



अंजमेर। राजस्थान की माननीय मुख्यमंत्री को ईश्वरीय सेवाओं के बारे में अवगत कराने के पश्चात ब.कु. अंकीता और ब.कु. शिल्पी।



डिवरूगढ़-असम। 'सिकरेट्स ऑफ हैपिनेस थू राजयोग' तथा 'आर्ट ऑफ पांजीटिव थिंकिंग' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए ब.कु. करण राणा, ब.कु. बिनीता तथा अन्य।



छिंदवाड़ा। 'स्वच्छ मन स्वच्छ धरा अभियान' का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए एस.डी. एम. नमः शिवाय अरजरिया, रोटरी क्लब के अध्यक्ष अनिल गुप्ता, ब.कु. भावना, ब.कु. गणेशी तथा अन्य।



चन्द्रपुर-महाराष्ट्र। विधायक नाना भाऊ शामकुले को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करने के पश्चात् साथ में ब.कु. दीपक।



बुटवल-नेपाल। स्नेह मिलन कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में माननीय मुख्य न्यायाधीश शारदा प्रसाद विमिरेजी, मुख्य न्यायाधीश प्रकाशचंद्र गजुरेल, न्यायाधीश बिरेंद्रकुमार कर्ण, ब.कु. कमला, ब.कु. नारायण दाजु तथा अन्य।



भोपाल-म.प्र.। केन्द्रीय कारागार में व्यसन मुक्ति और व्यवहार शुद्धि विषय पर कार्यक्रम के बाद समूह चित्र में ब.कु. भगवान, माण्डण आबू, जेल अधीक्षक पटेल जी, डिप्टी जेलर चौरे जी, ब.कु. रानी, ब.कु. दिलीप, ब.कु. सरिता, ब.कु. लीला तथा अन्य।

अखाद्य वस्तुएं और उनका शरीर पर प्रभाव

अपनी माँ का दूध अमृतदूसरे की माँ का दूध रोग कारक

शैशव अवस्था के बाद प्रकृति द्वारा जल के सिवाय कोई भी तरल पदार्थ मानव के लिए नहीं रचा गया है:

5. पशुओं का दूध स्वयं उनके बच्चों के लिये उत्तम आहार है किन्तु मनुष्यों के लिए दूध उत्तम आहार सिद्ध नहीं हो सकता। इसका कारण यह है कि पशुओं के बच्चों के अमाशय की बनावट मानव बच्चों से सर्वथा भिन्न होती है। वस्तुतः यह चारा पचाने वाले अमाशय से मिलकर बना होता है जो स्थूल और भारी पदार्थों जैसे घास, भूसा आदि पचाने की क्षमता रखता है। अतः इस प्रकार के अमाशय के अनुकूल ही मादा पशुओं के दूध से दूध को उत्पन्न भी होती है।

6. दूध पीने वाले देर-सवरे भयंकर कब्ज से ग्रस्त हो जाते हैं। दूध लसदार चिपचिपा तरल

सदा स्वस्थ जीवन

स्वर्णिम आहार से सम्पूर्ण स्वास्थ्य की ओर



डॉ. क. ललित शांतिवन

कफ है। यही कफ हमारे शरीर की प्रक्रिया के संयोग से शरीर के कोमल अंगों में, नाड़ियों में स्थान बनाकर रुकावट, फँसावट करता है। दूध लेई जैसा काम करता है, यही रोग है। दूध शरीर की छोटी आंत व बड़ी आंत और अन्य मल निष्कासन मार्गों में बाधा, रुकावट डालता है व शरीर में ही मल व कफ के रूप में जगह करता रहता है, जिसे कब्ज कहते हैं। यही तो रोग है और दुःख तो इस बात का है कि इस बेडौलपन को ही हम स्वास्थ्य कहते हैं। यह मापदण्ड गलत है, भ्रम है। श्रीलक्ष्मी-श्रीनारायण की तरह स्वाभाविक और सन्तुलित शरीर ही आदर्श है।

7. श्री जे.एच. टोबे एक डॉक्टर का अनुभव बताते हुए लिखते हैं कि नाक को तकलीफ, टॉन्सिल की तकलीफ, ग्रंथियों का विकार और निर्बलता, फोड़े, फुन्सी, बाल तथा चमड़ी के

अधिक चिकने होने की तकलीफ वाले युवक और बालक उनके पास आए थे। उनमें से 80 प्रतिशत को उन्होंने केवल दूध बन्द करने के बाद ठीक किया था।

विजयानगरम के वैक्टरबाव भाई, उम्र-50 वर्ष पिछले 30 वर्षों से अस्थमा एवं नाक की एलर्जी से पीड़ित थे। स्टैरोइड के इन्हेलर का उपयोग करना पड़ता था। मार्च-2014 से स्वर्णिम आहार पद्धति का प्रयोग शुरू किया और अब काफी सुधार 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।

अधिक जानकारी-सदा स्वस्थ जीवन पुस्तक और डीवीडी,

website: www.everhealthylife.org

M - 07791846188
healthywellthyhappyclub@gmail.com
संपर्क करें केवल 1pm से 3pm के बीच में

आत्मा की सुख या दुःख की ऊर्जा एक स्थान से दूसरे स्थान तक जाती है।

प्रश्न:- अगर मैं इसे स्वीकार कर लू कि आपका हिसाब-किताब अब किसी और के साथ है, या तो मैं दुःख की भावना में रहूँ कि वो आज मेरे साथ क्यों नहीं है! इसका मतलब यह भी रहता है कि जब वो चले गये तो उनको याद ही नहीं रहती। क्योंकि हिसाब-किताब पूरा हो गया।

उत्तर:- अगर हम एक पल के लिए देखें कि हम उनको याद नहीं रहते, तो ये उनके लिए अच्छा है। मैं एक ऐसी माँ से मिली जिनके 21 साल के बेटे की दुर्घटना में मृत्यु हो गयी थी। वो अपना पास्ट का अनुभव शेर कर रही थी। उसका बेटा किसी दूसरे देश में रहता था। उसने कहा कि उसके साथ हमारा इतना मजबूत संबंध था कि अगर मैं यहाँ पर दुःखी या परेशान होती तो उसको वहाँ पता चल जाता था या उसके साथ कुछ होता तो यहाँ मुझे पता चल जाता था। हमारा और उसका संबंध इतना गहरा था। कहती हैं कि हम तुरंत एक-दूसरे को फोन करते और पूछते कि सब ठीक है, कुछ हुआ तो नहीं है। यह सही था कि एक-दूसरे के साथ कुछ भी होता था तो हमें पता चल जाता था। अब वो बच्चा, वो आत्मा कहीं और चली गयी। ये माँ रोज रोती है, बहुत रोती है। मैंने कहा कि कल तक आपका और उस आत्मा के साथ इतना गहरा संबंध था कि आपका एक संकल्प उधर तक पहुंचता और उसका एक संकल्प आप तक पहुंचता। अब उस आत्मा का शरीर बदल गया है। आत्मा ने दूसरा शरीर ले लिया लेकिन क्या वो संबंध समाप्त हो गया होगा, क्या उस एनर्जी की लेन-देन खत्म हो गयी होगी? अगर आज आप कहीं और भी चले गये, क्या वो आपको भूल गये, आपको याद नहीं आयेगी? आयेगी। अब क्या होगा पहले वो दूसरे देश में था उसको याद आता या उसको कैच होता था तो वह तुरंत फोन करता था। अब एक मिनट के लिए समझने की जरूरत है कि वो आत्मा अब एक दूसरे शरीर में है। वह माता के गर्भ में है, अभी वह एक नन्हा सा शिशु है। वह अभी आपको

फोन नहीं कर सकता है, आपसे बात नहीं कर सकता है। इसलिए बेहतर यही होगा कि इस भावना को भुलाकर हम उसे आने वाले जीवन के लिए शुभभावना प्रदान करें।

प्रश्न:- क्या उसे याद नहीं रहता है!

उत्तर:- शुरू-शुरू में तो याद रहती है। आप एक बच्चे को देखो उसे शुरू-शुरू में अपना पिछला जन्म याद रहता है। कभी वो हंसता है तो कभी वो रोता है। जैसे-जैसे वह बड़ा होता जाता है वैसे-वैसे वह अपना पिछला जन्म भूलता जाता है। प्रकृति की नेचर ऐसी बनी हुई है कि जब बच्चा बोलने की अवस्था में आता है तो वह अपना पिछला जन्म भूल जाता है, क्योंकि वर्तमान जन्म की सूचना रूपी लेंपर उसके ऊपर कोड होने लगती है। कई बच्चे ऐसे होते हैं जिनको अपना पिछला जन्म याद होता है। यह 19 वर्ष, 20 वर्ष या 25 वर्ष की आयु में नहीं होता है यह 5, 6 या 7 वर्ष की आयु तक ही होता है। क्यों? क्योंकि उस समय यादशत बहुत मजबूत होती है, जो बात दो-तीन साल में भूल जानी चाहिए थी वह चार, पांच, छः साल तक भी उसे याद रहती है और फिर वो उसका वर्णन करना शुरू करता है।

लेकिन जब वो आत्मा माँ के गर्भ में है या अभी एक नन्हा सा बच्चा है तो उसको सारा कुछ याद है और वो पिछले जन्म की बातों को ही याद करके रोता और हंसता है। उस आयु में बच्चा कभी भी वर्तमान से बहुत ज्यादा संबंधित नहीं होता है। हम जब हॉस्पिटल में बच्चे को झूले में देखते हैं तो हमें ऐसा लगता है कि वो हमें ही देखकर हंस रहा है लेकिन ऐसा नहीं है। वो अपने पिछले जन्म की बातें याद करके हंस रहा होता है।

अब यहाँ वो माँ है, वहाँ वो आत्मा है। अगर पहले वो आपको एक-एक दर्द को ऐसे ही कैच

करता था तो क्या अब वह कैच नहीं करेगा? अभी भी करेगा। यहाँ आप इतना रो रहे हैं...किसको याद करके रो रहे हैं, उस आत्मा को याद करके रो रहे हैं तो उस आत्मा तक आपके दुःख के वायव्यशक्त तो पहुंच ही रहे हैं।

प्रश्न:- अब वो किसी और 'शरीर' में है।
उत्तर:- शरीर को तो हम याद नहीं करते। ऊर्जा का जो आदान-प्रदान है वह शरीर और शरीर के बीच नहीं है वह आत्मा और आत्मा के बीच है। हम इसे संबंध भी कहते हैं। अब जब हम रो रहे हैं तो दर्द की ऊर्जा प्रकट कर रहे हैं। हम यह नहीं जानते हैं कि यह ऊर्जा एक स्थान से दूसरे स्थान तक गतिशील होती है और ये ऊर्जा वहाँ तक जायेगी जहाँ वो आत्मा रहती है। हम कहते कि इस दर्द से हम निकल नहीं सकते। लेकिन अगर हम अपने आपको प्यार से और तार्किक रूप से समझाये कि जब वो आत्मा यहाँ थी तो मेरा चाहे कुछ भी हो जाता, मैं उसे पता भी लगने नहीं देती। मैं कुछ भी करती लेकिन उसे अपने दुःख में शामिल नहीं होने देती और आज मैं ही बैठकर क्या भेज रही हूँ? मैं दर्द भेजते जा रही हूँ। सिर्फ इसलिए कि वो मेरे सामने नहीं है। इसका तो मुझ पर कोई प्रभाव नहीं पड़ रहा है लेकिन हमें ये नहीं मालूम कि उस आत्मा के ऊपर इसका क्या प्रभाव पड़ रहा है। अपने लिए ध्यान नहीं रखना चाहते, ठीक है मुझे अपना ध्यान नहीं रखना है। लेकिन उस आत्मा की शांति के लिए अपना ध्यान तो रखना ही पड़ेगा, क्योंकि ये तकलीफ, ये दर्द उस आत्मा तक जरूर पहुंचती है।

इस लेख का भाव यह है कि जो हुआ वो हो चुका है, अब उसपर सोचने से अच्छा है कि बुद्धि से विचार कर उस आत्मा के आनेवाले जीवन के लिए कुछ अच्छे संकल्प करने हैं यदि आप उसे दिल से प्यार करते थे तो! आप उसके लिए मंगलकामना करें। नहीं तो आपको प्यार स्वास्थ व मोह से भरा हुआ था।



डॉ. क. शिवानी