पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

मन तो बहुत ही संजीदा है, जो इतना अलर्ट है हर वक्त कि हम उस हद तक पहुँच भी नहीं सकते। फिर भी कुछ विचारों से मन को ट्रेनिंग देकर उसे कुछ ऐसे कल्पनाओं से ओतप्रोत कर दें कि यह सबकुछ क्रमबद्ध तरीके से कर सकें। ट्रेनिंग को थोड़ा आराम से समझना होगा...

आँख खुलते ही, मन को उन चित्रों से सजाया है; जोकि बिल्कुल हमारा पहला बिलीफ है, जो गलत था, उसे सही बिलीफ के साथ तोड़ना है, वह कि मैं आत्मा हूँ, जब यह परिवर्तन शुरू में होगा, तो वह आपको एक सुंदर फीलिंग के साथ उठायेगा। यह संकल्प इतना शक्तिशाली है कि सारा दिन आपका मन इतना हल्का रहना शुरू कर देगा कि आप सोच भी नहीं सकते।

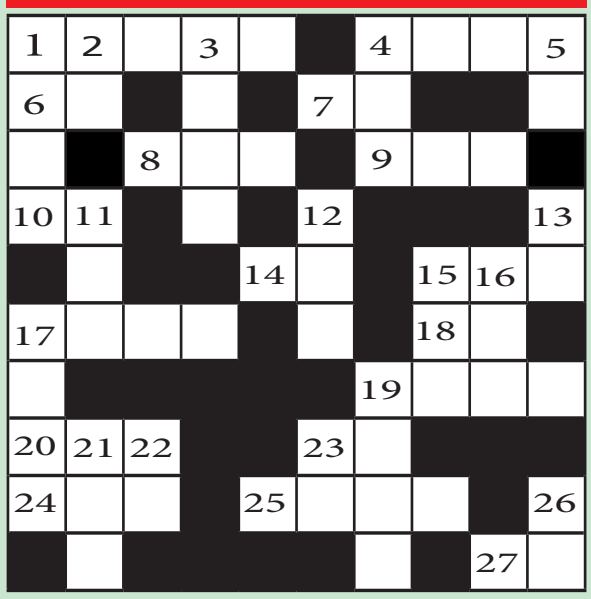
आप सारा दिन इन संकल्पों से खुशी महसूस कर सकेंगे। दुनिया में भी इन बातों को एक उदाहरण से समझ सकते हैं कि यदि किसी को याद रहे कि मैं कौन हूँ, तो उसे उसका नशा रहता है, यह पहली स्थिति है परिवर्तन की।

दूसरा विचार इसके बाद आपको याद दिलाता है कि मैं किसका हूँ, अर्थात् मैं यहाँ सबसे ज़्यादा किससे प्राप्तियाँ करता हूँ। वह है परमात्मा, क्योंकि दु:ख में हम सभी उसी से मिलते हैं, उससे हम अपने मन की बातें करते हैं। आपको बार-बार परमात्मा से मिले ग्रैटीट्यूड या कृपा को अपने को फील कराना है। उसने हमें हर वक्त प्यार किया है, हर मोमेन्ट सहारा दिया है, यह कहते हुए उठना है। जितनी बार आपने इसे दोहराया, आप समझो परमात्मा की कृपा के और उससे मिलने वाले ग्रैटीट्यूड को पाने

के अधिकारी आप बन गये। जब भी आप ऐसे संकल्पों से दिन की शुरुआत करेंगे, तो आप उन लोगों में शामिल हो जायेंगे, जो स्वयं को बहुत भाग्यशाली महसूस करेंगे और परमात्मा के समान सभी के ऊपर रहम कर पायेंगे। चाहे कितनी भी पापात्मा हो, अति अपकारी आत्मा हो, उससे भी घृणा नहीं, नफरत नहीं होगी, आप सभी से प्यार कर पायेंगे। लेकिन जब आप इन संकल्पों से सुबह-सुबह शुरुआत करेंगे तो।

आपको बस इंद्रियों को जीतना है, माइंड के युद्ध को जीतना है। आपको पता हो कि इंद्रियों के आधार से जो संकल्प आपके दिमाग में आते हैं, उन संकल्पों से उन्नति नहीं होगी। जैसे-जैसे आपकी समझ का स्तर बढ़ेगा, तो आपकी मनोवृत्ति से सब कुछ ठीक हो जायेगा। माइंड का आप सौ-प्रतिशत इस्तेमाल कर सकते हैं। इससे दुनिया की छोटी-मोटी समस्याएं अपने आप ठीक हो जायेंगी, क्योंकि जो कुछ भी आपको दु:ख देता है, वह है अपनी रीयल पहचान को खोकर, उन चीज़ों के साथ सुख लेना जो कि जाने वाली हैं। यही है असली माइंड गेम। आपको यह भी पता है कि जिन चीज़ों से हम कभी भी परेशान होते हैं, तो उसका सिर्फ एक ही मात्र कारण होता है, वह है देह, देह के सम्बन्धी, जिनके बारे में हम किए गए संकल्पों से दु:खी होते जाते हैं और मन कमज़ोर होता जाता है। इसलिए हमें सबसे पहला संकल्प यही लेना है कि हम हैं कुछ, और कर कुछ और रहे हैं, यही जीवन में दु:ख और मन के अति कमज़ोर होने का मुख्य कारण है। इसलिए जागो और जगाओ....।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-5 (2017-2018)



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. राजयोग का अभ्यास करने वाला (4)
2. जंगल, कानन (2)
3. राम के चरित्र की पुस्तक (4)
4. नुकसान की भरपाई (3)
5. युद्ध, लड़ाई (2)
11. गंडक, जंतर (3)
12. कटि, शरीर का मध्य भाग (3)
13. पराजित, असफल (2)
15. अविवाहित, ब्रह्मचारी (3)
16. उचित, जायज, धर्मानुकूल (3)
17. कालों का काल.... (4)
19. फिसलना, रपटना (4)
21. राजा की निशानी है - ताज तख्त....(3)
22. भाग्य, तकदीर (अंग्रेजी में)(2)
23. अलबेले रहेंगे तो माया बिल्ली.... कर लेगी, निगल जाना (2)
26. अय्यास, भोगने वाला (2)

बायें से दायें

1. आसुरी राज्य, माया(रावण) का राज्य (5)
4. अस्त्र, शस्त्र, औजार (4)
6. लोग, व्यक्ति (2)
7. घाटा, नागा, नुकसान (2)
8. मौजूद, उपस्थित (3)
9. सर्वश्रेष्ठ पुरुष भक्त (3)
10. सर्वशास्त्रों के माँ-बाप (2)
14. .... उड़ के चले जायें, मैं का बहुवचन (2)
15. फागी, कुहासा (3)
17. नौकर, पैसों से काम करने वाला (4)
18. हार, बाप के गले की....में पिरो जाना है (2)
19. बड़ी दादी जी का मुख्य गुण, सहजता (4)
20. कत्ल करने वाला, अपराधी (3)
23. प्रत्येक, शिवबाबा का एक नाम (2)
24. तीव्र इच्छा, लालसा (3)
25. गुप्त रूप से, छिपे-छिपे (4)
27. योग करने वाला (2)

- ब्र.कु. राजेश,शांतिवन।

भुवनेश्वर-ओडिशा। माननीय मुख्यमंत्री नवीन पटनायक को उनके जन्मदिन के अवसर पर बधाई देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता।

श्रीनगर-उत्तराखण्ड। 'तनाव मुक्ति शिविर' के पश्चात् केदारनाथ के विधायक मनोज रावत को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु.ऊषा,माउण्ट आबू।

बार्शी-महा.। 'वाल्या कोली से वाल्मिकी ऋषि' प्रेरणादायी व्याख्यान कार्यक्रम का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. पंचम, नगरपालिका नगराध्यक्ष आसिफभाई तांबोळी, ब्र.कु. सोमप्रभा, ब्र.कु. संगीता, ब्र.कु. रामभूल तथा अन्य।

भुवनेश्वर-ओडिशा। 'डिवाइन रिट्रीट सेन्टर के प्रथम वार्षिकोत्सव व संदेशी दादी के स्मृति दिवस पर कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए सी.एस. मिश्रा,मेम्बर ऑफ फिनान्स कमीशन,म.प्र. सरकार, डॉ. श्रीमंत साहू, ब्र.कु.कमलेश, ब्र.कु.लीना, ब्र.कु.कल्पतरु, ब्र.कु.कुलदीप, ब्र.कु.मंजू एवं अन्य।

विजयवाड़ा-आ.प्र.। होटल फॉच्यून मुरली पार्क में 'सेल्फ गवर्नेन्स फॉर गुड गवर्नेन्स' कार्यक्रम के दौरान सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. आशा दीदी,ओ.आर.सी. गुरूग्राम। साथ हैं रमन कुमार,ज्वाइंट कमिश्नर ऑफ पुलिस, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शांता दीदी तथा कार्यक्रम संयोजिका ब्र.कु. पद्मजा।

अमेठी-उ.प्र.। एस.एच.ओ. को आध्यात्मिक प्रदर्शनी समझाने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया पत्रिका देते हुए ब्र.कु. सुमित्रा।