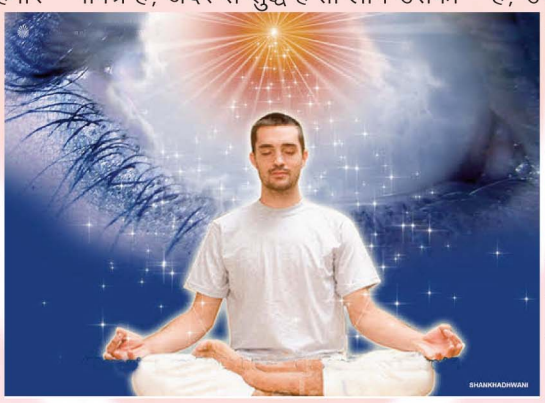
बहुत ही सहज है राजयोग...

ज्ञान एक प्रकाश है, एक शक्ति है, जैसे ही हमें हमारी खुद की समझ मिलती है तो हमारा अंतर्मन प्रकाशित होने लगता है। उस प्रकाश से सारे भेदभाव मिट जाते हैं। सांसारिक जगत से मैं अपने आपको अलग भी महसूस करता हूँ और साथ भी महसूस करता हूँ, लेकिन इसका प्रभाव हमारे ऊपर नहीं पड़ता। अज्ञानता वश मुझे लगता था कि मैं ही सबकुछ हूँ, लेकिन अब मुझे पता चला कि मैं एक शान्त स्वरूप आत्मा हूँ।

गतांक से आगे...

तृतीय अंक में आपने देखा कि हमने आत्मा की पहली खुराक ज्ञान व समझ की चर्चा की कि जैसे ही हमें ज्ञान मिलता है, हमारे अहंकार नष्ट हो जाते हैं। अब हम आत्मा की दूसरी खुराक पवित्रता की चर्चा करते हैं।



पवित्रता

आत्मा को जैसे ही पता चलता है कि वो शुद्ध आत्मा है, निर्मल आत्मा है तो उससे उसकी पवित्रता बढ़ जाती है। पवित्रता का यहां अर्थ यह है कि उसका सबके प्रति एक समान शुद्ध व सात्विक व्यवहार होता है। उदाहरण के लिए जब आप किसी मंदिर में जाते हैं तो वो मंदिर सभी का होता है, और सभी उसमें समान रूप से अपना अधिकार समझते हैं। इसलिए उन्हें पवित्रता की भासना आती है। वैसे ही जब हम इस शरीर रूपी मंदिर में आत्मा को एक मूर्ति के समान रखते हैं तो इस मूर्ति को सभी बड़े ही सम्मान भाव के साथ देखेंगे। आप देखिए, सब लोग कहते हैं कि हम मंदिर जा रहे हैं दर्शन के लिए, तो सभी का प्रश्न होता है किसका मंदिर है, अर्थात् यहां मूर्ति की बात हो रही है। यदि मूर्ति बहुत पवित्र है, अंदर से शुद्ध है तो लोग उसका दर्शन करते हैं। यदि हम आत्माएं सभी को एक शुद्ध पवित्र आत्मा देखेंगे तो हमारा व्यवहार अति निर्मल होगा, यह आत्मा की दूसरी खुराक है।

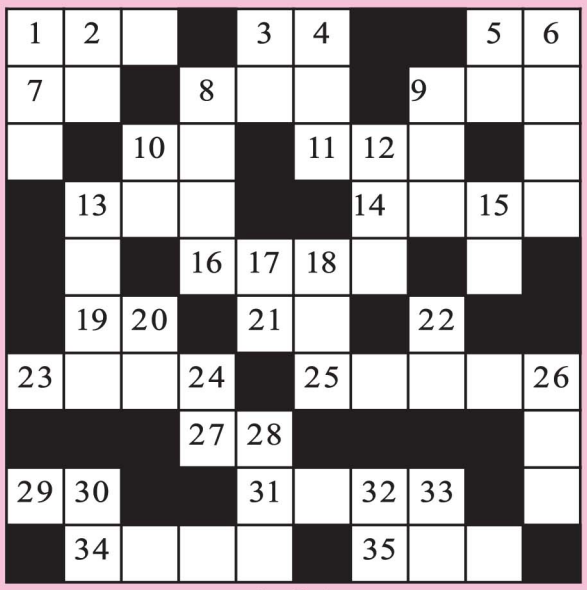
शांति

आत्मा की तीसरी खुराक शान्ति है। अर्थात् पवित्रता ही शान्ति की जननी है। जब हम पवित्र हो जाते हैं तो एकाएक हमारे अंदर शान्ति आने लग जाती है। उदाहरण के लिए एक छोटा बच्चा इतना पवित्र होता है, उसको देखकर स्वतः ही हम शान्त हो जाते हैं, उसको गले लगाकर हमें तृप्ति महसूस होती है। तो इसका अर्थ ये हुआ कि जो जितना पवित्र है उतना सुकूनदायक है, उसके अंदर व्यर्थ नहीं है।

सुख

आत्मा की चौथी खुराक सुख है। अब यहां हम आपको स्पष्ट करना चाहेंगे कि सुख एंन्द्रिय है या दैहिक है जोकि क्षणभंगुर है। यदि इसको हम प्लेज़र या मज़ा लेना कहें तो कोई अतिश्योक्ति नहीं होगी। यह अल्पकाल का है। अब यहां आत्मा को सदाकाल के सुख की आवश्यकता है और सदाकाल का सुख सिर्फ और सिर्फ आत्मा के शांत और पवित्र रहने पर ही मिल सकता है क्योंकि पवित्रता ही सुख और शांति की जननी है। जो जितना मन से सुखी है वही तन से भी सुखी है। - क्रमशः

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-4 ब्र.कु. राजेश,शांतिवन



बनें विजेता : पहेली के कॉलम को काटकर व पेपर पर चिपकाकर उसके साथ उसका जवाब लिखकर हमें इस मीडिया के पीछे लिखे हुए पते पर भेजें। एक वर्ष के भीतर पूछे गए सभी पहेलियों में जिसका सबसे ज्यादा सही जवाब होगा उन्हें विजाताओं के लिस्ट में शामिल किया जाएगा और वर्ष के अंत में उन्हें आकर्षक ईनाम दिया जाएगा। इसलिए पहेली को ध्यान से पढ़िए, समझिए और भेज दीजिए हमारे पास उसका सही जवाब लिखकर और बनिए वर्ग पहेली के 'विजेता ऑफ द ईयर'।

ऊपर से नीचे

1. तुम फिर से राजयोग की शिक्षा से ... ले रहे हो (3)
2. समाधान,बलराम का अस्त्र (2)
3. आदेश, फरमान (2)
4. सीता जी के पिता (3)
5. संसार,दुनिया,जहान (2)
6. ...और साधनों का त्याग ही महान त्याग है, आदर, इज्जत (2-2)
8. ...में खयानत नहीं डालनी है (4)
9. तपन, गर्म (3)
10. धूल,मिट्टी, का कण (2)
12. ग्राह, ना ये चांद होगा ना तारे रहेंगे...हम हमेशा तुम्हारे रहेंगे (3)
13. परमात्मा, खुदा, भाग्य बनाने वाला,विधाता (4)
15. काव्य,गाना,कविता, सुर ताल के साथ प्रस्तुत की जाने वाली रचना (2)
17. कसौटी, काबू, मजबूती (2)
18. दर्शन, झलक (3)
20. मगन, लीन, मस्त (2)
22. गुणवान व्यक्ति, गुणों की धारणा वाला (2)
24. मनोयोग से लगा हुआ, मग्न (2)
26. शक्ति, बल (3)
28. ... से निहाल कींदा सतगुरु (3)
30. चाह, कामना, इच्छा (2)
32. मूल्य, कीमत (2)
33. छुट्टी, मंजूरी, सहमति (2)

बायें से दायें

1. आपदा काल में मिलने वाली मदद (3)
3. ... नहीं तो कल बिखरेंगे ये बादल, वर्तमान (2)
5. जोड़, ... का खाता बढ़ाओ (2)
7. मछली पकड़ने का एक साधन, माया... से अब मुक्त बनो (2)
8. ना समझी, ज्ञान रहित, मूर्खता (3)
9. आकाश, नभ, तुम मुक्त... के पंछी हो (3)
10. बड़ी दादी जी का लौकिक नाम (2)
11. शरीर का मध्य भाग (3)
13. भक्ति में भगवान की महिमा के गीत (3)
14. शोकाकुल, दुःखी (4)
16. .... जगाकर आई हूँ, नसीब (4)
19. वचन देना, प्रॉमिस, वायदा (2)
21. हमेशा, निरंतर, चिरकाल (2)
23. आलीशान, खूबसूरत (4)
25. गम्भीरता का विलोम (5)
27. ... एक मंदिर है, देह, शरीर (2)
29. आशीर्वाद, शुभभावना (2)
31. साहूकार, धनाढ्य व्यक्ति (4)
34. खबर, हालचाल (4)
35. कब्र, पीरों का स्थान (3)

समस्तीपुर-बिहार। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डी.आर.एम. सुधांशु शर्मा, डी.डी.सी. रमेश कुमार शर्मा, जिला एवं सत्र न्यायाधीश चौधरी बीरेन्द्र कुमार राय, अपर जिला एवं सत्र न्यायाधीश शिवध्यान सिंह, ब्र.कु. अरुणा व ब्र.कु. कृष्णा।

सिन्धु पालचौक-नेपाल। भूकम्प पीड़ितों को राहत सामग्री बांटते हुए ब्र.कु. सामसिंह।

भरतपुर-राज.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर विशाल जनसमूह को योगानुभूति कराते हुए ब्र.कु. कविता।

दुमदुमा-असम। स्पेशल फ्रंटियर फोर्स (एयर फोर्स) में 'तनाव मुक्ति' विषय पर सम्बोधित करने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. भगवान,माउण्ट आबू। साथ हैं कमांडर कर्नल संदीप प्रताप, श्रीमती मोहिता प्रताप, ब्र.कु. पूजा, ब्र.कु. पूनम व अन्य।

कानपुर। लघु शस्त्र निर्माणी के महाप्रबंधक एवं वरिष्ठ आई.ओ.एफ.एस. अधिकारी पी.सी. बरनवाल के साथ ज्ञानचर्चा के पश्चात् ईश्वरीय साहित्य भेंट करते हुए ब्र.कु. अर्चना।

मोहम्मदी खीरी-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए नगरपालिका अध्यक्ष दुर्गा महरोत्रा व ब्र.कु. अनुराधा। साथ हैं व्यापार मंडल अध्यक्ष अतुल रस्तोगी, व्यवसायी नरेन्द्र रस्तोगी व अन्य।