OM 14 FINAL-c_Page 1 and 2 02-10-2014 18:20 Page 5

सावधान! कहीं सोच ही शत्रु तो नहीं?

संस्कृत उवाच है, अलसस्य कुतो विद्या। अविद्यस्य कुतो धनम्।। अधनस्य कुतो मित्रम्। मित्राय कुतो सुखम्।। अर्थात् आलसी को विद्या कहाँ, बिना विद्या के धन कहाँ, बिना धन के मित्र कहाँ और बिना मित्र के सुख कहाँ। ये चीज़ें आप अपने जीवन में देखते भी होंगे, जो जितना आलसी है उसके पास लोग बैठना पसंद नहीं करते क्योंकि उसके संकल्प बेहद कमज़ोर और नकारात्मक होते हैं। संकल्प शक्ति ही जीवन शक्ति है, यह जीवन की तमाम प्राप्तियों का आधार है। 'प्रथम सुख निरोगी काया' की संकल्पना तो आपने सुनी ही होगी जिसके लिए सभी कितने तरह के जतन करते हैं कि हमारा शरीर बिल्कुल स्वस्थ रहे। तो इसके लिए हमको तीन स्तरों पर कार्य करना होगा, पहला शारीरिक, दूसरा मानसिक, तीसरा आत्मिक।

सभी को पता है कि हमारे शरीर का सारा तंत्र मस्तिष्क से संचालित होता है और मस्तिष्क को हमारी पराभौतिक शक्ति चलाती है जिसको हम आत्मा या आध्यात्मिक ऊर्जा भी कहते हैं। यह ऊर्जा हमारी जीवनी है, संजीवनी है जिसके निकल जाने मात्र से शरीर कंकाल हो जाता है।

हमारा शरीर पंच-तत्वों से निर्मित है जो क्रमश: पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु तथा आकाश से बनता है। आज अपने चारो तरफ हम देखते हैं कि मानसिक परेशानियाँ तथा ला-ईलाज बीमारियों ने हमें तंग कर रखा है। सारे तत्व हमें सहयोग नहीं दे रहे और हम अपना सारा ध्यान दवाइयों या फिर यौगिक क्रियाएँ करने में लगा रहे हैं। कहीं इन तत्वों के खराब होने का कारण हमारे संकल्प तो नहीं हैं? या कुछ और।

पृथ्वी तत्व से हमारे शरीर का हड्डी, मांस, चर्म, केश आदि चीज़ें निर्मित हैं। आज इनमें विकृति आ गई है। इसका कारण चिकित्सा विज्ञान, खान-पान आदि को बताता है, वहीं मनोविज्ञान सोच को बताता है, लेकिन आध्यात्मिकता इससे कुछ अलग मत रखती है। आध्यात्मिकता का कहना है कि जब व्यक्ति अपने मनोविकारों के वश होता है, उसमें से मुख्यत: काम विकार के वश होता है तो उससे ये सारे अंग प्रभावित होते हैं। जब शरीर उत्तेजित होता है तो उस समय हमारे शरीर के लगभग दो से पाँच हज़ार शरीर की कोशिकाएँ मर जाती हैं जिससे उस समय तो हमें पता नहीं चलता लेकिन बाद में या कुछ वर्ष बाद सभी को हड्डियों, मांसपेशियों, आँखों आदि में तकलीफ या तनाव होने शुरु हो जाते हैं। आज पूरी आबादी काम विकार के वश है, जिसमें बारह साल से लेकर पचास साल तक के लोगों में ये सारी विकृतियाँ हैं जिसका मूल कारण काम विकार है। तो यदि आपको इन दर्दों से निज़ात पानी है तो सबसे पहले संयम और नियम का पालन करना होगा। इसमें कई लोग अपने भी दृष्टिकोण देते हैं कि आपलोग मना करते हैं और डॉक्टर्स सपोर्ट करते हैं, वे कहते हैं इससे कुछ नहीं होता लेकिन आप किसी भी डॉक्टर को देख लें, क्या वे ठीक हैं? यदि ठीक हैं तो मेरा कहना गलत हो सकता है, निर्णय मैं आपके ऊपर छोड़ता हूँ। दुनिया में पृथ्वी तत्व को शक्ति के साथ जोड़ा जाता है, इसलिए आपने देखा होगा कि देवियों के नवरात्रि पर्व में घर की सफाई आदि के लिए मिट्टी का प्रयोग करते हैं। इसका दूसरा उदाहरण यह भी है कि धरती ने सबका भार उठा रखा है, इसलिए इससे ज़्यादा शक्तिशाली कोई भी चीज़ हो नहीं सकती। इसलिए शक्ति प्रतीक के रूप में लोग हनुमान जी या फिर कुंवारी कन्या माँ दुर्गा की उपासना करते हैं, क्योंकि दोनों को ब्रह्मचारी और ब्रह्मचारिणी दिखाया गया है। अर्थात् जिसने काम विकार को जीता, तभी तो आप उनकी उपासना करते हैं और उपासना के समय संयमित होकर रहते हैं, अर्थात पवित्रता का पालन करते हैं। उन्हें शक्ति रूपी लाल रंग व लाल चुनरी चढ़ाते हैं। तो काम विकार को जीतने के लिए आपको आत्मा के शक्ति स्वरूप का चिंतन करना चाहिए। इस चिंतन से आपकी सारी शक्तियाँ जागृत हो जायेंगी और आप धीरे-धीरे काम विकार पर विजय प्राप्त कर लेंगे। ज़रूरी नहीं है कि यह कार्य कुछ घंटे, कुछ हफ्ते या कुछ महीनों में ही संभव हो, इसमें समय लग सकता है लेकिन होगा अवश्य। परमात्मा के लाल रंग का प्रकाश का चिंतन आपकी सारी शक्तियों को पुन: जागृत करेगा। आप हमेशा जागरुक होकर अपनी दृष्टि को संयमित रखेंगे। यह स्वत: होता जायेगा।

-क्रमश:... ब्र.कु. अनुज, 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 पीस ऑफ माइण्ड चैनल चालु करवाना चाहते हैं तो अधिक जानकारी के लिए सम्पर्क करें - 9414151111, 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 सॉफ्टवेयर की भी जानकारी हो। ईश्वरीय सेवा के इच्छुक भाई अपना पूरा डाटा इस ईमेल पर भेजें-
Email- mediabkm@gmail.com
M-8107119445

मन की बातें

-ब्र.कु. सूर्य

प्रश्न: बाबा ने हम सभी को गीता का भगवान सिद्ध करने को बहुत प्रेरित किया है, परंतु इस फील्ड में ज्यादा काम होता हुआ नज़र नहीं आता। हम इसमें क्या योगदान कर सकते हैं क्योंकि आजकल तो अनेक जगह गीता के भगवान के चित्र भी हटा दिए गए हैं। लगता है किसी को इसमें ज्यादा रुचि नहीं है, परंतु बाबा का इसमें बहुत जोर है।

उत्तर: बाबा ने ही एक बार कहा है कि जब तुम गीता ज्ञान का स्वरूप बन जाओगे तो गीता का भगवान भी सिद्ध हो जाएगा। कोर्स आदि कराने में, प्रदर्शनी और मेलों में भी गीता के भगवान के चित्र पुन: रखने चाहिए। हो सके तो इस विषय पर एक अलग प्रदर्शनी बनायी जाए।

क्योंकि यह विवादास्पद विषय है इसलिये इसमें लोगों का विरोध भी सुनना पड़ेगा। उसके लिये भी सबको तैयार रहना चाहिए क्योंकि जब तक गीता के भगवान के बारे में सच्ची जानकारी नहीं होगी, किसी का भी योग परमात्मा से लगेगा नहीं। श्रीमद्भगवद्गीता से कुछ अच्छे-अच्छे श्लोक चुनकर उनकी व्याख्या भी करनी चाहिए और एक अभियान भी चलाया जा सकता है कि गीता ज्ञान हमें जीवन जीने की कैसी कला सीखाती है। वो सभी के समक्ष रखा जाए क्योंकि आजकल की नयी पीढ़ी तो गीता के बारे में कुछ नहीं जानती। ये ग्रंथ केवल विद्वानों तक सिमट कर रह गया है, जबकि इसे हमें आम जनता तक ले जाना चाहिए।

प्रश्न: मैं 10 साल से ज्ञान में हूँ, कुमार हूँ। मेरी स्थिति अब तक बहुत सुंदर रही परंतु अचानक ही मन में बहुत व्यर्थ संकल्प आने लगे हैं। मन में यदि कोई एक भी संकल्प आ जाता है तो मैं उसे रोक ही नहीं पाता। इसके लिए क्या सहज विधि अपनाऊँ?

उत्तर: हमारे चारों ओर बहुत ही ज़्यादा निगेटिव एनर्जी प्रवाहित हो रही है। उसका प्रभाव हर मनुष्य पर पड़ता हुआ दिखायी देता है। इससे बचने के लिए सर्वप्रथम तो अमृतवेले शक्तिशाली योग और मुरली का सम्पूर्ण रस प्राप्त करना आवश्यक है। साथ ही रोज सवेरे अपने चारों ओर शक्तिशाली प्रभामण्डल निर्माण करना भी परम आवश्यक है ताकि इस प्रभामण्डल में बाहर की निगेटिव एनर्जी प्रवेश ना कर सके और इसकी विधि है - उठते ही 7 बार दृढ़तापूर्वक अभ्यास करें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ और अपने चारों ओर शक्तियों का घेरा बना हुआ महसूस करें।

जब भी आपको ऐसे संकल्प सताने लगें तो 10 मिनट के लिए अव्यक्त मुरली का अध्ययन करें और फिर 5 मिनट के लिये 5 स्वरुपों का अभ्यास कर लें। उस स्थान को भी बदल दें और संभव हो तो थोड़ा यज्ञ सेवा में लग जाएँ। इससे वो प्रभाव खत्म हो जाएगा।

सचमुच तो ज्ञानी वही है जो स्वयं को व्यर्थ संकल्प से मुक्त कर सके। इसी के लिए बाबा कहते आए कि तुम्हें लंबेकाल के अभ्यास की आवश्यकता है क्योंकि बिना लंबेकाल के अभ्यास के हमारी बुद्धि स्थिर नहीं होती, संस्कार नहीं बदलते और व्यर्थ संकल्प भी समाप्त नहीं होते।

आप 21 दिन तक एक साधना करें। वह साधना है - मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, मैं विजयी रत्न हूँ- ये स्वमान सारे दिन में 108 बार याद करें अर्थात् हर घण्टे में 8-10 बार याद करें। इससे आप सदा के लिए व्यर्थ संकल्पों से मुक्त हो जाएँगे।

प्रश्न: योग के प्रयोग अनेक लोग जहाँ-तहाँ कर रहे हैं। इसमें सभी की रुचि और बढ़ जाए इसके लिए कोई सुंदर अनुभव बताईये?

उत्तर: ये सत्य है कि चारों ओर सभी में योग के प्रयोग करने की लगन है क्योंकि सभी इस सत्य को पहचान चुके हैं कि सभी समस्याओं का समाधान योगबल से ही संभव है । कुछ ऐसी भी बीमारियाँ हैं जिनका मेडिकल साइंस में कोई इलाज नहीं, वो भी योगबल से ठीक हो रहे हैं। हम तो यही चाहते हैं कि सभी अपने योगाभ्यास को बढ़ायें और संकल्प शक्ति के द्वारा अनेक समस्याओं का समाधान प्राप्त करें।

अभी-अभी का पूना की एक 7 वर्षीय लड़की का सुंदर अनुभव प्रस्तुत है। उसके पिताजी ने बताया कि इसके हार्ट में 8 एम.एम. का छेद था। डॉक्टर्स ने ऑपरेशन की सलाह दी थी परंतु हमें छोटी बच्ची के ऑपरेशन से डर लगता था और न हमारे पास इतनी सम्पत्ति थी। हमने 21 दिन बच्ची को आत्मा देखकर योगदान दिया और दायें हाथ से प्रतिदिन उसके हार्ट को एनर्जी दी। परिणामत: उसका छेद भर गया। उस परिवार के लिये यह बहुत ही सुखद अनुभव था।

किसी माता ने फोन करके पूछा कि मेरी छोटी लड़की के हाथ में सफेद दाग होने लगे हैं। क्या करूँ? आप जानते हैं कि हाथ में सफेद दाग होना कितनी चिंता की बात है। डॉक्टर्स भी इसका कोई इलाज नहीं कर पाते हैं। उसने एक ग्लास में पानी लेकर चार्ज किया, इस संकल्प से कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। आधा ग्लास पानी बच्ची को पिलाया और आधा ग्लास पानी सफेद दाग पर कई बार लगाया। साथ ही उसके सफेद दागों को इस स्वमान में रहकर दृष्टि दी कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। ये दृष्टि रोज 3 मिनट दी गयी। बस उसके सफेद दाग समाप्त हो गए।

प्रश्न: बाबा कहते हैं अपनी बुद्धि को जहाँ चाहे, जैसे चाहे, जब चाहें और जितने समय के लिये चाहें, स्थिर कर सकें। तुम्हें ऐसा अभ्यास करना चाहिए, इससे तुम्हारी साइलेन्स पावर बहुत बढ़ेगी। हम जानना चाहते हैं कि इसका अर्थ क्या है और किस-किस स्वरूप पर हमें इसका अभ्यास करना चाहिए?

उत्तर: मान लो आप किसी काम में बहुत व्यस्त हैं या किसी समस्या से ग्रस्त हैं और आपको अचानक संकल्प हुआ कि मुझे परमधाम में जाकर बाबा के पास बैठना है और 3 मिनट तक बैठना है, तो आप ऐसा सफलतापूर्वक कर सकें। बुद्धि को जब चाहें, जहाँ चाहें स्थित कर सकें, यही सर्वश्रेष्ठ कला है। इस कला के आ जाने से शेष सारी कलाएँ आ जाती हैं। हमें अपनी बुद्धि को कहाँ-कहाँ स्थिर करने का अभ्यास करना चाहिए? उसमें सर्वप्रथम है हमारा अनादि स्वरूप अर्थात् हम अपने आत्मिक स्वरूप को जितना समय चाहें, देखते रहें। हम सहज ही अशरीरी भाव में स्थित हो जाएँ। दूसरा हमारा स्वरूप है आदि देव स्वरुप। हम दिन में कभी भी अपने सतयुगी स्वरूप को स्पष्ट देख पाएँ। हमारा तीसरा स्वरूप है हमारा पूज्य स्वरूप। हम अपने पूज्य स्वरूप में जितना देर चाहें रह सकें और हम अपने फरिश्ते स्वरूप को स्पष्ट देख सकें और अनुभव कर सकें। इसके अतिरिक्त हम अपनी बुद्धि को परमात्म स्वरूप पर जब चाहें और जितना समय चाहें, स्थिर कर सकें। इसका अभ्यास दिन में 3 बार अवश्य कर लेना चाहिए। ऐसा अभ्यास कर लेने से हमारी बुद्धि स्थिर होने लगेगी और इस अभ्यास में हम सफल हो जायेंगे।

Contact e-mail - bksurya8@yahoo.com