उदयपुर-राज.। इंडियन ऑयल कॉर्पोरेशन लिमिटेड में 'महिला सशक्तिकरण' विषय पर कार्यक्रम के बाद समूह चित्र में ब्र.कु. रीटा, वी.सी. सती,एक्ज़ीक्यूटिव डायरेक्टर,वेस्टर्न रीजन पाईप लाइन,आई.ओ.सी.एल. राजकोट, अभिनेत्री शालिनी चंद्रन, पी.के. सिन्हा,जी.एम.,आई.ओ.सी.एल. सेन्द्रा, राजीव रंजन,जी.एम.,एच.आर.,आई.ओ.सी.एल. राजकोट तथा अन्य।

पुखरायां-उ.प्र.। स्नेह मिलन कार्यक्रम के दौरान मंचासीन विधायक विनोद कटियार,भोगनीपुर, एस.डी.एम. व नगराध्यक्ष डॉ. दयाशंकर आर्य, डॉ. जय गोयल, मधुसूदन गोयल, डॉ. अवध दुबे, ब्र.कु. ममता तथा एन.आर.आई. पूनम गुप्ता।

मूल्यांकन आपके शीष का

भारत के इतिहास के बारे में हर भारतीय कुछ न कुछ अवश्य जानता है। इसके अंतर्गत इतिहास का एक महत्वपूर्ण चेहरा सम्राट अशोक, उसके बारे में भी हमने बहुत कुछ सुना और पढ़ा है। लेकिन उनके जीवन का ये प्रसंग जो हम आपके समक्ष रखने जा रहे हैं, वो हर व्यक्ति को जानने व समझने योग्य है। इसका मनुष्य जीवन से गहरा सम्बंध है। इसे जानने के बाद शायद हम खुद को भी समझ पायें, और पूरी सच्चाई और जागृति के साथ अपने जीवन का आरंभ करें। आज से ही सही....

अशोक के जीवन से....

सम्राट अशोक के राज्य में एक भिक्षु आया करता था। एक बार वो भिक्षु आया हुआ था, तो अशोक गये और उन्होंने उस भिक्षु के चरणों में अपना सिर रख दिया। अशोक के बड़े आमात्य, वह जो बड़ा वजीर था अशोक का, उसे यह अच्छा नहीं लगा। उसने सोचा, अशोक जैसा सम्राट, गांव में भीख मांगते एक भिखारी के पैरों पर सिर रखे! महल लौटते ही उसने अशोक से कहा: 'नहीं सम्राट, यह मुझे ठीक नहीं लगा। आप जैसा सम्राट, जिसकी कीर्ति शायद जगत में कोई सम्राट नहीं छू सकेगा, फिर वह एक साधारण से भिखारी के चरणों पर सिर रखे!' अशोक हँसा और चुप रह गया। महीने, दो महीने बीत जाने पर उसने बड़े वज़ीर को बुलाया और कहा: 'एक काम करना है। कुछ प्रयोग करना है। तुम यह सामान ले जाओ और गांव में बेच आओ।'

सामान बड़ा अजीब था। उसमें बकरी का सिर था, गाय का सिर था, आदमी का सिर था, कई जानवरों के सिर थे और इन्हें बाज़ार में जाकर बेचना था।

वह वज़ीर बेचने गया। गाय का सिर बिक गया, घोड़े का सिर भी बिक गया, सब बिक

गया, बस आदमी का सिर नहीं बिका। कोई लेने को तैयार नहीं था कि इस गंदगी को लेकर कोई क्या करेगा? इस खोपड़ी को कौन रखेगा?

वह वापस लौट आया और कहने लगा: 'महाराज! बड़े आश्चर्य की बात है, सब सिर बिक गए हैं, सिर्फ आदमी का सिर नहीं बिक सका। कोई नहीं लेता है।'

सम्राट ने कहा: 'मुफ्त में दे आओ।'

वह वज़ीर वापस कई लोगों के घर गया कि मुफ्त में देते हैं इसे, इसे आप रख लें। लोगों ने कहा: 'पागल हो गए हो! और फिकवाने की मेहनत कौन करेगा? आप ले जाइए।' वह वज़ीर वापस लौट आया और सम्राट से कहने लगा: 'नहीं, कोई मुफ्त में भी नहीं लेता।'

अशोक ने कहा: 'अब मैं तुमसे यह पूछता हूँ कि अगर मैं मर जाऊं और तुम मेरे सिर को बाज़ार में बेचने जाओ तो कोई फर्क पड़ेगा?'

वह वज़ीर थोड़ा डर गया। फिर उसने कहा: 'मैं कैसे कहूँ, क्षमा करें तो कहूँ। नहीं, आपके सिर को भी कोई नहीं ले सकेगा। मुझे पहली दफा पता चला कि आदमी के सिर की कोई भी कीमत नहीं है।'

सम्राट अशोक ने कहा: 'फिर इस बिना कीमत के सिर को अगर मैंने एक भिखारी के पैरों में रख दिया था तो क्यों इतने परेशान हो गए थे तुम! आदमी के सिर की कीमत नहीं, अर्थात् आदमी के अहंकार की कोई भी कीमत नहीं है।'

आदमी का सिर तो एक प्रतीक है आदमी के अहंकार का, ईगो का। और अहंकार की सारी चेष्टा है भीतर लाने की। परंतु भीतर कुछ भी नहीं जाता। न धन जाता है, न त्याग जाता है, न ज्ञान जाता है। कुछ भी भीतर नहीं जाता। बाहर से भीतर ले जाने का उपाय नहीं है। बाहर से भीतर ले जाने की सारी चेष्टा खुद की आत्महत्या से ज़्यादा नहीं है, क्योंकि जीवन की धारा सदा भीतर से बाहर की ओर है।

गर्मी में कोल्ड ड्रिंक नहीं... - पेज 4 का शेष

एलोवेरा जूस

यह जूस गर्मी से होने वाली स्किन टैनिंग को दूर करने में मददगार है। यह डाइजेस्टिव सिस्टम को इंप्रूव करता है। इसे पीने से तुरंत एनर्जी मिलती है और गर्मी में भी स्किन का ग्लो बरकरार रहता है।

कैसे बनाएं

एलोवेरा के कांटेदार किनारे हटा दें। इसकी पत्तियों के बीच जमा गूदा निकालें। इसे मिक्सी में डालकर लेमन या ऑरेंज जूस और नमक मिलाकर पीस लें और बर्फ के टुकड़े डालकर सर्व करें।

बेल का शर्बत

गर्मी में इसे अमृत के समान माना गया है। यह डायरिया को दूर करने में मददगार है। डाइजेस्टिव सिस्टम को ठीक रखता है और लू से बचाता है।

कैसे बनाएं

बेल के फल का गूदा निकालकर अच्छी तरह मैश कर लें। इसमें शक्कर, काला नमक, जीरा पाउडर और चाट मसाला मिलाकर ब्लेंडर में ब्लेंड कर लें। इसे बर्फ मिलाकर सर्व करें।

इमली का अमलाना

गर्मी से बचने के लिए इमली से बने इस राजस्थानी ड्रिंक को पीजिए। लू से राहत पाने का यह इफेक्टिव तरीका है।

कैसे बनाएं

इमली और पानी मिलाकर दो घंटे के लिए रख दें। मिश्रण को छानकर इसमें शक्कर, कालीमिर्च पाउडर, इलायची पाउडर, काला नमक, सादा नमक, बर्फ और पानी डालकर अच्छी तरह मिला लें। इसे गिलास में डालें और सर्व करें।

लोहरदगा-गुमला(झा.ख.)। शिवरात्रि पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में उपायुक्त विनोद कुमार, स्टेनो लाल बाल किशोर नाथ सहदेव, थाना प्रभारी बने उँराव, ब्र.कु. शांति तथा अन्य।

पचरुखी-सिवान(बिहार)। 'बेटी बचाओ सशक्त बनाओ' कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए अंचलाधिकारी गिन्नी लाल प्रसाद, ब्र.कु. शोभा, ब्र.कु. सुधा, बहन उषा कुमारी तथा अन्य।

सिरसागंज-उ.प्र.। तीज महोत्सव मेले में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित आध्यात्मिक चित्र प्रदर्शनी का उद्घाटन करते हुए नगरपालिका अध्यक्ष सोनी शिवहरे, ब्र.कु. गीतांजलि तथा ब्र.कु. शशि।

मोतिहारी-बिहार। व्यवहार न्यायालय वकालतखाना के सभागार में आयोजित 'तनाव मुक्त जीवन' विषयक संगोष्ठी का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए विधिज्ञ संघ के अध्यक्ष शेष नारायण कुंवर, राजयोगिनी ब्र.कु. मनीषा, ब्र.कु. विभा तथा अन्य।

गोला-उ.प्र.। 'स्वस्थ एवं सुखी समाज' कार्यक्रम में मंचासीन हैं हरदोई सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रोशनी, कोतवाल संजय सिंह त्यागी, ब्र.कु. ज्योति तथा अन्य।

पहचानें मन... - पेज 5 का शेष

कोई भी कार्य सुखदायी नहीं होगा। आप हमेशा उम्मीदों के सहारे रहेंगे।

अगर किसी एक के साथ आपका सम्बन्ध हो तो आप अपना सौ प्रतिशत (हन्ड्रेड परसेन्ट) दे सकते हैं, ऊर्जा के साथ। लेकिन पूरी दुनिया के साथ आप जुड़ेंगे तो आपकी ऊर्जा वैसे ही बँट जायेगी। न यहाँ के, न वहाँ के।

आप देखो ना, आध्यात्मिकता आपको दूसरों की शर्तों से निकालने के लिए ही तो है, जिसमें आपके अंदर इतनी शक्ति भर जाती है कि आप हर समय कुछ लोग हों या ना हों, आप खुश, सुखी व शान्त रह सकते हैं। तभी वह बात जो आज तक आप सुनते आये, वो चरितार्थ होगी।

हाँ निश्चित रूप से जो भी हम और आप कार्य करते हैं, उसमें शर्त ज़रूरी है, लेकिन वह शर्त न्यूट्रल होगी, तब फायदा होगा। तब हम उसे फॉलो भी करेंगे। उसमें मजबूरी नहीं है, सोचने की जगह है, छूट है। यही तो भगवान हमसे करवाना चाहते हैं। यही है मन की अद्भुत शक्ति का कमाल!