



पोखरा-नेपाल। 'श्रीमद्भगवद्गीता का सार, सफल जीवन का आधार' विषयक पाँच दिवसीय कार्यक्रम के दौरान प्रदेश न. 4 के माननीय मुख्यमंत्री पृथ्वी सुब्बा गुरुड को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. परणीता साथ हैं ब्र.कु. अपसरा तथा अन्य गणमान्य अतिथि।



उकलाना मंडी-हरि। 'भूमि पूजन एवं आध्यात्मिक समारोह' में दीप प्रज्वलित करते हुए मार्केट कमेटी के चेयरमैन सतपाल शर्मा, तहसीलदार अनिल प्रुथी, रेलवे स्टेशन के सुपरिन्टेन्डेंट किशन लाल यादव, राजयोगी ब्र.कु. भूपाल, मा. आबू, ब्र.कु. सीता, ब्र.कु. किरण, ब्र.कु. मदन तथा ब्र.कु. दीपक।



जमशेदपुर-झारखण्ड। वुमेन्स कॉलेज में 'मूल्य, योग और आध्यात्मिक शिक्षा द्वारा विश्व परिवर्तन' विषयक शिक्षाविदों के सम्मेलन में दीप प्रज्वलित करते हुए कोल्हन क्षेत्रीय संचालिका ब्र.कु. अंजू, कॉलेज की प्रिन्सिपल डॉ. पूर्णिमा कुमार, कोल्हन युनिवर्सिटी की वाइस चांसलर डॉ. शुक्ला मोहनती, राज्यपाल महोदया द्रौपदी मुर्मू, राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय, प्रो. वाइस चांसलर रंजीत कुमार तथा ब्र.कु. शोफाली।



मिश्रखर्क तीर्थ-उ.प्र.। ब्रह्माकुमारीज द्वारा आयोजित आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए एस.डी.एम. प्रभाकांत जी। साथ हैं ब्र.कु. सरस्वती तथा अन्य।



भुरटाना-हरियाणा। 'ज़िम्मेदारी निभाते चिंता मुक्त कैसे बनें' विषयक कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए ब्र.कु. उर्मिला, ब्र.कु. मंजू, ब्र.कु. चन्दर कला, रवि दत्त, विनोद भाई तथा अन्य।



तासगांव-महा. महिला सशक्तीकरण हेतु रैली का शुभारंभ करते हुए महिला महाविद्यालय के प्राचार्य प्रकाश कांबळे, ब्र.कु. डॉ. वैशाली, छात्राएं तथा अन्य।



मुखर्डी-विले पार्ले (वेस्ट)। सेवाकेन्द्र की 40वीं वर्षगांठ पर इकोले मॉडर्न एल वर्ल्ड स्कूल के ऑडिटोरियम में आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए ब्र.कु. योगिनी, ब्र.कु. मीरा, ब्र.कु. कमलेश, स्कूल के मालिक प्रदीप शारदा तथा अन्य।

सम्बन्धों में मधुरता कैसे लायें...?

हमारे जीवन में मधुर सम्बन्धों के न होने का मतलब है कहीं न कहीं दिव्य गुणों का न होना। जिस समय, जिस स्थान व व्यक्ति की प्रासंगिकता के अनुरूप हमारे गुण न झलकने के अभाव में सम्बन्धों को बनाये रखना मुश्किल होता है। तो जानते हैं कौन से गुण हमें मधुर सम्बन्ध बनाये रखने में सहायक होते हैं..?

संसार में जितने भी कलह-क्लेश हैं, उनका मूल

कारण किसी न किसी दिव्य गुण का अभाव है। यदि हम अपने जीवन में दिव्य गुणों के गुलदस्ते को धारण कर लेते हैं तो हमारे आपसी सम्बन्धों में बहार आ सकती है।

★ **निष्पक्षता:** हमें तर्क संगत व्यवहार पर ध्यान देना चाहिए। सम्बन्ध-सम्पर्क में आने वाली आत्माएं हों या कर्मक्षेत्र पर या फिर अपने परिवार में, सबका समान अधिकार होता है। किसी के साथ पक्षपात युक्त व्यवहार नहीं होना चाहिए। इससे बच्चों का विकास रुक जाता है, बच्चे निराश हो जाते हैं और आपसी सम्बन्धों में दरार व मन मुटाव होना निश्चित ही है। अतः सम्बन्धों में मधुरता लाने के लिए ज़रूरी है समान दृष्टिका होना।

★ **बचाव:** जीवन में बुद्धिमत्ता एक तलवार भी है और बचाव भी है। बचाव अर्थात् किसी के भी व्यवहार को देखते हुए भी नहीं देखना, न दोष लगाना और न ही शिकायत करना।

इससे आंतरिक चोट से हम स्वयं भी बच सकते हैं तथा दूसरों को भी बचा सकते हैं और मधुर सम्बन्धों को बनाये रख सकते हैं।

★ **नम्रता और निरहंकारिता:** नम्रता और निरहंकारिता वाला मनुष्य टूटता नहीं, क्योंकि उसमें लचक होती है और वह झुक जाता है। अतः उसका सभी से स्नेह और सम्बन्ध बना रहता है। निरहंकारिता तो सभी दिव्य गुणों रूपी फलों का रस या सार है।

★ **सरलता:** सरलता मन की सफाई है, जबकि कुटिलता में कई दुर्गुण रूपी कीटाणु पैदा हो जाते हैं। सरलचित्त व्यक्ति

तीसरा सम्बन्ध भी अच्छे बने रहते हैं।

★ **क्षमाशीलता:** क्षमा मनुष्यात्मा का भूषण भी है और धर्म भी। यदि इस गुण को अपने जीवन में उतारते हैं तो आपस में स्नेह और सहयोग बना रहता है। अपकारी पर भी उपकार करते हैं। हमारे अंदर अपकार करने वाले व्यक्ति के प्रति दया का भाव उत्पन्न होता है, क्रोध नहीं। इससे सम्बन्धों में मधुरता बनी रहती है।

★ **कर्म सिद्धांत:** जीवन में परिस्थितियाँ ऐसी भी आती हैं जो तूफान की तरह मन रूपी सरोवर में वेग या लहरें पैदा कर देती हैं। उस समय हमें सोचना चाहिये कि ये परिस्थितियाँ मेरे द्वारा ही पैदा की गई हैं। मेरे कर्म जब लौटकर आ रहे हैं तो मुझे हँस कर सामना करना चाहिये। अन्य पर दोषारोपण नहीं करना चाहिये। इससे सम्बन्धों पर सकारात्मक प्रभाव पड़ता है।



का व्यवहार छल कपट से रहित होने से वह सबको अच्छा लगता है क्योंकि उसके मन से शुद्ध वायब्रेशन निकलते रहते हैं और स्वतः ही उसके सबसे माधुर्य पूर्ण सम्बन्ध बने रहते हैं।

★ **परपीड़ा अनुभूति:** दूसरों की भावनाओं एवं सोच, मतभेद को समझना और उनकी प्रशंसा करना, दूसरों की क्षमता को स्वीकार करना, दूसरों की आवश्यकताओं को पूरा करना, ये परानुभूति है। इससे व्यक्ति सबके दिल में अपने लिए स्थान बना ही लेता है और सबका प्यारा बन जाता है।

★ **सहनशीलता का गुण धारण करना:** ईर्ष्या, द्वेष, क्रोध, कड़वी बातें, जय-पराजय, लाभ-हानि आदि परिस्थितियों में यदि हम सहनशीलता रूपी अनमोल गुण को व्यवहार में लाते हैं, तो एक तो झगड़ा समाप्त हो जाता है, दूसरा कई कठिनाइयों से बच जाते हैं,

'वाणी' को 'वीणा' बनायें,
'वाणी' को 'बाण' न बनायें!
क्योंकि 'वीणा' बनेगी तो,
जीवन में 'संगीत' होगा..!
और 'बाण' बनेगी तो,
जीवन में 'महाभारत' होगा..!

तो आपने देखा ना... कि शब्द हमारे हैं, और हमें ही चयन करना है। इसमें किसी का दखल नहीं। तो फिर हम अपने ही स्वास्थ्य को सुस्वास्थ्य बनायें रखें, इसमें किसकी रुकावट है? हमारे बेलगाम शब्द ही हमारे स्वास्थ्य के लिए हानिकारक हैं। तो ये शब्द को सुशब्द और सुशोभित शब्द बनाने के लिए अपने पर ध्यान रखें और सम्मानपूर्वक उनका उपयोग करें। इससे लोगों के साथ हमारे रिश्ते भी अच्छे बने रहेंगे और हमारा स्वास्थ्य भी सदा अच्छा बना रहेगा।