आपदा प्रबंधन के सम्मेलन का दीप प्रज्वलन द्वारा उद्घाटन करते हुए मध्य प्रदेश के पूर्व मुख्य अभियंता, ब्र.कु.पीयूष, ब्र.कु.निर्मला।

दिल्ली-रोहिणी। आध्यात्मिक कार्यक्रम में विधायक सुरेन्द्र कुमार को आत्म स्मृति का तिलक देते हुए ब्र.कु.रजनी।

सम्बलपुर। अखिल भारतीय ग्रामीण महिला सशक्तिकरण रैली के उद्घाटन अवसर पर सभा को सम्बोधित करते हुए विधायक दुर्योधन गार्डिया। साथ हैं म्युनिसीपालिटी की पूर्व काउन्सलर अनिता नायक, ब्र.कु.पार्वती, चेयरमैन डेवेलॉपमेन्ट ऑथोरिटी विजय कुमार मोहन्ती,पूर्व संयुक्त जिला न्यायाधीश रघुनाथ मिश्रा, ब्र.कु.आरती।

सांपला-झझर। विश्वविख्यात गूगल बॉय कौटिल्य पंडित को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.वंदना। साथ हैं ब्र.कु.ललित तथा ब्र.कु.सुरेन्द्र।

सदा स्वस्थ जीवन

स्वर्णिम आहार से सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर

ब्र. कु.ललित, शांतिवन

आज इस पृथ्वी जगत में लगभग सभी मनुष्य जो अपने को सभ्य कहलाते हैं, रोगी हैं। ढूँढ़ने पर भी शायद ही कोई मनुष्य आपको मिलेगा जिसने पिछले एक वर्ष में एक भी गोली-दवाई नहीं खाई हो, बाम-आयोडेक्स जैसी क्रीम नहीं लगाई हो। आश्चर्य तो इस बात से होता है कि जो डॉक्टर जिस रोग का विशेषज्ञ होता है, उसी रोग से पीड़ित होकर मर रहा है। आज से 50 वर्ष पहले इतने रोग नहीं थे, इतने विशेषज्ञ नहीं थे, इतनी चिकित्सा पद्धतियां नहीं थी, इतने अस्पताल नहीं थे, रोगों के बारे में इतनी जानकारी नहीं थी, फिर भी आनुपातिक रूप से बहुत कम लोग रोग ग्रसित थे। अगर रोग होते भी थे तो व्यक्ति साधारण प्रयत्नों से ही ठीक हो जाते थे। एक अनुमान के आधार से आज विश्व में छोटे-बड़े सभी प्रकार के कुल मिलाकर 8000 से भी ज्यादा रोग बताये जाते हैं।

आज रोग रूपी रावण भयंकर दैत्य बन चुका है। रामायण की बात याद आती है। रामचन्द्र जी अपने तीर द्वारा रावण का हाथ काटते थे परन्तु पुन: उसके कई हाथ आ जाते थे। सिर काटते थे तो कई सिर आ जाते थे। भीषण युद्ध चल रहा था। रामचन्द्र जी समझ नहीं पा रहे थे कि रावण क्यों नहीं मर रहा है। आखिर इस भीषण युद्ध को समाप्त करने के लिए उन्होंने विभीषण की सलाह ली। विभीषण ने कहा– रामचन्द्र जी रावण ऐसे मरने वाला नहीं है। उसकी नाभि में अमृतकुंभ है। जब तक वह अमृतकुंभ नष्ट नहीं होगा तब तक वह अमर है। फिर क्या था। रामचन्द्र जी ने एक ही तीर चलाया, रावण की नाभि में स्थित अमृतकुंभ को नष्ट किया और रावण मारा गया। हमारे सम्माननीय चिकित्सकगण भी रोग रूपी रावण को खत्म करने के लिए सदियों से भीषण युद्ध कर रहे हैं। परन्तु परिणाम देखा गया है कि रोग रूपी रावण और ही बलशाली होकर हा-हा-हा का अट्टहास कर रहा है। मानो कि इन सब प्रयत्नों हंसी उड़ा रहा हो या वही गोलियां-दवाइयां-इंजेक्शन, उपचार उसे और ही बल प्रदान कर रहे हों। कहीं चूक हो रही है।

उरगुमपेट के.जी.एफ. (कर्नाटक) की लक्ष्मी बहन (33 वर्ष, 9738256513) को 7 वर्ष पुरानी गैस की बीमारी ठीक, हिमोग्लोबिन 7 से बढ़कर 11, वजन 10 किलो कम, गुस्सा और व्यर्थ चिन्तन समाप्त, उनकी माता जी का डायबिटीज़ और थायराइड सामान्य हुआ, पिताजी को 350 तक शुगर हो जाता था, वह अभी 130 पर रहता है, बी.पी. सामान्य, पीठ दर्द के कारण आधा घण्टा नहीं बैठ सकते थे, अब दर्द बिल्कुल गायब।

आगे हम देखेंगे कि रोग होते क्यों हैं? अलग-अलग रोगों के लिए अलग-अलग कारण हैं या सभी रोगों का एक ही कारण है? तो आइये, स्वर्णिम आहार पद्धति को अपनाकर इन गोली-दवाई-इंजेक्शन-बीमारी-अस्पताल-डॉक्टर-इलाज से मुक्ति पायें और सदा स्वस्थ जीवन का ईश्वरीय जन्मसिद्ध अधिकार प्राप्त करें। स्वर्णिम आहार पद्धति ओम शान्ति मीडिया के सितम्बर-11,2013 अंक में बताई गई है।

अधिक जानकारी- सदा स्वस्थ जीवन पुस्तक और डीवीडी, आप ले सकते है।

M - 07791846188
healthywealthyhappyclub@gmail.com

अपने रचनात्मक विचारों को क्रियान्वित करें

प्रश्न:-क्या निर्माणता ही हमारे थॉट को क्रियेट करती है?

उत्तर:- निर्माणता हमारे थॉट का चुनाव करती है। क्रियेट तो हम कर ही रहे हैं। एक तरह से हम अपने ऊपर काम कर रहे हैं, क्रियेटिविटी की अवेयरनेस के साथ हम अपनी थॉट क्रियेट करें। दूसरी तरफ से हम अपनी ही क्रियेटिविटी को खत्म करते जाते हैं। कहां तो हम एक तरफ से बात करते हैं कि कोई भी सिनारियों में हमें डिटैच होकर रहना है ताकि उस परिस्थिति का प्रभाव मेरे ऊपर न पड़े। अभी तो टी.वी. और मूवी का ही प्रभाव इतना पड़ रहा है।

प्रश्न:- हम उसमें इन्वॉल्व हो जाते हैं। चाहे वो नॉवेल की बात करते हैं, किताब की बात करें या मूवी की बात करें या फिर सिरियल की बात करें तो ये कहीं न कहीं उत्तेजना बढ़ाने वाला है। हम क्यों उसको इतना पसंद करते हैं?

उत्तर:- उसका कारण यह है कि जो उत्तेजना मेरे अंदर है, वो हमारे चिंतन करने की शक्ति को बंद कर देती है। जिसके कारण मैं कोई भी चिंतन नहीं कर सकती हूँ, जैसे कि मेरे सोचने का काम भी वो करने लगता है।

प्रश्न:- वो मुझे पैक कर-कर के बने बनाए थॉट दे रहा है।

उत्तर:- यह बहुत अच्छा कहा आपने कि वो मुझे बने बनाये थॉट दे रहा है। अब यही थॉट प्रोसेस आगे भी चलता है। मेरे को कुछ नहीं करना पड़ रहा है यहां पर हर कोई मेरे लिए कर रहा है। क्योंकि वो मेरे मन की शक्ति को अपने नियंत्रण में ले लेता है। तब हम कहते हैं कि मूवी बहुत अच्छी है।

प्रश्न:- एक बार किसी ने मुझे कहा कि इस फिल्म को देखकर मैं इतना खुश हुआ जैसे कि हमने सारे इमोशन्स को जी लिया।

उत्तर:- आप भले देखें वो सारा, लेकिन हमें ये ध्यान रखना पड़ेगा कि इसका प्रभाव फिर हमारे दिन-प्रतिदिन के जीवन पर पड़ता है। अभी तो हम थोड़ी देर के लिए टी.वी. के एक्टर्स थे, लेकिन जब फिर आप वास्तविक जीवन में सारा दिन एक्टर के साथ होंगे, तब भी अगर मेरे माइंड ने वो पावर खो दी तब हमारा यही बिलीफ बनता है कि 'परिस्थिति मेरी थॉट को क्रियेट करती है' क्योंकि मेरे माइंड के अंदर वो पावर धीरे-धीरे खत्म होती जाती है, इसे हम मीडिया का प्रभाव भी कह सकते हैं। मीडिया का प्रभाव कितना है आज के बच्चों पर! मीडिया का प्रभाव क्या है?

ब्र. कु. शिवानी

आप कोई एक विशेष सीरियल, जैसे कि बच्चे का कार्टून देख रहे हैं, कार्टून में भी आज हिंसा दिखायी जाती है। इस सीरियल के द्वारा हमारे अंदर जो इन्फॉरमेशन गयी वो हमारे थॉट को क्रियेट करने लगती है। अब वो हिंसा की इन्फॉरमेशन लेते गये... लेते गये, फिर उसी क्वालिटी की थॉट क्रियेट होती गयी और हर रोज उसी को देखते..देखते.. हमारे अंदर घृणा के संस्कार क्रियेट होने लगते हैं फिर वही हमारी पर्सनालिटी का हिस्सा बन जाता है, फिर वही चीज हमारे व्यावहारिक जीवन में आती है। तब कहते हैं कि यह मीडिया के प्रभाव में आ गया।

प्रश्न:- मैं आज अपने थॉट को खुद क्रियेट करने की कोशिश कर रही थी लेकिन मेरा बिलीफ सिस्टम जो मेरे साथ चल रहा था वो इतना स्ट्रांग होता था कि मैं उसको ओवरपार नहीं कर पा रही थी माना कि मैं कोई दूसरा थॉट क्रियेट नहीं कर पा रही थी। और आज मैंने अपने आपको ऐसे परिस्थिति में, ऐसे माध्यम में चाहे वो टेलीविजन है, चाहे वो सीरियल है, चाहे वो फिल्म है या फिर वो नॉवेल है, हर परिस्थिति में मेरी थॉट क्रियेट करने की या सही थॉट चुनने की जो शक्ति है उसको बंद कर दिया या उसको खत्म कर दिया।

उत्तर:- उसमें भी अब क्या हो रहा है यह तो हानिकारक है ही। आप जो रोज देख रहे हैं उसकी क्वालिटी क्या है, जब हमें ये समझ में आता है कि मीडिया हमारी थॉट पावर पर कितना गहरा प्रभाव डाल रही है, तब और भी हमारी जिम्मेवारी हो जाती है कि हम किस तरह का प्रोग्राम देखें या मैं किस क्वालिटी का प्रोग्राम फीड कर रहा हूँ, क्योंकि वो हमारी थॉट को क्रियेट कर रहा है। अब अधिकतर जो हमारे सीरियल्स हैं उसमें हरेक या तो एक दूसरे की नकल कर रहा है, किसी का विश्वास तोड़ रहा है, कोई किसी के विरुद्ध हेर-फेर कर रहा है।

प्रश्न:-कई बार लोग कहते हैं कि समाज में जो हो रहा है यह उसी का आईना है।

उत्तर:- समझो अगर कहीं थोड़ा-थोड़ा कुछ हो भी रहा है लेकिन अगर इतने सब लोग उसको रोज देखते जायेंगे उसके थॉट्स का प्रभाव कहीं न कहीं वो मेरे घर में पड़ना शुरू हो जायेगा क्योंकि वो मेरे मन में होना शुरू हो गया। टी.वी. का प्रभाव घर पर नहीं है, टी.वी. का प्रभाव हरेक के मन पर है फिर हरेक की सोच वैसी बनने लगती है। अगर मैं रोज एक सीरियल देखूं जिसमें मुझे ये दिखाया जाए कि किसी पर विश्वास नहीं करना चाहिए, आज तो घर के अपने ही परिवार वाले घर वालों को धोखा दे रहे हैं। मैं रोज...रोज...रोज... ये देखूं तो हमारे मन पर उसका प्रभाव पड़ेगा ही। क्रमश: