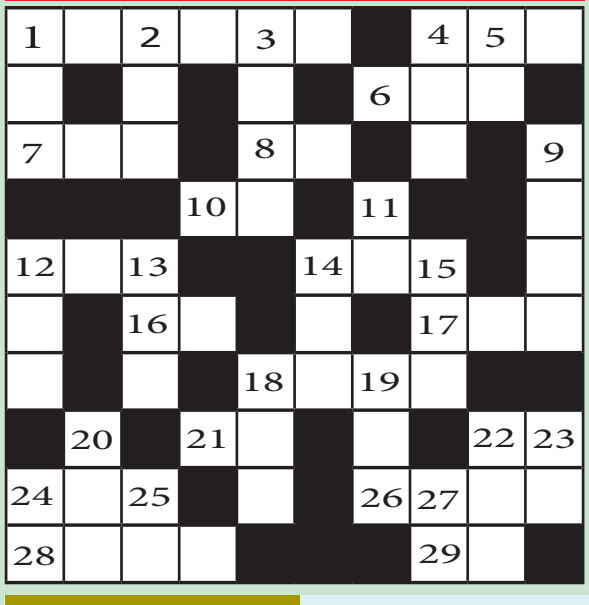
पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

मन की सबसे बड़ी बाधा हमारा भावनात्मक देह है। जिस प्रकार पानी के आगे रुकावट आ जाने से पानी सहज ही दूसरी तरफ रास्ता बदल लेता है, वैसे ही हमारे भावनात्मक मन में अगर किसी भी तरह की भावना या भय के कारण कोई नकारात्मकता प्रवेश करती है तो वो अपना रास्ता सहज बदल लेता है। इसी को आम भाषा में दिल भी कहते हैं।

जिस प्रकार जब किसी को हम बहुत प्यार करते हैं, तो हम सिर्फ प्यार करते हैं, ना कि कोई तर्क करते हैं। क्योंकि प्यार में तर्क अर्थात् लॉजिक या विश्लेषण(इंटरप्रेटेशन) की ज़रूरत नहीं होती। वैसे ही इस भावनात्मक मन की जो नींव है, वो प्यार व स्नेह के साथ जुड़ी होती है। आपके अंदर जो प्यार दिल की गहराई में है, वो आपको किसी भी व्यक्ति से सुरक्षा प्रदान करता है। तो व्यक्ति कभी भी असुरक्षित महसूस नहीं करता। जैसे ही उसको सुरक्षा नहीं मिलती, तो वो सुरक्षा की तलाश में बाह्य व्यक्ति, परिस्थिति या किसी और से सुरक्षा की आपूर्ति करता है। या आम भाषा में कहें तो वो उससे प्यार पाना चाहता है। इसी को हम आंतरिक शिशु भी कहते हैं। इसको हम आम भाषा में समझाना चाहें तो कह सकते हैं कि हम चाहे शरीर से कितने भी बड़े हो जाएं, लेकिन हमारे अंदर जो मन है, वो इस बात के लिए कभी भी सहमत नहीं होता कि लोग मेरे से प्यार से बात ना करें, कोई मेरे से ना मिले, उसको भी प्यार चाहिए। आत्मा प्यार से ही बनी है, चाहे वो छोटी हो, बड़ी हो या बुज़ूर्ग हो, सबके अंदर ये चीज़ें हैं। तो आपके अंदर का जो मन है, जिसके साथ शुरू में जो घटनायें जिनको लेकर घटी हैं, वो बच्चा छोटे से लेकर उस व्यक्ति से वैसे ही मिलता है जैसे शुरू में वो उसके साथ मिला। जैसे अगर कोई किसी से डर से मिला, क्रोध से मिला,

निराशा से मिला, तो वो बच्चा उस व्यक्ति से आजीवन वैसे ही मिलता है। उदाहरण के लिए, जैसे किसी ने किसी बच्चे को बोल दिया कि तुम बहुत खाते हो, तुम भोंदू हो, तुम आलसी है, तो वो बच्चा जब उस व्यक्ति को देखेगा तो उसकी ओर नफरत से बात करेगा कि ये मुझे ऐसा क्यों बोलता है। और यही सभी आजकल बिना जाने समझे बच्चों से कहते रहते हैं। प्यार का अभाव या बच्चों को वो ना देना जो उनको चाहिए उसका अभाव आज उन्हें डिप्रेशन की तरफ ले जा रहा है। ये आंतरिक शिशु शुरू के बारह महीने के अनुभव के आधार से ही सबकुछ करता है। और लगभग एक से लेकर चार वर्ष के अंदर उसके अंदर ये बिलीफ पक्का हो जाता है, जिसके आधार से उसके अंदर तीन मान्यतायें घर कर जाती हैं। पहला सुरक्षा का अभाव, दूसरा माता पिता के प्यार का अभाव और तीसरा अस्तित्व हानि का अभाव, जिसकी चर्चा हम पहले कर चुके हैं। उसकी गहराई में जाकर आज हम आपको बताना चाहते हैं। कि जैसे ही किसी बच्चे को सुरक्षा का अभाव या मौत का डर लगता है तो वो क्रोधी स्वभाव का हो जाता है। दूसरा, जिसके माता पिता ने बच्चे की सिर्फ शारीरिक आवश्यकताओं का ध्यान रखा, लेकिन पूरा प्यार नहीं दिया, उन्हें लगता है कि वे किसी चीज़ के लायक नहीं हैं, खासकर प्यार के। ऐसे बच्चे बड़े होकर दूसरों को प्यार देते हैं, लेकिन जिसको वो प्यार करते हैं वो उसको प्यार नहीं करता। और तीसरा, जिन बच्चों को कभी अकेला नहीं छोड़ा जाता, वे बच्चे अपने अस्तित्व के लिए चिंतित हो जाते हैं और बार-बार खुद को घर से छुड़ाकर भागने की कोशिश करते हैं, उन्हें स्वतंत्रता चाहिए। वे बार-बार अपने माता पिता से कहते हैं कि मुझे आप पर भरोसा नहीं हैं। ऐसे बच्चे अपना अस्तित्व बनाने हेतु घर से भाग जाते हैं। तो ऐसे तीनों तरह के जो डर हैं वो सभी के अंदर लगभग-लगभग हैं। अभी इन डरों के कारण ही लोग गलतियां कर रहे हैं, लेकिन इसका रूप तो अंदर समाया हुआ है।

ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहेली-24-2017



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. पूजा, आराधना, नमन (3)
2. श्रीकृष्ण का सबसे प्रिय खाद्य पदार्थ (3)
3. मुस्लिम सम्प्रदाय का पवित्र मास(4)
4. .... भी देह अभिमान की निशानी है, अहम् (3)
5. अनाज का एक कण, अन्न, चबेना (2)
9. वस्त्र, पोशाक (4)
11. .... तो बिठो नच, सत्य (2)
12. माया बड़ी....है, कठिन (3)
13. अभिवादन, नमस्कार (3)
14. बहुमूल्य, कीमती (3)
15. लगी....बस एक यही हमें तपस्या (3)
18. यादवों के पेट से निकलने वाला उनका विनाशकारी यन्त्र (3)
19. हकदार, अधिकारी (3)
20. भक्ति मार्ग का सबसे बड़ा भक्त(3)
22. प्रमुख, मुख्य (3)
23. आत्मा, जीवन, प्राण (2)
24. रावण की बेटी, तुम बच्चों का मुख्य शत्रु (2)
25. निर्वस्त्र, सन्यास का एक पंथ (2)
27. इज़्ज़त, मर्यादा, आदर(2)

बायें से दायें

1. भारत का राष्ट्रगीत (6)
4. तुम बच्चे अभी लड़ाई के....में हो (3)
6. निज, स्व, खुद का (3)
7. नख, अंगुलियों का अग्रभाग (3)
8. वंश, कुल, वर्ण (2)
10. खदान, भण्डार, भरपूर (2)
12. शत्रु, माया तुम्हारी नम्बरवन.... है (3)
14. जो चलायमान न हो (3)
16. राय, विचार, सलाह (2)
17. आकाश, नभ, क्षितिज (3)
18. कीमती, अमूल्य (4)
21. ....भारत आम सारी दुनिया का उद्धार बाबा करते हैं (2)
22. जनता, स्वर्ग की....भी बहुत सुखी रहती है (2)
24. प्रहार करना, अंत करना, फेंकना (3)
26. हल, अब समस्या नहीं....स्वरूप बनो (4)
28. दिलवाड़ा मंदिर तुम बच्चों का.... है (4)
29. क्रिश्चियन साध्वी बहन (2)

- ब्र.कु. राजेश,शांतिवन।

नई दिल्ली। ब्र.कु. रमा,सिरी फोर्ट द्वारा रक्षासूत्र बांधे जाने से पूर्व यू.एन.आई. सी. डायरेक्टर डेर्क सेग्गर को आत्मस्मृति का तिलक देते हुए ब्र.कु. सविता।

शोपुर-प्रतापनगर(राज.)। संसदीय राज्यमंत्री राम कुमार वर्मा (राज्यसभा) को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु.पुष्पा।

औरंगाबाद-बिहार। जेल अधीक्षक को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सविता। साथ हैं ब्र.कु. काजल।

भादरा-राज.। जेल में रक्षाबंधन का महत्व बताने तथा अधिकारियों एवं कैदी भाइयों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु. भगवती।

आज़मगढ़-उ.प्र.। चन्द्रभूषण सिंह,आई.ए.एस. को रक्षासूत्र बांधने से पूर्व आत्मस्मृति का तिलक देते हुए ब्र.कु. रंजना।

दिल्ली-सीताराम बाज़ार। कमला मार्केट पुलिस स्टेशन में एस.एच.ओ. सुनील कुमार व स्टाफ को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में उनके साथ ब्र.कु.सुनीता तथा ब्र.कु.गुंजन।