



**धामनोद-म.प्र.**। मध्यप्रदेश के मुख्यमंत्री शिवराज सिंह चौहान को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.प्रीति तथा ब्र.कु.दयाराम।

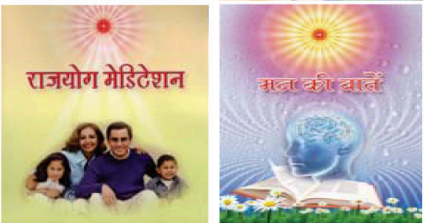
## आपकी खुशी आपके पास



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। Enquiry Mob. 8140211111 channel-697

**सूचना-** ओमशान्ति मीडिया में सेवा के लिए हिन्दी व अंग्रेजी भाषा की जानकारी रखने वाले भाइयों की आवश्यकता है। ईमेल, वेबसाइट 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 सरिता उपलब्ध है। इसे आप ओम शान्ति मीडिया, शांतिवन कार्यालय से प्राप्त कर सकते हैं।

**प्रश्न :** मैं एक अधर कुमार सेवाधारी हूँ। मैं यह जानना चाहता हूँ कि सेवा की सफलता धन से होती है या त्याग से व सादगी से होती है? कई लोग धन खर्च करके सेवा करते हैं परन्तु कोई भी ज्ञान में चलता नहीं।

**उत्तर :** अध्यात्म की शक्ति त्याग व सादगी में है। धन की अधिकता अध्यात्म के तेज को छुपा लेती है। फिर धन की शक्ति से वारिस तो नहीं निकल सकते। सेवा में धन बहाना नहीं चाहिए। त्याग व सादगी से ही देवात्माओं को आकर्षण होता है। क्योंकि हमें दैवी कुल की आत्माओं को पुनः देवतुल्य बनाना है। उसमें सबसे ज्यादा काम करती है हमारी पवित्रता व योग बल। पवित्रता की तरंगें देव कुल की आत्माओं को आकर्षित करती हैं। यदि पवित्रता कम तो सेवा का परिणाम भी कम होगा।

वातावरण में यदि त्याग व योग के वायब्रेशन्स होंगे तो देव कुल की आत्माएं खिंच खिंच कर आयेगी। इसलिए जहां सेवा हो, वहाँ योग का कार्यक्रम भी चलता रहे तो ज्यादा सफलता मिलेगी। सेवास्थान के वायब्रेशन्स व सेवा करने वालों के वायब्रेशन्स जितने श्रेष्ठ होंगे उतनी ही सेवा सफल होगी। इसलिए ध्यान रहे, सेवा में कभी भी टकराव न हो। मनमुटाव होने से सेवा का परिणाम जीरो पर आ जाएगा।

बिना धन के योग-बल से यदि आप सेवा करना चाहते हैं तो एक, तीन या पाँच लोगों का ग्रुप बनाकर एक घण्टा प्रतिदिन 21 दिन तक योग करें व योग के बाद देव कुल की आत्माओं का आह्वान करें कि यहां चारों ओर जो भी देव कुल की आत्माएँ हों, वें भगवान से मिलने आ जाओ। योग से पूर्व इन स्वमानों का अभ्यास करें...मैं एक महान आत्मा हूँ, इष्ट देव/देवी हूँ, विश्व कल्याणकारी हूँ व पूर्वज हूँ। इससे सेवा में वन्दरफल सफलता होगी।

**प्रश्न :** मैं एक कुमार हूँ। पहले मैं कई वर्ष ज्ञान में चला, फिर मैंने ज्ञान छोड़ दिया, बहुत विकर्म किये अब फिर से ज्ञान में आया हूँ, परन्तु मेरी खुशी नष्ट हो गई, पुरुषार्थ का उमंग उत्साह आता ही नहीं। अब मैं नये सिरे से पुरुषार्थ कैसे प्रारम्भ करूँ...?

**उत्तर :** काम वासना समस्त पुण्यों को नष्ट कर देती है। बाबा का बनकर उसका हाथ छोड़ देना माना भगवान को धोखा देना और इसका परिणाम यह होगा कि जन्म-जन्म धोखा मिलेगा और जो आत्माएं भगवान को समर्पित होकर फिर किसी मनुष्य को समर्पित होती हैं वे तो दुर्गति

## स्वतंत्रता के ...

-पेज 9 का शेष

सकती। वे कहेंगे कि ऐसी सर्वांगीण स्वतंत्रता तो मनुष्य का एक सुखद स्वप्न ही हो सकती है परन्तु यह स्वतंत्रता सत्य नहीं हो सकती। परन्तु मनुष्य को इस सृष्टि की वह अवस्था एवं जमाना नहीं मालूम कि जब यहाँ सब प्रकार की स्वतंत्रता सर्वोन्मुखी अथवा सार्वभौम रूप में सभी को सुख-शान्ति से प्रसन्न-वदन और प्रसन्न चित्त करती थी। मनुष्य को अतीत और अनागत के भेद नहीं मालूम क्योंकि मनुष्य के पास तो दो चर्म-चक्षुओं के सिवा वह आँख नहीं है कि जिससे गतकाल तथा भविष्य काल के वृत्तान्तों को या दृश्यों को देखा जा सकता है। वह दिव्य नेत्र केवल एक परमपिता परमात्मा शिव ही के पास है जो 'त्रिकालदर्शी' अथवा 'त्रिनेत्री' है।

अब उन्हीं परम कल्याणकारी, परम स्वतंत्र, परमपिता परमात्मा ने हमें वह दिव्य चक्षु देकर दिखाया है कि उस मनोरम अतीत काल सतयुग और त्रेतायुग में सभी नर-नारी और जीव प्राणी पूर्ण रूपेण स्वतंत्र थे। तब न तो उनकी देह रोग, बुढ़ापे या दुर्बलता के अधीन होती थी, न मनुष्यों को आर्थिक या मानसिक परतन्त्रता होती थी, न ही प्रकृति उन्हें किसी प्रकार का कष्ट या क्लेश देती थी। अतः उस काल के लोग सही मायनों में 'दैवी-देवता' या 'जीवनमुक्त' थे। उक्ति प्रसिद्ध है कि 'प्रकृति उनकी दासी थी', 'यथा राजा तथा प्रजा' सभी दैवी मर्यादा के अनुसार बर्ताव करते थे, कोई भी निर्धन न था, उनकी कंचन-काया थी, अकाल मृत्यु नहीं होती थी, उन्हें किसी भी प्रकार का दुःख न था।

का मार्ग बनाती हैं। हर जन्म उन्हें उसका फल भुगतना पड़ेगा। आपने क्योंकि बहुत विकर्म कर लिये तो उनकी अत्यधिक सजा मानसिक रूप से प्राप्त होगी। यदि आप मानसिक पीड़ा से बचना चाहते हैं तो रोज 4 घण्टे यज्ञ सेवा में दो और जितने विकर्म किये, उससे 100 गुणा ज्यादा पुण्य कर्म करो।

जो कुछ आपने किया वे दृश्य मन पर तो अंकित हो गये अब योग में मुश्किल तो है परन्तु दो बार अव्यक्त मुरली पढ़ो। अमृतवले उठो व उठकर पाँच स्वरूपों का अभ्यास कई बार करो। फिर क्लास में जाओ। जो सहज हो सकता है, वो करो, जो नहीं हो सकता है उसे छोड़ दो। आप एक स्वमान प्रतिदिन ले लो व उसे सारे दिन में 108 बार याद करो। इससे धीरे धीरे मन शक्तिशाली हो जाएगा। यह अभ्यास तीन मास अवश्य करें।

**प्रश्न :** मेरा मोह बहुत है। मुझे बच्चों से भी मोह है व वस्तुओं से भी बहुत मोह है। मैं जानती हूँ कि यह मोह मुझे भावुक बनाता है। मेरी बुद्धि इन्हीं में लगी रहती है। मैं मोह को जीतकर योगी बनना चाहती हूँ परन्तु समस्या यह है कि मुझे मेरा ही मोह अच्छा भी लगता है व इसे छोड़ने में डर भी लगता है।

**उत्तर :** यह बात सत्य है कि मनुष्य को अपना ही मोह अच्छा भी लगता है क्योंकि यह प्रेम के अति समीप है। अन्तर यही है कि प्रेम पवित्र है व मोह अशुद्धि है। प्रेम एक सद्गुण है और मोह बड़ा अवगुण। मनुष्य को मोह स्थान से भी होता है व वस्तुओं से भी, इसे ममत्व कहते हैं। मोह का कारण है मेरापन। मनुष्य का मोह उनमें ही होता है जिन्हें वह अपना समझता है। चाहे मेरे बच्चे, मेरा पति, मेरी माँ, मेरी पत्नि, मेरी कार, मेरी सम्पत्ति, मेरी सामाग्री आदि। यह भी सत्य है कि ये मेरी है व इनकी हमें सम्भाल भी करनी है पर क्योंकि अब कल्प का अन्त आ गया है और हमें सब कुछ छोड़कर परमधाम वापस जाना है। इसलिए अब मोह को छोड़ना अति हितकर है। यदि मोह नहीं जीता तो न तो योगी बन पायेंगे, न ईश्वरीय सुख ले पायेंगे और न ये अनुभव होगा कि बाबा मेरा है तथा



आत्मा सदा सुखी नहीं बन पायेगी।

इस मेरे-पन को तो छोड़ना ही होगा। ऐसा अभ्यास करो कि मेरा कुछ भी नहीं है। ये बच्चे व अन्य सम्बंधी आत्माएं हैं। इस जन्म से पहले ये सब हमारे साथी नहीं थे और न अगले जन्म में रहेंगे। ये छोटा सा सफर है। ये सब आत्माएं हैं। जिस वस्तु से ममत्व हो, उसे देखकर यह भावना लाओ कि ये सब विनाशी हैं। हमारी भविष्य प्राप्तियों के समक्ष तो ये कुछ भी नहीं है। साधनों को यूज करो और न्यारे हो जाओ। जितना जितना अशरीरी पन का व आत्मिक दृष्टि का अभ्यास बढ़ायेंगे, उतना उतना ही निर्मोही बनते जायेंगे। साथ साथ स्वदर्शन चक्रधारी बनते चलें व इस स्मृति को बढ़ायें कि अब 5000 वर्ष का सफर पूर्ण हो रहा है, हमें सब कुछ छोड़कर घर जाना है।

**प्रश्न :** मुझे बहुत डर लगता है...मैं एक माता हूँ...विशेष रूप से ट्रेन से बहुत डर लगता है। तीन वर्ष से मैं ट्रेन में नहीं चढ़ी हूँ। मैं भय-मुक्त होकर ट्रेन में यात्रा करना चाहती हूँ, मुझे विधि बताओ।

**उत्तर :** भय भी एक महारोग है। मुख्य रूप से तो मनुष्य के पाप ही उसे भयभीत करते हैं। आपको ट्रेन से डर लगता है। इसका कारण पूर्व जन्म में ट्रेन से आपकी मृत्यु हुई है। मृत्यु के समय मनुष्य को तब बहुत भय होता है जब मृत्यु अति कष्टकारी होती है और यह अन्तर्मन में अंकित हो जाता है जो अगले जन्म में भी चलता है। पानी में डूबकर जिनकी मृत्यु हुई हो, उन्हें पानी से डर लगता है। ऊँचाई से गिरकर जिनकी मृत्यु हुई हो उन्हें ऊँची इमारतें देखकर भी डर लगता है। इस भय को अन्तर्मन से नष्ट करना है। कुछ अभ्यास आपके लिए लिख रहे हैं। कम से कम 21 दिन तक इनका अभ्यास करना। यह 21 दिन की साधना आपको मृत्यु के भय से मुक्त करेगी और आप रेल यात्रा का आनन्द ले सकेंगी। सबेरे आँख खुलते ही 21 बार याद करना - मैं सर्वशक्तिवान की सन्तान मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और निर्भय हूँ। रात को सोने से पूर्व यही अभ्यास करते करते सो जाना। इससे आपकी सोई हुई शक्तियाँ जागृत हो जायेंगी और भय लोप हो जायेगा। प्रतिदिन, सारे दिन में 21 बार ये अभ्यास करना कि मैं इस देह से न्यारी अजर अमर अविनाशी आत्मा हूँ। मैं मरती ही नहीं। मरता तो ये शरीर है। ये देह है भी विनाशी। सच्चे मन से स्वयं को अमर आत्मा महसूस करना। मृत्यु का भय समाप्त हो जाएगा।

## प्रेम व सहानुभूति ...

-पेज 1 का शेष

रही हूँ। राजयोग के इस नियमित अभ्यास से मेरे अन्दर तनाव में कमी आयी है, खुशी के स्तर में वृद्धि हुई है तथा पारिवारिक जीवन भी पहले से ज्यादा खुशहाल हो गया है।

ओ.आर.सी के हैप्पी हेल्थ सेन्टर के मेडिकल ऑफिसर डॉ.दुर्गेश ने कहा कि केवल दवाईयों से रोगी ठीक नहीं हो जाता है। उचित दवाईयों के साथ ही साथ चिकित्सक, नर्स एवं फार्मासिस्ट का व्यवहार भी रोगी के उपचार में महत्वपूर्ण कारक होता है। इनके अच्छे व्यवहार से मरीज शीघ्र स्वस्थ हो जाता है। यदि हमारा व्यवहार एक दूसरे से अच्छा होगा तो हमारी खुशी में सौ गुनी ज्यादा वृद्धि होगी। ब्र.कु.लक्ष्मी ने कहा कि व्यस्त जीवन में राजयोग का नियमित अभ्यास अत्यंत आवश्यक है। इससे हमारे बिगड़े कार्य बन जाते हैं तथा हमारी आत्मोन्नति भी होती है। मंच संचालन ब्र.कु.रंजना ने किया।

## यात्रा से परमात्मा ...

-पेज 3 का शेष

### भगवान के हाथ का अंगूर

एक बार बाबा ने मुरली पूरी की और झोपड़ी के पास बगीचे में गये। मैं भी बाबा के साथ था। उन्होंने एक अंगूर तोड़कर मेरे मुख में डाल दिया। फिर पूछा, कैसा है? मैंने कहा, बाबा बहुत मीठा है। मन में भावना उठी, भगवान के हाथ से अंगूर मिले, उससे ज्यादा मीठा क्या होगा? एक बार मैंने बाबा से प्रार्थना की बाबा, मुझे आपके साथ फोटो खिंचवाना है। पहले बाबा ने कहा, बाबा फोटो नहीं खिंचवाते, फिर कहा, अच्छा चंद्रहास को बुलाओ। मैंने बुलाया। बाबा खड़े हो गये। बाबा ने चंद्रहास को डायरेक्शन दिया, फोटो निकालो। चंद्रहास ने फोटो निकाला। तीन फोटो निकाले, फिर बाबा चले गये, रूके नहीं। लेख के साथ छपा फोटो वही है जिसमें बनारस की सुरेन्द्र बहन तथा एक थाइलैंड का भाई भी है।