

# पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को

हमें यह पता हो, कोई भी चीज़ जब हमारे हाथ में होती है, तो उसका असर ये होता है कि वो चीज़ हमारे हिसाब से चलती है। जैसे अगर हमारे हाथ में छड़ी है तो हम उसे जहाँ रखना चाहें, जहाँ से उठाना चाहें, उठा सकते हैं, वैसे ही हमारे हाथ में अगर पेन है, तो पेन को अगर मुझे जेब में लगाना है, या फिर कहीं और रखना है, पैड में रखना है, तो ये हम डिसाइड करते हैं। वैसे ही संकल्प करना और उन संकल्पों में खोये रहना भी हमारे हाथ में है। ये मन की एक बहुत बड़ी शक्ति है। लेकिन इस शक्ति का प्रयोग न हो पाने की वजह हम दूढ़ते हैं आज।

संकल्प हमारे हाथ में ही है

जब हम पैदा हुए या इस धरती पर आये तो उस समय हमें कुछ पता थोड़ेही था कि क्या सोचना है, कैसे रहना है, लेकिन पिछले संकल्प जो हमारे चले थे, उन संकल्पों के आधार से जो रचना हुई, वैसे हमें हमारे माता-पिता, वैसे परिवार मिला। लेकिन आज हमको दिन-प्रतिदिन एक जागृति दी जाती है, बार-बार कहा जाता कि अच्छा सोचो, अच्छा सोचो, अच्छा सोचो तो अच्छे बन जाओगे। लेकिन अच्छा सोचें कैसे, उसका आधार क्या है? इस आधार के आधार से ही हमारा जीवन होता है। जैसे उदाहरण, अगर मुझे घी बनाना है, तो घी बनाने के लिए सबसे पहले हमको दूध खरीदना पड़ेगा, दूध से फिर दही बनानी पड़ेगी, दही से फिर मक्खन निकालना पड़ेगा, मक्खन को फिर गर्म करके घी बनाना पड़ता है। ये एक विधि है। वैसे ही कोई भी संकल्प करने के पीछे हमें सबसे पहले उसका आधार जानना है कि हमको ये संकल्प क्यों करना है? जैसे उसमें हमको दूध क्यों खरीदना है, क्योंकि घी बनाना है। वैसे ही मुझे ऐसा संकल्प क्यों करना है, क्योंकि मुझे अच्छा बनना है। अब अच्छा बनने के लिए मुझे सबसे पहले ये डिसाइड करना है कि मुझे कितना अच्छा बनना है। साधारण लोग भी अच्छे होते हैं और महान लोग भी बहुत अच्छे होते हैं। तो अगर हम साधारण संकल्प करेंगे तो हम साधारण बनेंगे। महान संकल्प करेंगे तो महान बनेंगे। दूसरा उदाहरण, जो बच्चा जितनी अच्छी पढ़ाई करता है, उतनी ही अच्छी उसको नौकरी मिलती है। लेकिन जो बच्चा क्लर्क या प्यून के लिए पढ़ाई कर रहा है तो उसको कितना पढ़ना चाहिए? आठवीं या दसवीं। ये है संकल्पों का अंतर। व्यक्ति अपने लक्ष्य के हिसाब से जीवन के संकल्पों को पैदा करता है। जब वो संकल्प पूरे होते हैं, तब वो व्यक्ति धीरे-धीरे उस तरफ बढ़ना शुरू होता है जो उसका मुख्य लक्ष्य होता है। उदाहरण के लिए अगर किसी को आई.ए.एस. ऑफिसर

बनना है तो सबसे पहले वो उस सब्जेक्ट को पकड़ने की कोशिश करता है जिससे उसे आई.ए.एस. बनना है। उस सब्जेक्ट पर बैठकर काम करता है, ऑप्शनल लेता है, जी.एस. पर काम करता है, चारों तरफ की जानकारी जुटाता है, इतने बड़े लेवल पर पढ़ाई करता है, अपना समय उतना ज़्यादा यूटिलाइज़ करता है, तो ये सब क्या है? ये सब हमारे लक्ष्य के आधार से संकल्पों का परिणाम है। ऑटोमेटिकली ये होना शुरू हो जाता है। इसमें हमको अलग से कुछ सोचना नहीं पड़ता। उसी तरह कोई साधारण व्यक्ति है, तो वो साधारण संकल्पों के आधार से जीवन जीता है, इसलिए उसका जीवन साधारण हो जाता है। इसलिए संकल्प शक्ति का प्रयोग विधिपूर्वक होने से उसका परिणाम भी बहुत ही अच्छा होता है। और ये निरंतर प्रक्रिया है। जैसे कोई आध्यात्मिक व्यक्ति है, अब बहुत सारे हैं जो ज्ञान मार्ग में चल रहे हैं। भले सभी का लक्ष्य राजा बनना है, लेकिन राजा बनने के लिए त्याग-तपस्या कितनी है, उसके आधार से ही तो संकल्प चलेंगे ना। तो लक्ष्य जब भूल जाता है तो हमारे संकल्प ढीले हो जाते हैं। जैसे लक्ष्य भूला, हमारा संकल्प ढीला। ये एक कारण है जिससे हमारे संकल्प सही रीति से नहीं चलते जैसे चलने चाहिए। इसीलिए एक बहुत बड़ी समस्या आती है कि हम तो बहुत अच्छा-अच्छा सोचते हैं, लेकिन सोचना है सिस्टेमैटिक (व्यवस्थित)। क्योंकि बिना मतलब के सोचेंगे कि मैं अच्छा हूँ तो मैं क्यों अच्छा हूँ ये बताना पड़ेगा ना अपने आप को। क्योंकि मुझे परमात्मा का साथ देना है तो मुझे परमात्मा जैसा सोचना है।

ऐसे ही कुछ भी विचार अपने अंदर लाकर चेक कर सकते हैं कि मैं अपने आप को किस दायरे में पाता हूँ। दायरा एक दिन में नहीं बनता। इसको भी बनाने के लिए हमें प्लानिंग करनी पड़ती है। प्रॉपर प्लानिंग के आधार से संकल्पों का एक प्रवाह उस तरफ बढ़ता है। और इन्हीं संकल्पों के प्रवाह के आधार से हमारा मन चलता है। असल में मन में संकल्प नहीं चलते, संकल्प द्वारा मन चलता है। जैसे हमने कहा कि हमारा मन कर रहा है ये कार्य करने का। इसका मतलब संकल्प ऐसा हमने क्रियेट किया तभी तो ऐसा मन कर रहा है। तो मन सेकेण्डरी हो गया। इसीलिए ऋषि-मुनी-तपस्वी कहा करते थे कि जिस चीज़ में आपका मन लगता है, जरूरी नहीं कि वो काम भी अच्छा हो। इस लिए पहले चेक करना, जो



मैं काम कर रहा हूँ, वो कहीं फीलिंग या इमोशनस के बेस पर तो नहीं है या इसलिए कर रहा हूँ कि मुझे करना है। सीधा-सीधा हमको इस बात को समझना है, अपने आप को शक्तिशाली बनाना है, हमें संकल्प अपने लक्ष्य के आधार से क्रियेट करने हैं। तो संकल्प बिल्कुल एक्स्ट्रेट चलेंगे और मन की शक्ति वैसे ही काम करेगी जैसा आप चाहते हैं। जीवन में ये बातें हमको सभी नहीं सिखा सकते, क्योंकि सभी सिर्फ कहते हैं कि अच्छा-अच्छा सोचो, लेकिन कितना अच्छा सोचो, कितना बड़ा सोचो, उससे क्या फायदा होगा, क्या नुकसान होगा, ये कोई नहीं बताता। सिर्फ कहते हैं अच्छा-अच्छा सोचो। लेकिन अच्छा सोचने के लिए भी तो एक लक्ष्य होना चाहिए ना। इसलिए पहचानें मन की अद्भुत शक्ति को।



**दिल्ली-हरिनगर।** माननीय उप मुख्यमंत्री एवं शिक्षा मंत्री मनीष सिंसोदिया को चुनाव में विजयी होने पर गुलदस्ता भेंट कर बधाई देते हुए ब्र.कु. विजय बहन तथा ब्र.कु. नेहा बहन। साथ ही उन्हें माउण्ट आबू में होने वाले शिक्षाविदों के सम्मेलन में आने का निमंत्रण भी दिया गया।



**जम्मू कश्मीर-शास्त्री नगर।** महाशिवरात्रि के अवसर पर शिव ध्वजारोहण के पश्चात् ईश्वरीय स्मृति में पूर्व उपमुख्यमंत्री कविन्द्र गुप्ता, चेयरमैन बलोरिया जी, पार्षद पवन सिंह, जम्मू भापजा अध्यक्ष विनय गुप्ता, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. निर्मल तथा अन्य गणमान्य लोग।



**फिजी-सुवा।** महाशिवरात्रि पर आयोजित कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में कृषि, ग्रामीण, समुद्री विकास, जलमार्ग, पर्यावरण एवं अपदा प्रबंधन मंत्री महेंद्र रेड्डी, सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. शांता तथा अन्य गणमान्य लोग।



**पटना सिटी-बड़ी पटन देवी कॉलोनी(बिहार)।** शिव जयंती के अवसर पर आयोजित 'शिव संदेश शोभा यात्रा' को हरी झंडी दिखाते हुए राजयोगिनी ब्र.कु. रुक्मिणी दीदी, मा.आबू। साथ ही सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी तथा अन्य। कार्यक्रम में शरीक हुए पटना सिटी चौक के इंस्पेक्टर मितेश कुमार।



**जयपुर-मालवीय नगर(राज.)।** महाशिवरात्रि के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम और शिव संदेश रैली में उपस्थित रहे पार्षद शालिनी चावला, पूर्व महिला आयोग अध्यक्ष सुमन शर्मा, ब्र.कु. अमिता, ब्र.कु. सीता, ब्र.कु. महिपाल तथा अन्य अतिथिगण।



**शामली-उ.प्र.।** महाशिवरात्रि पर शिव-ध्वजारोहण करते हुए चेयरमैन अंजना बंसल, ब्र.कु. राज, पूर्व विधायक राजेश्वर बंसल तथा ब्र.कु. भाई बहनें।

## ओमशान्ति मीडिया वर्ग पहली-11(2019-2020)

1	2	3	4	5
6			7	
		8		9
10	11		12	13
		14		15
17				18
			19	
20	21	22		23
24			25	
				26
				27

## ऊपर से नीचे

1. राजयोग का अभ्यास करने वाला (4)
2. जंगल, कानन (2)
3. राम के चरित्र की पुस्तक (4)
4. नुकसान की भरपाई (3)
5. युद्ध, लड़ाई (2)
11. गंडक, जंतर (3)
12. कटि, शरीर का मध्य भाग (3)
13. पराजित, असफल (2)
15. अविवाहित, ब्रह्मचारी (3)
16. उचित, जायज, धर्मानुकूल (3)
17. कालों का काल.... (4)
19. फिसलना, रपटना (4)
21. राजा की निशानी है - ताज तख्त....(3)
22. भाग्य, तकदीर (अंग्रेजी में)(2)
23. अलबेले रहेंगे तो माया बिल्ली.... कर लेगी, निगल जाना (2)
26. अव्यास, भोगने वाला (2)

## बाएं से दाएं

1. आसुरी राज्य, माया(रावण) का राज्य (5)
4. अन्न, शन्न, औजार (4)
6. लोग, व्यक्ति (2)
7. घाटा, नागा, नुकसान (2)
8. मौजूद, उपस्थित (3)
9. सर्वश्रेष्ठ पुरुष भवत (3)
10. सर्वशास्त्रों के माँ-बाप (2)
14. .... उड़ के चले जायें, मैं का बहुवचन (2)
15. फागी, कुहासा (3)
17. नौकर, पैसों से काम करने वाला (4)
18. हार, बाप के गले की....में पिरो जाना है (2)
19. बड़ी दादी जी का मुख्य गुण, सहजता (4)
20. कल्ल करने वाला, अपराधी (3)
23. प्रत्येक, शिवबाबा का एक नाम (2)
24. तीव्र इच्छा, लालसा (3)
25. गुप्त रूप से, छिपे-छिपे (4)
27. योग करने वाला (2)