पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

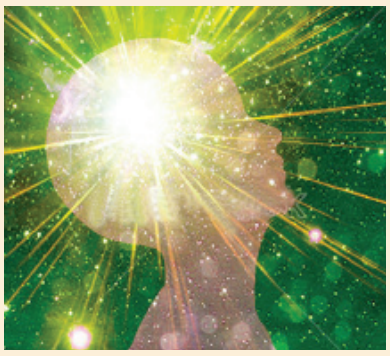
आज के समय अनुसार यदि आपसे कोई कहे कि आप मुझे अपने बारे में एक कमी बताओ, तो लोग राज़ी नहीं होंगे, लेकिन वहीं किसी और के बारे में एक कमज़ोरी बताने के लिए कहो, तो वह एक क्या बीस बता देंगे। इसी का उल्टा, यदि हमें अपनी एक विशेषता के बारे में बताने को कहा जाए, तो सभी अपने हाथ खड़े कर देंगे, अरे! हमें कैसे मालूम होगा कि हमारी विशेषता क्या है! बस आज हम यही सीखेंगे...।

किसी एक संत का कथन है कि इंसान जब अपनी कीमत समझता है, तभी लोग उसकी कीमत समझते हैं। इसीलिए महान व्यक्तियों के जीवन का सबसे अचूक हथियार है उनका आत्म-विश्वास या आत्म-सम्मान।

आज हम मन को वह कुछ भी नहीं दे पा रहे हैं, जो उसे देना चाहिए। आज जो कुछ भी आपने अटेन किया है, प्राप्त किया है, वह आपके स्वाभिमान को बढ़ाता है, ऐसा आपको लगता है, लेकिन ऐसा है नहीं। क्योंकि जिन चीज़ों से आप अपना आत्म-सम्मान बढ़ा रहे हैं, वो मिली हुई चीज़ है, जो चली जायेगी। वह सम्मान तो परमानेन्ट होना चाहिए। आज सभी अभिमान में जीते हैं, ना कि आत्म-सम्मान के साथ। आपको जब किसी बात का बुरा लगता है, तो आप समझ लीजिए कि आपके अंदर अभिमान है, या किसी को आप भला-बुरा कहते, या नाराज़ होते, वो भी अभिमान है। यहीं पर हम और आप अपना सम्मान खोते जाते हैं। अंत में इतना बुरा लगने लग जाता कि हम आत्महत्या तक कर लेते हैं।

इसलिए दुनिया में जो स्वाभिमान सिखाया जाता है, वह और ही देह-अभिमान पैदा करता है। परमात्मा मन की अद्भुत शक्ति को बढ़ाने का तरीका बहुत अच्छे तरीके से सिखाते हैं। वे कहते कि तुम्हारी आज की सारी समस्याएं कहीं न कहीं मोह के कारण हैं। अर्थात् घर से, परिवार, मकान से, ज़मीन से, खेत से मोह, जो हमारे अंदर डर पैदा करता है। वही डर हमारे अंदर गुस्सा पैदा करता है।

बहुत सहज तरीके से यदि इसे समझा जाए तो पद, पोज़ीशन को लेकर और उसके छूटने के डर से हम या तो अपने को महान समझते



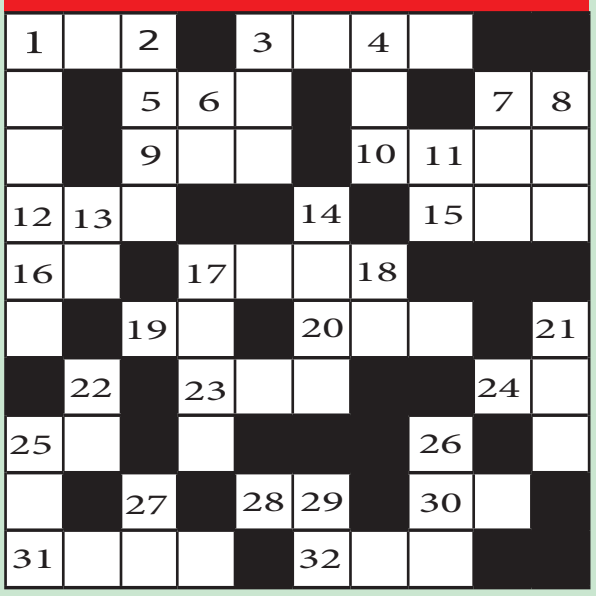
हैं या किसी के कहने से महान समझते हैं। व्यक्ति हमेशा उसको सम्मान देगा, जिसके पास कुछ ना होते हुए भी सबकुछ हो। वो उसको मिलता, जो खुद को सम्मान देगा, खुद को प्यार करेगा। खुद को प्यार, खुद को सम्मान देने का अर्थ है, कि हम एक आत्मा हैं, और आत्मा अपने आप में पवित्र है, शान्त है, सुखी है, उसे किसी और से सम्मान लेने की ज़रूरत नहीं है। आत्म सम्मान माना हम जो हैं, जैसे हैं, वैसे ही स्वयं को स्वीकार करना। स्वयं के लिए स्वयं की मत, धारणा क्या है? हम स्वयं को कितना महान समझते हैं? अपने ही दिल में स्वयं का महत्व कितना है? यह है आत्म-सम्मान।

आत्म-सम्मान ही एक ऐसी शक्ति या ब्रिज है, जो असफलता को सफलता की ओर ले जाने का काम करती है। आत्म-सम्मान हमको इतनी ऊँचाइयों पर ले जाता है कि हमें किसी और से तुलना करने की आवश्यकता ही नहीं पड़ती। जीवन के हर एक पहलू को आत्म-सम्मान वाला व्यक्ति बहुत आसानी से हल करेगा। आत्म-सम्मान बढ़ने से रचनात्मकता बढ़ जाती है। वह सबका ध्यान रखने लग पड़ता है और सभी उसका ध्यान रखते हैं, कारण, जब उसने स्वयं को सम्मान दिया है।

कुछ बिन्दु जिसे आप अपने आत्म-सम्मान बढ़ाने के लिए प्रयोग करेंगे...

1. आपको कहना है, मैं जीवन के प्रति सकारात्मक हूँ।
2. मुझे खुद से बहुत प्यार है।
3. मुझे अपने को शांत रखना है, यदि आत्म सम्मान को बढ़ाना है तो।
4. अपनी तुलना मुझे किसी से नहीं करनी है, कि जो उनमें है वो मुझमें नहीं है।
5. कोई आपके बारे में क्या कहते हैं, उसकी परवाह नहीं करनी है।
6. परमात्मा मुझे बहुत प्यार करते हैं, इसलिए मुझे और कोई सम्मान ना दे, तो भी मुझे उसे सम्मान देते रहना है।
7. सभी मेरे अपने ही हैं, बस मुझे उनसे कोई उम्मीद ना रख, सम्मान देने जाना है।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-3 (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. शिवबाबा का एक नाम (6)
2. वाद-विवाद, झगड़ा (4)
3. र्वतमान समय दुनिया को माया का....लगा हुआ है (3)
4. कामना, इच्छा, चाहना (3)
6. रामजी का पुत्र (2)
7. मुसलमानों का पावन तीर्थ (3)
8. .... तेरी गली में, जीना तेरी गली में (3)
11. अल्प, थोड़ा (2)
13. बाप आम सारी दुनिया....भारत का उद्धार करते हैं (2)
14. समाधान, कारण नहीं....स्वरूप बनो (4)
17. चरम सीमा, सीमांत (4)
18. तुम बच्चों को....मान-शान से परे जाना है (2)
21. श्रीमत में कोई भी संकल्प....नहीं चलाना है, उपाय (3)
22. राज़, भेद, रहस्य (2)
25. निर्धन, कंगाल, रंक (3)
26. मनुष्य आत्मा 84 लाख....नहीं धारण करती (3)
27. राजा, साहूकार (2)
29. रोब, रूतबा (2)

बायें से दायें

1. असत्य, झूठा, जो सही न हो (3)
3. महारथी बच्चों पर भी माया की... बैठ जाती है (4)
5. ....क्लेश मिटाओं पाप हरो देवा (3)
7. अहो....माया, मेरा (2)
9. सीता का हरण करने वाला (3)
10. मेरी....की तस्वीर बनाने वाले, भाग्य (4)
12. शुद्धता, जितना योग में रहेंगे उतना चलन में....आता जाएगा (3)
15. राज़ी करना, प्रसन्न करना (3)
16. निवास, रहने का स्थान (2)
17. ज्योति की ओर आकर्षित होने वाला कीड़ा, पतंगा (4)
19. सम्पूर्ण, पूरा (2)
20. विचरण, घूमना-फिरना, विहार (3)
23. वजह,....नहीं निवारण स्वरूप बनो (3)
24. निर्धन, गरीब (2)
25. तपत, उष्ण (2)
28. द्वापर में भक्ति भी....भक्ति थी (2)
30. प्रतिदिन, ...याद करो मन से शिव को (2)
31. नकली, दिखाऊ (4)
32. कमज़ोरियां, अवगुण (3)

- ब्र.कु. राजेश,शांतिवन।

ब्रह्मापुर-ओडिशा। शिक्षाविदों के लिए आयोजित सम्मेलन का उद्घाटन करते हुए ओडिशा के कैबिनेट मंत्री सूर्य नारायण पात्र, विधायक आर. सी.सी.पटनायक, ब्र.कु.मृत्युंजय, उप कुलपति अमरेन्द्र मिश्रा, डॉ.साहू, ब्र.कु.स्वामीनाथन, ब्र.कु.सीमा, ब्र.कु.मंजू व ब्र.कु.माला।

दिल्ली-दिलशाद गार्डन। प्रशासक वर्ग द्वारा आयोजित अभियान के अंतर्गत जी.टी.बी. हॉस्पिटल में सीनियर डॉक्टर्स एवं नर्सेस को सम्बोधित करते हुए ब्र.कु.उर्मिला,माउण्ट आबू।

गुमला-खूंटी। चैतन्य देवियों की झाँकी के उद्घाटन पश्चात् एस.पी. अश्विनी कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.शांति।

सांपला-हरियाणा। वरिष्ठ नागरिक दिवस के उपलक्ष्य में आयोजित 'अभिनंदन समारोह' में एस.डी.एम. अरुण पांवरीया, तहसीलदार सुभाष जी, ब्र.कु.उमा, एम.सी. के पूर्व चेयरमैन सोहनसिंह गुर्जर, वरिष्ठ नागरिक समिति के अध्यक्ष मधुकांत बंसल तथा अन्य।

झाबुआ-म.प्र.। जिलाधीश आशीष सक्सेना को परमात्म संदेश देने के पश्चात् ओमशान्ति मीडिया भेंट करते हुए ब्र.कु.जयंती।

कैथल-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ की 80वीं वर्षगांठ पर आयोजित कार्यक्रम में युवा अग्रवाल सभा के उपाध्यक्ष दीक्षित गर्ग को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.उत्तरा, ब्र.कु.पुष्पा, ब्र.कु.प्रेम तथा अन्य।