



टोहाना-हरियाणा। सेवाकेन्द्र के 25 वर्ष पूर्ण होने पर आयोजित सिल्वर जुबली कार्यक्रम में भाई बहनों को सम्मानित करते हुए जींद सर्किल इंचार्ज ब्र.कु. विजय दीदी, ब्र.कु. विजय भाई, ब्र.कु. कौशल्या, ब्र.कु. वंदना तथा ब्र.कु. बिन्दु।



कोटद्वार-उत्तराखण्ड। राज्य के हाईयर एज्युकेशन मिनिस्टर डॉ. धन सिंह रावत को मुलाकात के दौरान ईश्वरीय साहित्य सौगात रूप में भेंट करते हुए ब्र.कु. ज्योति।



यूक्रेन। राजयोग मेडिटेशन कराने के पश्चात् समूह चित्र में वहाँ के भाई बहनों के साथ ब्र.कु. वेदांती, डायरेक्टर, अफ्रिकन कन्ट्रीज़।



दिल्ली-रजौरी गार्डन। 'समय की पुरकार-सुख शांति का मिले सबको उपहार' कार्यक्रम में सम्बोधित करते हुए वंदना खुराना। साथ हैं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शक्ति बहन तथा अन्य।



निलोखेरी-करनाल(हरियाणा)। छः दिवसीय मेडिटेशन शिविर 'खुशियाँ आपके द्वार' का उद्घाटन करने के पश्चात् विधायक भगवानदास कबीरपंथी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए प्रो. ब्र.कु. ओंकार चंद, ब्र.कु. प्रेम, ब्र.कु. संगीता तथा ब्र.कु. रेणु।



ओ.आर.सी.-गुरुग्राम। त्रिदिवसीय रिफ्रेशमेन्ट कार्यक्रम में सी.ए. स्टूडेंट्स के साथ समूह चित्र में आगरा से सी.ए. शरद पालीवाल, सी.ए. मुकेश कुशवाहा (सीसीएम), सी.ए. नितेश गुप्ता (सीआईएएसए चेअरमैन), सी.ए. अंकित अग्रवाल, सी.ए. देवेश अग्रवाल, ब्र.कु. मधु तथा अन्य।

राजयोग के अभ्यास से निर्भय और निश्चिंत

कहते हैं, भगवान ने मनुष्य को रचा अपने खुले दिल से। उसने मनुष्य की खुशी और अच्छी फीलिंग के लिए साथ में खूबसूरत मन भी दिया। मन में जैसे विचार, वैसी फीलिंग, ये शर्त भी रख दी। जैसे तो कहते हैं कि माइंड इज़ पावर, अर्थात् विचार शक्ति। हम किसी भी विचार का मन में निर्माण करते हैं तो उसके पावर के वायब्रेशन्स हमारे शरीर और प्रकृति में फैलते हैं, चाहे वो अच्छे विचार हों या बुरे। यदि हम अच्छे विचार और अच्छी फीलिंग में जीना चाहते हैं तो पॉजिटिव, शुभ व श्रेष्ठ संकल्पों के साथ जीयें, और यदि नेगेटिव फीलिंग और दुःख के साथ जीना चाहते हैं तो नेगेटिव विचार क्रियेट करें। कौन नहीं चाहेगा कि हमें जीवन में अच्छी महसूसता हो। तो आइए हम जानें कि कैसे खुद भी अच्छी फीलिंग के साथ रहें और अच्छे वायब्रेशन्स वायुमण्डल में फैलायें।

सर्वशक्तिवान हूँ, निर्भय हूँ। घर से कहीं बाहर जाने से पहले संकल्प करें कि मेरे साथ सर्वशक्तिवान है, उनकी छत्रछाया में मैं सुरक्षित हूँ। कुछ विशेष प्राप्ति हेतु मास्टर सर्वशक्तिवान के स्वमान का उपयोग करें। भगवानुवाच - जो मास्टर सर्वशक्तिवान का अभ्यास करते हैं वे अपनी संकल्प शक्ति द्वारा बहुत कुछ कर सकते हैं।

अपराध बोध की समाप्ति और योग से प्राप्तियाँ

स्वयं परमात्मा ने आकर हमें हमारा और स्वयं का परिचय दिया है, सृष्टि चक्र का ज्ञान समझाया है। उन्होंने ही राजयोग की शिक्षा प्रदान कर हमारी सभी उलझनें समाप्त कर दी हैं। इस योग के द्वारा हम वह करने में सक्षम हो गए जो हम करना चाहते हैं क्योंकि योग से ही मन की शक्ति, बुद्धि की शक्ति बढ़ जाती है और उनका शुद्धिकरण होने

है और कहाँ नहीं

राजयोग का प्रयोग आत्मशुद्धि, शांति, विघ्न को हटाने के लिए आदि जन कल्याण के कार्यों में ही किया जा सकता है। किसी से बदला लेने, स्वार्थ की भावना से किए गए कर्मों के लिए, वासनात्मक प्रेम आदि को प्राप्त करने हेतु प्रयोग नहीं किया जा सकता। उन परिस्थितियों में योग के प्रयोग से उल्टे परिणाम ही देखने को मिलेंगे, क्योंकि राजयोग पवित्रता का मार्ग है, इसके दिव्य अनुभव उन्हीं आत्माओं को प्राप्त हो सकते हैं जिनकी मनोस्थिति अच्छी रही हो, जो शुरू से ही चरित्रवान रहे हों, या जिनके पुण्य कर्मों का खाता काफी अधिक हो आदि, परन्तु मन में अगर दृढ़ संकल्प आ जाये कि अब मुझे पवित्र बनना है तो योग से सफलता प्राप्त अवश्य होगी। आज युवावर्ग में वासनात्मक प्रेम की समस्या बहुत देखने में आती है, इस विषय में वह अपने माँ-बाप की सुनने को भी तैयार नहीं होते। परन्तु वे याद रखें कि जिस कार्य को करने से माँ-बाप की नकारात्मक energy उनके लिए निकलती है, वह कार्य सफल हो नहीं सकता, और यह भी याद रखें कि उन्हें जल्दी ही भावनाओं में बह नहीं जाना चाहिए, थोड़ा धैर्यवत् होकर जीवन के निर्णय लेने चाहिए।

माता-पिता को यह चाहिए कि वे शुरू से ही अपने बच्चों को ऐसी पालना दें जिससे उनका मन इतना मज़बूत हो जाए कि उनका ध्यान इधर-उधर जाए ही नहीं। वे बच्चों को शुरू से ही प्रेम दें, उनके अच्छे मित्र बनकर रहें। उनका तिरस्कार ना करें, उन्हें धुत्कारे नहीं और उनसे आदेशात्मक रीति से बात न करें जिससे बचपन में ही उनकी खुशी नष्ट हो जाए, उनमें अलगाववादी विचार उत्पन्न न हों। वे आपकी इज्जत करें, उल्टे जवाब न दें। Honour Killing जैसे कार्य करने से खुद को रोके क्योंकि इससे खेल और ही बिगड़ जाता है।

विधिपूर्वक राजयोग द्वारा विघ्नों पर विजय

विधि द्वारा किसी भी कार्य को करने से सिद्धि अवश्य प्राप्त होती है। राजयोग का अभ्यास भी अगर विधिपूर्वक किया जाये तो विघ्नों का विनाश सरल तरीके से किया जा सकता है। कुछ सहज उपाय- 21 रोज़ का नियम पालन अवश्य करें। उसमें प्रत्येक दिन 1 घंटा निकालकर एकाग्रता से राजयोग का अभ्यास करें। समय और स्थान भी निश्चित हो। शुरुआत में 7 बार स्वमान का अभ्यास करें- मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, विघ्न विनाशक हूँ। मेरे अंग-अंग से शक्तियों की किरणें फैल रही हैं।



मन के प्रकम्पन ही हमें दूसरों के पास या उनसे दूर ले जाते हैं, हम vibrations के सिद्धांत द्वारा पड़ोसियों की भी समस्याओं को दूर कर सकते हैं। सवेरे उठ स्वमान धारण करें - मैं आत्मा मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ, फिर उनको भृकुटी के बीच चमकती आत्मा देख संकल्प करें, ये तो मेरे गुड friends हैं, मेरे शुभचिंतक हैं, हमारे बीच सब कुछ ठीक हो जाएगा। spiritual power आपको ऐसे संकल्प करने में मदद करेगी। परमात्मा से बहुत अच्छा connection जोड़ें और उन्हें भी मदद देने के लिए आग्रह करें।

मन में भय का कारण आपके पूर्व जन्म या इस जन्म के कुछ बुरे अनुभव हो सकते हैं। इसको दूर करने के लिए दिन में 108 बार इस स्वमान की practice करें - मैं आत्मा अजर, अमर, अविनाशी हूँ, मैं आत्मा शिव शक्ति हूँ, शिव की शक्तियाँ मेरे पास हैं। सुबह उठते ही कम से कम सात बार संकल्प करें - मैं आत्मा मास्टर

लगता है। योगबल से अपने आप ही संस्कार परिवर्तन होने लगते हैं, दिव्य संस्कार हममें प्रवेश करने लगते हैं।

मन में अपराध बोध होने का कारण है देह-अभिमान और माया से हार। इस अपराध बोध को नष्ट करने के लिए हमें मन में दृढ़ संकल्प रखना चाहिए कि मुझे अपने लक्ष्य की ओर निरंतर आगे बढ़ना है। Hard worker बनें, आलस्य-अलबेलेपन से दूर रहें। दूसरों को आत्मा देखने की practice करें। परमात्मा से योग लगाकर पवित्र बनने की शक्ति लें। पाँच स्वरूपों के अभ्यास से वासनाओं को नष्ट करें। एकांत में रहकर अपने से बातें करें, अपने संकल्पों को और भी अधिक दृढ़ करें। वृत्ति को पावन बनाने का व्रत धारण करें। कुछ स्वमान - 1. मैं देवकुल की महान आत्मा हूँ। 2. मैं मास्टर सर्वशक्तिवान आत्मा हूँ। 3. मैं विजयी रत्न हूँ। 4. मैं पूज्य आत्मा हूँ। सवेरे अवश्य उठें।

योग का प्रयोग कहाँ किया जा सकता