यदि आपको कुछ चाहिए, तो पहले उस चीज़ को देना होगा

-ब्र.कु. उषा,वरिष्ठ राजयोग प्रशिक्षिका

गतांक से आगे... मैं एक बार ट्रेन में जा रही थी, जाना था मुझे कहीं। तो मेरे सामने वाली सीट पर एक बहन बैठी थी। उसके दो बच्चे थे, एक तीन साल का था और एक पाँच साल का था। दोनों बच्चे एक खिलौने से खेल रहे थे। अचानक दोनों में पता नहीं क्या झगड़ा हो गया। छोटे-छोटे ही तो बच्चे थे। झगड़ा हो गया दोनों में। दोनों को वही खिलौना चाहिए था। वो कहे मुझे चाहिए और वो कहे मुझे चाहिए। और लड़ाई हो गई दोनों की। माँ ने उस पाँच साल वाले को कहा, बेटा इसको दे दो। वो पाँच साल वाला पूछता है कि यही चीज़ उसको क्यों नहीं कही गई? मुझे क्यों कही गई। इसको कहो कि मुझे दे देवे। माँ ने कहा कि तुम बड़े हो और वो छोटा है, उसे दे दो। पाँच साल का बच्चा सोचता है और दो मिनट सोच कर अपनी माँ से कहता है कि मैं तो हमेशा ही इससे बड़ा रहूंगा, ये तो कभी मुझसे बड़ा होने वाला है ही नहीं। देखो उसका लॉजिक बहुत अच्छा था कि क्या ज़िन्दगी भर मुझे ही चेंज होना पड़ेगा? मुझे ही उसको देना पड़ेगा? हाँ कहो तो अन्याय है और ना कहो तो कहेगा कि अभी इसको कहो कि मुझे दे देवे। मुझे भी ये सुनकर हँसी आ गई कि इतना छोटा सा बच्चा है और इतना लॉजिकल प्रश्न किया। हमारे टाइम में क्या होता था अगर माँ बाप बोलते थे कि इसको ये दे दे तो हम एक प्रश्न नहीं करते थे और दे देते थे। लेकिन आज का बच्चा एक लॉजिकल प्रश्न पूछता है, तो उसको एक संतोषजनक जवाब देना बहुत ज़रूरी है इस उम्र में। क्योंकि इसी के आधार पर उसका जीवन बनता है। उस 5 साल वाले बच्चे को मैंने बुलाया। मैंने बोला इधर आओ। मैंने पूछा तुमको ये खिलौना चाहिए? तो बोला हाँ चाहिए। मैंने बोला, देखना तुम्हारा

जो चीज़ मुझे चाहिए, उसे पहले मुझे देना होगा। मांगने से कभी नहीं मिलेगा, देने से मिलेगा। ये संसार का अनादि नियम है। आपको रिस्पेक्ट चाहिए तो रिस्पेक्ट दो। बाहरी बातों से प्रभावित होते, तो सबसे पहले हमारा सेल्फ रिस्पेक्ट खत्म हो जाता है।

भाई अभी तुमको दे देगा दो मिनट के अन्दर। बोला नहीं देगा। वो जानता था अपने भाई को अच्छी तरह से। मैंने कहा अगर दे दिया तो? तो उसको ज़रा चैलेंजिंग लगा। मैंने कहा, देखना है तेरे को? तो बोला हाँ देखना है। अब क्या करते, चालू ट्रेन है, और तो कुछ कर नहीं सकते थे। मैंने हाथ को रब करके कहा कि तुम मुझे मारना, अगर मिस किया तो मैं तुम्हें मारूंगी, तो बोला ठीक है। हमने खेलना शुरू किया। लेकिन उसका ध्यान खेल में नहीं था, छोटे भाई के ऊपर था कि वो आता है कि नहीं आता है। छोटा भाई खिलौना पकड़ कर बैठा था, लेकिन खेल नहीं रहा था। उसका ध्यान यहाँ था कि ये क्या कर रहे हैं। आखिर उसको लगा कि ये थोड़े ज़्यादा इन्ट्रेस्टेड हैं। उसने खिलौना छोड़ा और मेरे पास आकर मुझे कहने लगा कि मेरे साथ भी ऐसा करो ना। अब क्या हुआ कि वो बड़े ने महसूस कर लिया कि जो चीज़ मुझे चाहिए, उसे पहले मुझे देना होगा। एक साल के बाद उसकी माँ मुझे मिली, मैंने उनसे पूछा कैसे हैं आपके बच्चे, ठीक हैं? कहती है अरे बहन जी, उस दिन से बड़े ने एक लेसन ऐसा सीख लिया कि अगर अब कभी भी एक खिलौने को लेकर झगड़ा होता है तो वो क्या करता है कि वो दे देता है छोटे को और जाकर दूसरा ऐसा कुछ निकालता है कि वो छोटा उसको छोड़कर उसे लेने आता है तब तक वो उस खिलौने को लेकर के चला जाता है। प्रॉब्लम सॉल्व। तो इसीलिए कहा कि मांगने से कभी भी मिलेगा नहीं। देने से मिलेगा, ये संसार का अनादि नियम है। आपको अगर रिस्पेक्ट चाहिए तो रिस्पेक्ट दो। तो इसीलिए जब बाहरी बातों से प्रभावित हो जाते हैं तो सबसे पहले खत्म होता है हमारा सेल्फ रिस्पेक्ट। और उसकी जगह पर फिर अभिमान की कमज़ोरी ले लेता है। अभिमान को पूरा करने में हम और भी अधीनता को स्वीकार करते जाते हैं। लॉ ऑफ सेन्स ऑफ च्वॉइस। हमारी जो स्वतंत्रता है दूसरे के अधीन होना, बातों के अधीन होना, चीज़ों के अधीन होना, माना हमारी अपनी स्वतन्त्रता समाप्त हो गई। हमारी स्वतंत्रता खत्म होती है तो फिर धीरे-धीरे नेगेटिव भावनायें मन के अन्दर क्रियेट होने लगती हैं। ये है उसका रास्ता, ये है उसका पथ। - क्रमशः

यह जीवन है....

प्रेम और पसंद दोनों में क्या अन्तर है? इसका सबसे सुन्दर जवाब सत्गुरु प्यारे ने दिया है, अगर तुम एक फूल को पसंद करते हो तो तुम उसे तोड़कर रखना चाहोगे, लेकिन अगर उस फूल से प्रेम करते हो तो तोड़ने के बजाय तुम रोज़ उसमें पानी डालोगे ताकि फूल मुरझाने न पाए। जिसने भी इस रहस्य को समझ लिया, समझो उसने पूरी ज़िंदगी को ही समझ लिया।

ख्यालों के आईने में...

जीवन में परेशानियाँ चाहे जितनी भी हों, चिंता करने से और बड़ी हो जाती हैं, खामोश होने से काफी कम हो जाती हैं, सब्र करने से खत्म हो जाती हैं और परमात्मा का शुक्र करने से खुशियों में बदल जाती हैं।

जीवन को हम खुशनुमा देखना चाहते हैं तो लोगों को क्षमा कर, हमें अपनी भावनाओं का ध्यान रखना आना चाहिए, क्योंकि हर इंसान हमें ऐसा नहीं मिल सकता, जो हमारी भावनाओं को समझ सके।

भुवनेश्वर-फॉरेस्ट पार्क। ओडिशा के न्यू चीफ सेक्रेटरी असित कुमार त्रिपाठी को बधाई देने के पश्चात् साथ हैं ब्र.कु. लीना, ब्र.कु. मधु तथा ब्र.कु. विजय।

लुधियाना-पंजाब। प्रहलाद मोदी,भारत के प्रधानमंत्री श्री नरेन्द्र मोदी के भाई को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. सीमा तथा ब्र.कु. सरस्वती। साथ हैं हैप्पी बाबा जी,छप्पर मेला प्रमुख।

नागौर-राज.। म्हारो राजस्थान समृद्ध राजस्थान अभियान के जिला नागौर के कालवी गांव में पहुंचने पर आयोजित 'ह्रदयरोग निवारण-किसान सशक्तिकरण' कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में करणी सेना के राष्ट्रीय अध्यक्ष लोकेन्द्र सिंह, ब्र.कु. अवनीश,आबू रोड, ब्र.कु. रूपा, ब्र.कु. अनीता, ब्र.कु. ज्ञान सिंह तथा अन्य।

भरतपुर-राज.। म्हारो राजस्थान समृद्ध राजस्थान अभियान के अंतर्गत आयोजित भव्य समारोह का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए महाराजा विश्वेन्द्र सिंह,कैबिनेट मंत्री,पर्यटन एवं देवस्थान विभाग,राज.सरकार, हैदर अली ज़ैदी,आई.पी.एस. पुलिस अधीक्षक, पी.के. राय,निदेशक,सरसो अनुसंधान केन्द्र,सेवर, उदयभान सिंह,डीन,कृषि महाविद्यालय कुम्हेर, ब्र.कु. कविता, ब्र.कु. भावना, ब्र.कु. बबीता, ब्र.कु. पुरुषोत्तम,प्रबंधक,अभियान तथा अन्य।

दिल्ली-वसंत विहार। पौधारोपण के अवसर पर उपस्थित हैं प्रमिला श्री वास्तव, चीफ एडिटर,न्यू दिल्ली टाइम्स मैगज़ीन, मनीष अग्रवाल, काउंसलर, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब.कु. क्षीरा, ब्र.कु. विकास तथा अन्य।

हाथरस-आनन्दपुर कॉलोनी(उ.प्र.)। मेला श्री दाऊ जी महाराज में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा आयोजित 'पुलिस प्रशासन एवं जनसहभागिता कार्यक्रम' का शुभारम्भ करते हुए मंगलायतन विश्वविद्यालय के कुलपति प्रो. डॉ. के.वी.एस.एम.कृष्णा, पुलिस अधीक्षक सिद्धार्थ शंकर मीणा, अपर पुलिस अधीक्षक डॉ. सिद्धार्थ वर्मा, पुलिस क्षेत्राधिकारी राम शब्द सिंह, ब्र.कु. सरोज,कासगंज तथा ब्र.कु. शांता।