



**भदोही-वाराणसी(उ.प्र.)**। 79वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब.कु. विजयलक्ष्मी, ब.कु. बृजेश, ब.कु. आरती तथा गणमान्य जन।



**बलरामपुर-उ.प्र.**। 'किसान सशक्तिकरण अभियान' का दीप प्रज्वलन कर उद्घाटन करते हुए कृषि डायरेक्टर विनय प्रकाश श्रीवास्तव, कृषि उपनिदेशक शैलेंद्र कुमार शाही, ब.कु. अमिता तथा अन्य।



**असंसोल-ओडिशा**। शिव जयंती पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए डी.आर.एम. संजय सिंह गहलोक, ब.कु. सुनीता तथा अन्य।



**उदयपुर-राज.**। महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए ब.कु. रोटा। साथ है महापौर चन्द्रशेखर कोठारी व अन्य गणमान्य जन।



**सोनीपत-से.15**। महाशिवरात्रि के अवसर पर शिवध्वज फहराते हुए कैबिनेट मिनिस्टर कविता जैन व ब.कु. प्रमोद बहन। साथ हैं बी.पी.एस.एम. की डीन अमृता शर्मा, आर.पी. जैन, संजय प्रागल, ब.कु. आशा, ब.कु. संगीता, ब.कु. सुनीता तथा अन्य।

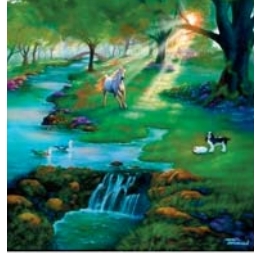


**सखलपुर-ओडिशा**। '79वीं त्रिमूर्ति शिव जयंती' पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए भाजपा उपाध्यक्ष प्रसन्न आचार्य, प्रसिद्ध समाजसेवी व संयुक्त कमिश्नर रघुनाथ मिश्रा, ब.कु. पार्वती तथा ब.कु. विनी।

हम सभी अपनी माँ से बहुत प्यार करते हैं, इसमें कोई संदेह नहीं। दुनिया में शायद ही ऐसा कोई इंसान होगा कि जो अपनी माँ से प्यार नहीं करता होगा, परंतु अपनी माँ के साथ-साथ हम प्रकृति माँ, जोकि हमारे जीवन में एक निर्णायक भूमिका निभाती है, उसके योगदान को पूर्ण रीति से भूल जाते हैं। ऐसा क्यों? क्योंकि खुद को 21वीं सदी का आधुनिक मानव समझने वाले अधिकांश लोग माँ प्रकृति से मीलों दूर होकर अत्यंत कृत्रिम जीवन जीने के आदी बन चुके हैं। एयर कंडीशनर की बनावटी ठंडक में सारा दिन बैठ-बैठकर हम हवा को सरसराहट के साथ, पत्तों की टकराहट को सुनते हुए, कहीं दिशाहीन होकर प्रकृति के आंचल में खो जाने का लुप्त उड़ाना जैसे भूल ही गए हैं। खुद के चुने हुए स्वार्थी संबंधों के जाल में फंसकर हम यह भूल जाते हैं कि वास्तव में प्रकृति ही हमारी सच्ची साथी है, क्योंकि जब कोई हमारे साथ नहीं होता है, तब केवल माँ प्रकृति का आंचल ही हमें अपनी ममता से दुलाराता है। भले ही हम मनुष्य अपने जीवन की आपाधापी में प्रकृति को भुला देते हैं, परंतु वह हमेशा हमें अपने होने का एहसास नित्य प्रति पल कराती ही रहती है। प्रकृति और उसके मौसम हमें यह सिखाते हैं कि इस ब्रह्माण्ड में हर एक तत्वों के बीच में एक अंतर्निहित संतुलन और सामंजस्य है, मगर जब हम उस संतुलन में खलल पैदा करते हैं, तब हम प्रकृति प्रणाली से बाहर हो जाते हैं।

## प्रकृति के साथ सद्भाव में रहें

जिस प्रकार सृष्टि का छोटा से छोटा भौतिक कण भी प्रकृति के नियमों के अधीन है, ठीक उसी प्रकार से मनुष्य सृष्टि को शासित-संचालित करने के लिए परमात्मा द्वारा आध्यात्मिक कानून की रचना की गई है, जिसके दायरे में जीवन जीना हम सभी मनुष्य आत्माओं के लिए अनिवार्य है। यदि हम उन



कानूनों का उल्लंघन करते हैं तो हमारी आत्मा बचैन और अशांत हो जाती है। इसलिए जब हम प्रेम और शांति की अपनी वास्तविक प्रकृति को भूलकर नकारात्मक विचारों और भावनाओं के साथ अपने मन को प्रदूषित करने के कार्य को जारी रखते हैं, तो उसका क्या परिणाम निकलता है? हम सभी यह भली-भांति जानते ही हैं! स्वतंत्र मनुष्य के रूप में, हमें अपने

जीवन में व्यक्तिगत पसंद या नापसंद बनाने का पूर्ण अधिकार है। हम या तो अधिकांश लोगों की तरह जीवनभर सभी वस्तुओं की आलोचना एवं शिकायत करते-करते उसी प्रवाह में बहते जा सकते हैं या फिर हिम्मत करके प्रवाह के विरुद्ध जाकर हमारी वास्तविक प्रकृति के साथ संरेखित होकर अन्यो के लिए एक नया प्रेरणादायक मार्ग बना सकते हैं, क्योंकि अंततः हम कैसा जीवन जीते हैं, उसका सम्पूर्ण मदार हमारे द्वारा चयन किये गए विकल्पों पर आधारित है। अतः सयानापन सही विकल्प चुनने में है, न कि गलत प्रवाह में बहने के बाद बाहर निकलने का रास्ता ढूँढ़ने में। स्मरण रहे! खुशामिजाज लोग अपनी कमियों पर ध्यान देने के बजाय अपनी आंतरिक शक्त के ऊपर खुद का ध्यान केन्द्रित करते हैं, ठीक उसी प्रकार से वह जीवन में होने वाले नुकसान से मुक्त मोड़कर अपनी बुद्धिमत्ता से संभावित लाभ की ओर अपना ध्यान केन्द्रित करते हैं। इसलिए हमें अपने जीवन की लय के साथ संपर्क बनाने के लिए अपनी आंतरिक प्रकृति के चक्रिय उतार-चढ़ाव को पहचानने की ज़रूरत है, ताकि हम माँ प्रकृति के साथ सद्भाव में रहकर उनका सम्मान करके अपने जीवन को खुशहाल और तनाव मुक्त रख सकें। तो आओ, जीवन के प्राकृतिक संकट से अप्रभावित रहने के लिए जीवन को सामान्य लय के साथ रहें और माँ प्रकृति की गोद में स्वयं को सदा सुरक्षित और सुदृढ़ रखें।

## अपने अनुभव और मान्यताओं को बदलो

**प्रश्न:-** हम पूर्ण अनुभव क्यों नहीं करते हैं? हमें पूरी अवधारणा को समझना होगा। हमारी बाहर से ये जो इच्छा है चाहे प्यार की, चाहे ज्ञान की, चाहे किसी भी चीज की या प्राप्ति की, ये फिर क्यों है?  
**उत्तर:-** मान्यताओं के कारण, क्योंकि अनुभव किस पर आधारित होता है? मान्यताओं पर। अगर मेरी मान्यता ये है कि ये होगा तो मैं अच्छा महसूस करूँगी, ये होगा तो मैं अच्छा महसूस करूँगी।  
**प्रश्न:-** हम इसे हमेशा बदलने की कोशिश करते हैं कि जबकि मैं पहले से ही खुश हूँ।  
**उत्तर:-** आई एम कम्पलीट एण्ड फुल एण्ड ब्यूटीफुल।  
**प्रश्न:-** अब मैं नई मान्यताएं कैसे बनाऊँ?  
**उत्तर:-** अभी हमने यह विचार पहले ही बना लिया। अब इसको क्या करना है। इस मान्यता को जीवन की यात्रा में साथ लेकर चलना है। जैसे ही कोई विचार आये कि 'ये होगा' तो मुझे अच्छा लगेगा। जबकि मुझे पहले से ही अच्छा लग रहा है, हाँ, ये हो तो बहुत अच्छा। लेकिन मेरी फीलिंग इसके होने पर निर्भर नहीं है। एक दिन इसको करके देखो। यूल विल सडैन्ली स्टार्ट फीलिंग बेरी..बेरी.. लिबरेटेड क्योंकि अभी तो हम इतनी चीजों से बंधे हुए हैं कि ये सब होगा तो मैं अच्छा महसूस करूँगी और ये सब कुछ मेरे अनुसार होना चाहिए।  
**प्रश्न:-** हमारी मान्यता ये थी कि ये मुझसे अच्छी तरह से बात करेंगे तो मैं अच्छा महसूस करूँगी। क्या हर जगह यही तरीका चलेगा? अब मैं इसके पीछे की बात सोचती हूँ कि उससे पहले 'विचार शक्ति' की बात होती है कि 'आप क्या चाहते हैं'। स्थूल में भी करें या जो

भी चीज आपको चाहिए उसको क्रियेट करो, उस भविष्य को देखो और उसके बाद उसको विजुअलाइज़ करो। मान लो मुझे कम्पनी का सी.ओ. बनना है। तो आप उसके लिए विचार बनाना शुरू कर दो और साथ-साथ विजुअलाइज़ भी करते जाओ कि मैं कम्पनी का सी.ओ. बन गया हूँ। इस प्रकार के विजुअलाइज़ेशन में किसी भी प्रकार की शंका या दुविधा नहीं होनी चाहिए।

**उत्तर:-** कुछ लोग इस प्रकार से प्राप्त करने में सक्षम होते हैं। एक ही समय में कुछ लोग इसे प्राप्त नहीं कर पाते हैं। जब हमें ये समझ में आ गया तो हमने इसको किन चीजों के लिए उपयोग करना शुरू किया। मैंने यह विचार बनाना शुरू किया कि मुझे ये मिलेगा, ये मिलेगा, प्रमोशन मिलेगा, हमने वो ऊर्जा उसके ऊपर लगानी शुरू कर दी। लेकिन हम लोगों में बहुत कम लोग ऐसे हैं जो एक भी शक के विचार नहीं करते हैं। क्योंकि जैसे हमने पहले भी देखा कि ये होना ही चाहिए। तो हम उस प्लान के साथ जुड़ जाते हैं कि मुझे ये चीज मिलनी ही चाहिए। इस बीच में कहीं न कहीं एक विचार शक का ज़रूर बनता है कि अगर नहीं मिलता तो...? भविष्य में जो मिलने वाला है उस पर मैं बहुत ज्यादा निर्भर हो जाती हूँ कि ये होना ही है। यदि हुआ तो बहुत अच्छा, अगर नहीं हुआ तो....! अगर वो नहीं हुआ जो सब कुछ हो रहा है, वो सारा कुछ मेरे

कंट्रोल में नहीं है। जब हम कहते हैं 'विचार हमारे भाग्य का निर्माण करती है' तो हमें ये समझना पड़ेगा कि जो विचार मैं बना रही हूँ वो अभी भी मेरा भाग्य बना रहा है। उसी प्रकार से अभी जो मेरे साथ हो रहा है, वह अतीत में बनाये गये हमारे विचारों के कारण ही तो हो रहा है। अब क्या होता है कि मैंने अभी तो अपने विचार की गुणवत्ता को बदल लिया, हो सकता है पहले हमने बहुत सारी ऊर्जा, बहुत सारे विचार पहले बनाये थे, जो ब्रह्माण्ड में चली गई हैं। वो ऊर्जा भी तो वापस हमारे पास आनी है। और हम तुरंत परिणाम की आशा करते हैं कि अभी हमने ये विचार बनाया कि मेरे साथ ये होना चाहिए। माना कि हम कहीं न कहीं भविष्य के साथ जुड़ जाते हैं। इससे भी ज्यादा महत्वपूर्ण यह हो सकता है कि अभी आप अपना ध्यान रखते जायें एक तो अंदर से और एक तो बाहर काम कर रहे हैं, आप मेहनत कर रहे हैं बहुत ही ध्यान से कर रहे हैं। हर क्षण को पहले वाले क्षण से अच्छा बिताते जायें। और आप देखेंगे कि जैसे-जैसे एक-एक पल अच्छा बिताएगा तो अगला पल स्वतः ही अच्छा बिताएगा। ये करने से आपके अंदर इतनी ताकत, इतनी शक्ति जमा हो जाती है कि अगर कोई परिस्थिति आपके पक्ष में नहीं भी होगी तो भी आपके अंदर इतनी क्षमता आ जायेगी कि आप उस परिस्थिति का सामना बहुत ही आसानी से कर सकते हैं। अगर आपने अपना समय भय में या पूर्वानुमान में बिता दिया तो आप इतने कमज़ोर हो जायेंगे कि साधारण सी परिस्थिति का भी सामना आप नहीं कर पायेंगे।



ब.कु. शिवानी