

अब इसको कर्म में कैसे लाएँ
आपने देखा कि दूसरी श्रृंखला में हमने किस बात पर अपना ध्यान केंद्रित किया कि हमने ज्ञान भी ले लिया और अनुभव भी कर लिया। परंतु कईयों को इसके बाद भी सफलता नहीं मिलती, इसका कारण क्या हो सकता है इस पर हम प्रकाश डालेंगे।

यदि किसी व्यक्ति को किसी कार्य में 15 साल का अनुभव है परन्तु वो उसे कर्म में नहीं लाता तो वह किसी काम का नहीं है। क्योंकि ऊर्जा कहीं से आती है यह हमें नहीं पता। पहली श्रृंखला में हमने बात की थी फीलिंग और इमोशन की। तो फीलिंग और इमोशन को अंतिम समय तक साथ रहेंगे। यदि आपको फीलिंग और इमोशन दोनों को दिशा देना नहीं आया तो ऊर्जा नहीं आ सकती। विश्वास से उद्देश्य बदलते हैं तो आपको क्या करना है, अपने फीलिंग और इमोशन को बदलना है। यदि आपको निर्गोटिव इमोशन दिखे तो आप छोड़ दो और यदि पॉजिटिव इमोशन दिखे तो करो। जैसे आप शुरू करेंगे कार्य करना, एक स्थिति ऐसी आएगी जहाँ आपका उद्देश्य आपका

विश्वास बन जाएगा। उदाहरण के लिए यदि मदर टेरेसा हैं, उनका उद्देश्य बिल्कुल साफ है, कि मुझे दया और सहानुभूति के साथ ही रहना है तो विश्वास में क्या बाहर आएगा, दया और सहानुभूति। ऐसे ही दूसरा ऐतिहासिक उदाहरण गांधीजी का है, जिनका उद्देश्य अहिंसा था जो उनका विश्वास बन गया। अब जब यदि अहिंसा की बात आएगी तो गांधीजी का पहला उदाहरण होगा। दोनों एक-दूसरे में मर्ज हो गए। पर्पज आपका बिलोफ बन गया। गलती लोग कहीं कर रहे हैं कि अपनी फेम या नाम, मान, शान को पर्पज बनाकर कार्य कर रहे हैं। इसलिए वे अटक हुए हैं। ये अल्पकाल का है। यदि आपका फेम किसी से ज्यादा होगा तो ईगो आ जायेगा और यदि कम होगा तो ईर्ष्या होगी। तो आप सिर्फ अपना उद्देश्य आऊट-कम पर नहीं ले जाएँ, बस कर्म पर फोकस करें। यदि उद्देश्य इमानदारी है तो इमानदारी ही है, बीच में बदलें नहीं।

तो फिर क्या बदलें?

तो कार्य में लाने के लिए हमें अपने उद्देश्य को बदलना होगा। वही उद्देश्य आपका विश्वास बन जायेगा, वही आपका भाव बन जायेगा तथा उसी की महसूसता सभी करने लगेंगे। जब

आकर्षण बनाम प्रेम

उद्देश्य आपका विश्वास बनता है तो मन तथा उसके अनुसार शरीर उसको फॉलो करता है।

अगर किसी कार्य को हमें फीलिंग्स के आधार पर परिवर्तन करना है, तो फीलिंग्स और कुछ नहीं आपके अंदर छुपा हुआ विश्वास ही तो है, मान्यता ही तो है। अगर आपको जिंदगी में कुछ भी बदलना है तो फीलिंग्स के आधार पर नहीं बदलना है। विश्वास बदला तो उसके आधार से भाव बदले, भाव के आधार से अन्तरम भावनाएं बदली अर्थात् फीलिंग्स के आधार से इमोशन्स से ऊर्जा बदली। अब ऊर्जा बदली तो आप बदले और आप बदले तो दुनिया बदली। कर्म करने की प्रेरणा कहीं से आई, इमोशन्स से, और फीलिंग्स तथा इमोशन्स, उद्देश्य से आते हैं। तो उद्देश्य या तो आप खुद बनाओगे व उसके आधार से लक्ष्य निर्धारित करोगे या लक्ष्य के आधार से उद्देश्य बनाओगे। यदि आपने लक्ष्य के आधार से उद्देश्य बनाया तो आप उसे काम के भाव से लेंगे कि क्या फर्क पड़ता है, काम तो चल रहा है ना, पैसा तो आ रहा है ना। अरे नहीं भाई, मेरा एक

उद्देश्य है, इस उद्देश्य के बाहर मुझे कुछ भी नहीं करना है अर्थात् लक्ष्य नहीं बनाना है। जैसे गांधीजी का उद्देश्य हर परिस्थिति में अहिंसा का पालन ही था, परिस्थितिवश नहीं था, था तो था। क्या अब आपको जो चाहिए वो मिलेगा? अब सवाल उठता है कि आपको जो चाहिए क्या वो मिल जायेगा या नहीं मिलेगा। तो क्या करना है? हो सकता है कि आपको जितनी उम्मीद है, आशा है, उससे बहुत ज्यादा मिल जाए, या फिर उससे बहुत कम।

अगर ज्यादा मिला तो लालच आ गया कि और चाहिए, और यदि कम मिला तो अहम भाव आ जाएगा ना पाने का और दुःखी होने का। तो क्या फर्क पड़ता है, कम मिले ज्यादा मिले, बस करो। तो अब आदर्श स्थिति क्या हो सकती है। इस पर लगभग तीन तरह की स्थितियां बन सकती हैं।

1. आप परिणाम के बारे में सोचो ही नहीं, अर्थात् कर्म किए जा रहे हैं, फल को छोड़ दिया। इस स्थिति को कहते हैं कि आप सिर्फ कर्म को प्यार कर रहे हैं और कर्म करता जा रहे हैं।

2. द्वितीय स्थिति, परिणाम को पकड़ो, परन्तु ध्याम काम पर लगाओ तो अच्छे परिणाम निकलेंगे।

3. तृतीय स्थिति, काम गया कहीं और, मुझे तो बस अब लेने से मतलब है। मुझे वो चाहिए, मुझे ये चाहिए। मुझे इस व्यक्ति से ये चाहिए, मुझे वो नहीं मिला। हर किसी से मतलब। जब तक मतलब है, कर्म किया नहीं तो छोड़ो।

आज यही हो रहा है, जो भी व्यक्ति प्रतिस्पर्धा में है, उसके अंदर एक-दूसरे से आगे निकलने की होड़ है। इसी से उसके अंदर लोभ, अहम भाव, ईर्ष्या आदि अवगुणों ने प्रवेश किया। अब इसकी एक आदर्श स्थिति यह है कि ना तो मैं किसी से कम हूँ, ना मैं किसी से ज्यादा हूँ, बस मैं हूँ।

अगर आप वास्तव में जिन्दगी में उस खुशी को अनुभव करना चाहते हैं जिसे आप आनंद की स्थिति कहते हैं, उसका सिर्फ एक ही आधार है, कि आपको मन बिल्कुल शान्त होना चाहिए। शोर में भी शान्त, भीड़ में भी शान्त। यही मनुष्य के जीवन का अंतिम लक्ष्य है। जितना आप भौतिक चीजों के पीछे भागेंगे, मन डिस्टर्ब रहेगा। जितना आप पकड़ोगे, वो उतना छूटेगा।

-ब्र.कु. अनुज, डिफेंस कॉलोनी दिल्ली

PEACE OF MIND - TV CHANNEL

Cable network service
"C" Band with Mpeg4 receiver
Frequency: 4054,
Polarisation: Horizontal, Degree: 83
Symbol: 13230, Satellite: INSAT 4A,
Peace of Mind: (Vision Shiksha)
DTH Services
Videocon D2H: Channel no. 497,
Reliance Big TV: Channel no. 171
Smart Phone Service
Android | Blackberry | iPhone | iPad | Tablet | Visit: <http://pmtv.in>
Mobile Audio Service
Airtel - 55231 - Rs.2 per day
Vodafone - 552013 - Rs 1 per day
Reliance - 56300123 Rs 1 per day
अगर आप पैसे ऑफ माइंड चैनल चालू करवाना चाहते हैं तो अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें - 941451111, 8104777111

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

Email- mediabkm@gmail.com

M-8107119445

हैपिनेस इन्डक्स
क्या सरिता
निराकरण
जीवा जीवन का आध्यात्मिक रहस्य
राजयोग मीडिएशन
कर्म की शक्ति

प्रश्न: समाचार मिला है कि केदार घाटी में 50 मानव कंकाल मिले हैं। ये वही हैं जो पिछले वर्ष बाढ़ में मर गए थे। मेरा प्रश्न है कि वे आत्माएं भटक रही होंगी या उन्हें पुनर्जन्म मिल गया होगा क्योंकि उनका अंतिम क्रिया-कर्म नहीं हुआ? ऐसी आत्माओं की गति क्या होगी?
उत्तर: उत्तराखंड की ये त्रासदी सचमुच एक भयंकर विनाश था। प्रकृति बहुत कुपित है, वो ऐसे विनाश कभी भी कर सकती है। इसमें अनेक लोग मारे जाते हैं। निश्चित रूप से मरने वालों की संख्या लाखों में रही होगी। इनमें से लगभग सभी आत्माएं अंतरिक्ष में भटक रही होंगी क्योंकि ऐसी स्थिति में मरने वालों को तुरंत देह नहीं मिलता और उनका अंतिम स्थिति और मोह उन्हें पुनर्जन्म नहीं लेने देता क्योंकि हिंदू धर्म की मान्यताओं के अनुसार इनकी गति का कोई मार्ग भी नहीं अपनाया गया।

इन सभी आपदाओं से उन आत्माओं को गुजरना पड़ता है जिनको मृत्यु उसी स्थान पर इन्हीं कारणों से होना निश्चित था। ऐसे अनेक यात्री भी वहाँ पहुँचे थे जो वहाँ प्रथम बार गए थे और मौत ने ही उन्हें आह्वान करके बुलाया था इसलिए उनके परिवारजन का भी ये कर्त्तव्य है कि वे उनकी शान्ति का उपाय करें और जो अलौकिक ब्राह्मण परिवार है, जो राजयोगी हैं, उनका तो ये परम कर्त्तव्य है कि वे एक घण्टा रोज 7 दिन तक इन आत्माओं को पवित्र वायब्रेशन्स देकर इनकी गति करें ताकि इनका पुनर्जन्म हो जाए। क्योंकि जब तक उनका चित्त शान्त नहीं होगा, उनका पुनर्जन्म नहीं हो पाएगा। चाहे आप कहीं भी हैं, वहाँ से उनके निमित्त योग के वायब्रेशन्स पहुँचायें।

प्रश्न: मैं गृहस्थी हूँ। मेरा एक ही 17 साल का बेटा है। उसको कुछ तकलीफें थीं। चेक अप के बाद डॉक्टर ने बताया कि इसका कैन्सर तो लास्ट स्टेज में पहुँच गया है। मृत्यु निश्चित है। हम इससे बहुत परेशान और दुःखी हैं। क्या इस बच्चे को कोई शक्ति बचा सकती है? इसकी मदद करने के लिए हम अपनी मनोस्थिति कैसे बनाएँ?
उत्तर: निःसंदेह बड़ी ही कष्टदायक और दुःखभरी बात है। हमारी आपके साथ बहुत-बहुत सहानुभूति है। हम भी चाहेंगे कि आपका बच्चा स्वस्थ हो जाए और लंबी आयु प्राप्त करे। कैन्सर का रोग संसार में महामारी बनता जा रहा है और ये विडंबना ही है कि मेडिकल साइंस को प्रारंभ में इसका पता भी नहीं चलता। इस रोग के जहाँ अनेक कारण हैं, वहाँ एक प्रमुख कारण है-भोजन, पानी, दाल और सब्जियों में कीटनाशक दवाइयों का दुष्प्रभाव। इसलिए आप हमारे सेवाकेंद्र पर जाकर राजयोग सीखें। ईश्वरीय ज्ञान लें। इससे आप चित्त शांत हो जाएंगे और जब आपका चित्त शांत हो जाएगा तभी आप अपने बच्चे

के लिए कुछ कर सकेंगे। आप अपनी चिंता प्रभु अर्पण कर दो और अपने बच्चे को भी प्रभु के हाथ में सौंप दो कि तुम इसे जीवनदान दो। योग सीखने पर खाने-पीने की सभी चीजों को रोज 5 मिनट शक्तिशाली वायब्रेशन्स दिया करो और इसे पवित्र भोजन ही खिलाओ। भोजन बनाते हुए बनाने वाले को ये बार-बार अभ्यास करना है कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ, यह भोजन इसके लिए औषधि बन जाएगा।

आप प्रतिदिन इसके लिए एक घण्टा राजयोग का अभ्यास करें और बच्चा भी राजयोग सीख ले। वो स्वयं भी पानी चार्ज करके पीये और ब्रेन को एनर्जी दे। इसकी विधि की चर्चा हम पहले भी कई बार कर चुके हैं। अपने बच्चे को आप सिखा दें कि रात को जब उसे नींद आ रही



हो तब और सवेरे उठते ही दोनों बार 7 बार याद करें कि मेरा ब्र.कु. सूर्य बिल्कुल ठीक हो गया है। 3 मास तक ये सभी अभ्यास पूर्ण लान और भावना से करें। हमें पूर्ण विश्वास है कि 3 मास में आपके बच्चे के शरीर में कैन्सर का कोई लक्षण नहीं रहेगा और वो दीर्घायु होगा।

प्रश्न: मेरा नाम सुरेश है। मैं ज्ञान मार्ग में 10 वर्ष से चल रहा हूँ। एक व्यावहारिक प्रश्न मुझे पूछना है-कई लोग बड़े ही अहंकारी होते हैं, दूसरों को सताते ही रहते हैं। अपने को बड़ा ही शक्तिशाली समझते हैं। ऐसे व्यक्तियों को गलत बातें सुनते रहना चाहिए या उचित जवाब देकर शांत कर देना चाहिए?

उत्तर: ये सत्य है कि अहंकार मनुष्य के जीवन और व्यवहार को बिगाड़ देता है। यह भी सच है कि अहंकारी व्यक्ति के पास देने के लिए कुछ नहीं होता। वो खाली होता है इसलिए उछलता बहुत है परंतु जो मनुष्य अपने अहंकार को पहचान ले, वो उसका त्याग करके महान बन जाता है। अहंकार मनुष्य के सफलता के मार्ग में अवरोध पैदा कर देता है। अहंकारी को बार-बार हार का भी सामना करना पड़ता है और अहंकारी व्यक्ति के अधिमान को दूर करने के लिए उसे उससे बड़ा अहंकारी भी अवश्य मिलता ही है। परंतु अहंकार एक दिन नम्रता के समक्ष नतमस्तक भी होता है। अहंकार से अधिक शक्ति है नम्रता में। अहंकार किस चीज का करें? सबकुछ

तो प्रभु-देन है। अहंकारी व्यक्ति दूसरों को सताने में, नीचा दिखाने में बड़ा गर्व अनुभव करता है, परंतु यह उसकी दुर्बुद्धि का ही प्रतीक है। इसीलिए ज्ञानियों को अहंकार में नहीं भटकना चाहिए।

यदि किसी अहंकारी व्यक्ति से आपका सदा का संबंध रहता ही हो और वो आपको बार-बार सताता हो, अपशब्द बोलता हो तो पहले तो आपको परेशान नहीं होना चाहिए। उसे माया के परवश समझकर दयाभाव से निहारना चाहिए और अपने स्वामन में स्थित रहकर बड़े प्यार से मुस्कुराना चाहिए। फिर भी यदि कोई मनुष्य आपको बार-बार परेशान करता ही है, आपकी नम्रता का फायदा उठाता है तो एक बार उसे पावरफुल दृष्टि अवश्य देने चाहिए क्योंकि यह भी सत्य है कि ऐसे लोग शान्ति और प्रेम की भाषा नहीं समझते। अपनी स्थिति को संभालते हुए उसे अच्छे शब्दों में प्रत्युत्तर दे देना चाहिए ताकि वह भी समझ ले कि हम नम्र तो हैं पर कारगर नहीं।

प्रश्न: मैं एक कन्या हूँ। मैं ज्ञान-योग में भी बहुत अच्छी तरह चलती हूँ परंतु मुझे एक के बाद एक बीमारियाँ लगी ही रहती हैं। यद्यपि मैं अपनी बीमारियों को पार तो कर लेती हूँ लेकिन मुझे ये संकल्प अवश्य उठता है कि मैंने तो इस जन्म में कोई पाप किया नहीं। मैं बचपन से पवित्र हूँ, फिर मेरे साथ ऐसा क्यों?

उत्तर: हम सभी कलयुग के अंत में रहते हैं जहाँ हवा, पानी, सब्जियाँ, फल, अन्न सब दूषित हो चुके हैं। बीमारियों का असली कारण यही है। यद्यपि हम ज्ञान के द्वारा जानते हैं कि हमारे पूर्व जन्मों का खाता भी हमारी वर्तमान परिस्थितियों के लिए जिम्मेदार है।

आप बीमारियों के कारण अपने मन को प्रसन्नता और मनोबल को क्षीण न होने देना। यह संकल्प रखना कि जो बीमारी आयी है, वह जाएगी अवश्य। जो व्यक्ति मन से शांत जाता है, वह बीमारियों से भी हार जाता है। सदा याद रखना कि मैं आत्मा तो स्वस्थ हूँ, ये बीमारियाँ तो मेरे देह को हैं और मैं तो इस देह की मालिक हूँ। रोज दो बार इस देह को पवित्र वायब्रेशन्स देना, भोजन और पानी चार्ज करके लेना। साथ ही सोने से पूर्व पाँच बार याद करना कि मैं सम्पूर्ण स्वस्थ हूँ। मेरे सिर पर बाबा का हाथ है। बस आपको देह की बीमारियाँ कष्ट नहीं देंगी। हमारा 84 जन्मों का पार्ट पूरा होने को आया है। अब सभी हिसाब-किताब तेजी से चुकतु हो रहे हैं। इसलिए इसे स्वीकार करके अपने मन को सदा स्वस्थ और प्रसन्न रखना तो ये बीमारियाँ भी जल्दी-जल्दी विदाई लेती चलेंगी।