

कहावत है कि सभी इस दुनिया में अपना भाग्य लेकर ही आये हैं। लेकिन उस भाग्य को हमें अपने हिसाब से, अपने दायरे से, अपनी मर्यादाओं से, अपनी धारणाओं से चमकाना है। लेकिन कहा जाता है तकदीर को जगाने के लिए या तकदीर को और अच्छा बनाने के लिए हमको कुछ तदबीर करनी पड़ती है। तदबीर का अर्थ है- पुरुषार्थ करना पड़ता है, कर्म करना पड़ता है और उस कर्म को करने से हमारी तकदीर चमकती है, या आगे जगती है। लेकिन इसमें एक बहुत बड़ा टुंड है कि बहुतों की तकदीर बहुत अच्छी है, कर्म भी बहुत अच्छा है लेकिन तकदीर फिर भी आगे नहीं जगती, कारण क्या है? तो इस कारण को समझते हैं और उसके निवारण को भी समझते हैं।

कहा जाता है कि इस दुनिया में पुरुषार्थ, भाग्य और कर्म इन तीनों को समझने के लिए ऐसे इसको समझा जा सकता है कि कर्म या पुरुषार्थ, भाग्य या प्रालम्ब्य, ये दोनों चीजें एक के ऊपर निर्भर करती हैं। और वो एक है हम सबकी चेतना, हम सबकी जागृति, हम सबका जगना। जब किसी से एक बार प्रश्न पूछा गया कि भाग्य बड़ा है इस दुनिया में या कर्म बड़ा है, या कोई और एक चीज है जो हम सबसे बड़ी है। तो कहते हैं- ना भाग्य बड़ा है, ना कर्म बड़ा है। हमारे पास एक चेतना है वो सबसे बड़ी है। उसी चेतना को हम बुद्धि कहते हैं, समझ कहते हैं, अंडरस्टैंडिंग कहते हैं। वो अगर हमारे अंदर है तो हमारा कर्म भी अच्छा होगा और जो भाग्य हमको मिला है माता-पिता से या हमारे कर्मों से, उसको हम बहुत श्रेष्ठ तरीके से निभा भी पाएंगे।

तो प्रश्न ये है कि हम सबका भाग्य तो अच्छा ही था, शुरू से मिला ही अच्छा है, और जिसको नहीं मिला है उसने अपनी बुद्धि से, अपनी समझ से उसको बनाने की कोशिश की। लेकिन समझ वो नहीं जो बाहर की दुनिया के इंसान हमको सिखाते हैं, समझ वो जिसमें कल्याण है, जिसमें केवल कल्याण है, तो हमारे कर्म के अंदर बरकत होती है। कर्म हमसे कभी खराब हो ही नहीं सकते। लेकिन बाहर की जो बुद्धि हमको मिली है उसमें मिश्रण है, उसमें सबकुछ मिक्स करके बताया जाता है।

तो अगर हमारी बुद्धि, हमारी चेतना या हमारा आत्मिक भाव या हमारा तीसरा नेत्र अगर खुल जाता है तो हमारा भाग्य बदल जाएगा और अगर भाग्य नहीं भी बदला है, तो हमारे कर्म अच्छे होने लग जायेंगे, तो भी भाग्य बदल जाएगा। इसलिए तराजू को अगर तीनों बातों के लिए एक साथ रखा जाए, तराजू का उदाहरण दिया जाए तो एक तरफ भाग्य को रख दीजिए, प्रालम्ब्य को रख दीजिए एक तरफ कर्म को रख लीजिए और बीच में जो बैलेंस बनाने का काम है वो बुद्धि का काम है। इसलिए

परमात्मा ने आकर हमको बुद्धि दी, समझ दी, समझाया कि अगर अपनी तकदीर को जगाना है और जो तस्वीर हमको दिखाई कल्याणकारी वाली, एक दिव्यगुणी वाली, दिव्यता वाली, उस तस्वीर को प्राप्त करने के लिए हमें सबसे पहले अपनी बुद्धि को फॉवरफुल बनाना पड़ेगा, शक्तिशाली बनाना पड़ेगा। अब हमारी बुद्धि काम क्यों नहीं

करती है, आज हमको समझ लेना है।

परमात्मा कहते हैं कि इस दुनिया में तीन चीजों से हमको बचना है - एक आलस्य से, एक अलम्बेलेपन से, तीसरी बहाने बाजी से। अब तीनों का रिजल समझ लेते हैं। आलस्य अब हमारे अंदर तब घर कर जाता है, बैठ जाता है जब हमारे अंदर रचनात्मकता खत्म हो जाती है।

जब हम कुछ क्रिएटिव नहीं करते

हैं तो हम धीरे-धीरे आलसी हो जाते हैं। तो हमारे आलस्य को भगने के लिए क्रिएटिविटी चाहिए, या रचनात्मकता चाहिए, कुछ नयापन चाहिए, और बहाने बाजी जो हम बहुत ज्यादा करते हैं, किसी के लिए बार-बार बहाना बनाते हैं तो उसका एक मात्र कारण है कि हमारा बाहरी दुनिया से आकर्षण है। चाहे वो किसी का भी हो सकता है, गैल का हो सकता है, फिरोल का हो सकता है या फिर वस्तु, व्यक्ति, पदार्थ कुछ भी हो सकता है, लेकिन बाहरी दुनिया का आकर्षण हमारे को बहाना बनाने के लिए विवश करता है।

हम बार-बार बहाना बनाएंगे कि नहीं आज ये काम है, आज वो काम है, वो हमारे अंदर का अट्रैक्शन है, आकर्षण है जो बाहरी



राजेश कुमार, राजशान्ति मीडिया

दुनिया से हमको जोड़ता है और जो बीच वाला है जिसको हम अलम्बेलापन या केयरलेसेनेस कहते हैं इन दोनों के द्वारा अपने आप हमारे अंदर आ जाता है। और जब ये आता है तो हमारी बुद्धि नष्ट हो जाती है। इसीलिए परमात्मा ने कहा कि चेतना की जागृति के लिए हमको सबसे पहले इन तीनों को जीतना जरूरी है और जब हम इन तीनों को जीत जाते हैं तो क्या जबरदस्त हमारा भाग्य बनता है और उस तकदीर की जो तस्वीर बनती है उसको देखने के लिए पूरी दुनिया आपके सामने नतमस्तक होती है। लेकिन वो तकदीर, वो तस्वीर केवल कल्याणकारी विचारों वाली है। जब हमारे मकसद में कल्याण होता है ना तो हमसे गलती नहीं होती, इसीलिए कल्याणकारी भाव से जो कर्म हुआ वो कर्म सबसे सही है। बाकी सारे कर्म में कुछ न कुछ खोटा है। इसी बात को लेकर आप आगे बढ़ेंगे तो निश्चित रूप से सफलता भी मिलेगी और लोग सराहेंगे भी और उसका असर भी आपको नहीं होगा।



प्रश्न : मैं खुर्चा, उतर प्रदेस से हिमांशु गौतम हूँ। मेरा छोटा माई ड्रिंक करता है और हर किसी से लड्डू खिचे करता है, जिसके कारण घर का माहौल खराब रहता है। हम उसके लिए विशेष क्या अग्र्यास कर सकते हैं?

उत्तर : ये घर-घर में जो आजकल ड्रिंकिंग

की प्रथा चल गई है, कोई न कोई ऐसा निकल ही जाता है जो शराब का, व्यसन का शिकार हो जाता है। इससे सबकुछ बिगड़ जाता है। उसका व्यवहार बिगड़ जाता है। दूसरे लोग भी उससे कटे-कटे से रहने लगते हैं। कई अच्छे परिवार होते हैं तो उन्हें अपने सम्मान की भी चिंता रहती है। लेकिन लोगों को ये भूल गया है कि समय अब विकराल काल की ओर बढ़ रहा है। घोर अंधकार संसार में छाता जा रहा है और ये जो आधुनिक परंपराएं बन गई हैं ये मनुष्य का सर्वनाश करती जा रही हैं। हमको रोज ऐसे समाचार सुनने को मिलते हैं कि वहाँ ये हो गया, वहाँ ये हो गया शराब पीता था किडनी फेल हो गई, लिवर ने काम करना बंद कर दिया। अब बच्चे थे दो अभी छोटी आयु थी, अभी चालीस साल भी नहीं हुए थे। अब उसकी पत्नी रो रही है क्या करें? तो ये सब जो दुर्गति है वो बाद में मनुष्य को समझ आती है। तो इससे बचने के लिए उन्हें अब राजयोग के पथ पर कदम रखने चाहिए। अगर वो नहीं रखते जैसा इन्होंने प्रश्न किया है इनकी माँ को या इनकी पत्नी को पवित्र भोजन उन्हें खिलाना चाहिए। पानी चार्ज करके भी उन्हें पिलाना चाहिए। और खास उनके लिए एक घंटा मेडिटेशन अवश्य करना चाहिए। हमारे यहाँ माउंट आबू में हमारा हॉस्पिटल भी है, हमारा यहाँ हॉम्योपैथी डॉक्टरों ने बहुत अच्छे कॉम्बिनेशन तैयार किए हैं, फ्री में ही दिए जाते हैं। तो उसका भी फायदा लिया जा सकता है। कोई भी आये-जाये उससे मंगा लें और उसे खिलाएं। क्योंकि इच्छा भी होती है मैं इससे मुक्त हो जाऊँ

अगर जरा भी उस व्यक्ति की इच्छा है कि मैं उससे मुक्त हो जाऊँ तो वो जल्दी ही इस व्यसन से मुक्त हो जायेगा। और नहीं इच्छा है तो उसे भिन्न भिन्न तरीकों



राजेश कुमार, राजशान्ति मीडिया

मन की बातें

से दिया जा सकता है ताकि उस व्यसन के प्रति उसे अरुचि का भाव पैदा हो जाये और ये समस्या ठीक हो जाये। लेकिन एक घंटा योगदान, पवित्र भोजन, चार्ज किया हुआ पानी रोज उसको देंगे तो जरूर कुछ न कुछ परिवर्तन होगा।

प्रश्न : मैं ममता हूँ मुम्बई से। 2012 से ही मुझे एक ऑल्टिम शुक्र हो गई है और अनायास ही मुझे डर लगता है, नर्वसनेस रहती है और निगेटिव थिंकिंग बहुत चलती है। क्या कारण है इसका और अब मुझे क्या करना चाहिए?

उत्तर : ये समस्या अब संसार में बहुत बढ़ती जा रही है। पहले बुजुर्ग होने पर मनुष्य की ये स्थिति हो जाती थी कभी-कभी। तो लोग ख्याल नहीं करते थे कि बहुत साल ब्रेन को बहुत यूज कर लिया है, अब ये हो रहा है। तो कोई बात

नहीं ठीक हो जायेगा, अंतिम स्थिति है। लेकिन आजकल ये स्थिति युवकों में भी बहुत होने लगी है। इसके कारण हैं कि ब्रेन बहुत वीक हो चुका है। चारों ओर से निगेटिव एनर्जी ज्यादा प्रवेश कर रही है मनुष्य के मन में। चारों ओर गंदगी के अलावा और कुछ भी नहीं है। और फिर मनुष्य के अंदर भी निगेटिव फीलिंग बहुत है। उसके निगेटिव विचार बहुत चलते हैं। तो टोटली ब्रेन और मन पॉल्स्यूटेड होता जा रहा है, यही कारण है इनको ये स्थिति प्राप्त हुई है। लेकिन कर्मों की गुहा गति को जानते हैं, उनको मैं कहना चाहूँगा कि इसमें पूर्व जन्मों के कार्मिक अकाउंट का भी बहुत बड़ा रोल होता है। पूर्व में किसी ने किसी को बहुत सताया है। बहुत मानसिक पीड़ा दी है, बहुत हर्ट किया है किसी को। सोने नहीं दिया किसी को। नौट फिट्टा दी है। तो रिटर्न वैसा ही मिलता है ना। क्योंकि कर्म सिद्धान्त यही है कि जो मनुष्य जिसके साथ जैसा व्यवहार करेगा उसको वैसा ही व्यवहार प्राप्त होगा। उसको वही चीजें आ जाती हैं। तो इनको जो मानसिक स्थिति इस तरह की हो गई है उसका यही कारण है। इन्हें अब सम्भालना पड़ेगा। ये जो निगेटिविटी है, टीवी, इंटरनेट, इनसे अपना माता कुछ समय के लिए बिल्कुल काट दें। क्योंकि इनसे वेक्स भी बहुत बुरी आती है। कुछ चीजें मैं आपको सजेस्ट करना चाहूँगा। पहली चीज कि आप पानी चार्ज करके पीएँ, पानी, दूध, जूस जो भी हो उसमें ये संकल्प लेंगे कि मैं परम पवित्र आत्मा हूँ। दूसरा अभ्यास आपको कुछ स्वमान चुन लेने चाहिए। और स्वमान की प्रिंक्टिस ये सारा दिन कामकाज करते हुए, अपने घर में रहते हुए करती रहें। उससे आपके ब्रेन को एनर्जी मिलती रहेगी। योग अभ्यास के लिए हमारे ब्रेन को एनर्जेटिक होना चाहिए। पर जब ब्रेन वीक है तो स्वमान से उसको एनर्जी मिलती है। ये आपको

ध्यान रखना पड़ेगा। बाकी योगाभ्यास के लिए आप ज्यादा समय न बैठें। पाँच से सात मिनट ठीक है नहीं तो चलते-फिरते कर्म में योग अभ्यास करती रहें। और तीसरी बात, जिसके गुड रिजल्ट हम रोज-रोज सुनते रहते हैं, ब्रेन को एनर्जी देना। दोनों हाथ मलते हुए मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ ये अभ्यास करके तीन बार आँख बंद करके अपने ब्रेन पर ये दोनों हाथ रख लें, ऐसा एक मिनट करें और दस बार करें। दस मिनट सवें और दस मिनट शम को करें। इसके बहुत गुड रिजल्ट मिलेंगे। साथ-साथ आपसे कुछ भी न होता हो तो सवें उठकर 108 बार लिखें कि मैं मास्टर सर्वशक्तिवान हूँ। इसके वंडरफुल रिजल्ट निकलते हैं। जिसका समाधान ही नहीं सूझता था और मास्टर सर्वशक्तिवान का अभ्यास किया बिल्कुल सबकुछ ठीक हो गया। ये चीज अपनाते से मानसिक स्थिति आपकी सुधर जाएगी और ठीक हो जाएगा सबकुछ।

Contact e-mail - bkmryas@yahoo.com

मन की बातें और मन की बात के लिए देखें प्रसारण उपकरण 'पीट ऑफ वॉर्ड' और 'प्रोडिक्टिव केन्टर'

AWAKENING
The Brahme Kumaris
TV Channel is available on

TATA sky	Channel No. 1084
AJTV	Channel No. 1060
GTPL	Channel No. 578
UN	Channel No. 996
NXT DIGITAL	Channel No. 984

CHANNEL NUMBER

Info Sky	Telecom D2
Go TV	Arul Digital
BSNL TV	Sun Direct

For Channel Details Please Visit Us!
Regional Office: New Delhi - 011-26104000 - 26104001 - 26104002
Bharat Bhawan - 011-26104003 - 26104004 - 26104005
Special Rate - 9128 9074, India - 011-26104006
202 - 18, Singapore - 9759 4

उपलब्ध पुस्तकें

जो आपके जीवन को बदल दे