शांतिवन। शिवमणि भवन के 7वें वार्षिकोत्सव पर ब्र.कु. ओमकार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्रह्माकुमारीज़ के महासचिव राजयोगी ब्र.कु. निर्वैर तथा ग्लोबल हॉस्पिटल के डायरेक्टर डॉ. प्रताप मिड्डा।

नांगल डैम-पंजाब। 'लेट्स बी ऑनलाइन विद् गॉड' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ब्र.कु.उषा,माउण्ट आबू, माता सर्वदागिरी जी, हर्ष मल्होत्रा,डी.जी.एम. एन.एफ.एल., अशोक पुरी,अध्यक्ष,म्युनिसिपल काउंसिल, ब्र.कु. पुष्पा, ब्र.कु. रश्मि तथा ब्र.कु. नीना।

बोरीवली-मुम्बई। एल.आई.सी. कॉर्पोरेशन-मैनेजमेंट डेवलपमेंट सेंटर में मैनेजर्स के लिए 'सोल्यूशन फोकस्ड अप्रोच' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में कैनेडा की ब्र.कु. जुडी, ब्र.कु.बिन्दू तथा अन्य।

ग्वालियर-म.प्र.। स्मार्क विंग द्वारा आयोजित सम्मेलन का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए स्मार्क विंग की अध्यक्षा ब्र.कु. अम्बिका, ब्र.कु. श्रीकांत,माउण्ट आबू, ब्र.कु. मुकुल,पुणे, मोटिवेशनल ट्रेनर ब्र.कु. छाया व अन्य।

आनंदपुरी कॉलोनी-हाथरस(उ.प्र.)। ईश्वरीय सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् जिला विद्यालय निरीक्षक को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका देते हुए ब्र.कु शान्ता तथा ब्र.कु दुर्गेश।

इन्दौर-पलासिया। देशराज जैन,डीन,महात्मा गांधी डेंटल हॉस्पिटल,इंदौर को कॉन्फ्रेन्स में आने का निमंत्रण देते हुए ब्र.कु.नारायण, ब्र.कु.किरण व ब्र.कु.रानी।

योग ही साधन सफलता का

- ब्र.कु. विश्वनाथ

आजकल एकाग्रता को विचलित करने वाले कई उपकरण बाज़ार में उपलब्ध हैं। पहले तो हमें एक फोन करना होता था या रेडियो सुनना होता था या टीवी देखना होता था, तो हम गंतव्य जगह पर बैठकर ही सुन सकते थे व देख सकते थे। परंतु आज के विकास के दौर में ये सबकुछ हमारी मुट्ठी में आया... सुनना, देखना, विचार व्यक्त करना या अपनी भावनाओं को प्रदर्शित करना, सबकुछ तो हमारे हाथों में है। ऐसे में दूसरी तरफ अगर देखें तो समयांतर में मेडिटेशन या योग जैसी पद्धतियों की ओर आकर्षित होते भी दिखाई दे रहे हैं। ये सब सुविधाएं या साधन होते हुए भी हमारे मन में अशांति बढ़ती जा रही है। परिणामस्वरूप एकाग्रता की कमी के कारण हम सफलता से कहीं दूर होते चले जा रहे हैं। आजकल योग को हम देखें तो इस ओर सबका ध्यान गया है, परंतु योग को हमने वास्तविकता तक ही सीमित कर लिया है। इसलिए जो शांति व सुकून हमें चाहिए, उससे हम कोसो दूर ही होते जा रहे हैं।

योग के संदर्भ में यदि हम देखें, तो भारतीय योग शक्ति ने समग्र विश्व को आश्चर्यचकित कर दिया है। स्वामी विवेकानंद, रामकृष्ण परमहंस, परमहंस योगानंद जैसे समर्थ योगियों ने पश्चिमी जगत में भारतीय योग की पहचान बनाई है। इन सब योगियों में से स्वामी रामकृष्ण ऐसे योगी हैं, जिनके योग शक्ति पर पश्चिम के वैज्ञानिकों द्वारा गहरा अभ्यास किया गया। 1960 के दशक में हृदय की धडकनें, ब्लड प्रेशर और शरीर की उष्णतामान पर स्वामी जी की योग शक्ति का असर दिखाई देता था। उनके योग के संबंध में कुछ संदर्भ की हम यहाँ बात करते हैं...

उन्होंने कहा था: 'जिन्होंने भगवान को एक हस्ती के रूप में माना, उससे वे कल्पना कर उनका रूप देख सके, लेकिन वास्तव में तो मनुष्य के नेत्रों से भगवान कभी भी दिखाई दे ही नहीं सकता। मनुष्य आत्मदर्शन करे, तब ही भगवान का साक्षात्कार हो सकता है और उसके बाद तो आत्मा ही सबकुछ है।'

उन्होंने एक अन्य स्थान पर सत्य के बारे में कहा : 'परम सत्य समग्र विश्व में सकल व्याप्त है। दुनियावी पदार्थों से मिलते आनंद को आसक्ति के लिए नहीं, लेकिन आध्यात्मिक प्रगति के साधन के रूप में लेना चाहिए। मिलकियत, सम्पत्ति या स्त्री की कामना न करना। सत्य मनुष्य के जीवन का अंतिम ध्येय है। मन, वचन और कर्म से सत्य धर्म को पालन किया जाये तो ध्येय को प्राप्त कर सकते हैं। उसके लिए असत्य न बोलने का नियम और अंतरात्मा जिसे ना कहे, वो कर्म न करने से सत्य को प्राप्त कर सकते हैं। अंतरात्मा सर्वोत्तम मार्गदर्शक है।'

मनुष्य जीवन के लिए एक महान सूत्र सदा ही चित्त में रखने जैसा है...'समझदार मनुष्य के लिए खराब कुछ भी नहीं। जीवन की हरेक प्रतिकूलता उसके विकास के लिए आगे बढ़ने का कदम हो सकती है। यदि उसका उन्हें उपयोग करना आता हो तो। मन पर नियंत्रण प्राप्त करने के लिए आत्म निरीक्षण, पृथक्करण और ध्यान की प्रक्रिया से गुज़रना ज़रूरी है। ध्यान से तत्काल परिणाम आये, ऐसी कोई पद्धति नहीं है, लेकिन मुमुक्षू (ज्वलंत इच्छा) को हमेशा ध्यान साधना में जागृत और दृढ़ बनना चाहिए।'

स्वामी रामकृष्ण ने कहा है कि आत्मज्ञान को प्राप्त करने के लिए बहुत छोटे से छोटा रास्ता है खुद के अहम् को दूर करना, परम के चरण में समर्पण करना। सत्संग और अंदर के केन्द्र प्रति जागरुकता से मनुष्य को माया से पार जाने में मदद मिलती है। नि:स्वार्थता को बनाये रखकर भी अहम् को शुद्ध बना सकते हैं। ये शुद्ध हुआ अहम् सच्चे स्वरूप में सामान्यता या साधारणता से अलग करने में मदद रूप बनता है, कोई भी मनुष्य अहम् केन्द्र में रहकर स्वयं का चौतरफा विस्तार कर नहीं सकता।

स्वामी रामकृष्ण ध्यान की बात तो करते हैं, लेकिन उससे ज़्यादा विशेष अलग-अलग क्रियाओं के पीछे के ज्ञान के मर्म को भी प्रकट करते हैं। सबसे ज़्यादा तो परंपरागत धर्म के चौखट से बाहर निकलकर व्यक्ति किस तरह आत्मिक शांति प्राप्त कर सकता है उसकी बात करते हैं। ऐसा कई बार उनकी लेखनी व वर्तन से दिखाई पड़ता है।

योग को समग्र रूप में अगर देखें तो इसे स्थूल साधन, सम्पत्ति या जायदाद के रूप में न लेते हुए, उसे सूक्ष्मता से लेना होगा। उसके लिए सबसे पहले स्वयं को जानना ज़रूरी है और साथ-साथ स्वयं में छिपी सम्भावनाएं व सत्यता से बोधित होना ज़रूरी है। जब स्वयं के बारे में जान लेते हैं, तो स्व-केन्द्र हमेशा जागरुक अवस्था से एकाग्रता को भंग करने वाली चीज़ों को अच्छी तरह से जान सकता है और उससे बच भी सकता है। विपरीतता के मध्य भी वो अपनी एकाग्रता को विचलित होने नहीं देता। योग वास्तव में आत्मा और परमात्मा के सानिध्य को कहते हैं। तब ही हम कोई कार्यक्षेत्र में सफल भी हो सकते हैं और मनिच्छित कार्य को अंजाम भी दे सकते हैं।

मनुष्य जीवन में चूकना नहीं

ऊपर वाले ने इंसान का शरीर भी गजब का बनाया है। जीते-जी तो इसमें इतनी संभावनाएं छोड़ी हैं कि भोगने उतर जाओ तो जानवर से भी ज़्यादा भोग सकते हो। और यदि सही उपयोग कर लिया जाए तो इसी शरीर में देवता भी बना जा सकता है। असीम संभावना वाली यह देह जाते-जाते, खत्म होने के बाद भी ज़िंदगी को लेकर गजब के संदेश दे जाती है। मरने के बाद मनुष्य शरीर जला दिया जाता है, दफना दिया जाता है या बहा दिया जाता है। तीनों ही स्थितियों में उसकी राख, मिट्टी बड़ा संदेश दे जाती है। चिता की राख में जो संदेश है वह उसकी आग में नहीं है। पाँच-छह फीट का शरीर कुछ मुट्ठी राख में बदल जाता है। विचार कीजिए, यही तो सबसे बड़ा संदेश है कि आखिर में रह क्या जाएगा? ज़िंदगी भर जिस बात के लिए सारा तमाशा करते हैं, यदि उसके समापन पर नज़र डाल लें तो गलतियाँ कम होंगी। वो चंद मुट्ठी राख, वो कब्र की ज़रा-सी मिट्टी बताती है कि मेरे रूप में तब्दील होने से पहले तुम्हारे पास जो था उसका सदुपयोग कर लेना। वरना यह हश्र तो होना ही है। मनुष्य की चिता की आग ही ऐसी है, जिसमें उजाला और 'रोशनी' दोनों है। वरना बाकी सारी आग उजाला ही देती है, 'रोशनी' नहीं देती। इतनी बड़ी तैयारी के साथ यदि ऊपर वाले ने हमें मनुष्य बनाकर भेजा है तो चूकना नहीं चाहिए। दूसरे के जीवन का समापन देखने को मिले तो बुद्धिमानी इसी में है कि तुरंत अपना जीवन संवार लिया जाए। हर मौत दूसरे के लिए भी संदेश है।