OM - 19- 2021 FINAL FILE_Page 1 and 2 12/10/2021 11:46 AM Page 7

जैसे विचार वैसी अनुभूति

ब्र.कु. शिवानी, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

सारे दिन में हम सोचें कि हम कितनी बार अपने लिए या औरों के लिए कैसे विचारों का निर्माण करते हैं! मैं ऐसा हूँ, मेरे से होता ही नहीं है, मैं कितना भी कर लूँ नहीं होगा, मैं विफल हूँ। अब देखो, अगर एक वृक्ष पर इतना असर हो सकता है आस-पास के लोगों की एनर्जी का, तो हमारा अपने ऊपर कितना असर होगा हमारी अपनी एनर्जी का! अगर कोई नकारात्मक विचार या कोई अन्य ऐसे विचार आते भी हैं, पुराने संस्कारों के वश आते भी हैं, पुरानी सूचनाएं जो हमारे मस्तिष्क में रिकॉर्ड हैं उसकी वजह से आते हैं, खराब परिस्थिति है उसकी वजह से आते हैं लेकिन कितना टाइम, दो सेकण्ड भी विचार चल सकते हैं, दो मिनट भी, दो घंटे भी, उन्हें सिर्फ याद किये जाने की ज़रूरत होती है। पेड़ अपने आप मर जाता है जब ऐसे विचारों का निर्माण करते हैं। तो हम इसे नकारात्मक भी नहीं बोल सकते। हमें लगता है कि नकारात्मक मतलब ये बुरे हैं, ये गलत हैं ऐसा नहीं। नकारात्मक मतलब वो कुछ भी जो हम सोच रहे हैं लेकिन उससे हमें अच्छी अनुभूति नहीं हो रही है। सिम्पल चेकिंग है।

जब भी हम कोई ऐसा विचार निर्मित कर रहे हैं। जिसके परिणाम से हमें अच्छा अनुभव नहीं हो रहा। जैसे विचार वैसी अनुभूति। अगर हमारे विचार सही हैं हमें अच्छा अनुभव होगा। अगर हमारे विचार सही नहीं हैं तो हमें अच्छा अनुभव नहीं होगा। अगर कोई चिंता है, कोई डर है, होगा कि नहीं, नहीं हुआ तो, वो ऐसा नहीं हुआ, मेरे साथ ऐसा होता है, आपने कहा बच्चे कहना नहीं मानते, बच्चों का आगे क्या होगा, अगर इन्होंने ऐसा किया तो, इनका अच्छा नहीं हुआ तो! एक-एक विचार है ये। किसी वृक्ष के आस-पास कुछ दिन ऐसे विचार कर लेना ही काफी है वृक्ष को खत्म करने के लिए। अगर हम इस उदाहरण को सिर्फ याद रखें कि वृक्ष भी हमारी निगेटिव एनर्जी से मर जाता है, तो अब हम अपनी जो एनर्जी अपने आप को देंगे, अपने शरीर को देंगे, अपने परिवार वालों को देंगे और इस वायुमण्डल में फैलायेंगे तो ये परिणाम नहीं होगा जो आज हमारे जीवन का है। एक वृक्ष का मरना मतलब उसका जो जीवन है वो खत्म हो जाता है। और हम जो अपने आप को ऐसे विचार, ऐसे संकल्प देते जाते हैं तो हमारे अन्दर की जो खुशी है, जो पवित्रता है, जो शक्ति है वो खत्म होने लगती है। दाँत से अगर किसी चीज़ को पीस दो तो वो बच सकता है लेकिन विचार से या शब्दों से आप किसी को पीसो तो वो नहीं बच सकता। मतलब अगर दाँत से हम किसी को पीसते हैं तो हम एक फिज़िकल एनर्जी(भौतिक ऊर्जा) दे रहे हैं लेकिन अगर हम शब्दों से या विचार से किसी को दे रहे हैं तो हम उसकी जो एनर्जी है, जो आत्मा है उसको पीस रहे हैं। फिज़िकल एनर्जी थोड़े समय के बाद ठीक हो जायेगी लेकिन अगर नकारात्मक विचार दिये तो वो आत्मा को क्या कर देगी? आत्मा ऐसे मुरझा जायेगी, जिसका आपके शरीर पर असर पड़ जायेगा। उसकी ऐसी क्षति होती है जिसकी पूर्ति करना बहुत मुश्किल है।

नकारात्मक मतलब ये बुरे हैं, ये गलत हैं ऐसा नहीं। नकारात्मक मतलब वो कुछ भी जो हम सोच रहे हैं लेकिन उससे हमें अच्छी अनुभूति नहीं हो रही है।

यह जीवन है

आज की इस कलयुगी दुनिया में हर इंसान में सिर्फ अच्छाई या सिर्फ बुराई ही नहीं होती अर्थात् दोनों ही होते हैं। इसलिए समझदार इंसान कभी किसी से ज़्यादा समय तक नाराज़ नहीं रह सकता, बल्कि यह हो सकता है कि किसी भी इंसान की एक उस कमी के प्रति सावधान ज़रूर हो जायें।

क्योंकि समय के साथ हर हालात बदल जाते हैं, परंतु हमारे साथ अच्छे-बुरे एहसास रह जाते हैं। लेकिन जो बुरे एहसासों से स्वयं को सुरक्षित रख पाता है, अथवा दूसरों की बुराई को भूला पाता है, वही इंसान सही मायने में जीवन को सही तरीके से जी पाता है।

सेंधवा-म.प्र.। अनन्त श्री विभूषित जगतगुरू श्री निम्बार्काचार्य पीठाधीश्वर श्री श्री श्याम शरण देवाचार्य जी को ईश्वरीय सौगात भेंट कर मुख्यालय माउण्ट आबू आने का निमंत्रण देते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. छाया बहन तथा हरीश भाई।

हाथरस-उ.प्र.। दीपावली कार्यक्रम के दौरान उपस्थित रहे ब्र.कु. सीता बहन, ब्र.कु. भावना बहन, ब्र.कु. रश्मि बहन तथा अन्य भाई-बहनें।

भरतपुर-राज.। सुरक्षा सेवा प्रभाग द्वारा रिज़र्व पुलिस लाइन भरतपुर में आयोजित कार्यक्रम में अभियान यात्री ब्र.कु. अस्मिता बहन, ब्र.कु. प्रवीणा बहन, ब्र.कु. मीनाक्षी बहन तथा ब्र.कु. हेमराज भाई को मोमेन्टो प्रदान कर सम्मानित करते हुए ब्रजेश उपाध्याय,आई.पी.एस. ग्रामीण सी.ओ. भरतपुर।

सारंगपुर-म.प्र.। सड़क दुर्घटना में पीड़ित आत्माओं की स्मृति में विश्व यादगार दिवस पर सेवाकेन्द्र में आयोजित कार्यक्रम के दौरान कैंडल जलाकर दी पीड़ित आत्माओं को श्रद्धांजलि एवं रैली निकाल कर जागरुकता का दिया संदेश। इस मौके पर सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. भाग्यलक्ष्मी बहन, ब्र.कु. प्रीति बहन तथा बड़ी संख्या में ब्र.कु. भाई-बहनें उपस्थित रहे।

छतरपुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ के विश्वनाथ कॉलोनी स्थित सेवाकेन्द्र द्वारा सत्य शोधन आश्रम में बेड़िया एवं घुमत्तू जाति के बच्चों के चरित्र निर्माण हेतु आयोजित उत्साहवर्धक कार्यक्रम में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रमा बहन तथा ब्र.कु. मोहिनी बहन ने बच्चों को सम्बोधित किया। इस अवसर पर सत्य शोधन आश्रम संचालक देवेन्द्र भण्डारी, जिला बेसवाल सचिव मान सिंह, समन्वयक खेल विभाग धीरज चौबे भी उपस्थित रहे। 50 बच्चों ने कार्यक्रम में भाग लिया।

चंद्रपुर-महा.। ब्रह्माकुमारीज़ के शेषनगर ब्रह्मपुरी एवं प्रगति नगर वणी उपसेवाकेन्द्र द्वारा आयोजित 'सांस्कृतिक संगीत संध्या' कार्यक्रम में नगराध्यक्षा रीताताई उराडे,ब्रह्मपुरी, ब्र.कु. कुसुम दीदी,चंद्रपुर, ब्र.कु. नलिनी दीदी,गडचिरोली, ब्र.कु. कुंदा दीदी,वणी, ब्र.कु. मिनल दीदी,वणी तथा बड़ी संख्या में अन्य भाई-बहनें उपस्थित रहे। राजू भाई सोनटक्के ने कार्यक्रम संचालन किया एवं गायक ब्र.कु. युगरतन ने सुंदर आध्यात्मिक गीतों की प्रस्तुति दी।

बांदा-उ.प्र.। रजिस्ट्रार राकेश मिश्रा को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. गीता बहन व ब्र.कु. शालिनी बहन।

चित्तौड़गढ़-राज.। इंडियन पोस्ट के मैनेजर आशीष चौधरी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. आशा बहन।