



शांतिवन। मीडिया ट्रेनिंग का दीप प्रज्वलित कर उद्घाटन करते हुए दायें से बायें राजयोगिनी ब्र.कु. पूनम दीदी, राजयोगी टीचर, चंडीगढ़, सुरेश के. वर्मा, प्रोफेसर जामिया मीलिया युनिवर्सिटी, राजयोगी ब्र.कु. आत्म प्रकाश, वाइस चेयरपर्सन मीडिया विंग, राजयोगी ब्र.कु. मृत्युंजय, चेयरपर्सन एजुकेशन विंग, ब्र.कु. सुशांत, एनसीओ, मीडिया विंग, राजयोगी ब्र.कु. करुणा, चेयरपर्सन मीडिया विंग, राजयोगी ब्र.कु. कोमल, मधुबन न्यूज, राजयोगी ब्र.कु. गंगाधर, सम्पादक, ओम शान्ति मीडिया, राजयोगी ब्र.कु. शांतनु, हेडक्वार्टर कोऑर्डिनेटर मीडिया विंग, ब्र.कु. चंदा तथा ब्र.कु. योगिनी।



तिनसुकिया-असम। सेवाकेन्द्र में आने पर संजय किशन, मिनिस्टर ऑफ टी ट्राइब वेलफेयर एंड लेबर वेलफेयर ऑफ असम का गुलदस्ता भेंट कर स्वागत करते हुए ब्र.कु. रजनी दीदी।

पुरुषार्थी पुरुषार्थ करते-करते थकते क्यों हैं?

पुरुषार्थ करते-करते हम थक जाते हैं, योग में जो अनुभव होने चाहिए वह होते नहीं, कभी-कभी हम अपने आपसे असन्तुष्ट हो जाते हैं, जब हम अपने आपमें झाँकते हैं तो दिखाई पड़ता है कि अपने में कुछ फर्क है, गैप (अन्तर) है। फिर संकल्प आता है कि इस अन्तर को कैसे मिटावें? इन सभी प्रश्नों को हल करने के लिए हम कुछ बिन्दु पर आपका ध्यान आकर्षित करना चाहते हैं- मुख्य रूप से देखें तो तीन-चार बातें हर रोज हमारे साथ घटित होती हैं। अगर उसके लिए हम

आज नहीं तो कल। इस प्रकार औरों के ढीलेपन को देख हम ढीले हो जाते हैं। दूसरों से गलत सीखते हैं। दूसरे ढीले हो गये तो हम भी ढीले हो गये यह सही नहीं है। हम तो उनके आधार पर ज्ञान में नहीं आये हैं और न ही उनके आधार पर चलना है। यह गलत बात मन में आ जाती है कि दूसरे ढीले चल रहे हैं, ऐसे चल रहे हैं, वैसे चल रहे हैं आदि-आदि। फलाने व्यक्ति को इतना समय हो गया ज्ञान में, उसमें फलाना खराब संस्कार है। मुझे भी टाइम लगता है, संस्कार बदलना आसान काम

हो जाते हैं और पीछे रह जाते हैं।
3. चलते-चलते थक मत जाना। जब बाबा साकार में थे तब यह गीत अक्सर बजवाते थे कि रात के राही थक मत जाना...। क्योंकि यह रास्ता बहुत लम्बा है। यात्रा में सबसे बड़ा विघ्न यही आता है कि हम चलते-चलते थक जाते हैं। इसमें थकना नहीं है बस, आगे मंजिल की ओर बढ़ते रहना है फिर देखिएगा कि मंजिल आयी कि आयी। चलते-चलते कभी मन में आता है कि रोज-रोज योग लगाओ, क्लास में जाओ, पुरुषार्थ करो- यह कब तक करें, सारी उम्र बीत गयी। ऐसे मत सोचो। यह साधना का मार्ग है, अलौकिक मार्ग है, ईश्वरीय मार्ग है। इससे उब नहीं जाना है। इसमें बड़ा मजा है, अलौकिक आनंद है। इससे आत्मा को एनर्जी (ताकत) मिलती है। थकावट दूर हो जाती है।

मुझे याद है जब हम सन् 1985 में पदयात्रा में चले थे, रास्ते में थूपा होने के कारण थक जाते थे। तो बीच में वृक्ष की छाँव में दस-पन्द्रह मिनट आराम से बाबा की याद में बैठ जाते थे, लेट जाते थे और फिर रिफ्रेश हो जाते थे कि जैसे हम थके ही नहीं। इसको बाबा कहते हैं - मैं बच्चों की मालिश कर देता हूँ। ये योग ऐसी चीज है कि देह से न्यारा होने से नर्वस सिस्टम को रिलेक्स कर देता है। जो शारीरिक मसाज है वो तो सिर्फ शरीर को आराम देगी लेकिन योग एक ऐसा मसाज है जो शरीर और आत्मा दोनों की मसाज करता है। अगर आपको बार-बार थकावट हो रही है तो समझ लीजिए कि आपके योग करने में और ज्ञान लेने में त्रुटि है। जैसे क्लास में बैठ झुटका खा रहा है, उबासी आ रही है, समझ में कुछ भी नहीं आ रहा है। ऐसे ही इस ईश्वरीय जीवन में चलते-चलते हमें बार-बार थकावट आती है तो समझना चाहिए कि हमारे पुरुषार्थ में कोई त्रुटि है, कमी है। कहीं न कहीं नुक्स है। वरना यह जीवन तो इतना मनोरंजन करने वाला है, मन बहलाने वाला है कि सुख-शांति, आनंद, शक्ति अनुभव होती है। आपको समझ में आ गया होगा। अगर ऐसी कोई आदत है तो इसी वक्त ठीक कर लीजिए। और आगे बढ़ें इसी में आपका हित है और सुकून भी।



शांति से विचार करें तो उससे दुरस्त कर सकते हैं।

1. कोई भी बात व कार्य स्थगित मत करो। जीवन कब समाप्त हो जायेगा यह पता नहीं है। यह मत समझो कि विनाश में बहुत समय पड़ा है। ऐसे सोचकर पुरुषार्थ में ढीले मत होइए।
2. एक और बात हमारे पुरुषार्थ में ढीलापन लाती है, वो ये कि हम दूसरों को देखते हैं। अपने साथ जो अन्य भाई-बहन हैं वे भी इस ज्ञानमार्ग में पुरुषार्थ कर रहे हैं। उनको काफ़ी समय हो गया है इस मार्ग में चलते-चलते लेकिन उनका जीवन उतना बदला नहीं है। यह देखकर हम समझते हैं कि हम तो बाद में आये हैं, हमें तो थोड़ा ही समय हुआ है इस ज्ञान मार्ग में आये। हम भी सम्पूर्ण हो जायेंगे

नहीं है। ऐसे-ऐसे सोचकर पुरुषार्थ में ढीले हो जाते हैं। जब ज्ञान में आते हैं तो पहले-पहले यह महसूस होता है कि हमारे लिए समय बहुत कम बचा है, जल्दी पुरुषार्थ करना है, गैलप (तेज दौड़) करनी है।

बाद में जब दूसरों को देखते हैं तो ढीले हो जाते हैं। इसलिए परमात्मा (बाबा) कहते हैं- बच्चे सी-फादर-मदर एंड फॉलो फादर-मदर। पुरुषार्थ में आपस में देखो मत और पीछे वालों को तो कभी मत देखो। जिन्होंने पुरुषार्थ नहीं किया, पीछे रह गए हैं उनको मत देखो। सदा आगे देखो, परमात्म बाप को देखो। पुरुषार्थ करने वाला सदा आगे देखता है कि मुझे आगे बढ़ना है। पीछे देखेंगे तो समय निकल जायेगा। इसलिए हम दूसरों को देखने की गफलत जो करते हैं इससे ढीले



ग्वालियर-म.प्र। सुप्रीम इंडस्ट्रीज लि. मालनपुर ग्वालियर के द्वारा आयोजित 'इंटरपर्सनल रिलेशनशिप्स' विषय पर आयोजित कार्यक्रम में आमंत्रित किये जाने पर ब्रह्माकुमारीज के स्थानीय सेवाकेन्द्र से राजयोगी ब्र.कु. प्रहलाद ने कार्यक्रम को सम्बोधित किया तथा सभी को राजयोग मेडिटेशन द्वारा गहन शांति की अनुभूति कराई।



जयपुर-राजापार्क (राज.)। ब्रह्माकुमारीज द्वारा 73वें गणतंत्र दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में उपक्षेत्रीय निर्देशिका ब्र.कु. पूनम दीदी, मुख्य अतिथि के रूप में बीजेपी पूर्व प्रदेश अध्यक्ष अशोक परनामो, अमृता गुप्ता, डायरेक्टर, मंगलम ग्रुप, सूरज सोनी, अध्यक्ष, जन समस्या निवारण मंच, घनश्याम चंद्रानी, पार्श्व, राघव रावत, शॉर्ट फिल्म डायरेक्टर, चंद्रशेखर शर्मा, लेखक व गीतकार आदि गणमान्य व्यक्ति उपस्थित रहे।



अहंकार बहुत ही महीन अवगुण होता है, जो अज्ञानता से उत्पन्न होता है, अर्थात् जो इंसान अहंकार से ग्रसित होता है, उसे आभास नहीं हो पाता बल्कि आस-पास के लोग महसूस ज़रूर कर लेते हैं। अहंकारी इंसान एक-दूसरे को दबा के अथवा नीचा दिखा के खुद को ऊपर उठाने में यकीन करता है। जबकि ज्ञानी व्यक्ति एक-दूसरे से रीस (ईर्ष्या) नहीं बल्कि रेस (प्रतियोगिता) कर प्रसन्न होता है अर्थात् एक-दूसरे से सदा प्रेरणा लेता रहता है, और नम्रता का गुण धारण करता है।

अतः नम्रता ही मनुष्य को महान बनाती है, श्रेष्ठ बनाती है। अभिमान हमेशा नीचे गिराता है। इसलिए हमें नम्रता के गुण को धारण करना है, नम्र बनेंगे तो सभी नमन करेंगे।



बंधबहल-ओडिशा। नव वर्ष के अवसर पर वीरेन्द्र कुमार सिंह, चीफ मैनेजर, डीजीएम, पीओ, लखनपुर ओसीपी एवं उनकी धर्मपत्नी को ईश्वरीय सौगात भेंट करने के पश्चात् उपस्थित हैं ब्र.कु. जयश्री बहन तथा ब्र.कु. वेंकट दिनकर जंगा, प्रोजेक्ट मैनेजर, लखनपुर ओसीपी एमसीएल कोल इंडिया लिमिटेड।