



जयपुर। सुमित्रा पतौडिया जी को मोमेंटो प्रदान करते हुए ब्र.कु. शीतल।



चित्तौड़गढ़। कलर्स चैनल की प्रसिद्ध कलाकार रश्मि देसाई को आध्यात्मिक चर्चा के बाद ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. अनीता।



धड़गाव। चिकित्सा शिक्षा और बागवानी मंत्री डॉ विजय कुमार गावित को शॉल ओढ़ाकर नारियल देते हुए ब्र.कु. सरला।

आपकी खुशी आपके साथ



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 गूढ़ रहस्यों को स्पष्ट करता हुआ "पीस ऑफ माइंड चैनल, आपके शहर में उपलब्ध है।

Enquiry Mob. 18602331035,
83020222022, channel-697

सूचना- ओम शान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ई.मेल, वेब-साइट तथा सॉफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें-

Email- mediabkm@gmail.com
M-8107119445



आपका जीवन सुख-शांति, समृद्धि एवं ज्ञान प्रकाश से आलोकित रहे। दीपावली के पावन अवसर पर ओमशान्ति मीडिया के सभी पाठकों को बहुत-बहुत बधाई।

प्रश्न : मेरी आँख रात में कभी 2 बजे व कभी 4 बजे खुलती है और उठते ही मुझे बहुत क्रोध आता है। किसी अन्य पर नहीं, स्वयं पर ही। मुझे इसका कारण समझ में नहीं आता। मुझे उपाय भी बतायें कि मैं क्या करूँ जो शांति के इस मुहुर्त में मेरा चित्त अ-शान्त न हो।

उत्तर : इसका कारण तो अति सूक्ष्म ही है। पूर्व की बदले की भावना उस समय आपके अन्तर्मन में जागृत हो जाती है। कारण तो पूर्व जन्मों का ही है। अब इसका निवारण दो विधि से करना है।

प्रथम.. प्रतिदिन अमृतवेले उन आत्माओं को क्षमा कर दो जिन्होंने आपको कष्ट दिया है। इससे आपका चित्त शान्त हो जाएगा।

आपको स्वयं पर ही क्रोध आता है- इसका सूक्ष्म कारण, आपसे हुई गलतियाँ हैं। अतः आप स्वयं को भी क्षमा कर दो। ये दोनों काम 21 दिन तक करो।

दूसरा.. सोने से पूर्व 21 बार ये संकल्प करके सोना कि मैं विजय रत्न हूँ, एक शान्त स्वरूप आत्मा हूँ, मेरा चित्त शान्त हो गया है और जब भी क्रोध आए - यही संकल्प 7 बार कर लेना। हो सके तो कुछ क्षणों के लिए उस स्थान को भी बदल देना। बस यह स्थिति बदल जाएगी।

प्रश्न : मेरी आयु 50 वर्ष है। एक वर्ष से मेरा वजन 20 किलो घट गया है। मुझे रात को नींद भी नहीं आती व संकल्पों की गति बहुत तेज हो गई है। डॉक्टरों ने सब कुछ चेक कर लिया। उन्हें कुछ भी कारण व निवारण समझ नहीं आया। मैं कमजोर हो रहा हूँ। प्लीज कोई उपाय बतायें।

उत्तर : आपकी समस्या का मूल कारण है संकल्पों की गति तेज होना, उससे नींद ठीक नहीं होती। नींद में भी आपको बहुत संकल्प चलते होंगे। मन ज्यादा ही जागृत हो गया है। नींद न आने से भोजन ठीक से नहीं पचता क्योंकि सारा रक्त ब्रेन को जाता रहता है। आपको संकल्पों को सामान्य करना होगा।

इस हेतु पहले दो प्रयोग प्रारम्भ करें। सवेरे आँख खुलते ही 108 बार लिखें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और सोने से पूर्व 108 बार लिखें कि मैं एक महान आत्मा हूँ। साथ ही साथ सारे दिन में कर्म करते हुए भी कम से कम 25 बार इन्हें याद करें।

एक अव्यक्त मुरली प्रतिदिन पढ़ें व उसकी मुख्य बातें लिखें। धीरे-धीरे मन शान्त होगा, फिर एक घण्टा प्रातः व एक घण्टा शाम को राजयोग का

अभ्यास करें। संसार में मन की बीमारियाँ बढ़ती जा रही हैं इसलिए सदा खुश रहना है। मैं खुश कैसे रह सकता हूँ - इसके 10 प्वाइन्ट लिखें। साथ-साथ दूसरों को देखना, उनके बारे में सोचना, ईर्ष्या-द्वेष व बदले की भावना को विदाई दे दें। आपका स्वास्थ्य अच्छा हो जाएगा।

प्रश्न : मुझे ऊँचाई से बहुत डर लगता है। मैं 25वीं मंजिल पर रहती हूँ। जब नीचे देखती हूँ तो अति भयभीत हो जाती हूँ। यहाँ अप्रैल में भूकम्प आया तो मैं अपने 2 बच्चों को गोद में लेकर भागती हुई सीढ़ियों से उतरी। तब से तो मेरा जीवन भय में ही बीत रहा है। मुझे इससे मुक्ति की विधि बतायें।

उत्तर : आपके अन्तर्मन में पहले ही भय समाया था। इस घटना ने उसे जागृत कर दिया। अवश्य ही पूर्व जन्म में ऊँचाई से गिरने से आपकी मृत्यु हुई है।

प्रतिदिन सवेरे उठते ही 21 बार याद करना - मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ तथा निर्भय हूँ। सच्चे मन से यह आभ्यास करना। आपको निर्भय होने के लिए अ-शारीरी पन का अभ्यास 3 मास तक हर घण्टे में 2 बार करना है। संकल्प करना कि मैं आत्मा अलग और यह देह अलग। फिर चिन्तन करना कि मैं अजर अमर अविनाशी आत्मा हूँ। मैं तो मरती ही नहीं, मरता तो यह देह है।

सारे दिन में 5 बार बाबा का आह्वान करना व अनुभव करना कि बाबा का हाथ मेरे सिर पर है। तीन मास करना। ऐसा करने से आपका भय खत्म हो जाएगा। कभी अचानक डर लगने से तुरन्त 21 बार याद कर लेना कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ।

प्रश्न : मैं एक कुमार हूँ। मैं दस वर्ष ज्ञान में चला, फिर मैंने बुरे संग में आकर ज्ञान छोड़ दिया, बहुत विकर्म कर लिये। अब मैं पुनः ज्ञान में आ गया हूँ, परन्तु खुशी नहीं रहती, योग भी नहीं लगता, अब मैं क्या करूँ?

उत्तर : भगवान का बनकर, उसे छोड़ देना- यह स्वयं में ही बहुत बड़ा दुर्भाग्य है, इसलिए बुरे संग से बचने का बाबा बहुत इशारा देते हैं। क्योंकि आपने भगवान को तो छोड़ा ही, परन्तु बहुत विकर्म भी कर

शुभ दीपावली

जगमग - जगमग दीप जलें
रोशन घर का हो हर कोना।
प्रकाश के जैसे उज्ज्वल तन हो
जन - जन स्वजन और निर्मल मन हो।
रोशनी का आगाज जहां हो
तुम वहां हो हम वहां हों।
दूर तम के अंधकार हों
मीठे सुर हों मीठी ताल हो।
शुभकामनाएं हैं यही हमारी
सतरंगी हर दीवाली हो।

लिये तो उसकी सजा तो आपको यही मिल रही है कि आप खुश नहीं रह सकेंगे।

आप पास्ट को भूलकर अब आगे की ओर बढ़ो। जितने पाप किये हैं, उससे 100 गुणे पुण्य करो। स्थूल यज्ञ सेवा में लग जाओ। इससे पहले-पहले तो आपकी खुशी लौटेगी, फिर कुछ होगा। विकर्मों के कारण आपकी वृत्ति अति दूषित हो चुकी है, उसे स्वच्छ करने की साधना करो। आत्मिक दृष्टि की, अशरीरीपन की व स्वमान की साधना। हर घण्टे में 3 बार ये अभ्यास 6 मास तक अवश्य करें, तब देहभान व दैहिक दृष्टि समाप्त होगी।

दस-दस मिनट बैठकर 4 बार कमेन्ट्री की मदद से योग लगाओ। सवेरे उठते ही 108 बार लिखो - मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ तथा रात्रि सोने से पूर्व 108 बार लिखो - "मैं एक महानात्मा हूँ"। 6 मास ये सब साधनाएं करो। अमृतवेले अवश्य उठना व मुरली कभी भी मिस न करना।

प्रश्न : मैं वकील हूँ, मेरा पति भी वकील है। मैं अकेली ही ज्ञान में हूँ। यद्यपि मेरा पति मेरा पूर्ण सहयोगी है परन्तु उन्हें पवित्रता अच्छी नहीं लगती। मैं चाहती हूँ कि वे भी पवित्र बनकर शिव बाबा से सम्पूर्ण वसा लें। इसके लिए मैं क्या करूँ?

उत्तर : ज्ञान लेना, राजयोग सीखना व पवित्र बनना - ये चारो युगों में सर्वश्रेष्ठ भाग्य है क्योंकि इनसे परमात्म मिलन होता है। परन्तु इसके लिए उनका श्रेष्ठ भाग्य व पुण्य कर्म होने ही चाहिए।

पहला - आपका काम है, उन्हें पवित्र भोजन खिलाना। इसके लिए भोजन बहुत प्यार से बनाना है तथा 108 बार यह याद करते हुए बनाना है कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। इससे भोजन पवित्र हो जाएगा। और जब उन्हें खिलाओ तो यह संकल्प करना कि इस ब्रह्माभोजन को खाकर इनका चित्त शुद्ध हो जाए और ये ईश्वरीय मार्ग पर आ जायें।

दूसरा - कम से कम आधा घण्टा रोज उनके लिए राजयोग का अभ्यास करना है। रोज एक ही निश्चित समय पर करें व इस स्वमान से करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ व विश्व कल्याणकारी हूँ। यह अभ्यास तीन मास तक करना है।

तीसरा - प्रतिदिन 5 बार उन्हें आत्मा देखकर यह याद करना है कि ये देव कुल की महान आत्मा है, भगवान का बच्चा है। यह अभ्यास भी तीन मास करना है, बस उनका कल्याण हो जाएगा।