स्वास्थ्य घुटने ... मत बदलिये

मनुष्य जीवन में उसकी आयु के 50 साल के बाद धीरे-धीरे शरीर के जोड़ों में से लुब्रीकेन्ट्स एवं कैल्शियम बनना कम हो जाता है। जिसके कारण जोड़ों का दर्द, गैप, कैल्शियम की कमी

आदि समस्याएँ सामने आती हैं, जिसके चलते आधुनिक चिकित्सा आपको ज्वॉइन्ट रिप्लेस करने की सलाह देती है, तो कई आर्थिक रूप से सम्पन्न लोग यह मानते हैं कि हमारे पास तो बहुत पैसे हैं तो घुटने चेंज करवा लेते हैं। किंतु क्या आपको पता है कि जो चीज़ कुदरत ने हमें दी है, वो आधुनिक विज्ञान या कोई भी साइंस नहीं बना सकती।

★ अप्राकृतिक ज्वॉइन्ट फिट करवा कर थोड़े समय 2-4 साल तक ठीक हो सकते हैं, लेकिन बाद में आपको बहुत ही तकलीफ होगी।

★ ज्वॉइन्ट रिप्लेसमेंट का सटीक इलाज आज हम आपको बता रहे हैं, जिसे आप ऐसे हज़ारों ज़रूरतमंद लोगों तक पहुँचाएं जो रिप्लेसमेंट के लाखों रुपये खर्च करने में असमर्थ हैं।

★ 'बबूल' नाम के वृक्ष को आपने ज़रूर देखा होगा। यह भारत में हर जगह बिना लगाए ही अपने आप खड़ा हो जाता है।

★ अगर यह बबूल नाम का वृक्ष अमेरिका या तो विदेशों मे इतनी मात्रा में होता, तो आज वही लोग इनकी दवाई बनाकर हमसे हज़ारों रुपये लूटते। लेकिन भारत के लोगों को जो चीज़ मुफ्त में मिलती है, उनकी उन्हें कोई कदर नहीं है।

प्रयोग इस प्रकार करें:-

★ बबूल के पेड़ पर जो फली (फल) आती है, उसको तोड़कर लायें। आपको शहर में नहीं मिल रहे तो किसी गांव जाएं, वहाँ जितने चाहिये उतने मिल जायेंगे, उसको सुखाकर पाउडर बना लें।

★ सुबह 1 चम्मच पाउडर गुनगुने पानी के साथ लें। इसे खाली पेट लें और इसे लेने के एक घण्टे बाद ही किसी अन्य पदार्थ का सेवन करें।

★ सही रूप से केवल 2-3 महीने सेवन करने से आपके घुटने का दर्द बिल्कुल ठीक हो जायेगा। आपको घुटने बदलने की ज़रूरत नहीं पड़ेगी।

(डॉ.राहुल जैन) नेचरोपैथी एवं एक्यूप्रेसर, जयपुर, 09460555101

हमें सौ प्रतिशत सत्य कौन बतायेगा?

प्रश्न: हम परमात्मा को तलाशेंगे कैसे? कौन हमें उनसे मिलवायेगा?

उत्तर: अगर हम आपके परिवार के उन सदस्यों को यहाँ बुलाते हैं, जो आपको बहुत अच्छी तरह से जानते हैं और उनको कहें कि आपका परिचय दें। वे सब एक ही व्यक्ति के बारे में बतायेंगे, लेकिन एक जैसा नहीं बतायेंगे। जो सबसे ज़्यादा करीब हैं, जो आपको बहुत ही अच्छी तरह से जानते हैं वे भी आपका परिचय एक तरह से नहीं देंगे। उनका अपने रिश्ते के अनुसार परिचय बदलता जायेगा। वे सभी आपके बारे में एक जैसा नहीं सुनायेंगे लेकिन उनमें से कोई भी गलत नहीं होगा। लेकिन क्योंकि फर्क आ रहा है, तो इसका मतलब कोई भी 100 प्रतिशत सही नहीं होगा। इसलिए सबके विचारों में अंतर होगा। आपका यथार्थ परिचय कि आप असल में कौन हैं? क्या महसूस करते हैं? क्या सोचते हैं? आप सारा दिन क्या करते हैं? आपका सही परिचय कौन देगा? आप खुद देंगे ना! वो सब आपके इतने करीब हैं लेकिन वे यथार्थ परिचय नहीं दे पा रहे हैं। कोई गलत नहीं होगा, लेकिन कोई भी 100 प्रतिशत सही भी नहीं होगा। जब तक आप अपना 100 प्रतिशत सही परिचय खुद नहीं देंगे तब तक स्पष्ट नहीं होगा। हज़ारों वर्षों से धर्मात्माओं ने, महात्माओं ने, संत आत्माओं ने, अलग-अलग लोगों ने आकर हमें उस परमात्मा का परिचय दिया है। हरेक ने उसे जिस दृष्टि से देखा, जिस सम्बन्ध से उसको पहचाना और जिस सम्बन्ध से उसको जाना उसी अनुसार उसका परिचय दिया। अलग-अलग किसी की बात नहीं कर रहे थे, वे सब एक ही शक्ति का परिचय दे रहे थे। उनमें से कोई भी गलत नहीं था जिन्होंने भी परमात्मा का परिचय दिया, लेकिन फिर भी सबके परिचय में थोड़ा-थोड़ा अन्तर आ गया, इसका मतलब कोई भी 100 प्रतिशत सही नहीं था। उन्होंने जिस दृष्टिकोण से देखा वैसा परिचय दिया। तो अब परमात्मा का सही 100 प्रतिशत यथार्थ परिचय कौन देगा? परमात्मा खुद देंगे। अगर आपको परमात्मा का सही परिचय चाहिए तो वो आपको तभी मिलेगा जब वो खुद आकर अपना परिचय देगा। अगर हम में से कोई भी उसका परिचय देते हैं तो फिर भी थोड़ा सा अंतर आयेगा। परमात्मा जब स्वयं आकर अपना परिचय देते हैं तो वो परिचय बड़ा सरल होगा। हमने तो परमात्मा का परिचय बड़ा जटिल कर दिया था क्योंकि हम सत्य नहीं जानते हैं। लेकिन इस सारे सृष्टि चक्र में एक ऐसा समय आता है जब परमात्मा स्वयं आकर अपना परिचय देते हैं और वो परिचय बहुत आसान और 100 प्रतिशत यथार्थ होता है। और जब आप 100 प्रतिशत यथार्थ रूप से किसी को जान लेते हैं, फिर उसके साथ रिश्ता जोड़ना बहुत सरल हो जाता है। भगवान रचयिता है और प्रकृति उसकी रचना है फिर उसकी रचना को ही रचयिता हम कैसे मान सकते हैं? जैसे एक कुम्हार है बहुत सुंदर सा मटका बनाता है, उस मटके को देखकर हमें उसकी याद आ सकती है लेकिन वो परमात्मा नहीं है। फिर हम कहते हैं आत्मा सो परमात्मा मतलब आत्मा ही परमात्मा है। एक तरफ हम कहते हैं तुम मात-पिता हम बालक तेरे और फिर दूसरी तरफ कहते हैं आत्मा ही परमात्मा है। बच्चा पिता के जैसा हो सकता है लेकिन बच्चा ही पिता बन जाये, वो संभव नहीं है। वो किसी और रचना का पिता बन सकता है लेकिन वो अपना ही पिता नहीं बन सकता। उसका पिता उसका अपना ही रहेगा। फिर कहते हैं कि परमात्मा के ही अंश हैं हम और परमात्मा में ही समा जायेंगे या हम कहते हैं कि कण-कण में परमात्मा है। अधिकतर लोग आजतक ये मानते हैं कि हरेक के अंदर परमात्मा है और उसके पीछे भी कुछ भाव रहा होगा। लेकिन हमें अपने आप से पूछना होगा कि जो सर्वशक्तिवान है, जो ऑलमाइटी अथॉरिटी है, जो शांति का सागर है, जो प्रेम का सागर है, पवित्रता का सागर है वो मेरे अंदर बैठा है? अगर वो मेरे अंदर बैठा है तो मेरा मनोभाव क्या होना चाहिए? अगर शांति का सागर आपके अंदर बैठा है तो क्या क्रोध आ सकता है, दु:ख आ सकता है, चिंता हो सकती है, जो दृष्टिकोण आज हमारा है उसका अंश भी नहीं हो सकता।

-ब्र.कु.शिवानी,जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

वेगुसराय-बिहार। 'अलविदा तनाव तथा तनावमुक्ति राजयोग शिविर' के दौरान मंच पर शिव ध्वज लहराते हुए मेयर उपेन्द्र सिंह, पूर्व मंयर संजय सिंह, सेंट जोसफ स्कूल के डायरेक्टर अभिषेक सिंह, अक्षय कुमार साहू,आर.एम.,एल.आई.सी., राजयोग प्रशिक्षिका ब्र.कु. पूनम,इंदौर, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कंचन तथा अन्य।

शिमला-हि.प्र.। राजयोग शिविर के पश्चात् समूह चित्र में कमाण्डेंट ऋषि राज सिंह, असिस्टेंट कमाण्डेंट सुरेन्द्र भट्ट, एज्युकेशन ब्रांच हेड चन्द्र शेखर पाण्डेय तथा विभिन्न बटालियन्स के जवानों के साथ ब्र.कु. सुनीता तथा ब्र.कु. यशपाल।

नेपाल-फत्तेपुर। 'तनाव मुक्ति' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए मेयर उत्तम गौतम, वडा अध्यक्ष नारायण आचार्य, ब्र.कु.भगवान,शांतिवन ब्र.कु. भगवती तथा ब्र.कु. नीरा।

अमरोहा-उ.प्र.। ज्ञानचर्चा के पश्चात् नवनिर्वाचित पालिकाध्यक्ष अतुल जैन को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अर्चना तथा ब्र.कु. पूनम।

बाढ़-बिहार। 'अखिल भारतीय किसान सशक्तिकरण अभियान तथा नई शाखा' का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए भाजपा अध्यक्ष डॉ. सियाराम, आर.जे.डी. प्रेसीडेंट राजीव, ब्र.कु. ज्योति तथा अन्य।

सहारनपुर-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ की 80वीं वर्षगांठ एवं ब्र.कु. रजनी तथा ब्र.कु. रानी के समर्पण समारोह में मंचासीन हैं ब्र.कु. देव,शांतिवन, ब्र.कु. प्रेम बहन,पंजाब, ब्र.कु. अमीरचंद, सांसद राघव लखनपाल, एस.एस.पी. बबलू कुमार, जिला मजिस्ट्रेट पी.के. पाण्डेय, ब्र.कु. कोमल तथा ब्र.कु. अनीता।