खुद से जुड़ा फैसला... क्या हम खुद ले पा रहे हैं...!!

जब भी हम कभी उदास, परेशान, नाराज़ या इरिटेट हो जाते हैं तो उस समय हम अपने आप से पूछें या कोई हमें आकर पूछे कि क्या बात है, क्यों इतना मूड खराब है? तो आज के समय में

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

मन एक ही जवाब देता है कि बात ही ऐसी थी, उन्होंने ऐसा कर दिया, उसने ऐसा कह दिया, मुश्किल ही इतनी बड़ी आई हुई है, परेशान तो होना ही था, गुस्सा तो आना ही था। इट इज़ नैचुरल, इट इज़ नॉर्मल। इसी तरह कभी हम बहुत खुश होते हैं, बहुत शांत महसूस करते हैं, तो भी अगर कोई पूछे क्या बात है, आज बड़े खुश हो! तब भी हमारे पास एक ही जवाब होता है, बात ही ऐसी थी, खुश तो होना ही है। यह बहुत ढ़ीली सिस्टम है और यह बिलीफ सिस्टम बार-बार हमारे अंदर कौन-सी आदत को पक्का कर रहा है? वह आदत, वह संस्कार एक गुलामी का संस्कार है। हाँ, 'गुलामी' शब्द अच्छा नहीं लगता न, लेकिन इसको गहराई से चेक करते हैं। यह कौन-सी गुलामी है, यह कौन-सी डिपेंडेंसी है, यह कौन-सी ऐसी आदत है जो मुझे फ्रीडम एक्सपीरियंस नहीं करने देती, जो मुझे अपनी च्वॉइस की जीवन जीने नहीं देती? वैसे तो कोई हमें रोके-टोके, यह नहीं करो, यह करो, बार-बार कहता रहे तो हम उनको क्या कहते हैं? आपको जो राय देनी है आप दीजिए लेकिन च्वॉइस मेरी है, मुझे चूज़ करने दीजिए कि मुझे क्या करना है। मुझे निर्णय लेने की पूरी आज़ादी है। दूसरों को तो हम कह देते हैं लेकिन आज हमें यह अपने आप से कहने की ज़रूरत है,क्योंकि कुछ ऐसी डिपेंडेंसीज़ हैं, ऐसी गुलामी है जो सेल्फ क्रियेटेड है, हमने उसको खुद क्रिएट किया है और इससे फ्रीडम भी हम खुद ही खुद को देंगे। यह लड़ाई बाहर की नहीं है। इसे लड़ाई भी नहीं कहेंगे, यह सिर्फ एक छोटा-सा अटेंशन है, एक अन्डरस्टैंडिंग है जिससे हम कम्प्लीट फ्रीडम, इंडिपेंडेंस, स्वराज्य को प्राप्त करेंगे।

हमारा बिलीफ सिस्टम क्या बन गया है आजकल कि जो हम महसूस करते हैं, जो हम सोचते हैं, जो हम बोलते हैं, जो हम बिहेव करते हैं, किसी ना किसी सिचुएशन की वजह से होता है, किसी न किसी व्यक्ति के व्यवहार की वजह से होता है। इसको कहा जाएगा 'इमोशनल डिपेंडेंस'। तो एक है इमोशनल डिपेंडेंस, दूसरा है इमोशनल इंडिपेंडेंस। इंडिपेंडेंस कब होती है, जब हम खुद चूज़ करते हैं और डिपेंडेंस कब होती है जब दूसरों की वजह से वह डिसीज़न लिया जाता है। तो अगर हम यह बिलीफ करते हैं कि जो हम सोचते हैं, फील करते हैं, हम जो बिहेव करते हैं, वह दूसरों की वजह से हो रहा है, उस सिचुएशन, उन लोगों के व्यवहार की वजह से हो रहा है तो हम उन पर डिपेंडेंट हो गए ना, कि किसी का एक बोल हमें बहुत खुश कर देता है और किसी का एक शब्द हमें उदास कर देता है, किसी के लिए हम कहते हैं दे हर्ट मी, किसी के लिए हम कहते हैं दे डिसरिस्पेक्टेड मी, दे इंसल्टेड मी। मतलब हमारी आत्मा(मन) में खुशी है, गम है, उदासी है, नाराज़गी है या शांति है, स्थिरता है, यह क्या हम खुद चूज़ कर रहे हैं! क्या मैं आज़ाद हूँ? क्या मैं स्वतंत्र हूँ? यह बहुत ही महत्वपूर्ण सवाल है जो हमें अपने आप से आज पूछना ही पड़ेगा क्योंकि कितनी बार हम बार-बार यह कहेंगे कि उसकी वजह से, उनकी वजह से हम खुद खुद की फ्रीडम को खत्म करते जा रहे हैं! और जितना हम खुद खुद की फ्रीडम को खत्म करते जाएंगे, उतनी हमारी आंतरिक शक्ति, हमारी इनर पॉवर घटती जाएगी।

कभी असमझ, उलझन या आगे कुछ दिखाई न देता हो तो ऐसे में अपने आपसे पूछो, इंट्रोस्पेक्ट करो, मेरा मूड क्यों खराब हुआ? जब तक अपने आपसे इस तरह रूबरू नहीं होंगे तब तक नैचुरल नेचर नहीं बन पायेगी। अपना ध्यान तो रखना ही पड़ेगा ना! वरना हमारे मन का मालिक कोई और होगा। माना हम परतंत्र हो जायेंगे और परतंत्रता में खुशी कहाँ संभव! बस ऐसे मोड़ पर अपने को अपने से पूछो और देखो...

भीनमाल-राज.। आधी आबादी फाउंडेशन व रियल फाउंडेशन ऑफ चैरिटी सामुदायिक सेवा समिति,जयपुर के द्वारा जयपुर के क्लार्क आमेर फाइव स्टार होटल में आयोजित सम्मान समारोह में ब्र.कु. गीता बहन को अवॉर्ड देकर सम्मानित किया गया। यह अवॉर्ड उन्हें नवाबज़ादा खालिक खान,पूर्व टोंक रियासत एवं परम वीर सिंह द्वारा प्रदान किया गया। इस मौके पर प्रताप सिंह खाचरियावास,कैबिनेट मंत्री,खाद्य एवं नागरिक आपूर्ति विभाग, कुंजीलाल मीणा,मुख्य सचिव, राजू खेर,अभिनेता, दिनेश सिंह,आधी आबादी के फाउंडर सहित अनेक प्रतिष्ठित लोग उपस्थित रहे।

दिल्ली-लोधी रोड। डॉ. एस.चंद्रशेखर,सचिव,विज्ञान एवं प्रौद्योगिकी विभाग,भारत सरकार को नव वर्ष का कैलेंडर भेंट करते हुए ब्र.कु. पीयूष भाई,क्षेत्रीय संयोजक,वैज्ञानिक व अभियंता प्रभाग,ब्रह्माकुमारीज़।

बेतिया-बिहार। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा महाशिवरात्रि के उपलक्ष्य में बेतिया मेडिकल कॉलेज में आयोजित कार्यक्रम में शिक्षकों एवं मेडिकल कॉलेज के सहयोगी दल को स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अंजना बहन द्वारा ईश्वरीय संदेश दिया गया। इस मौके पर मेडिकल कॉलेज की प्रिंसिपल डॉ. श्रीमति सुधा जी, ब्र.कु. संजय भाई, ब्र.कु. राकेश भाई, ब्र.कु. चांदनी बहन, ब्र.कु. सोनी बहन आदि उपस्थित रहे।

नांगल टीडीआई-सोनीपत(हरियाणा)। एयर इंडिया फ्लाइट के पायलट हितेश सिंह से मिलकर आध्यात्मिक चर्चा करने के पश्चात् उनके साथ हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. गीता बहन, ब्र.कु. पूजा बहन, एयरपोर्ट सिक्योरिटी के असिस्टेंट जनरल मैनेजर ब्र.कु. हरिपाल भाई, उनकी धर्मपत्नी ब्र.कु. बबली बहन तथा किरण बहन।

बरवाला-हिसार(हरियाणा)। गणतंत्र दिवस के अवसर पर ध्वजारोहण के पश्चात् उपस्थित हैं गवर्नमेंट स्कूल की प्रिंसिपल ज्योति बाला, समाजसेवी ओम प्रकाश मनचंदा, सुनीता मनचंदा, ब्र.कु. इन्द्रा बहन तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

अरेराज धाम-पूर्वी चंपारण(बिहार)। अनुमंडल प्रशासन द्वारा आयोजित सम्मान समारोह में स्थानीय ब्रह्माकुमारीज़ सेवाकेन्द्र की संचालिका ब्र.कु. मीना बहन को क्षेत्र में दो दशक से विशेष ईश्वरीय सेवाओं एवं चरित्र निर्माण के कार्यों के लिए सम्मानित करते हुए सदर एसडीओ संजीव कुमार। इस अवसर पर प्राचीन सोमेश्वर नाथ धाम के महंत रवि शंकर गिरी एवं पीजीआरओ रंजन पासवान उपस्थित रहे।

कादमा-हरियाणा। राष्ट्रीय बालिका दिवस पर आयोजित कार्यक्रम में सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. वसुधा बहन, सरपंच चांदपति जी, ब्र.कु. ज्योति बहन व अन्य भाई-बहनें शामिल रहे। इस मौके पर विभिन्न प्रतियोगिताओं का आयोजन किया गया जिसमें विजेता बालिकाओं को पुरस्कृत भी किया गया।

इंदौर-कालानी नगर(म.प्र.)। गणतंत्र दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में आईं कमांडेंट सीमा जी को ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु.जयंती दीदी एवं ब्र.कु.सुजाता बहन।

जीरापुर-म.प्र.। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा 'आज़ादी के अमृत महोत्सव से स्वर्णिम भारत की ओर' प्रोजेक्ट के अंतर्गत 'आध्यात्मिक सशक्तिकरण से मूल्यनिष्ठ समाज की स्थापना' कार्यक्रम के तहत शहर के समस्त समाजसेवियों के सम्मान समारोह एवं प्रस्तावित भूमि भवन निर्माण हेतु भूमि पूजन कार्यक्रम का दीप प्रज्वलित कर शुभारंभ करते हुए पूर्व विधायक एवं दांगी समाज के राष्ट्रीय अध्यक्ष हजारीलाल दांगी, ब्रह्माकुमारीज़ की जिला संचालिका ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. लक्ष्मी बहन, नगर पालिका अध्यक्ष पवन कुशवाह, कांग्रेस जिला अध्यक्ष प्रकाश पुरोहित, पूर्व जिला पंचायत अध्यक्ष ज्ञान सिंह गुर्जर, भाजपा जिला उप कोषाध्यक्ष बालचंद दांगी, समाज सेविका इंदिरा मूंदड़ा, पूर्व नगरपालिका अध्यक्ष बलराम टांक, भाजपा मंडल अध्यक्ष विष्णु पवार, समाजसेवी रामेश्वर टाक तथा अन्य प्रतिष्ठित सामाजिक कार्यकर्ता व गणमान्य लोग।