

संकल्पों की भाषा



सारी सृष्टि के प्राणियों में केवल मनुष्य ही ऐसा प्राणी है जो संकल्पों की भाषा को कैच कर सकता है। चाहे अमीर हो या गरीब, चाहे छोटा हो या चाहे बड़ा, सभी वर्ग के मनुष्यों के मन में विचारों का सागर बहता रहता है, जागृत अवस्था में और सोने के बाद वही स्वप्न का रूप धारण कर लेता है।

”

हमारे संकल्प भी एक प्रकार की वस्तु हैं, जिन्हें हम बिना वाचा के भी पढ़ सकते हैं। उदाहरण के तौर पर हम एक सत्य घटना का उल्लेख करके इसे सिद्ध करके बतलाते हैं। आजकल गाड़ी

पार्किंग एक बहुत ही बड़ी समस्या बन गई है। सभी घरों में गाड़ी है और बहुत से घरों में तो एक से अधिक गाड़ियां होने से घर के बाहर पार्किंग की समस्या अत्यधिक हो गई है। एक दिन जब हमारा भाई घर के बाहर गाड़ी पार्क करने लगा तो वहाँ हमारे पड़ोसियों की गाड़ी पहले से ही खड़ी थी। उस घर में तीन भाई रहते हैं। यह गाड़ी सबसे बड़े भाई की थी। हमारे भाई की उस घर से सबसे बड़े भाई के साथ अच्छी दोस्ती थी, लेकिन सबसे छोटे भाई से नहीं बनती थी। हमारे भाई ने कुछ दिन पहले ही हमसे छोटे भाई के बारे में काफी बुरा भला बताया था। अब जब हमारा भाई पार्किंग लगाने के लिए उनको बुलाने गया तो सभी भाई बाहर आ गए। उस समय सबसे छोटे भाई ने हमारे भाई से बहुत बुरी तरह बात

करना शुरू कर दिया। नतीजा यह हुआ कि बात लड़ाई में बदल गई और काफी सारे पड़ोसी भी लड़ाई के शोर को सुनकर वहाँ आ गए। सभी ने मिलकर मामला शांत किया। बाद में बड़े भाई ने आकर हमारे भाई से अपने छोटे भाई की तरफ से माफी मांगी।

इस घटना ने हमें यह सीख दी कि हमारे संकल्प सूक्ष्म में वातावरण में ही घूमते हैं और जिसके लिए हम जो संकल्प करते हैं, उन संकल्पों की तरंगें उस व्यक्ति तक पहुँच ही जाती हैं।

इसका मतलब है कि हमारे संकल्पों की एक अपनी ही अदृश्य भाषा है जो दिखाई और स्थूल रूप में पढ़ी नहीं जा सकती अपितु समझी और महसूस की जा सकती है।

किसी बात पर या किसी काम के लिए यदि कोई आपको 'ना' कर दे तो संभावना यही होती है कि आपको अच्छा नहीं लगेगा। 'ना' कोई सुनना नहीं चाहता। संभव है किसी मोड़ पर वह फिर आपके सामने आ जाए, उसी को आपसे कुछ काम पड़ जाए, तब उसकी 'ना' पर मत टिक

'ना' सुनने की कला साध ली तो इस राह से भी मिलेगी खुशी



जाना। सबकुछ भूलकर उसकी मदद जरूर करना। सहयोग के लिए अपना हाथ प्यार से आगे बढ़ा देना। इसके दो फायदे हैं - जैसे ही कोई 'ना' कहता है, आपके अहंकार को ठेस लगती है। अहंकार गिरा कि खुशी आई। दूसरा, खुश रहने से आपको रोकता है मन। मन अहंकार का केन्द्र है। अहंकार गिरा, मन गया कि खुशी आई। जब 'ना' कहने वाले को ही आपसे कोई काम पड़ जाए और जब आगे बढ़कर हम उसका काम करते हैं तो इसका भी अपना ही आनंद है। बिना किसी समीकरण और स्वार्थ के जब दूसरों के लिए कुछ करते हैं तो पूरे वातावरण में जहाँ-जहाँ भी पॉजिटिव एनर्जी बिखरी हुई है, वह खुशी लेकर आपके भीतर उतरती है।

हर घंटे... बस एक मिनट चार्ज

मन सुबह फुल चार्ज होता है। लेकिन सारा दिन यूज, यूज, यूज। शाम को जब तक घर पहुँचते हैं डिस्चार्ज। घर जाकर सबको क्या देते हैं? एक डिस्चार्ज बैटरी क्या देगी औरों को? मान लो कोई प्रॉब्लम थी ऑफिस में, किसी ने कुछ कह दिया, कोई टेन्शन हो गई, वो ही सब विचारों से डिस्चार्ज होते-होते घर पहुँचते हैं। छोटा सा बच्चा सारा दिन इंतजार कर रहा था कि पापा घर आयेंगे तो मुझे अपनी कोई प्रॉब्लम डिस्कस करनी है। जैसे ही आपने घंटी बजाई, वो भागते हुए आपके पास आता और कहता, पापा, मुझे आपसे ये बात करनी थी। आपका रियेक्शन उस टाइम? उस समय हमने क्या किया, जो तनाव लेकर हम आ रहे थे ऑफिस से वो आकर हमने उनको सौगात दे दिया। उस छोटे से बच्चे को उसके पापा से भी यही मिलता है, मम्मी से भी यही मिलता है, टीचर से भी स्कूल में यही मिलता है, उसकी स्थिति कैसी होगी? हम सब इतनी मेहनत करते हैं, किसलिए? किसके लिए इतनी मेहनत करते हैं? बच्चों के लिए, और बच्चों को क्या देना चाहते हैं? खुशी। और दे क्या रहे हैं? टेन्शन। ये हमें चेक करना है कि मेरे जीवन का लक्ष्य क्या है? मुझे अपने परिवार के लिए क्या चाहिए? मैं अपने घर लेकर क्या आना चाहता हूँ शाम को, और मैं लेकर क्या आता हूँ! इसको रुककर चेक करना पड़ता है। अब अगर हम मन को चार्ज करके सुबह लेकर चलें, सारा दिन यूज भी करते रहें लेकिन साथ-साथ चार्ज भी करते रहें, तो कैसा मन शाम को घर पहुँचेगा? फुल चार्ज। और मन को सारा दिन चार्ज करने की विधि है हर एक घंटे के बाद एक मिनट साइलेंस। और साइलेंस मतलब ये नहीं कि बस बैठ गये साइलेंस में। मन फिर भी एक्टिव है। साइलेंस मतलब स्टॉप। वास्तव में चेक करना है कि क्या चल रहा है। कौन से व्यर्थ विचार हैं, उनको बाहर करो। कौन से विचार आवश्यक हैं, उन्हें अन्दर लो। इसको हम कहते हैं ट्रैफिक कंट्रोल ऑफ थॉट्स। शहरों में अगर एक दिन के लिए, एक दिन भी नहीं, अगर एक घंटे के लिए सारे ट्रैफिक सिग्नल बंद हो जायें, कैसी स्थिति लगेगी उसको ऊपर से देखेंगे तो? क्योंकि बीच-बीच में स्टॉप नहीं किया। मन को बीच-बीच में स्टॉप नहीं करते हैं तो क्या हो जाता है? सारी थॉट्स चारों ओर से, ऑफिस के बारे में, घर के बारे में, तो क्या हो जाता है? जाम, भारी, बोझ, सरदर्द। तो क्या करना होगा? हर थोड़ी देर के बाद सिग्नल। स्टॉप रेड, स्टॉप येल्लो, चेक करो कैसी क्वालिटी थी। ठीक नहीं, चेंज ग्रीन। ईजी? कर सकते हैं? करेंगे? हरेक घंटे के बाद एक मिनट कैसे करेंगे? अगर किसी को इस एक चीज का महत्व समझ में आ जाये तो इसको करने के लिए क्या करना होगा? एकटक करना होगा। अलार्म लगाना होगा। और कोई तरीका नहीं है। याद नहीं रहता है। एक हफ्ता याद नहीं रहता है, उसके बाद याद हो जाता है। कोई भी चीज बार-बार करने से याद हो जाती है। बल्कि ऐसी याद हो जायेगी आपको कि आपका मन घड़ी की तरह चलने लगेगा। आपको पता चलेगा 12 बज गये। देखेंगे ना घड़ी में तो एकदम सही 12 बजे होंगे, क्योंकि माइंड को वो ट्रेनिंग मिल गई है। लेकिन एक हफ्ते के लिए थोड़ा सा एफर्ट। कुछ भी प्राप्त करने के लिए थोड़ा सा एफर्ट तो करना ही पड़ता है। चाहे कुछ भी हो जाये, हर एक घंटे के बाद एक मिनट चार्जिंग।



ब्र.कु. शिवानी,
जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा



झज्जर-हरियाणा। ज्ञानचर्चा के पश्चात् विधायक दल की नेता एवं पूर्व कैबिनेट मंत्री किरण चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. भावना तथा ब्र.कु. संतोष।



तपा-पंजाब। ज्ञानचर्चा के पश्चात् एस.पी. मुक्तियार सिंह को प्रसाद भेंट करते हुए ब्र.कु. ऊषा। साथ हैं ब्र.कु. डॉ. शर्मा, माउण्ट आबू व अन्य।



रक्सौल-विहार। मातेश्वरी जगदम्बा सरस्वती के पुण्य स्मृति दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में रेलवे ऑफिसर सतीश कुमार को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मनीषा।

ओमशान्ति मीडिया सदस्यता हेतु

कार्यालय - ओमशान्ति मीडिया

संपादक - ब्र.कु. गंगाधर, ब्रह्माकुमारीज, शान्तिवन, तलहटी,

पोस्ट बॉक्स न - 5, आबू रोड (राज.) 307510

सम्पर्क- M- 9414006096, 9414182088,

Email-omshantimedia@bkiivv.org

सदस्यता शुल्क : भारत - वार्षिक 200 रुपये, तीन वर्ष 600 रुपये,

आजीवन 4500 रुपये। विदेश - 2500 रुपये (वार्षिक)

कृपया सदस्यता शुल्क 'ओमशान्ति मीडिया' के नाम मनीऑर्डर या बैंक ड्राफ्ट (पेएबल एट शान्तिवन, आबू रोड) द्वारा भेजें।