

**मनुष्य तो आखिर मनुष्य ही है; उसे सब कुछ पाना भी है, उसे कुछ करना भी नहीं है। क्या हमारा ऐसा होगा, या मैं यह हो जाऊंगा। अरे ऐसा भी होगा, और आप हो भी जाओगे लेकिन, उसके लिए कुछ करो तो सही। हम कुछ से कुछ आगे बनना चाहते हैं, तो बहुत कुछ बदल जायेगा, यदि हमने आंतरिक स्थिरता या लचीलेपन को अपनाया..**

## लचीलेपन से बाह्यता प्रखर

आप देखिये, यदि कोई व्यक्ति अपने शरीर पर बैठे मच्छर को मारता है, तो वह भी अन्दर से हिंसात्मक हो सकता है, कारण कि उसका मन इतना अशान्त होगा अन्दर से कि उसकी प्रवृत्ति में यह बात भर गयी है कि मच्छर काटने से व्यक्ति को यह बीमारियां हो सकती हैं, इसलिए वो उसे मार डालता है। आपके अन्दर इन बातों को लेकर अनेक प्रश्न उठ रहे होंगे। भाई मच्छर है तो मारना ही है, लेकिन ऐसा नहीं है। आप उसे दूसरे हाथ से हटा भी तो सकते हैं, लेकिन चूंकि प्रवृत्ति में यह बात है, तो वह हिंसा के रूप में बाहर आ ही जाती है। यह तो मच्छर का एक उदाहरण है। ऐसी बहुत सारी बातें हैं जिनके साथ हम लड़ रहे होते हैं, उसका



कारण सिर्फ एक है, वो है आंतरिक लचक, आंतरिक तरलता, आंतरिक फ्लेक्सिबिलिटी का ना होना।

इसके लिए हमें एक छोटा सा परिवर्तन करना है कि अपने अंदर लचीलापन लाना है। उसके

लिए अन्दर के मूल संस्कारों की जानकारी अति आवश्यक है। आपको पता ही है कि शान्त मन से ही जीवन अच्छा चलता है। फिर रिजिडिटी के साथ जीने से बाह्य चीजों पर भी उसका उतना ही प्रभाव पड़ता है। हमारी प्रवृत्ति उन चीजों से

इतनी प्रभावित है कि जो मान्यताएं विश्व में परम्परागत तरीके से चली आ रही हैं, उन्हीं के आधार से ही तो कार्य होते आ रहे हैं। दुनिया की कोई भी मान्यता यदि ठीक होती तो उसके प्रभाव में आने के बाद हमें सुख मिलता। लेकिन कहीं न कहीं मन तो खाता है ना! मैंने यह काम आवेश में आकर किया। नहीं करना चाहिए था। यही कारण है कि किसी भी कर्म में हमें खुशी नहीं मिलती है। विचार करना है, मनन करना है, सोचना है, आंतरिक लचीलापन केवल शान्ति, प्रेम, पवित्रता आदि संस्कारों से ही संभव है, ना कि क्रोध, ईर्ष्या, नफरत आदि संस्कारों से।



- ब्र.कु. अनुज, दिल्ली

समझने, और उसे कर गुजरने में अंतर इसीलिए हो जाता है कि कुछ भी हमारे अंदर ठीक से जाता नहीं है, उसे बार-बार याद दिलाना, फीड करना अति आवश्यक है। नहीं तो वही प्रवृत्तियां, वैसे ही संस्कारों को जन्म देंगी। जीवन वैसे का वैसे।

राजयोग मेडिटेशन ही एक ऐसा विचार है, जो सब कुछ बदल सकता है। आंतरिक लचीलेपन को डेवलप कर बाह्य एकाग्रता को बढ़ा सकता या प्रखर बना सकता है।

अतः हमें योग-अभ्यास से अपनी आंतरिक शक्ति को बहुत बढ़ाना चाहिए ताकि पॉजिटिव एनर्जी निगेटिव एनर्जी को प्रभावकारी न होने दे।

**प्रश्न:-** हम संकल्प शक्ति का कोई सुंदर अनुभव सुनना चाहते हैं?  
**उत्तर:-** गुडगांव का एक इंजीनियर किसी कम्पनी में कार्यरत था। ये घटना नजदीक की ही है। वे उसे पैंतीस हजार रुपये प्रति माह दे रहे थे। उसने जॉब चेंज करने की सोची और एक दूसरी कम्पनी में आवेदन किया। जब वह इन्टरव्यू देने गया तो इस स्वमान में स्थित होकर गया कि मैं इस डायरेक्टर का पूर्वज हूँ। परिणाम क्या हुआ? जैसे ही वह डायरेक्टर के कक्ष में गया तो उसे देखते ही डायरेक्टर ने कहा कि मैं तो आपको जानता हूँ और कोई सहज प्रश्न पूछकर ही कहा कि कल से आप आइये और पचपन हजार रुपये प्रति माह उसकी तनखाह भी निश्चित कर दी। जैसी स्मृति में हम रहते हैं वैसे ही हमें दूसरे देखते हैं।

Contact e-mail  
bksurya8@yahoo.com

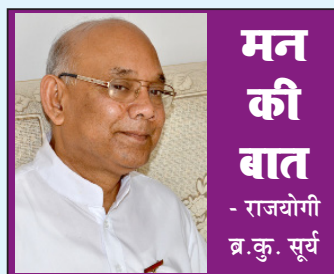
### उपलब्ध पुस्तकें जो आपके जीवन को बदल दे



**प्रश्न:-** हमारे सेंटर में सात दिन का कोर्स करने बहुत लोग आते हैं, परन्तु ज्ञान में आगे बढ़ते नहीं। हमें लगता है कि हमारी मेहनत व्यर्थ जाती है, हम क्या करें जो कोर्स करने वाले शिव बाबा के बच्चे बन जाएं?

**उत्तर:-** प्रभु मिलन का भाग्य केवल पुण्यात्माओं को ही प्राप्त होता है। आपकी ये शुभभावना तो प्रशंसनीय है कि सभी शिव बाबा से अपना अधिकार ले लें, परन्तु कोटों में कोई ही इस भाग्य का अधिकारी बनता है। सात दिन में दिया गया ज्ञान, उनकी बुद्धि में कुछ न कुछ रहता अवश्य है। परन्तु बात जब पवित्रता की धारणा की आती है तो आत्माएं पीछे हट जाती हैं। मैं यहाँ कुछ बातें कोर्स कराने वालों को कहना चाहता हूँ, आप इनपर ध्यान दें। आप विचार करें कि हमारे पास लोग ज्ञान लेने क्यों आते हैं? उनके पास अशांति है, तनाव है या उनके जीवन में बहुत समस्याएँ हैं, वे कुछ पाना चाहते हैं, वे समाधान चाहते हैं। कइयों को उनका दुःख आपके पास लाता है, वे सुख की अनुभूति चाहते हैं। इसलिए हम उन्हें

वही ज्ञान दें जिनसे उनकी समस्याओं का समाधान हो, जिससे उन्हें अनुभूति हो और उनकी आंतरिक शक्तियां बढ़ें। वही पुराना कोर्स रिपीट करने से अब सफलता नहीं मिलेगी, हमें कोर्स का नवीनीकरण करना चाहिए। जैसे-जैसे समय बदल रहा है, वैसे-वैसे हमारे ज्ञान देने के तरीके भी बदलने



मन की बात  
- राजयोगी ब्र.कु. सूर्य

चाहिए। दूसरी बात - ज्ञान देने वालों की स्थिति पर सफलता का आधार है। स्वयं को जितनी अच्छी अनुभूति होगी, उतना ही अच्छा अनुभव हम दूसरों को करा सकेंगे। यदि हम केवल रटा रटायी कोर्स करा रहे हैं तो सफलता कम होगी। हमारी पवित्रता व योग-बल कोर्स करने वालों को बाबा की ओर आकर्षित करेंगे। जब आप आत्मा का

ज्ञान दें तो एक घण्टा ज्ञान न देकर उन्हें अनुभूति पर लायें। स्वयं आत्माभिमानी होने का अच्छा अभ्यास करें व उन्हें भी आत्मिक दृष्टि से देखकर ज्ञान दें। ज्ञान देने से पहले तीन मिनट योग करें व स्वयं को स्वमान में स्थित करें कि मैं इनकी पूर्वज हूँ व इष्ट देवी हूँ, ये भी देव कुल की महान आत्मा है। आज तक देखा गया है कि जिनका योगाभ्यास चार घण्टे प्रतिदिन है, वे जिन्हें भी ज्ञान देते हैं, वे बाबा के बच्चे बन ही जाते हैं।

**प्रश्न:-** आप कहते हैं कि हमारे प्रत्येक संकल्प में रचनात्मक शक्ति है। परन्तु हम कभी-कभी देखते हैं कि श्रेष्ठ संकल्प करने के बावजूद भी हमें वैसा ही परिणाम नहीं मिलता। इसका कारण व निवारण क्या है?

**उत्तर:-** यह सम्पूर्ण सत्य है कि जो संकल्प हम बार-बार करते हैं, उसका हम निर्माण करते हैं, यह बात बहुतों के अनुभवों में आ रही है, परन्तु कहीं-कहीं हमारे पूर्व के पापकर्मों से निकली निगेटिव एनर्जी इतनी प्रभावकारी होती है कि वो श्रेष्ठ संकल्पों की एनर्जी को

नष्ट कर देती है। अतः हमें योग-अभ्यास से अपनी आंतरिक शक्ति को बहुत बढ़ाना चाहिए ताकि पॉजिटिव एनर्जी निगेटिव एनर्जी को प्रभावकारी न होने दे।

**प्रश्न:-** हम संकल्प शक्ति का कोई सुंदर अनुभव सुनना चाहते हैं?

**उत्तर:-** गुडगांव का एक इंजीनियर किसी कम्पनी में कार्यरत था। ये घटना नजदीक की ही है। वे उसे पैंतीस हजार रुपये प्रति माह दे रहे थे। उसने जॉब चेंज करने की सोची और एक दूसरी कम्पनी में आवेदन किया। जब वह इन्टरव्यू देने गया तो इस स्वमान में स्थित होकर गया कि मैं इस डायरेक्टर का पूर्वज हूँ। परिणाम क्या हुआ? जैसे ही वह डायरेक्टर के कक्ष में गया तो उसे देखते ही डायरेक्टर ने कहा कि मैं तो आपको जानता हूँ और कोई सहज प्रश्न पूछकर ही कहा कि कल से आप आइये और पचपन हजार रुपये प्रति माह उसकी तनखाह भी निश्चित कर दी। जैसी स्मृति में हम रहते हैं वैसे ही हमें दूसरे देखते हैं।



**देसुरी-राज.** विकास अधिकारी विक्रमसिंह राजपुरोहित को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. कविता।



**सादड़ी-राज.** थानेदार साहब को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सुचिता।



**भुवनेश्वर-ओडिशा।** बोकेशनल रीहैबिलिटेशन सेंटर के ड्यूटी डायरेक्टर डॉ. राम शरण को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. दुर्गेश नंदनी।



**टुण्डला-उ.प्र.** विधानसभा प्रवक्ता उदयवीर सिंह पुनिया को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शालू।