# एक्सेप्ट करें न कि एक्सपेक्ट

लोगों को खुश करने की इच्छा के अनुरूप हम चलने की कोशिश करते हैं। हमेशा मन में रहता, कोई नाराज़ न हो जाये, कोई नाखुश न हो जाये। ऐसा करने पर हम खुश रह सकते हैं! नहीं ना। आज हम सबके सामने बड़ी चुनौती है कि कोई नाराज़ न हो जाये। पर ऐसा व्यवहार करना संभव है? टटोलने पर उत्तर 'ना' ही है ना! उदाहरण के तौर पर किसी को लाल रंग बहुत पसंद है तो किसी को सफेद रंग। तो सफेद रंग हमें बहुत पसंद है तो हम यह चाहते हैं कि दूसरों को भी सफेद रंग पसंद हो। ये कैसे हो सकता है! दोनों अपनी-अपनी जगह सही हैं। उसकी च्वाइस लाल रंग है जबकि हमारी च्वाइस सफेद। पर हम चाहते हैं कि वो भी सफेद रंग ही पसंद करे, ये तो संभव नहीं है ना! क्योंकि दोनों अलग हैं और दोनों की सोच अपनी-अपनी है। उनकी इच्छायें अपनी हैं जबकि हमारी इच्छायें अपनी हैं। तो ऐसे में सबकी इच्छाओं को पूर्ण करना, सबकी एक्सपेक्टेशन्स को पूरी करना, ये तो संभव नहीं है ना! क्योंकि उनकी नेचर अलग है और मेरी नेचर अलग है। इसीलिए इस विचार को लेकर यदि चलेंगे तो न हम अपने को खुश रख पायेंगे और न ही दूसरों को।

डॉक्टर हमें सलाह देता है कि 5 कि.मी. चलना आपके स्वास्थ्य के लिए अच्छा है। राय तो बहुत अच्छी है किंतु हमारी कैपेसिटी तो पाँच कदम चलने की भी नहीं है, हमारे में ताकत ही नहीं है। तो डॉक्टर की यह राय हमारे लिए सही है! नहीं ना। क्योंकि हमारे में वह संस्कार ही नहीं है। हमारे में वो ताकत ही नहीं है जो हम इतनी अच्छी राय को पूरा कर सकें। स्थूल चीज़ों में जब हम हर चीज़ को पूरा नहीं कर सकते, तो भावनात्मक रूप से हम हरेक की इच्छायें कैसे पूरी कर सकते हैं! क्योंकि हरेक की इच्छायें, कामनायें अलग-अलग हैं। आज तक हम ये मानते आए कि हमारे अनुरूप ही दूसरे भी चलें परंतु हमें अपनी यह सोच, ये मान्यताएं बदलनी पड़ेंगी। हाँ, यहां हमें एक चीज़ करनी होगी, दूसरों की एक्सपेक्टेशन को पूरा करने के बजाए हमारी जो एक्सपेक्टेशन है उसी को हम पूरा कर सकते हैं। क्योंकि हमारा संस्कार अपना है और पहले हमें खुद को खुश रखना ज़रूरी है। ये संस्कार हमें नहीं छोड़ना है। तब तो ये संस्कार दूसरों को हम दे सकेंगे।

दूसरी बात, सबकी नेचर अलग-अलग है। किसी में सहन करना, किसी में ईमानदारी-वफादारी है तो किसी में धैर्यता। तो ऐसे में हम दूसरों से एक्सपेक्ट करें कि वो भी ईमानदार हो, वफादार हो, ये तो संभव नहीं है ना! हाँ, हम उसे एक्सेप्ट करें, वो जो है, जैसा है, उसमें जो विशेषताएं हैं उसको स्वीकार करें और हमारे में जो विशेषताएं हैं वो हम बनाए रखें। वो संस्कार अगर हम उसमें देखना चाहते हैं तो बिना उससे कुछ इच्छा रखे हम अपनी विशेषता, अपने गुण देते रहें, तो उसमें भी वे संस्कार भर जायेंगे। हम सब अलग-अलग हैं ये विचार और हरेक की क्वालिटीज़, हरेक की शक्तियां अलग-अलग हैं, उसे स्वीकार करते हुए हम खुश रह सकते हैं। जैसे गुलदस्ते में अलग-अलग रंग के फूल होते हैं, तो गुलदस्ता अच्छा लगता है। वैराइटी को हमने एक साथ सजाया तो सभी को वो अच्छा लगेगा। इसी तरह हम सभी की विविधताओं को स्वीकार करें, एक्सेप्ट करें। ऐसा नज़रिया हम बनायें, तो खुश रहना और औरों को खुश करना, ये हम कर पायेंगे। क्योंकि आत्मायें अलग-अलग हैं। हरेक यूनिक हैं, हरेक का रोल अलग-अलग है। हम अपने मन को शक्तिशाली बनाने के लिए मेडिटेशन को अपने जीवन का हिस्सा बनायें। रोज़ अपनी विशेषताओं का, योग्यताओं का चिंतन करें, देखें, तो वो हमारे में भरती जायेंगी और हममें ताकत बढ़ती जायेगी। जैसे बैटरी को चार्ज करना है तो पॉवर हाउस से कनेक्ट करते हैं ना, तो यदि हमें भी शक्तिशाली बनना है तो हमें भी पावर हाउस परमात्मा से स्वयं को कनेक्ट करना होगा। कहते हैं ना कि एनर्जी हाईयर टू लोअर की तरह फ्लो होती है। बस करना इतना ही है कि हमें स्वच्छ हृदय से, साफ मन के तार उनसे जोड़ना है। तो शब्दों 'एक्सपेक्टेशन और एक्सेप्ट' को हम सही-सही अर्थ में जान जायें तो हम सदा खुश रह सकते हैं। और यही हमारी नेचर भी है।

पुखरायां-उ.प्र.। 'कल्प तरु' परियोजना के तहत वृक्षारोपण कार्यक्रम में दीप प्रज्वलित करते हुए माननीय कैबिनेट मंत्री राकेश सचान, नगर अध्यक्ष सत्यप्रकाश संखवार, समाजसेविका रेणुका सचान, मधु सूदन गोयल, समाजसेवी प्रमोद त्रिवेदी, डॉ. सुशील सचान तथा ब्र.कु. ममता बहन।

हल्द्वानी-उत्तराखण्ड। नेशनल प्रेस क्लब ऑफ इंडिया द्वारा ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र पर आयोजित सम्मान एवं स्नेह मिलन कार्यक्रम के दौरान समूह चित्र में बायें से डॉ. सौरभ आर्य,'आर्य रत्न',राष्ट्रीय प्रवक्ता,एनपीसीओआई, कर्मवीर सिंह नागर,प्रिंसिपल स्टाफ ऑफिसर,रेल मंत्रालय,भारत सरकार दिल्ली, ब्र.कु. वीना बहन,नैनीताल, ब्र.कु. नीलम बहन,हल्द्वानी, हरि अंगीरा,राष्ट्रीय अध्यक्ष/चेयरमैन,मुख्यालय बुलंदशहर, स्वामी सच्चिदानंद सरस्वती,तपोनिष्ठ सन्यासी,वैदिक ज्ञान आश्रम,यमुनानगर हरियाणा तथा नंद गोपाल वर्मा,नेशनल चीफ सेक्रेट्री।

दिल्ली-सीता राम बाज़ार। चावड़ी बाज़ार पुलिस स्टेशन में पौधे लगाते हुए थाना प्रभारी अभिनेंद्र सिंह, निगम पार्षद राकेश कुमार, ब्र.कु. सुनीता बहन तथा अन्य।

मालपुरा-राज.। गुरु पूर्णिमा के अवसर पर आयोजित गुरुओं के सम्मान समारोह का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए रमाशंकर स्वामी,सेवानिवृत्त मुख्य ब्लॉक शिक्षा अधिकारी, सुरेश कुमार वर्मा,संत निरंकारी मंडल,मुखी, ब्र.कु. जीत बहन, ब्र.कु. निधि बहन, ब्र.कु. प्रियंका बहन तथा ब्र.कु. महेश भाई।

चितौड़गढ-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के 'प्रशासक सेवा प्रभाग' के अभियान के चित्तौड़गढ़ पहुंचने पर जिला परिषद सभागार में आयोजित 'प्रशासन में उत्कृष्टता के लिए आध्यात्मिकता' कार्यक्रम में एडीएम गीतेश मालवीय, ब्र.कु. हरीश भाई,मुख्यालय संयोजक,प्रशासक सेवा प्रभाग,मा.आबू, ब्र.कु. अनुभा बहन,अलवर, ब्र.कु. रंजू बहन,जालौर, ब्र.कु. आशा बहन, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका,ब्र.कु. शिवली बहन व प्रशासनिक अधिकारीगण उपस्थित रहे।

गुवाहाटी-रूपनगर(असम)। बच्चों के व्यक्तित्व विकास हेतु आयोजित त्रिदिवसीय समर कैम्प में 30 बच्चों ने भाग लिया। इस दौरान सभी बच्चों को ब्र.कु. वंदना, ब्र.कु. पापोरी तथा ब्र.कु. अंजना ने विभिन्न एक्टिविटीज़ कराई तथा उनका भावनात्मक एवं आध्यात्मिक मार्गदर्शन किया। राजयोगिनी ब्र.कु. कविता दीदी,संचालिका,ब्रह्माकुमारीज़ त्रिपुरा एवं बांग्लादेश सेवाकेन्द्र ने सभी प्रतिभागी बच्चों को सर्टिफिकेट प्रदान किये।

भीनमाल-राज.। ब्रह्माकुमारीज़ के प्रभु वरदान भवन में आयोजित 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के शुभारंभ एवं सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन को डॉक्टरेट की उपाधि मिलने पर आयोजित सम्मान समारोह में नागरिक कल्याण मंच के अध्यक्ष एवं जिले के वरिष्ठ पत्रकार माणकमल भंडारी, मारवाड़ चेतना के सम्पादक कन्हैयालाल खण्डेलवाल, संयुक्त व्यापार संघ, भारत विकास परिषद, साई सेवा संस्थान, खेतावत परिवार, नागरिक कल्याण मंच, डॉ. जे.आर. गेवा, दिनेशपुरी गोस्वामी एवं मंजुलता, पांथेरी से वरदसिंह परमार एवं मफरी देवी,पंचायत समिति सदस्य, रानीवाड़ा ब्रह्माकुमारी सेवाकेन्द्र से ब्र.कु. सुनीता बहन, ब्र.कु. साधना बहन सहित कई संस्थाओं के पदाधिकारियों एवं कार्यकर्ताओं ने शॉल, श्रीफल, माला, गुलदस्ता एवं स्मृति चिन्ह देकर ब्र.कु. गीता बहन को सम्मानित किया।

बेतिया-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा राजकीय मेडिकल कॉलेज में कोविड वॉरियर्स के सम्मान समारोह में ब्रह्माकुमारीज़ मेडिकल विंग के कार्यकारी सचिव ब्र.कु. डॉ. बनारसी लाल शाह, कॉलेज की प्रभारी प्राचार्य डॉ. सुधा भारती, हॉस्पिटल सुपरिंटेंडेंट डॉ. प्रमोद तिवारी, बेगुसराय से ब्र.कु. कंचन दीदी, ब्र.कु. अंजना दीदी, डॉ. अनिल मोटानि, डॉ. अमरनाथ गुप्ता, डॉ. सुधा चौधरी, डॉ. एस.एन. कोलियार आदि उपस्थित रहे।

बरेली-सिविल लाइंस(उ.प्र.)। 'कल्प तरु' परियोजना के अंतर्गत वृक्षारोपण कार्यक्रम में रीजनल ड्राइविंग ट्रेनिंग सेंटर के परिसर में वृक्षारोपण के पश्चात् समूह चित्र में रीजनल इंस्पेक्टर मानवेंद्र सिंह एवं समस्त स्टाफ के साथ ब्र.कु. पार्वती बहन, ब्र.कु. नीता बहन, ब्र.कु. अनुराग भाई, ब्र.कु. नेहा बहन, ब्र.कु. अनूप भाई तथा अन्य भाई-बहनें।

सोनेपुर-ओडिशा। 'कल्प तरु' प्रोजेक्ट के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में प्रफुल्ल धरुआ,असिस्टेंट कंज़रवेटर ऑफ फॉरेस्ट को ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. स्नेहा बहन।