जयपुर। "पॉज़ीटिव चेन्ज एण्ड स्ट्रेस मैनेजमेंट" विषय पर भारतीय डाक विभाग के कर्मचारियों को प्रशिक्षण देते हुए ब्र.कु.चन्द्रकला। मंचासीन हैं ब्र.कु.सुष्मा, चीफ पोस्टमास्टर जनरल डी.के.चौहान, दुष्यंत मुखर्जी।

दिल्ली-दिलशाद कॉलोनी। स्नेह मिलन कार्यक्रम में विधायक वीर सिंह धिगान को गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु.तनुजा।

कवाँट-छोटा उदेपुर(गुज.)। नए सेवाकेन्द्र के उद्घाटन अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु.राज,बड़ौदा, पूर्व रेल राज्यमंत्री नारायण राठवा, ब्र.कु.गंगाधर,माउण्ट आबू, जिला विकास अधिकारी जे.डी.राठवा, ब्र.कु. मोनिका तथा अन्य।

भुच्चो मण्डी-भटिण्डा। मोहित कुमार,प्रेसीडेंट ऑफ यूथ बी.जे.पी. पंजाब को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु. कैलाश।

नदबई-राज.। 'व्यापार में आध्यात्मिक व्यवहार' विषय पर स्नेह मिलन कार्यक्रम में अपना वक्तव्य देते हुए करते हुए फूलचंद गर्ग,अध्यक्ष,वैश्य समाज। साथ हैं मदन मोहन गुप्ता,महामंत्री,वैश्य समाज, ब्र.कु. कविता तथा ब्र.कु. बबिता।

पटियाला-पंजाब। महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् सी.ओ.सर्कल एजुकेशन ऑफिसर प्रीतपाल कौर को ईश्वरीय सौगात देते हुए ब्र.कु.राखी। साथ हैं ब्र.कु.शांता, भूपेन्द्र सिंह,एम.डी. माता गिजारी स्कूल एवं मोटीवेशनल स्पीकर परमजीत सिंह।

प्रयासरत हो करें मन-बुद्धि के किचड़े को समाप्त

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा

मन को हमेशा ज्ञान की बातें, आध्यात्मिक बातें अच्छी लगती हैं। मन को कभी भी फालतू बातें अच्छी नहीं लगती हैं। लेकिन हम क्या करते हैं नित्य उसको फालतू बातें परोसते जाते हैं। इसलिए मन चिड़चिड़ा हो जाता है। जो उसको पसंद नहीं वो उसको क्यों दे रहें हैं? उसको जिसमें रूचि है, वो चीज़ें उसको दे दें, तो मन प्रसन्न रहने लगेगा। ज्ञान की बातों का, अच्छे सतसंग की बातों का मनुष्य अपने मन में चिंतन करे तब परिवर्तन आता है।

रोज़ जब अपने मन को ज्ञान की बातों से स्वच्छ करते जायेंगे तो मन सुंदर, निर्मल एवं पवित्र होने लगेगा। मन के अंदर का किचड़ा साफ होने लगेगा। कई बार कई लोग कहते हैं कि हमारे मन के अंदर कभी-कभी बहुत बुरे विचार चलते हैं, चाहते नहीं है फिर भी चल जाते हैं, क्या करें?

एक मटका है जिसके अंदर गंदा पानी भरा है। मटका फिक्स है उसको उठा नहीं सकते हैं। तो क्या करेंगे? साफ पानी के नल को खोल दो, वो पानी गिरते-गिरते फिर अंदर का पानी ओवरफ्लो होता जायेगा और ओवरफ्लो होते...होते...होते, एक समय ऐसा आयेगा, कि मटके के अंदर से सारा गंदा पानी निकल गया होगा और वह साफ पानी से भर गया होगा।

ठीक इसी तरह बुद्धि के अंदर नकारात्मक सोचने की आदत पड़ी हुई है, उसको निकालने की विधि क्या है? उसको निकालने की विधि यही है कि रोज़ उसको ज्ञान की बातों से, ज्ञानामृत से, उसको सींचते जाओ तो किचड़ा निकलता जायेगा... निकलता जायेगा और एक समय आयेगा जब मन और बुद्धि स्वच्छ और निर्मल बन जाएंगे। तो क्या हम अपने मन और बुद्धि को इतना स्वच्छ और निर्मल बनाना नहीं चाहते हैं? उसके लिए तो अध्ययन करने की आवश्यकता है। तब हमारा मन, स्वच्छ और निर्मल हो जायेगा।

संजय भी गीता में यही कहता है कि इस प्रकार मैंने व्यास जी की कृपा से ये अद्भुत संदेश सुना, जो मेरे शरीर को भी रोमांचित कर रहा है। जब मैं इस पवित्र वार्ता का बारंबार स्मरण करता हूँ, तब प्रतिक्षण गद्गद् हो उठता हूँ। जहाँ योगेश्वर है, वहाँ ऐश्वर्य, विजय, अलौकिक शक्ति तथा नीति भी निश्चित रूप से रहती है। ऐसा मैं मानता हूँ। संजय ने जो अनुभव किया वही धृतराष्ट्र को सुनाया। इतना सुन्दर संदेश कि उसकी स्मृति करने से भी मैं गद्गद् हो उठता हूँ।

रोज़ उसका अध्ययन करेंगे तो जीवन कितना सुंदर बन जायेगा। भगवान भी अर्जुन से पूछते हैं कि क्या तुमने इस गुह्य ज्ञान को एकाग्रचित होकर सुना है? क्या अब तुम्हारा अज्ञान और मोह दूर हो गया है?

तो अर्जुन कहता है, हे प्रभु! अब मेरा मोह दूर हो गया है। फिर वह प्रभु की शरण में आ जाता है और कहता है कि आपके अनुग्रह से मुझे स्मृति आ गई है, अब मेरे मन में कोई संशय नहीं, कोई सवाल नहीं है। अब मैं संशय रहित तथा दृढ़ हो गया हूँ कि मुझे क्या करना है। अपने जीवन में उसके लिए मैं दृढ़ हूँ और आपको दिए हुए वचन का पालन करूंगा। कम से कम इतना संकल्प हम सभी अवश्य करें कि आज के बाद नित्य प्रतिदिन ज्ञान की बातों से अपने मन को निरंतर सुविचारों से भरते हुए, हम अपने जीवन को सुंदर, सुगंधित, खुशबूदार बनाते हुए, अपने गृहस्थ को सुखमय बनाएंगे।

परमात्म मिलन का अनुभव

नया जहान बनाते देखा...

"टाइगर" जीत सिंह, भारतीय मूल के केनेडियन प्रोफेशनल कुश्तीबाज बाबा मिलन के अपने अनुभव में बताते है कि बाबा से मैं पहली बार मिला तो उनकी शक्तिशाली दृष्टि से मन ही मन बहुत खुश हो गया। बाबा ने कहा भी यही कि सदा खुश रहना और खुशियाँ बांटना। जैसे पिता निश्चिन्त कर रहा है कि बच्चे चिन्ता मत करो मैं बैठा हूँ। मन एकदम शांत हो गया। यह एक बहुत पावरफुल अनुभव था जिसका शब्दों में वर्णन नहीं किया जा सकता।

एक कहानी सुनी थी कि व्यक्ति गलत काम करेगा तो नरक व अच्छे काम करेगा तो स्वर्ग जायेगा। परन्तु यहाँ आकर मुझे यह अनुभव हुआ कि यह कहानी झूठी है, नरक व स्वर्ग इसी दुनिया में हैं कहीं और नहीं हैं। पहली बार हम यहाँ मधुबन में आए हैं यहाँ आकर आश्चर्य हो रहा है कि कमाल है शिव बाबा की जो ऐसी दुनिया बनाई है। कैसा ये अलग ही जहान बना दिया है, पहाड़ों में आकर ऐसे पेड़-पौधे, फूल व बिल्डिंग्स ऐसी चीज़ें हमने दुनिया में कहीं और देखी नहीं हैं। यह स्वर्ग की तरह है। हमने लगभग सारी दुनिया घूमी है लेकिन ऐसी जगह हमने कहीं नहीं देखी। पेड़-पौधे, पानी और भी जगह देखे लेकिन ऐसा वातावरण, ऐसी दिव्यता और कहीं नहीं। बाहर नरक है लेकिन यहाँ स्वर्ग है। यहाँ रहने वालों का प्यार भी देखा, नम्रता देखी, सेवाभावना भी देखी। ये सब हमने बाहर की दुनिया में नहीं पाया, यहाँ मधुबन में ही पाया है। मेरी पहली मुलाकात हुई दीदी मोहिनी (न्यूयॉर्क) से। उनका व्यक्तित्व बहुत अनोखा लगा। उन्हें देखकर लगा कि जैसे मुझे अपनी कोई बिछड़ी हुई बड़ी बहन मिल गई है। उनकी विशेषताओं व गुणों का मैं वर्णन ही नहीं कर सकता। उनसे मैंने जो विशेष बात सीखी वह है कम बोलना। अपनी शक्तियों को बचाओ। सुनो ज़्यादा। यह बहुत मज़बूत पक्ष है व्यक्तित्व का। मेरे जीवन में वर्तमान समय प्रोफेशनली मैं सभी को प्रशिक्षित करने का कार्य करता हूँ तो मेरा काम है बस सबको सुनाना और जैसे मैं कहूं वैसा अभ्यास कराना। तो दूसरों की सुनने का अभ्यास मेरे जीवन में कम हो गया था। दीदी से मुझे बहुत व्यावहारिक ज्ञान भी प्राप्त हुआ। वे बाबा का ही रूप हैं उनमें कुछ एक्स्ट्रा पावर है। बाबा से मैं पहली बार मिला तो उनकी शक्तिशाली दृष्टि से मन ही मन बहुत खुश हो गया। बाबा ने कहा भी यही कि सदा खुश रहना और खुशियाँ बांटना। जैसे पिता निश्चिन्त कर रहा है कि बच्चे चिन्ता मत करो मैं बैठा हूँ। मन एकदम शांत हो गया। यह एक बहुत पावरफुल अनुभव था जिसका शब्दों में वर्णन नहीं किया जा सकता। बहुत खुशी का अनुभव हुआ। सभा तो मैंने बहुत देखीं हैं लेकिन ऐसी सभा नहीं देखी। यहां तो विदेशी, सरदार व मुसलमान भी थे। बाबा एक ही है और बाकी सभी उसके बच्चे हैं। ऐसी सभा मैंने पहली बार देखी। होली भी यहां अलौकिक रूप से मनाई गई। अलग-अलग देशों के लोग यहाँ एक परिवार की तरह मिलकर भारतीय पर्व को मनाएं, ऐसा दृश्य मैंने पहली बार देखा। ऐसा अनुभव हुआ कि भगवान स्वयं हमारे साथ मिलकर होली खेल रहा है। मन कह उठा वाह बाबा वाह, क्या कमाल है, ऐसी भी दुनिया इस संसार में है आश्चर्य है। ऐसा लग रहा है कि खाली हाथ आए थे अब भरकर जा रहे हैं।