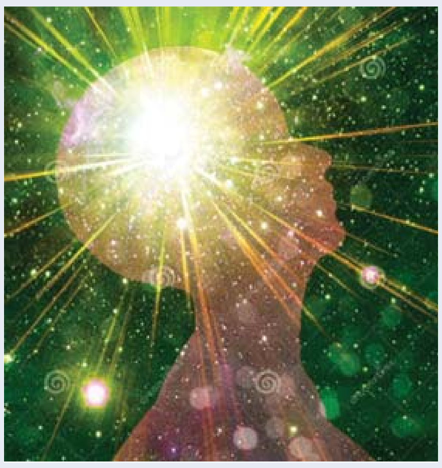
पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

हमने कई सारे मन को प्रेरित करने वाले वक्ताओं को सुना है, समझा है, वो हमेशा हर चीज़ को आपके अंतर्मन की शक्ति या सबकॉन्शियस माइंड से जोड़ते हैं। होता तो वैसे वही है, लेकिन एक प्रश्न उठता है कि सबकॉन्शियस या अंतर्मन को जानते और समझते कितने लोग हैं। हमारा अनुभव बार-बार इस तरफ इशारा करता है कि सबकुछ कॉन्शियस माइंड या चेतन मन है। वो क्यों,



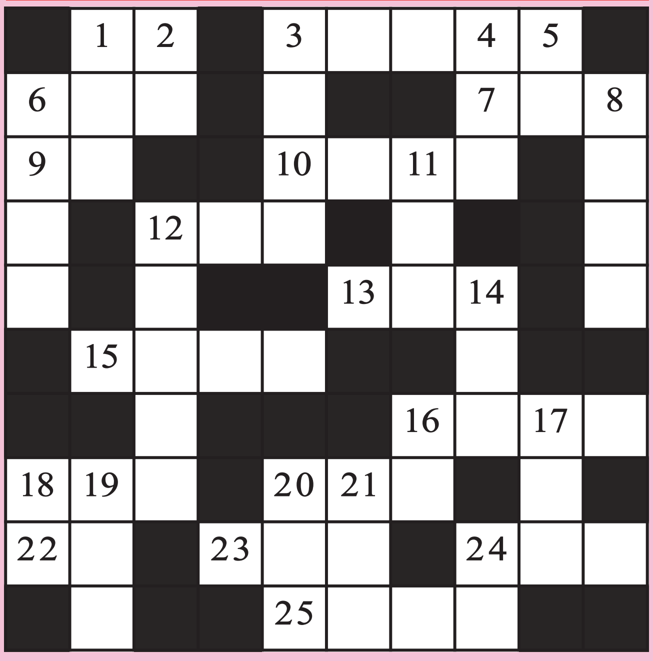
क्योंकि जो पहले चेतन मन, या जो हम देखते हैं या सुनते हैं, वो थोड़ी देर बाद जब हम उसको भूल जाते हैं, और बाद में जब उसको याद करते हैं तो उसको हम अंतर्मन या सबकॉन्शियस माइंड कहते हैं। एक बात हम आपको अवश्य कहना चाहेंगे कि उदाहरण में ज़्यादातर एक हाथी का उदाहरण लोग देते कि जैसे एक छोटे से हाथी को, जब वो बच्चा होता है, तो उसे एक पतली रस्सी के सहारे बांधा जाता है। उस पतली रस्सी को वो जब तोड़ नहीं पाता, तो थोड़े दिन बाद जब वो बड़ा हो जाता है तो भी उसे पतले रस्सी के सहारे ही बांधा जाता है। वो उसे यही समझकर नहीं तोड़ता कि ये रस्सी बहुत मज़बूत है, ये टूटेगी नहीं। उसका मन उसे स्वीकार कर चुका होता है। वैसे हम लोग भी हैं। हम सभी शुरु से जो देखते आए, जो हमारे लिए किसी ने कुछ कहा, उसको हम स्वीकार करते आए, और आज

मन में उठने वाले संकल्पों का प्रयोग अपने जीवन में कैसे कर सकते हैं, उससे कितना लाभ हमें मिल सकता है, उसकी चर्चा हम इसमें करेंगे। दुनिया में भी लोगों ने मन की अद्भुत शक्ति का प्रयोग अपने आपको सफल बनाने में किया है, लेकिन वो अस्थायी है। हम स्थायी सफलता प्राप्त करने की कुछ विधियों का वर्णन करेंगे, जो निश्चित रूप से आपके लिए कारगर सिद्ध होंगी अगर आपने किया तो।

बड़े होने तक भी वो बात हमारी बुद्धि में वैसे के वैसे है। उदाहरण, जैसे किसी ने आपको कहा कि आपको ये बात समझ नहीं आती, आप किसी चीज़ की व्याख्या ठीक से नहीं कर पाते, या शारीरिक रचना को लेकर बोलें तो कह सकते हैं कि आपका सबकुछ ठीक है, लेकिन हाईट थोड़ी कम है, वैसे तो आप बहुत स्मार्ट हैं, लेकिन आपकी चाल थोड़ी गड़बड़ है, आप कोई काम नहीं कर सकते, आप किसी काम के लायक नहीं हो, ऐसी बातें हमने सबसे सुनी हैं और सुनते आ रहे हैं। अगर कोई पाँच साल के बच्चे से ये सारी बातें कही गई हों तो 20-22 साल के बाद वो उसे ऐसा ही बना देती है, वो अपने आपको अवसाद ग्रस्त, कमज़ोर मानने लग जाता है, और हम सोचते हैं कि इससे क्या फर्क पड़ता है! लेकिन सारा कुछ आपके बोलने और देखने का ही तो है।

अब आपको करना क्या है, अपने घर में रहने वाले छोटे बच्चे हों, बड़े हों, सबको आदर पूर्वक इस बात को अंदर फीड कराना है कि आप सबकुछ कर सकते हैं। जिस काम में उनका मन नहीं लगता, जो काम वे करना नहीं चाहते, उस काम को उनसे ही करवाना है आपको, लेकिन ये कहते हुए कराना है कि आप उसे कर सकते हैं, तो निश्चित रूप से वो उमंग-उत्साह में आकर करना शुरु कर देंगे। समस्या सिर्फ यही है कि हमारा आज बिल्कुल अटेंशन नहीं है, हम अनजाने में या जान-बूझकर सबको नर्वस करते हैं, किसी कार्य को करने की प्रेरणा नहीं देते, पहले ही हम ये मानकर बैठते हैं कि ये तो इससे होने वाला ही नहीं है। ये सारी बातों ने ही आज हमारे मन को कमज़ोर बना दिया, हमारी बातों के द्वारा किसी दूसरे के अंदर जो खुद की इमेज बनी वो कमज़ोर वाली बनी। वो अपने आपको वैसा ही मानने, समझने और जानने लग गया। तो निकालो सबको इस अवसाद ग्रस्त स्थिति से, क्योंकि ये काम आसान भी है और कठिन भी है, लेकिन करने की शुरुआत हमको करनी पड़ेगी।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-10-2016



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. आईना, शीशा (3)
2. समय की सबसे छोटी इकाई, पल (2)
3. कमाई, आवक (4)
4. लाइन, पंक्ति (3)
5. बुद्धि की....हमेशा एक बाप से जुटी रहे (2)
6. तुमने किये पूरे....हमारे, इच्छा (4)
8. कोमलता, सुकुमारता (4)
11. मेघ, बरसात करने वाले (3)
12. निराकारी, निर्विकारी....बनो (5)
14. कर्मशील, परिश्रमी, काम में कुशल (3)
16. धन, सम्पत्ति, स्वर्ण, दौलत (2)
17. मदद, सहायता, आराम, चैन (3)
18. नाव, बेड़ी, नैया (2)
19. कटि, शरीर का मध्य भाग (3)
20. धनुष, शरासन (3)
21. महिमा, प्रशंसा (3)
24. सत्य, रस (2)

बायें से दायें

1. निपुण, होशियार, सती का पिता (2)
3. ज़रूरत, आवश्यक होने की अवस्था (5)
6. सौंप देना, भेंट करना, समर्पित करना (3)
7. पार लगाना, सद्गति देना (3)
9. युद्ध, लड़ाई, संग्राम (2)
10. ब्रह्मा बाप की तरह रोज़ रात को कर्मेन्द्रियों की....लगाओ (4)
12. प्रतीक, चिन्ह (3)
13. ....सो मालिकपन का नशा रखो, बच्चे (3)
15. छठा विकार, अभिमान (4)
16. पाचक शक्ति, शारीरिक ताप जो भोजन पचाने का काम करता है (4)
18. कन्याओं को....की टोकरी नहीं उठानी चाहिए, मजदूरी (3)
20. लाइन, पंक्ति (3)
22. ....कटारी कभी नहीं चलाना है, कार्य, कर्म (2)
23. ....में भी पढ़ाई ज़रूर पढ़नी सुननी है, अस्वस्थता (3)
24. निरंतर, अनवरत, लगातार (3)
25. ईर्ष्या, द्वेष, घृणा (4)

- ब्र.कु.राजेश,शांतिवन।

मालेगांव कैम्प-महा.। 'प्रभु मिलन भवन' का उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. संतोष दीदी,क्षेत्रीय संचालिका,महा. एवं आ.प्र.। साथ हैं ब्र.कु. मंगला, ब्र.कु. शकु, ब्र.कु. ममता तथा अन्य।

कोल्हापुर-महा.। 'राजयोग मेडिटेशन फॉर हेल्थ वेल्थ हैप्पीनेस' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. सूर्य,मा.आबू., ब्र.कु. सुनंदा, ब्र.कु. गीता, ब्र.कु. उषा, गोडसे सर, कुलकर्णी सर तथा अन्य।

हाथरस-वसुन्धरा एन्क्लेव। चरित्र निर्माण प्रदर्शनी के दौरान जिला अधिकारी कृष्ण अविनाश को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. रानी।

बाराबंकी-उ.प्र.। जिला जेल में कार्यक्रम के दौरान उपस्थित हैं ब्र.कु. ई.वी. गिरीश तथा अन्य।

झालावाड़-राज.। कृषि विज्ञान केन्द्र में विश्व मृदा दिवस पर ब्रह्माकुमारीज़ के ग्राम विकास प्रभाग की ओर से लगाई गई शाश्वत यौगिक खेती की प्रदर्शनी।

गरोठ-म.प्र.। मृदा स्वास्थ्य दिवस पर तहसील कार्यालय में यौगिक खेती से होने वाले फायदे की जानकारी देने के पश्चात् समूह चित्र में तहसीलदार श्रीमति राधा महंत, जेलर नवीन नीमा, नायब तहसीलदार चौहान जी, ब्र.कु. समिता तथा अन्य।