# उदार और सरल चित्त बनें

- ब्र.कु.अंजलि

सहनशील रहने के लिए जिन दो बातों की सबसे ज़्यादा ज़रूरत पड़ती है वे हैं उदारता और सरलता । उदारता और सरलता एक दूसरे के पूरक गुण हैं। जो व्यक्ति दिल से उदार होता है, वही सरलचित्त रह पाता है। उदारता के लिए सरलता की आवश्यकता होती है ।

सहनशीलता इन दोनों गुणों से सम्पूर्ण रूप से प्रभावित होती है। आज तक जितने भी महान पुरुष हुए हैं, उन्होंने सहनशील बनने के साथ साथ सबके प्रति सरल भाव और उदार रुख अपनाया है। उदारता और सरलता दो ऐसी चीजें हैं जो व्यक्ति को समाज में बहुत लोकप्रिय बना देती हैं ।

जीवन के दो पहलू होते हैं - आशा और निराशा। आशावादी व्यक्ति सदैव जीवन का उज्जवल पक्ष देखता है। उसे अंधकार में भी कोई न कोई आशा की किरण नज़र आती है। दूसरों का सहयोग करने के लिए वह सदा आगे बढ़ता है। टूटे हुए दिलों को सहारा देता है। उनके मन में नवीन आशाओं का संचार करता है। जैसे किसी शायर ने कहा है -

यूं तो हर दिल किसी दिल पर फिदा होता है,
प्यार करने का मगर, तौर जुदा होता है ,
आदमी लाख संभले, मगर गिरता भी है ,
गिरे को जो उठा ले , वो खुदा होता है ।

सहनशील व्यक्ति सारी कटुता व विषम परिस्थितियों का सामना बड़े ही संयम से करता है। इसका ही नाम सहनशीलता है । किसी मजबूरी से सहना , किसी दबाव में आना सहनशीलता नहीं है। उदारता और सरलचित्त प्रकृति से मिलन, उपहार स्वरूप मिलन है। वह अपने इन गुणों के कारण लोकप्रिय हो जाता है। लोग उससे सहायता पाने के लिए आगे आते हैं ,और वह अपनी सरलता और उदारता के कारण निराश नहीं करता है ।

उदार व्यक्ति जीव जंतुओं तक की सहायता करता है। उनके दुःख दर्द को समझता है। वह किसी के प्रति भी नृशंस नहीं हो पाता है। उदार व्यक्ति दूसरों के दुःख से दुःखी हो उठता है। उनकी सहायता को सदैव तत्पर रहता है। स्वयं दुःख सहकर वह दूसरों की परेशानी दूर करने के लिए आगे बढ़ता है । विश्व का प्रत्येक प्राणी व प्रकृति ईश्वर की ही रचना है । प्रभु ने इस दुनिया को बनाया है । पेड़ पौधों में रंगीन नज़ारे , फूलों में खुशबू आदि प्रकृति की सुंदर रचना हैं। मानव, उदार मन ईश्वर की कृपा से ही प्राप्त करता है। उसमें ऐसी शक्ति होती है कि वह बुरे से बुरे व्यक्ति का मन पलट देता है। उसे सदाचारी बना सकता है। सच्चाई उसके मन में स्थाई रूप से वास करती है। वह क्षमाशील होता है। सहनशील बनने के लिए सरलचित्त और उदार होना आवश्यक है। मन, वचन और कर्म का सही तालमेल होना चाहिए । इच्छा किये बिना कर्म करना यह सब सहनशील व्यक्ति के गुण हैं ।

सहनशील व्यक्ति को अधिक दुःख झेलने पड़ते हैं । इन सबको सहकर ही वह ऊँचा उठता है ।

खलील जिब्रान ने कहा है कि उदारता उस वस्तु के दान में नहीं है जिसकी तुम्हारी अपेक्षा दूसरों को अधिक आवश्यकता है, अपितु उस वस्तु के दान में है जिसकी दूसरों की अपेक्षा तुम्हें अधिक आवश्यकता है ।

## राजयोग पहुँचायेगा... - पेज 1 का शेष

**डॉ.ए.के.मर्चेन्ट**,अध्यक्ष,बहाई समुदाय - आज हम राजयोग के माध्यम से विश्व को शांति का संदेश दे रहे हैं।

**ई.आई. मालेकर**, यहूदी उपासनागृह के मुख्य पुजारी – जीवन ईश्वर की देन है, मृत्यु समय की देन है, मृत्यु के बाद का होना कर्मों की देन है। ब्रह्माकुमारी संस्था ने सर्व को एकता के सूत्र में बांधा है,यह आज के परिप्रेक्ष्य में असंभव लगता है लेकिन इस संस्थान ने ऐसा कर दिखाया है। यहां मुझे मेरे जीवन में देखने का सुंदर अवसर प्राप्त हुआ है।

दिल्ली सिक्ख गुरूद्वारा प्रबंधक कमेटी के सदस्य **सरदार कुलमोहन सिंह** - प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय जिसेने धर्म का रूप न देकर मानवता के लिए कितनी सफल हुई है इसका प्रमाण आज हमारे सम्मुख है। एक ओमकार निराकार की एकता के सूत्र में बांध लेना ही सच्ची शांति की क्रान्ति है।

सद्भाव एवं शांति अध्ययन संस्थान के अध्यक्ष **डॉ. एम.डी. थॉमस** – आध्यात्मिक यात्रा का सुखद मार्ग है ध्यान, ध्यान से जीवन में एकाग्रता आती है, ध्यान से जीवन अनुशासनपूर्ण बन जाता है, जीवन सार्थक हो जाता है। बिना ध्यान इंसान की ज़िन्दगी चल नहीं सकती। परमात्मा ज्योति है और हम सबके भीतर जो ज्योति है वही आत्मा है। हमारी आत्म-ज्योति उस परमात्म ज्योति से मिले वह बेहद ज़रूरी है, तभी समाज में शांति बनी रहेगी।

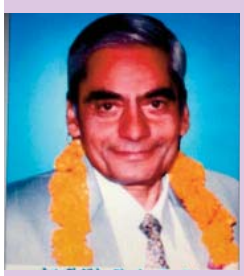
**फिरोज बख्त अहमद**, जर्नलिस्ट - प्रजापिता ब्रह्माकुमारी ईश्वरीय विश्व विद्यालय ज़िन्दगी का विश्व विद्यालय है। यहाँ हमें जीवन के बारे में सीखने को मिलता है। इसी मकसद से यहाँ हर कोई आना चाहता है। यह लाइफ को फिलॉसफी देने वाला विश्व विद्यालय है। दादी जी की बात का स्मरण सुनाते हुए कहा कि `मैं' और `मेरा', यह अहंकार है जो ज़िन्दगी को बेचैन करता है। यहां मन को सशक्त करने की ऊर्जा मिलती है। यह ऊर्जा इस संस्थान से बेहतर कोई नहीं दे सकता।

**स्वामी सर्वानंद सरस्वती**,अध्यक्ष, अंतर्राष्ट्रीय भजन सुख सेवा मिशन - ज्ञान की गंगाएं आज सारे विश्व में भारत की संस्कृति फैला रही हैं। ज्ञान गंगा कभी अपवित्र नहीं हो सकती। उन्होंने कहा कि परमात्मा के महावाक्य हैं कि विश्व परिवर्तन का आगाज़ ब्रह्माकुमारीज़ के द्वारा होगा। आज मुझे यकीन हो रहा है कि वो आगाज़ इण्डिया गेट से हो रहा है। विश्व शांति सिर्फ राजयोग द्वारा ही होगी। हमारी सनातन संस्कृति, जीवन पद्धति जो बाबा की मुरलियों में मिलती हैं, सर्वे भवन्तु सुखिना...ये यहां ही सार्थक होती दिखाई दे रही है।

ब्रह्माकुमारी संस्था के जापान स्थित सेवाकेन्द्रों की निदेशिका **ब्र.कु. रजनी** ने इस अवसर पर विषय अनुरूप विश्व में शान्ति, प्रेम, सद्भाव के प्रकम्पन फैलाने के लिए उपस्थित जन-समूह को राजयोग का अभ्यास कराया। ब्रह्माकुमारी संस्था दिल्ली की वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका **ब्र.कु. पुष्पा** ने वहां उपस्थित लोगों को प्रतिज्ञा करायी कि वे पर्यावरण को एवं मन को स्वच्छ रखेंगे, हम स्वयं के, समाज के एवं प्रकृति के साथ प्रेम एवं सद्भावपूर्ण व्यवहार करेंगे और आंतरिक शान्ति, शक्ति और विश्व कल्याण के लिए शुद्ध, पवित्र, निर्विकारी और व्यसनमुक्त जीवन जीयेंगे।

इस अवसर पर देश विदेश के पचास हज़ार से भी अधिक राजयोग अभ्यास करने वाले भाई बहनों ने भाग लिया। विश्व के 146 देशों में भी ब्रह्माकुमारी संस्था के अनुयायियों ने इसी भारतीय समय के अनुसार राजयोग किया।

## श्रद्धांजलि



**नांगल।** विद्याभूषण भाई जोकि 20 वर्षों से बाबा की सेवा में तत्पर थे। उन्होंने 28 अक्टूबर को अपना पुराना शरीर छोड़ा। आपने समर्पण बुद्धि बनकर बाबा की प्रत्यक्षता के लिए उस क्षेत्र में बहुत सेवायें की। ऐसे अनन्य भाई को सर्व ब्राह्मण कुलभूषण श्रद्धा सुमन अर्पित करते हैं।

**मेड़तासिटी-राज।** शिक्षा राज्यमंत्री देवनानी जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनुराधा। साथ हैं ब्र.कु. सुनीता।

**भीलवाड़ा-राज.।** चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन पश्चात् चित्र में नगर परिषद चेयरमैन ललिता समदानी, भाजपा नेता लीला खण्डेलवाल, ब्र.कु. इन्द्रा व अन्य।

**बौरिया-उ.प्र.।** लक्ष्मी नारायण, राधे कृष्ण की चैतन्य झाँकी का उद्घाटन करते हुए समाज सेवक धिरेन्द्र सिंह। साथ हैं ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. समता, ब्र.कु. अजय व अन्य।

**दिल्ली-बवाना।** ब्र.कु. चन्द्रिका को स्मृति चिन्ह देकर सम्मानित करते हुए सी.आर.पी.एफ. के 70वीं बटालियन के डिप्युटी कमाण्डेंट संजय कुमार। साथ हैं ब्र.कु. रोहताश।

**गुमला-झारखण्ड।** 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान' कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. राजू,माउण्ट आबू, एस.डी.ओ. नेहा अरोरा, अनुरंजन पूर्ति, ग्राम पंचायत मुखिया ईस्माइल कुजूर, ब्र.कु. शांति व अन्य।

**गोला गोकर्ण नाथ-मैलानी।** आध्यात्मिक प्रदर्शनी समझने के पश्चात् समूह चित्र में व्यापार मंडल अध्यक्ष सुनील चोपड़ा, ब्र.कु. सुनीता व अन्य।