मन को समझ गये तो उसे चलाना आसान हो जायेगा

गतांक से आगे... जितनी बार ये उलझती गई, उतनी बार क्या होता है कि आपके डिसीजन सही नहीं निकल रहे हैं। आप इसके अधीन ही होते जा रहे हैं। वेस्ट ऑफ टाइम, वेस्ट ऑफ मनी, वेस्ट ऑफ एनर्जी। अच्छा, काफी देर के बाद आपको महसूस हुआ कि मेरा प्रतिउत्तर गलत था। थोड़ा-सा अगर मैंने शांति से काम लिया होता तो शायद ठीक हो जाता। लेकिन अब इगो आ रहा है बीच में, इसलिए अब शांति से बात नहीं कर सकते। क्योंकि अब अगर शांति से बात करूंगा तो सामने वाला क्या कहेगा? आ गया ना लाइन पर। ठीक हो गया ना! विधि यही है कि जब भी कोई घटना प्रतिउत्तर की मांग करती है तो कम से कम थोड़ा शांति से सोचो कि इसे प्रतिउत्तर कैसे देना है। थोड़ा-सा शांति से अगर व्यवहार में आओ, पॉजिटिव व्यवहार करो तो ये घटना उलझेगी या सुलझेगी? सुलझेगी। और कभी-कभी तो बड़े पहाड़ जैसी बात एक राउंड में ही सुलझ जाती है। तब कई लोग आश्चर्य खाते हैं कि आपने इतना जल्दी कैसे कर लिया। लेकिन बस इतनी ही टैक्निक है। इसीलिए पॉजिटिविटी की आवश्यकता है। नहीं तो वो प्रभाव हमें हर रीति से प्रभावित करता है। हमारी स्वतंत्रता को नष्ट करता है। जो आत्मा स्वतंत्र है, वो स्वतंत्रता को भी खत्म करती है। हम अपनी भावनाओं को अभिव्यक्त नहीं कर पाते हैं। जब भी मुझे कुछ अभिव्यक्त करना है, जो अभिव्यक्त करना है वो कर नहीं पायेंगे। क्योंकि आप अधीन हो गये, अधीन हो गये तो अब उसके सामने बोलें कैसे? क्या कहेगा वो? तो आपकी स्वतंत्रता गई। और उस कारण से जो आप करना चाहते हैं, बाहरी प्रभाव से मुक्त होना चाहते हैं, वो भी नहीं हो सकते हैं। और आप अपनी आन्तरिक क्षमता, आन्तरिक संसाधन जो है उसके ऊपर भी आप एप्लाई नहीं कर पाते हैं। क्योंकि वो भी काम नहीं कर रहे हैं। नहीं तो आत्मा के पास अथाह क्षमता है, अथाह शक्ति है, उसके ऊपर आप आधारित नहीं हो सकते। और फिर धीरे-धीरे और बन्धन में बंधते जाते हैं, आपकी स्वतंत्रता जब खत्म होती है तो परिस्थितियां, व्यक्ति, और जो भौतिकता है वो आपको अपने बंधन में ले आती है। हमारी स्वतंत्रता को खत्म करने व पॉजिटिव विचारों को खत्म करने की जो बातें हैं, परिस्थितियां, जो भौतिकता है, चीज़ें हैं और वो किस प्रकार प्रभावित करते हैं उसको भी हम प्रैक्टिकल देखते हैं। कैसे परिस्थितियां हमारी स्वतंत्रता को खत्म कर देती है, प्रभावित करती है। बारिश आ गई तो भी दुःख, अरे बारिश आ गई, क्या मुसीबत हो गई, कार्य करने के लिए जाना था, माना हर परिस्थिति आपको खुशी नहीं देती है। हर परिस्थिति में आपको जैसे दुःख ही दुःख मिल रहा है। कई लोग सोचते हैं कि मुझे ठीक से एजुकेशन नहीं मिला ना, तो इसीलिए मुझे ये सब भोगना पड़ता है। इसीलिए ऐसा होता है। अरे दुनिया में कई लोग तो अनपढ़ होते हुए भी करोड़पति अमीर हो गए। इतने ऊंचे ते ऊंचे स्थान पर पहुँच गये। एजुकेशन नहीं है इसीलिए मेरे पास एक गुड करियर नहीं होगा। मेरा करियर ऐसा हो गया, बिगड़ गया, ये हो गया, वो हो गया। इतनी शिकायतें अपने भाग्य के प्रति, अपने प्रति हम आरम्भ कर देते हैं। मेरे पास तो टाइम ही नहीं होता है इसीलिए मैं खुश नहीं रह सकता हूँ। इतनी शिकायतें करते हैं तो परिस्थितियां हमें खुश रहने की स्वतंत्रता नहीं देती है, हमें शांति में रहने की स्वतंत्रता नहीं देती है, उमंग उत्साह में रहने की स्वतंत्रता नहीं देती है। साथ ही साथ जो भौतिकता है वो भौतिकता भी स्वतंत्रता को नष्ट कर देती है। विचारों की जो स्वतंत्रता है, मुख्य पॉजिटिव सोचने की जो स्वतंत्रता है, उसको नष्ट कर देती है।

हमारी स्वतंत्रता को खत्म करने व पॉजिटिव विचारों को खत्म करने की जो बातें हैं, परिस्थितियां, जो भौतिकता है, चीज़ें हैं और वो किस प्रकार प्रभावित करते हैं उसको भी हम प्रैक्टिकल देखते हैं।

-ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

- क्रमशः

यह जीवन है

जिस धागे की गांठे खुल सकती हैं, उस धागे पर कैंची नहीं चलानी चाहिए। किसी को कोई बात बुरी लगे तो दो तरह से सोचें, यदि व्यक्ति महत्वपूर्ण है तो बात भूल जायें और बात महत्वपूर्ण है तो व्यक्ति को भूल जायें। सफलता हमेशा अच्छे विचारों से आती है और अच्छे विचार अच्छे लोगों के सम्पर्क से आते हैं।

ख्यालों के आईने में...

जैसे फल और फूल किसी की प्रेरणा के बिना ही अपने समय पर वृक्षों पर लग जाते हैं, उसी प्रकार किये हुए अच्छे और बुरे कर्म भी अपने आप जीवन में खुद-ब-खुद फल देते रहते हैं। इसलिए हमेशा अच्छे कर्म करें।

खूबसूरती दिल और ज़मीर में होनी चाहिए, लोग बेवजह उसे शक्ल और कपड़ों में टटोलते हैं।

शीघ्र आवश्यकता

सरोज लालजी महरोत्रा ग्लोबल नर्सिंग कॉलेज एवं ग्लोबल हॉस्पिटल स्कूल ऑफ नर्सिंग, शिवमणि होम के पास, तलहटी आबूरोड, सिरोही, राजस्थान में दो ब्र.कु. किचन असिस्टेंट एवं एक कुक (पुरुष, हिंदी जानने वाले) की आवश्यकता है।

योग्यता :- किचन असिस्टेंट के लिए 12वीं पास एवं दो वर्ष का भोजन बनाने का अनुभव
कुक के लिए :-12वीं पास एवं दो वर्ष का भोजन एवं मिठाई बनाने का अनुभव

सम्पर्क करें - 94141413717
ई-मेल - nntagrawal@gmail.com

गर्दिवाला-दसुआ(पंजाब)। नये भवन का उद्घाटन करते हुए राजयोगिनी ज्ञानी दादी जी, ब्र.कु. सुमन, ब्र.कु. जसकिरत, ब्र.कु. स्मृति, रिटायर्ड चीफ इंजीनियर अमरजीत भाई तथा अन्य।

पंचमढ़ी-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा भारत स्काउट्स एंड गाइड हेडक्वार्टर, भोपाल में 'भारत को विश्व गुरू बनाने में सुरक्षा सेवा प्रभाग का योगदान' के अंतर्गत 'स्ट्रेस फ्री लाइफ' विषय पर सम्बोधित करते हुए ब्र.कु. दिनेश,दिल्ली। कार्यक्रम में उपस्थित हैं ब्र.कु. विमला,ओम विहार,दिल्ली, ब्र.कु. विजयलक्ष्मी,दिल्ली, प्रभाग की क्षेत्रीय संयोजिका ब्र.कु. संध्या, ब्र.कु. नमन तथा अन्य।

कटनी-म.प्र.। कलेक्टर एस.बी. सिंह को भाई दूज के अवसर पर तिलक लगाने के पश्चात् लक्ष्मी नारायण का चित्र भेंट करते हुए ब्र.कु. अर्निका।

रतलाम-नज़रबाग कॉलोनी। दीपावली के कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. सीमा तथा अन्य भाई बहनें।

राँची-चौधरी बागान। भाई दूज एवं चित्रगुप्त पूजा के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए राजेश गुप्ता,मैनेजर,पंजाब नेशनल बैंक, नवरतन शर्मा,आर.एस.एस. संघ,बाल प्रमुख, विशाल तिवारी,एडवोकेट,हाई कोर्ट,झारखण्ड, राजयोगिनी ब्र.कु. निर्मला, निकिता गुप्ता तथा रितेश गुप्ता,सोशल सर्वर,बिज़नेसमैन।