अखनूर-जम्मू कश्मीर। पूर्व सांसद मदन लाल शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. आशा।

निम्बाहेड़ा-राज.। विधायक श्री चंद कृपलानी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शिवाली।

भवानीपटना-ओडिशा। डॉ.वृन्दा,आई.ए.एस.,कलेक्टर,कालाहांडी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शशि।

निरसा-झारखण्ड। सदानंद सुमन,जी.एम.,इस्टर्न कोल फील्ड लि. को राखी बांधने के पश्चात् चित्र में उनके साथ ब्र.कु. जया, ब्र.कु. शक्ति तथा ब्र.कु. सुवाश।

ब्रह्मापुर-ओडिशा। आशीश कुमार सिंह,आई.पी.एस., एस.पी. को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मंजू।

नीलांचल-ब्रह्मपुर(ओडिशा)। रक्षाबंधन पर जेल में सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. प्रशंसा। साथ में बाएं से ब्र.कु. कस्तुरी, ब्र.कु. पुष्पा, जेलर असिस्टेंट सत्यनारायण बेहरा तथा ब्र.कु. सुमित्रा।

अपने भीतर झाँककर करो परमात्म साथ व प्यार का अनुभव

- गतांक से आगे...

हे अर्जुन! जो ज्ञानी ब्रह्मचर्य व्रत का आचरण करके, सर्व इंद्रियों को बाह्य भौतिक जगत से समेटकर, मन को योगयुक्त और हृदय में अनन्य भावयुक्त होकर, भृकुटि के मध्य, बुद्धि को आत्म स्वरूप में स्थित कर, ओंकार का उच्चारण करते हुए परमात्मा की स्मृति में रहने का निरंतर अभ्यास करता है, वह अंत काल में सर्व दु:खों से मुक्त होकर, दिव्यता और परमसिद्धि को प्राप्त कर लेता है। फिर से योग की विधि बतायी, ध्यान की विधि बतायी कि अपने हृदय के अंदर अनन्य भाव भरना है। अनन्य भाव माना इतना अनंत प्रेम ईश्वर के प्रति हो। जब वो अनंत प्रेम ईश्वर के प्रति होता है तो परमात्मा भी उसका प्रत्युत्तर देता है।

एक बार एक व्यक्ति को स्वप्न आता है और स्वप्न में अपनी जीवन-यात्रा को देखता है। जब जीवन यात्रा को देखता है तो ऐसे लगता है कि समुद्र के किनारे-किनारे चल रहा हो। जब वह ध्यान से देखता है, तो कहीं-कहीं दो पैरों के निशान थे। कहीं-कहीं चार पैरों के निशान थे, वह और ध्यान से देखता है। जब उसके जीवन के सुख भरे दिन थे, उत्साह भरे दिन थे, तब चार निशान दिखाई देने लगते हैं। और जब उसके जीवन के दु:ख भरे दिन थे, कष्टों भरे दिन थे, दर्द भरे दिन थे, तो सिर्फ दो निशान दिखाई दिए। वह मन ही मन भगवान से बातें करने लगा। भगवान मैं समझता था कि तुम हर वक्त मेरे साथ हो। जीवन भर मेरे साथ रहे हो। लेकिन आज क्या देखता हूँ - मेरे सुख के दिन में तुम साथ-साथ चलते रहे। ये दो तेरे पैरों के निशान और ये दो मेरे पैरों के निशान लेकिन जब मेरे जीवन में दु:ख आया, कष्ट आया, दर्द आया, जब मुझे तेरी सबसे ज़्यादा आवश्यकता थी। तब तुम मुझे छोड़कर कहाँ चले गये।

भगवान मुस्कुराते हैं, और कहते हैं कि नहीं बेटा तब भी मैं तेरे साथ था। तेरे सुख भरे दिन में मैं तेरी अंगुली पकड़कर चल रहा था, इसीलिए तुझे चार निशान दिखाई दिए। दो तेरे और दो मेरे।

-ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

लेकिन तेरे दु:ख भरे दिन में, तेरे कष्टों भरे दिन में तेरा दु:ख और दर्द मुझसे भी सहन नहीं हुआ और इसीलिए मैं तुझे और ज़्यादा चलने का कष्ट नहीं देना चाहता था, तो तुझे अपनी बाहों में उठा लिया। ये जो दो निशान दिखाई दे रहे हैं वो तेरे नहीं, वो मेरे हैं। ये है ईश्वर का प्यार। लेकिन इस प्यार का अनुभव तब हो सकता है, जब हमारे हृदय में भी ईश्वर के प्रति उतना ही प्यार हो और जब हम इतने अनन्य भाव से परमात्मा को याद करें तो मन कहीं भी विचलित नहीं हो सकता है। जो इतना प्यार हृदय में लेकर बैठते हैं, भगवान को याद करते हैं, फिर देखो भगवान हर वक्त किस तरह हमारा साथ देते हैं। रोज़ सुबह उठाता है। थोड़ा सा अगर अपने जीवन में भीतर झांककर देखें कि हमारे जीवन में जब भी कष्ट आया, दु:ख, दर्द आया, कई समस्यायें ऐसी आयी, जहाँ इतनी परेशानी बढ़ गयी। दुनिया के लोग आ करके सहानुभूति के दो शब्द कह करके चले जायेंगे, लेकिन जो अदृश्य शक्ति मिलती है, वो कहाँ से मिलती है? उस समस्या को पार करने की जो शक्ति आती है, बुद्धि आती है वो कहाँ से आती है? भगवान हर वक्त देखते हैं। हम भले उसको प्यार करें या ना करें लेकिन वो इतना प्यार करते हैं कि हमें उसका अहसास ही नहीं है और कई बार लौकिक में भी कहते हैं, कोई बच्चा अपने मात-पिता को कह दे कि भई आपने हमारे लिए किया तो उसमें कौन सी बड़ी बात थी। ये तो आपका फर्ज़ था। उस समय आपको कैसा लगेगा। वैसे भगवान के इतना प्यार करने के बाद भी अगर उस प्यार को महसूस करने की शक्ति नहीं होती है, अगर मनुष्य भी ये कह दे कि अगर भगवान ने मदद की तो उसमें कौन सी बड़ी बात थी। ये तो उनका फर्ज़ था। कैसा लगेगा! कई बार आपने जीवन में अनुभव किया होगा कि रात को सोते वक्त सुबह में अगर कोई कारणवश जल्दी उठना होता है। कोई प्लेन पकड़ना होता है, कोई ट्रेन पकड़नी होती है तो अलार्म लगाकर सोयेंगे। लेकिन अलार्म बजने से पांच मिनट पहले ही आँख खुल जाती है। अनुभव किया है ना! पांच मिनट पहले खुल जाती है और ऐसा महसूस होता है जैसे किसी ने खटिया हिलाकर उठाया हो। ये किसने उठाया। -क्रमश:

आपके लिये खुशखबरी !!!
ओमशांति मीडिया अब आपके हाथों में...
अपने मोबाइल पर Q.C. कोड स्कैन करें या गूगल प्ले पर सर्च करें "OM SHANTI MEDIA" एवं इंस्टॉल करें...।
Good News, Om Shanti Media is available on Android
ANDROID APP ON Google play

अहंकार से मुक्त... - पेज 2 का शेष

समझकर इंतज़ार करने को कहा। लेकिन राष्ट्रपति के मित्र ने सचिव से कहा : 'पूर्व-निश्चित किये कार्यक्रम के अनुसार मुझे दिल्ली से बाहर जाना है, इसलिए राष्ट्रपति जी के साथ मुलाकात हो जाये तो बहुत अच्छा होगा। आप एक बार उनसे पूछकर तो आओ'।

उसके बाद राष्ट्रपति राजेन्द्र बाबू ने अपने उस मित्र को बुला लिया।

पूजाघर के एक कोने में माटी के पड़े हुए ढ़ेर को देख मुलाकात करने वाले मित्र ने कहा : 'आप इतने बड़े विद्वान और उच्च शिक्षित हो, तो भी आपने इस व्यर्थ, निरर्थक माटी के ढ़ेर को अपने पूजा घर में रखा है, उसका कारण क्या है'?

डॉ. राजेन्द्र प्रसाद ने गर्व से उनके सवाल का जवाब देते हुए कहा : 'ईश्वर द्वारा दी हुई यह अमूल्य भेंट मेरे देश की यह पवित्र मिट्टी है। हम इस मिट्टी से सब कुछ बना सकते हैं। हम न जाने कितनी चीज़ें बना सकते हैं, लेकिन मिट्टी नहीं बना सकते, जिसके कारण मैंने इस देश की मिट्टी को अपने पूजा घर में स्थान दिया है'।

निरर्थक लगती ये मिट्टी डॉ. राजेन्द्र बाबू के मन में कितना ऊँचा स्थान रखती है, ये देख वो विदेशी मित्र आश्चर्य-चकित हो गया।

संत ने कहा: 'सेठ! निर-अभिमानता और अहंकार शून्यता का जीवन में कितना महत्व है, ये आप समझ गये होंगे।

सेठ संत के चरणों मे गिर गया और संत विदाई लेकर चले गये।

मनुष्य छोटा हो या बड़ा, वो अहंकार वश प्रदर्शन-प्रियता के रोग से पीड़ित रहता है। अहंकार नम्रता को दूर निकाल देता है। आज ज़रूरत है हर प्रकार के भेदभाव, अहंकार को भूल, माटी की महिमा के लिए 'एक' और 'नेक' बनने की। घर की शान्ति या देश की शान्ति अहंकार मुक्ति पर ही निर्भर है।

मन को अहंकार मुक्त बनाने के लिए -

(1) जीवन में सकारात्मकता, नम्रता और अभिमान शून्यता को चुस्त रीति से पालन करना।

(2) अहंकार या क्रोध मन को कब्ज़े में करता है तब स्वयं में क्षमाभाव का स्मरण करना ।

(3) घर के जन एवं नौकरी धन्धे के साथी कर्मचारियों के स्वमान और सम्मान की रक्षा करना।

(4) स्वयं विद्वान, सर्वज्ञ और बड़े सत्ताधारी हैं, ऐसा ख्याल मन में प्रवेश होने न देना।

(5) जब खुद का अहम् अभिमान मन में जन्म ले, तब मौन को धारण करना। ●

ख़्यालों के आईने में...

पृथ्वी पर कोई भी व्यक्ति ऐसा नहीं है,
जिसको समस्या न हो, और
पृथ्वी पर ही कोई समस्या ऐसी नहीं है,
जिसका समाधान न हो।।