भोजन परिवर्तन से प्रकृति परिवर्तन

- गतांक से आगे...

भगवान ने कहा है कि ज्ञान-रहित आराधना में अज्ञान, अहंकार, कामना और राग समाया होता है। जहाँ ज्ञान नहीं वहाँ अज्ञान है। अज्ञान क्या है? अहंकार। जहाँ अहंकार समाया होता है वहाँ कामनायें समायी होती हैं, राग समाया होता है। वह सर्व कष्ट पहुँचाने वाले अविवेकी हो जाते हैं। उन्हें आसुरी निश्चय वाले ही जानो। वह अपनी-अपनी प्रकृति अनुसार आहार, यज्ञ, तप, दान करते हैं। उसका भेद अब तुम मेरे से सुनो। इस तरह तीन प्रकार के भोजन बतलाये गये हैं।

-ब्र.कु.ऊषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

सात्विक मनुष्यों का आहार क्या है? सात्विक मनुष्य का आहार उन्हें आयु, बुद्धि, बल, स्वास्थ्य, सुख, सात्विकता तथा तृप्ति प्रदान करने वाला होता है। उनका भोजन भी आयु बढ़ाने वाला, बुद्धि बढ़ाने वाला, आंतरिक मनोबल शक्ति बढ़ाने वाला, स्वास्थ्य बढ़ाने वाला, सुख प्रदान करने वाला तथा तृप्ति प्रदान करने वाला होता है।

राजसिक मनुष्यों का आहार कैसा होता है? मनुष्य जैसा अन्न खाता है उसी का प्रभाव उसके मन के विचारों पर पड़ता है। तीखे, खट्टे, खारे, बहुत गर्म, चटपटे, रूखे, बहुकारक आहार दु:ख और शोक तथा क्रोध उत्पन्न करने वाले होते हैं। ये राजसिक आहार हैं।

तामसिक आहार किसको कहते हैं? प्रहर भर से पड़ा हुआ अर्थात् रात का बासी अन्न स्वीकार करना। सुबह को बचाके रखना और दूसरे दिन उसे स्वीकार करना है। प्रहर भर से पड़ा हुआ, नीरस (जिसके अंदर एक प्रकार की दुर्गंध आ गयी हो) बासी है, अपवित्र है अर्थात् जानवरों को मारकर के उसका आहार, इसको कहा जाता है, तामसिक भोजन।

व्यक्ति जैसा भोजन खाता है, वैसी अपनी प्रकृति का निर्माण करता है। इसलिए व्यक्ति की प्रकृति या सात्विक या राजसिक या तामसिक होती है या उसके साथ वो जिस प्रकृति को रचता है, जिस प्रकार के बच्चों को वह जन्म देता है उसका आधार उसका आहार होता है। जैसा भोजन खाया है वैसी प्रकृति की ही तो रचना होगी। फिर उस रचना से दु:खी हो जाते हैं और सोचते हैं कि भाई ऐसी रचना कहाँ से आ गयी? इसलिए अगर अपनी प्रकृति को, अपनी रचना को अच्छा बनाना चाहते हो तो उसके लिए भोजन बहुत महत्वपूर्ण भूमिका निभाता है। कई माता-पिता की यह शिकायत बनी रहती है अपने बच्चों के प्रति कि हमारी रचना ऐसी है। किस तरह से इन्हें वश किया जाए, नियंत्रण में लाया जाये। श्रीमद्भगवद् गीता से इसका उत्तर प्राप्त होता है। उस रचना को कंट्रोल करने के लिए भी उसको वैसा भोजन प्रदान करना ज़रूरी है ताकि उसकी प्रकृति में भी परिवर्तन आ जाए।

- क्रमश:

मन की खुशी और सच्ची शांति के लिए देखें आपका अपना 'पीस ऑफ माइंड चैनल'

'Peace of Mind' channel

TATA Sky 1065 airtel digital TV 678 VIDEOCON d2h 497 RELIANCE Digital TV 640 FASTWAY GTPL DEN hathway UCN DigiCable SITI

ABS FREE DTH

Free to Air

KU Band with MPEG (DVB-S/S2) Receiver

LNB Freq. - 10600/10600
Tans Freq. - 11911
Polarization - Horizontal
Symbol - 44000
22k - On
Satellite - ABS-2; 75° E

Contact
Brahma Kumaris, 2nd Flr Anand Bhavan, Shantivan, Sirohi, Abu Rd, Raj-307510
+91 9414151111
+91 8104777111
info@pmtv.in
www.pmtv.in

ख्यालों के आईने में...

अगर किसी ज़रूरतमंद की आवाज़ आप तक पहुंचे, तो परमात्मा का शुक्रिया अदा करना, कि उसके बन्दे की मदद के लिए उसने आपको चुना, वरना वो तो सबके लिए अकेला ही कफी है।

स्वभाव भी इंसान की अपनी कमाई हुई सबसे बड़ी दौलत है, कितना भी किसी से दूर हों, पर अच्छे स्वभाव के कारण आप किसी न किसी पल यादों में आ ही जाते हो।

ईश्वर को हम देख नहीं सकते, लेकिन उसकी याद से स्वयं के व्यक्तित्व में आया सुंदर बदलाव उसके होने का साकार प्रमाण है।

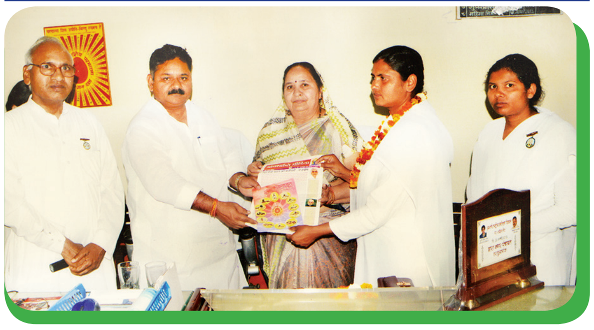
दिल्ली-किराडी(प्रेमनगर फर्स्ट)। शोभा यात्रा का शुभारंभ करते हुए निगम पार्षद उर्मिला चौधरी, ब्र.कु. जनक तथा अन्य।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु सम्पर्क करें...

कार्यालय- ओमशान्ति मीडिया, संपादक- ब्र.कु.गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज़, शान्तिवन, तलहटी, पोस्ट बॉक्स न.- 5, आबू रोड (राज.)- 307510, सदस्यता के लिए सम्पर्क - M - 9414006096, 9414182088,
Email- omshantimedia@bkivv.org,
Website- www.omshantimedia.info

सदस्यता शुल्क: भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये, आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक) कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम से मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।

दिल्ली-द्वारका। ज्ञानचर्चा के पश्चात् कमलजीत सहरावत,मेयर,दक्षिण दिल्ली नगर निगम को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. पूजा तथा ब्र.कु. रामफल भाई।



हरदुआगंज-उ.प्र.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस के कार्यक्रम में विभिन्न सेवाक्षेत्रों में अग्रणी महिलाओं को सम्मानित करने के पश्चात् नगर पालिका चेयरमैन तिलक राज यादव को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. कमलेश बहन।

दिल्ली-प्रेमनगर सेकण्ड। आध्यात्मिक चर्चा के पश्चात् निगम पार्षद सुरजीत पँवार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. जनक। साथ हैं ब्र.कु. नरेन्द्र तथा अन्य।

हाथरस-आनन्दपुरी। नवग्रह मंदिर में आयोजित व्यसन मुक्ति, शिव दर्शन आध्यात्मिक प्रदर्शनी का उद्घाटन करने के पश्चात् चित्र में नगर पालिका अध्यक्ष आशीष शर्मा, ब्र.कु. शांता तथा अन्य।

भवानी मण्डी-राज.। अंतर्राष्ट्रीय महिला दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए नगरपालिका अध्यक्षा पिंकी गुर्जर, श्री माहेश्वरी महिला सभा की जिलाध्यक्षा मंजू भराडिया, राशन संघ की जिलाध्यक्षा श्वेता मेहरा, राज. नूतन स्कूल की प्रधानाचार्या शिमला मारवाड़ी, ब्र.कु. निशा तथा अन्य।

हथीन-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् सत्तार खान,एस.डी.ओ.,बिजली निगम को ओमशान्ति मीडिया पत्रिका भेंट करते हुए ब्र.कु. सुदेश। साथ हैं ब्र.कु. सुनीता।