

उच्च श्रेणी के जीवन के लिए आवश्यक

अंतरध्वनि

THE INNER VOICE *Essential for purposeful living*

VOL. 35, JANUARY 2011

FOR FREE CIRCULATION WITHOUT ANY COMMERCIAL OBJECTIVE

IN THE NAME OF GOD

Happy
NEW YEAR ही नहीं

Happy
NEW LIFE कैसे?

From Narrow Vision
to
Broad Vision

सदा जीवित कैसे ?
Eternal Life! How?

शुद्ध धन, मोक्ष प्राप्ति का
साधन कैसे ?

संसार की भीड़ से अलग
क्यों और कैसे नज़र आएँ ?

प्यार या प्रतिष्ठा –
ज़्यादा शक्ति किस की ?

*Mission
Happiness*[®]

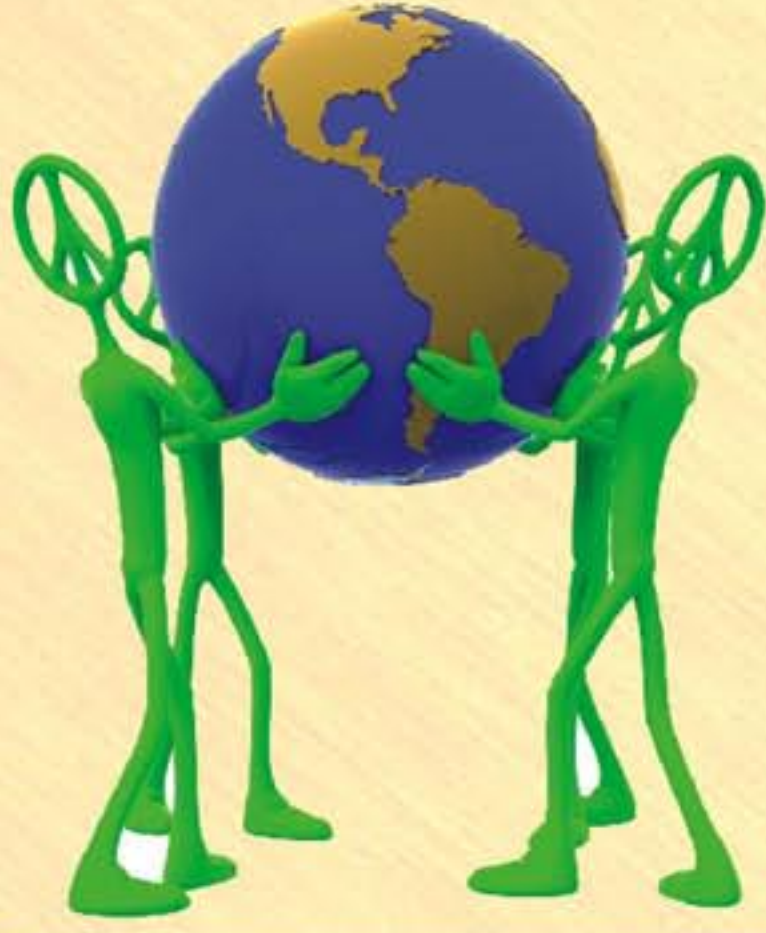
मृत्यु से पहले ही मोक्ष[®]

*Mission
Consciousness*[®]

◆ Science of Living

◆ Science of Loving

◆ Science of Leaving



Relations - Good or True

सम्बन्ध - अच्छे या सच्चे

1973 का एक बहुत Famous song है, मुकेश जी का गया हुआ

“जो तुम को हो पसन्द, वही बात कहेंगे,
तुम दिन को अगर रात कहो, रात कहेंगे।”

जी हाँ— बेशक किसी का कितना भी नुकसान होता रहे— परन्तु हम अच्छे बने रहें।
सच्चे बनें या न बनें। छोटे-छोटे Actions से सब कुछ clear हो जाएगा।

अच्छे सम्बन्ध

Cosmetic Relations

1. **Good relations** में मिठाई, पकौड़े, चाट, इत्यादि offer करेंगे, स्वागत में किसी के घर आने पर, क्योंकि खुद भी यही शौक रखते हैं—स्वाद के लिए।
2. **Good relations** में पीने में, स्वाद के लिए friends को चाय, कॉफी, whiskey, soft drinks इत्यादि offer करेंगे।
3. **Good relations** में T.V. Serials, या Cinema, Cards इत्यादि momentary entertainment का प्रबन्ध करेंगे।
4. **Good relations** में, Relation या friend circle में कोई financial assistance मांगने पर, कन्नी काट जाएंगे, जैसे— अरे यार, अभी बीस हजार रुपये पिताजी को भेज दिए कल ही। होते तो जरूर तुम्हारी मदद करता।
5. **Good relations** में घर में ही पत्नी, पति, या बच्चों को सुबह उठाकर exercise इत्यादि करने पर insist न करना, ताकि घर की शान्ति न चली जाए।

सच्चे सम्बन्ध

Rational Relations

1. **True relations** में खाने में सेब सन्तरा, बादाम, किशमिश offer करेंगे, क्योंकि खुद भी इन्हें ही preference देते हैं—सेहत के लिए
2. **True relations** में पीने के लिए, दूध, फलों के जूस, नारियल पानी जैसे Nutritious drinks offer करेंगे।
3. **True relations** में ज्ञानवर्धक पुस्तकें, Inspiring movies, Badminton, Chess जैसे Intellectual and enlightening + entertaining resources का इस्तेमाल करेंगे।
4. **True relations** में अपने पास न होने पर भी कहीं से manage करके, financial and moral support करना, बिना किसी expectation या एहसान के।
5. **True relations** में घर में बच्चों को सुबह time से उठाकर exercise इत्यादि करवाना बेशक Intially family में कुछ नाराजगी व opposition भी झेलनी पड़े।

इस प्रकार, हम अपनी Day to day life Analysis करें कि क्या हम safe options चुनकर, ऊपर से अच्छे बने रहना चाहते हैं बेशक Internally अपनों व दूसरों को harm करते रहें, या true feelings सहित अपने और दूसरों को भी Internally strong बनाएं, चाहें कुछ समय के लिए हमें लोगों की नज़र में बुरा ही क्यों न बनना पड़े ?

**जिस ज़माने में सांस लेते हो, उसमें जीने के कुछ हुनर रखना,
दुश्मनों से नहीं कोई खतरा, दोस्तों पर कड़ी नज़र रखना।**



मकान से घर और फिर मन्दिर कैसे?

from House to **Home** then
into **Worshiping Place**
How?

क्या मकान और घर एक ही entity है? जी नहीं।

मकान (House) क्या है?— Building material, ईंट—सीमेन्ट से बना structure, जिसको भवन भी कह सकते हैं।

घर क्या है?— उसी Building में जब एक या उससे अधिक प्राणी आपसी प्रेम व सहयोग (symbiosis) से रहते हैं, तभी वह मकान घर में transform हो जाता है।

अक्सर लोग कहते हैं, **भइ हमारे घर जरूर आइएगा।** यह नहीं कहते— **मेरे मकान में आइएगा।**

Matter केवल शब्दों के अन्तर का नहीं है। There is a vast difference, that can be termed as
"EMOTIONS"

मुहावरा भी तो है— **दीवारों के भी कान होते हैं।** यह कान — physical नहीं, but emotional vibrations होती है, जो कभी **destroy** नहीं होती।

पहले घर हुआ करते थे, आजकल वही मकान में transform होने लगे हैं। **क्यों?** धैर्य जो कम हो गया है, और क्रोध बढ़ता जा रहा है।

यदि घर में मम्मी—पापा जोर—जोर से चीखेंगे, और दूसरों की निन्दा करेंगे, तब बच्चे **readymade negative personality cultivate** करते चलें जाएंगे। कुछ समय बाद, माता—पिता को पलट कर जवाब देना, **revolt** करना मुश्किल नहीं रहेगा।

**And this is what, precisely happening these days.
Now, how to cease this emotional decay?**

इस भावनात्मक पतन को रोकने के लिए, प्रभु स्मरण, प्रभु कृतज्ञता, प्रभु का भय अत्यंत सरल और लाभकारी remedy है। यह ध्यान में रखना कि divine help के बिना, हमें यह भवन नहीं मिल सकता था, और किसी भी समय यह नष्ट हो सकता है।

इसी positive दृष्टि से प्रेम उत्पन्न होगा और जहां प्रेम होता है वहीं मन्दिर बन जाता है।



बीमारी - फायदे का सौदा कैसे?

Illness - A "boon in disguise" How?

Normally आम इन्सान बीमारियों और दुःख तकलीफों को कर्मों की सज़ा और अशुभ मानते हैं।

लेकिन, परमात्मा द्वारा दी गई बुद्धि को जरा सा alter करके, अपना perception rationalise कर लें, तब वही disease या accident या loss को अपनी **soul evolution and mind cleaning** का साधन बना सकते हैं। लेकिन कैसे?

First of all, जिस परमेश्वर ने हमें माता-पिता के through कुछ समय के लिए इस संसार (Earth School) में भेजा, वह अत्यंत **powerful** भी है, और न्यायप्रिय भी। ऐसा विश्वास, **faith** होना जरूरी भी है और समझदारी भी।

हम सभी परमात्मा (cosmic energy or super consciousness) के नियमों में जीवन जी रहे हैं— चाहें हमें पता हो या न हो, अथवा हम माने या न मानें।

Human Body के अन्दर million, billion नहीं, Trillions of cells, organs, systems के रूप में function कर रहे हैं। **किस समय कौन सा system impaired, या collapse हो जाए किसी को मालूम नहीं। medical specialists भी हैरान होते हैं कि किसी patient को उसी illness में एक medicine effective हो जाती है, जबकि दूसरे patient में नहीं।**

Unknown causes से जो illnesses होती हैं उन्हें **Idiopathic** कहा जाता है।

Thus doctors say - **"we serve - He saves"**

Therefore बीमारियों की inner engineering से लाभ—

1. जो रोग मुझे हुआ है, वह कर्मों का फल है, प्रभु प्रसाद रूप में मैं **humbleness** के साथ इसे स्वीकार करता हूँ।
2. ईश्वर, **completely Judicious** है, न उसके निज़ाम में देर है और न ही अंधेर।
3. बीमारियों से मेरा अहंकार कम हो, और मैं गुनाहों की लगातार क्षमा मांगू।
4. बीमारियों से मुझे दूसरों के शारीरिक व मानसिक कष्ट का आभास हो जिससे मैं अधिक संवेदनशील (**sensitive**) बनकर, अन्य प्राणियों से सहानुभूति और स्नेह के रिश्ते बनाऊँ।
5. **During illness, God remembrance** की आदत जो पड़ जाए, फिर बीमारी जाने के बाद भी वह **thanks** के रूप में **continuously** बनी रहे, ताकि मेरे अच्छे कर्मों से प्रसन्न होकर, ईश्वरीय शक्तियाँ मेरा और अधिक इस्तेहान न लें।

So more HUMBLE, more COMPASSIONATE, and more SENSITIVE

This is what, One can shape out to be after illness

ये दुनिया अजब सराय फानी देखी, हर चीज़ यहाँ की आनी जानी देखी,
जो आके न जाए वो बुढ़ापा देखा, जो जाके न आए, वो जवानी देखी।



PERSONALITY V/S CHARACTER

ज़्यादा ज़रूरी and Important क्या?

जीवन को स्वाद और शक्ति से जीने के लिए दोनों का in-depth analysis करना, Essential as well as Easy कैसे है। आइये देखते हैं—

अच्छा दिखने को Personality कहते हैं	सच्चा बनने को Character कहते हैं
1. बुद्धि के सदुपयोग या दुरुपयोग से बनती है।	1. Character, हमारे मन की स्थिति या सेहत होती है।
2. Personality showing दूसरों को Impress करने की कसरत होती है।	2. Character, अपने को शान्त व शक्तिशाली रखने का स्वाध्याय होता है।
3. Personality showing में body consciousness dominate करती है।	3. Character depiction (चरित्र चित्रण) में आत्मा के गुणों का प्रभाव अधिक नज़र आता है।
4. Personality Develop की जाती है।	4. Character building की जाती है।
5. School-Colleges में personality certificate issue नहीं किए जाते।	5. School Colleges में Character certificate ही issue किए जाते हैं।
6. Personality अच्छी से बुरी और बुरी से अच्छी हो सकती है।	6. Character बुरे से अच्छा तो हो सकता है, परन्तु अच्छे से बुरा नहीं होता।
7. Personality से हम अच्छे या बुरे साबित होते हैं।	7. Character से हम सच्चे या झूठे साबित होते हैं।
8. Personality देखने, सुनने में अच्छी-बुरी लगती है।	8. Character साथ निभाने में पता चलता है।

Internal and Really Interesting Chemistry of Life



Choice हमारी है....



Doctors का Divine Contribution

Human body, की रचना, God का सर्वश्रेष्ठ creation है। Therefore, मानव शरीर का specialist होकर Doctor बनना, obviously **सर्वश्रेष्ठ भाग्यशाली होना ही है**। इतनी complex body, उतनी ही complicated disease और उनका Treatment. This is not an ordinary feat. **So वे माता पिता धन्य हैं, जिनकी सन्तान Doctor के रूप में उत्तम जीवन जीते हुए, धन एवं पुण्य दोनों ही earn करते हैं।**

Now, as the diseases and disorders are multiplying at a rapid pace, नए-नए virus, bacteria appear होते जा रहे हैं, नई-नई, functional vagaries of various organs and systems, reveal होती जा रही है, उतना ही स्पष्ट हो रहा है कि Human Mind is the cause of all Human Body ailments.

Therefore, Doctors, patients की Bodies के अतिरिक्त उनके मन को आत्मा, अर्थात् परमात्मा से **connect** करने का महत्वपूर्ण **role play** कर सकते हैं। कष्ट में मानव, वैसे भी अपने अहंकार से कुछ दूर होता हुआ, प्रभु के निकट आने को तत्पर रहता है।

Doctors का patient को यह समझाना कि Medicine लेने से पहले आँखें बन्द करके प्रभु स्मरण कर लेना, Medicine, virtually एक placebo ही बनकर रह जाएगी because faith is the strongest healer, जिससे आत्मबल, Immuno competence बहुत तेजी से Increase हो जाती है।

Mission Happiness से, Life Positive, Speaking Tree (Times of India) अन्तरध्वनि तथा Divine Offerings के द्वारा, continuously Doctor के mind को Body Consciousness से Soul Consciousness में shift करने की Divine services render की जा रही है।

Doctors भी narrow spectrum Antibacterial के comparison में Broad Spectrum Antibiotics prefer करते हैं। Therefore Mind को Soul (God) की जानिब mould करके – Enormous positive energy चारों तरफ spread की जा सकती है।

Healthy MIND — Healthy BODY

**यह कितना खूबसूरत Divine Gift होगा
Doctors का अपने Patients को!**



Life and Death

सच्ची तस्वीर

मृत्यु शब्द का नाम सुनते ही लोग घबरा जाते हैं। इसी मृत्यु शब्द के डर ने ही **जीवन के आनन्द** के साथ-साथ स्वयं **मृत्यु के रोमांच** को भी धूमिल क्या, समाप्त ही कर दिया है।

Human Life के तीन भाग हैं-

- a Body स्थूल शरीर
- b Mind+Intellect मन+बुद्धि
- c Soul Subtle body आत्मा

शास्त्रों के बार-बार Explain करने के बावजूद, आम इन्सान अपने को एक शरीर ही समझता है, जो कि बिलकुल गलत है। **In reality- we are spiritual beings in human body for some time only.**

BODY is material- जो कि पाँच physical elements- जल, अग्नि, वायु, धरती एवं आकाश से निर्मित है।

MIND is matter- Thoughts, विचारों का समूह, जो Intellect, बुद्धि की उपज होती है।

सात्विक बुद्धि है तो मन साफ होगा, तामसिक बुद्धि है तो मन गन्दा होगा

SOUL आत्मा साक्षी होती है। It is a witness to mind body relationship and actions.

मृत्यु शरीर की होती है। मन व आत्मा की नहीं। शरीर के शान्त होते ही, जीव – (मन+बुद्धि+चित्त+अहंकार) आत्मा के साथ, धरती से ऊपर के लोकों की ओर चली जाती है।

जीवात्मा अपने शरीर को जलते हुए या कब्र में मिट्टी के नीचे पड़े हुए देखकर हैरान होता है कि वह तो जीवित है, बस शरीर का भारीपन (**gravitational pressure**) महसूस नहीं होता, और अपने को बहुत हल्का महसूस करता है। “इनका देहान्त हो गया।” It means end of the body only देह का अन्त। **इन्तेकाल का मतलब भी मरना नहीं Transfer होना होता है।** मन और आत्मा का अन्त नहीं हुआ। मन तो शरीर में रहते हुए भी बदलता रहता है। बस **soul stable** रहती है। इसलिए अपने मन की **conditioning** को **change** करते हुए, हमें जब **feel** होने लगेगा कि हम शरीर नहीं बल्कि एक **pure soul** हैं, तब हम अपने **mind** को **soul** की तरफ **tilt** करेंगे, जिससे **life** में **peace + love** बढ़ता जाएगा।

SO, LET US CHEER UP ! हम एक पवित्र आत्मा हैं, सदा रहने वाली। इसका बार-बार ध्यान करने से अवचेतन मन से मृत्यु का डर निकल जाएगा। TRUE LIFE - ETERNAL LIFE