पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

मन की अद्भुत शक्ति, उससे होने वाले चमत्कार को हम अपने अपने स्तर पर समझते हैं, लेकिन कुछ चीज़ें स्वयं सिद्ध होती हैं, उन्हें सिद्ध करने की आवश्यकता नहीं होती। अब हम जानेंगे मन के दो स्तरों के बारे में...

सबसे पहले तो आप जाने कि हर विचार एक कारण है, तो हर परिस्थिति एक परिणाम है। इन्हीं कारणों से आप दु:खी व सुखी होते हैं। मन के दो स्तरों में पहला स्तर चेतन मन तथा दूसरा स्तर अवचेतन मन का है, इसको और अधिक स्पष्ट करने के लिए हम आपको यह भी बताना चाहेंगे कि ज़्यादातर वैज्ञानिक, मनोवैज्ञानिक इसे ब्रेन के साथ या ब्रेन को दो स्तरों के साथ जोड़कर देखते हैं, इसलिए इसमें आपको तंग नहीं होना है। बस यह जानना है कि मन ही है, उन्होंने उसे ब्रेन कहा, जानकारी के अभाव में।

चेतन मन को कॉन्शियस माइंड भी कहते हैं, जो तार्किक, यथार्थवादी या रीयल होता है। इसका सम्बन्ध बाह्य वस्तुओं से, या उससे होता है, जिसे हम इन पाँचों कर्मेन्द्रियों से देख, सुन व छू सकते हैं। इसमें हम आपको एक शब्द में बतायें तो कह सकते हैं कि यह अनुभव और शिक्षा से ही प्राय: सीखता है। प्राय: पुरुषों को इस भाव में ज़्यादा देखा जाता है।

वहीं अवचेतन मन, जिसे हम अनकॉन्शियस माइंड भी कहते हैं। यह अतार्किक होता है, अर्थात् इसमें कोई भी तर्क काम नहीं करता है। उदाहरण के लिए छोटा बच्चा, उसे कोई भी एक चीज़ दो, उसे वो बिना सोचे ले लेगा। वहीं उससे यदि आप उस चीज़ को छुड़ाना चाहो, जो पहले आपने उसे दिया है, तो वह, बिना सोचे पहली चीज़ को छोड़ दूसरी पकड़ लेगा। अर्थात यह एक छोटा बच्चा है, वह चीज़ को वैसे ही स्वीकार करता है, जैसी वो चीज़ है। यदि एक वाक्य मे कहें तो यह तर्क, तुलना या विरोध नहीं करता, न ही सोच सकता है। यह सिर्फ चेतन मन द्वारा छोड़ी गई आदतों पर प्रतिक्रिया करता है। उसे जो दिया जाता है, उसे वह वैसे ही ले लेता है। चेतन मन द्वारा किए गए विचारों को अवचेतन मन ले लेता है। अवचेतन मन, विचारों अर्थात चेतन मन द्वारा उत्पन्न बातों पर परिस्थितियाँ बनाता है। इसलिए हमें और आपको हम यह भी बताना चाहेंगे कि, यदि आपने मज़ाक में भी यह कहा कि मुझे कुछ नहीं आता, तो वह बात को वैसे ही ले लेता है। जैसे मैं तो पागल हूँ, मूर्ख हूँ, मुझे कुछ नहीं आता है आदि-आदि। इसी को हम अंतर्मन भी कहते हैं। आपके जितने भी शारीरिक फंक्शन कार्य करते हैं, सब अवचेतन मन की ही तो हैं जो उसने पहले ही ली हैं, उसी अनुरूप सांस लेता है, आगे बढ़ता है, क्रियाएं आदि करता है।

एक बात हमें आज गांठ बांध लेनी है कि अवचेतन मन शक्तिशाली नहीं होता है। हमारा चेतन मन शक्तिशाली होता है। एक गार्ड है चेतन मन- जिसे चाहे अन्दर जाने दे, जिसे चाहे निकाल फेंके।

यह भी बात सच है कि दूसरों की बातों व सुझावों में हमें नुकसान पहुँचाने की थोड़ी भी ताकत नहीं है। एकमात्र शक्ति हमारे विचारों मे हैं, हम अपने विचारों से ही दुखी व अशान्त हैं। आज आप जो हैं, जिसे आपने देखा, सुना व माना है; उसी के परिणामस्वरूप ही हैं। आपका चेतन मन ही तो कमज़ोर है। यदि उसे ठीक कर लें तो सब कुछ ठीक हो सकता है। बस आप मान के चलिये कि हम वो सभी कार्य कर सकते हैं, जो असम्भव हैं। अवचेतन मन यह नहीं देखता है कि आप क्या चाहते हैं? क्या नहीं चाहते। वो तो सिर्फ यह देखता है आप सोचते क्या हैं।

मुज़फ्फरनगर-गांधीनगर। विधायक कपिल देव अग्रवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पूनम।

फरीदाबाद। विधायक नगेन्द्र भड़ाना को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कौशल्या। साथ हैं पार्षद योगेन्द्र घिंगड़ा, ब्र.कु. शम्भूनाथ तथा ब्र.कु. पूनम।

बुरला-ओडिशा। प्रो. साईबाबा रेड्डी,वाइस चांसलर, वी.एस.एस.यू.टी. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. स्नेहा।

भवानीगढ़-पंजाब। नगर कौंसिल के प्रधान तथा एम.सी प्रेमचन्द गर्ग स्वतंत्रता दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. राजिन्दर बहन को सम्मानित करते हुए।

टुण्डला-रामनगर(उ.प्र.)। चलती-फिरती आध्यात्मिक ट्रेन के द्वारा क्षेत्र में जन-जन को ईश्वरीय संदेश देने का शुभारंभ करते हुए ब्र.कु. विजय बहन, ब्र.कु. तनु तथा अन्य।

दिल्ली-आर.के.पुरम। सी.आर.पी.एफ. कैम्प में 'पॉज़ीटिव एंड हेल्दी लाइफ स्टाइल' विषय पर त्रिदिवसीय कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में कैम्प कमाण्डर संदीप, ब्र.कु. अनीता, ब्र.कु. ज्योति तथा सी.आर.पी.एफ. के जवान।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-6

1			■	2		3		■	4
	■	■	■		■		■	5	
6	7			■	■	8			
9		■	■	10		■	■		■
■	11	12	13		■	■	14		15
■	■	16		■	■	17		■	
■	18			19	20	■		■	
21	■		■	22		■	23	24	
25		■	26	■	27	28	■		■
	■	29		■	30			■	■

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'।

पहेली की फोटो कॉपी या पोस्ट कार्ड पर भेजा गया पहेली का जवाब मान्य नहीं होगा। पहेली का जवाब भेजें तो उस लिफाफे पर आप अपना भी पूरा पता अच्छी लिखावट में लिखें, अपना मोबाइल नम्बर और हो सके तो अपना ई.मेल आईडी भी लिखकर भेंजें ताकि हमें पहेली का विजेता चुनने में कोई कठिनाई ना हो।

ऊपर से नीचे

1. ताकतवर, माया बड़ी....है (4)
2. देवताओं का राजा (2)
3. प्रमुख, मुख्य, मुखिया (3)
4. बाबा तुम बच्चों को अभी ....देते हैं, धीरज, ढ़ाढ़स (3)
5. साथी, हमसफर (4)
7. हाव-भाव, नाज़-अदा (3)
10. अधिक, ज़्यादा (2)
12. परेशानी, मुसीबत, समस्या (4)
13. कमल, पंकज, जलज (3)
14. प्रसिद्ध, प्राचीन, मशहूर (4)
15. भय, आतंक (4)
19. हमला, आक्रमण, प्रहार, (2)
20. ज़िम्मेदारी, अदालत में ज़िम्मेवारी के समय जमा की गई राशि (4)
21. वापस करने का भाव, लौटाना (3)
24. कड़ा, तेज़, तिनका, घास-पात (2)
26. प्रीति, तुम्हारी....एक बाप से जुटी रहनी चाहिए (2)
28. गीलापन, आर्द्रता (2)

बायें से दायें

1. दुर्गन्ध, बास (3)
2. देवता की सभा का नाम, पांडवों की राजधानी (4)
5. यह शरीर....है आत्मा रथी है (2)
6. अभी सबकी ....अवस्था है, वैराग्य (4)
8. शिक्षा, सावधानी, समझानी (4)
9. नाखून (2)
10. ....घर जाना है, अभी (2)
11. राज्य की नीति, नियम (4)
14. ब्रह्मा के पुत्र, भक्त शिरोमणि (3)
16. प्रत्येक, शिव, हरण (2)
17. ....जीत जगतजीत बनना है, प्रथम विकार (2)
18. बाबा बड़ा रजमू....है (5)
22. बड़ी दादी जी का नाम, लक्ष्मी (2)
23. नक्षत्र, सितारे, तारे, ग्रह (3)
25. पंख, डैना, ऊपर (2)
27. ....बट वन, क्रिश्चियन साध्वी (2)
29. याचना, चाह, इच्छा (2)
30. सभ्यता, अदब, शिष्टाचार (3)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन।