आगरा-आर्ट गैलरी म्यूज़ियम(उ.प्र.)। महामहिम राष्ट्रपति श्रीमति द्रौपदी मुर्मू से मुलाकात कर उन्हें क्षेत्र में ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा हो रही सेवाओं से अवगत कराने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. मधु बहन, ब्र.कु. माला बहन, रूद्रपुर से ब्र.कु. सूरजमुखी बहन, शाहगंज से ब्र.कु. दर्शन बहन, पीपलमंडी से ब्र.कु. ममता बहन, ब्र.कु. लता बहन व ब्र.कु. श्रद्धा बहन,माउण्ट आबू तथा अन्य।

ब्र.कु. शिवानी बहन, जीवन प्रबंधन विशेषज्ञा

जो मैं सोच रही हूँ, उसे मैं क्रियेट कर रही हूँ

जब हम खुशी की बात करते हैं तो ऐसा लगता है कि खुशी शायद होठों तक ही सीमित है या मेरी हँसी तक ही सीमित है, चाहे जब मैं बच्चों के साथ होती हूँ, तब खिलखिलाहट होती है, वहीं तक सीमित है, लेकिन वो हँसी है, वो खिलखिलाहट है, खुशी नहीं है। खुशी मेरे अंदर की चीज़ है, मेरे अंदर की वो फीलिंग है जिसे मैं खुद क्रियेट करती हूँ। अभी तक हमें ये बात समझ में नहीं आ रही थी। लगता था कि यही सब बातें हैं जो बाहरी रीति से हो रही हैं या बाहर हो रही हैं, उसी पर मेरी खुशी निर्भर है और यह निर्भरता भी बहुत ज़्यादा थी।

लेकिन इस श्रृंखला में जहाँ हम बात कर रहे हैं खुशी की तो हमें ये बात समझ में आयी कि ये मेरी क्वालिटी भी है और मेरी क्रियेशन भी। इसमें सबसे अच्छी बात ये है कि उसे क्रियेट करने के लिए मुझे अपने थॉट्स पर ध्यान देना पड़ता है यानी कि मैं जो सोच रही हूँ, उसे मैं क्रियेट कर रही हूँ।

प्रश्न : जब हमने अपने आपको चेक किया तो समझ में आया कि खुशी मेरी अपनी क्रियेशन है। कौन-सी ऐसी बातें हैं जो थॉट्स को क्रियेट करती हैं?

उत्तर : हमने जैसे देखा कि परिस्थितियां आती हैं, लोग अच्छा-बुरा व्यवहार करते हैं तो कहीं न कहीं हमारा जीवन हमारे नियंत्रण से बाहर चला जाता है। तब ये थॉट चलनी शुरू होती है कि आखिर इस तरह से जीवन कब तक चलेगा! फिर हमने हैप्पीनेस के ऑपोज़िट वाली फीलिंग चाहे वो चिंता की है, चाहे वो गुस्से की है, हम उसे स्वीकार करना शुरू कर देते हैं क्योंकि परिस्थिति पर थॉट निर्भर करती है और परिस्थिति सदा हमारा साथ देने वाली नहीं है। हमेशा रिश्तों में हर चीज़ मेरे अनुसार चले ये होने वाला नहीं है, लोग मेरी आशाओं को हमेशा पूरा करते रहें ये होने वाला नहीं है, जैसा मैं सोचूं, आप भी वैसा सोचें ये होने वाला नहीं है, हम जैसा व्यवहार करें आप भी वैसा ही व्यवहार करें, ये होने वाला नहीं है। हमारी खुशी आपके व्यवहार पर निर्भर है, यह हमारे लिए बहुत बड़ा प्रश्न चिन्ह है। तब हमने रियलाइज़ किया कि परस्थिति तो बाहर से आती है, थॉट हम क्रियेट करते हैं। अगर हम अपने आपको देखना शुरू करें और स्वयं को बदलना शुरू करें तो हो सकता है कि उसी परिस्थिति में हम अपने आपको थोड़ा-सा अच्छा अनुभव कर सकते हैं।

पहली बात तो हमें ये समझनी है कि खुशी क्या है? क्या हम बहुत ज़्यादा उमंग-उत्साह की बात कर रहे हैं! नहीं। खुशी का अर्थ यह नहीं है कि हम सदा उछल-कूद करते रहें। कहीं कुछ बात हो गयी है, घर में कोई हादसा हो गया है, कोई बीमार है, किसी की मृत्यु हो गई है, आप उस समय कहोगे कि मैं खुश रहूँ, उस समय मैं खुश नहीं रह सकती हूँ, लेकिन स्थिर तो रह सकती हूँ! ऐसी परिस्थिति में दुःख-दर्द क्रियेट होना तो स्वाभाविक है। क्योंकि जितना हम स्थिर रहेंगे, उतना हम उस परिस्थति को अच्छी तरह से समझकर पार कर सकेंगे।

जिस क्वालिटी के हम थॉट क्रियेट करेंगे, उसी क्वालिटी की फीलिंग हमारे अन्दर उत्पन्न होगी, फिर वैसी ही हमारी वृत्ति बनेगी, फिर हमारा व्यक्तित्व भी वैसा बन जायेगा। फिर वैसा ही हमारा भाग्य बनेगा।

प्रश्न : आज हमें ये समझ में आ गया कि थॉट्स ही सबकुछ कर रहा है, लेकिन थॉट्स को मैं कैसे परिवर्तन करूँ, मुझे तो निगेटिव सोचने की आदत पड़ गई है?

उत्तर : हमारे थॉट्स पर सूचना, बीते हुए समय का अनुभव और हमारी मान्यताओं का बहुत गहरा प्रभाव पड़ता है। मैं अपने अनुभव से कह सकती हूँ कि इन तीनों में से 'हमारी मान्यतायें' हमारे दैनिक जीवन में बहुत ही जबरदस्त रोल प्ले करती हैं। सूचना पर तो आप थोड़ा ध्यान रख सकते हैं कि हमें अंदर क्या लेना है और क्या नहीं लेना है।

बीते हुए समय के अनुभव में भी हमने देखा कि उसके ऊपर काम करें तो वह ठीक हो सकता है, लेकिन विश्वास जोकि बचपन से शुरू होकर जैसे-जैसे आयु बढ़ती जाती है वह भी हमारे मन में गहराई तक बैठता जाता है।

नोएडा-उ.प्र.। राणा यशवंत,मैनेजिंग एडिटर,इंडिया न्यूज़ चैनल को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. अदिति बहन,ज्ञानसरोवर,माउण्ट आबू।

पुखरायां-उ.प्र.। वृक्षारोपण कार्यक्रम में समाजसेवी मधुसूदन गोयल, कानपुर से आए कपड़ा व्यापारी अंकित कोपल महरोत्रा, ब्र.कु. ममता बहन, अशोक भाई, जगत भाई, अनुराग भाई, कोमल भाई सहित अन्य भाई-बहनें शामिल रहे।

कालपी-उ.प्र.। डॉ. रामनरेश मैयर व समाज सेवी जय खत्री को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् उनके साथ ज्ञान चर्चा करते हुए ब्र.कु. ममता बहन, ब्र.कु. ललिता बहन, ब्र.कु. अनुराग भाई, ब्र.कु. अभिनव भाई व अन्य।

दिल्ली-वजीराबाद। नगर निगम पार्षद बहन प्रॉमिला गुप्ता को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. दीपा बहन, ब्र.कु. रजनी बहन व अन्य।

सोनीपत से.15-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा बागपत कॉलेज गांव के गवर्नमेंट गर्ल्स इंटर कॉलेज में पर्यावरण संरक्षण व जल जन अभियान के अंतर्गत आयोजित कार्यक्रम में ब्र.कु. प्रमोद बहन ने सभी को पर्यावरण के प्रति जागरुक किया तथा अपनी नैतिक ज़िम्मेदारियों को निभाने हेतु प्रोत्साहित किया। साथ ही पौधा वितरण कर सभी सहभागियों को सात दिवसीय कोर्स करने के लिए आमंत्रित किया। इस मौके पर कॉलेज की छात्राओं ने कॉलेज प्रोजेक्ट के तहत अपने द्वारा बनाए गए विभिन्न हैंडीक्राफ्ट व पौधों को नवीनता से उगाने के तरीके दिखाए। कार्यक्रम में लगभग 150 स्टूडेंट्स, स्टाफ व गांव के लोग मौजूद रहे।

मुंगरा बादशाहपुर-उ.प्र.। अधिशाषी अधिकारी मीनाक्षी चतुर्वेदी को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. अनीता बहन, ब्र.कु. रजनी बहन, ब्र.कु. दीपा बहन व अन्य।

अकबरपुर-उ.प्र.। कृषि अधिकारियों को रक्षासूत्र बांधने के पश्चात् समूह चित्र में बायें से प्रतिष्ठा बहन एडीएओ, राम बचन कृषि उपनिदेशक, विकास सेठ एसडीएईओ, ब्र.कु. प्रीति बहन, ब्र.कु. शिखा बहन, ब्र.कु. वंदना बहन, आदित्य भाई व ब्र.कु. आशीष भाई।

बरेली-उ.प्र.। हेड पोस्ट ऑफिस के सीनियर पोस्ट मास्टर आर.टी.आर. रस्तोगी को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. नेहा बहन व ब्र.कु. शीतल बहन।

राजसमंद-राज.। तहसीलदार डॉ. अभिनव शर्मा को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. पूनम बहन।

बहल-हरियाणा। समाज सेवी सज्जन कुमार साबू को रक्षासूत्र बांधते हुए ब्र.कु. शकुंतला बहन।

कुरुक्षेत्र-हरियाणा। ब्रह्माकुमारीज़ द्वारा एसोसिएशन कोर्ट बार में आयोजित रक्षाबंधन कार्यक्रम में लगभग 50 सदस्यों को ब्रह्माकुमारी बहनों द्वारा रक्षासूत्र बांधा गया।