OM - 14 - 2021 FINAL_Page 1 and 2 28/09/2021 5:11 PM Page 7

आपको क्या लगता... किसे बदलना आसान होगा?

अपने दोनों हाथों को आगे कीजिए। लेफ्ट हैंड पर परिस्थिति को रखिए, राइट हैंड पर अपने मन की स्थिति को रखिए। एक मिनट आँख बंद कीजिए और अपने मन की स्क्रिन पर गौर से देखिए उस पल को, लास्ट टाइम जब किसी ने आपके साथ बहुत गलत तरीके से व्यवहार किया था। वो आपका लेफ्ट हैंड है, परिस्थिति। अच्छे से देखना उस सीन को। अपशब्द बोले, झूठ बोला, धोखा दिया, नुकसान किया या सिर्फ कहना नहीं माना, वो लेफ्ट हैंड है। अब अपने आपको देखिए उस सीन में, बुरा लगा, गुस्सा भी हो गए, ज़ोर से भी बात कर दी उनसे, रोना भी आ गया, रूठ भी गए, बात ही करना बंद कर दिया। ये राइट हैंड, मेरे मन की स्थिति थी। अब मुझे खुशी चाहिए तो मेरे पास दो ऑप्शन हैं, या तो लेफ्ट हैंड बदल जाये, वो अपना व्यवहार बदल दे कल से या राइट हैंड बदल जाये। मैं अपने सोचने का तरीका बदल दूँ, व्यवहार करने का तरीका बदल दूँ। दोनों में से अगर एक भी बदल जाये तो मेरे जीवन में सदा खुशी रहेगी। या तो लेफ्ट हैंड बदल जाये तो मैं खुश, या मैं उनके उस व्यवहार को देखकर पहले चुप रहूँ, समझूँ कि ये उनका व्यवहार है, उनके मन की स्थिति है आज की। वो मुझे नहीं कह रहे, वो खुद परेशान हैं। और फिर शांति से, प्यार से उनसे बात करें। अगर मैंने ऐसा किया तो भी मेरा जीवन खुश रह सकता है। आज मुझे इन

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

परिस्थितियों को बदलना आसान या स्व को बदलना आसान, सोचने से इस बिन्दु पर पहुंचते कि स्वयं को बदलना तो मेरे हाथ में है, परिस्थिति तो पराई है, बाहर से आई है, वो मेरे हाथ में नहीं। बेहतर है कि हम स्वयं को बदलने में ही अपनी एनर्जी लगायें...।

दोनों में से फाइनल करना है कि लेफ्ट हैंड चेंज हो सकता है या राइट हैंड चेंज हो सकता है। दोनों में कौन चेंज हो सकता है। क्योंकि दोनों में एक को तो चेंज होना ही होगा। क्योंकि अगर खुशी नहीं तो सेहत नहीं, रिश्ते नहीं, जीवन का उद्देश्य ही खत्म हो जाता है। क्या लगता है, कौन दोनों में से चेंज हो सकता है, लेफ्ट हैंड या राइट हैंड? किस-किस को अभी भी उम्मीद है कि हम लेफ्ट हैंड को चेंज कर सकते हैं? किस-किस ने लेफ्ट हैंड को चेंज करने की कोशिश काफी की है? लेफ्ट हैंड को चेंज करने की कोशिश तो हमने बड़े सालों से की है। कुछ घरों में बहनों को घर बहुत अच्छा साफ रखने की आदत होती है। बहुत प्यारा संस्कार है। वो हर चीज़ एकदम एक्यूरेट रखती हैं। लेकिन भाई साहब घर को आते हैं, बच्चे शाम को घर आते हैं, बैग इधर फेंकते हैं, फोन उधर फेंकते हैं, कपड़े उधर फेंकते हैं। और ये काम काफी सालों से चल रहा है। और रोज शाम को उस घर में एक छोटी सी आर्ग्यूमेंट हो ही जाती है। और हम ये भी नहीं सोचते कि हम रोज़ सेम बात पर आर्ग्यू कर रहे हैं। चाहते हैं घर में सफाई, लेकिन खुद ही आर्ग्यू करके घर की एनर्जी को मैला कर देते हैं। इतनी मेहनत करके जो लड़ रहे हो, इससे अच्छा है चीज़ें रख दो जगह पर। कम एनर्जी लगेगी उसके अन्दर। कई बहनें कहती हैं कि जब हम सारा दिन काम करती हैं, सब ठीक करती हैं, तो क्या शाम को नहीं कर सकतीं, लेकिन अगर हमने ठीक कर दिया तो इनको कौन ठीक करेगा? इनको ठीक करने का हम काफी प्रयास कर रहे हैं, काफी सालों से। ये एक बहुत शुभ इच्छा है कि दूसरे बदल जायें। तो हम काफी सालों से लेफ्ट हैंड को चेंज करने की कोशिश कर रहे हैं। लेकिन आज हमें इस चीज़ को छोड़ देना चाहिए। आज हम सोच लें कि अब हम लोगों को बदलने की कोशिश नहीं करेंगे। - क्रमशः

एक नई सोच

{ कर्मों की गति }

परमात्मा को प्यार का सागर क्यों कहते हैं? क्योंकि हम चाहे कितने भी बुरे कर्म करें, वह फिर भी हमें निष्काम प्यार देता है। कमी उसके देने में नहीं, बल्कि हमारे ही बुरे कर्मों के कारण हमारे लेने की क्षमता में आ जाती है। क्योंकि बुरे कर्मों अर्थात् पाप कर्मों के कारण हमारी मन-बुद्धि इतनी कमज़ोर हो जाती है, जिससे परमपिता परमात्मा के समीप पहुंच पाना या उनसे मिलना असंभव हो जाता है। इसलिए चाहे माता- पिता या कोई मित्र सम्बंधी हैं। बुरे कर्म में किसी का भी साथ मत दीजिये, क्योंकि कर्मों की गति में कोई रिश्ता नहीं चलता।

अतः उस एक परमपिता परमात्मा को सच्चा साथी बना कर चलें और अपने कर्मों में श्रेष्ठता लाएं। तभी जीवन में सच्चा सुख और शांति प्राप्त हो सकेगी।

बिलासपुर-तिफरा(छ.ग.)। विधायक श्रीमति रश्मि आशीष सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. रानी बहन।

भुजपुर-मुन्द्रा कच्छ(गुज.)। मेघराज गढ़वी,जिला कारोबारी समिति चेयरमैन को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. सुशीला बहन,स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका।

कोरापुट-ओडिशा। बी.एस.एफ डिप्टी कमाण्डेंट अरुण कुलकर्णी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. स्वर्णा बहन।

नखत्राणा-कच्छ(गुज.)। विधायक प्रध्युमन सिंह जाडेजा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. किरण बहन।

दिल्ली-हरिनगर। सौरभ श्रीवास्तव,मेट्रो एडिटर,दैनिक जागरण को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. उमा तथा ब्र.कु. शालू।

राजसमंद-राज.। जिला कलेक्टर अरविंद पोसवाल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पूनम बहन। साथ हैं ब्र.कु. गौरी बहन।

लोहरदगा-झारखण्ड। डॉ. इलीना,उर्सुला हॉस्पिटल इंचार्ज को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शांति बहन।

मोकामा-बिहार। थाना प्रभारी राजनंदन जी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. निशा बहन।

इंदौर-प्रेमनगर(म.प्र.)। जीतू पटवारी,विधायक एवं पूर्व शिक्षा राज्यमंत्री को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शशि बहन।

नेपाल-कलैया। प्रदेश नं-2 के प्रदेश सभा सदस्य पारस साह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. मीना बहन।

फरीदपुर-बरेली(उ.प्र.)। प्रभारी निरीक्षक विजय प्रताप सिंह को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पारुल बहन।

फिरोज़पुर कैंट-पंजाब। बी.पी. सिंह,ए.डी.आर.एम., रेलवे फिरोज़पुर को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् प्रसाद देते हुए ब्र.कु. शक्ति बहन।

रतलाम-म.प्र.। माणक चौक थाने के टी.आई. दिलीप राजोरिया एवं समस्त स्टाफ को रक्षाबंधन का महत्व बताने एवं रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में ब्र.कु. मनोरमा बहन, ब्र.कु. पूजा बहन, ब्र.कु. राजेश मोडीया तथा ब्र.कु. ललित केसवानी।

बरनाला-पंजाब। जिला न्यायालय में सेशन जज नरेन्द्र कुमार व एडिशनल जज बलजिन्दर सिंह को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. ब्रिज बहन, ब्र.कु. सुदर्शन बहन तथा अन्य।