दिल्ली-करोल बाग। रेल मंत्री सुरेश प्रभु को ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराते हुए ब्र.कु. आशा। साथ हैं ब्र.कु. सुशांत, ब्र.कु. संगीता व अन्य।

कुरुक्षेत्र-हरियाणा। आध्यात्मिक कार्यक्रम के पश्चात् नगरपालिका अध्यक्षा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. बहन।

ओ.आर.सी.-गुड़गांव। 12वें एशियन रिजनल स्पेस सेटलमेंट डिज़ाइन कॉम्पीटिशन में भाग लेते विभिन्न देशों के विद्यार्थी।

कोलकाता। 'श्रीमद्भगवद् गीता का आध्यात्मिक रहस्य' विषय पर सम्बोधित करते हुए वरिष्ठ राजयोग शिक्षिका ब्र.कु. उषा,माउण्ट आबू।

झुन्झुनू। नवनिर्मित सेवाकेन्द्र 'तपस्या भवन' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए सलविंदर सिंह सोहाता,आई.ए.एस.,डी.सी. एंड डी.एम., सुरेन्द्र कुमार गुप्ता,आई.पी.एस.,एस.पी., ब्र.कु. मृत्युंजय, ब्र.कु. पूनम, ब्र.कु. रामप्रकाश, ब्र.कु. सुरेन्द्र, ब्र.कु. अमृत व अन्य।

अलीगढ़-रघुवीर पुरी। लायन्स क्लब द्वारा आयोजित गणतंत्र समारोह में मंचासीन हैं ब्र.कु. सुदेश, ब्र.कु. सुनीता, आर.के. चतुर्वेदी,अध्यक्ष, ओ.पी. अग्रवाल, पूर्व जिला अधीक्षक व अन्य वरिष्ठ पदाधिकारी।

एक को न जानना, और होते कन्फ्यूज़...

- गतांक से आगे...

कुछ समय पहले जब मैं अमेरिका गयी, तो एक बहन आकर के मुझे बताने लगी कि मेरा बेटा पंद्रह साल का है। लेकिन जब भी मैं उसको कहती हूँ कि बेटा मंदिर चल, तो उसका पहला सवाल यही होता है कि हिन्दुओं में इतने भगवान क्यों हैं? क्रिश्चन में गॉड क्यों है? वो माँ उसको कहती है बेटा ये सब भगवान हैं। तो कहता है सब भगवान नहीं हो सकते, भगवान एक होना चाहिए। इसलिए जब माँ उसको कहती है बेटा चल मंदिर तो वो कहता है, मैं मंदिर जाने से कनफ्यूज़ हो जाता हूँ। कहाँ अपने मन को एकाग्र करूं? किसमें एकाग्र करूं? मुझे लगता है वहाँ हमारा समय नष्ट हो जाता है। मैं अपना टाइम वेस्ट करने के लिए मंदिर में क्यों आऊं, वो बच्चा अपनी माँ से कहता है कि इससे अच्छा तो मैं चर्च में जाऊं, तो कम से कम वहाँ एक गॉड है, जहाँ मैं अपने मन को एकाग्र करूं। वो माँ मुझे कहने लगी कि मेरा बेटा चर्च में जाता है मंदिर में नहीं जाता है। मुझे ये हर्ज़ा नहीं कि वो चर्च में क्यों जाता है? लेकिन ये दुःख ज़रूर है कि वो मंदिर क्यों नहीं जाता? कल को कहीं आपके बच्चे ने ये सवाल पूछ लिया, तो क्या आपके पास उसका कोई उत्तर है कि हिंदुओं में इतने भगवान क्यों हैं? क्रिश्चन में एक गॉड क्यों है? मुसलमानों में एक अल्लाह क्यों है? आपके पास जवाब है? भावार्थ ये है कि कहीं हमारे अंदर ही अज्ञानता है, जिस अज्ञानता के कारण हम आज के पीढ़ी को यथार्थ वैज्ञानिक व्याख्या नहीं दे पाते हैं। क्योंकि हमारे ऋषि-मुनियों के पास इतना सुंदर साइंस था, मेडिटेशन का भी बहुत सुंदर साइंस था। जो कुछ भी उन्होंने किया उसके पीछे एक वैज्ञानिक कारण था। लेकिन क्योंकि उस वक्त आत्माओं में वो पात्रता नहीं थी। इसलिए उन्होंने कुछ भी समझाया नहीं। लेकिन आज की पीढ़ी इतनी समझदार है कि उसको हर बात में एक लॉजिकल उत्तर चाहिए। अगर हमें पता होगा तो हम अपने बच्चे को गाईड कर सकेंगे, इसलिए ज़रूरी है कि पैरों को क्यों मोड़ना चाहिए, हाथों को क्यों जोड़ना चाहिए क्योंकि इस सर्किट को बंद करना है। जब सर्किट बंद हो जाती है तो फ्लो ऑफ एनर्जी नैचुरल रूप से मिलती है।

तीसरा द्वार है आँखें। आँखें तीसरा द्वार क्यों है? क्योंकि मनुष्य की मनोवृत्ति में क्या चल रहा है, वह वायब्रेशन आँखें रिले करती हैं। यह कॉन्सटेंट होती रहती है। किसी व्यक्ति से, कोई आपको अनुभव न भी हो, लेकिन उसकी आँखों को देख कर कहेंगे ये व्यक्ति बड़ा गुस्से वाला लग रहा है। किसी व्यक्ति की आँखों को देखकर कहेंगे इनकी आँखों में बहुत प्यार भरा हुआ है। आँखें लगातार प्यार के प्रकम्पन फैला रही है। इसलिए ये दो द्वार को बंद करो लेकिन तीसरा द्वार बंद नहीं करना है क्योंकि अगर तीनों द्वार बंद हो गये तो अंदर की निगेटिव ऊर्जा को बाहर निकालेंगे कैसे? परमात्मा से पॉज़ीटिव ऊर्जा को लेंगे कैसे? इसलिए एक द्वार खुला रखना है। भगवान ने अर्जुन को कहा कि आसन बिछाए दृढ़तापूर्वक सीधा बैठकर के मन इंद्रियां तथा कर्मों को संयम में रखकर के अर्थात् इंद्रियों को जितना एकाग्र रखेंगे उतना, मन की एकाग्रता को सहज विकसित कर सकेंगे। अगर शरीर ही हिलता-डोलता रहेगा, तो ये बताता है कि मन अंदर कितना डोल रहा है। इसलिए जितना अपनी इंद्रियों को सीधा बैठकर के संयम पूर्वक एकाग्र करेंगे उतना मन, बुद्धि और दृष्टि तीनों को एकाग्र करना और हृदय में शुभ भावना को जागृत करना, ये योग में बैठने की विधि है।

इसलिए जब लोग मंदिर जाते हैं ना तो उसको पूछो कि कहाँ जा रहे हो। तो क्या कहते हैं? दर्शन करने जा रहे हैं। लेकिन मंदिर में जाने के बाद आँखें बंद कर लेते हैं। भगवान की आँखें खुली हैं, तो किसने किसका दर्शन किया? फिर तो ये कहना चाहिए ना कि दर्शन कराने जा रहे हैं। हमने तो दर्शन किया ही नहीं। दर्शन करना माना दर्शाना, जीवन में उसको उतारना है। जो सामने मूर्ति है उसके अंदर कितनी निर्मलता है, कितनी पवित्रता है, कितनी सौम्यता है। उसको दर्शन करके, अपने जीवन में अनुभव ज़रूर करना कि वो निर्मलता, वो पवित्रता, वो सौम्यता को अपने जीवन में ले आयें। इसलिए दर्शन करो। आँखें बंद नहीं कर दो, नहीं तो वो एनर्जी आपको मिलेगी नहीं। हाथ भी जोड़ दिए, आँखें भी बंद हो गयी, पैरों को भी मोड़ दिया, तो वो पवित्र ऊर्जा मिलेगी नहीं। इसलिए मेडिटेशन में बैठने की यथार्थ विधि है कि आँखों को खुला रखना। - क्रमशः

गीता ज्ञान का आध्यात्मिक रहस्य

-राजयोग शिक्षिका ब्र.कु.उषा

सफलता का रहस्य... - पेज 2 का शेष

ने कहा है कि - पैसा जो कुछ खरीद सकता है, उसे बहुत कुछ अर्जित करना और पैसा जो खरीद न सके वो सभी प्राप्त करना।

नॉर्मन विन्सेंट पीले ने `नज़र बदल कर नये इंसान बनो' इस किताब में एक प्रसंग में लिखा है कि - हेनरी नदी किनारे एक बोध का निर्माण कर रहा था। उसी दौर में ज़ोरदार तूफान शुरु हुआ और पानी के पूर के कारण उनके मशीन कीचड़ में डूब गए। किये काम को पानी ने बरबाद कर दिया। जब पानी कम हो गया तब हेनरी नुकसान का अंदाज़ा करने गया तो घटना स्थल पर देखा कि मज़दूर लोग उदास बैठे थे, कीचड़ में डूबे मशीन को निहारते हताश होकर देख रहे थे।

हेनरी ने मज़दूरों को पूछाः ``आप लोग इतने उदास क्यों हो?''

उन्होंने कहाः ``क्या आपको कुछ भी दिखाई नहीं देता। अपने सारे मशीन कीचड़ में डूब गये हैं।''

``कौन सा कीचड़? हेनरी का प्रश्न।''

मजदूरों ने कहाः ``कौन सा कीचड़! चारो ओर कीचड़ और सिर्फ कीचड़ ही है।''

``ऐसा हेनरी ने हंसते-हंसते कहा, मुझे तो कहीं भी कीचड़ दिखाई नहीं देता।''

मज़दूरों ने पूछा : ``लेकिन आप ऐसा विधान कैसे कर सकते हो?'' हेनरी ने कहा : ``कारण कि मैं आकाश की ओर देखता हूँ और ऊपर आकाश में कहीं भी कीचड़ दिखाई नहीं देती। वहाँ तो सूरज चमक रहा है। सूर्य तीव्र रूप से चमकेगा तो दुनिया की कोई कीचड़ उसका सामना नहीं कर सकेगी। कीचड़ जल्द ही सूख जाएगी और आप अपने मशीनों को एक बार बाहर निकाल सकेंगे। और फिर से काम शुरु कर सकेंगे। सार रूप में यही है कि दृष्टि नीची रखेंगे तो कीचड़ दिखाई देगी और असफलता का अहसास होगा और स्वयं ही आप पराजय के विचारों का निर्माण करेंगे। आशावादी तस्वीर के साथ प्रार्थना और श्रद्धा साथ होगी तो सफलता निश्चित है। कार्य में सफल या विजयी बनने की तरकीब –

1. सदा सक्रिय रहना, जागृत रहना, भीड़ से आगे चलने की कोशिश करना।
2. लक्ष्य ऊँचा रख, ईमानदारी रख, धैर्यपूर्ण काम करते रहना।
3. गहरे उतरकर अंदाज प्राप्त करो और ऊँचाई की ओर अग्रसर हो जाओ।
4. बचत करो, भूतकाल को भूल जाओ, वर्तमान का उपयोग करो, उज्जवल भविष्य में विश्वास रखो।
5. घबराये बिना जीवन में उद्देश्यलक्षी रहो, परमात्मा की कृपा का सम्मान करो।
6. विजय प्राप्ति का दृढ़ संकल्प कर अंत तक संघर्ष करते रहो।

सैफयी-उ.प्र.। रणवीर सिंह सैफयी महोत्सव के अवसर पर दीप प्रज्वलित करते हुए रणवीर सिंह की धर्मपत्नी मृदुला यादव,ब्लॉक प्रमुख, महोत्सव प्रबंधक वेदव्रत गुप्ता, ग्रामीण आयुर्विज्ञान अनुसंधान संस्थान निदेशक डॉ. टी. प्रभाकरन, एडीशनल डायरेक्टर, वरिष्ठ प्रशासनिक अधिकारी के.वी. अग्रवाल, गायक पुनीत मेहता व ब्र.कु. दुलारी।

कुम्हेर-भरतपुर(राज.)। गीता पाठशाला हेल्क का अवलोकन करने के पश्चात् समूह चित्र में राम अवतार सिंह,आई.जी. बी.एस.एफ., श्रीमती कमलेश सिंह, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. बबिता, ब्र.कु. भगवान एवं अन्य।