परमात्मा के 4 सूत्र जीवन को प्रसन्नता से भर देंगे...

मनुष्य का सच्चा लक्ष्य केवल स्वयं खुश रहना नहीं, बल्कि अपने व्यवहार, वाणी और दृष्टि से सभी को सुख देना है। जब आत्मा दिनभर प्रसन्न रहती है, धैर्य रखती है और शान्ति से व्यवहार करती है, तभी जीवन-यात्रा संघर्ष से समाधान की ओर, अशान्ति से शान्ति की ओर बढ़ती है। परमात्मा ने इस कलियुग के संगमयुग में हमें कुछ अमूल्य स्वमान दिए हैं, जिनमें से चार को चुनकर यदि हम जीवन में धारण कर लें, तो हमारी स्थिति स्थिर, शान्त और कल्याणकारी बनी रहती है।

1. देह-अभिमान छोड़ आत्म-अभिमानी बनो

पहला स्वमान है–"मैं आत्मा हूँ"। जब हम स्वयं को शरीर नहीं, बल्कि शान्ति, प्रेम और शक्ति से भरपूर आत्मा समझते हैं, तो व्यवहार में सहजता आ जाती है। क्रोध, चिड़चिड़ापन और अधीनता कम हो जाती है। जैसे कोई कठोर शब्द बोले, तो आत्म-अभिमानी व्यक्ति तुरंत प्रतिक्रिया नहीं करता, बल्कि शान्त रहकर स्थिति को संभाल लेता है।

2. हर परिस्थिति में शान्त रहने का अभ्यास

परमात्मा ने हमें सिखाया है कि शान्ति हमारा स्वभाव है। बाहरी परिस्थितियाँ कैसी भी हों, भीतर शान्ति बनाए रखना ही सच्ची जीत है। जैसे परिवार या कार्य-स्थल पर तनाव हो, तब शान्त चित्त से बोलना और सुनना वातावरण को भी शान्त कर देता है। यही शान्ति दूसरों को सुख देने का माध्यम बनती है।

3. सहनशीलता और धैर्य(पेशन्स) को शक्ति बनाओ

धैर्य कमज़ोरी नहीं, बल्कि आत्मा की महान शक्ति है। परमात्मा का यह सुमन हमें सिखाता है कि समय आने पर हर समस्या का समाधान स्वतः निकल आता है। जैसे तुरंत फल न मिलने पर निराश होने के बजाय धैर्य रखना, मन को स्थिर और प्रसन्न रखना है।

4. सेवा की भावना–सबको सुख देने का संकल्प

परमात्मा ने हमें सबसे सुन्दर सुमन दिया है–"जो मिला है, उसे बाँटो।" जब हमारा लक्ष्य सबको सुख देना बन जाता है, तब जीवन की यात्रा सहज और पवित्र हो जाती है। जैसे मीठी वाणी, शुभ भावना और स्नेहपूर्ण दृष्टि–ये छोटी-छोटी सेवाएँ भी सामने वाले के जीवन में शान्ति भर देती हैं।

इन चार स्वमानों– आत्म-अभिमान, शान्ति, धैर्य और सेवा को यदि हम अपना चुनाव बना लें, तो हमारी यात्रा अशान्ति से शान्ति की ओर, दुःख से सुख की ओर निरंतर आगे बढ़ती रहेगी। यही परमात्मा का सच्चा उपहार है, जिससे हमारी स्थिति भी श्रेष्ठ रहती है और दूसरों को भी सुख मिलता है।

इम्फाल-मणिपुर। इम्फाल यात्रा के दौरान महामहिम राष्ट्रपति श्रीमती द्रौपदी मुर्मू से लोक भवन में मुलाकात कर गुलदस्ता भेंट करते हुए स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. नीलिमा। साथ हैं ब्र.कु. रूमा तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

देहरादून-उत्तराखंड। विश्व ध्यान दिवस पर 'विश्व एकता एवं विश्वास हेतु ध्यान' विषय पर आयोजित सम्मेलन का दीप प्रज्वलित कर शुभारम्भ करते हुए पूर्व मुख्यमंत्री डॉ. रमेश पोखरियाल 'निशंक', आचार्य रमेश सेमवाल जी महाराज,अध्यक्ष,महर्षि पराशर ज्योतिष गुरुकुल पीठाधीश्वर,नवग्रह शक्तिपीठ, गोपाल नारसन, जिला बाल एवं महिला संरक्षण अधिकारी रमा रेटका, देहरादून सबज़ोन एवं सर्कल की मुख्य संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. मंजू दीदी, ब्र.कु. रमा, ब्र.कु. मीना दीदी,हरिद्वार, ब्र.कु. सुशील तथा अन्य।

हिसार-हरियाणा। 'द इंस्पायर इंडिया' द्वारा आयोजित 11वें रक्तदान महोत्सव में आमंत्रित राजयोगिनी ब्र.कु. रमेश कुमारी दीदी को शॉल ओढ़ाकर मोमेन्टो भेंट करते हुए हरियाणा कृषि विश्वविद्यालय के कुलपति डॉ. बीआर काम्बोज। साथ हैं आयोजक विनेश नागपाल, ब्र.कु. अनीता, ब्र.कु. महेश तथा अन्य।

करनाल-हरियाणा। सेवाकेन्द्र पर आयोजित ब्र.कु. शिविका तथा ब्र.कु. आरती के समर्पण समारोह में उपस्थित रहे विधायक जगमोहन आनन्द, राजयोगिनी पुष्पा दीदी,कैथल, स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका राजयोगिनी ब्र.कु. प्रेम दीदी, ब्र.कु. संगीता,नीलोखेड़ी, ब्र.कु. रेणु,घरौंडा, ब्र.कु. सुदेश,तरावड़ी, गायक ओमप्रकाश शर्मा,पठानकोट,पंजाब, निफा संस्था के अध्यक्ष एडवोकेट नरेश बराना तथा अन्य।

दिल्ली-आरके पुरम। अभिनेता जितेन्द्र भारद्वाज के सेवाकेन्द्र आगमन पर ईश्वरीय स्मृति चिन्ह भेंट करते हुए ब्र.कु. अनीता।

मथुरा रिफाइनरी नगर-उ.प्र.। विश्व ध्यान दिवस के अवसर पर मथुरा रिफाइनरी सीआईएसएफ में प्रशिक्षुओं के लिए आयोजित ध्यान योग सत्र के दौरान स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. कृष्णा दीदी, रिफाइनरी चीफ मैनेजर ब्र.कु. प्रमोद वर्मा, ब्र.कु. आलोक एवं ब्र.कु. पूजा की उपस्थिति रही।

टोंक-राज.। विश्व मधुमेह दिवस पर राजयोग भवन में 'मधुमेह और स्वास्थ्य' विषय पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् समूह चित्र में स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. अर्पणा, ब्र.कु. डॉ. शुभलक्ष्मी, ब्र.कु. गुंजन, ब्र.कु. प्रहलाद, ब्र.कु. पांचू, ब्र.कु. तुलसीराम, वैश्य महासम्मेलन के वरिष्ठ उपाध्यक्ष ओम प्रकाश गुप्ता तथा अन्य।

पटना सिटी-बिहार। क्रिसमस के उपलक्ष्य पर सेंट मैरी चर्च के फादर जोकिम तथा सिस्टर सुप्रिया को शुभकामनाएं व परमात्मा का परिचय देने के पश्चात समूह चित्र में साथ हैं स्थानीय सेवाकेन्द्र संचालिका ब्र.कु. रानी तथा अन्य ब्र.कु. भाई-बहनें।

दिल्ली-सीताराम बाज़ार। चिल्ड्रेन डे पर आयोजित कार्यक्रम के पश्चात् प्रतिभागी बच्चों के साथ समूह चित्र में ब्र.कु. गुंजन।

शाहजहाँपुर-उ.प्र.। पुलिस अधीक्षक राजेश द्विवेदी को ईश्वरीय सन्देश देने के पश्चात् फूलों का गुलदस्ता भेंट करते हुए ब्र.कु. चरिता।

फाजिल्का-पंजाब। एडीसी डॉ. मनदीप कौर को परमात्म संदेश देने के पश्चात् ईश्वरीय सौगात भेंट करते हुए ब्र.कु. प्रिया। साथ हैं ब्र.कु. शालिनी तथा अन्य।